

# 宮城県の健康と生活習慣の状況



宮城県保健福祉部健康推進課  
健康推進第二班

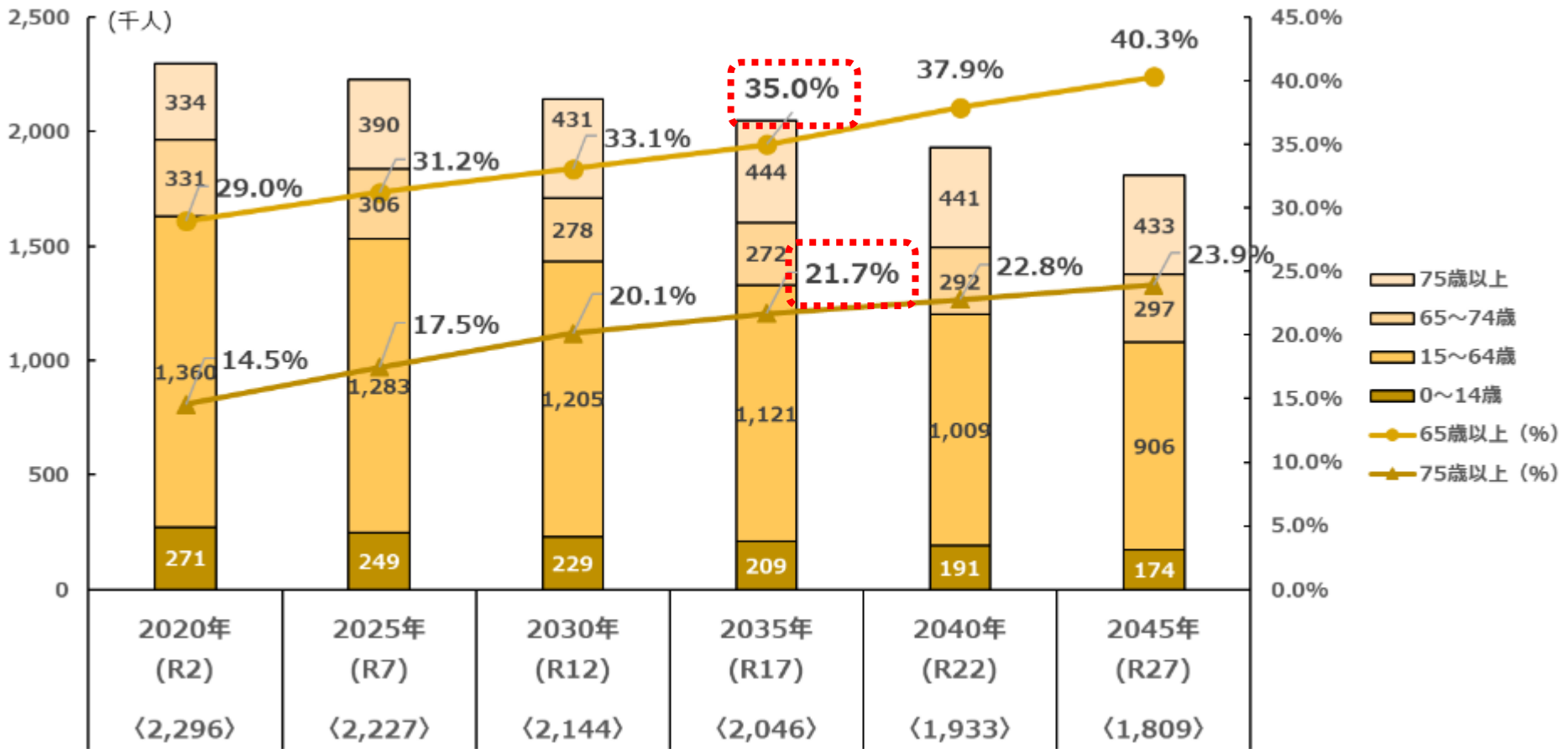


- 宮城県の健康等の状況
- 県民の生活習慣の状況

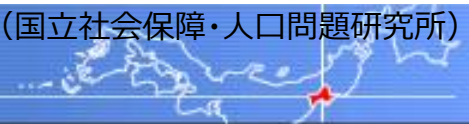


# 宮城県の人口推移と将来推計

- 総人口は減少し、高齢化率は上昇。
- 約10年後（2035年）には、**2.9人に1人が65歳以上**に、さらに**4.6人に1人が75歳以上**に。

