

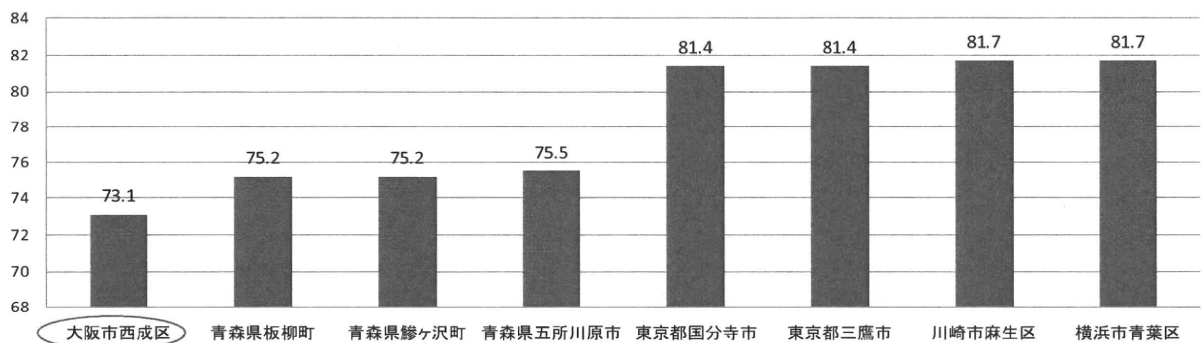
1. 健康調査の概要

1) 明らかにしようとしたこと

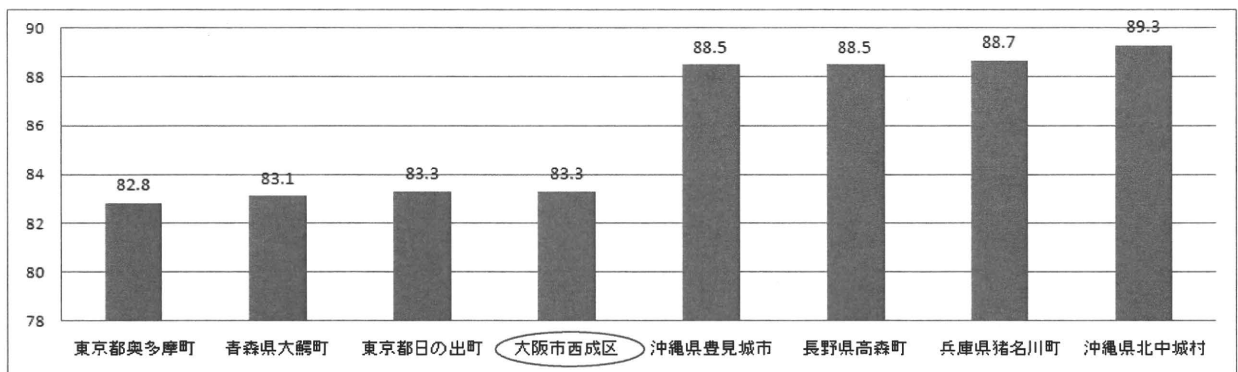
調査の目的～健康のまちづくりに向けた私たちのミッション～

- ① 西成区は、死亡率や結核罹患率がとくに高いまちです。2005年の全国市町村区の調査では、西成区は男性平均寿命が最も短く73.1歳、女性は4番目に短く83.3歳でした（厚生労働省『平成17年 市区町村別生命表の概況』2008年）。このような結果をもたらしている要因を、西成区北西部住民の方々について、健康と社会生活の両面から探ろうというのが、この調査の目的です。

男性、平均寿命の短い4市区町村と長い4市区町村（2005年）



女性、平均寿命の短い4市区町村と長い4市区町村（2005年）



西成区の平均寿命、全国等との比較

市町村区	男性		女性	
	平均寿命	西成区との差	平均寿命	西成区との差
全国	78.8	+5.7	85.5	+2.5
大阪府	78.2	+5.1	85.2	+1.9
大阪市	77.0	+3.9	84.5	+1.2
西成区	73.1	-	83.3	-

- ② この西成区北西部の住民の健康実態を調査するにあたって、病歴や通院状況はもちろん、生活習慣の特性、仕事、所得や暮らし向き、住環境、そして人や社会との関係などさまざまな社会的、経済的要因にも立ち入って調査をしました。また、これらの結果を踏まえて、地区住民の健康回復に向けたまちづくりの取り組みを提案します。まちづくりへの参加、それによる豊かなつながりづくり、相互信頼と気遣いによりたがいに包摂しあう関係づくりを提案します。

## 1. 健康調査の概要

# 2) 健康状態をはじめ、多くのことを聞きました

## 多様な年齢階層、北西部地区住民全体を網羅した調査

- ① 調査の内容：アンケート調査での質問内容は、年齢や家族構成と学歴、健康状態や健康診断受診の有無、食生活や嗜好に関する事項、就労状況、収入や日ごろの暮らし向きに関する事項、住居環境、家族・友人や社会とのつながりなどの社会生活に関する事項など、多岐にわたる質問内容で構成されています。
- ② 調査の時期と方法：「西成健康実態調査」は、2009年1月から3月までの3ヶ月間をとおして、西成区北西部にお住まいの男女、20歳以上を対象に調査を実施いたしました。回答は、アンケート用紙を各世帯に留め置きし後日回収に回す方法と、会場に集まっていただいて一斉に回答をお願いする方法をとりました。また、個人情報の保護については、十分な配慮をして調査に取り組みました。
- ③ 回答者数：アンケート調査に回答の協力をしていただいた方は2,337名でした。そのうち、有効回答数は2,264票でした。大変多くの住民の方々のご協力を得ることができました。この有効回答者の地区別の内訳は、以下の表のとおりです。なお、これらの内訳は、実際の各地区の人口構成の特徴に近くなるように考慮して、回答者を抽出しました。
- ④ しかし、有効回答者においては、65歳以上の高齢者が全体の50.0%と半数を占めています。西成区の統計によると、この北西部地区の高齢者の割合が39%であり、これと比べて、今回の調査では高齢者の割合が多くなっています。他方、20歳代・30歳代の若い層は合計で14.2%と少なくなっています。壮年層にあたる40歳以上64歳までが35.9%でした。  
また、男女比は、男44.9%、女55.1%とやや女性が多くなっていました。  
地区別の構成では、出城・三開・長橋、鶴見橋・旭、北津守の順で、有効回答数が少なくなっています。

アンケート調査有効回答者の地区別・年齢階層別・男女別の内訳

年齢 (歳)	出城・三開・長橋		鶴見橋・旭		北津守		合計			%
	男	女	男	女	男	女	男	女	計	
20～29歳	24	44	21	24	14	12	59	80	139	6.1%
30～39歳	48	58	12	24	20	21	80	103	183	8.1%
40～49歳	56	87	29	32	31	29	116	148	264	11.7%
50～59歳	78	87	33	28	28	28	139	143	282	12.5%
60～64歳	83	84	38	26	16	17	137	127	264	11.7%
65～74歳	152	224	103	69	58	66	313	359	672	29.7%
75歳以上	91	158	49	75	32	54	172	287	459	20.3%
小計	532	742	285	278	199	227	1,016	1,247	2,263	100.0%
65歳以上 (再掲)	243	382	152	144	90	120	485	646	1,131	50.0%
合計(%)	1,274(56.3%)		563(24.9%)		426(18.8%)		2,263(100.0%)			

## 2. 西成区北西部住民の社会経済的特徴

### 1) 住民の学歴と世帯構成

#### ① 地域住民の学歴水準は全国平均に比べ低い

下の表は、調査対象となった北西部住民の最終学歴を示しています。これをみると、高齢者に比べ、若い人ほど、学歴水準が高くなっている傾向がうかがえます。

しかし、全国と比較すると、以前学歴の低さが歴然としています。たとえば、2009年の全国の高校進学率は97.9%でした(『学校基本調査』より。以下同様)。すなわち、全国の中卒率は2.1%となります。これに対し、北西部住民の20～34歳の中卒率は11.7%と、きわめて高くなっています。また、高校中退率も高くなっています。2008年の高等学校の中退者率は1.4%であったが、この地区では、20～34歳の人たちで8.0%と極めて高くなっていた。

