

第2部 市の「健康」の現状と課題

1. 統計資料からみる白井市の姿

(1) 人口と世帯

① 人口と世帯の推移

住民基本台帳（各年4月1日現在）による市の人口及び世帯数は増加傾向にあり、平成27年4月1日現在、それぞれ62,816人、24,460世帯です。その一方で、1世帯当たりの平均人員数は減少し続けており、核家族化の進行がうかがえます。



(注) 平成24年7月9日に住民基本台帳法が改正され、外国人も住民基本台帳の適用対象となりました。そのため、平成24年以降は外国人人口を含みます。

資料：平成16年～平成23年 住民基本台帳及び外国人登録原票
平成24年以降 住民基本台帳

② 年齢3区分の人口構成

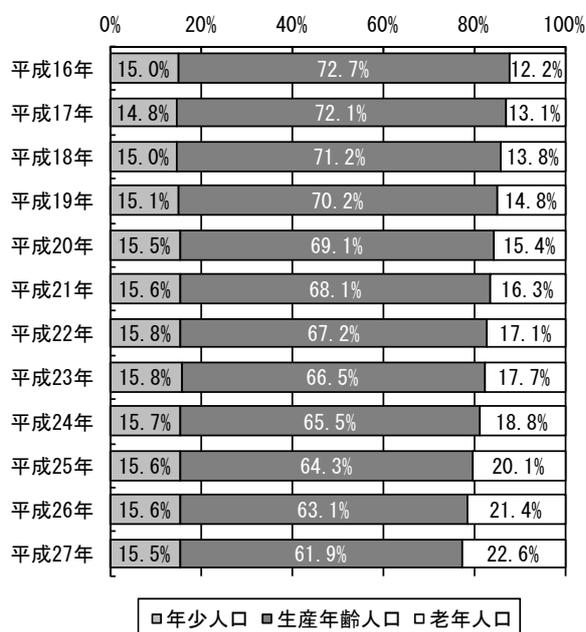
年齢3区分の人口構成は、県に比べて、年少人口（15歳未満人口）の割合が高く、老年人口（65歳以上人口）の割合（高齢化率）が低くなっています。

市では高齢化率が平成25年に20%を超え、平成27年現在で22.6%となり、「超高齢社会」[○]に突入しています。

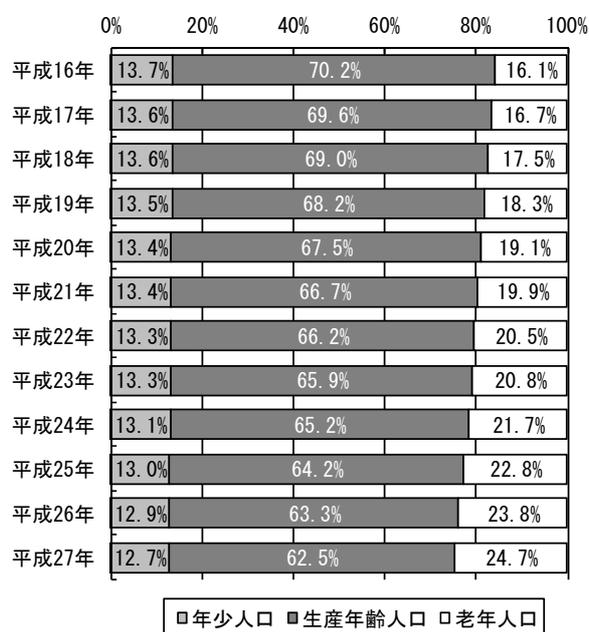
また、年少人口の割合は過去10年間ほぼ横ばいであるのに対し、高齢化率が増加していることで生産年齢人口の割合が減少しています。

	白井市							千葉県			
	総人口	年少人口		生産年齢人口		老年人口		高齢化指数	年少人口	生産年齢人口	老年人口
		人数	%	人数	%	人数	%				
平成16年	53,269	7,993	15.0	38,753	72.7	6,523	12.2	81.6%	13.7	70.2	16.1
平成17年	53,716	7,974	14.8	38,723	72.1	7,019	13.1	88.0%	13.6	69.6	16.7
平成18年	54,519	8,166	15.0	38,804	71.2	7,549	13.8	92.4%	13.6	69.0	17.5
平成19年	56,201	8,469	15.1	39,436	70.2	8,296	14.8	98.0%	13.5	68.2	18.3
平成20年	58,659	9,066	15.5	40,550	69.1	9,043	15.4	99.7%	13.4	67.5	19.1
平成21年	60,028	9,384	15.6	40,863	68.1	9,781	16.3	104.2%	13.4	66.7	19.9
平成22年	60,942	9,601	15.8	40,941	67.2	10,400	17.1	108.3%	13.3	66.2	20.5
平成23年	61,692	9,753	15.8	41,029	66.5	10,910	17.7	111.9%	13.3	65.9	20.8
平成24年	61,899	9,740	15.7	40,550	65.5	11,609	18.8	119.2%	13.1	65.2	21.7
平成25年	62,386	9,732	15.6	40,091	64.3	12,563	20.1	129.1%	13.0	64.2	22.8
平成26年	62,493	9,725	15.6	39,406	63.1	13,362	21.4	137.4%	12.9	63.3	23.8
平成27年	62,816	9,751	15.5	38,875	61.9	14,190	22.6	145.5%	12.7	62.5	24.7

白井市



千葉県



(注) 登録人口（住民基本台帳及び外国人登録原票に登録された人口）を利用しています。

資料：千葉県年齢別・町丁字別人口（各年4月1日現在）

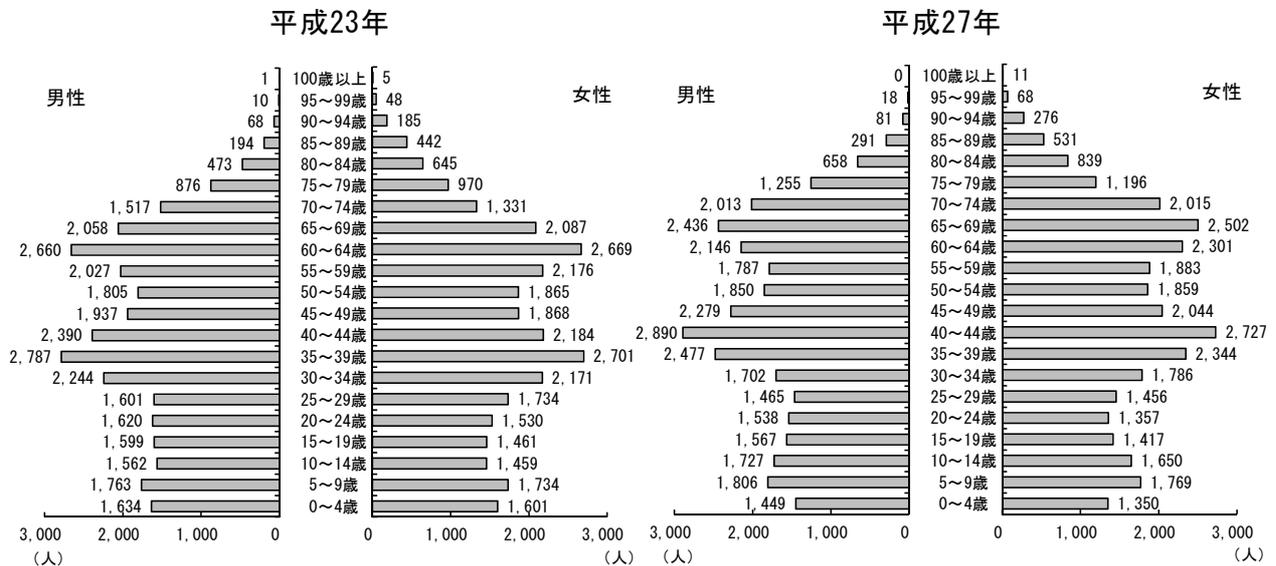
○ 超高齢社会

明確な定義はありませんが、一般に総人口に占める65歳以上の人口の比率（高齢化率）が21%以上である社会のことです。なお、高齢化率が7%以上の社会は「高齢化社会」、14%以上の社会は「高齢社会」と呼ばれます。

③ 人口ピラミッド（5歳階級別人口）

平成27年の人口ピラミッドは、40～44歳を第一頂点とし、65～69歳を第二頂点としたひょうたん型となっています。

平成23年と比較すると、40～44歳と70～74歳が1,000人以上増加しています。



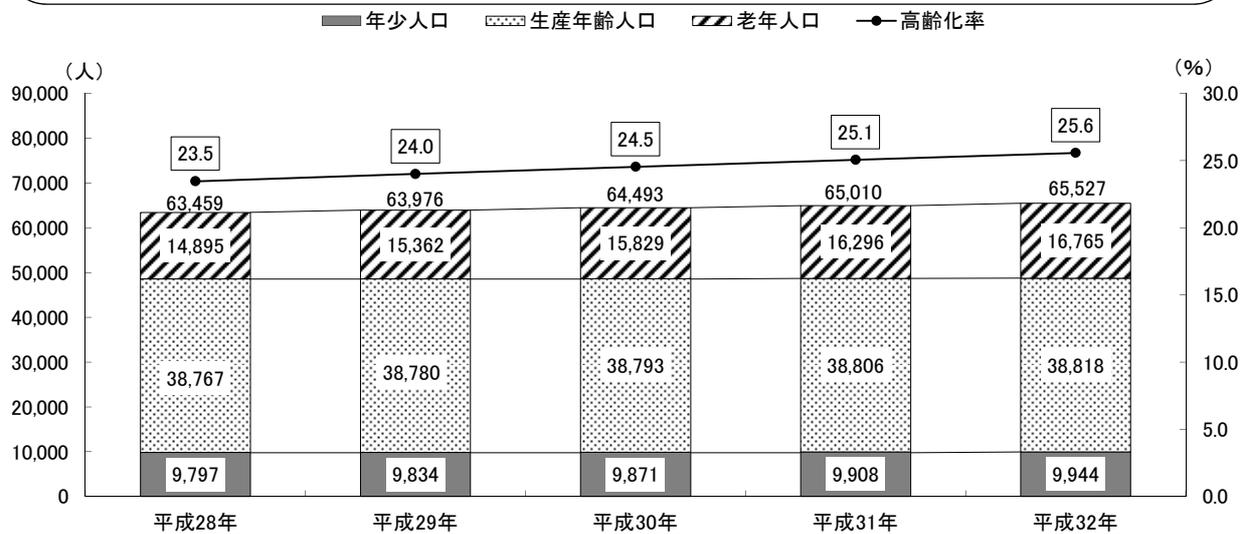
(注) 登録人口（住民基本台帳及び外国人登録原票に登録された人口）を利用しています。

