

## 第4章 区の健康に関する現状

注：百分率（％）は、四捨五入による計算  
および少数回答の未表示により、合計  
が 100％に満たない、あるいは、超え  
ることがあります。

## 1 人口特性等

- 区には、平成 27 年 1 月 1 日現在 350,732 世帯、714,656 人が暮らしています。23 区の中では、世田谷区（約 87 万人）に続き 2 番目に人口が多く、平成 33 年頃までは人口増加が続いていき、その後減少すると推計されています。
- 年齢構成をみると（平成 27 年 1 月 1 日現在）、生産年齢人口（15～64 歳）と老年人口（65 歳以上）の割合は、それぞれ 66.3%、21.3%で都や区部の値と同程度となっていますが、年少人口（0～14 歳）の割合は 12.4%と都や区部より高いという特徴があります。
- 年齢 3 区分の推移をみると、老年人口が大きく増加しており、今後、高齢化が進展するとともに要支援者・要介護者の増加が見込まれます。
- 要介護の要因は、男性ではメタボ<sup>17</sup>が原因の一つとされる脳血管疾患が多く、女性では男性と比較して関節疾患や転倒・骨折などの割合が多くなっています。

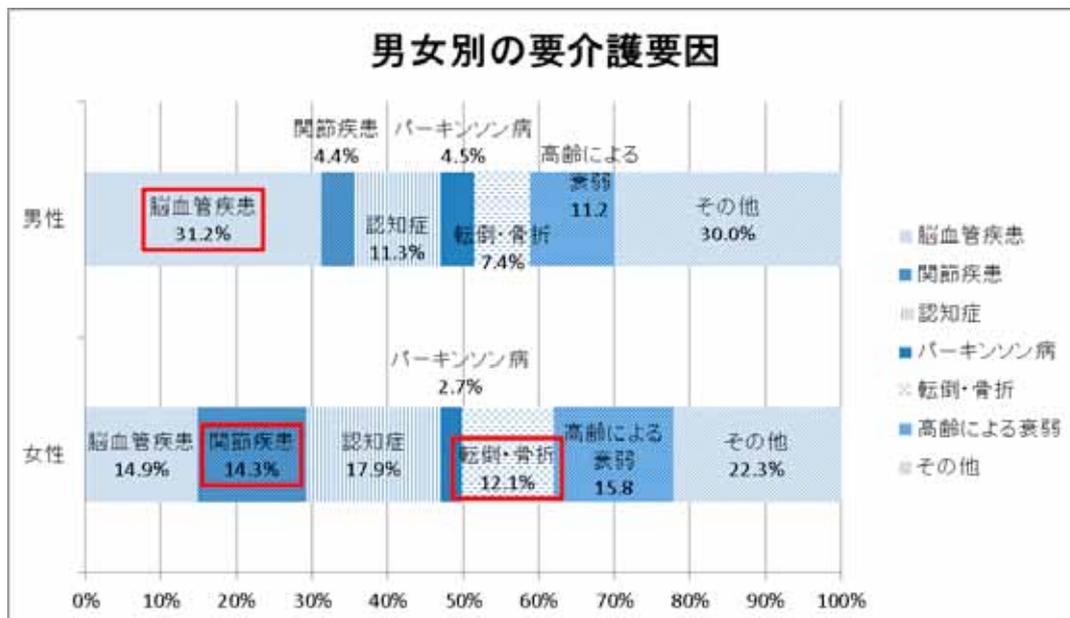


[出典] 平成 27 年練馬区企画課

<sup>17</sup> メタボ：メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の略。内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうち、いずれか2つ以上を併せもつ状態のこと。



[出典] 第6期練馬区高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(平成27年高齢社会対策課)



[出典] 国民生活基礎調査(平成22年厚生労働省)

- 平成12年から平成22年にかけて増加した52,199世帯の内訳をみると、核家族世帯が16,578世帯の増に対し、単独世帯が36,968世帯の増となっており、中でも高齢者単独世帯の増加が著しくなっています。
- 昼夜間人口比率<sup>18</sup>は、平成22年現在82.1%で、23区で最も低く東京都や区部の値118.4%、130.9%を大きく下回っており、昼は区内にいる人が少ないという住宅都市としての特徴が表れています。
- 区外に通勤通学している人を年代別にみると、男性は40歳代、50歳代前半、20歳代前半、女性は15～29歳が特に多くなっています。
- 18歳未満の子どもがいる一般世帯は65,438世帯(平成26年1月1日現在)で、周辺都市と比較して子どものいる世帯の割合が高くなっています。

#### 家族構成の変化

(10月1日現在)

	平成12年	平成22年	増減数 (H12→ H22)
<b>総数</b>	283,753	335,952	52,199
核家族世帯	159,481	176,059	16,578
夫婦のみ	51,071	61,195	10,124
夫婦と子供	87,288	88,960	1,672
男親と子供	3,229	3,662	433
女親と子供	17,893	22,242	4,349
その他の親族世帯	16,610	13,466	▲ 3,144
単独世帯	105,843	142,811	36,968

[出典] 国勢調査

#### 65歳以上の者がいる世帯数と そのうち単身者で構成されている世帯数の 割合(各年1月1日現在)

	65歳以上の者が 1人以上いる 世帯 (A)	うち単身者で 構成されてい る世帯 (B)	単身者の 割合 (A/B)
平成15年	79,921	26,055	32.6%
平成16年	82,160	27,324	33.3%
平成17年	84,656	28,726	33.9%
平成18年	87,293	30,252	34.7%
平成19年	90,050	31,671	35.2%
平成20年	92,749	33,390	36.0%
平成21年	95,442	35,185	36.9%
平成22年	97,710	36,717	37.6%
平成23年	98,757	37,956	38.4%
平成24年	100,583	39,490	39.3%
平成25年	104,527	41,611	39.8%
平成26年	107,781	43,753	40.6%

