

地域健康カルテ

 長岡市 阪之上地区
令和7年度作成

■ 長岡市の目標

(ながおかヘルシープラン21より)

健康寿命の延伸・健康格差の縮小

生活習慣病の発症を予防する
健康管理（健診・がん検診）

生活習慣病の重症化を予防する
重症化対策・保健指導

健康的な生活習慣の継続と健康状態の改善

栄養・食生活

身体活動・運動

休養・睡眠

飲酒

喫煙

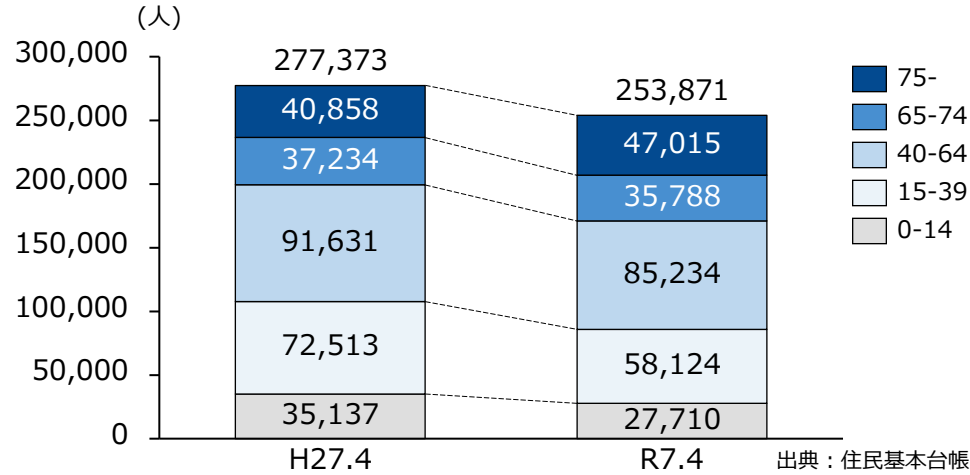
歯・口腔の健康

主体的な多世代健康づくりの広がりを推進

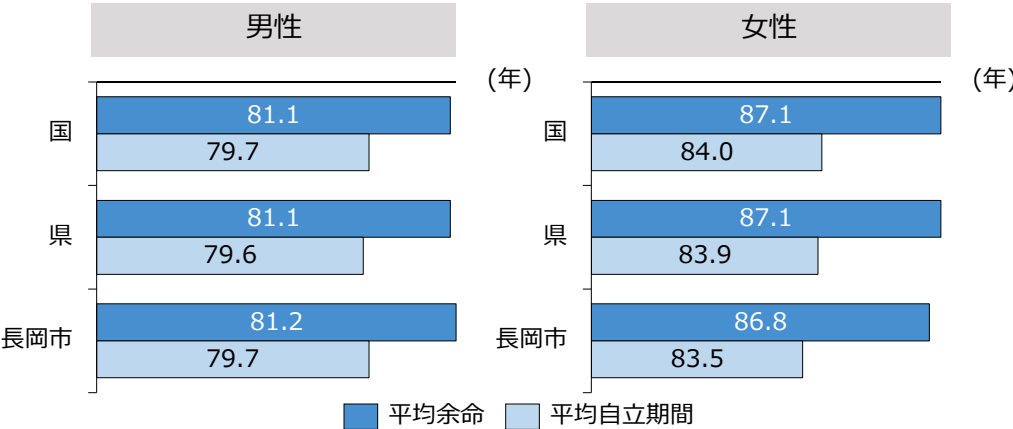
人とひとが地域でつながりながら健康になれるまちを目指します。
地域健康カルテを活用し、個人・家族・地域みんなで健康づくりをすすめましょう！

