令和3年7月更新

# 宮城県の健康課題

@宮城県・旭プロダクション

宮城県
保健福祉部健康推進課

# 県民の健康課題

## 肥満が多い
【男性】 H28：全国ワースト　4位
【子供】 R1　：全国ワースト　5位
（小学1年男子）
R1　：全国ワースト17位
（小学1年女子）

## 歩かない人が多い
【男性】 H28：全国ワースト7位
（H24：ワースト1位）

## 塩分過剰
【男性】H28：全国ワースト　1位
【女性】H28：全国ワースト13位

## メタボが多い
（該当者及び予備群の割合）
H29～R1：全国ワースト2位
H26～H28：ワースト3位
H20～H25：ワースト2位

## 喫煙者が多い
【男女】R1:全国ワースト4位

## 脳血管疾患が多い
（死亡率が全国平均より高い）
【男性】 H27：全国ワースト13位
【女性】 H27：全国ワースト11位

【出典】
肥満・歩数・塩分：国民健康・栄養調査（厚労省）
子供肥満：学校保健統計調査（文科省）
メタボ：特定健康診査・特定保健指導に関するデータ（厚労省）
脳血管疾患：都道府県別年齢調整死亡率の概況（厚労省）
喫煙：国民生活基礎調査（厚労省）

写真提供：河北新報社　・　仙台放送　（みやぎカイゼンプロジェクト）

# 県民の健康課題～各ライフステージに課題～

みやぎの健康課題

幼児期
学童期
思春期

青年期

壮年期

高齢期

## 肥満が多い

小学１年　男子 **5位**　　成人男性　**4位**
　　女子 **17位**　　成人女性　**7位**

**幼稚園から高校まで**
**ほぼすべての年齢で全国平均を上回る**

## メタボの該当者・予備群が多い

**2 位**

**12年連続**
**3位以内**

## 脳血管疾患による死亡率が高い

成人男性　**13位**
成人女性　**11位**

**肥満傾向児の出現率**

小1男子　7.49%(全国4.68%)
小1女子　5.42%(全国4.33%)

令和元年度学校保健統計調査

**BMI（肥満度）の平均値**

20～69歳

男性　24.6(全国23.8)
女性　23.2(全国22.6)

平成28年国民健康・栄養調査

**メタボ該当者・予備群の割合**

40～74歳

31.4%(全国28.2%)

令和元年度特定健診・保健指導に関するデータ

**脳血管疾患の年齢調整死亡率**

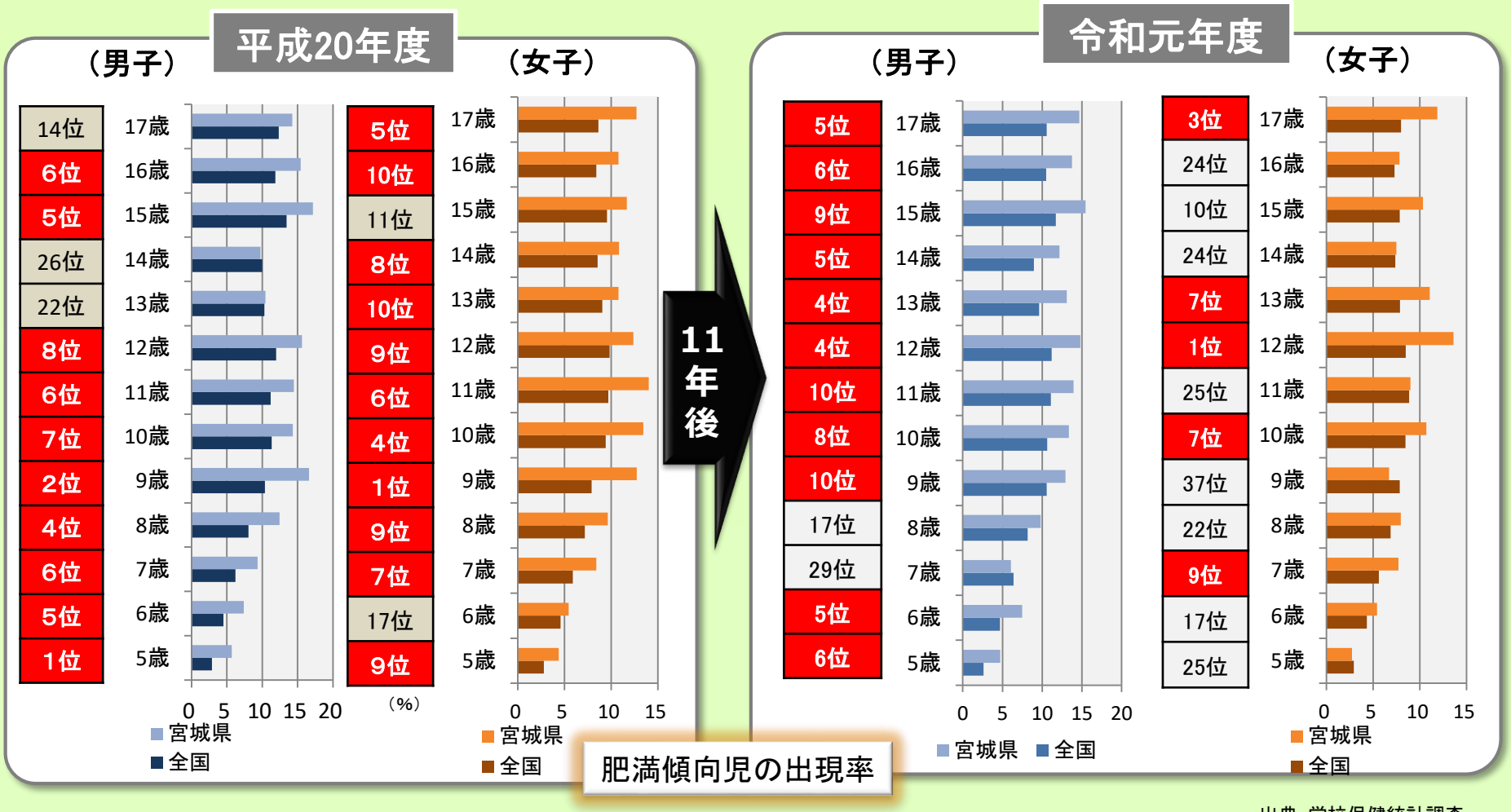
男性 43.0(全国37.8)
女性 23.7(全国21.0)

