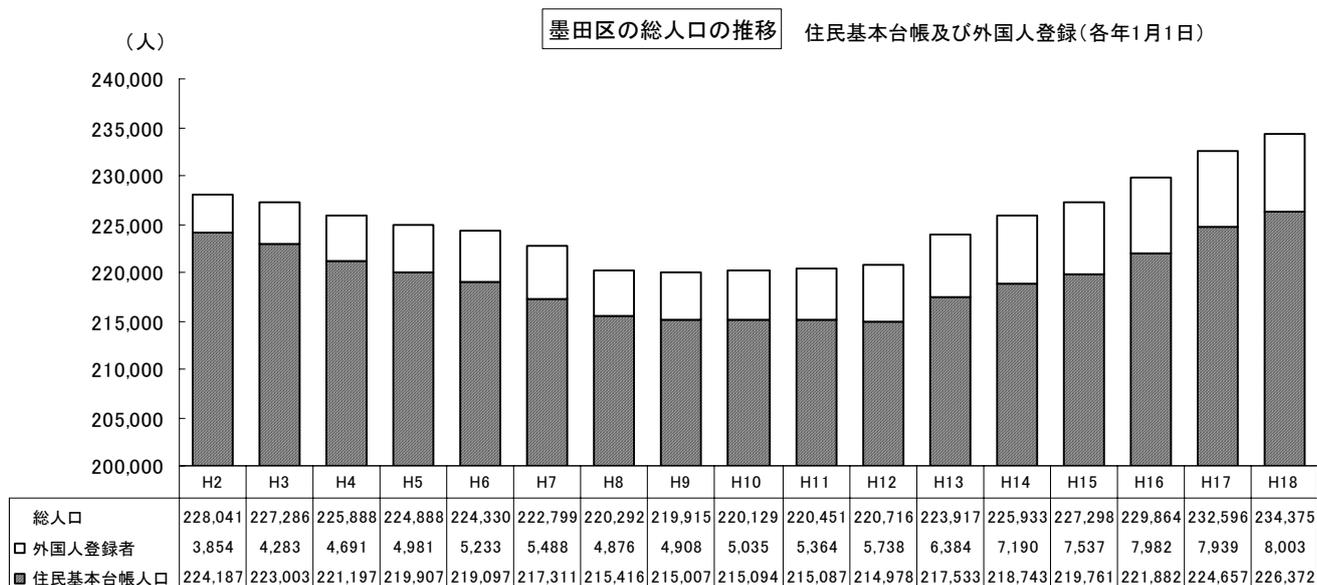


第2章 墨田区の健康づくりをとりまく現状

1 人口 ～微増傾向、単身世帯の増加～

- 都心回帰による人口増加傾向がみられますが、自然動態では人口の減少傾向が続いています。
- 単身世帯の増加がみられます。
- 地域により、居住年数や世帯構成に違いがみられます。
- 転入者の増加により、従来からの下町のコミュニティの力が徐々に弱まってくるのではないかと考えられます。

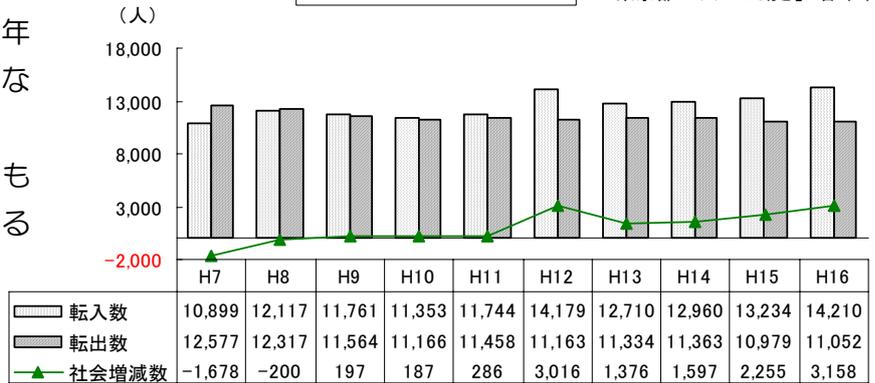
墨田区の人口をみると、平成9年（1997年）までは人口の減少傾向にありましたが、平成13年（2001年）以降はわずかですが人口増加の傾向にあり、都心回帰の様子がうかがえます。



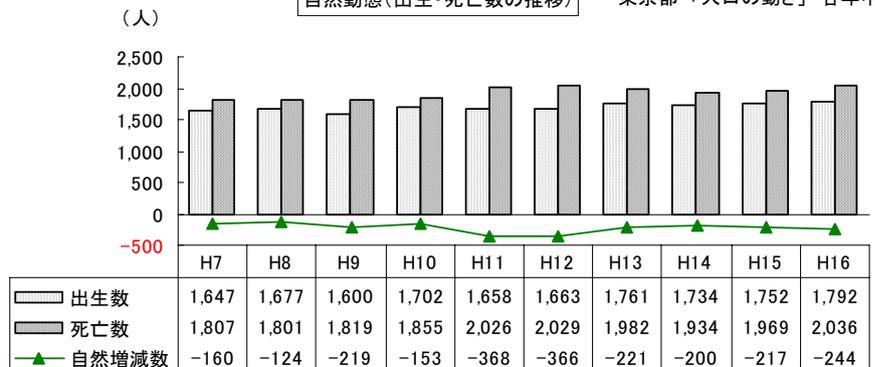
人口が増加している要因は、転入者が転出者を上回っていることにあり、平成9年（1997年）より転入超過となっています。