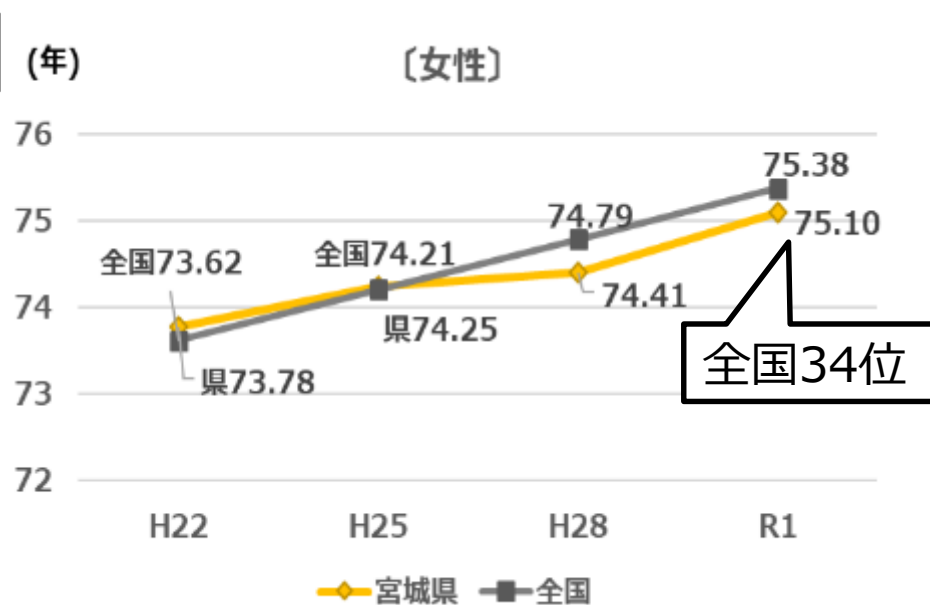
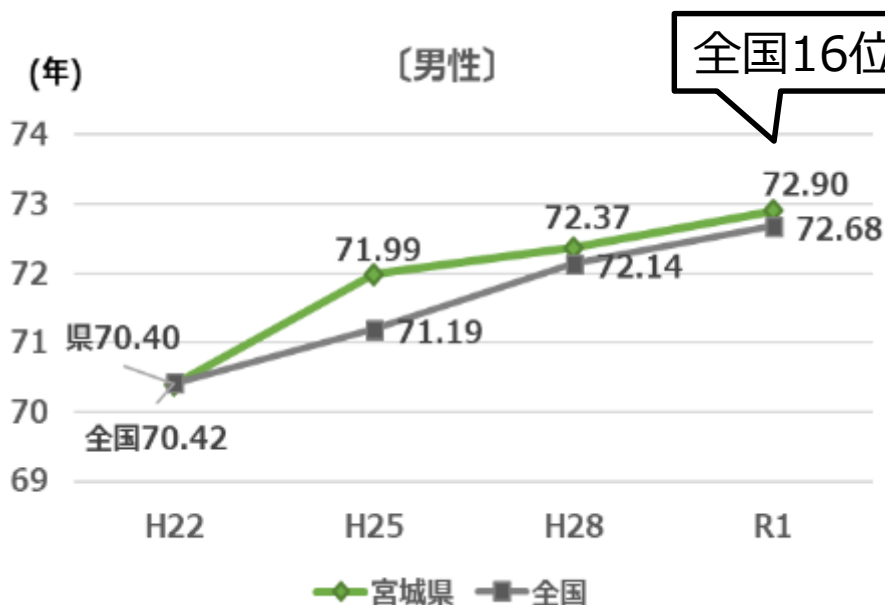


出典：「国勢調査」（総務省統計局）、「日本の地域別将来推計人口」（国立社会保障・人口問題研究所）



# 県民の健康寿命の推移

- 健康寿命は着実に延伸している。
- 男性72.90年、女性は75.38年** (R1)