■ 地域の全体像

○長岡市の人口推移（平成27年/令和7年4月1日時点）



○平均余命と平均自立期間（令和6年）



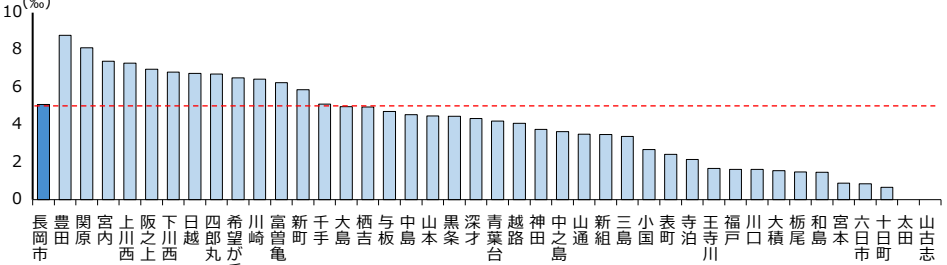
【参考】新潟県 健康寿命 男性72.2歳 女性75.5歳（出典：厚生労働省「令和4年国民生活基礎調査」）
平均寿命 男性81.3歳 女性87.6歳（出典：厚生労働省「令和2年市区町村別生命表」）

○基本情報（令和7年4月時点）

	長岡市	阪之上地区
総人口	253,871人	5,590人
男性/女性	124,465人 129,406人	2,612人 2,978人
世帯数	110,366世帯	3,133世帯
高齢化率	32.6%	32.5%
要介護認定率	18.2%	17.9%
1人暮らし高齢者数	18,903人	729人
高齢者のみ世帯数	14,441世帯	312世帯
出生数	1,292人	39人
出生率（人口千対）	5.09	6.98
1人当たり医療費（国保）	356,268円	306,584円
1人当たり医療費（後期）	469,415円	482,097円