自然動態は、少子化の影響もあり、出生数が死亡数を下回る状態が続いています。

社会動態(転入・転出数の推移) 東京都「人口の動き」各年中



自然動態(出生・死亡数の推移) 東京都「人口の動き」各年中

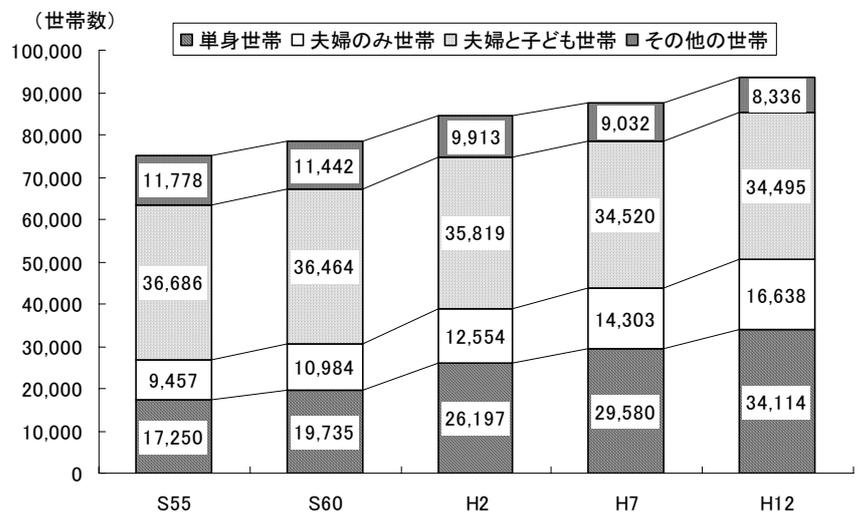


家族類型の推移をみると、単身世帯と夫婦のみ世帯が増加傾向にあります。特に単身世帯の増加が注目されます。

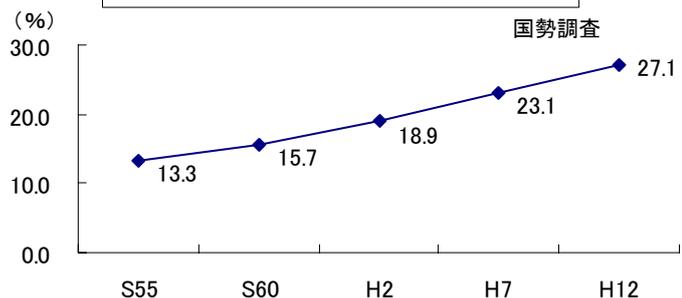
若年者の単身世帯だけでなく、高齢者の単身世帯も増加しています。

これら単身世帯の方は、健康面で課題を抱える方もいることから、健康づくりのための支援が求められます。

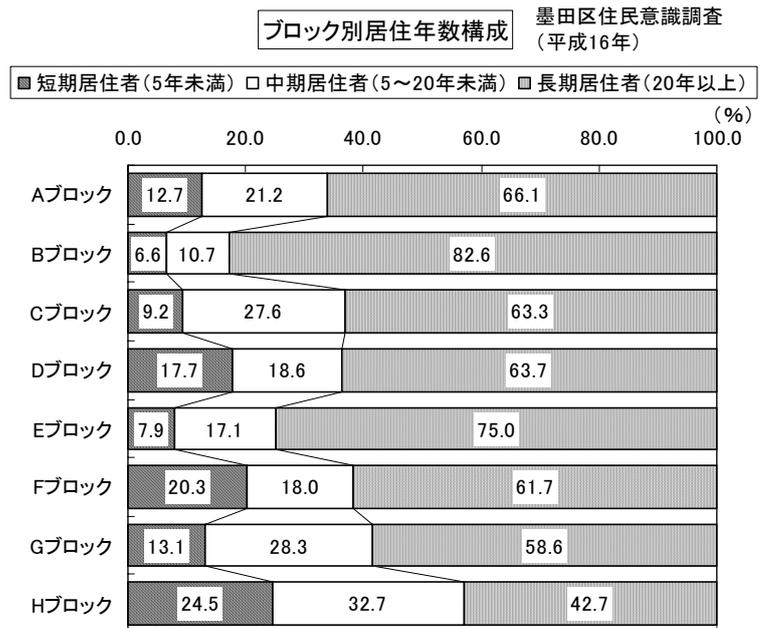
家族類型の推移 国勢調査



高齢者のいる一般世帯における単身世帯割合 国勢調査



墨田区の8つのコミュニティブロック別にみると、居住年数に違いがみられます。Hブロックは居住年数の短い区民が多く、BブロックとEブロックは居住年数の長い人が多くなっています。

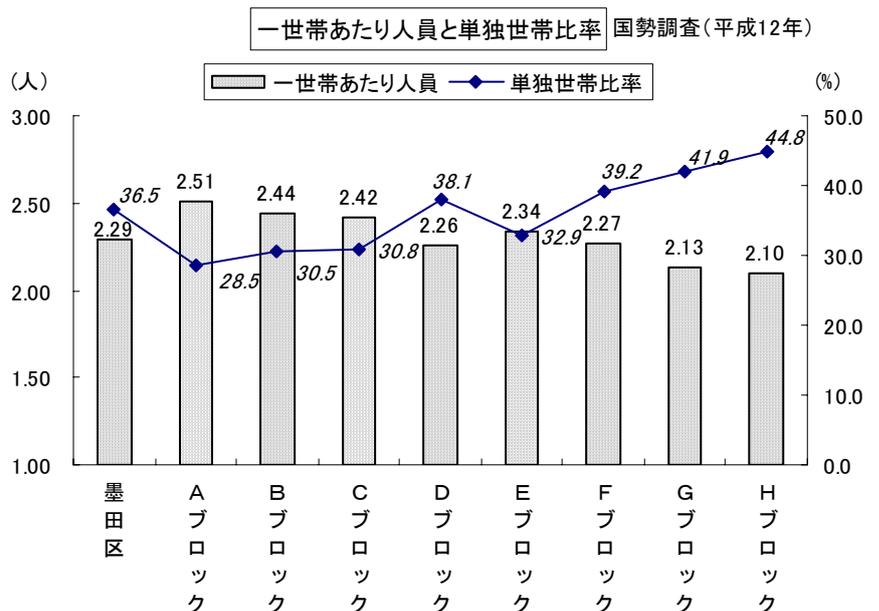


《コミュニティブロック》

Aブロック	東向島4~5丁目、堤通2丁目、墨田1~5丁目
Bブロック	東向島6丁目、八広1~6丁目
Cブロック	立花1~6丁目、東墨田1~3丁目
Dブロック	向島1~5丁目、東向島1~3丁目、堤通1丁目
Eブロック	押上1~3丁目、京島1~3丁目、文花1~3丁目
Fブロック	横網1~2丁目、亀沢1~4丁目、石原1~4丁目、本所1~4丁目、東駒形1~4丁目、吾妻橋1~3丁目
Gブロック	錦糸1~4丁目、太平1~4丁目、横川1~5丁目、業平1~5丁目
Hブロック	両国1~4丁目、千歳1~3丁目、緑1~4丁目、立川1~4丁目、菊川1~3丁目、江東橋1~5丁目

単身世帯の割合もコミュニティブロックで違いがみられ、特にGブロックとHブロックで単身世帯の割合が4割を超えています。

居住年数の短い人や単身世帯の割合の増加は、従来からの下町の地域社会となじまないとこもあります。このことから、地域をベースとした健康づくりの取り組みだけでなく、居住年数の短い人や単身世帯も考慮した取り組み方法を検討していく必要があります。



2

少子高齢化 ～進む少子高齢化～

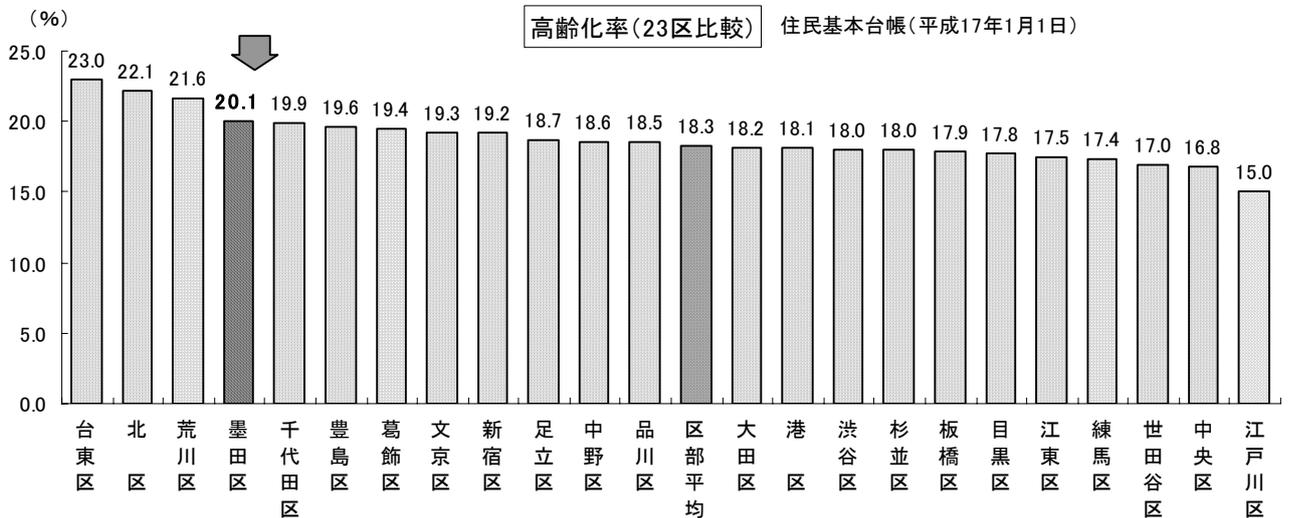
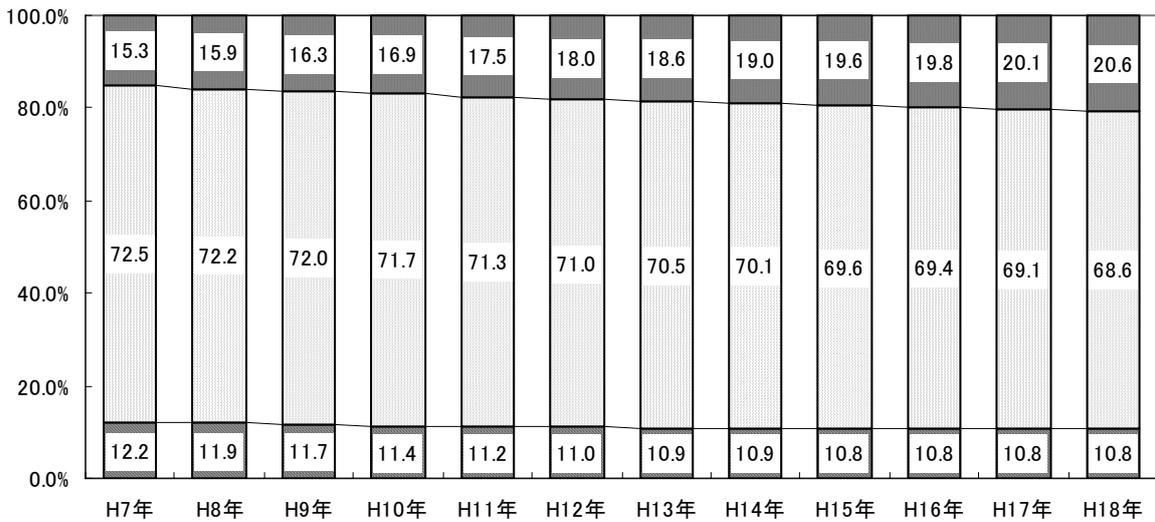
○年少人口が減少し高齢者人口が増加しています。
 ○23区で比較すると、平成17年(2005年)1月1日現在、墨田区の高齢化率は4番目に高くなっています。

