

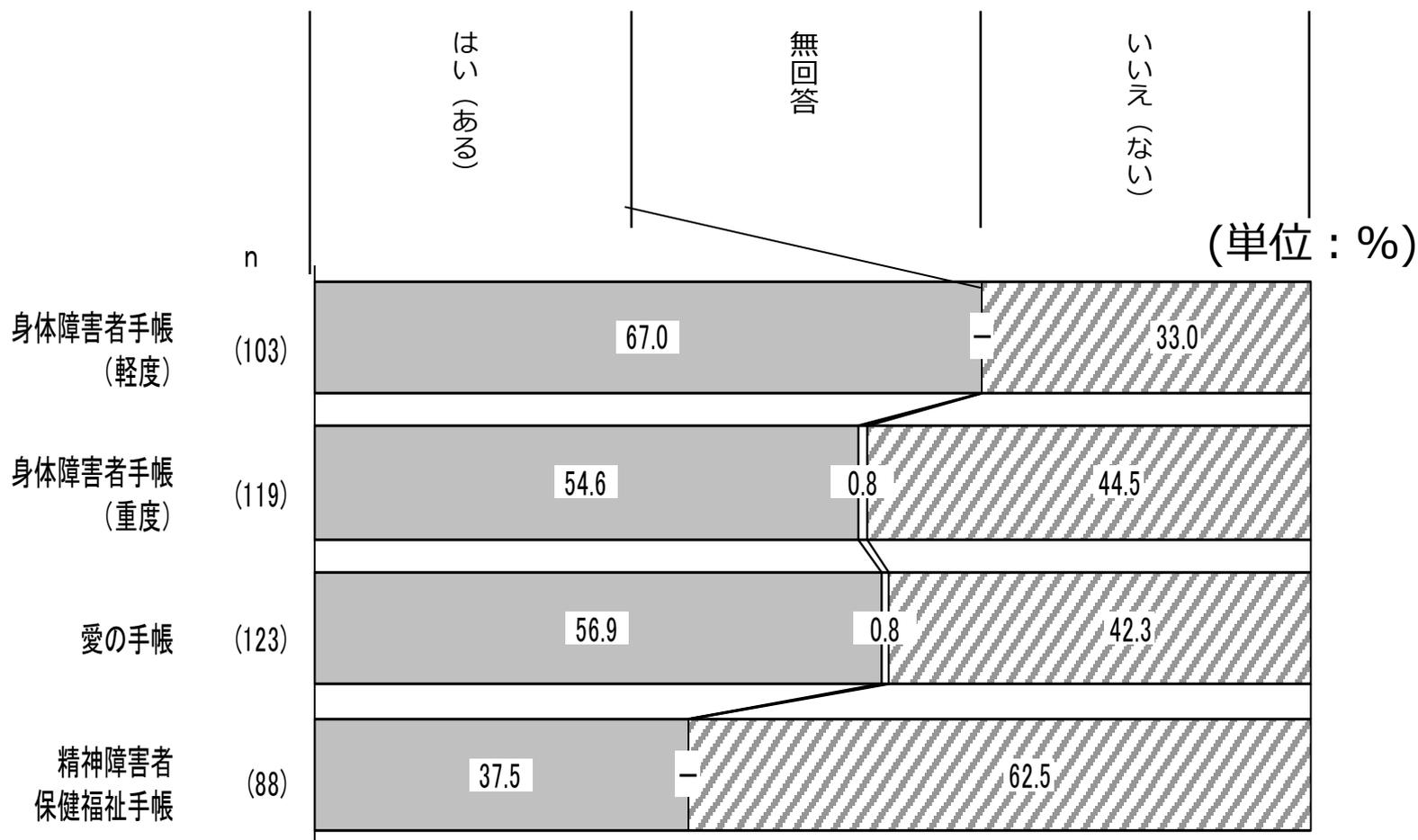
# 中野区の現状に関する参考資料

多様な生き方が受け入れられる社会

# 障害者手帳所持者の就労状況

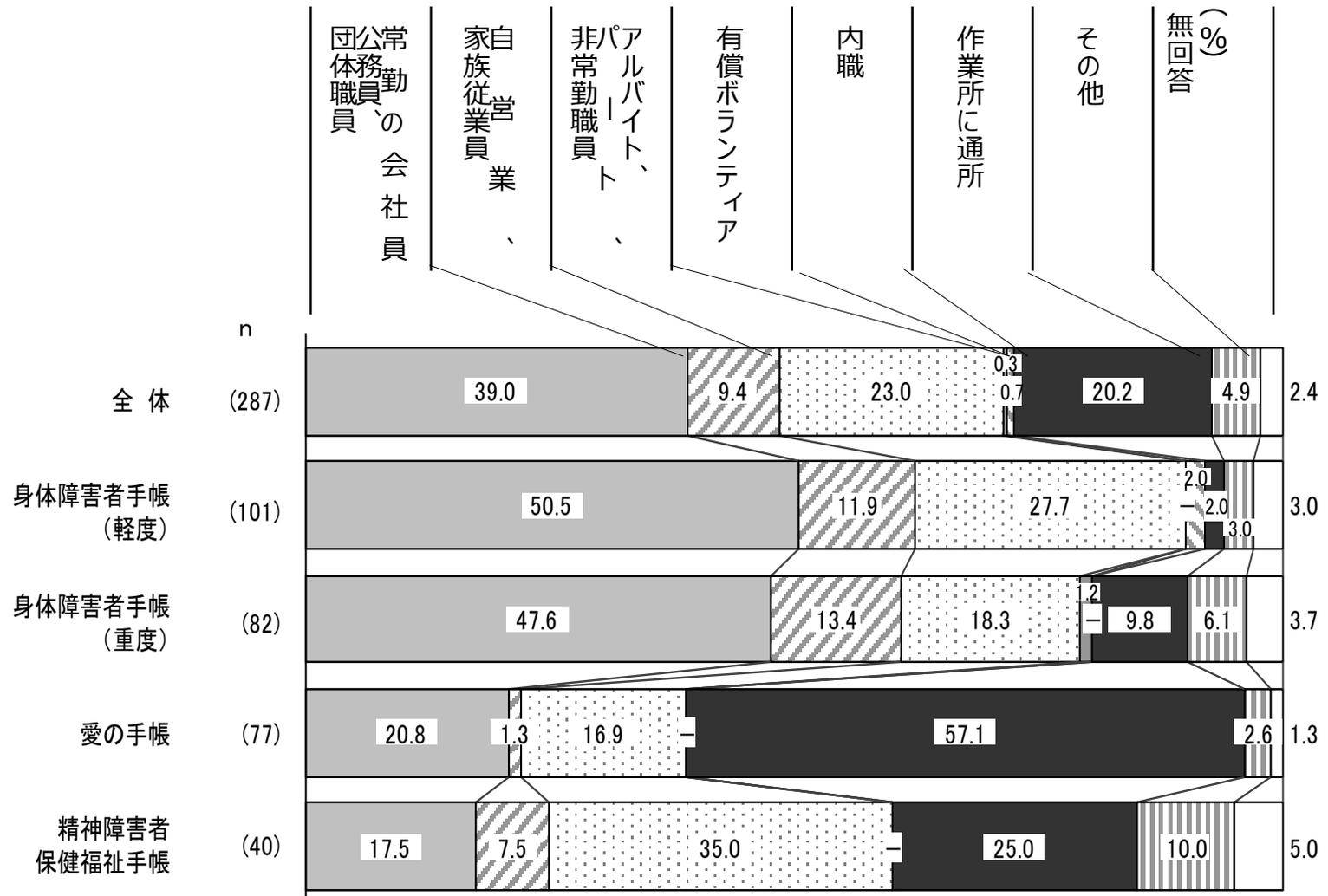
障害者手帳を所持している生産年齢人口(15歳以上65歳未満)における収入の状況は以下の通りとなっている。身体障害者手帳所持者(軽度)は、「収入がある」が6割半ば、精神障害者保健福祉手帳所持者は、「収入がない」が他に比べ高くなっている。

問：あなたは、給料など就労による定期的な収入はありますか。



# 障害の状況により望ましい就労形態

障害の種類により望ましい就労形態や必要な就労支援が異なるため、個々の障害特性に応じた支援が求められる。



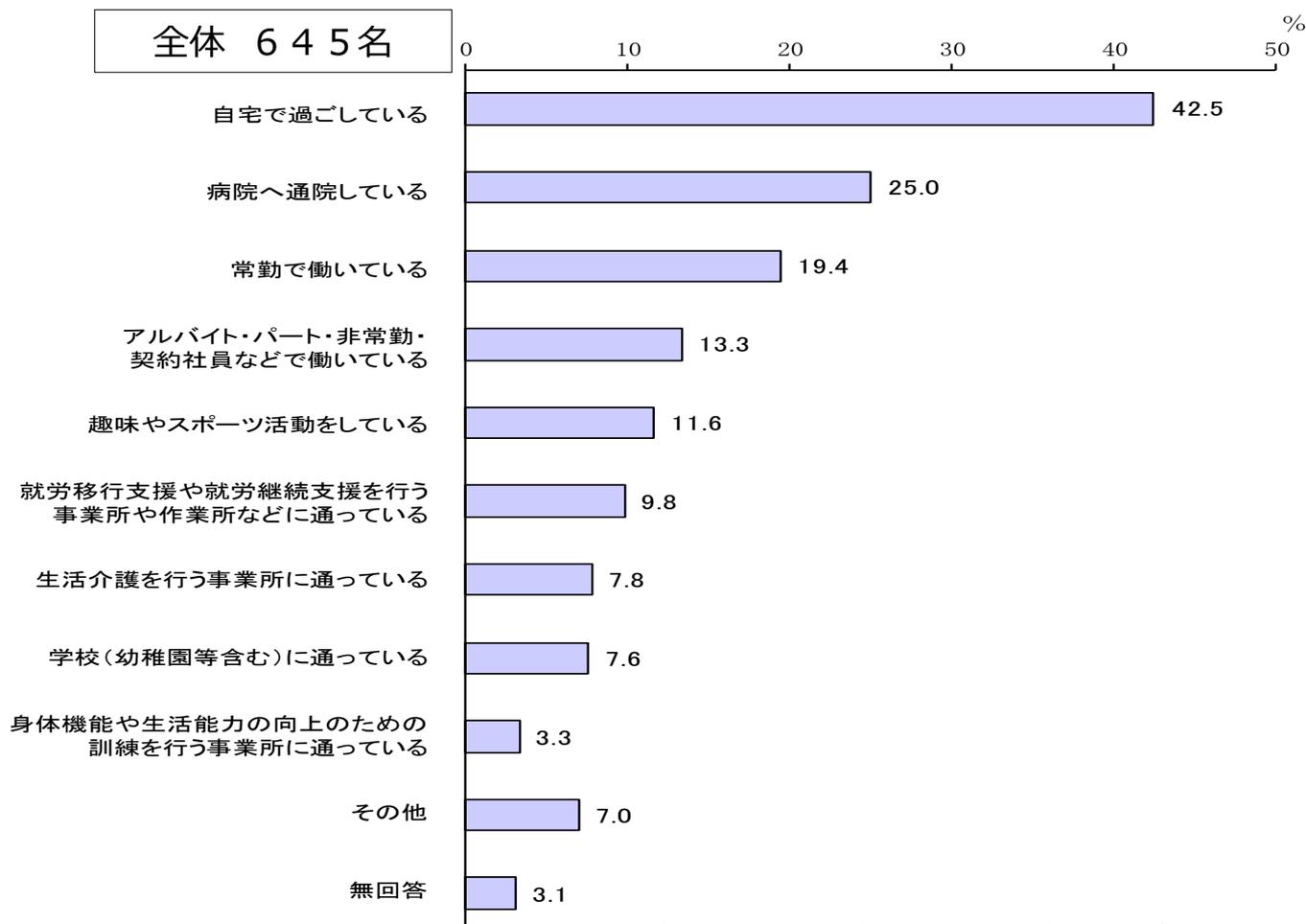
# 障害者が働くために必要なこと

(単位：%)

	第1位	第2位	第3位	第4位	第5位
身体障害者手帳 (軽度) 所持者  203名	健康状態にあわせた働き方ができること  56.2	事業主や職場の人が障害者について十分理解していること  51.2	自分の障害にあった仕事があること  46.8	自立した生活ができる給料であること  46.3	移動手段が確保されていること  35.5
身体障害者手帳 (重度) 所持者  209名	健康状態にあわせた働き方ができること  58.9	事業主や職場の人が障害者について十分理解していること  55.0	自分の障害にあった仕事があること  49.3	移動手段が確保されていること  42.1	自立した生活ができる給料であること  41.6
愛の手帳所持者  162名	事業主や職場の人が障害者について十分理解していること  64.2	自分の障害にあった仕事があること  54.9	職場に適切な助言や指導、配慮をしてくれる人がいること  54.3	健康状態にあわせた働き方ができること  43.8	移動手段が確保されていること  38.9
精神障害者保健福祉手帳所持者  131名	健康状態にあわせた働き方ができること  59.5	事業主や職場の人が障害者について十分理解していること  55.0	職場に適切な助言や指導、配慮をしてくれる人がいること  48.9	自分の障害にあった仕事があること  48.1	自立した生活ができる給料であること  41.2

# 障害のある人の平日の過ごし方

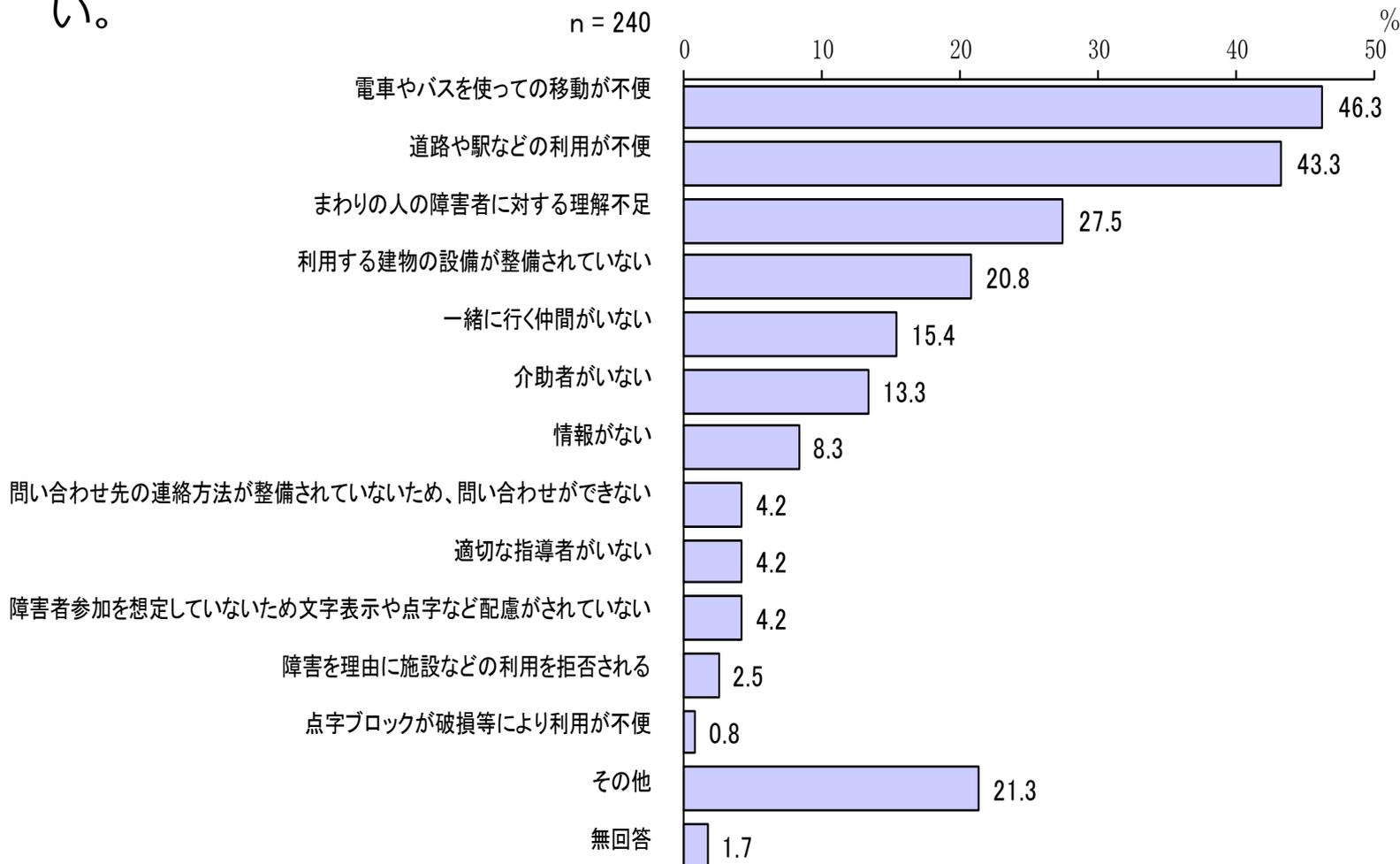
障害がある人の平日の過ごし方は「**自宅で過ごしている**」が最も多く、次いで「**病院へ通院している**」、「**常勤で働いている**」となっている。