平成27年都道府県別年齢調整死亡率の概況

# 宮城県は子どもの肥満も多い！

肥満傾向児の出現率は、**ほぼ全ての年齢で全国値を上回る**

肥満傾向児とは？
肥満度が20%以上の子ども
肥満度＝（実測体重－身長別標準体重）/身長別標準体重×100（%）

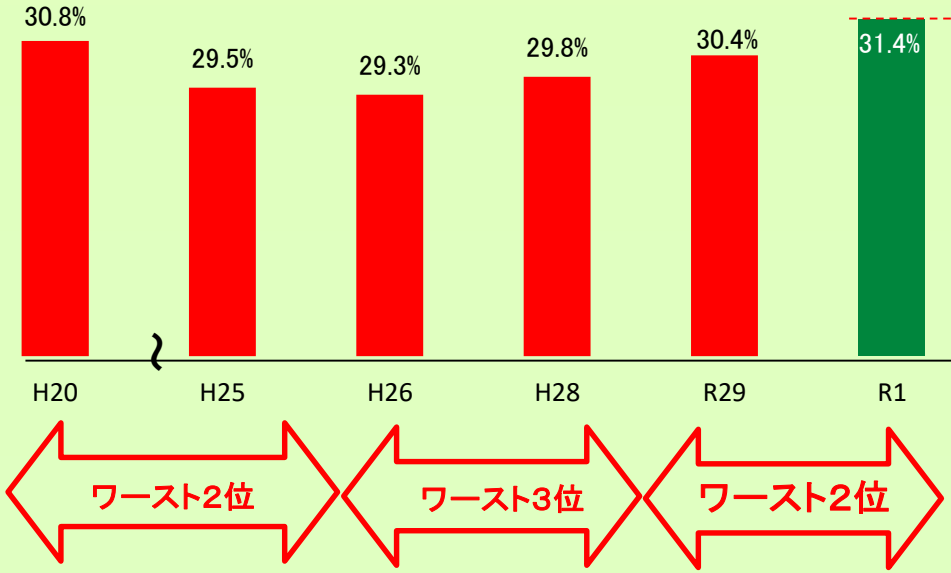



出典：学校保健統計調査

# メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合

R元年度（直近値）の割合

| | | |
|---|---|---|
| ワースト1位 | 沖縄県 | 35．1% |
| ワースト2位 | 宮城県 | 31．4% |
| ワースト3位 | 福島県 | 31．2% |

