



Valtuustokauden 2017-2020 raportti Kotkalaisten hyvinvointi





Sisällys

Johdanto	3
1. Kymssote ja alueellinen hyvinvointikertomus	4
2. Väestö- ja perherakenne	5
3. Työllisyys.....	7
4. Terveydenedistämisaktiivisuus.....	9
5. Sairastavuus.....	11
6. Terveys ja hyvinvointi	12
6.1 Lapset ja nuoret.....	12
6.2 Työikäiset.....	23
6.3 ikäihmiset.....	28
7. Aukkaiden osallisuus, vaikuttaminen ja harrastaminen	32
7.1 Lapset ja nuoret.....	32
7.2 Aikuisset ja ikäihmiset.....	34
8. Turvallisuus.....	35
8.1 Lapset ja nuoret.....	35
8.2 Aikuisset ja ikäihmiset.....	38
9. Yhteenveto	39



Johdanto

Kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on kunnan perustehtävä, joka perustuu muun muassa perustuslain 9 §:ään, kuntalain 1 §:ään, terveydenhuoltolain 12 §:ään ja sosiaalihuoltolain 7 §:ään. Vastuu tämän tehtävän toteuttamisesta säilyi kunnassa sen jälkeenkin, kun sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut siirtyivät Kymsotelle. Terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen vastuu on kunnan toimialojen yhteinen ja vaatii organisaation sisäistä yhteistyötä.

Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen vaatii kunnalta tietoa ja ymmärrystä kuntalaisten sen hetkisestä hyvinvoinnin ja terveyden tilasta, niihin vaikuttavista toimista, sekä tulevaisuuden muutoksia ennustavien trendien suunnista. Tämän valtuustokauden katsaukseen on kerätty keskeisimpiä tietoja kuntalaisten hyvinvoinnin tilasta ja sen kehityssuunnista Kotkassa kuluneen valtuustokauden aikana. Indikaattoreiden lähteinä on käytetty seuraavia: Sotkanet, THL ja Tilastokeskus. Kaikista indikaattoreista ei ollut käytettävissä vuoden 2020 tietoja. Esimerkiksi THL toteuttaa kouluterveyskyselyn joka toinen vuosi, joten tämän raportin viimeisimmät indikaattorit ovat vuodelta 2019. Myös kysymysten asettelu on voinut muuttua niin, että indikaattoritietoja vastaavalle kysymykselle ei ole tietyn vuoden jälkeen saatavissa.

Kuntalain (410/2015, 37§) mukaan hyvinvoinnin edistämisen tulee näkyä kuntastrategiassa ja asetettujen hyvinvointitavoitteiden tulee perustua arvioihin nykytilanteesta sekä mahdollisista ennustetuista kehityssuunnista. Tämä edellyttää, että kuntalaisten hyvinvoinnin kehitystä ja siihen vaikuttavia tekijöitä ja toimenpiteitä seurataan väestöryhmittäin. Tämän seurantaprosessin tuotoksena voidaan tuottaa jälleen uusi seuraavan valtuustokauden kattava laaja hyvinvointikertomus.



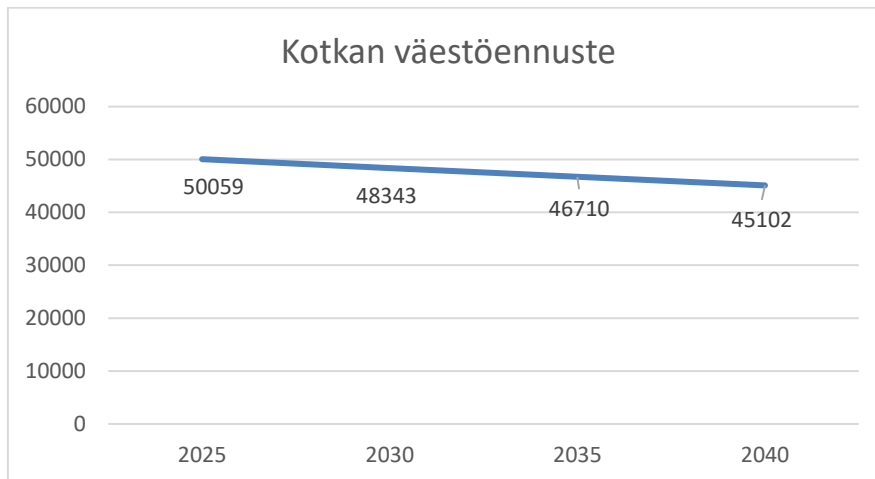
1. Kymsote ja alueellinen hyvinvointikertomus

Kotkan sosiaali- ja terveyspalvelut siirtyivät Kymenlaakson sosiaali- ja terveyspalveluiden kuntayhtymä Kymsoten alaisuuteen 1.1.2019 alkaen. Käytännössä tämä tarkoitti merkittävää rakenteellista uudistusta Kotkan, Kouvolan, Haminan, Pyhtään, Virolahden ja Miehikkälän sosiaali- ja terveyspalveluissa, joista siirtyi merkittävä määrä henkilöstöä uuden organisaation alle.

Kymsoten tehtävänä on järjestää ja tuottaa kaikille maakunnan asukkaille yhdenvertaiset ja helposti saavutettavat sote-palvelut. Tavoitteena muutokselle oli vastata sosiaali- ja terveyspuolen nouseviin haasteisiin ja levittää hyviksi koetut toimintatavat koko maakunnan alueelle. Yhdistämällä usean kunnan voimavarat on tarkoitus pyrkiä hillitsemään sosiaali- ja terveydenhuollon kustannuskehitystä panostamalla erityisesti ennaltaehkäiseviin, laadukkaisiin ja kustannustehokkaisiin palveluihin. Kymsotelle asetettiin myös Kymenlaakson alueellisen terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen koordinaatiovastuu, jonka myötä kunnat toimivat yhteistyössä alueemme hyvinvoinnin edistämiseksi.

Kymenlaaksolle valmistui vuoden 2020 lopussa ensimmäinen alueellinen hyvinvointikertomus ja -suunnitelma, joka on laadittu vuosille 2020-2025. Pitkän valmisteluprosessin päätteeksi syntyi kokonaisuus, jonka muodostamiseen on osallistunut mittavasti ja monipuolisesti toimijoita Kymsotesta, kunnista, sekä kolmannelta sektorilta. Tämän kokoamistyön tuloksena on tunnistettu alueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen haasteita. Samalla on määritelty niitä tavoitteita ja toimenpiteitä, joita alueelliset toimijat tekevät yhdessä asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi sekä eriarvoisuuden vähentämiseksi. Hyvinvointikertomus on alueellisen hyte-työn johtamisen strateginen asiakirja ja työkalu, joka nostaa esille näkökulmia, joita hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä on otettava jatkossa alueellisesti huomioon. Samalla se linjaa alueellisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen koordinaation painopisteet sekä tavoitteet ja niiden toimeenpanon, joihin jokainen toimija voi omalta osaltaan sitoutua.

2. Väestö- ja perherakenne



Lähde: Tilastokeskus

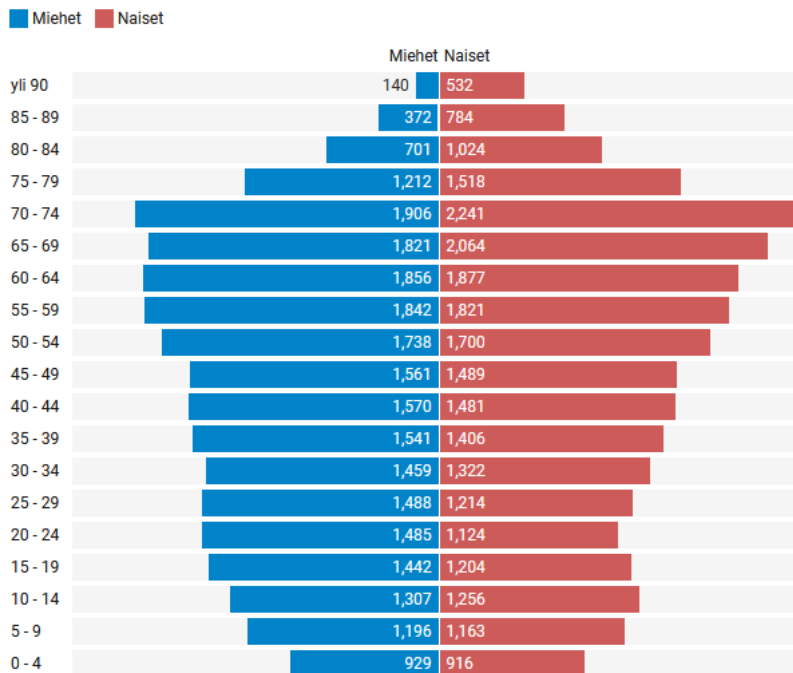
Kotkan väkiluvussa on tapahtunut tasaista laskua. Vuoden 2020 lopussa Kotkassa oli 51 702 asukasta ja asukasluvun määrä on laskenut viimevuosina noin 1,2-1,4 % vuositahtia. Kotkan väestömäärän on ennustettu olevan enää 50 059 vuonna 2025 ja laskevan 45 102 asukkaaseen vuoteen 2040 mennessä.

Tilasto	2017	2018	2019	2020
Kuntien välinen nettomuutto / 1000 asukasta	-8,5 %	-7,7 %	-10,4 %	-6,9 %
18-64-vuotiaat, % väestöstä	57,5 %	57,1 %	56,7 %	56,1 %
Elävänä syntyneet vauvat	395	372	326	343
Lapsiperheet, %	35,9 %	35,7 %	35,2 %	32,6 %

Lähde: Sotkanet

Tätä väestömuutosta selittää muun muassa sekä negatiiviseksi jäänyt muuttoliike, että laskeva syntyvyys. Viimeisen valtuustokauden aikana Kotkan nettomuutto oli negatiivinen eli alueen tulomuuttajien määrä on jäänyt vuosittain pienemmäksi kuin lähtömuuttajien määrä. Suhteutettuna 1000 asukasta kohden Kotkan nettomuutto oli vuonna 2017 -8,5 %, vuonna 2019 -10,4 % ja vuonna 2020 -6,9%. Samalla Kotkan syntyvyys on laskenut valtuustokauden aikana vuoden 2017 luvusta ja syntyvien lasten määrän ennustetaan tämän hetken tietojen mukaan jatkuvan laskusuuntaisena ainakin vuoteen 2040 asti.

Kotkan väkiluku ikäryhmittäin 2020



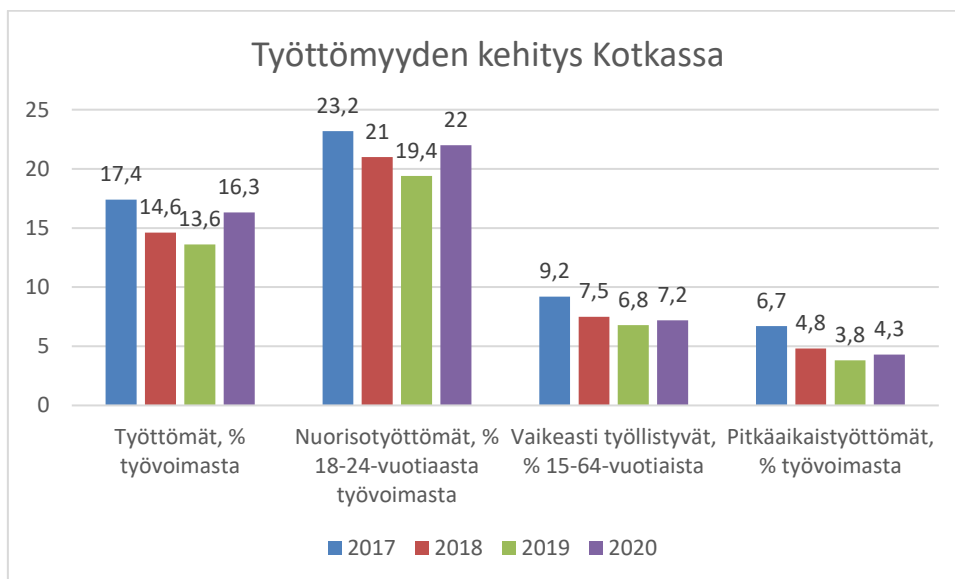
Lähde: Tilastokeskus

Väestömäärän ennakkoiduin laskun aikana tapahtuu myös väestörakenteessa merkittäviä muutoksia. Vuonna 2017 Kotkassa alle 6-vuotiaiden osuus väestöstä oli 6 % kun taas kaksi vuotta myöhemmin vuonna 2019 määrä oli laskenut 5,5 %:iin. Ikäluokista 75 vuotta täyttäneiden kohdalla muutos on kehittymässä vastakkaiseen suuntaan. Vuonna 2017 tämän väestön osuus oli 10,9 % kuntalaisista, kun taas vuonna 2019 osuus oli 11,5 %. Kokonaisuudessa tarkasteltuna sekä lasten ja nuorten, että työikäisten osuus kunnan väestöstä on hiljalleen laskussa ja yli 65 vuotta täyttäneiden osuus on nousemassa. Tämä kehityssuunta vaikuttaa myös kunnan huoltosuhteeseen, joka vuonna 2017 oli 65,2 % ja on sen jälkeen Sotkanetin indikaattoreiden mukaan noussut vuoden 2020 lukemaan 69 %. Koko maan huoltosuhde vuonna 2020 oli 61,9 %

Huoltosuhde: Demografinen (tai väestöllinen) huoltosuhde ilmaisee, kuinka monta alle 15-vuotiasta ja 65-vuotta täyttänyttä on sataa 15 - 64-vuotiasta (työikäistä) kohti. Mitä enemmän on lapsia ja/tai eläkeikäisiä, sitä korkeampi huoltosuhteen arvo on.