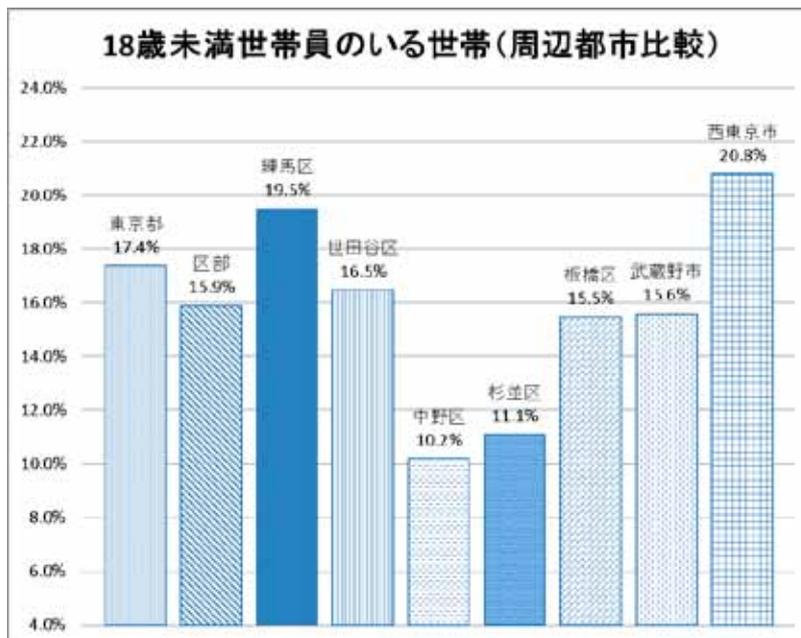
[出典] 住民基本台帳

<sup>18</sup> 昼夜間人口比率：夜間人口100人あたりの昼間人口の割合。

昼夜間人口比率と年齢別・男女別昼夜間人口比率  
(都・区部比較)(%)

No.	自治体	昼夜間人口比率(%)		練馬区	区部	東京都
-	<b>東京都</b>	<b>118.4</b>	男性	<b>78.8</b>	<b>143.4</b>	<b>125.5</b>
-	<b>区部</b>	<b>130.9</b>	15歳未満	98.0	101.2	100.9
1	千代田区	1738.8	15～19歳	<b>68.9</b>	132.5	119.6
2	中央区	493.6	20～24歳	<b>68.4</b>	148.8	131.5
3	港区	432.0	25～29歳	<b>72.8</b>	143.9	127.1
4	渋谷区	254.6	30～34歳	<b>74.5</b>	153.1	132.6
5	新宿区	229.9	35～39歳	<b>74.2</b>	162.2	137.1
6	台東区	167.5	40～44歳	<b>68.4</b>	167.2	139.1
7	文京区	167.2	45～49歳	<b>66.3</b>	171.0	141.2
8	豊島区	148.6	50～54歳	<b>66.7</b>	172.0	141.7
9	品川区	144.3	55～59歳	<b>71.5</b>	172.0	141.9
10	江東区	119.1	60～64歳	81.6	154.9	131.8
11	墨田区	112.8	65歳以上	94.4	112.9	106.9
12	目黒区	109.3	女性	<b>85.3</b>	<b>118.8</b>	<b>111.4</b>
13	大田区	98.7	15歳未満	97.2	101.9	101.4
14	北区	95.8	15～19歳	<b>61.7</b>	139.7	125.5
15	荒川区	94.3	20～24歳	<b>68.8</b>	151.4	134.2
16	世田谷区	92.7	25～29歳	<b>69.8</b>	141.6	125.9
17	板橋区	92.1	30～34歳	75.2	134.0	121.0
18	中野区	91.9	35～39歳	79.8	127.7	116.6
19	足立区	89.1	40～44歳	83.1	123.0	113.5
20	杉並区	87.4	45～49歳	83.7	120.3	111.7
21	葛飾区	85.0	50～54歳	84.0	117.8	110.0
22	江戸川区	84.1	55～59歳	87.1	115.0	108.3
23	<b>練馬区</b>	<b>82.1</b>	60～64歳	91.6	109.5	105.2
			65歳以上	98.0	101.8	101.0

