

第2章 市民の健康をめぐる現況

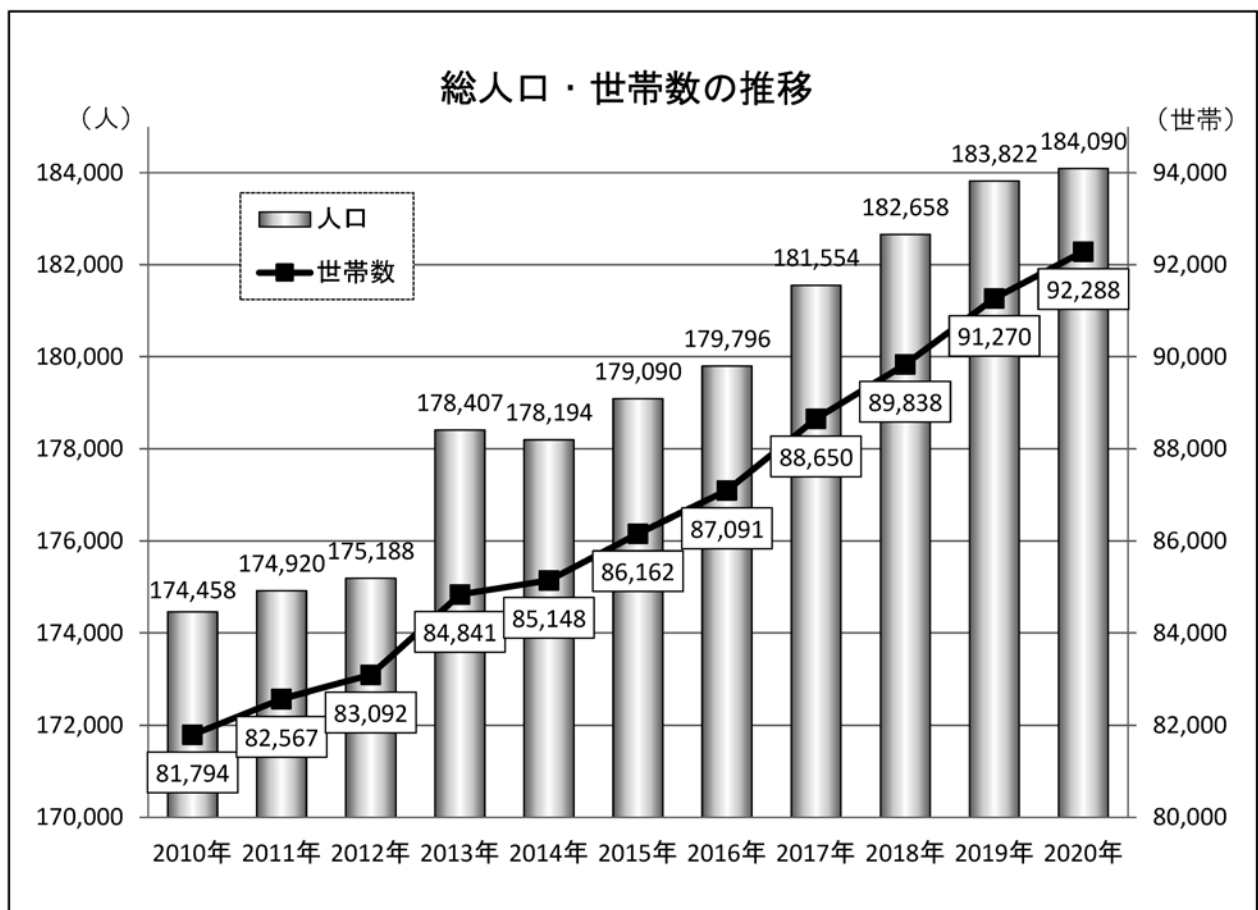
1 人口・人口動態・65歳健康寿命

(1) 人口・世帯

① 総人口・世帯数の推移と将来推計

立川市第4次長期総合計画がスタートした平成27(2015)年に179,090人であった総人口は、以後一貫して増加しており、令和2(2020)年1月1日現在で184,090人(男性91,632人・女性92,458人)となっています。

世帯数も増加を続けており、令和2(2020)年1月1日現在で92,288世帯となっていますが、一方で一世帯あたりの平均人員は減少しており、同じく令和2(2020)年1月1日現在で1.99人となっています。

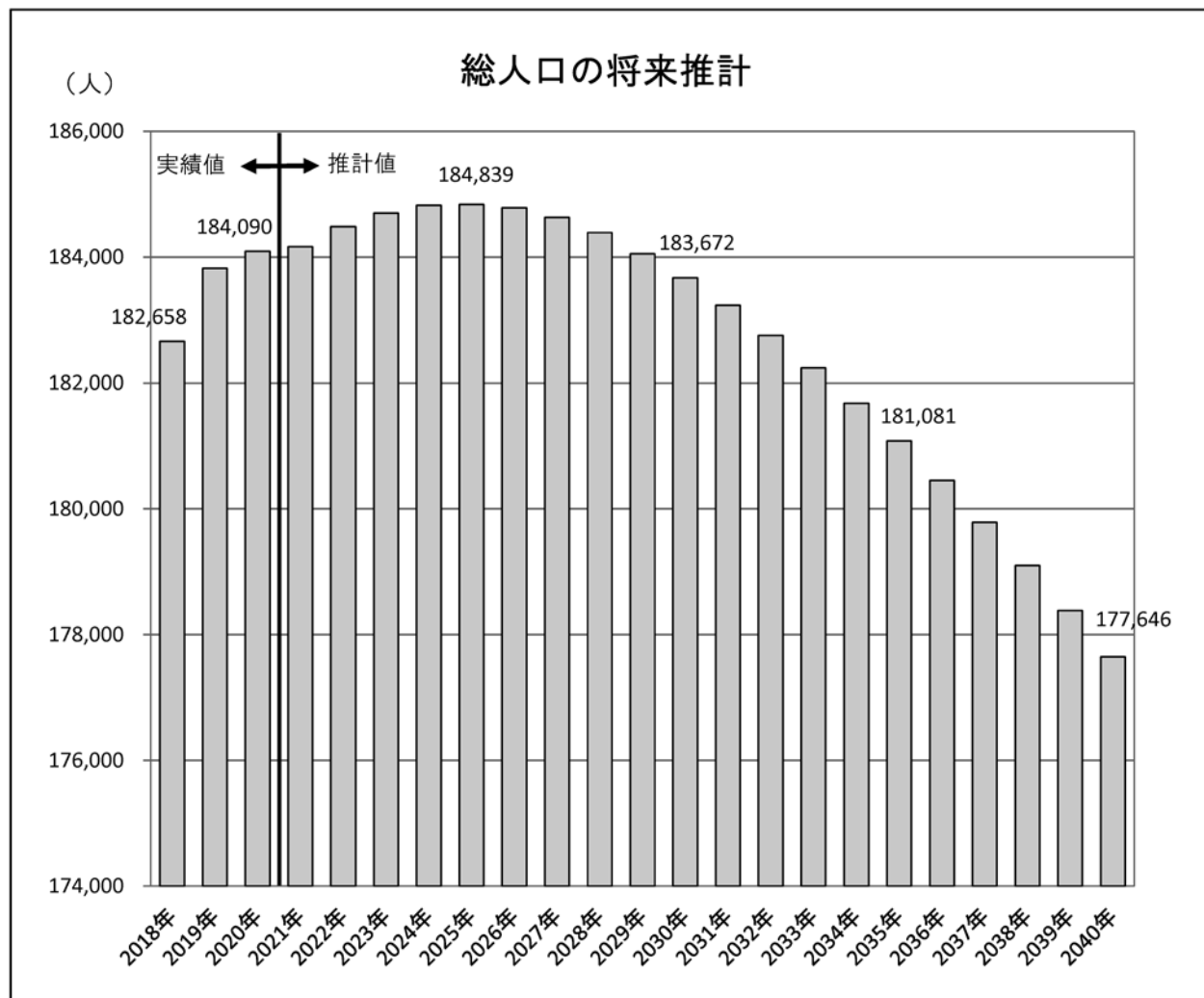


〔資料〕世帯と人口（市民生活部市民課 各年1月1日）

（注）2013年以降は外国人登録者および世帯を含む

第2章 市民の健康をめぐる現況

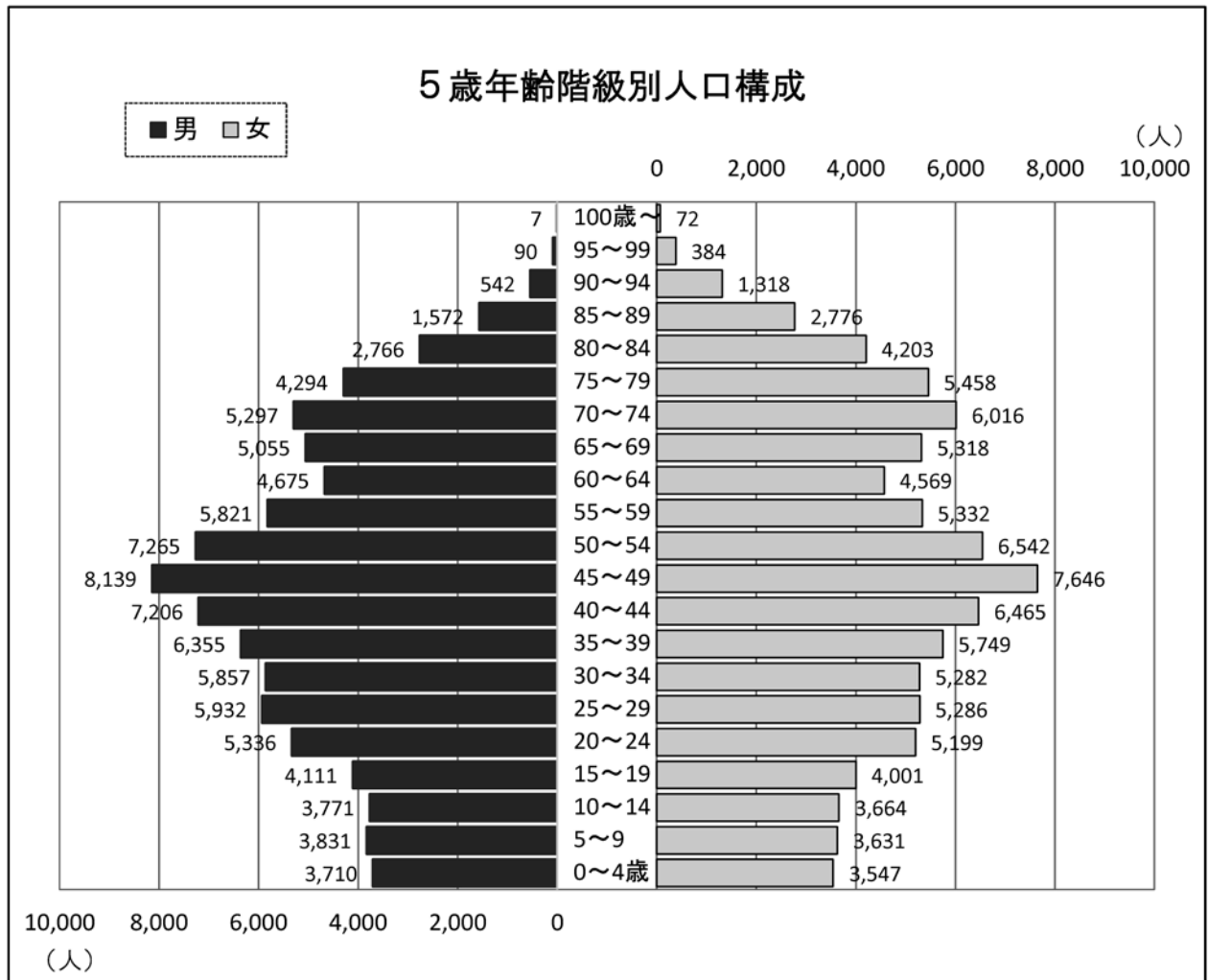
令和2（2020）年に184,090人であった総人口は、令和7（2025）年の184,839人をピークに減少していき、令和22（2040）年には177,646人と、ピーク時から7,193人減少すると見込まれています。



〔資料〕世帯と人口（市民生活部市民課）、立川市第4次長期総合計画後期基本計画策定ための将来人口推計調査（2018年）

② 年齢階級別人口構成

令和2（2020）年1月1日現在の5歳年齢階級別人口構成をみると、男女共45～49歳の人数が最も多く、次いで50～54歳の人数が多くなっています。

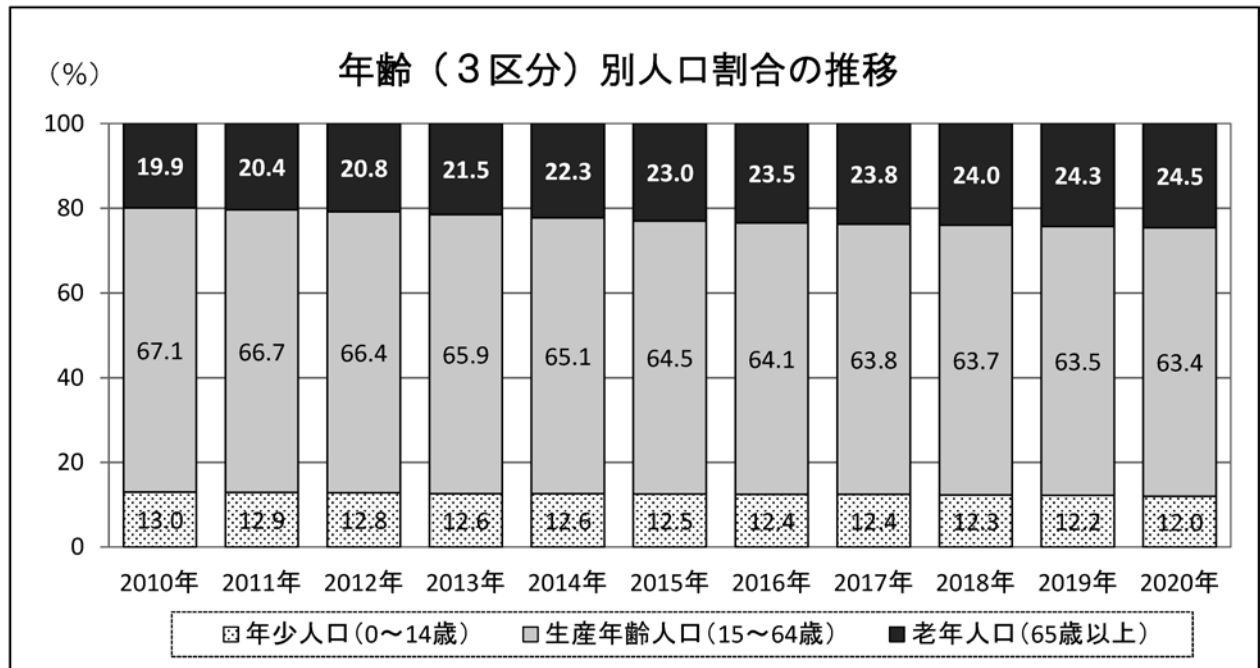


〔資料〕世帯と人口（市民生活部市民課）

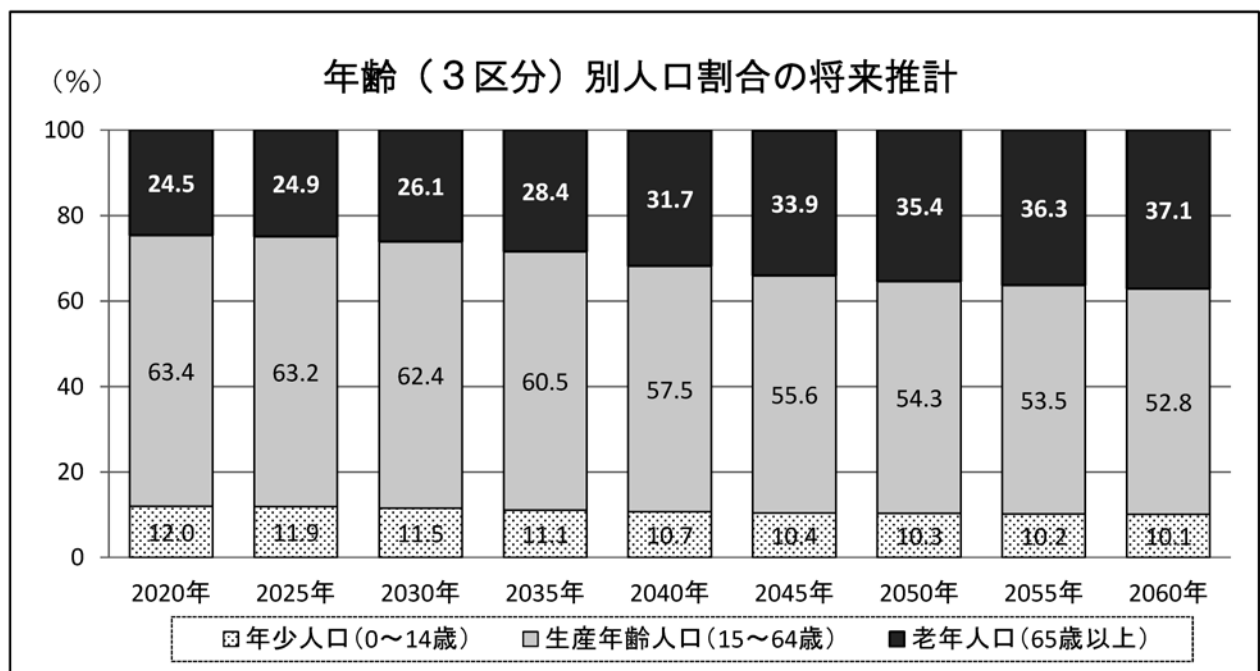
③ 年齢（3区分）別人口割合の推移と将来推計

年齢（3区分）別人口割合の推移について、0～14歳の年少人口割合および15～64歳の生産年齢人口割合は、横ばいあるいは減少で推移していますが、65歳以上の老年人口割合は緩やかに増加し、高齢化が進行しています。

将来的にも年少人口および生産年齢人口の割合は減少する一方、老年人口の割合は増加を続け、令和22（2040）年には、本市の人口の約3分の1が65歳以上の高齢者となる見通しです。



〔資料〕世帯と人口（市民生活部市民課）



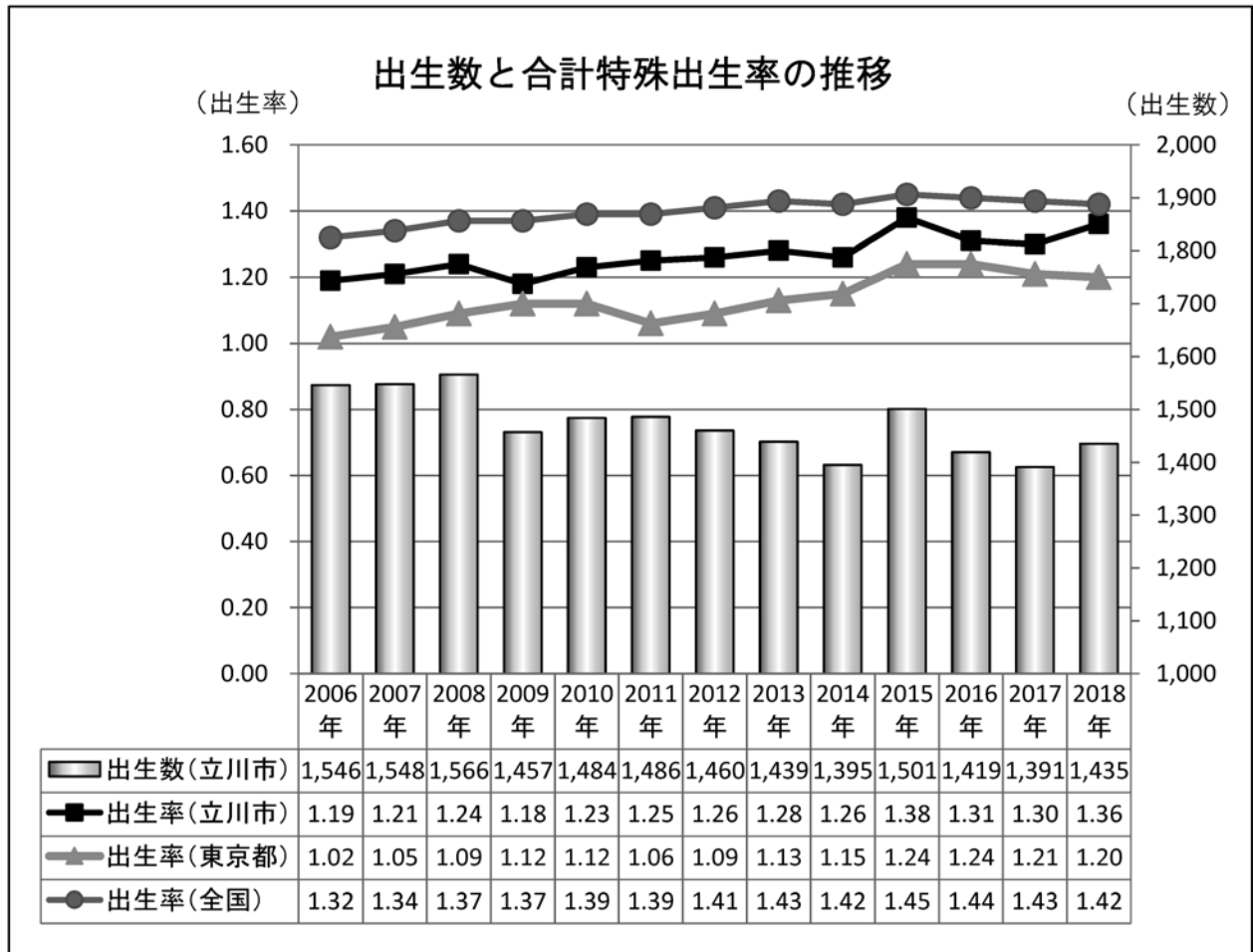
〔資料〕立川市第4次長期総合計画後期基本計画策定ための将来人口推計調査（2018年）