3. Työllisyys

Kotkan työllisyysasteen kehitys on ollut positiivinen aina koronapandemian aiheuttaman poikkeustilaan asti. Työttömien osuus työvoimasta laski 17,4 %:sta alas 13,6 %:iin ja saman suuntainen kehitys tapahtui myös nuorisotyöttömien, pitkäaikaistyöttömien sekä vaikeasti työllistyvien kohdalla. Positiivinen kehityssuunta näkyi myös koulutuksen ulkopuolelle jääneiden 17-24-vuotiaiden osuuden pienenemisessä suhteessa saman ikäiseen väestöön. Koronapandemian aiheuttama yhteiskunnallinen tilanne kuitenkin käänsi työttömyyden jälleen nousuun. Elinkeino- ja ympäristökeskuksen työllisyyskatsauksen mukaan joulukuussa 2019 Kotkassa oli 3442 työtöntä työnhakijaa ja vuotta myöhemmin joulukuussa 2020 määrä oli noussut 4064 työttömään. Työttömien työnhakijoiden osuus työvoimasta oli vuoden 2020 lopussa 16,3 % eli se oli palautunut lähelle vuoden 2017 tasoa.



Lähde: Sotkanet

Vaikka valtuustokauden aikana työttömyys oli laskusuuntainen aina pandemian alkuun asti, tulojen jakautuminen ei kuitenkaan kehittynyt positiiviseen suuntaan. Kotkan pienituloisuusaste nousi aavistuksen vuosien 2017 ja 2019 välillä ja Gini-kerroin nousi hieman. Gini-kerroin ilmaisee tarkasteltavan alueen asuntokuntien käytettävissä olevien rahattulojen jakautumista eli tuloerojen suuruutta. Gini-kertoimen laskennassa asuntokunnan käytettävissä oleva rahattulo jaetaan asuntokunnan kulutusyksikköluvulla. Kulutusyksikköluku huomioi sen, että asuntokunnat ovat kooltaan ja rakenteeltaan erikokoisia. Indikaattorin arvo vaihtelee välillä 0-100, jossa suurempi luku kertoo epätasaisemmasta tulojen jakautumisesta. Vuonna 2017 Kotkan Gini-kerroin oli 24,5 ja se nousi tasaisesti valtuustokauden aikana siten, että luku oli 25,2 vuoteen 2019



mennessä. Vuoden 2018 tietojen mukaan kotkalaisista 21,9 % oli viimeisen 12 kuukauden aikana joutunut tinkimään ruoasta, lääkkeistä tai lääkärikäynneistä rahanpuutteen vuoksi. Osuus väestöstä vaihtelee myös koulutustason mukaan siten, että matalasti koulutetuista osuus oli 28,3 % kun taas korkeasti koulutetusta osuus oli vain 13,1 %.

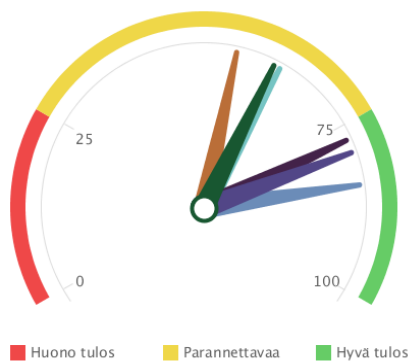
Tulojen jakautuminen ja työllisyys	2017	2018	2019
Kunnan yleinen pienituloisuusaste	16,6	16,5	17,2
Gini-kerroin	24,5	24,8	25,2
Koulutuksen ulkopuolelle jääneet 17-24-vuotiaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä	11,3	10,8	10,4

Lähde: Sotkanet

4. Terveydenedistämisasiivisuus

Kunnan terveydenedistämisasiivisuutta mitataan TEA-viisarin avulla. Se kuvaa kunnan toiminnan tasoa kuntalaisten terveyden edistämiseksi ja tuottaa taten kunnille tietoa terveydenedistämisen suunnittelun ja johtamisen kehittämiseen. TEA-viisari sisältää seitsemän eri toimialuetta, joita tarkastellaan seitsemästä eri näkökulmasta. TEA-viisarin toimialueet ovat 1) kuntajohto 2) perusopetus 3) lukiokoulutus 4) ammatillinen koulutus 5) liikunta 6) perusterveydenhuolto ja 7) kulttuuri.

Kaikki sektorit: Kotka 2020



Pisteet

Kaikki sektorit
Kuntajohto
Perusopetus
Lukiokoulutus
Ammatillinen koulutus
Liikunta
Perusterveydenhuolto
Kulttuuri

	Kotka	Koko maa
Kaikki sektorit	69	67
Kuntajohto	84	78
Perusopetus	55	66
Lukiokoulutus	77	66
Ammatillinen koulutus	..	63
Liikunta	79	72
Perusterveydenhuolto	61	63
Kulttuuri	62	59

Lähde: THL

Kotkan terveydenedistämisasiivisuuden arvosana oli 69 vuonna 2020 ja koko maan keskiarvo 67. Vuosivertailussa tarkasteltuna arvosana nousi valtuustokauden aikana viidellä pisteellä verrattuna vuoteen 2017. Kotkassa hyvän tuloksen sai liikunta, lukiokoulutus ja kuntajohto, kun taas kehitettävää on edelleen erityisesti perusopetuksen, perusterveydenhuollon ja kulttuurin alueilla. Kotkalta puuttui kokonaan tulokset ammatillisen koulutuksen osalta ja monissa muissa kategorioissa oli myös puutteita yksittäisten tietojen kohdalla.

Verrattuna Suomen keskitasoon Kotka on monissa kategorioissa keskitason yläpuolella, mutta erityisesti perusterveydenhuollon pistemäärä 61 on laskenut merkittävästi verrattuna vuoteen 2014, jolloin pistemäärä oli 67. Vuoden 2019 aikana perusterveydenhuolto on siirtynyt Kymsoten alaisuuteen. Kymsoten toiminnan alun kankeuden jälkeen pistemäärä nousi välillä 79, mutta laski vuonna 2020 pistemäärään 61. Perusterveydenhuollon sisällä on kuitenkin onnistuttu erityisesti, yhteisten käytäntöjen (83), osallisuuden (83) ja muiden ydintoimintojen (91) osalta.

Toinen merkittävä panostus Kotkan pistemäärässä näkyy liikunnassa, jossa pistemäärä on noussut vuoden 2016 olleesta 53 pisteestä ylös vuoden 2020 79 pisteeseen. Kotkassa on tehty merkittävää työtä liikunnan hyväksi ja tämä näkyy myös pistetuloksissa. Liikunnan kohdalla pisteissä on tapahtunut nousua erityisesti sitoutumisen, johtamisen, osallisuuden, sekä seurannan ja tarveanalyysin kohdalla.



Terveystiedon edistämisen aktiivisuudessa laskua on tapahtunut selkeimmin perusopetuksen parissa, jossa pistemäärä on laskenut vuonna 2017 olleesta 67 pisteestä vuoden 2019 55 pisteeseen. Perusopetuksessa laskua on tapahtunut TEA-viisarin mukaan erityisesti sitoutumisessa ja johtamisessa, joiden lisäksi matalampia pisteitä on saanut myös voimavarojen määrä.



5. Sairastavuus

THL:n ikävakioidut sairastavuusindeksit 2014-2016 (2018)	Kotka	Kymenlaakso
THL:n sairastavuusindeksi	112,7	104
Aivoverisuonitauti-indeksi	104,4	94,7
Dementia-indeksi	193,2	123,1
Mielenterveysindeksi	90,6	94,3
Sepelvaltimotauti-indeksi	113,6	97,5
Syöpäindeksi	112,8	107
Tapaturmaindeksi	78,8	84,3
Tuki- ja liikuntaelinsairausindeksi	141,9	128,4

Lähde: THL

THL:n sairastavuusindeksit kuvaavat eri sairauksien tai tapaturmien yleisyyttä suhteessa vastaavan ikäiseen väestöön Kotkassa ja koko Suomessa. Indeksien arvo on aikasarjan viimeisenä vuotena koko maassa 100 eli alle tämän olevat arvot kertovat tilanteen olevan parempi kuin Suomessa keskimäärin ja yli olevat arvot kertovat keskimääräistä heikommasta tilanteesta.

Kotka on viimeisimpien tietojen mukaan alle sekä maan keskiarvon, että Kymenlaakson keskiarvon tarkasteltaessa tuki- ja liikuntaelinsairausindeksiä ja mielenterveysindeksiä. Sen sijaan Kotkan tilanne on muiden terveyttä kuvaavien indeksien kohdalla heikompi kuin Kymenlaaksossa tai koko Suomessa keskimäärin. Kotkassa korostuvat erityisesti dementian sekä tuki- ja liikuntaelinsairauksien heikko tilanne. Dementia-indeksi kuvaa muistisairauksista yleisimmän Alzheimer-taudin (n. 70 % kaikista) takia myönnettyjen lääkkeiden erityiskorvausoikeuksien esiintyvyyttä 65 vuotta täyttäneessä väestössä. Väestön ikääntyessä erityisesti etenevät ja pysyvät muistisairaudet aiheuttavat kunnissa lisääntyvää palveluntarvetta. Tuki- ja liikuntaelinsairausindeksi puolestaan kuvaa TULE-sairauksien takia työkyvyttömyyseläkettä saavien ikävakioitua osuutta 16 - 64-vuotiaasta väestöstä.

6. Terveys ja hyvinvointi

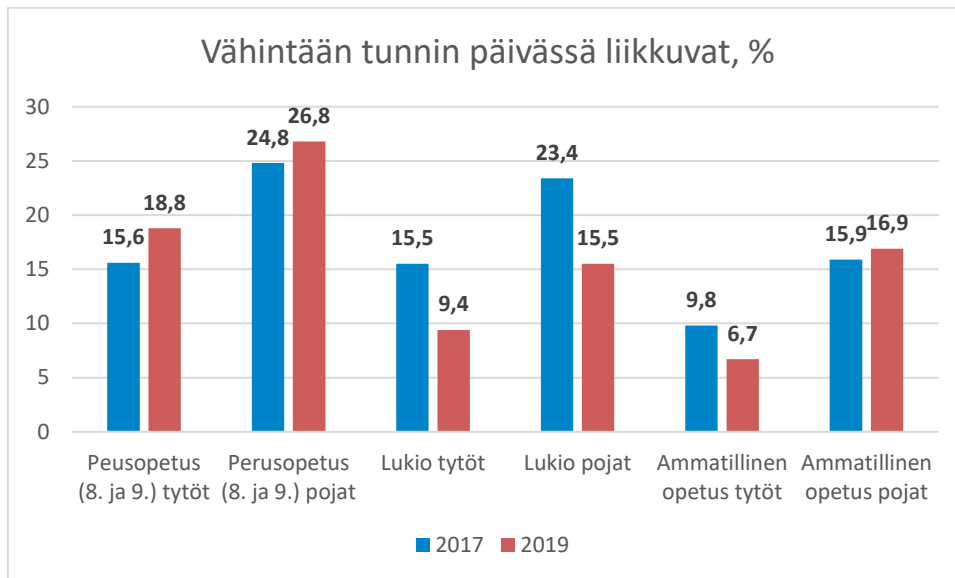
6.1 Lapset ja nuoret

Suurin osa nuorista harrastaa liikuntaa viikoittain. Perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaiden päivittäinen tupakointi on laskenut. Lapsista ja nuorista yli 70 % on tyytyväisiä elämäänsä tällä hetkellä.	Ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden nikotiinituotteiden käyttö on kasvanut. Yhä useampi lukiolainen ei syö koululounasta päivittäin. Ammatillisen oppilaitoksen ja lukion oppilaiden kannabiskokeilut ovat lisääntyneet. Yli puolet nuorista sanoo, että Kotkassa on helppo hankkia huumeita.
---	---

Lasten ja nuorten hyvinvoinnista saadaan kattavasti alueellista ja vertailukelpoista tietoa kouluterveyskyselyjen avulla. Kouluterveyskyselyihin vastaavat joka toinen vuosi perusopetuksen 4. ja 5. vuosiluokan oppilaat, 8. ja 9. vuosiluokan oppilaat, lukiokoulutuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat, sekä ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat, jotka ovat alle 21-vuotiaita.

6.1.1 Liikunnallisuuden edistäminen

Perusopetuksen 4. ja 5. vuosiluokan opiskelijoiden päivittäinen liikkuminen on laskenut. Vuonna 2017 vähintään tunnin päivässä liikkui 42,4 % oppilaista, kun taas vuonna 2019 määrä oli enää 35,7 %. Tämä muutos näkyi sekä tytöillä, että pojilla selkeänä, mutta oli tyttöjen kohdalla hieman jyrkempi.

