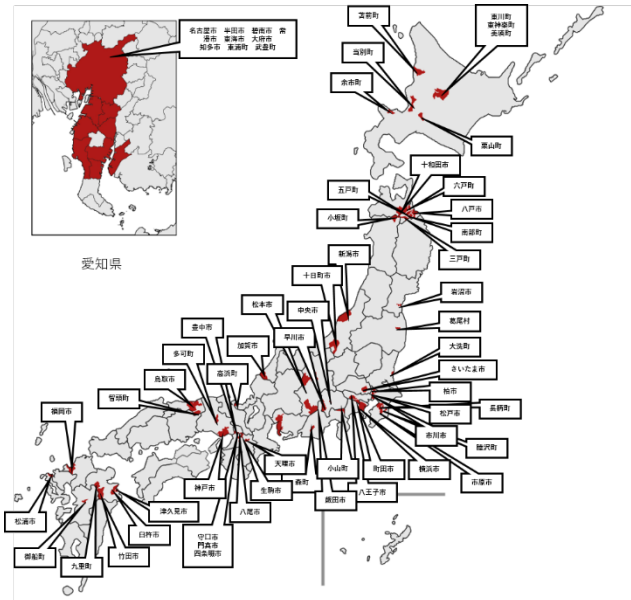
健康とくらしの調査2019年
結果概要_市川市

JAGES（Japan Gerontological Evaluation Study，日本老年学的評価研究）は、健康長寿社会をめざした予防政策の科学的な基盤づくりを目的としています。2019年度には、全国の64市町村と共同し、約37万人の高齢者を対象にした調査を行い、全国の大学・国立研究所などの30人を超える研究者が、多面的な分析を進めています。

本概要は、JAGESが実施した「健康とくらしの調査 2019」データを用い、介護予防や地域づくりに向けた地域診断の概要をまとめたものです。

市川市_健康とくらしの調査 2019 概要	
対象者	調査実施直前で65歳以上で、主に要介護認定を受けていない者
対象者数	9,300人
調査期間	令和2年1月6日～令和2年1月27日
回収数（率）	5,850票（62.9%）
集計数（率）	5,822票（62.6%）*年齢無回答や白票などを除いた
調査方法	サンプリング調査

全参加自治体_健康とくらしの調査概要	
対象者	調査実施直前で65歳以上のもの
参加数	64市町村（56保険者）
対象者数	368,982人
配布回収	郵送法 、一部訪問調査
調査期間	令和元年11月25日～令和2年2月10日
回収数（率）	254,396票（68.9%）
調査方法	全数調査またはサンプリング調査



強みと課題

目的 他の市町村と比べた特徴・強みや課題を明らかにすることを目的に比較分析をしました。

方法 JAGES2019年度調査では、同じ方法（調査票、郵送回収、集計方法）で全国64市町村の要介護認定を受けていない65歳以上を対象に健康状態や社会参加状況などを比較しました。

結果 64市町村と比較して見えてきた強みと課題は以下の通りです。

特徴・強み

No	指標名	市町村名	今回	順位	色	前回	改善状況	変化	回答者数	中央値	最小値	最大値
2	コア:要支援・要介護リスク得点の平均点	市川市	13.6	5	■				5,845	14.6	12.9	18.6
3	コア:フレイルあり割合	市川市	12.8	13	■				5,843	14.6	8.9	25.6
4	コア:運動機能低下者割合	市川市	6.1	7	■				5,809	9.0	5.0	16.2
12	コア:スポーツの会参加者割合	市川市	30.5	12	■				4,974	25.0	6.1	35.8
16	コア:特技や経験を他者に伝える活動参加者割合	市川市	7.2	8	■				4,932	5.7	2.0	9.4

- コア健康指標11指標のうち、全国64市町村の中で、市川市が上位2割に入り、特徴・強みと考えられるのは5指標でした。
- 健康指標は3指標で「要支援・要介護リスク得点の平均点」（64市町村の最小12.9～最大18.6、中央値14.6）が13.6点と（リスクが）低い、「フレイルあり者割合」が12.8％と中央値14.6％より少ない、「運動機能低下者割合」が6.1％と中央値9.0％よりも少ない、でした。
- 「スポーツの会」と「特技や経験を他者に伝える活動」への参加者割合も上位2割以内でした。