（注）2020年は実績値

(2) 出生と死亡

① 出生数・合計特殊出生率の推移

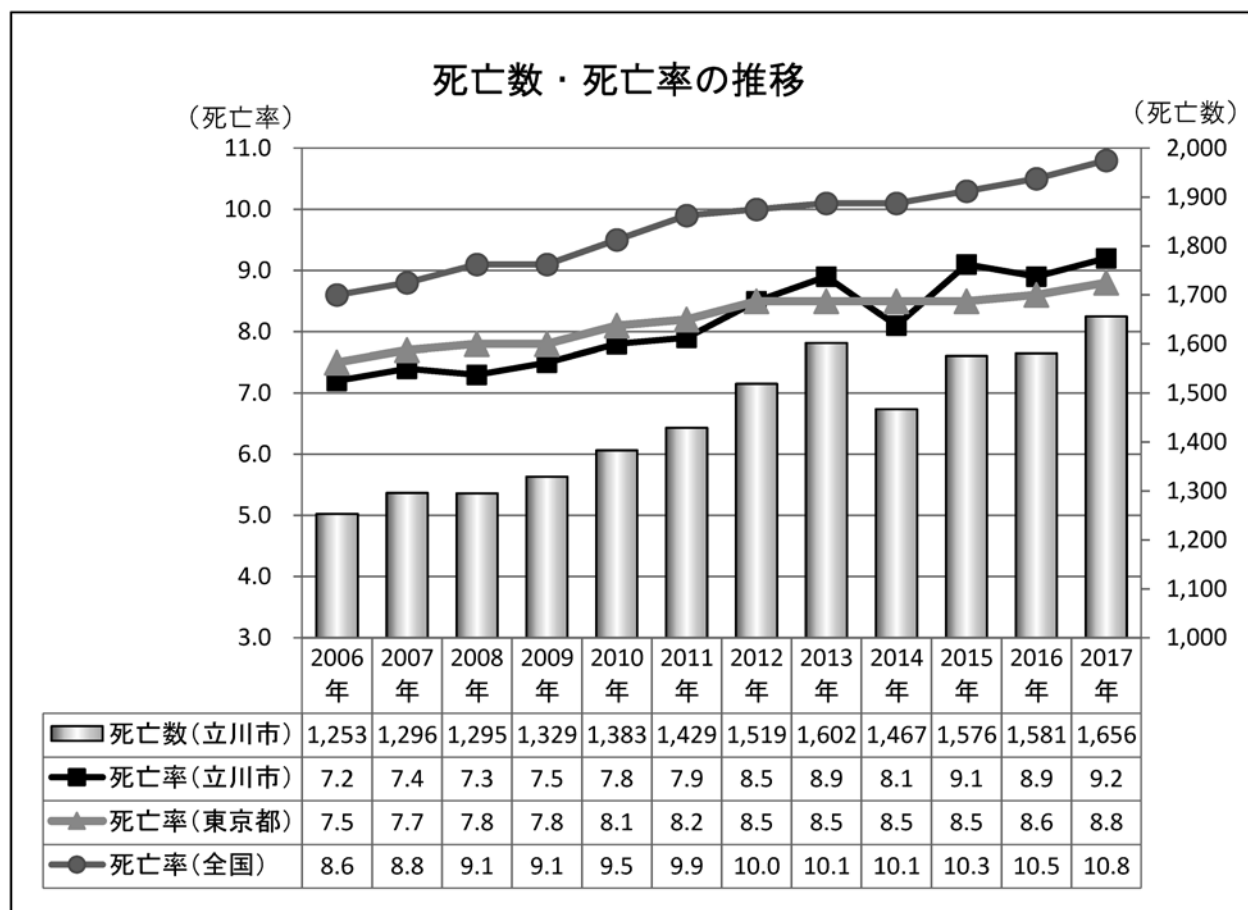
平成 30 (2018) 年の出生数は 1,435 人で、平成 21 (2009) 年以降は 1,400 人代前後で推移しています。平成 30 (2018) 年の合計特殊出生率*は 1.36 で、全国の 1.42 より低く、東京都の 1.20 よりも高い数値で推移しています。



〔資料〕人口動態統計（東京都福祉保健局）

② 死亡数・死亡率の推移

高齢化に伴い、死亡数および死亡率は増加傾向が続いており、平成 29（2017）年の死亡数は 1,656 人、死亡率は 9.2 となっています。平成 29（2017）年の全国の死亡率は 10.8、東京都の死亡率は 8.8 で、立川市は全国より低く、東京都よりやや高い数値になっています。

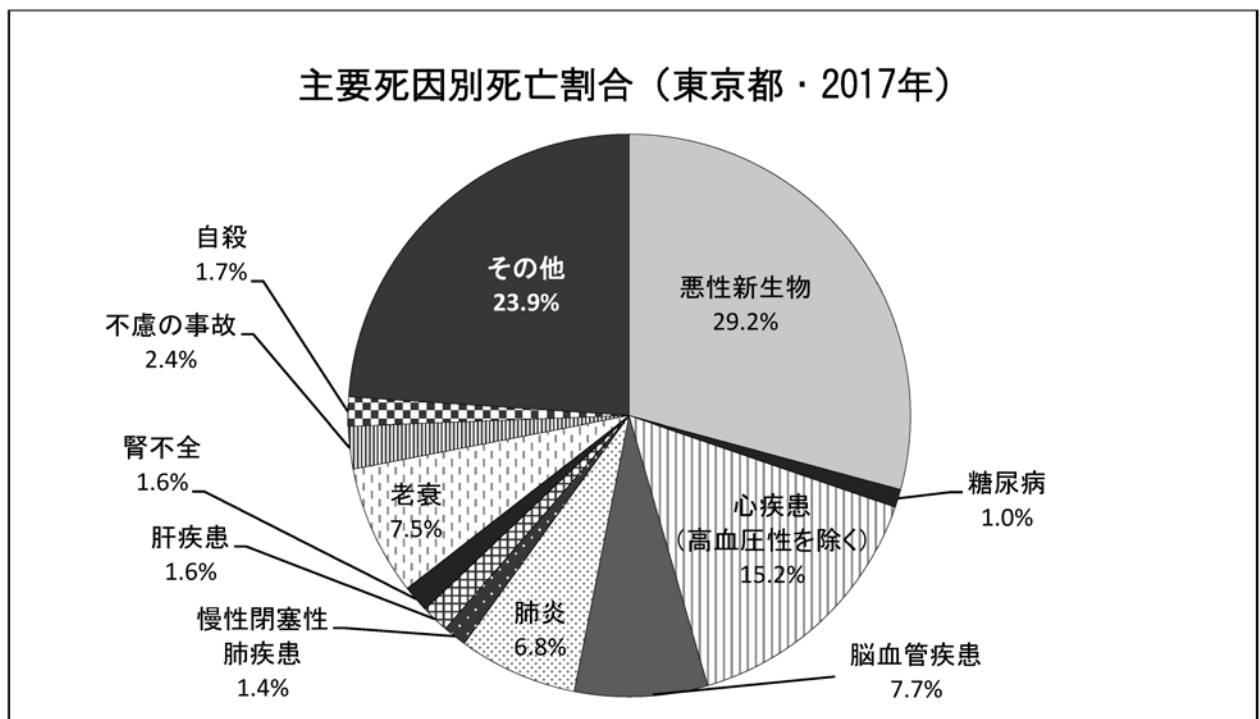
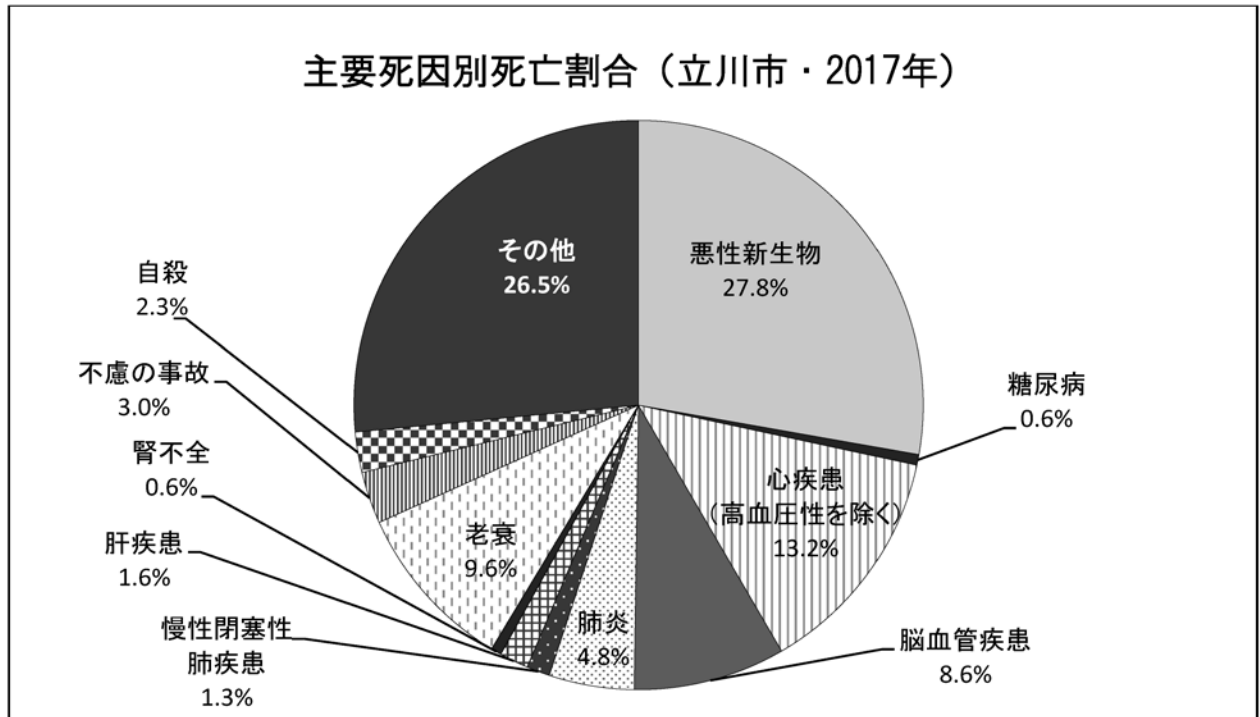


〔資料〕保健医療福祉データ集（東京都多摩立川保健所）

（注）死亡率…1年間（1月1日～12月31日）の死亡者数をその年の人口（10月1日現在）で割り、1000 を乗じた数値

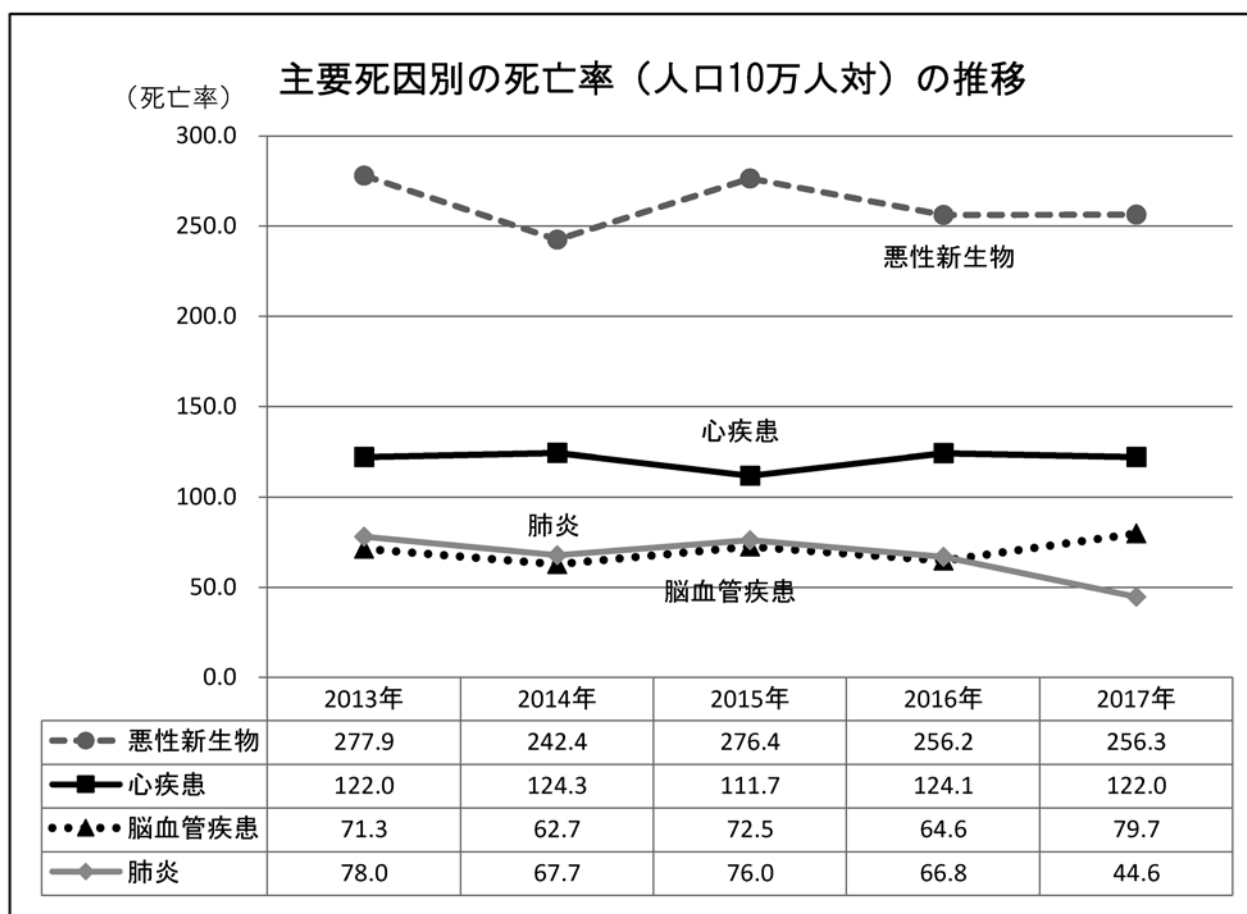
③ 主要死因別死亡順位・死亡割合・死亡率の推移

立川市における平成 29 (2017) 年の主要死因別死亡順位をみると、第 1 位が悪性新生物(がん) 27.8%、第 2 位が心疾患(高血圧性を除く) 13.2%、第 3 位が老衰 9.6%、第 4 位が脳血管疾患 8.6%、第 5 位が肺炎 4.8%となっており、東京都もほぼ同様の傾向となっています。



〔資料〕保健医療福祉データ集（東京都多摩立川保健所）

主要死因別の死亡率（人口10万対）の推移をみると、悪性新生物（がん）、心疾患（高血圧性を除く）、脳血管疾患、肺炎共年により変化はありますが、ほぼ横ばいの傾向にあります。



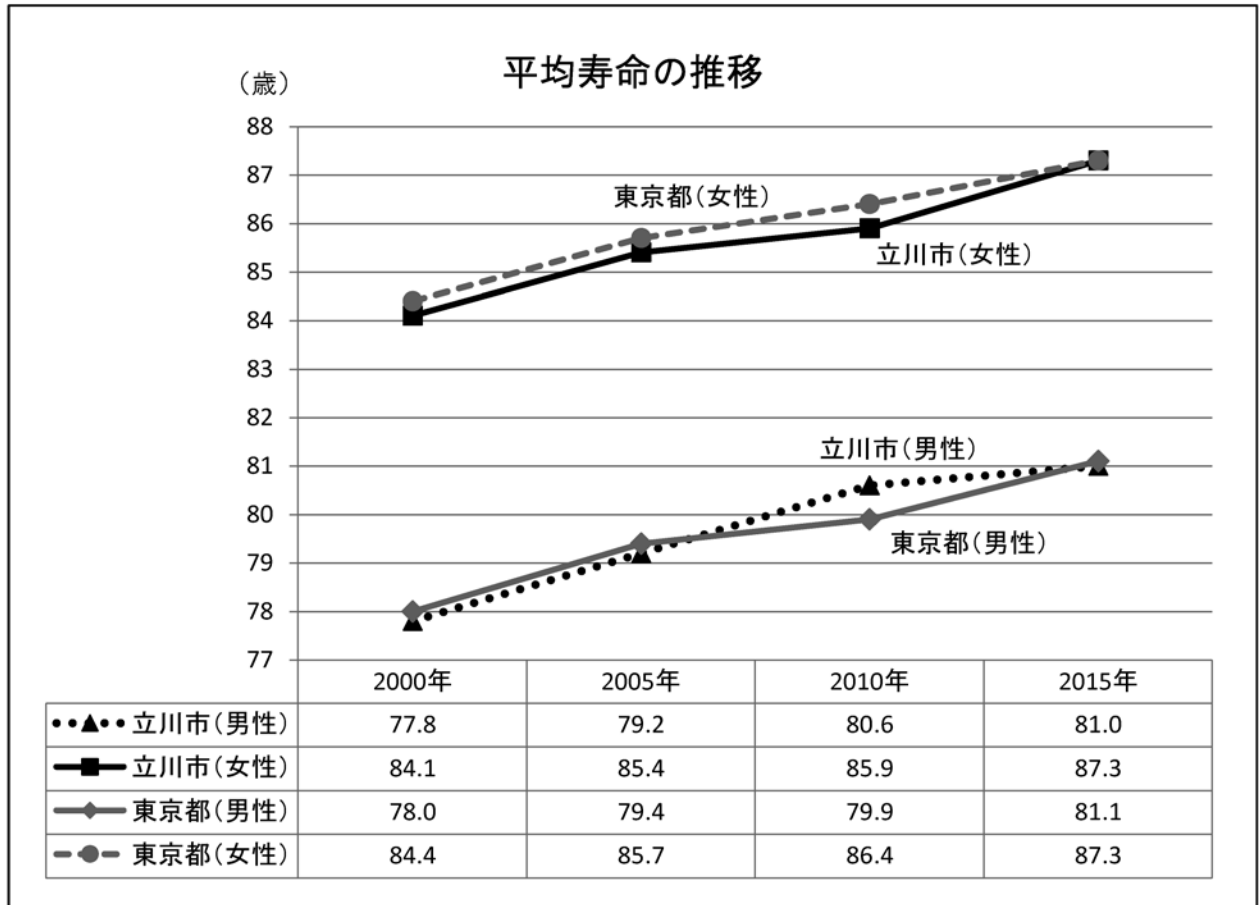
〔資料〕保健医療福祉データ集（東京都多摩立川保健所）

（注）2017年から死因統計の分類が変更されたため、肺炎の死亡数・死亡率に変動が見られる

(3) 平均寿命と65歳健康寿命

① 平均寿命の推移

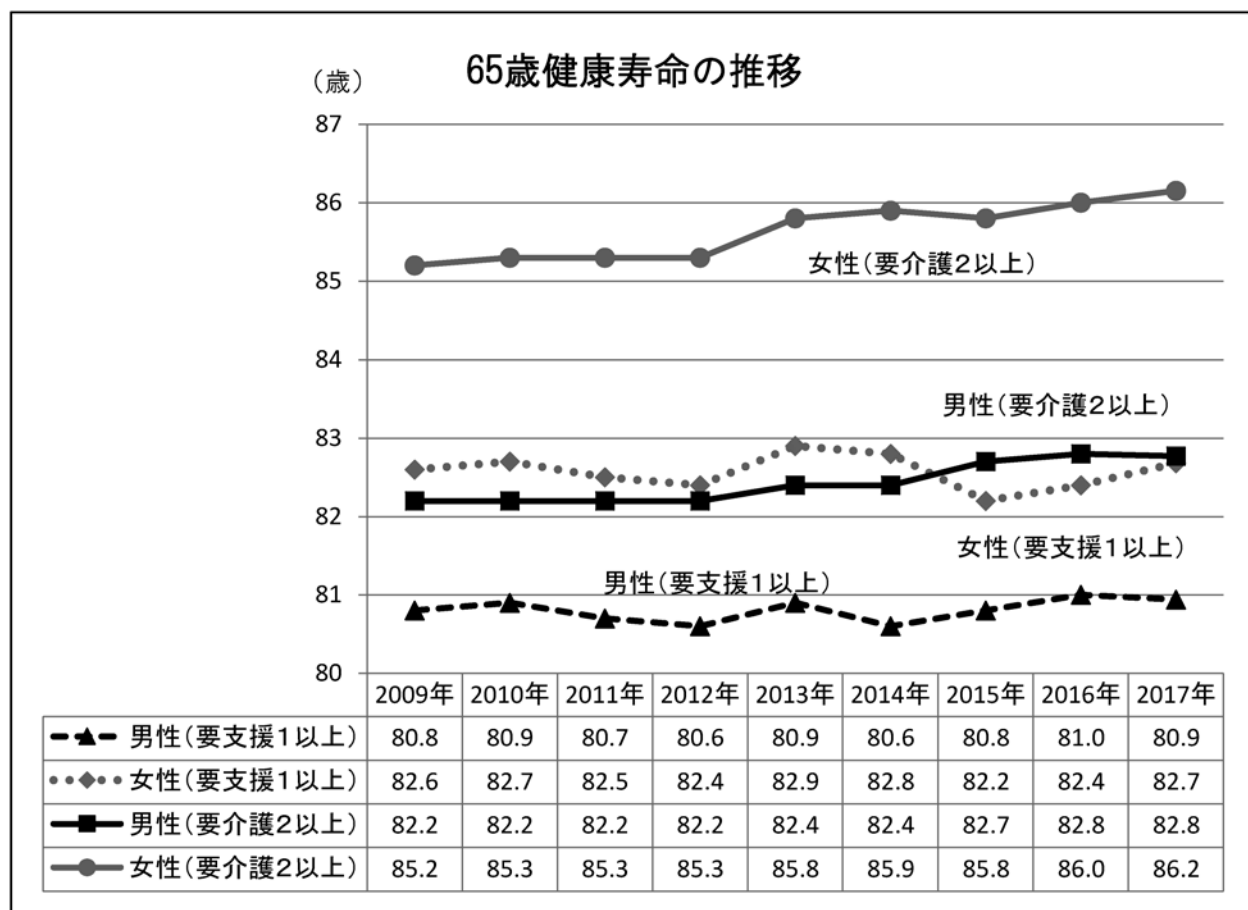
平均寿命は延伸しており、立川市の平均寿命（平成27（2015）年）は、男性81.0歳、女性87.3歳で、東京都（男性81.1歳、女性87.3歳）と比べ男性、女性共ほぼ同様の数値となっています。



