

地区ごとで見る

大田区 の健康データ

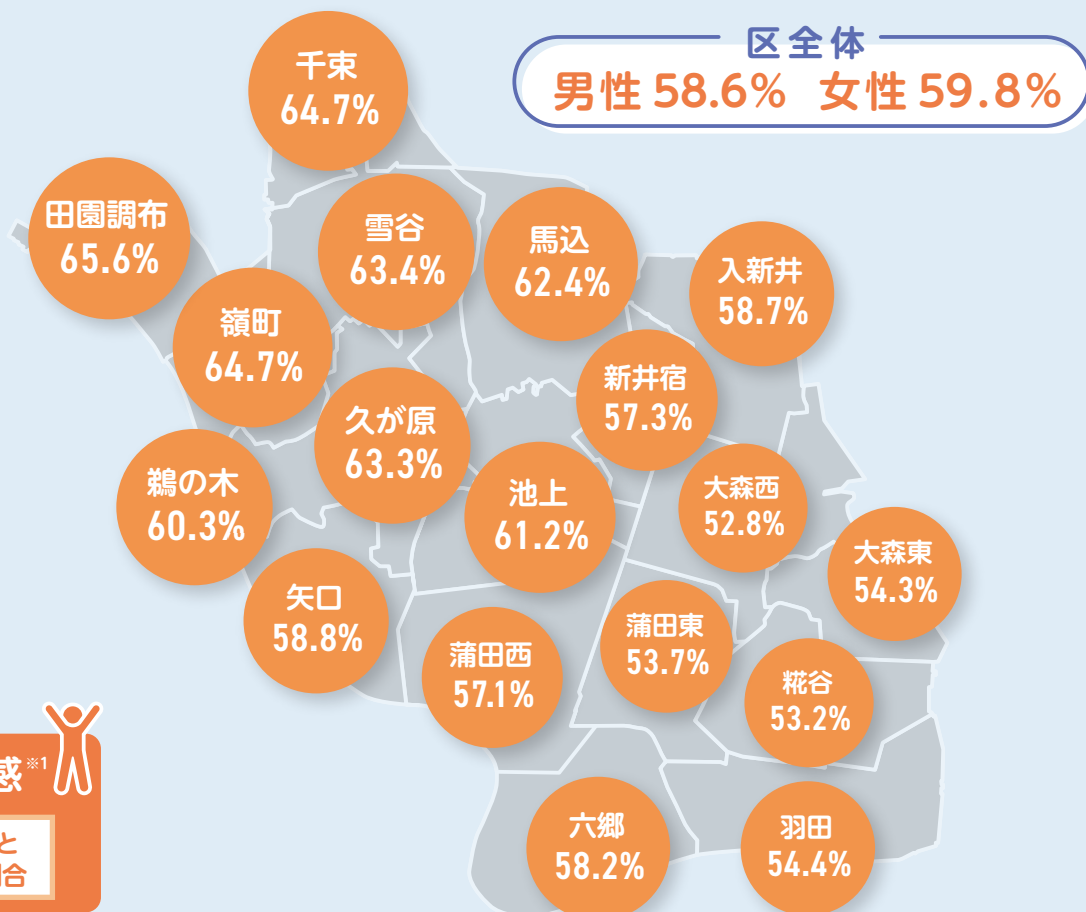
大田区では、令和2年度より5年間、東邦大学と共同で、区の保有する健康診断などのデータや区民の皆さまへの質問票調査結果を分析し、18地区ごとの健康特徴や健康課題を把握するプロジェクトを実施しました。そこから見えてきた大田区の健康データをご紹介します。

