

令和6年市町別「お達者年齢」を公表します

(要旨)

県では、令和6年度（令和4年分）から、国及び国保中央会が算出している市町別「平均自立期間」を「お達者年齢」として公表している。
このたび、令和6年分「お達者年齢」をとりまとめたので公表する。

1 県の結果

令和6年の県全体の「お達者年齢」は、男性80.2年、女性84.5年である。
（令和5年お達者年齢：男性80.2年、女性84.3年）

2 市町の結果

お達者年齢が最も長い市町は、男性は島田市、裾野市、川根本町、菊川市で81.2年、女性は磐田市で86.0年であった。

<「お達者年齢」が長い市町トップ5>

男性			
順位	市町	お達者年齢(年)	R5順位
1	島田市	81.2	6
1	裾野市	81.2	5
1	川根本町	81.2	1
1	菊川市	81.2	2
5	磐田市	80.9	3
5	浜松市	80.9	6
	静岡県	80.2	—

女性			
順位	市町	お達者年齢(年)	R5順位
1	磐田市	86.0	4
2	裾野市	85.0	11
2	湖西市	85.0	1
4	焼津市	84.9	25
4	森町	84.9	5
	静岡県	84.5	—

3 「お達者年齢」が長い市町の取組

市町名	順位	取組
裾野市	男性1位 女性2位	寄り道ウォーキング・寄り道試食会、ナイトフィットネス等による運動・野菜摂取促進。8020推進員による歯科保健に関する啓発活動、成人歯周病検診における個別通知等。
島田市	男性1位	しまだ健幸マイレージ、TE・Aプロジェクト（減塩普及啓発事業）、しまトレ推進事業、e-スポーツ事業、ウエルシア薬局との連携協定による移動販売等。
川根本町	男性1位	健診後、要受診となった方への個別受診勧奨。生活支援コーディネーター、話し相手ボランティアの協力によるケアラズカフェ（認知症カフェ）の実施等。
菊川市	男性1位	食事・運動・社会参加をキーワードに野菜摂取や減塩対策、介護予防等を実施。出張健康相談事業、フレイル予防教室、介護予防ボランティアの養成、老人クラブ活動支援等。
磐田市	女性1位 男性5位	体ととのAプログラム、モアベジ350、健幸いわたDAYに合わせたイベント、健幸情報の発信、健康増進課公式インスタグラムの活用、健幸いわたWEEKの設定等。

湖西市	女性 2 位	『湖西市に元気な高齢者を増やす』を目指す姿とし、各種予防事業を展開。地域の通いの場、通いの場における専門職の派遣、一般介護予防教室、ちいーとサポート 等。
焼津市	女性 4 位	介護予防事業にて、ふまねっと教室、運動・栄養・口腔を組合わせた教室を開催。市民主体の焼津ころばん体操の開催会場の増加に取り組む。
森町	女性 4 位	保健福祉センター等で「気軽に健康チェックの日」として健康機器の測定や健康教育・相談を実施。脳活性化教室の実施、ご当地体操の普及、YouTube配信 等。
浜松市	男性 5 位	「ロコモーショントレーニング」等の推進、「はままつ食de元気応援店」との連携による食環境づくり、市公式ヘルスケアアプリの運用（約27,000人利用）、「浜松ウェルネス推進協議会」の運営（約300社の企業・団体が参画） 等。

4 県の取組

- ・市町ごとの健康課題を示した健康マップの作成など、特定健診や死亡等のデータを活用した健康課題の見える化に取り組んでいる。
- ・静岡社会健康医学大学院大学と連携し、特定健診・がん検診の受診率向上等に取り組んでいる。
- ・研修会等を通じて、市町の関係者等に好事例や先進事例を紹介している。

<参考>

- ・「平均自立期間（＝お達者年齢）」は、0歳の人が、あと何年、自立（＝要介護2未満）でいられるかの平均。
- ・当該市町の自立割合、人口あたり死亡数、全国の平均寿命の値を用いて算出。

令和6年「お達者年齢」市町別

男性		
順位	市町	お達者年齢
1	島田市	81.2
1	裾野市	81.2
1	川根本町	81.2
1	菊川市	81.2
5	磐田市	80.9
5	浜松市	80.9
7	湖西市	80.7
7	牧之原市	80.7
9	三島市	80.6
9	藤枝市	80.6
9	伊豆の国市	80.6
12	掛川市	80.5
12	袋井市	80.5
14	富士市	80.4
15	長泉町	80.3
16	焼津市	80.1
16	御前崎市	80.1
18	森町	80.0
18	静岡市	80.0
20	吉田町	79.9
21	函南町	79.7
22	御殿場市	79.5
23	松崎町	79.4
24	沼津市	79.3
24	富士宮市	79.3
26	伊豆市	79.1
27	下田市	79.0
28	清水町	78.8
29	熱海市	78.5
30	小山町	78.4
31	伊東市	78.3
32	南伊豆町	78.0
33	河津町	77.7
34	東伊豆町	76.0
35	西伊豆町	75.5
	静岡県	80.2

女性		
順位	市町	お達者年齢
1	磐田市	86.0
2	裾野市	85.0
2	湖西市	85.0
4	焼津市	84.9
4	森町	84.9
6	富士市	84.8
6	藤枝市	84.8
6	松崎町	84.8
9	吉田町	84.7
9	浜松市	84.7
11	三島市	84.6
11	御前崎市	84.6
13	島田市	84.5
13	御殿場市	84.5
13	牧之原市	84.5
16	小山町	84.4
16	伊豆の国市	84.4
18	富士宮市	84.3
19	袋井市	84.2
20	沼津市	84.1
20	掛川市	84.1
20	清水町	84.1
20	菊川市	84.1
20	静岡市	84.1
25	伊豆市	83.9
26	熱海市	83.8
26	下田市	83.8
26	長泉町	83.8
26	川根本町	83.8
30	函南町	83.4
31	伊東市	83.3
32	西伊豆町	82.8
33	南伊豆町	82.7
34	東伊豆町	82.3
35	河津町	82.1
	静岡県	84.5

※国保データベース（KDB）システムより抜粋。システム上で算出される「日常生活動作が自立している（要介護2未満）期間の平均」を「平均自立期間（＝お達者年齢）」という。