資料：千葉県年齢別・町丁字別人口（各年4月1日現在）

④ 人口推計

白井市第5次総合計画における市の将来人口は、今後も人口が増加し、平成32年には65,527人となることを見込まれています。

年齢3区分別人口では、老年人口（65歳以上人口）が増加し、平成31年には約4人に1人が高齢者になることを見込まれています。

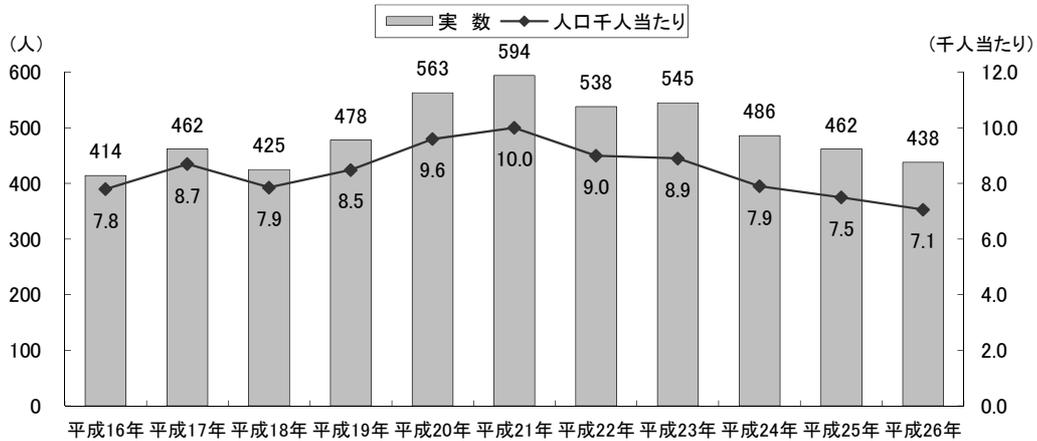


資料：白井市第5次総合計画 人口推計報告書

(2) 出生と死亡

① 出生数と出生率（人口千人当たり）の推移

出生数は、平成16年以降400人を超え、平成21年には594人となっています。しかし、それ以降は減少傾向となっています。

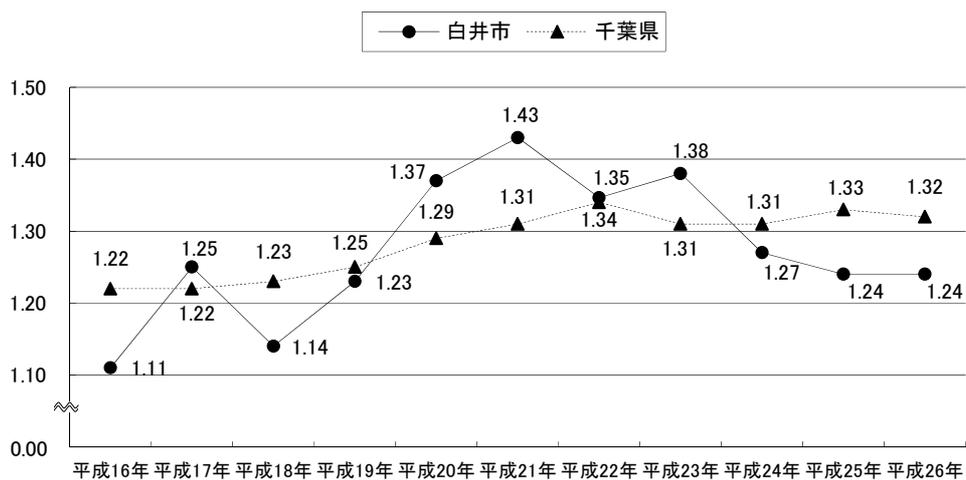


資料：千葉県衛生統計年報

② 合計特殊出生率の推移

合計特殊出生率は、15歳～49歳の女性の年齢別出生率を合計したもので、1人の女性が生涯に生むと推定される子どもの数を表します。

市の合計特殊出生率は、増減を繰り返しながら減少しており、平成24年に県の合計特殊出生率を下回り、平成26年で1.24となっています。

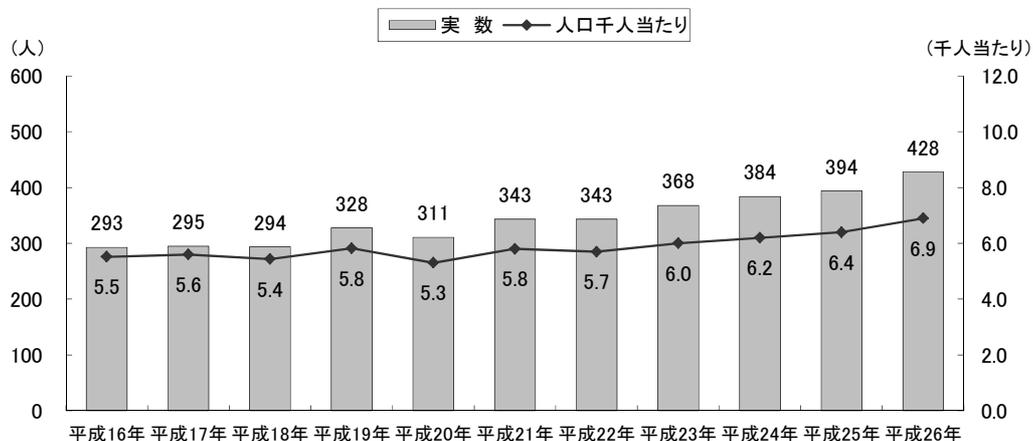


資料：千葉県健康福祉部健康福祉指導課、白井市健康課

③ 死亡数と死亡率（人口千人当たり）の推移

死亡数は、微増傾向にあり、平成19年で300人を超え、平成26年で428人となっています。

なお、各年で出生数（14ページ参照）が死亡数を上回っており、自然増となっていますが、増加の幅は縮小しています。



資料：千葉県衛生統計年報

(3) 死因や疾病の状況

① 死因別死亡数

死因別死亡数は、「悪性新生物」、「心疾患」、「脳血管疾患」のいわゆる三大生活習慣病のうち、「悪性新生物」、「心疾患」は上位2位となっていますが、「肺炎」が第3位、「老衰」が第4位と、「脳血管疾患」よりも順位が高くなっています。

白井市					千葉県				
死因	総数	男	女	人口 ^② 10万人 当たり	死因	総数	男	女	人口 10万人 当たり
悪性新生物	134	81	53	217.6	悪性新生物	16,068	9,681	6,387	259.3
心疾患	82	38	44	133.2	心疾患	9,502	4,722	4,780	153.3
肺炎	38	21	17	61.7	肺炎	5,389	3,021	2,368	87.0
老衰	29	2	27	47.1	脳血管疾患	4,705	2,399	2,306	75.9
脳血管疾患	28	18	10	45.5	老衰	3,077	750	2,327	49.6
その他の呼吸器系の疾患	14	5	9	22.7	その他の呼吸器系の疾患	2,132	1,234	898	34.4
不慮の事故	14	8	6	22.7	不慮の事故	1,370	831	539	22.1
その他の消化器系の疾患	12	4	8	19.5	自殺	1,215	825	390	19.6
自殺	11	9	2	17.9	腎不全	905	457	448	14.6
慢性閉塞性肺疾患	6	5	1	9.7	その他の消化器系の疾患	903	425	478	14.6

(注) 並び順は総数の多い順です。

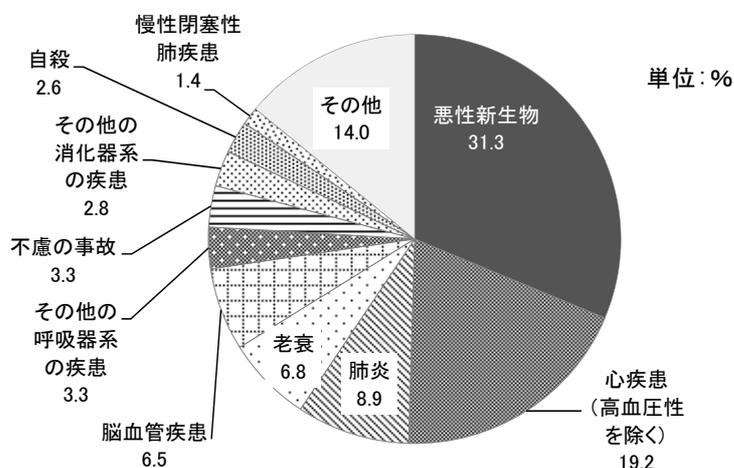
資料：千葉県衛生統計年報（平成26年）

② 人口10万人当たり

人口100,000人当たりの数に直した値をいいます。人口10万対と表されることもあります。統計比率は百分率（パーセント、%）で表すのが一般的ですが、0.△△%のように小さい比率を表す場合に、大きさを比べやすくするために利用します。

② 市の死因別構成比

死因別構成比は、「悪性新生物」が31.3%、「心疾患」が19.2%となっています。
また、「悪性新生物」、「心疾患」、「脳血管疾患」の三大生活習慣病を合計すると57.0%となります。



資料：千葉県衛生統計年報（平成26年）

③ 年齢別の死因別死亡数

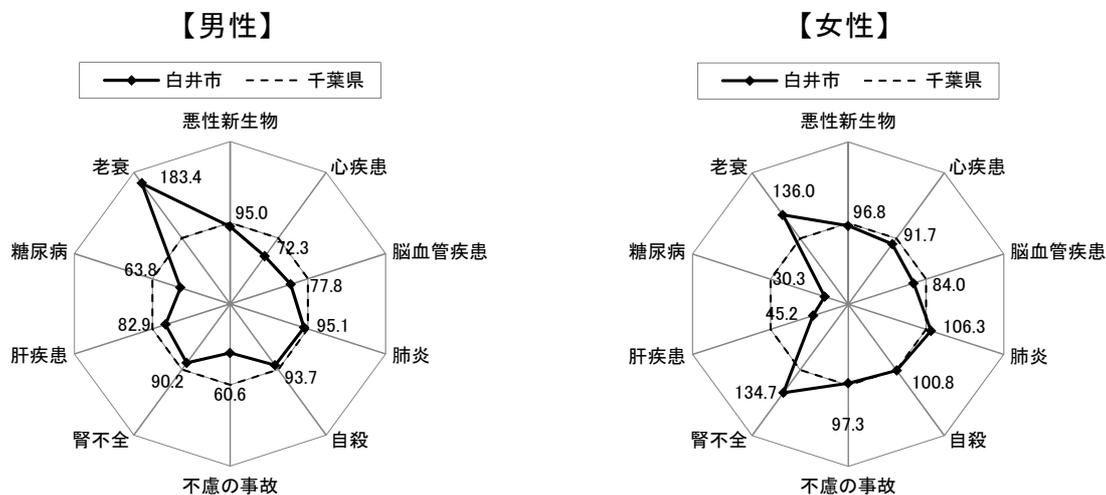
年齢別の死因別死亡数は、「悪性新生物」が50歳から増加しています。また、「心疾患」が70歳から増加し、「肺炎」、「老衰」などは80歳以上が多くなっています。

死因別 年齢別	悪性新生物	心疾患 (高血圧性を除く)	肺炎	老衰	脳血管疾患	その他の呼吸器系の疾患	不慮の事故	その他の消化器系の疾患	自殺	慢性閉塞性肺疾患
総数	134	82	38	29	28	14	14	12	11	6
0～9歳	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
10～19歳	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
20～29歳	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0
30～39歳	0	2	0	0	0	0	0	0	3	0
40～49歳	5	4	0	0	0	0	0	1	1	0
50～59歳	12	2	0	0	2	0	0	0	2	0
60～69歳	20	9	2	0	2	0	2	0	3	0
70～79歳	55	19	7	1	7	4	2	1	0	3
80歳以上	41	46	29	28	17	10	9	10	0	3

資料：千葉県衛生統計年報（平成26年）

④ 主な死因の標準化死亡比（SMR：平成21年～平成25年）

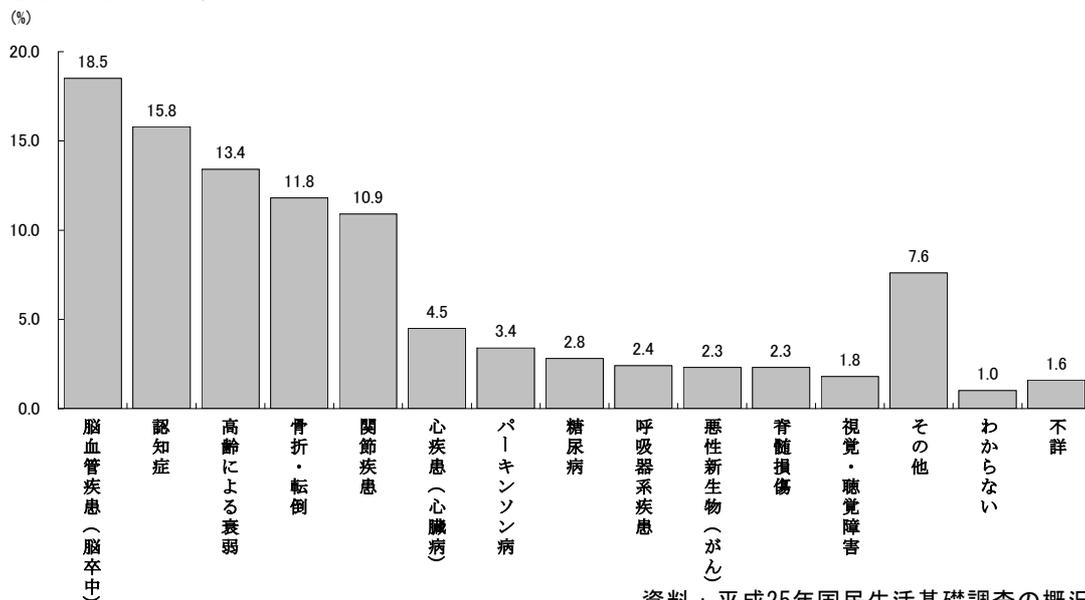
標準化死亡比（SMR）^⑤は、男女ともに「老衰」による死亡が県よりも高くなっています。また、女性では、「腎不全」、「肺炎」、「自殺」による死亡が県よりも高くなっています。



資料：白井市健康課資料

コラム 介護が必要となった主な原因の構成割合

厚生労働省が実施した「平成25年国民生活基礎調査」では、介護が必要となった主な原因として、「脳血管疾患（脳卒中）」が最も高く、次いで「認知症」、「高齢による衰弱」などとなっています。



