

誰もが健やかで生き生きと暮らし、幸せを感じる ことができるまちづくりについての意見交換

懇談会の進め方

<1回目>

市民の健康と健康づくりの現状について（参加者からの情報提供）



<2回目>

課題，対応方針等の整理



<最終回>

懇談会での意見等の整理と確認

全3回を通しての目標

現状認識

- 様々な視点，立場から見た市民の健康と健康づくりについて認識します。

課題と解決方法 について

- 課題を整理し，効果的な解決方法の提案

まとめ

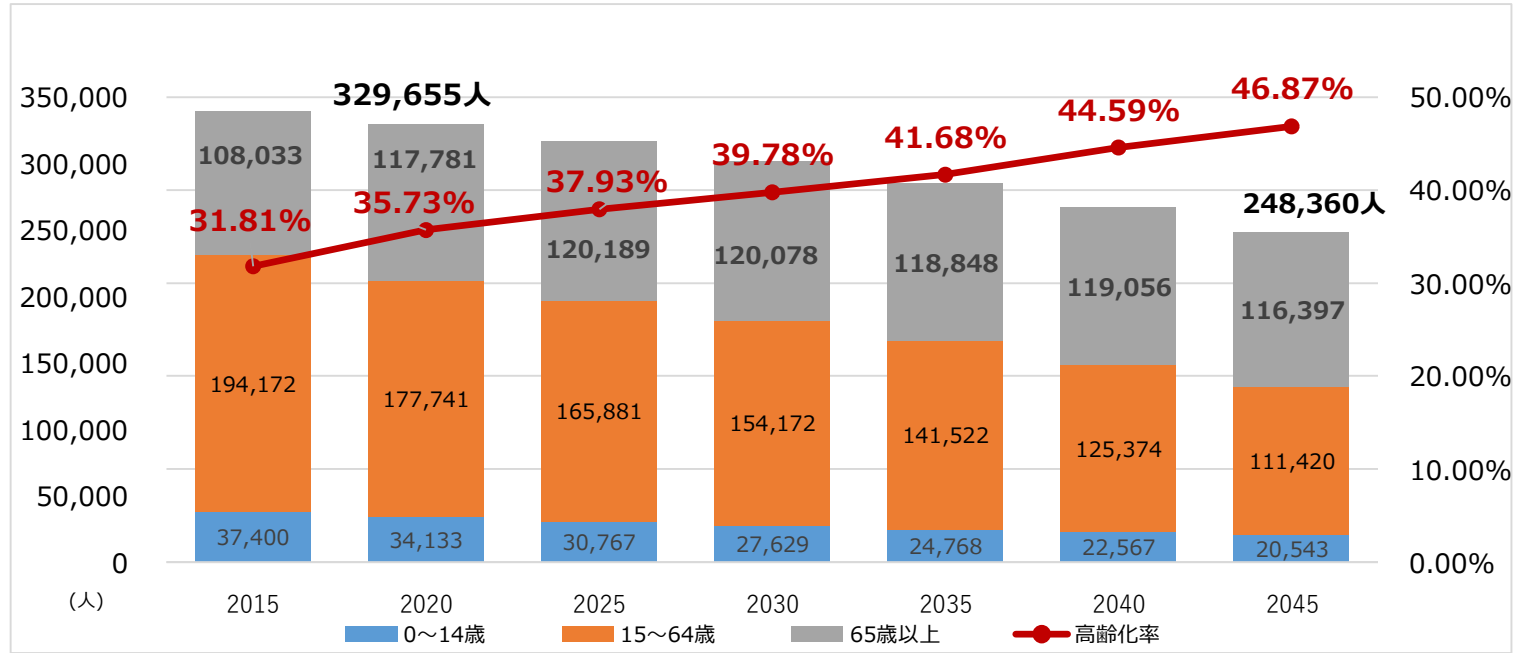
- 懇談会での発言のまとめ

懇談会 1 回目の流れ

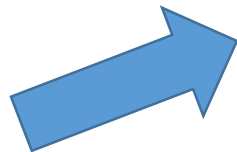
- 1 本市の現状について
- 2 スマートウェルネスあさひかわプランとは
- 3 市民の健康と健康づくりの現状について
(参加者様からの御発言)

1 本市の現状について

旭川市の将来推計人口



2020年
高齢化率
35.73%

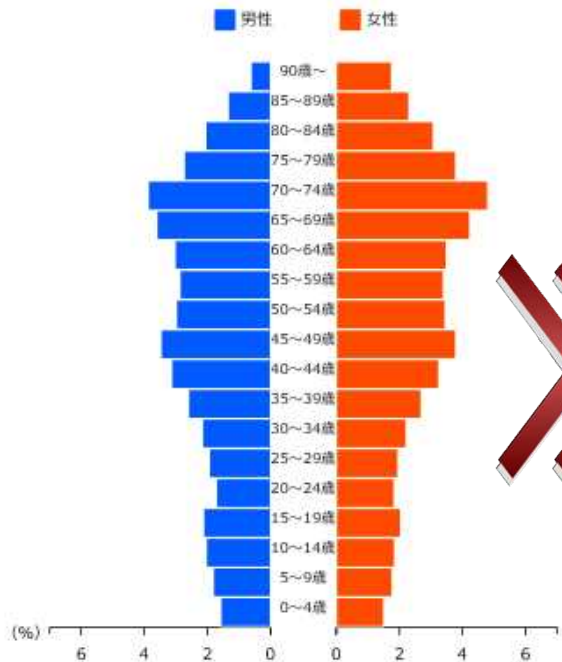


2045年 (令和27年)
高齢化率
46.87%

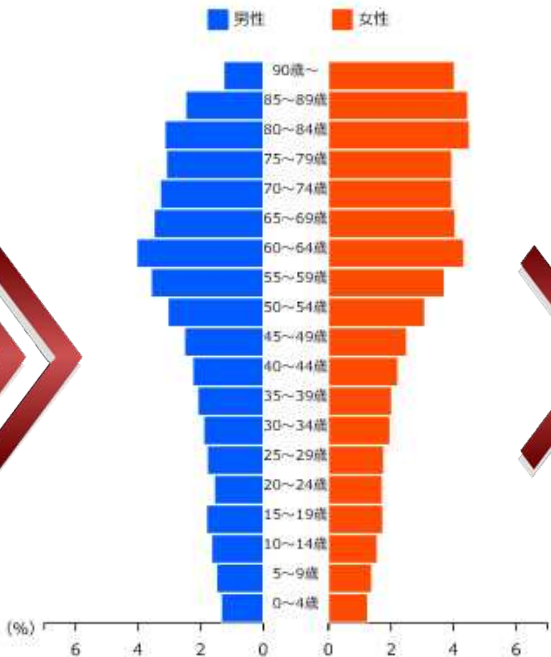
R4.8.1人口	325,636人
65歳以上	113,285人 (34.8%)