西成区北西部住民の最終学歴

	中学校卒業		高校中退		高校卒		専門学校・短大・高専卒		大学以上卒		その他		合計	
	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
20～34歳	25	11.7%	17	8.0%	108	50.7%	37	17.4%	15	7.0%	11	5.2%	213	100.0%
35～44歳	31	14.0%	27	12.2%	115	51.8%	34	15.3%	14	6.3%	1	0.5%	222	100.0%
45～54歳	43	16.9%	21	8.3%	130	51.2%	33	13.0%	24	9.4%	3	1.2%	254	100.0%
55～64歳	194	45.3%	30	7.0%	144	33.6%	31	7.2%	27	6.3%	2	0.5%	428	100.0%
65～74歳	406	61.6%	38	5.8%	157	23.8%	27	4.1%	19	2.9%	12	1.8%	659	100.0%
75～84歳	248	69.7%	13	3.7%	65	18.3%	17	4.8%	3	0.8%	10	2.8%	356	100.0%
85歳以上	55	73.3%	0	0.0%	4	5.3%	2	2.7%	2	2.7%	12	16.0%	75	100.0%
合計	1002	45.4%	146	6.6%	723	32.8%	181	8.2%	104	4.7%	51	2.3%	2207	100.0%

#### ② 世帯構成

2005年の全国の家帯構成(『平成19年国民生活基礎調査』)と比べると、「夫婦と未婚の子のみの世帯」の割合が著しく低く、「ひとり親と未婚の子のみ世帯」の割合が高くなっている。また、一人暮らし世帯は高齢者に多い。とくに、後者は、20～29歳で38.1%と、いずれの家帯類型よりも高くなっている。平均家帯構成員数は、全国の2.63人に対して、北西部では2.43人である。

西成区北西部住民の家帯家族構成

	夫婦のみ世帯		一人暮らし世帯		夫婦と未婚の子のみの世帯		ひとり親と未婚の子のみの世帯		三世帯世帯		その他世帯		合計	
	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
20～29歳	6	4.3%	7	5.0%	40	28.8%	53	38.1%	17	12.2%	16	11.5%	139	100.0%
30～39歳	7	3.8%	24	13.2%	81	44.5%	43	23.6%	11	6.0%	16	8.8%	182	100.0%
40～49歳	22	8.3%	33	12.5%	115	43.4%	52	19.6%	18	6.8%	25	9.4%	265	100.0%
50～59歳	52	18.5%	45	16.0%	63	22.4%	38	13.5%	19	6.8%	64	22.8%	281	100.0%
60～64歳	80	30.3%	60	22.7%	16	6.1%	16	6.1%	16	6.1%	76	28.8%	264	100.0%
65～74歳	267	39.7%	243	36.2%	30	4.5%	40	6.0%	10	1.5%	82	12.2%	672	100.0%
75～84歳	120	32.2%	168	45.0%	8	2.1%	30	8.0%	16	4.3%	31	8.3%	373	100.0%
85歳以上	13	15.3%	48	56.5%	0	0.0%	9	10.6%	3	3.5%	12	14.1%	85	100.0%
合計	567	25.1%	628	27.8%	353	15.6%	281	12.4%	110	4.9%	322	14.2%	2261	100.0%
全国平均 2009年	22.1%		25.0%		31.3%		6.3%		8.4%		6.9%		100.0%	

注:母子・父子家庭は、子どもの年齢に関わらず、子どもが未婚の場合のすべてを含む。

## 2. 西成区北西部住民の社会経済的特徴

### 2) 住民の就業構造と世帯所得

#### ① 就業者では自営業者と非正規雇用者が圧倒的に多い

この地域の調査対象者のなかで 65 歳未満の者は 1,121 人でした。このうち、就業者の割合は 69.9%です。これは、2010 年の全国値 56.6% (ただし年齢は 15 歳以上 65 歳未満) に比べて約 14% も高くなっています。男性は 75.7% (全国平均 67.7%)、女性は 64.9% (全国平均 46.2%) で、とくに女性の就業率の高さが目立っています (『労働力調査』平成 22 年の平均結果)。

就業者の就業形態別構成は、下の表のとおりです。西成区北西部の場合、自営業者 (自営業主・家族従業者) が全国の 3 倍の割合を占めており、また、雇用者全体に占める非正規雇用者の割合がほぼ 6 割と、これも全国の数値 34.3% に比べ 2 倍近い割合を占めています。これらのことから、この地域の就業者には、自営業と非正規雇用という不安定な就業状態にある者が圧倒的に多いことがわかります。

就業者の構成、西成区北西部と全国の比較

	自営業者	雇用者		その他	合計	
		(正規雇用者 / 雇用者)	(非正規雇用者 / 雇用者)			
西成区北西部	37.4%	61.7%	24.8% (40.2%)	34.9% (59.8%)	0.9%	1,121 人 100.0%
全国	12.7%	81.3%	53.4% (65.7%)	27.9% (34.3%)	0.0%	6,256 万人 100.0%

注：「自営業者」は、「自営業主」と「家族従業者」を含む。

全国の数値は、『労働力調査(詳細集計)』平成 22 年度平均の数値である。

#### ③ 所得水準

この就業構造から、この地区には低所得層が多いことが推測されます。下図のように、調査対象住民の平均年間世帯所得は 242 万円であり、65 歳未満の勤労世帯だけをみても 308 万円でした。全国では、2007 年の平均世帯所得は 556 万円 (『平成 19 年国民生活基礎調査』) であり、相当大的な差があります。

1 世帯員の平均所得を推計すると、同地域住民の場合 118.1 万円でした。これに対し、全国平均所得 207.1 万円に比べ、89 万円も差がありました。また、世帯員一人あたりの等価所得<sup>※</sup>は、地域住民の場合 165.7 万円であり、2007 年の全国の再配分後のそれは 348.7 万円でした (『平成 17 年所得再分配調査報告書』)。ここでは、2 倍以上もの差があります。これらのことから、同地域住民の所得水準の低さがわかります。

また、生活保護率も。高齢者を中心に著しく高くなっています。

北西部住民の所得水準

	年間平均世帯所得	1 世帯員平均所得	等価所得
西成区北西部住民	242 万円	118.1 万円	165.7 万円
全国 (2007 年)	556 万円	207.1 万円	348.7 万円

北西部住民に占める生活保護受給者数

	人数	%	調査対象者
20~39 歳	18	5.6%	322
40~64 歳	84	10.4%	809
65 歳以上	235	20.8%	1129
小計	337	14.9%	2260

(※ 等価所得：ある計算式により、世帯の構成員の生活水準を表すように調整した所得のこと)

## 2. 北西部住民の社会経済的特徴

### 3) 暮らし向きをどうみているのだろうか？

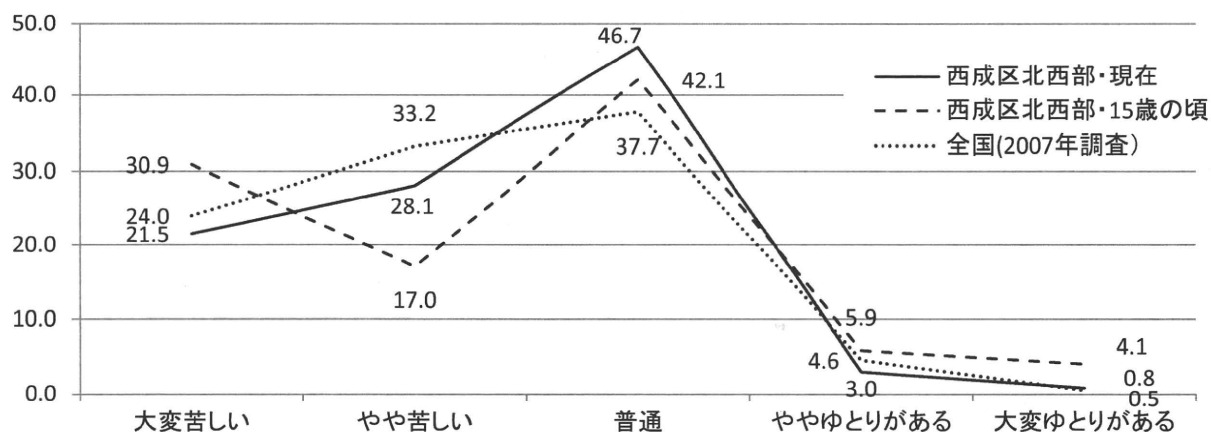
#### ① 暮らし向きについての意識

北西部住民において、暮らし向きを「苦しい」と回答した人は49.6%（「大変苦しい」21.5%「苦しい」28.1%）、「普通」が46.7%であり、「ゆとりがある」（「ややゆとりがある」「大変ゆとりがある」の合計）はわずか3.8%でした。先の『平成19年国民生活基礎調査』によると、2007年の全国調査の結果では、「苦しい」と回答した人は57.2%（「大変苦しい」24.0%、「やや苦しい」33.2%）、「普通」37.7%、「ゆとりがある」（「ややゆとりがある」「大変ゆとりがある」の合計）は5.1%でした。