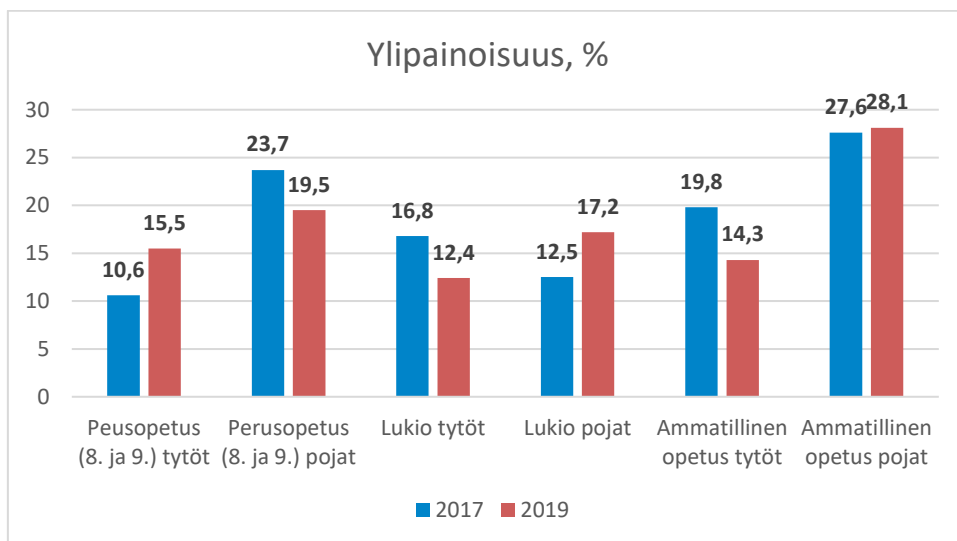


Lähde: THL

Perusopetuksen 8. ja 9. vuosiluokan opiskelijoiden liikkumisaktiivisuus on viimeisen valtuustokauden aikana puolestaan kääntynyt hieman nousuun. Vuonna 2017 vähintään tunnin päivässä liikkui opiskelijoista 20,4 %, kun vuoden 2019 tilastoissa määrä oli 22,7 %. Poikien liikkuminen on tyttöjä selkeästi yleisempää, mutta positiivista muutosta on tapahtunut molemmissa ryhmissä. Samalla aikavälillä poikien ylipainoisuus on laskenut, mutta tyttöjen on noussut.

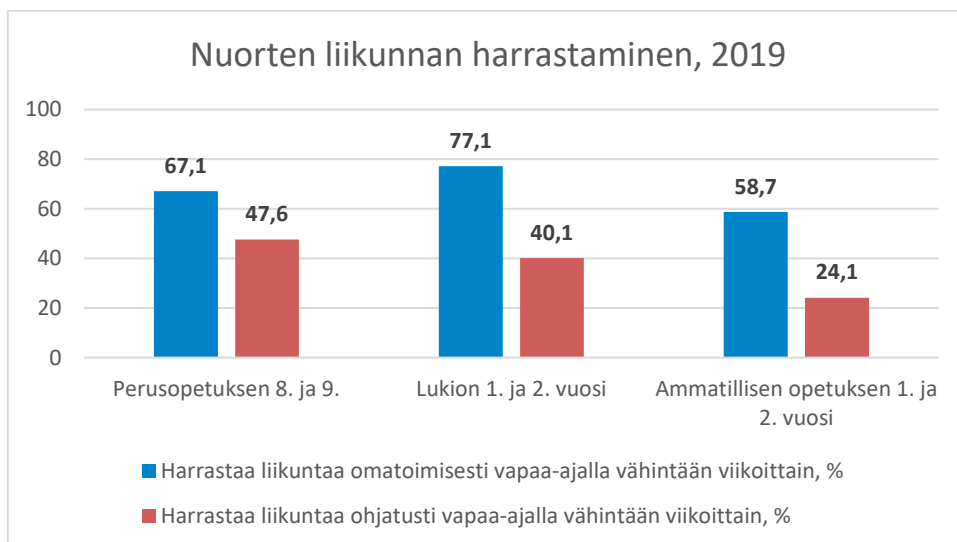
Lukiokoulutuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden kohdalla vähintään kerran tunnin päivässä liikkui vuonna 2017 opiskelijoista 18,4 % ja vuonna 2019 11,9 %. Laskua tapahtui sekä tyttöjen että poikien kohdalla, mutta laskun osuus oli suurempi pojilla. Ylipainon kohdalla tyttöjen ylipainoisuus on laskenut tarkasteluvälin aikana, kun taas poikien on kääntynyt nousuun.

Ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoilla tyttöjen päivittäinen liikkuminen laski 9,8 %:sta 6,7 %: iin tarkastelujakson aikana ja poikien liikkuminen nousi prosenttiyksikön verran 16,9 %: iin. Ylipainoisuuden kohdalla tyttöjen ylipainossa tapahtui selkeää laskua, kun taas poikien ylipainoisuus pysyi lähes samana.



Lähde: THL

Lasten ja nuorten liikkumisaktiivisuudessa näkyy samanaikaisesti laskua ja nousua eri ikäluokkien välillä, sekä myös lukiodien ja ammatillisten oppilaitosten välillä. Huomattava ero on myös vuoden 2017 lähtötilanne näiden kahden koulutussuuntauksen välillä, jossa ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoiden päivittäinen liikkumisaktiivisuus on jo alun perin matalampi. Ylipainoisuus vaihtelee myös selkeästi iän ja koulutussuunnan mukaisesti sekä sukupuolten välillä. Merkittävä huolenaihe on, että jo yli joka neljäs ammatillisen opetuksen pojista ja joka viidennes perusasteen 8. ja 9. asteen opiskelijoista on ylipainoinen.



Lähde: THL

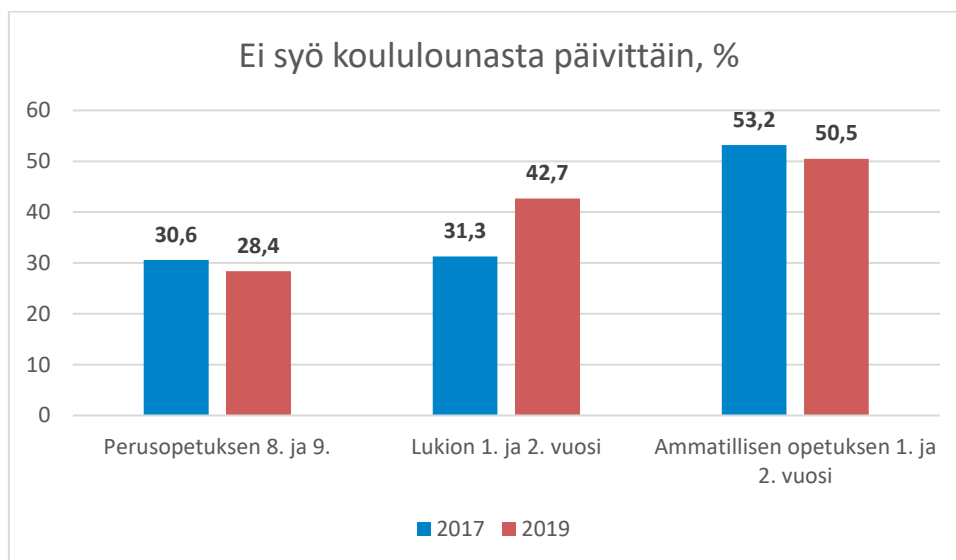
Kouluterveyskyselyn tulokset osoittavat, että suurin osa nuorista harrastaa liikuntaa viikoittain. Omatoimisesti vapaa-ajalla liikunnan harrastaminen on yleisempää kuin ohjattu liikunnan harrastaminen ja näistä kumpikin oli lähes yhtä yleistä tytöillä ja pojilla. Ohjatun liikunnan harrastaminen laskee peruskoulun jälkeen, mutta tämä lasku

on jyrkempää ammatillisen opetuksen nuorten kohdalla. Omatoimisesti harrastettu viikoittainen liikunta puolestaan oli yleisintä lukion opiskelijoilla ja matalinta ammatillisen opetuksen opiskelijoilla.

6.1.2 terveellisten ruokatottumusten edistäminen

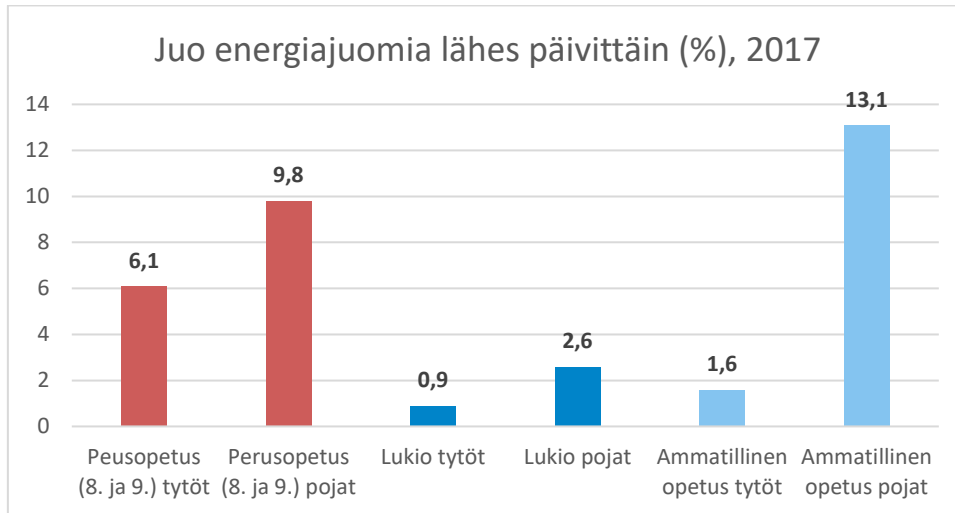
Koulut tarjoavat päivittäin koululounaan kaikille oppilaille, joka tukee nuorten terveellisiä ruokatottumuksia. Osa oppilaista ei kuitenkaan syö ilmaista koululounasta päivittäin. Perusopetuksen 4. ja 5. vuosiluokkien opiskelijoista 79,5 % syö pääruoan jokaisella koululounaalla ja tämä on tyttöjen kohdalla hieman yleisempää kuin poikien.

Perusopetuksen 8. ja 9. vuosiasteen opiskelijoista vajaa 30 % ilmoitti, että ei syö koululounasta joka arkipäivä. Tämä oli vuonna 2017 hieman yleisempää tyttöjen kohdalla, mutta erot ovat tasoittuneet tarkastellessa vuotta 2019. Lukion opiskelijoiden kohdalla koululounaan syöminen on laskenut merkittävästi. Tämä näkyy erityisesti tyttöjen kohdalla, joista lounaan syömättä jättävien osuus on noussut 33 %:sta 51,3 %:iin. Ammatillisen oppilaitoksen kohdalla koululounaan päivittäisessä syömisessä on tapahtunut hienoista nousua, joka johtuu pääosin muutoksesta tyttöjen lounaan syönnin yleisyydessä.



Lähde: THL

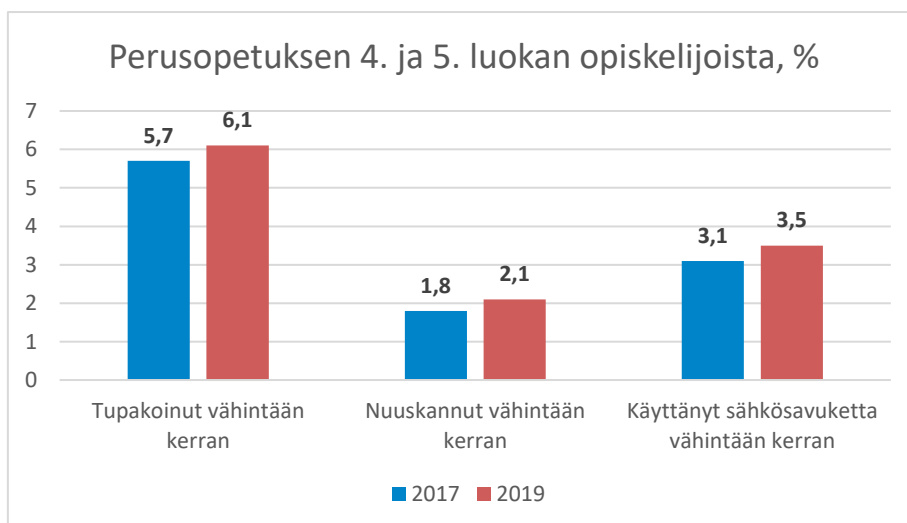
Koululounaan lisäksi aamupalan syömisessä on tapahtunut tarkastelujakson sisällä muutoksia. Vuonna 2019 ammatillisen koulutuksen opiskelijoista 58,3 % ei syönyt aamupalaa joka päivä. Lukion opiskelijoista määrä oli 41,2 % ja peruskoulun 8. ja 9. luokan opiskelijoista 46,5 %. Tilastot osoittavat, että peruskoululaisten aamupalan syönti on hieman kasvanut verrattuna vuoteen 2017, kun taas ammatillisen koulutuksen ja lukioiden opiskelijoiden kohdalla osuus on laskenut.