資料：平成25年国民生活基礎調査の概況

^⑤ 標準化死亡比（SMR Standardized Mortality Ratio）

高齢化の程度などにより、年齢構成が異なる集団の死亡率を比較するための指標です。ここでは県を基準の100とし、100より多ければ死亡率が高いことを表します。

〔参考〕

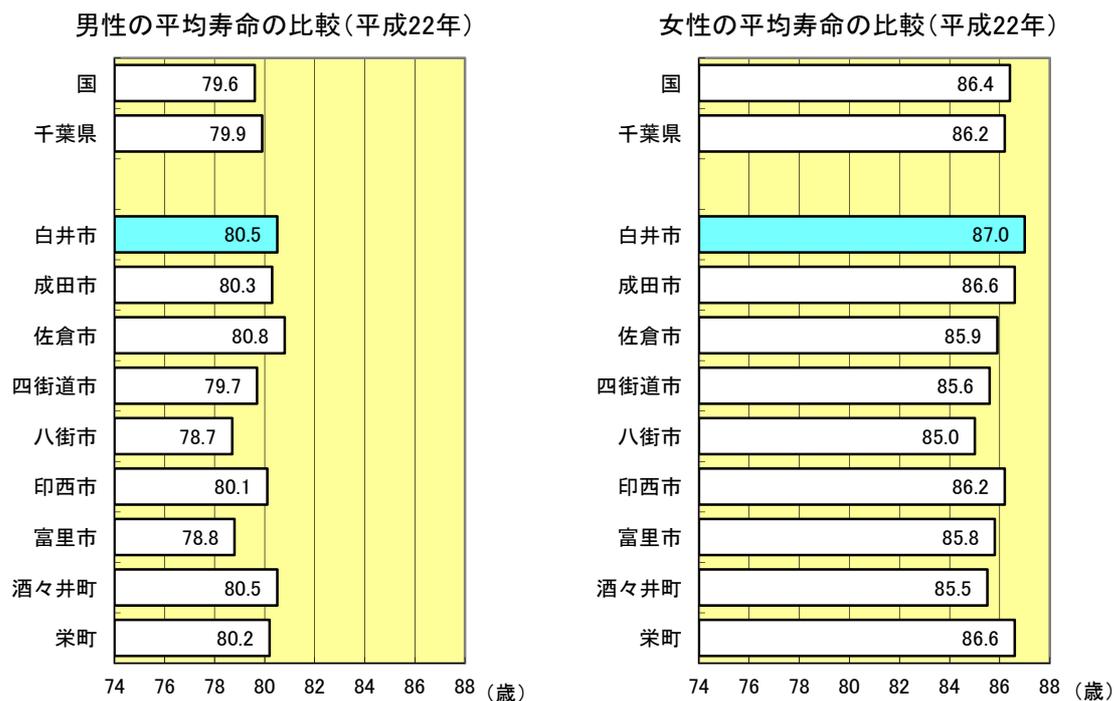
SMR = 観察集団の現実の死亡数 ÷ { (基準となる人口集団の各年齢階級の死亡率) × (観察集団のその年齢階級の人口) } の総和 × 100

(4) 平均寿命と健康寿命

① 平均寿命

平均寿命は、平成22年市区町村別生命表（厚生労働省大臣官房統計情報部 平成25年7月31日発表）によると、男性が80.5歳、女性が87.0歳となっています。

男女ともに国及び県全体の平均寿命を上回り、特に、女性については、印旛保健所管内の市町で1位となっています。

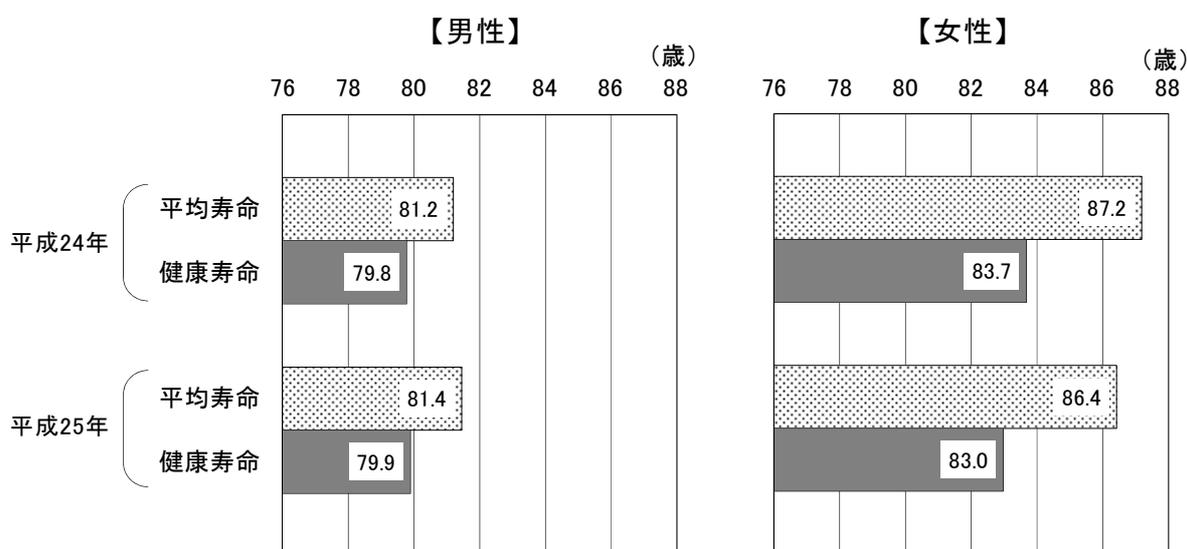


資料：平成22年市区町村別生命表の概況

② 健康寿命（日常生活動作が自立している期間の平均）

市では、健康寿命を「日常生活動作が自立している期間の平均」と捉え、要介護2以上を日常生活に障害がある期間と考えて算出しました。

男性は、平均寿命、健康寿命ともに平成24年度から平成25年度にかけておおむね横ばいで推移しました。女性は、平均寿命、健康寿命ともに平成24年度から平成25年度にかけて若干低くなりました。



資料：白井市健康課資料

[市の健康寿命の算定方法]

市の健康寿命は、平成24年度厚生労働科学研究費補助金『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による「健康寿命の算定方法の指針』を参考に算出しました。

算出に当たり、市の基礎資料は、「住民基本台帳（各年10月1日）」、「人口動態統計」、「介護事業状況報告（各年9月末）」を利用しました。「住民基本台帳」及び「人口動態統計」については、健康寿命の精度を確保する観点から、平成24年の値であれば平成23年から平成25年の3か年の合計、平成25年の値であれば平成24年から平成26年の3か年の合計を用いています。

また、算出に必要な全国の基礎資料は、総務省「人口推計」（各年10月1日）、各年の厚生労働省「人口動態統計（確定数）」、各年の厚生労働省「簡易生命表」を利用しました。

なお、「健康寿命の算定方法の指針」を参考に算出した市の平均寿命は、算出方法や利用した統計などが異なるため、前ページの平均寿命と結果が異なります。

健康寿命の解釈にあたっては、健康寿命は推定値であり、真の値は一定程度の信頼区間に含まれるものとみる必要があります。信頼区間は、人口規模が小さく、死亡率と不健康割合のばらつきが大きいくほど、健康寿命の精度が低くなり、その信頼区間の幅は広がります。

ここで算出した健康寿命の95%信頼区間（どこかに真の値がある確率が95%であるという意）は、次のとおりで、考慮すべき幅があることに留意ください。

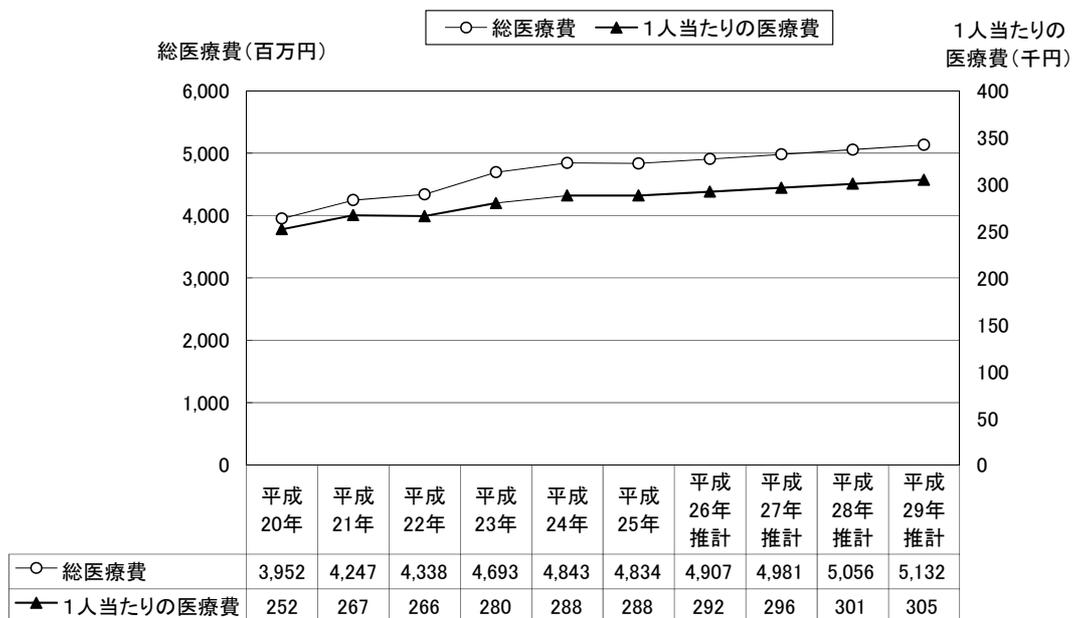
	平均寿命		健康寿命	
	性別	範囲	性別	範囲
平成24年	男性	80.4歳～82.0歳	男性	79.0歳～80.5歳
	女性	86.5歳～87.9歳	女性	83.0歳～84.3歳
平成25年	男性	80.6歳～82.3歳	男性	79.1歳～80.7歳
	女性	85.6歳～87.2歳	女性	82.3歳～83.7歳

(5) 医療費の状況

① 医療費の推移

国民健康保険加入者の医療費は、年々増加しています。

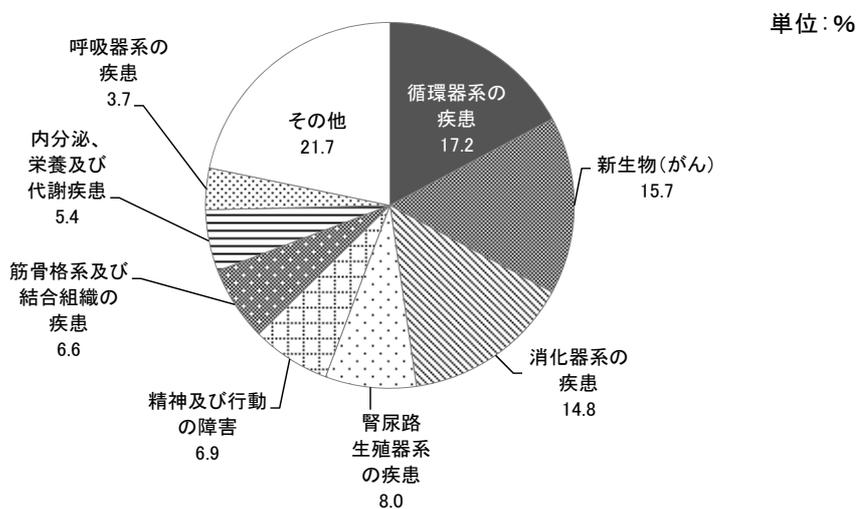
実績からの伸び率により算定した推計では、平成29年の総医療費は約51億3千2百万円、1人当たりの医療費は約30万5千円になるとしています。