北西部住民では、実際の所得水準が全国の平均よりも相当に低いにもかかわらず、生活意識では、「苦しい」と感じている人の割合が7.6%も少ないという逆転した結果が出ました。また、「普通」と感じている人が、全国調査より9%高くなっています。

これはなぜだろう。一般に暮らし向きの意識は、本人のニード（必要欲）との比較で決まる傾向がありますが、このニードは比較対象となる他人と比べる中で高まります。この地域住民の結果は、地域内の近隣住民と比較したり、また自分の過去と比較したことによると思われる。

暮らし向きについての意識の比較 (%)



#### ② 過去の暮らし向きについての意識

これに関連して、15歳の頃の暮らし向きについてどう思っているかを質問しました。すると、「苦しい」（「大変苦しかった」30.9%「やや苦しかった」17.0%の合計）47.9%、「普通」42.1%、「ゆとりがあった」（「ややゆとりがあった」5.9%「大変ゆとりがあった」4.1%の合計）10.0%でした。

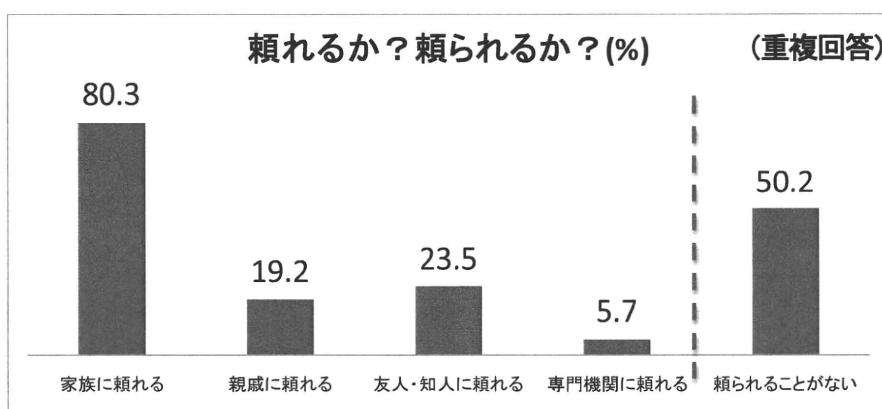
15歳の頃に比べ現在の方が「苦しい」と思っている人が1.7%と少し増え、また今の方が「ゆとりがある」と思っている人6.2%も減っています。全体的に、暮らし向きが悪くなったと考える人が、わずかだが多くなりました。

## 2. 北西部住民の社会経済的特徴

### 4) 家族、友人・知人、地域との豊かなつながり

#### ① 「頼れる」「頼られる」というつながりの豊かさがある

困ったときに「頼れる」人として多くの人が挙げたのが、「家族」でした。「友人・知人」は意外と少ない。このことから、「友人・知人」との関係が薄いとみることも可能です。しかし、地域住民の経済状況を考慮すれば、友人・知人にはなかなか頼れないというのが本音だろう。同様に、人に「頼られる」ことがないと答えた人もが50.2%と多くいました。

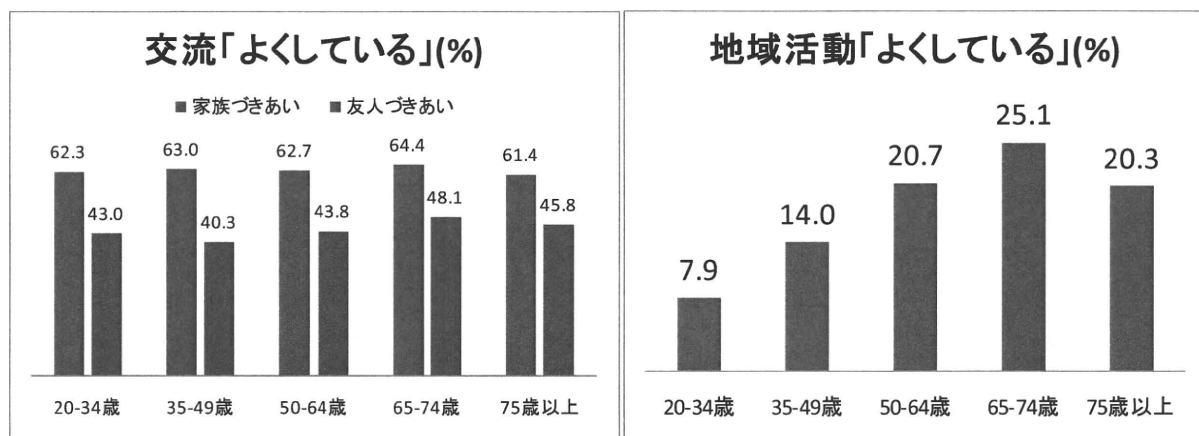


#### ② 地域での様々なつながりの有無

他方、さまざまな交流活動（家族や友人・知人とのつきあい、ボランティアなど地域活動）で、「よくしている」と回答した人を、年齢階層別に示してみました。

すると、家族や友人とのつきあいでは年齢層による違いはほとんどなく、高くなりました。地域活動については、「よくしている」のは、34歳以下では7.9%と少なく、50歳以上の年齢層では20%以上と高くなりました。高齢者の地域活動への参加率は高く、これは地域の高齢者組織「西成くらし組合」などが一定機能していることを示しています。とはいえ、まだまだそこにつながりを持つことができていない高齢者が多いことも事実です。

他方、この北西部において、若者の地域活動への参加状況はよくありません。このような傾向は、一般によくみられます。しかし、地域でのつながりを厚みのあるものにするには、これら若者が地域社会とつながる方策を考える必要があるでしょう。



## コラム1 健康づくりの失敗談と成功談

### 【失敗談 食生活の改善について】

健康診断の悪い結果を見るたびに、自分の不摂生を痛感せざるを得ないのですが、大きな要因として食生活があるように思います。

私は飲酒の習慣はないのですが、コーラなどの炭酸飲料や甘いものを好むので、糖分の摂取量が多くなっていたり、自炊の習慣がなく、食事は出来合いの惣菜か外食が中心のため、高カロリー、高塩分の食事になっているという問題があります。

さらに運動の習慣もありません。加齢とともに代謝が落ちてきたことも重なり、数年前までは肥満以外では特に問題がありませんでしたが、血圧や尿酸値が高い状態になってきました。健康を意識した食生活をする必要があることは頭ではわかっているつもりなのですが、なかなか実行出来ていないのが現状です。

(Sh)

### 【体験談 禁煙について】

私は現在、たばこは吸っていません。6年前に禁煙して、今は吸っていません。

私が初めてたばこを吸ったのは15歳の時で、周りの友達が吸っていたことがきっかけでした。体調のことなど気にせず、毎日約30本吸っていました。その後、何度か禁煙しようと試みましたが、たばこはなかなかやめられず、45歳までたばこを吸っていました。

私がたばこをやめたきっかけは、知人がたばこのせいで体調不良となり、お医者さんに止められたことでした。私も体調を考えてやめることを決意しました。今では、たばこをやめたことで、咳がなくなるなど体調も以前より良くなりました。みなさんも1度、禁煙にチャレンジしてみてください

(Y)

### 3. 西成区北西部住民の健康、10の特徴

## ☆ ここで明らかにしたいこと

### ① 住民の健康をめぐる9つの特徴

西成区北西部住民の社会経済的特徴を紹介しました。多くの住民が、社会的、経済的にさまざまな困難をかかえていることがわかりました。

次に、この調査によって明らかとなった西成区北西部住民の健康状態の特徴を、10点に整理して示しておきましょう。それらをひとまずあげておくと、次のものとなります。

- 1) 高血圧による通院率が全国の2倍
- 2) 糖尿病による通院率は全国の2倍を越す
- 3) 脳卒中による通院率もやはり高い
- 4) こころの病気を持つ者がかなり多い
- 5) 多くの人がうつ状態にある
- 6) 主観的健康感のよくない人が多い
- 7) 喫煙率とアルコール依存率が高い
- 8) 勤労連霊層では健康診断受診率が低い
- 9) 社会経済的要因と健康との関連
- 10) 「楽しく暮らしている」は健康にプラス要因