墨田区においては近年人口の増加傾向が続いていますが、高齢者も増加傾向にあり、平成18年(2006年)1月1日現在、本区の高齢者人口は46,520人で、高齢化率は20.6%となっています。平成17年(2005年)1月1日の比較では、都内23区の中では4番目に高い高齢化率です。

いわゆる団塊の世代が65歳以上となる平成27年(2015年)には本区の高齢者人口はさらに増加すると予測されます。高齢者の生活習慣病を予防するとともに、介護を要する状態にならないよう予防に努め、それぞれのからだの状態にあわせて健康にすごすことが求められています。

人口構成の推移 住民基本台帳(各年1月1日)

■ 年少人口(0~14歳) □ 生産年齢人口(15~64歳) ■ 高齢者人口(65歳以上)

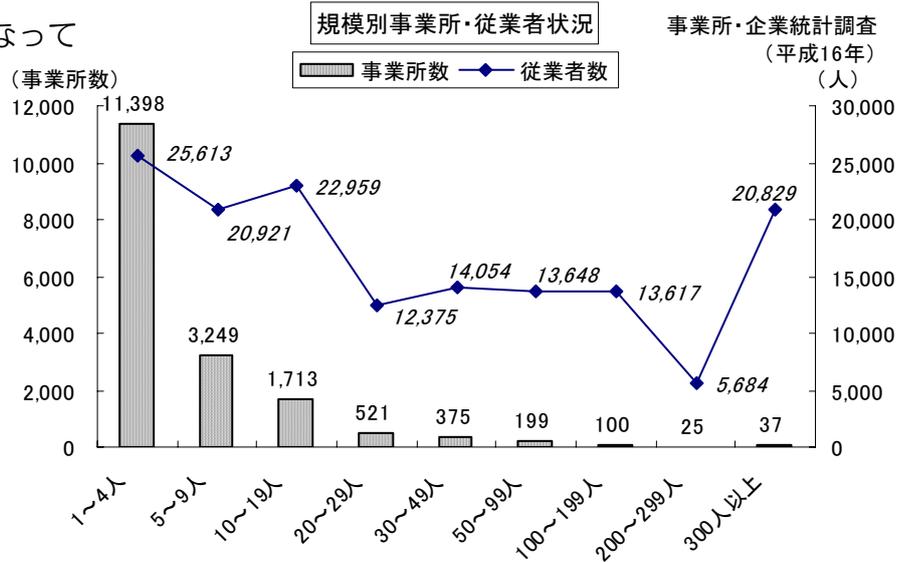


3

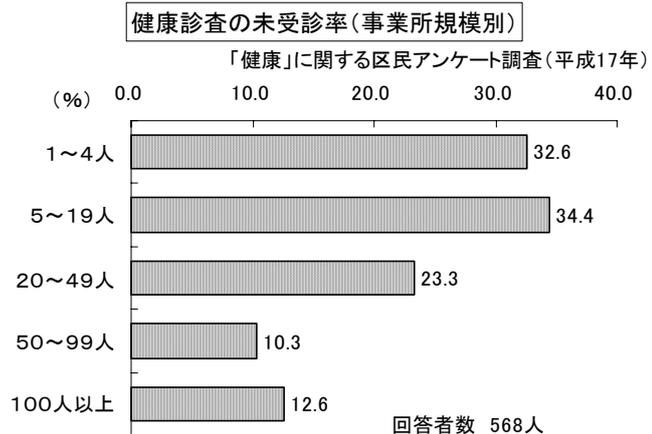
産業構造 ～中小企業のまち～

○墨田区は中小企業のまちです。特に従業者数1～4人の事業所が多くなっています。
○従業者数の少ない事業所の従業者では、従業者数の多い事業所の従業者と比較して、健康診査の受診率が低く、事業所での健康面の取り組みも充実していません。

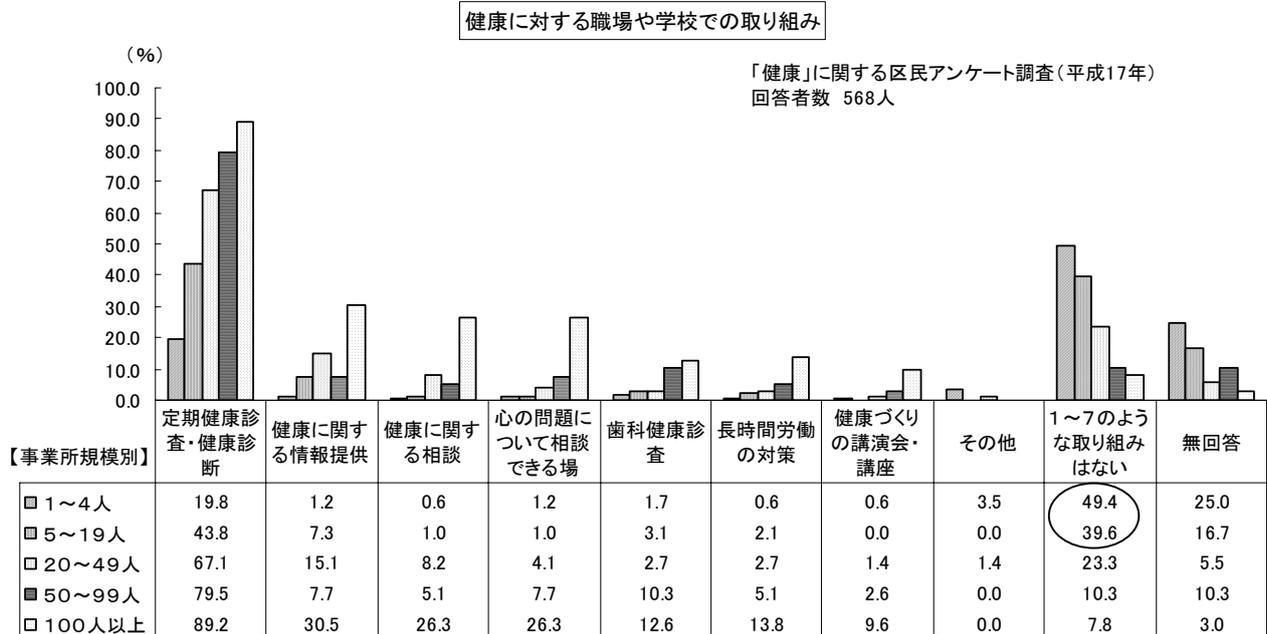
墨田区は、中小企業の事業所が多く、特に従業者数1～4人の小規模の事業所が多くなっています。