資料：千葉県国民健康保険団体連合会

② 国民健康保険疾病分類別医療費

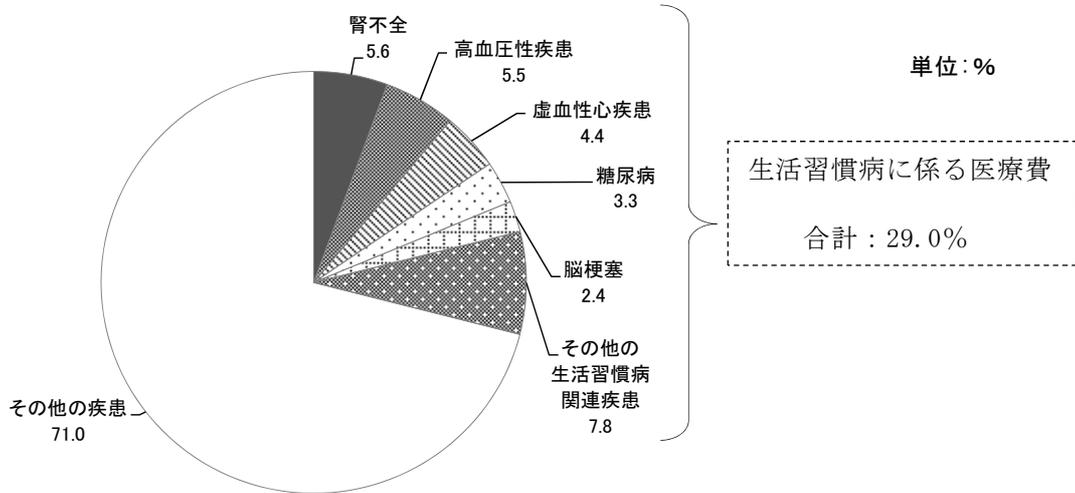
国民健康保険疾病分類別医療費の割合は、高血圧性疾患などの「循環器系の疾患」、胃がんや大腸がんなどの「新生物（がん）」、胃潰瘍や肝硬変などの「消化器系の疾患」の合計が47.7%となっています。



資料：千葉県国民健康保険団体連合会（平成27年5月診療分レセプト）

③ 生活習慣病に係る医療費の割合

全医療費のうち、生活習慣病に係る医療費の割合は29.0%で、そのうち特に多いのが「腎不全」、「高血圧性疾患」です。



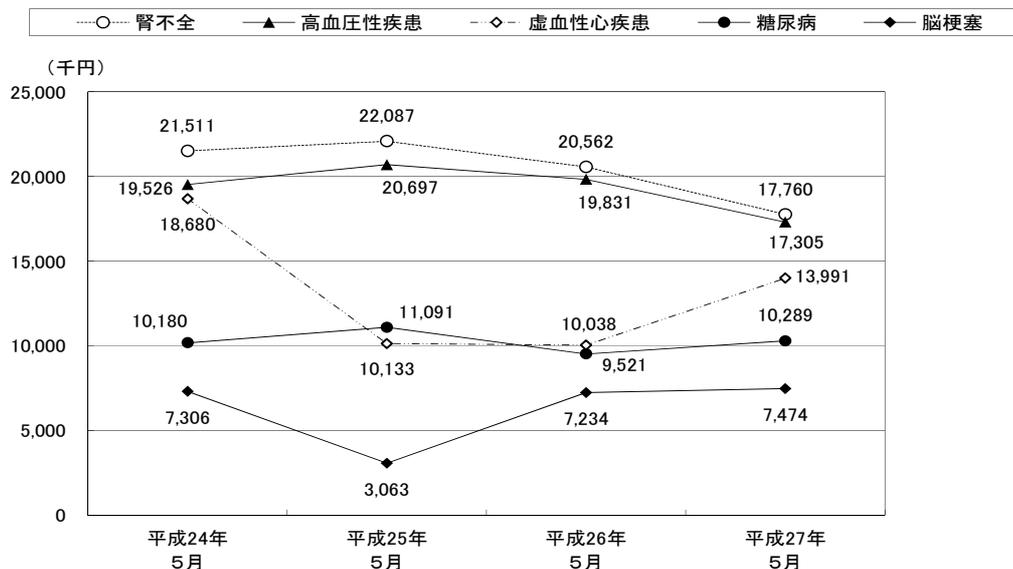
(注) 生活習慣病に係る医療費として、ここでは疾病分類統計表の中分類の中から、生活習慣病関連の疾病（例えば、糖尿病、高血圧性疾患、虚血性心疾患、くも膜下出血、脳内出血、脳梗塞など）を抜き出して計算しています。

資料：千葉県国民健康保険団体連合会（平成27年5月診療分レセプト）

④ 生活習慣病の疾病別医療費の推移

国民健康保険加入者の生活習慣病に係る医療費は、「腎不全」と「高血圧性疾患」が2千万円前後で推移していましたが、平成26年5月から平成27年5月にかけて減少し、1千7百万円台となりました。「糖尿病」は1千万円前後で推移しています。

また、「虚血性心疾患」が平成24年5月から平成25年5月にかけて減少しましたが、平成26年5月から平成27年5月にかけて増加し、約1千4百万円となっています。



資料：千葉県国民健康保険団体連合会（各年5月診療分レセプト）

2. 市民の生活習慣など

白井市民の「健康」に関するアンケート調査や統計データによる、生活習慣などの課題を整理しました。

なお、白井市民の「健康」に関するアンケート調査の実施概要は、次のとおりです。

《調査目的》

本計画を策定するにあたっての基礎資料を得るため、一般市民と小中学生に対し、健康に関する意識や習慣などを把握する目的として実施しました。

《実施概要》

■一般市民

- (1) 調査対象者 市内在住の20歳以上の人
- (2) 調査対象者数 無作為に2,200人
- (3) 調査方法 郵送配布・郵送回収
- (4) 調査実施期間 平成26年10月30日（木）～11月21日（金）

■小中学生

- (1) 調査対象者 小学5年生及び中学1年生
- (2) 調査対象者数 1,271人（小学5年生664人、中学1年生607人）
- (3) 調査方法 学校配布・学校回収
- (4) 調査実施期間 平成26年11月4日（火）～11月13日（木）

《回収結果》

	発送数	有効回収数	有効回収率
一般市民	2,200人	1,188人	54.0%
小中学生	1,271人	1,198人	94.3%

《アンケート結果をみるにあたっての留意点》

- ①集計は、小数点第2位を四捨五入しています。したがって、数値の合計が100.0%にならない場合があります。
- ②基数となるべき実数（n [number of casesの略]）は、設問に対する回答者数です。
- ③回答の比率（%）は、その質問の回答者数を基数として算出しています。したがって、複数回答の設問はすべての比率を合計すると100.0%を超えることがあります。

(1) 健康意識など

健康への関心度は、《関心がある（計）》が平成26年で91.9%と依然として高い状況にあります（図表1）。

生活習慣病の予防や疾病の早期発見のために行っている白井市特定健康診査の受診率は、平成26年現在で40.0%であり、国や県の受診率より高いものの、40～59歳の受診率は、60歳以上の年代に比べ低い状況にあります（図表2）。

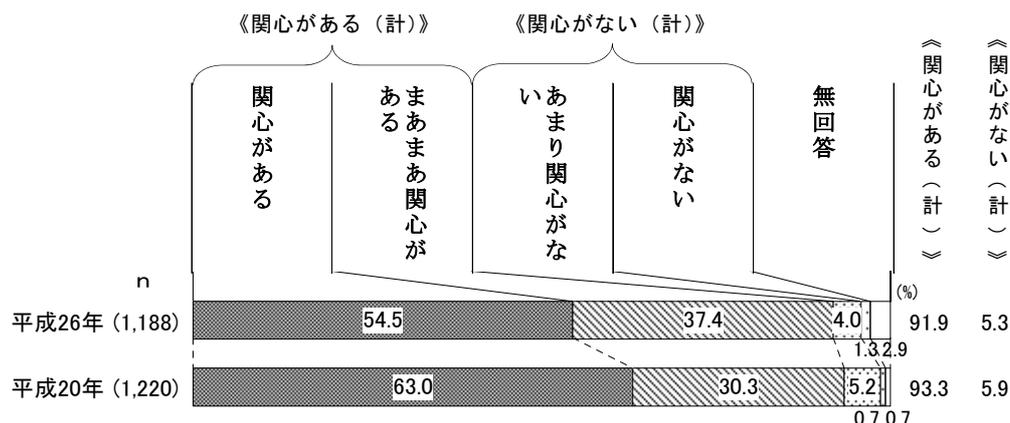
さらに、平成26年度に実施した5つのがん検診の受診率は、肺がん検診で40%を超え、大腸がん検診で30%台、胃がん検診では20%台、乳がん検診と子宮頸がん検診では10%台となっています（図表3）。

平成26年度の白井市特定健康診査の結果では、「メタボリックシンドローム該当者」が14.9%、「メタボリックシンドローム予備群」が10.6%で、合わせて約4人に1人がメタボリックシンドロームの該当者及び予備群となっています（図表4）。

生活習慣の自己評価は、「良くないと思う(計)」が男性の20～59歳で50%前後、女性の20～59歳で30%から40%台と、働いている世代の生活習慣が課題となります(図表5)。

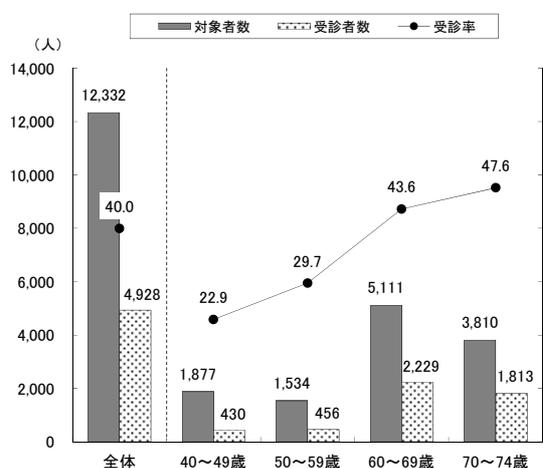
また、女性ではやせ願望も多くみられ(図表6)、無理なダイエットによる健康障害について正しく普及啓発する必要があります。さらに、「共食」^❶や「COPD」^❷、「ロコモティブシンドローム」^❸などの新しい言葉とその意味など(図表7)、広く情報提供をしていくことが課題となります。

図表1 自分の健康への関心度



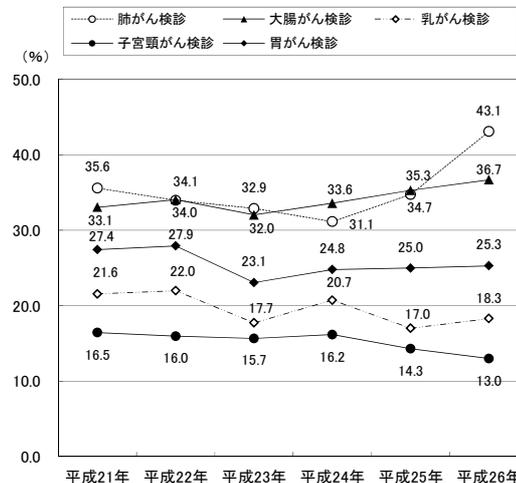
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査(一般市民)

図表2 特定健康診査受診率



資料：平成26年度白井市特定健康診査結果(速報値)