# 外出する上で妨げになっていること

障害のある人にとっての社会的障壁は、障害特性やそれぞれの場面・状況に応じて異なる。

外出する上では、電車やバス、道路や駅など公共交通機関が利用しづらい。



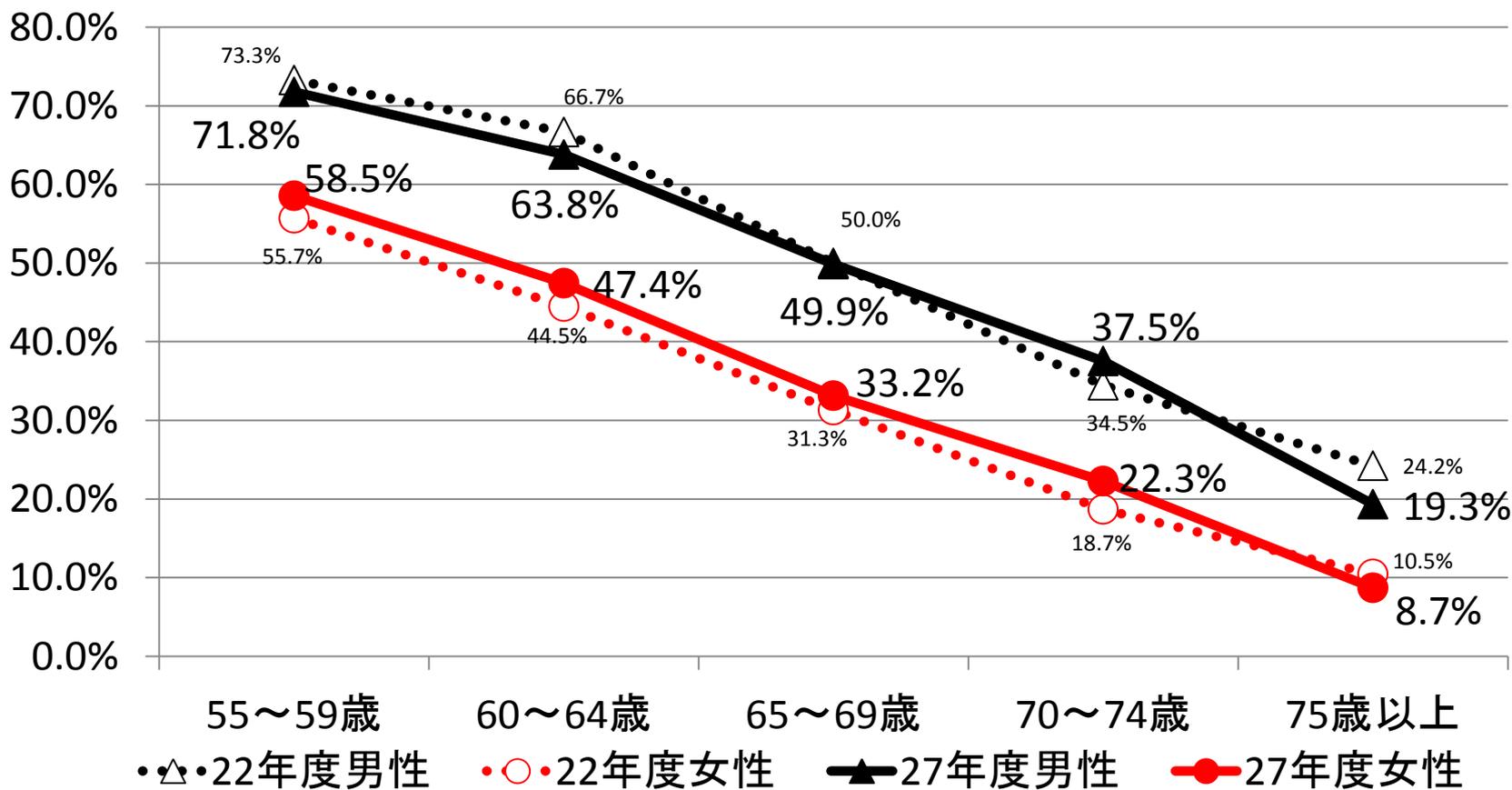
# 障害者の社会活動の場

区内在住の障害のある人が、創作的活動、社会的交流等により、一人ひとりがその能力を十分に発揮し、身近な地域で生き生きとして生活が送れるよう支援している。

名称	主たる対象	グループ・相談実績等 (平成29年度)	講座等 (平成29年度)
地域活動支援事業 (障害者福社会館)	身体	グループ活動回数 470回 延利用人数 1,600人	延78回 延利用人数 557人 あみもの、書道、合唱、料理、体操等
障害者地域自立生活支援センター 「つむぎ」	知的	自立支援相談 延利用人数 4,597人	自立支援セミナー6回 延47人 理解促進セミナー3回 延71人
精神障害者地域生活支援センター 「せせらぎ」	精神	登録人数386人 来所利用 延 13,307人 来所相談 延 3,111人 電話相談 延 14,276人	イベント35回 延利用 562人 自主活動65回 延利用 467人 定期プログラム 409回3,652人 夕食会、スポーツ等
知的障害者文化 スポーツ事業	知的	平成30年度開始 中部・南部スポーツ・コミュニティプラザ 中部・南部すこやか福祉センター 平成31年度から 鷺宮スポーツ・コミュニティプラザでも開始	運動プログラム、音楽プログラム、 コミュニケーションプログラム

# 高齢者の就業率

男性は65歳以上で約半数が就業しているが、75歳を超えると2割前後となる。女性は65歳以上で約3割が就業しているが、75歳を超えると1割前後となる。高齢者の継続した就業を確保していくことが課題である。



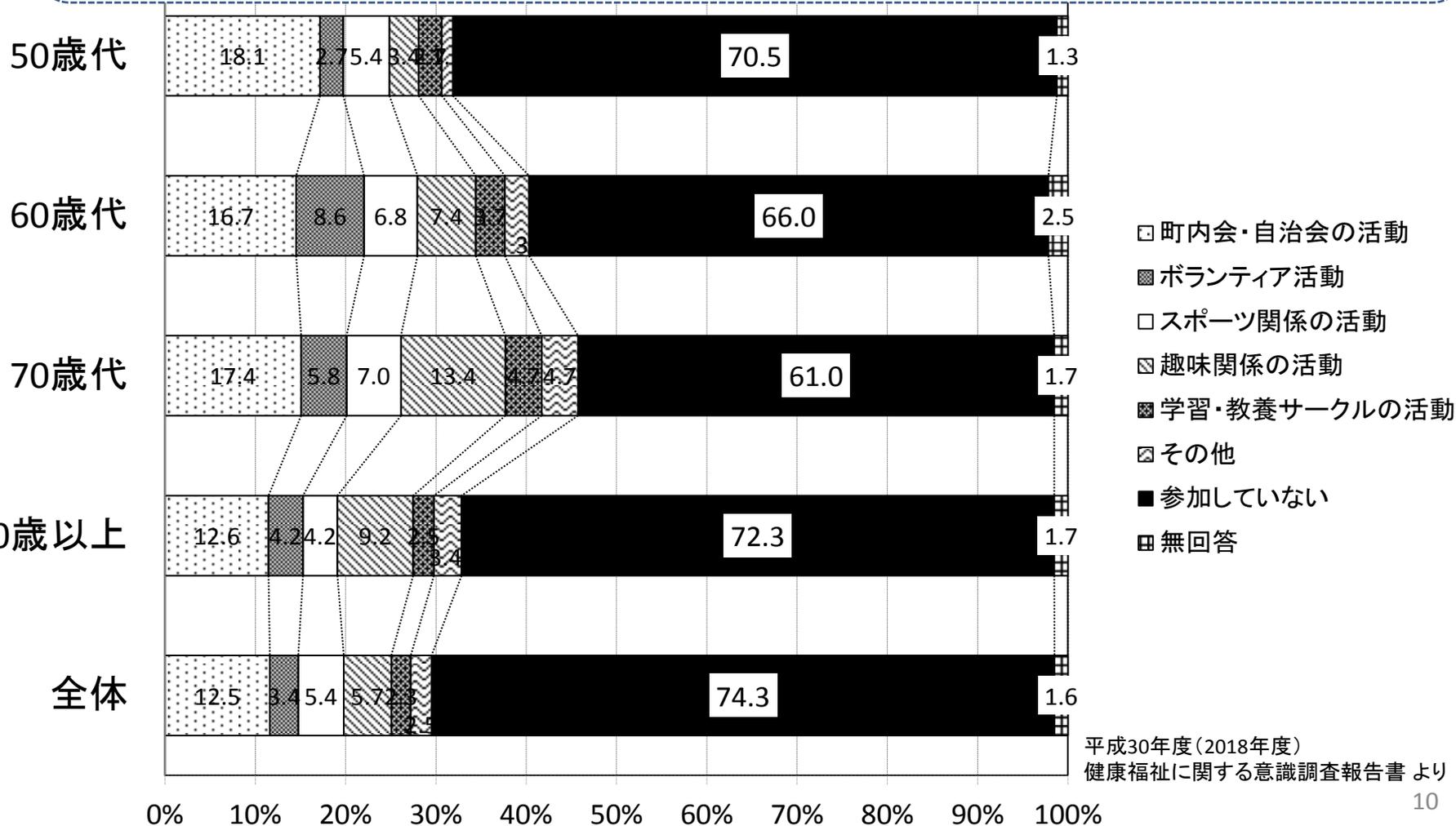
※（母数に「不詳」を含む）

平成27年度（2015年度）、平成22年度（2010年度）  
国勢調査 就業形態等基本集計 より

# 高齢者の社会（地域）活動への参加

何らかの地域活動をしている方の割合は、50～70歳代にかけて割合が高くなり、80歳代になると低くなる。

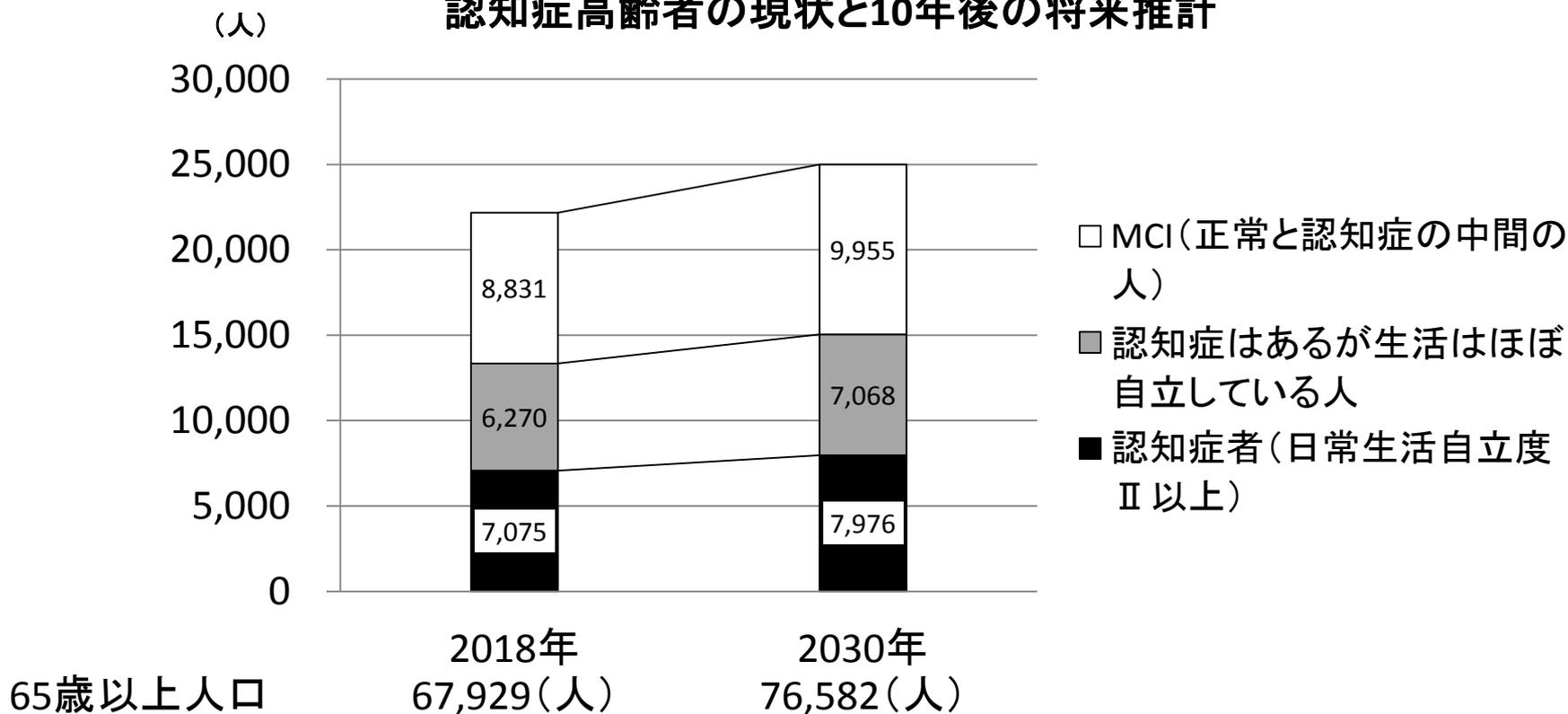
このことから、中高年層の地域活動参加促進と、80歳以上の高齢者の参加維持が課題である。



# 認知症高齢者の現状① (認知症高齢者の現状と10年後の将来推計)

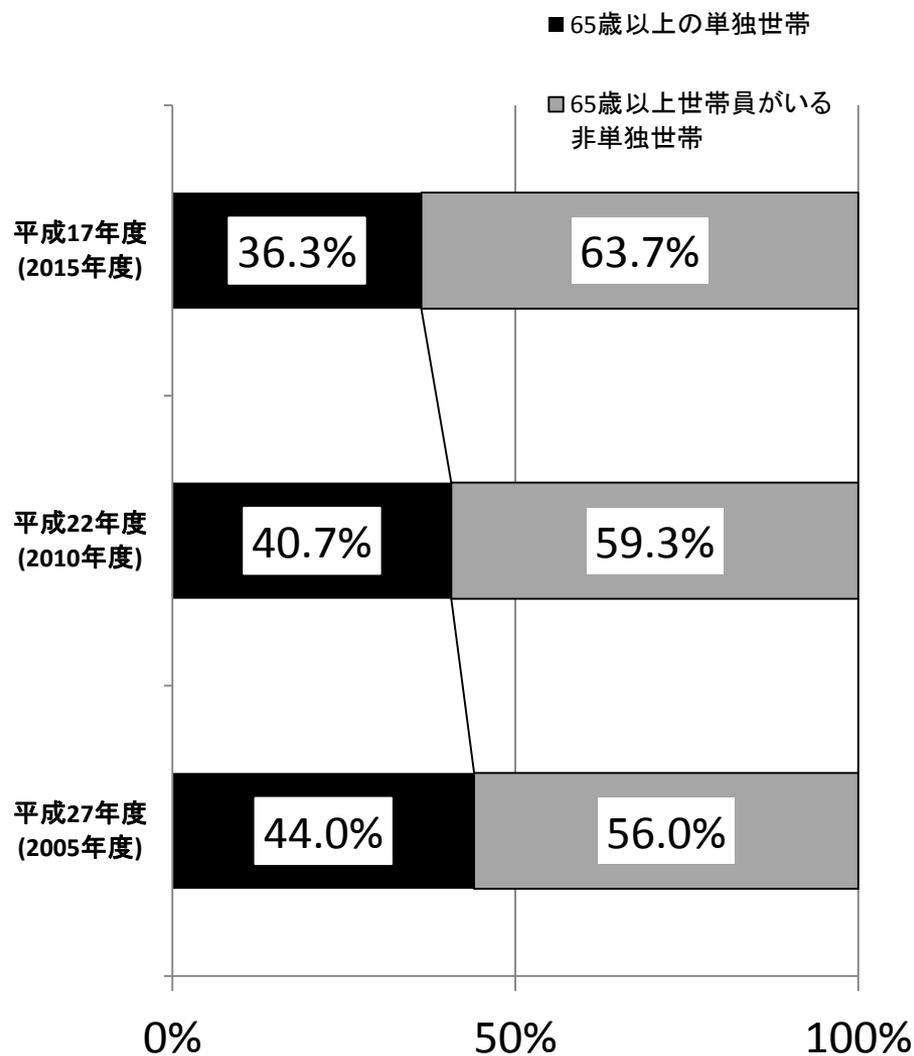
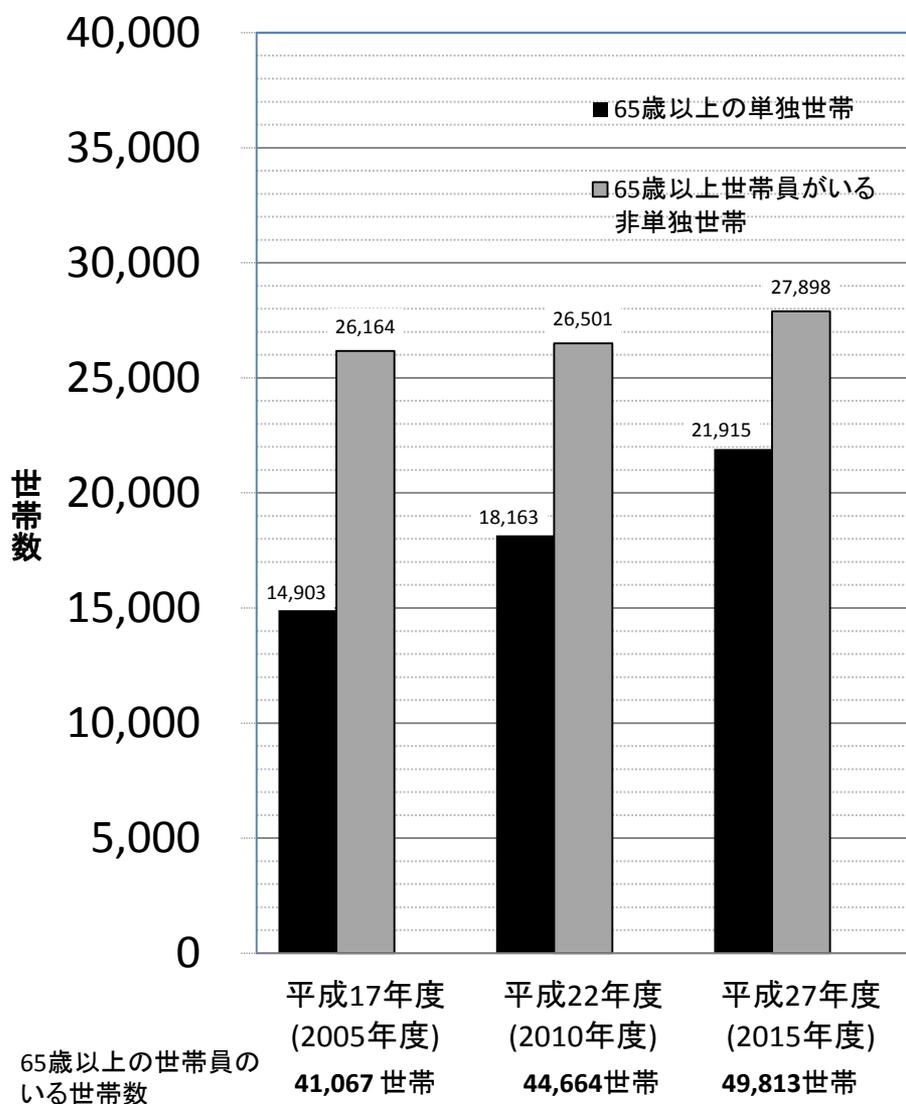
認知症高齢者は増加し続けることが予想されるうえ、65歳以上世帯員がいる一般世帯数は年々増加しており、それに占める単独世帯も数・割合ともに増加している。認知症高齢者を世帯だけでなく、地域で支えるため、正しい知識の普及啓発と支援の仕組みが必要である。

## 認知症高齢者の現状と10年後の将来推計



参考データ 中野区の65歳以上人口(2018年12月1日現在)  
生活圏域及び地域包括支援センター別認知症傾向者数(2018年12月末日現在)  
「都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応」  
(平成23~24年度厚生労働科学研究費補助金研究) MCIの全国有病率推定値