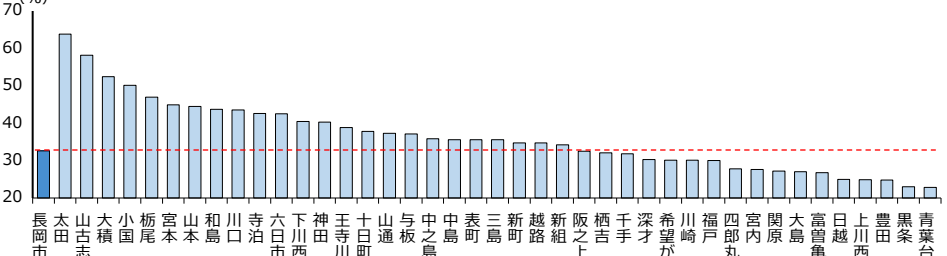
出典：住民基本台帳

○出生率（地区比較）



出典：住民基本台帳

○高齢化率（地区比較）



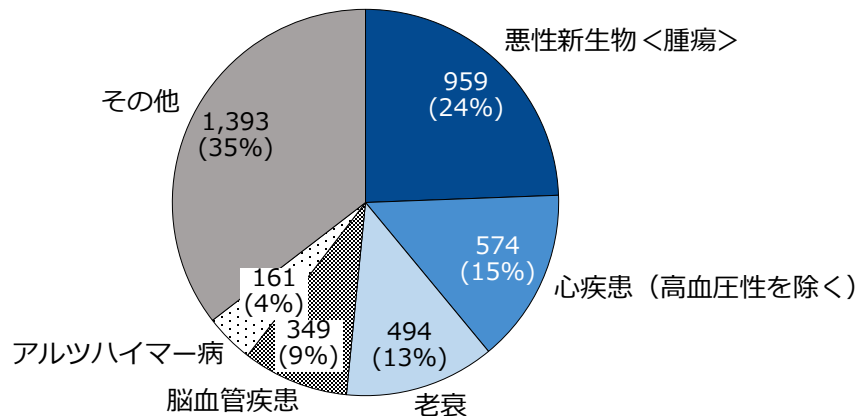
出典：住民基本台帳

■ 地域の全体像



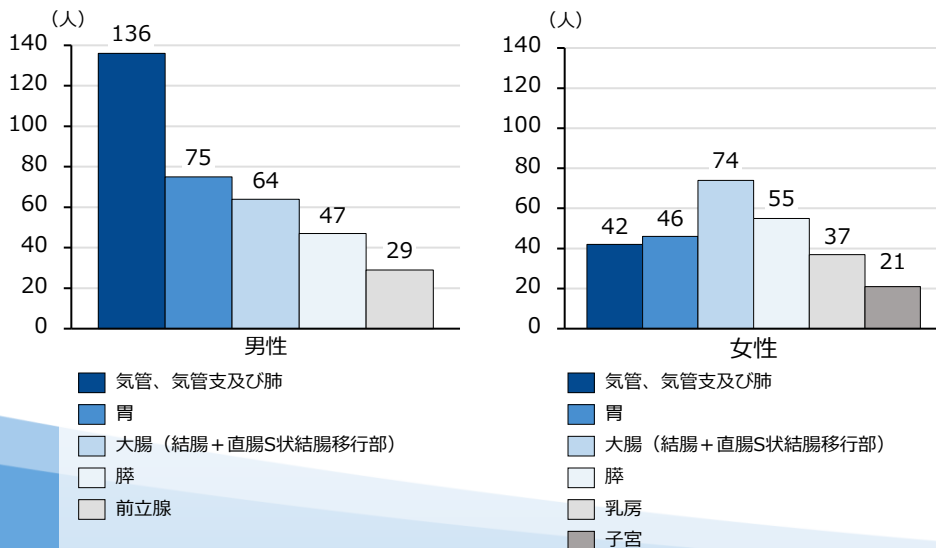
長岡市 阪之上地区

○長岡市の主な死因別死亡割合（令和5年）



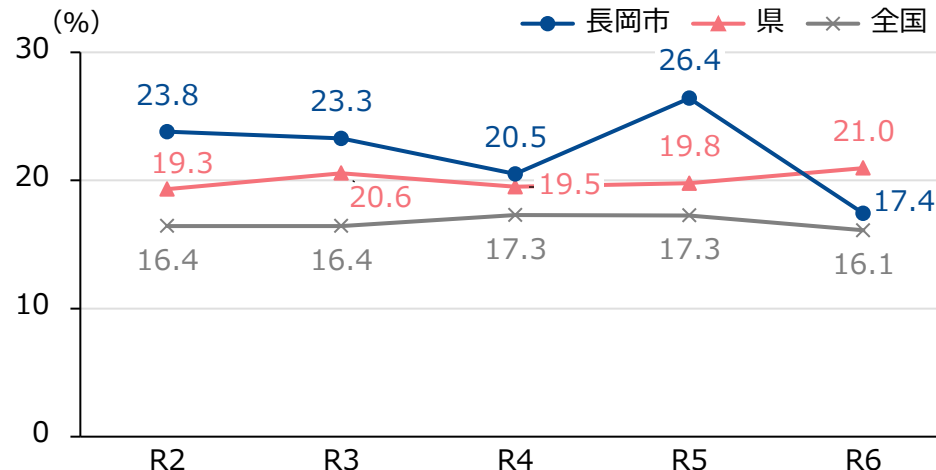
出典：令和5年健康福祉環境の現況

○長岡市のがんによる死亡数（令和5年）



○自殺死亡率

※自殺死亡率とは…人口10万人当たりの年間自殺者数

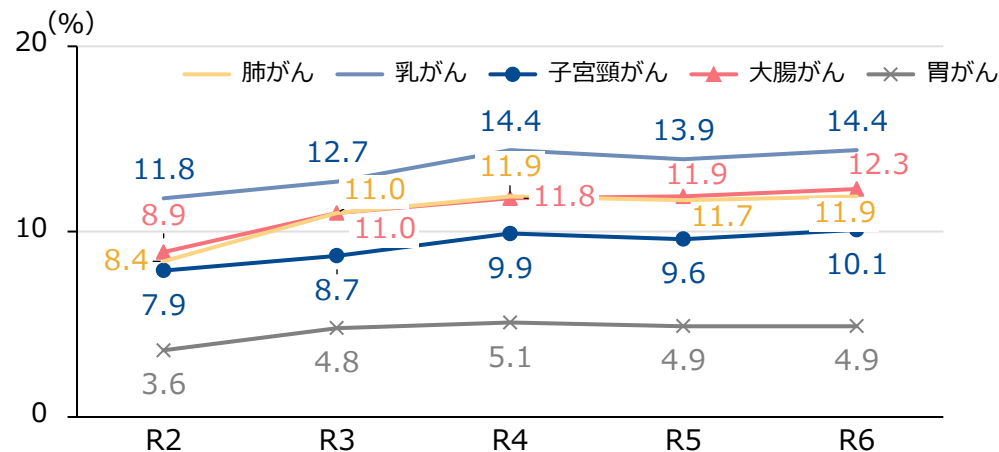


出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

○長岡市のがん検診受診率

※子宮頸がん検診及び乳がん検診は、受診間隔が2年に1回のため、2年受診率を算出