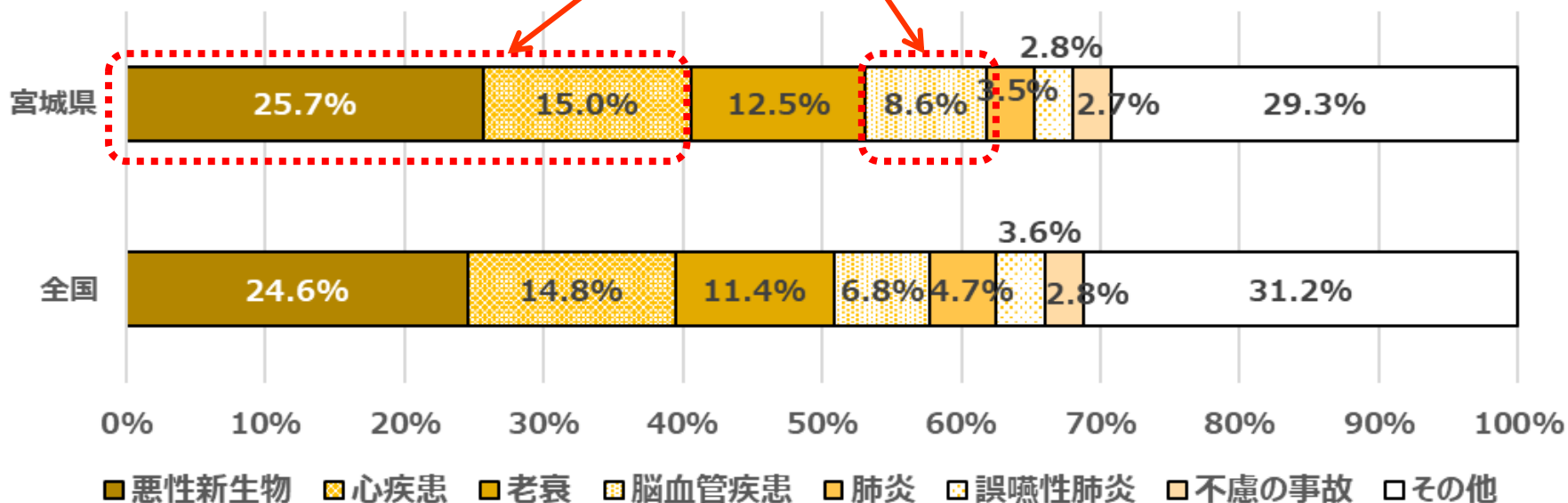
出典：「健康日本2 1（第二次）の総合的評価と次期健康づくり運動に向けた研究」分担研究報告書  
「健康寿命の算定・評価と延伸可能性の予測に関する研究」（厚生労働科学研究）



