

地区ごとで見る

大田区 の健康データ

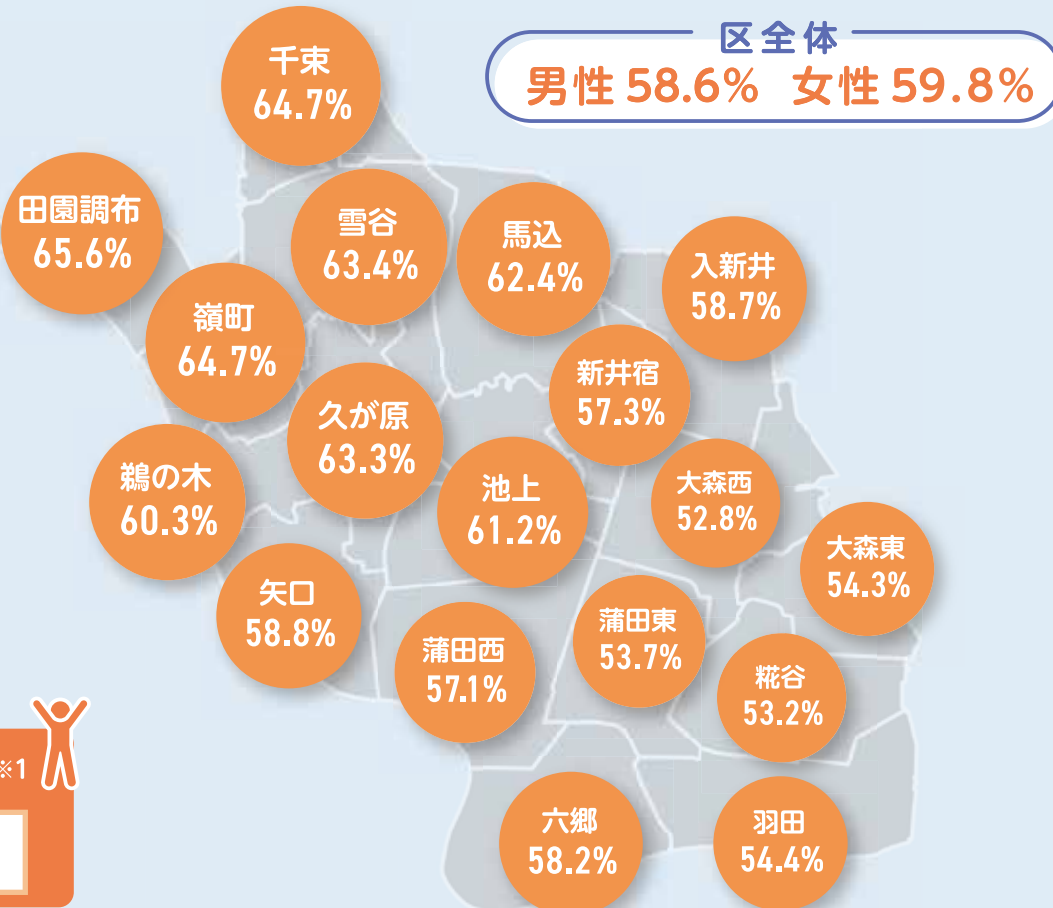
大田区では、令和2年度より5年間、東邦大学と共同で、区の保有する健康診断などのデータや区民の皆さまへの質問票調査結果を分析し、18地区ごとの健康の特徴や健康課題を把握するプロジェクトを実施しました。そこから見えてきた大田区の健康データをご紹介します。

「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



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！

小学校への健康教育

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。



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



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
310g

女性

区全体
302g

野菜摂取量※2

野菜、きのこ、海藻の合計値

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%

※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。



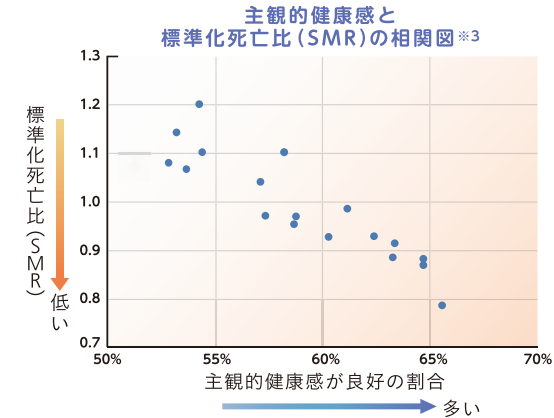
「自分は健康だ」と感じることは大切なこと！

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〉※1

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。

標準化死亡率(SMR)：人口構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標。ある集団の死亡率が、基準となる集団と比べてどのくらい高いかを示す比。ここでは区全体を基準=1とした値を算出。



健康のために心がけていることは何ですか？

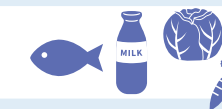
大田区の皆さまが健康のために実践していることを一部ご紹介します。調査結果※1を参考に「自分は健康だ」と感じるよう、できることから取り組んでみてはいかがでしょうか？

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



歯みがきを丁寧にする 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%

※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。