Lähde: THL

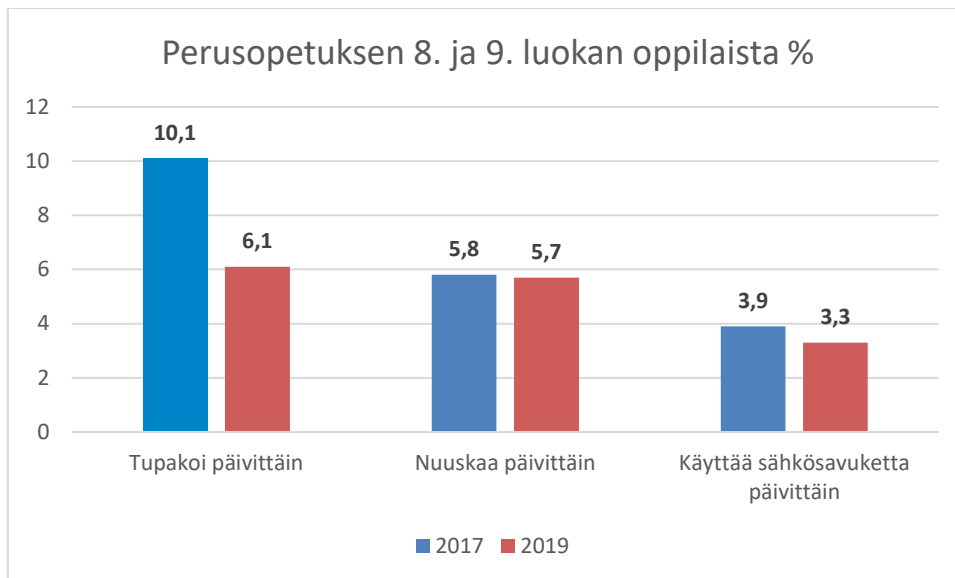
Energiajuomien kulutusta on kysytty kouluterveyskyselyssä vasta vuodesta 2017 lähtien, mutta tilastot osoittavat niiden kulutuksen olevan selkeästi yleisempää osan nuorista keskuudessa. Suurinta lähes päivittäinen energiajuomien juominen on perusopetuksessa sekä ammatillisen opetuksen pojilla. Energiajuomien kulutus on kaikissa kolmessa luokassa yleisempää pojilla kuin tytöillä, vaikkakin ero perusasteen tyttöjen ja poikien välillä on huomattavasti pienempi verrattuna lukion tai ammatillisen opetuksen oppilaisiin. Merkittävin ero tilastoissa näkyy kuitenkin ammatillisen opetuksen sisällä, jossa tytöistä vain 1,6 % juo energiajuomia päivittäin, kun taas pojista osuus on 13,1 %.

6.1.3 Päihteidenkäyttö



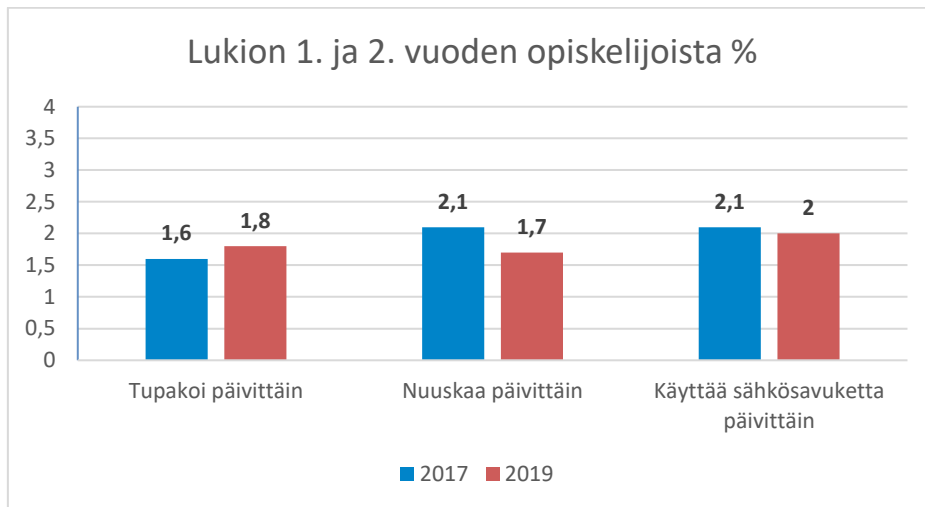
Lähde: THL

Perusopetuksen 4. ja 5. luokan opiskelijoiden keskuudessa tupakkatuotteiden ja sähkösavukkeiden kokeilu yleistyi hieman. Lapsista aavistuksen kasvanut osa oli ainakin joskus kokeillut tupakkaa, nuuskaa ja sähkösavuketta elämänsä aikana.



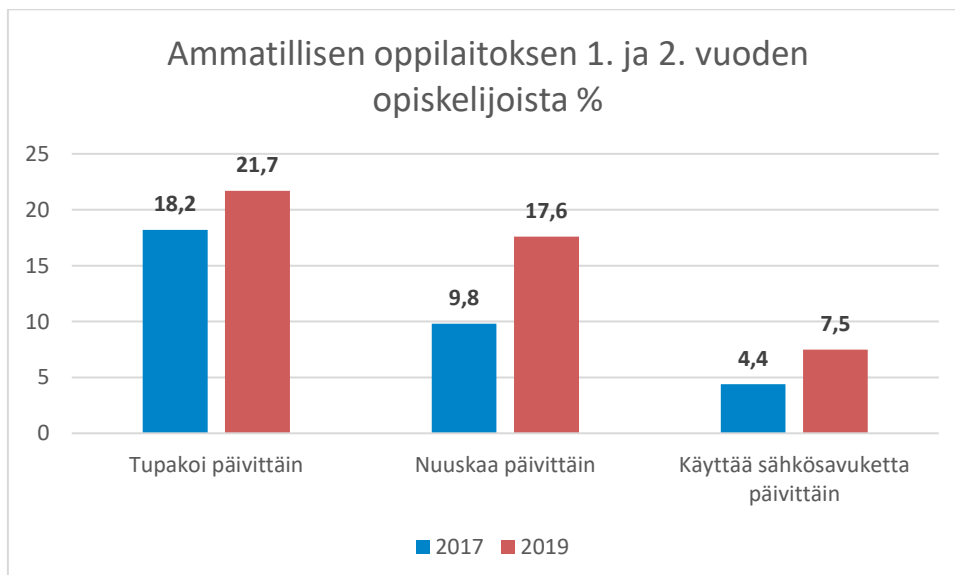
Lähde: THL

Tupakointi on perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilailla ollut tasaisessa laskussa jo yli 10 vuoden ajan ja tämä sama trendi jatkui myös kuluneen valtuustokauden ajan. Päivittäinen tupakointi kääntyi kuitenkin hieman jyrkempään laskuun viimeisten 4 vuoden aikana ja oli vuoden 2019 tulosten mukaan 6,1 %. Perusopetuksen kohdalla nuuskan päivittäinen käyttö on pysynyt vuosien 2017 ja 2019 välillä ennallaan, joka tarkoittaa tätä aiempina vuosina tapahtuneen kasvun viimein tasoittuneen. Samalla sähkösavukkeen päivittäisessä käytössä on tapahtunut jopa pientä laskua vaikkakin muutos on edelleen pientä. Kaiken kaikkiaan jotakin tupakkatuotetta tai sähkösavuketta käyttää päivittäin 9,2 prosenttia perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista ja tämä määrä on aavistuksen noussut vuoden 2017 mitatusta 8,8 prosentista.



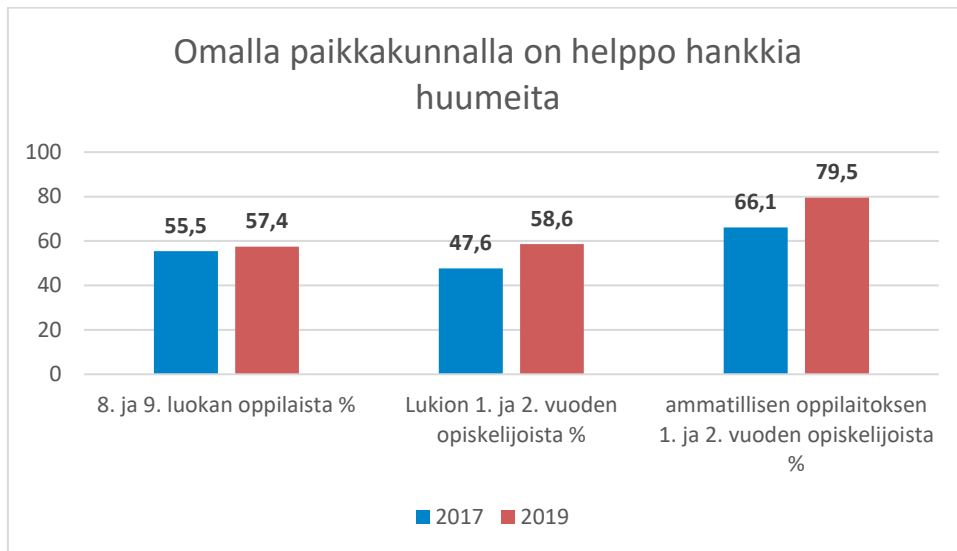
Lähde: THL

Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden kohdalla tupakkatuotteiden ja sähkösavukkeiden käyttö oli harvinaisempaa kuin peruskoulussa. Päivittäisessä tupakoinnissa tapahtui minimaalista kasvua samalla kun päivittäisessä nuuskauksessa ja sähkösavukkeiden käytössä tapahtui saman suuruista laskua. Kokonaisuudessaan päivittäin jotakin tupakkatuotetta tai sähkösavuketta käyttävien määrä kuitenkin nousi tarkastelujaksolla 2,6 prosentin osuudesta 4,4 prosenttiin.



Lähde: THL

Ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden kohdalla tupakkatuotteiden käytössä on tapahtunut selkeästi negatiivista kehitystä. Päivittäinen tupakointi, nuuskaaminen ja sähkösavukkeen käyttö ovat kaikki lisääntyneet merkittävästi. Kaiken kaikkiaan jotakin tupakkatuotetta tai sähkösavuketta käyttävien päivittäinen määrä on noussut 27,8 prosentista 32,2 prosenttiin.



Lähde: THL

Tilastot osoittavat, että nuoret kokevat valtuustokauden aikana Kotkassa huumeiden hankkimisen muuttuneen helpommaksi. Tämä heijastuu erityisesti Lukion 1. ja 2. asteen opiskelijoiden ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden vastauksissa. Samalla tilastot osoittavat, että samalla kun 8. ja 9. luokan oppilaiden laittomien huumeiden kokeilut ovat aavistuksen laskeneet, ovat ne merkittävästi nousseet lukiolaisten ammatillisen koulun oppilaiden kohdalla.

Kokeillut kannabista ainakin kerran	2017	2019
8. ja 9. luokan oppilaista %	11	9,7
Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista %	6,3	12,2
Ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista %	22,4	29,7
Kokeillut muita laittomia huumeita ainakin kerran	2017	2019
8. ja 9. luokan oppilaista %	11,6	10,3
Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista %	6,3	12,2
Ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista %	23,4	30,4

Lähde: THL

Rahapelien ikäraja on Suomessa 18 vuotta ja tätä ikärajaa valvotaan laajasti eri rahapelipisteissä. Tästä huolimatta perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista 4,7 % ilmoittaa pelaavansa rahapelejä päivittäin. Tämä osuus on kuitenkin laskenut, sillä vuonna 2017 osuus oli vielä tällä luokka-asteella 10,1 %. Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden kohdalla on tapahtunut samansuuntainen muutos, sillä viikoittaisen rahapelaamisen yleisyys on pudonnut 5,3 %:sta alaspäin 2,5 %:iin. Ammatillisen oppilaitoksen kohdalla lähtötaso on ollut merkittävästi korkeampi 15,8 %, mutta laskua on myös näiden nuorien kohdalla tapahtunut alas 11,9 %:iin.

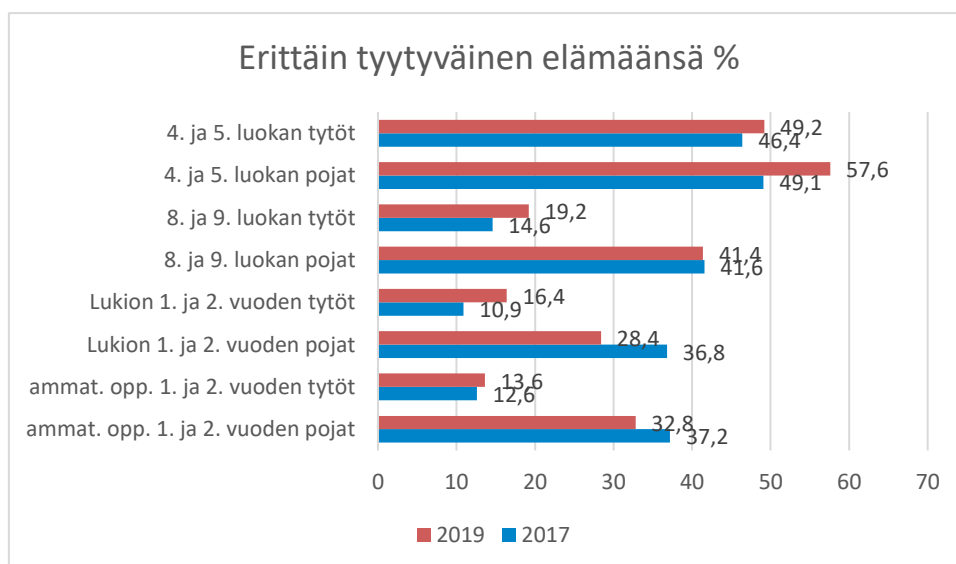
6.1.4 Lasten ja nuorten mielen hyvinvointi

Kotkalaisilla lapsilla ja nuorilla menee kohtalaisen hyvin. Koronapandemia on väistämättä luonut haasteita etäopetuksen ja muiden elämän rajoitusten muodossa, mutta tätä ennen on lasten ja nuorten mielen hyvinvoinnissa näkynyt pieniä merkkejä positiivisesta kehityssuunnasta.