# 死因別死亡割合 全国との比較

- 生活習慣病による死亡割合は約5割を占める。
- 特に脳血管疾患による死亡割合が全国より高い。**

生活習慣が影響する疾患

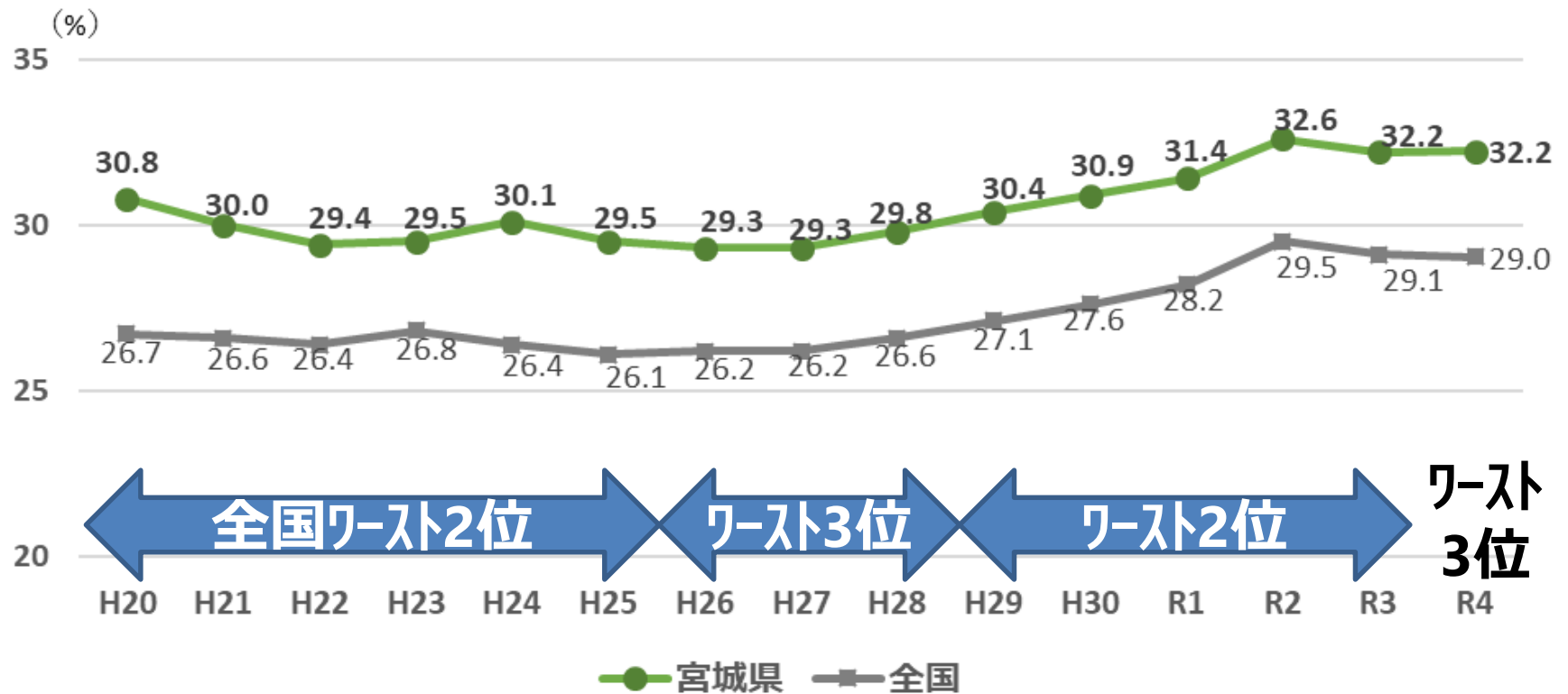


出典：令和4年人口動態統計（厚生労働省）



# 県民のメタボリックシンドロームの推移 城県

- メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合は増加傾向。
- 特定健診が開始して以来、**全国ワースト3位以内**を推移。



出典：特定健康診査・特定保健指導に関するデータ（厚生労働省）



# 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

青年期

壮年期

高齢期

みやぎの健康課題

## 肥満が多い

子ども (小学5年生)      大人 (40～74歳)

男子**3**位                      男性**5**位  
女子**2**位                      女性**8**位

幼稚園から高校まで  
ほとんどの学年で  
全国平均を上回る

### 肥満傾向児の 出現率

小5男子 19.1%(全国15.1%)  
小5女子 15.6%(全国9.7%)

(R4年度学校保健統計調査)

### BMI25以上の 割合

40～74歳  
男性39.9%(全国37.1%)  
女性25.1%(全国21.8%)

(第8回NDBオープンデータ(令和2年度特定健診情報))

## メタボの該当者・ 予備群が多い

**3**位



15年連続  
3位以内

### メタボ該当者・ 予備群の割合

40～74歳  
32.2%(全国29.0%)

(令和4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

男性**9**位  
女性**7**位

脳血管疾患は、介護が  
必要となる原因の第二位

### 脳血管疾患の 年齢調整死亡率

男性 110.7(全国93.8)  
女性 71.0(全国56.4)

(令和2年都道府県別年齢調整死亡率  
(人口10万対))