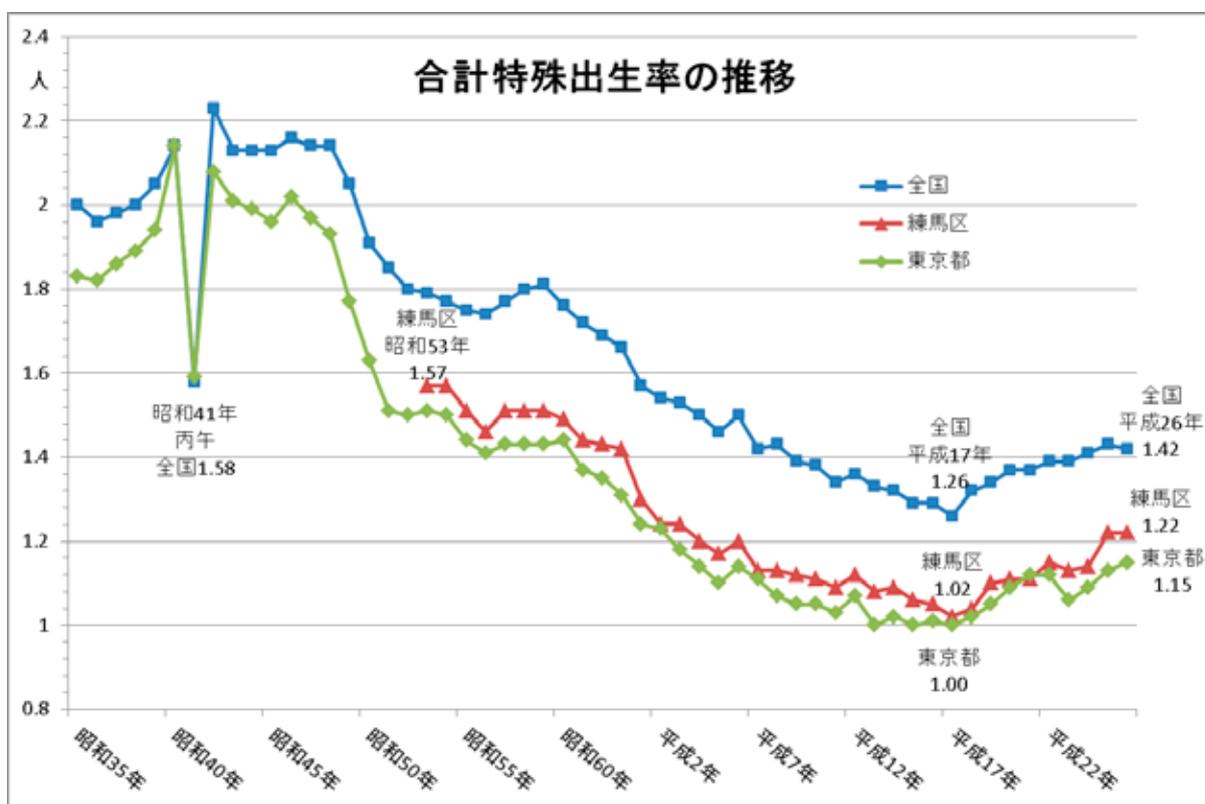
[出典] 平成 22 年国勢調査



[出典] 東京都統計及び各区市の住民基本台帳  
(平成 26 年 1 月 1 日現在)

## 2 妊娠・出産・女性の労働力率

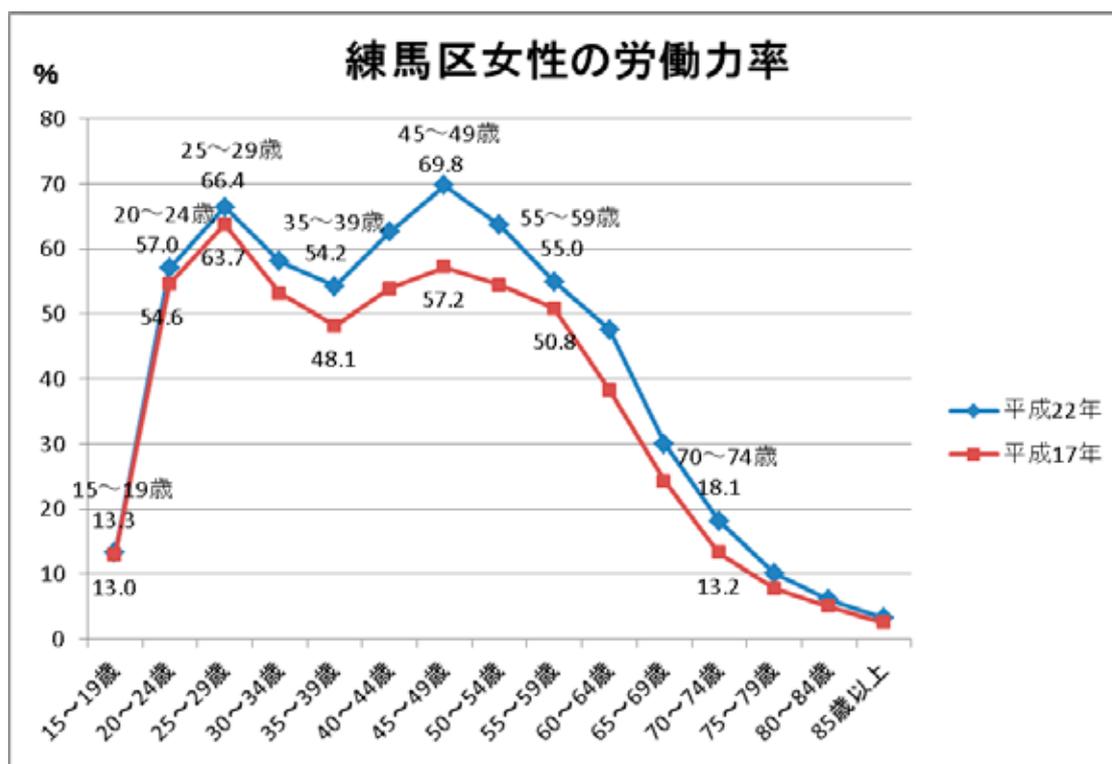
- 少子化が進行する中、ファミリー層の多い住宅都市である練馬区では、合計特殊出生率<sup>19</sup>は平成 25 年には 1.22 人まで上昇し、平成 26 年もその率を維持しています。
- 女性の労働力率<sup>20</sup>は、結婚・出産期に当たる年代に一旦低下し、育児が落ち着いた時期に再び上昇するという、いわゆるM字カーブを描くことが知られており、練馬区も同様の傾向がありましたが、近年、M字の谷の部分の部分が浅くなってきています。
- 平成 14 年度と平成 21 年度を比較すると、夫婦共働きが増えています。



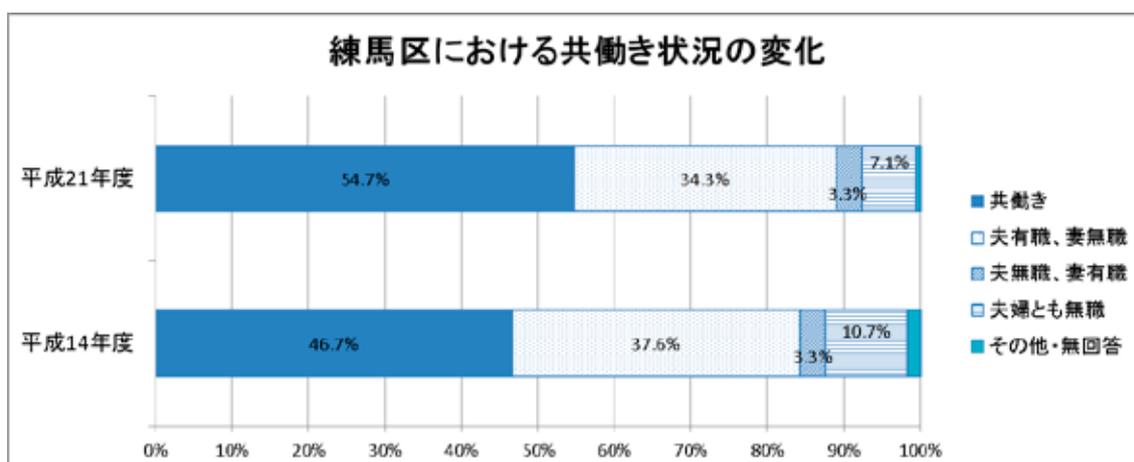
[出典] ねりまの保健衛生(平成 27 年版健康部)

