

いしのまき・とめ・スマートプロジェクト

# 石巻・登米圏域の 健康課題について



宮城県石巻保健所健康づくり支援班

# 石巻・登米地域の方は全国よりも“亡くなりやすい”？

表1：三大死因の標準化死亡比 (EBSMR)

※全国=100

| 石巻・男性 | R2    | R3    | R4    | 登米・男性 | R2    | R3    | R4    |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| がん    | 105.3 | 104.2 | 105.6 | がん    | 99.2  | 102.1 | 103.0 |
| 心疾患   | 128.7 | 123.0 | 130.0 | 心疾患   | 139.8 | 129.6 | 135.2 |
| 脳血管疾患 | 132.5 | 134.6 | 129.6 | 脳血管疾患 | 140.5 | 138.6 | 131.3 |
| 石巻・女性 | R2    | R3    | R4    | 登米・女性 | R2    | R3    | R4    |
| がん    | 105.3 | 102.9 | 103.7 | がん    | 103.1 | 102.6 | 102.0 |
| 心疾患   | 120.9 | 121.9 | 122.4 | 心疾患   | 111.8 | 109.3 | 109.4 |
| 脳血管疾患 | 132.8 | 135.1 | 135.0 | 脳血管疾患 | 133.6 | 130.5 | 138.9 |



この数値は全国と比べた“亡くなりやすさ”を表したもので、石巻の男性は全国より約1.3倍脳卒中等の病気で亡くなりやすいことを表しています。がんの数値も全国より高いですよね。「亡くなる方が多い=病気にかかる方も多い」ということですので、事業主である社長さん、施設長さんにお伝えしたいポイントは次の2点です。

- ▶働いている方が病気にならないようにすること
- ▶病気でも治療と両立できるようにすること

# 石巻地域・男性の健康課題とは？

「肥満」による「脂肪肝」が考えられます。  
がんの死亡も多いので「禁煙」もポイントです。

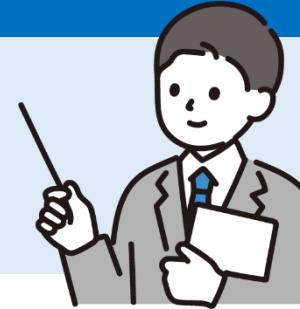


表2：市町村国保及び協会けんぽの特定健診結果（県内10圏域のワースト順位、40-69歳）

| <検査結果>               | H30 | R1 | R2 | R3 | R4 | <問診結果>                                      | H30 | R1 | R2 | R3 | R4 |
|----------------------|-----|----|----|----|----|---|-----|----|----|----|----|
| メタボ該当者<br>及び予備群      | 1位  | 1位 | 1位 | 1位 | 1位 | 20歳時から10kg以上増加<br>している                      | 1位  | 1位 | 1位 | 1位 | 1位 |
| 腹囲<br>(85↑)          | 1位  | 1位 | 2位 | 2位 | 1位 | 3食以外に間食や甘い飲み<br>物を「毎日」摂取してい<br>る            | 7位  | 5位 | 8位 | 7位 | 5位 |
| 肥満<br>(BMI25以上)      | 1位  | 1位 | 1位 | 1位 | 1位 | 1回30分以上の軽く汗をか<br>く運動を、週2回以上、1<br>年以上継続していない | 1位  | 2位 | 2位 | 2位 | 2位 |
| 血圧<br>(130↑または85↑)   | 1位  | 1位 | 1位 | 1位 | 1位 | 現在、たばこを習慣的に<br>吸っている                        | 1位  | 1位 | 2位 | 2位 | 3位 |
| HbA1c<br>(5.6↑)      | 9位  | 8位 | 3位 | 8位 | 9位 | お酒を「毎日」飲む                                   | 9位  | 9位 | 8位 | 8位 | 7位 |
| 中性脂肪<br>(150↑)       | 1位  | 1位 | 1位 | 1位 | 1位 |   |     |    |    |    |    |
| LDLコレステロール<br>(140↑) | 4位  | 6位 | 2位 | 2位 | 2位 |   |     |    |    |    |    |
| 肝機能<br>(γ-GTP51↑)    | 1位  | 3位 | 3位 | 3位 | 1位 |   |     |    |    |    |    |