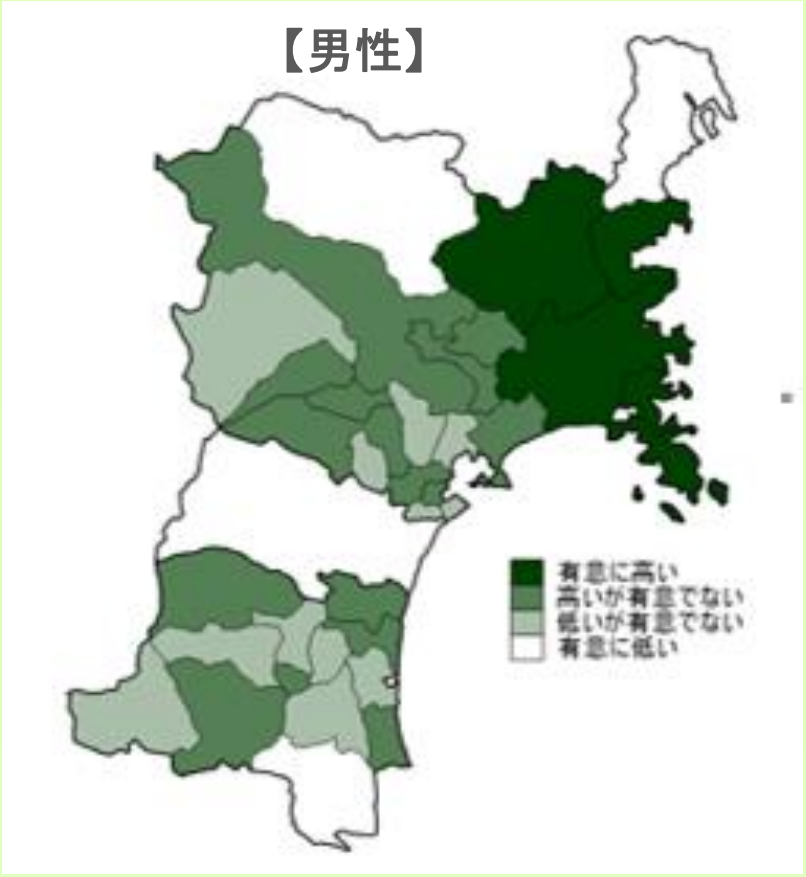


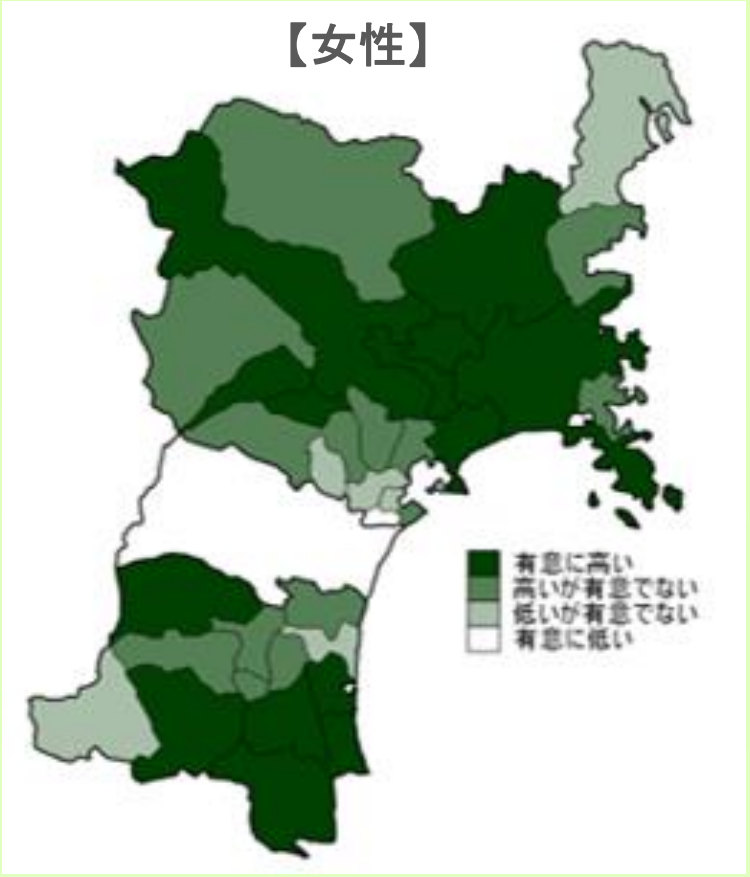
ワースト2位！

全国平均に比べメタボが多い

出典：特定健診・特定保健指導に関するデータ

# 市町村別　メタボリックシンドローム該当者・予備群の状況




平成30年度特定健診所見別標準化該当比【協会けんぽ＋市町村国保】

※宮城県：100

出典：データからみたみやぎの健康　令和2年度版

# 宮城県民の健康状態・生活習慣

## 不適切な生活習慣

**1日当たりの平均歩行数**　（平成28年国民健康・栄養調査）
男性　6，803歩　　全国：7，779歩　　目標9，000歩

**1日当たりの平均塩分摂取量**　（H28年国民健康・栄養調査）
男性　11．9g　　全国：10．8g　　目標9g
女性　9．4g　　全国：9．2g　　目標8g

## 生活習慣病予備群

**成人のBMI（肥満度）の平均値**　（平成28年国民健康・栄養調査）
男性　24．6（全国：23．8）　女性　23．2（全国：22．6）
*BMI（ﾎﾞﾃﾞｨ・ﾏｽ・ｲﾝﾃﾞｯｸｽ）＝体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

【参考】 **児童・生徒の肥満傾向児の出現率**　（R元年度学校保健統計調査）
**ほぼ全ての年齢で全国値を上回っている。**

## 生活習慣病による要介護・死亡

**主な死因の年齢調整死亡率**　（平成27年都道府県別年齢調整死亡率の概況）
**脳血管疾患（脳内出血，脳梗塞）**
**男性　43．0（全国37．8），女性　23．7（全国21．0）**
心疾患（急性心筋梗塞，心不全）
男性　65．1（全国65．4），女性　30．9（全国34．2）
がん
男性　160．5（全国165．3），女性　84．5（全国87．7）