<sup>19</sup> 合計特殊出生率：「15～49 歳までの女性の年齢別出生率を合計したもの」で、一人の女性がその年齢別出生率で一生の間に生むとしたときの子ども数に相当する。

<sup>20</sup> 労働力率：15 歳以上人口に占める労働力人口（就業者＋完全失業者）の割合。



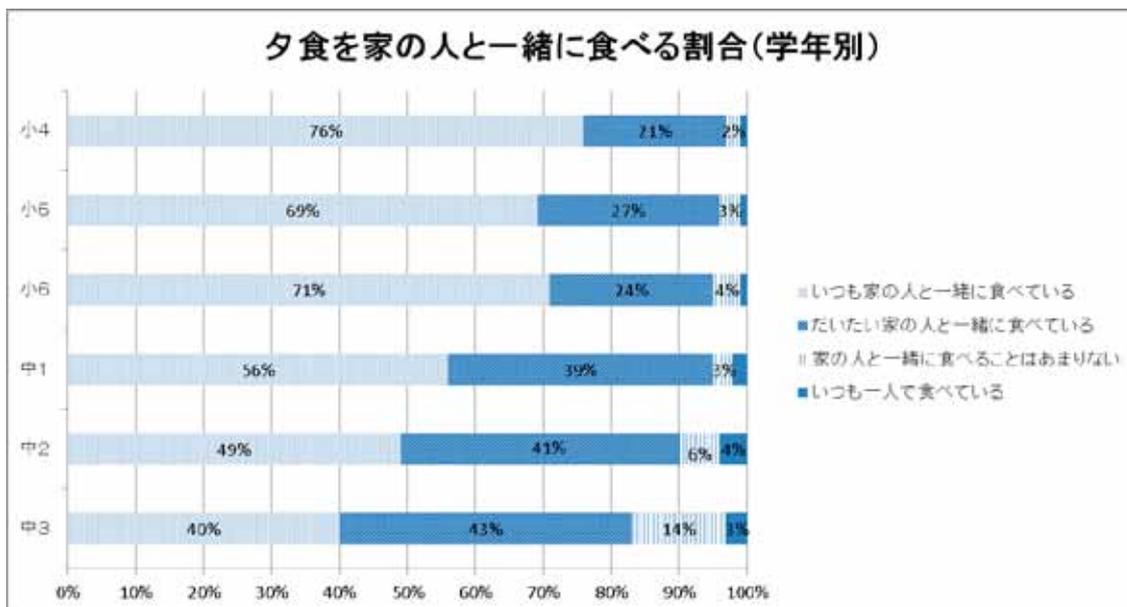
[出典] 平成17年および平成22年国勢調査を基に作成



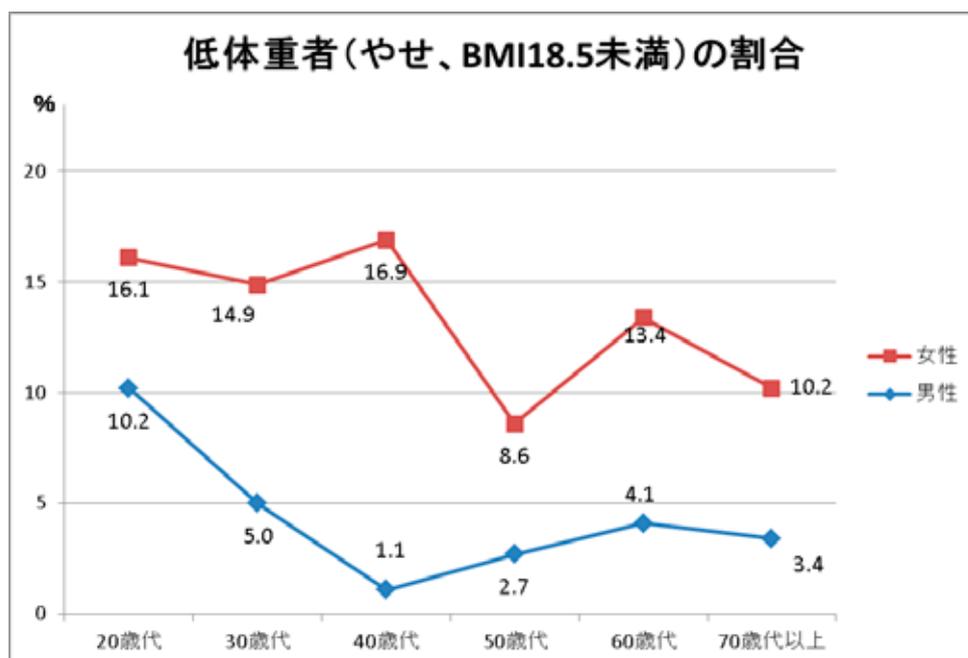
[出典] 練馬区女性の労働実態調査報告書（区民調査編）  
（平成21年度 人権・男女共同参画課）

### 3 子どもと若者

- 夕食を家の人と一緒に食べる割合は、学年が上がるとともに減少傾向が見られます。
- 低体重者（やせ、BMI18.5未満）の割合は、女性の20歳代から40歳代で多くなっています。



[出典] 練馬区児童・生徒基礎調査報告書 (第18回平成22年度 学校教育支援センター)