〔資料〕市区町村別生命表（厚生労働省）

② 65歳健康寿命の推移

立川市における平成29（2017）年の65歳健康寿命*は、要支援1以上を障害とした場合では、男性80.9歳、女性82.7歳、要介護2以上を障害とした場合では、男性82.8歳、女性86.2歳となっており、少しずつ上昇しています。



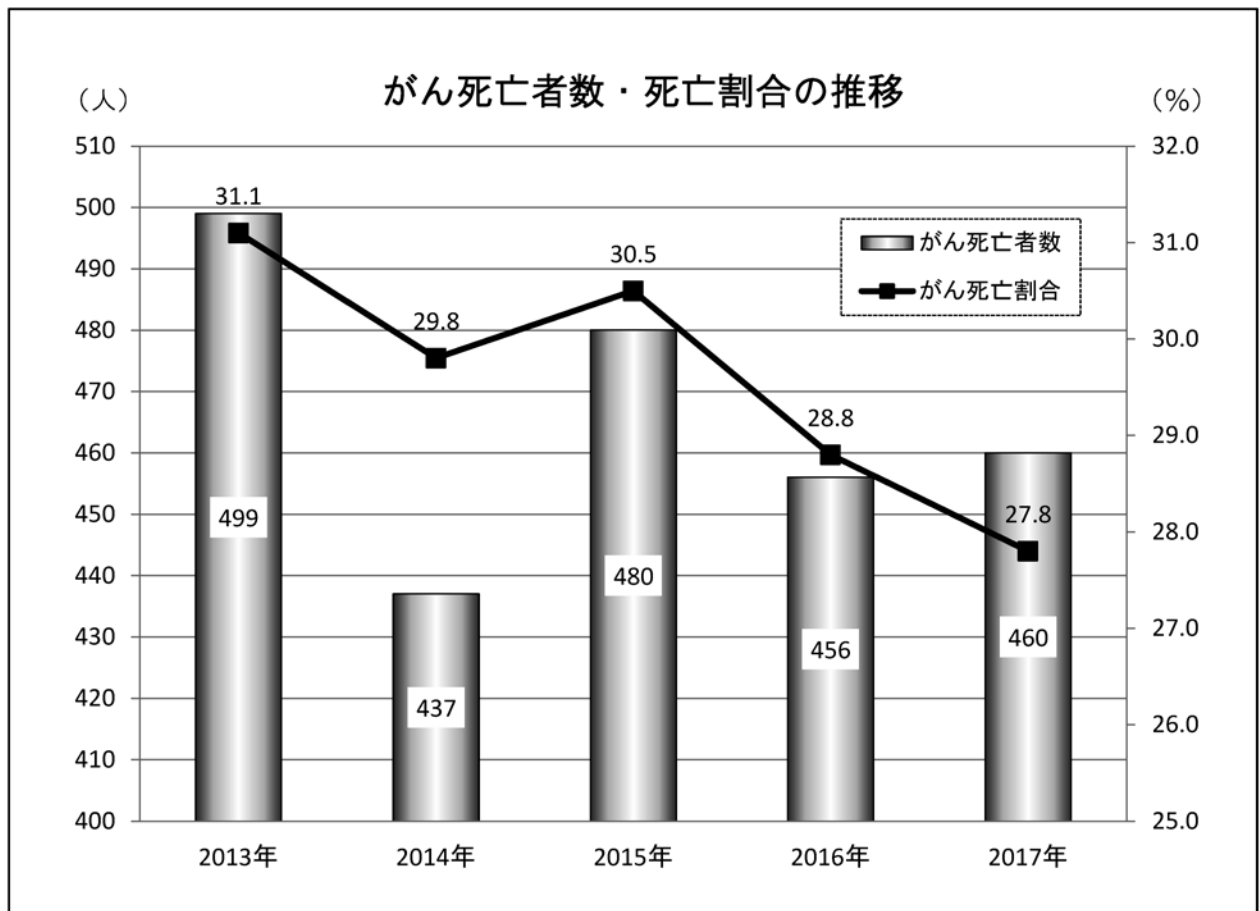
〔資料〕保健医療福祉データ集（東京都多摩立川保健所）

2 市民の健康状況

(1) がん

① がん死亡者数の推移

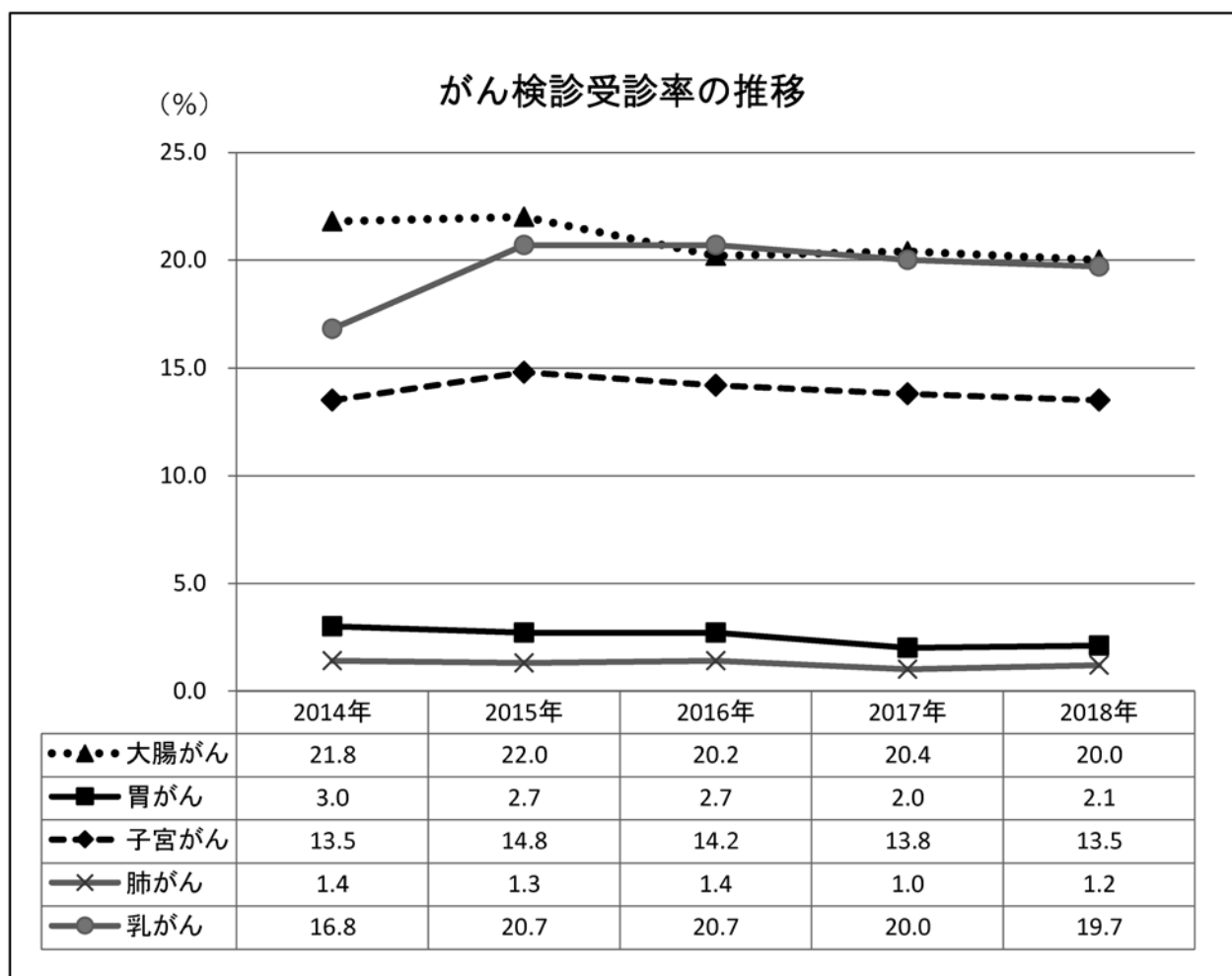
がん死亡者数は年により変動はありますが、ほぼ横ばいで、平成 29 (2017) 年の死亡者数は 460 人となっています。一方、死亡者総数に占めるがんによる死亡割合は減少傾向で、平成 29 (2017) 年は 27.8%となっています。



〔資料〕保健医療福祉データ集（東京都多摩立川保健所）

② がん検診受診率の推移

平成 30（2018）年度における市が実施するがん検診の受診率は、大腸がん検診で 20.0%、胃がん検診で 2.1%、子宮がん検診で 13.5%、肺がん検診で 1.2%、乳がん検診で 19.7%となっています。



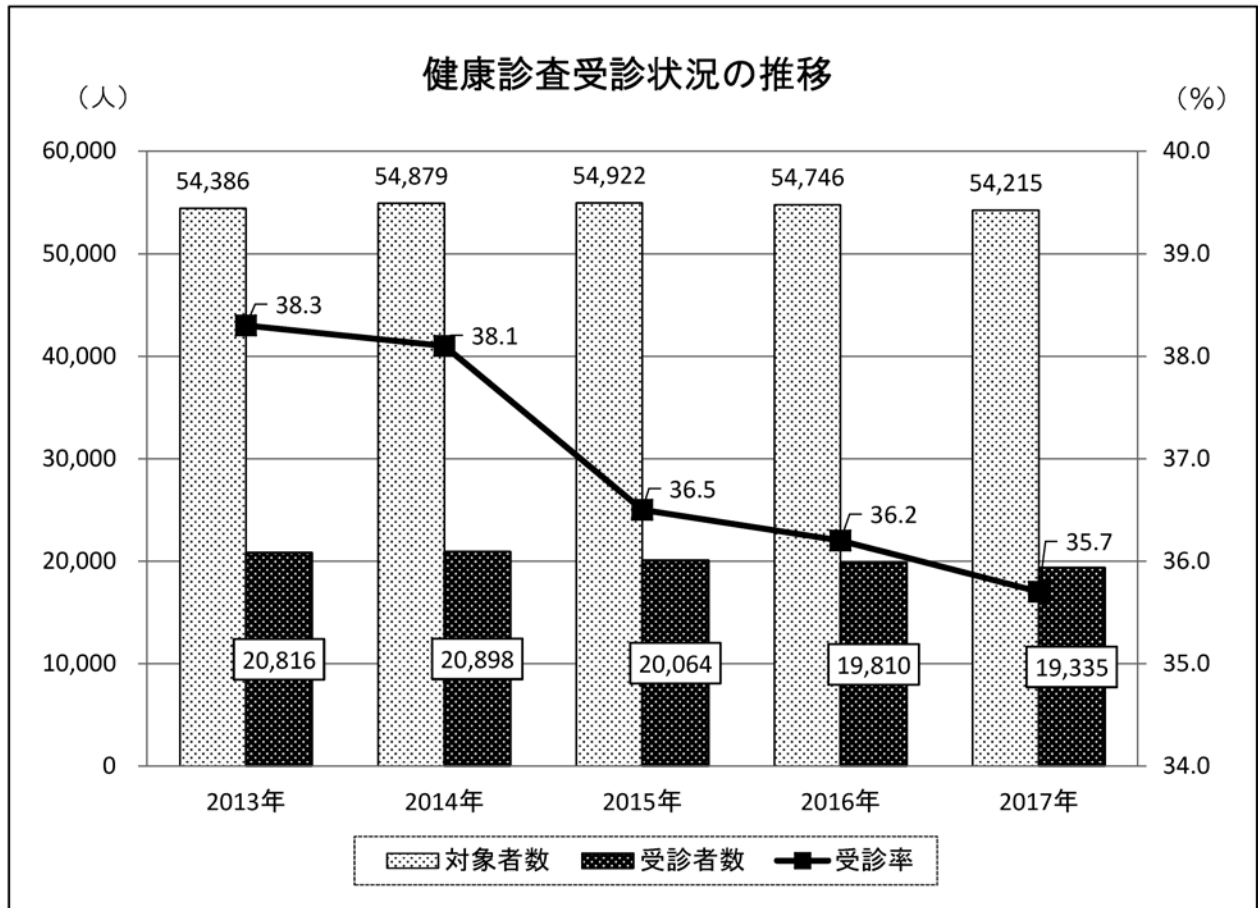
〔資料〕立川市の保健衛生（福祉保健部健康推進課）

（注）対象者数は、東京都の対象人口率と立川市の人口から算出

(2) 糖尿病・メタボリックシンドローム・循環器疾患

① 健康診査の対象者数、受診者数、受診率の推移

自分の健康状態を毎年確認し、健康づくりにつなげていくことは重要です。本市においては、特定健康診査*、後期高齢者健康診査*、一般健康診査*を合わせた健康診査の受診者数は減少傾向にあり、平成 29（2017）年度の受診率は 35.7%となっています。

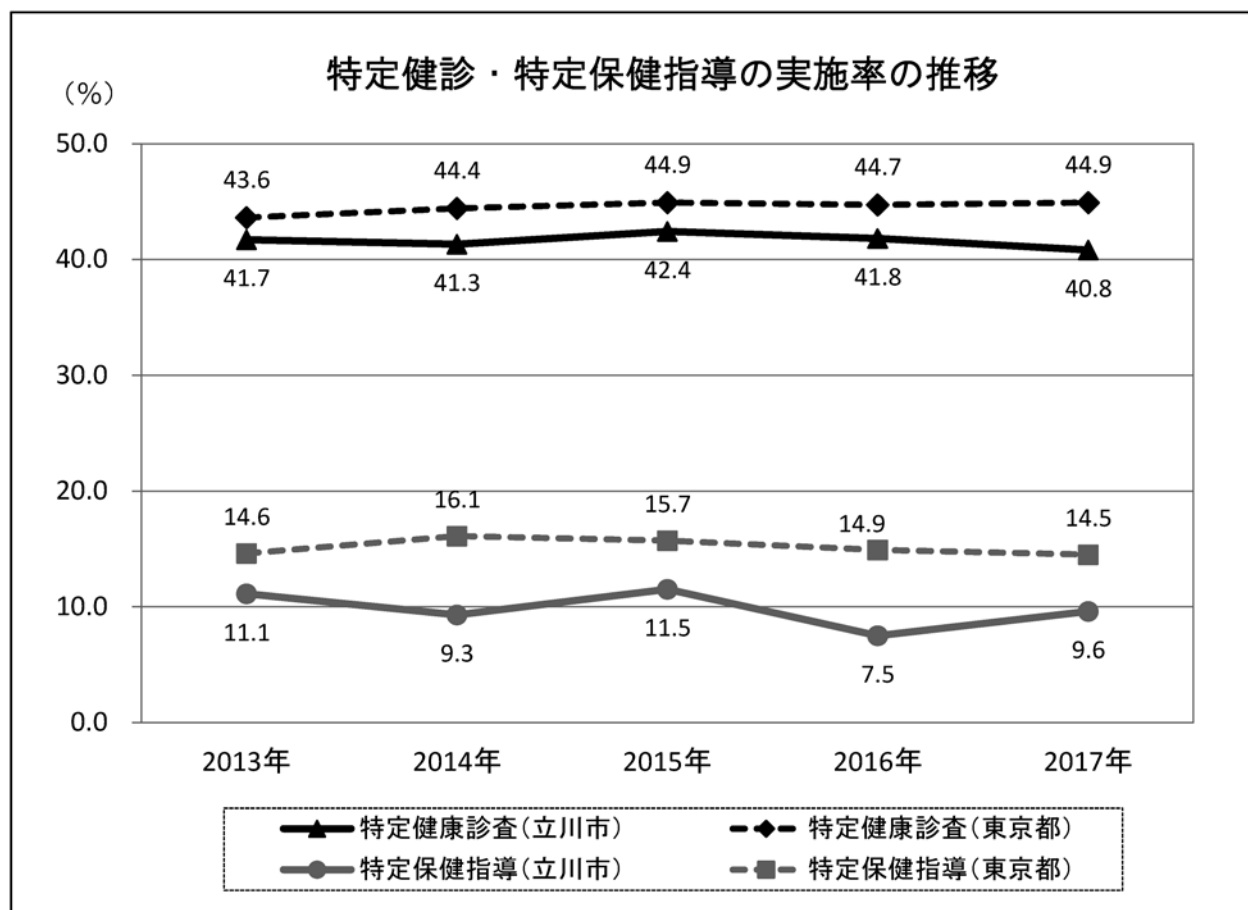


〔資料〕立川市の保健衛生（福祉保健部健康推進課）

（注）対象者数は、40歳以上の市民で、立川市国民健康保険と後期高齢者医療保険加入者、生活保護受給者等無保険者を合わせた数

② 特定健康診査の受診率・特定保健指導の実施率の推移

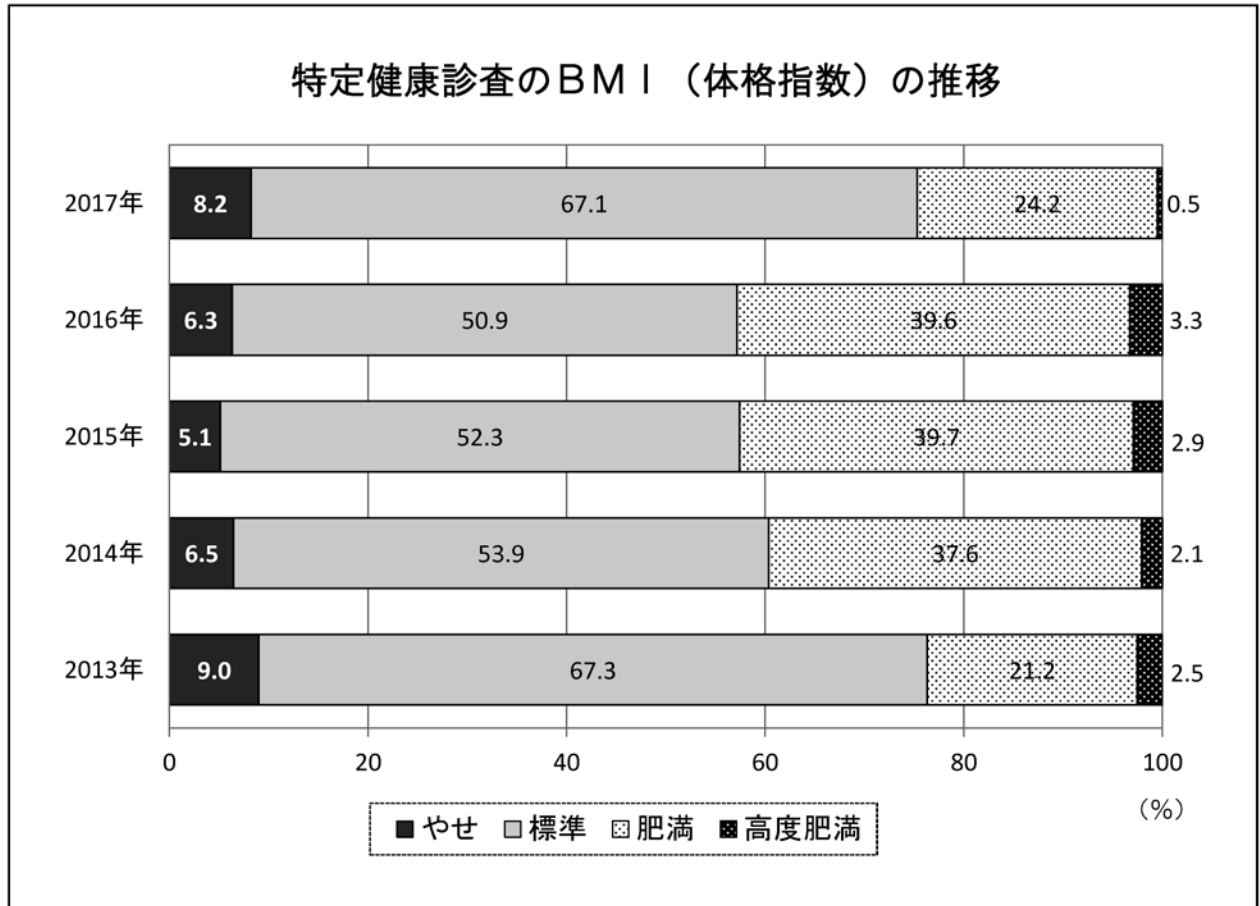
平成 29（2017）年度の特定健康診査（40～64 歳）の受診率（法定報告数値）は 40.8%、特定保健指導*の実施率（法定報告数値）は 9.6%となっています。東京都と比較すると特定健康診査の受診率、特定保健指導の実施率とも下回っています。