旭川市の人口ピラミッド

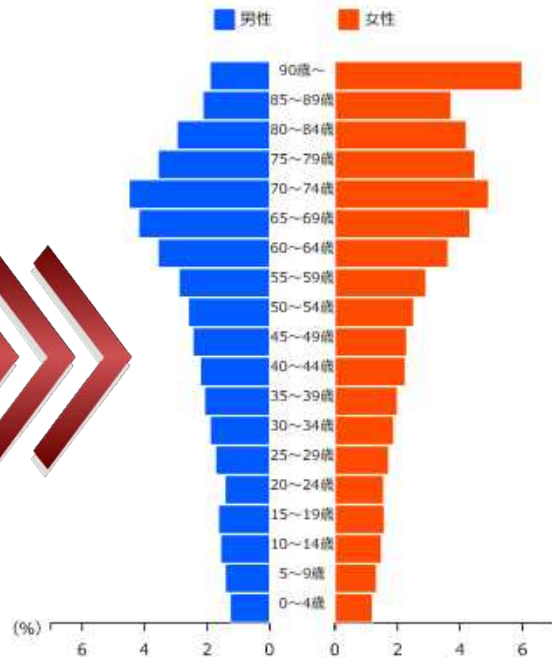
2020年



2035年



2045年

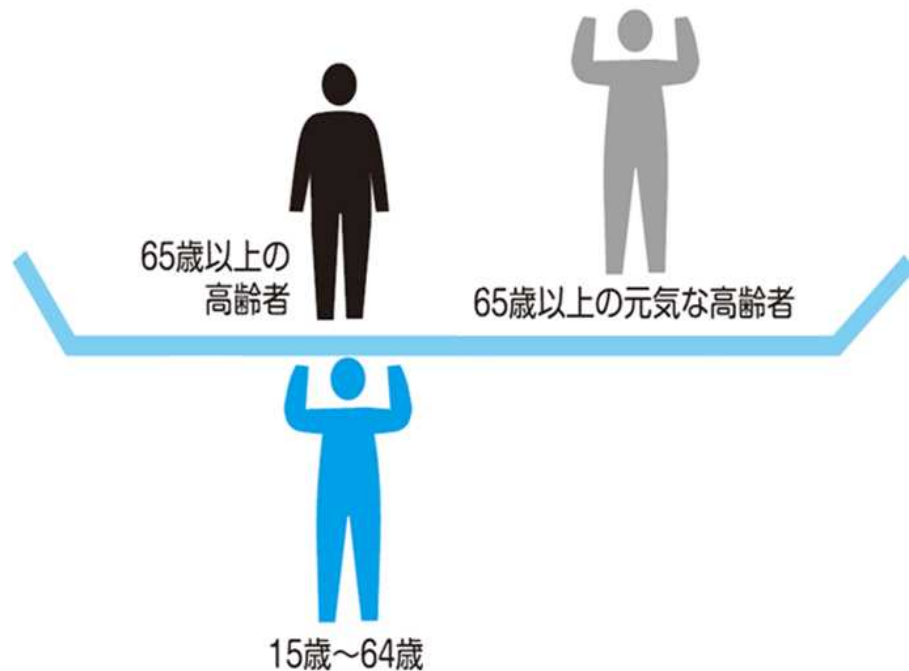
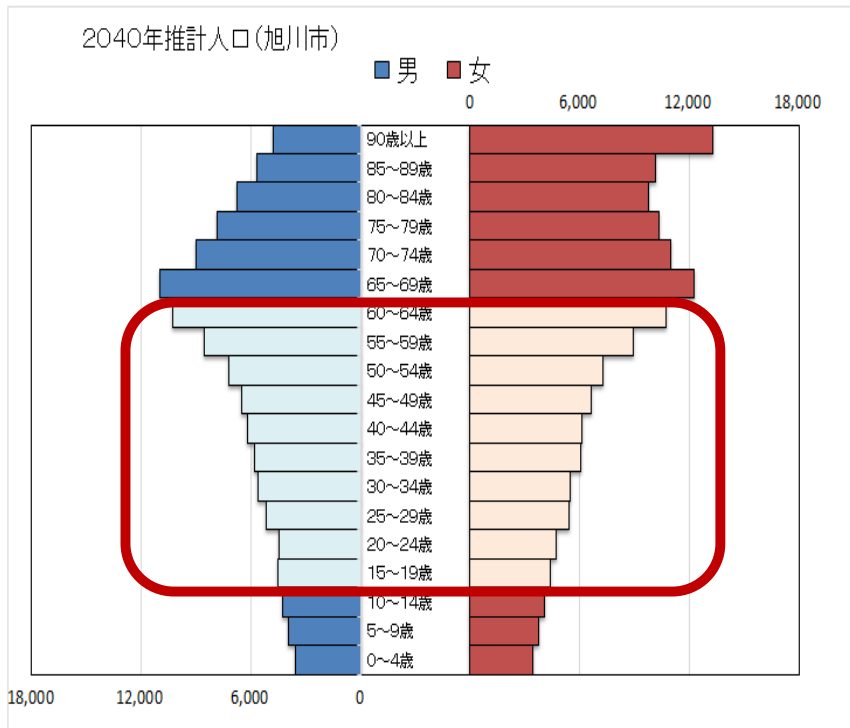


老年人口（65歳以上）：112,411人（34.14%）
 生産年齢人口（15歳～64歳）：178,060人（54.07%）
 年少人口（0歳～14歳）：34,691人（10.53%）

老年人口（65歳以上）：118,848人（41.68%）
 生産年齢人口（15歳～64歳）：141,522人（49.63%）
 年少人口（0歳～14歳）：24,768人（8.69%）

老年人口（65歳以上）：116,397人（46.87%）
 生産年齢人口（15歳～64歳）：111,420人（44.86%）
 年少人口（0歳～14歳）：20,543人（8.27%）

少子高齢化が進むと・・・

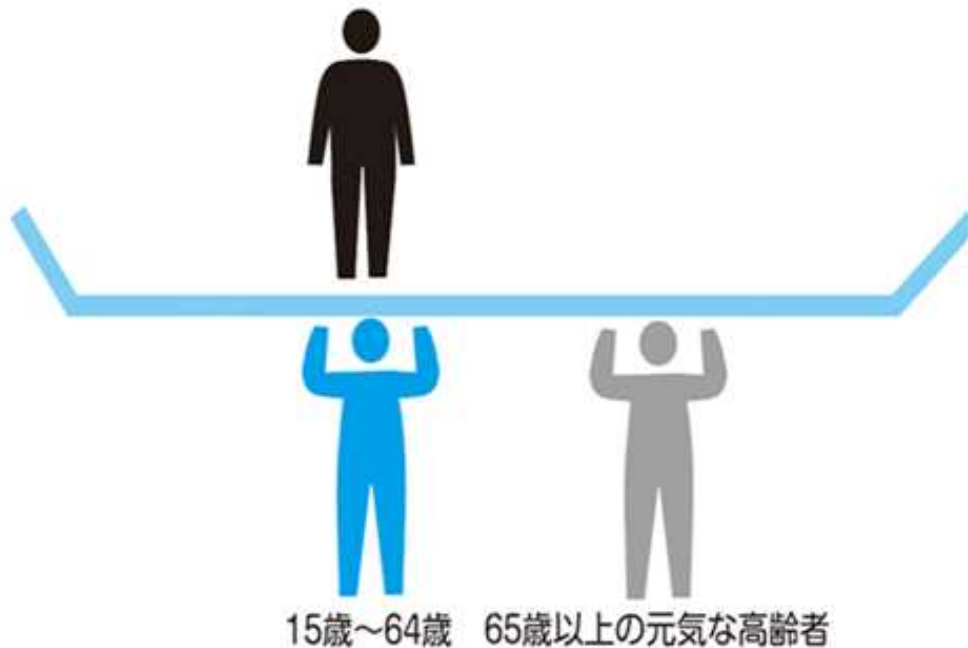
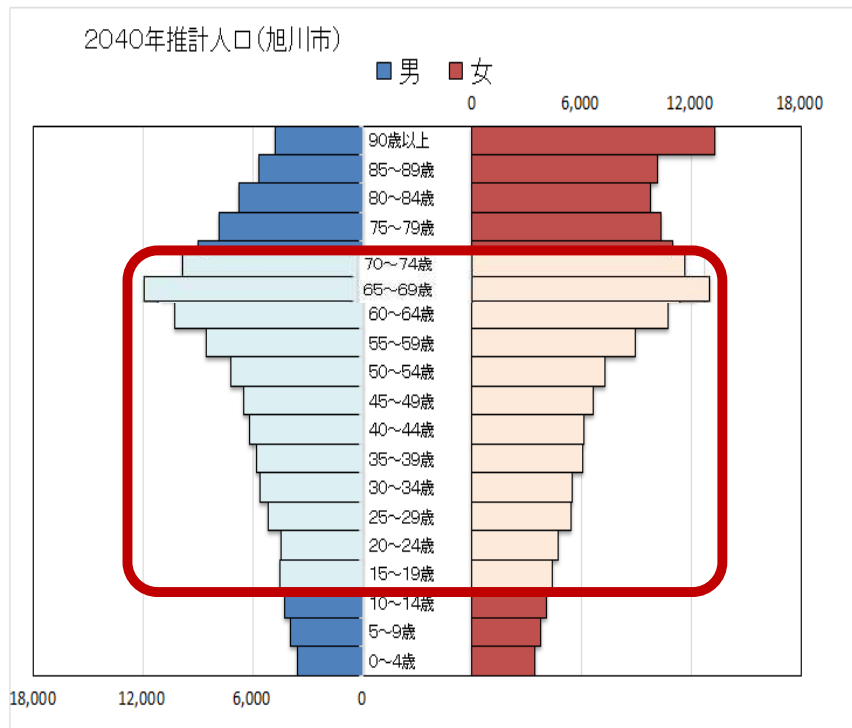


