



HYVINVOINNIN TILANNEKUVIA POHJOIS-POHJANMAALTA

Asiantuntijatyönä tehty alati päivittyvä hyvinvoinnin
nykytila-analyysi

VERSIO 1.0 17.3.2021



Lähde: POPmaakunta ja Pohjois-Pohjanmaan liitto 2019
sovellettaen lähteestä Marika Kunnari 2017

Sisällys

Hyvinvoinnin tilannekuvia Pohjois-Pohjanmaalta

OSALLISUUDEN TILA	3
TALOUDELLISEN TOIMEENTULON TILA	5
FYYSISEN TERVEYDEN TILA	7
MIELEN HYVINVOINNIN TILA.....	8
ELINTAPOJEN JA TERVEYSKÄYTTÄYTYMISEN TILA.....	10
TERVEYSLIIKUNNAN TILA.....	12
VAPAA-AJAN TILA	18
TYÖN JA TYÖLLISYYDEN TILA	21
ASUMISEN TILA.....	24
KASVUN, OPPIMISEN JA KASVUYHTEISÖJEN TILA	28
DIGIHYVINVOINNIN TILA POHJOIS-POHJANMAALLA	30

OSALLISUUDEN TILA

Varpu Wiens, Diakonia-ammattikorkeakoulu sekä Sokran Diak-osahankkeen työntekijät 26.1.2021

Tähän on kirjoitettu tilannekuvaa Pohjois-Pohjanmaan osallisuudesta. Tilannekuvassa on analyysiä ja tulkintaa osallisuuden tilasta ja kehitysnäkymästä. Yhteenvedona voidaan todeta, että Pohjois-Pohjanmaalla tarvitaan vielä systemaattista osallisuustyötä kunnissa, varhaista puuttumista taloudelliseen niukkuuteen ja sen seurauksiin, sukupuolten hyvinvointierojen kaventamista ja kuntalaisten vaikuttamismahdollisuuksien parantamista. Painopistettä tulisi siirtää ennaltaehkäisyyn ja kuntalaisten osallistamiseen, yhteisöllisyyteen ja toimeentulon turvaamiseen myös kaikkein heikoimmassa asemassa olevien osalta.

Analyyysiä osallisuudesta

Analyyysin tekemiseen on käytetty havaintoja Pohjois-Pohjanmaan osalta huono-osaisuuskartasta, kouluterveyskyselystä, TEA-viisarista, Sokran lapsiperheköyhyys-analyyseistä, kuntien hyvinvointisuunnitelmien analyyseistä, Pohjois-Pohjanmaan kuntalaiskyselystä, Helsingin Sanomien Niukkuuskyselyn tuloksista ja Sotkanetistä.

Osallisuuden mahdollisuuksiin liittyy oleellisesti taloudellinen näkökulma

Taloudellinen niukkuus

Taloudellinen toimeentulo Pohjois-Pohjanmaalla vaikuttaa mielenterveyteen, ihmissuhteisiin, taloudellisiin hankintoihin, perheen perustamiseen ja itsensä hoitamiseen. Niukkuus rajoittaa harrastusten aloittamista ja sosiaalista elämää. Huono-osaisuuskartan mukaan erityistä huomioita olisi kiinnitettävä heihin, jotka rahan puutteen vuoksi ovat joutuneet tinkimään ruoasta, lääkkeistä tai lääkärikäynneistä. Myös korkeat asiakasmaksut haittaavat ihmisten hoidon saantia. Pohjois-Pohjanmaalla on myös itsensä yksinäiseksi tuntevia ja psyykkistä kuormittuneisuutta kokevia. Lapsiperheköyhyydessä on huomattaviakin eroja kuntien välillä. Pohjois-Pohjanmaan kunnissa, joissa lasten pienituloisuus on korkealla tasolla, näyttää asukkaiden koulutustaso olevan matalampi, kunnan verotulot pienempiä ja huoltosuhde korkeampi. Nämä kunnat myös näyttävät olevan vähenevän väestön kuntia, joissa on muita matalampi taajama-aste.

Osallisuus on tasa-arvoa ja kaikille samanvertaisia mahdollisuuksia elää oman näköistään ja hyvää elämää

Sukupuoli

Huolestuttavaa on se, että yläkouluikäiset nuoret eivät koe saavansa apua, erityisesti tytöt kokevat näin. Naiset ovat miehiä aktiivisempia järjestötoimintaan osallistumisessa. Elämänlaatunsa hyväksi tuntevien osuutta tarkastellessa naiset kokevat elämänlaatunsa paremmaksi kuin miehet.

Osallisuus kasvaa ja vahvistuu vaikuttamismahdollisuuksien kautta

Vaikuttamismahdollisuudet

Järjestötoimintaan osallistumisessa ollaan maan keskiarvon tuntumassa Sotkanetin tietojen mukaan. Maakuntien vertailussa pohjoispohjanmaalaiset kokevat elämänlaatunsa 4. parhaaksi. Tea-viisarin tulosten mukaan osallisuus Pohjois-Pohjanmaalla tarvitsee vielä toimia vaikutusmahdollisuuksien lisäämisessä. Parannettavaa on kuntajohdon osalta osallisuusohjelmien toteutumisessa ja kuntalaisten mahdollisuuksissa osallistua kuntatalouden suunnitteluun. Perusopetuksessa, lukiokoulutuksessa ja ammatillisessa koulutuksessa pitäisi parantaa huoltajien ja oppilaiden vaikutusmahdollisuuksia. Liikuntatoimessa osallisuutta voisi vielä parantaa ottamalla palveluiden käyttäjiä mukaan kunnan toimielimiin ja seurojen edustajia asiantuntijaelimiin.

Kouluterveyskyselyn osallisuusindikaattoreiden tulkinnasta voidaan päätellä, että merkittäviä eroja muihin maakuntiin ei ole. Sen sijaan Pohjois-Pohjanmaan sisällä eri kouluasteiden ja sukupuolien välillä on jotain eroavaisuuksia. Esimerkiksi yläkouluikäiset tytöt kokivat poikia vähemmän päivittäiset tekemisensä merkitykselliseksi, tai että elämällä olisi merkitystä tai että saa apua, kun sitä todella tarvitsee.

Positiivista on se, että indikaattori, jolla mitattiin yläkouluikäisten tarpeellisuuden kokemusta, on maan huippua. Kuitenkin huomiota tulisi kiinnittää huonoon kehitystrendiin niiden yläkouluikäisten osuudessa,

jotka kokevat olevansa tärkeä osa kouluyhteisöä, se on vähentynyt perusopetuksessa vuodesta 2017 vuoteen 2019.

Kunnissa tehtävä osallisuustyö vahvistaa osaltaan mahdollisuuksia tulla kuulluksi ja vaikuttaa asioihin

Kuntien osallisuustyö

Pohjois-Pohjanmaan kunnille tehdyn kyselyn perusteella heikoimmassa asemassa olevien kuntalaisten yksilöllinen ääni pitäisi saada paremmin kuuluviin. Kuntien osallisuustyöhön toivottiin vaikuttavuutta, viranomaistyötä toimivammaksi ja lähemmäs kuntalaisia. Tarvitaan myös osallisuusrakenteiden luomista, tiedonkeruuta osallisuudesta ja uusien ja hyvien käytänteiden kehittämistä ja jakamista. Osallisuustyössä voitaisiin vielä paremmin hyödyntää järjestöjen osaamista.

Kuntien hyvinvointisuunnitelmien analyysin perusteella vaikuttaa siltä, että osallisuustyössä tulisi huomioida paremmin tasapainoisuus, eli se, että kaikki kuntalaiset huomioidaan ja saadaan mukaan. Osallisuus ja sen kehittäminen kuuluu kaikille kunnan toimialoille, raja- ja yhtymäpintoja hyödyntäen. Osallisuustyön tulisi olla kunnissa oman näköistä ja aidosti kaikkia osallistavaa, yhteiskehittäminen läpileikkaavana periaatteena ja systemaattisesti toteutettuna (kuulemiset, palautteet, raadit ja neuvostot). Systemaattisuutta seuraa pysyvyys, jolloin päästään irti tempoilevasta ja kertaluontoisesta osallisuuden kehittämisestä ja toteuttamisesta. Tässä tulisi käyttää hyväksi valmiita toimintamalleja, arviointia ja seuranta sekä ja implementointia myös osallistavin menetelmin.

Kärkimittarit

Tässä ehdottamamme kolme mahdollista kärki-indikaattoria. Kaikki päivittyvät parin vuoden välein, mutta kaikkia niitä ei ole saatavilla kuntatasoisesti.

- 1) kouluterveyskyselystä Sokran osallisuusindikaattorin tiedot (kuvastaa lasten ja nuorten osallisuuskokemusta 14 muuttujalla). Pohjois-Pohjanmaalla ollaan samalla tasolla muiden maakuntien kanssa, mutta yksittäisiä muuttujia tarkastellessa tulee eroja.
- 2) Sotkanetistä **elämänlaatunsa hyväksi tuntevien osuus** (kuvastaa aikuisväestön elämänlaatukokemusta). Pohjois-Pohjoismaalla 60,4 % tuntee elämänlaatunsa hyväksi.
- 3) TEA-viisarista kuntajohdon osallisuusluku (kuvastaa hallinnollisia osallisuuskäytänteitä). Osallisuus vuonna 2019 on Pohjois-Pohjanmaalla ”hyvä”. Mutta porautumalla tuloksiin löytyy eroja.