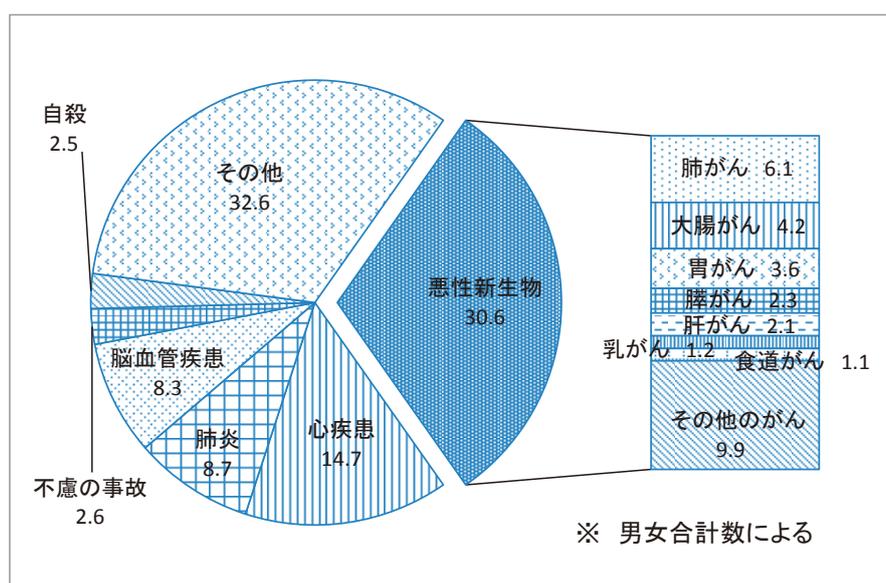


[出典] 練馬区健康実態調査報告書 (平成26年健康部)

## 4 死因

- 主要死因別死亡数は悪性新生物、心疾患、肺炎の順に高くなっています。悪性新生物について死亡率<sup>21</sup>を部位別に男女で見ると、男性では肺がん、胃がん、大腸がん、肝がんの順、女性では大腸がん、肺がん、膵がん、乳がんの順になっています。
- 練馬区の年齢調整死亡率<sup>22</sup>によるがんの部位別死亡率は、胃がんと男性の肺がんは全国より低く、大腸がんと女性の肺がん、女性の乳がんが、全国と比較して高い傾向がみられます。

主な死因ごとの死亡割合と死亡者数（平成 26 年度）

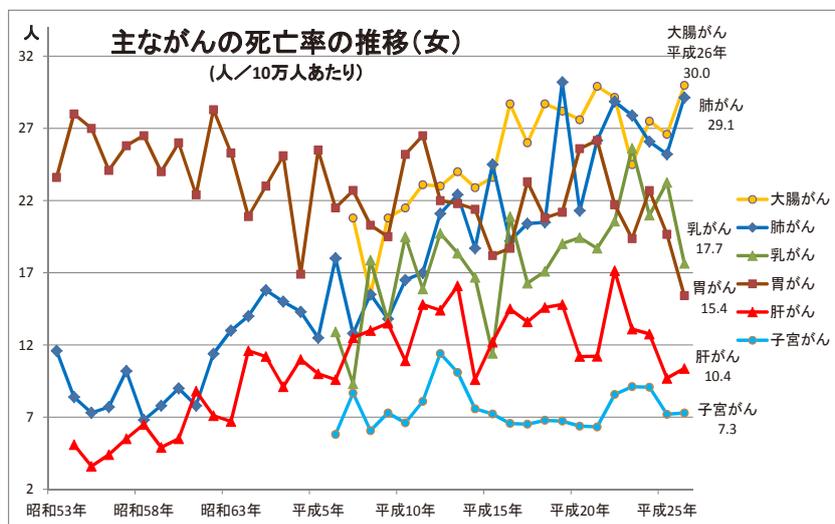
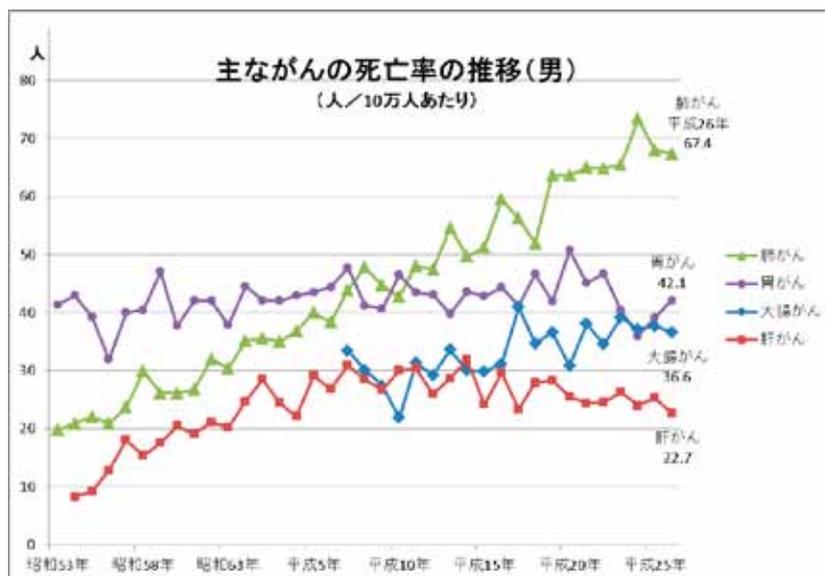


	合計	男	女
死亡者数	5,501	2,945	2,556
悪性新生物	1,681	992	689
肺がん	336	232	104
大腸がん	233	126	107
胃がん	200	145	55
膵がん	124	56	68
肝がん	115	78	37
乳がん	64	1	63
食道がん	62	46	16
心疾患	810	416	394
肺炎	476	278	198
脳血管疾患	457	215	242
不慮の事故	142	76	66
自殺	139	89	50

[出典] ねりまの保健衛生(平成 27 年版健康部)

<sup>21</sup> 死亡率：単純に死亡数を人口で除した割合。

<sup>22</sup> 年齢調整死亡率：住民の年齢構成は自治体ごとに差があるため、高齢者の多い自治体では死亡者が多く、若年者の多い自治体では死亡者は少なくなる傾向がある。このような年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるように年齢構成を調整しそろえた死亡率。



[出典] ねりまの保健衛生(平成27年版健康部)