高齢者1人を支えるのは

2040年 **約1.2人** 🧑🧒

※15歳から64歳までを「支える世代」として算出

元気な高齢者が活躍できる社会



2040年 約1.2人 

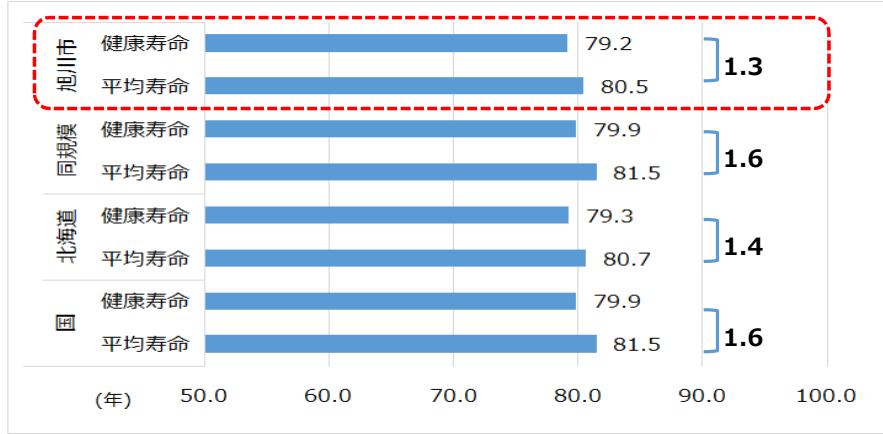
約2.5人 

※15歳から64歳までを「支える世代」として算出

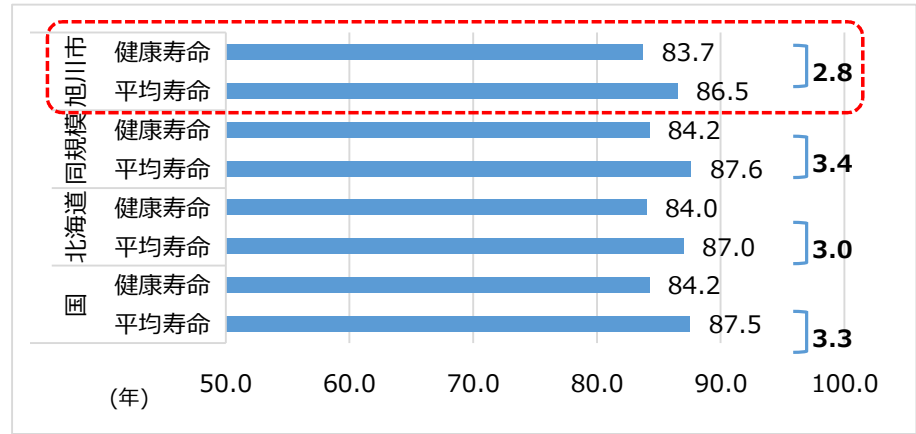
※15歳から74歳までを「支える世代」として算出

平均寿命と健康寿命の比較

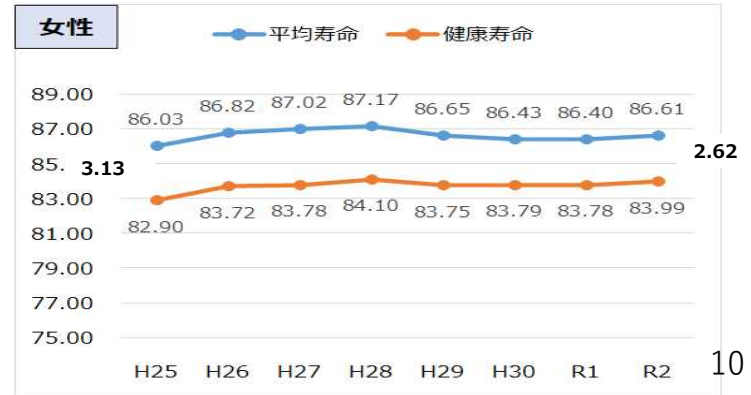
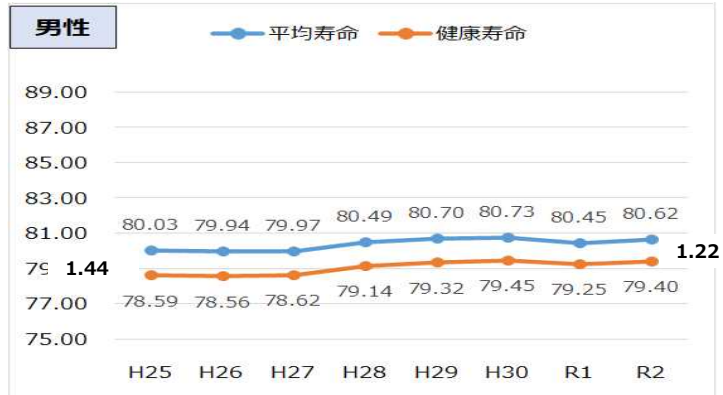
《男性》



《女性》



○ K D B 帳票 地域の全体像の把握 (令和3年度) ○健康寿命の算定に当たっては、要介護2以上の認定者を日常生活に制限がある者としている



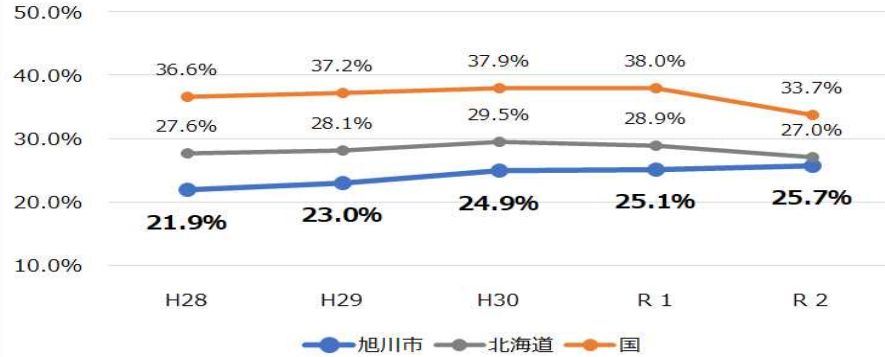
○健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究班 (H24厚生労働科学研究費補助金による研究事業) が示す「健康寿命の算定方法の指針」で定める算定方法による

死因・死亡数・死亡割合・年次・死因順位別

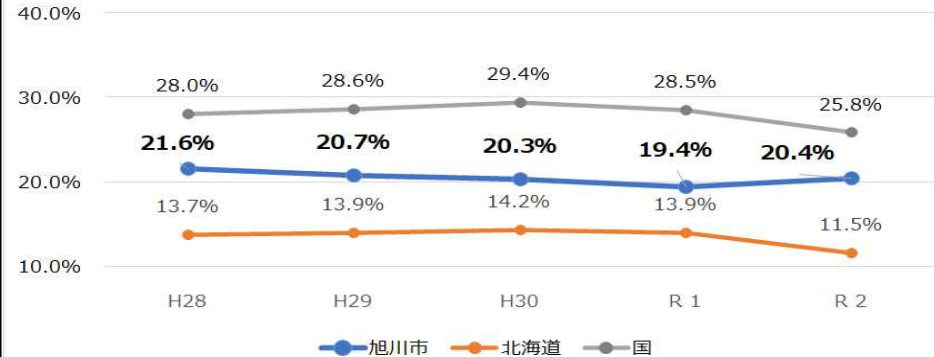
	H27		H28		H29		H30		R1	
	死因	実数	死因	実数	死因	実数	死因	実数	死因	実数
		割合		割合		割合		割合		割合
第1位	悪性新生物	1,244人	悪性新生物	1,212人	悪性新生物	1,272人	悪性新生物	1,330人	悪性新生物	1,347人
		31.0%		29.9%		30.4%		30.4%		29.9%
第2位	心疾患 (高血圧以外)	680人	心疾患 (高血圧以外)	686人	心疾患 (高血圧以外)	730人	心疾患 (高血圧以外)	798人	心疾患 (高血圧以外)	775人
		17.0%		16.9%		17.4%		18.2%		17.2%
第3位	肺炎	347人	肺炎	361人	脳血管疾患	340人	脳血管疾患	364人	脳血管疾患	320人
		8.7%		8.9%		8.1%		8.3%		7.1%
第4位	脳血管疾患	324人	脳血管疾患	333人	肺炎	300人	肺炎	280人	肺炎	281人
		8.1%		8.2%		7.2%		6.4%		6.2%
第5位	老衰	232人	老衰	229人	老衰	229人	老衰	240人	老衰	279人
		5.8%		5.6%		5.5%		5.5%		6.2%
総数	4,010人		4,060人		4,186人		4,377人		4,507人	