# 認知症高齢者の現状② (65歳以上世帯員がいる一般世帯数とそれに占める単独世帯数)

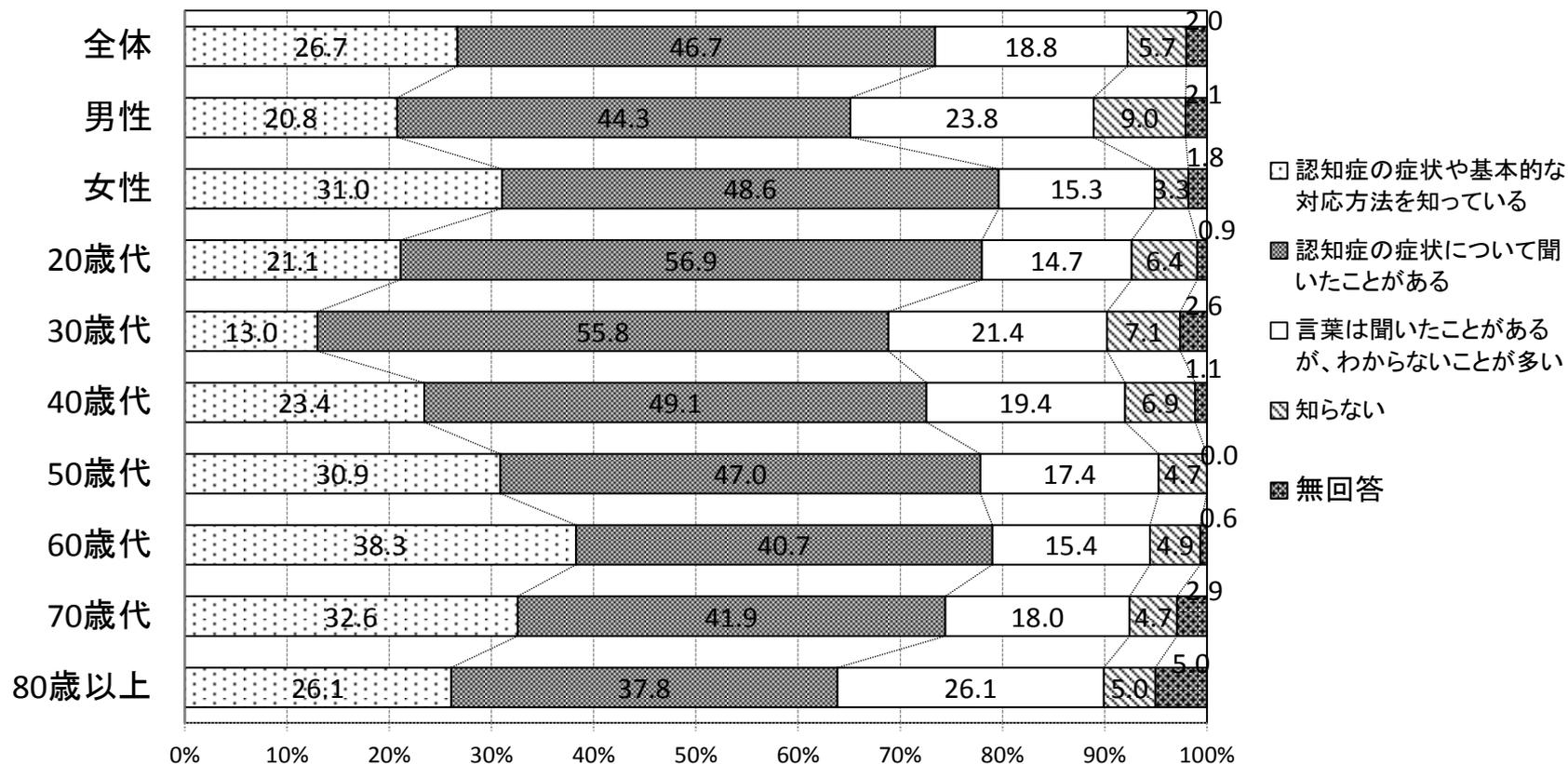


中野区統計書より  
平成17,22,27年度(2005,2010,2015年度)国勢調査

# 認知症に関する理解度

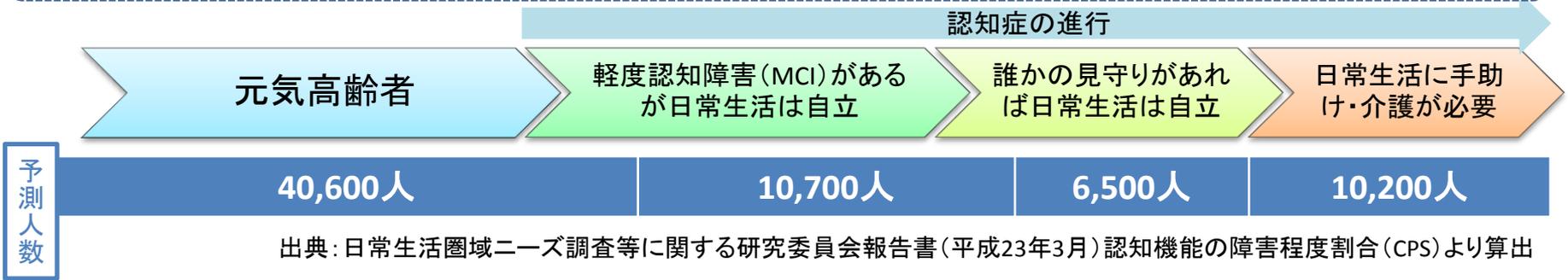
認知症について<知っている>は7割台前半、そのうち「基本的な対応方法を知っている」は2割台半ばである。

若年層への正しい知識の普及啓発の強化と、当事者年代が正しい知識を持ち、予防、早期発見に向けた取り組みを行う仕組みづくりが課題となっている。



# 認知症に対応する体制の現状

認知症の人の状態に応じ、認知症の普及・啓発、多職種での対応が行われている。認知症の人やその家族の視点に立った施策を実現していく必要がある。



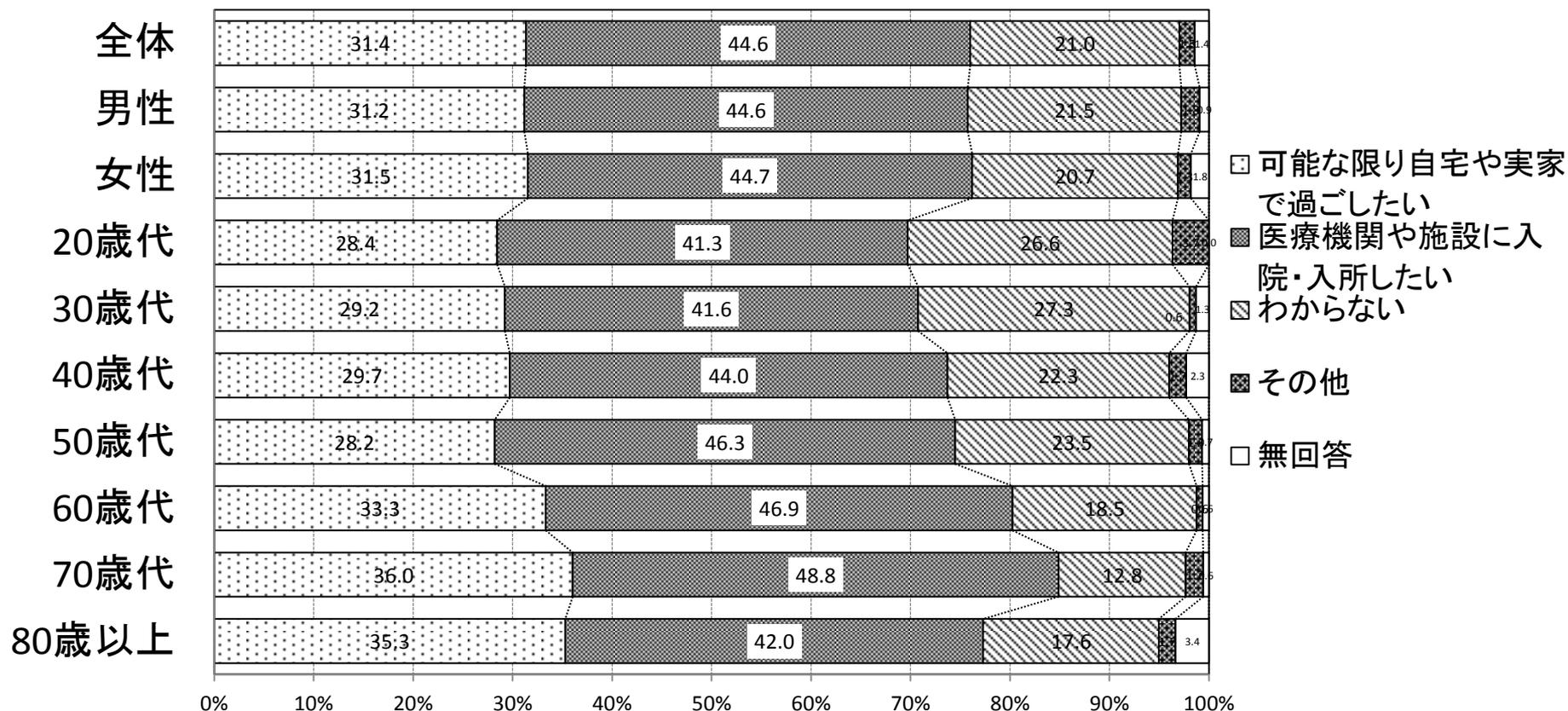
地域の居場所 オレンジカフェ・サロンなど

	認知症にやさしい地域づくり	認知症予防と早期発見の強化	認知症相談対応機能の向上	介護者支援の強化
事業・取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 認知症サポーター養成講座 (平成30年度末累計受講者17,816人)</li> <li>□ 認知症サポートリーダー養成講座(平成30年度末登録者35人)</li> <li>□ なかのオレンジカフェ登録制度(平成30年度末登録10ヶ所)</li> <li>□ 認知症講演会</li> <li>□ 普及啓発事業(アルツハイマーデー展示・RUN伴なかの支援等)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 認知症チェックリスト普及</li> <li>□ 認知症予防講演会(ファイブコグ検査)</li> <li>□ 認知症予防プログラム(コグニサイズ・コグニバイク測定)</li> <li>□ 区アウトリーチチームによるMCI発見</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 認知症初期集中支援チーム事業</li> <li>□ 認知症支援多職種向け研修</li> <li>□ 認知症専門医、アドバイザー医による研修・事例検討会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 徘徊高齢者探索サービス</li> <li>□ 介護事業所向けケアの質の向上のための研修</li> <li>□ 認知症高齢者等個人賠償責任保険事業</li> </ul>

# 長期療養を希望する場所に関する統計

「医療機関や施設に入院・入所したい」の割合が、すべての年代で最も高くなっている。

病院・施設の定員の増加率が、高齢者人口の増加率を上回ることは想定し難いため、在宅で療養できる仕組みの整備とその周知が課題となる。



平成30年度(2018年度)健康福祉に関する意識調査報告書より

# 面で支える地域のネットワーク

# 関係・専門機関の連携状況

## 地域ケア会議

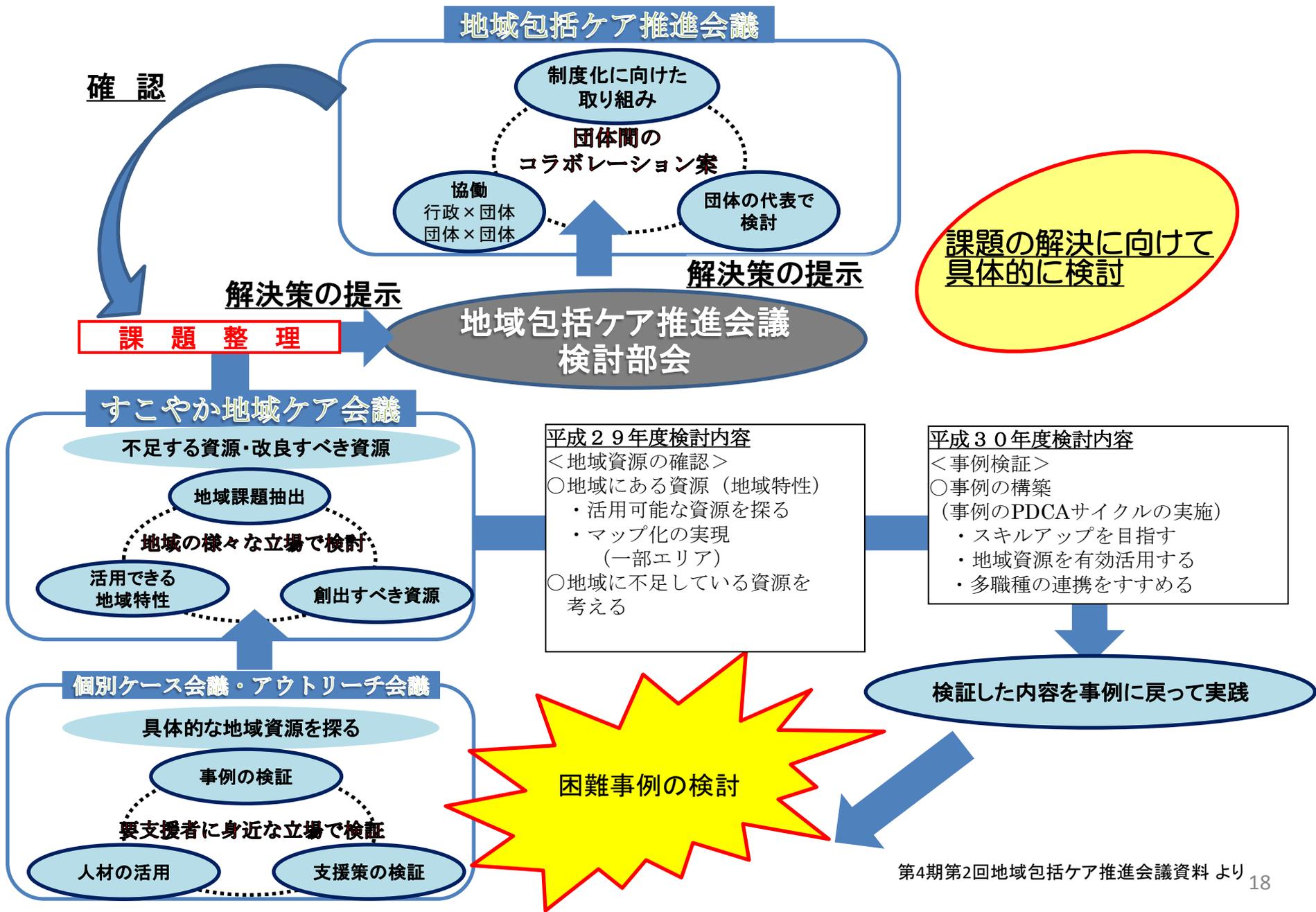
中野区地域包括ケアシステム推進プランに掲げる目標の実現に向け、区、区民、関係機関・団体が集い、顔の見える関係を作るなかで連携し、地域の課題について話し合い、解決に向けた行動につなげていくための推進組織。平成27年度より開催。

	すこやか地域ケア会議	中野区地域包括ケア推進会議
対象エリア	日常生活圏域(すこやか福祉センター圏域)を単位として設置	中野区全域を対象として設置
主な役割と機能	特性に応じた地域力の向上	地域力の総合的な推進
	困難な事例の具体的解決策の検討、ネットワーク構築、地域の課題の発見及び整理、地域資源の開発など、地域力の向上に向けた検討を行う。	推進プランの進行管理、関係団体の役割確認、事業化・施策化による課題解決策の普遍化や中野区版のルールづくりなど、地域包括ケア推進に向けた区全体の課題をとらえ、必要となる制度やしきみ等を検討・立案する。
委員構成	町会・自治会、民生・児童委員、医療関係者、介護サービス事業所連絡会、社会福祉協議会、ボランティア団体、地域包括支援センター、区	左記団体に下記団体を加える。 友愛クラブ連合会、シルバー人材センター、警察署、消防署、支えあい協力事業所、不動産事業者、高齢者会館受託事業者、商店街連合会、東京商工会議所中野支部、学識経験者
平成29年度開催回数	各4回	3回

部会名	在宅医療介護連携部会	生活支援・介護予防・就労・健康づくり部会	認知症等対策部会	住まい・住まい方部会
委員数	22名	15名	15名	10名
検討課題	医療介護連携を推進する方策の具体化	介護予防事業の体系化	認知症1717の人を地域でささえるための仕組みづくり	高齢者向けの住宅の整備・支援についての具体化
平成29年度開催回数	7回 (作業部会3回を含む)	8回 (作業部会3回を含む)	3回	4回

平成30(2018)年度(2018年度)地域支えあい推進室事業概要 より

# 地域包括ケアシステム実現に向けた会議の役割



# 地域ケア会議等を構成する主な団体等

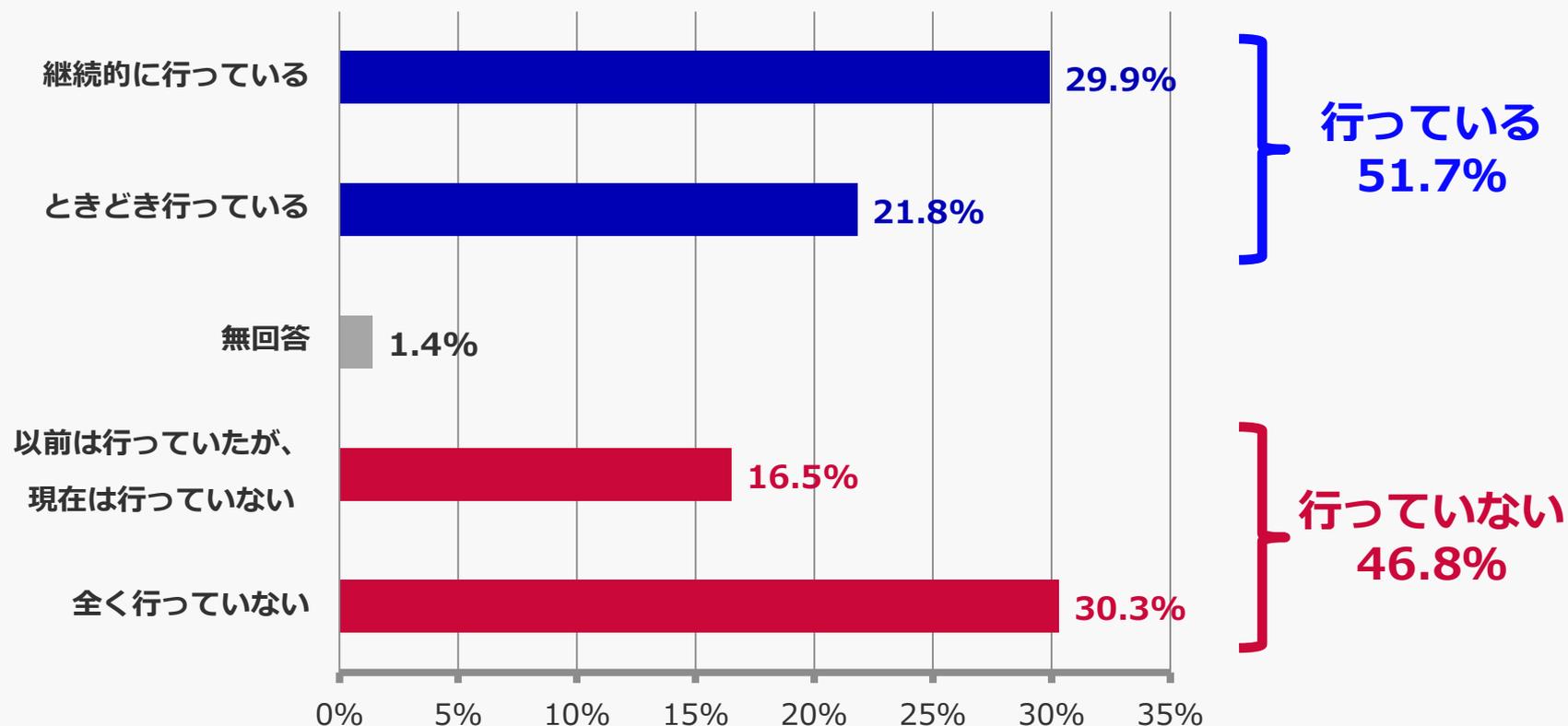
関係機関・団体名	構成人数又は規模	関係機関・団体名	構成人数又は規模
一般社団法人 中野区医師会	会員数430名 (266医療機関)★	生活協同組合コープみらい 福祉事業本部 東京エリア地区	組合員数は約341万人、正規職員 3,170人、定時職員10,718人 (平成30年3月20日現在)
一般社団法人 中野区歯科医師会	会員数192名 (166歯科医療機関)★	公益社団法人 全日本不動産協会東京都本部 中野・杉並支部	全国会員数は31,600社、東京都本 部で8,800社、中野・杉並支部で 542社、中野区で225社 (平成28年8月末時点)
一般社団法人 中野区薬剤師会	約170名★	公益社団法人 東京都宅地建物取引業協会 中野区支部	都内会員15,300社のうち中野区支 部会員は360社で区内全域に店舗 が存在(平成30年11月時点)
公益社団法人 東京都柔道整復師会 中野支部	東京都 約1,400名 中野支部 30名★	公益社団法人 中野区シルバー人材センター	約1,543名(平成29年10月時点)
中野区介護サービス 事業所連絡会	正会員(区内事業所)168事業所 準会員(区外事業所)12事業所 (平成29年度3月31日時点)	中野区商工会議所 中野支部	会員数1,954社 (平成30年3月末時点)
中野区町会連合会	106町会・自治会が加盟 常任理事会及び役員会(15地域、 30名で組織)を持ち活動★	中野区商店街連合会	中野区内65の商店街 会員約2,000人★
中野区民生児童委員協議会	14の地区民生児童委員協議会、 309名(定数)の委員で構成★	社会福祉法人 中野区社会福祉協議会	普通会員 2,739人 団体会員 217団体(主に町会・自 治会、友愛クラブ) 特別会員 113(個人・区内企業等) (平成30年3月末時点)
中野区友愛クラブ連合会	中野区全域10地区の連合会と65 の単位クラブ、約3,600人の 会員で構成★		(★平成30年10月末時点)