Taustalla myös

- 4) Menetetyt elinvuodet (PYLL = Potential Years of Life Lost) -indeksi (Indikaattori ilmaisee ennen 80 ikävuotta tapahtuneiden kuolemien takia menetettyjen elinvuosien lukumäärää väestössä 100 000 asukasta kohti.) Tulotaso vaikuttaa terveyseroihin ja ennenaikaisiin kuolemiin. Pohjois-Pohjanmaalla luku on maan keskiarvoa, trendi on ollut pitkää laskeva, mutta viimeisillä kolmella tarkastelujaksoilla pysynyt noin samalla tasolla. Voi tarkastella myös kuolleisuus-eroja tulo- ja koulutus-ryhmittäin.
- 5) toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet lapsiperheet, % lapsiperheistä indikaattori kertoo vuoden aikana pitkäaikaisesti eli vähintään 10 kuukautena perustoimeentulotukea ja/tai täydentävää toimeentulotukea ja/tai ehkäisevää toimeentulotukea saaneiden lapsiperheiden osuuden koko väestön lapsiperheistä. Pohjois-Pohjanmaalla näyttäisi vähentyneen jonkin verran vuodesta 2018 viimeisimpään tarkastelujankokhaan 2019.

Pohjois-Pohjanmaalla tulee kehittää sellaisia toimenpiteitä ja ohjelmia, jotka:

- ✖ luovat tasavertaisia mahdollisuuksia kaikille kuntalaisille ja asukkaille
- ✖ suojaavat ja vahvistavat hyvinvointia ja osallisuutta
- ✖ tähtäävät osallisuutta ja vaikutusmahdollisuuksia lujittavaan ja vakiinnuttavaan toimintaan

TALOUDELLISEN TOIMEENTULON TILA

Jorma Kurkinen, Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus 26.1.2021

Taloudellinen toimeentulo on keskeinen hyvinvoinnin ulottuvuus niin yksilöiden kuin yhteisöjenkin tasolla. Tutkimusten mukaan toimeentulolla on läheinen yhteys hyvinvoinnin muihin osa-alueisiin kuten asuinoloihin, fyysiseen ja henkiseen terveyteen, elintapoihin, arjen sujuvuuteen, koulutukseen, työelämään osallistumiseen, sosiaalisiin suhteisiin ja ajankäyttöön, sekä koettuun tyytyväisyyteen, elämän laatuun ja mielekkyyteen. Toimeentulo on myös vahvasti yhteydessä palveluiden käyttöön ja kunnille aiheutuviin kustannuksiin. Toimeentulon vaikeudet toisaalta lisäävät palveluiden tarvetta ja käyttöä, mutta toisaalta vaarantavat palveluiden saannin (esim. asiakasmaksujen ja pitkien matkojen vuoksi). Pitkittyessään toimeentulon vaikeudet lisäävät syrjäytymistä ja ylisukupolvista huono-osaisuutta, jolloin kunnille aiheutuu kustannuksia esimerkiksi mielenterveys- ja päihdepalveluiden käytöstä, erikoissairaanhoidosta ja lastensuojelun asiakkuuksista palvelujärjestelmän pyrkiessä vähentämään tai korjaamaan ongelmia. Panostaminen taloudellisen huono-osaisuuden torjumiseen parantaa myös alueiden taloudellista menestystä ja elinvoimaa.

Nykytila

Maakunnan kokonaiskuvassa monet hyvinvointiin liittyvät tekijät (mm. ikärakenne, koulutustaso, työttömyys) ovat kehittyneet myönteisesti 2000-luvulla. Kuitenkin maakunnassa on voimakas sisäinen polarisaatio (mm. väestön keskittyminen, ikä- ja sukupuolirakenne, huoltosuhde, elinkeinoelämä ja työllisyys, osaaminen, koulutus ja kehittämistoiminta). Myös taloudellisen toimeentulon mittarit kertovat isoista eroista kuntien välillä. Kokonaiskuvassa monet tilastoidindikaattorit (esim. toimeentulotuen saajat eri väestöryhmissä) ovat koko maahan verrattuna keskimääristä paremmat, mutta kuitenkin Kansallisen terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimus FinSoten kyselytutkimuksen 2017–2018 mukaan Pohjois-Pohjanmaalla oli maakunnista eniten sellaisia asukkaita (lähes viidesosa), jotka olivat joutuneet tinkimään ruoasta, lääkkeistä ja lääkärikäynneistä rahan takia.

Tilastoidindikaattoreista erityisesti lasten ja lapsiperheiden pienituloisuutta ja koettua vähävaraisuutta kuvastavat mittarit (ks. indikaattorit alla) ovat alueella koko maahan verrattuna keskimääristä huonommat. Vaihtelu alueen sisällä on suurta, esim. lapsiperheköyhyys vaihtelee alueella noin seitsemästä prosentista neljännekseen lapsiperheistä ja perheiden koettu vähävaraisuus vaihtelee noin viidesosasta jopa yli 60 prosenttiin. Kuntien hyvinvointisuunnitelmissa näihin asioihin on kiinnitetty vain vähän huomiota (analyysi 2019). SPR:n mukaan ruokajonot Oulussa ovat kasvaneet koronaepidemian aikana ja lapsiperheiden määrä avun saajista on lisääntynyt. Ruoka-avun tarve on myös noussut koko ajan viimeisen 10 vuoden aikana.

Kehitysnäkymät

Maakunnan alueellinen polarisaatio tulee jatkumaan, mikä aiheuttaa eri alueilla erilaisia haasteita hyvinvoinnin edellytyksille, yhteisöllisyydelle ja turvaverkostoille. Eri alueilla tarvitaan erilaisia ratkaisuja ja toimintamalleja kansalaisten ja alueiden tarpeista lähtien. Hyvinvointia uhkaavat taloudellisen huono-osaisuuden, syrjäytymisen, sosiaalisen integraation ja yhteisöllisyyden ongelmat tulevat muutoksessa entistä haasteellisemmiksi. Haasteita on elämänkaaren kaikissa vaiheissa ja ne ilmenevät monin tavoin erilaisina palvelutarpeina. Erityistä huomiota maakunnassa kannattaa kiinnittää perheiden ongelmiin ja perheiden tukemiseen. Samoin on huomioitava, että pandemia iskee kipeimmin jo entuudestaan heikossa asemassa oleviin: huono-osaisuus ja sen seuraukset kunnissa todennäköisesti kasvavat työttömyyden ja pienyrittäjien tulottomuuden seurauksena.

Taloudellisen huono-osaisuuden ja syrjäytymisen vähentäminen vaatii irtiottoa palvelukeskeisyydestä ja lähestymistavasta, jossa ongelmien syyt palautuvat yksilöön. Huomiota pitää kiinnittää yksilöllistämisen sijasta väestön eri ryhmien elinolosuhteisiin ja toimintamahdollisuuksiin. Päätöksenteossa kauttaaltaan pitäisi huomioida päätösten laajemmat taloudelliset ja sosiaaliset vaikutukset. Sosiaalialan näkökulmasta

pitäisi panostaa erityisesti ennaltaehkäisevään työhön. Ennaltaehkäisevä toiminta edellyttää sosiaalitoimen ja terveydenhuollon palveluintegraatiota ja mukana tulee olla myös muut keskeiset toimijat.

Kärkimittarit

Taloudellisen toimeentulon perusmittarina voidaan seurata *Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneiden henkilöiden osuutta asukkaista*, joka kuvastaa paitsi kunnan ja maakunnan yleistä hyvinvointitilannetta, kertoo asiakaskunnan pitkittyneestä huono-osaisuudesta ja syrjäytymisuhasta. Muina mittareina voidaan seurata esim. *Lasten pienituloisuusastetta* tai *Perheen taloudellisen tilanteen kohtalaiseksi tai sitä huonommaksi kokeneiden osuutta oppilaista*. Indikaattoreissa on huomioitava alueen suuri sisäinen vaihtelu.

Indikaattorit (Pohjois-Pohjanmaan keskiarvot)	Lähtötaso 2018/2019	Koko maa 2018/2019	Tavoitetaso 2025
Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet henkilöt vuoden aikana, % asukkaista (Sotkanet.fi; ind. 4021)	1,3	2,3	
Lasten pienituloisuusaste (Sotkanet.fi; ind. 228) (2018)	14,6	12,2	
Perheen koettu taloudellinen tilanne kohtalainen tai sitä huonompi, % 8. ja 9. lk oppilaista / ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. v. opiskelijoista / lukion 1. ja 2. v. opiskelijoista (Sotkanet.fi; ind. 4760, 4761, 4762)	25,1 34,9 32,7	25,4 36,5 30,4	

Lähteet

Pohjois-Pohjanmaan kuntien hyvinvointisuunnitelmien analyysi 2019.

<https://www.ppsph.fi/dokumentit/Raportti%20sisltytyppi/8%20Taloudellinen%20toimeentulo.pdf>

Sotkanet.

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/index>

Kansallinen terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimus FinSote, tuloraportti maakunnat 2017–2018.

http://www.terveytemme.fi/finsote/2017-2018/graph/select.php?osoitin=ath_absdeprivation_sum_cr&alue1=17&alue2=1001&kuvio=age_group&vuodet=year_2017-2018

DIAK: Huono-osaisuus Suomessa -karttasivusto.

https://diak.shinyapps.io/karttasovellus/_w_1986e8ed/

Kaleva 2.12.2020: SPR: Ruokajonot kasvaneet koronaepidemian aikana – opiskelijoiden ja lapsiperheiden määrä on lisääntynyt

<https://www.kaleva.fi/spr-ruokajonot-kasvaneet-koronaepidemian-aikana-op/3156311>

Joakim Zitting & Varpu Wiens & Sakari Kainulainen 2020: Huono-osaisuus rasittaa kuntien taloutta.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140094/YP2003_Zittingym.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Joakim Zitting, Sakari Kainulainen Ja Varpu Wiens: Analyysi 2020: Korona kurittaa kuntien kustannuksia.