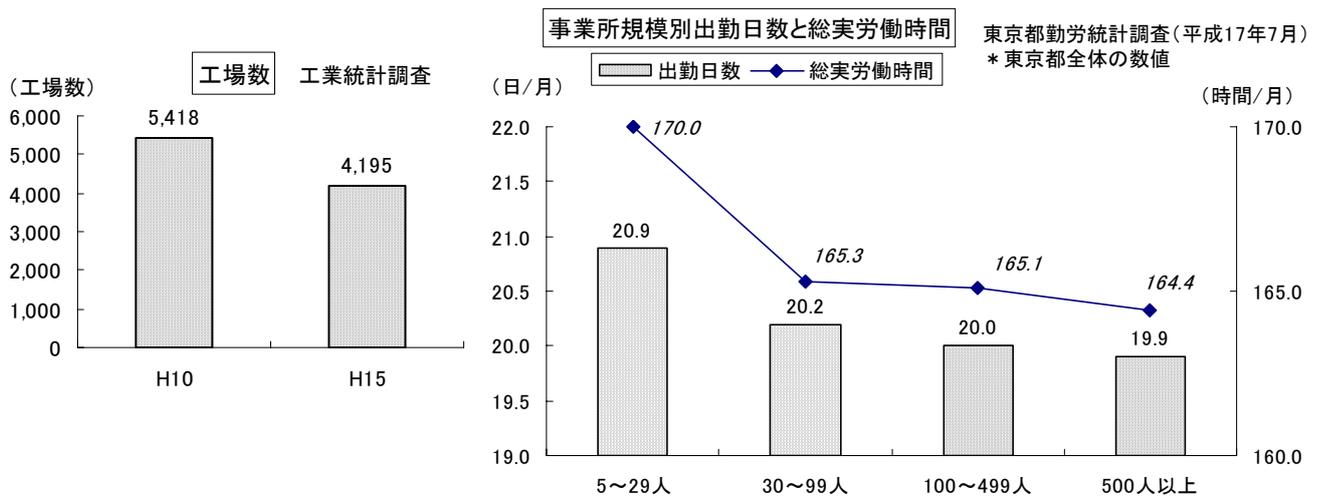
『健康』に関する区民アンケート調査によると、これらの小規模事業所の従業者では、健康診査の受診率が低くなっています。



また健康面の施策も充実しているとはいえません。これらの事業所で働く従業員の健康づくりへの支援が求められます。



平成10年(1998年)と平成15年(2003年)の工業統計調査結果を比較すると、工場数は5,418から4,195に減少しています。長引く不況の中で廃業した事業所も多いと考えられ、残った事業所も労働条件が厳しいことが予測されることから、事業所経営者及び従業員の健康づくり支援が重要です。

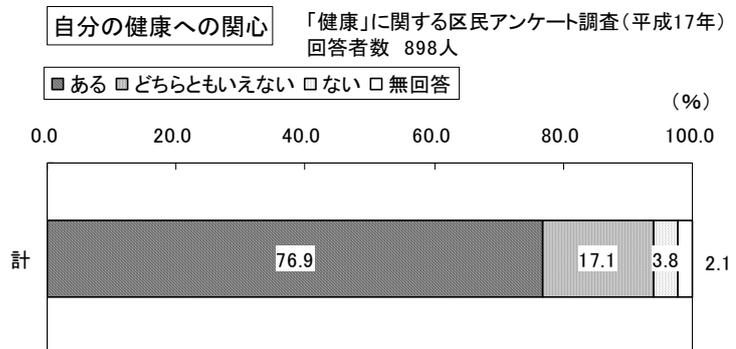


4

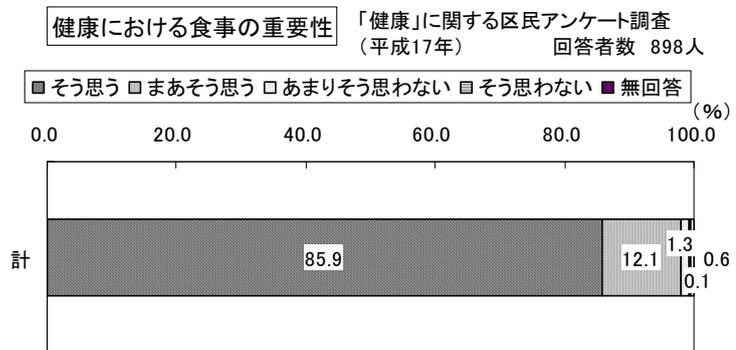
健康意識 ～健康意識と行動のギャップ～

- 区民の健康への意識は高く、食事や運動が健康に重要であるとの認識も高くなっています。
- しかしながら意識はあるものの、実際の食事や運動の実践状況は十分とは言えない人が多くなっています。
- 食事については20歳代、30歳代で食生活に問題のある人が他の世代よりも多くなっています。親の食習慣の乱れが子どもに影響を与えることから特に注意が必要です。
- 運動については運動の意識がありながら、実際には運動できていない人が多く、特に30歳代、40歳代が多くなっています。
- 生活習慣の結果としてBMI 25以上の肥満については、女性と比べると男性で肥満の割合が高くなっています。一方若い女性のBMI 18.5未満のやせの割合が高くなっています。
- 脳血管疾患、心疾患、がんのいずれも都内23区平均よりも標準化死亡比が高くなっています。
- 健康の自己管理については、専業主婦（夫）、家事手伝い、パートタイマー、フリーターで健康診査の未受診割合が高くなっています。

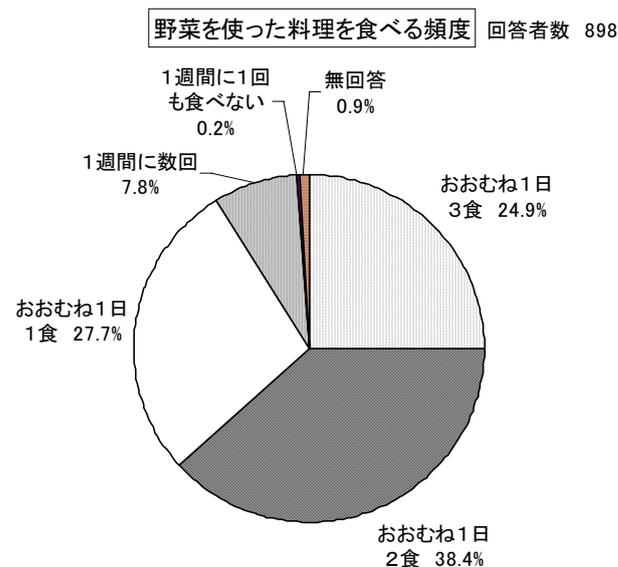
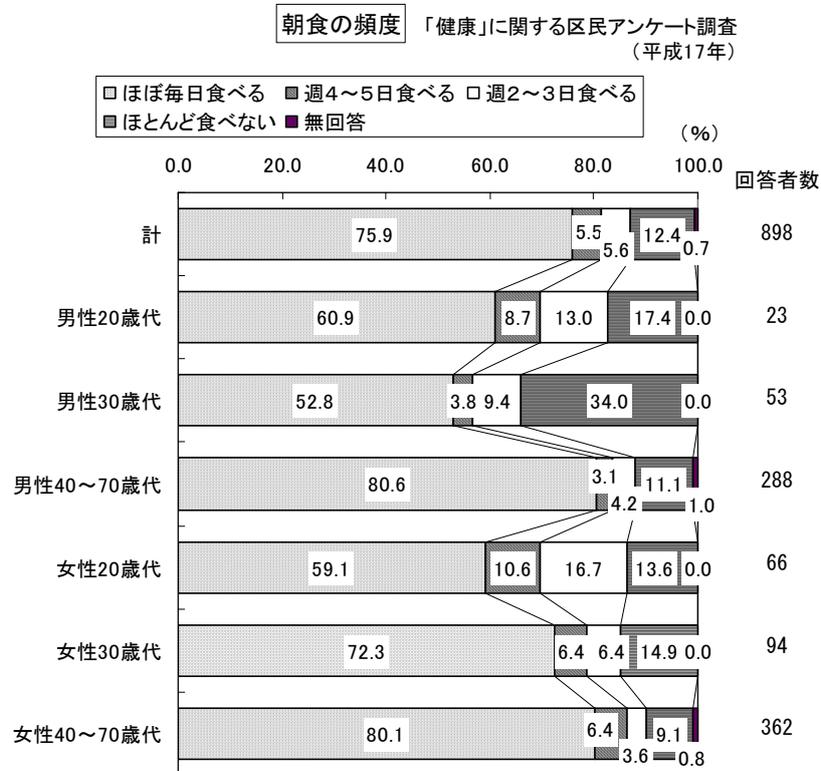
『健康』に関する区民アンケート調査によると、76.9%の区民が自分の健康に関心があると回答しています。



