

# 犬飼町 犬飼 地区

青丸⇒豊後大野市の平均と比較して結果がよかった項目（点線は少しよかった項目）  
赤丸⇒豊後大野市の平均と比較して心配な項目（点線は少し悪かった項目）



## 人口

### ◆人口・世帯数

人口 1,710人  
世帯数 780世帯



### ◆人口に占める高齢者の割合

65歳以上 43.6% (市全体 44.6%)  
75歳以上 24.4% (市全体 25.6%)

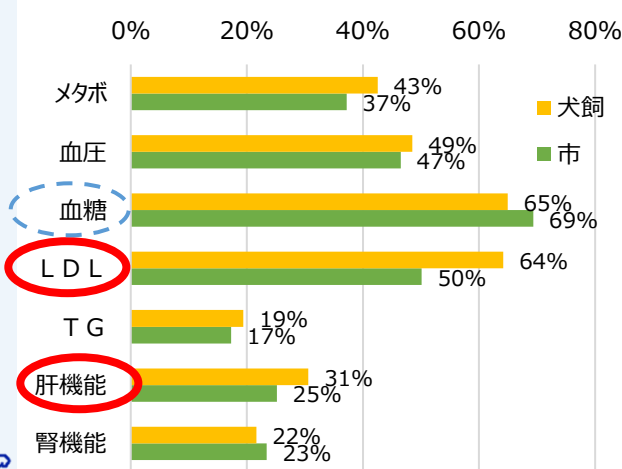
豊後大野市内の25地区のうち、人口は7番目に多く、高齢化率は6番目に低い地域です。

## 健診 〈国民健康保険：40歳～74歳〉

市平均 44.1%

健診受診率 43.6% (市内25地域11番目)

### ◆健診有所見率(n=134)

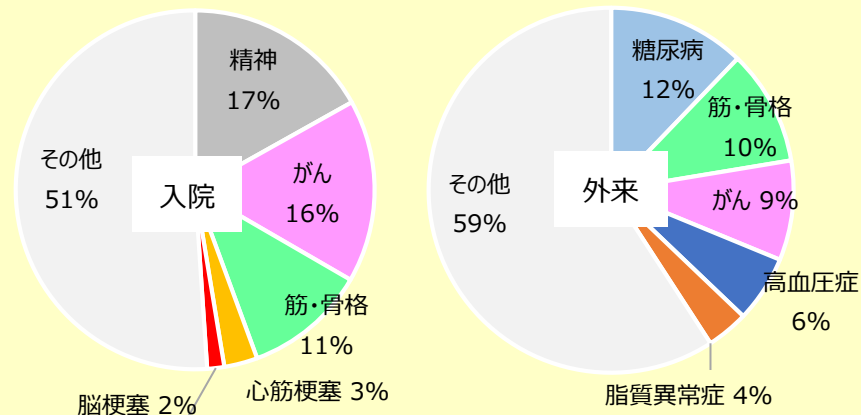


### ◆生活習慣 (健診時の質問票より) (n=134)

	犬飼 (%)	市 (%)
たばこを吸っている	11.5%	12.2%
20歳時体重から10kg以上増加	36.0%	33.3%
人と比べて歩くのが遅い	66.2%	63.0%
人と比べて食べる速度が速い	27.3%	27.4%
間食を毎日とっている	15.1%	17.1%
週3回以上朝食を抜くことがある	8.0%	5.6%
お酒を毎日飲んでいる	18.0%	26.0%
睡眠が十分とれていない	21.6%	27.3%

## 医療 〈国民健康保険：40歳～74歳 (n=158)〉

### ◆医療費に占める疾患の割合



入院医療費の5割が精神、がん、筋・骨格です。心筋梗塞、脳梗塞も高くなっている状況です。

心筋梗塞や脳梗塞は外来医療費の上位を占めている糖尿病や高血圧症、脂質異常症などを適切にコントロールすることで、重症化を予防できます。

健診結果から、LDL(悪玉)コレステロールや肝機能の数値が高い人の割合は市の平均よりも高い状況です。

健診時の質問票から、「週に3回以上朝食を抜くことがある」と回答した人の割合が高くなっています。

LDL(悪玉)コレステロールや肝機能の数値は食事や飲酒が大きく影響すると言われています！

自分の体の変化に気づくためにも、毎年健診を受けましょう！



## 健診

〈後期高齢者医療保険：75歳以上〉

健診受診率 41.2% (市内25地域中1番目)

