資料3-1

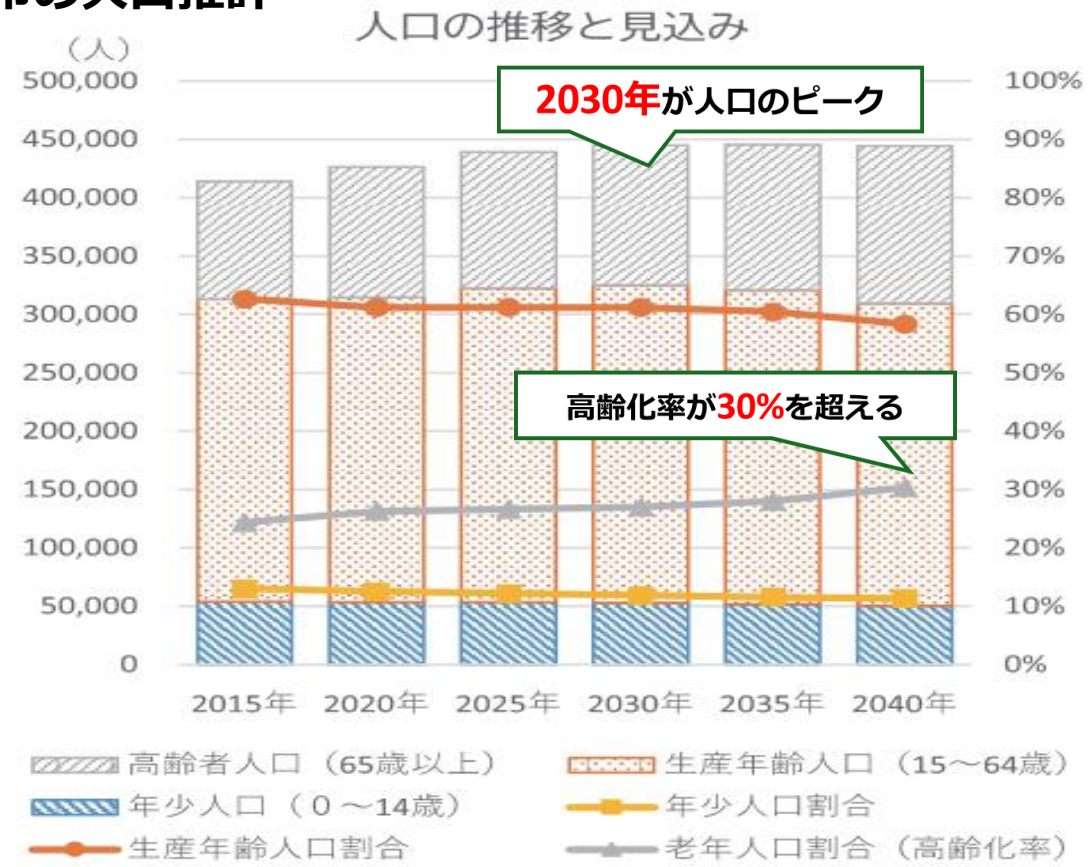
柏市高齢者の健康課題
～循環器・筋骨格系疾患を中心に～

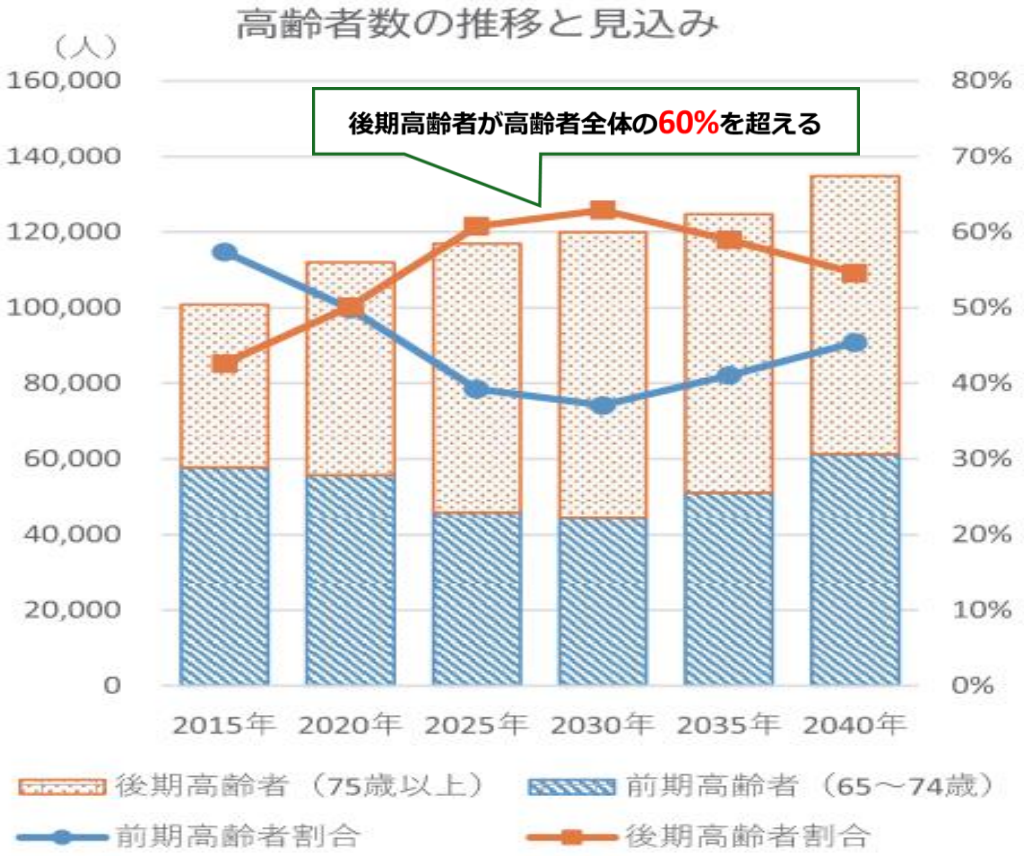
地域包括支援課

柏市が直面する高齢化の状況

柏市の人口推計

出典：第９期柏市高齢者いきいきプラン





柏市の平均寿命・平均自立期間

平均寿命，平均自立期間ともに県や国と比較して長い

出典：KDBデータ
「健康スコアリング（介護）」（令和７年度（累計））

	性別	柏市	県	国
平均寿命	男	82.1	81.5	81.5
	女	87.9	87.5	87.6
平均自立期間（要介護２以上）	男	80.6	79.8	79.7
	女	85.0	84.1	84.1