### ② 生活習慣という観点、社会経済的環境という観点

一般に日本人の3分の2近くが生活習慣病によって亡くなっていると言われていています(厚生労働省健康局ホームページ)。また、生活習慣病とは、毎日のよくない生活習慣の積み重ね(喫煙、過度の飲酒、運動不足、食事のかたよりなど)によって引き起こされる病気のことを言います。たとえば、その代表的な病気は、高血圧、糖尿病、脳卒中、心臓病、肥満、脂質異常症などであり、さらには悪性新生物(がん)も含まれます。

死因	割合
悪性新生物(がん)	30.4%
心臓病	16.0%
脳血管疾患	11.8%
肺炎	9.9%
不慮の事故	3.5%
自殺	2.8%
老衰	2.6%
腎不全	2.0%
肝疾患	1.5%
慢性閉塞性肺疾患	1.3%

} 生活習慣病  
計 58.2%

他方、こころの病気にかかる人も、近年増えています。具体的には、精神および行動の障害、摂食障害、統合失調症、うつ病、神経症のことを言いますが、1990年代中ごろ以降とくに摂食障害やうつ病にかかる人が急増しています(『平成16年版 厚生労働白書』)。こころの病気も、よくない生活習慣が深く影響しているといわれています。

しかし、これらの生活習慣病やこころの病気は、本人がもつ個人的な要因によってのみ生じていると考えるのか、それだけでなく仕事や経済的状态、人とのかかわりなど社会的な要因も深く関わっているのか、この点も気になるところです。以下では、北西部住民の社会経済的特徴にも目配りしながら、北西部住民の健康の特徴をみていこう。

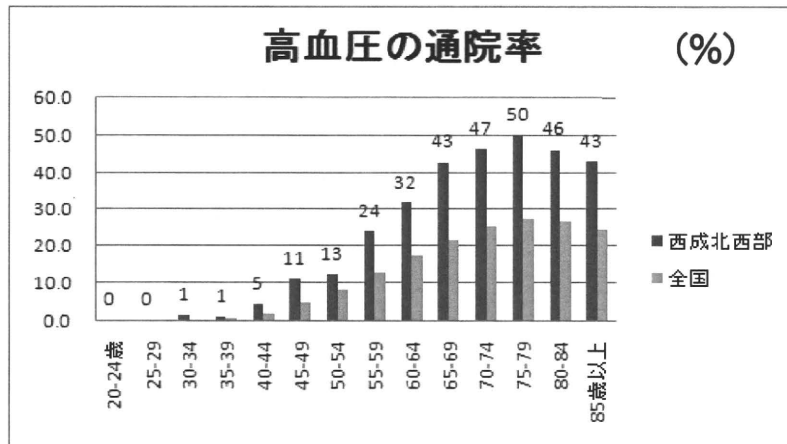


### 3. 西成区北西部住民の健康、10の特徴

## 1) 高血圧による通院率が全国の2倍

### ① 実態：高齢者にとくに高い通院率

高血圧(140/90mmHg以上)は高齢者に多く、男性では50代で女性では60代で50%を超えます。70歳以上になると、男性では71.4%、女性では73.1%が高血圧になり、グンと多くなります(『平成18年国民健康・栄養調査』)。下の図のように、この病気による通院者の割合は、55歳以上の方で北西部住民は全国平均の2倍以上という驚異的な高さとなっています。



全国データの出典：『平成19年度国民生活基礎調査』

### ② 高血圧がもたらす悪影響

高血圧になると、動脈は高い圧力に負けまいと壁を厚くし、これによって血液成分が動脈の内壁に入りこみ、この内壁にコレステロールが加わると動脈硬化を起こします。この動脈硬化は、とくに多くの血液を必要とする臓器である脳や心臓等に害を及ぼします。

からだ全体に血液を高い圧力で送り出す心臓は、高血圧によって多くのエネルギーを必要とするようになり、心臓の筋肉をふやして大きくなります(心肥大)。また、心筋に酸素と栄養を運ぶ冠動脈の血管が詰まって心筋が血液不足になると、狭心症や心筋梗塞といった心臓病になります。つまり高血圧は、血管や心臓、さらに脳に障害をもたらします。

### ③ 原因

高血圧になりやすくする危険因子には、遺伝、肥満、耐糖能異常(糖尿病予備群)、ストレス、喫煙、塩分の多い食事、飲酒の習慣などがあります。遺伝によって高血圧になる確率は、両親とも高血圧の場合約50%、片方の親だけの場合には30%前後といわれます。その他の環境的な危険因子は、長年の生活習慣がもとで高くなるものばかりである。

### ④ 対策

子どもの頃から、高血圧にならない生活習慣を身につけることが大切です。チェックポイント項目として、①濃い味つけのものが好き、②野菜や果物はあまり食べない、③運動をあまりしない、④ストレスがたまりやすい、⑤お酒をたくさん飲む、⑥たばこを吸う、⑦血糖値が高いと言われたことがある、⑧脂っぽい食べものが好き、などがあげられます。

### 3. 西成区北西部住民の健康、10 の特徴

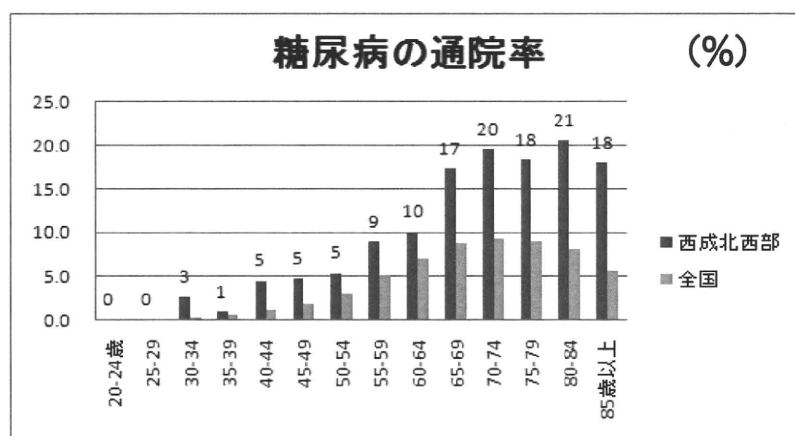
## 2) 糖尿病による通院率は全国の2倍を超す

### ① 糖尿病とはどんな病気？

糖尿病は、血糖値（血液中のブドウ糖の割合）が高くなることから起こる病気です。からだを動かすエネルギー源であるブドウ糖は、血液の流れに乗ってからだ中の細胞に運ばれます。しかし、インスリンというホルモンが足りなくなると、ブドウ糖が運ばれず血糖値が高くなります。こうして、全身のエネルギーが足りなくなる病気です。糖尿病は、はじめは自覚症状がないため、検査で糖尿病とわかっていても治療を受けない人が多くいます。しかし、発症から10～15年放置すると、他の病気との合併症を引き起こします。糖尿病網膜症、糖尿病腎症、糖尿病神経障害が3大合併症です。また、高血圧や脂質異常症のある人が糖尿病になると、その症状を悪化させます。

### ② 実態：これも高齢者の通院率が高い

全国には糖尿病の疑いが強いが890万人おり、そのうち4割は治療を受けていません。糖尿病で死ぬ人が年間1万4千人おり、合併症の病気にかかる人も多くいます。西成区北西部住民の糖尿病での通院率は全国の2倍を超え、65歳以上の年齢層できわめて高く、問題が深刻です。



全国データの出典：『平成19年度国民生活基礎調査』

### ③ 原因と対策

糖尿病の原因は、遺伝や加齢もあるが、ほとんどは生活習慣です。このため、対策は、肥満を防ぎバランスのよい栄養が大事です。具体的には、①野菜をたっぷりとり、②甘いものや脂っぽいものは食べすぎない、③薄味にする、④調味料をひかえめに、⑤多いときは残す、⑥決まった時間に時間をかけて食事をする、⑦ひとり分を取り分けて食べる、⑧ながら食いはやめる、⑨小ぶりのお茶碗を使う、⑩適度の運動をすることがあげられます。