図表3 がん検診受診率



(注)平成21年度乳がん検診は40歳以上、平成22年度からは30歳以上となっています。

資料：白井市健康課資料

❶ 共食

食事を誰かとともにすることにより、家族や友人及び世代間の交流、生きがいつくりやコミュニティの構築などが食を通して行われることです。

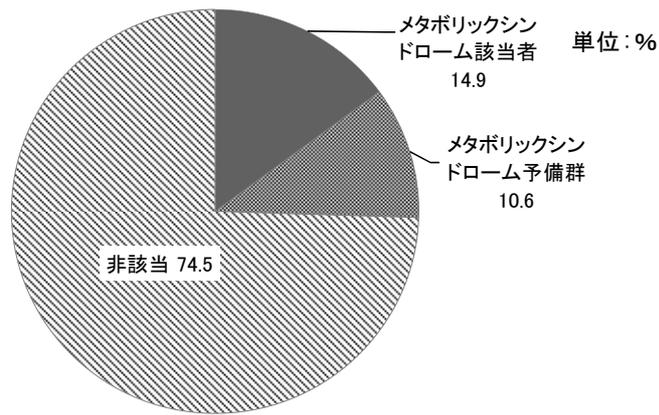
❷ COPD

慢性閉塞性肺疾患の英語表記です。肺の炎症性疾患で、気道や肺胞に炎症がおり、肺の働きが低下する疾患です。別名「タバコ病」とも呼ばれ、原因の90%以上が喫煙です。

❸ ロコモティブシンドローム

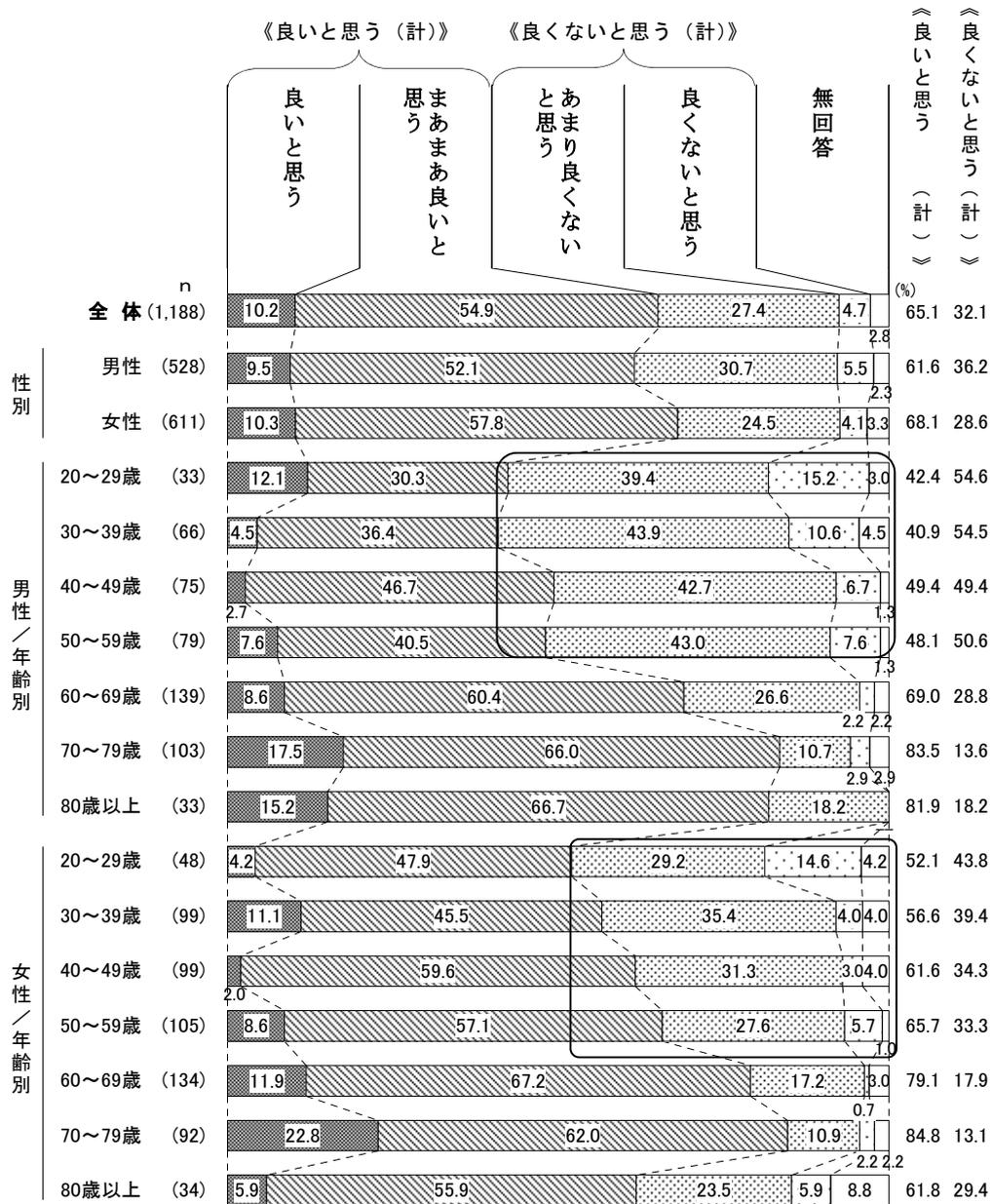
骨や関節、筋肉などの運動器の病気や衰えにより、要介護になるリスクの高い状態のことです。

図表4 メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合



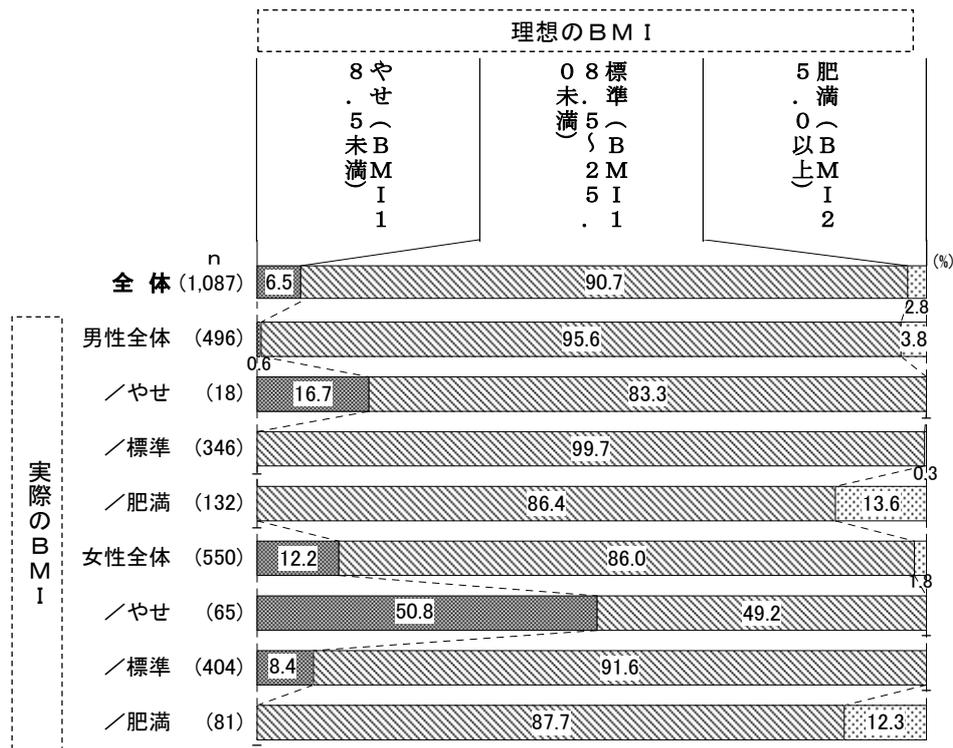
資料：平成26年度白井市特定健康診査結果(集団健診・速報値)

図表5 健康面からみた生活習慣の自己評価



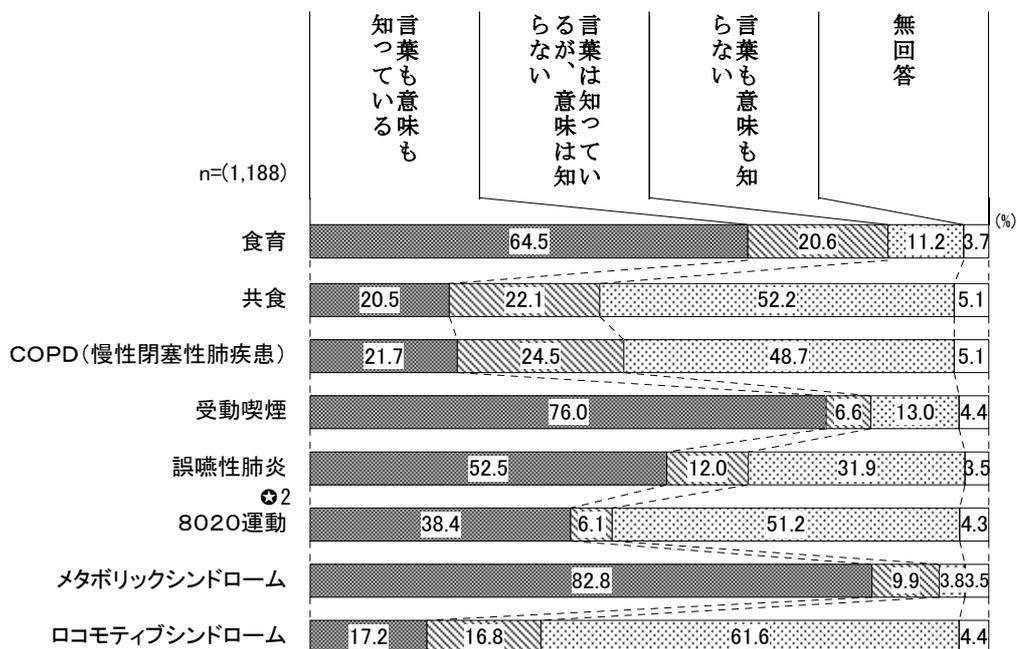
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査(一般市民)

図表6 BMI^①の実際と理想



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表7 言葉や意味の認知度



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

① BMI

体格の判定について用いられる指標です。体重 (kg) ÷ [身長 (m) × 身長 (m)] により算出します。

② 8020運動 (はちまるにいまうんどう)

1989年(平成元年)より厚生省(当時)と日本歯科医師会が推進している「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。20本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足することができるといわれています。

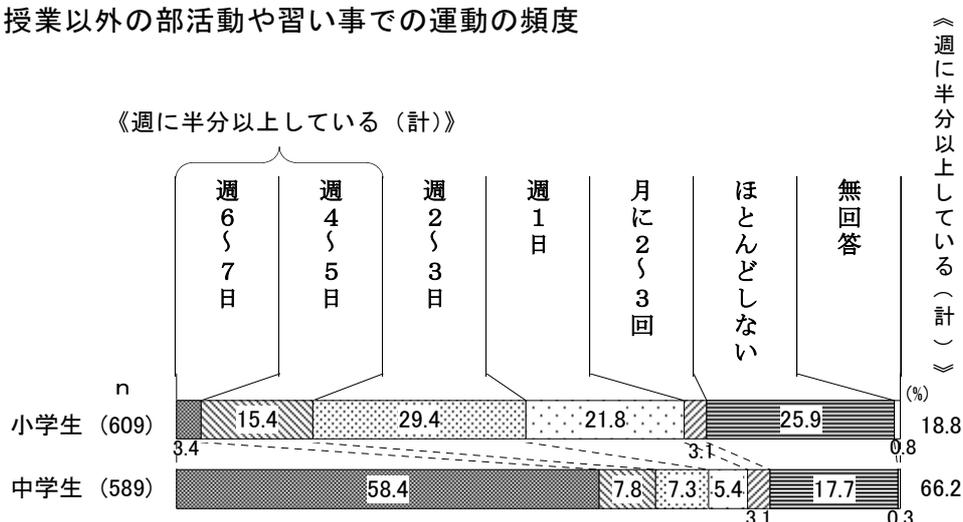
(2) 身体活動[Ⓢ]・運動

児童生徒の部活動や習い事での運動については、小学生で《週に半分以上している》が18.8%にとどまり、「ほとんどしない」が25.9%となっています（図表8）。また、一般市民では、日常生活で体を動かす機会が《ない（計）》は男性の30～59歳と女性の80歳以上で20%から30%台と、他の年代に比べて高くなっています（図表9）。

一般市民の運動の頻度は、平成26年で「していない（できない）」が31.7%と最も高くなっているものの、「ほぼ毎日」が22.8%、「週2～3回程度」が22.3%となっています。これらを合わせて《週2回以上》は45.1%で、平成20年よりも増加しています（図表10）。

また、高齢者の地域におけるスポーツ・趣味・娯楽活動の状況は、「活動していない」が57.1%で最も高くなっています（図表11）。

図表8 授業以外の部活動や習い事での運動の頻度

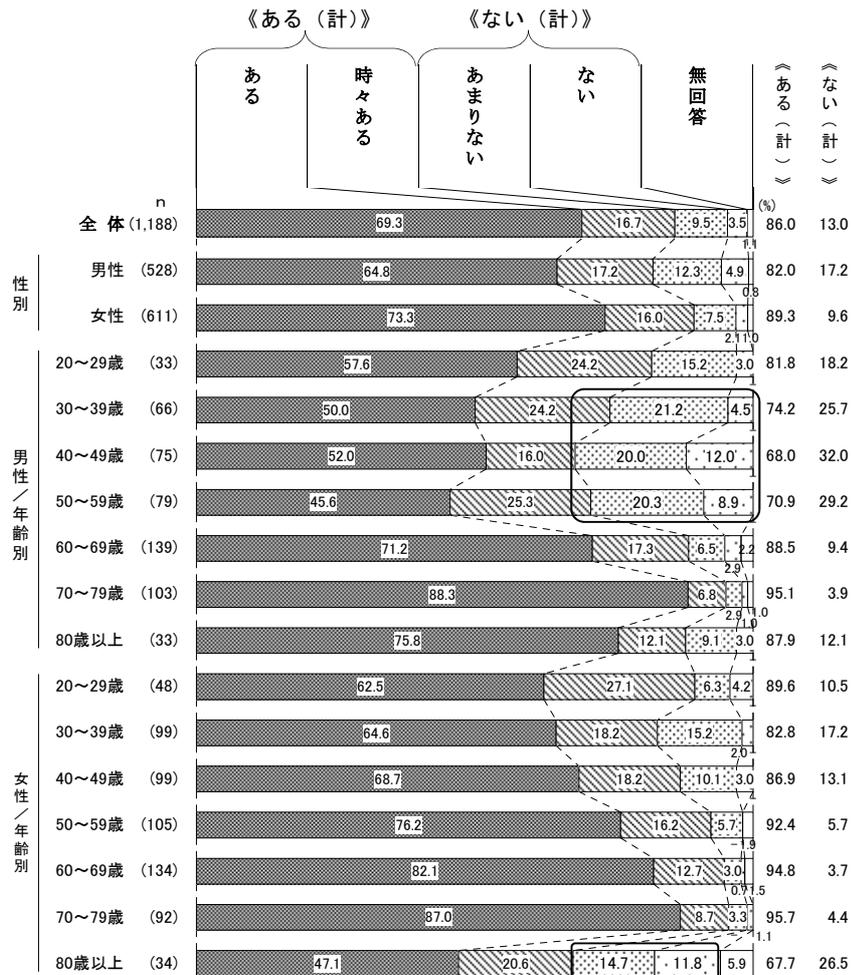


資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（小中学生）

Ⓢ 身体活動

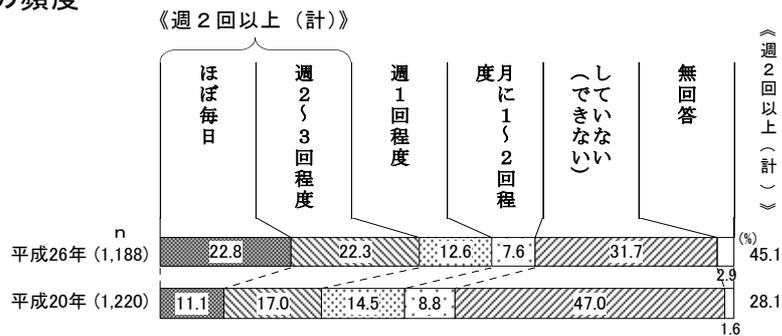
人が体を動かすことを総じて身体活動といいます。日常生活における労働、家事、通勤・通学などの「生活活動」と、スポーツなど特に体力の維持・向上を目的として計画的・意図的に実施し、継続性のある「運動」から成ります。

