

6.高齢者の健康

(1)現状と課題

村においても徐々に人口の高齢化が進んでおり、今後も増加していくことが予想されます。高齢者の健康寿命の延伸、生活の質の向上、社会参加等が重要となります。

健康寿命の更なる延伸に向けて、健康な高齢者の就労や社会参加を促進するとともに、疾病等による虚弱化を予防することが重要な課題です。

介護保険要介護・要支援認定者の現状

介護保険認定者の有病状況として、令和元年度から令和4年度のいずれにおいても「心臓病」「筋・骨疾患」「精神疾患」の順に高い割合となっています。

健診による早期発見・生活習慣の改善および適切な治療の継続により、重症化を予防し障害が残ることや介護が必要となることを予防していくことが重要です。

表1 要介護(支援)者有病状況(第1号被保険者)

	R1 年度	R2 年度	R3 年度	R4 年度
認 定 者 数	201 人	207 人	212 人	204 人
糖 尿 病	40 人	50 人	42 人	45 人
糖尿病合併症	7 人	9 人	5 人	6 人
心 臓 病	130 人	144 人	144 人	137 人
脳 疾 患	39 人	47 人	42 人	38 人
が ん	22 人	22 人	22 人	16 人
精 神 疾 患	73 人	84 人	78 人	82 人
筋・骨格疾患	105 人	122 人	114 人	109 人
難 病	7 人	9 人	4 人	3 人
そ の 他	127 人	138 人	140 人	140 人
延 べ 計	543 人	616 人	586 人	570 人

資料：要介護(支援)者有病状況(令和1～4年度累計、KDB)

肥満・低栄養傾向の改善

高齢期の適切な栄養は、生活の質のみならず、身体機能を維持し生活機能の自立を確保する上でもとても重要です。肥満度の指標である BMI 25.0 以上の人は、村における令和 3 年度 65 歳以上の男性は 33.3%、女性 37.1%となっており、男性は減少傾向、女性は増加傾向となっています。(表 2)

また、BMI 20.0 以下(やせ)について、村における令和 3 年度 65 歳以上の男性は 8.9%、女性は 17.8%となっています。男女ともに減少傾向ですが、女性の割合が高い状況です。(表 3)

高齢期は、咀嚼機能・嚥下機能の低下による摂食障害や消化機能の衰えによる食欲低下などにより、食事量が減少し、必要なエネルギーや栄養素が不足した状態(低栄養)になりやすいとされています。

低栄養は高齢者の活力を低下させるだけでなく、筋力低下や疾患のコントロールや予後を悪化させる可能性があります。

地域包括支援センターや各老人クラブ等とも連携しながら、保健指導、栄養指導に取り組む必要があります。

表 2 65 歳以上の肥満者の割合(BMI :25.0 以上)

		H29年度	H30年度	R1 年度	R2 年度	R3 年度
男性	村	38.3%	34.5%	35.0%	26.7%	33.3%
	北海道	30.8%	30.4%	30.6%	31.4%	30.9%
	全国	27.6%	29.7%	31.2%	-	-
女性	村	28.3%	30.9%	37.1%	44.0%	37.1%
	北海道	27.2%	26.7%	26.3%	26.9%	26.0%
	全国	26.6%	27.8%	26.7%	-	-

資料：厚生労働省様式(様式 5-2)健診有所見者状況(男女別・年代別)(KDB)…村・北海道
国民健康・栄養調査(厚生労働省)…全国※令和 2・3 年度については新型コロナウイルス感染症の影響により調査中止

表 3 65 歳以上のやせ傾向の割合(BMI :20.0 以下)

		H29年度	H30年度	R1 年度	R2 年度	R3 年度
男性	村	10.0%	12.7%	6.7%	17.8%	8.9%
	全国	12.5%	10.3%	12.4%	-	-
女性	村	22.7%	21.8%	14.5%	14.0%	17.8%
	全国	19.6%	20.3%	20.7%	-	-

資料：特定健診及び後期高齢者健診受診者(平成 29 年度～令和 3 年度)…村
国民健康・栄養調査(厚生労働省)…全国※令和 2・3 年度については新型コロナウイルス感染症の影響により調査中止

後期高齢者健診受診率の現状

後期高齢者においても、定期的に健診を受診し、生活習慣病等の疾病の発見の遅れや重症化を防ぐとともに、自らの健康状態を確認することが重要です。健診受診により適切な療養の維持、QOLの確保や介護予防につなげることが期待できます。

村の後期高齢者健診の受診率は、増減はありますが減少傾向にあります。北海道・十勝との比較では、令和3年度まではいずれも上回っていますが、令和4年度では、十勝を下回っています。

表4 後期高齢者健診受診率

	H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度
村	20.44%	21.49%	16.58%	19.47%	17.96%
十 勝	19.01%	18.02%	16.40%	18.02%	19.41%
北海道	14.24%	13.94%	11.52%	12.75%	13.88%

資料：北海道後期高齢者広域連合健康診査受診率(平成30年度～令和4年度)

(2) 目標

- ☐ 健康寿命の更なる延伸に向けて、高齢者の心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病対策の推進
- ☐ 運動機能維持の取り組みの推進
- ☐ 低栄養傾向(BMI20.0 以下)の高齢者(65 歳以上)の減少における取り組みの推進

指 標	第 2 期計画策定時	現 状	目 標
後期高齢者健診の受診率	20.6%	17.96 %	増加傾向へ
低栄養傾向(BMI20.0 以下)の高齢者の割合	男性 6.5% 女性 17.9%	男性 8.9% 女性 17.8%	減少傾向へ

(3) 第 3 期計画における対策・取り組み

項 目	内 容
介護保険認定者の原因疾患に多くみられる心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病対策	・後期高齢者健診および健診結果を活用した保健指導の実施 ・健診項目に、心電図、眼底検査、貧血の詳細項目を全員実施 ・老人クラブ等での健康相談、健康教育
運動機能の維持	・まる元運動教室の開催 ・ポロシリ大学や老人クラブ等での「ロコモティブシンドローム」についての知識の普及、運動についての健康教育
低栄養傾向(BMI20.0 以下)の高齢者(65 歳以上)の減少における取り組みの推進	・まる元運動教室で、食事・栄養に関する健康教育 ・食育サポーターによる健康料理の普及啓発
口腔機能の維持・向上	・まる元運動教室で、口腔のケアに関する健康教育、口腔機能維持のための体操等の取り組み ・老人クラブ等での歯科衛生士による個別相談