

はちの医師会 5月号

NO. 647

令和 5 年 5 月 20 日

八戸市医師会



巻頭言 平均寿命と生活習慣病対策について

(表紙題字：小坂康美)

目 次

表紙絵解説	大池 薫	2
☆巻頭言☆		
平均寿命と生活習慣病対策について	石田慎一郎	3
令和5年4月定例理事会		4
第110回臨時総会		18
八戸市医師会立八戸准看護学院第64回入学式		20
☆学 術☆		
八戸てんかん治療会議		25
地域連携講演会『サイエンス漢方処方 Webinar』		26
☆倶楽部だより☆		
八戸市医師会ゴルフニュース（第1報）		27
ドイツ留学思い出昔話35. 所変われば品変わる(3)		
(ドイツ人のバカンスの取り方は?)	橋本 功	30
研修～リレー日誌～		32
八戸市休日夜間急病診療所利用状況		33
会員消息		34
事務局日誌メモ		37
行事予定		37
編集後記		38

表紙絵解説

芽を膨らませたブナの新芽が出始めると、初夏の到来を感じます。銀毛を纏ったピロードのような葉っぱ。その淡い緑色は、見ているだけで幸せな気持ちになります。

(大池 薫)

巻 頭 言

平均寿命と生活習慣病対策について

八戸市副市長

石 田 慎一郎

八戸市医師会及び会員の皆様には、日頃から当市の保健、医療、福祉など多岐にわたり御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、皆様御承知のことと存じますが、厚生労働省では5年に一度、国勢調査人口や人口動態統計をもとに「都道府県別生命表」を作成しており、この統計データから都道府県別の平均寿命を比較することが可能となっております。

最新の統計データ（令和2年都道府県別生命表）は昨年12月に公表されており、これによる都道府県別の平均寿命は、男性は滋賀県の82.73歳、女性は岡山県の88.29歳が最も長く、これに対し青森県の男性79.27歳、女性86.33歳が最も短く、男女とも全国最下位でありましたことは、「短命県」返上に向けて取り組んでいる本県にとりまして厳しい結果であり、一層の健康づくり施策の推進が必要と受け止めております。

一方、市区町村別については最新データの公表はまだされておられませんので、平成27年のデータが直近のものとなりますが、このデータに基づき当市の平均寿命を全国・県と比較しますと、男性は全国80.8歳、県78.7歳、市78.9歳、女性は全国87.0歳、県85.9歳、市85.9歳であり、県内市町村別平均寿命の順位では、男性は9位、女性は22位となっております。

また、当市の死亡状況を死因別に見ますと、令和2年の全死亡のうち、がんは27.7%、心疾患は16.7%、脳血管疾患は7.5%であり、これらの疾患が全体の約5割を占めております。

当市では、平成25年7月に健康増進計画である「第2次健康はちのへ21」を策定し、「早世の減少と健康寿命の延伸」の実現に向けて、生活習慣病の予防等を重視した各種施策を展開し、計画策定から5年が経過した平成30年には、目標値等の中間評価を行うとともに改訂版を策定し、健康課題を解決し健康寿命の延伸を図るために、9つの領域に分けた市民のチャレンジ目標を設定して、毎年、対応事業等の評価をしております。

当市における課題としては、肥満者やLDL（悪玉）コレステロール値160mg/dl以上の方々

の割合が増加していることや、循環器疾患などの生活習慣病の死亡率が全国平均より高値であること、さらには各健診の受診率が伸び悩んでいること等があげられます。

このことから令和4年度は9つの領域のうち、前年度の評価結果で最も悪化している項目が多かった「循環器疾患（脳血管疾患・心疾患）」、特に心疾患の標準化死亡比が増加していることや当市の死因の第2位であることを踏まえ、生活習慣病予防に重点的に取り組んでまいりました。

取り組みの一例を申し上げますと、八戸市医師会の皆様の御協力をいただき、生活習慣病など健康に関するテーマで市民健康づくり講座を開催したほか、心疾患予防のために生活習慣を見直すよう地域の掲示板や市内スーパーへの周知ポスターの掲示、さらには、地上デジタルテレビ放送のデータ放送（dボタン）やSNS、ラジオ等の広報媒体を活用して、循環器疾患を含む様々な健康に関する普及啓発を行ってきたところであります。

加えて、市民の健康づくりに向けた行動を促し、健康寿命延伸を目指すことを目的にスマートフォン向けアプリを開発し、本年3月から、健康はちのへ21ポイントアプリ「健はちプラス+」の運用を開始しております。

このアプリでは、ウォーキングによる歩数に応じたポイントが付与されることや、毎日の歩数・体重などをグラフで確認できることのほか、職場の仲間や友人などとグループを作ってこれら機能を楽しむこともできます。

市といたしましては、特に20代から50代の働き盛りの世代の方々にアプリをご利用いただき、生活習慣病の予防や健診受診に役立ていただきたいと考えております。

今後も関係機関の皆様とともに、生活習慣病の予防や健診受診率の向上など、課題解決に向けた取り組みを着実に進めてまいりますので、八戸市医師会及び会員の皆様におかれましては、より一層のお力添えを賜りますようよろしくお願ひ申し上げます。