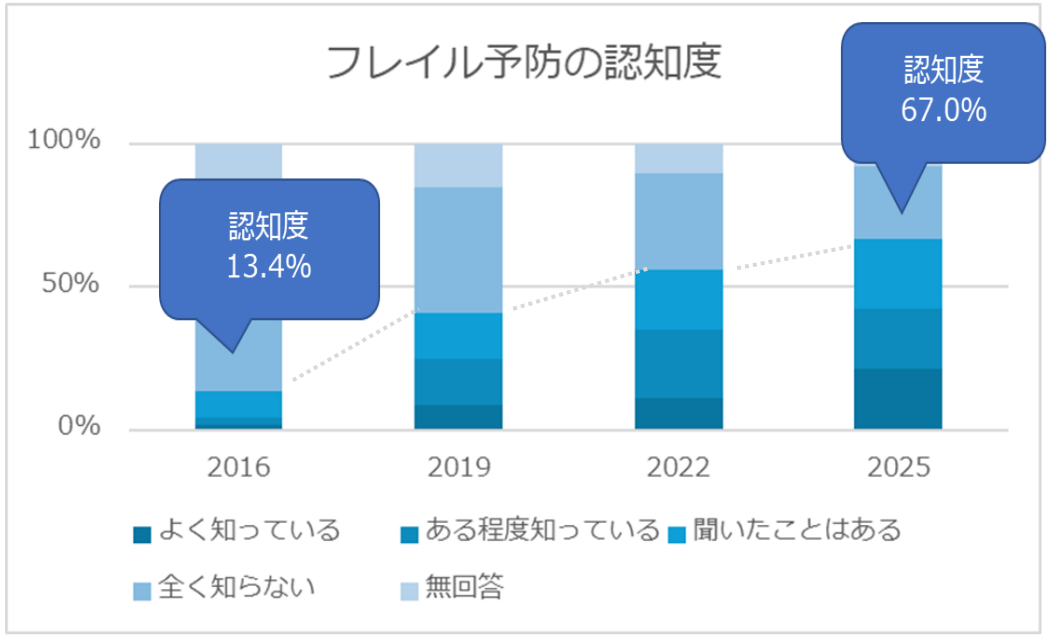
健康とくらしの調査から見えた課題

フレイル予防の認知度

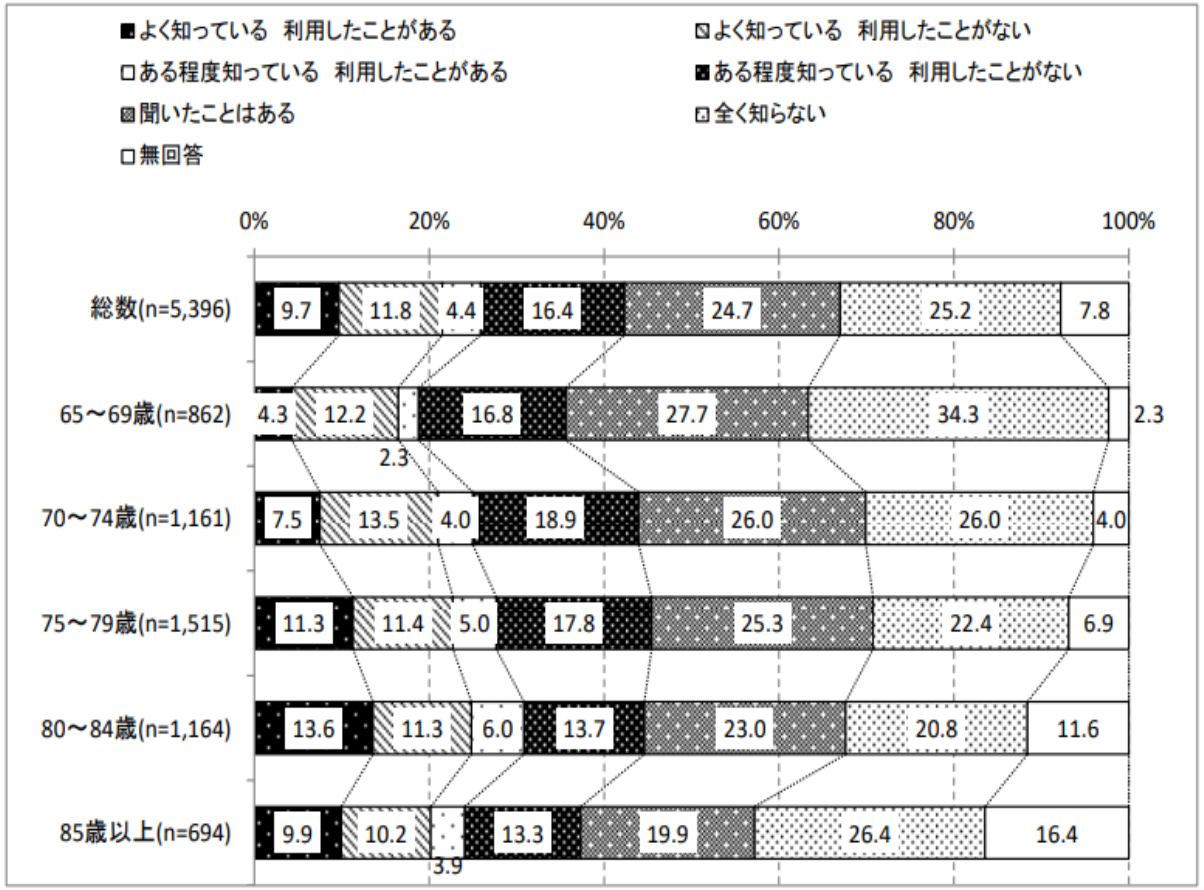
出典：健康とくらしの調査報告書　令和８年３月
調査：要介護認定を受けていない65歳以上の市民　回答者数5,444名

経年比較

2016年から認知度は約５倍に増加！



年齢比較



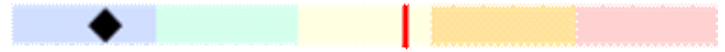
課題

- フレイル予防啓発の効果もあり，フレイル予防について認知度が向上しているが，若い年代では認知度がやや低い傾向にある

- **より若い世代への周知を強化していくことが課題**

健康とくらしの調査　２０２５年度地域診断書

出典：健康とくらしの調査報告書　令和８年３月
調査：参加自治体　73団体

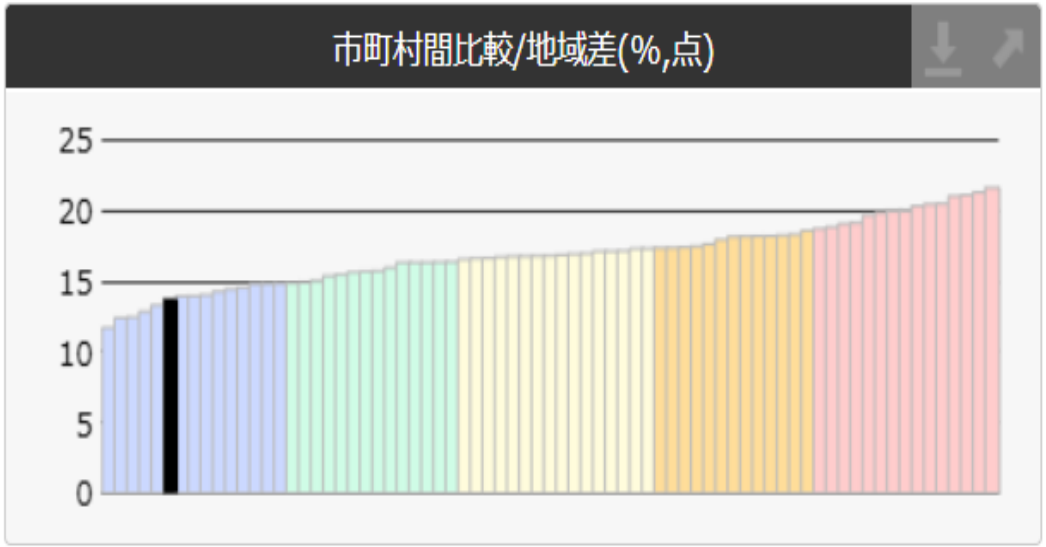
指標名	小地域名	今回	順位	色	回答者数	平均値	最小値		最大値
1．フレイルあり割合	柏市	13.75	6		5018	16.88	11.72		21.63
2．生活機能低下者割合	柏市	2.03	7		4968	3.30	1.50		6.32
3．運動機能低下者割合	柏市	6.02	4		4963	9.38	4.79		13.96
4．低栄養者割合	柏市	1.48	10		4805	1.91	0.78		3.21
5．口腔機能低下者割合	柏市	18.61	10		4959	20.56	15.37		27.07
6．閉じこもり者割合	柏市	3.19	18		4955	4.69	2.02		9.83
7．認知機能低下者割合	柏市	31.13	11		4967	33.54	28.24		38.13
8．うつがある者の割合	柏市	23.24	4		4966	27.17	20.27		33.49
9．幸福感がある者の割合	柏市	52.37	10		4957	48.53	38.05		56.34
10．ソーシャルキャピタル得点・社会参加	柏市	71.42	5		4961	52.20	19.03		81.90
11．ソーシャルキャピタル得点・連帯感	柏市	161.64	18		5005	154.78	128.90		174.52
12．ソーシャルキャピタル得点・助け合い	柏市	199.19	25		4996	198.27	193.67		202.38