課題

No	指標名	市町村名	今回	順位	色	前回	改善状況	変化	回答者数	中央値	最小値	最大値
17	コア:友人知人と会う頻度が高い者の割合	市川市	65.9	57	■				5,705	71.3	61.2	80.2
19	コア:情緒的（心配事や愚痴）サポート受領者割合	市川市	93.4	61	■				5,734	94.9	92.4	96.9
21	コア:手段的（看病や世話）サポート受領者割合	市川市	92.9	60	■				5,749	95.2	89.9	96.9
22	コア:手段的（看病や世話）サポート提供者割合	市川市	75.3	57	■				5,579	77.9	72.3	82.5
14	コア:ボランティア参加者割合	市川市	12.5	46	■				4,872	13.8	6.7	20.2
18	コア:交流する友人がいる者の割合	市川市	28.5	48	■				5,701	31.0	20.0	40.5
24	コア:ソーシャル・キャピタル得点（連帯感）	市川市	154.3	48	■				5,734	158.0	135.8	181.1
25	コア:ソーシャル・キャピタル得点（助け合い）	市川市	193.7	46	■				5,783	195.6	189.2	199.6
1	コア:幸福感がある者の割合	市川市	47.5	33	■				5,609	47.6	38.0	54.4
7	コア:物忘れが多い者の割合	市川市	39.8	29	■				5,749	40.2	35.1	50.6
10	コア:うつ割合（GDS5点以上）	市川市	23.6	26	■				5,734	24.4	18.2	34.5

- 健康指標では、64市町村の下位2割に留まる指標はありません。中央値の前後に、幸福感、うつ割合（GDS：高齢者うつ尺度）がありました。物忘れは,より多項目の認知症リスクで正常域です。
- 政令指定都市、3大都市圏の21市に限定すると、この２指標は下位（7-8位, p3, 4参照）です。
- コア指標の「友人知人と会う」「情緒・手段的サポート」「ボランティア」「交流する友人」「ソーシャル・キャピタル得点」が下位から2～3割、重要指標（表に未掲載）で、うつや死亡リスクである「孤食者割合」は58位で課題と考えられます（p3, 4参照）。

まとめ

- 特徴・強みは、「要支援・要介護リスク得点」「フレイル」「運動機能低下者」が少ないこと、「スポーツ」「特技や経験を伝える活動参加者」が多いことでした。
- 一方、課題は、政令指定都市、3大都市圏の21市の中で「幸福感がある者」が少なく「うつ割合」が多く、交流や助け合い、ボランティア参加が少なく、孤食者が多いことだと考えられます。

特徴・強みや課題と関連する要因

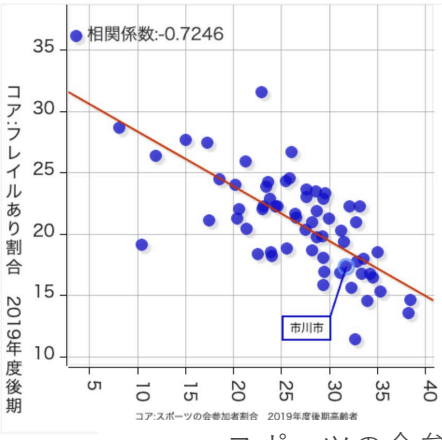
目的 どのような要因が、特徴・強みあるいは課題と関連するのかを明らかにすることを目的に分析しました。

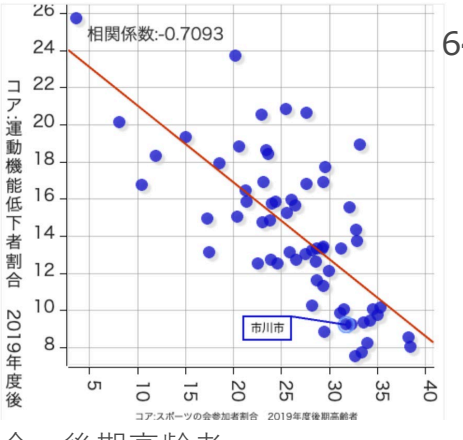
方法 JAGES2019年度調査に参加した64市町村のデータを用いて、指標との相関が強い要因を探りました。

