

健康寿命の延伸に係る循環器病への取組について

1 健康寿命の現状

- 本県の健康寿命は、推計が始まった平成 22 年と比較して延びているものの、直近の令和 4 年の推計値は男女ともに都道府県別で最下位
- 健康寿命が短い最大の要因である脳卒中死亡率は、長期的には減少傾向にあるものの、全国ワーストの状態が継続（詳細：「2 循環器病における現状と課題」で説明）
- 健康いわて 21 プラン（第 3 次）では、全体目標を次のとおり設定
 - ・ 健康寿命の延伸（年）・・・平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加
⇒ 目標値：（健康寿命の増加分）／（平均寿命の増加分）＞ 1
 - ・ 脳血管疾患年齢調整死亡率の全国との格差の縮小・・・全国の減少率を上回る減少
⇒ 目標値：（県の減少率）／（全国の減少率）＞ 1

〔健康寿命（日常生活に制限がない期間の平均）の推計値の推移〕

		2010 年 (H22)	2013 年 (H25)	2016 年 (H28)	2019 年 (R1)	2022 年 (R4)	2022 年－ 2010 年
男性	岩手	69.43 〈43 位〉	70.68 (+1.25) 〈40 位〉	71.85 (+1.17) 〈28 位〉	71.39 (-0.46) 〈47 位〉	70.93 (-0.46) 〈47 位〉	+1.50
	全国	70.42	71.19 (+0.77)	72.14 (+0.95)	72.68 (+0.54)	72.57 (-0.11)	+2.15
女性	岩手	73.25 〈32 位〉	74.46 (+1.21) 〈24 位〉	74.46 (±0.00) 〈34 位〉	74.69 (+0.23) 〈42 位〉	74.28 (-0.41) 〈47 位〉	+1.03
	全国	73.62	74.21 (+0.59)	74.79 (+0.58)	75.38 (+0.59)	75.45 (+0.07)	+1.83

出典：厚生労働省 健康日本 21（第三次）推進専門委員会資料

＜健康寿命とは＞

健康寿命「日常生活に制限がない期間の平均」の推計値※¹は、3 年に 1 度の国民生活基礎調査（大規模調査）の結果※²を基に厚生労働科学研究の研究班において算出している。

※ 1 推計は平成 22 年から開始され、現在の最新値は令和 4 年調査に基づく値。

※ 2 3 年に 1 度の大規模調査の年の健康票の中の「あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか。」の質問に対して「ある」と回答した者を不健康として集計。
「影響あり」として日常生活動作、外出、仕事・家事、運動、その他 から選択。

2 循環器病における現状と課題

【健康いわて 21 プラン（第 3 次）より抜粋（一部最新値に更新）（○現状 ●課題）】

ア 脳卒中（脳血管疾患）・心疾患の年齢調整死亡率の低下

- 令和 2 年の本県の脳血管疾患の年齢調整死亡率は、都道府県別には男女ともにワースト 1 位。
- 令和 2 年の本県の心疾患の年齢調整死亡率は、男女ともにワースト 6 位。
- 脳血管疾患及び心疾患の予防に効果がある減塩を始めとする食生活改善及び歩行等による生活活動量増加等の各種対策に総合的に取り組むことが必要。
- 65 歳未満の若年者層から既に全国よりも脳血管疾患の年齢調整死亡率が高いことから、若年者層への予防の働きかけが必要。

イ 高血圧の改善

- 令和 4 年度の本県の 20 歳以上の高血圧の者の割合は、男性 21.7%、女性 20.4%となっており、また、収縮期血圧の平均値は、男性 128mmHg、女性 125mmHg と、140mmHg に対して低い状況。

- 高血圧は、脳血管疾患や心疾患などのあらゆる循環器疾患の危険因子であり、その予防のためには、血圧の適正化が最も重要、特に、家庭血圧（家庭における日常の血圧測定）が重要視されており、この普及を図ることが必要。

ウ 脂質異常症の減少

- 令和2年の本県のLDLコレステロールが160mg/dl以上の者の割合は、男性11.2%、女性11.6%となっており、全国（男性13.8%、女性13.9%）に比べて低い状況。
- 脂質異常症は虚血性心疾患の危険因子であり、LDLコレステロールが高いことは、脂質異常症の重要な指標とされている。本県は全国に比べて低いものの平成28年度から増加傾向にあることから、LDLコレステロールが160mg/dl以上の者の割合の低下に向けた取組が必要。

エ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少

- 令和3年度の本県の40歳から74歳のメタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合は、男性44.4%、女性15.5%となっている。また、年齢階級別にみると、男性は40歳以降、ほぼ40%前後で推移していますが、女性は、加齢とともにその割合が増加。
- メタボリックシンドロームと循環器疾患との関連は深く、脳血管疾患や心疾患等の重症疾患の発症リスクが非常に高まることから、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群を減少することが重要。