がんの部位別年齢調整死亡率 (人/10万人あたり)

	肺がん		胃がん		大腸がん		乳がん
	男	女	男	女	男	女	女
練馬区(平成26年) <sup>23</sup>	37.75	12.43	23.59	7.45	21.77	12.96	12.11
国(平成22年)	42.4	11.5	28.2	10.2	21.0	12.1	10.8
国(平成17年)	44.6	11.7	32.7	12.5	22.4	13.2	10.4

[出典] ねりまの保健衛生(平成27年版健康部)、年齢別人口報告書(住民基本台帳、平成26年1月1日)、国勢調査

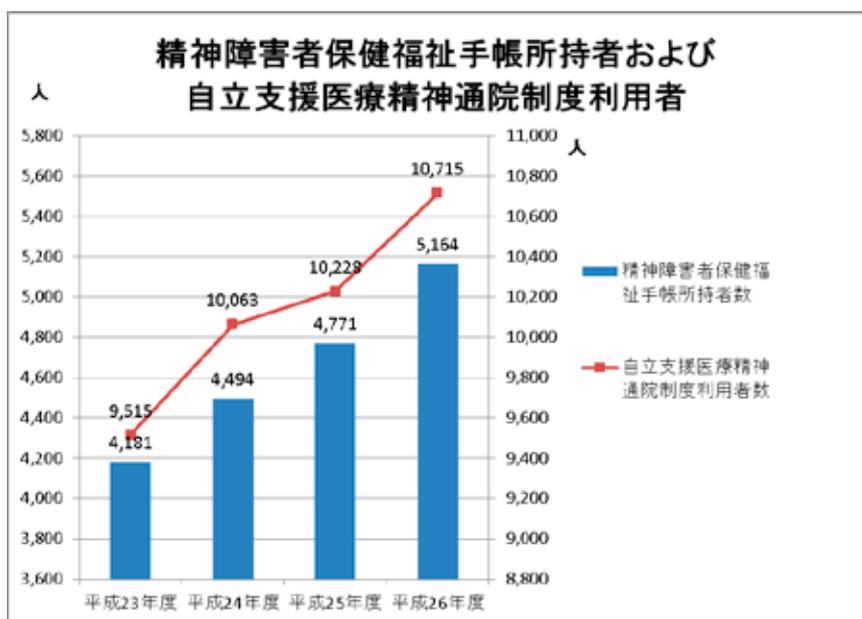
<sup>23</sup> 猫田泰敏氏(首都大学東京)作成の「年齢調整死亡率(直接法)と標準化死亡比の自動計算プログラム(平成27年3月)」により計算。

- 健康実態調査における休養やこころの状態に関する質問では、3人に1人程度が何らかの心理的負担を感じています。
- うつ病・不安障害などの精神疾患スクリーニング検査（K6法<sup>24</sup>）による分析では、合計10点以上の者が1割程度存在します。
- 精神障害者保健福祉手帳所持者および自立支援医療精神通院制度利用者は増加傾向にあります。また、精神障害者サービス給付利用者も増えています。
- 産後うつである可能性の高い産婦は、全産婦の1割程度です。

うつ病・不安障害などの精神疾患スクリーニング（K6法による分析）

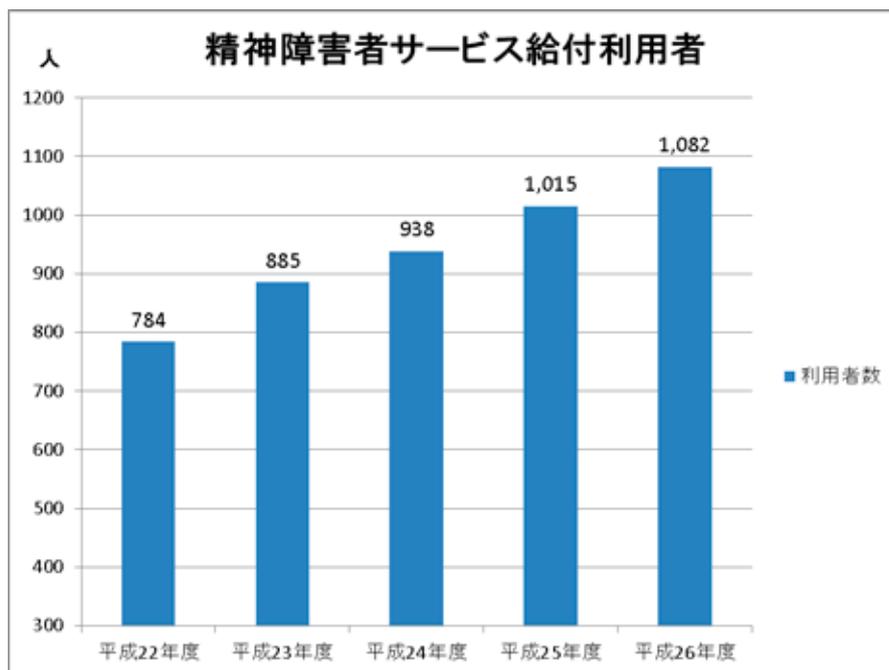
（点）	5未満	5以上 10未満	10以上 15未満	15以上 20未満	20以上	無回答
全体	59.4%	22.3%	8.4%	3.0%	0.8%	6.1%
男性	61.8%	21.4%	7.5%	2.5%	0.8%	6.0%
女性	57.8%	23.0%	9.1%	3.4%	0.8%	5.9%