結果 特徴・強みや課題と関連する要因は以下のようなものがあることがわかりました。

1. スポーツの会参加者割合が高い市町村ではフレイルや運動機能低下者が少ない

- 年齢の影響を考慮して、後期高齢者に限定しても、スポーツの会参加者割合が高い市町村ではフレイルや運動機能低下者が少ないという強い相関が見られました（下図参照）。
- スポーツの会などへの参加者が多いことが、市川市の特徴・強みであるフレイルや運動機能低下者が少ない一因と考えられるので、これらを維持するために、引き続きスポーツの会参加者を高い水準で維持することが重要と考えられます。



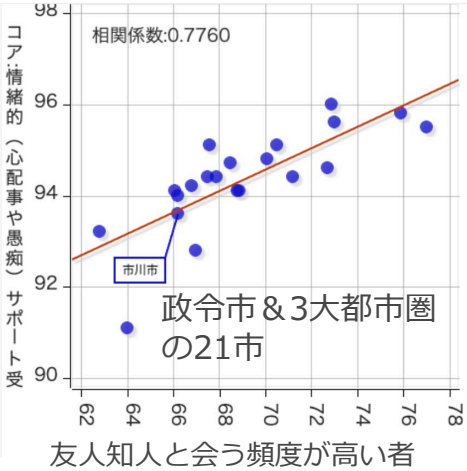


64市町村

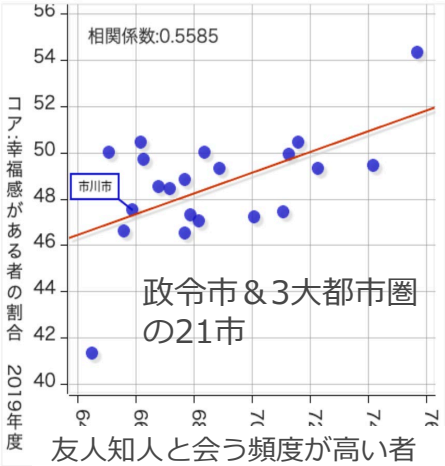
スポーツの会参加者割合　後期高齢者

2. 幸福感、物忘れ、うつは、友人知人と会う頻度や社会的サポートと相関する

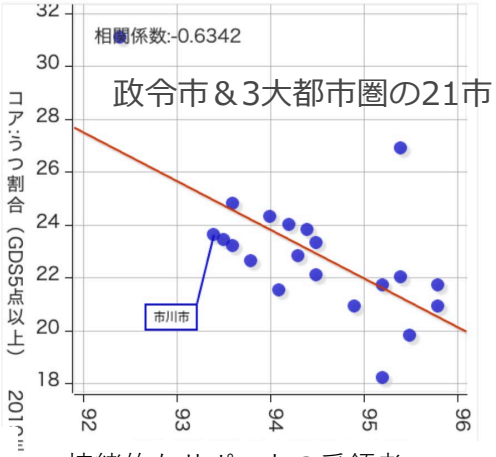
- 幸福感、物忘れ、うつは、政令市や3大都市圏の中で低位・課題です（p2～4の図参照）。
- 64市町村でも下位2割に入る「友人知人と会う頻度が高い者の割合」と「情緒的サポート受領（心配事や愚痴を聞いてくれる人がいる）者の割合」などのサポートが多いまちは相互に関連し、これらが多いほど「幸福感」は高い人が多く、「物忘れ」や「うつ割合」は少ないという相関が見られます。