Tyytyväinen elämäänsä tällä hetkellä	2017	2019
4. ja 5. luokan oppilaista %	89,8	87,6
8. ja 9. luokan oppilaista %	70,8	72,9
Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista %	75,1	72,4
ammattillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista %	74,2	73,6

Lähde: THL

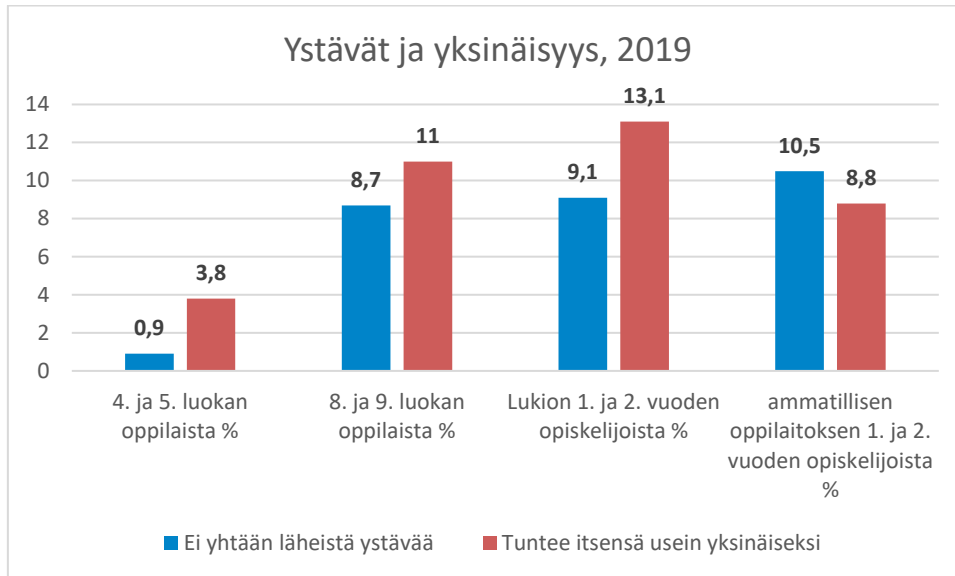
Suurin osa Kotkan nuorista on melko tyytyväisiä tai erittäin tyytyväisiä elämäänsä tällä hetkellä. 4. ja 5. asteen oppilaat olivat elämäänsä tyytyväisimpiä, jonka jälkeen seurasi pieni pudotus 8. ja 9. asteen opiskelijoiden kohdalla. Keskimäärin toisella asteella opiskelevista nuorista hieman suurempi osa koki itsensä tyytyväiseksi elämään kuin peruskoulun viimeisillä luokilla opiskelevat nuoret. Kaikissa ikäluokissa korkeampi osa pojista kuin tytöistä koki itsensä tyytyväiseksi elämäänsä.



Lähde: THL

4. ja 5. luokat oppilaista 53,3 % oli erittäin tyytyväisiä elämäänsä. Tätä vanhemmissa ikäluokissa osuudet näin kokevista lapsista ja nuorista kuitenkin putoavat selkeästi. Erityisesti nuorista tytöistä merkittävästi pienempi osa kokee olevansa erittäin

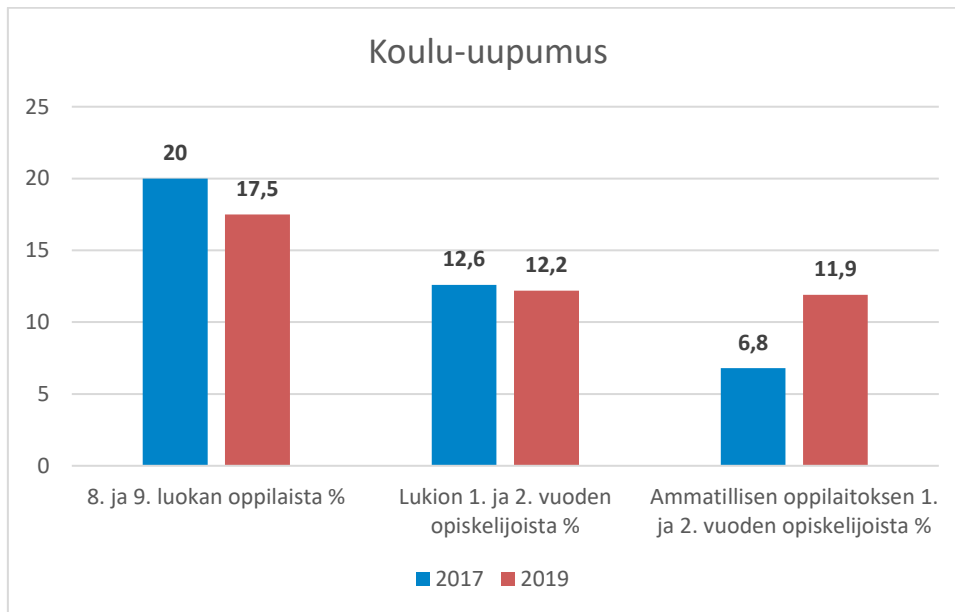
tyytyväinen elämäänsä. Merkittäväällä osalla nuorista tyytyväisyys kasvoi valtuustokauden aikana, mutta erityisesti ammatillisen oppilaitoksen ja lukion poikien kohdalla osuus pieneni.



Lähde: THL

Pitkäaikainen yksinäisyys heikentää lasten ja nuoren elämänlaatua ja hyvinvointia, ja se on riskitekijä psyykkiselle ja fyysiselle terveydelle. Ilman läheistä ystävää olevat nuoret kokevat terveydentilansa muita huonommaksi ja heillä on enemmän ahdistuneisuusoireita. Kouluterveyskyselyn tulosten perusteella noin 4 % 4. ja 5. luokan oppilaista ja 11 % nuorista kokee itsensä melko usein tai jatkuvasti yksinäiseksi. Verrattuna vuoteen 2017 perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaisten osuus on pysynyt samana, kun taas lukiolaisten yksinäisyys on kasvanut ja ammatillisen opetuksen nuorten koettu yksinäisyys on laskenut.

Yksinäisyyden tunne on subjektiivinen kokemus, jota voi kokea myös silloin, kun on ihmisten ympäröimä. Tämä näkyy myös tuloksissa, jotka osoittavat, että muiden kuin ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoiden kohdalla lapsista ja nuorista useampi ilmoitti kokevansa yksinäisyyttä kuin olevan ilman yhtään läheistä ystävää. Läheisen ystävän puuttumisesta on tullut lukion ja ammatillisen opetuksen nuorien kohdalla yleisempää verrattuna vuoteen 2017, kun taas perusopetuksen nuorten kohdalla osuus on kääntynyt laskuun. Yksinäisyydessä näkyy myös eroja sukupuolten välillä, sillä tytöt kokevat keskimäärin enemmän yksinäisyyttä kuin pojat. Samalla kuitenkin läheisen ystävän puuttuminen oli yleisempää pojilla kuin tytöillä.



Lähde: THL

Koulu-uupumus kehittyy jatkuvan koulutyöhön tai opiskeluun liittyvän stressin seurauksena. Sitä kuvaavat useat tekijät, kuten koulutyöhön tai opiskeluun liittyvä emotionaalinen ja uupumusasteinen väsymys, opintojen merkityksen vähentyminen, kyynisyys tai välinpitämätön suhtautuminen koulutyöhön tai opiskeluun, sekä riittämättömyyden tunne opiskelijana. Kotkalaisista nuorista 8. ja 9. luokan oppilaat kokevat eniten koulu-uupumusta. Koettu koulu-uupumus on kuitenkin peruskoulun sekä lukion opiskelijoilla hieman laskenut, mutta samalla ammatillisten oppilaitosten opiskelijoiden kokema koulu-uupumus on noussut samalle tasolla lukiota käyvien nuorten kanssa.

6.2 Työikäiset

Vapaa-ajan liikunnan harrastaminen on lisääntynyt 32 % aikuisista syö ravitsemussuositusten mukaisesti kasviksia ja hedelmiä. Päivittäinen tupakointi on laskenut 78,8 % aikuisista on tyytyväisiä asuinalueeseensa.	Työikäisten lihavien (BMI ≥ 30 kg/m²) osuus on noussut Amfetamiinin väestöön suhteutettu määrä jätevedessä on kasvanut Kymenlaaksossa pelataan eniten rahapelejä Suomessa.
--	--

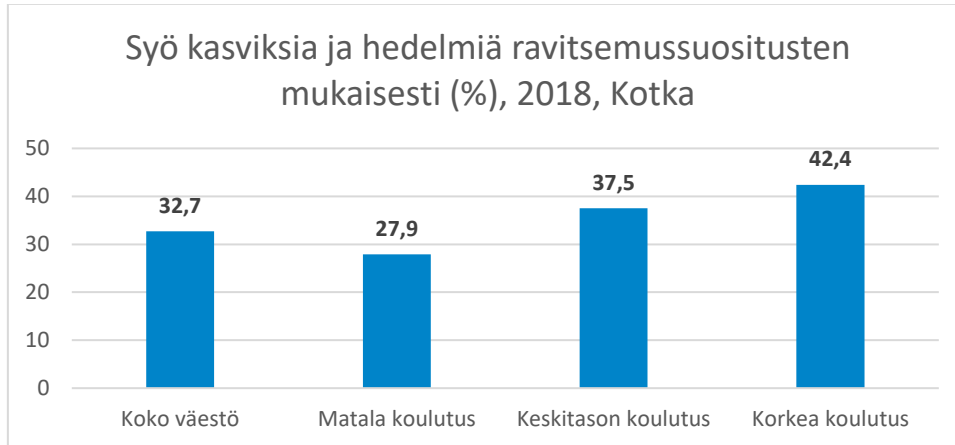
6.2.1 Työikäisten liikkumisen edistäminen ja painonhallinta

Liikkuminen ja painonhallinta	2014	2018
500 metrin matkan kävelemisessä suuria vaikeuksia, %	13,7	7,6
500 metrin matkan kävelemisessä suuria vaikeuksia, 20-64-vuotiaat, %	-	4,5
100 metrin juoksemisessa suuria vaikeuksia, %	16,6	14,7
Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien osuus, %	31,7	22,2
Lihavien osuus (BMI ≥ 30 kg/m ²) %	23	21,2
Lihavien osuus 20-64-vuotiaista (BMI ≥ 30 kg/m ²) %	15,9 (2015)	22,4

Lähde: Sotkanet

Työikäisten lihavien (BMI ≥ 30 kg/m²) osuus väestöstä on noussut viimeisten vuosien aikana. Lihavia oli 20-64-vuotiaista kotkalaisista vuonna 2018 22,4 % väestöstä, kun vuonna 2015 osuus oli vielä 15,9 %. Koko väestön tasolla lihavia oli eniten matalasti koulutettujen joukossa (23 %) ja vähiten korkeasti koulutetuista (18,3 %). Kotkalaisten aikuisten kunto vaikuttaa kuitenkin keskimäärin kohonneen, sillä 20-64-vuotiaista vuonna 2018 yhteensä 4,5 % ilmoitti, että heidän on hyvin vaikeaa tai mahdotonta kävellä 500 metrin matkaa. Tarkasteltaessa koko väestön tuloksia näkyy niissä vastaavan 500 metrin kävelyssä tapahtuneen merkittävää kohentumista. Koko väestön tasolla 100 metrin juoksemisessa suuria vaikeuksia oli 14,7 % väestöstä, joka oli matalampi osuus kuin vuonna 2014. Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien osuus on myös laskenut verrattuna vuoteen 2014 eli liikuntaa harrastetaan keskimäärin enemmän ja kuntalaisten liikuntakyvyssä näkyy merkkejä positiivisesta kehityksestä.

6.2.2 Työikäisten terveellinen ruokavalio



Lähde: Sotkanet

Koko väestöstä 32,7% ja 20-64 vuotiasta 32 % (2018) syö ravitsemussuositusten mukaisesti kasviksia ja hedelmiä. Tarkastellessa koko väestön osuutta on ravitsemussuositusten mukaisesti syöminen yleisempää korkeasti koulutettujen kohdalla (42,4 %) kuin keskitason (37,5 %) tai matalan koulutustason (27,9 %) omaavilla. Vuonna 2020 Kotkan koko väestöstä kasviksia ja hedelmiä söi 34,8 % ravitsemussuositusten mukaisesti. Koulutustason mukaisia indikaattoreita ei ollut vuonna 2020 käytettävissä. Vastaavasti vuoden 2015 tilastot osoittivat, että 20-64-vuotiaista kuntalaisista 28,7 % söi kasviksia korkeintaan kahtena päivänä viikossa tai ei ollenkaan.