図表9 日常生活で体を動かす機会



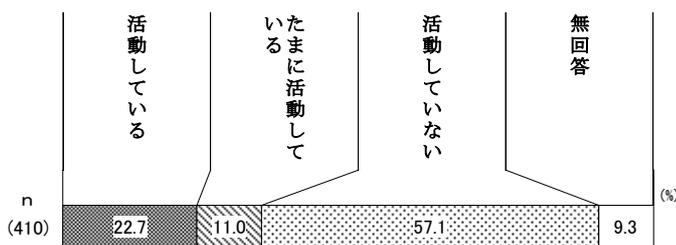
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表10 運動の頻度



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表11 高齢者の地域におけるスポーツ・趣味・娯楽活動の状況



(注) 65歳以上における割合です。

資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

(3) たばこ・飲酒

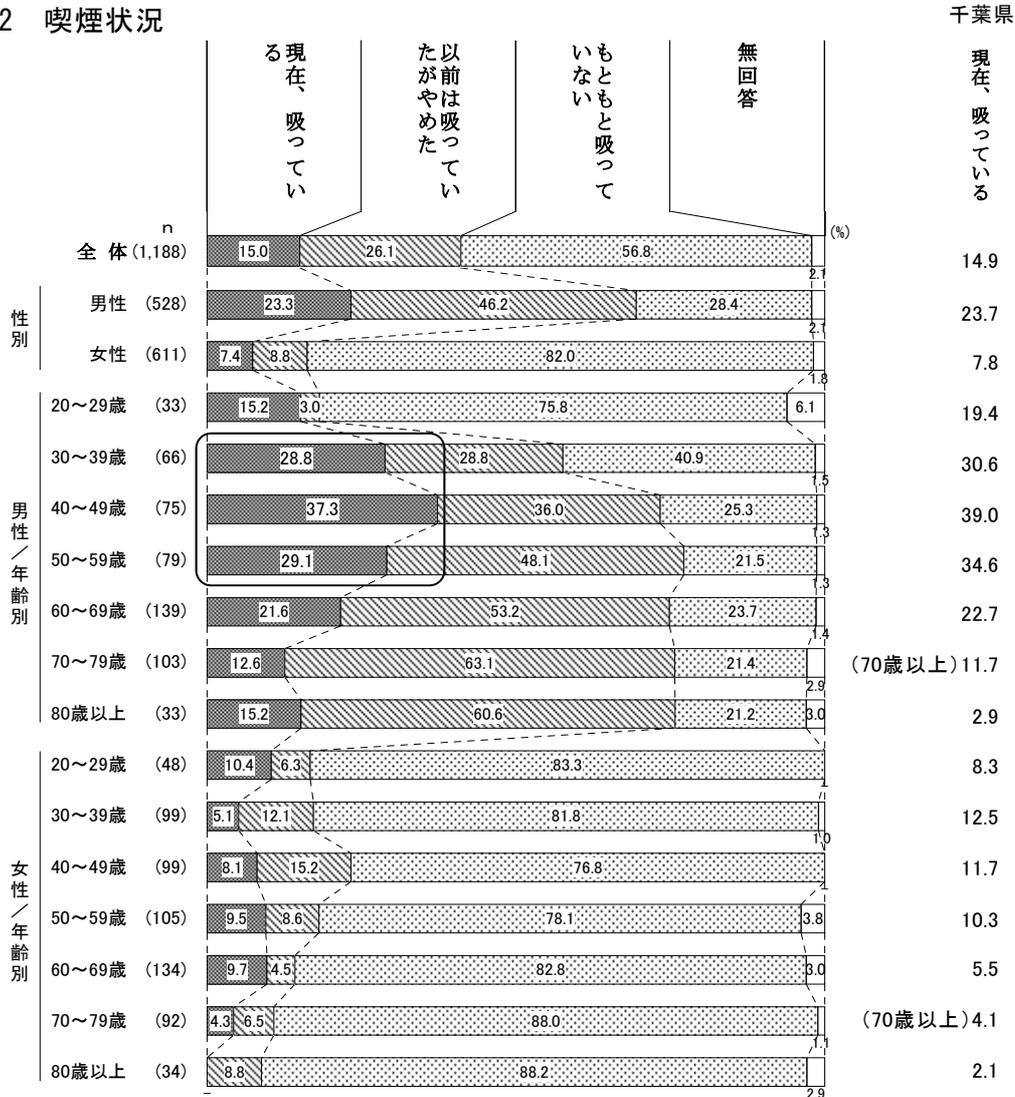
喫煙については、「現在、吸っている」人の割合が15.0%となっています。

しかし、男性の30～59歳では、喫煙率が約28.8%から37.3%と高いことや、県に比べて高齢期での喫煙率が高い状況がみられます（図表12）。喫煙者の「禁煙したい」は30.3%となっています（図表13）。

また、30～59歳は小中学生にとっては親の世代に当たると考えられますが、小中学生にたずねた家で喫煙する人の有無では、小中学生ともに「いる」が40%台となっています（図表14）。

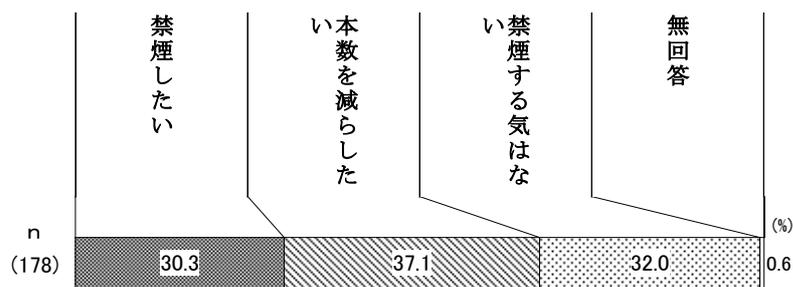
飲酒の頻度については、「毎日」が16.8%となっています（図表15）。なお、図示していませんが、「毎日」は男性の50～79歳で30%台と高くなっています。日本酒にして1合以下とされる適正飲酒量については、48.5%の人が理解しています（図表16）。

図表12 喫煙状況



資料：白井市 白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）
千葉県 平成25年度生活習慣に関するアンケート調査結果

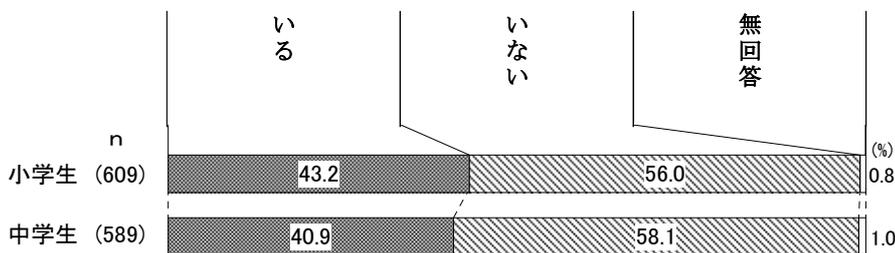
図表13 喫煙者の禁煙意向



(注) 喫煙者における割合です。

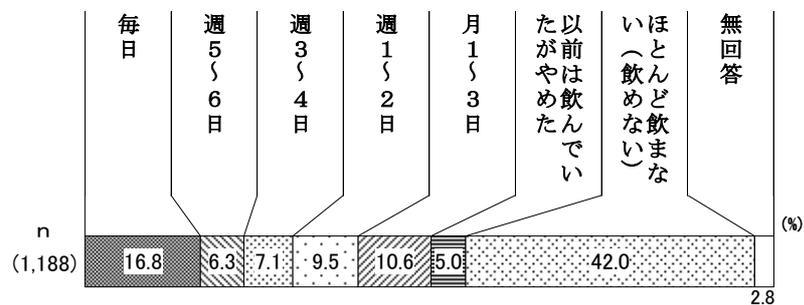
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表14 家で喫煙する人の有無



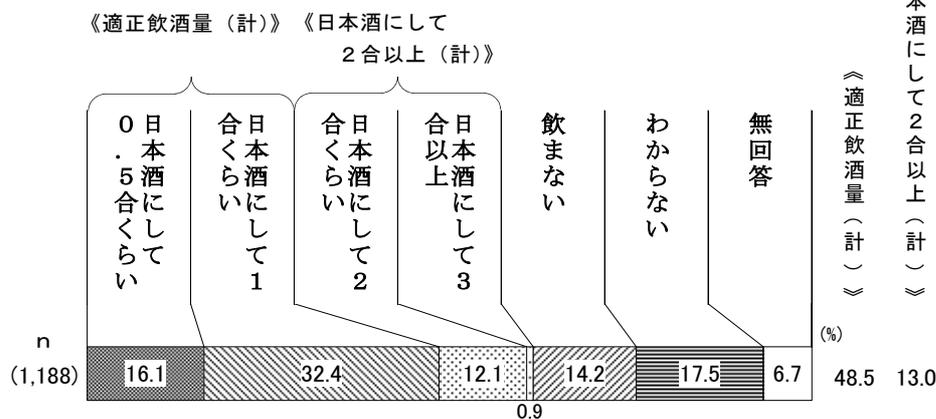
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（小中学生）

図表15 飲酒頻度



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表16 適正飲酒量の理解



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

(4) 休養・ころ

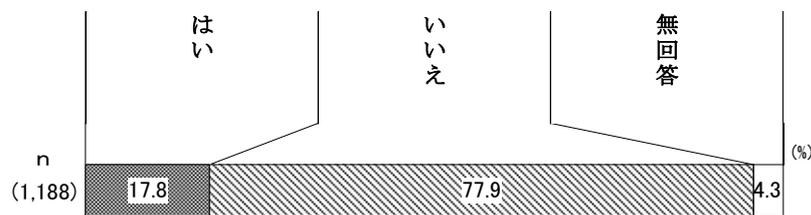
一般市民では、毎日の生活に充実感がない人が17.8%となっています(図表17)。

小学生では、就寝時間が「午後9時から10時」が62.6%で最も高くなっていますが、中学生になると、「午後10時から11時」が45.3%、「午後11時から12時」が16.8%になり、中学生の66.7%が午後10時以降の就寝となっています(図表18)。

また、一般市民では、睡眠による休養が《とれていない(計)》は25.9%となっています(図表19)。

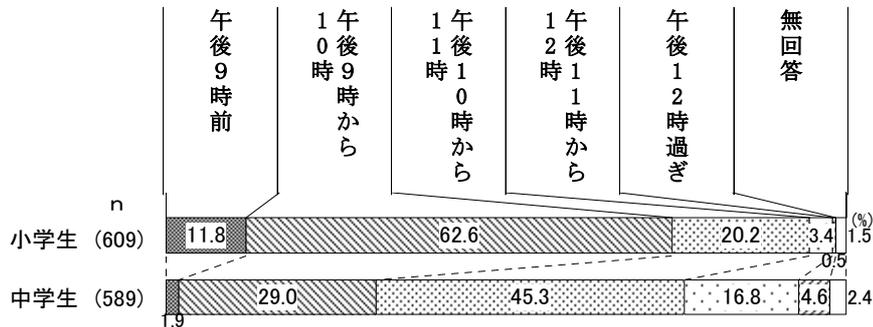
自殺死亡率の推移(人口10万人当たり)は、平成24年から平成25年は、県の数値を上回りましたが、平成26年は再び下回りました(図表20)。