健診受診率の推移

国保特定健診受診率



後期高齢者医療健診受診率



○国保特定健診の対象者

40歳～74歳までの方

○検査項目

問診（自覚症状），身体計測（身長，体重，腹囲），血圧測定，
身体診察（視診），尿検査（尿糖，尿蛋白，尿潜血），
血液検査（血糖，脂質，肝機能，腎機能・痛風）

※必要な場合

○後期高齢者医療健診の対象者

75歳以上の方

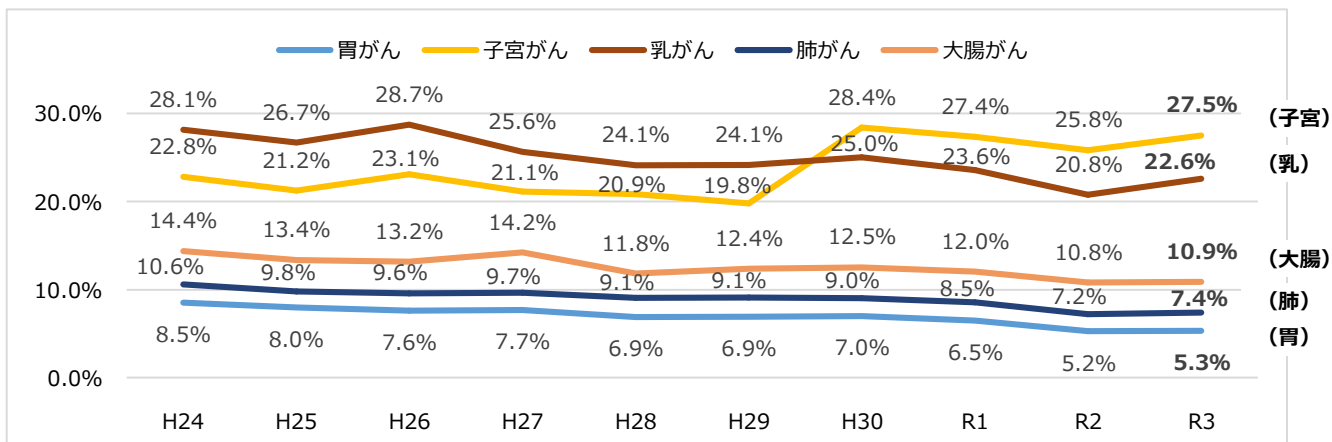
※6か月以上継続して入院している方，障害者支援施設・養護老人ホーム
等介護保険施設等に入居（入所）されている方

○検査項目

問診（自覚症状），身体計測（身長，体重，腹囲），血圧測定，
身体診察（視診），尿検査（尿糖，尿蛋白），
血液検査（血糖，脂質，肝機能）

※必要な場合

がん検診の受診率推移



目標値(R3)	
子宮	26%
乳	32%
大腸	16%
肺	11%
胃	10%

がん検診受診率（令和元年年度地域保健・健康増進事業報告：厚生労働省）

順位	胃がん	大腸がん	肺がん	乳がん	子宮(頸)がん
高↑	更別村 33.9%	秩父別町 28.7%	更別村 34.3%	初山別村 50.4%	初山別村 39.4%
	置戸町 34.9%	更別村 28.3%	厚真町 33.4%	南富良野町 45.0%	秩父別町 35.6%
	秩父別町 35.9%	中富良野町 27.9%	中富良野町 31.4%	和寒町 44.8%	増毛町 35.4%
	旭川市(111) 18.4%	旭川市(62) 18.8%	旭川市(111) 18.4%	旭川市(62) 18.8%	旭川市(62) 18.8%
北海道 16.5%	北海道 16.5%	北海道 16.5%	北海道 16.5%	北海道 16.5%	
全国平均	7.8%	7.7%	6.8%	17.0%	15.7%
↓低	北海道 6.1%	旭川市(151) 5.4%	北海道 4.5%	北海道 14.7%	北海道 14.7%
	旭川市(147) 6.1%	北海道 5.4%	旭川市(166) 3.8%	旭川市(147) 6.1%	旭川市(147) 6.1%
	函館市 2.9%	留萌市 2.9%	留萌市 2.1%	小樽市 9.3%	白糠町 6.7%
	小樽市 2.7%	小樽市 2.9%	小樽市 1.6%	鹿部町 8.9%	三笠市 4.4%
	室蘭市 0.7%	室蘭市 1.6%	札幌市 1.5%	三笠市 8.6%	室蘭市 4.3%

全国のがん検診受診率

がん検診受診率（国民生活基礎調査による推計値）

胃がん，大腸がん，肺がん，乳がん（40歳～69歳），子宮（頸）がん（20歳～69歳）

令和元年度

順位	胃がん		大腸がん		肺がん		乳がん		子宮（頸）がん	
	受診率	都道府県	受診率	都道府県	受診率	都道府県	受診率	都道府県	受診率	都道府県
1	61.1%	山形県	61.7%	山形県	66.7%	山形県	61.0%	山形県	56.2%	山形県
2	55.0%	新潟県	53.9%	山梨県	61.7%	宮城県	59.8%	宮城県	55.2%	宮城県
3	53.3%	宮城県	53.6%	宮城県	61.2%	山梨県	58.6%	山梨県	49.8%	山梨県
	⋮		⋮		⋮		⋮		⋮	
全国平均	42.4%		44.2%		49.4%		47.4%		43.7%	
	⋮		⋮		⋮		⋮		⋮	
43	36.8%	北海道	37.4%	沖縄県	43.9%	京都府	41.9%	大阪府	38.9%	京都府
44	36.8%	兵庫県	37.4%	北海道	43.9%	沖縄県	40.6%	和歌山県	38.5%	和歌山県
45	36.7%	長崎県	36.9%	和歌山県	43.1%	長崎県	37.7%	北海道	38.3%	長崎県
46	36.5%	山口県	36.7%	長崎県	42.0%	大阪府	37.5%	長崎県	37.8%	北海道
47	35.8%	大阪府	35.4%	山口県	41.2%	北海道	35.4%	山口県	35.4%	山口県

※職域検診も含む

男性 ④ 47.5%
女性 ④ 35.7%

喫煙率（都道府県別順位）

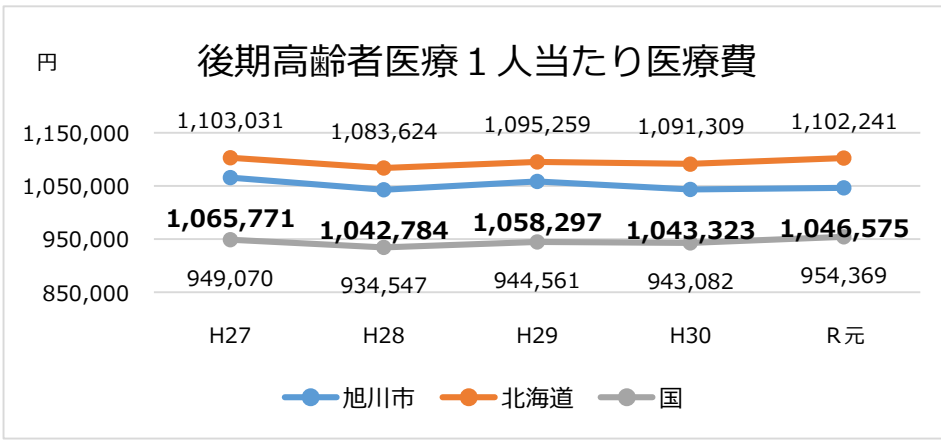
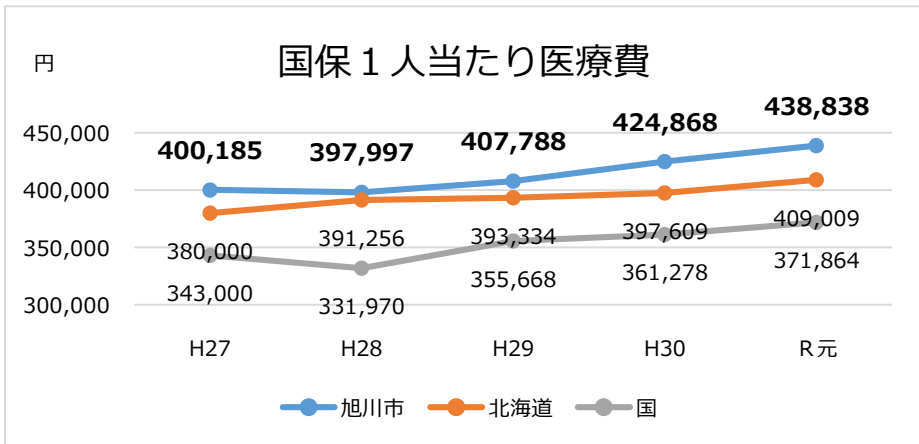
	男女平均	男	女
全国平均	18.3	28.8	8.8
北海道	22.6	31.7	14.8
順位	47	39	47

3倍以上！

出典：国民生活基礎調査（2019）

1位 島根県 4.2%

1人当たり医療費の推移



千円

上位5位	1位		2位		3位		4位		5位	
平成27年度	佐賀	413	鹿児島	402	長崎	399	大分	397	香川	396
平成28年度	佐賀	417	鹿児島	406	長崎	401	山口	397	大分	396
平成29年度	佐賀	429	鹿児島	418	長崎	414	大分	409	山口	408
平成30年度	佐賀	436	鹿児島	427	長崎	419	島根	417	香川	416
令和元年度	佐賀	447	鹿児島	441	島根	431	大分	428	山口	427