肥満計測にはBMI（ボディ・マス・インデックス）基準が使われ、病気が一番少ない体重を、統計的に割り出したものです。判定は、22が最も病気が少ない値であり、18.5未満⇒低体重、18.5以上25未満⇒普通体重、25以上⇒肥満となります。あなたのBMIを計算してみよう。

$$\text{BMI} = \text{体重} \text{ kg} \div \text{身長} \text{ m} \div \text{身長} \text{ m}$$

### 3. 西成区北西部住民の健康、10の特徴

## 3) 脳卒中による通院率は極端に高い

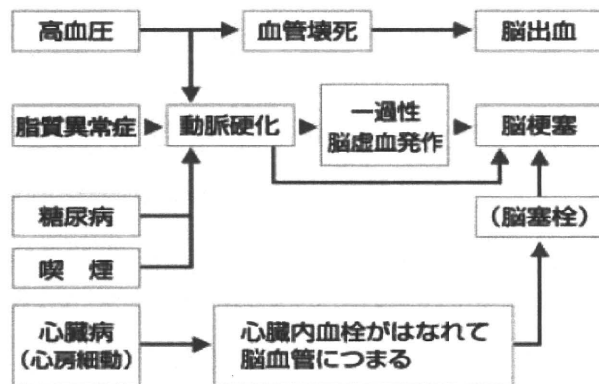
### ① 脳卒中とはどんな病気？

脳卒中は、脳の血管が詰まったり破れたりして、その先の細胞に栄養が届かなくなって、細胞が死んでしまう病気です。前者の代表が脳梗塞、後者の代表が脳出血です。昔は脳出血が多かったが、今日では脳梗塞が多くなっています。詰まったり破れたりして機能に損傷を受けた脳の部分が、その機能の不全によって、からだの片側がマヒしたり、言葉が出なくなったり、ものが飲み込めなくなったりといった症状が出てきます。さらにこれが進行して寝たきりになると、使わない筋肉がこわばって動かなくなるという合併症も出ます。

### ② 原因

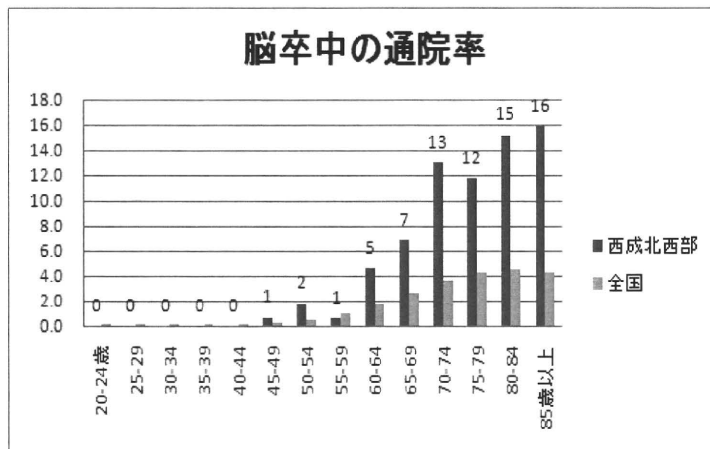
この原因は、高血圧、脂質異常症、糖尿病、心臓病などの生活習慣病や、喫煙といった生活習慣にあります。その因果関係を示したのが、右の図です。

生活習慣病と脳卒中の因果



### ③ 脳卒中による通院率

この脳卒中によって通院者の割合は、北西部住民においては、全国平均の3~4倍という極端な高さとなっています(下図)。そして、この病気も、高齢者に多くみられます。



全国データの出典：『平成19年度国民生活基礎調査』

### ③ 対策

高血圧や糖尿病と同様に、よくない生活習慣をあらためることが必要です。繰り返しになりますが、肥満の克服、運動不足の解消、大量飲酒を控えること、禁煙することが大切です。

### 3. 西成区北西部住民の健康、10 の特徴

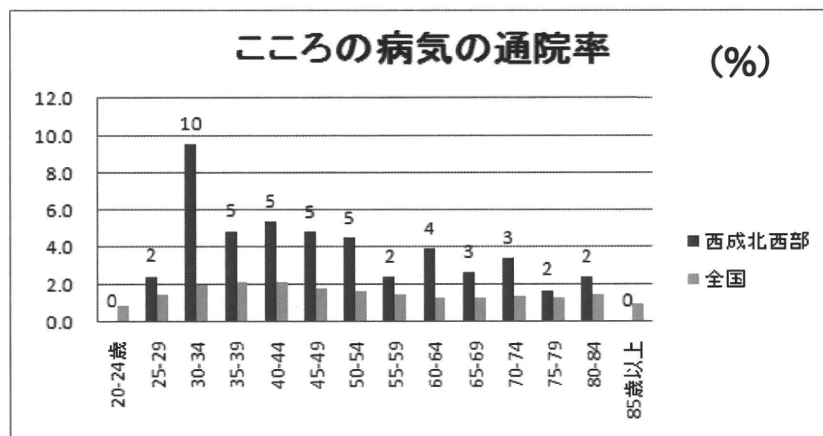
## 4) 若者も含め、こころの病気を持つ者がかなり多い

### ①こころの病気とは何か？

こころの病気には、うつ病、気分変調症、躁うつ病（双極性障害）、強迫性障害、摂食障害、統合失調症、アルコール依存症、薬物依存症、パニック障害・不安障害、PTSD（心的外傷後ストレス障害）、認知症など、さまざまなものがあります。それらは、憂鬱（ゆううつ）、不安・緊張、幻聴、不眠、食欲不振、リストカット、ひきこもり、イライラや怒りっぽさなどの症状として現れます。また、全国の患者数は、気分障害患者（躁うつ病・うつ病・気分変調症など）に限ってみても 104.1 万人（厚生労働省『自殺・うつ病等対策プロジェクトチームとりまとめについて』2010 年）、ひきこもりは 70 万人いると推定されており（内閣府『ひきこもりに関する調査』2010 年）、1990 年代中ごろ以降増加しています。

### ③ 西成区北西部住民にこころの病気での通院者が多い

先に示した 3 つの生活習慣病と同じく、こころの病気でも、北西部住民には全国平均に比べて著しく高い通院率が明らかとなりました。しかも、30 歳以上 54 歳までの成人の通院率の高さが際立っています。



全国データの出典：『平成 19 年度国民生活基礎調査』

### ④ 原因をどう考えるか？

現代社会では、厳しい経済情勢が続く中で、一方で雇用の不安定化が進み、他方で企業の雇用管理が変化しています。また、家庭や地域社会の中での人間関係の希薄化が進んでいます。これらの変化にともなって、こころの病気が増えていると言われています。

こうした日本社会全体の変化は、この北西部住民に対しても大きな影響を及ぼしていると考えられます。しかし、先に示したこの地域の経済社会状況の厳しさは、差別とともに、かなり以前から続いてきたものです。したがって、この地域の住民のこころの病気は、現代社会特有の要因によるだけでなく、歴史的に蓄積されてきた差別と排除のという要因も無視できません。

こころの病気には、大量の飲酒、喫煙、摂食障害などのよくない生活習慣との相関関係がみられます。これらのことから、この地域住民のよくない健康状態は、生活習慣と深くかかわっている可能性が高いし、また住民の置かれた経済社会的状況との関連も無視できないように思えます。