〔資料〕 特定健康診査・特定保健指導実施結果（福祉保健部保険年金課）

③ 特定健康診査におけるBMI（体格指数）の推移

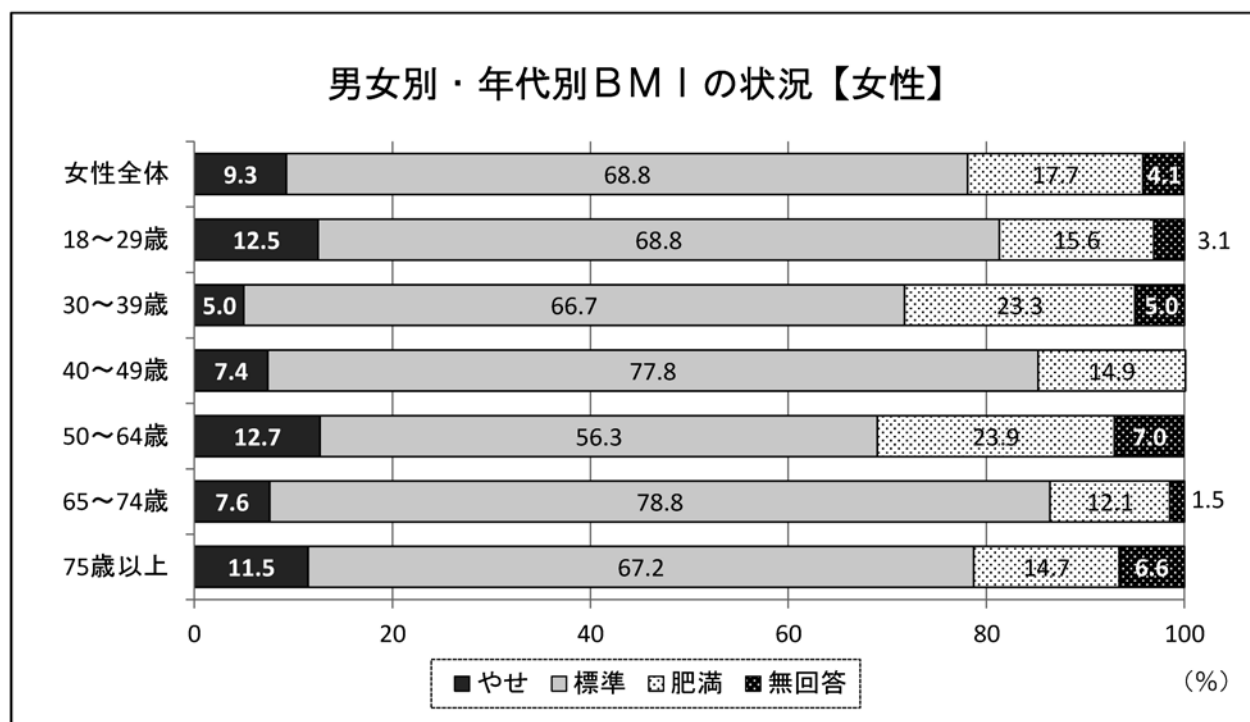
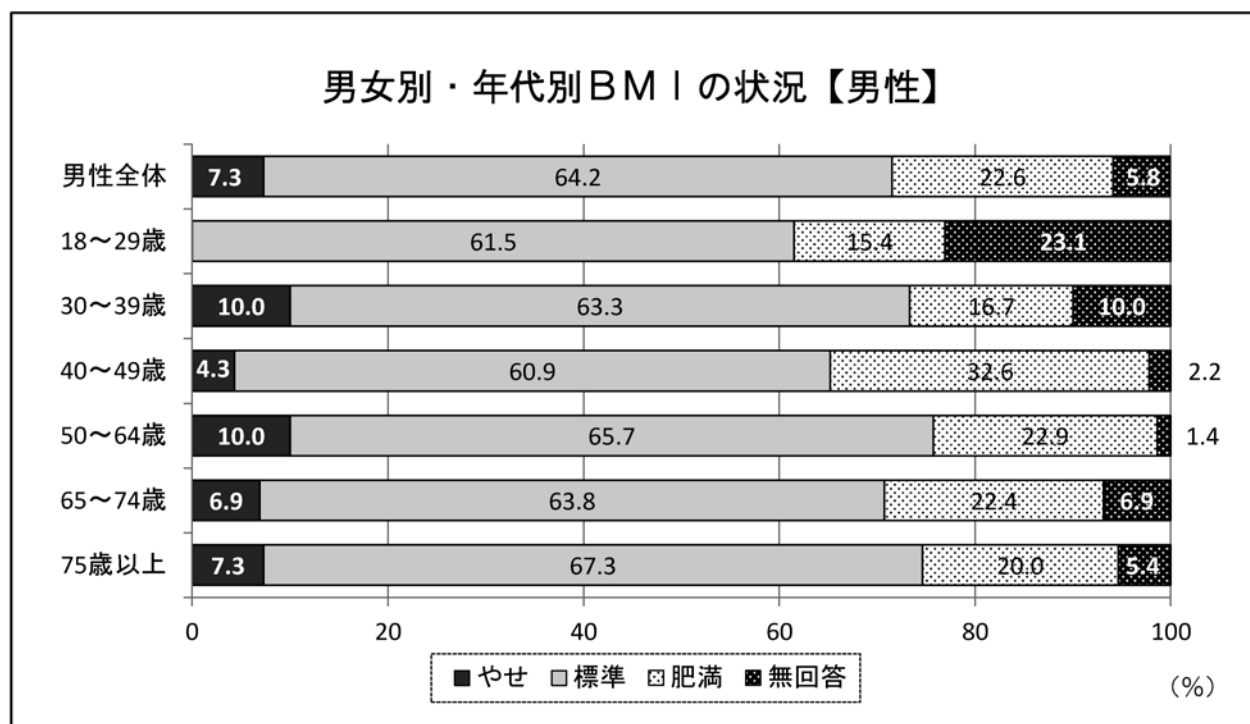
平成 29（2017）年度の特定健康診査（40～64 歳）の結果では、やせ（BMI*18.5 未満）が 8.2%、適正体重を維持している人（BMI18.5～25 未満）の割合が 67.1%、肥満（BMI25 以上）が 24.2% となっています。



〔資料〕立川市の保健衛生（福祉保健部健康推進課）

④ 意識調査におけるBMI（体格指数）の状況

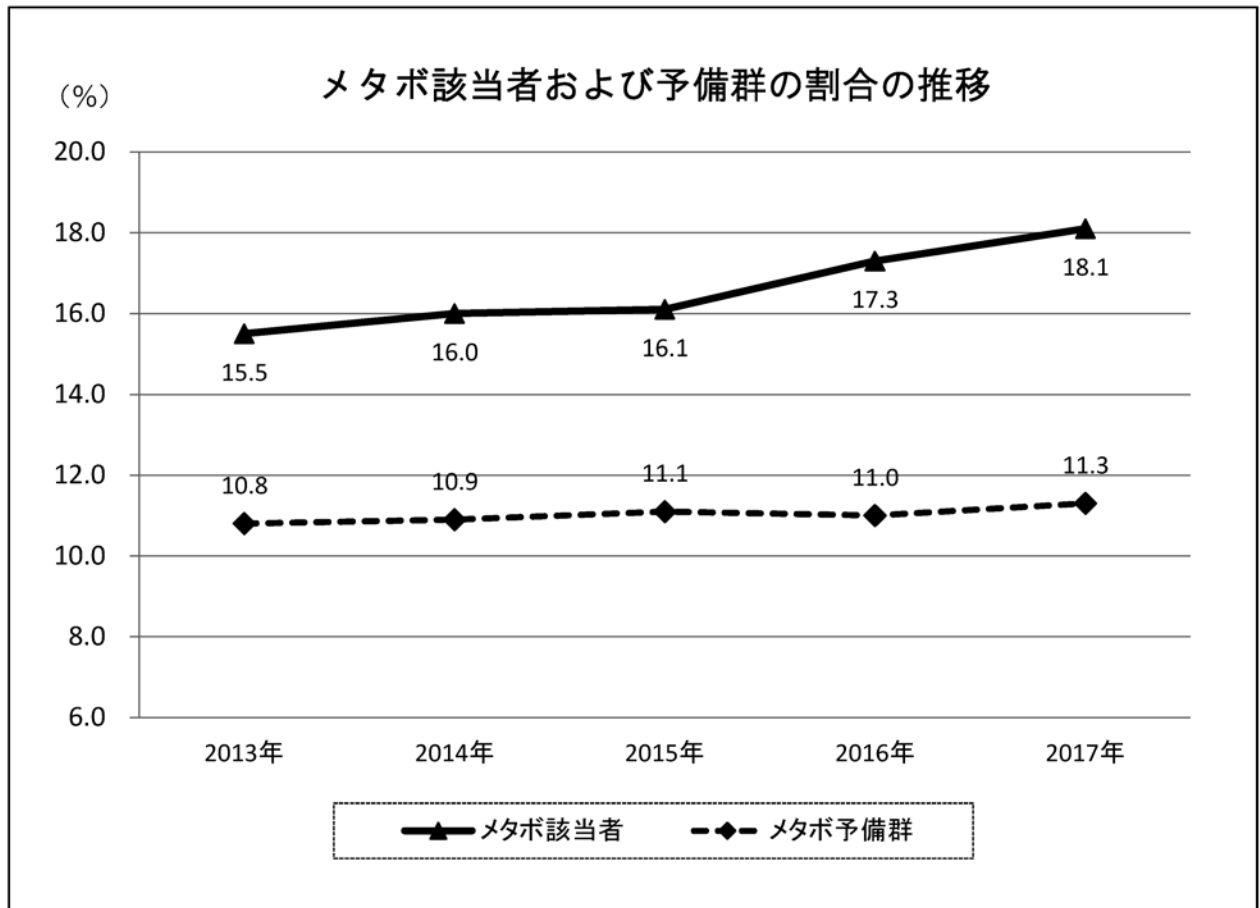
平成30（2018）年の調査（18歳以上）の結果では、男性は40歳代の3人にひとり、50歳～64歳の4人にひとりが肥満（BMI25以上）となっています。女性は18歳～29歳の8人にひとりがやせ（BMI18.5未満）となっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018年）

⑤ 特定健康診査におけるメタボリックシンドローム該当者・予備群の割合の推移

平成 29 (2017) 年の特定健康診査におけるメタボリックシンドローム*該当者の割合は、18.1%となっており、増加傾向です。メタボ予備群の割合は 11.3%となっており、ほぼ横ばいで推移しています。

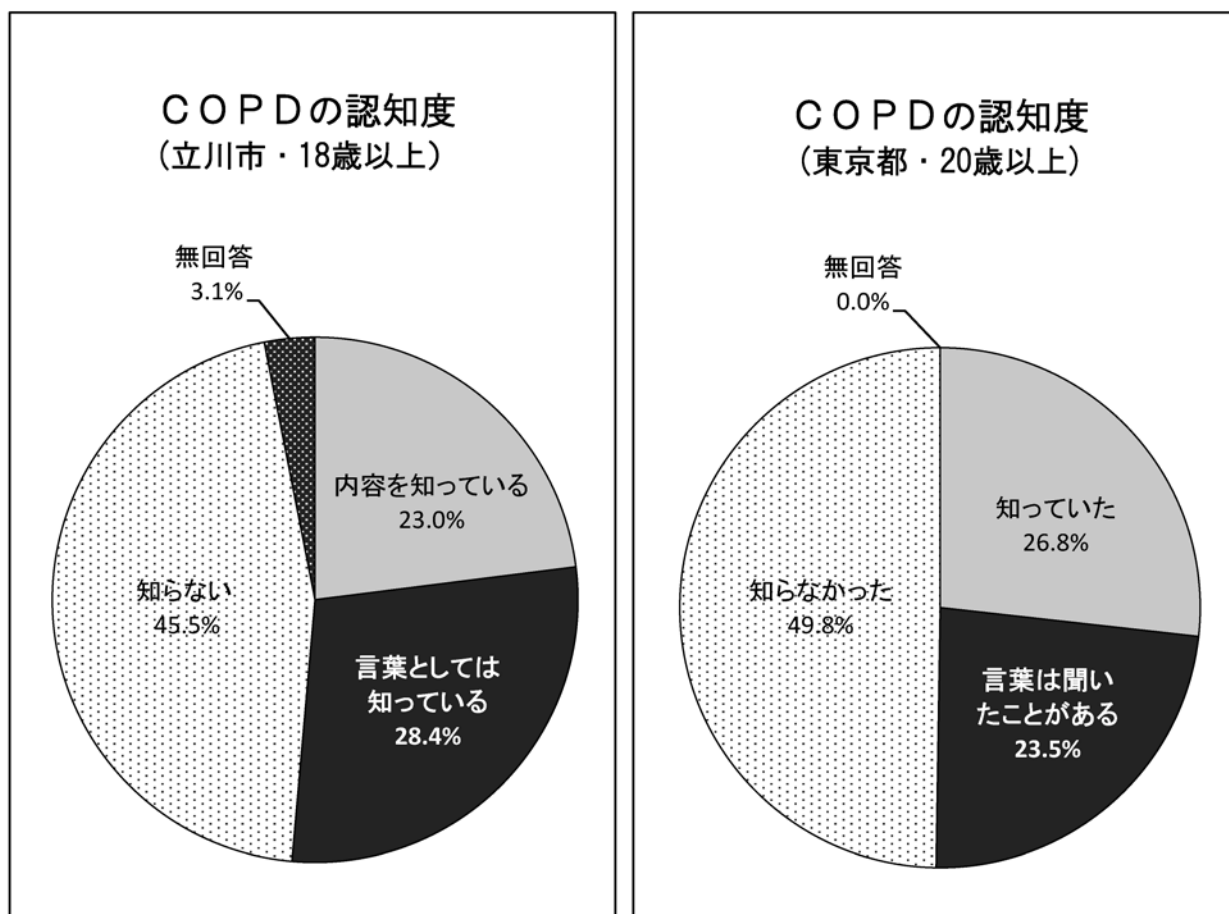


〔資料〕 特定健康診査・特定保健指導実施結果（福祉保健部保険年金課）

(3) COPD・喫煙

① COPD の認知度

COPD*（慢性閉塞性肺疾患）の認知度をみると、平成 30（2018）年の調査で「内容を知っている」と回答した人の割合が 23.0%、「言葉としては知っている」と回答した人の割合が 28.4%となっています。平成 28（2016）年の東京都の調査では、「知っていた」26.8%、「内容までは知らなかったが、言葉は聞いたことがある」23.5%となっています。

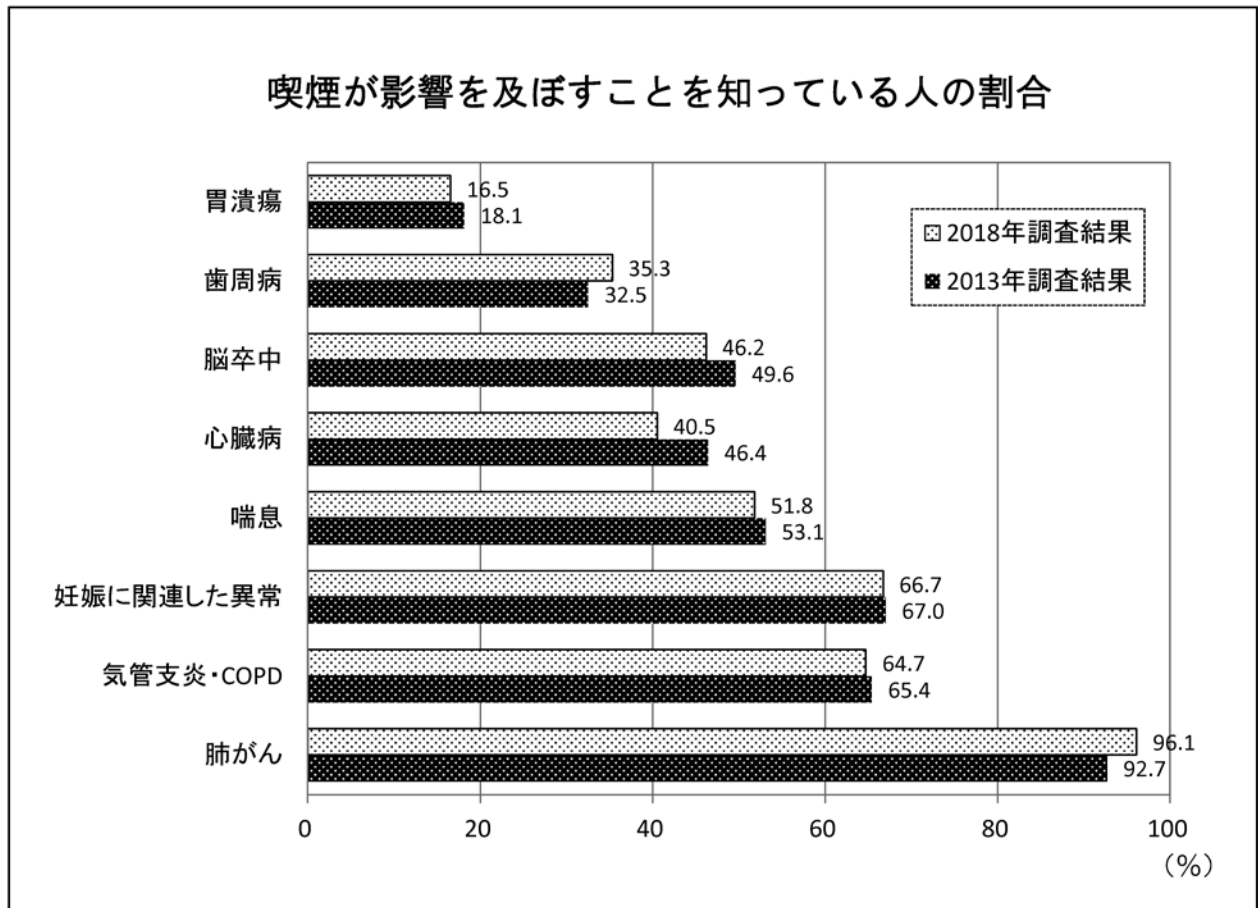


〔左グラフの資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

〔右グラフの資料〕健康に関する世論調査（2016 年）（東京都生活文化局）

② 喫煙に関する知識

喫煙に関する知識の普及度をみると、喫煙が「肺がん」「気管支炎・COPD」「妊娠に関連した異常」等、それぞれに影響を及ぼすことを知っている人の割合は、平成 30（2018）年の調査では、平成 25（2013）年の同調査とほぼ同様の傾向にあります。

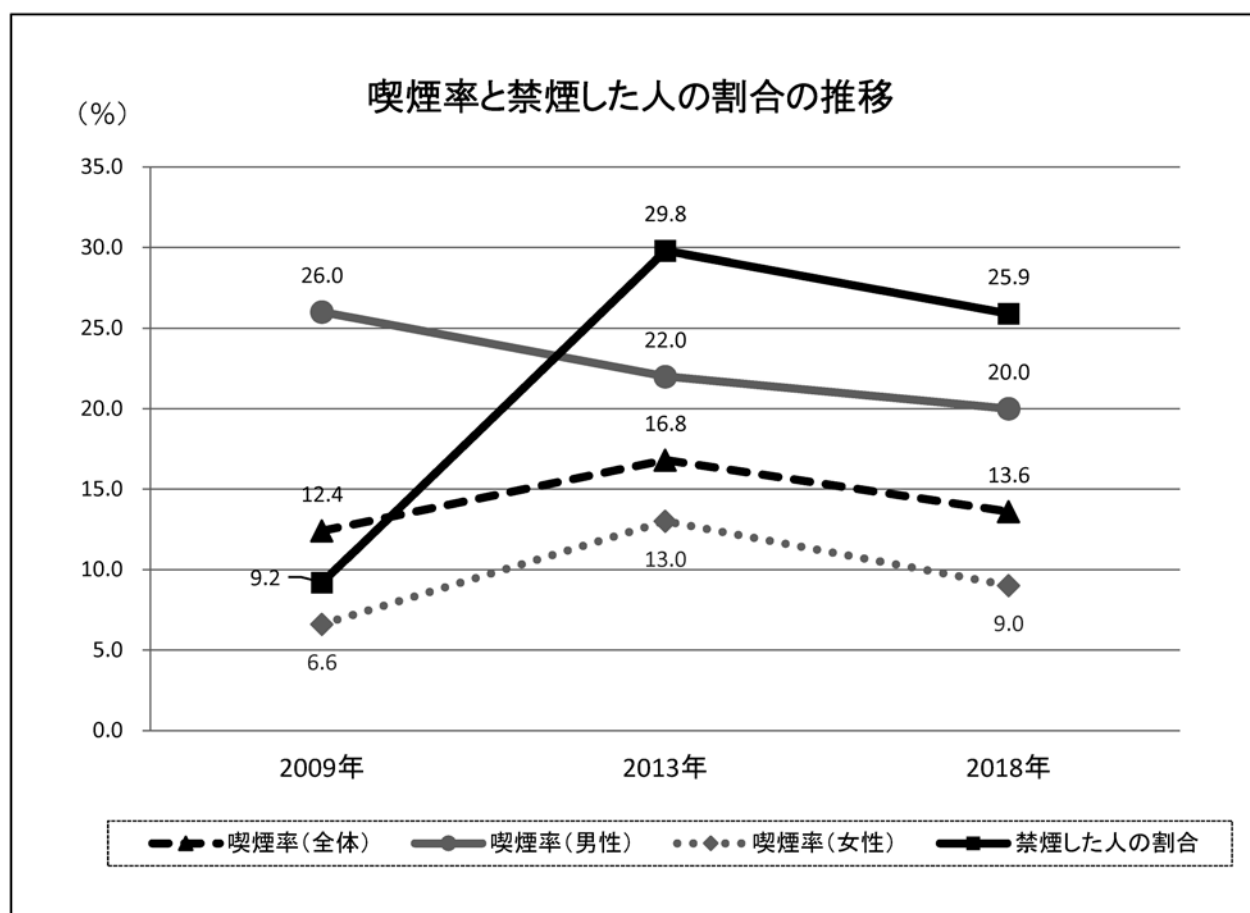


〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2013 年、2018 年）

③ 喫煙率と禁煙した人の割合の推移

平成 30（2018）年の調査で、喫煙率は男性では平成 21（2009）年・平成 25（2013）年と少しずつ減少していますが、女性では平成 25（2013）年の喫煙率が高くなっています。

「たばこを習慣的に吸っていたことがある人」のうち、「今は吸っていない人」を「禁煙した人」としてこの割合をみると、平成 30（2018）年の調査では、平成 21（2009）年の調査に比べ 16.7 ポイント高く、平成 25（2013）年の調査に比べ 3.9 ポイント低くなっています。