図表17 毎日の生活の充実感がない



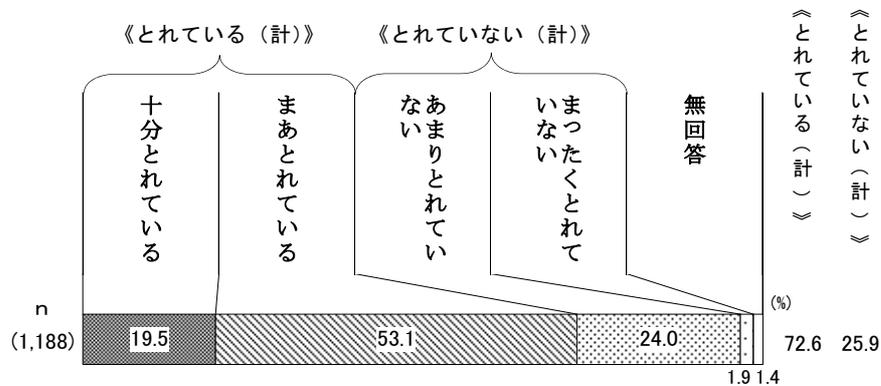
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査(一般市民)

図表18 就寝時間



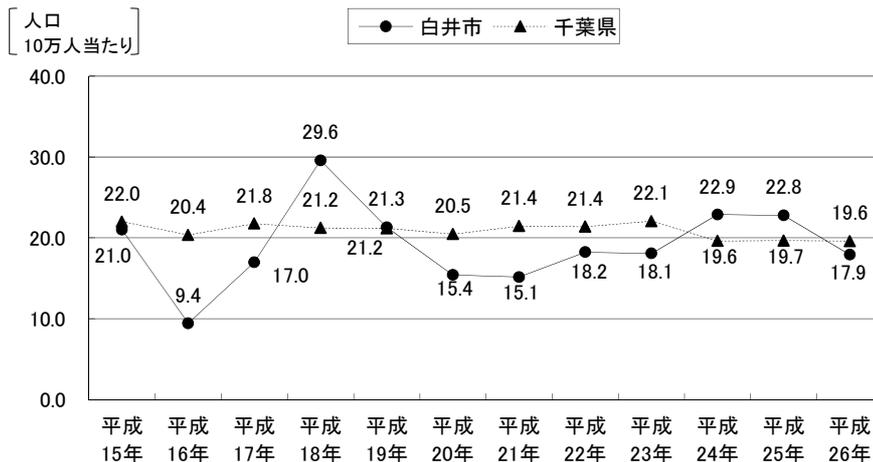
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査(小中学生)

図表19 睡眠による休養



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査(一般市民)

図表20 自殺死亡率の推移（人口10万人当たり）



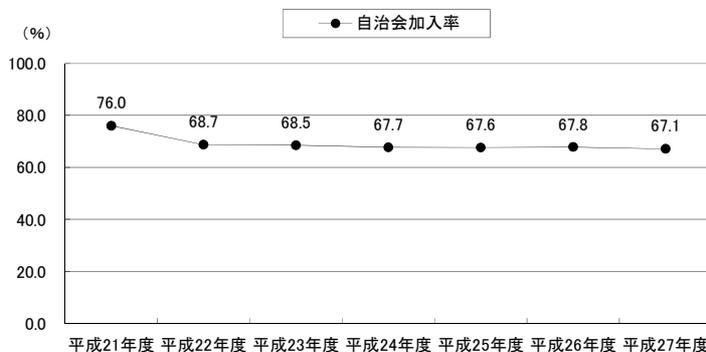
資料：千葉県衛生統計年報

(5) 地域との関わり

市内の自治会の会員加入率は、平成21年度に76.0%でしたが、平成22年度以降は68%前後で推移しています（図表21）。

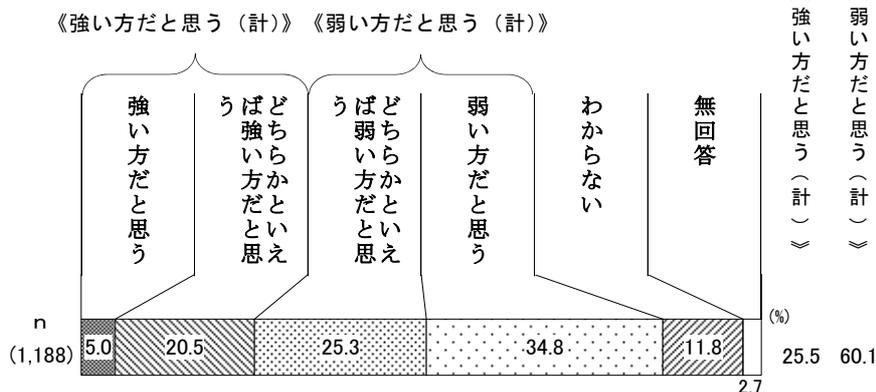
地域の人たちとのつながりの強さについては、《弱い方だと思う（計）》が60.1%と、《強い方だと思う（計）》より高くなっています（図表22）。しかし、健康で充実した生活を送るために地域とのつながりが大切だと思うかについては、73.1%の人が大切だと感じています（図表23）。

図表21 市内の自治会の会員加入率



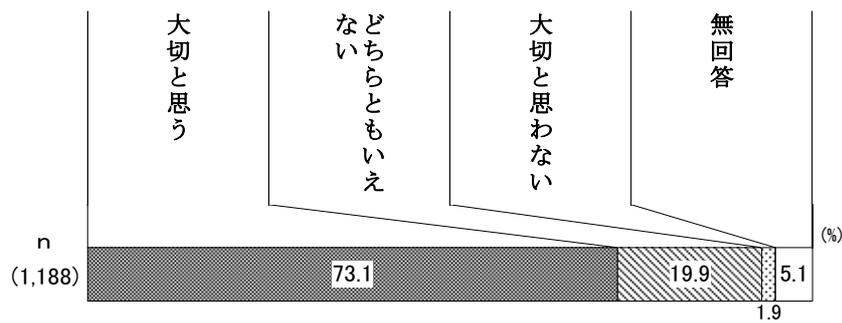
資料：白井市市民活動支援課資料

図表22 地域の人たちとのつながりの強さ



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表23 健康で充実した生活を送るために地域とのつながりが大切だと思うか



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

(6) 食生活

幼児期における規則正しい食生活は、生涯にわたる健康づくりの基礎となりますが、幼児健診の保護者への健康診査票によると、子どもの食生活が偏食や食べる量が少ない、多いなどの原因により「気になる」と感じている人が約20%から約30%となっています（図表24）。小中学生では、「キノコ類」や「野菜」など、苦手な食べ物がある*が約75%となっています（図表25）。

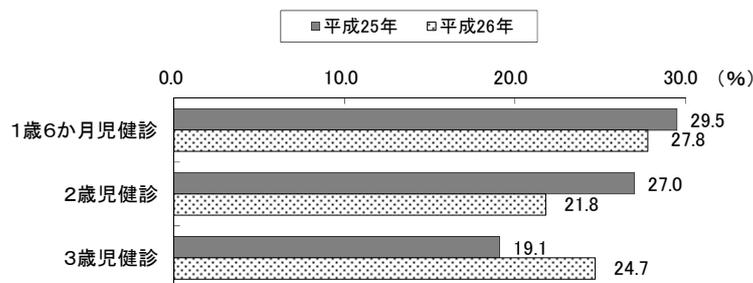
野菜の摂取量は1日に350g以上が望ましいとされています。小鉢1皿の野菜を70gとすると、一般市民の1日に食べる野菜料理の量は、「5～6皿」が7.6%、「7皿以上」が1.8%で、350g以上《5皿以上（計）》は、9.4%です（図表26）。

また、1日の中で主食、主菜、副菜を3つそろえて食べる回数は、《2回以上（計）》が65.1%で、約3人に1人がバランスよく食事をとれていない状況がみられます（図表27）。

小中学生の食事については、《よく噛んで食べる》や、《夕食を誰かと一緒に食べる》は、中学生の方が少なくなっています（図表28、図表29）。一般市民では、家族と一緒に食事をする頻度は、夕食の方が高く、朝食で《ほとんどしない》が21.7%となっています（図表30）。

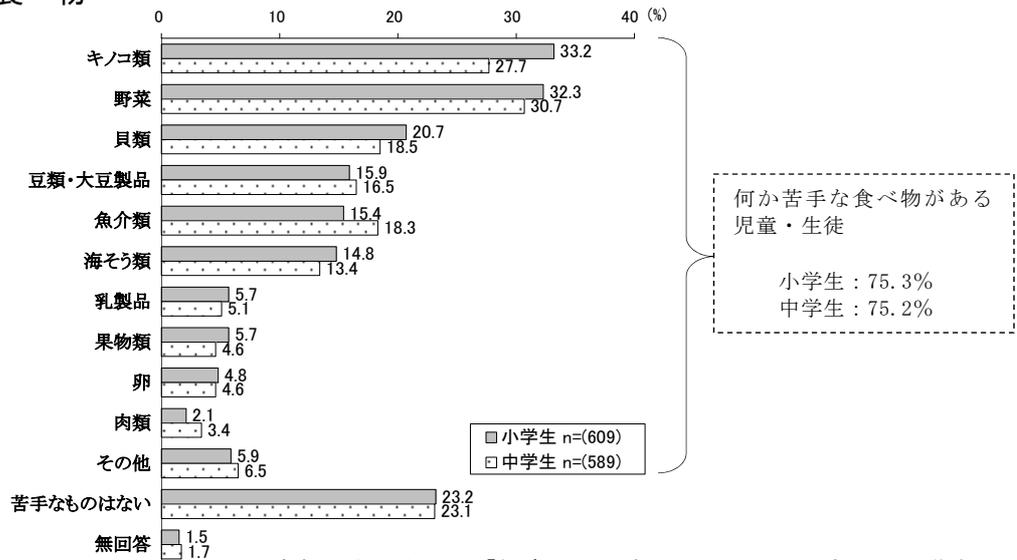
※何か苦手な食べ物がある児童・生徒の算出方法は、「100%－「苦手なものはない」－無回答の割合」

図表24 子どもの食生活について気になる保護者の割合



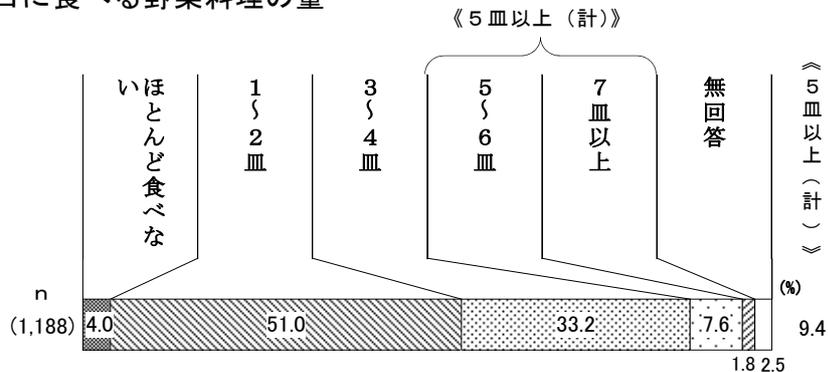
資料：白井市健康課幼児健康診査票

図表25 苦手な食べ物



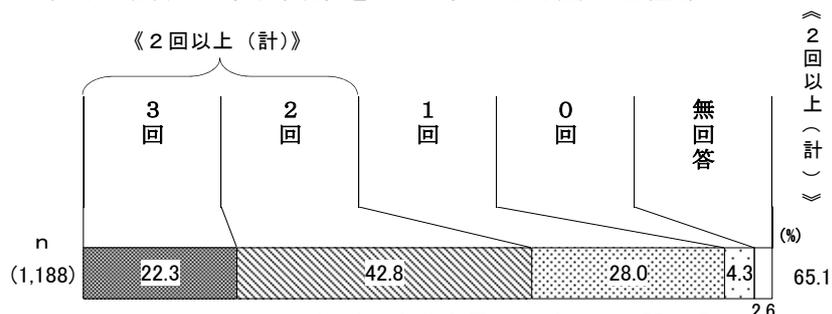
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（小中学生）