※順位はいずれも都道府県順位



□ 宮城県の健康等の状況

□ 県民の生活習慣の状況

〔出典〕

データ：令和4年宮城県県民健康・栄養調査報告書

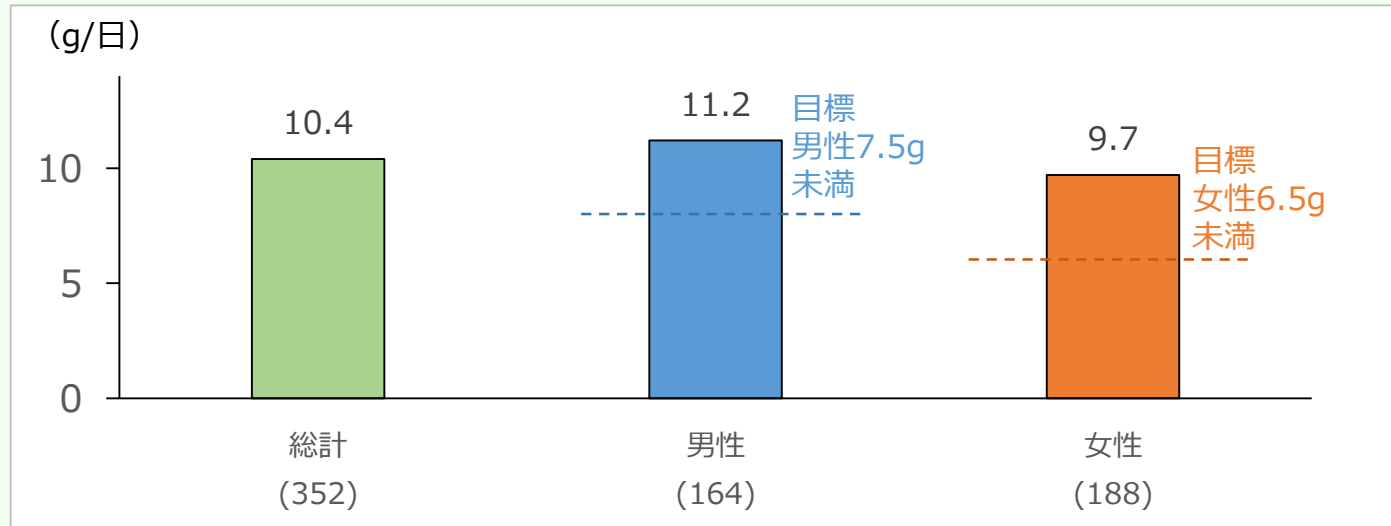
目標値：第3次みやぎ21健康プラン



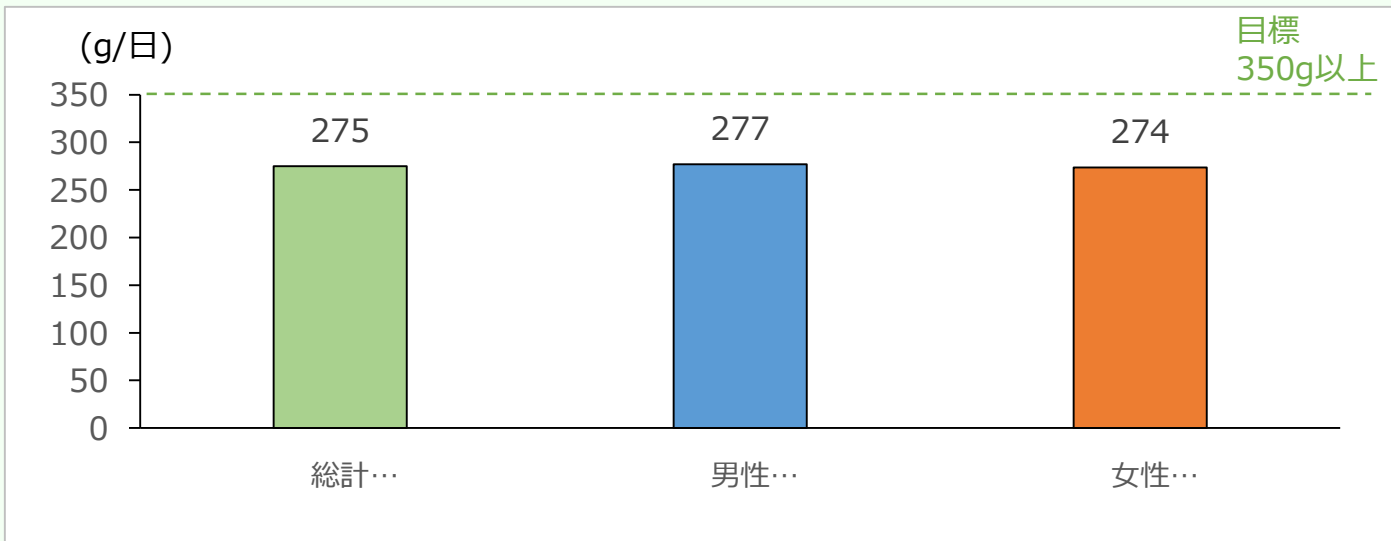