友人知人と会う頻度が高い者の割合　後期高齢者



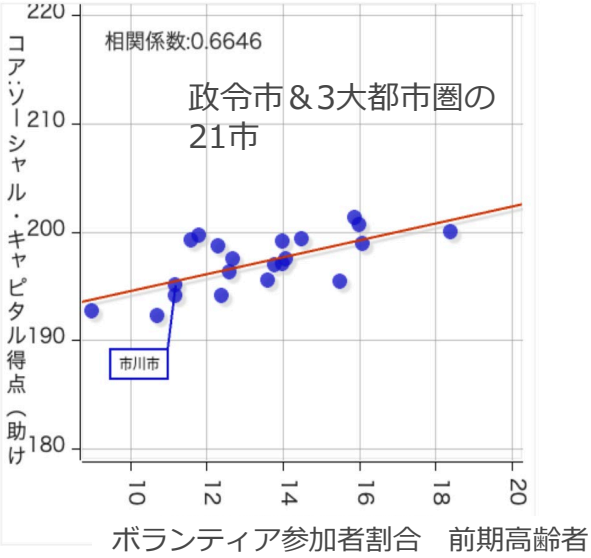
友人知人と会う頻度が高い者の割合　高齢者全体



情緒的なサポートの受領者
高齢者全体

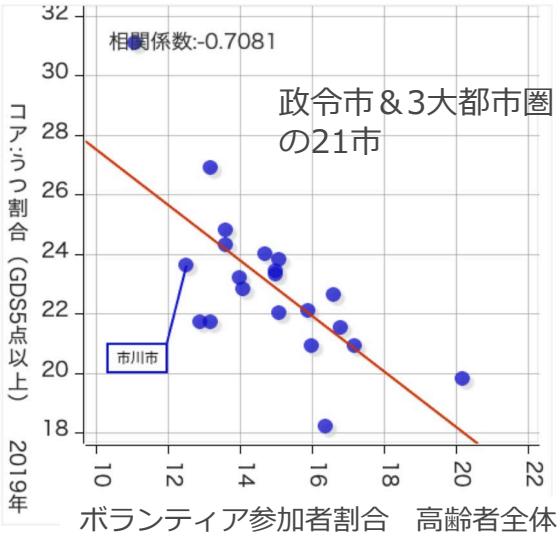
3.　幸福感やうつに、ボランティア参加者や助け合いも相関する

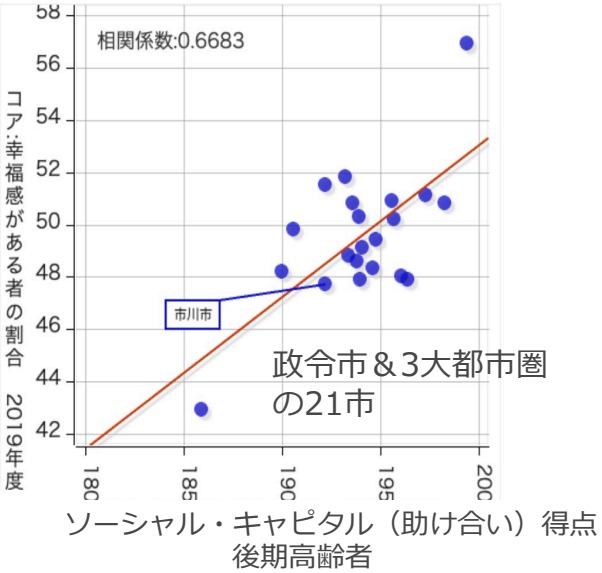
- ボランティア参加者割合や交流する友人いる者の割合、ソーシャル・キャピタル（助け合い）得点なども、政令市と３大都市圏の21市で比べると、低位に留まっていました（右図参照）。
- ソーシャル・キャピタル得点（助け合い）とは、情緒的サポート受領（心配事や愚痴を聞いてくれる人がいる）者の割合や手段的サポート（看病や世話をしてくれる〔受領〕/〔提供〕してあげる人がいる）の割合の3つのサポート指標を組み合わせたものです。
- これらは相互に関連していました。例えば、ボランティア参加者割合が高い市ほど、ソーシャル・キャピタル得点（助け合い）が多い傾向があります（右図参照）。