# 生活習慣の課題

## 生活習慣の課題

**食塩摂取量が多い※1**
男性ワースト **1位**
女性ワースト**13位**

**歩数が少ない※1**
男性ワースト**7位**
女性ワースト**16位**

**喫煙率が高い※2**
男女計
ワースト**4位**

**食塩摂取量**
男性　11.9g
（全国10.8g）
女性　9.4g
（全国9.2g）

**歩数**
男性　6,803歩
(全国 7,779歩)
女性　6,354歩
(全国 6,776歩)

**喫煙習慣者の割合**
男女計21.0%
(全国18.3%)

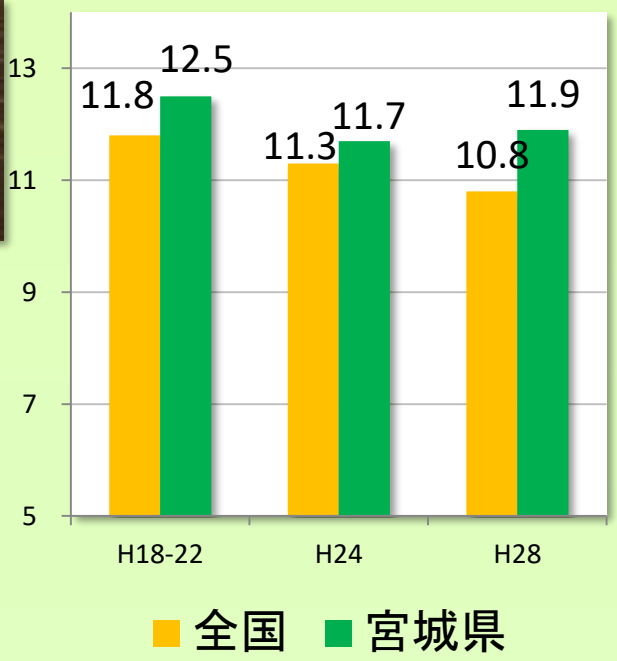
出典：※１平成28年国民健康･栄養調査
※２令和元年国民生活基礎調査