〔出典〕練馬区健康実態調査報告書（平成26年健康部）

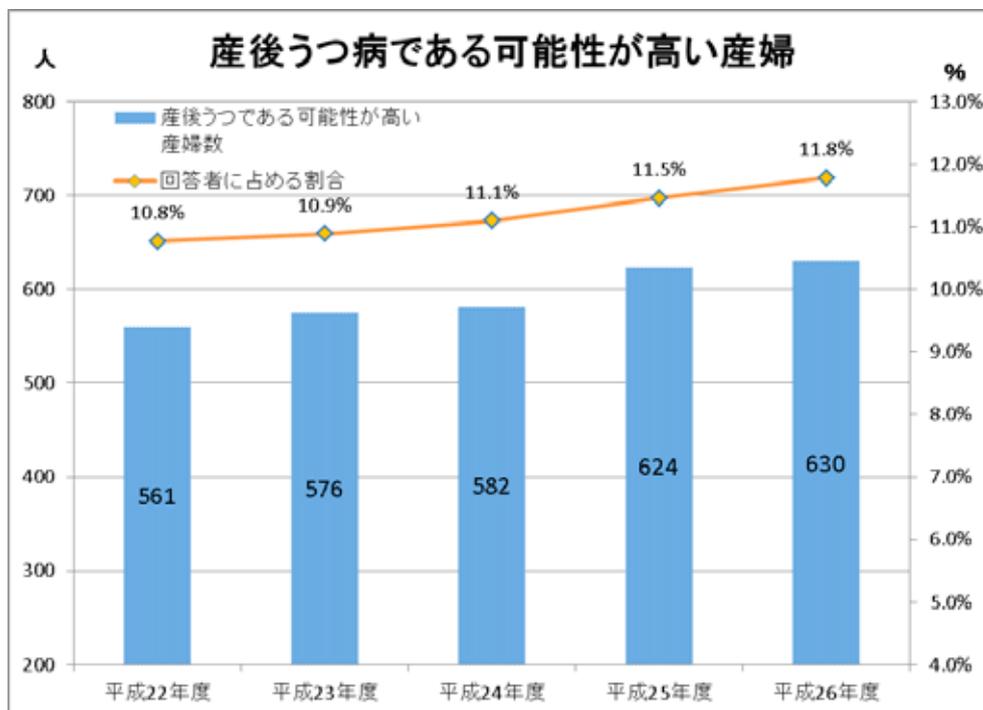


〔出典〕ねりまの保健衛生（平成24～27年版健康部）

<sup>24</sup> K6法：うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として、米国のケスラー氏らによって開発された方法。「神經過敏に感じましたか」「絶望的だと感じましたか」など6つの質問について、「まったくない」、「少しだけ」、「ときどき」など5つの回答から選択してもらい、その結果を点数化する。合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があるとしてされている。健康日本21（第2次）では、合計10点以上を気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者としている。