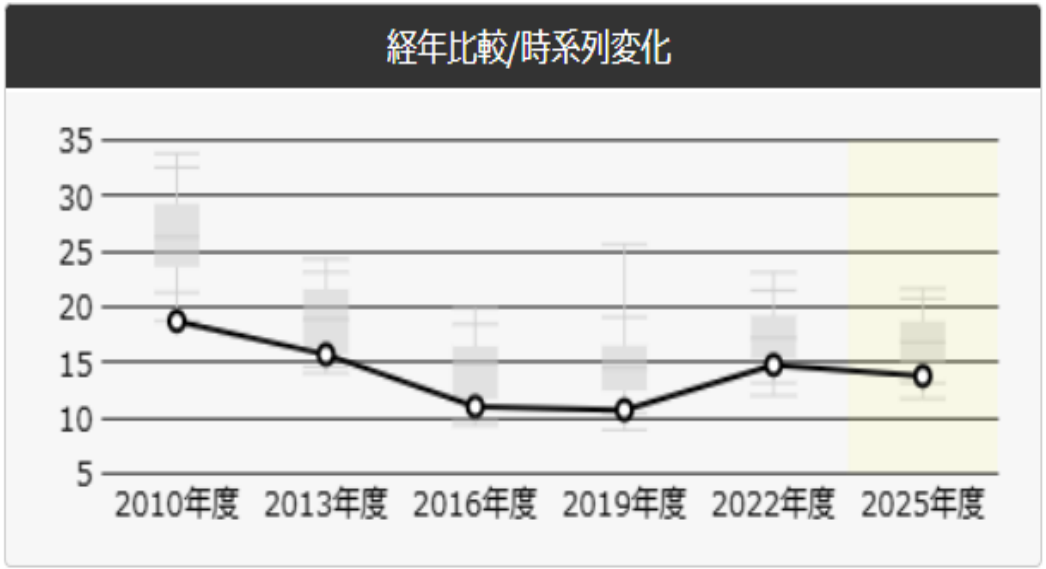
■上位２割　■上位２割～４割　■中位４割～６割　■下位２割～４割　■下位２割

柏市全体としては，他自治体と比較し概ね良好な結果となっている

フレイルあり割合

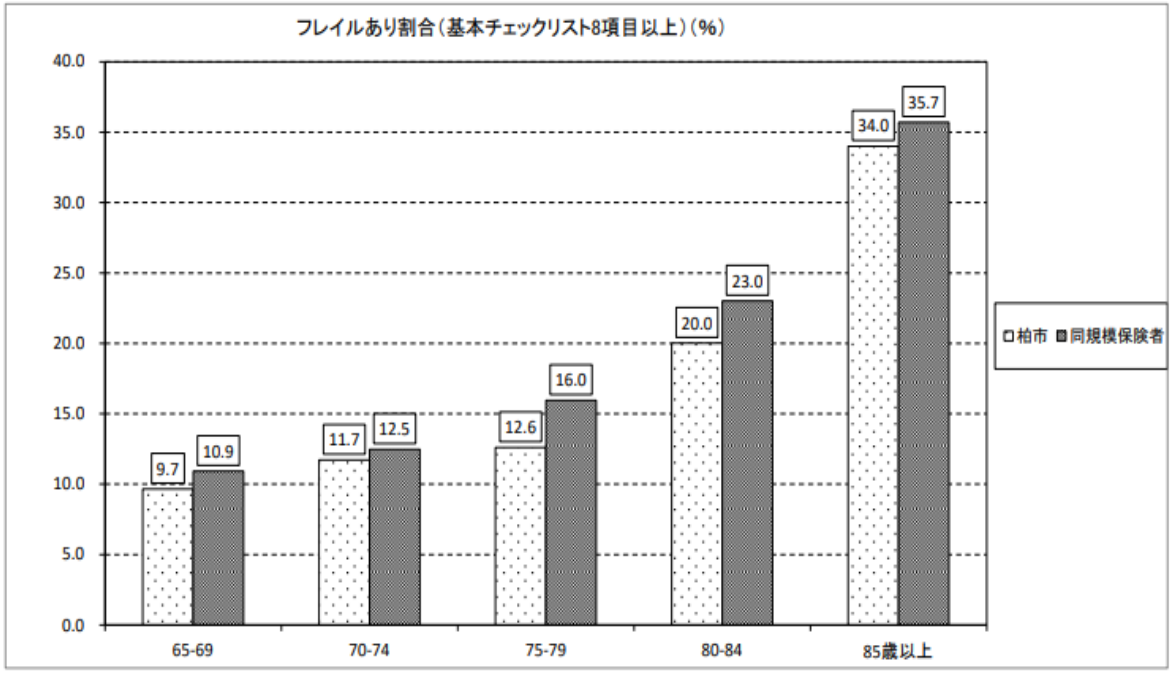
参加自治体　73自治体中　6位　（割合が低い方からの順位）





出典：JAGES2025　市町村比較地域診断

運動



出典：健康とくらしの調査報告書　令和８年３月

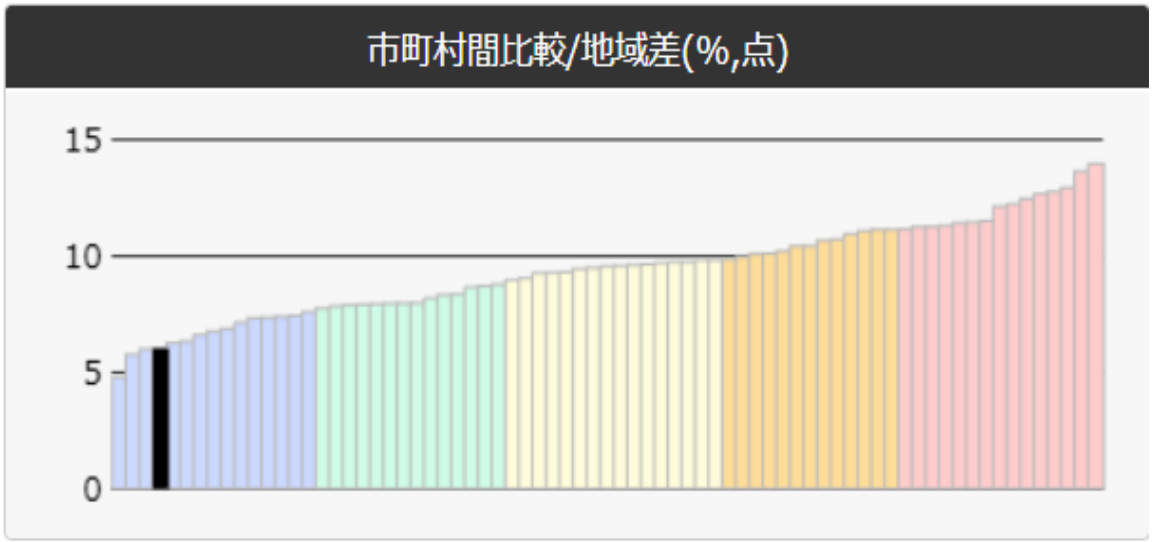
課題

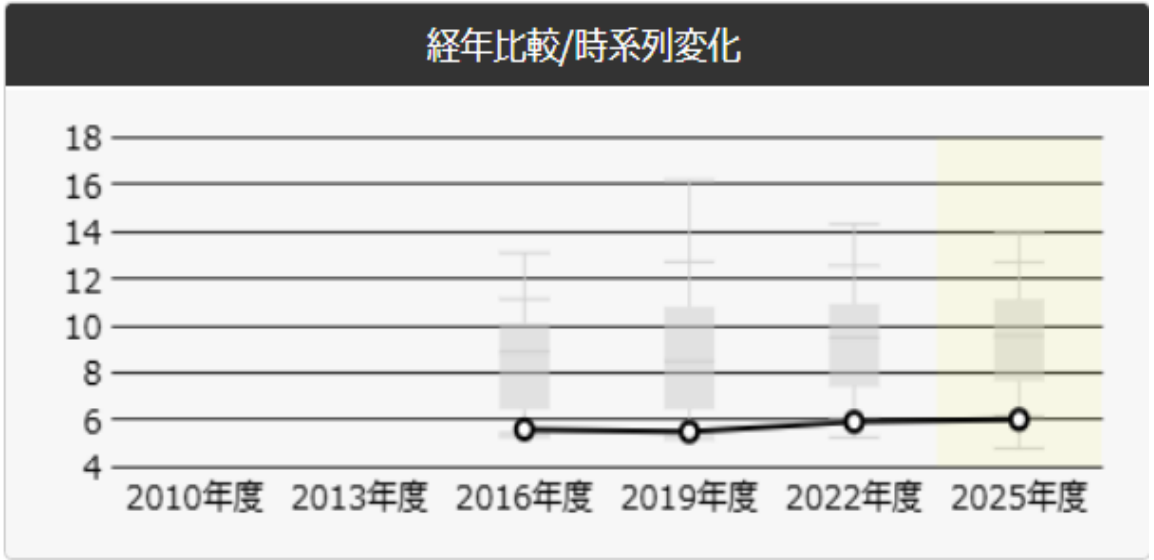
- 他自治体と比較して，フレイルあり割合は低いものの，経年的にはやや上昇傾向にある。（前期高齢者１８位）
- **より若い世代へのフレイル予防対策が必要**