※順位はいずれも都道府県順位

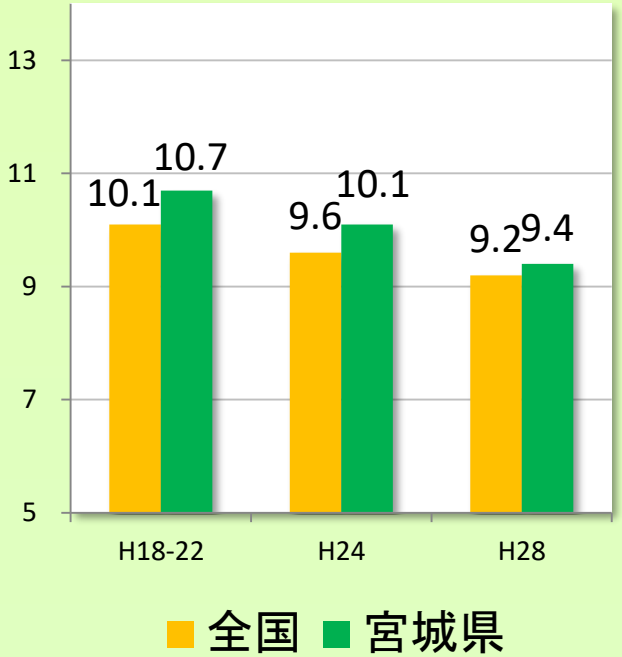
# 食塩摂取量の状況

@宮城県・旭プロダクション

（男性）




（女性）



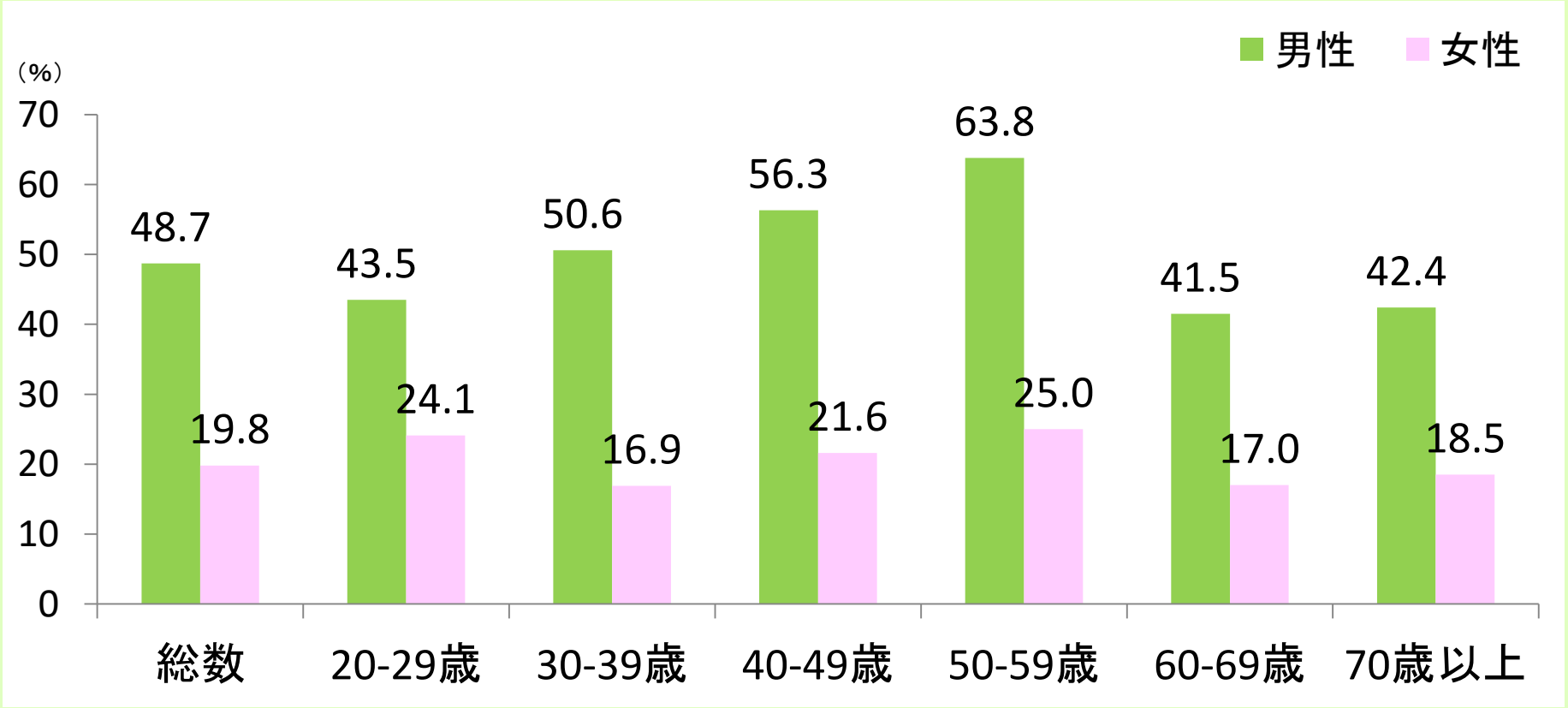

減少傾向であるものの男女ともに
**全国平均を上回っている！！**

出典：年次推移・全国との比較　国民健康・栄養調査

# めん類のスープや汁の摂取量

@宮城県・旭プロダクション

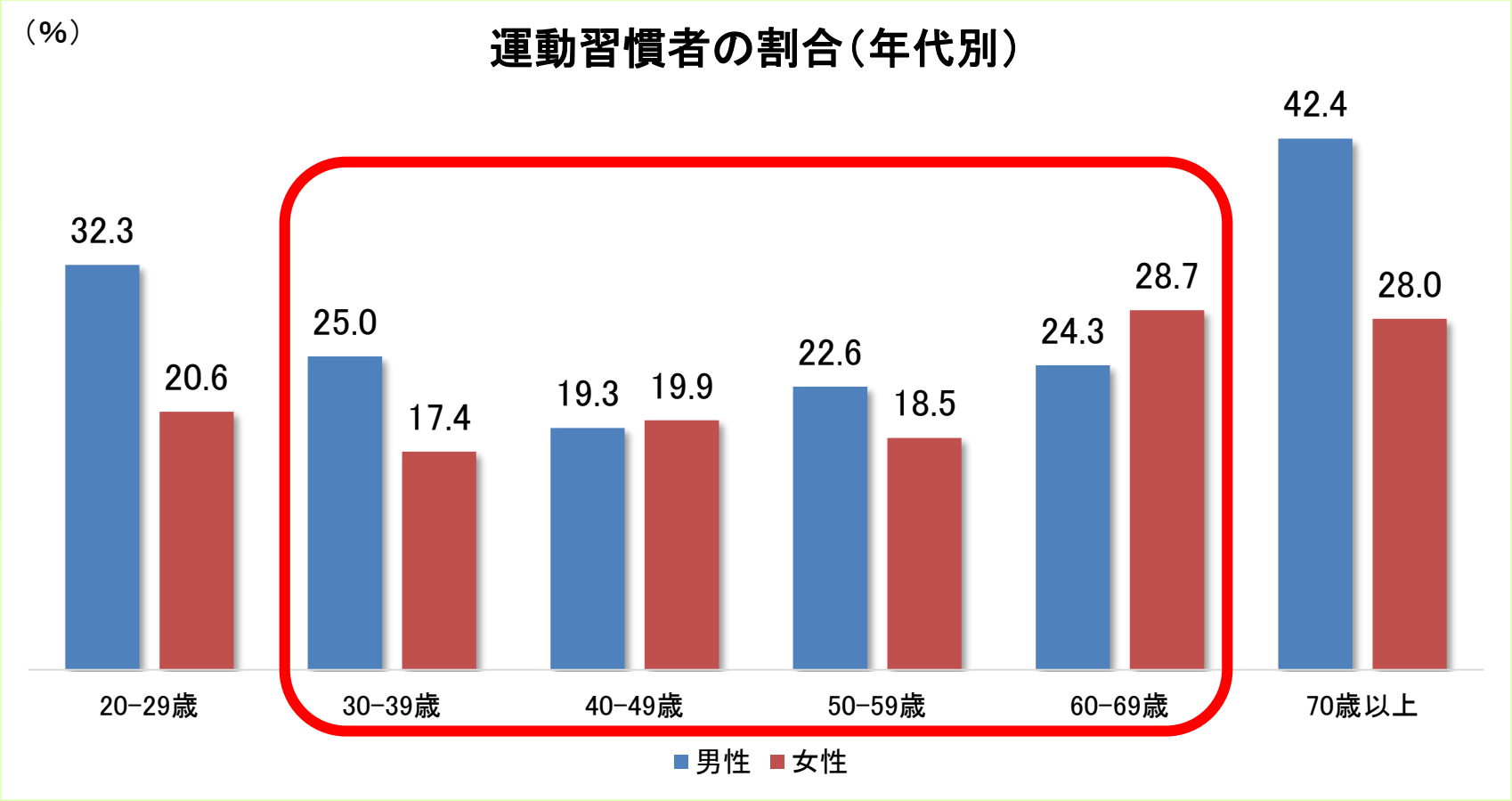
男性は，どの年代においても，**めん類のスープや汁を8割以上飲んでいると回答している人がほぼ半数**となっています。