食事については85.9%の区民は、食事が健康において重要と考えています。



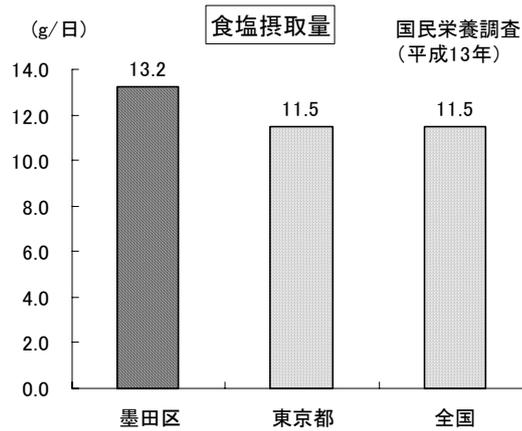
食事の重要性は理解しているものの、若い世代で食生活に問題のある人が多くなっています。朝食を週4日以上欠食する人が、男性 20 歳代で 30.4%、男性 30 歳代で 43.4%、女性 20 歳代で 30.3%、女性 30 歳代で 21.3%と若い世代で高い割合です。また、野菜を使った料理については、1 日 1 食が 27.7%、1 日 1 食未満が 8.0%です。



「健康」に関する区民アンケート調査 (平成 17 年)

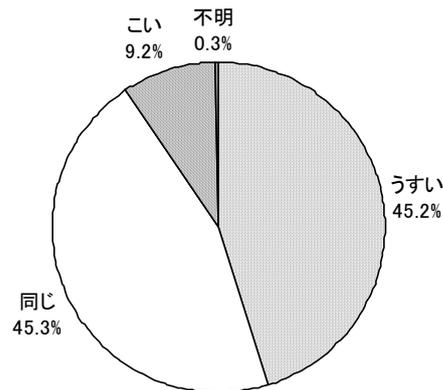
全国や東京都の数値と比較すると、墨田区では1日あたりの塩分摂取量が多くなっています。区民健康診査会場において実施した適正塩分味噌汁の試飲及びアンケート調査によると、適正塩分量の味噌汁が家庭で作る味噌汁よりも「うすい」と感じる人が45.2%みられ、塩分を多く摂取していると思われる人が半数近くいることがわかりました。

適切な塩分摂取量について正確な知識の普及が求められます。



適正塩分味噌汁と家庭の味噌汁との比較 回答者数 985

区民健康診査会場における適正塩分味噌汁の試飲及びアンケート調査 (平成15年)

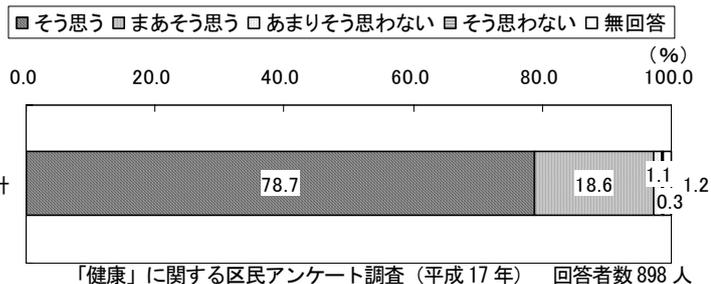


運動については 78.7%の人は運動が健康にとって重要であると思っています。

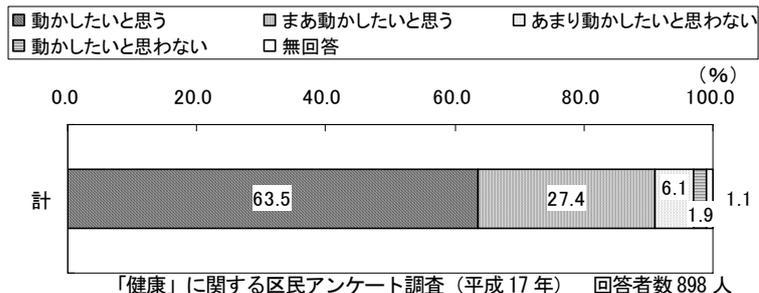
しかしながら実際に身体を動かしたいと思っている人は 63.5%で、日頃運動をしている人は時々している人を含めても 58.5%です。身体を動かしたいと思っても実践できていない人は 3 割です。