4.　ボランティア参加者や助け合いが少ない市町村で幸福感がある者が少なく、うつは多い

- ボランティア参加者が少ない市では、ソーシャル・キャピタル（助け合い）得点が低く（上段右図）、うつ割合が高い傾向があります（下左図）。
- ソーシャル・キャピタル（助け合い）得点が低い市では、幸福感がある者の割合が低く（下右図）、孤食者が多い相関が見られます。
- これらの相関から、ボランティア参加者を増やすことで、友人知人と会う頻度が増え、サポートが増えることで、ソーシャル・キャピタル得点（助け合い）が高くなり、その結果、市川市の課題である幸福感、うつ、孤食者などの改善が期待できると考えられます。





まとめ

- 市川市の強みであるフレイルや運動機能低下者の少なさとスポーツの会参加者割合の高さが関連していると考えられました。引き続き高い水準の維持が望まれます。
- 政令指定都市や3大都市圏の21市の中では、市川市は、幸福感が低く、うつが多いという健康課題があり、やはり低位の指標であった、友人知人と会う頻度、情緒的・手段的サポート、ボランティア参加者、ソーシャル・キャピタル（助け合い）得点、孤食者割合などと相関を認めました。
- 「ボランティア参加者」を増やすことが「友人知人と会う」機会の増加や「情緒的サポート」など助け合いを増やし、それによって「うつ割合」が減り「幸福感がある者」が増え、「孤食者割合」が減る可能性が示唆されました。

市町村内比較から探る重点支援対象地域

目的 課題だと分かった指標について、市川市内の15圏域のうち、良い圏域と改善の余地が大きい重点支援対象圏域を明らかにすることを目的としました。

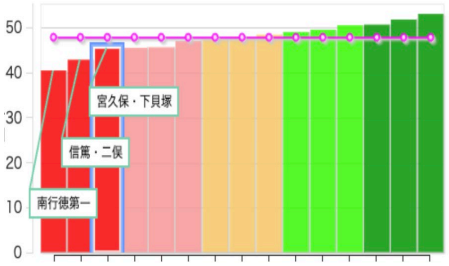
方法 市川市内圏域別データを用いて、比較しました。

結果 市川市内で、良い地域と改善の余地が大きな地域を比較評価した結果は以下の通りです。

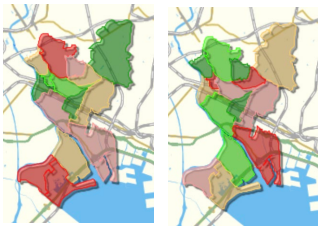
1．幸福感がある者の割合の圏域間比較

- 幸福感がある者の割合には、40.5～53.1％の圏域間格差がありました。
- 重点支援対象圏域は、前期高齢者では、南行徳第一、国分、南行徳第二、後期高齢者では、信篤・二俣、真間、宮久保・下貝塚でした。

全年齢高齢者



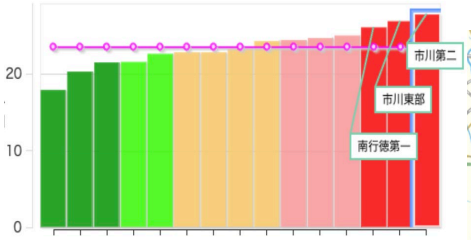
前期高齢者　後期高齢者



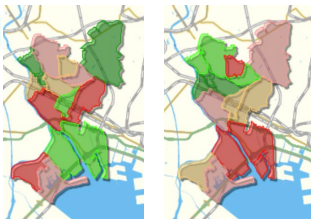
2．うつ割合の圏域間比較

- うつ割合には、17.9～27.8％の圏域間格差がありました。
- 重点支援対象圏域は、前期高齢者では、市川第二、市川東部、南行徳第一、後期高齢者では、信篤・二俣、行徳、曽谷でした。