出典：平成28年県民健康・栄養調査

# 運動習慣者の状況

@宮城県・旭プロダクション

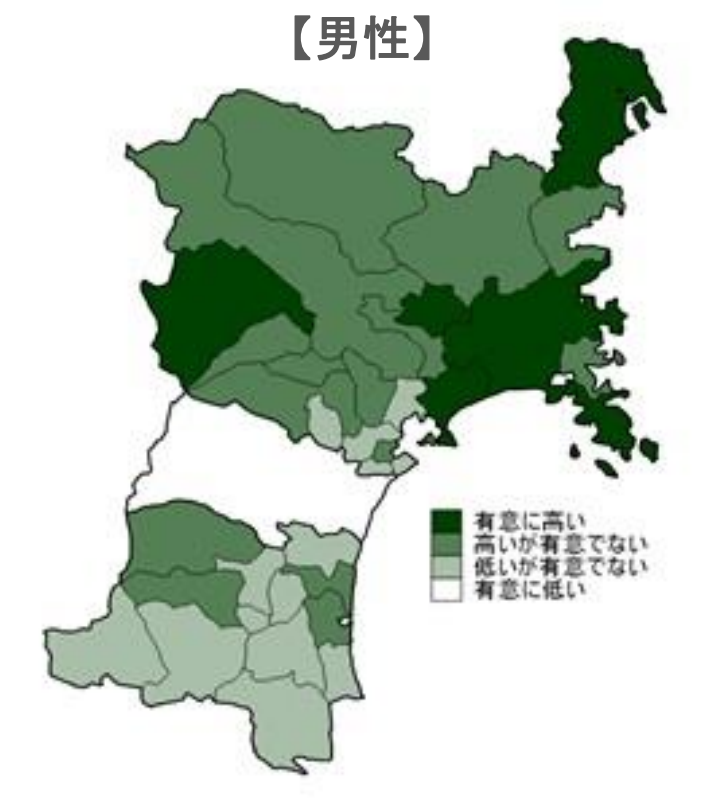


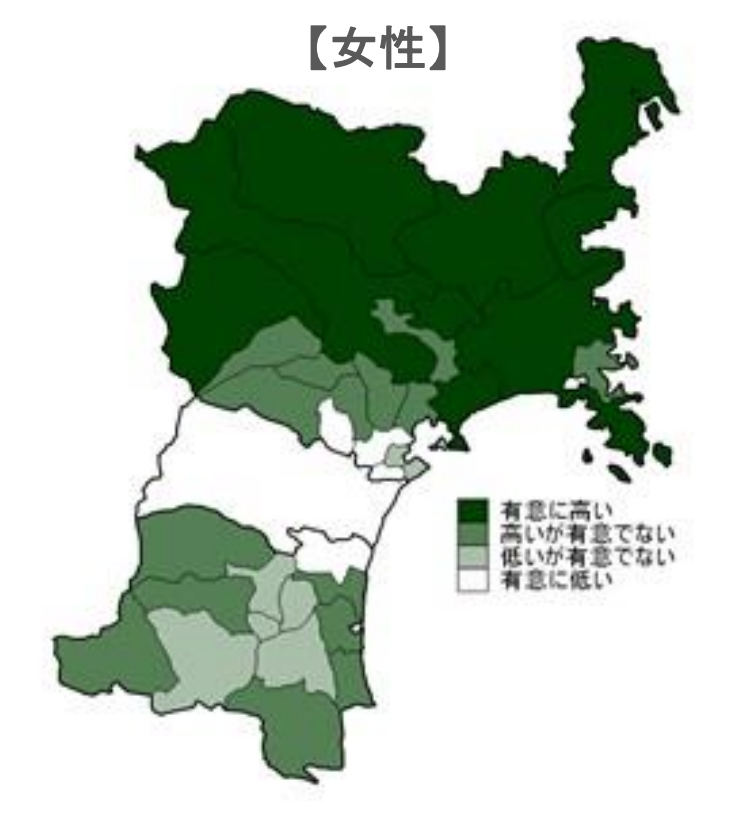

「運動習慣者」とは，1回30分以上の運動を週2回以上実施し，1年以上継続している者。

出典：平成28年県民健康・栄養調査

# 市町村別　運動習慣の状況

1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上，1年以上実施していない



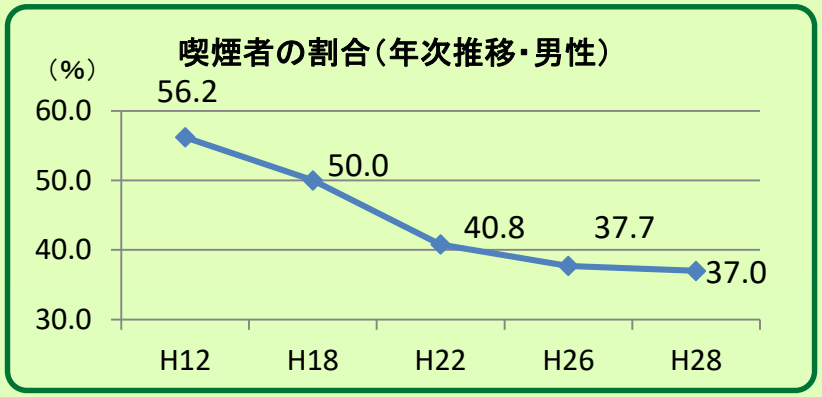

平成３０年度特定健診質問票　標準化該当比【協会けんぽ＋市町村国保】

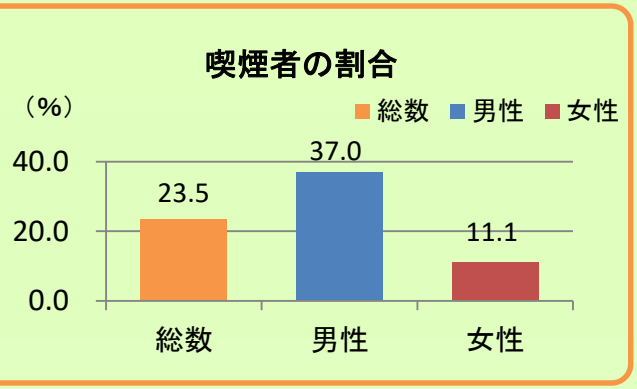
※宮城県：100

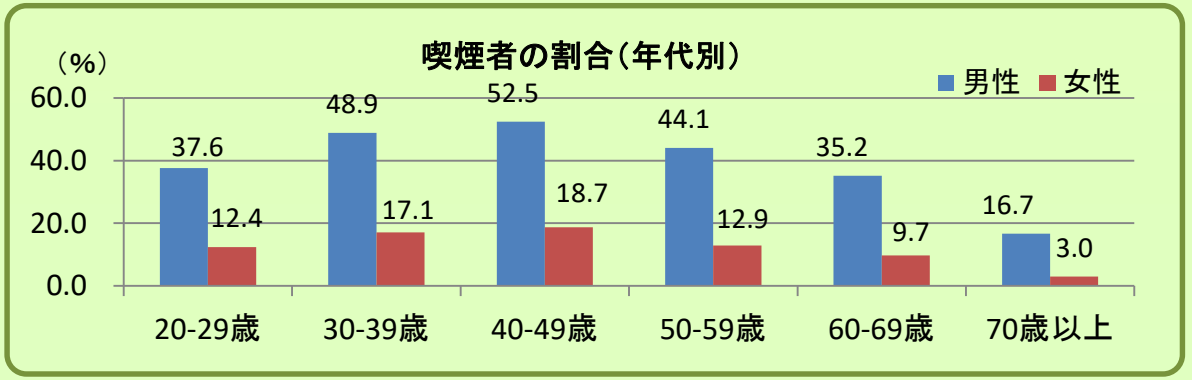
出典：データからみたみやぎの健康　令和2年度版

# 喫煙の状況

○男性の喫煙者は、減少傾向にありますが、現在も全体の37．0%が喫煙者であり、男女ともに40代で最も高く、男性は52．5%と半数を超えています。



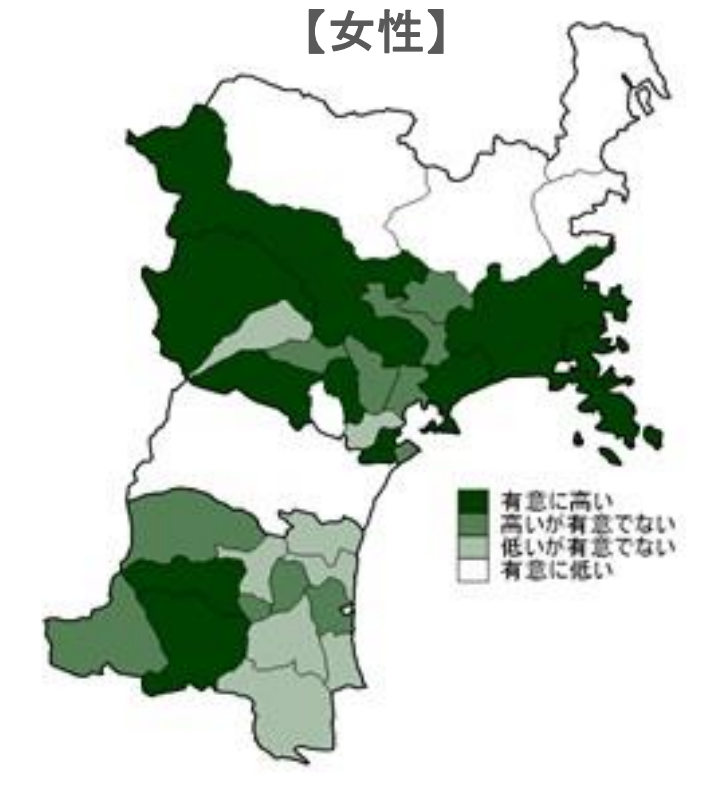




○**喫煙は動脈硬化の危険因子**であることが証明されています。
○喫煙することによって、血中の**中性脂肪、悪玉コレステロール量が上昇**することも示唆されています。
○生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防には**禁煙が必須**です。