<https://kuntalehti.fi/uutiset/sote/analyysi-korona-kurittaa-kuntien-kustannuksia/>

Juha Honkkila 2015: Riittävä toimeentulo takaa hyvinvointia.

<http://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2015/riittava-toimeentulo-takaa-hyvinvointia/>

Miettinen Ville 2020: Syrjäytymisen hintaa laskenut tutkija kehottaa vauhdittamaan ehkäisevää työtä koronakriisin takia – Joensuu soveltaa Icehearts-mallia päiväkotien ensimmäisenä kaupunkina Suomessa.

<https://kuntalehti.fi/uutiset/sote/syrjaytymisen-hintaa-laskenut-tutkija-kehottaa-vauhdittamaan-ehkaisevaa-tyota-koronakriisin-takia-joensuu-soveltaa-icehearts-mallia-paivakotiin-ensimmaisena-kaupunkina-suomessa/>

Miettinen Ville 2020: Hyvinvoinnin tutkija: Koronakriisi voi kasvattaa uusia akuutteja ongelmia – Hyte-kerroin valtionosuuksissa kannustaisi kuntia hyvinvointityöhön.

<https://kuntalehti.fi/uutiset/sote/hyvinvoinnin-tutkija-koronakriisi-voi-kasvattaa-uusia-akuutteja-ongelmia-hyte-kerroin-valtionosuuksissa-kannustaisi-kuntia-hyvinvointityohon/>

FYYSISEN TERVEYDEN TILA

Sanna Salmela, perusterveydenhuollon yksikkö, PPSHP 3.2.2021

Kokemus omasta terveydentilasta

Kokemus hyvästä tai melko hyvästä terveydentilasta on pohjoispohjalaisten keskuudessa varsin yleinen koko elämänsäajan ajan. Alakoululaisilla kokemus on yleisin (92 prosenttia) laskien iän myötä niin, että 75 vuotta täyttäneillä osuus on 42 prosenttia. Alakoululaiset kokivat yleisimmin fyysistä oireilua, jotka liittyivät nenän tukkoisuuteen tai nuhaan, päänsärkyyn tai univaikeuksiin. Edellä mainittuja ilmoitti kokevansa usein 10–15 prosenttia alakoululaisista. Yläkoululaisilla, lukiolaisilla ja ammattikoululaisilla selkeästi yleisin fyysinen oireilu liittyi väsymykseen tai heikotukseen (40, 50 ja 39 prosenttia). Myös kokemus viikoittaisista univaikeuksista oli yleistä (27, 33 ja 31 prosenttia). Aikuisista yli puolet (52 prosenttia) raportoi pitkäaikaissairauksista tai terveysongelmista, ja myös terveysongelmasta johtuvat toimintarajoitukset olivat varsin yleisiä (34 prosenttia). Noin 20–30 prosenttia raportoi kohonneesta kolesterolista ja verenpaineongelmista). Luonnollista on, että koetut terveysongelmat ja riskitekijät lisääntyvät merkittävästi iän myötä.

Terveytensä keskinkertaiseksi tai huonoksi kokevien lasten ja nuorten osuus on kasvanut viime vuosina. Aikuisilla kehitys on ollut myönteistä.

Terveyserot

Ammattikoululaiset ovat aiemmin olleet terveyden näkökulmasta usein heikommassa asemassa kuin lukiolaiset. Huomionarvoista on, että viime vuosina ammattikoululaisten kokemassa terveydessä on tapahtunut monelta osin merkittävää myönteistä kehitystä (esim. koettu terveys, niska-hartiakivut, univaikeudet). Samanaikaisesti lukiolaisten kokemus oman terveyden heikentymisestä on monelta osin yleistynyt (esim. koettu terveys, nukahtamisvaikeudet, väsymys ja heikotus). Näiden vastakkaisen kehityssuuntien seurauksena ammattikoululaisten ja lukiolaisten terveyserot ovat kaventuneet ja osin jopa kääntyneet päinvastaisiksi. Myös aikuisväestössä keskitasoisesti koulutettujen koettu terveys on lähellä korkeasti koulutettujen tasoa. Ero matalaan koulutustasoon on edelleen merkittävä, joskin hieman kaventumaan päin. Aikuisilla matala koulutustaso näyttää altistavan myös terveysongelman aiheuttamille toimintarajoituksille ja arkitoimien vaikeuksille.

Toinen merkittävä ilmiö on sukupuolierot. Ala- ja yläkouluikäiset tytöt, lukiossa ja ammattikoulussa opiskelevat tytöt ja aikuiset naiset kokevat terveytensä keskinkertaiseksi tai huonoksi useammin kuin pojat ja miehet. Sama ilmiö on nähtävissä useimmissa fyysistä oireilua ja toimintarajoituksia kartoittavissa mittareissa. Miehet raportoivat naisia enemmän vain sepelvaltimotautia ja verenpaineongelmia. Erityisen suuri sukupuoliero on arkitoimissa suuria vaikeuksia kokevien 75 vuotta täyttäneiden kohdalla (naiset 47 ja miehet 19 prosenttia).

Koronapandemian ja rajoittamistoimien vaikutukset

THL:n joulukuussa 2020 julkaisemien ennakkotietojen perusteella haitalliset vaikutukset olivat Pohjois-Pohjanmaalla vielä pienempiä kuin maassa keskimäärin. Vaikutuksia fyysiseen terveyteen voi pitkällä tähtäimellä silti tulla, sillä esimerkiksi hoitokäyntejä on jonkin verran siirretty tai peruttu, yhteydenpito ystäviin ja sukulaisiin on monella vähentynyt, yksinäisyys lisääntynyt ja taloudellinen tilanne heikentynyt. Lisäksi moni näyttää kantavan huolta erityisesti siitä, että läheinen ihminen saa tartunnan.

Tämä kooste perustuu pelkästään kokemustietoon eli objektiiviset mittaritiedot puuttuvat toistaiseksi aikataulusyistä.

Tietolähteenä käytetty THL:n kouluterveyskyselyä, FinSote-tutkimusta ja vuoden 2020 koronamoduuliaineiston ennakkotietoja.

MIELEN HYVINVOINNIN TILA

Raija Fors, Pohjois-Suomen aluehallintovirasto 17.3.2021

WHO:n määritelmän (2013) mukaan mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa ihminen pystyy näkemään omat kykynsä ja selviytymään elämään kuuluvissa haasteissa sekä työskentelemään ja ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan. Ihmisen mielen hyvinvointia vahvistavat turvallinen koti ja turvalliseksi koettu yhteiskunta, jossa voi elää itselleen antoisaa arkea, olla osallinen ja saada tarvittaessa apua ongelmiin. Mielenterveys ilmenee ja vahvistuu sekä ihmisten keskinäisissä että ympäristön välisessä vuorovaikutuksessa. Mielen hyvinvointi, psyykinen hyvinvointi ja positiivinen mielenterveys ovat mielenterveyden myönteistä ulottuvuutta kuvaavia synonyymeja. Korostamalla mielenterveyden positiivista ulottuvuutta painotetaan sitä, että mielenterveys on jotain muuta kuin sairauden puuttumista.

Nykytila

Kouluterveyskyselyn (2019) mukaan lasten ja nuorten mielialaan liittyvät ongelmat ovat vuodesta 2017 lisääntyneet peruskoululaisilla, kuten koko maassakin, mutta ovat hieman alle maan keskitason. Ammattioppilaitoksissa opiskelevilla nuorilla vähintään kaksi viikkoa kestänyt masennusoireilu on vastaavasti hieman vähentynyt ja lukiolaisilla pysynyt ennallaan. Eniten masennusoireita on kuitenkin lukiolaisilla nuorilla.

Vuoden 2019 Sotkanet-indikaattorin mukaan Suomen maakunnista Pohjois-Pohjanmaalla on maan kolmanneksi eniten mielenterveysperusteisesti sairauspäivärahaa saaneita 18–24-vuotiaita nuoria. Tilanne on huonontunut vuosi vuodelta, ja nousua vuodesta 2010 on 16,7 prosenttia. Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavia 16–24-vuotiaita vuonna 2019 oli myös Pohjois-Pohjanmaalla enemmän kuin koko maassa keskimäärin.

Myös mielenterveysperusteisesti sairauspäivärahaa saaneita 25–64-vuotiaita Pohjois-Pohjanmaalla on maan kolmanneksi eniten. Vuodesta 2010 määrä on lisääntynyt 9,7 prosentilla. Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavia 25–64-vuotiaita Pohjois-Pohjanmaalla on enemmän kuin koko maassa keskimäärin.

Vuonna 2020 kutsuntaikäisistä nuorista vapautuksen rauhan aikana (C-luokka) sai 10,1 prosenttia ja uudelleen tarkastukseen (E-luokka) päätyi 11 prosenttia Pohjois-Pohjanmaan ja Kainuun alueen nuorista. Suurimpana syynä (noin 50 prosenttia) näihin poistumiin olivat mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt.

Kaikissa ikäryhmissä on itsensä yksinäiseksi tuntevia, mutta 65 vuotta täyttäneiden osuus maakunnassamme on suurempi kuin koko maassa keskimäärin. Heitä on Sotkanet 2018 tilaston mukaan 8,6 prosenttia, kun koko maassa luku on 7,2 prosenttia. Koettu onnellisuus pohjoispohjanmaalaisilla on kuitenkin yhtä hyvä ja osin parempikin kuin muilla suomalaisilla keskimäärin.