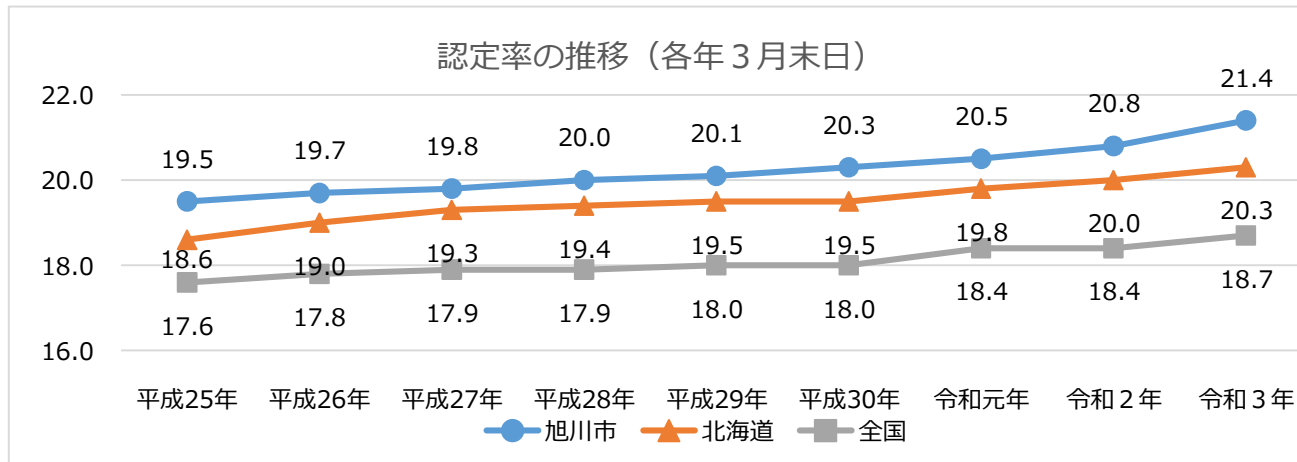
下位5位	47位		46位		45位		44位		43位	
平成27年度	茨城	307	千葉	313	愛知	314	埼玉	316	栃木	316
平成28年度	茨城	311	愛知	317	千葉	318	栃木	319	埼玉	319
平成29年度	茨城	316	愛知	324	千葉	327	栃木	327	埼玉	328
平成30年度	茨城	320	愛知	329	千葉	332	埼玉	333	栃木	335
令和元年度	茨城	330	愛知	340	千葉	341	埼玉	341	群馬	346

千円

上位5位	1位		2位		3位		4位		5位	
平成27年度	高知	1,151	福岡	1,143	長崎	1,090	大阪	1,077	佐賀	1,068
平成28年度	福岡	1,118	高知	1,118	長崎	1,074	大阪	1,060	佐賀	1,050
平成29年度	高知	1,131	福岡	1,123	長崎	1,083	大阪	1,070	北海道	1,053
平成30年度	高知	1,137	福岡	1,123	長崎	1,084	大阪	1,065	鹿児島	1,061
令和元年度	高知	1,144	福岡	1,124	長崎	1,087	鹿児島	1,081	大阪	1,077

下位5位	47位		46位		45位		44位		43位	
平成27年度	新潟	752	岩手	754	青森	798	秋田	801	山形	805
平成28年度	岩手	738	新潟	742	秋田	785	山形	788	青森	788
平成29年度	岩手	748	新潟	749	秋田	788	青森	792	山形	798
平成30年度	岩手	747	新潟	750	秋田	786	青森	788	福島	803
令和元年度	岩手	753	新潟	757	青森	792	秋田	796	福島	811

旭川市の介護度の状況



要介護認定区分ごとの認定率（令和4年2月）

単位：%

	要支援 1	要支援 2	要介護 1	要介護 2	要介護 3	要介護 4	要介護 5
旭川市	5.2	2.5	5.6	2.6	1.8	2.0	2.0
北海道	3.7	3.0	4.8	3.2	2.2	2.1	1.5
全国	2.7	2.6	3.9	3.2	2.5	2.4	1.6

出展：地域包括ケア「見える化」システム

○要支援 1～日常生活の基本的動作については、ほぼ自分で行うことが可能であるが、日常生活動作の介助や現在の状態の防止により要介護状態となることの予防に資するよう手段的日常生活動作について何らかの支援を要する状態

○要介護 1～要支援状態から、手段的日常生活動作を行う能力がさらに低下し、部分的な介護が必要となる状態

第2次健康日本21旭川計画 市民アンケート（令和4年実施）

◆ 調査方法・対象等

調査対象地域	旭川市全域
調査対象者	満20歳以上の旭川市民2,800人（男女各1,400人）
抽出方法	令和4年5月31日現在の住民基本台帳から無作為抽出
調査方法	発送・回収ともに調査票の郵送によるアンケート方式

◆ 調査期間

令和4年6月6日～令和4年7月4日

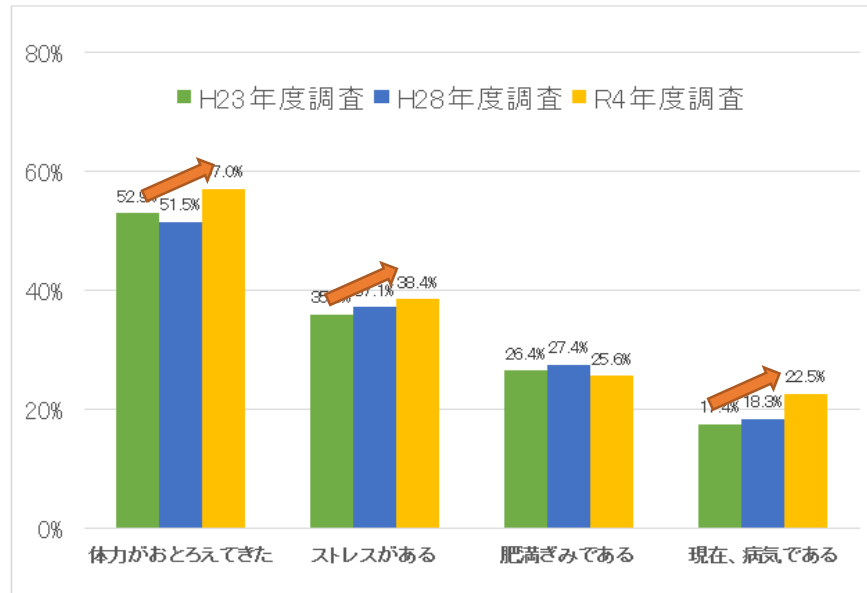
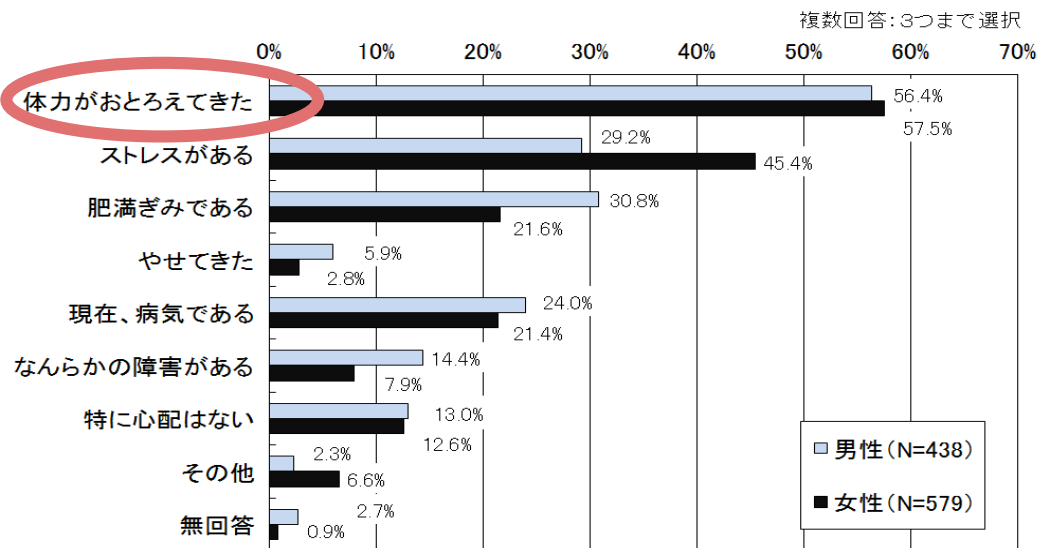
◆ 回収結果