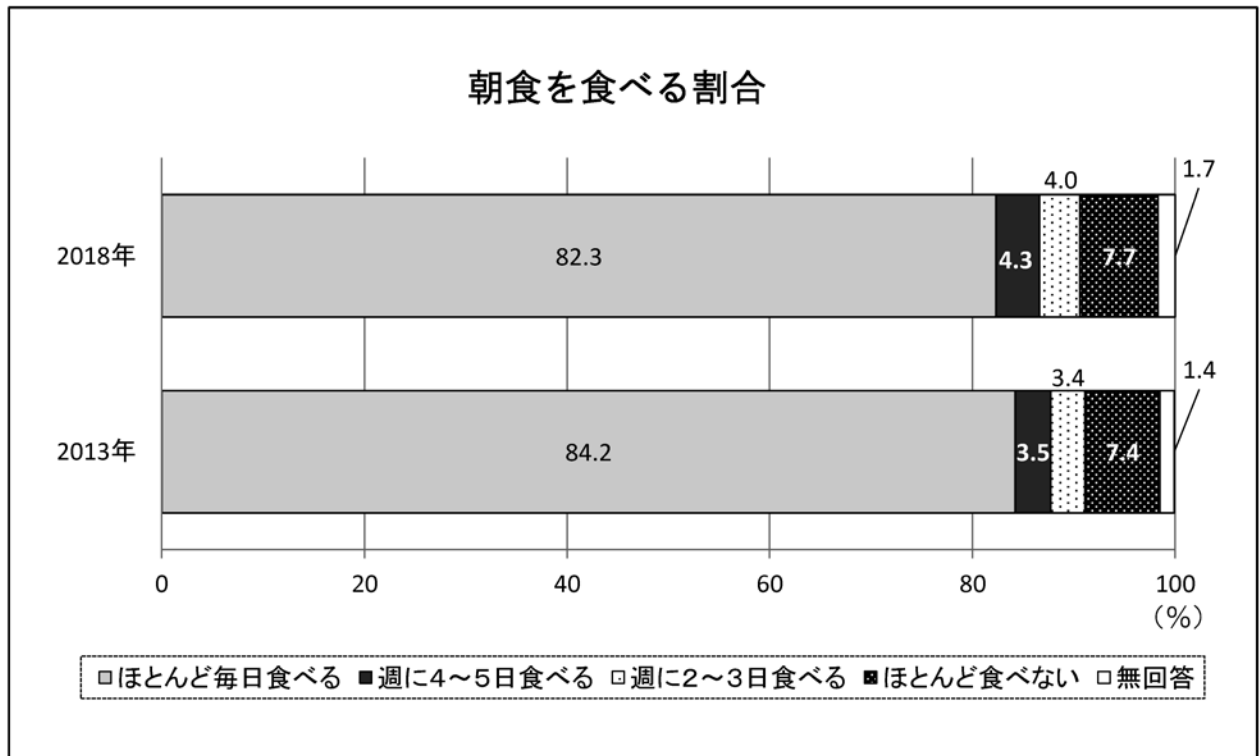


〔資料〕 市民意向調査（2009 年）、立川市民の健康づくりに関する意識調査（2013 年、2018 年）

（４） 栄養・食生活

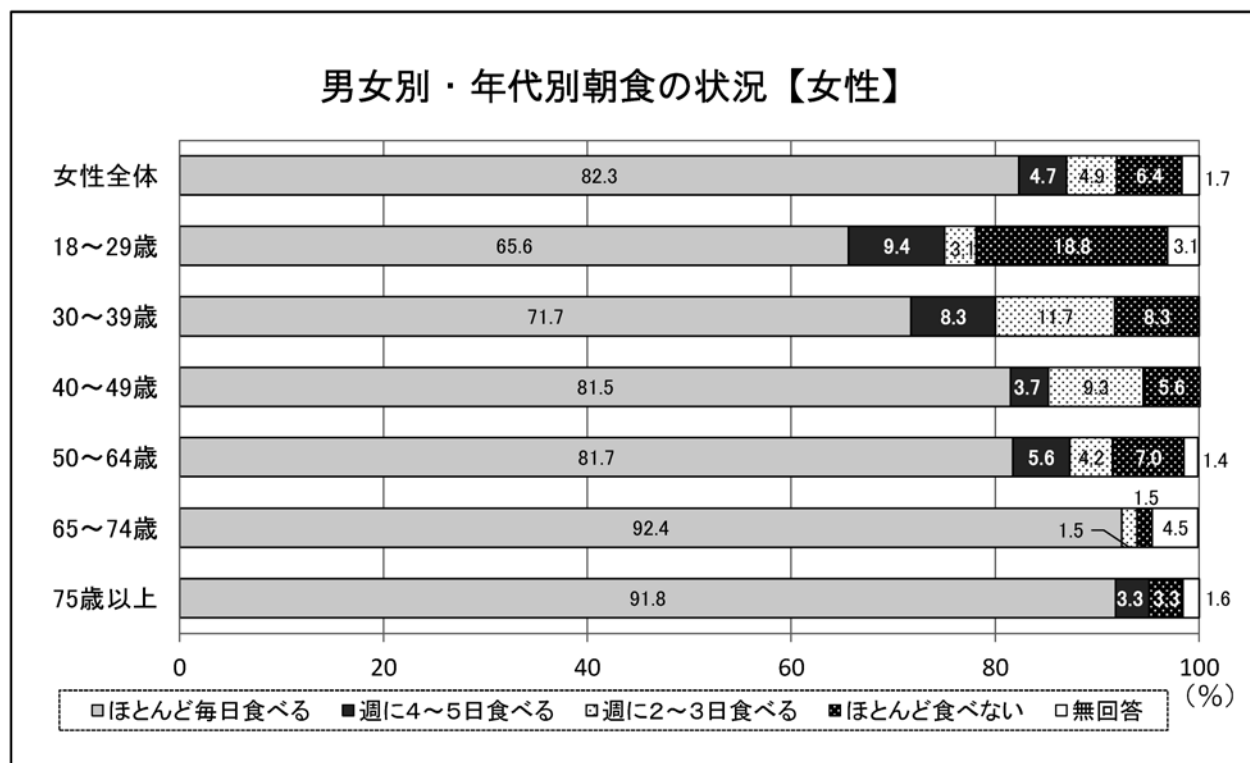
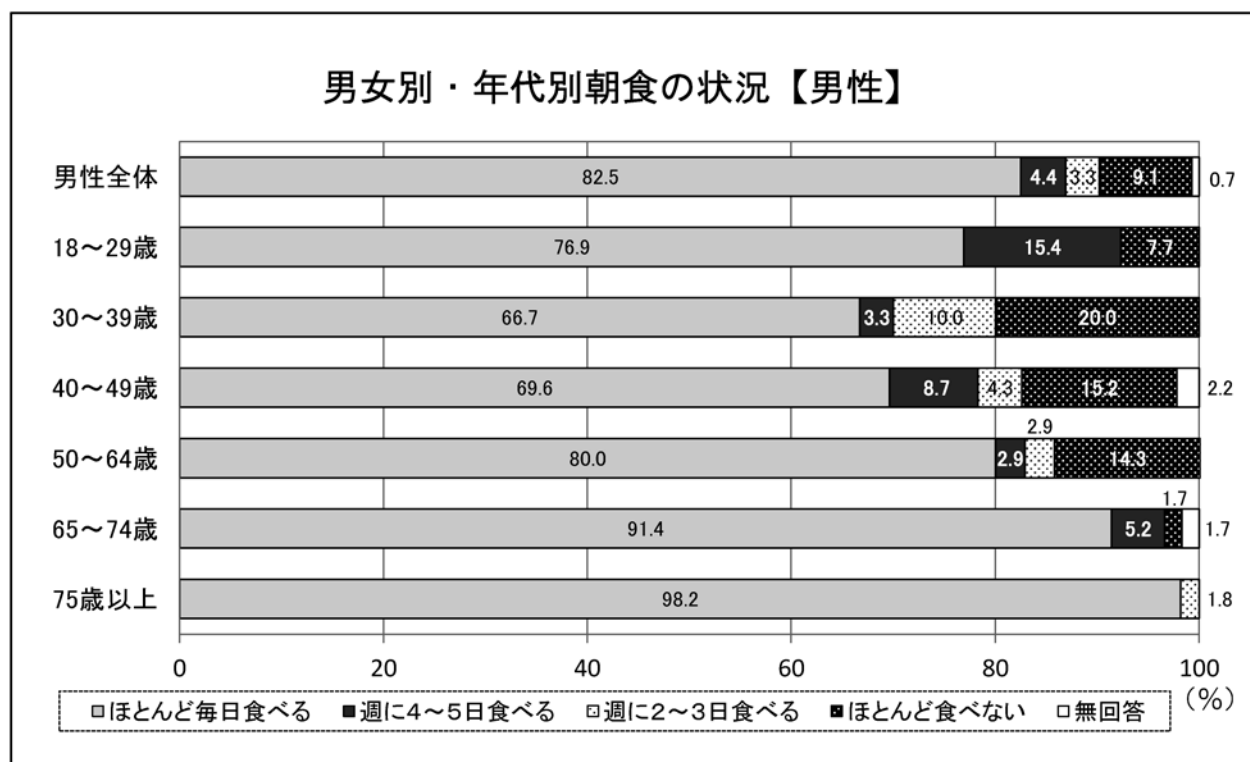
① 朝食を毎日食べる人の割合

朝食についてみると、平成 30（2018）年の調査では「ほとんど毎日食べる」と回答した人の割合が 82.3%、「ほとんど食べない」と回答した人の割合が 7.7%となっています。平成 25（2013）年と比較すると、「ほとんど毎日食べる」と回答した人の割合は 1.9 ポイント低く、「ほとんど食べない人」の割合が 0.3 ポイント高くなっています。



〔資料〕 立川市民の健康づくりに関する意識調査（2013 年、2018 年）

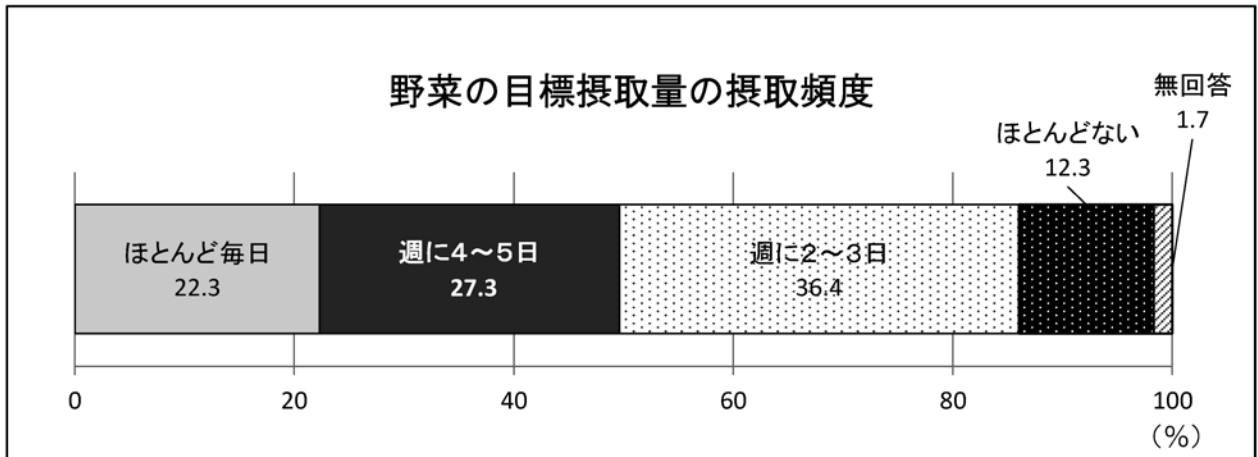
平成 30（2018）年の調査結果を男女別・年代別にみると、「ほとんど毎日朝食を食べる」割合が少ないのは、男性は 30 歳代、女性は 20 歳代となっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

② 野菜の目標摂取量の摂取頻度

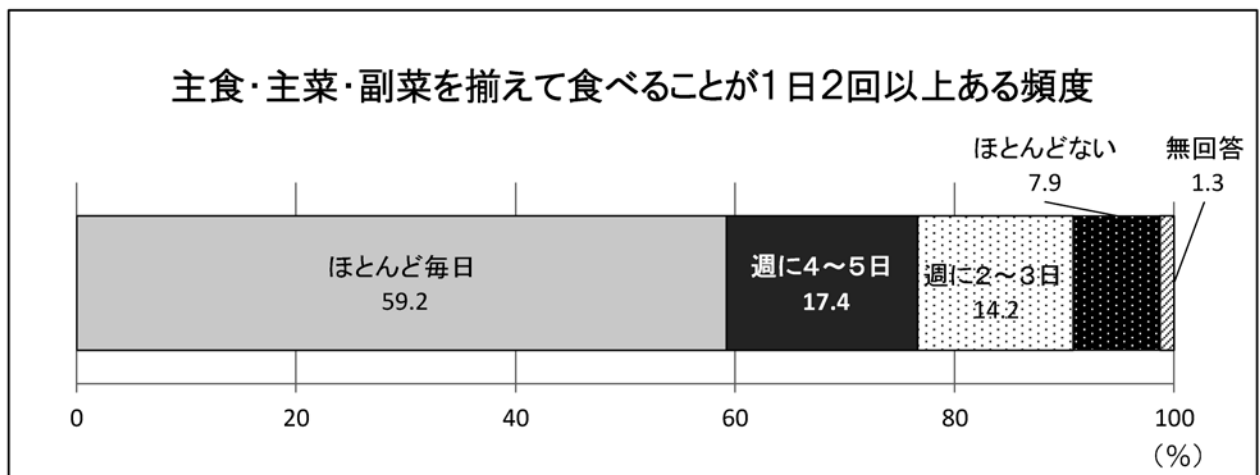
平成 30（2018）年の調査では「ほとんど毎日、野菜を目標摂取量（350 g）以上食べている」と回答した人の割合が 22.3%、「週に 4～5 日は野菜を目標摂取量（350 g）以上食べている」が 27.3%、「週に 2～3 日は野菜を目標摂取量（350 g）以上食べている」が 36.4%となっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

③ バランスのよい食事をしている人の割合

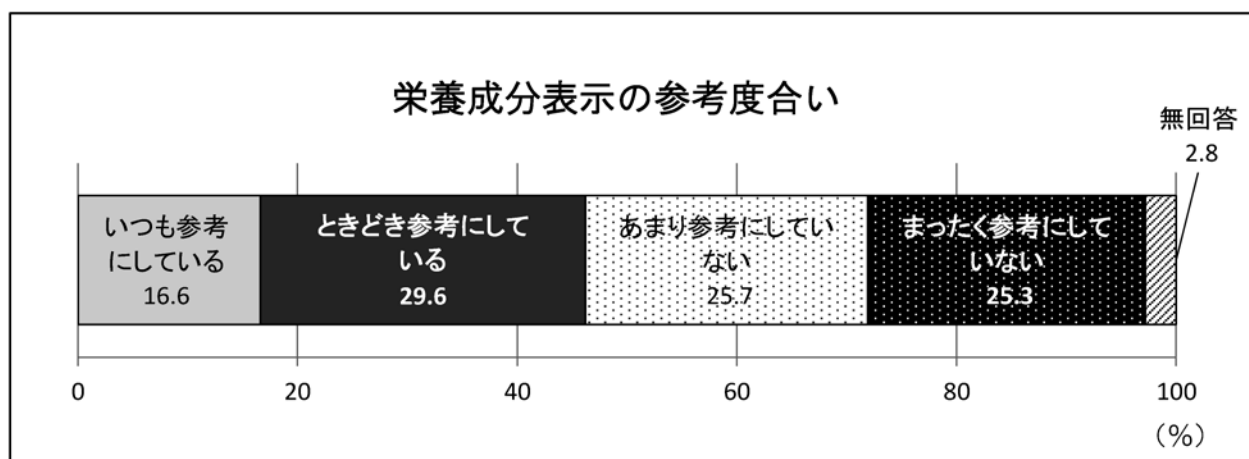
食事のバランスを「主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度」でみると、「ほとんど毎日、1 日 2 食以上、主食・主菜・副食を食べている」と回答した人の割合が 59.2%、「週に 4～5 日は 1 日 2 食以上、主食・主菜・副菜を食べている」と回答した人の割合が 17.4%となっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

④ 栄養成分表示を参考にする人の割合

平成 30（2018）年の調査では、「外食や弁当・そうざいを購入するときにカロリーや塩分の表示を参考にするか」聞いたところ、「いつも参考にしている」「ときどき参考にしている」が合わせて 46.2%となっています。

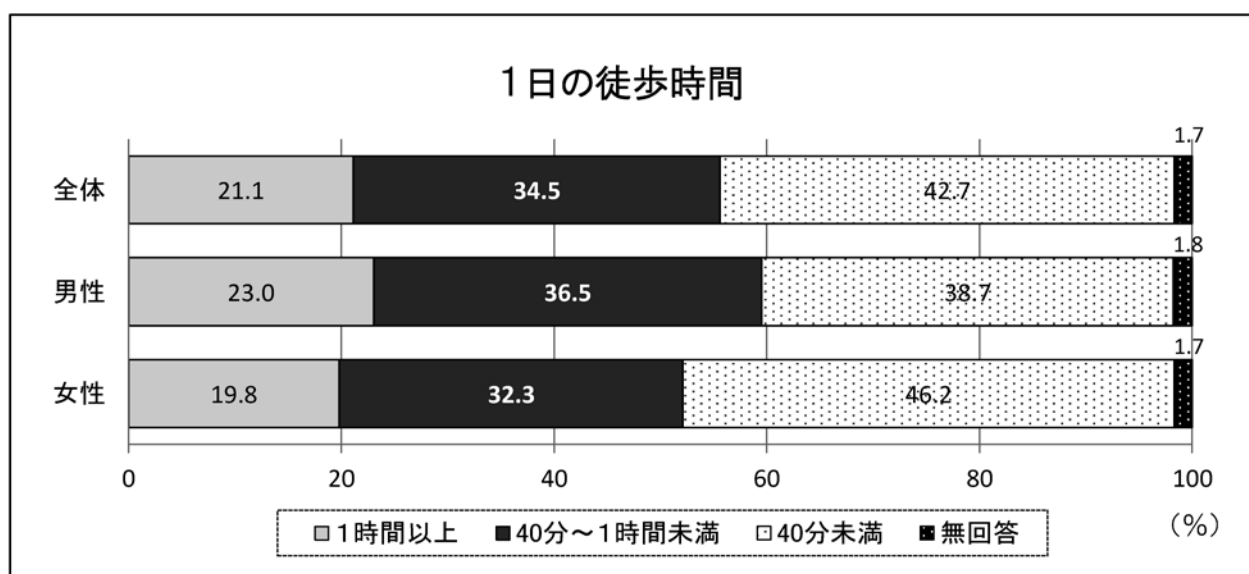


〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

（５） 身体活動・運動

① 1日平均 40 分以上歩いている人の割合

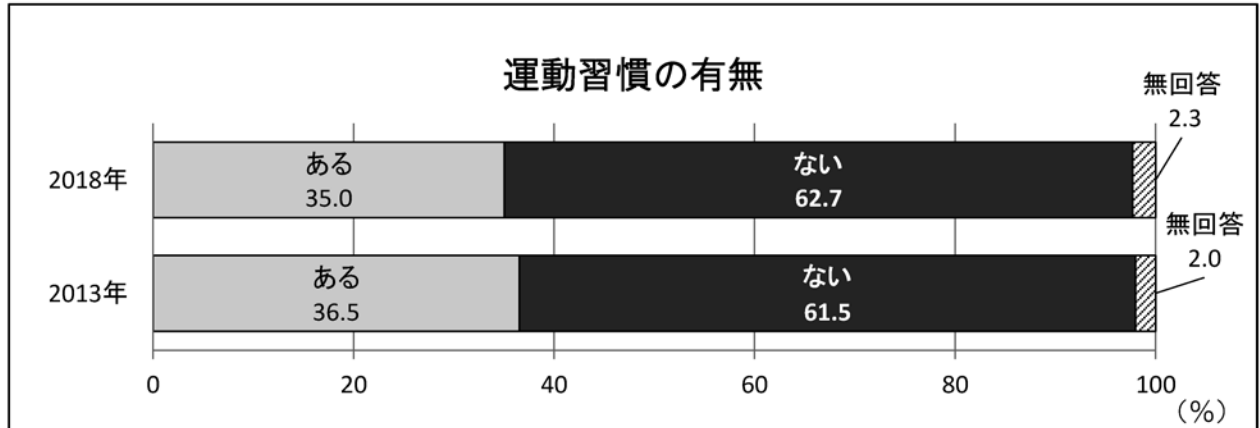
歩行運動についてみると、平成 30（2018）年の調査では1日平均 40 分以上歩いていると回答した人の割合が、女性が 52.1%で男性の 59.5%に比べて低くなっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

② 運動習慣のある人の割合

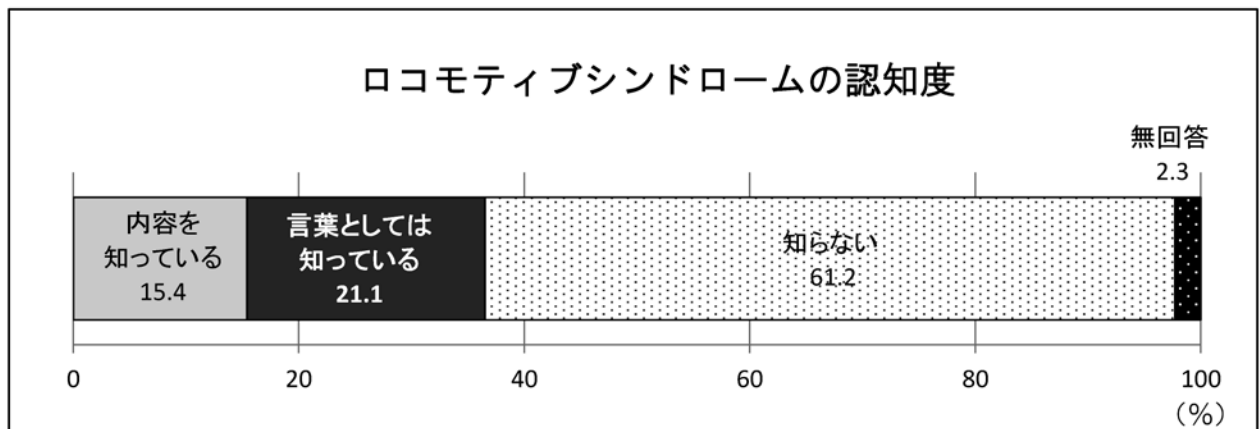
運動習慣についてみると、平成 30 (2018) 年の調査では「運動習慣（日常生活上の動きを除き、1 回 30 分以上かつ週 2 日以上で 1 年以上継続している）がある」と回答した人の割合が 35.0%、「運動習慣がない」と回答した人の割合が 62.7%となっています。平成 25 (2013) 年の調査では「運動の習慣がある」と回答した人の割合は 36.5%で、1.5 ポイント低くなっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2013 年、2018 年）