# 県民の生活習慣の状況〔食生活〕

## (1) 食塩摂取量

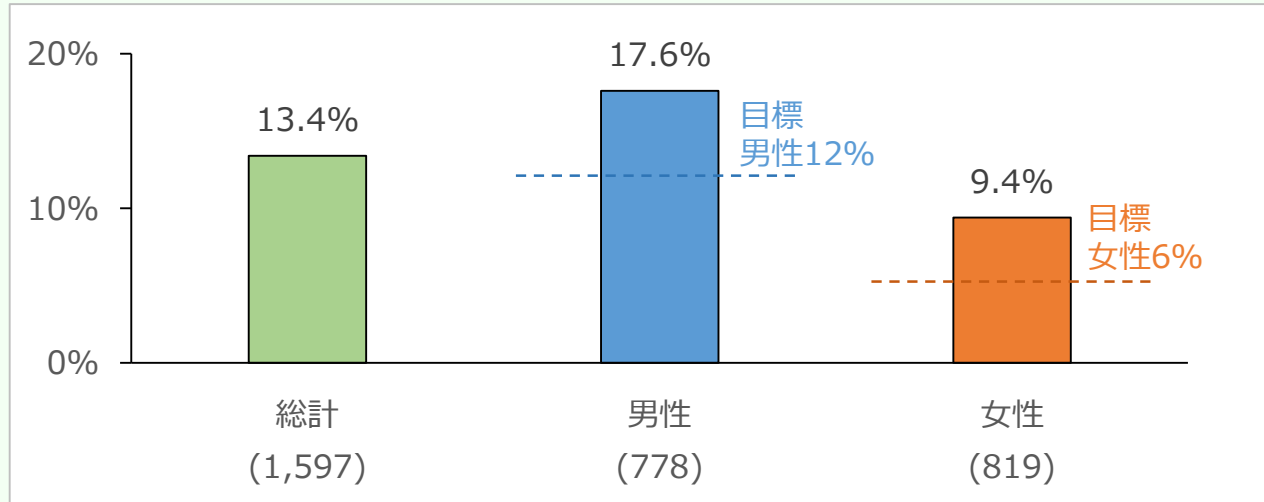


## (2) 野菜摂取量

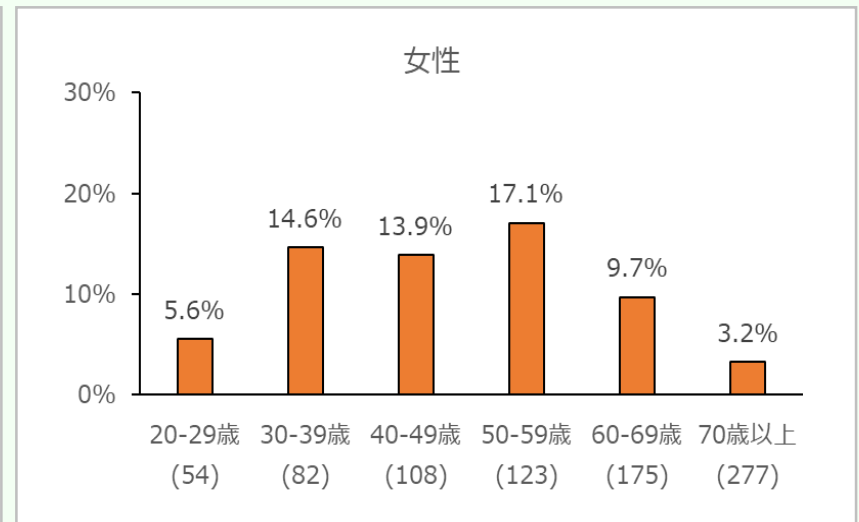
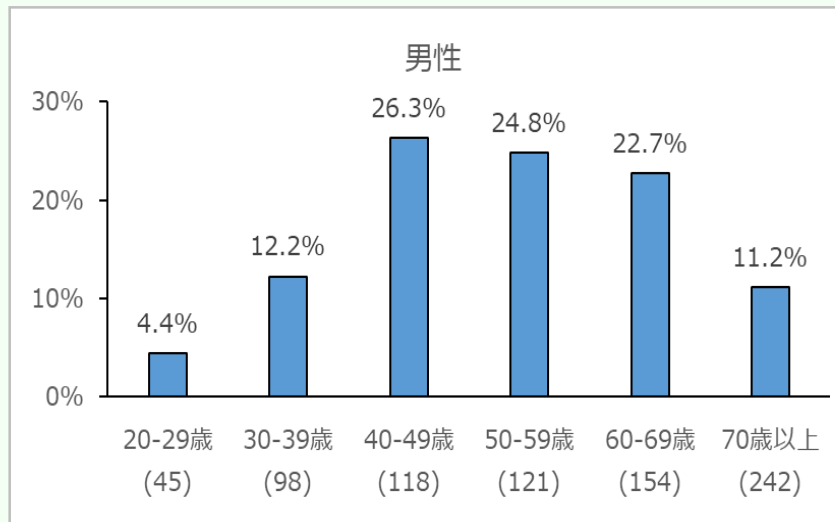