発送数	(A)	2,800票
回収数	(B)	1,017票
回収率	(B÷A)	36.3%

第2次健康日本21旭川計画 市民アンケート（令和4年実施）

健康について心配なこと

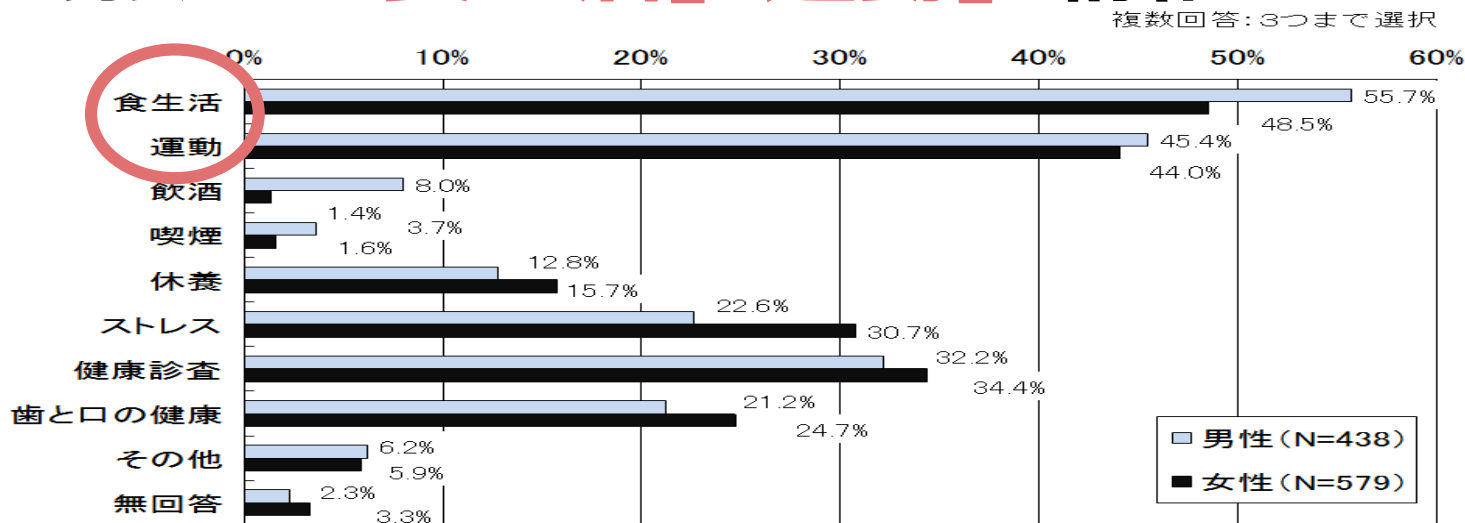
男女ともに**50%以上**の市民が**体力の衰え**を感じている



第2次健康日本21旭川計画 市民アンケート（令和4年実施）

➤ 健康について知りたい情報は

男女ともに「**食生活**」「**運動**」の情報



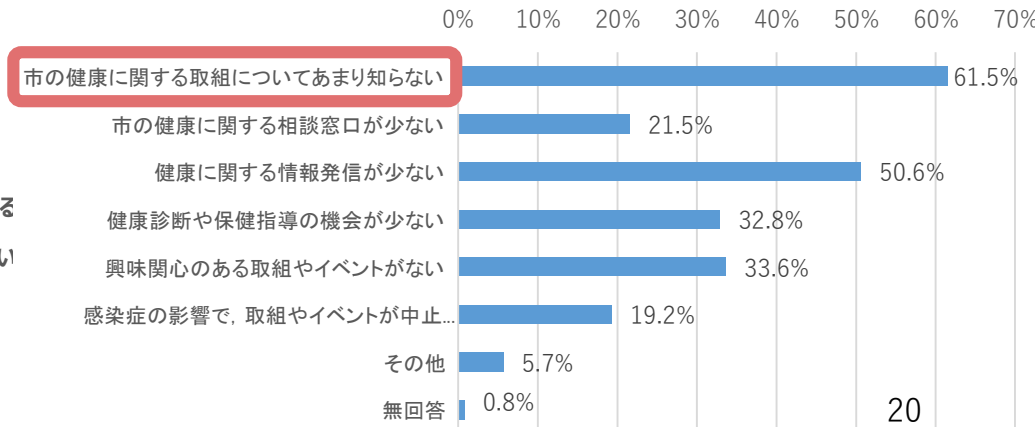
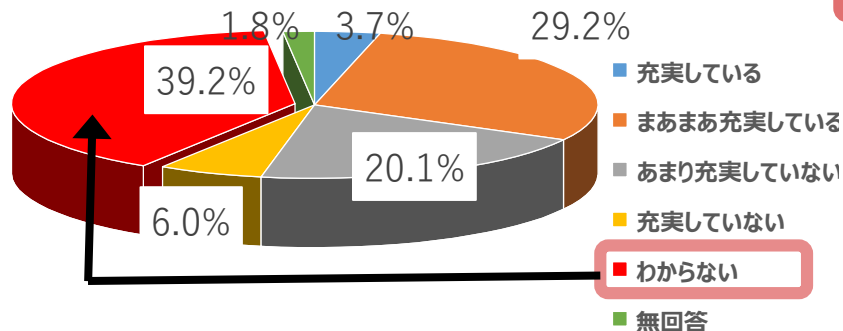
第2次健康日本21旭川計画 市民アンケート（令和4年実施）