Mielenterveyspalveluihin pääsy kestää usein kohtuuttoman kauan ja hoito tapahtuu erikoissairaanhoidossa.

Kehitysnäkymät

Ennen koronaa mielenterveyden häiriöt, erityisesti masennus ja ahdistus olivat tilastojen mukaan lisääntymässä ja uhkana on, että ne tulevat lisääntymään entisestään. Korjaavien toimien lisäksi tarvitaan yksilön ja yhteisön suojaavien tekijöiden tunnistamista ja niiden vahvistamista sekä riskissä olevien ihmisten tukemista. Tarvitsemme myös lisää matalan kynnyksen palveluja, sillä erityisesti nuorilla on aikaisempaa enemmän psyykkistä kuormitusta, joka ilmenee uniongelmina sekä ahdistus- ja masennusoireina. STM on käynnistänyt työn matalan kynnyksen mielenterveyspalveluiden saatavuuden parantamiseksi perustason palveluissa. Pohjois-Pohjanmaalla tätä kehittämistyötä tehdään POPsote -hankkeissa.

Kärkimittarit

Indikaattorit (Pohjois-Pohjanmaan keskiarvot)	Pohjois-Pohjanmaa 2019	Koko maa 2019	Tavoitetaso 2025
Mielenterveysperusteisesti sairauspäivärahaa saaneet 18–24-vuotiaat / 1 000 vastaavan ikäisistä (Sotkanet.fi; ind. 2346)	31,0	23,9	
Mielenterveysperusteisesti sairauspäivärahaa saaneet 25–64-vuotiaat / 1 000 vastaavan ikäisistä (Sotkanet.fi; ind. 2345)	33,1	26,5	
Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat 16–24-vuotiaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä (Sotkanet.fi; ind. 3328)	1,5	1,2	
Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat 25–64-vuotiaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä info ind. 2422	4,4	3,4	
Mielialaan liittyviä ongelmia kahden viime viikon aikana, % 4. ja 5. luokan oppilaista. Vähintään kaksi viikkoa kestänyt masennusoireilu, % 8. ja 9. lk oppilaista / ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. v. opiskelijoista / lukion 1. ja 2. v. opiskelijoista (Sotkanet.fi; ind. 4818, 4855, 4857, 4856)	13,7 15,9 11,9 16,5	15,5 17,8 15,4 18,2	
Pohjois-Pohjanmaan ja Kainuun aluetoimiston kutsuntakertomus, poistumaprosentti.	Pohjois-Pohjanmaa ja Kainuu 2020		
Vapautus rauhan aikana (C-luokka)	10,11 %		
- Syynä mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt	55 %		
Uudelleentarkastus (E-luokka)	10,99 %		
- Syynä mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt	50 %		

Lähteet

Kouluterveyskyselyn tulokset 2019: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset>

Kristian Wahlbeck, Marjo Hannukkala, Johannes Parkkonen, Jukka Valkonen ja Tytti Solantaus 2017: Mielenterveyden edistäminen kansanterveystyön ytimessä. <https://www.duodecimlehti.fi/duo13731>

Sotkanet. <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/index>

WHO Mental Health 2013: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Kainuun prikaatin kutsuntakertomus 2020.

ELINTAPOJEN JA TERVEYSKÄYTTÄYTYMISEN TILA

Leea Järvi, Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri 25.2.2021

Terveillä elintavoilla on suuri vaikutus väestön hyvinvointiin ja terveyteen sekä työ- ja toimintakykyyn. Elintavoilla ehkäistään sairauksia, ja niillä on merkitystä myös sairauksien hoidossa ja niistä kuntoutumisessa. Terveiden elintapojen omaksumisessa tarvitaan monen osasen saumatonta yhteen sovittamista.

Kansallisena huolenamme on ylipainon ja lihavuuden yleistyminen kaikissa ikäryhmissä. Lihavuus on syynä useisiin kansansairauksiin. Tällä hetkellä yli 30 vuotiaista miehistä noin 70 prosenttia ja naisista noin 60 prosenttia on vähintään ylipainoisia. Ylipainoisiksi ja lihaviksi tullaan yhä varhaisemmillä ikävuosilla. Pohjois-Pohjanmaalta ei ole saatavissa tuoretta tietoa aikuisten ylipainon ja lihavuuden yleisyydestä. Epäilemättä Pohjois-Pohjanmaan tilanne vastaa kuitenkin kansallista tasoa.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen arvion mukaan lihavuus ja siihen liittyvät liitännäissairaudet aiheuttavat 1,4–7,0 prosenttia Suomen terveydenhuollon kustannuksista. Toimintakyvyn heikkenemisestä johtuvat epäsuorat kustannukset lisäävät kustannustaakkaa. Lihavuus on yhteydessä työkykyongelmiin ja usein epäsuorasti myös työkyvyttömyyseläkkeisiin. Lihavat kokevat elämänlaatusa heikommaksi kuin normaalipainoiset. Mitä korkeampi painoindeksi sitä huonommaksi elämänlaatu koetaan.

Lasten ylipainoisuus ja lihavuus ovat yleisiä. Vuonna 2019 vähintään ylipainoisia oli 27 prosenttia 2–16-vuotiaista pojista ja 17 prosenttia tytöistä. Pohjois-Pohjanmaalta lasten ylipainosta ja lihavuudesta on käytettävissä tietoa 18 kunnasta. Pojilla ylipaino on yleisempää kuin tytöillä. Esimerkiksi seitsemässä Pohjois-Pohjanmaan kunnassa 2–6-vuotiailla pojilla ylipainoa ja lihavuutta on enemmän kuin maassa keskimäärin ja kuudessa kunnassa ylipaino ja lihavuus on yleisempää 2–6-vuotiailla tytöillä kuin Suomessa keskimäärin. Vanhempien lasten kohdalla ylipainon ja lihavuuden yleisyys vastaa pääpiirteittäin suomalaista keskitasoa.

Ennaltaehkäisy on tehokkain tapa torjua lihavuusepidemiaa. Se vaatii monialaisessa yhteistyössä suunniteltuja ja toteutettuja kehittämishankkeita, joihin on hyviä malleja muista Euroopan maista. Toimenpiteet tulee kohdistaa erityisesti lapsiperheisiin. Perheiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäminen, terveelliset elintavat, riittävä uni, säännöllinen liikunta ja terveyttä edistävät ruokavalinnat ovat avainasemassa.

Fyysinen, sosiaalinen, taloudellinen ja poliittinen ruokaympäristö muovaavat lasten ja nuorten ruokatottumuksia ja vaikuttavat terveyteen läpi elämän. Ruokaympäristöön kohdistuvilla lasten ja nuorten terveeseen painonkehitykseen tähtäävillä toimilla voidaan saavuttaa terveyshyötyjen lisäksi merkittäviä säästöjä terveydenhuollon pitkänaikavälin kustannuksissa. Riittävä ja monipuolinen ravinto pitää toimintakykyisenä elämän eri vaiheissa. Suositusten mukaisen ravintoaineiden saannin turvaaminen onkin kansanterveyden edistämisen keskeinen tavoite.

Pohjoispohjalaisten ruokatottumuksissa on parantamisen varaa. Esimerkiksi 30 vuotta täyttäneistä miehistä suositusten mukaisesti söi kasviksia vain 7,7 prosenttia ja vastaavan ikäisistä naisista 17,2 prosenttia. Suositusten mukaisesti marjoja tai hedelmiä söi 9,3 prosenttia miehistä ja 18,6 prosenttia naisista. Tarvitaan systemaattisen ravitsemusohjauksen vahvistamista ja terveellisen ravitsemuksen tukemista, mikä edellyttää elintapaohjauksen saatavuuden ja laadun ja toimivuuden varmistamista sosiaali- ja terveyspalveluissa ja kunnassa. Suomessa vuonna 2017 ravintoon liittyvillä riskeillä (kuten vähäisellä hedelmien ja kasvien syönnillä ja liiallisella sokerin ja suolan käytöllä) voidaan selittää kaikista kuolemista noin 20 prosenttia. Riski on suurempi kuin tupakoinnilla (11 prosenttia), alkoholinkäytöllä (4 prosenttia) tai liikkumattomuudella (3 prosenttia).

Ruokatottumukset muovautuvat lapsuudessa ja siksi huomiota tulee kiinnittää erityisesti ruokailuun varhaiskasvatuksessa ja koulussa. Huomionarvioinen on myös ruokatarjonta lasten ja nuorten harrastusympäristöissä ja koulujen lähiympäristöissä. Kouluissa ja varhaiskasvatuksessa tulee panostaa ruokakasvatukseen ottamalla käyttöön hyviä toimintamalleja, esimerkiksi Neuvokas perhe- ja Maistuva koulu-toimintamallit. Hyvinvointia edistävän ruokaympäristön kehittäminen ja ravitsemusterveyden edistäminen edellyttävät poikkihallinnollisuutta ja ravitsemusohjausta kunnissa.

Tulevaisuuden megatrendejä (Sitra 2020)

Puolet suomalaisista on sitä mieltä, että jokaisen on oma-aloitteisesti muutettava elintapojaan ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi (Ylen kysely 2020). Kun tarkastellaan tulevaisuuden megatrendejä, se on yksi keskeisistä tulevaisuuteen vaikuttavista tekijöistä. Muita kehityskulkuja tarkastellaan suhteessa tähän.