全年齢高齢者



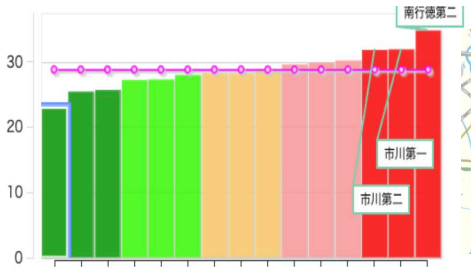
前期高齢者　後期高齢者



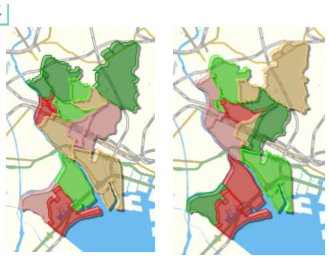
3．孤食者割合の圏域間比較

- 孤食者割合には、22.8～34.8％の圏域間格差がありました。
- 重点支援対象地域は、前期高齢者では、南行徳第二、真間、市川第一、後期高齢者では、南行徳第二、菅野・須和田、行徳でした。

全年齢高齢者



前期高齢者　後期高齢者



まとめ

- 幸福感がある者が少ない、うつ割合が高い、孤食者が多いなどの課題において、市川市内に1.3～1.6倍程度の圏域間格差があることがわかりました。
- 重点支援をすべき圏域は、指標と前期・後期高齢者で異なることがわかりました。2つ以上の重点支援対象圏域となったのは、南行徳第一、南行徳第二、信篤・二俣、行徳、真間でした。

JAGES

市町村内比較から探る重点支援による改善の手がかり

目的

多市町村間比較と相関分析で、課題であるとわかった指標と高い相関を示した社会参加・交流などの指標（p3,4参照）について、市町村内の圏域のうち、改善の余地が大きな圏域と良い圏域とを比較し、手がかりを得ることを目的としました。

方法

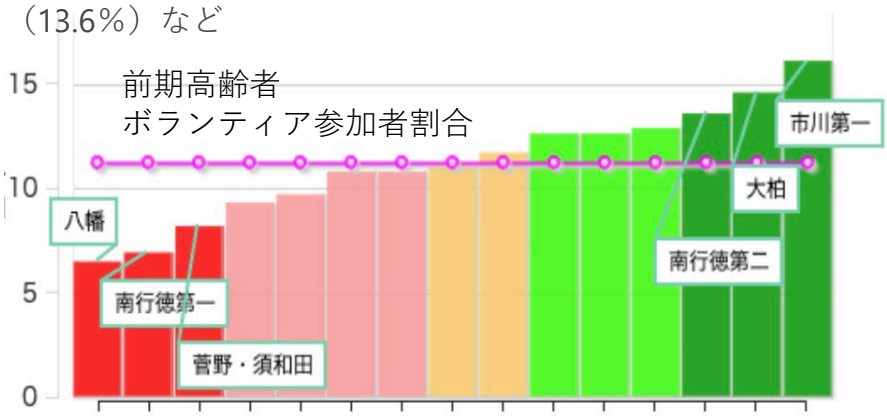
市川市内15圏域データを用いて、社会参加・交流指標について比較しました。

結果

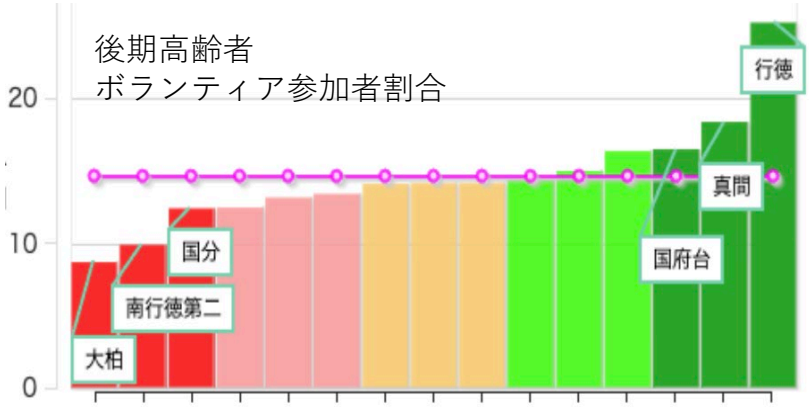
市川市内で、重点支援すべき、改善の余地が大きな地域と、手がかりが得られそうな良い地域は、以下の通りです。