※出典：データからみたみやぎの健康（宮城県健康推進課）  
※色付き箇所は「有意差あり」

# 石巻地域・女性の健康課題とは？

「メタボ」によるリスクの蓄積が考えられます。  
がんの死亡も多いので「禁煙」もポイントです。



表3：市町村国保及び協会けんぽの特定健診結果（県内10圏域のワースト順位、40-69歳）

| <検査結果>               | H30 | R1 | R2 | R3 | R4 | <問診結果>  | H30 | R1 | R2 | R3 | R4 |
|----------------------|-----|----|----|----|----|---|-----|----|----|----|----|
| メタボ該当者<br>及び予備群      | 4位  | 4位 | 3位 | 3位 | 4位 | 20歳時から10kg以上増加<br>している                          | 1位  | 1位 | 1位 | 1位 | 2位 |
| 腹囲<br>(90↑)          | 4位  | 4位 | 4位 | 4位 | 4位 | 3食以外に間食や甘い飲み<br>物を「毎日」摂取してい<br>る                | 4位  | 4位 | 5位 | 5位 | 6位 |
| 肥満<br>(BMI25以上)      | 3位  | 1位 | 3位 | 4位 | 5位 | 1回30分以上の軽く汗をか<br>く運動を、週2回以上、1<br>年以上継続していな<br>い | 1位  | 3位 | 5位 | 5位 | 5位 |
| 血圧<br>(130↑または85↑)   | 2位  | 3位 | 3位 | 3位 | 1位 | 現在、たばこを習慣的に<br>吸っている                            | 1位  | 1位 | 1位 | 1位 | 1位 |
| HbA1c<br>(5.6↑)      | 9位  | 9位 | 6位 | 9位 | 8位 | お酒を「毎日」飲む                                       | 9位  | 9位 | 9位 | 9位 | 8位 |
| 中性脂肪<br>(150↑)       | 1位  | 1位 | 1位 | 1位 | 1位 |   |     |    |    |    |    |
| LDLコレステロール<br>(140↑) | 1位  | 3位 | 2位 | 1位 | 5位 |   |     |    |    |    |    |
| 肝機能<br>(γ-GTP51↑)    | 4位  | 6位 | 8位 | 7位 | 5位 |   |     |    |    |    |    |

※出典：データからみたみやぎの健康（宮城県健康推進課）  
※色付き箇所は「有意差あり」

# 登米地域・男性の健康課題とは？

「肥満」「飲酒」による「肝機能低下」が考えられます。  
がんの死亡も多いので「禁煙」もポイントです。



表4：市町村国保及び協会けんぽの特定健診結果（県内10圏域のワースト順位、40-69歳）

| <検査結果>               | H30 | R1 | R2 | R3 | R4 | <問診結果>                                      | H30 | R1 | R2 | R3 | R4 |
|----------------------|-----|----|----|----|----|---|-----|----|----|----|----|
| メタボ該当者<br>及び予備群      | 2位  | 2位 | 3位 | 2位 | 2位 | 20歳時から10kg以上増加<br>している                      | 8位  | 8位 | 9位 | 8位 | 4位 |
| 腹囲<br>(85↑)          | 2位  | 2位 | 1位 | 1位 | 2位 | 3食以外に間食や甘い飲み<br>物を「毎日」摂取してい<br>る            | 9位  | 9位 | 4位 | 9位 | 9位 |
| 肥満<br>(BMI25以上)      | 3位  | 4位 | 2位 | 3位 | 3位 | 1回30分以上の軽く汗をか<br>く運動を、週2回以上、1<br>年以上継続していない | 4位  | 3位 | 5位 | 5位 | 7位 |
| 血圧<br>(130↑または85↑)   | 2位  | 3位 | 2位 | 3位 | 3位 | 現在、たばこを習慣的に<br>吸っている                        | 5位  | 3位 | 4位 | 3位 | 1位 |
| HbA1c<br>(5.6↑)      | 1位  | 1位 | 1位 | 2位 | 5位 | お酒を「毎日」飲む                                   | 1位  | 1位 | 1位 | 1位 | 1位 |
| 中性脂肪<br>(150↑)       | 2位  | 2位 | 2位 | 4位 | 4位 |   |     |    |    |    |    |
| LDLコレステロール<br>(140↑) | 8位  | 9位 | 8位 | 8位 | 9位 |   |     |    |    |    |    |
| 肝機能<br>(γ-GTP51↑)    | 3位  | 2位 | 1位 | 2位 | 2位 |   |     |    |    |    |    |