「自分は健康だ」と感じていますか？



主観的健康感※1

「自分は健康だ」と感じている方の割合



区内18地区の健康づくりの特徴とは？



地区ごとに健康づくりの特徴があることが見えました！

今回ご紹介する分析結果は一例ですが、いずれの地区にも強みや課題があることが見えてきました。

歩行時間※1



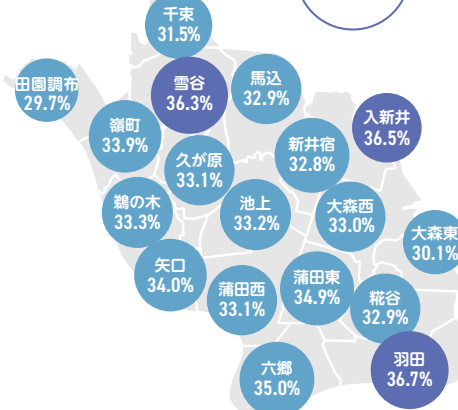
1日60分以上の割合

円の大きさ = 数値の大きさ

歩行時間の多い3地域

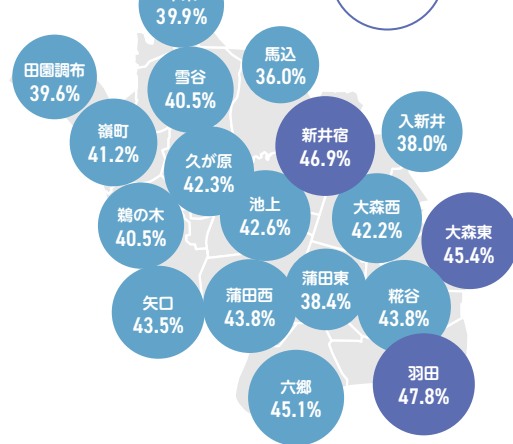
男性

区全体
33.5%



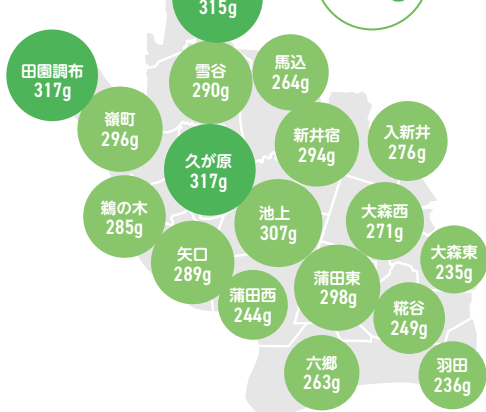
女性

区全体
42.0%



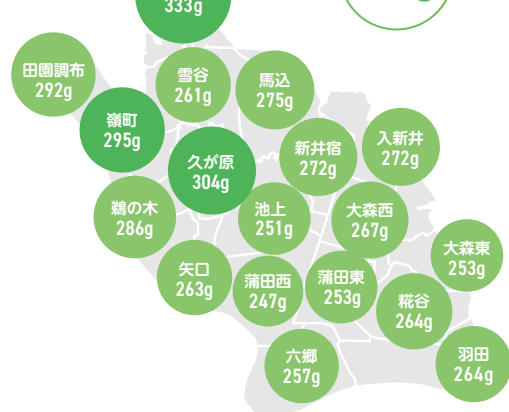
男性

区全体
280g



女性

区全体
273g



野菜摂取量※2

緑黄色野菜と
淡色野菜の摂取量の合計

円の大きさ = 数値の大きさ

野菜摂取量が多い3地域

睡眠の質※1



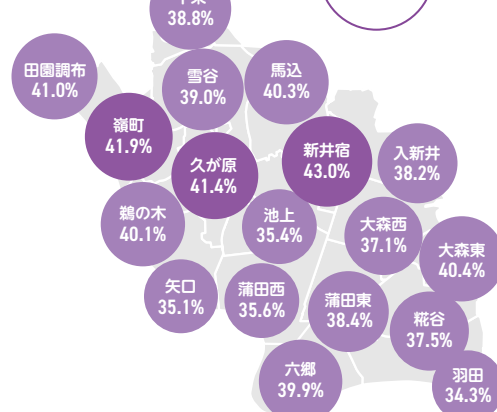
睡眠の満足度

円の大きさ = 数値の大きさ

睡眠の満足度が高い3地域

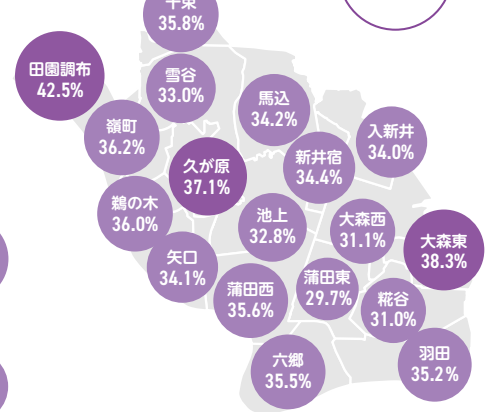
男性

区全体
38.8%



女性

区全体
34.8%



「自分は健康だ」と感じることは大切なこと！

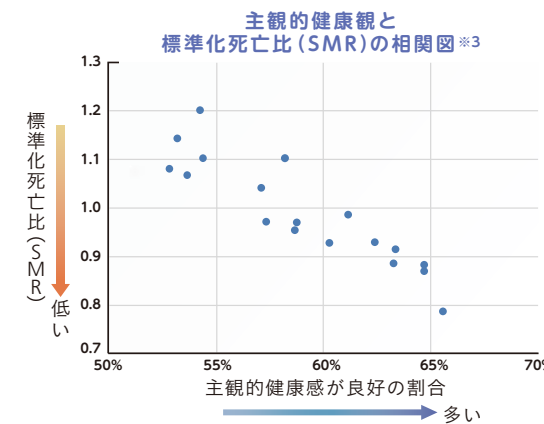
自分は健康だと感じることは、普段の健康への心がけや生活と関連があることがわかりました。

〈主観的健康感が高い地区の特徴〉

健康のために普段から歩くことを
心がけている方が多い

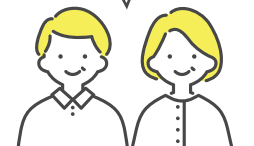


スポーツ、趣味、娯楽活動に
参加する方が多い



健康だと感じている方が多い地区ほど死亡率は低いという傾向もわかりました。

健康への取り組みを
参考にしてみよう！



健康のために心がけていることは何ですか？

大田区の皆さまが健康のために実践していることを一部ご紹介します。

調査結果※1を参考に“自分は健康だ”と感じるよう、皆さまもできることから取り組んでみてはいかがでしょうか？

運動



普段から歩く _____ 65.3%
日常的に運動をする _____ 32.9%