※2年受診率＝（当該年度受診者数＋前年度受診者数－2年連続受診者数）／対象者数×100



【参考】新潟県（令和5年度）

肺がん13.0%、乳がん15.5%、子宮頸がん12.2%、大腸がん13.7%、胃がん7.0%

出典：新潟県福祉保健部健康づくり支援課「にいがたの生活習慣病」

出典：保健衛生の概要

■ 特定・後期高齢者健診の状況

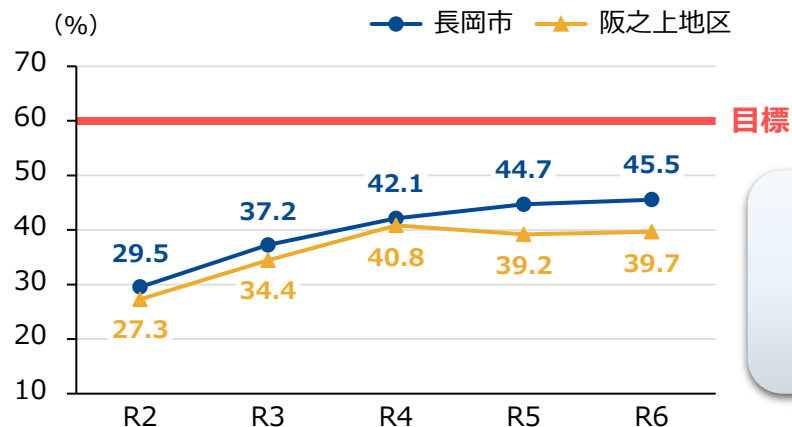


長岡市

阪之上地区

40～74歳（市国保特定健診受診者データ）（令和6年度）

○特定健康診査 受診率

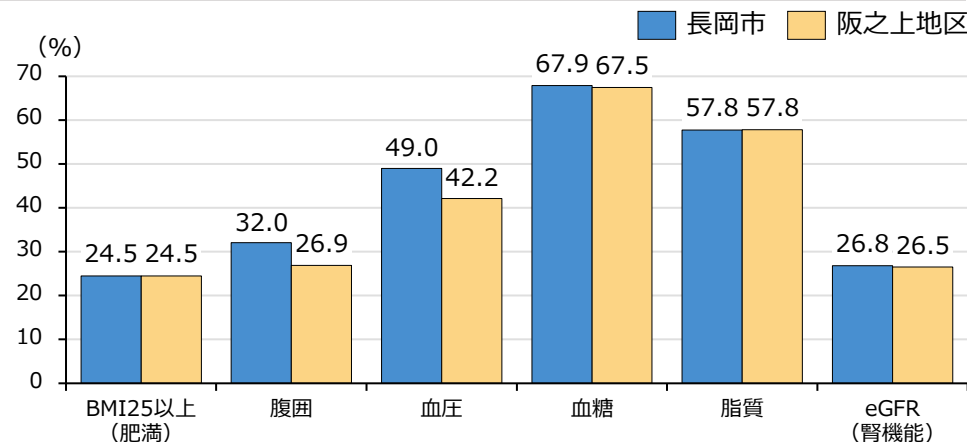


受診率順位

36 位
／41地区

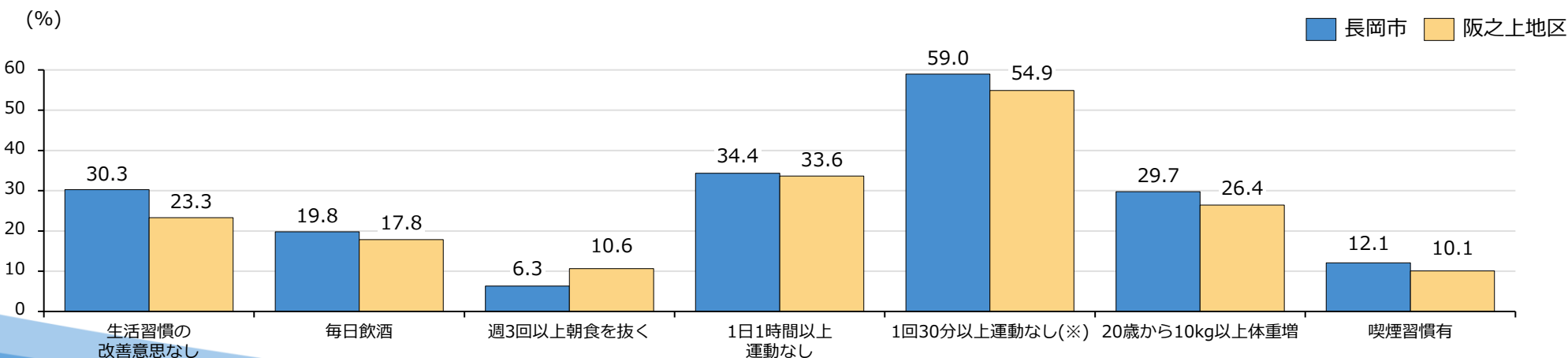
出典：R2～R4：長岡市健診データ（健康かるて）
R5～R6：法定報告値

○有所見割合（保健指導・受診が必要な人）



出典：KDB_S27_009_介入支援対象者一覧
※腹囲は特定健診データのみを使用

○問診の結果から（リスク有の人の割合）