### 3. 西成区北西部住民の健康、10の特徴

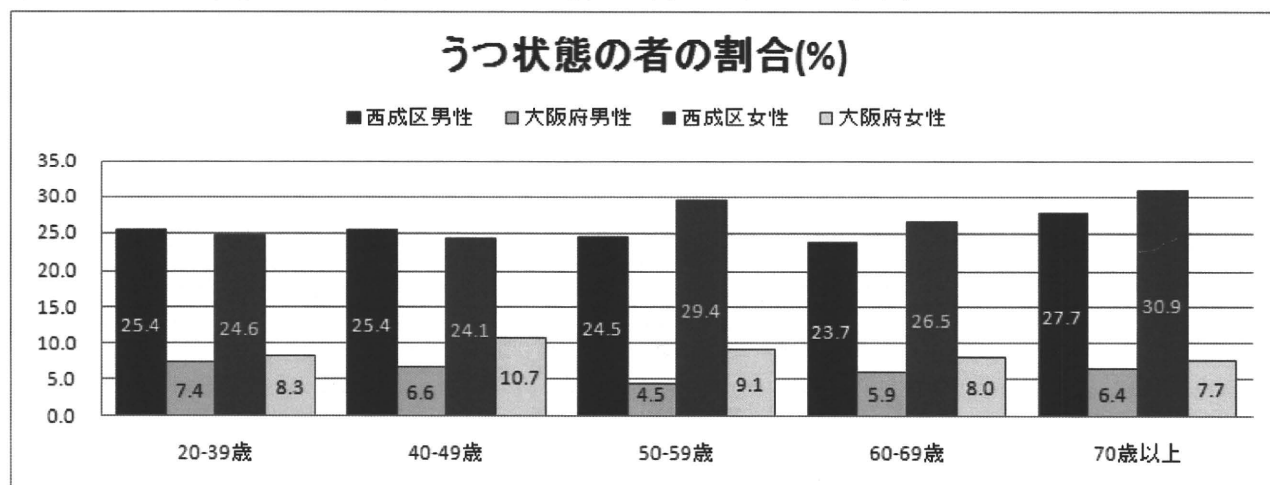
## 5) 多くの人がうつ状態にある

### ①うつ病と現代社会

「30代の“うつ”～会社で何が起きているのか～」を特集した2007年6月29日の『NHKスペシャル』では、上場企業200社のうち6割がこの3年間で「こころの病が増加した」と回答し、若い働き盛りの世代に“うつ”が増えていることを紹介しました。そして、合理化・効率化のしわ寄せが現場を担う30歳代にのしかかり、成果主義や裁量労働制の新しい働き方が多くの働き手を「孤立」に追いやっていることを指摘しました。これをきっかけに、現代日本の社会問題として、うつ病が大きく注目されるようになりました。

### ②北西部住民のなかには、多くのうつ状態の人がみられる

西成区北西部住民のうつ状態についての調査結果を、大阪府内のある調査と比較すると、その状況がよくわかります。この結果をみると、北西部住民においては、20歳代以上のすべての年齢階層にわたって、また男女問わず、約25%もの多くの人がうつ状態にあります。大阪府の調査結果では6～10%程度ですから、およそ3～4倍もの高さとなっています。



出所：大平哲也ほか（2007）「心理的健康の維持・増進のための望ましい生活習慣についての疫学研究」『日本公衆衛生雑誌』54巻4号。

注：大阪府のデータは、2001～2002年に大阪府立健康科学センターで健康診断を実施した住民7,947人についての調査によるものである。

### ④さまざまな社会経済問題とうつ病

しかし、北西部住民のうつ状態は、企業社会の変容によるものではありません。この地域の住民の場合、そうした上場企業で働く人はごくまれだからです。では、これほど多くのうつ状態を生み出した原因は何でしょうか。調査では、「いやな思いをさせられるような言葉やふるまいを受けたことがあるか」を聞きました。すると、年齢階層に関係なく平均で29.0%の人が「ある」と答えました。具体的には、「西成に住んでいること」12.8%、「同和地区に暮らしていること」8.0%などをはじめ、さまざまな差別や排除の問題が指摘されました。また、安定しない雇用やそれによる低所得もまた、うつ状態の原因の一つと推測されます。

こうしたうつ状態は、よくない生活習慣をもたらすこととなります。

西成区北西部地区の子どもたちの生活習慣について、全国、大阪府との比較をしてみたいと思います。

#### 1. 朝食を食べているかどうかの調査

全国との比較で朝食を十分に取れていない児童・生徒の割合が、長橋小学校で4倍、北津守小学校で3倍、梅南中学校で1.6倍、鶴見橋中学校が2.2倍となっています。朝食を十分に取れていない子どもたちの割合が依然多い状況になっています。

#### 2. 何時に寝ていますかという調査

この調査において、小学校で0時以降に寝ていると答えた児童が全国と比較して、松之宮小学校、北津守小学校で4倍、長橋小学校で6倍となっています。朝7時に起きるとすると、8時間の睡眠が取れている児童は5割に満たない状況となっていました。また、中学校では1時以降まで起きている生徒は梅南中学校で2倍、鶴見橋中学校で2.7倍となっていました。

#### 3. 保護者の「子どもの健康」への意識の低さ

地区の学校の保健室の調査では、歯の治療については、痛くならないと治療にいかない子どもたちが全国調査と比べて多く、保護者の治療に対する意識の低さがうかがえます。

また、視力の問題では、痛みやかゆみの症状がないために子どもからの訴えがなければわからないことと、めがねを作るのに保険や医療券が使えないことが影響し、めがねを作ることが少なくなっています。こうしたことから、保護者の「子どもの健康」に対する意識の低さがうかがえます。

#### 4. 「受動喫煙」

「受動喫煙」により、子どもの歯の色が悪くなっていたり、歯茎の色が黒っぽくなっている子どもが近年増えているそうです。これは、地区の学校医の先生からの情報です。

#### 4. カルシウム不足

コンビニ弁当やファーストフードなどによる食の偏りや家庭での野菜摂取不足が進んでいます。また、中学校給食の廃止から牛乳を飲むことが減ったため、カルシウムの不足が起きているかもしれません。さまざまな場面で、子どもたちが「イライラ」している様子が認められます。これには、カルシウムの不足が関係しているかもしれない。

(T)

### 3. 西成区北西部住民の健康、10の特徴

## 6) 健康維持にとって大事な主観的健康感、これも低い

### 主観的健康感

これは、自分がどの程度健康と考えているのかを示す指標です。多くの研究によって、この主観的健康感とは、①疾病の有無やその後の死亡や身体機能低下の予測力を示すとともに、②主観的幸福感・生活満足度・抗うつなどの心理的状態、③社会関係などを総合的に反映する健康評価指標であるとみなされています。その意味で、これは健康状態を示す重要な指標です。

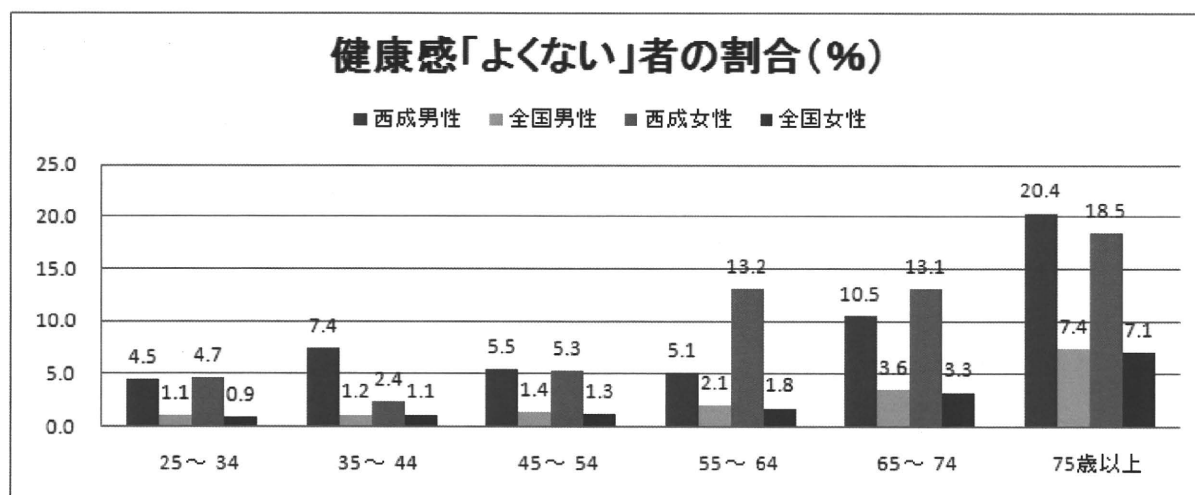
これに関する調査結果を、全国調査のデータ（『平成19年国民生活基礎調査』）と比較してみよう。下のp表を見ると、北西部住民に主観的健康感が「あまりよくない」「よくない」がきわめて多いことがわかる。