食事



食品の選択に気を付ける _____ 62.3%
規則正しく3食食べる _____ 49.6%
塩分、油分を控える _____ 40.3%

休養



十分な睡眠をとる _____ 59.3%
自分なりにストレスを解消する _____ 45.6%
友人、家族や地域の人と交流する _____ 30.2%

歯と口腔



歯みがきを丁寧に _____ 77.7%
デンタルフロスや歯間ブラシを使う _____ 50.7%

健康診断・がん検診



健診(特定健診等)を受診する _____ 72.4%
歯科健診を受診する _____ 43.9%
がん検診を受診する _____ 33.3%

※1 「大田区キラリ☆健康調査2023」(令和5年に20歳～89歳の区民36,000人を対象に実施)の有効回答数14,059人分の結果より。
※2 「大田区キラリ☆健康調査」(令和3年に20歳～89歳の区民36,000人を対象に実施)の対象者のうち9,000人に実施した簡易型自記式食事歴法質問票(BDHQ)の有効回答2,826人分の結果より。
推定エネルギー必要量を摂取したと仮定しエネルギー調整を行った値。

※3 平成27年～令和4年の8年間の全死因標準化死亡率(SMR)と「大田区キラリ☆健康調査2023」(令和5年に20歳～89歳の区民36,000人を対象に実施)の有効回答数14,059人分の結果より。

データを活用した健康啓発を進めています！

地区の健康の特徴を 健康づくりのきっかけに！

● 小学校での健康教育 ●

主に6年生を対象とした生活習慣病予防に関する授業を行い、啓発用チラシを配布しました。



これまでの調査・分析結果を基に、令和4年度からモデル事業として、小学校、地域、企業へ生活習慣病予防を目的とした健康啓発を実施してきました。啓発の中で、健康への興味や関心を持ってもらい健康づくりにつなげていくため、地区の健康の特徴を伝えています。小学校、企業等への健康啓発は、継続して実施していく予定です。

● 地域や企業への啓発 ●

地区の健康の特徴を踏まえ、健康測定や栄養バランス啓発などを実施しました。



お住まいの地区の健康の特徴を知って 健康づくりをしてみましょう！



調べてみませんか？



二次元コードから、地区ごとの特徴や課題を見ることができます。
ご自身、ご家族、あなたの大切な人などが「自分は健康だ！」と
感じるよう、日々の健康づくりの参考にしてみてください！



18地区の健康の特徴はコチラ