※出典：データからみたみやぎの健康（宮城県健康推進課）  
※色付き箇所は「有意差あり」

# 登米地域・女性の健康課題とは？

「メタボ」によるリスクの蓄積が考えられます。  
食事量と運動量のバランスがポイントです。

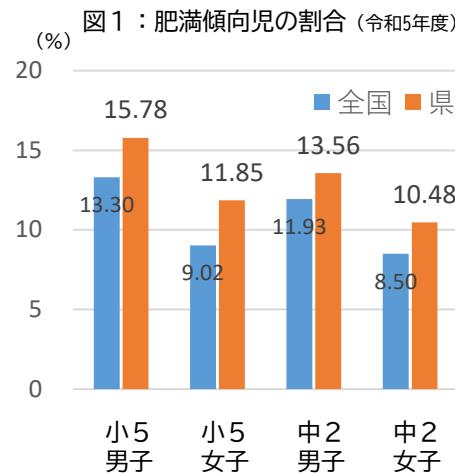


表5：市町村国保及び協会けんぽの特定健診結果（県内10圏域のワースト順位、40-69歳）

| <検査結果>               | H30 | R1 | R2 | R3 | R4 | <問診結果>  | H30 | R1 | R2  | R3  | R4  |
|----------------------|-----|----|----|----|----|---|-----|----|-----|-----|-----|
| メタボ該当者<br>及び予備群      | 2位  | 1位 | 2位 | 1位 | 1位 | 20歳時から10kg以上増加<br>している                          | 2位  | 2位 | 2位  | 2位  | 3位  |
| 腹囲<br>(90↑)          | 2位  | 2位 | 1位 | 2位 | 1位 | 3食以外に間食や甘い飲み<br>物を「毎日」摂取してい<br>る                | 9位  | 9位 | 9位  | 10位 | 10位 |
| 肥満<br>(BMI25以上)      | 2位  | 3位 | 1位 | 2位 | 1位 | 1回30分以上の軽く汗をか<br>く運動を、週2回以上、1<br>年以上継続していな<br>い | 3位  | 1位 | 4位  | 4位  | 4位  |
| 血圧<br>(130↑または85↑)   | 1位  | 2位 | 1位 | 1位 | 2位 | 現在、たばこを習慣的に<br>吸っている                            | 9位  | 9位 | 10位 | 8位  | 8位  |
| HbA1c<br>(5.6↑)      | 1位  | 1位 | 1位 | 2位 | 6位 | お酒を「毎日」飲む                                       | 5位  | 6位 | 7位  | 7位  | 6位  |
| 中性脂肪<br>(150↑)       | 3位  | 5位 | 4位 | 5位 | 4位 |   |     |    |     |     |     |
| LDLコレステロール<br>(140↑) | 3位  | 7位 | 4位 | 3位 | 3位 |   |     |    |     |     |     |
| 肝機能<br>(γ-GTP51↑)    | 1位  | 8位 | 2位 | 1位 | 1位 |   |     |    |     |     |     |

※出典：データからみたみやぎの健康（宮城県健康推進課）  
※色付き箇所は「有意差あり」

# 大人だけじゃない！こども達も肥満が多い！？



(参考)