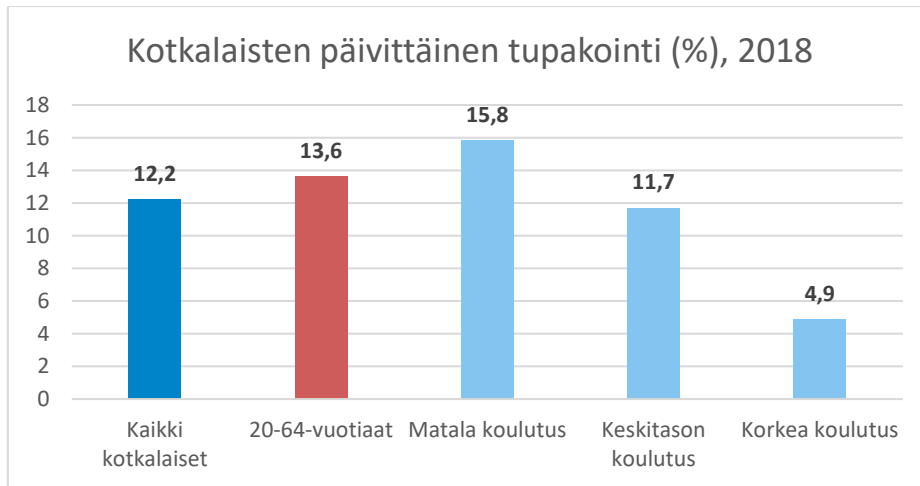
6.2.3 Työikäisten päihteidenkäyttö

Alkoholin liiakäyttö on yksi keskeisimmistä suomalaisen yhteiskunnan terveysuhista, sillä jatkuva liiakäyttö nostaa riskiä pitkäaikaisille terveyshaitoille. Vuoden 2018 tietojen mukaan 8 % kotkalaisista 20-64-vuotiaista käyttää alkoholia humalahakuisesti. Tämä tarkoittaa, että he juovat kerralla vähintään 6 annosta ja he juovat alkoholia vähintäänkin kerran viikossa.

Vanhempien liiallinen alkoholinkäyttö aiheuttanut haittaa, %	2017	2019
4. ja 5. luokan oppilaista	2,3	2,8
8. ja 9. luokan oppilaista	7,2	7,5
Ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista	5,7	6,1
Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista	2,6	7,3

Lähde: THL ja Sotkanet

Lasten ja nuorten näkökulmasta koettu vanhempien liiallinen ja haitallinen alkoholinkäyttö on yleistynyt. Nousua on tapahtunut kaikkien mitattavien koulutusasteiden kohdalla, mutta näistä osuus on noussut erityisesti lukion 1. ja 2. vuosiasteen opiskelijoiden kokemuksissa. Tämän perusteella iästä riippuen noin 2,8-7,5 % lapsista ja nuorista koki, että ainakin heidän toinen vanhempansa käyttää liikaa alkoholia ja kokee siitä koituneen heille haittaa.



Lähde: THL ja Sotkanet

Päivittäin tupakoivien osuus on Kotkassa laskenut merkittävästi. Vuonna 2015 päivittäin tupakoivia 20-64-vuotiaita oli vielä 25,3 % kun taas vuonna 2018 luku oli enää 13,6 %. Tupakoinnin yleisyys on nyt laskenut koko maan keskitasolle, kun vielä vuonna 2015 Kotkan tulokset olivat merkittävästi keskitason yläpuolella. Positiivisesta laskusta huolimatta päivittäisen tupakoinnin yleisyys vaikuttaa kuitenkin olevan edelleen kiinteästi yhteydessä koulutustasoon, sillä tupakoinnin yleisyys laskee koulutuksen määrän kasvaessa. Vuonna 2020 kotkalaisten 20-64-vuotiaiden osalta aiempi hyvä kehitys kääntyi huonompaan suuntaan ja päivittäin tupakoivien osuus nousi 17,4 %: iin.

Selvitettyihin rikoksiin syylliseksi epäiltyjen päihtymystieto, määrä	2017	2018	2019	2020
Alkoholi	687	475	410	432
Huumaava aine	244	333	420	1048
Alkoholi ja muu huumaava aine	60	73	66	51
Tuntematon	1783	1156	2838	3884
Ei päihdettä	2305	1894	1650	1371
Yhteensä	5079	3931	5384	6786

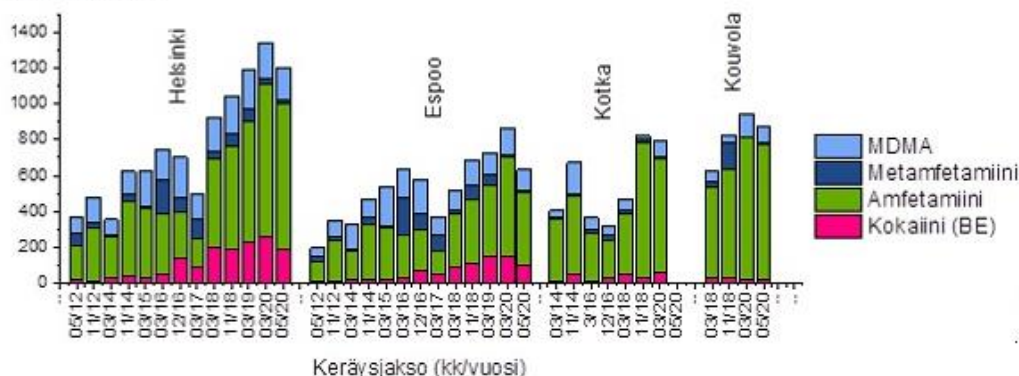
Lähde: Tilastokeskus

Tilastokeskuksen rikos- ja pakkokeinotilastojen mukaan rikoksiin ja rikkomuksiin syyllisiksi epäillyistä enemmistö oli päihdyneitä tapahtumahetkellä. Tilastoissa näkyy myös trendi, jossa vähenevä osa syyllisiksi epäillyistä oli alkoholin vaikutuksen alaisena ja kasvava osuus oli jonkin huumaavan aineen alaisena tekohetkellä.

THL:n jätevesitutkimus, 2020

mg (käytetty huume)/

1000 henkilöä/päivä



Lähde: THL

THL:n toteuttama jätevesitutkimus kertoo jätevedestä löytyvien huumeiden määrästä suhteutettuna kunnan asukaslukuun. Mittauksista saadut tulokset kertovat, että Kotkassa amfetamiinin käyttö vaikuttaa kasvaneen merkittävästi valtuustokauden aikana. Kokaiinin ja metamfetamiinin määrät ovat pysyneet suunnilleen samalla tasolla, mutta MDMA:n määrässä näkyi vaihtelua mittausvuodesta toiseen.

Osuus Kymenlaaksolaisista 15-74-vuotiaasta väestöstä (2019)	Kymenlaakso	Koko maa
Pelannut rahapelejä 12 kk aikana, %	85,6	78,4
Pelannut rahapelejä internetissä 12 kk aikana, %	34,6	36,6
Rahapelaaminen vähintään kerran viikossa 12 kk aikana, %	42,9	29,1
Pelannut vähintään riskitasolla 12 kk aikana, %	18,9	13,7

Lähde: Sotkanet

Rahapelaamisen yleisyydestä ei tällä hetkellä ole aikuisia kattavaa tilastotietoa Kotkan osalta, mutta tietoa on kuitenkin saatavissa Kymenlaakson tasolla. Rahapeleiksi tässä yhteydessä katsotaan kuuluvan muun muassa arvontapelit kuten Lotto, rahapeliautomaatit, raaputusarvat, urheilu- ja hevospelit, vedonlyönti sekä internetissä pelattavat rahapelit. Kymenlaaksossa rahapelaaminen on maan keskiarvoa korkeampaa lähes kaikilla indikaattoreilla tarkasteltuna. Kymenlaaksolaisista 15-74-vuotiaista 85,6 % on pelannut rahapelejä viimeisen 12 kuukauden aikana ja 34,6 % on pelannut rahapelejä netissä. Osuudet väestöstä ovat korkeammat kuin koko maan keskiarvo ja tämä näkyy erityisesti rahapelejä kerran viikossa pelaavien määrässä, joka Kymenlaaksossa oli 42,9 % ja koko maassa 29,1 %. Rahapelaamisessa ongelmapelaamisen vakavuutta kuvataan yleensä jatkumona, jossa riskipelaaminen on sen lievin muoto. Tässä vaiheessa rahapelaaminen ei vielä aiheuta merkittäviä haittoja pelaajalle, mutta se usein edeltää rahapeliongelman kehittymistä. Vähintään riskitasolla Kymenlaaksolaisista pelasi 18,9 %, kun taas koko maan keskiarvo oli 13,7 %.

6.2.4 Työikäisten mielen hyvinvointi

Aikuisten mielen hyvinvoinnin indikaattoreita	2018	2019	2020
Asuinalueensa olosuhteisiin tyytyväisten osuus (%), 20 - 64-vuotiaat	78,7	-	81,0
Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%), 20 - 64-vuotiaat	9,8	-	6,2
Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%), matala koulutus	10,2	-	-
Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%), korkea koulutus	5,8	-	-
Onnelliseksi itsensä kokeneiden osuus (%), 20 - 64-vuotiaat	55,6	-	53,8
Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat 25 - 64-vuotiaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä	-	4,5	4,6
Terveyspalveluja mielenterveysongelmien vuoksi käyttäneiden osuus (%), 20 - 64-vuotiaat	7,5	-	-
Psyykkisesti merkittävästi kuormittuneiden osuus (%), 20-64-vuotiaat	11,9	-	12,1

Lähde: Sotkanet

Kotkalaisista aikuisista vuonna 2018 55,6 % kokee itsensä onnelliseksi. Aiheesta kysyttiin FinSote tutkimuksessa Kotkan osalta tällöin ensimmäistä kertaa ja tulokset osoittavat kotkalaisten onnellisuuden olevan hieman maan keskitason (52,4 %) yläpuolella. Vuonna 2020 luvuissa oli tapahtunut pientä laskua, jolloin Kotkalaisista itsenä onnelliseksi koki (53,8 %) ja koko maassa 50,5 %. Aikuiset olivat keskimäärin myös tyytyväisiä asuinalueensa olosuhteisiin, (v. 2018 78,8 %) ja (v. 2020 81,0 %), vaikkakin osuus jäi hieman maan keskitason (2018 81,9 %) ja (2020 82,8%) alapuolelle. Samalla kuitenkin kotkalaisista aikuisista lähes 10 % kokee itsensä yksinäiseksi. Yksinäisyys oli tulosten perusteella yleisempää matalasti koulutetuilla kuin korkeasti koulutetuilla. Yksinäisyys voi heikentää terveydentilaa ja olla riskitekijänä syrjäytymiselle sekä altistaa masennukselle, infektioille ja sydänsairauksille.

Mielenterveyden ongelmien yleisyyttä on usein vaikea tarkastella tilastojen avulla. Tilanteesta erityisen haasteellisen tekee valtuustokauden aikana tapahtunut muutos kunnan terveyspalveluista Kymsoten järjestämiin palveluihin, joka on sekoittanut monia mielenterveysongelmien yleisyyden arviointiin käytettyjä indikaattoreita. Kotkassa esimerkiksi aikuisten mielenterveyden avohoitokäyntien määrä on romahtanut vuosien 2018 ja 2019 välillä, kun taas psykiatrian erikoissairaanhoidon käynnit ovat kasvaneet merkittävästi. Todellisuudessa taustalla on todennäköisesti palveluiden uudelleen organisoinnista johtuvat muutokset tilastointitavoissa. Tilastojen perusteella voidaan kuitenkin todeta, että depressiolääkkeistä korvausta saaneiden aikuisten osuus väestöstä on hieman kasvanut ja mielenterveysperusteisesti sairauspäivärahaa saaneiden aikuisten osuus väestöstä on pysynyt samalla tasolla. Vastaajien omaan arvioon perustuvan kartoituksen perusteella kotkalaisista 20-64-vuotiaista 11,9 % on merkittävästi psyykkisesti kuormittuneita eli kysymyspatteriston perusteella on viitteitä siitä, että heillä on mieliala- tai ahdistuneisuushäiriö tai jokin muu mielenterveyshäiriö.

6.3 ikäihmiset

Ikäihmisten päivittäinen tupakointi on vähentynyt. Noin 86 % ikäihmisistä on tyytyväisiä asuinalueensa olosuhteisiin Noin puolet ikäihmisistä kokee elämänlaatunsa hyväksi ja itsensä onnelliseksi.	65 vuotta täyttäneistä 23,9 % ei harrasta mitään kevyesti hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla. Kotkassa on maan keskiarvoa merkittävästi enemmän alkoholia liikaa käyttäviä ikäihmisiä. Noin 7 % ikäihmisistä tuntee itsensä yksinäiseksi
--	--

6.3.1 ikäihmisten liikkumisen tukeminen ja ravitsemuksen edistäminen

Ikäihmisten liikkumisen tukeminen on merkittävä osa heidän hyvinvointinsa ja toimintakykynsä ylläpitoa. Tutkimuksen mukaan Kotkalaisista 65 vuotta täyttäneistä 14,6 %:lla on suuria vaikeuksia kävellä 500 metrin matka. 75 vuotta täyttäneiden kohdalla tämä osuus nousee puolestaan jo 23,4 %:iin. Tilastojen mukaan kotkalaisista 65 vuotta täyttäneistä 23,9 % ei harrasta mitään vapaa-ajalla, joka olisi edes kevyesti ruumiillisesti rasittavaa, kuten koti- ja pihatöiden tekemistä, kävelyä tai pyöräilyä. Osuus on kuitenkin laskenut selkeästi vuodesta 2015, jolloin se oli vielä 30 %. 75 vuotta täyttäneistä 38 % ilmoitti vuonna 2018 että he eivät harrasta mitään vapaa-ajan liikuntaa.