Monet vähähiiliset vaihtoehdot, kuten ruokailutottumusten muuttaminen mm. liikasyömisestä vähentäminen, polkupyöräily, lähempänä sijaitsevat työ- ja vapaa-ajanviettopaikat tai etätö, tarjoavat positiivisten ympäristövaikutusten lisäksi myös muita elämänlaatua parantavia etuja. Tämä voi näkyä esimerkiksi terveyden kohentumisena sekä liikunnan, vapaa-ajan tai käyttövarojen lisääntymisenä.

Elintapojen muutoksista keskusteltaessa rajoitustoimenpiteet -ajattelua tulisi suunnata mahdollisuuteen parantaa elämänlaatua. Päätäjillä ja yrityksillä keskeinen rooli siinä, että yksilöllä on paremmat kannustimet muuttavat elintapojaan hiilijalanjälkeä pienentävään suuntaan. Kolme keskeistä lähestymistapaa hiilijalanjäljen pienentämiseen ovat kulutuksen määrällinen vähentäminen, tehokkuuden parantaminen ja kulutusmuodon muutos niin, että kiertotalouden hyvät periaatteet toteutuvat. Elintavoissa voit vaikuttaa pohtimalla sitä, mitä ja miten elintarvikkeita käytät, miten liikut ja miten asut.

Kärkimittarit

Kuntien luomia edellytyksiä, toimenpiteitä ja resursseja liikunnan edistämiseksi kuvaava TEA-viisarin tulokset kerätään joka toinen vuosi. Yksittäisen kunnan hyvä tulos on yli 75 pistettä, jolloin edellytykset liikunnan edistämiseen kunnassa ovat kaikilta osin hyvän käytännön ja laadun mukaiset.

Pohjois-Pohjanmaa	Lähtötaso	Valtakunnallinen keskiarvo	Tavoitetaso 2025
Terveyttä edistävän liikunnan edistämisaktiivisuus (Tea-viisari tulos yli 75*)	Hyvä tulos 6 kuntaa Parannettavaa 24 kuntaa	71 pistettä	Hyvä tulos 15 kuntaa
Lihavuuden yleisyys (%) 2–6-vuotiailla (Finsote 2017, kouluterveyskysely, Finlapset 2019)	4,4 prosenttia		

* Pistemäärä yli 75, kun tavoite 100. Näin edellytykset liikunnan edistämiseen kunnassa ovat kaikilta osin hyvän käytännön ja laadun mukaiset.

Lähteet

FinLapset rekisteriseuranta 2020. <http://www.terveytemme.fi/finlapset/>

Boris, J-M. ym. 2012. EPODE approach for childhood obesity prevention. methods, progress and international development. Obesity reviews 13.4.(2012): 299-315

Goettler A, Grosse A, Sonntag D. Productivity loss due to overweight and obesity: a systematic review of indirect costs. BMJ Open 2017;7(10):e014632

Mediuutiset 9.9.20. Iso osa lapsista ylipainoisia. <https://www.medi uutiset.fi/uutiset/iso-osa-lapsista-on-ylipainoisia-ongelmat-jatkuvat-aikuisuuteen-asti/7fe1d79a-7744-4b9b-9398-aedd7d62c554>

Sitra, 2020. Megatrendit 2020. Sitran selvityksiä 162. <https://media.sitra.fi/2019/12/15143428/megatrendit-2020.pdf>

Suomalaisten lasten ja nuorten ruokaympäristö ja toimenpide-ehdotukset sen kehittämiseen terveyttä edistäväksi. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2020:19.

[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162156/VN TEAS 19.pdf?sequence=1](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162156/VN_TEAS_19.pdf?sequence=1)

State of Health in the EU Suomi Maan terveysprofiili 2019.

https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/state/docs/2019_chp_fi_finnish.pdf

THL 2020. Lihavuuden kustannuksia. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kansallinen-lihavuusohjelma-20122015/lihavuus-lukuina/lihavuus-tulee-kalliiksi>.

THL 2017, Finsote-tutkimus <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/finsote-tutkimus>

Vesikansa, A., Jokelainen, J., Mehtälä, J., Mutanen, K., Lundqvist, A., Laatikainen, T., Ylisaukko-Oja, T., Saukkonen, T., & Pietiläinen, K.H. 2020. Lihavuuden yhteys elämänlaatuun ja työkykyyn suomalaisessa aikuisväestössä. Lääkärilehti 45/2020 vsk 75 s. 2377–2384.

TERVEYSLIIKUNNAN TILA

Soile Puhakka, Maija Korpisaari, Raija Korpelainen, ODL Liikuntaklinikka 8.3.2021

Kansalliset liikuntasuositukset

Liikkumattomuus on maailmanlaajuisesti yksi merkittävimmistä kansanterveydellisistä ongelmista. Liikkumattomuus ja liiallinen paikallaanolo ja istuminen lisäävät sekä sairastavuuden että kuoleman riskiä (Lavie C ym. 2019, Ramakrishnan R ym. 2021), ja ne ovat keskeisiä esimerkiksi sydän- ja verisuonitauksille sekä mielenterveyden ongelmille altistavia tekijöitä (Bernard ym. 2018). Paikallaanoloa ja istumista vähentämällä ja liikkumista lisäämällä voi edistää sekä fyysistä, psyykkistä että sosiaalista terveyttä ja hyvinvointia (Laukkala & Kukkonen-Harjula 2019). Muutamankin minuutin mittaiset liikkumistuokiot kerrallaan auttavat alentamaan muun muassa verenpaine- ja rasva-arvoja. Jopa 10 minuutin päivittäisen istumisen korvaaminen edes kevyellä liikkumisella voi parantaa sokeri- ja rasva-aineenvaihduntaa (Farrahi ym. 2020). Tutkimusten mukaan kevytkin liikuskelu tuottaa terveyshyötyjä erityisesti vähän liikkuville (esim. Länsitie ym. 2021). Liikunnan merkitys korostuu jo varhaisesta lapsuudesta alkaen. Liikunnallinen lapsuus edistää kokonaisvaltaista tervettä ja elämäntapaa. Liikunnallinen lapsuus myös vähentää terveyspalveluiden käyttöä ja niiden aiheuttamia kustannuksia. Varhaiskasvatuksella, koululiikunnalla ja harrastustoiminnalla on avainasema liikkumisen edistämiseksi. Myös perhe on tärkeä roolimalli, koska kotoa saadun esimerkin kautta lapsi oppii, että liikkuminen kuuluu arjen rutiineihin (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2016:21).

UKK-instituutti on laatinut kansainvälisten suositusten ja laajan tieteellisen kirjallisuuskatsauksen pohjalta liikuntasuositukset kaikille ikäryhmille ja soveltavan liikunnan erityisryhmille. Liikuntaa ja paikallaanolon vähentämistä tarvitaan jokaisessa ikäryhmässä (Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta OKM 2018). UKK-instituutin 18–64-vuotiaiden liikuntasuositusten mukaan kaikki kevyt liikkuminen ja paikallaanolon sekä istumisen vähentäminen ovat tärkeitä terveyden edistämiseksi (kuva 1). Kevyen liikkumisen lisäksi sydämen sykettä kohottavaa reipasta liikuntaa tulisi harrastaa noin pari tuntia viikossa. Lihaskuntoa tulisi taas harjoittaa vähintään kaksi kertaa viikossa. Liikkumisen suosituksissa otetaan kuitenkin tärkeimpänä huomioon hyvinvoinnin kokonaisuus, mukaan lukien riittävä unen määrä (UKK-instituutti 2019).

Varhaisvuosien tämänhetkiset fyysisen aktiivisuuden suositukset korostavat leikkiä ja yhdessä tekemistä. Uusi lasten ja nuorten liikkumissuositus julkaistaan 7.4.2021. Yli 65 –vuotiaiden suositus painottaa 18–64-vuotiaiden suosituksia enemmän lihasvoimaa ja tasapainoa, joilla on vaikutusta erityisesti arjessa

selviytymiseen, liikkumiskykyyn sekä esimerkiksi kaatumisten ehkäisyyn. Suositus korostaa liikkumisen monipuolisuutta. Tavoitteena on toimintakykyä ylläpitävä tai parantava liikkuminen (UKK-instituutti 2019b).



Kuva 1. Viikoittainen liikuntasuositus aikuisille (UKK-instituutti 2020).

Terveyttä edistävä liikunta Pohjois-Pohjanmaalla

Vaikka fyysisen aktiivisuuden terveyshyödyt ovat hyvin tiedossa, eri ikäisten fyysinen aktiivisuus on Suomessakin huolestuttavasti vähentynyt, ja suomalaiset liikkuvat tuoreisiin kansallisiin ja kansainvälisiin suosituksiin nähden liian vähän.

FinTerveys 2017 -tutkimuksen (THL Kansallinen FinTerveys-tutkimus 2017) mukaan noin kolmannes eli 39 % suomalaisista yli 18-vuotiaista miehistä ja 34 % naisista liikkui terveystoimintasuositusten mukaisesti, eli harrasti sekä kestävyysliikuntaa että lihaskuntaa ylläpitävää liikuntaa suositusten mukaisen määrän. Kestävyysliikuntaa koskevaan osaan suosituksista ylsi noin puolet sekä miehistä että naisista. Tutkimuksen mukaan 76,7 prosenttia OYS-erva-alueen miehistä harrasti jotain vapaa-ajan liikuntaa. Naisista taas 71,4 prosenttia harrasti vapaa-ajan liikuntaa. Luvut olivat hieman yli valtakunnallisen keskiarvon (74,2 prosenttia ja 70,5 prosenttia) OYS –erva-alueen miehistä hieman suurempi osuus (19,6 prosenttia) saavutti kestävyysliikunnan suositellun määrän kuin valtakunnassa keskimäärin (16,5 prosenttia). Alueen naisista taas pienempi osuus saavutti kestävyysliikunnan suosituksen (13,9 prosenttia) (koko maassa 17,4 prosenttia). OYS-erva-alueen miehistä 38,2 prosenttia (koko maassa 38,7 prosenttia) saavutti sekä kestävyysliikunnan suositellun määrän, että harrasti lihaskuntaa kehittävää tai ylläpitävää liikuntaa vähintään 2 päivänä viikossa. Naisilla vastaavat luvut olivat 38,5 prosenttia (34,1 prosenttia) eli koko terveystoimintasuositus täyttyi alueen naisilla jonkin verran paremmin kuin suomalaisilla naisilla keskimäärin.