③ ロコモティブシンドロームについて知っている人の割合

ロコモティブシンドローム*の認知度について見ると、「内容を知っている」と回答した人の割合が 15.4%、「言葉としては知っている」と回答した人の割合が 21.1%となっています。

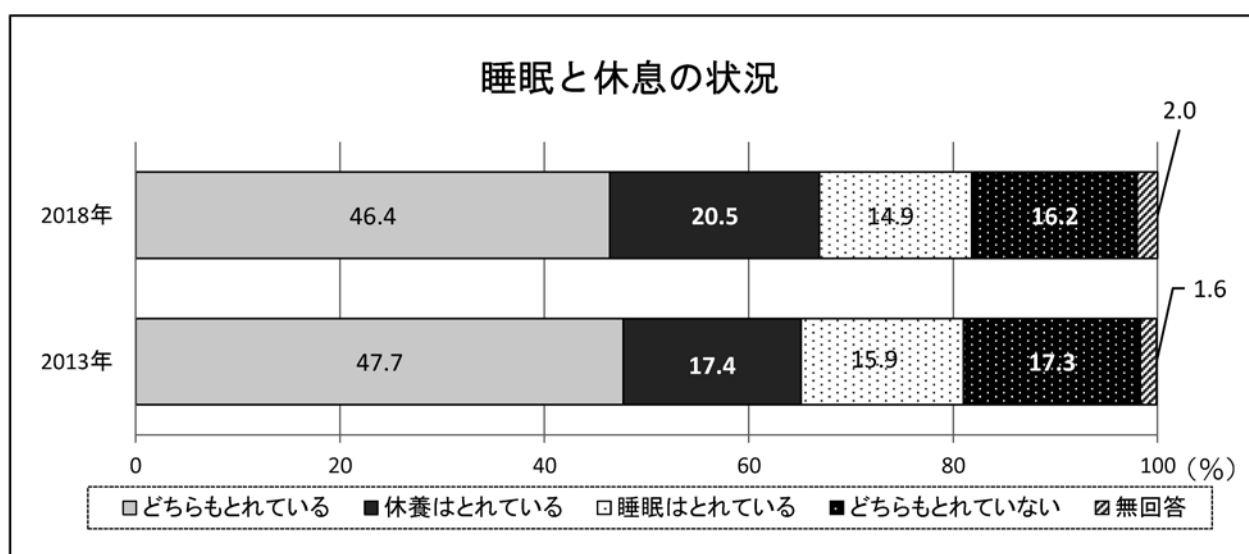


〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

(6) 休養・こころの健康

① 睡眠と休息が十分にとれている人の割合

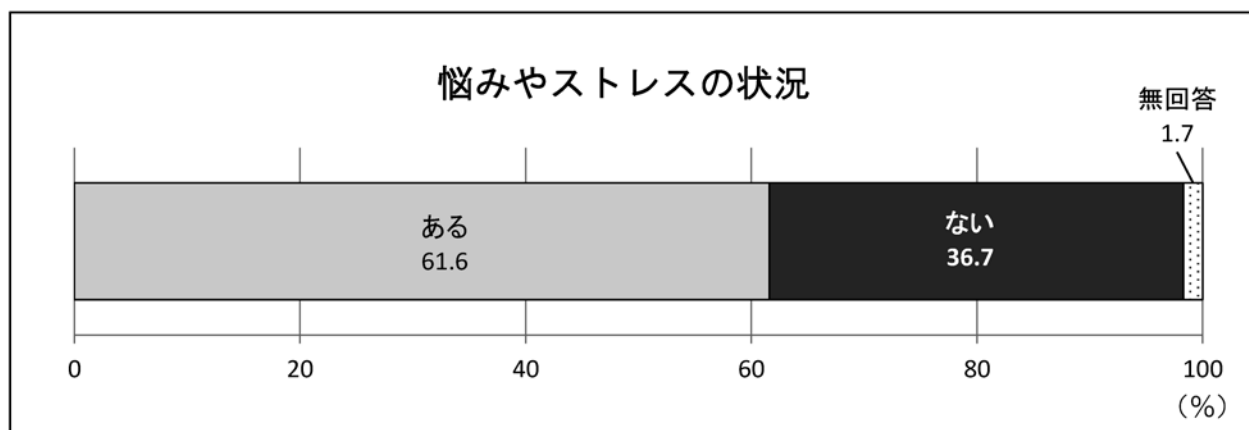
睡眠と休息についてみると、平成 30(2018)年の調査では「どちらもとれている」と回答した人の割合が 46.4%、「どちらもとれていない」と回答した人の割合が 16.2%となっています。平成 25(2013)年の調査と比較すると、「どちらもとれている」と回答した人の割合は 1.3 ポイント低くなっており、「どちらもとれていない」と回答した人の割合は 1.1 ポイント低くなっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2013 年、2018 年）

② 毎日の生活の中で悩みやストレスを感じている人の割合

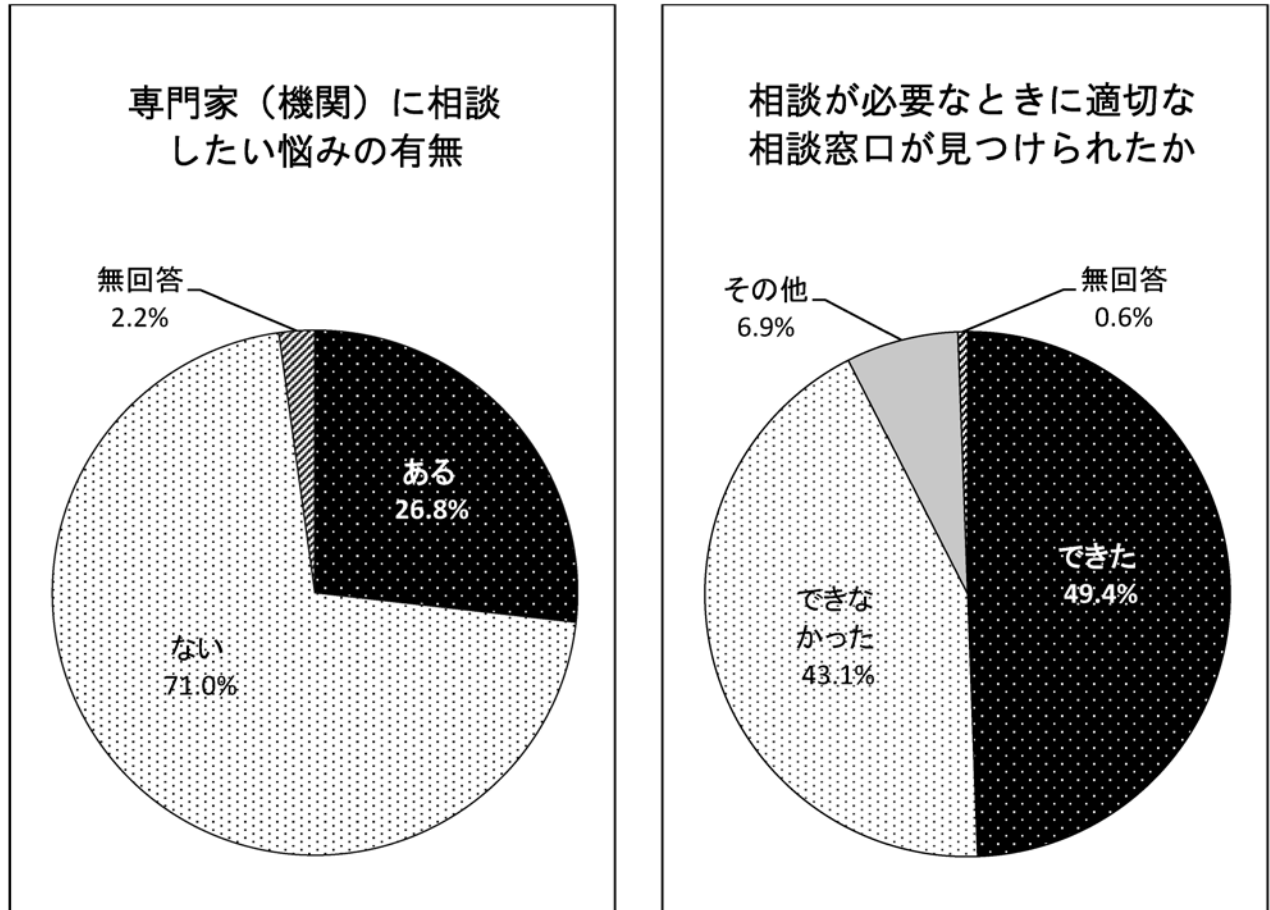
毎日の生活の中での悩みやストレスの状況について見てみると、悩みやストレスが「ある」と回答した人の割合が 61.6%、「ない」と回答した人の割合が 36.7%となっており、多くの人が日常的に悩みやストレスを感じていることがわかりました。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

③ こころの不調を来したときの相談窓口

こころの不調についてみると、「気軽に相談できる相手・場所に相談しても解決できず、専門家・機関に相談することが必要だと感じた悩みごとや心配ごとを抱えたことがある」と回答した人の割合が26.8%、また「専門家（機関）への相談が必要だと感じたときに適切な相談窓口を見つけることができた」と回答した人の割合が49.4%となっています。

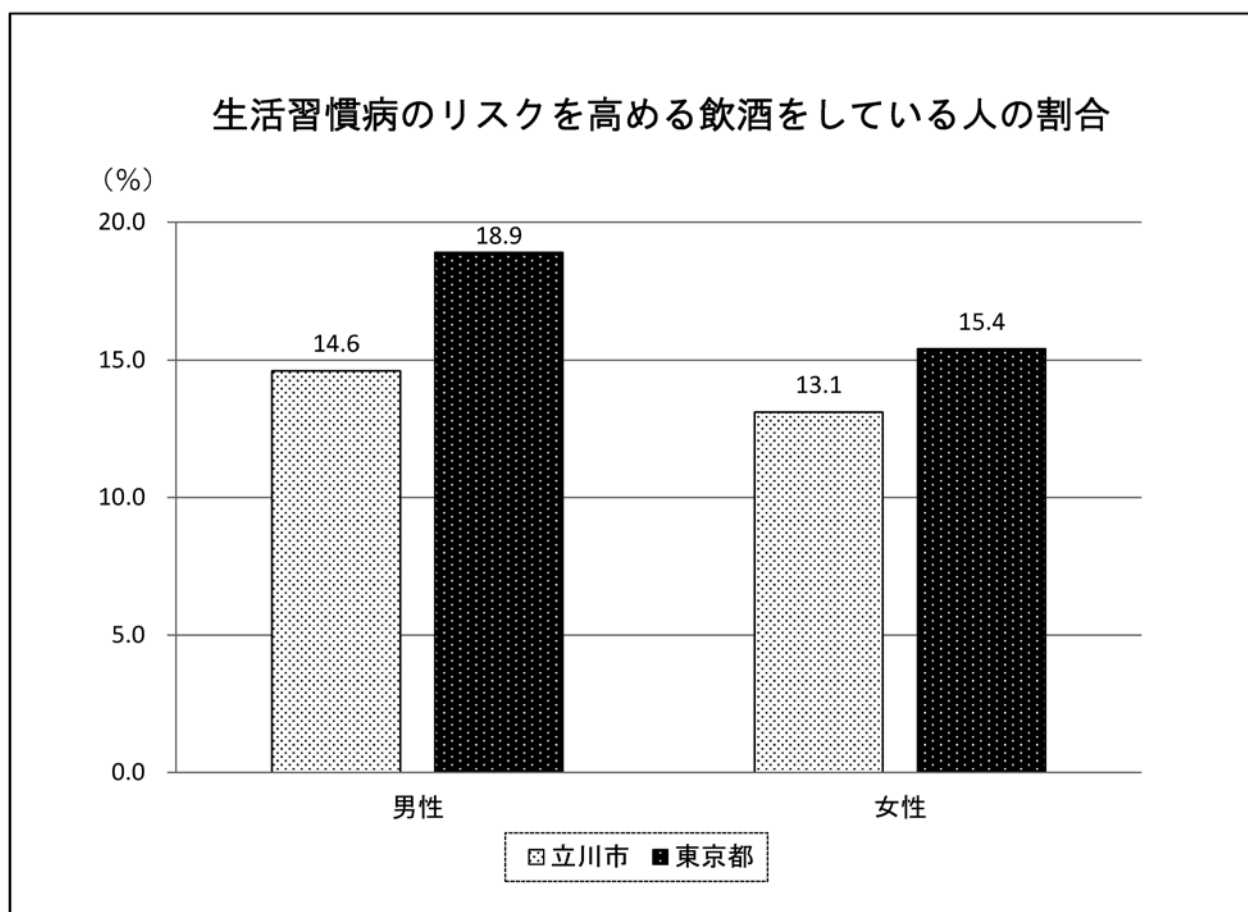


〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018年）

(7) 飲酒

① 生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人の割合

生活習慣病*のリスクを高める飲酒をしている人の割合をみると、男性 14.6%、女性は 13.1% となっています。平成 28 (2016) 年の東京都の「健康に関する世論調査」(東京都生活文化局)と比較すると、男性は 4.3 ポイント、女性は 2.3 ポイント低くなっています。

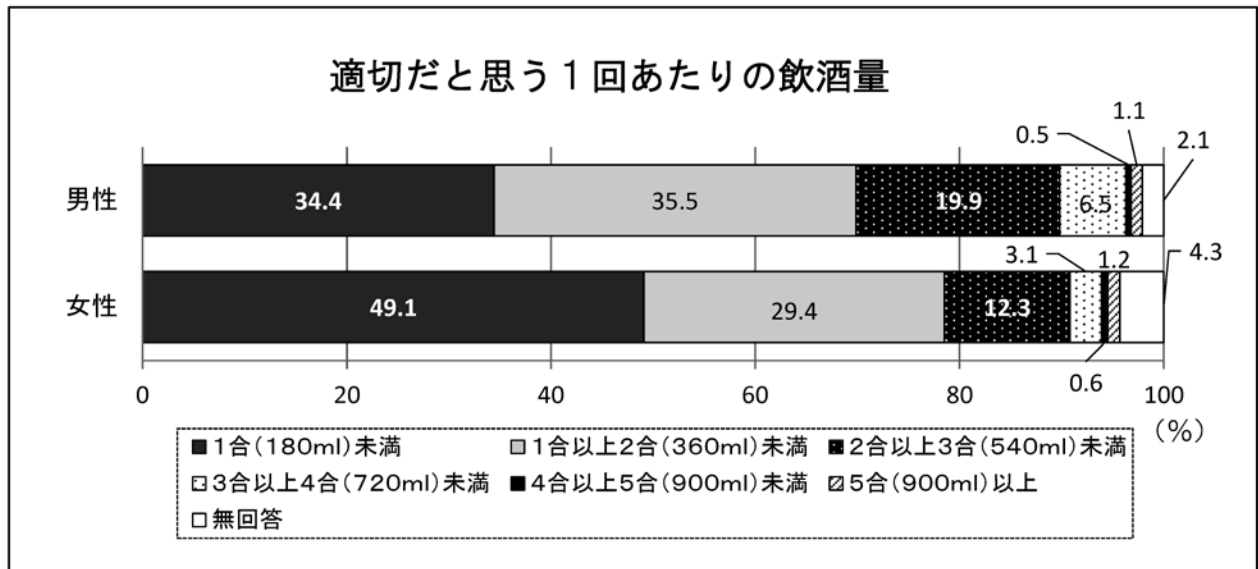


〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査(2018 年)、健康に関する世論調査(2016 年)(東京都生活文化局)

(注)生活習慣病を高める飲酒量:「健康日本 21(第2次)」(厚生労働省)では、1日当たりの純アルコール摂取量が男性 40 g 以上、女性 20 g 以上としている。日本酒 1 合、ビール中ビン(500ml) 1 本が純アルコール 20 g に相当。

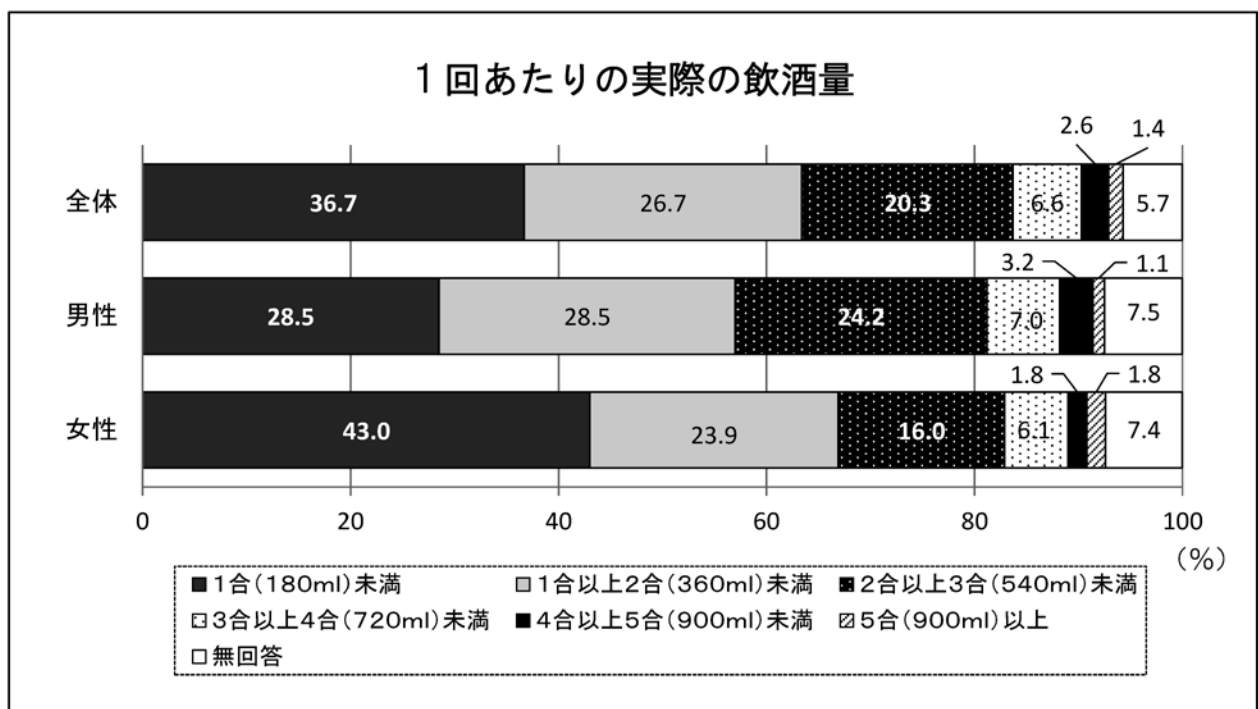
② 適度な飲酒について知っている人の割合

適度な飲酒についての認識をみると、適当だと思う1回あたりの飲酒量について、男性は「1合以上2合未満」と回答した人の割合が35.5%、女性は「1合未満」と回答した人の割合が49.1%と多くなっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

また、飲酒する人の1回あたりの飲酒量は、男性は「1合以上2合未満」と回答した人の割合が28.5%、女性は「1合未満」と回答した人の割合が43.0%と多くなっています。

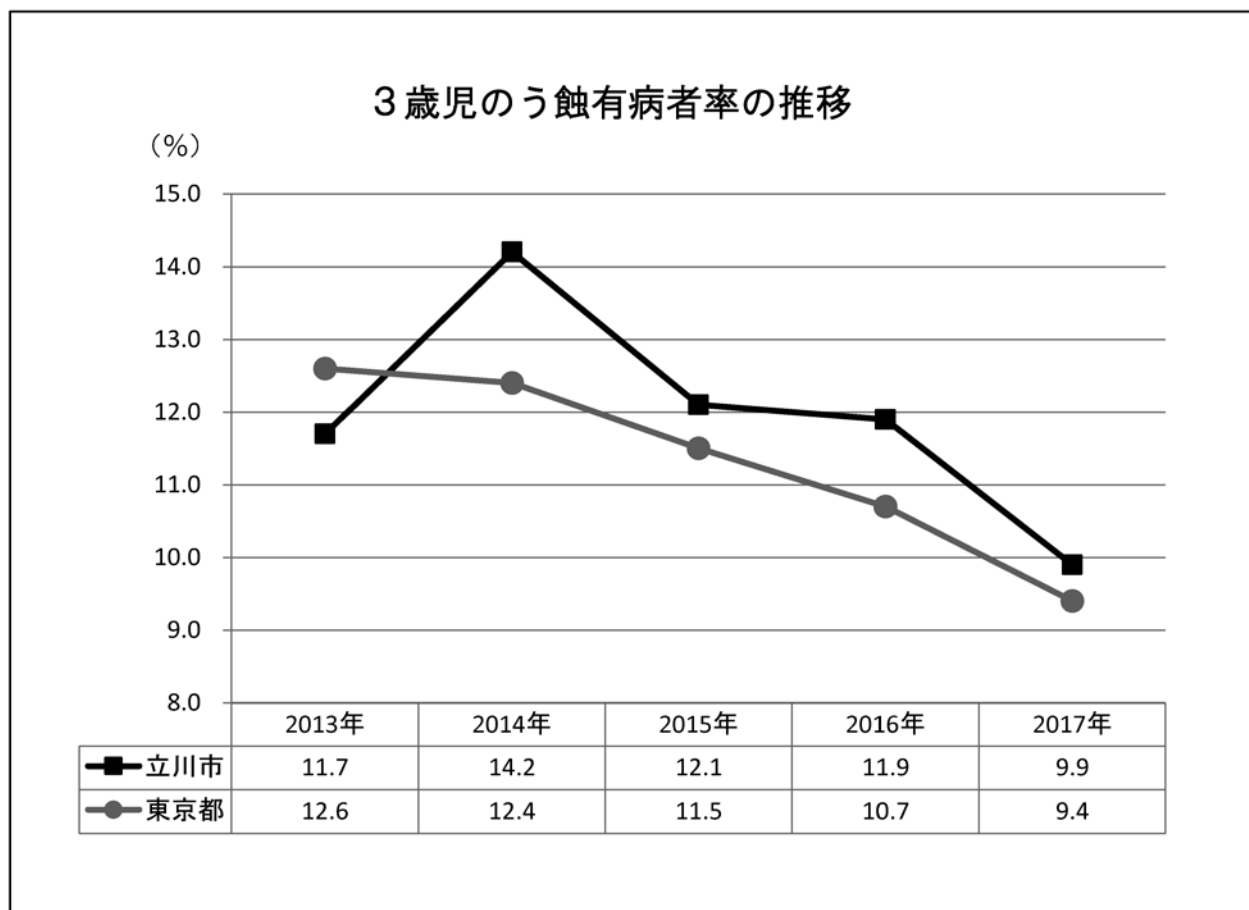


〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

(8) 歯と口の健康

① 3歳児のう蝕有病者率の推移

3歳児健康診査におけるう蝕*有病者率をみると、平成29(2017)年度では9.9%となっており、低下傾向にあります。東京都と比較すると、平成26(2014)年度以降は立川市の方が少し高くなっています。