65 vuotta täyttäneistä Kotkalaisista lihavia ($BMI \geq 30 \text{ kg/m}^2$) oli vuonna 2018 18,4 % ja 2020 16,7 % väestöstä, kun vuonna 2015 osuus oli 22,9 %. Ikäihmisten ravitsemussuositusten mukaisesti kasviksien ja hedelmien syömisestä on kerätty tietoa alkaen vasta vuodesta 2018, jolloin kasviksia ja hedelmiä ravintosuositusten mukaisesti käytti 65 vuotta täyttäneistä Kotkalaisista 34,3 % ja vuonna 2020 35,6 % sekä 75 vuotta täyttäneistä vuonna 2018 26,4 %. Yli 75 -vuotiaiden osalta vuoden 2020 indikaattoria kasvien ja vihannesten syönnistä ei ollut käytettävissä.

6.3.2 Ikäihmisten päihteidenkäyttö

Ikäihmisten alkoholinkulutus	2018 Kotka	2018 Koko maa	2020 Kotka	2020 Koko maa
Alkoholia liikaa käyttävien osuus (AUDIT-C) (%), 65 vuotta täyttäneet	39,5	31,1	38	34,3
Alkoholia liikaa käyttävien osuus (AUDIT-C) (%), 75 vuotta täyttäneet	23,2	15,5	-	22,3
Alkoholia humalahakuisesti käyttävien osuus (AUDIT-1k) (%), 65 vuotta täyttäneet	8,7	4,4	4,8	5,9
Alkoholia humalahakuisesti käyttävien osuus (AUDIT-1k) (%), 75 vuotta täyttäneet	5,1	1,9	-	3,1
Päivittäin tupakoivien osuus (%), 65 vuotta täyttäneet	9,2	6,6	6,5	6,1
Päivittäin tupakoivien osuus (%), 75 vuotta täyttäneet	3,8	2,5	-	3,2

Lähde: Sotkanet

Alkoholia liikaa käyttävien osuus 65 vuotta täyttäneistä oli vuoden 2018 39,5 % ja vuonna 2020 38 %. Osuus nousi sekä Kotkassa että koko maassa vuoden 2015 tienoilla ja on sen jälkeen pysynyt tällä tasolla. Kotkan osuus alkoholia liikaa käyttävien määrästä tässä ikäryhmässä on maan keskitasoa korkeampi (v. 2018 31,1 % ja v. 2020 34,3 %). Samankaltainen trendi näkyy myös tarkasteltaessa 75 vuotta täyttäneitä, joista liikaa alkoholia käyttäviä oli vuonna 2018 23,2 %. Myös heidän kohdallaan määrä oli koko maan keskitasoa (v. 2018 15,5 % ja v. 2020 22,3%) korkeammalla. AUDIT-1k testien perusteella alkoholia humalahakuisesti käyttävien osuus vuonna 2018 oli 8,7 % ja vuonna 2020 4,8 % 65 vuotta täyttäneistä. 75 vuotta täyttäneistä osuus oli vuonna 2018 5,1 %.

Kotkalaisista 65 vuotta täyttäneistä 9,2 % tupakoi päivittäin vuonna 2018 ja vuonna 2020 6,5%. Määrä on laskenut vuodesta 2015 (9,2%), mutta on edelleen koko maan 2020 keskiarvon (6,1 %) yläpuolella. Vuonna 2018 75 vuotta täyttäneistä tupakoi edelleen päivittäin 3,8 %, joka on myöskin korkeampi verrattuna saman vuoden maan keskiarvoon 2,5 %.

Ikäihmisten rahapelaamisesta ei ole olemassa erikseen indikaattoria, joka tarkoittaa, että aiheesta ei ole mahdollista saada selkeää tilannekuvaa. Osan ikäihmisistä rahapelaaminen sisältyy koko Kymenlaakson rahapelaamisen yleisyyttä koskeviin indikaattoreihin, joita on aiemmin tässä raportissa käsitelty aikuisväestön kohdalla.

6.3.3 Ikäihmisten mielen hyvinvointi

Ikäihmisten mielen hyvinvointi	2018	2020
Asuinalueensa olosuhteisiin tyytyväisten osuus (%), 65 vuotta täyttäneet	87	86
Asuinalueensa olosuhteisiin tyytyväisten osuus (%), 75 vuotta täyttäneet	85,6	-
Elämänlaatunsa hyväksi tuntevien osuus (%), 65 vuotta täyttäneet	53,4	48,5
Elämänlaatunsa hyväksi tuntevien osuus (%), 75 vuotta täyttäneet	46,6	-
Onnelliseksi itsensä kokeneiden osuus (%), 65 vuotta täyttäneet	51,9	49,4
Onnelliseksi itsensä kokeneiden osuus (%), 75 vuotta täyttäneet	46,5	-
Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%), 65 vuotta täyttäneet	6,4	11,2
Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%), 75 vuotta täyttäneet	7,9	-
Psyykkisesti merkittävästi kuormittuneiden osuus (%), 65 vuotta täyttäneet	8,5	12,3
Psyykkisesti merkittävästi kuormittuneiden osuus (%), 75 vuotta täyttäneet	8,9	-

Lähde: Sotkanet

Kotkalaiset ikäihmiset arvioivat vuoden 2018 tietojen perusteella olevansa varsin tyytyväisiä asuinalueeseensa. Tilastojen mukaan 65 vuotta täyttäneistä 87 % ja 75 vuotta täyttäneistä 85,6 % ilmoitti olevansa tyytyväinen tai erittäin tyytyväinen oman asuinalueensa olosuhteisiin. Tilastoille ei ole aiemman vuoden tuloksia joihin kehityssuunta voisi verrata, mutta Kotkan osuudet tyytyväisistä ikäihmisistä on hieman koko maan keskiarvoja korkeammalla.

Vuonna 2018 kotkalaisista 65 vuotta täyttäneistä 53,4 % koki elämänlaatunsa hyväksi tai erittäin hyväksi ja 51,9 % koki itsensä suurimman osan ajasta onnelliseksi. Luvut olivat samankaltaiset, mutta aavistuksen matalammat 75 vuotta täyttäneillä, joista 46,6 % koki elämänlaatunsa hyväksi ja 46,5 % koki itsensä onnelliseksi. Vuonna 2020 65 vuotta täyttäneistä elämänlaatunsa koki hyväksi tai erittäin hyväksi enää 48,5 % ja



suurimman osan ajasta onnelliseksi 49,4 %. Vertailulukuja ei ollut käytettävissä 75 vuotta täyttäneiden osalta vuodelta 2020.

Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus lisääntyi. Vuonna 2018 65 vuotta täyttäneistä 6,4 % ja vuonna 2020 11,2 % koki itsensä melko usein tai jatkuvasti yksinäiseksi. Vuoden 2018 tulosten mukaan 75 vuotta täyttäneistä 7,9 % koki itsensä melko usein tai jatkuvasti yksinäiseksi.

Merkittävää psyykkistä kuormitusta koki 65 vuotta täyttäneistä vuonna 2018 8,5 % ja vuonna 2020 jo 12,3 %. Psyykkistä kuormitusta kokeneiden osuus 75 vuotta täyttäneistä vuonna 2018 oli 8,9 %.

7. Aasukkaiden osallisuus, vaikuttaminen ja harrastaminen

7.1 Lapset ja nuoret

Perusopetuksen 4. ja 5. luokka	2019
Kokee olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä, %	57,4
Kokee olevansa tärkeä osa ystäväporukkaa, %	71,1
Kokee olevansa tärkeä osa harrastusporukkaa, %	56
Osallistunut koulun asioiden suunnitteluun, %	50,1
Harrastaa jotakin vähintään yhtenä päivänä viikossa, %	87

Lähde: THL

4. ja 5. luokan oppilaista suurin osa koki olevansa osa jotakin tärkeää porukkaa tai yhteisöä. Lapsista 57,4 % koki olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä ja noin 50 % on päässyt osallistumaan koulun asioiden suunnitteluun. Vapaa-ajan osalta tärkeäksi osaksi ystäväporukkaa koki kuuluvansa 71,1 % ja harrastusporukassa osuus oli 56 %. Lasten harrastuksiin osallistumisen oli Kotkassa myös aktiivista, sillä 87 % 4. ja 5. luokan lapsista ilmoitti harrastavansa jotakin vähintään yhtenä päivänä viikossa.

Osallisuus (2019)	Perusopetus 8. ja 9. lk.	Lukio 1. ja 2. vuosi	Ammatillinen oppilaitos
Kokee olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä, %	53,4	57,1	61,3
Kokee kuuluvansa itselleen tärkeään ryhmään tai yhteisöön, %	69,1	77,1	69,9
Kokee pystyvänsä vaikuttamaan oman elämänsä kulkuun, %	79,3	83,8	79,5
Kokee pystyvänsä tavoittelemaan itselle tärkeitä asioita, %	74,1	79,3	74,5
Kokee, että häneen luotetaan, %	78,4	84,5	81,8
Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa, %	8,6	13,7	20,1

Lähde: THL

Nuorten kohdalla kokemus tärkeäksi osaksi luokkayhteisöä kuulumisesta korostui erityisesti ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoilla (61,3 %), vaikkakaan perusopetuksen (53,4 %) tai lukion (57,1 %) osuudet samalla tavoin vastanneista eivät olleet kovinkaan kaukana jäljessä. Lisäksi noin 72 % nuorista koki olevansa osa jotakin itselleen tärkeää ryhmää tai yhteisöä.



Nuoret myös pääasiassa kokivat, että heillä on mahdollisuudet vaikuttaa omaan elämäänsä, sillä oman elämänsä kulkuun uskoi pysyvänsä vaikuttamaan noin 81 % nuorista ja itselleen tärkeitä asioita ajatteli pystyvänsä tavoittelemaan 76 %.

Nuorista noin 82 % koki, että heihin luotetaan. Samalla kuitenkin nuorista vain pieni osa koki, että heillä vaikutusmahdollisuuksia koulussa tai oppilaitoksissa oleviin asioihin, jotka koskevat heitä. Tällaisia ovat muun muassa oppituntien järjestely- ja työskentelytavat, koejärjestelyt, välituntien tai taukojen suunnittelu tai toteutus, yhteisten sääntöjen laatiminen, tilojen suunnittelu tai siistiminen, sekä kouluruokailu.

Vapaa-aika ja harrastukset	Perusopetus 8. ja 9. lk	Lukio 1. ja 2. vuosi	Ammatillinen oppilaitos
Harrastaa jotakin vähintään kerran viikossa, %	94,2	98	89,8
Kokee, että asuinalueella järjestetään kiinnostavaa vapaa-ajan toimintaa nuorille, %	27,9	31,5	27,6
Kokee, että asuinalueella ei ole tarpeeksi oleskelutiloja nuorille, %	37,6	35,5	36,8
Kokee kiinnostavat harrastukset liian kalliiksi, %	20,1	21,6	32
Lukee kirjoja omaksi ilokseen vähintään kuukausittain, %	22,2	27,7	12,1

Lähde: THL ja Sotkanet

Lähes kaikki nuoret harrastavat jotakin vähintään kerran viikossa kouluajan ulkopuolella, joka on erittäin positiivinen tulos. Nuorista kuitenkin koulusta tai oppilaitoksesta riippuen 20-32 % kokee, että itselle mielenkiintoiset harrastukset ovat liian kalliita.

Yli 2/3 nuorista kokee, että Kotkassa ei välttämättä järjestetä kiinnostavaa nuorille suunnattua vapaa-ajan toimintaa. Yli 60 % nuorista myös kokee, että Kotkassa ei ole tarpeeksi nuorille tarkoitettuja oleskelutiloja, joissa voisi viettää vapaa-aikaa.

Vapaa-ajalla kirjoja omaksi ilokseen lukee edelleen 22,2 % perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista, 27,7 % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista ja 12,1 % ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista. Huolestuttavaa kuitenkin on, että kaikkien kolmen koulutusasteen kohdalla osuus on laskenut 6-7 prosenttiyksikköä verrattuna vuoteen 2017.

7.2 Aikuiset ja ikäihmiset

	2007	2011	2015	2019
Äänestysaktiivisuus eduskuntavaaleissa, %	61,9	63,4	61,3	63,2

	2008	2012	2017
Äänestysaktiivisuus kuntavaaleissa, %	58,7	55,8	53,6

Lähde: Sotkanet

Kotkalaisten äänestysaktiivisuus eduskuntavaaleissa on heilahdellut edes takaisin viimeisen 14 vuoden aikana, mutta vuonna 2019 äänestysprosentti oli jälleen 63,2 %. Tämä jäi kuitenkin hieman alle koko maan keskiarvon, joka oli samana vuonna 68,7 %. Äänestysaktiivisuus kuntavaaleissa on ollut 2000-luvulla hitaassa laskussa. Vuoden 2017 äänestysprosentti 53,6 % jäi eduskuntavaalien tapaan alle maan keskiarvon 58,9 %.