運動機能低下者割合

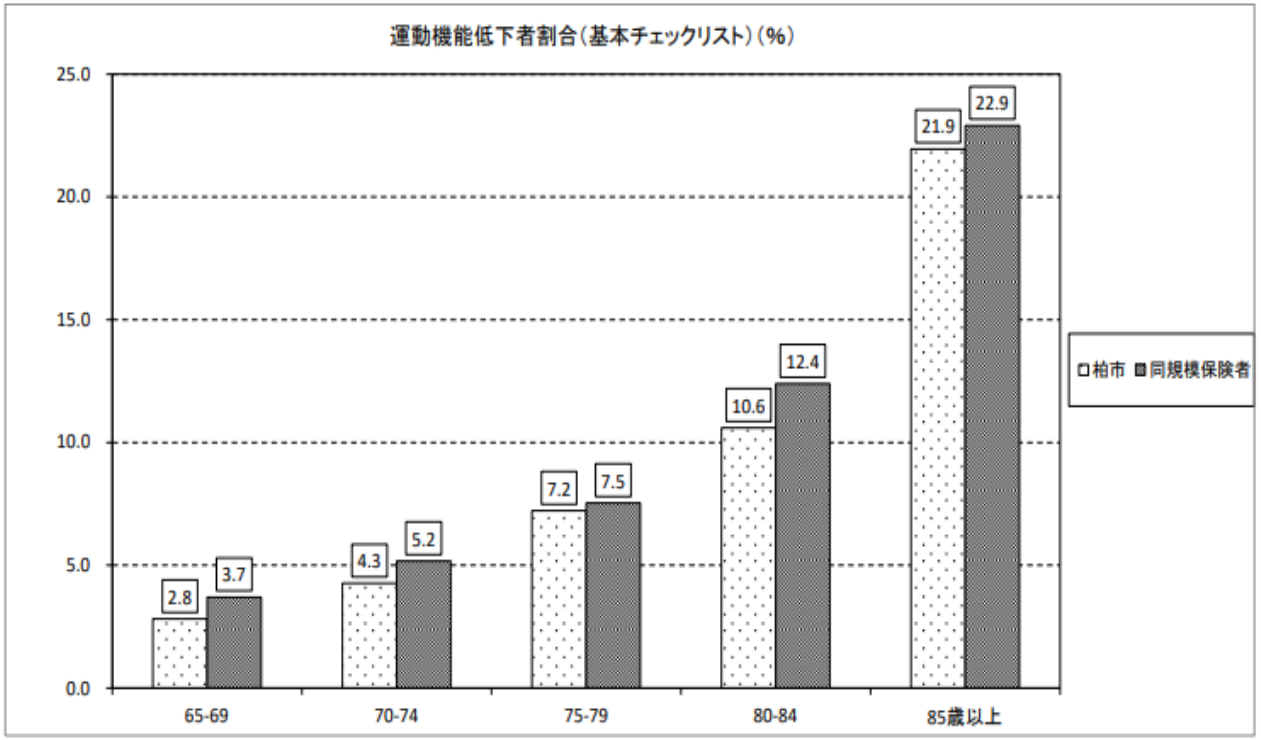
参加自治体　73自治体中　4位（割合が低い方からの順位）

運動





出典：JAGES2025　市町村比較地域診断



出典：健康とくらしの調査報告書　令和８年３月

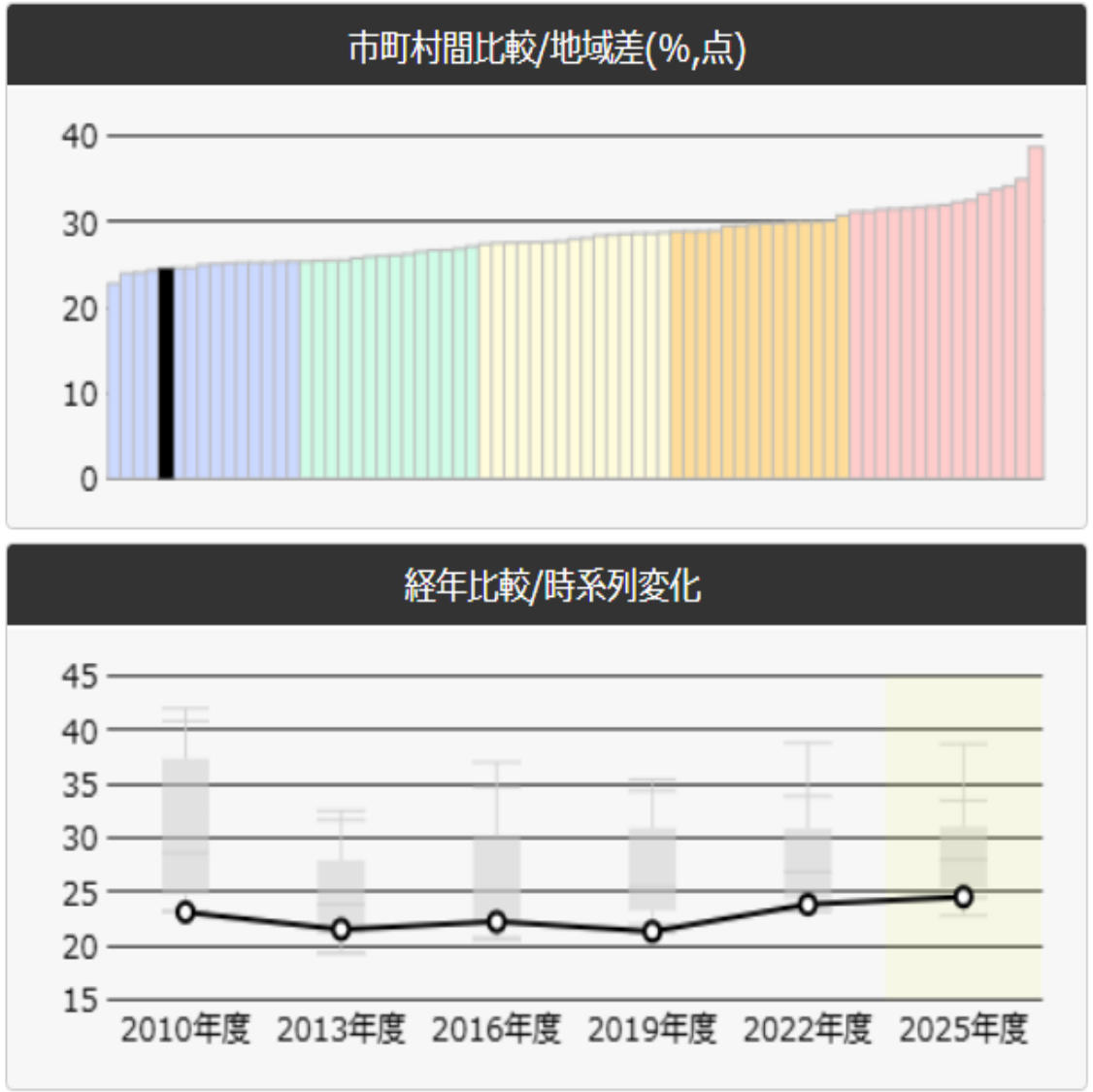
課題

- 他自治体と比較して，運動機能低下者割合は低く，経年比較でも横ばいの傾向
- 加齢に伴い運動機能低下者は増加するため，フレイル対策が必要

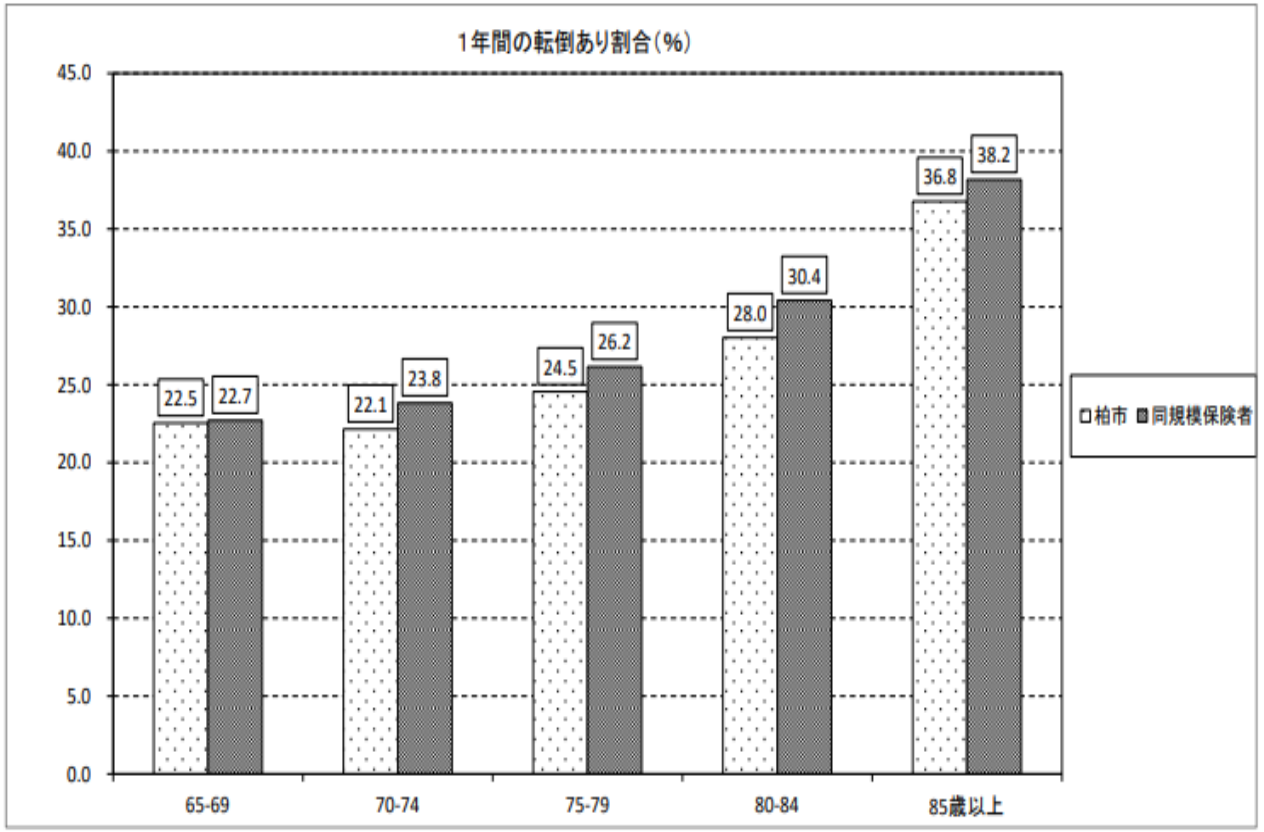
１年間で転倒した者の割合

運動

参加自治体　73自治体中　５位（割合が低い方からの順位）



出典：JAGES2025　市町村比較地域診断



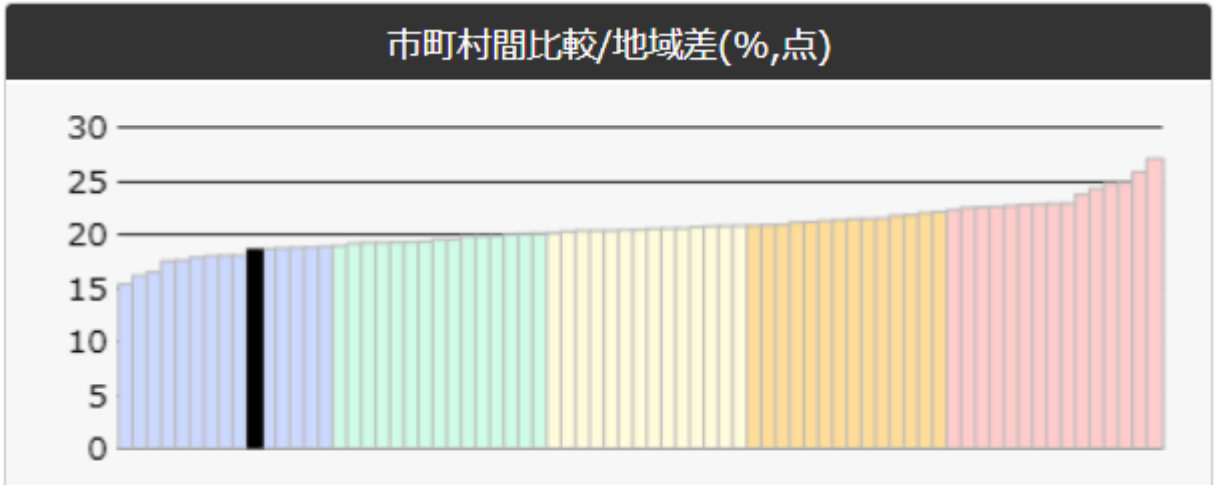
出典：健康とくらしの調査報告書　令和８年３月

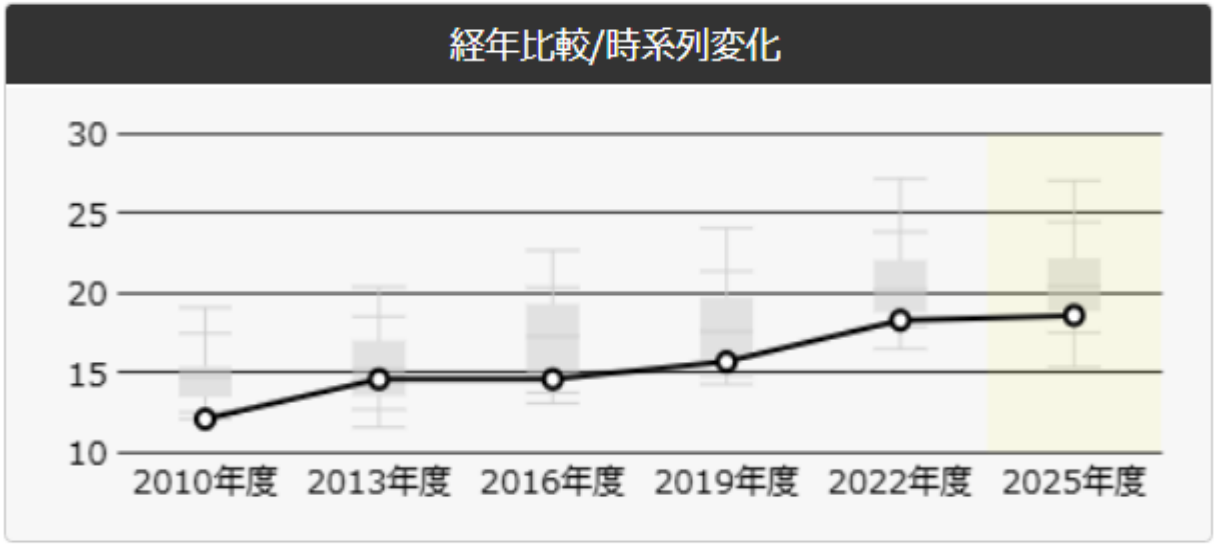
課題

- 他自治体と比較して，転倒割合は低い
- 高齢者の２割以上が１年間で転倒しており，骨折等のリスクがある

口腔機能低下者割合

参加自治体　73自治体中　10位



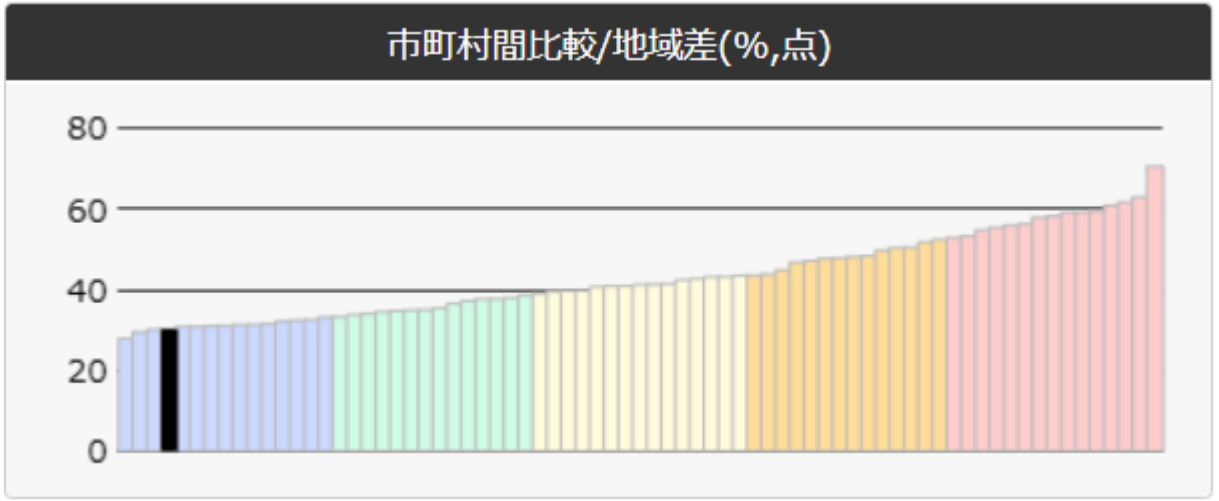


出典：JAGES2025　市町村比較地域診断

残歯数１９本以下の割合

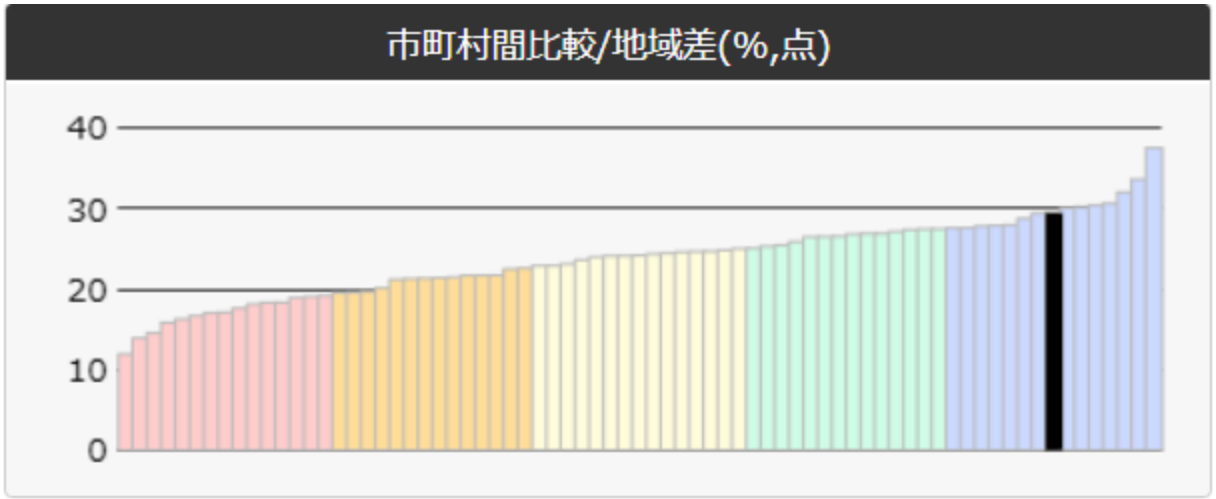
参加自治体　73自治体中　4位

口腔



歯を1日３回磨く者の割合

参加自治体　73自治体中　8位