※「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施」について「いいえ」と回答した者の割合

出典：長岡市健診データ

■ 特定・後期高齢者健診の状況

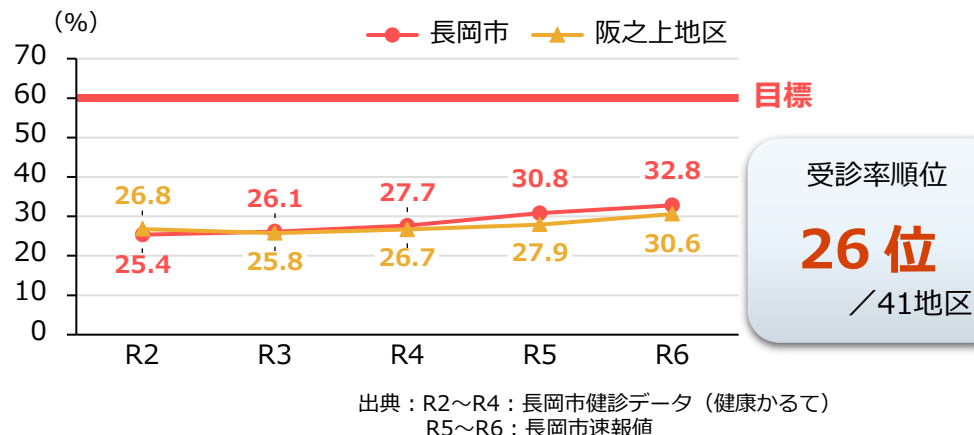


長岡市

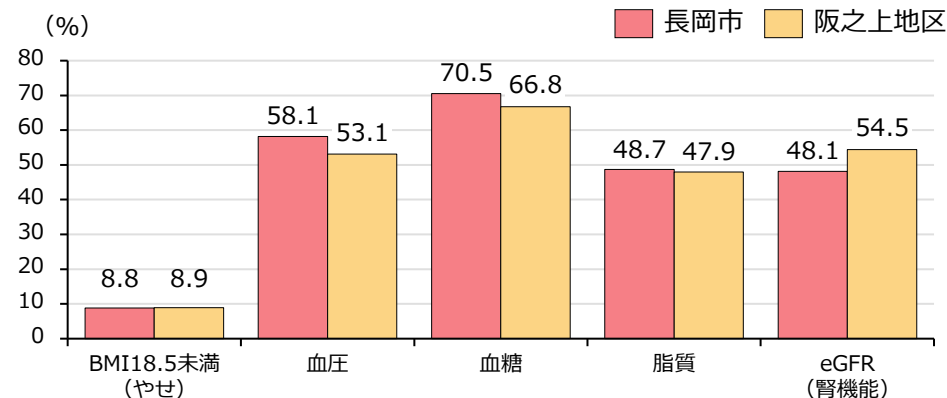
阪之上地区

75歳以上（市後期高齢者健診受診者データ）（令和6年度）

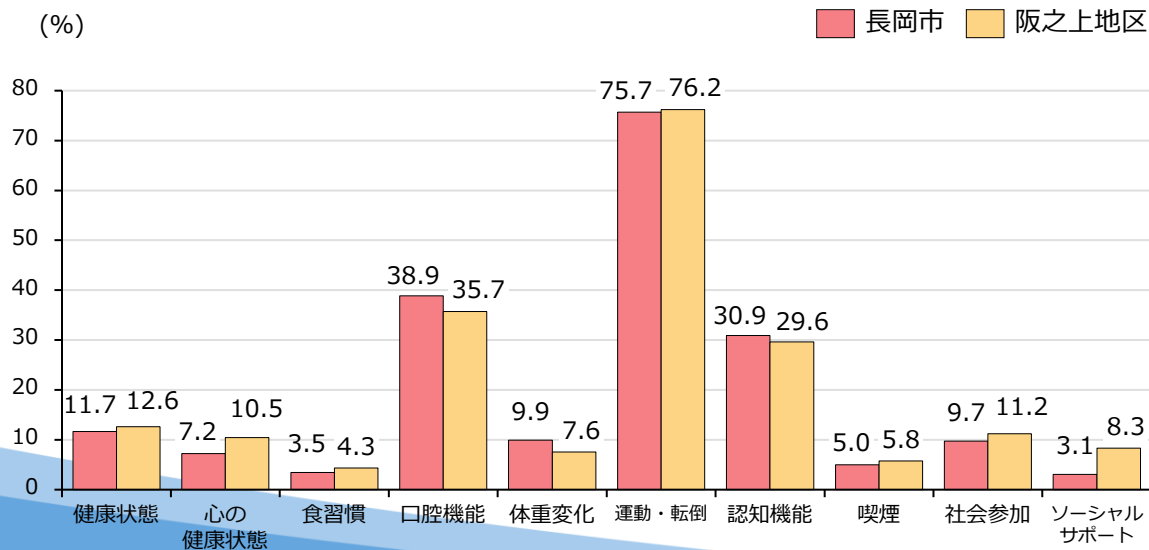
○後期高齢者健診 受診率



○有所見割合（保健指導・受診が必要な人）



○問診の結果から（リスク有の人の割合）

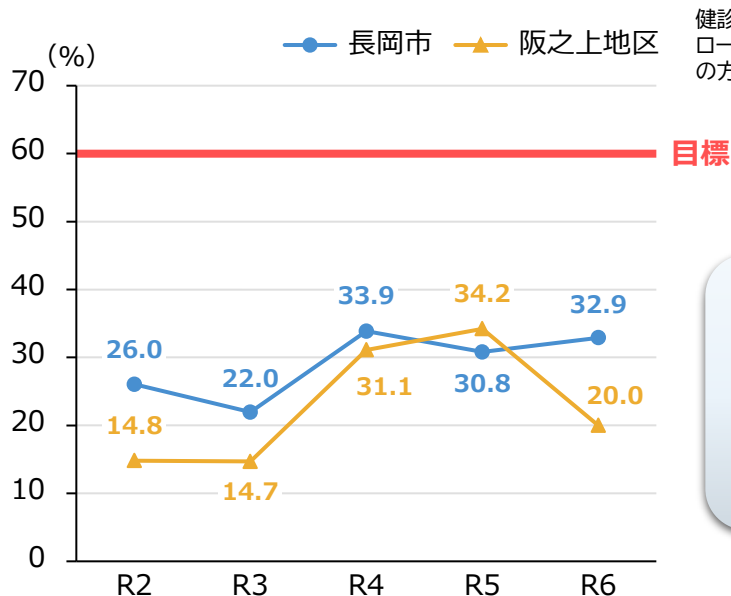


項目	質問内容	回答内容
健康状態	あなたの現在の健康状態はいかがですか	「あまりよくない」又は「よくない」
心の健康状態	毎日の生活に満足していますか	「やや不満」又は「不満」
食習慣	1日3食きちんと食べていますか	「いいえ」
口腔機能	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	「はい」
	お茶や汁物等でむせることがありますか	「はい」
体重変化	6カ月間で2〜3kg以上の体重減少がありましたか	「はい」
運動・転倒	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	「はい」
	この1年間に転んだことがありますか	「はい」
	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	「いいえ」
認知機能	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされていますか	「はい」
	今日が何月何日かわからない時がありますか	「はい」
喫煙	あなたはたばこを吸いますか	「吸っている」
社会参加	週に1回以上は外出していますか	「いいえ」
	ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	「いいえ」
ソーシャルサポート	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	「いいえ」

