宮城県の健康課題

宮城県保健福祉部健康推進課

@宮城県・旭プロダクション
脑血管疾患が多い
【男性】H27:全国ワースト13位
【女性】H27:全国ワースト11位

歩けない人が多い
【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）
H26-28:全国ワースト3位
(H20-25:ワースト2位)

喫煙者が多い
【男女】H28:全国ワースト9位

肥満が多い
【男性】H28:全国ワースト4位
(H24:ワースト7位)
【子供】H30:全国ワースト6位
（小学1年男）
H30:全国ワースト11位
（小学1年女）
県民の健康課題〜各ライフステージに課題〜

幼児期
学童期
思春期

肥満が多い

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

肥満傾向児の出現率
小1男子 7.34%（全国4.51%）
小1女子 6.32%（全国4.47%）
H30年度学校保健統計調査

BM（肥満度）の平均値
男性 24.6（全国23.8）
女性 23.2（全国22.6）
H28年国民健康・栄養調査

メタボの該当者・予備群が多い

H28年度特定健診保健指導に関するデータ

脳血管疾患による死亡率が高い

成人男性 43.0（全国37.8）
成人女性 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

H30年度学校保健統計調査
H28年国民健康・栄養調査

成人男性 13位
成人女性 11位

9年連続3位以内
肥満傾向児の出現率

出典：学校保健統計調査

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（％）
メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合

H28年度（直近値）の割合

<table>
<thead>
<tr>
<th>ワースト1位</th>
<th>沖縄県</th>
<th>32.90%</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>ワースト2位</td>
<td>福島県</td>
<td>29.83%</td>
</tr>
<tr>
<td>ワースト3位</td>
<td>宮城県</td>
<td>29.82%</td>
</tr>
</tbody>
</table>

微減の傾向にありますが、全国平均に比べメタボが多い

ワースト3位！
平成28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 平成30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（H28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（H28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（ボディ・マス・インデックス）＝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（H30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

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
男性31.1%
（全国29.7%）

※順位はいずれも都道府県順位（多い順）
食塩摂取量の状況

目標は
男性9g、女性8g

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
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

運動習慣者の割合（年代別）

「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
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

【男性】

【女性】

平成28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 平成30年度版
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。

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。

喫煙者の割合（年代別）

喫煙者の割合（年次推移・男性）

喫煙者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
現在、たばこを習慣的に吸っている

平成28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 平成30年度版
市町村別 腦血管疾患の標準化死亡比（平成28年）

【男性】

【女性】

※全国値: 100

出典: データからみたみやぎの健康 平成30年度版
市町村別 心疾患の標準化死亡比（平成28年）

【男性】

【女性】

※全国値: 100

出典: データからみたみやぎの健康 平成30年度版
市町村別 悪性新生物の標準化死亡比（平成28年）

【男性】

【女性】

※全国値：100

出典：データからみたみやぎの健康 平成30年度版