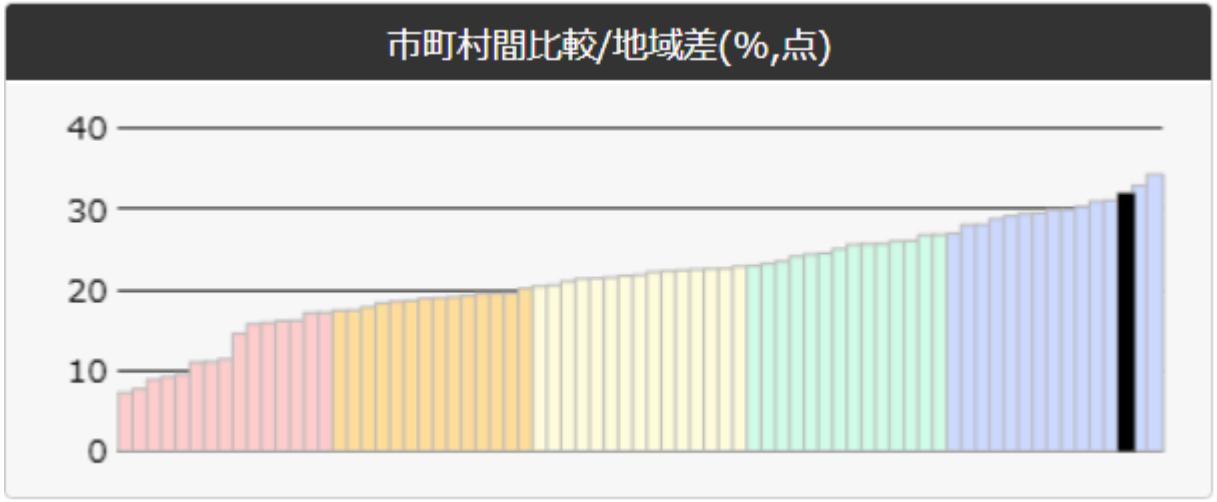


出典：JAGES2025　市町村比較地域診断

スポーツの会参加者（月１回以上）割合

参加自治体　73自治体中　３位

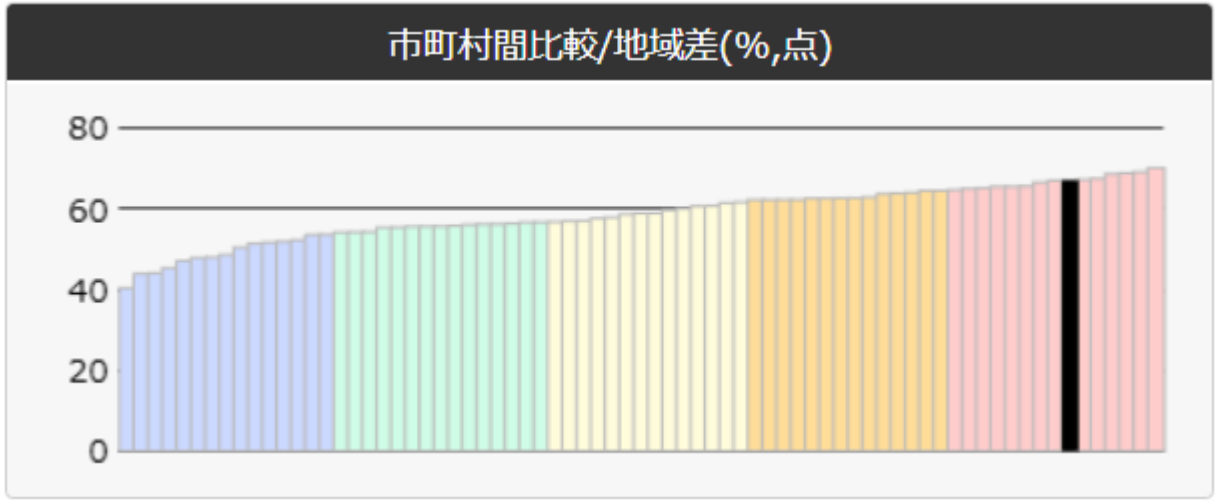
社会参加



就労していない者の割合

参加自治体　73自治体中　67位

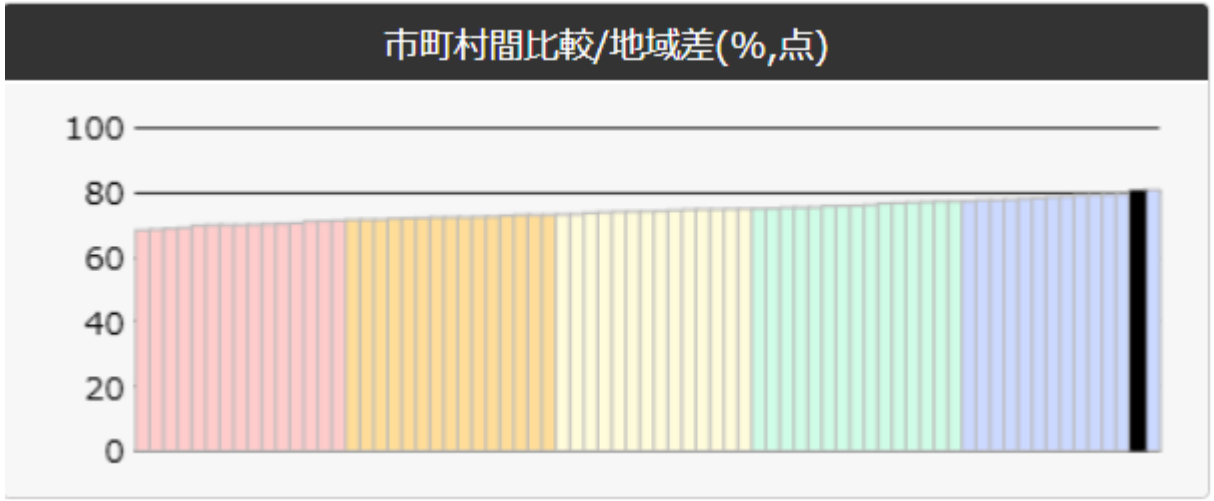
社会参加



３０分以上歩く者の割合

参加自治体　73自治体中　２位

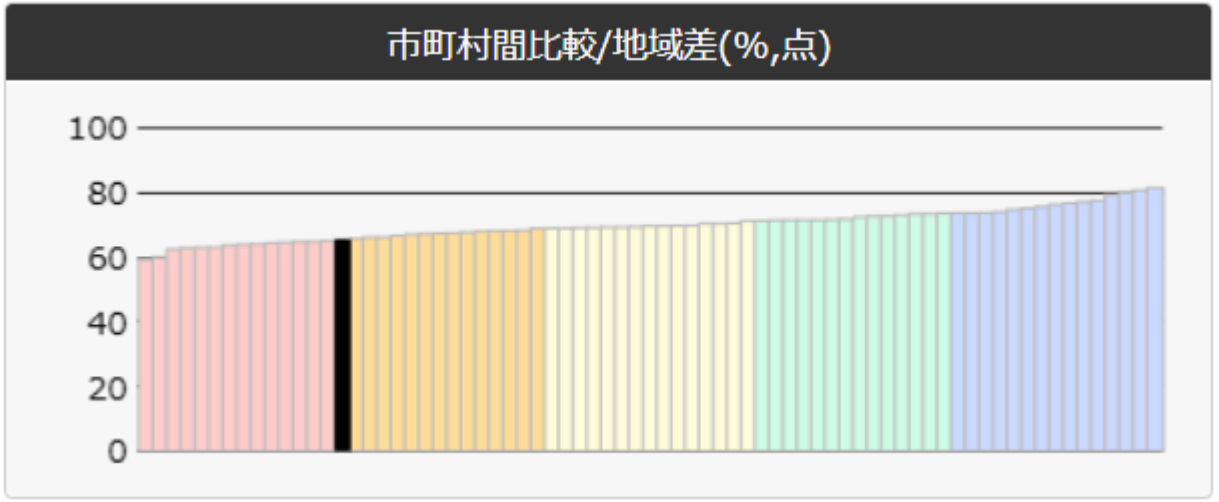
運動



友人知人と会う頻度が高い者の割合

参加自治体　73自治体中　59位

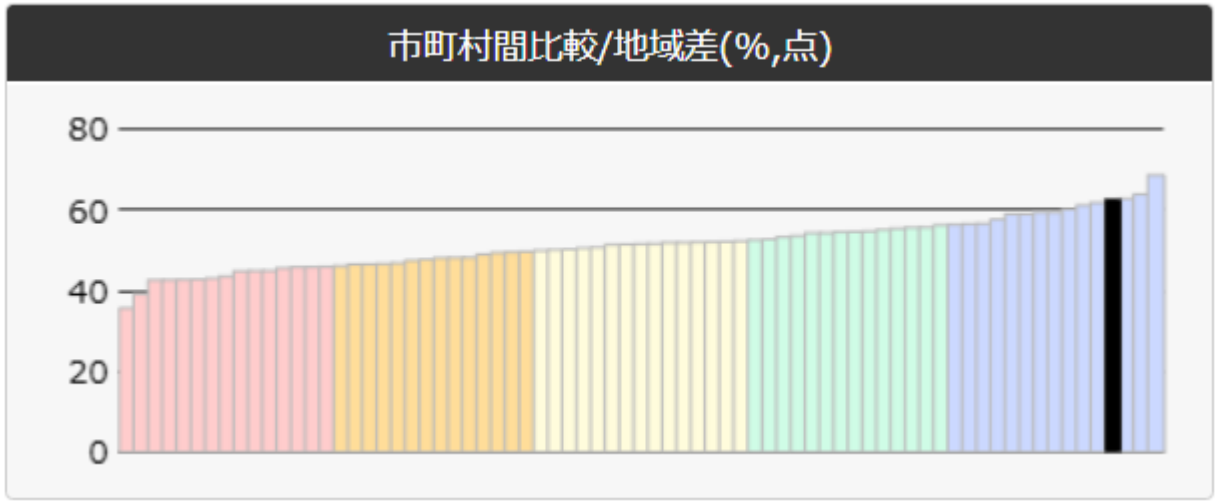
社会参加



肉や魚を食べる者の割合

栄養

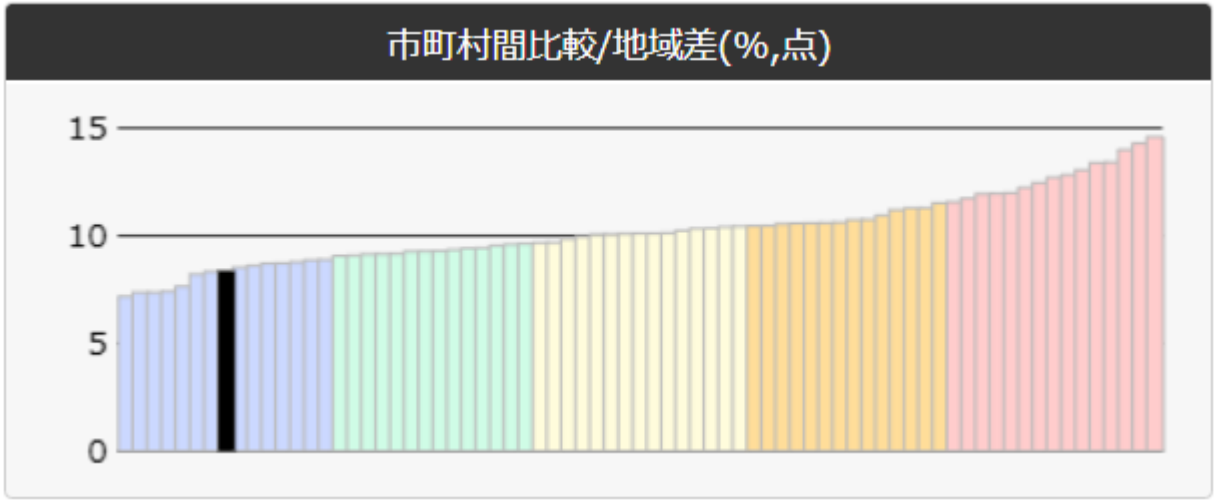
参加自治体　73自治体中　４位



喫煙している者の割合

喫煙

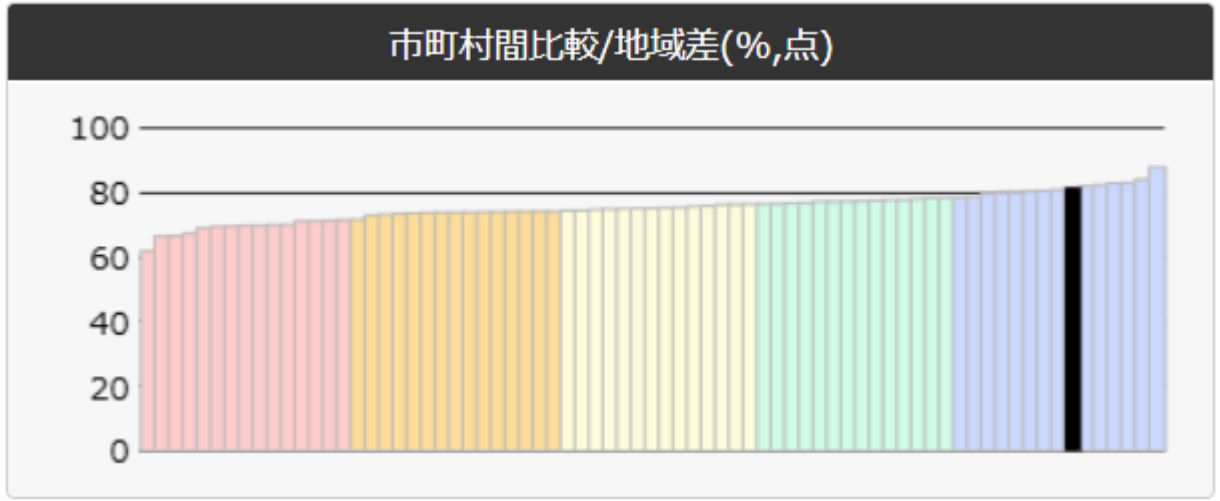
参加自治体　73自治体中　８位



野菜や果物を１日１回以上食べている者の割合

栄養

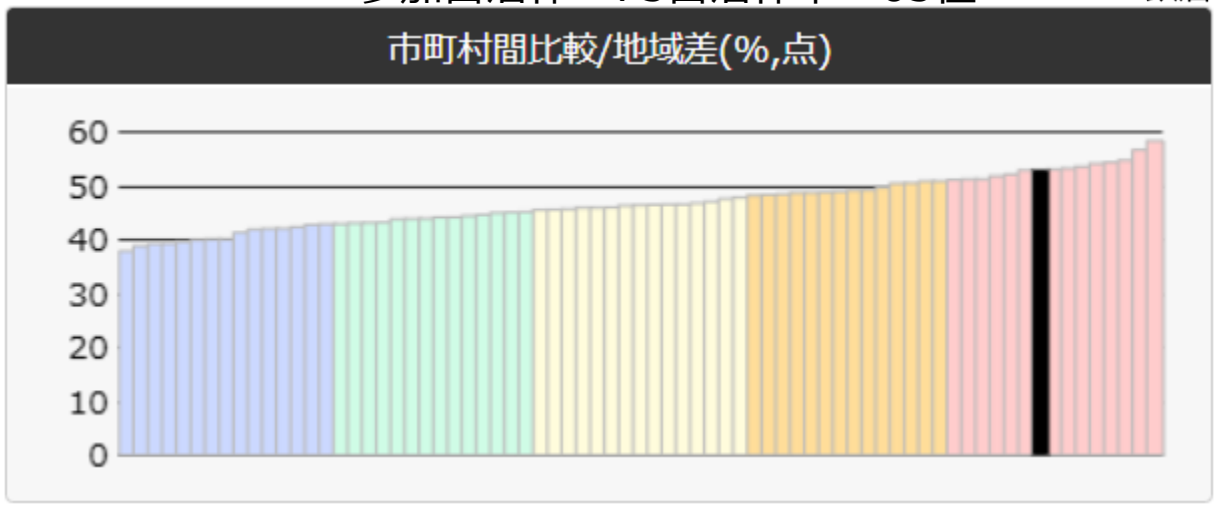
参加自治体　73自治体中　７位



飲酒する者の割合

飲酒

参加自治体　73自治体中　65位



KDBデータから見えた課題

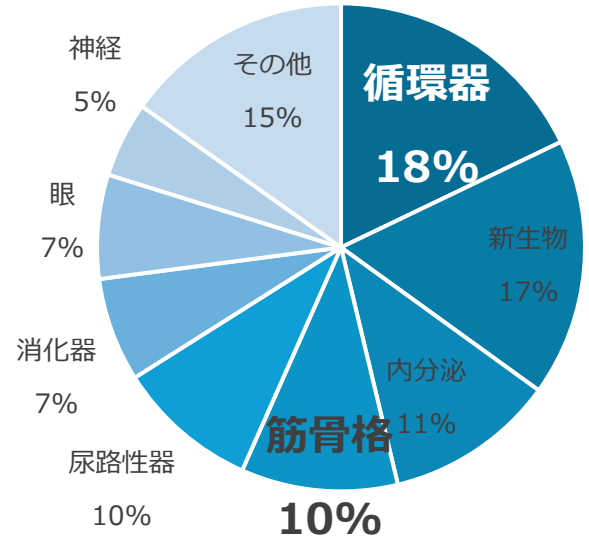