運動ができていない主な理由は、「時間がない」と「きっかけがない」が多く、手軽な運動の普及・啓発など、生活の中に運動を取り入れやすくすることが求められています。

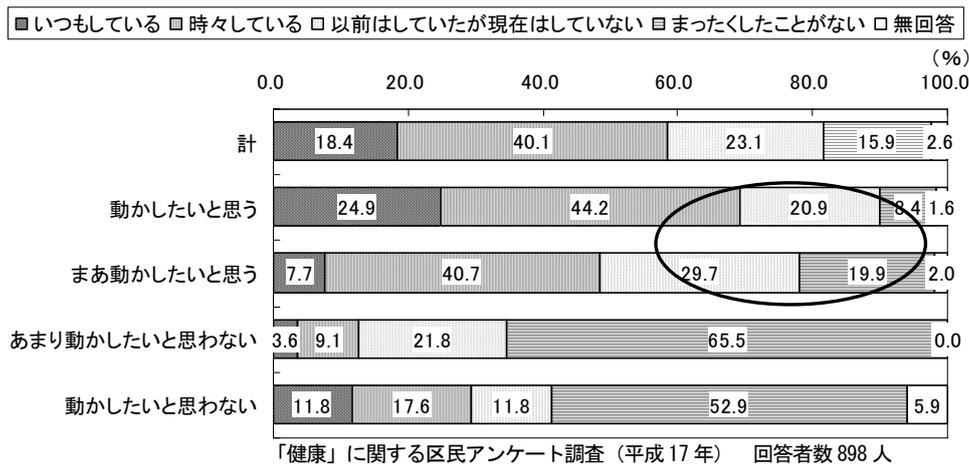
健康における運動の重要性



身体を動かしたいという意識



日頃の運動状況

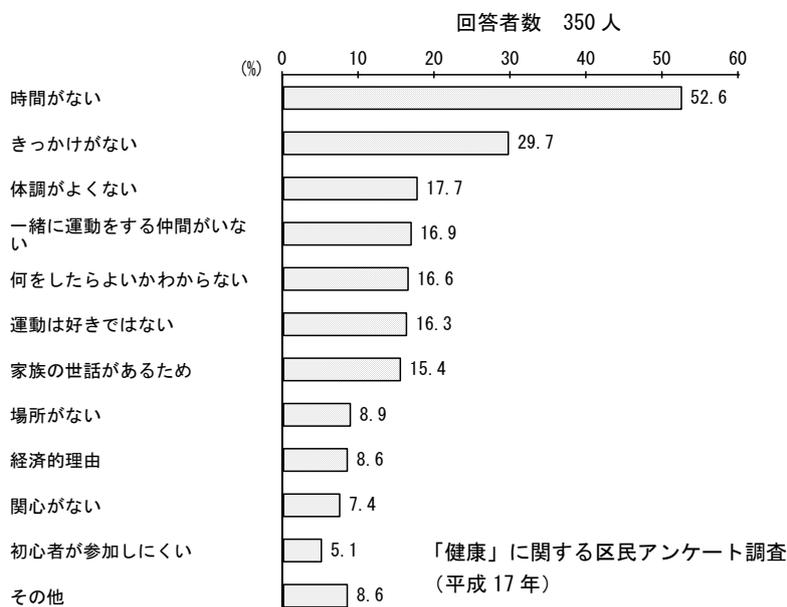


《参考》ふだん、運動やスポーツをする

	東京都
男性	42.5%
女性	40.4%

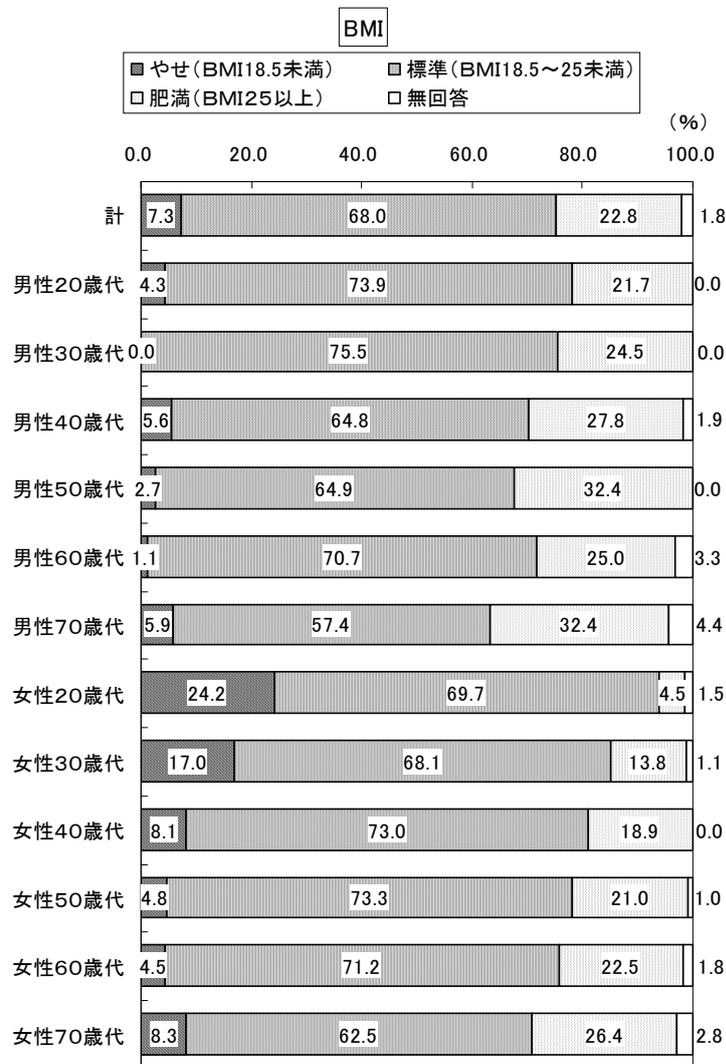
健康に関する世論調査 (平成 17 年)

運動できていない理由 (複数回答)



生活習慣の結果としてBMI 25以上の肥満の区民が、20～79歳の22.8%を占めます。加齢とともに肥満の割合が高くなり、特に男性で割合が高くなっています。

一方若い女性ではBMI 18.5未満のやせの人も多くなっています。女性20歳代では24.2%、女性30歳代では17.0%がやせです。やせの人の33.3%は自分の体型を「ふつう」と認識しています。適正体重と健康への影響についての正しい知識の普及が必要です。



「健康」に関する区民アンケート調査（平成17年） 回答者数 898人

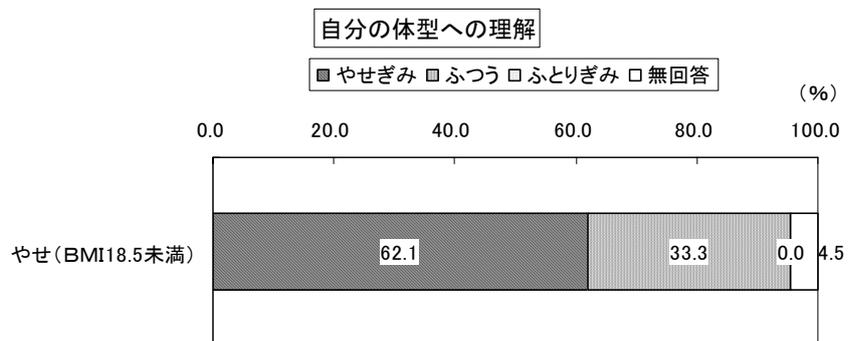
《参考》肥満とやせ

	墨田区	東京都	全国
男性 20～69歳の肥満	27.0%	28.5%	29.5%
女性 40～69歳の肥満	21.0%	20.4%	25.0%
女性 20歳代のやせ	24.2%	19.4%	23.4%
女性 30歳代のやせ	17.0%	9.8%	14.7%