Suomalaiset nuoret aikuiset liikkuvat terveystoimintasuositusten mukaan riittävästi ikääntyviä todennäköisemmin. Alle 40-vuotiaista noin puolet ja yli 80-vuotiaista vain noin kymmenesosa täytti liikuntasuosituksen mukaisen liikuntamäärän. OYS-erva –alueen aikuiset raportoivat istuvansa hieman vähemmän kuin vastaavan ikäiset keskimäärin Suomessa. Vain noin kolmasosa lapsista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi. Kansallinen LIITU –tutkimus (Kokko ym. 2018) selvitti 9–15 –vuotiaiden lasten ja nuorten liikkumista ja liikkumisen muutoksia vuosina 2016–2018. Tutkittavien raportoima liikkumisen määrä oli hieman lisääntynyt mutta valtaosalla liikkumisen määrä jäi edelleen kauas suositusten mukaisesta määrästä. Vuosina 2017 ja 2019 tehtyjen kouluterveyskyselyjen perusteella ala-asteikäisten terveystoimintasuositusten

mukainen liikkuminen oli vähentynyt ja yläaste- ja lukioikäisten liikkuminen oli lisääntynyt (taulukko 1). Vähän vapaa-ajalla liikkuvien nuorten osuus on kuitenkin lisääntynyt vuosien 2015 ja 2019 välillä.

Taulukko 1. Pohjois-Pohjanmaan perusasteen ja lukiolaisten liikkuminen Kouluterveyskyselyn mukaan vuonna 2017 ja 2019 (THL 2017 ja 2019).

Vähintään tunnin päivässä liikkuvat (%)	2017	2019
4. ja 5.luokkalaiset	46.9 %	41.9 %
8. ja 9.luokkalaiset	18.3 %	21.7 %
Lukion 1. ja 2. vuosikurssilaiset	9.6 %	12.2 %
Ammatillinen oppilaitos	10.8 %	13.8 %

Liikkumattomuuden kustannukset ja liikunnan edistämisen keinot

Valtioneuvoston selvityksen (Kolu ym. 2018) mukaan liikkumattomuuden, huonon kunnon ja liiallisen paikallaanolon yhteiskunnalle aiheuttamat vuosittaiset kustannukset ovat Suomessa 3,2–7,5 miljardia euroa. On selvää, että tarvitaan pikaisesti uudenlaisia, poikkihallinnollisia keinoja ja konkreettisia kunnallisia, alueellisia ja valtakunnallisia toimenpiteitä eri ikäisten kansalaisten liikkumisen edistämiseksi (kuva 2). Kunta- ja maakuntatason suunnittelun tavoitteena on mm. luoda terveellinen, turvallinen ja viihtyisä elinympäristö, joka on sosiaalisesti toimiva ja jossa eri väestöryhmien tarpeet on otettu huomioon. Kaavoituksella, kuten maakuntakaavalla, ratkaistaan, mihin tarkoitukseen maa-alueita käytetään sekä määritellään eri toimintojen sijainti, liikenteelliset verkostot, asuminen, palvelut ja työpaikat. Näillä on suuri merkitys kansalaisten liikkumiselle.



Kuva 2. Liikunnan edistäminen kuntatasolla (Soudunsaari & Hentilä 2018).

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen raportin (THL 2020) mukaan kuntien liikunnanedistämisaktiivisuus on kehittynyt kokonaisuudessaan myönteiseen suuntaan viimeisen kahden vuoden aikana. Valtakunnalliset liikuntapoliittiset linjaukset ovat kuitenkin alihyödynnettyjä liikunnan edistämisen suuntaamisen ja kehittämisen työkaluina, sillä niitä oli käsitelty vain viidenneksessä kunnista. Pohjois-Pohjanmaan alueella kuntien aktiivisuus terveyden, hyvinvoinnin ja liikunnan edistämällä on noussut vuosi vuodelta. TEAviisarin (TEAviisari) indikaattorin mukaan Pohjois-Pohjanmaan kuntien panostus terveyden edistämiseen oli vuonna 2018 71/100 pistettä.

Jotta terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen voisi jatkua, on välttämätöntä, että yhteistyö kunnan, maakunnan, kansalaisjärjestöjen ja yrityselämän välillä on toimivaa. Tulevan sote- ja maakuntauudistuksen myötä tulee taata joustava yhteistoiminta kuntien ja maakuntien välillä liikunnan edistämiseksi. Tämän

tavoitteen toteutuminen vaatii myös terveydenhuollon ja liikunnan ammattilaisten yhteistyötä sekä paikallisten yhdistysten ja harrasteliikuntatoimintaa järjestävien tahojen toiminnan kehittämistä (Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta OKM 2018).

Liikkuminen erilaisissa ympäristöissä

Liikuntapalvelujen riittävä kattavuus ja saavutettavuus ovat tekijöitä, jotka edistävät väestön liikkumista. Liikuntapalvelujen tulee sopia erilaisten ihmisryhmien tarpeisiin taustasta huolimatta. Eri ikäisten, mutta myös erityisryhmien mieluisan liikkumisen tukeminen on tärkeää. Myös asuinympäristö on merkittävässä roolissa terveyttä edistävän arki- ja vapaa-ajan liikunnan edistämisessä. Asuinalueiden suunnittelussa tulee huomioida kaiken ikäiset kansalaiset, koska heidän liikkumiskapasiteettinsa ovat hyvin erilaiset. Palvelujen täytyy olla helposti saavutettavissa ja parhaiten ne palvelevat kansalaisia sijaitessaan asuinympäristössä tai sen suorassa läheisyydessä.

Asuinympäristö itsessään voi olla liikkumista tukeva myös muutoin kuin palvelujen kautta. Kaupunkiympäristö esimerkiksi puistoinen tai lainapyörineen tarjoavat mahdollisuuksia liikkumiseen (Liikenne- ja viestintäministeriön julkaisuja 2018). Tutkimusten mukaan luontoalueet, erityisesti vihreät alueet kuten puistot, edistävät liikkumista ja kokonaisvaltaista hyvinvointia (Puhakka et al. 2020). Luonnossa oleskelulla on monenlaisia vaikutuksia sekä fyysiseen että psyykkiseen terveyteen, ja luonnossa liikkuminen tarjoaa erinomaisen ja tasa-arvoisen keinon edistää terveyttä ja hyvinvointia (James ym. 2015). Asuinympäristössä liikkumista ja aktiivisia kulkutapoja kuten pyöräilyä ja kävelyä tukevat kattavat ja sujuvat kevyenliikenteen tieverkostot. Autolla liikkumisen tarpeellisuutta vähentävät helposti saavutettavissa olevat arkielämän palvelut (Liikenne- ja viestintäministeriön julkaisuja 2018). Rakennetun ympäristön piirteillä ja yhdyskuntarakenteeseen, maankäyttöön ja liikenteeseen liittyvällä päätöksenteolla on suuri vaikutus kuntalaisten liikkumiseen (Kärmeniemi 2020, Kärmeniemi 2021, julkaisuprosessissa).

Elinvoimainen maaseutu on tärkeä osa liikkumista edistävää strategiaa. Maaseutuympäristö asettaa haasteita palvelujen kattavuuden ja saavutettavuuden suhteen. Paikalliset yritykset, kouluympäristöt, yhteisöt ja aluetoimijat ovat avainasemassa edistettäessä maaseudun asukkaiden liikkumista (Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2018).

Asuinympäristön liikkumista edistäviä piirteitä voidaan ohjata maankäytön suunnittelun avulla. Kaavoitus ja elinympäristön suunnittelu ovat lähinnä kunnan ja maakunnan vastuulla. Maakuntakaavalla edistetään monipuolisuutta alue- ja yhdyskuntarakenteessa, kun taas yleis- ja asemakaavatasolla voidaan varmistaa kävelyn ja pyöräilyn edellytykset paikallisesti (Liikenne- ja viestintäministeriön julkaisuja 2018).

Tulevaisuuden näkymät

2020-luvun tärkeimmät tavoitteet koko Suomen tasolla on yleisesti fyysisen aktiivisuuden lisääminen kaikissa ikäryhmissä. Muita liikuntapoliittisia painotuksia ovat liikuntapaikkarakentamisen ja liikuntaolosuhteiden tukeminen, sekä yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa edistävän sekä monipuolisen liikunnan kansalaistoiminnan tukeminen. Kaikkia näitä tavoitteita voidaan soveltaa myös maakuntatasolla (Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta OKM 2018).