# 県民の生活習慣の状況〔飲酒〕

## (3) 生活習慣病のリスクを高める量※を飲酒している者の状況

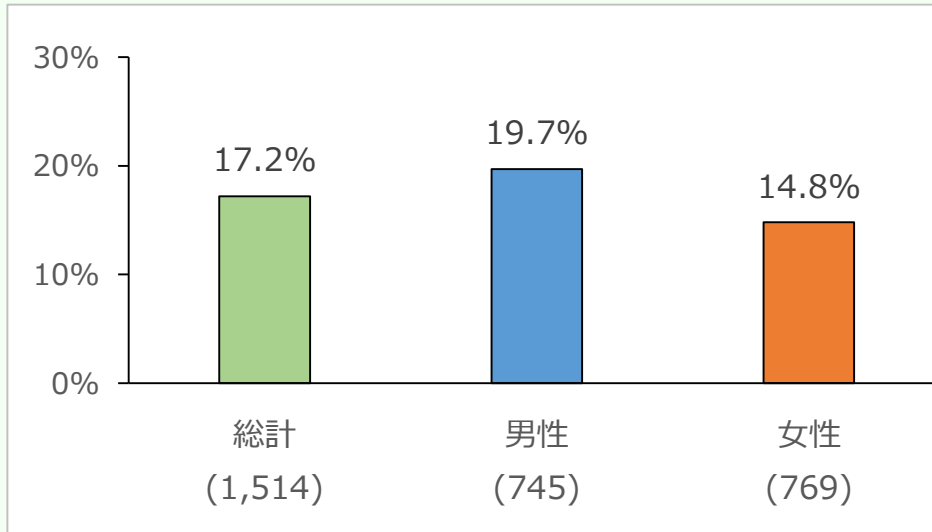


## (4) 性・年齢階級別 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の状況



# 県民の生活習慣の状況〔運動〕

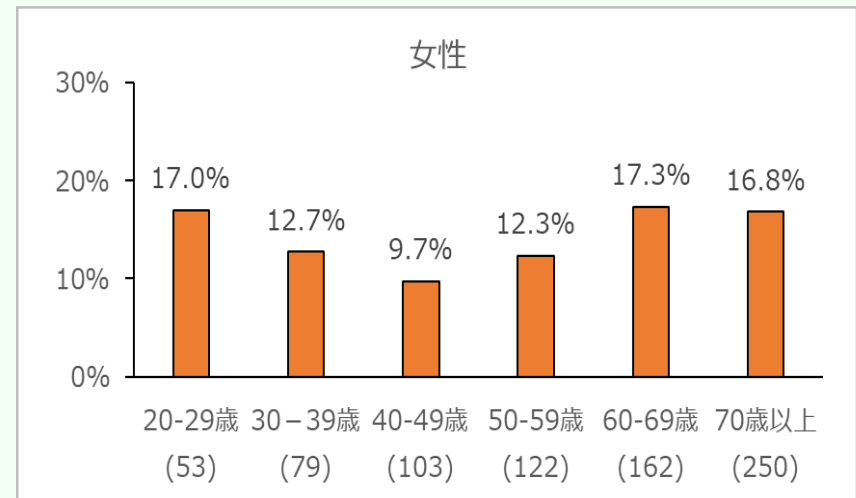
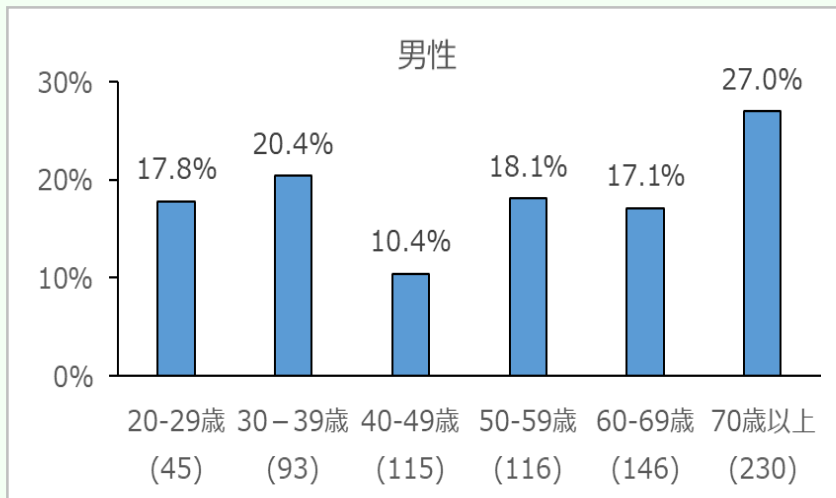
## (5) 運動習慣者※の状況