要介護認定を受けている人の有病疾患

（%）

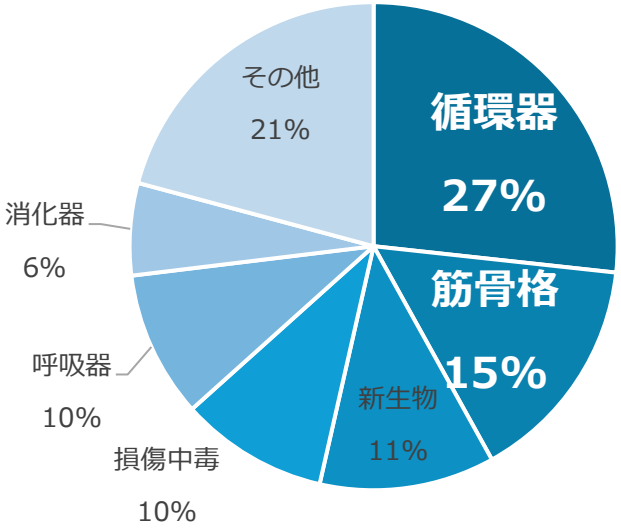
認定者 / 有病状況	1号被保険者							
	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	計
	3,815	2,820	5,157	3,261	2,494	2,493	1,558	21,598
糖尿病	903	666	1,114	695	486	495	286	4,645
	(24.8)	(24.9)	(22.2)	(21.8)	(20.1)	(19.5)	(18.7)	(22.1)
（再掲）	203	127	194	129	71	55	14	793
糖尿病合併症	(5.4)	(5.0)	(4.2)	(3.9)	(2.9)	(2.1)	(1.3)	(3.9)
心臓病	2,117	1,635	2,872	1,864	1,529	1,527	945	12,489
	(58.6)	(59.9)	(57.9)	(58.7)	(62.6)	(61.1)	(60.6)	(59.5)
脳疾患	590	442	849	578	516	662	437	4,074
	(16.8)	(16.5)	(17.2)	(18.7)	(22.7)	(26.6)	(28.4)	(19.8)
がん	548	452	678	640	329	311	201	3,159
	(15.2)	(16.3)	(13.8)	(19.4)	(13.1)	(12.6)	(13.4)	(14.9)
精神疾患	760	500	1,730	1,146	1,161	1,114	827	7,238