市の健康づくりの取組について

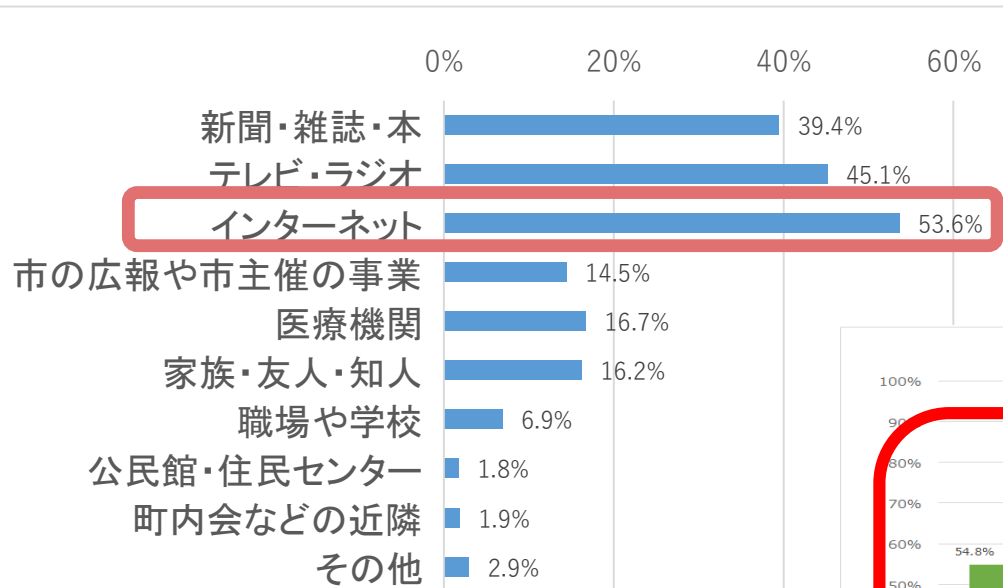
約40%の市民が「わからない」

「充実していない」「あまり充実していない」の理由は

「市の健康に関する取組についてあまり知らない」

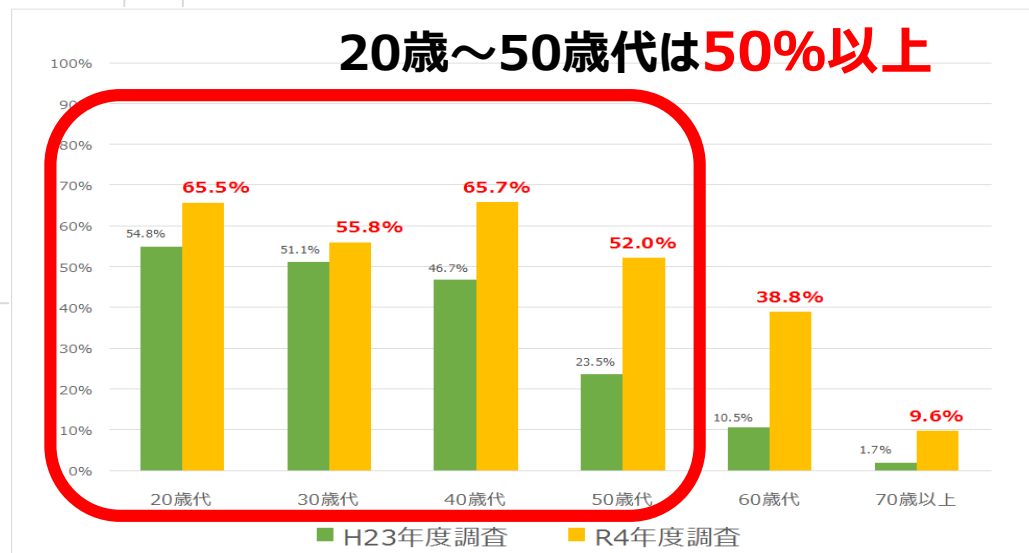


第2次健康日本21旭川計画 市民アンケート（令和4年実施）



10年前と比べて、**全ての年代でインターネット利用率が増加**

53.6%の市民が**インターネット**で健康についての情報を得ている

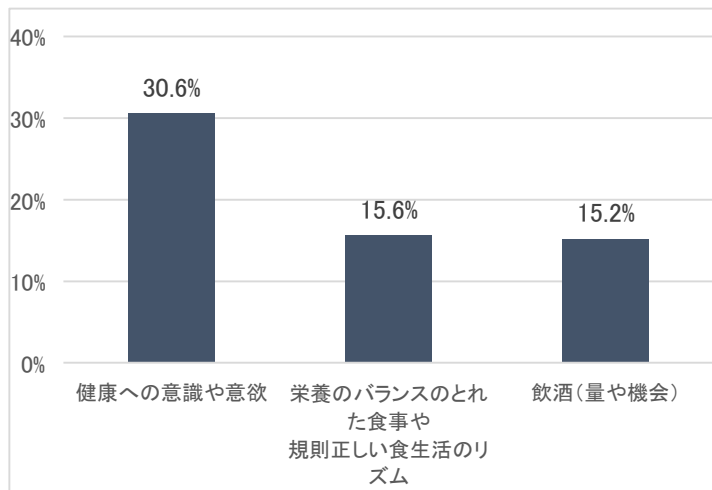


第2次健康日本21旭川計画 市民アンケート（令和4年実施）

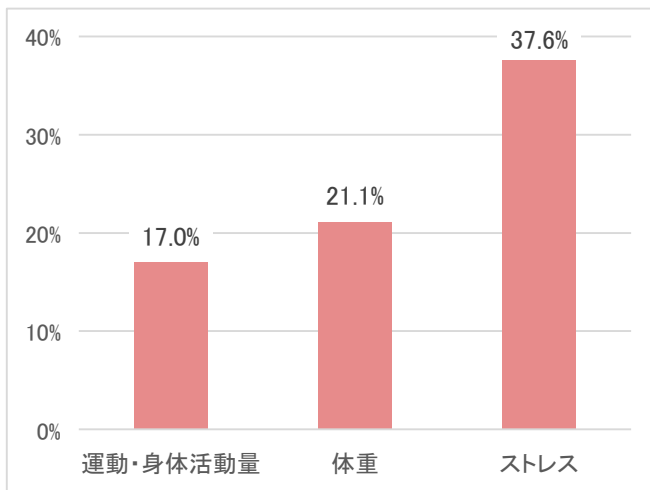
➤ 新型コロナウイルス感染症による生活の変化

健康への意識や意欲は「改善」、ストレスは「悪化」

「改善」の割合上位3項目



「悪化」の割合上位3項目



(ア) 健康状態
(イ) 健康への意識や意欲
(ウ) 栄養のバランスのとれた食事や規則正しい食生活のリズム
(エ) 運動・身体活動量
(オ) 体重
(カ) ストレス
(キ) 睡眠・休養
(ク) 喫煙量
(ケ) 飲酒(量や機会)

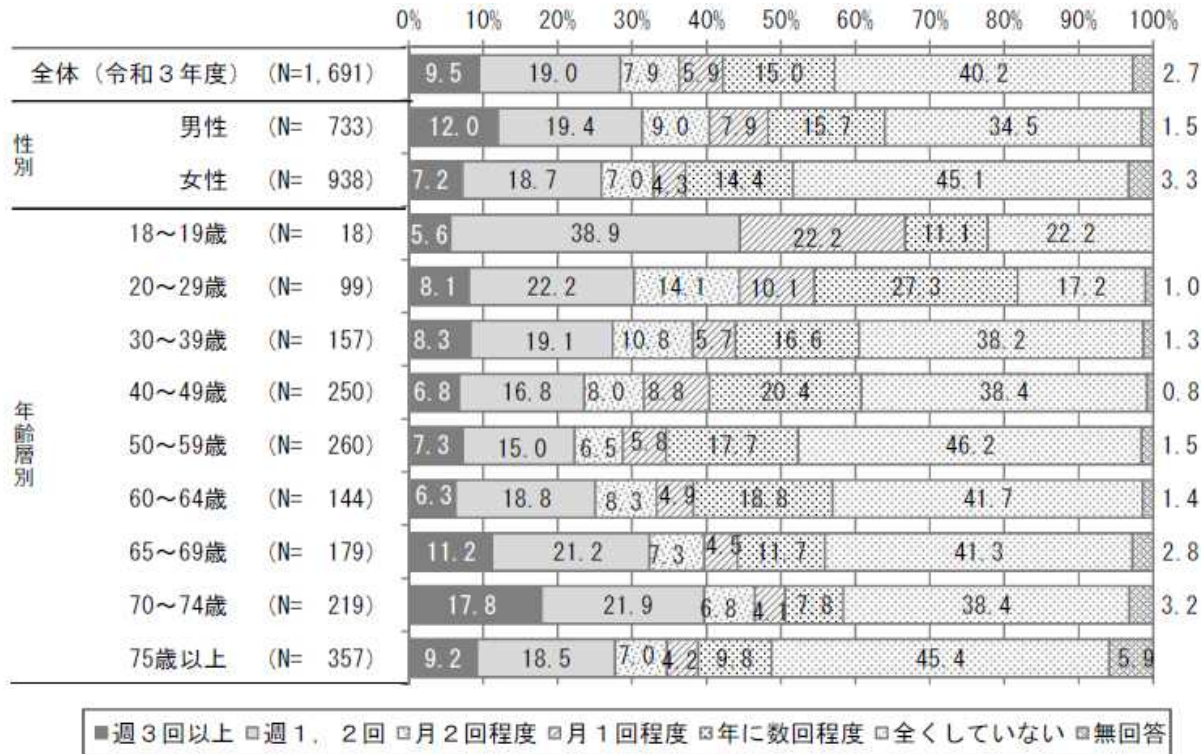
令和3年度旭川市民アンケート

- 調査対象者
旭川市民のうち18歳以上の男女3,000人
- 発送数 3,000人
- 回収数 1,691人
- 回収率 56.4% (=回収数÷発送数)

年齢層	発送数	回収数		回収率 (%)
			構成比 (%)	(回収数/発送数)
18~19歳	60	18	1.1	30.0
20~29歳	273	99	5.9	36.3
30~39歳	341	157	9.3	46.0
40~49歳	474	250	14.8	52.7
50~59歳	452	260	15.4	57.5
60~69歳	484	323	19.1	66.7
70歳以上	916	576	34.1	62.9
無回答	—	8	0.5	—
合計	3,000	1,691	100.0	56.4