主観的健康感の比較

		とても良い		まあよい		あまりよくない		よくない		不明		合計	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
西成区北西部住民	男性	162	13.0%	574	46.0%	357	28.6%	142	11.4%	12	1.0%	1247	100.0%
	女性	136	13.4%	529	52.1%	251	24.7%	97	9.5%	3	0.3%	1016	100.0%
	合計	298	13.2%	1103	48.7%	608	26.9%	239	10.6%	15	0.7%	2263	100.0%
全国調査(2007年)	男性		21.5%		59.1%		9.9%		1.8%		7.6%		100.0%
	女性		18.4%		59.3%		12.4%		1.8%		8.1%		100.0%
	合計		19.9%		59.3%		11.2%		1.8%		7.9%		100.0%

全国調査では、「普通」の選択肢もあるが、「まあ良い」との合計値を示した。

次に、「よくない」という回答のみを取り上げ、これの性別・年齢階層別に全国と比較してみよう。そうすると、自身の健康について「よくない」と回答した者の割合は、いずれの年齢階層においても、北西部住民の方が相当高くなっている。高齢者、とくに75歳以上になると、「よくない」人の割合が2割前後に達している。



### 3. 西成区北西部住民の健康、10 の特徴

## 7) 喫煙率とアルコール依存率

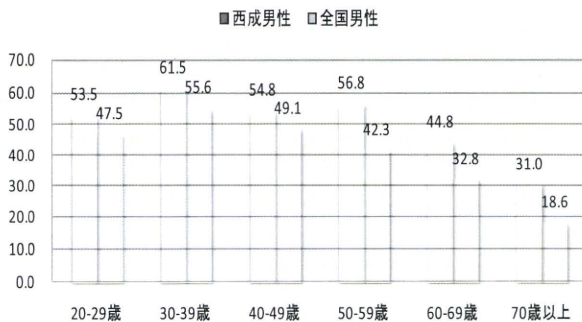
### ①喫煙率の高さ

タバコとアルコール依存症は、生活習慣病の要因と言われます。この実態を見ていきましょう。

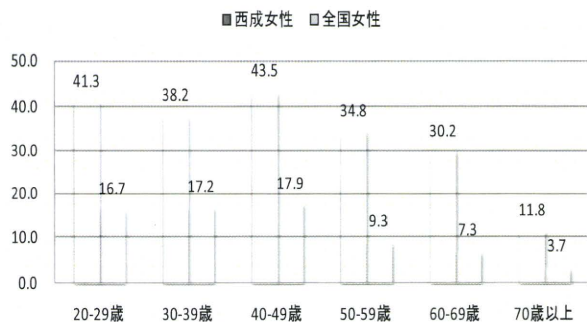
北西部住民と全国（厚生労働省『2008 年国民健康栄養調査』）との比較を行ってみると、男性では、全国平均が 36.8%であるのに対して、北西部住民の喫煙率は 45.8%でした。女性では、全国平均が 9.1%であるのに対して、同地区住民では 29.1%と 3 倍以上の高さとなっています。

また、性別・年齢階層別に喫煙率を取り比較すると、下の図のようになります。いずれの年齢層においても、北西部住民の喫煙率は高くなっていますが、とくに 20 歳から 49 歳の女性の喫煙率の高さが際立っています。

現在喫煙している者の割合(%) 男性



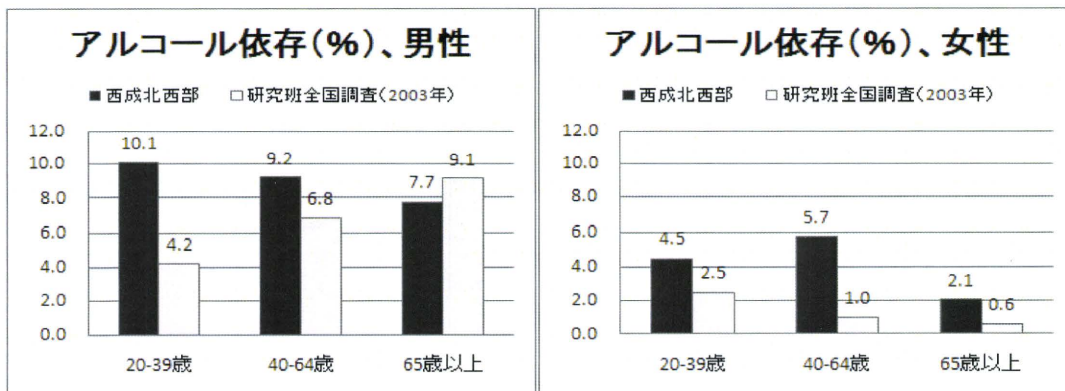
現在喫煙している者の割合(%) 女性



### ③ アルコール依存

アルコール依存の判定として、今回の調査では CAGE テストを用いました。これによると、アルコール依存症（CAGE テスト 2 点以上）とみられる者の割合は、男性で 8.3%、女性で 4.3%でした。全国調査としては、[樋口進ほか、2004] による 2003 年の調査があります。それでは、男性 6.8%、女性 3.8%でした。これと比較すると、北西部住民の方が男女とも高くなっています。

年齢階層ごとに比較すると、男性では、20～39 歳で北西部住民は全国平均の 2 倍以上の高さとなっています。65 歳以上では、逆に低くなっています。女性では、とくに 40～64 歳で 5 害以上の高さとなっています。



樋口進ほか（2004）『成人の飲酒実体と関連問題の予防に関する研究』（厚生労働省科学研究費補助金研究）。



### 3. 西成区北西部住民の健康、10の特徴

## 8) 勤労年齢層では健康診断受診率が低い

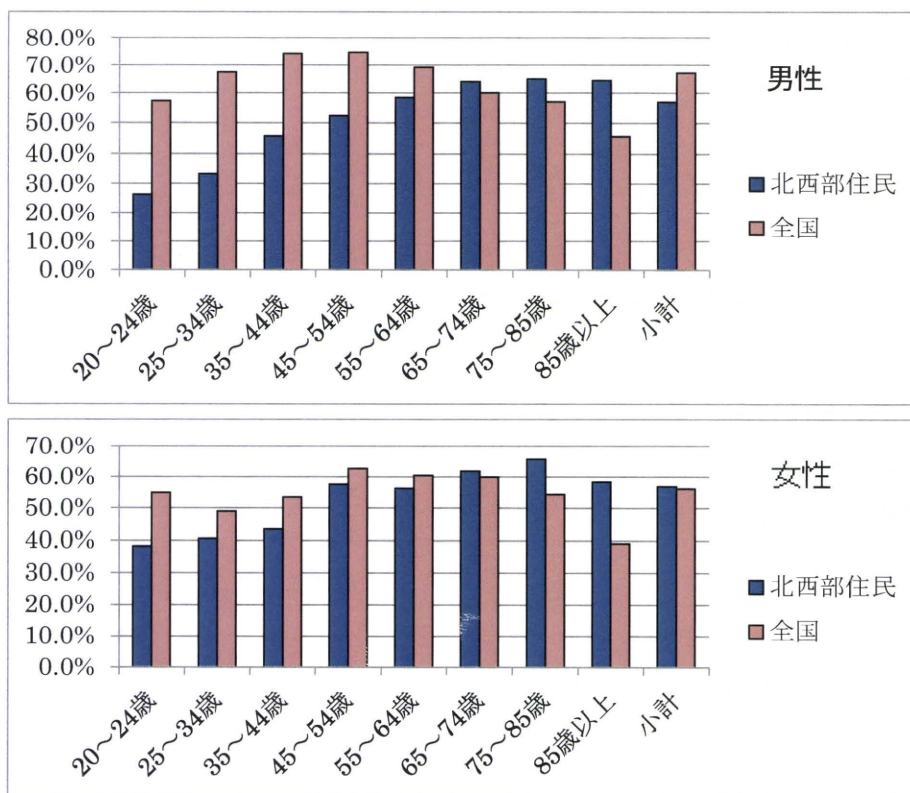
### 健康診断の受診の有無

これも生活習慣としてみなされるが、この受診率（過去1年間の健康診断の有無）は全国平均61.4%（『平成19年国民生活基礎調査』）に比べ、北西部住民では56.9%と低い。

これを、性別・年齢階層別に比較してみると、下図のようになります。男性では、20～64歳にかけて次第に上昇しているとはいえ、全国平均に比べるとかなり低くなっている。これに対し、65歳を超えると、ほぼ65%で安定し、また全国平均より高くなっています。女性の場合は、20～64歳において男性ほどの差はないが、やはり北西部住民の方が低い。そして、高齢になると比較的高い水準で安定している。