Arkiliikunta, kävelyn ja pyöräilyn edistäminen ja sitä tukeva maankäyttö sekä aluesuunnittelu tukevat ekologista ajattelua ja taistelua ilmastonmuutosta vastaan. Autottomuus, luonnossa oleskelu ja arkipäivän ympäristöystävällisten valintojen tekeminen ovat osa tätä hetkeä ja korostuvat tulevaisuudessa entisestään (Liikenne- ja viestintäministeriön julkaisuja 2018). Liikkuminen ja terveyttä edistävät asuinympäristöt ovat avainasemassa myös poikkeuksellisissa tilanteissa, joissa kansalaisilta vaaditaan sopeutumista. Tällaisia tilanteita ovat erityisesti tartuntataudit sekä muuttuvaan ilmastoon liittyvät ääri-ilmiöt (Sallis ym. 2016). Fyysinen aktiivisuus ja erityisesti luonnossa liikkuminen parantavat immunologista puolustuskykyä ja voivat olla tärkeitä keinoja edistää yksilöiden ja yhteisöjen vastustuskykyä pandemioissa. Terveyttä edistävät

asuinympäristöt tarjoavat monipuolisia palveluita, tukevat liikkumista ja hyvinvointia. Liikuntakäyttämiseen voidaan vaikuttaa myös hyödyntämällä teknologiaa monipuolisesti, esimerkiksi aktiivisuusmittareilla, sovelluksilla ja muilla digitaalisilla palveluilla. Liikuntaan liittyvällä tiedolla voidaan motivoida ja mitata fyysistä kuntoa (Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2018).

Fyysistä aktiivisuutta tukevaa elämäntapaa voidaan edistää paikallisella politiikalla ja suunnitellulla. Kuntien aktiivisella liikuntaa edistävällä toiminnalla on ollut merkitystä liikunnan harrastamisen yleisyyteen. Kuntien välillä on myös vaihtelua, mikä selittyy kuntien erilaisilla liikunnan edistämisen toimenpiteiden aktiivisuudella. Erityisesti suuret ja pienet kunnat eroavat monella osa-alueella toisistaan. Kuntahallinnon tasolla tulisi sitoutua liikunnan edistämiseen poikkihallinnollisilla työryhmillä. Esimerkiksi liikuntaneuvonta ja liikkumisryhmien järjestäminen on ollut yleistä. Erytishuomiota tulisi kiinnittää paikallisiin politiikkatoimiin, joilla voidaan huomioida maahanmuuttajien ja erityisryhmien liikuntatarpeita. Tuki ja ohjaus liikunnan suhteen ei saa jäädä vain yksittäisen sektorin kuten terveydenhuollon tehtäväksi. Aiemmin on huomattu, että terveydenhuollon ammattihenkilöstön ohjaustaidoissa korostuu pelkästään tiedon jakaminen, kun ohjauksen pitäisi olla enemmän keskustelevaa ja keskittyä ohjattavan omiin mielenkiinnon kohteisiin, tavoitteisiin tai liikkumisen kokemuksiin (Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2018).

Lähteet

Carl J Lavie, Salvatore Carbone, Sergey Kachur, Evan L O’Keefe, Andrew Elagizi. Effects of Physical Activity, Exercise, and Fitness on Obesity-Related Morbidity and Mortality. *Curr Sports Med Rep* 2019 Aug;18(8):292–298. doi: 10.1249/JSR.0000000000000623.

Ramakrishnan R, He JR, Ponsonby AL, Woodward M, Rahimi K, Blair SN, Dwyer T. Objectively measured physical activity and all-cause mortality: A systematic review and meta-analysis. *Prev Med* 2021 Feb; 143:106356. doi: 10.1016/j.ypmed.2020.106356. Epub 2020 Dec 7.

Paquito Bernard, Isabelle Doré, Ahmed-Jérôme Romain, Gabriel Hains-Monfette, Celia Kingsbury, Catherine Sabiston. Dose response association of objective physical activity with mental health in a representative national sample of adults: A cross-sectional study. *PLoS One* 2018 Oct 24;13(10):e0204682. doi: 10.1371/journal.pone.0204682. eCollection 2018.

Laukkala, T. & K. Kukkonen-Harjula (2019). Liikunta tukee mielen toipumista. *Lääkärilehti*. Katsaus-artikkeli 46/2019, 74 s. 2650–2654 <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/liikunta-tukee-mielen-toipumista/?public=74c129a1e9e559f9b75fad314ceb640c>

Vahid Farrahi, Maarit Kangas, Rosemary Walmsley, Maisa Niemelä, Antti Kiviniemi, Katri Puukka, Paul J Collings, Raija Korpelainen, Timo Jämsä. Compositional Associations of Sleep and Activities within the 24-h Cycle with Cardiometabolic Health Markers in adults. *Med Sci Sports Exerc.* 2021 Feb 1;53(2):324–332. doi: 10.1249/MSS.0000000000002481. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7879600/pdf/mss-53-324.pdf>

Miia Länsitie Maisa Niemelä Maarit Kangas Mika Venojärvi Pirjo Härkönen Sirkka Keinänen-Kiukaanniemi Raija Korpelainen. Physical activity profiles and glucose metabolism — A population-based cross-sectional study in older adults. *Translational Sports Medicine* First published: 14 February 2021 <https://doi.org/10.1002/tsm2.237>. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/tsm2.237>

Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä - Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (2016). Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21 <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf>

FinTerveys-tutkimus (2017). <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kansallinen-finterveys-tutkimus>

Kokko S, Martin L. (toim.). Lasten ja nuorten liikuntakäyttätymisen Suomessa. LIITU –tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:1. https://www.jyu.fi/sport/vln_liitu-raportti_web_28012019-1.pdf

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) Kouluterveyskysely (2017 ja 2019). Kouluterveyskyselyn tulokset alueittain. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset#alueittain>

Riikka Ikonen, Satu Helakorpi. Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluterveyskysely 2019. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastoraportti 33/2019.

Tommi Vasankari, Päivi Kolu (toim.). Liikkumattomuuden lasku kasvaa – vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnon yhteiskunnalliset kustannukset. Raportti. Valtioneuvoston kanslia. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 31/2018. ISSN Web: 2342-6799 ISBN Web: 978-952-287-535-8
<https://tietokayttoon.fi/documents/10616/6354562/31-2018-Liikkumattomuuden+lasku+kasvaa.pdf/3dde40cf-25c0-4b5d-bab4-6c0ec8325e35?version=1.0>

Pia Hakamäki, Päivi Aalto-Nevalainen, Vesa Saaristo, Niina Saukko, Timo Ståhl. Liikunnan edistäminen kunnissa – TEA 2020. Valtakunnalliset liikuntapoliittiset linjaukset alihyödynnettyjä kuntien työkaluna. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastoraportti 42/2020. 27.10.2020.
https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140607/THL%20Tilastoraportti_Liikunta_13112020_FINAL.pdf?sequence=5&isAllowed=y

James, P., Banay, R., Hart, J. & F. Laden (2015). A Review of the Health Benefits of Greenness. Current Epidemiology Reports 2015 2:131–142 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4500194/pdf/nihms-688803.pdf>

Liikenne- ja viestintäministeriön julkaisuja 5/2018. Kävelyn ja pyöräilyn edistämishjelma.
https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160720/LVM_5_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Puhakka, S., Lankila, T., Pyky, R., Kärmeniemi, M., Niemelä, M., Kangas, K., ... & Korpelainen, R. (2020). Satellite Imaging-Based Residential Greenness and Accelerometry Measured Physical Activity at Midlife—Population-Based Northern Finland Birth Cohort 1966 Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9202.

Sallis, J., Cerin, E., Conway, T., Adams, M., Frank, L., Pratt, M., Salvo, D., Schipperijin, J., Smith, G., Cain, K., Davey, R., Kerr, J., Lai, P., Mitás, J., Reis, R., Sarmiento, O., Schofield, G., Troelsen, J. & N. Owen (2016). Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: a cross-sectional study. *The Lancet*, Volume 387:10034, 2207–2217.

Soudunsaari, L. & H-L. Hentilä (2018). Liikunnan edistäminen kunnissa: hyviä käytäntöjä kuntien poikkihallinnolliseen yhteistyöhön yhdyskuntasuunnittelun kontekstissa. Oulun yliopisto, 2018.

TEAvisari, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos <https://teaviisari.fi/teaviisari/fi/index>

UKK-instituutti (2019a). Aikuisten liikkumisen suositus. <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/aikuisten-liikkumisen-suositus/>

UKK-instituutti (2019b). Vireyttä liikkumalla – liikkumisen suositus yli 65-vuotiaille.
<https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/liikkumisen-suositus-yli-65-vuotiaille/>

Valtioneuvoston selonteko OKM/2018/85. Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta.
<https://valtioneuvosto.fi/paatokset/paatos?decisionId=0900908f805e5361>

Kärmeniemi M, Lankila T, Ikäheimo T, Koivumaa-Honkanen H, Korpelainen R. The Built Environment as a Determinant of Physical Activity: A Systematic Review of Longitudinal Studies and Natural Experiments. *Ann Behav Med* 2018 Feb 17;52(3):239–251. doi: 10.1093/abm/kax043.

Mikko Kärmeniemi, Tiina Lankila, Emilia Rönkkö, Kari Nykänen, Heli Koivumaa-Honkanen, Raija Korpelainen. Do land use and active transportation policies change community structure and the transportation modal share? A longitudinal mixed methods study in the city of Oulu. Julkaisuprosessissa.

Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2018:6. https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/Tutkimuskatsaus_liikuntapoliittiseen_selontekoon_2018.pdf

VAPAA-AJAN TILA

Helena Liimatainen, Auli Suorsa ja Ilpo Tapaninen 12.2.2021

Vapaa-ajalla tarkoitetaan mm. perheen yhteistä aikaa, aikaa kavereiden kanssa, vapaa-ajan riittävyyttä, sosiaalista aktiivisuutta, mielekästä tekemistä, harrastuksia sekä lepoa ja virkistystä.