墨田区：「健康」に関する区民アンケート調査（平成17年）

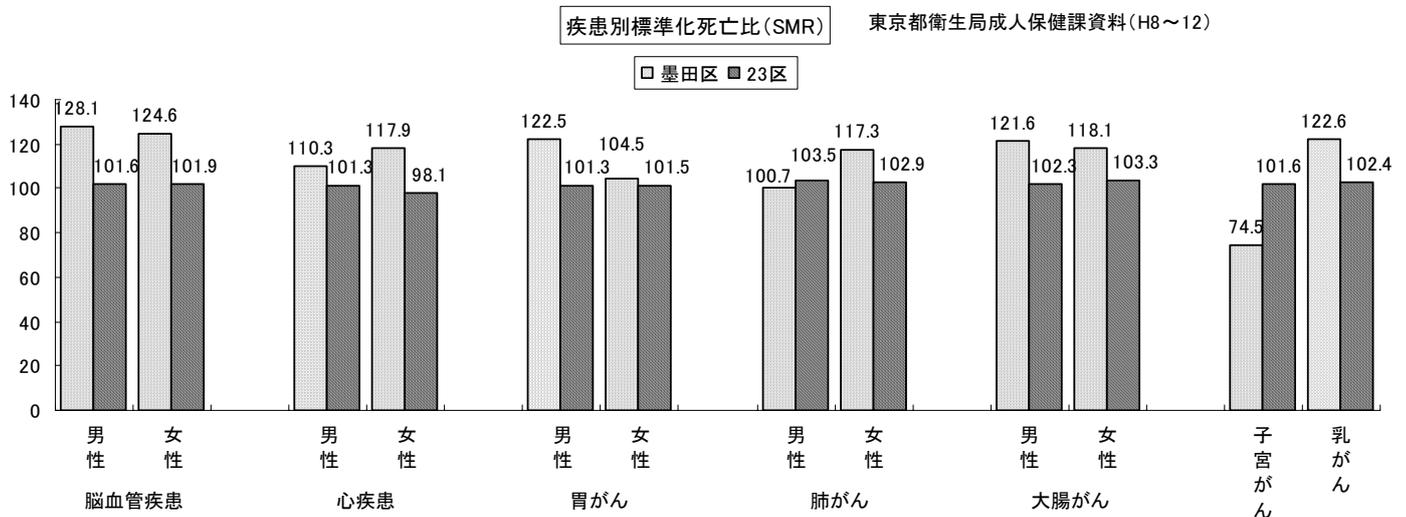
東京都：国民健康・栄養調査（平成16年）

全国：国民健康・栄養調査（平成15年）

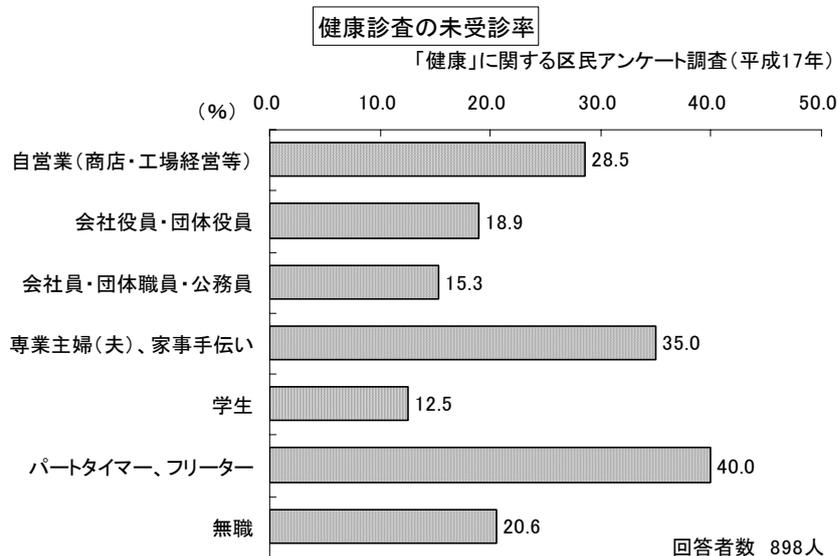


「健康」に関する区民アンケート調査（平成17年） 回答者数 66人

疾患別標準化死亡比（SMR）をみると、脳血管疾患、心疾患や各種がんそれぞれについて、墨田区はほとんどが都内 23 区平均よりも高くなっています。



健康診査の受診状況は、専業主婦（夫）、家事手伝い、パートタイマー、フリーターで未受診割合が高く、受診のための条件整備を図っていく必要があります。

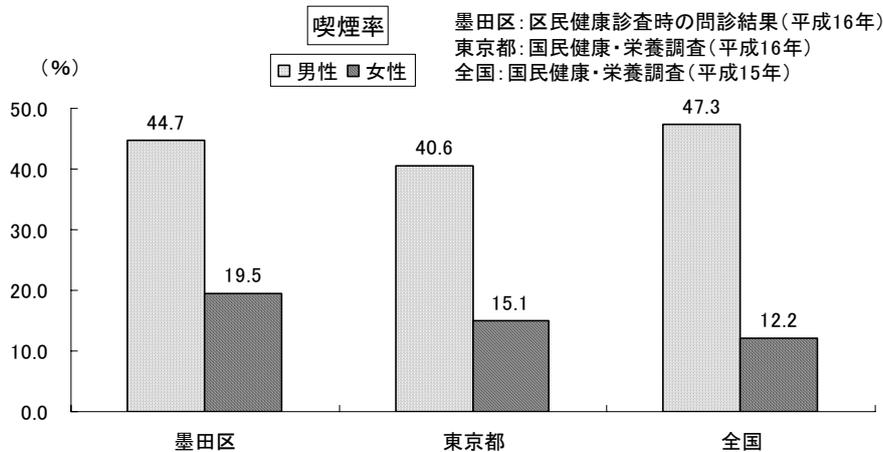


5

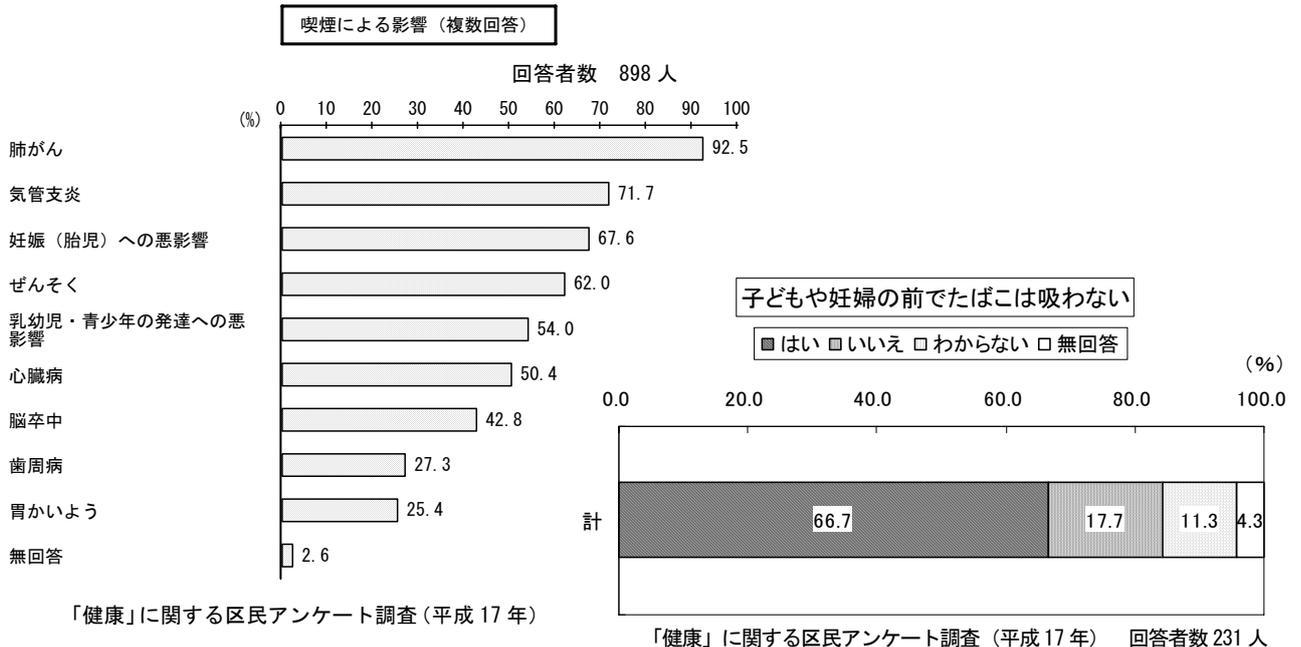
喫煙・飲酒 ～高い喫煙率、多い中高年の毎日飲酒～

- 墨田区の喫煙率は東京都よりも高く、特に女性の喫煙率が高くなっています。
- 喫煙が本人の健康に及ぼす影響については理解が進んでいますが、受動喫煙の害については理解が十分ではありません。
- 中高年の男性で毎日飲酒する人が多い傾向があります。
- 多量飲酒者の多くは1日1合が適量であることを理解しています。