令和3年度旭川市民アンケート

スポーツ・運動活動への参加状況



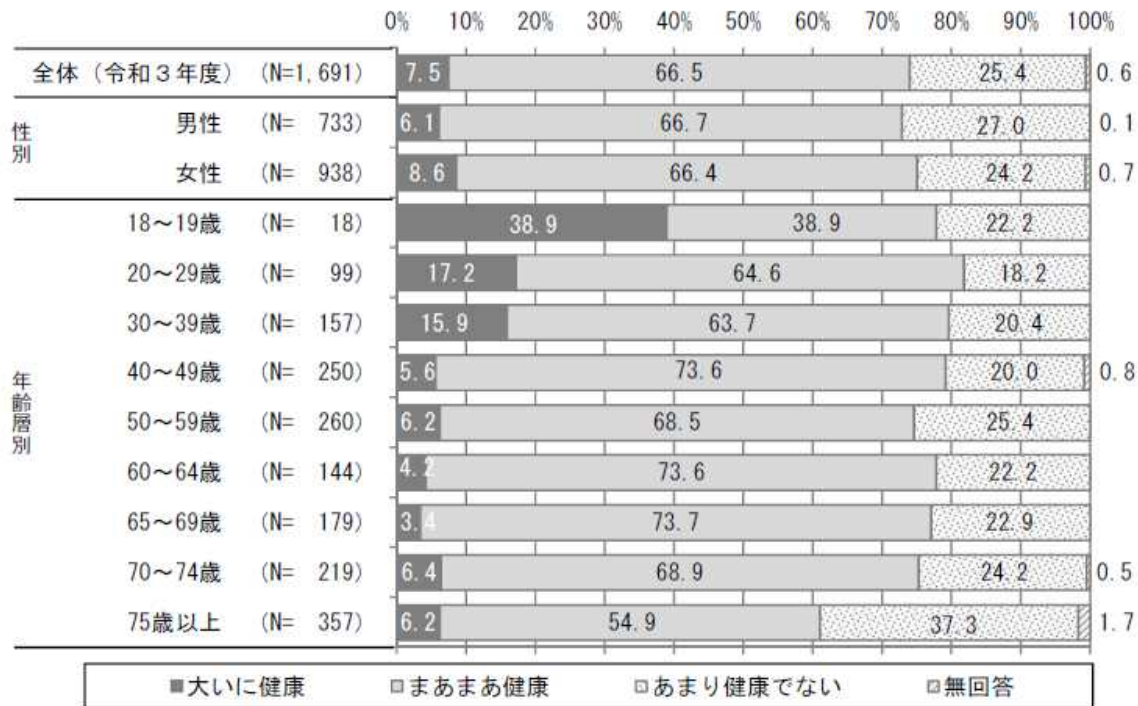
「全くしていない」が
40.2%と**最も高い**。

・「週3回以上」と「週1, 2回」を合わせた回答が
18～19歳で
44.5%と**最も高い**。

・「全くしていない」は
50～59歳が46.2%,
75歳以上が45.4%
で**半数近い割合**

令和3年度旭川市民アンケート

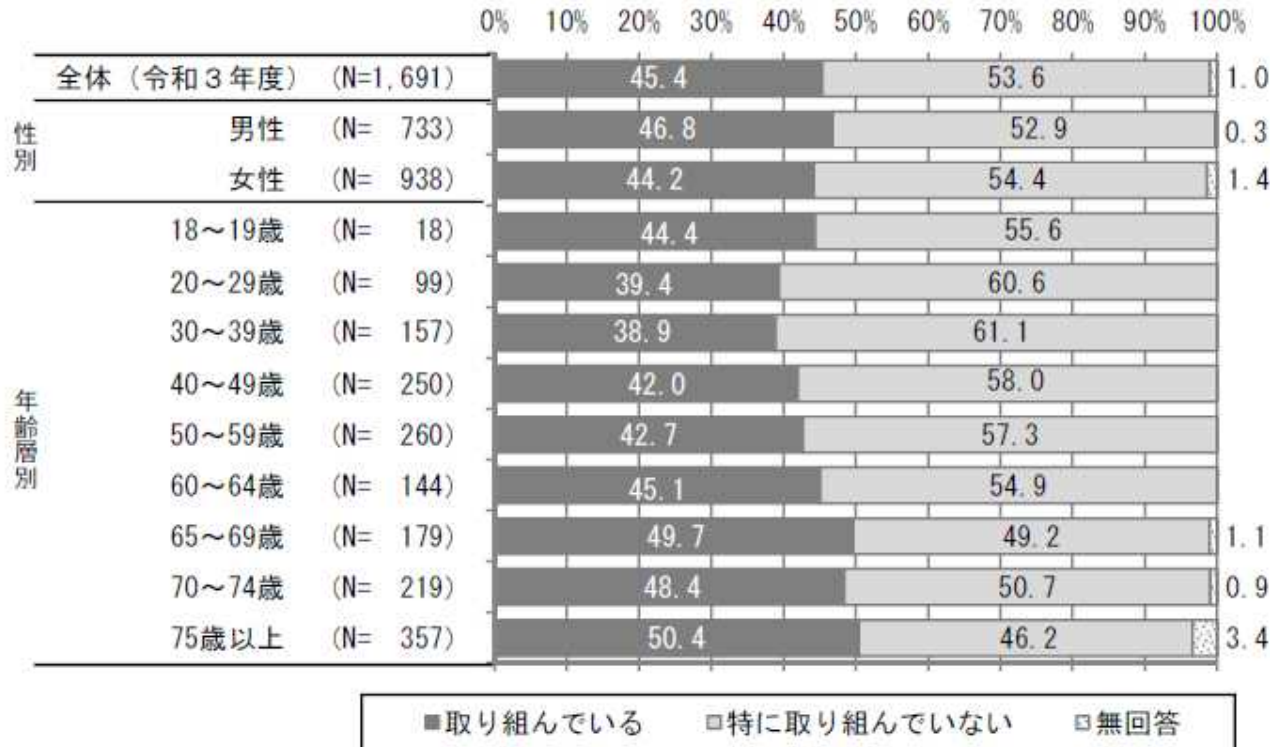
現在の健康状態



「大いに健康」と「まあまあ健康」を合わせて
74.0%の人が
健康であると回答

令和3年度旭川市民アンケート

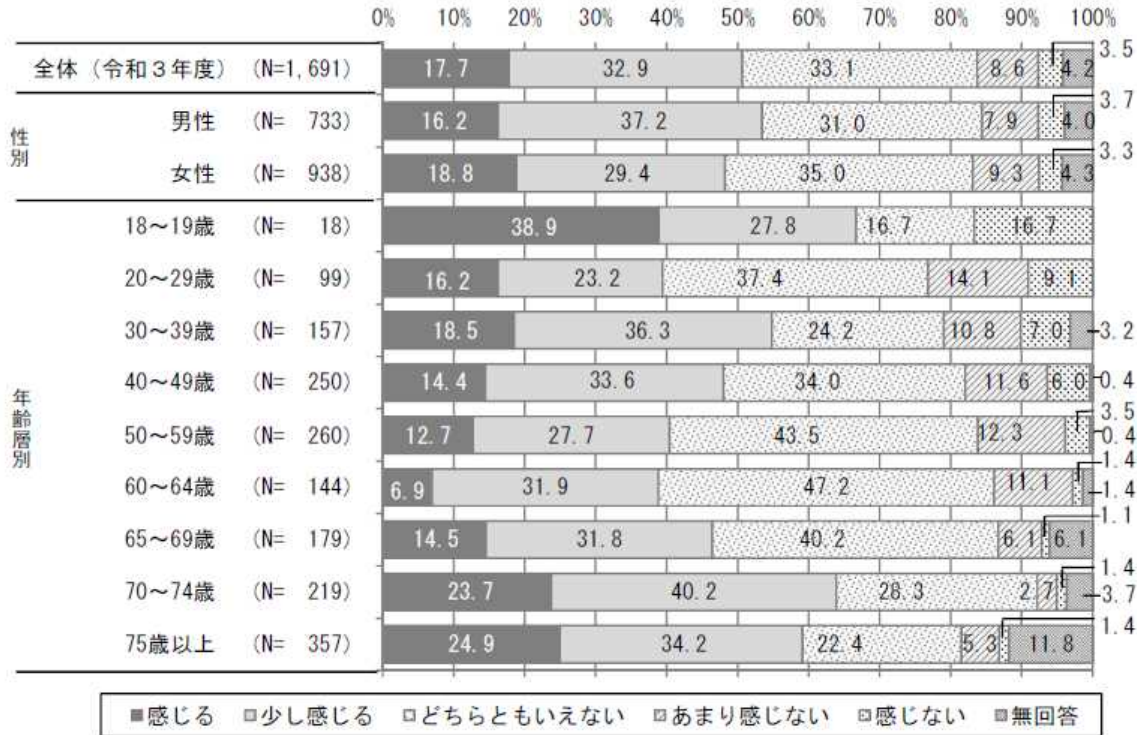
健康のための取組



「特に取り組んでいない」が
 「取り組んでいる」
 を8.2ポイント
上回っている。

令和3年度旭川市民アンケート

- 子ども達の健やかな成長



「感じる」と「少し感じる」
を合わせて
50.6%が感じる
と回答している。

旭川市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定に係る調査 (日常生活圏域ニーズ調査)

設問

生きがいがありますか

調査時期	令和元年度	平成28年度
	令和2年2月～4月末	平成29年2月～3月末
対象者	要介護1～5の認定を受けていない65歳以上の高齢者	要介護1～5の認定を受けていない65歳以上の高齢者
発送数	4,400票	5,463票
有効回収数	2,762票	2,910票
生きがいあり	56.0%	50.3%

代表的な生きがい (令和元年度調査)

- ・家族のこと,
- ・家族との時間
- ・子ども・孫たちの成長
- ・友だちと会うこと, 話すこと
- ・元気, 健康でいること
- ・仕事
- ・趣味

など

2 スマートウェルネスあさひかわプランとは

<旭川市が目指す「ウエルネス（健幸※）」のすがた>

誰もが健やかに生き生きと暮らし、

幸せを感じることができるまち

※「健幸（けんこう）」～健康づくりは、幸せづくり

<スマートウエルネスあさひかわプランとは>

・保健医療分野だけではなく、本市の様々な分野の事業に「健康づくり」の視点を取り入れる

・行政，市民，民間企業，地域等が一体となり、**健康で、幸せになれるまちの実現**を目指すためのアクションプラン

プランを形にしていくために・・・

健康への市民の
意識は？

生き生きと暮らす
には？

誰もが取り組める健
康づくりとは？

「健幸」
旭川の弱点は？

「健幸」
旭川の強みは？

今どきの
健康づくりって？

様々な立場，視点から幅広い御意見をお願いします。