	(20.2)	(18.8)	(34.2)	(36.8)	(46.2)	(44.9)	(52.8)	(34.2)
筋・骨疾患	2,103	1,677	2,543	1,636	1,316	1,347	796	11,418
	(57.1)	(61.6)	(51.3)	(52.3)	(53.8)	(53.3)	(50.1)	(54.2)
難病	121	130	172	136	110	123	103	895
	(3.5)	(4.1)	(3.6)	(4.5)	(4.4)	(4.9)	(6.5)	(4.2)
その他	2,313	1,745	2,977	1,871	1,514	1,455	839	12,714
	(63.7)	(64.2)	(59.8)	(58.9)	(61.2)	(57.8)	(55.3)	(60.5)
計	9,455	7,247	12,935	8,566	6,961	7,034	4,434	56,632
	(259.8)	(266.3)	(260.0)	(271.2)	(284.2)	(280.7)	(285.7)	(269.6)

医療費分析（後期高齢者）

外来



入院



出典：KDBデータ（後期高齢者）「健康スコアリング（医療）」（令和７年度（累計））

【参考】介護が必要となった原因疾患

現在の要介護度別にみた介護が必要となった主な原因（上位３位）

（単位：%）　　2022（令和４）年

現在の要介護度	第１位		第２位		第３位	
総　　数	認知症	16.6	脳血管疾患（脳卒中）	16.1	骨折・転倒	13.9
要支援者	関節疾患	19.3	高齢による衰弱	17.4	骨折・転倒	16.1
要支援１	高齢による衰弱	19.5	関節疾患	18.7	骨折・転倒	12.2