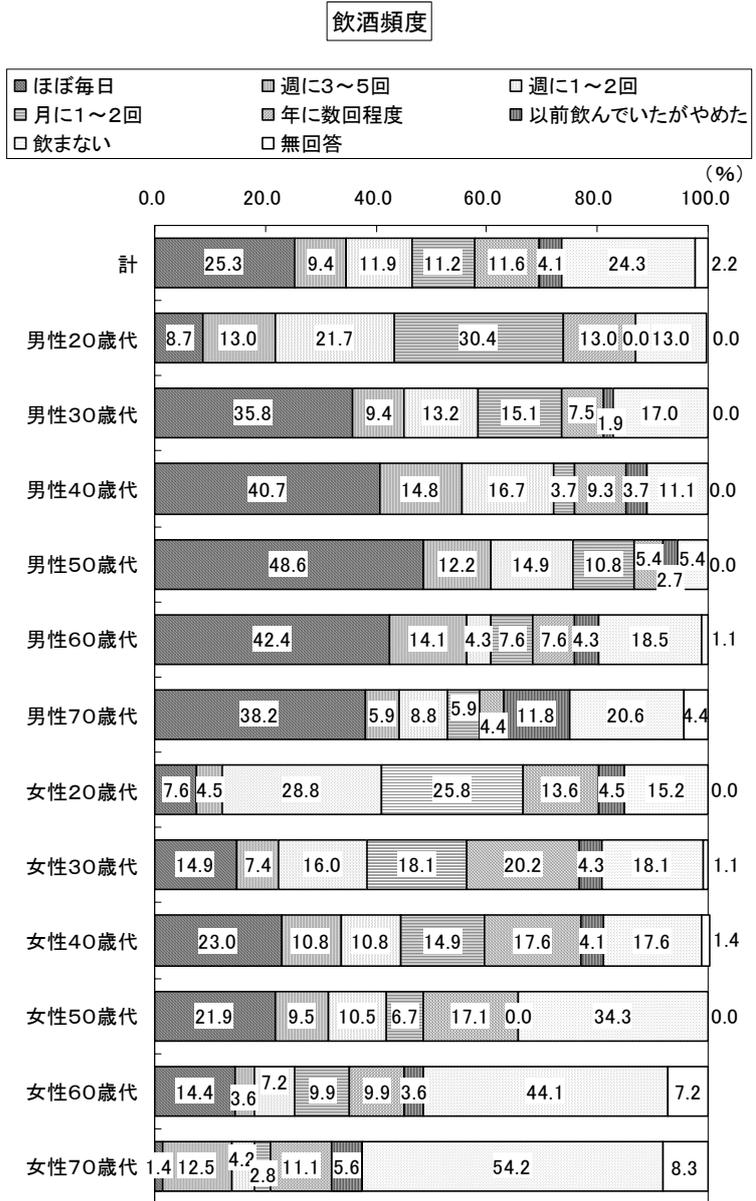
区民健康診査時の調査と国民健康・栄養調査の比較によると、墨田区の喫煙率は東京都よりも高く、特に女性で割合が高くなっています。



喫煙が本人の健康に及ぼす影響については理解が進んでいますが、受動喫煙の害については「乳幼児・青少年の発達への悪影響」を知っている人が54.0%であり、「子どもや妊婦の前でたばこは吸わない」人は66.7%となっており、今後さらに正しい理解の普及・啓発が求められます。

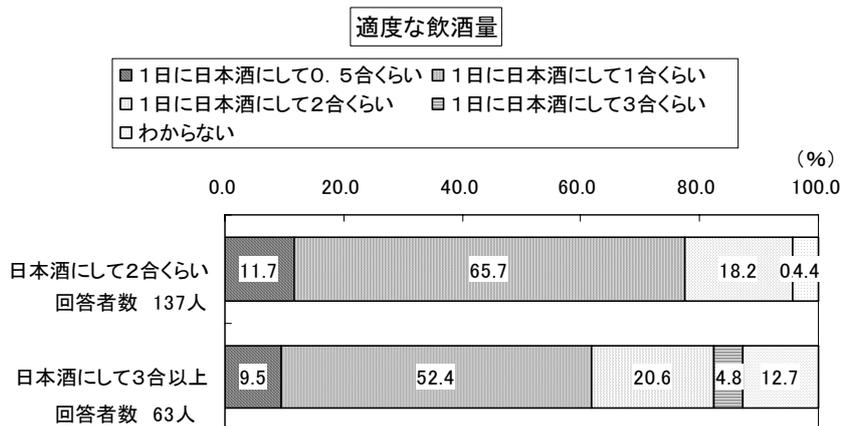


中高年の男性で毎日飲酒する人の割合が高い傾向があります。



「健康」に関する区民アンケート調査（平成17年） 回答者数 898人

現在の飲酒量が1日2合程度の人のうち、77.4%は1日1合までが適量と理解し、1日3合以上飲酒している人も61.9%は適量を理解しています。理解をしながら多量飲酒を続けていることから、多量飲酒の健康への悪影響についての正しい知識の普及・啓発が求められます。



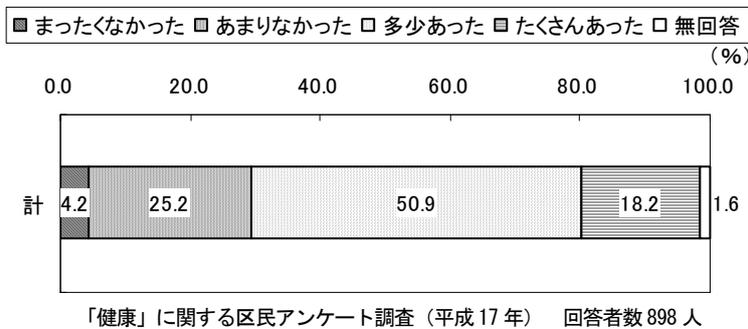
「健康」に関する区民アンケート調査（平成17年）

6 こころ ～増えるこころの病～

○ストレスを抱える人が多くなっており、ストレスを解消できていない人も多くみられます。
 ○うつ病など、こころの病を抱えた人も増えています。

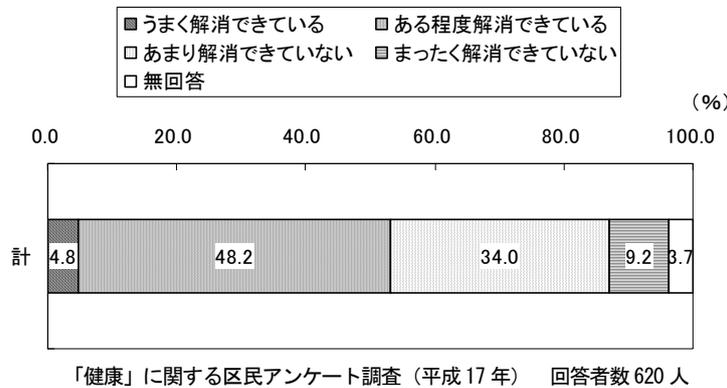
直近1か月間に不安や悩み、ストレスを多少なりとも感じた人は69.1%いました。そのうち全く解消できていない人は9.2%、あまり解消できていない人は34.0%であり、十分に解消できているとはいえません。またストレスがあった人のうち、仕事や学校を休まなければならないほどであった人が9.4%となっています。

直近1か月の不安、悩み、ストレスの状況

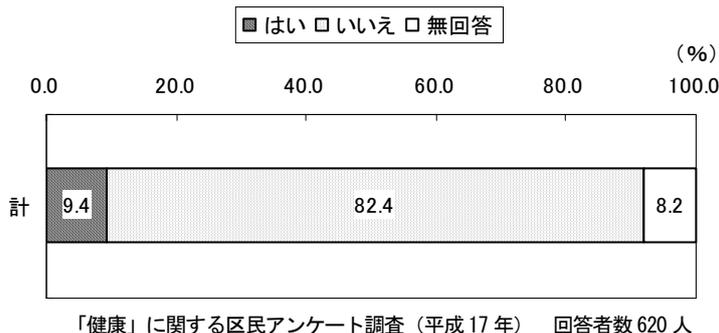


《参考》ストレスを感じている人の割合
 東京都 66.3%
 健康に関する世論調査（平成17年）

不安、悩み、ストレスの解消



不安、悩み、ストレスによる直近1か月の休学、休職経験



うつ病については68.2%の区民が誰もがかかる可能性のある疾患だと理解しており、今後も相談機関の整備と精神疾患についての理解を広めていくことが重要です。