65歳までの勤労世帯で健康診断受診率が低い要因は、この地区住民の雇用形態と強く関係している。「2-2) 住民の就業構造と所得」で示したように、この地区には自営業者が37.4%、非正規雇用者が34.9%となっており、健康診断に誘導する仕組みや動機づけが弱い環境にある人が多い。これは、経済的要因が健康診断受診率（＝生活習慣の一つとみなされてきた）と直接に関係していることを示している。

健康診断を「1年以内に受けている」人の割合



## コラム 3

### 地元の健康づくり運動 なにわ筋・ラジオ体操と太極拳

#### なにわ筋でのラジオ体操

毎朝6：30－6：40のラジオ放送に合わせて、なにわ筋沿いで取り組まれているラジオ体操集団をご存じですか。鶴見橋商店街から南の方向の東西の歩道で、7～8人の集団からお一人の方まで数多くの方が、放送に合わせて体操をしています。

ほとんどの方が高齢の方ですが、ご自分の健康づくりのため、習慣的に取り組んでおられるそうです。ぜひあなたも参加してみてくださいはどうか。(Y)

#### 太極拳サークル

私が太極拳を始めたきっかけは交通事故でした。以前はソフトボールを夫婦でしていたのですが、事故後に腰の手術をしてコルセットを24時間つけなければならなくなり、運動ができなくなりました。しかし、健康にはとても関心がありましたので、コルセットをしたままでも何かできないかと思っていた時に、たまたま目に入ったのが「太極拳講習会」の貼り紙でした。自分の中で、太極拳＝ゆっくり＝高齢者でも出来るということで、早速体験で参加してみました。参加した講習会は短期的なものだったのですが、せっかく始めた太極拳をこのまま終わらせたくないと思い、自分で講師・講習場所を手配して生徒を募り、7名からのサークル活動がスタートしました。

交通事故のリハビリのために始めた太極拳でしたが、段検定・指導員免許を取得して今では講師としてガンバっています。毎年の誕生日に受けている健診では、骨密度が10代だと言われて、太極拳を続けてきたおかげだと改めて実感しています。

太極拳は、年齢・性別・体力に応じて個々にやり方を工夫して出来る素晴らしいスポーツなので、これからもずっと続けていきたいと思います。太極拳に関わらず、自分の興味のあるものから始めてみるのはいかがでしょうか！自分の健康・家族の健康のためにも適度な運動が大切ではないでしょうか！！(U)

3. 西成区北西部住民の健康、10の特徴

## 9) 社会経済的要因と健康との関連

### ① 経済的要因と健康との相関関係

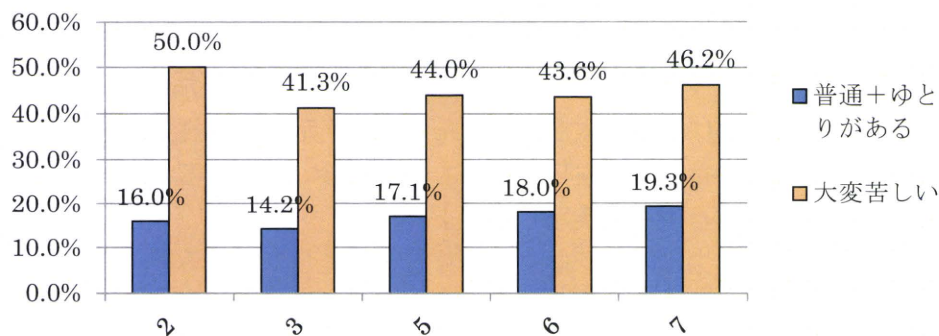
経済状態を反映した生活意識や社会生活の状況は、健康にどのような影響を及ぼしているのでしょうか。この点に関してみていこう。

この地区には自営業者や非正規雇用者が多く（合わせて72.3%）、所得水準も低い。これらは、「暮らし向き」意識において「苦しい」という人が多いという結果をもたらした。下図では、「大変苦しい」と感じている人ほど、喫煙、アルコールへの依存度が高いことがわかります。また、暮らし向きが「苦しい」と感じている人ほど、うつ状態に人が多いこともわかりました。

「暮らし向き」意識と、喫煙及びアルコール依存との相関関係

生活意識	喫煙者の割合	アルコール依存者の占める割合	回答者数
生活が大変苦しい	41.4%	8.3%	100.0%
やや苦しい	38.3%	5.7%	100.0%
普通+ゆとりあり	30.2%	4.9%	100.0%
全体	34.9%	5.9%	100.0%

暮らし向きの違いによるうつ状態の人の割合



### ② 社会的要因と健康との相関関係

たとえば、個人の社会とのつながりの指標の一つとして「頼れる人がいる」「いない」という質問への回答者の中に、「うつである」人がどれほどいるかを聞いてみました。その結果、下図のように、「頼る人がいない」グループでは、43.0%がうつであった。これに対し、「頼る人がいる」グループでは、うつの方は25.7%とそうとう低くなってします。

このように、人とのつながりが希薄になったり、切断されると、うつになる傾向が強まします。

「頼る人がいる」「いない」とうつとの相関関係

	うつである		回答者数 合計	
	人	%	人	%
頼る人がいない	74	43.0%	172	100.0%
頼る人がいる	538	25.7%	2097	100.0%
合計	612	27.0%	2269	100.0%

### 3. 西成区北西部住民の健康、10の特徴

## 10) 「楽しく暮らしている」は、健康プラス要因

### ①日ごろ楽しく暮らしている人が多い

「日頃楽しく暮らしていますか」の問に、どの年齢階層でも70%以上の方が「はい」と答えました。また、「暮らし向きが苦しく」「健康がよくない」と思っているグループでは、「楽しく暮らしている」人は44.3%でしたが、「暮らし向きが苦しく」ても「健康である」グループでは、72.0%が「楽しく暮らしている」と回答しています。このように、「楽しく暮らしている」気持ちと健康には一定の相関関係があります。さらに、「健康がよくない」と思っているでも生活にゆとりができれば、「楽しく暮らせる」と思う人は、79.8%と高い。

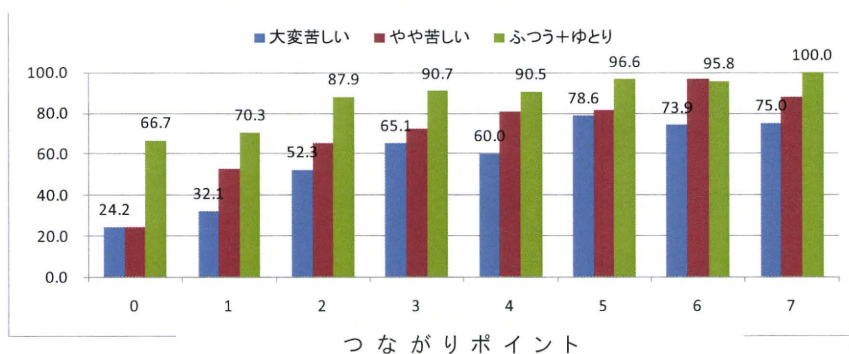
これらのことから、主観的健康感、経済的な暮らし向き、社会とのつながり、そして「楽しく暮らしている」と思える環境と深く関連していることがわかります。

### ②「つながりポイント」が高いと「楽しく暮らしている」と意識し、健康もよい

「つながりポイント」とは：①家族づきあい、②友人づきあい、③家族に頼れる、④親戚に頼れる、⑤友人に頼れる、⑥一緒に夕食をとる家族や友人がいる、⑦配偶者（内縁関係を含む）がいる、の7項目。それぞれ「はい」の回答を1点として合計した値で、満点は7点。これによると、北西部住民の「つながりポイント」の平均は3.46ポイント、男性3.38、女性3.52でした。

下の2つの図をみると、暮らし向きが「大変苦しい」と感じているグループの中でも、つながりポイントが高い人ほど「楽しく暮らしている」と思っている人が多いこともわかった。「健康がよくない」と考えているグループの中でも、つながりポイントが高くなるほど「楽しく暮らしている」と思っている人が多くなっています。

「暮らし向き意識」別にみた、つながりポイントと「楽しく暮らしている」の相関関係



主観的健康感からみた、つながりポイントと「楽しく暮らしている」の相関関係