要支援２	関節疾患	19.8	骨折・転倒	19.6	高齢による衰弱	15.5
要介護者	認知症	23.6	脳血管疾患（脳卒中）	19.0	骨折・転倒	13.0
要介護１	認知症	26.4	脳血管疾患（脳卒中）	14.5	骨折・転倒	13.1
要介護２	認知症	23.6	脳血管疾患（脳卒中）	17.5	骨折・転倒	11.0
要介護３	認知症	25.3	脳血管疾患（脳卒中）	19.6	骨折・転倒	12.8
要介護４	脳血管疾患（脳卒中）	28.0	骨折・転倒	18.7	認知症	14.4
要介護５	脳血管疾患（脳卒中）	26.3	認知症	23.1	骨折・転倒	11.3

注：「現在の要介護度」とは、2022（令和４）年６月の要介護度をいう。

出典：「国民生活基礎調査」（2022年（令和4年））



フレイル予防と**生活習慣病予防**が重要



柏市高齢者の健康課題（まとめ）

健康とくらしの調査から見えた課題

身体機能の低下

フレイル，運動機能低下，転倒する人の増加

生活習慣の悪化

スポーツやウォーキングを行うものが多い一方，飲酒習慣など
生活習慣の改善が必要

ＫＤＢデータから見えた課題

■要介護認定を受けている人の多くが，
循環器疾患，筋骨格系疾患を有している

■医療費では，外来，入院共に**循環器疾患，筋骨格系疾患**の占める割合が高い

若い世代からの健康づくり
フレイル予防の推進へ

多世代向けのイベントなど
民間企業や庁内連携を始めています！



フレイル予防サポーターによる
フレイル啓発（スポーツドリーム
@アリオ柏）



健康づくり推進員による骨健康度測定
（フレイル予防啓発イベント@イオン柏）