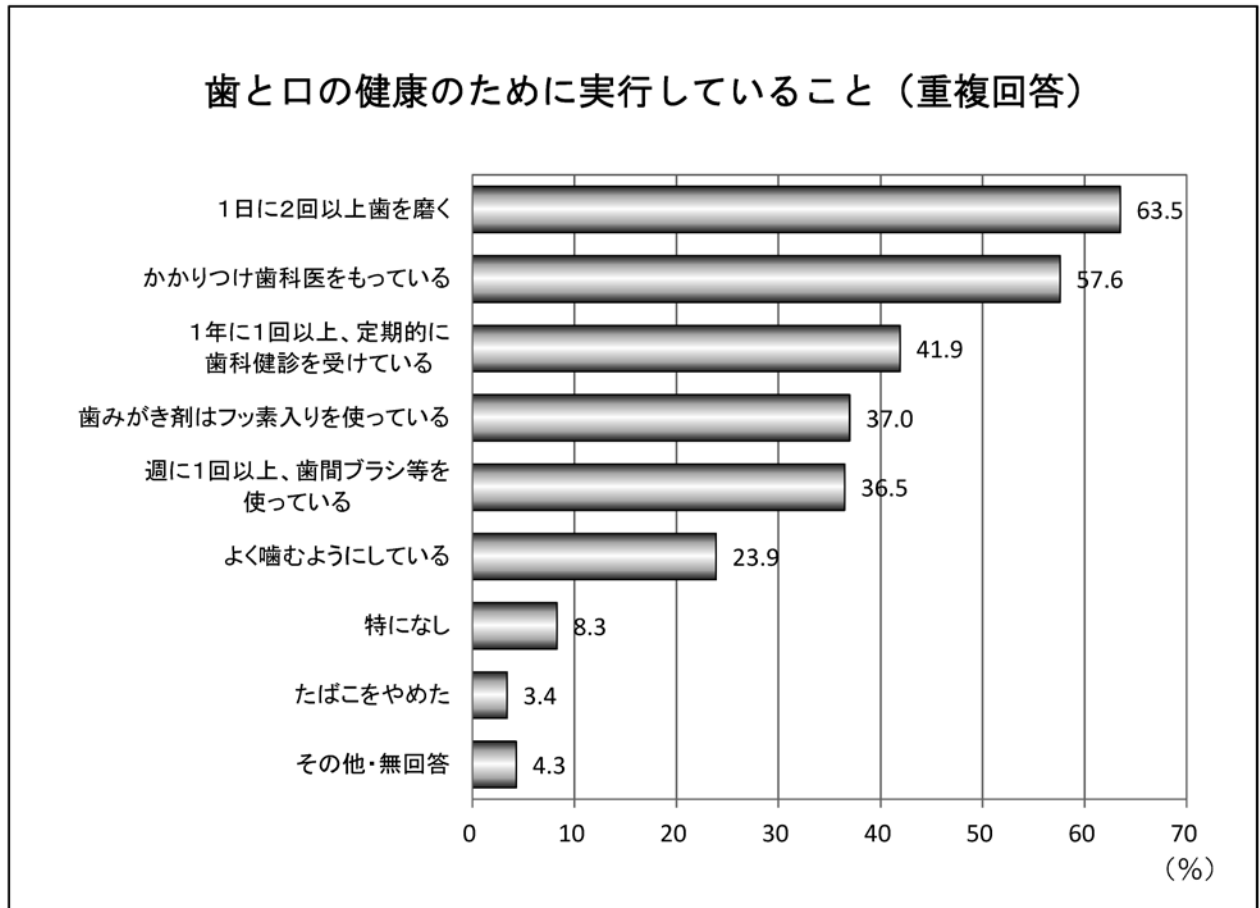


〔資料〕保健医療福祉データ集（東京都多摩立川保健所）

（注）う蝕有病者率：むし歯のある者÷受診者数

② 歯と口の健康のために実行していること

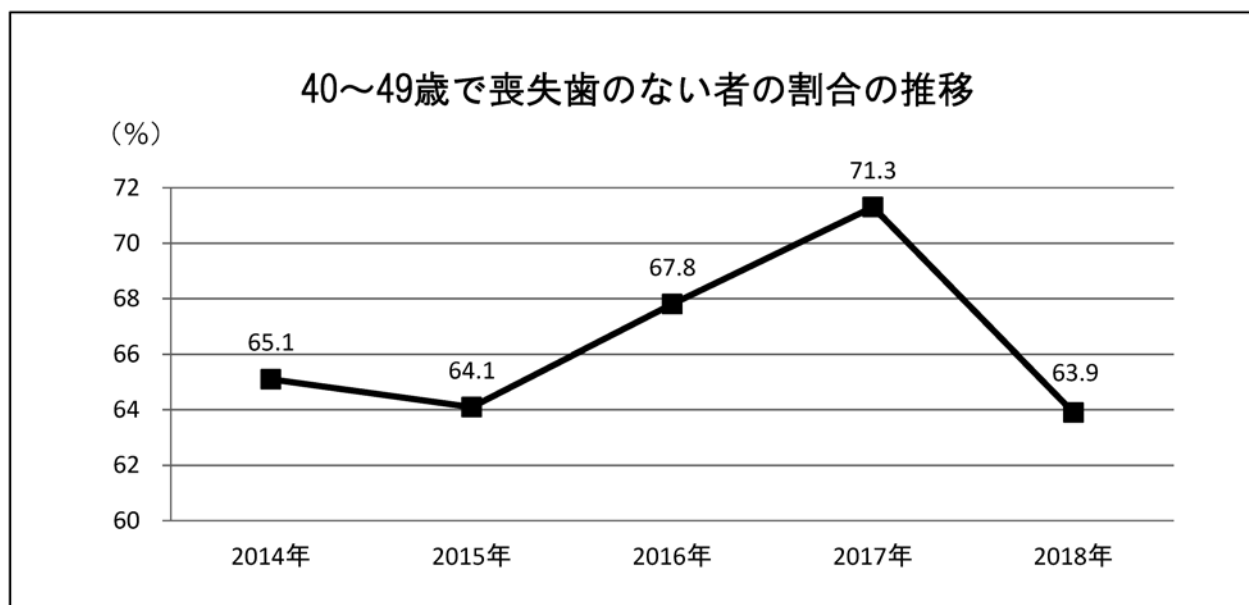
歯と口の健康づくりのために実行していることについてみると、「1日に2回以上歯を磨く」と回答した人の割合が63.5%、「かかりつけ歯科医*を持っている」と回答した人の割合が57.6%、「1年に1回以上、定期的に歯科健診を受けている」と回答した人の割合が41.9%と高くなっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018年）

③ 40～49 歳で喪失歯のない者の割合の推移

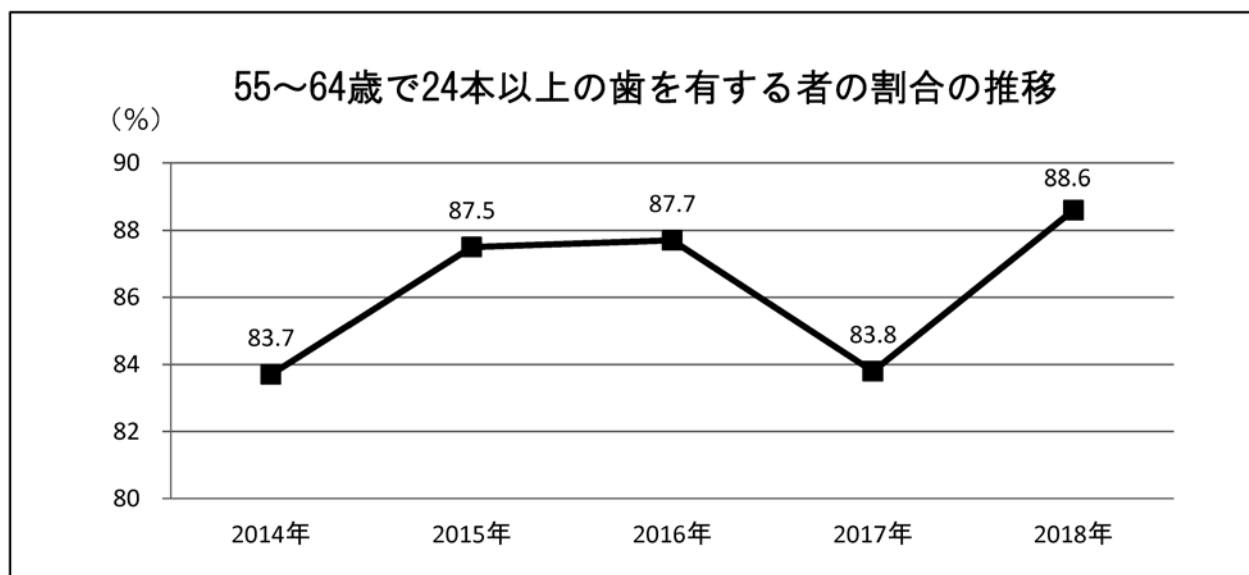
市の成人歯科健康診査における 40～49 歳で喪失歯のない者の割合は、平成 30（2018）年度は 63.9%でした。なお、平成 28（2016）年度に実施された全国調査では 64.5%との結果でした（歯科疾患実態調査）。



〔資料〕立川市成人歯科健診（福祉保健部健康推進課）

④ 55～64 歳で 24 本以上自分の歯を有する者の割合の推移

市の成人歯科健康診査における 55～64 歳で 24 本以上自分の歯を有する者の割合は、平成 30（2018）年度は 88.6%でした。なお、平成 28（2016）年度に実施された全国調査では 74.3%との結果でした（歯科疾患実態調査）。

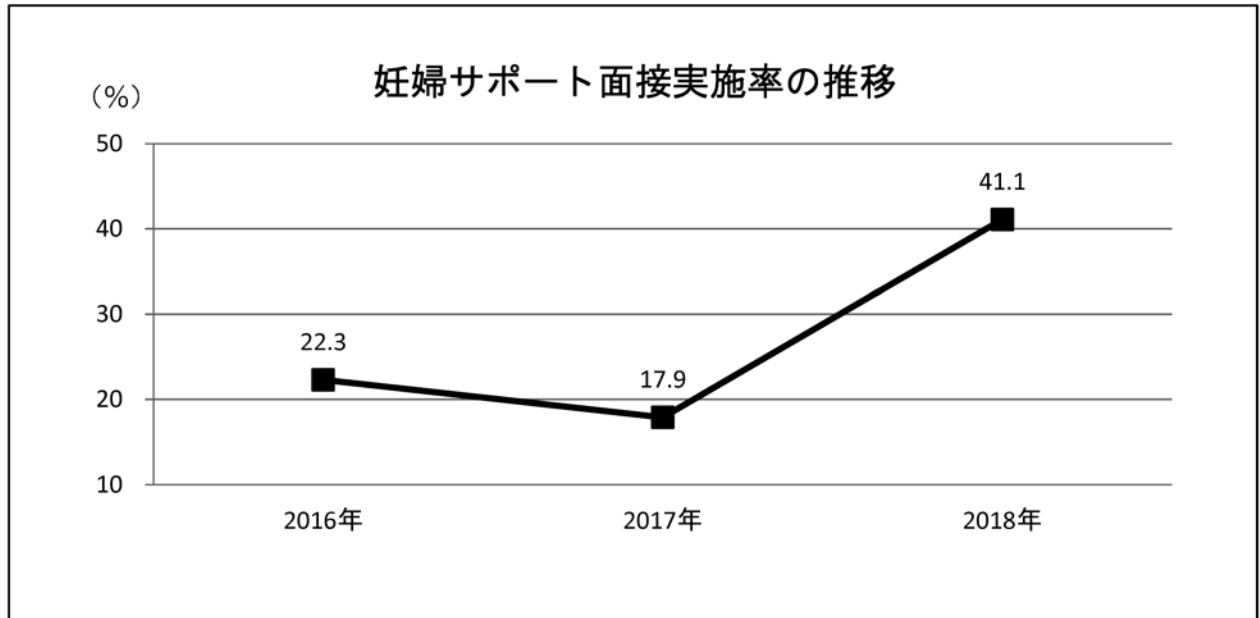


〔資料〕立川市成人歯科健診（福祉保健部健康推進課）

(9) 母子保健

① 妊婦サポート面接実施率の推移

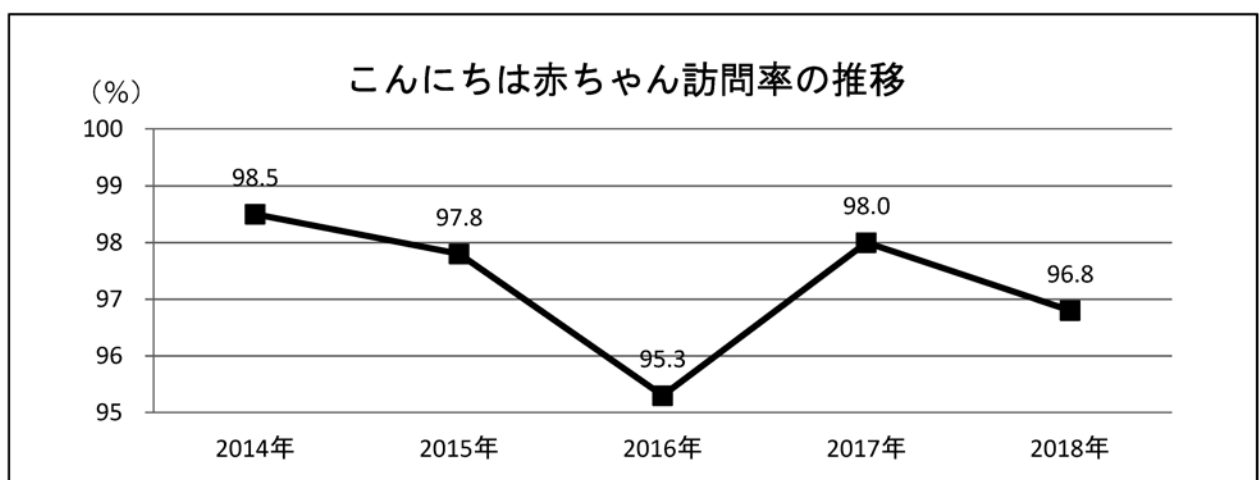
妊娠届出時等を実施している妊婦サポート面接*は、妊婦の健康面の相談や子育て情報を提供できる重要な機会ですが、平成30(2018)年度では41.1%にとどまっています。



〔資料〕立川市の保健衛生（福祉保健部健康推進課）

② こんにちは赤ちゃん訪問率の推移

生後4か月までの赤ちゃんのいるすべての家庭を訪問するこんにちは赤ちゃん訪問*は、平成30(2018)年度では96.8%でとなっており、中期的には減少傾向となっています。

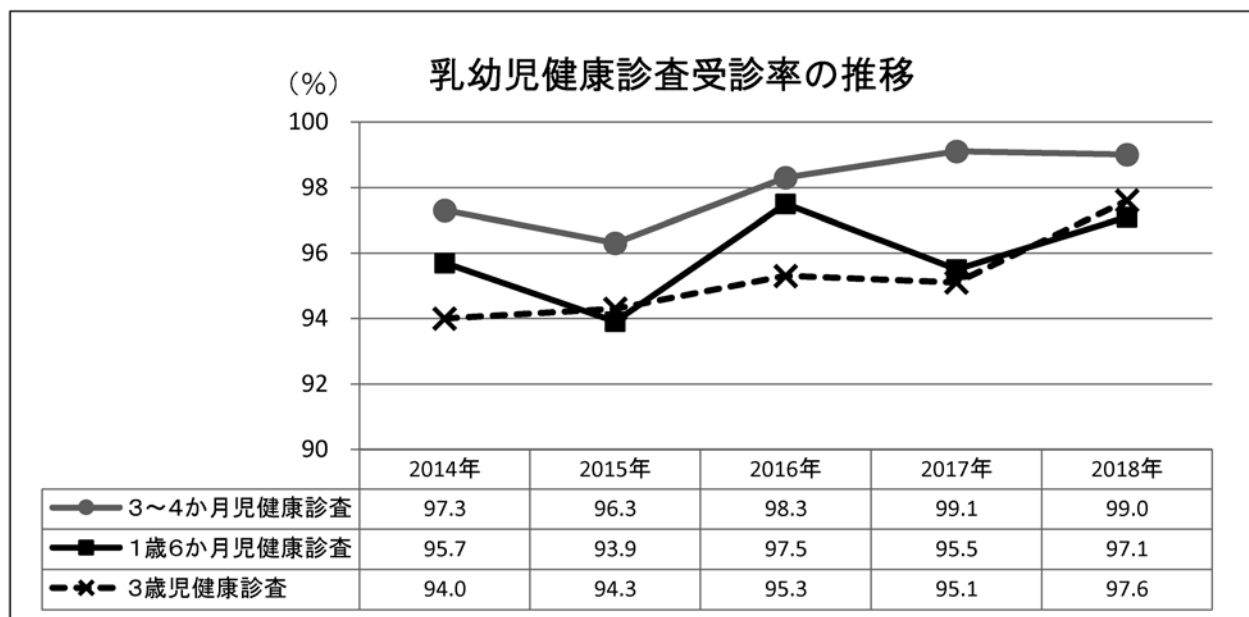


〔資料〕立川市の保健衛生（福祉保健部健康推進課）

(10) 子どもの健康

① 乳幼児健康診査受診率の推移

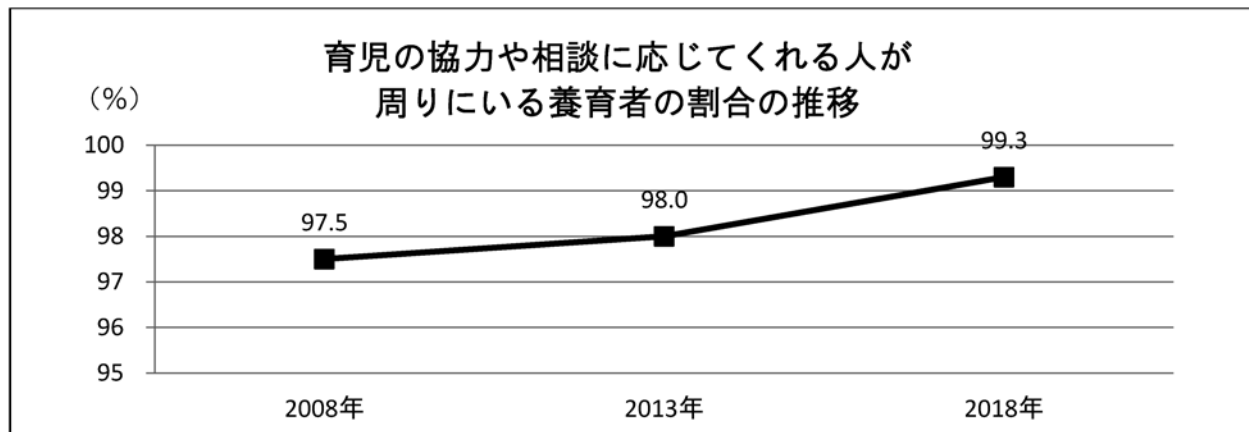
乳幼児健康診査*は乳幼児の健やかな発育・発達の確認と疾病の予防・早期発見のための重要な健康診査となりますが、受診率はこの5年間では90%以上で推移しており、平成30(2018)年度は3～4か月児健康診査で99.0%、1歳6か月児健康診査で97.1%、3歳児健康診査で97.6%となっています。



〔資料〕立川市の保健衛生（福祉保健部健康推進課）

② 育児の協力や相談に応じてくれる人が周りにいる養育者の割合

乳幼児健康診査（3歳児健康診査）でのアンケートの結果によると、育児の協力や相談に応じてくれる機関や人が周りにいる養育者の割合は、平成30(2018)年は99.3%で、平成20(2008)年、平成25(2013)年と比べ、高くなっています。