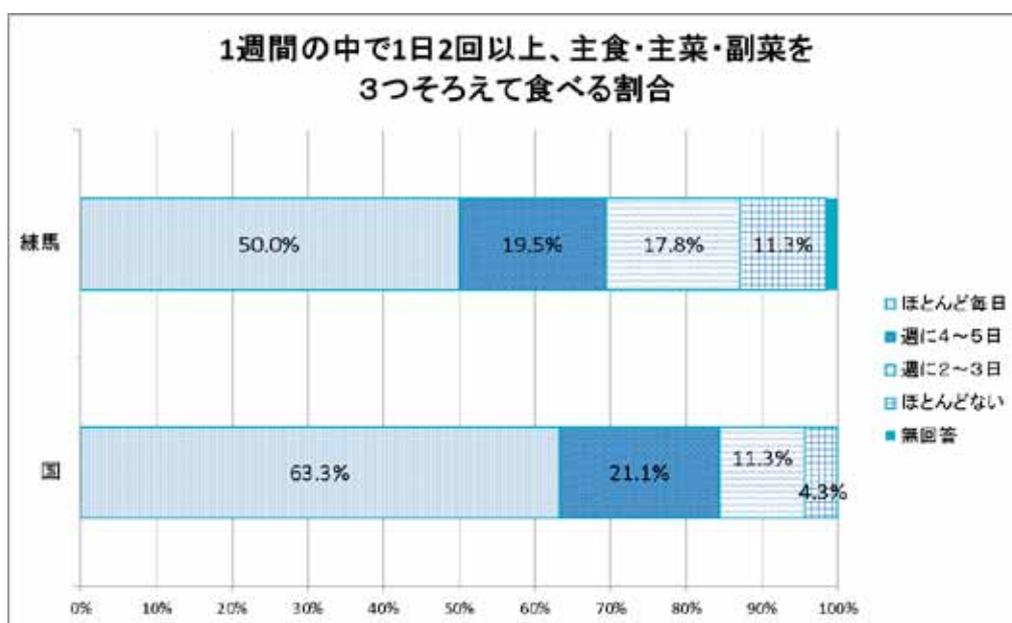


[出典] ねりまの保健衛生（平成 23～27 年版健康部）

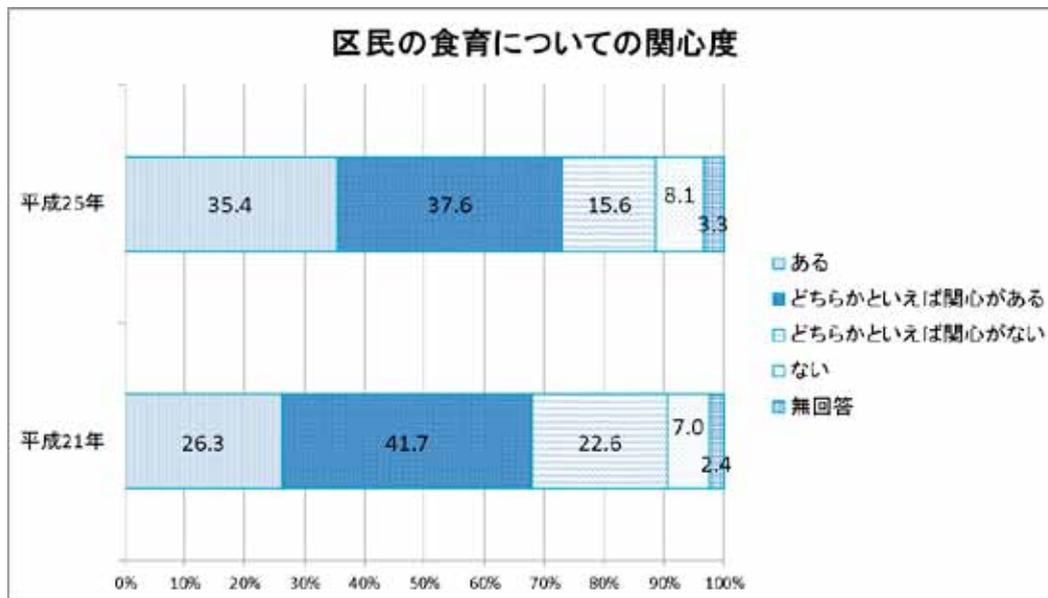


[出典] ねりまの保健衛生（平成 23～27 年版健康部）

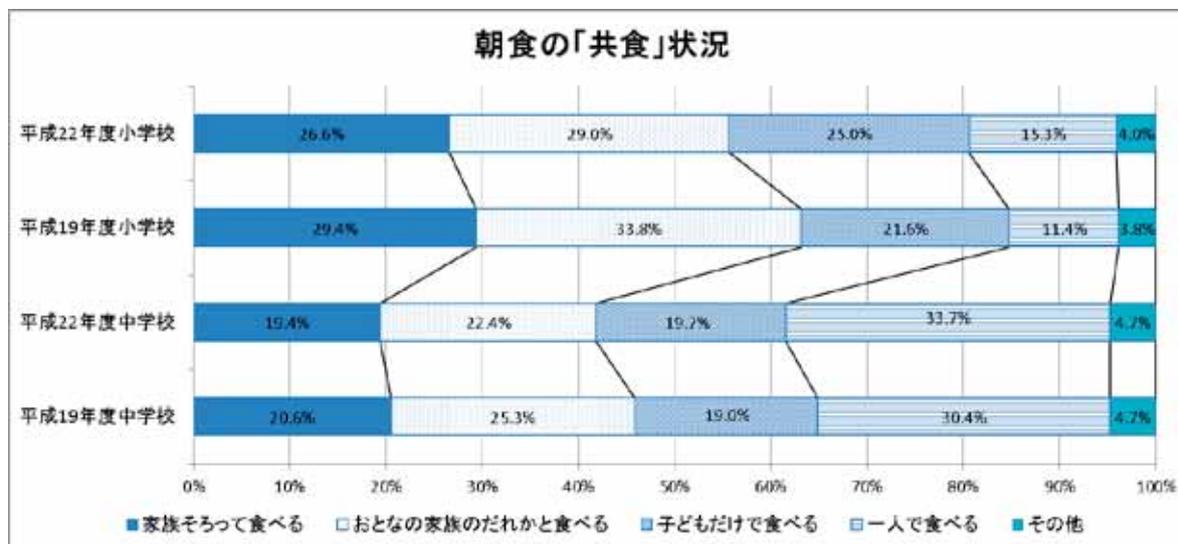
- 国と比較すると練馬区は、主食・主菜・副菜をそろえて食べる割合が低い傾向があります。
- 食育への関心度は73%まで増加しましたが、目標の90%には届いていません。
- 朝食の共食状況については、中学生になると「一人で食べる」割合が高まる傾向があります。



[出典] 食育に関する意識調査(平成24年内閣府)、練馬区健康実態調査報告書(平成26年健康部)



[出典] 練馬区健康実態調査報告書(平成26年健康部)

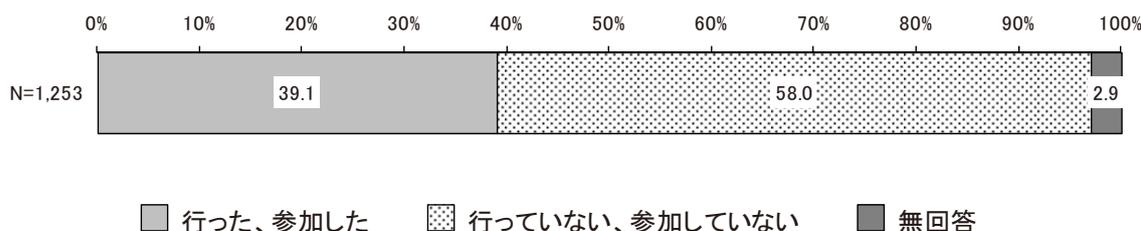


[出典] 児童生徒の食生活等実態調査(平成19年、平成22年)  
(独立行政法人日本スポーツ振興センター)

## 7 地域における自主的活動

- 地域における自主的活動について、この1年間に、個人または友人と、あるいはグループや団体で自主的に行われている各種活動を行った、または参加したことがある者は4割近くを占めますが、健康や医療サービスに関連した活動への参加者は少ない状況です。

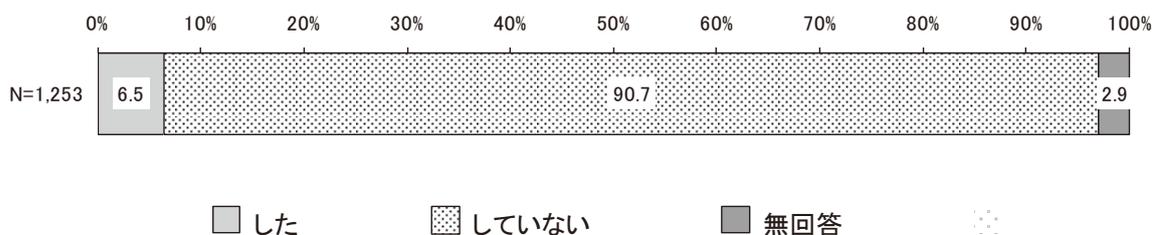
### 自主的な各種活動への参加について



#### <自主的な各種活動>

趣味、健康・スポーツ、就業、教育関連・文化啓発活動、子育て支援、地域行事、防災、自然保護 など

### 健康や医療サービスに関連したボランティア活動への参加について



#### <健康や医療サービスに関連したボランティア活動>

報酬を目的とせず、自分の労力、技術、時間を提供して行った活動で、献血、献血活動への呼びかけ、健康相談などです。健康日本21（第2次）の目標値の一つとされています。

[出典] 練馬区健康実態調査報告書(平成26年健康部)