2018年10月実施  
中野区地域包括ケアシステム推進プラン進捗状況調査 より

生涯を通じて健康に過ごせる環境

# 中野区民の運動習慣

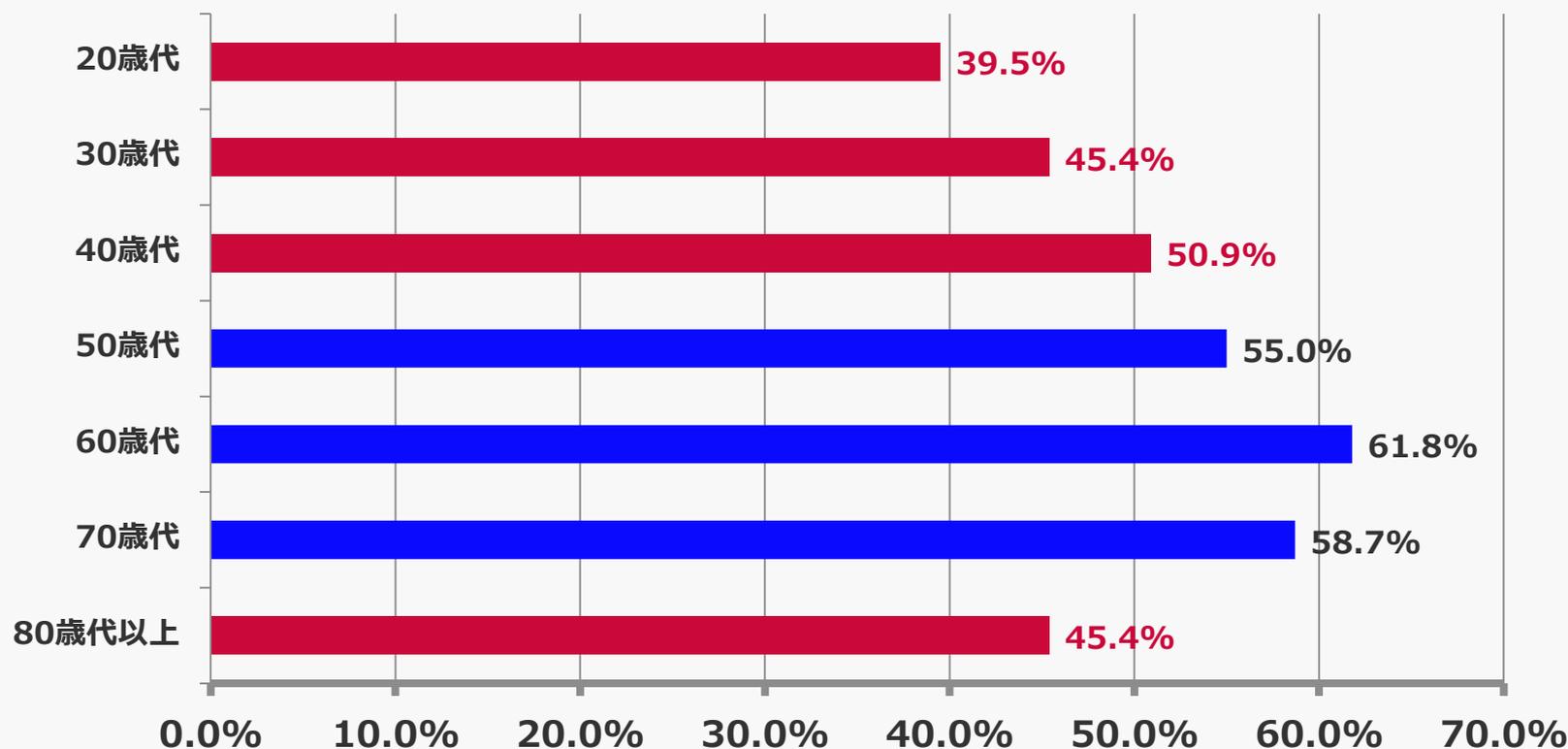
1回30分以上の連続した運動や身体活動を週1～2回以上行っているかの質問に対し、「継続的に行っている」「ときどき行っている」と回答した中野区民の割合は51.7%となっている。



# 中野区民の年代別の運動習慣

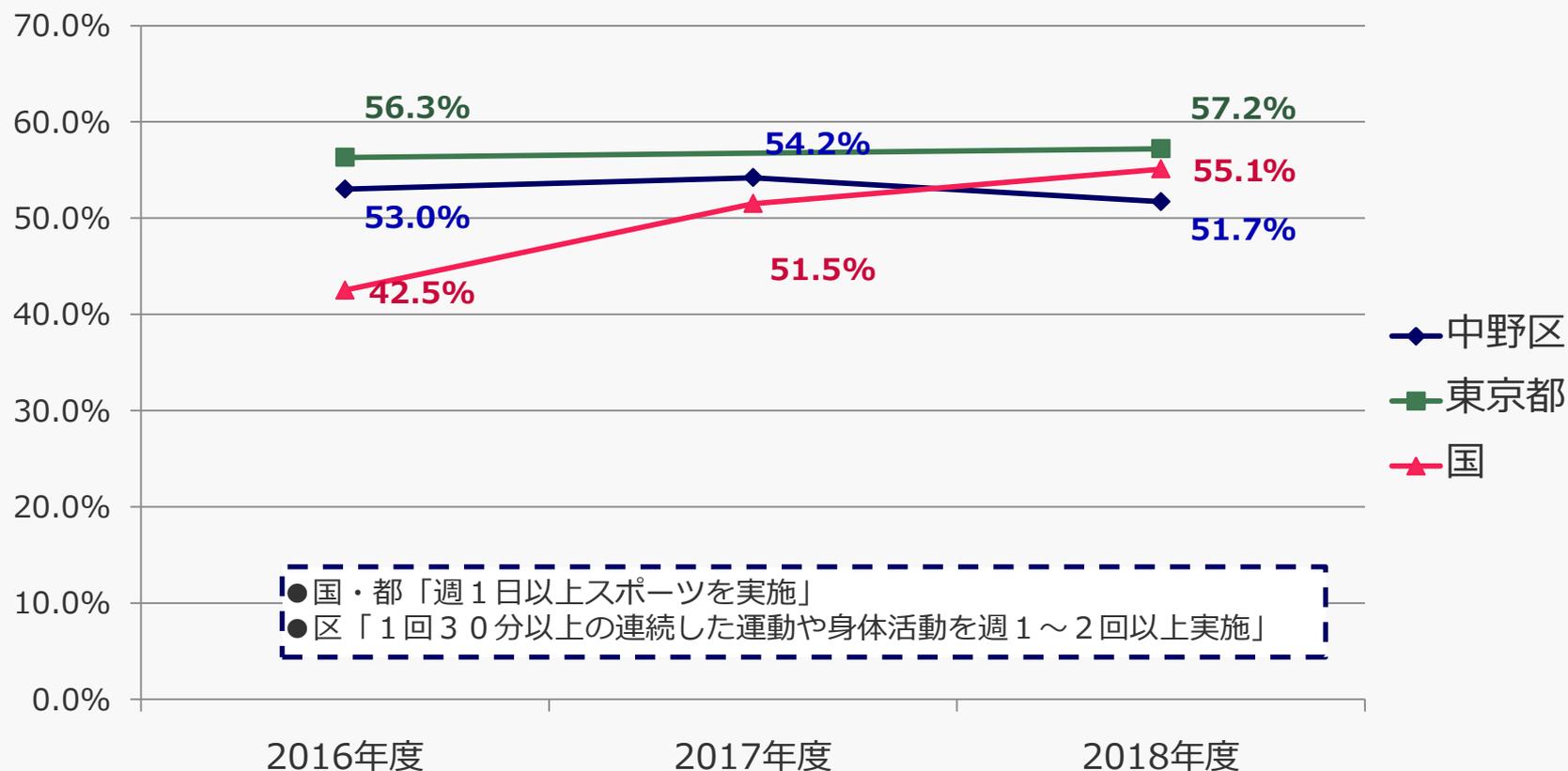
運動習慣がある人の年代別の割合をみると、50歳～70歳代が平均の51.7%を上回り、運動や健康への意識の高さがわかる。

一方、健康面の不安が少ない現役世代である20歳～40歳代へのアプローチが課題である。



# 中野区民の運動習慣の推移

国、東京都と比較し、中野区民の運動習慣のある人の割合は伸び悩んでおり、東京2020大会を契機とした運動実施率向上の取組みが、成果に結びついていないのが現状である。



国：スポーツの実施状況等に関する世論調査（スポーツ庁）  
東京都：都民のスポーツ活動・パラリンピックに関する世論調査（東京都生活文化局）  
中野区：健康福祉に関する意識調査 より

## 65歳健康寿命（東京保健所長方式）

65歳健康寿命は男女とも微増傾向にある。

中野区男性の健康寿命は東京都平均並み、女性の健康寿命は東京都平均より若干高い。

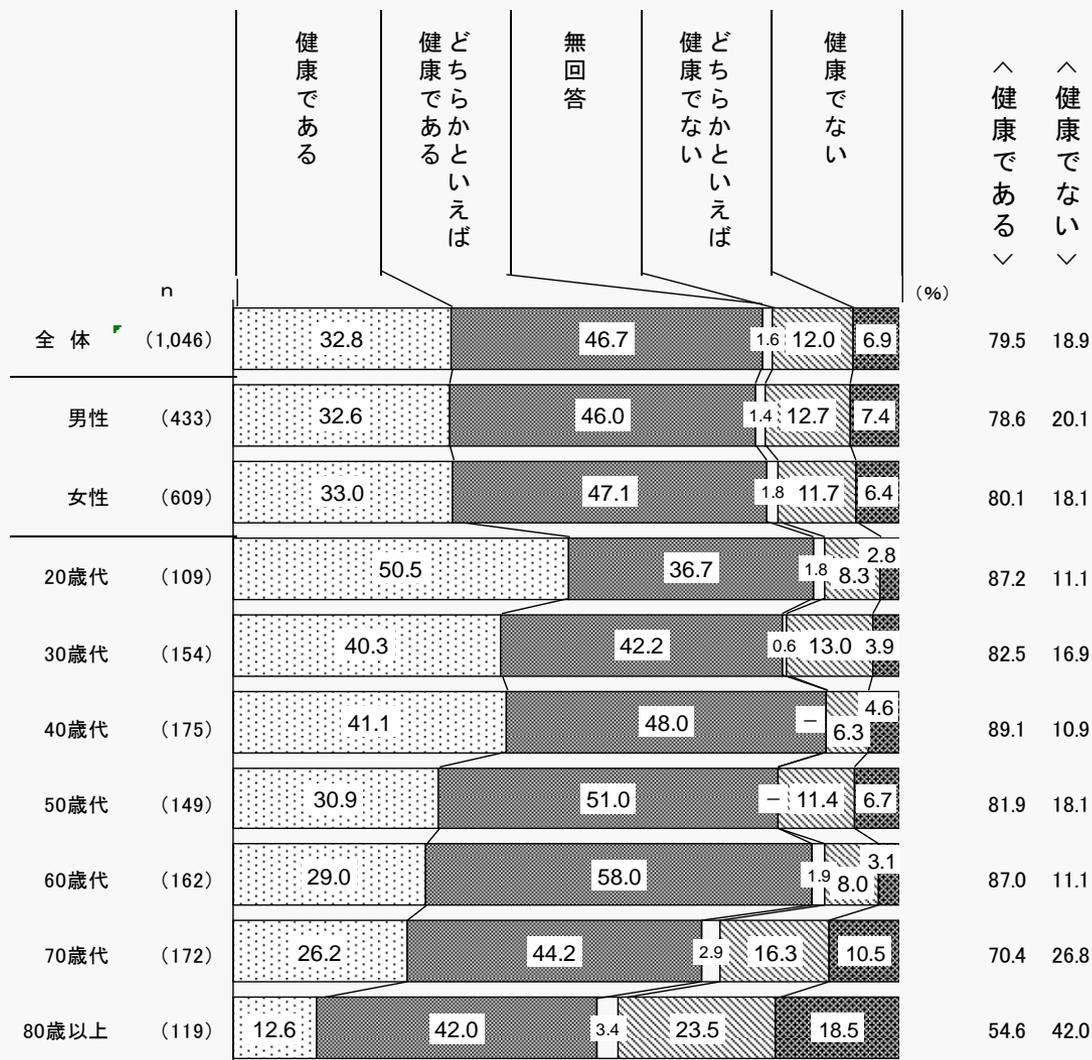
○65歳健康寿命（歳）＝65歳＋65歳平均自立期間（年）

※要支援1以上の認定を受けるまでの期間の平均、健康と考える期間

	男 性			女 性		
	中野区	23区中	東京都	中野区	23区中	東京都
平成28年	81.10歳	9位	81.04歳	82.70歳	3位	82.56歳
平成27年	80.95歳	11位	80.98歳	82.64歳	4位	82.48歳
平成26年	80.84歳	9位	80.89歳	82.63歳	5位	82.46歳

65歳健康寿命算出結果区市町村一覧（東京都福祉保健局）より

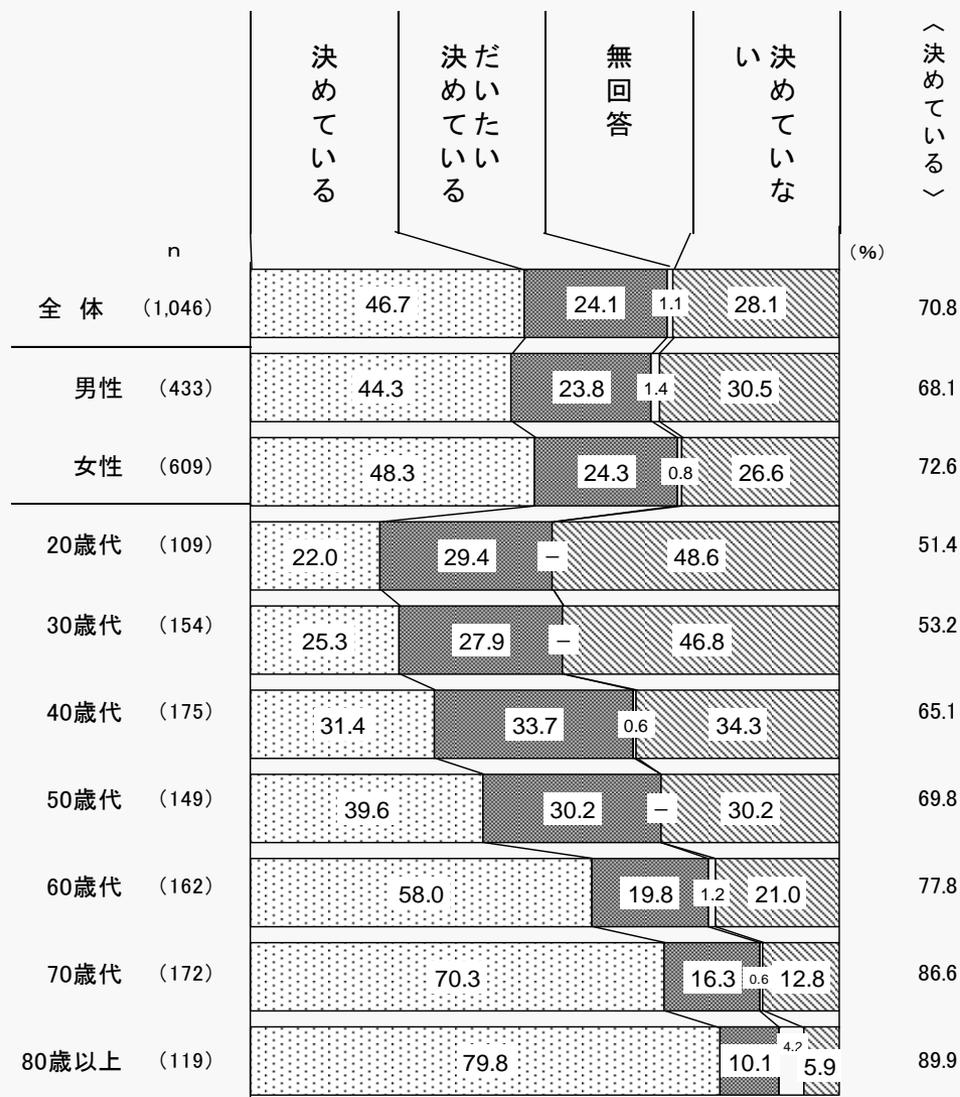
# 「自分は健康である」と感じる人の割合(主観的健康感)