※口腔機能、運動・転倒、認知機能、社会参加はOR条件 出典：KDB_S27_009_介入支援対象者一覧

■生活習慣病重症化予防対策

○特定保健指導利用率（市国保加入者）

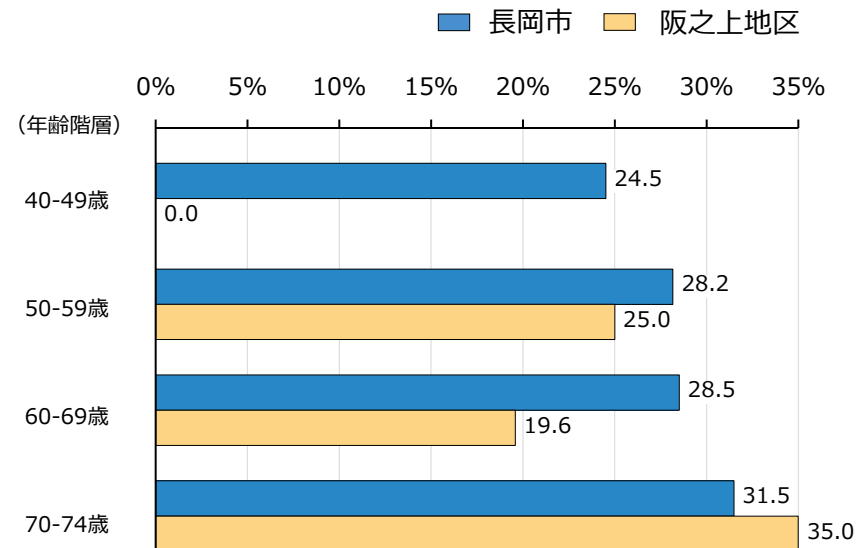


健診を受けた結果、メタボリックシンドロームのリスクのある40～74歳までの方を対象に行う健康サポートです。

利用率順位
32 位 / 41地区

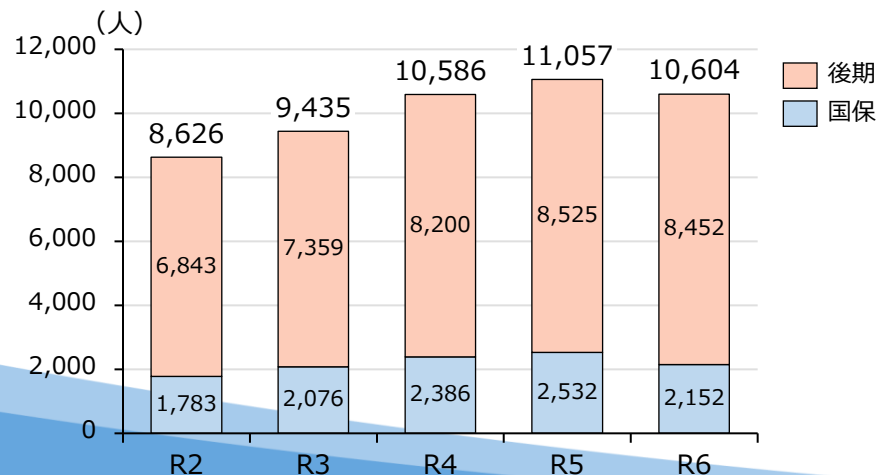
出典：R2～R4：長岡市健診データ（健康かるて）
R5～R6：法定報告値

○メタボ該当者及び予備群（市国保加入者）



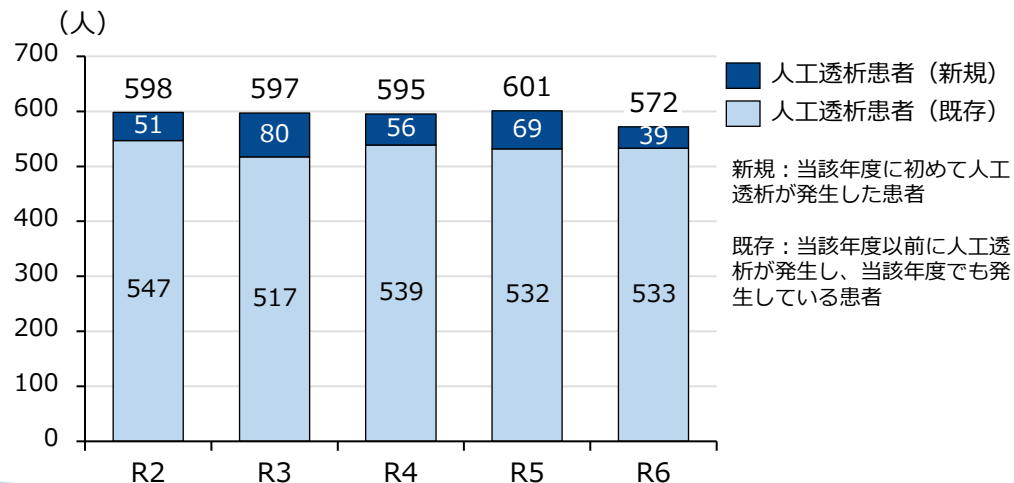
出典：KDB_S27_009_介入支援対象者一覧

○長岡市の脳血管疾患患者数



出典：長岡市国保・後期レセプトデータより算出

○長岡市の人工透析患者数



出典：長岡市更生医療データ

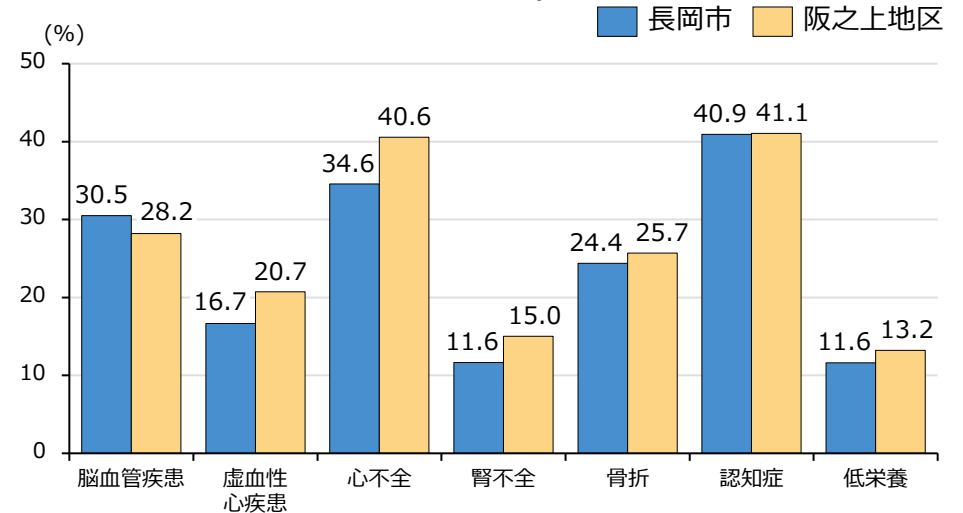
■ 介護の状況

○長岡市の要介護原因別疾病上位5位（令和6年度）

	1号		2号
	65-74歳	75歳以上	40-64歳
1位	脳血管疾患 (17.5%)	認知症 (27.8%)	脳血管疾患 (43.5%)