図1：学校保健統計（文部科学省）

図2：宮城県児童生徒の健康課題  
統計調査（宮城県教育委員会）

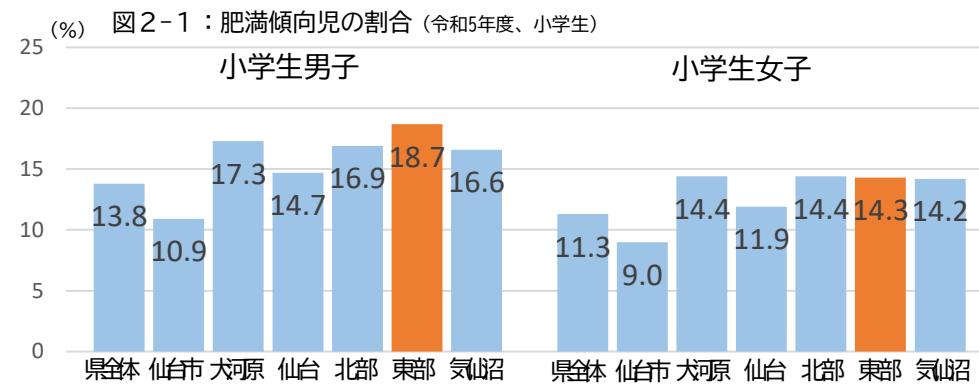
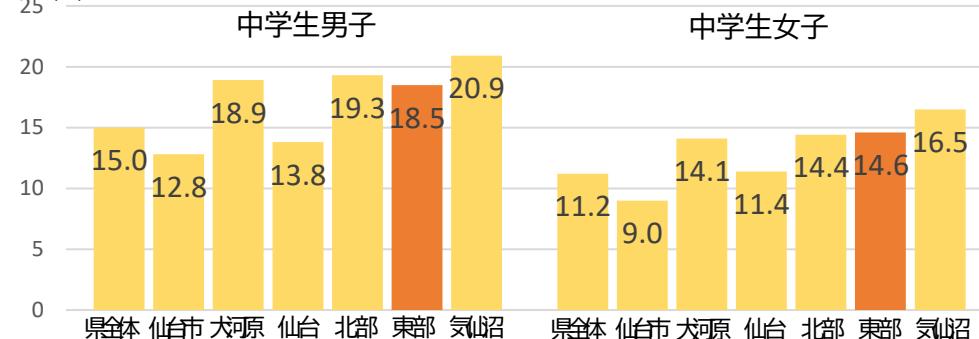


図2-2：肥満傾向児の割合（令和5年度、中学生）



まずは図1をご覧ください。「肥満傾向児の割合」を全国と比較するとどの学年でも宮城県が高いことが分かります。

さらに図2をご覧ください。「肥満傾向児の割合」を県内で比較すると、東部教育事務所管内（石巻市、東松島市、女川町、登米市）は県内でも高いことが分かります。  
大人の結果を踏まえると…

▶大人も子供も生活習慣を改善する必要があります。



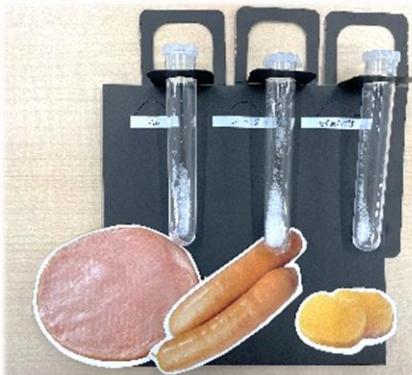
# 石巻・登米地域から“よりよく生きる”を発信しませんか？



製造業や建設業のみならず、病院や保育所、高齢者施設等の保健福祉施設等含め、企業が経営理念に基づき、従業員の健康保持・増進に取り組むことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらし、結果的に**業績向上や組織としての価値向上へつながることが期待**されます。

職員の離職率改善や人材確保のため、職員の健康に「先行投資」をしてみませんか？保健所では無料で利用できる仕組みもありますよ。

## 健康づくり教材を貸出しています（無料）



詳しいお知らせは  
県ホームページを  
ご確認ください。



## 出前講座を実施しています（無料）



詳しいお知らせは  
県ホームページを  
ご確認ください。



お問合せは  宮城県石巻保健所健康づくり支援班 まで

電話：0225-94-6124 FAX：0225-96-3560 e-mail：et-kenko@pref.miyagi.lg.jp