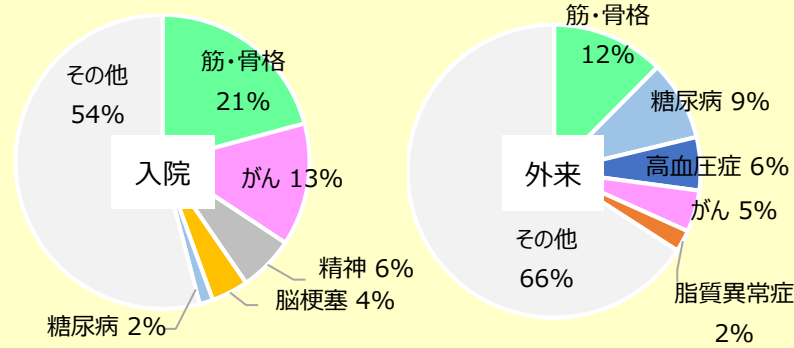
◆生活習慣 (健診時の質問票より) (n=167) 市平均 21.6%

	犬飼	市
健康状態がよくない・あまりよくない	10.1%	10.3%
お茶や汁物等でむせる	28.0%	21.2%
6ヶ月で2~3kg以上の体重減少あり	14.3%	12.4%
以前に比べて歩く速度が遅い	64.9%	60.3%
この1年に転倒あり	16.1%	19.6%
ウォーキングなどの運動習慣あり	54.8%	61.6%
同じことを聞くなど物忘れあり	17.3%	15.6%
週に1回以上の外出あり	94.6%	89.5%

## 医療

〈後期高齢者医療保険：75歳以上〉(n=232)

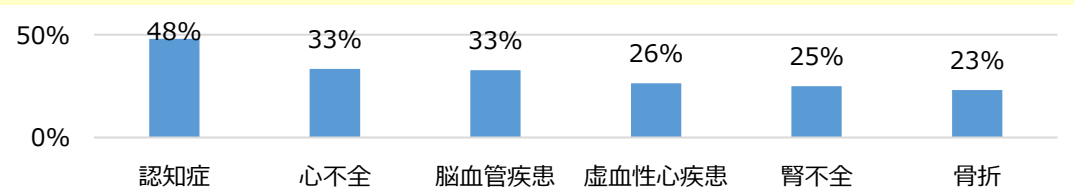
◆医療費に占める疾患の割合



入院医療費では筋・骨格が最も多く、脳梗塞、糖尿病も高くなっています。これらの疾病が重症化すると、介護が必要になる可能性が高くなります。

外来医療費の上位を占める糖尿病、高血圧症、脂質異常症を適切にコントロールすることで重症化を予防できます。

◆介護認定を受けている方が罹っている疾患



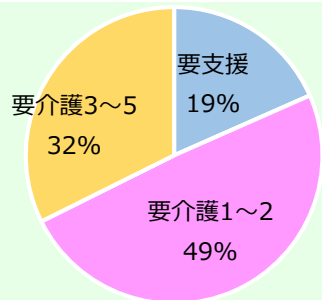
## 介護

(65歳以上)

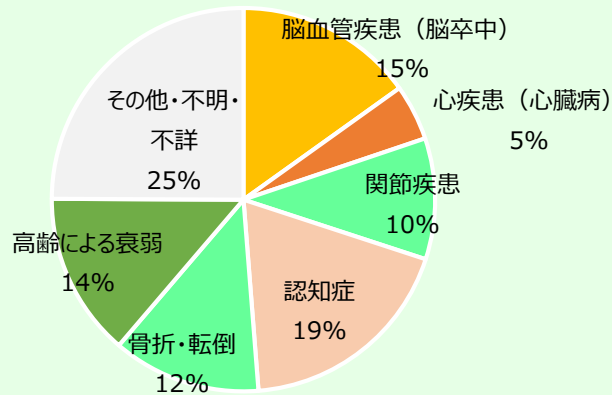
◆介護保険の認定を受けている人の割合

市平均 20.8%

18.2% (市内25地域中21番目)



◆介護が必要となった主な原因 (全国統計)



資料：厚生労働省「国民生活基礎調査」(平成28年)

## ワンポイントアドバイス!

~血糖値を良好に保つためのポイント~

1. バランスよく食べる (主食・主菜・副菜)
2. よくかんでゆっくり食べる
3. 1日3食規則正しく食べる
4. 野菜を最初に食べる
5. 甘い物やお酒はほどほどに