「自分は健康である」と感じる人の割合は年代が上がるにつれて減少傾向にある。

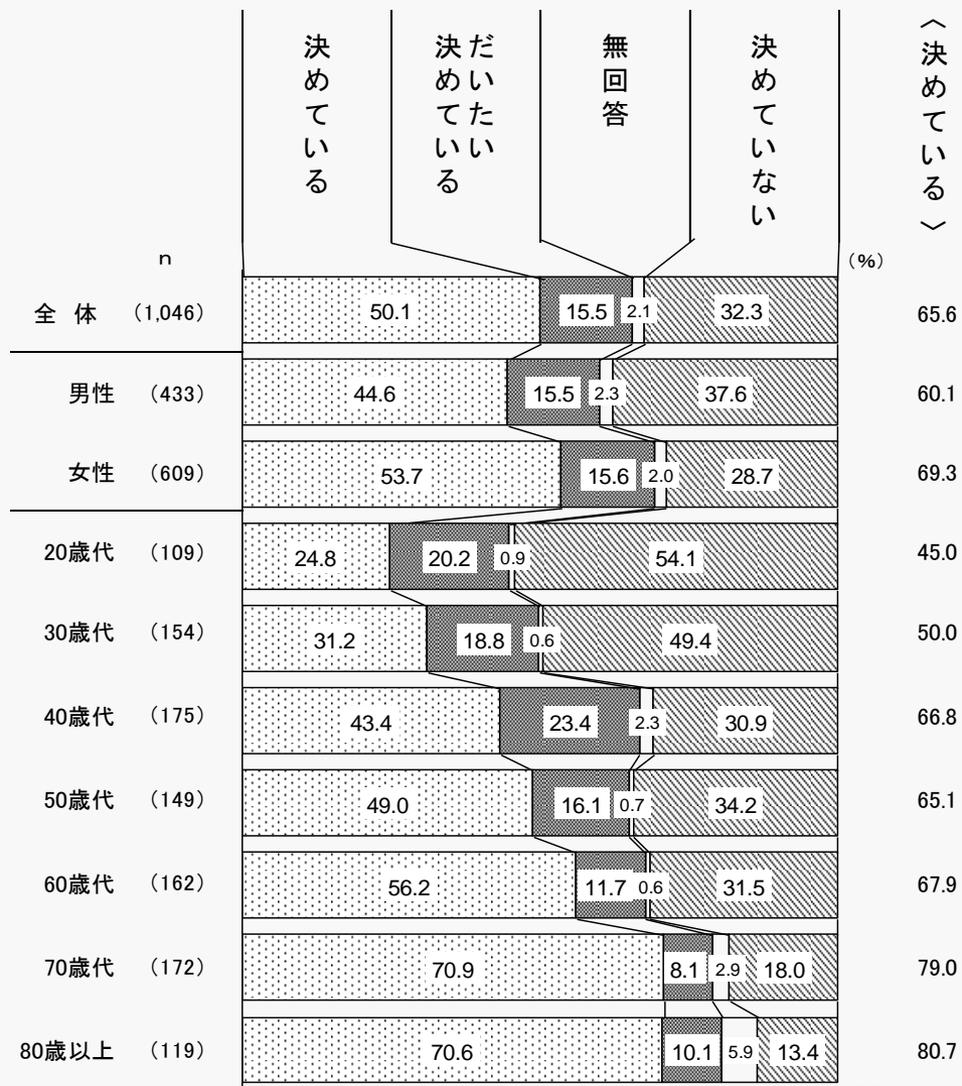
※主観的健康感が肯定的な人の方が、元気で長生きできることが統計上わかっている。

# かかりつけの診療所の有無



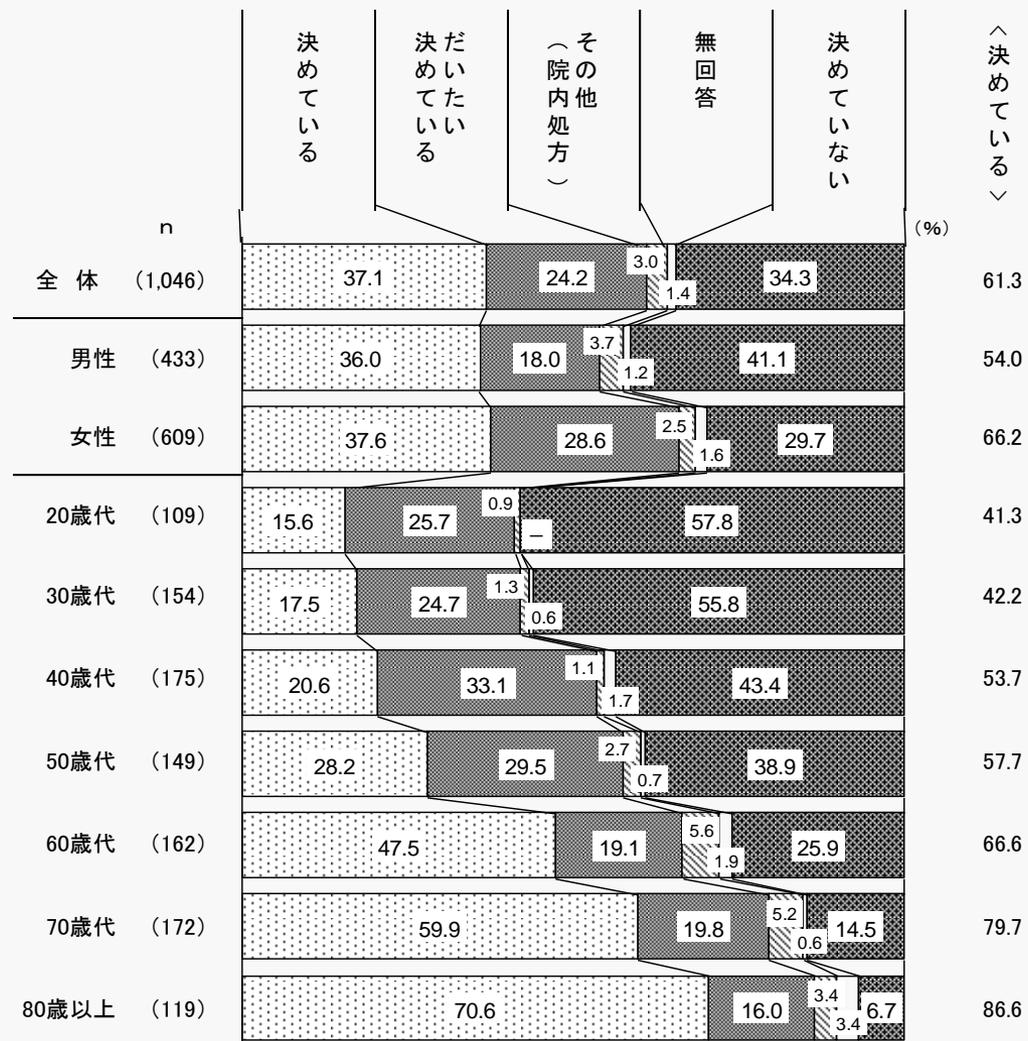
自宅の近くで診察や健康相談をするかかりつけの診療所を決めている割合は、全体で約70%である。40歳代以下では50%~60%だが、年代が上がるにつれ増加傾向がみられ、80歳以上では約90%となっている。

# かかりつけの歯科診療所の有無



自宅の近くで診察や健康相談をするかかりつけの歯科診療所を決めている割合は、全体で約65%である。年代が上がるにつれて、「決めている」割合が高くなる。

# かかりつけの薬局の有無



かかりつけの薬局を決めている割合は、全体で61%である。20歳～30歳代では「決めていない」割合が5割台半ばと高くなっている。年代が上がるにつれて、「決めている」割合が高くなる。

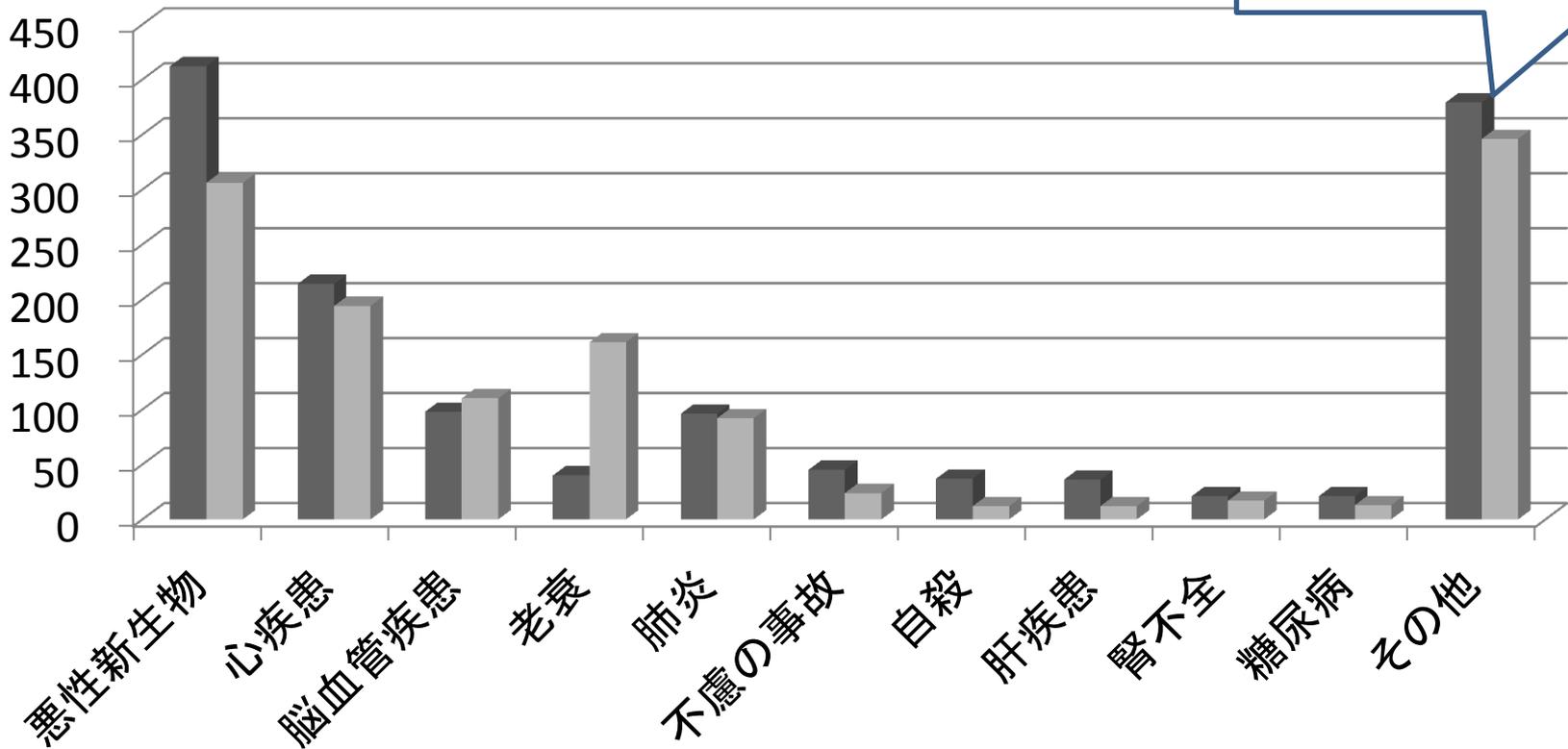
# 中野区民の死亡の原因

平成29年死亡者数2,686人（男1,399人・女1,287人）  
多いものから10死因を掲載。 悪性新生物が最も多い。

(人)

■ 男 ■ 女

その他内訳  
高血圧疾患・大動脈瘤/解離  
慢性閉塞性肺疾患・喘息等



平成30年（2018年）版中野区健康福祉部事業概要 より

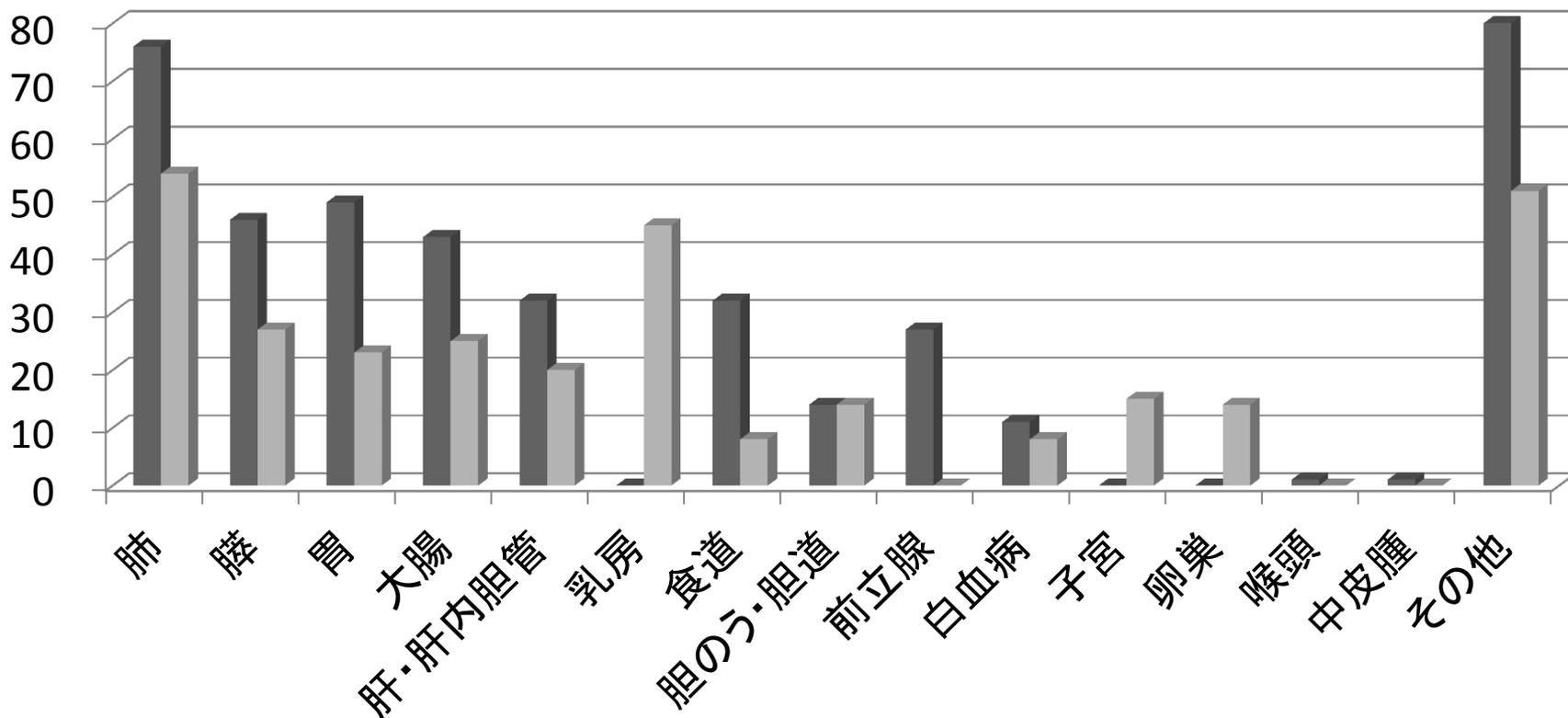
# 中野区民の死亡の原因 悪性新生物部位別

男女ともに肺がんが最も多い。

次に男性は胃がん、膵がん、大腸がん。女性は乳がん、膵がん、大腸がんが多い。

■ 男 ■ 女

(人)



平成30年（2018年）版中野区健康福祉部事業概要 より

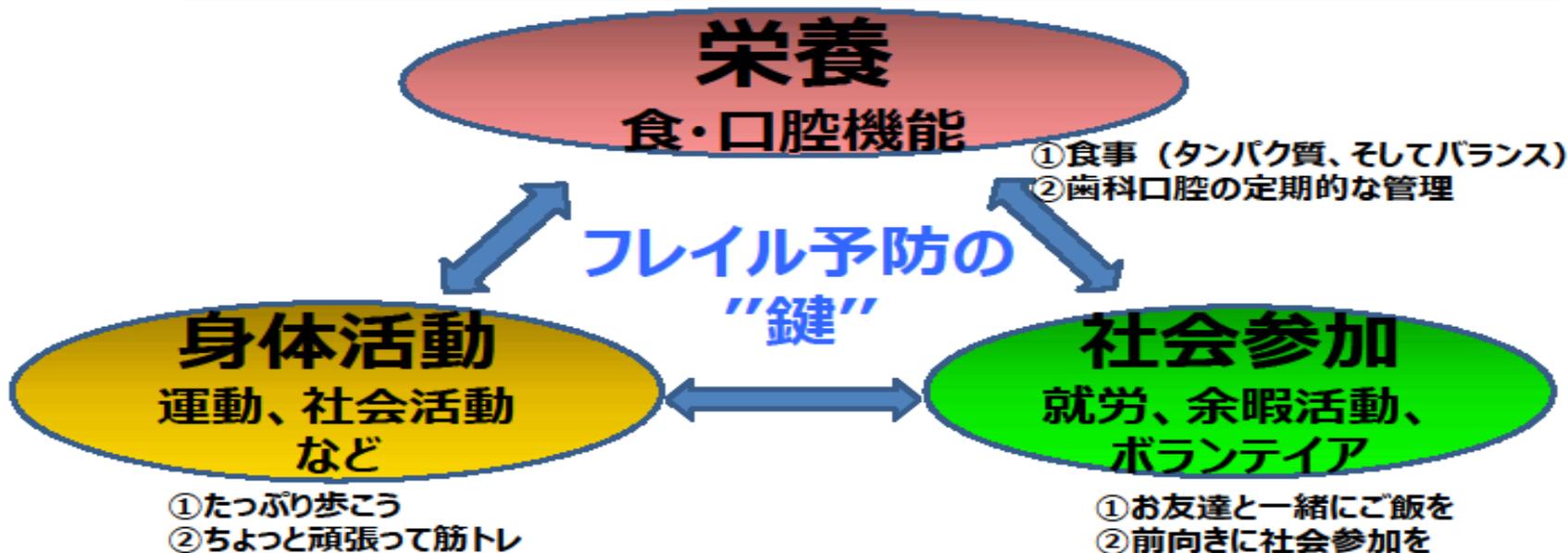
# フレイル予防

健康長寿延伸を目指し、「3つの柱」に働きかけるもの  
西東京市、杉並区等で実施



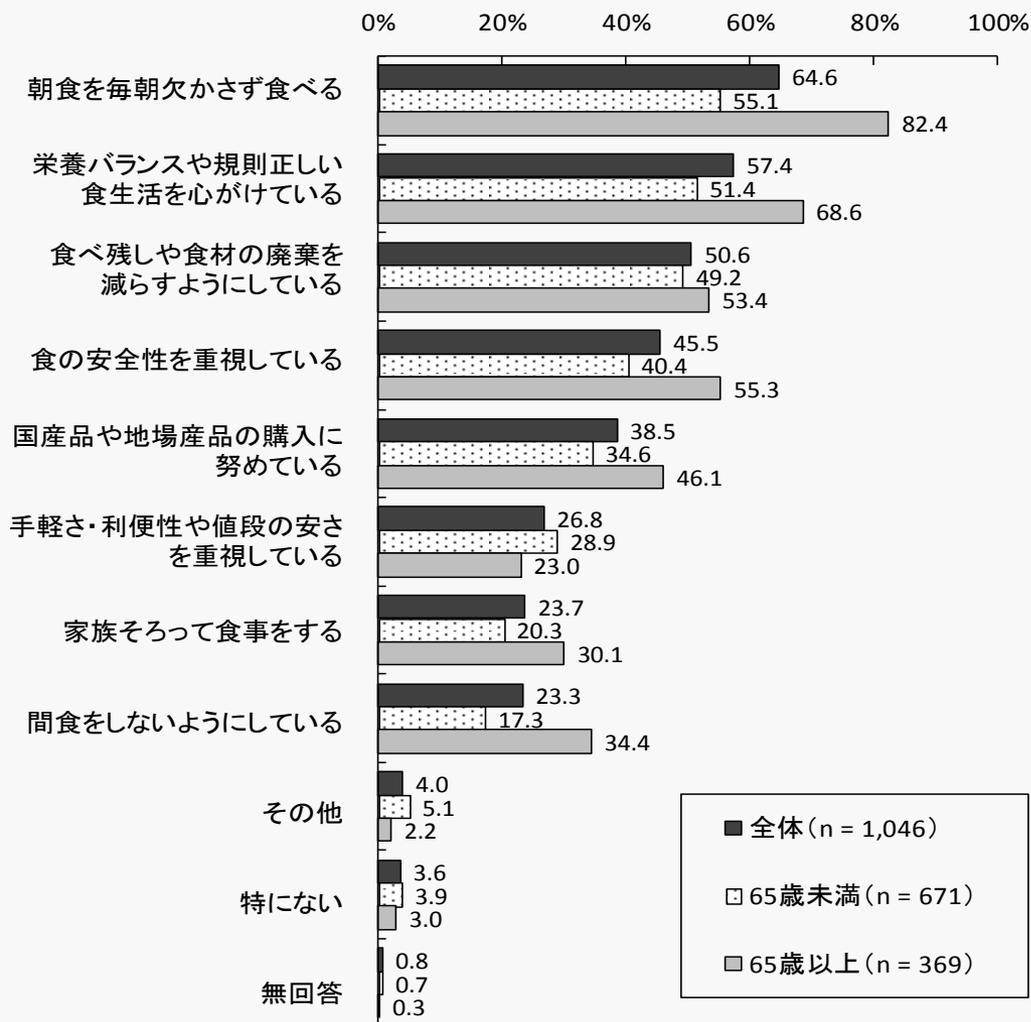
## 健康長寿のための『3つの柱』

- ✓ フレイル（虚弱）予防を実現するために、より早期から筋肉減弱（サルコペニア）予防が重要
- ✓ 健康長寿の実現のために、下記の3つの要素を地域住民にいかに包括的に伝えるのが鍵
- ✓ 「自分なりの三位一体としての底上げ」の重要性と、「継続性の重要さ」を、いかに本人に気づかせ、自分事化させるのか



(東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢 作図：フレイル予防ハンドブックより)

