



～健診、医療（後期高齢者医療）、介護のデータから～

小諸市の高齢者の健康状況



図 高齢福祉課 長寿支援係

健診

75 歳以上の方の、健診受診率【13%】(令和元年度)

⇒ **県平均 21.9% と比べ、低い状況です。** 😡

☞ 生活習慣病 1 人あたりの医療費をみると、健診受診者の方が未受診者の方に比べ、1 人あたりの医療費が月 2 万円以上低くなっています。(令和元年度)

医療

後期高齢者医療 1 人当たりの医療費は、【1 ヶ月 59,378 円】(令和元年度)

⇒ **国 71,642 円、県 63,011 円 と比べ、低い状況です。** 😊

☞ 医療費は、外来では「高血圧症」「不整脈」「慢性腎臓病（透析あり）」「糖尿病」の占める割合が高く、入院では「骨折」「筋骨格系等の疾患」「脳梗塞」の割合が高い状況です。全体の医療費の中で最も割合が高いのは「慢性腎臓病（透析あり）」となっています。75 歳以上の方のうち、約 7 割の方が生活習慣病で受診をしており、更にその 7 割以上が高血圧症で受診しています。(令和 2 年 10 月)

2つのポイント!



- ① 75 歳以降も定期的に健診を受診し、「高血圧」「慢性腎臓病」「糖尿病」等の生活習慣病に関するデータを確認!
- ② 「高血圧」「慢性腎臓病」「糖尿病」で経過観察中や治療中の方は、受診を継続し病状をコントロール!

介護

介護保険要介護、要支援認定率は【13.3%】(令和 2 年 3 月末現在)

⇒ **国 18.3%、県 17.2% と比べ、低い状況です。** 😊

☞ 介護保険申請時の平均年齢（65 歳以上）は、男性 83.6 歳、女性 85.1 歳。(令和元年度) 主な原因は、1 位「認知症」2 位「骨折・転倒・骨粗しょう症」3 位「高齢による衰弱」となり、フレイル（虚弱）に関連する項目が上位を占めています。男性は「がん」「脳血管疾患」「呼吸器疾患」の割合が高く、女性は「認知症」「骨折・転倒・骨粗しょう症」「関節疾患」の割合が高くなっています。(令和元年度) 介護保険認定率は低く抑えられており、介護予防の取り組みの一定の成果と考えられます。

フレイル予防の 4つのポイント!



- ① 低栄養を防ぐ生活（たんぱく質の摂取が大切!）
- ② お口のケアと定期的な歯科健診
- ③ ウォーキング等の有酸素運動に加えて筋力トレーニングをプラス
- ④ 自分に合った社会参加、外出機会をつくる!

後期高齢者歯科口腔健診のお知らせ

対象となる方には、6 月下旬にご案内と受診券をお送りします。健診期間は、7 月から 12 月までとなっていますので、ぜひこの機会に受診しましょう。

- 【対象者】
- ① 昭和 20 年 4 月 1 日 ～ 昭和 21 年 3 月 31 日生まれの方
 - ② 昭和 16 年 4 月 1 日 ～ 昭和 20 年 3 月 31 日生まれの方のうち案内が届いた方（直近で生活習慣病に係る受診歴があり、かつ令和 2 年度に歯科受診をされていない方）

図 長野県後期高齢者医療広域連合 保健事業室 ☎ 026-229-5320