出典：平成28年県民健康・栄養調査

# 市町村別　喫煙の状況

## 現在，たばこを習慣的に吸っている

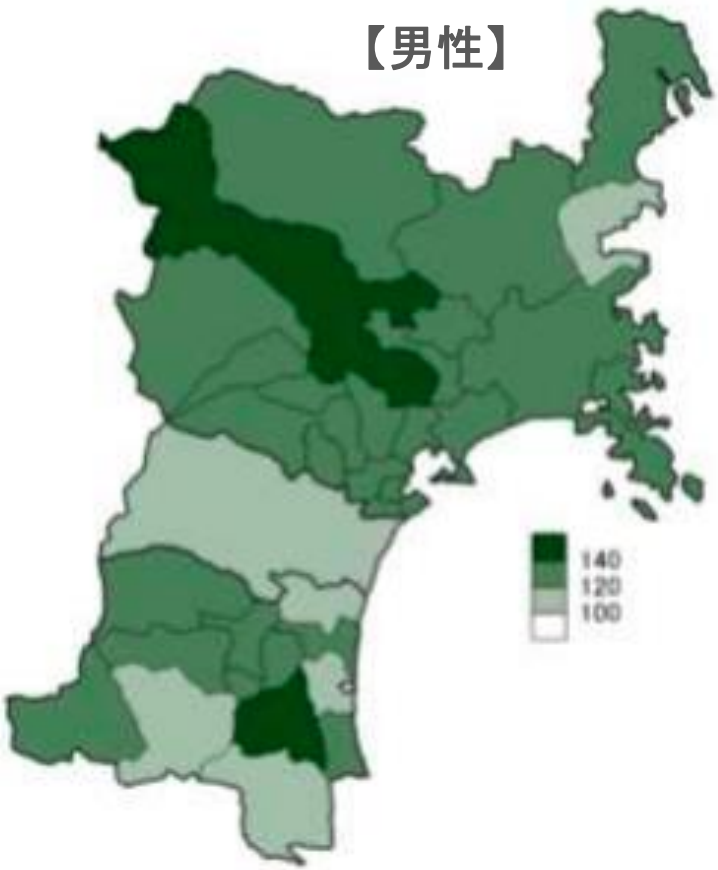


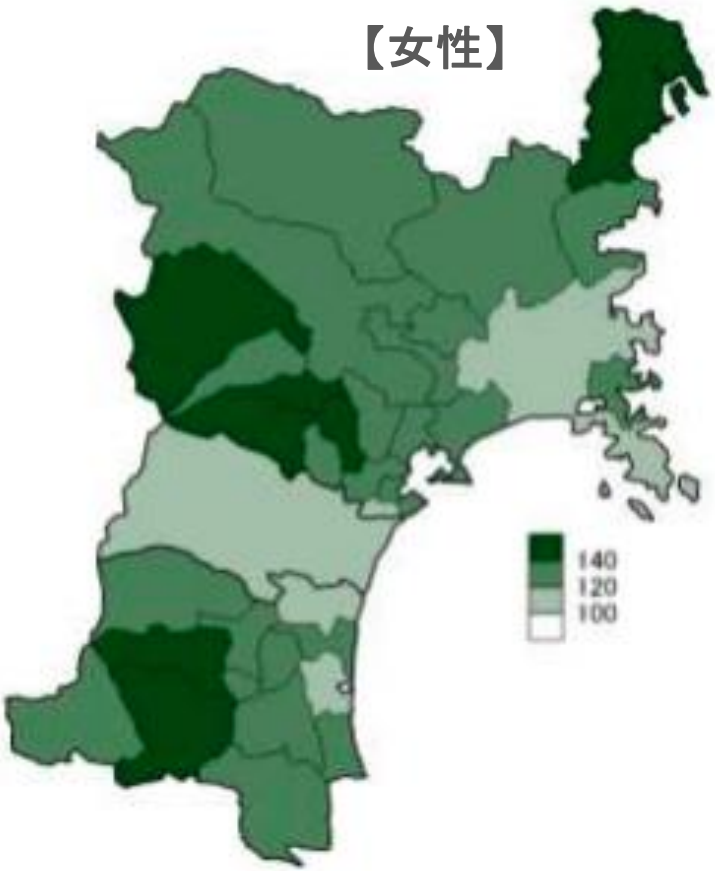

**平成２９年度特定健診質問票　標準化該当比【協会けんぽ＋市町村国保】**

**※宮城県：100**

出典：データからみたみやぎの健康　令和2年度版