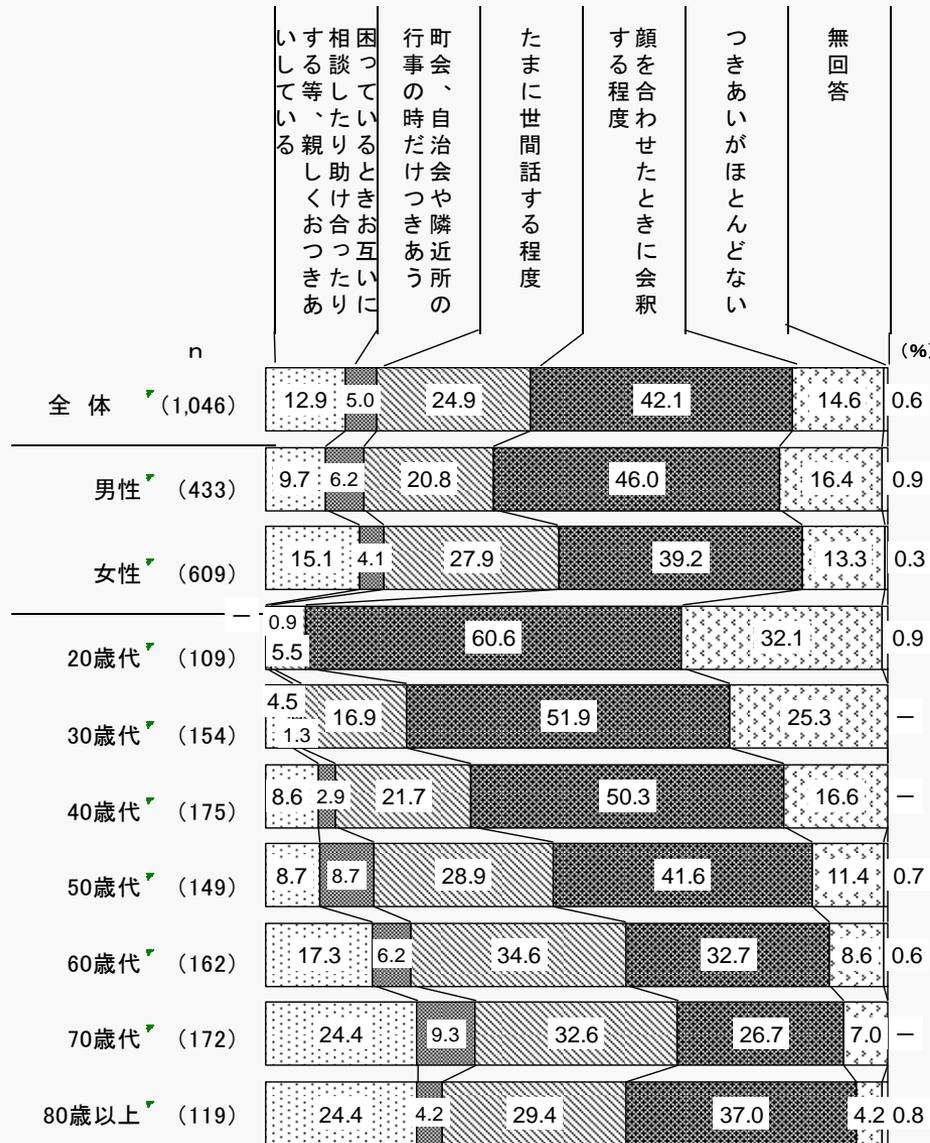
# フレイル予防① 食生活で心がけていること



食生活で心がけていることは、「朝食を毎朝欠かさず食べる」が65%で最も高く、次いで「栄養バランスや規則正しい食生活を心がける」「食べ残しや食材の廃棄を減らすようにしている」が続く。

中野区：平成30年度健康福祉に関する意識調査より

# フレイル予防② 近所とのつきあいの程度

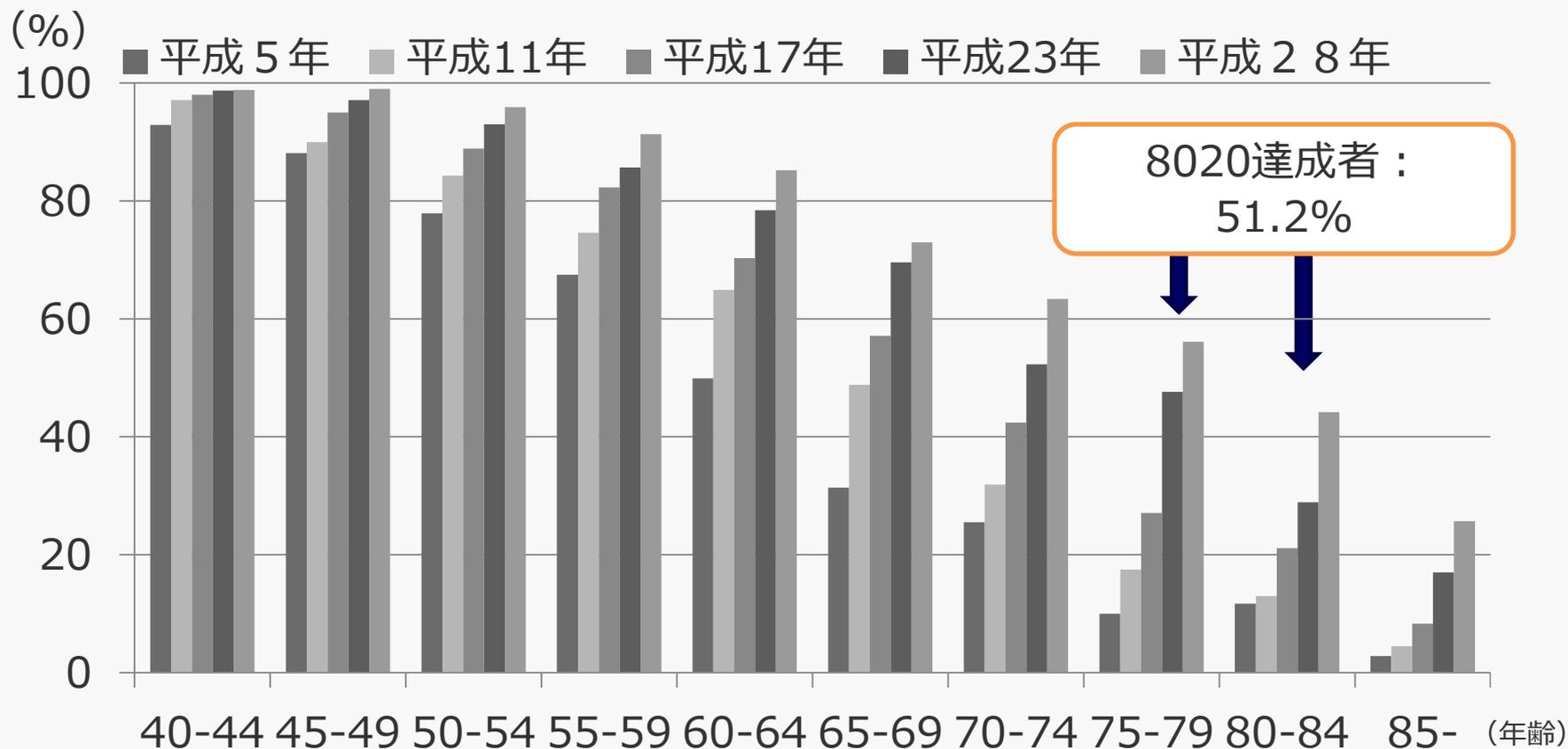


近所とのつきあいの程度は、「顔を合わせた時に会釈する程度」が42%で最も高くなっている。年代別に見ると、「親しくおつきあいしている」割合は、年代が上がるほど高い傾向となっている。

# 日本の8020運動 (80歳になっても20本以上自分の歯を保とう)

平成28年の8020達成者は51.2%で平成23年の40.2%より増加  
健康日本21の目標「平成34年までに50%」を6年早く達成

※8020達成者は75歳～85歳未満の数値より推計



# まちの環境づくりの先進事例 足立区

目標「足立区に住んでいれば自ずと健康になる」  
 健康寿命が都平均より2歳短いこと  
 糖尿病医療費が多いことから、野菜を食べようキャンペーンを実施

その解決策は裏面に

なぜ  
**足立区民の健康寿命は  
 都平均より約2歳短いのか**

足立区民の健康寿命は都民の平均より約2歳短く感じましたか？  
 区では糖尿病をはじめとする生活習慣病がその原因であると考えられています。  
 今後10年をかけて、区はその解決に向けて取り組んでいます。

自覚症状は  
**無かった**

若い頃からスポーツをやっていたので健康には自覚がありました。だから健康診断の結果を軽く受け止めていたんです…  
 (区内在住Tさん)

最寄駅：足立区役所

糖尿病リスクを減らすために

野菜を食べよう！  
 野菜から食べよう！

解決策とは？

① 野菜から食べる (ベジファースト)

■ 食物繊維が豊富な野菜から食べることで、血糖値の上昇を抑え、血管を守ります。  
 ■ 腸蠕動を防止し、心臓病や脳梗塞など生活習慣病の予防に役立ちます。

② 1日の食事は350g 野菜をのこすから食べる

野菜は食物繊維やビタミン、ミネラルが豊富に含まれています。  
 ■ 食物繊維は腸を動かす、大腸がんの発生を抑えます。  
 ■ ビタミン、ミネラルは体の働きを支える様々な働きをしています。  
 ■ 野菜は年中ならどき多く食べられるので、血糖値を下げる働きがあります。

③ 野菜をよくかんで食べる

■ よくかむと消化が早く得られるので食べ過ぎを防ぎ、肥満を防ぎます。  
 ■ かむことで腸が活性化され、腸中の善玉菌が増えます。

野菜から食べる3つのポイント

日々の食事に野菜をつけて！

糖化指数だけの食事ではない！ 糖質飲料を減らす！

糖尿病って…

作業やストレス、過食・肥満などが原因で血糖値の高い状態が続き、血管が傷つけられ全身が腫れていく病気です。かなり重症になるまで自覚症状はほとんどなく、悪化すると心筋梗塞、脳梗塞や失明、舌には痺れ不全から人工透析を受けることになる場合もあります。  
 菓子/パン/ゆかりなどはだけの食生活やのどが渇いたら甘いジュースで水分補給、その上、テレビやパソコンの前でじっとして、なんて生活をしていませんか？食生活を始めるはじめる毎日の規則正しい生活の積み重ねが、将来の糖尿病リスクからあなたを守ります。

足立区 かんたんテレビス 健康

TEL 03-3880-5433

# まちの環境づくりの先進事例 足立区

## 糖尿病対策アクションプランの策定



### 「ベジタベライフ協力店」とは？

- 野菜を販売している店舗（八百屋、スーパーマーケット など）
- 野菜の惣菜を販売している店舗（惣菜店、弁当店、コンビニエンスストア など）
- 野菜たっぷりメニュー（野菜120g以上を目処）を提供している店舗（飲食店など）
- 食前ミニサラダなどのベジ・ファーストメニューを提供している店舗（飲食店など）
- その他、野菜に関する取り組みを実施している店舗

### 足立区の取り組み

あだち ベジタベライフ ～そだ、野菜を食べよう～

糖尿病をはじめとした生活習慣病を予防するために、区では「野菜から食べること」「野菜を3食しっかり食べること」「野菜をよく噛んで食べること」をすすめています。

区内のお店や企業も巻き込んで

- 野菜を食べることを推進  
ベジタベライフ協力店を600→900へ  
朝食に野菜を食べられる店を増やす
- 良い生活習慣の定着を乳幼児から  
「ひと口目は野菜から」事業・父母向け栄養教室  
給食を通じた食育の推進  
子どもの頃からの虫歯予防  
若い世代の歯周病予防・よく噛んで食べる習慣づくり
- 糖尿病を重症化させない取組を  
医師会・歯科医師会・薬剤師会との連携  
糖尿病と診断された患者の眼科・歯科受診の啓発  
薬局でヘモグロビンA 1 c 6.5%以上の人の受診勧奨

支援を必要とする人を支える社会参画

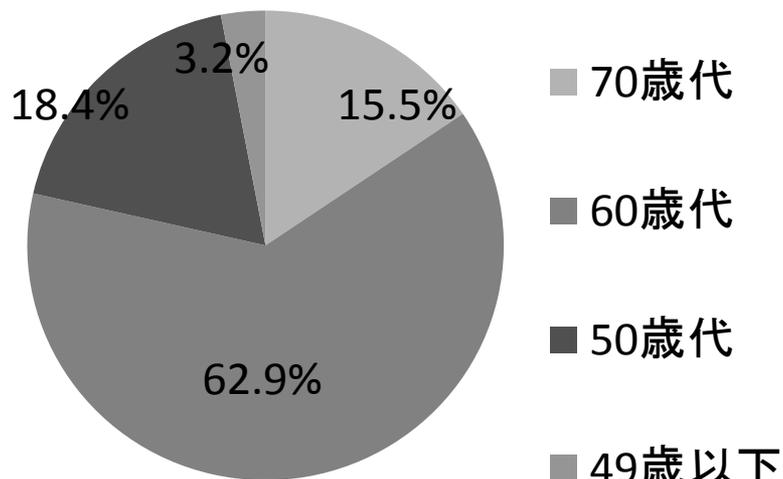
# 民生委員・児童委員の担い手確保の現状と課題

## 中野区の民生委員・児童委員の平均年齢

64.6歳

(平成31年4月1日現在)

## 都内民生委員・児童委員年齢構成



活動者の8割は60歳代以上。中でも60歳代後半から70歳前後が最も多い。

(東京都福祉保健局「民生委員・児童委員活動に関する検討委員会報告書」(平成31年4月)より)

## 中野区における民生委員・児童委員の委嘱状況

中野区における民生委員・児童委員委嘱数の推移					参考データ※	
	定数(人)	委嘱数(人)	欠員(人)	委嘱率(%)	都委嘱率(%)	全国委嘱率(%)
H25.4.1	305	295	10	96.7		
H26.4.1	306	291	15	95.1	93.9	97.1
H27.4.1	306	292	14	95.4		
H28.4.1	309	292	17	94.5		
H29.4.1	309	296	13	95.8	92.2	96.3
H30.4.1	309	295	14	95.5		
H31.4.1	309	295	14	95.5		

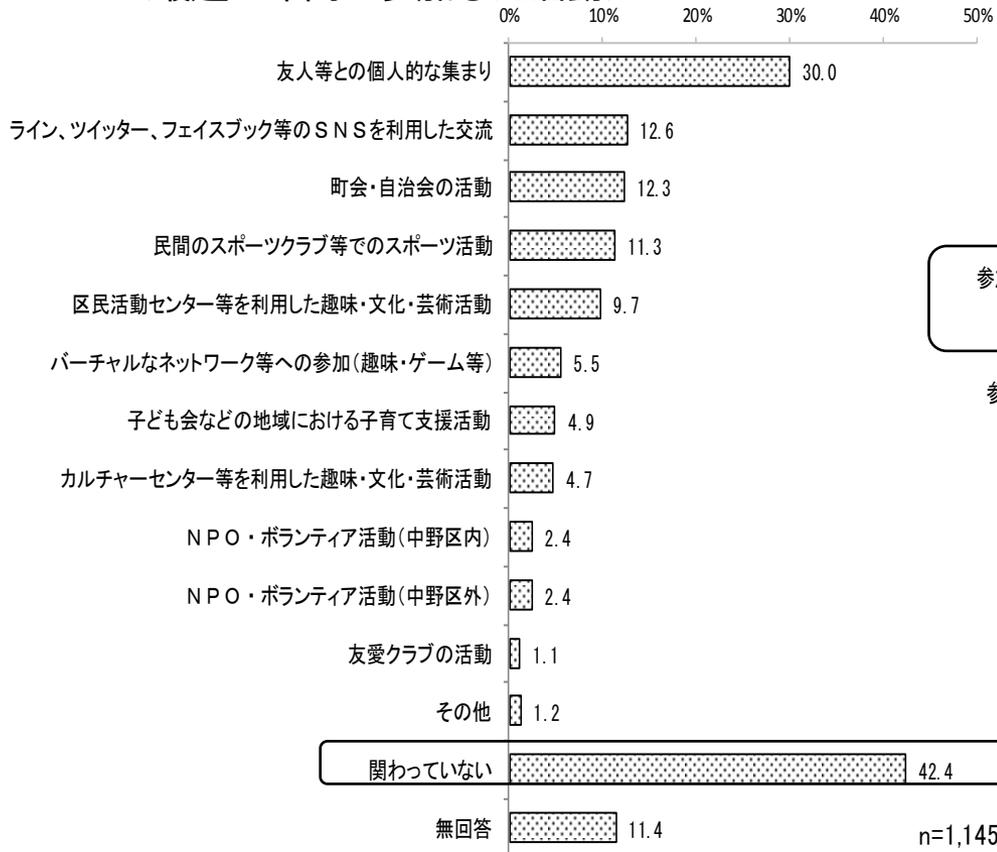
※参考データは東京都福祉保健局「民生委員・児童委員活動に関する検討委員会報告書」による。

# 就労以外の社会や地域との関わり

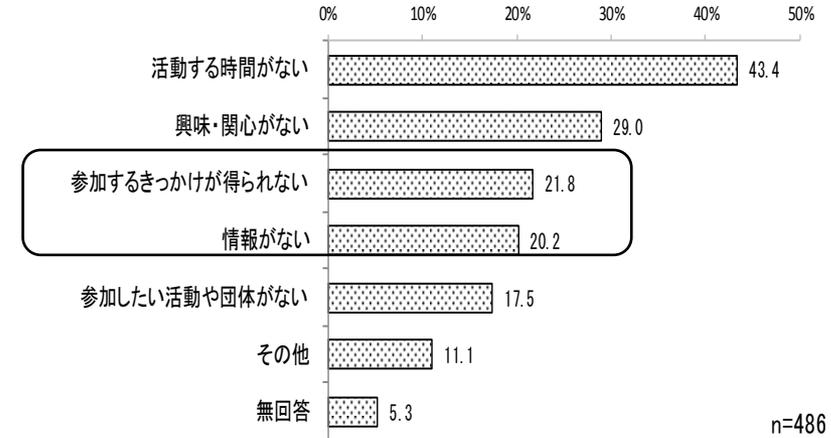
最近1年間、就労以外で、社会や地域との関わりがないと答えた人は42%。

その主な理由は「時間がない」「興味・関心がない」であるが、「きっかけが得られない」「情報がない」との理由も見られ、関心があっても、実際の活動に結び付いていない状況がうかがえる。