Aktiivisesti järjestötoimintaan tms. osallistuvien osuus (%)	2015	2018	2020
20 - 64-vuotiaat	22,9	27,3	20,8
65 vuotta täyttäneet	22,3	31,6	23,6
75 vuotta täyttäneet	-	29,4	-
Korkea koulutus	-	39,3	-
Matala koulutus	-	25,2	-

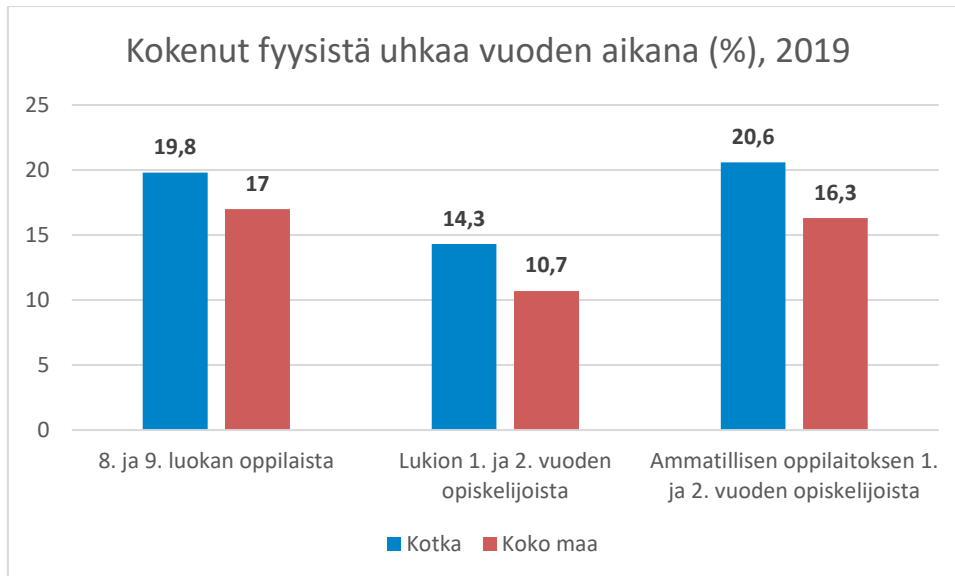
Lähde: Sotkanet

Kotkalaiset aikuiset ja ikäihmiset osallistuvat aktiivisesti järjestötoimintaan tai muuhun vastaavaan toimintaan. Tilastojen mukaan 20-64-vuotiaista 27,3 % osallistui toimintaan vuonna 2018, kun vuonna 2015 osuus oli vielä vain 22,9 %. Samanlainen kehitys on nähtävissä myös 65 vuotta täyttäneiden kohdalla, joista vuonna 2015 osuus oli 22,3 %, kun taas vuoden 2018 mittauksissa osuus oli kohonnut 31,6 %:iin. Samana vuonna 75 vuotta täyttäneiden kohdalla osuus oli 29,4 %. Järjestötoimintaan aktiivisesti osallistumisessa näkyy eroavaisuuksia koulutustaustan mukaan. Korkeasti koulutetut (39,3 %) osallistuvat tällaiseen toimintaan useammin kuin matalasti koulutetut (25,2 %).

Vuoden 2020 tilastojen mukaan järjestötoimintaan tai muuhun vastaavaan toimintaan väheni, jolloin 20-64-vuotiaista 20,8 % ja 65 vuotta täyttäneistä 23,6 % osallistui toimintaan. Vertailulukuja yllä olevan taulukon muiden indikaattoreiden osalta ei ollut saatavilla.

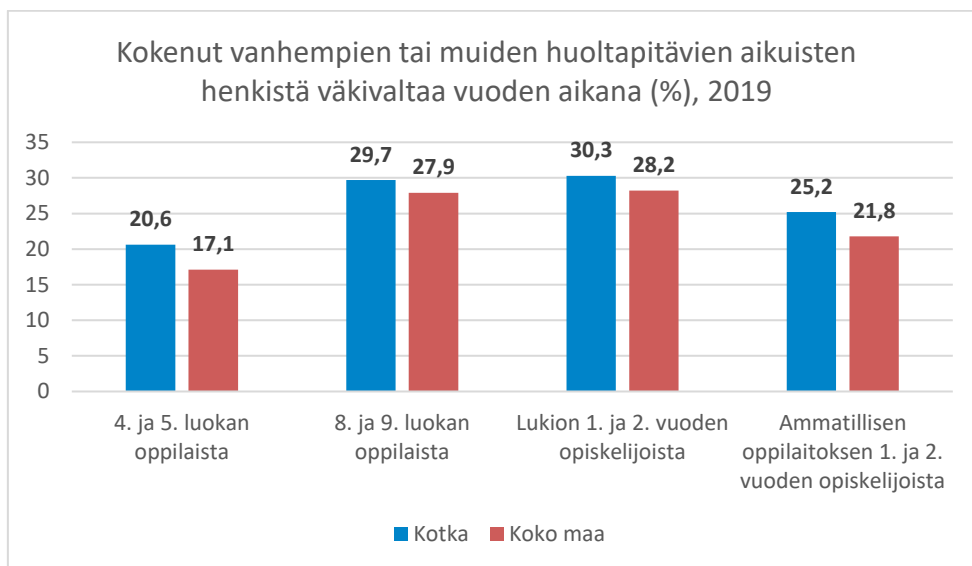
8. Turvallisuus

8.1 Lapset ja nuoret



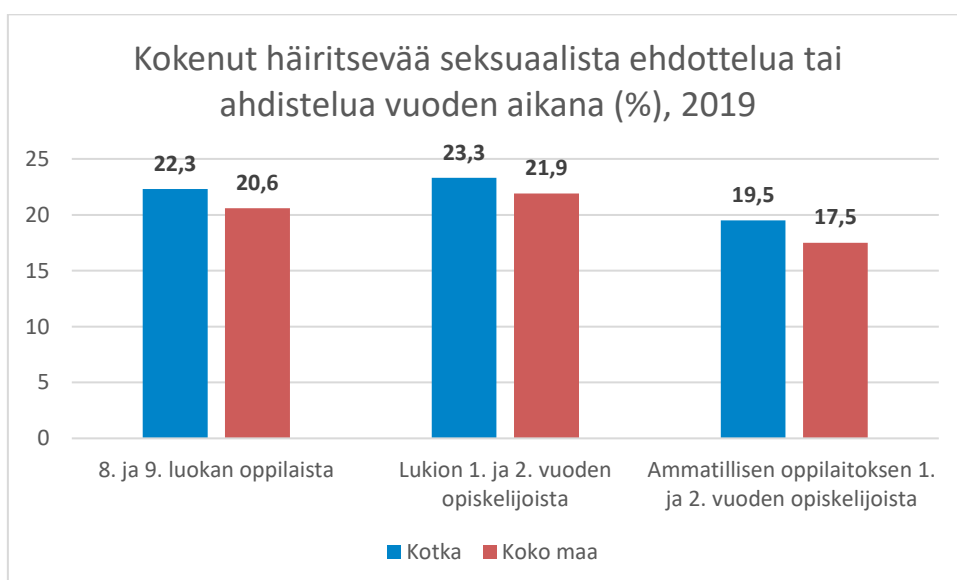
Lähde: THL ja Sotkanet

Kotkalaiset nuoret kokevat tilastojen mukaan fyysistä uhkaa. Tällä tarkoitetaan ryöstön, ryöstön yrityksen, vahingoittamisuhkailun tai kimppuun käymisen uhriksi joutuneiden peruskoulun 8. ja 9. luokkalaisten osuutta kaikista saman ikäisistä nuorista. Ammatillisen oppilaitoksen opiskelijat ovat kokeneet fyysistä uhkaa useammin kuin lukiossa opiskelevat. Samalla perusopetuksen viimeisillä luokilla olevien oppilaiden kokema fyysisen uhan määrä on lähes sama kuin ammatillisessa opetuksessa olevien nuorten.



Lähde: THL ja Sotkanet

Fyysisen uhan lisäksi nuoret kokevat myös kohtaavansa merkittävässä määrin henkistä väkivaltaa. Tällä tarkoitetaan vanhempien tai muiden vastaavien huoltajien henkisesti väkivaltaista käytöstä, joka voi muun muassa tarkoittaa kieltäytymistä puhumasta pitkään aikaan, sanallista loukkaamista, haukkumista, nöyryyttämistä tai nolaamista, uhannut hylätä tai jättää nuoren yksin, heittänyt, lyönyt tai potkinut esineitä, lukinnut nuoren johonkin paikkaan tai uhannut nuorta väkivallalla. Kotkassa korkeampi osuus lapsista ja nuorista on kohdannut henkistä väkivaltaa kuin maassa keskimäärin. 4. ja 5. luokan oppilaista joka viides lapsi, ammatillisen opetuksen oppilaista joka neljännes nuori, sekä 8. ja 9. luokan sekä lukion oppilaista lähes joka kolmannes nuori on kohdannut henkistä väkivaltaa vuoden kuluessa.

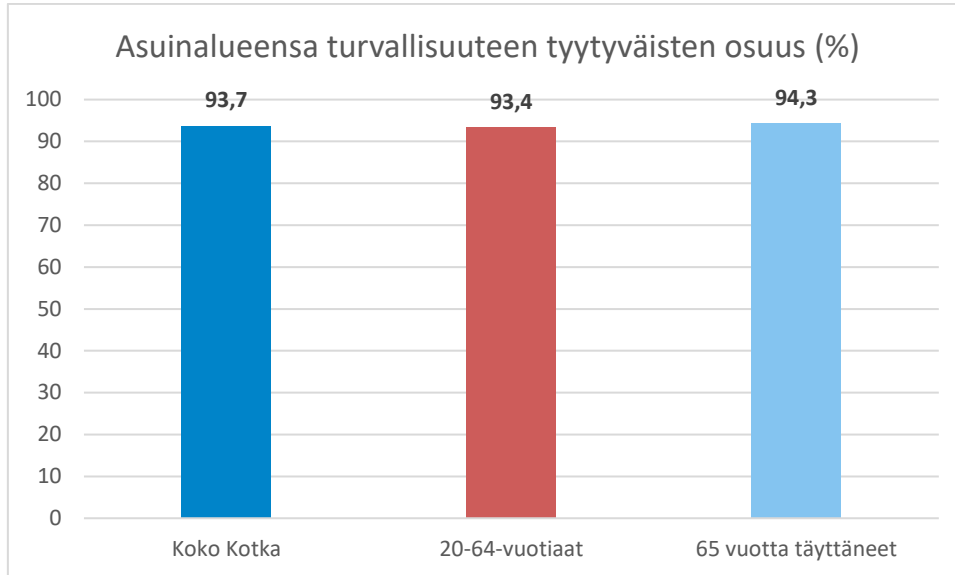


Lähde: THL ja Sotkanet



Nuorista noin 20 % on kokenut seksuaalista ehdottelua tai ahdistelua vuoden aikana. Tämä on voinut tapahtua muun muassa puhelimessa tai internetissä, oppilaitoksessa, harrastuksissa, kadulla, kauppakeskuksessa tai muualla julkisessa tilassa tai nuoren omassa tai jonkun toisen henkilön kotona tai muussa yksityisessä tilassa. Häiritsevä seksuaalinen ehdottelu tai ahdistelu on Kotkassa muutaman prosenttiyksikön yleisempää kuin Suomessa keskimäärin. Koulussa tapahtuva seksuaalinen häirintä on Kotkassa huomattavasti harvinaisempaa ja sitä on kokenut 1,5-4,2 % nuorista.

8.2 Aikuiset ja ikäihmiset



Lähde: Sotkanet

Kotkalaiset aikuiset ovat erittäin tyytyväisiä asuinalueensa turvallisuuteen. Tilastojen mukaan 20-64-vuotiaista peräti 93,7 % ilmoitti olevansa joko melko tyytyväinen tai erittäin tyytyväinen oman asuinalueensa turvallisuuteen. Sama näkyi myös ikäihmisten kohdalla, sillä 65 vuotta täyttäneistä tyytyväisiä turvallisuuteen oli 94,3 %. Sekä aikuisten että ikäihmisten tyytyväisyys oli muutaman prosenttiyksikön maan keskitasoa korkeammalla.

Rikokset ja rikkomukset	2016	2017	2018	2019	2020
Viranomaisten tietoon tulleet rikokset	6260	6156	5927	8298	7165
Selvitetyt rikokset yhteensä	4291	4818	3784	5207	6592

Lähde: Tilastokeskus

Rikosten ja rikkomusten määrä vaikuttaa kuntalaisten elämän turvallisuuteen, mutta niiden vaikutusta on hyvin vaikeaa arvioida suoraan. Liikenne rikkomukset voivat vaarantaa kuntalaisten turvallisuuden ulkona liikkuesssa, kun taas väkivaltarikoksista kuuleminen voi vaikuttaa kuntalaisten koettuun turvallisuuteen. Kotkassa poliisin tietoon tulleiden rikosten määrä laski vuoteen 2018 asti, mutta kääntyi nousuun vuonna 2019. Vuonna 2020 viranomaisten tietoon tulleiden rikosten määrä laski hieman edellisvuodesta.



9. Yhteenveto

Tulevalla valtuustokaudella olisi hyvä erityisesti kiinnittää huomiota seuraaviin asioihin:

Lapset ja nuoret:

- Koululounaan ja terveellisen ravitsemuksen edistämiseen erityisesti lukioikäisten keskuudessa.
- Lasten ja nuorten päihdekasvatus sekä tiedon lisääminen ovat tulevaisuuden kannalta tärkeää toimintaa. Nuorten tietämystä päihteiden käytön seurauksista tulee vahvistaa.
- Ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoiden nikotiinittomuuden edistämiseen.

Työikäiset:

- Terveellisten ruokailu- sekä liikuntatottumusten edistämiseen panostaminen.
- Rahapelaamisen puheeksiotto eri palveluissa sekä omaisnäkökulman huomioiminen.
- Ehkäisevään päihdetyöhön panostaminen.

Ikäihmiset:

- Yli 65 vuotta täyttäneiden liikunnan edistämiseen panostaminen.
- Alkoholin käytön puheeksiotto.
- Yksinäisyyden tunnistaminen.