図表26 1日に食べる野菜料理の量



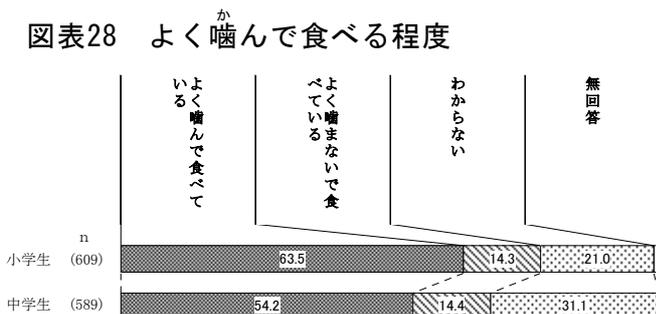
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表27 1日の中で主食、主菜、副菜を3つそろえて食べる回数

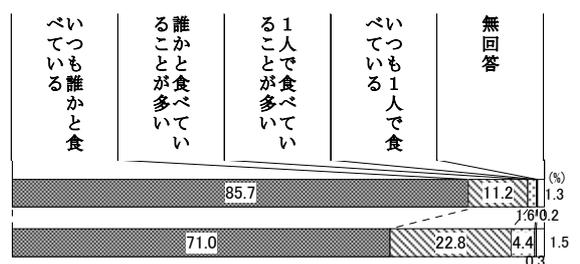


資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表28 よく噛んで食べる程度

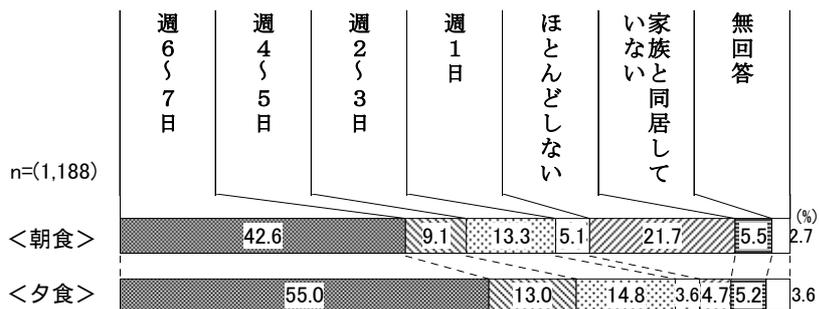


図表29 夕食をひとりで食べる頻度



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（小中学生）

図表30 家族と一緒に食事をする頻度



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

（7）歯と口腔

市の幼児歯科健診の受診率は、県と比べて高く推移しています。しかし、市の3歳児のむし歯有病者率は、年々減少傾向にはあるものの、県と比べて若干高く推移しています（図表31、図表32）。

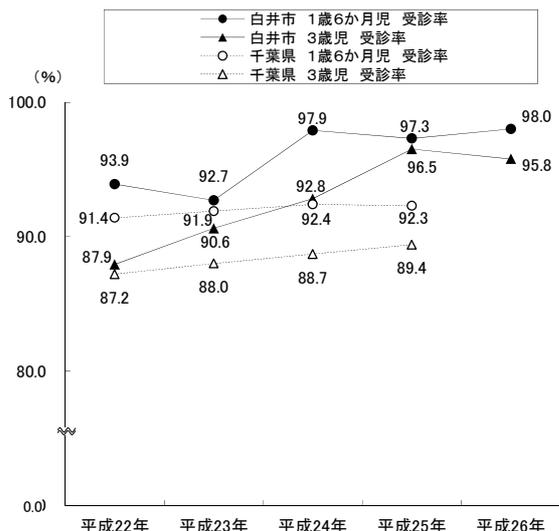
市の歯周疾患検診は、40・50・60・70歳を対象として実施しており、申込者数は対象者数の約10%で推移していますが、受診率は3%台で推移しています。また、歯周疾患検診の結果では、平成25年までは精密検査を必要とする人が減少を続け、要指導となる人が増加傾向となっていました。平成26年は、その傾向が逆転しました。（図表33、図表34）。

むし歯や歯周病予防のために実践していることは、「歯みがき」が最も高くなっており、「歯の定期健診」や「デンタルフロス・歯間ブラシの使用」、「むし歯や歯周病予防効果のある歯みがき剤の使用」も平成20年から増加しています（図表35）。歯をみがくタイミングは、「朝食後」や「寝る前」が60%台にとどまり、「昼食後」は30%を下回っている状況となっています（図表36）。また、過去1年間の歯の定期健診の受診率は50.8%です（図表37）。

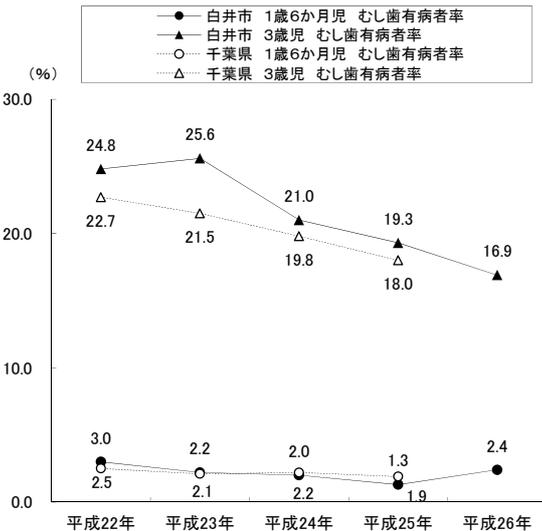
8020運動（80歳になっても20本以上自分の歯を保とう）という観点から80歳以上の歯の本数に着目すると、80歳以上の男性の平均は14.7本で20本以上の人の割合は33.4%、80歳以上の女性の平均は12.4本で20本以上の人の割合は20.6%となっており、女性の割合の方が男性より低く、県と比べても女性の割合が低くなっています（図表38）。

口腔機能としての食べ物を噛む状態は、市の男性と女性、県の女性で年齢が上がるほど低下している傾向にあり、特に、80歳以上の男性で12.1%、80歳以上の女性で23.5%が、食べ物に制限が生じたり、よく噛んで食べることができなくなっています（図表39）。

図表31 幼児歯科健診の受診率



図表32 むし歯有病者率



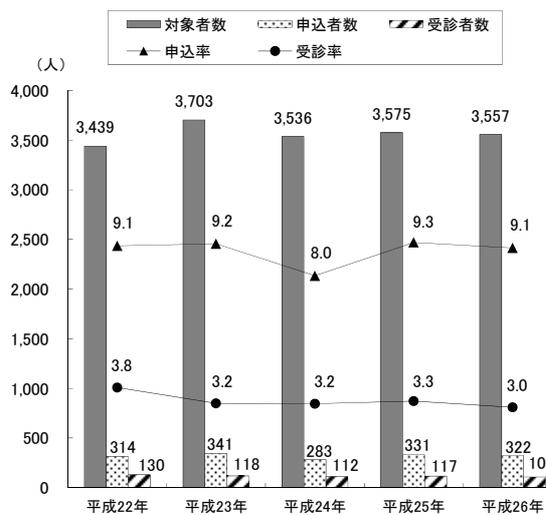
(注) 千葉県の平成25年度の数値は、国の公表数値と異なりますが、県の考え方により、図表の数値を千葉県数値として扱います。

(注) 図表31、32とも千葉県の平成26年の数値は未公表です。

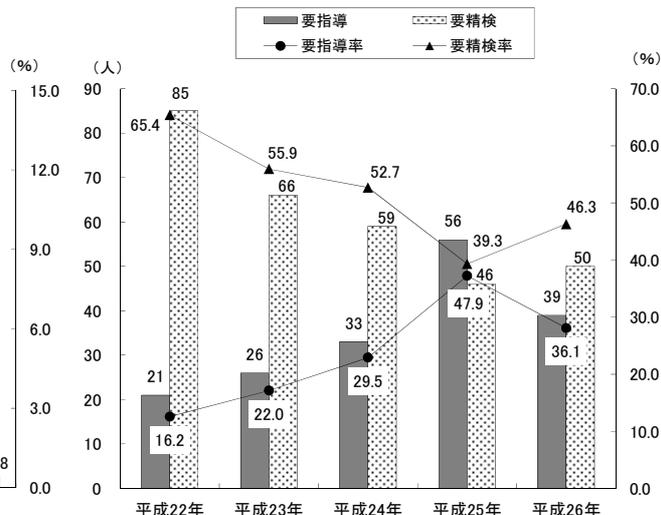
資料：白井市 白井市幼児健康診査結果

千葉県 千葉県1歳6か月児歯科健康診査、3歳児歯科健康診査実績

図表33 歯周疾患検診の実施状況

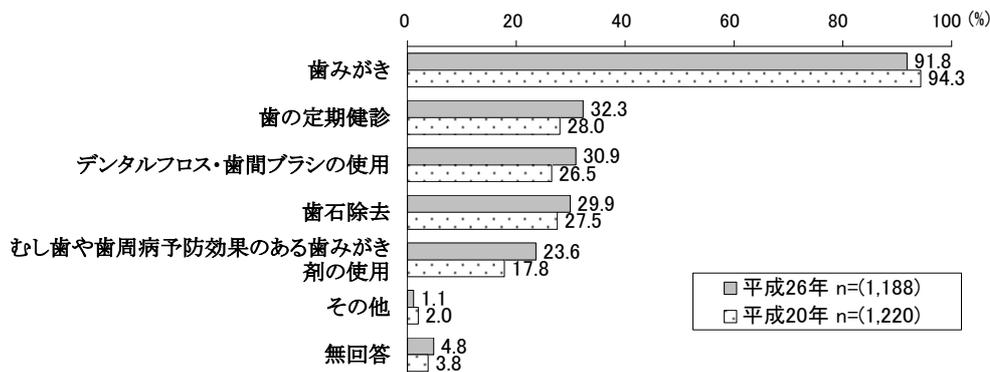


図表34 歯周疾患検診の結果



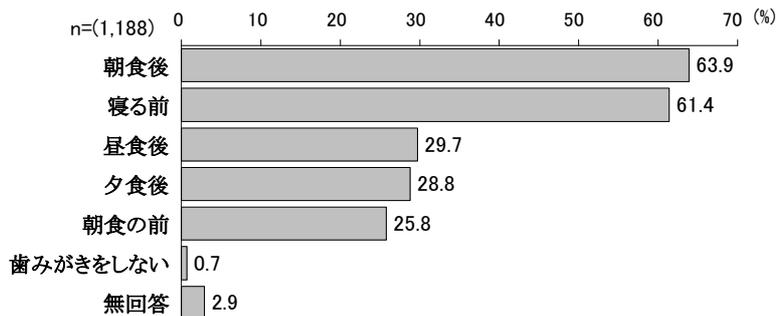
資料：白井市歯周疾患検診結果

図表35 むし歯や歯周病予防のために実践していること



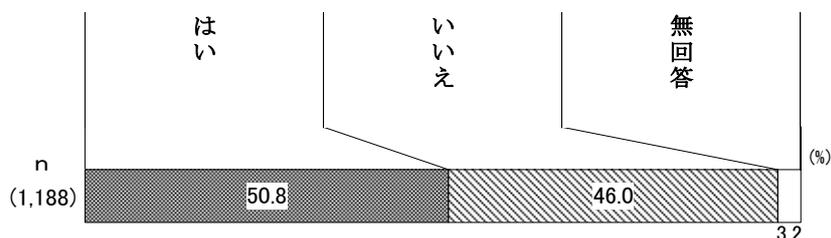
資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表36 歯みがきのタイミング



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表37 過去1年間に歯の定期健診を受診したか



資料：白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）

図表38 歯の本数

	白井市			千葉県	
	実数記入（20本以上）			「全部ある」（28本） 「ほとんどある」（20～27本）	
	全体	男性	女性	男性	女性
80歳以上	25.7	33.4	20.6	28.0	28.7

（注）千葉県の全体は公表されていないため、割愛しています。

資料：白井市 白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）
千葉県 平成25年度生活習慣に関するアンケート調査結果

図表39 食べ物を噛む状態

	白井市			千葉県	
	「あまりに噛めないので食べ物が限られる」 + 「噛んで食べることはできない」			「噛めない食べ物が多い」 + 「噛んで食べることができない」	
	全体	男性	女性	男性	女性
60～69歳	2.6	4.3	0.7	5.7	1.0
70～79歳	5.6	7.8	3.3	(70歳以上) 4.3	(70歳以上) 3.6
80歳以上	17.1	12.1	23.5	〈再掲〉8.9	〈再掲〉17.0

（注）千葉県の全体は公表されていないため、割愛しています。

資料：白井市 白井市民の「健康」に関するアンケート調査（一般市民）
千葉県 平成25年度生活習慣に関するアンケート調査結果