

## 心臓病と脳卒中に関する統計アップデート 2026 年版ファクトシート

### 米国における心血管の健康

#### 米国の全年齢層における心血管の健康（CVH）の概要

- アメリカ心臓協会の「生活に欠かせない 8 つのこと」で定義されている「心血管の健康（CVH）」には、食事、運動（PA）、ニコチンばく露、睡眠の健康、体格指数（BMI）、血中脂質、血糖、血圧（BP）が含まれます。
- 2013 年から 2023 年までの CVH 構成要素についてみると、睡眠の健康スコアを除き、米国の青少年（各構成要素に対応する年齢範囲内）の平均スコアは、米国の成人（20 歳以上）よりも高い値になりました。一方、睡眠の健康スコアについては、子どもの平均スコアが成人よりも低いという結果になりました。食事スコアは、米国の青少年および成人のいずれにおいても、8 つの CVH 構成要素の中で最も低い平均値でした。食事スコアは、2013 年から 2020 年のデータに基づいて算出されています。
- CVH スコアは 0 から 100 の範囲で評価され、スコアが高いほど、各指標においてより良好な健康状態を示します。

#### 米国の子どもにおける心血管の健康（CVH）

- 2013 年から 2023 年の米国の青少年は、BMI（体格指数）、血圧（BP）、血糖値、ニコチンばく露が、心血管の健康（CVH）の項目の中で最も高い得点を示しており、いずれも平均得点は 80 点台から 90 点台でした。一方で、同年齢範囲における運動（PA）、血中脂質、睡眠の健康の平均スコアは、人種・民族グループを通じていずれも 70 点台でした。青少年の食事スコアの平均は 43.9 でした。
- 2013 年から 2023 年にかけて、8 つの構成要素のうち 7 要素（食事データは 2023 年まで使用できませんでした）を用いて算出した全体の平均 CVH スコアは、米国の 16～19 歳の青少年全体で 73.2 でした。これに対応する全体平均 CVH スコアは、アジア系で 75.6、白人で 74.1、メキシコ系アメリカ人で 71.7、黒人で 71.4 でした。

#### 米国の成人における心血管の健康（CVH）

- 2013 年から 2023 年の間、米国の成人では、食事、運動（PA）、BMI が項目の中で最も高い得点を示しており、100 点満点で 40 点台から 50 点台でした。睡眠の健康は、米国の成人における構成要素の中で最も高く、平均スコアは 84.8 でした。血中脂質、血糖、ニコチンばく露、血圧（BP）の平均スコアは、いずれも 100 点満点で 60 点台から 80 点台前半でした。
- 2013 年から 2023 年にかけて、8 つの構成要素のうち 7 要素（食事データは 2023 年まで使用できませんでした）を用いて算出した全体の平均 CVH スコアは、米国の成人全体で 70 でした。人種別では、アジア系で 73.9、白人で 71.3、メキシコ系アメリカ人で 67.1、黒人で 65 でした。

本ファクトシートに記載されている統計は米国に関するものです。報告されている統計の参考文献および追加情報については、完全版の統計公表版を参照してください。

## CVH 構成要素と人種

- 以下の統計は、次の人種・民族グループを比較したものです。黒人、白人、アジア系、メキシコ系アメリカ人。以下のすべての CVH カテゴリーにおいて、スコアが高いほど、心血管の健康状態（CVH）がより良好であることを示しています。
- 米国の子どもの CVH 構成要素（2013～2023 年、食事は 2013～2020 年）：
  - 食事スコアは、アジア系の子どもで最も高く、黒人の子どもで最も低いという結果になりました。
  - 運動（PA）スコアは、白人の小児で最も高く、アジア系の小児で最も低いという結果になりました。
  - ニコチンばく露スコアは、アジア系の小児で最も高く、白人の小児で最も低いという結果になりました。
  - 睡眠の健康スコアは、白人の子どもで最も高く、黒人の子どもで最も低いという結果になりました。
  - BMI スコアは、アジア系の子どもで最も高く、メキシコ系アメリカ人の子どもで最も低いという結果になりました。
  - 血中脂質スコアは、黒人の子どもで最も高く、アジア系の子どもで最も低いという結果になりました。
  - 血糖スコアは、白人の子どもで最も高く、黒人の子どもで最も低いという結果になりました。
  - 血圧スコアは、アジア系および白人の子どもで最も高く、黒人の子どもで最も低いという結果になりました。
- 米国の成人の CVH 構成要素（2013～2023 年、食事は 2013～2020 年）：
  - 食事スコアは、アジア系の成人で最も高く、黒人の成人で最も低いという結果になりました。
  - 運動（PA）スコアは、白人の成人で最も高く、メキシコ系アメリカ人の成人で最も低いという結果になりました。
  - ニコチンばく露スコアは、アジア系の成人で最も高く、黒人の成人で最も低いという結果になりました。
  - 睡眠の健康スコアは、白人の成人で最も高く、黒人の成人で最も低いという結果になりました。
  - BMI スコアは、アジア系の成人で最も高く、黒人の成人で最も低いという結果になりました。
  - 血中脂質スコアは、黒人の成人で最も高く、メキシコ系アメリカ人の成人で最も低いという結果になりました。
  - 血糖スコアは、白人の成人で最も高く、メキシコ系アメリカ人の成人で最も低いという結果になりました。
  - BP スコアは、アジア系の成人で最も高く、黒人の成人で最も低いという結果になりました。

ファクトシート（事実をまとめた資料）、インフォグラフィック（図やイラストで説明した資料）、および最新／過去の統計アップデート出版物は、次の場所からダウンロードできます。

[心臓病と脳卒中に関する統計 | アメリカ心臓協会](#)（英語のウェブサイト）。

このファクトシートに掲載されている統計の多くは、統計アップデート文書のために編纂された、未公表の集計データによるものです。これらの統計は、以下に示す文献引用表記を使用して、引用することが可能です。集計に使われたデータの出典は、完全版のファクトシートに一覧として掲載されています。また、一部の統計は、すでに公表された研究からのものです。このファクトシートにある統計を引用する場合は、完全版の「心臓病と脳卒中に関する統計」文書を確認し、データの出典と元の引用文献を確認してください。

アメリカ心臓協会は、完全版の文書の引用時に次の記載を含めることを要求します。

Palaniappan LP, Allen NB, Almarzooq ZI, Anderson CAM, Arora P, Avery CL, Baker-Smith CM, Bansal N, Currie ME, Earlie RS, Fan W, Fetterman JL, Barone Gibbs B, Heard DG, Hiremath S, Hong H, Hyacinth HI, Ibeh C, Jiang T, Johansen MC, Kazi DS, Ko D, Kwan TW, Leppert MH, Li Y, Magnani JW, Martin KA, Martin SS, Michos ED, Mussolino ME, Ogungbe O, Parikh NI, Perez MV, Perman SM, Sarraju A, Shah NS, Springer MV, St-Onge M-P, Thacker EL, Tierney S, Urrut SM, Van Spall HGC, Voeks JH, Whelton SP, Wong SS, Zhao J, Khan SS; on behalf of the American Heart Association Council on Epidemiology and Prevention Statistics Committee and Stroke Statistics Committee. 2026 Heart disease and stroke statistics: a report of US and global data from the American Heart Association. *Circulation*. Published online January 21, 2026.

メディアからのお問い合わせは、すべて News Media Relations <http://newsroom.heart.org/newsmedia/contacts>（英語のウェブサイト）にお願いいたします。