オ 特定健康診査受診率・特定保健指導実施率の向上

- 令和5年度の本県の特定健康診査の受診率は60.4%で、全国（59.7%）よりも高い状況にあるが、国の特定健康診査等基本指針に掲げる70%に対し低水準。
- 本県の令和5年度の特定保健指導の実施率は26.2%で、全国（27.7%）より低く、国の特定健康診査等基本指針に掲げる45%に対して低水準。
- 高血圧、脂質異常症、糖尿病等のリスク保有者の早期発見のため、特定健康診査の受診率及び特定保健指導実施率の向上が必要。
- 特定健康診査後のリスク保有者のうち医療機関未受診者への受診勧奨及び治療中断者への治療継続を促す取組の強化が必要。

3 県の主な取組

(1) 生活習慣の改善などの普及啓発・実践運動

ア 岩手県脳卒中予防県民会議運動の推進

「脳卒中死亡率全国ワースト1」からの脱却と健康寿命の延伸を目指し、平成26年7月に「岩手県脳卒中予防県民会議」を設立。毎年、県民大会を開催し、脳卒中予防及び生活習慣の改善に係る普及啓発を行うとともに、会員の自主的な取組を促進するなど官民が一体となって取組を推進。

【拡充等】10月の「脳卒中月間」や10/29「世界脳卒中デー」に併せ、脳卒中予防県民大会(10/31)等の開催を通じて啓発活動を実施

イ 「いわて減塩・適塩の日」キャンペーンの実施

県民会議・県民運動の取組では、県民一人ひとりが塩分摂取と健康について考え行動する日として、平成27年7月から毎月28日を「いわて減塩・適塩の日」として、県内スーパー等で減塩メニューの試食やメニューの配付等を実施するとともに、街頭や健康づくりイベント等、地域住民が多く集まる場所でキャンペーン活動を実施。

ウ 健康的な食事の推進

管理栄養士、保健師等を対象とした「健康的な食事推進マスター」の養成及び食生活改善推進を核とした健康的な食事の地域普及を図るとともに、主食・主菜・副菜を揃えたバランスよい食事を

サポートするため、民間小売事業者との連携により健康的な食品の選択や購入ができる環境整備を促進。

また、給食施設における適切な栄養管理や利用者への栄養教育を充実させるための研修等を実施。

エ 禁煙・受動喫煙防止対策の推進

喫煙は、がんを始めとする様々な重症疾患の危険因子となることから、喫煙率の減少、分煙化・禁煙化等に取り組んでいるが、いずれも目標の達成率は低い状況にあり、あらためて喫煙対策の強化が課題となっていることから、禁煙支援マスターである保健所長による企業等の喫煙防止担当者に対する禁煙・防煙リーダー研修会の開催、地域における禁煙・防煙教室の開催等を実施。

また、改正健康増進法の令和2年4月からの全面施行に伴い、施設の管理者等に対する受動喫煙防止対策の徹底を推進。

オ 県民の健康づくりに向けた取組支援

県民の平均歩行数アップを目標に、安全で楽しく歩いてプラス2000歩の実践が可能な魅力あるウォーキングコースを一般県民、市町村、学校、事業所等から広く募集。さらに盛岡大学地域連携室の協力を得てマップを作成し、いわて健康情報ポータルサイトで公開。

カ 健康経営の推進

働き盛り世代の健康づくりを推進するため、健康経営に積極的に取り組む事業所等を「いわて健康経営認定事業所」として認定し、認定事業所に対しては県や保険者等が連携してその取組を支援。

また、健康づくりの取組を行う事業所を広く募集し、優良な事業所を表彰するとともに、その取組内容を広く紹介することにより、健康経営の更なる普及を促進。

キ 血圧管理サポート事業

脳卒中の最大の危険因子は高血圧であり、働き盛り世代は高血圧の好発年齢でもあることから、いわて健康経営認定事業所の従業員への血圧計貸与を通じた血圧管理を支援するモデル事業を実施。

ク STOP MIキャンペーンの推進

心筋梗塞の前兆の症状等について知ってもらい、前兆を感じた方に早期の受診を促す「STOP MI キャンペーン」を推進。

【拡充等】心筋梗塞予防に係る研修会の動画を県公式動画チャンネルにて公開予定

ケ 各種広報媒体を活用した情報発信

ホームページ「いわて健康ポータルサイト」やSNS、県広報媒体（新聞広告、いわてグラフ）等を活用した情報発信の実施。

【新規】県民の健康に対する関心を一層高めるため、Xのアカウントを新設

(2) 特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率の向上

脳卒中や心疾患などの要因となる高血圧やメタボリックシンドローム等を早期に発見し、治療に結び付けるための特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率の向上に向けて、指導従事者を対象とした研修会を開催

【新規】市町村国保を対象とした特定健診未受診者対策調査の実施と好事例の展開

(3) 脳卒中登録事業及び心疾患登録事業の実施

県内の脳卒中患者及び心疾患患者の発症と経過に関する情報を継続的に収集、保管及び解析し、疫学的分析により、疾病の要因を明らかにすることにより、脳卒中・心疾患予防対策の実施及び脳卒中・心疾患医療の一層の推進・向上を図ることを目的として、平成2年度から「地域脳卒中登録事業」を、平成28年度からは「地域心疾患登録事業」を岩手県医師会への委託により実施。