＜最近1年間に参加した活動＞



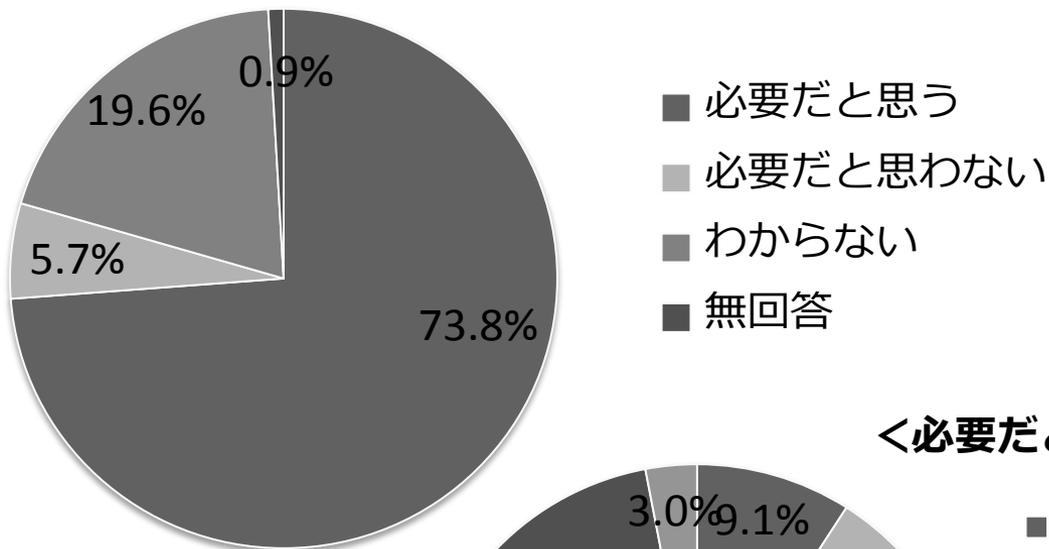
＜社会や地域と関わっていない理由＞



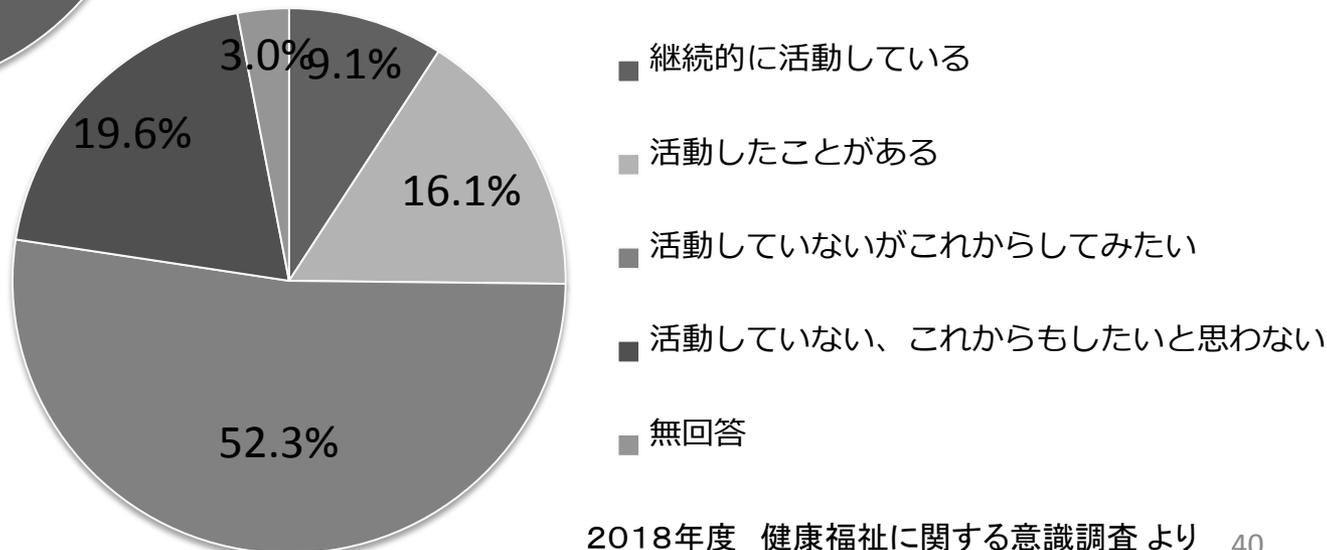
# 近隣の見守り支えあい活動に関する状況①

7割以上の方が「必要だと思う」と回答し、その半数が現在は活動していないが、これから活動してみたい、と回答した。

## <見守り支え合い活動は必要だと思いますか？>



## <必要だと思う人の活動状況等>

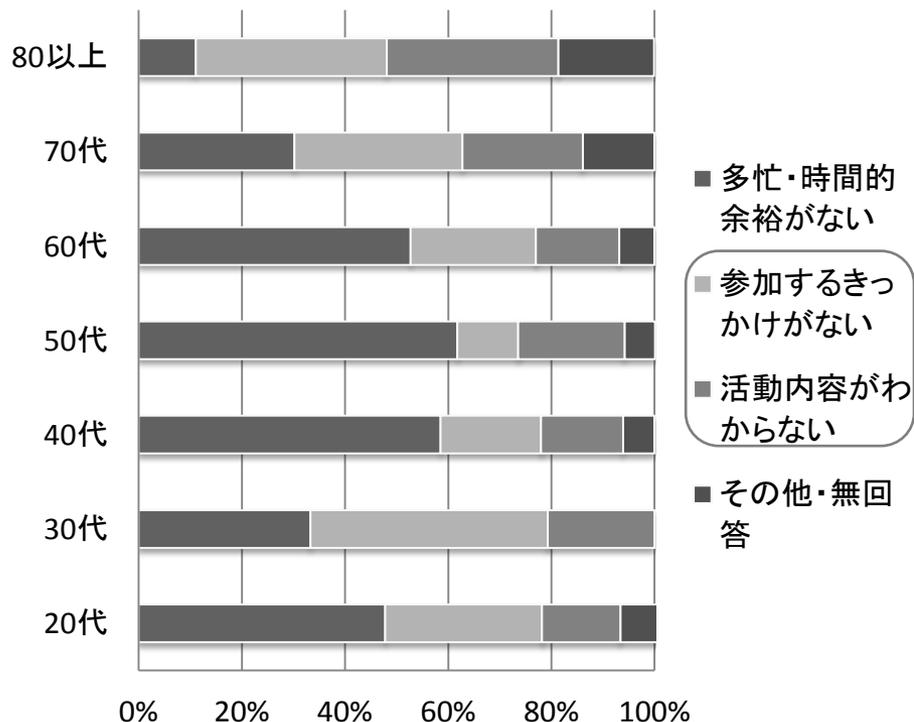


# 近隣の見守り支えあい活動に関する状況 ②

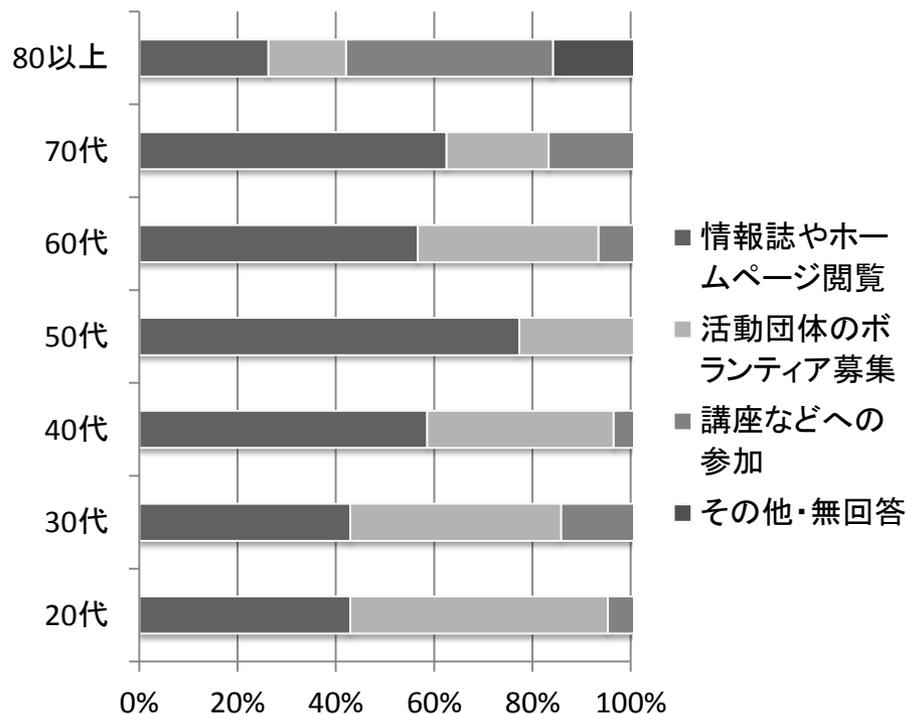
30代では、「きっかけがない」が最も多い。「多忙で時間の余裕がない」は、50代、40代、60代の順に多い。「活動内容がわからない」が、全世代で2割程度みられる。

参加するきっかけとなるものは、40～70代では、情報誌やホームページ閲覧が上位だが、30代では団体からのボランティア募集がそれと同程度で、20代ではこちらの方が多い。

＜今後、見守り支えあい活動をしてみたいが、現在していない理由＞



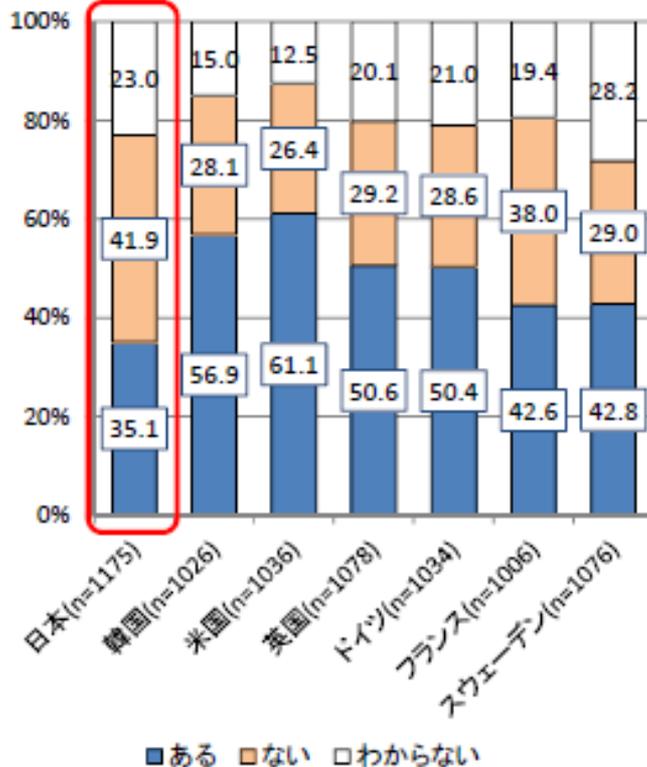
＜どのようなきっかけや情報があれば参加しようと思うか＞



# 日本と諸外国の若者のボランティアに対する興味

- 調査対象の7か国のうち、ボランティア活動に興味がある割合は日本が最下位であり、唯一、興味がないと答えた割合を下回っている。
- 日本の若者がボランティア活動に興味がある理由としては、「困っている人の手助けをしたい」が最も多く、以下、「いろいろな人と出会いたい」や「地域や社会をよりよくしたい」と続く。

【ボランティアに対する興味】



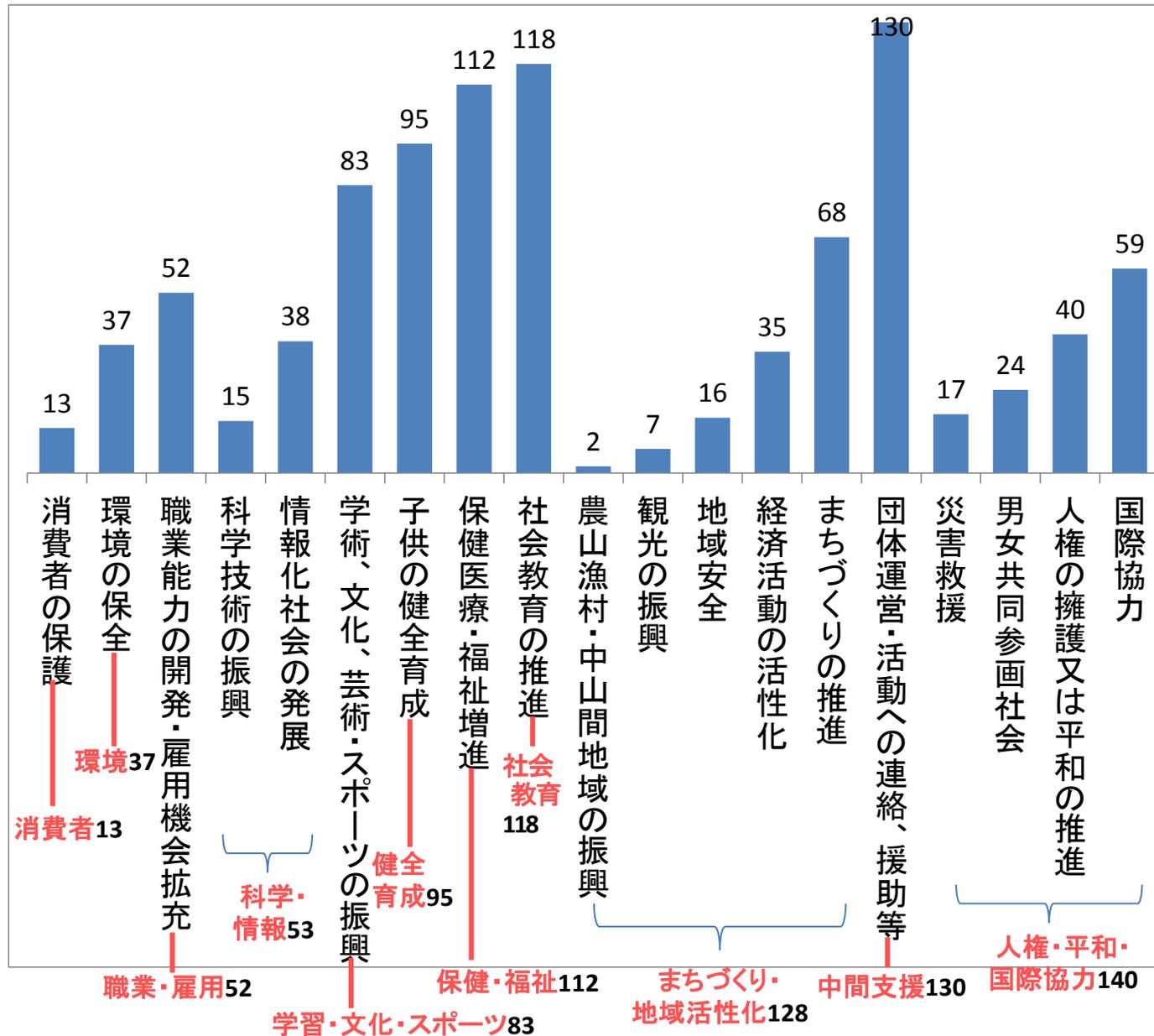
【ボランティア活動に興味がある理由】 (複数回答)

	日本 (n=413)	韓国 (n=584)	米国 (n=633)	英国 (n=546)	ドイツ (n=521)	フランス (n=429)	スウェーデン (n=461)
地域や社会をよりよくしたい	48.4	35.4	62.9	48.5	38.6	38.2	51.0
困っている人の手助けをしたい	65.4	70.9	75.8	66.3	50.3	70.6	60.5
新しい技術や能力を身につけたり経験を積んだりしたい	37.3	31.8	48.0	51.5	56.6	52.4	64.6
自分のやりたいことを発見したい	34.6	31.2	34.6	31.3	31.3	15.4	38.0
いろいろな人と出会いたい	49.6	38.2	40.9	39.2	37.2	34.3	44.0
進学、就職などで有利になるようにしたい	14.8	21.4	31.9	36.6	28.6	14.9	42.3
自由時間を有効に使いたいから	12.6	25.9	39.3	34.6	35.7	40.1	34.7
周りの人がやっているから	2.7	3.8	4.9	4.8	8.1	7.0	2.4
その他	2.2	2.4	3.0	1.5	3.3	1.4	5.0
分からない	1.7	1.9	1.6	2.0	1.3	1.9	4.1

(備考) 1. 内閣府 平成25年度「我が国と諸外国の若者の意識に関する調査」により作成。

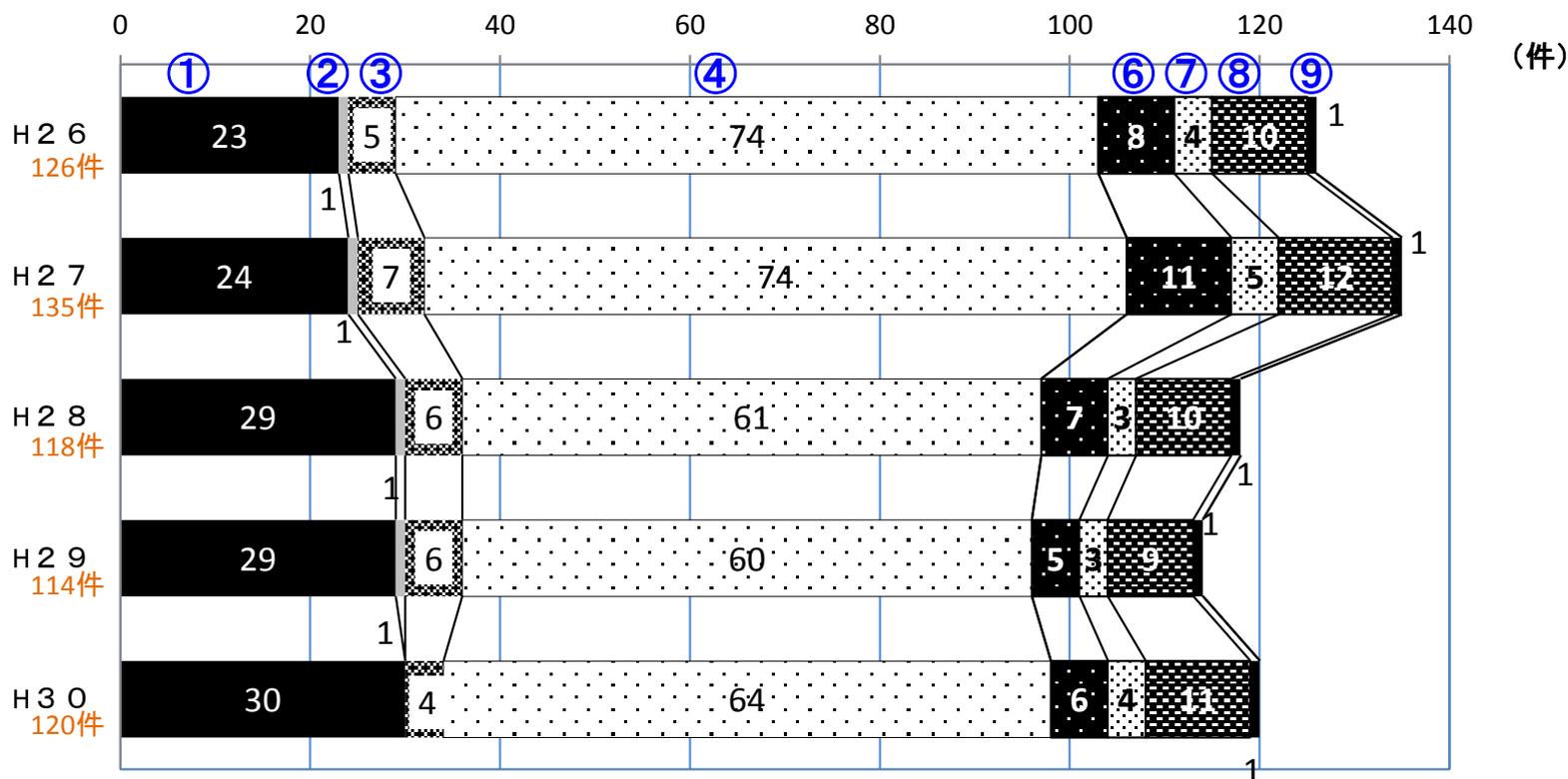
2. 日本、韓国、米国、英国、ドイツ、フランス、スウェーデンの計7か国の満13歳から満29歳までの男女が対象。平成25年11~12月に、各国とも1,000サンプル回収を原則として、ウェブ調査を実施。

# 区内に拠点のあるNPO法人(208団体)の活動内容



※複数活動あり  
 2018年12月31日現在、東京都NPO法人ポータルサイトより

# 中野区公益活動助成の実績（5年間）



- ①地域を住民自身で支えるための活動
- ②産業の活性化、都市観光推進のための活動
- ☒ ③地球環境を守るための活動
- ④子どもと子育て家庭を支援するための活動
- ⑤男女共同参画の推進及び人権を守るための活動(実績0件)
- ⑥地域の保健福祉を推進するための活動
- ☒ ⑦安全で快適なまちづくりのための活動
- ☒ ⑧学習、文化、芸術又はスポーツ振興のための活動
- ⑨国際交流、平和のための活動
- ⑩消費者のための活動(実績0件)