2位	認知症 (14%)	脳血管疾患 (10.4%)	悪性新生物 (17.5%)
3位	悪性新生物 (10.3%)	関節疾患 (9.2%)	認知症 (8.4%)
4位	パーキンソン病 (8.4%)	骨折・転倒 (8.9%)	糖尿病 (8.4%)
5位	骨折・転倒 (7.4%)	心疾患 (6.5%)	パーキンソン病 (5.8%)

出典：長岡市介護保険課「原因疾病集計」

○介護認定者の有病状況（75歳以上）



出典：S21_011_厚生労働省様式（様式1-1）、KDB_S24_004_後期高齢者の医療（健診）・介護実況状況

健康づくりのための取組

①地域ごとの健康課題について分析します。



⑤地域の中で、活動を振り返り、改善点を次年度へ活かします。



健康づくり
サイクル



②地域の中で、健康課題に即した健康づくりについて意見交換をします。



④活動を実施します。



③実施計画を作成します。

長岡市では、市民の皆さまの健康をサポートするため、下記のような取組を行っています。

特定・後期高齢者健診

1年に1度の健診で
生活習慣病の早期発見！

健康相談・保健指導

保健師・栄養士との健康相談を
活用して生活改善！

各種健康講座

コミュニティセンター等で
お手軽に健康増進！

通いの場でフレイル予防

介護予防サークル等を
活用してフレイル予防！