1. ボランティア参加割合の重点対象地域と手がかりが得られそうな地域は？

- ボランティア参加者割合は、前期高齢者に限定しても、6.5～16.1％の圏域間格差がありました。
- 前期高齢者の重点支援対象地域は、八幡（6.5％）、南行徳第一、菅野・須和田（8.2％）でした。
- 手がかりが得られそうな地域は、市川第一（16.1％）、大柏、南行徳第二（13.6％）など

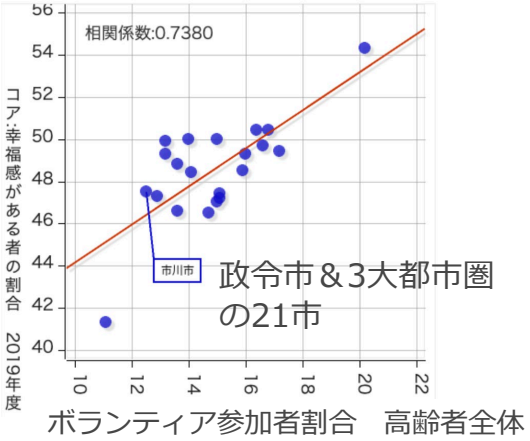


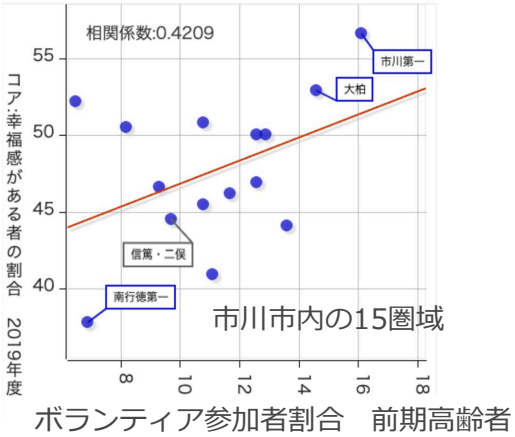
- ボランティア参加者割合は、後期高齢者では、8.7～25.3％の圏域間格差がありました。
- 後期高齢者で、重点支援対象地域は、大柏（8.7％）、南行徳第二、国分（12.4％）でした。
- 手がかりが得られそうな地域は、行徳25.3％、真間、国府台16.5％など



2. ボランティア参加割合が高いまちで幸福感がある者が多い

- 政令市と3大都市圏の21市（左図）でも、市川市内の前期高齢者でも、ボランティア参加者割合が高いまちで幸福感が高い者の割合が高いことがわかりました。



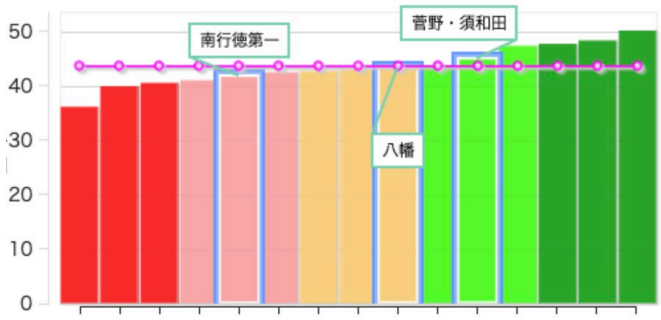


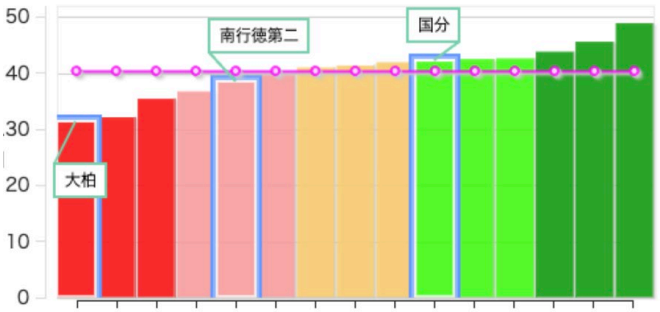
3. グループ活動への参加意向がある者は4割以上

- 「地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、い きいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（お世話役）として参加してみたいと思いますか」という問いに「是非参加したい」「参加してもよい」と回答した人の割合は、市川市は64市町村の中でも高く42.1％でした。