※ 1回30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続している者

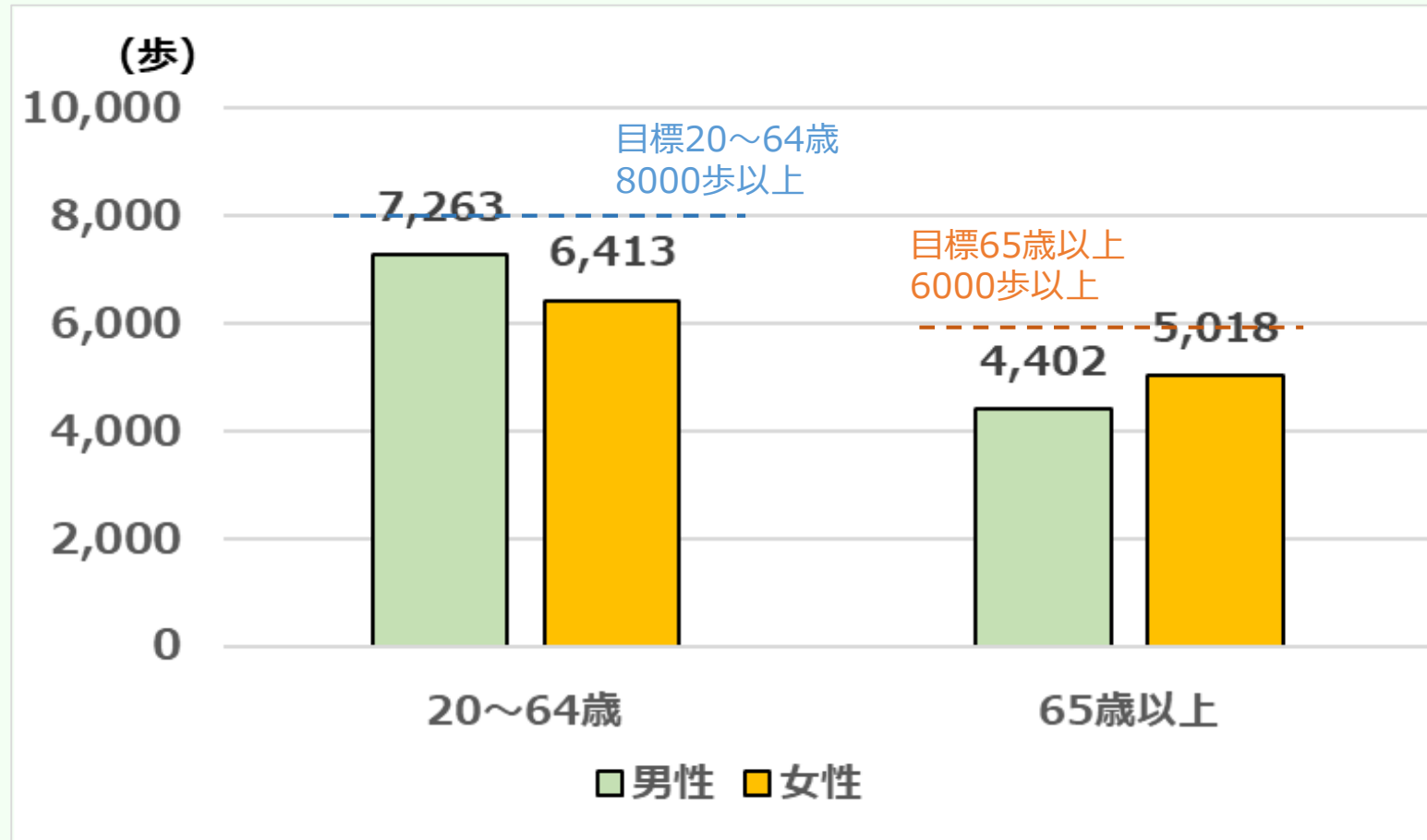
	現況 (R4)	目標 (R17)
20～64歳男性	15.5%	25%
20～64歳女性	12.2%	
65歳以上男性	24.8%	30%
65歳以上女性	16.8%	

## (6) 性・年齢階級別 運動習慣者の状況



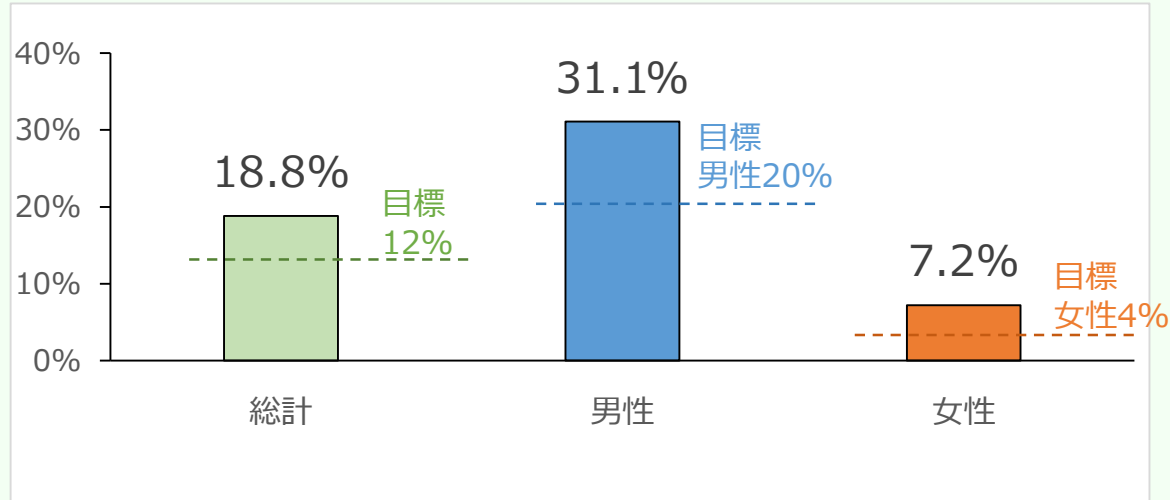
# 県民の生活習慣の状況〔運動〕

## (7) 歩数の状況



# 県民の生活習慣の状況〔たばこ〕

## (8) 喫煙者の状況



## (9) 受動喫煙の状況