## 昼間人口・昼夜間人口比率の推移(昭和40～平成27年)

年次	昼間人口	夜間人口	昼夜間人口比率 (昼間人口/夜間人口)
昭和40年	286,992	376,697	76.2
45	289,675	378,723	76.5
50	291,903	373,075	78.2
55	272,369	345,733	78.8
60	267,237	335,936	79.5
平成2	257,848	319,687	80.7
7	261,174	306,581	85.2
12	272,250	309,526	88.0
17	285,636	310,627	92.0
22	289,176	314,750	91.9
27	313,270	328,215	95.4

資料 総務省統計局「平成27年国勢調査従業地・通学地による人口・就業状態等集計」

《昼間人口》

昼間人口とは、就業者または通学者が従業・通学している従業地・通学地による人口であり、従業地・通学地集計の結果を用いて算出された人口である。

また、夜間勤務の者、夜間の学校に通っている者も便宜上昼間就業者・昼間通学者とみなして昼間人口に含めており、昼間人口には買物客などの非定常的な移動については考慮していない。

《夜間人口》

調査時に調査の地域に常住している人口である。

《昼夜間人口比率》

昼夜間人口比率は、夜間人口100人当たりの昼間人口の割合であり、100を超えているときは人口の流入超過、100を下回っているときは流出超過を示している。

## 町別、昼間人口・夜間人口・比率

		1995	2000	2005	2010	2015
中野区	昼間人口	261,174	272,250	285,636	289,176	313,269
	夜間人口	304,379	309,513	310,392	314,750	328,215
	昼夜間人口比率 (昼間人口/夜間人口)	85.8%	88.0%	92.0%	91.9%	95.4%
南台	昼間人口	13,695	13,984	15,427	13,951	14,341
	夜間人口	18,778	19,205	19,556	19,520	20,217
	昼夜間人口比率	72.9%	72.8%	78.9%	71.5%	70.9%
弥生町	昼間人口	20,526	20,370	21,070	20,604	20,498
	夜間人口	22,250	21,924	21,764	21,548	22,562
	昼夜間人口比率	92.3%	92.9%	96.8%	95.6%	90.9%
本町	昼間人口	23,922	32,091	32,529	35,611	35,355
	夜間人口	26,019	26,831	27,480	28,136	29,410
	昼夜間人口比率	91.9%	119.6%	118.4%	126.6%	120.2%
中央	昼間人口	26,536	27,758	29,386	31,968	32,413
	夜間人口	26,547	26,627	27,611	27,662	29,189
	昼夜間人口比率	100.0%	104.2%	106.4%	115.6%	111.0%
東中野	昼間人口	22,238	22,315	22,813	23,462	22,025
	夜間人口	18,829	19,556	19,623	21,456	23,275
	昼夜間人口比率	118.1%	114.1%	116.3%	109.3%	94.6%
中野	昼間人口	41,508	43,721	40,069	44,221	57,046
	夜間人口	26,501	25,785	25,076	25,192	27,022
	昼夜間人口比率	156.6%	169.6%	159.8%	175.5%	211.1%
上高田	昼間人口	15,602	14,765	16,653	15,990	16,080
	夜間人口	20,655	20,320	20,450	20,534	22,809
	昼夜間人口比率	75.5%	72.7%	81.4%	77.9%	70.5%
新井	昼間人口	13,024	12,706	14,395	13,845	15,548
	夜間人口	15,445	16,774	17,210	17,663	18,225
	昼夜間人口比率	84.3%	75.7%	83.6%	78.4%	85.3%
沼袋	昼間人口	7,888	7,832	9,054	8,305	9,861
	夜間人口	13,918	14,103	13,360	13,625	13,506
	昼夜間人口比率	56.7%	55.5%	67.8%	61.0%	73.0%
松が丘	昼間人口	3,747	3,746	4,038	4,057	4,707
	夜間人口	5,552	5,911	5,868	6,321	6,410
	昼夜間人口比率	67.5%	63.4%	68.8%	64.2%	73.4%
江原町	昼間人口	5,901	5,881	5,896	5,917	7,614
	夜間人口	8,502	8,751	8,647	8,716	8,952
	昼夜間人口比率	69.4%	67.2%	68.2%	67.9%	85.1%
江古田	昼間人口	10,292	9,661	9,749	10,447	10,407
	夜間人口	12,493	12,450	12,449	11,714	12,038
	昼夜間人口比率	82.4%	77.6%	78.3%	89.2%	86.5%
丸山	昼間人口	3,722	3,826	3,948	4,522	4,288
	夜間人口	4,495	4,392	4,631	4,828	5,010
	昼夜間人口比率	82.8%	87.1%	85.3%	93.7%	85.6%
野方	昼間人口	12,468	12,625	15,081	13,166	15,068
	夜間人口	19,689	20,020	20,060	20,881	21,095
	昼夜間人口比率	63.3%	63.1%	75.2%	63.1%	71.4%
大和町	昼間人口	8,325	8,193	15,568	8,349	10,452
	夜間人口	15,275	15,669	15,248	15,191	15,630
	昼夜間人口比率	54.5%	52.3%	102.1%	55.0%	66.9%
若宮	昼間人口	7,808	7,540	8,683	7,742	8,964
	夜間人口	12,332	12,284	12,211	12,412	12,868
	昼夜間人口比率	63.3%	61.4%	71.1%	62.4%	69.7%
白鷺	昼間人口	5,431	6,064	6,590	6,052	7,026
	夜間人口	10,744	10,730	11,111	10,745	11,371
	昼夜間人口比率	50.5%	56.5%	59.3%	56.3%	61.8%
鷺宮	昼間人口	9,025	9,326	10,429	10,252	11,437
	夜間人口	14,439	15,373	15,304	15,590	16,782
	昼夜間人口比率	62.5%	60.7%	68.1%	65.8%	68.2%
上鷺宮	昼間人口	9,512	9,844	9,746	10,716	10,139
	夜間人口	11,916	12,808	12,733	13,016	13,844
	昼夜間人口比率	79.8%	76.9%	76.5%	82.3%	73.2%

※昼間人口と、昼夜間人口比率は推計値である。推計値は按分による小数点以下四捨五入のため総数と内訳が一致しないことがある。

## 町別、年齢三区分別人口(各年1月1日現在)

			2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2010-2019 増加率
	中野区	総数	299,562	298,571	298,780	311,256	313,665	316,625	321,734	325,460	328,683	331,658	110.7%
		年少人口	25,766	25,657	25,629	26,436	26,795	27,311	28,028	28,481	28,855	29,258	113.6%
		生産年齢人口	213,573	212,480	212,213	222,479	222,217	223,224	226,897	229,401	231,995	234,427	109.8%
		老年人口	60,223	60,434	60,938	63,061	64,653	66,090	66,809	67,578	67,833	67,973	112.9%
南部	南台	総数	18,677	18,837	19,037	19,500	19,533	19,445	19,592	19,890	20,044	20,138	107.8%
		年少人口	1,664	1,670	1,717	1,754	1,749	1,752	1,770	1,745	1,773	1,752	105.3%
		生産年齢人口	13,002	13,154	13,301	13,660	13,594	13,449	13,560	13,831	13,960	14,073	108.2%
		老年人口	4,011	4,013	4,019	4,086	4,190	4,244	4,262	4,314	4,311	4,313	107.5%
	弥生町	総数	20,486	20,527	20,474	21,056	21,397	21,663	22,263	22,378	22,711	22,865	111.6%
		年少人口	1,684	1,648	1,695	1,731	1,765	1,785	1,901	1,920	1,980	1,994	118.4%
		生産年齢人口	14,717	14,684	14,588	15,001	15,195	15,359	15,743	15,783	16,018	16,144	109.7%
		老年人口	4,085	4,195	4,191	4,324	4,437	4,519	4,619	4,675	4,713	4,727	115.7%
	本町	総数	26,488	26,461	26,514	27,638	28,066	28,293	28,584	28,802	29,054	29,151	110.1%
		年少人口	2,003	2,053	2,000	2,059	2,118	2,147	2,184	2,237	2,280	2,300	114.8%
		生産年齢人口	19,459	19,348	19,362	20,253	20,459	20,500	20,719	20,824	21,023	21,114	108.5%
		老年人口	5,026	5,060	5,152	5,326	5,489	5,646	5,681	5,741	5,751	5,737	114.1%
中部	中央	総数	25,993	25,921	26,071	27,268	27,554	28,099	28,222	28,585	29,019	29,271	112.6%
		年少人口	2,041	2,006	2,017	2,125	2,146	2,237	2,289	2,356	2,417	2,414	118.3%
		生産年齢人口	19,061	19,016	19,124	19,997	20,163	20,479	20,543	20,735	21,103	21,362	112.1%
		老年人口	4,891	4,899	4,930	5,146	5,245	5,383	5,390	5,494	5,499	5,495	112.3%
	東中野	総数	19,342	19,585	19,696	21,228	21,468	21,644	22,720	23,288	23,488	23,619	122.1%
		年少人口	1,446	1,464	1,467	1,553	1,592	1,644	1,790	1,855	1,880	1,978	136.8%
		生産年齢人口	14,296	14,515	14,567	15,907	15,946	15,960	16,792	17,261	17,366	17,387	121.6%
		老年人口	3,600	3,606	3,662	3,768	3,930	4,040	4,138	4,172	4,242	4,254	118.2%
	中野	総数	23,857	23,715	23,512	25,003	25,324	25,852	26,294	26,692	27,134	27,319	114.5%
		年少人口	1,926	1,945	1,895	1,986	2,020	2,057	2,066	2,149	2,196	2,202	114.3%
		生産年齢人口	17,281	17,156	16,970	18,223	18,405	18,829	19,232	19,484	19,888	20,117	116.4%
		老年人口	4,650	4,614	4,647	4,794	4,899	4,966	4,996	5,059	5,050	5,000	107.5%
	上高田	総数	19,384	19,117	18,972	19,776	19,688	19,820	20,221	20,682	20,930	20,849	107.6%
		年少人口	1,540	1,483	1,444	1,489	1,481	1,523	1,611	1,667	1,712	1,708	110.9%
		生産年齢人口	14,009	13,806	13,644	14,241	14,075	14,106	14,354	14,693	14,837	14,792	105.6%
		老年人口	3,835	3,828	3,884	4,046	4,132	4,191	4,256	4,322	4,381	4,379	114.2%
新井	総数	16,576	16,609	16,825	17,436	17,521	17,690	17,834	17,933	18,064	18,238	110.0%	
	年少人口	1,406	1,431	1,460	1,512	1,507	1,549	1,572	1,556	1,565	1,600	113.8%	
	生産年齢人口	12,341	12,370	12,505	12,918	12,937	12,983	13,077	13,229	13,234	13,371	108.3%	
	老年人口	2,829	2,808	2,860	3,006	3,077	3,158	3,185	3,248	3,265	3,267	115.5%	
	沼袋	総数	13,291	13,096	13,009	13,546	13,592	13,580	13,605	13,692	13,810	13,848	104.2%
		年少人口	1,005	988	993	1,029	1,046	1,035	1,016	1,021	1,032	1,046	104.1%
		生産年齢人口	9,438	9,260	9,157	9,540	9,482	9,377	9,366	9,376	9,483	9,514	100.8%
		老年人口	2,848	2,848	2,859	2,977	3,064	3,168	3,223	3,295	3,295	3,288	115.4%

北部	松が丘	総 数	6,146	6,112	6,044	6,375	6,345	6,356	6,351	6,407	6,524	6,480	105.4%
		年少人口	572	569	561	576	574	554	559	546	554	521	91.1%
		生産年齢人口	4,381	4,328	4,256	4,513	4,457	4,449	4,409	4,442	4,533	4,492	102.5%
		老年人口	1,193	1,215	1,227	1,286	1,314	1,353	1,383	1,419	1,437	1,467	123.0%
	江原町	総 数	8,700	8,631	8,642	8,843	8,840	8,941	9,051	9,209	9,254	9,339	107.3%
		年少人口	818	824	833	849	839	854	880	907	899	900	110.0%
		生産年齢人口	5,892	5,834	5,822	5,940	5,887	5,947	6,044	6,154	6,171	6,244	106.0%
		老年人口	1,990	1,973	1,987	2,054	2,114	2,140	2,127	2,148	2,184	2,195	110.3%
	江古田	総 数	11,483	10,992	11,004	11,547	11,514	11,599	11,571	11,634	11,706	12,487	108.7%
		年少人口	1,104	1,035	1,050	1,130	1,147	1,155	1,159	1,206	1,174	1,374	124.5%
		生産年齢人口	7,734	7,277	7,263	7,657	7,522	7,559	7,500	7,529	7,636	8,147	105.3%
		老年人口	2,645	2,680	2,691	2,760	2,845	2,885	2,912	2,899	2,896	2,966	112.1%
	丸山	総 数	4,521	4,603	4,542	4,730	4,857	4,982	4,960	4,980	4,996	5,037	111.4%
		年少人口	533	540	518	539	555	565	559	536	524	502	94.2%
		生産年齢人口	3,108	3,177	3,142	3,288	3,349	3,451	3,404	3,437	3,449	3,521	113.3%
		老年人口	880	886	882	903	953	966	997	1,007	1,023	1,014	115.2%
野方	総 数	19,542	19,527	19,612	20,386	20,432	20,480	20,785	21,085	21,316	21,517	110.1%	
	年少人口	1,651	1,614	1,599	1,635	1,668	1,702	1,752	1,792	1,806	1,811	109.7%	
	生産年齢人口	13,956	13,924	14,025	14,618	14,552	14,477	14,716	14,908	15,177	15,344	109.9%	
	老年人口	3,935	3,989	3,988	4,133	4,212	4,301	4,317	4,385	4,333	4,362	110.9%	
鷺宮	大和町	総 数	14,582	14,513	14,510	15,052	15,193	15,288	15,428	15,555	15,625	15,764	108.1%
		年少人口	1,117	1,134	1,135	1,166	1,210	1,189	1,179	1,208	1,223	1,232	110.3%
		生産年齢人口	10,521	10,451	10,433	10,887	10,930	10,983	11,110	11,255	11,299	11,459	108.9%
		老年人口	2,944	2,928	2,942	2,999	3,053	3,116	3,139	3,092	3,103	3,073	104.4%
	若宮	総 数	11,902	11,913	11,850	12,286	12,379	12,500	12,675	12,695	12,751	12,807	107.6%
		年少人口	922	964	994	1,021	1,034	1,055	1,073	1,052	1,090	1,093	118.5%
		生産年齢人口	8,236	8,181	8,049	8,382	8,392	8,407	8,543	8,573	8,573	8,626	104.7%
		老年人口	2,744	2,768	2,807	2,883	2,953	3,038	3,059	3,070	3,088	3,088	112.5%
	白鷺	総 数	10,550	10,440	10,397	10,706	10,887	10,977	11,347	11,471	11,648	11,820	112.0%
		年少人口	1,127	1,139	1,147	1,158	1,196	1,238	1,284	1,302	1,354	1,424	126.4%
		生産年齢人口	6,801	6,700	6,649	6,840	6,950	6,897	7,190	7,260	7,389	7,482	110.0%
		老年人口	2,622	2,601	2,601	2,708	2,741	2,842	2,873	2,909	2,905	2,914	111.1%
	鷺宮	総 数	15,114	15,130	15,267	15,807	15,969	16,237	16,401	16,484	16,581	16,853	111.5%
		年少人口	1,536	1,522	1,514	1,530	1,549	1,631	1,616	1,615	1,579	1,574	102.5%
		生産年齢人口	10,686	10,682	10,786	11,149	11,204	11,296	11,408	11,461	11,608	11,858	111.0%
		老年人口	2,892	2,926	2,967	3,128	3,216	3,310	3,377	3,408	3,394	3,421	118.3%
上鷺宮	総 数	12,928	12,842	12,802	13,073	13,106	13,179	13,830	13,998	14,028	14,256	110.3%	
	年少人口	1,671	1,628	1,590	1,594	1,599	1,639	1,768	1,811	1,817	1,833	109.7%	
	生産年齢人口	8,654	8,617	8,570	8,745	8,718	8,716	9,187	9,266	9,248	9,410	108.7%	
	老年人口	2,603	2,597	2,642	2,734	2,789	2,824	2,875	2,921	2,963	3,013	115.8%	

年少人口：0～14歳 生産年齢人口：15～64歳 老年人口：65歳以上

注) 住民基本台帳法の一部改正に伴い、外国人世帯・人口を含む。

資料 戸籍住民分野, 企画分野

## 区内4地域別将来人口推計(中期)

地域	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年
4地域計	331,658	334,434	337,184	339,658	341,941	344,084	345,960	347,554	348,932	350,173	351,325
中部	101,058	102,196	103,323	104,377	105,362	106,274	107,102	107,787	108,353	108,838	109,258
南部	72,154	72,706	73,300	73,832	74,333	74,772	75,221	75,629	75,998	76,327	76,637
北部	86,946	87,474	87,948	88,405	88,789	89,131	89,357	89,537	89,680	89,802	89,919
鷺宮	71,500	72,058	72,613	73,044	73,457	73,907	74,280	74,601	74,901	75,206	75,511
(各地区の割合)											
中部	30.50%	30.60%	30.60%	30.70%	30.80%	30.90%	31.00%	31.00%	31.10%	31.10%	31.10%
南部	21.80%	21.70%	21.70%	21.70%	21.70%	21.70%	21.70%	21.80%	21.80%	21.80%	21.80%
北部	26.20%	26.20%	26.10%	26.00%	26.00%	25.90%	25.80%	25.80%	25.70%	25.60%	25.60%
鷺宮	21.60%	21.50%	21.50%	21.50%	21.50%	21.50%	21.50%	21.50%	21.50%	21.50%	21.50%
(年少人口割合)											
中部	8.2	8.3	8.4	8.4	8.5	8.5	8.6	8.6	8.6	8.6	8.6
南部	8.4	8.5	8.7	8.8	8.9	9	9.1	9.2	9.2	9.3	9.4
北部	8.9	9	9	9.1	9.1	9.1	9.1	9.1	9.1	9.1	9.1
鷺宮	10	10	10.1	10.2	10.2	10.3	10.3	10.4	10.5	10.5	10.5
(生産年齢人口割合)											
中部	72.9	73.1	73.3	73.5	73.7	73.8	73.9	74.1	74.1	74.1	74
南部	71.1	71.2	71.2	71.3	71.5	71.5	71.5	71.5	71.5	71.5	71.4
北部	69.7	69.9	70	70.1	70.3	70.3	70.4	70.4	70.5	70.5	70.4
鷺宮	68.3	68.5	68.6	68.8	68.9	69	69.1	69	69.1	69.1	69
(老年人口割合)											
中部	18.9	18.7	18.4	18.1	17.8	17.7	17.5	18.4	19.3	20.4	21.4
南部	20.5	20.3	20.1	19.9	19.6	19.5	19.4	20.3	21.2	22.2	23.2
北部	21.3	21.2	21	20.8	20.6	20.6	20.5	21.4	22.4	23.5	24.5
鷺宮	21.7	21.5	21.3	21.1	20.8	20.7	20.6	21.5	22.5	23.5	24.5

注) 2019年1月1日現在の住民基本台帳上の人口を基準として、コーホート変化率法により算出(外国人を含む)

なお、4地域別の人口をもとに算出しているため、4地域別の推計値の合計は、区全体で算出した推計値と一致しない。

中部(中野, 中央, 上高田, 東中野)

南部(南台, 弥生町, 本町)

北部(新井, 沼袋, 野方, 松が丘, 江古田, 江原町, 丸山)

鷺宮(大和町, 若宮, 白鷺, 鷺宮, 上鷺宮)

資料 企画分野