44	重要:グループ活動へ参加意向がある者の割合	市川市	57.0	19					5,339	53.9	44.4	63.0
45	重要:グループ活動(企画・運営)へ参加意向がある者の割合	市川市	42.1	14					5,315	38.1	28.5	50.2

- 前期高齢者で、ボランティア参加者割合が低く重点支援対象地域とされた3圏域でも、八幡（43.3％）、南行徳第一（41.7％）、菅野・須和田（45.0％）の回答者が、参加意向を示していました。
- 後期高齢者で、ボランティア参加者割合が低く重点支援対象地域とされた3圏域でも、大柏（31.3％）、南行徳第二（38.5％）、国分（42.1％）が、参加意向を示していました。
- このような人たちに集まっていただき、まちづくりの重要性ややりたいことなどを話し合ってもらえば、ボランティアなどのグループ活動が増え、助け合いも増えて、うつや物忘れが少なく、幸福感が高い人が多い市川市づくりを進められると期待できます。





まとめ

- ボランティア参加割合が高いまちで幸福感がある者が多いことから、健康課題の克服のための手がかりは、ボランティア参加者が多い地域から得られると期待できます。
- それは前期高齢者では、市川第一、大柏、南行徳第二など、後期高齢者では、行徳、真間、国府台などの地域で、そこにボランティア参加者を増やす手がかりがあると考えられます。
- グループ活動の企画・運営に参加意向を示す高齢者が4割いました。

市川市の地域診断の概要　2019

JAGES「健康とくらしの調査2019」に参加した63市町村を比較評価した結果、以下のことがわかりました。

1　市町村間比較から見る特徴・強みと課題

- 特徴・強みは、「要支援・要介護リスク得点」「フレイル」「運動機能低下者」が少ないこと、「スポーツ」「特技や経験を伝える活動参加者」が多いことでした。
- 一方、課題は、政令指定都市、3大都市圏の21市の中で「幸福感がある者」が少なく「うつ割合」が多く、交流や助け合い、ボランティア参加が少なく、孤食者が多いことと考えられます。

2　特徴・強みや課題と関連する要因

- 市川市の強みであるフレイルや運動機能低下者の少なさとスポーツの会参加者割合の高さが関連していると考えられました。引き続き高い水準の維持が望まれます。
- 政令指定都市や3大都市圏の21市の中で、市川市は、幸福感が低く、うつが多いという健康課題があり、やはり低位の指標であった、友人知人と会う頻度、情緒的・手段的サポート、ボランティア参加者、ソーシャル・キャピタル（助け合い）得点、孤食者割合などと相関を認めました。
- 「ボランティア参加者」を増やすことが「友人知人と会う」機会の増加や「情緒的サポート」など助け合いを増やし、それによって「孤食者割合」や「うつ割合」が減り「幸福感がある者」が増える可能性が示唆されました。

3　市町村内比較から探る重点対象地域

- 幸福感がある者が少ない、うつ割合が高いという市川市の健康課題について、市内に1.3～1.6倍程度の圏域間格差があることがわかりました。
- 重点支援をすべき地域は、指標と前期・後期高齢者で異なることがわかりました。2つ以上の重点支援対象地域となったのは、南行徳第一、南行徳第二、信篤・二俣、行徳、真間でした。

4　市町村内比較から探る重点対象地域改善の手がかり

- ボランティア参加割合が高いまちで幸福感がある者が多いことから、健康課題の克服のための手がかりは、ボランティア参加者が多い地域から得られると期待できます。
- それは前期高齢者では、市川第一、大柏、南行徳第二など、後期高齢者では、行徳、真間、国府台などの地域で、そこにボランティア参加者を増やす手がかりがあると考えられます。
- グループ活動の企画・運営に参加意向を示す高齢者が4割いました。このような人たちに集まっていただき、まちづくりの重要性ややりたいことなどを話し合ってもらえば、ボランティアなどのグループ活動が増え、助け合いも増えて、うつが少なく、幸福感が高い人が多い市川市づくりを進められると期待できます。

発行　日本老年学的評価研究機構（2020.9）