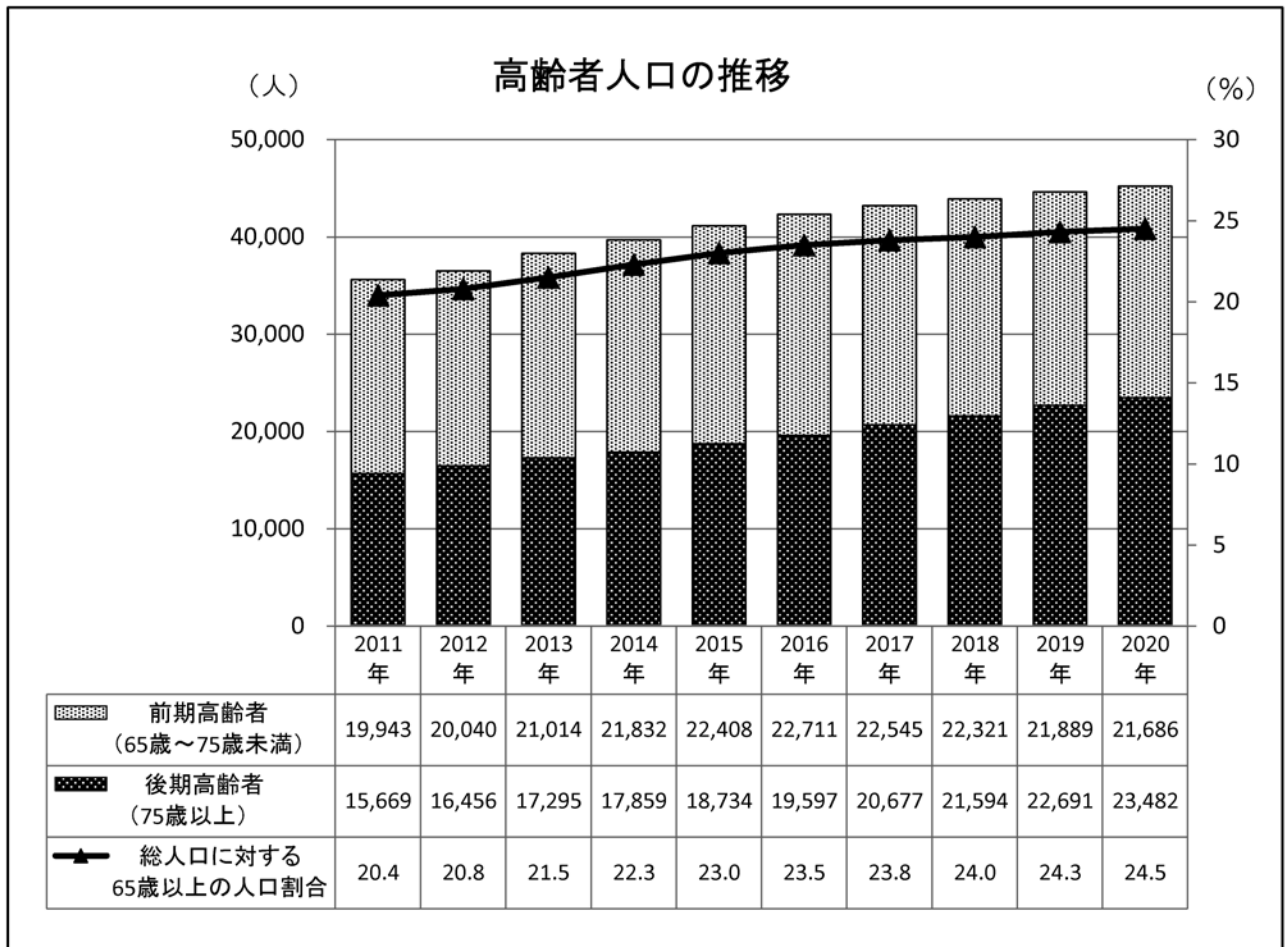


〔資料〕乳幼児健康診査アンケート（福祉保健部健康推進課）

(11) 高齢者の健康

① 高齢者人口の推移

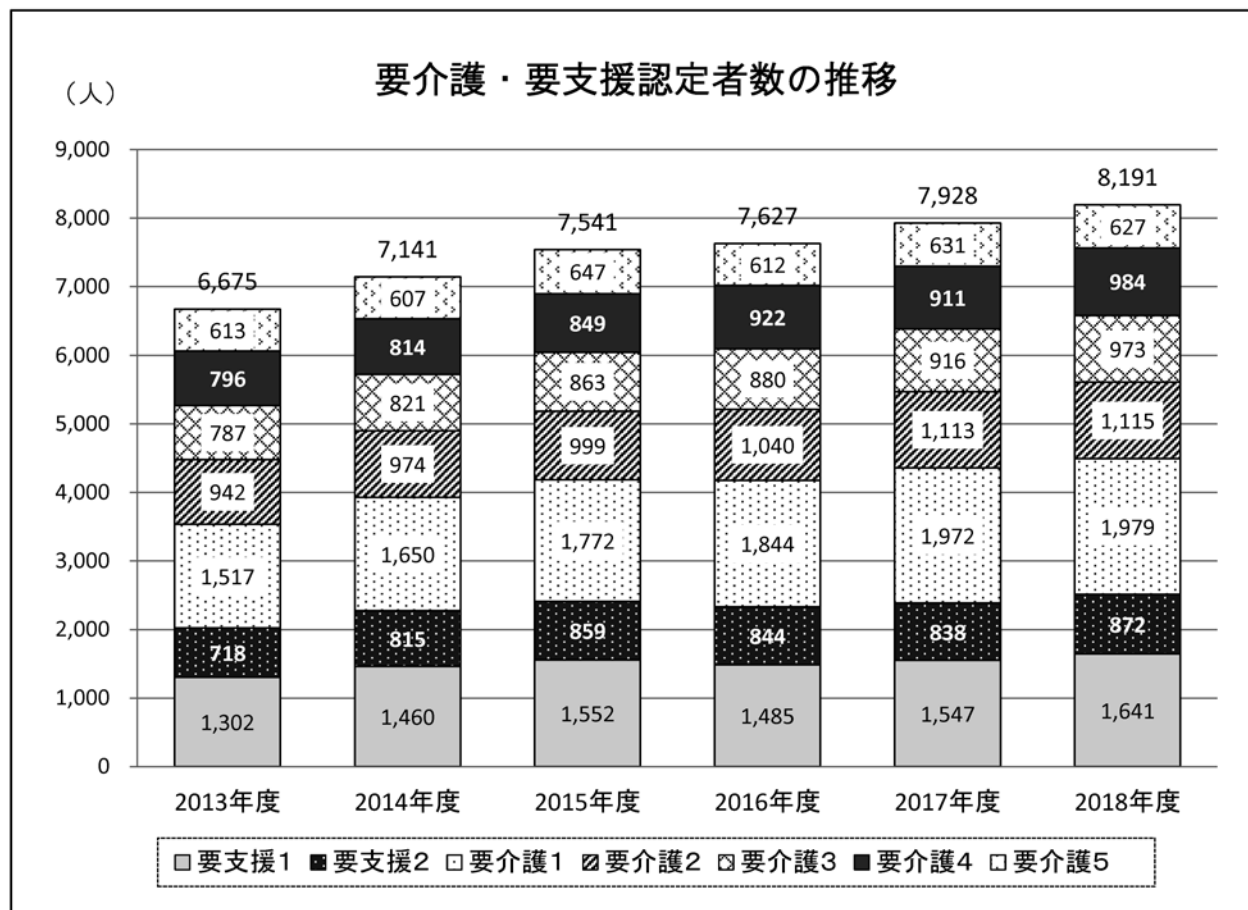
高齢者人口の推移を前期高齢者（65歳から74歳まで）と後期高齢者（75歳以上）とに分けて見ると、後期高齢者の増加が大きくなっています。総人口に対する65歳以上人口の割合（高齢化率）は、令和2（2020）年は24.5%となっており、年々高くなっています。東京都（令和2（2020）年）は22.6%で、立川市は1.9ポイント高くなっています。



〔資料〕立川市統計年報（行政管理部総務課）

② 要介護・要支援認定者数の推移

高齢者人口の増加に伴い、要介護・要支援認定者*数は増加し、平成 30（2018）年度9月末日現在の第1号被保険者（65歳以上）の要介護・要支援認定者数は8,191人となっています。また、第1号被保険者の要介護認定率*（平成 30（2018）年度9月末日現在）は18.6%となっており、東京都の19.0%と比較すると0.4ポイント低くなっています。

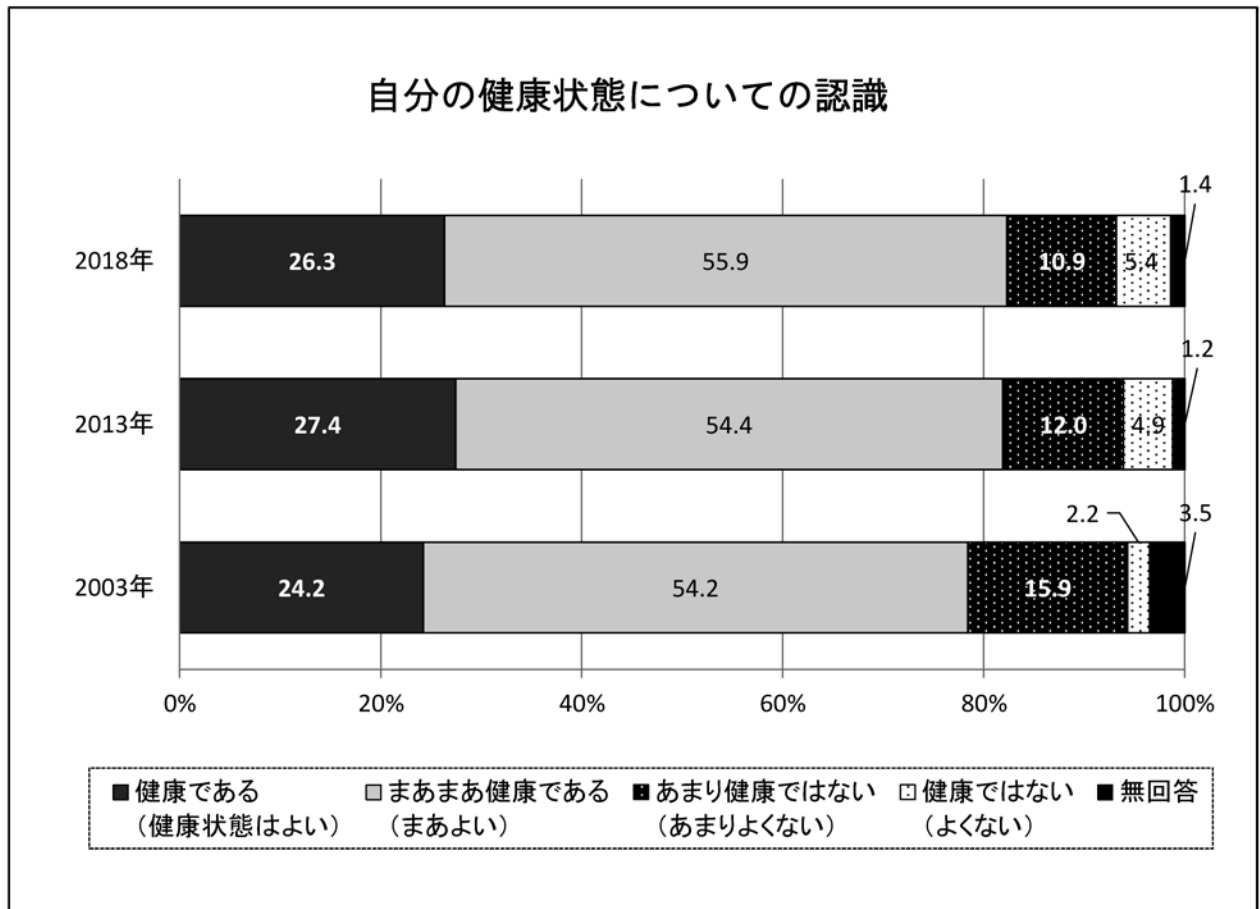


〔資料〕介護保険事業状況報告書（福祉保健部介護保険課 各年度9月末日現在）

(12) 健康や健康づくりに関する意識

① 自分の健康状態についての認識

自分の健康状態についての認識を見ると、平成 30（2018）年の調査では、「健康である」と回答した人の割合が 26.3%、「まあまあ健康である」と回答した人の割合が 55.9%で、合わせると 82.2%となっています。平成 25（2013）年の調査と比較すると「健康状態はよい」「まあよい」と回答した人の割合は、合わせると 81.8%となっており、0.4 ポイント高くなっています。

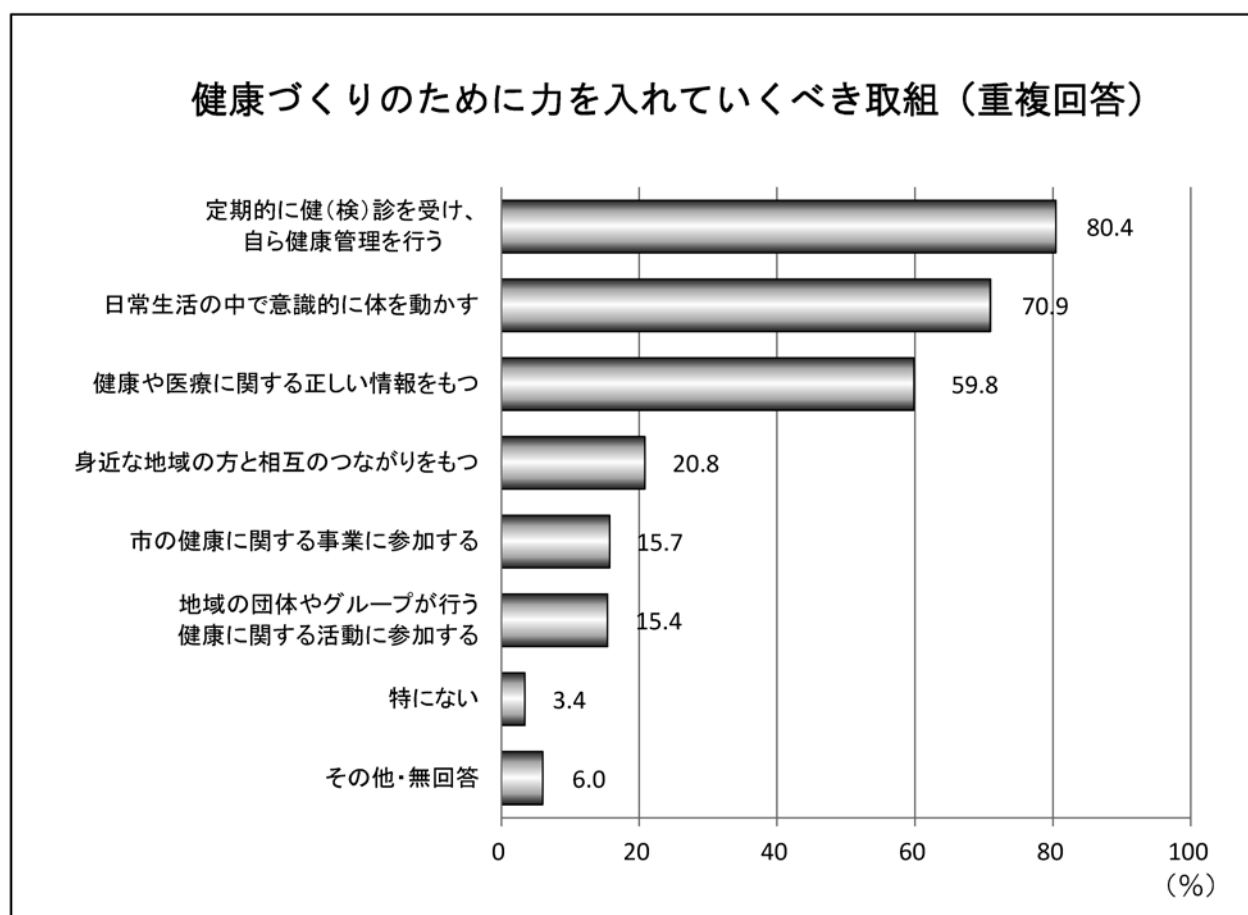


〔資料〕 市民意向調査報告書（2003 年）、立川市民の健康づくりに関する意識調査（2013 年、2018 年）

② 健康づくりのための取り組み

健康づくりのために、市民自身が力を入れていくべきことについてみると、「定期的に健（検）診を受け、自ら健康管理を行う」と回答した人の割合が 80.4%、「日常生活の中で意識的に体を動かす」と回答した人の割合が 70.9%、「健康や医療に関する正しい情報をもつ」と回答した人の割合が 59.8%と高くなっています。

市民ワークショップでは、「あなたにとって健康とは何ですか」という導入から意見交換を行いました。意見のうち、共通して出たキーワードとして、「人とのつながり」「みんなが気軽に」「集える場所」などがあり、現状として「若い人と交流の場がない」「子育て中は時間がない」など、理想と現実のギャップも伺えました。



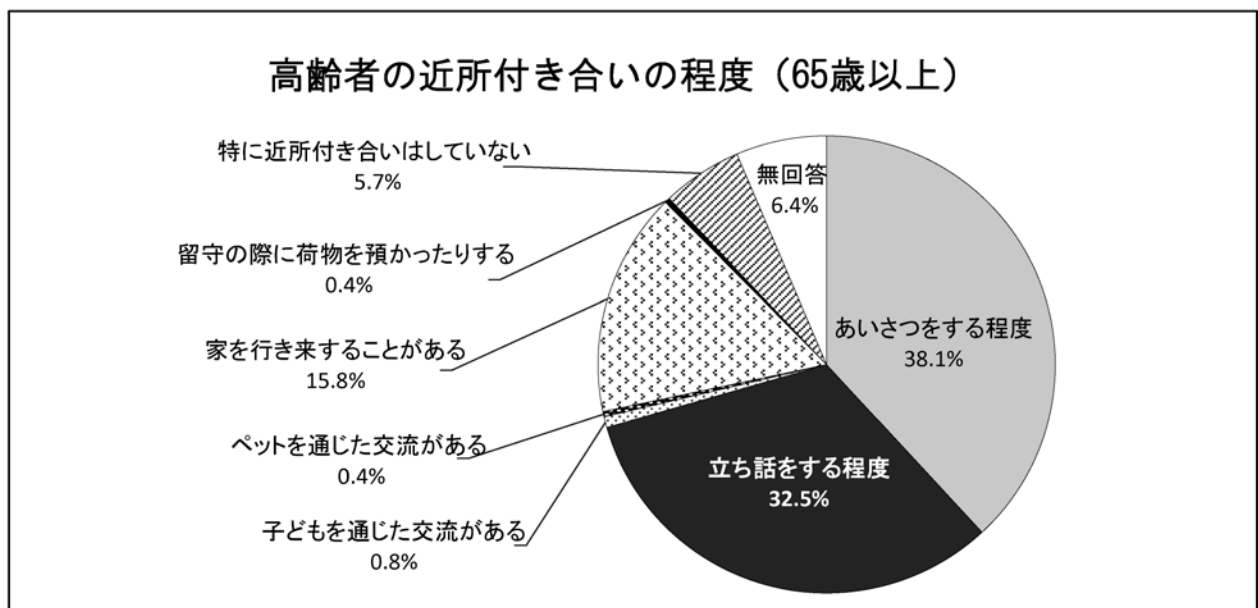
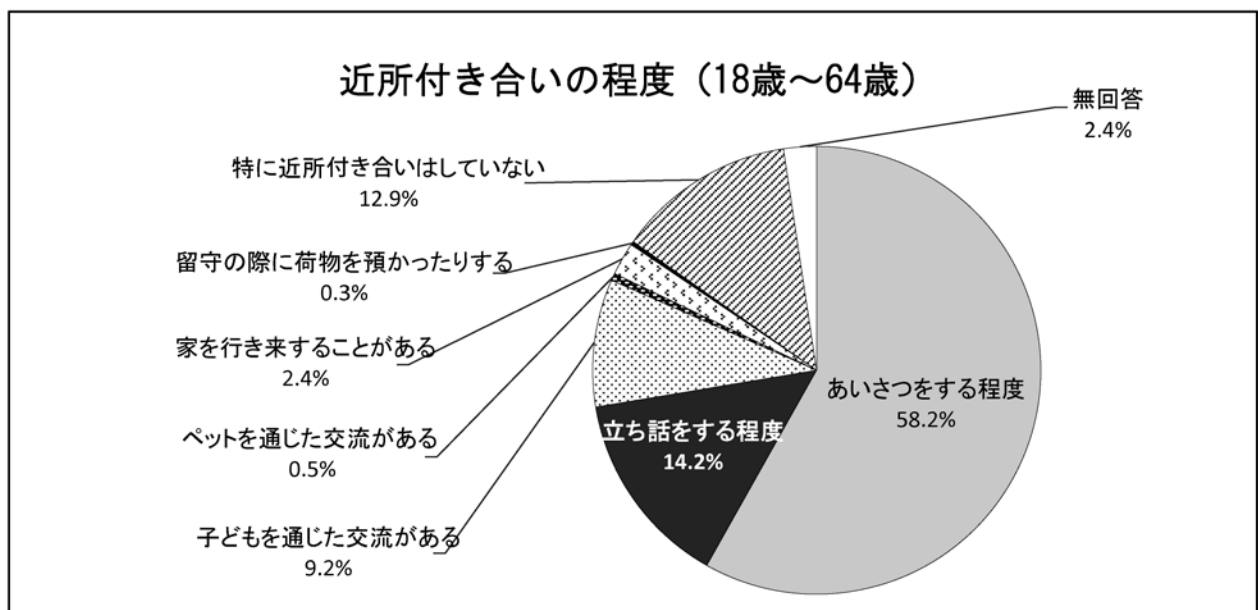
〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）

（１３） 地域とのつながり

① 近所付き合いの程度

近所付き合いの程度をみると、18歳～64歳では「あいさつをする程度」が最も高く 58.2%、次いで「立ち話をする程度」が 14.2%となっています。

65歳以上でも、「あいさつをする程度」の割合が最も高く 38.1%、次いで「立ち話をする程度」が 32.5%となっています。平成 27（2015）年の東京都の「高齢者の生活実態」（東京都福祉保健局、65歳以上）では「立ち話をする程度の人がいる」の割合が最も高く 40.8%、次いで「あいさつをする程度の人がいる」が 29.4%となっています。



〔資料〕立川市民の健康づくりに関する意識調査（2018 年）