# 市町村別　脳血管疾患の標準化死亡比（平成30年）

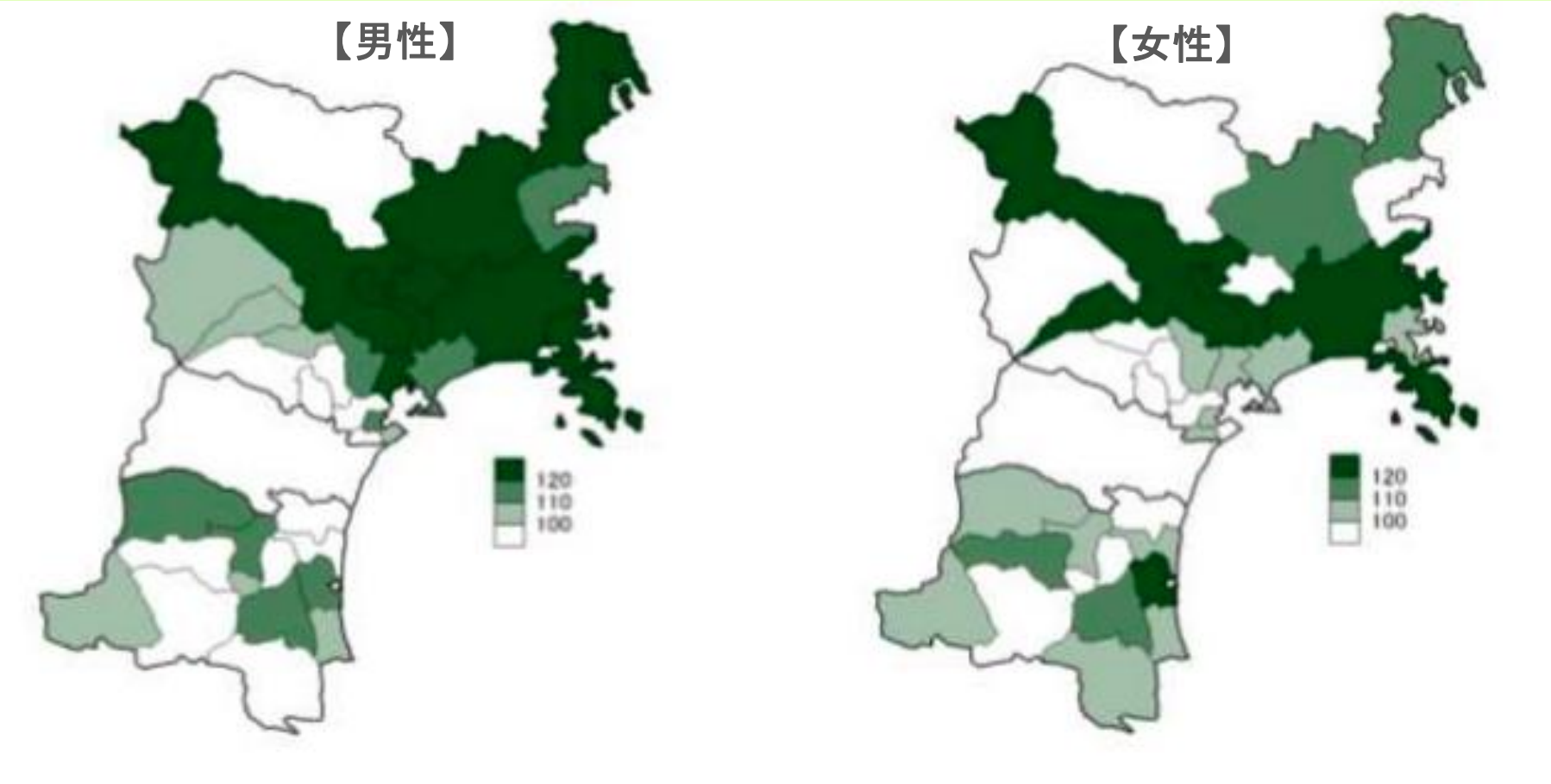



※全国値：100

出典：データからみたみやぎの健康　令和2年度版

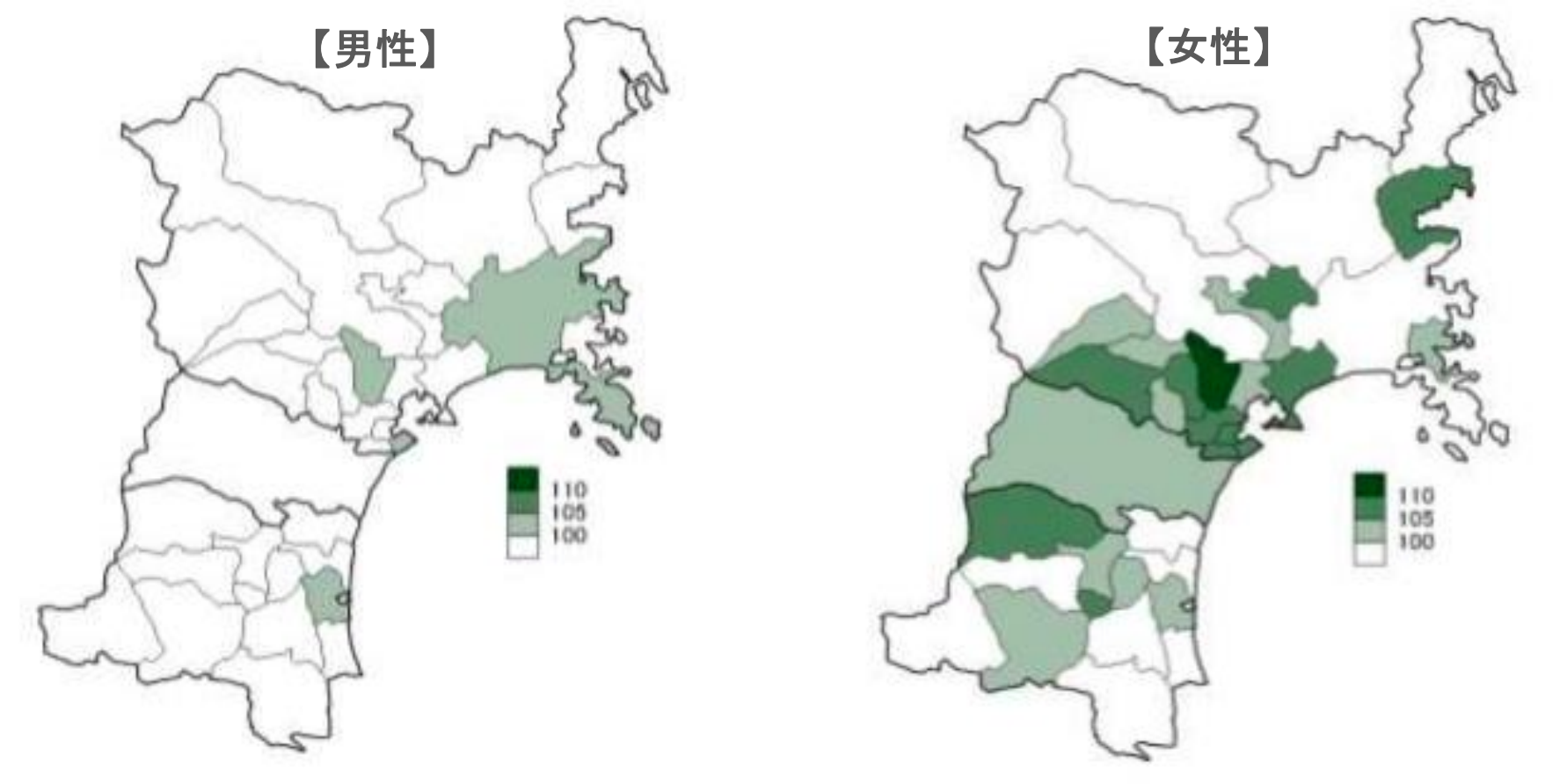
# 市町村別　心疾患の標準化死亡比（平成29年）




※全国値：100

出典：データからみたみやぎの健康　令和2年度版

# 市町村別　悪性新生物の標準化死亡比（平成29年）




※全国値：100

出典：データからみたみやぎの健康　令和2年度版