Kaikkien keskeisten elämänalueiden (työn, kodin ja perhe-elämän sekä vapaa-ajan) merkitys on jo pitkään kasvanut. Keskenään kilpailevat elämänsisällöt lisääntyvät ja ylikuumentumisen riski kasvaa. Myös työntekeminen vapaa-ajalla on lisääntynyt.

Kuntien hyvinvointisuunnitelmissa korostuivat (analyysi 2019) lasten ja lapsiperheiden osalta matalan kynnyksen harrastusmahdollisuuksien lisääminen, lähipalveluiden turvaaminen sekä koulujen kerhotoiminnan kehittäminen, nuorten ja nuorten aikuisten osalta harrastusmahdollisuuksien monipuolisuuden lisääminen sekä vapaa-ajanviettomahdollisuuksien ja harrastusten saatavuuden parantaminen, nuorten ja nuorten aikuisten sekä ikäihmisten osalta harrastuksiin osallistumisen tukeminen, työikäisten ja ikäihmisten osalta vapaa-ajanvieron ja harrastuksien monipuolisuuden lisääminen ja ikäihmisten osalta aktiivisuutta ylläpitävä monipuolinen toiminta palvelukodeissa asuville. Lisäksi kaikkien ikäryhmien osalta esiin nousivat kulttuuripalveluiden saatavuuden ja saavutettavuuden kehittäminen sekä muiden harrastusmahdollisuuksien ja palveluiden kehittäminen.

Lasten ja nuorten harrastaminen

Pohjois-Pohjanmaan lapset ja nuoret harrastavat jotakin vähintään kerran viikossa keskimääräisesti. Hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajallaan korkeintaan tunnin viikossa harrastavien osuudet ovat hieman koko maata pienempiä. Taidetta ja kulttuuria vähintään yhtenä päivänä viikossa harrastavien osuudet ovat lähellä koko maan keskiarvoja. Nuoret tietävät hieman muuta maata paremmin, millaisia harrastusmahdollisuuksia heidän asuinalueellaan on tarjolla, mutta toisaalta hieman muuta maata suurempi osuus nuorista kokee harrastuspaikkojen sijaitsevan liian kaukana tai kiinnostavien harrastusten olevan liian kalliita.

Opetus- ja kulttuuriministeriö pilotoi harrastamisen Suomen mallia, jonka tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle lapselle ja nuorelle maksuton harrastus koulupäivän yhteyteen. Pohjois-Suomen aluehallintovirasto myönsi 18 Pohjois-Pohjanmaan kunnalle avustusta harrastamisen Suomen mallin toteutukseen ensimmäisellä hakukierroksella alkuvuonna 2021.

Nuorten tyytyväisyys vapaa-aikaan on laskenut korona-aikana

Korona-ajalla ei ole ollut vaikutusta nuorten kokemukseen vapaa-ajan määrästä, mutta vapaa-ajan laatu arvioitiin noin kouluarvosanan verran huonommaksi kuin ennen poikkeusoloja. Harrastusten keskeytyminen sekä vapaa-ajan vietto ja sosiaalisia kontakteja koskevat rajoitustoimet ovat vaikuttaneet kielteisesti noin 40 prosenttiin nuorista. Noin 40 prosenttia kotona asuvista nuorista on korona-aikana viettänyt enemmän yhteistä aikaa vanhempiensa kanssa, mikä on koettu pääsääntöisesti myönteisenä (keskiarvo 8,5).

Järjestö- ja vapaaehtoistoiminnan osallistuminen aktiivista

Työikäisistä (20–64 v.) hieman koko maata suurempi osuus osallistuu Pohjois-Pohjanmaalla aktiivisesti järjestötoimintaan (28,7 %). Lähes joka toinen (49 %) on osallistunut vapaaehtoistoimintaan kuluneen vuoden aikana. Eniten osallistuvat 35–44-vuotiaat (57 %) sekä 65–74-vuotiaat (55 %) ja vähiten 15–24-vuotiaat (39 %).

Kulttuuritoiminta

Kulttuuritoiminnan kohdentamisessa eri ryhmille on Pohjois-Pohjanmaalla paljon kehitettävää. Paljon sosiaali- ja terveyspalveluita tarvitsevat kotona asuvat ikäihmiset jäävät paitsioon. Parannettavaa on myös opiskelun ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten ja työttömien osalta. Hyvään tulokseen ylletään erilaisissa laitoksissa asuvien kohdalla.

Kuntien järjestämän kulttuuritoiminnan kriittinen tekijä on rahoitus. Tarkasteltaessa kuntien nettokustannuksia euroa/asukas Pohjois-Pohjanmaa jää kolmanneksi viimeiseksi maakuntien vertailussa. Lähes kaikki alueen kunnat satsaavat kulttuuritoimintaan kokonaisuudessa vähemmän kuin Suomen kunnat.

keskimäärin. Kirjastotoimen osalta Pohjois-Pohjanmaan kunnista 2/3 satsaa enemmän kuin kunnat keskimäärin. Muun kulttuuritoiminnan osuus jää kunnissa todella pieneksi.

Kirjastot

Kirjojen lukeminen on yksi suomalaisten yleisimmistä harrastuksista. 77 prosenttia 10 vuotta täyttäneestä väestöstä ilmoitti lukeneensa vähintään yhden kirjan puolen vuoden aikana. Pohjois-Pohjanmaalla kirjastojen käyttö ja lainaaminen on 19 kunnassa suurempaa kuin koko Suomessa keskimäärin. Maakunnallisessa vertailussa Pohjois-Pohjanmaa on kolmantena Pirkanmaan ja Etelä-Pohjanmaan jälkeen.

Vaikka lukutaito on Suomessa edelleen kärkiluokkaa, on siinä tapahtunut muutosta huonompaan suuntaan. Heikkojen lukijoiden määrä on lisääntynyt ja huippulukijoiden määrä on vähentynyt tai pysynyt samana. Suomessa tyttöjen ja poikien väliset erot lukutaidossa ovat olleet kärkimaiden ja jopa OECD-maiden suurimpia. Suomen kielen ja kirjallisuuden osaamisessa on selvä sukupuolten välinen ero. Poikien kokonaistulos on selvästi heikompi kuin tyttöjen. Tyttöjen lukuinto on hiipunut suhteessa enemmän kuin poikien, ja runsaasti lukevia tyttöjä on yhä vähemmän. Kouluterveyskyselyn (2019) mukaan Pohjois-Pohjanmaan 8.–9. luokkalaisista reilu 18 prosentilla oppilaista oli vaikeuksia lukemista vaativissa tehtävissä. Reilu 70 prosenttia ei lue yhtään kirjaa kuukaudessa.

Maakunnan kirjastot ovat monipuolisia toimintakeskuksia. Kirjastoilla on tärkeä rooli digituen ja kuntalaisten käyttöön tarkoitettujen laitteiden ja verkkoyhteyksien tarjoajina. Kirjastojen asiakaskäyttöön tarjoamat laitteet ja verkkoyhteydet mahdollistavat digitaalisen asioinnin ja osallistumisen monelle kuntalaiselle, joilla ei ole varaa ostaa omia laitteita. Tilojen tarjonnassa järjestöjen, asukkaiden käyttöön ja kansalaistoimintaan on parannettavaa. Kuntalaisten mukaan otto kulttuurin edistämiseen ja kulttuurihyvinvointitoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen toteutuu Pohjois-Pohjanmaalla hyvin.

Kärkimittarit

Indikaattori 1: Kirjaston tapahtumiin osallistuvien määrä asukaslukuun suhteutettuna

Tietolähde: <https://tilastot.kirjastot.fi/>

Lähtötaso 2019: Tapahtumien osallistujamäärä yhteensä 69 266

Indikaattori 2: Peruskouluikäisten osallistuminen harrastustoimintaan vähintään kerran viikossa

Tietolähde: Kouluterveyskysely 4. ja 5. sekä 8. ja 9. luokkalaisten

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/metadata/indicators/4814> ja

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/metadata/indicators/4893>

Indikaattori ilmaisee niiden peruskoulun 4. ja 5. luokkalaisten osuuden prosentteina kysymykseen vastanneista ko. ikäluokassa, jotka viettävät aikaa harrastuksen parissa vähintään kerran viikossa koulupäivän jälkeen.

Indikaattori tuottaa tietoa niiden peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaiden osuudesta (%), jotka harrastavat jotakin vähintään kerran viikossa koulun ulkopuolella.

Lähtötaso: 84 prosenttia (4. ja 5. lk, 2017) ja 96,7 prosenttia (8. ja 9. lk, 2019)

Indikaattori 3: Työikäisten aktiivinen osallistuminen järjestötoimintaan

Tietolähde: Finsote-tutkimus 20–64-vuotiaille

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/metadata/indicators/4292>

Indikaattori ilmaisee prosenttiosuuden 20–64-vuotiaista, jotka osallistuvat aktiivisesti järjestötoimintaan tms. Indikaattori mittaa sosiaalista osallistumista. Indikaattori erottelee väestöstä ne, jotka osallistuvat aktiivisesti jonkin kerhon, järjestön, yhdistyksen,

harrastusryhmän tai hengellisen tai henkisen yhteisön toimintaan (esimerkiksi urheiluseura, asukastoiminta, puolue, kuoro, seurakunta).

Lähtötaso: 28,7 prosenttia (2018)

Lähteet

Hyvinvointia työstä 2030 – Suomalaisen työelämän uusi suunta.

<https://www.ttl.fi/tiedote-hyvinvointia-tyosta-raportti-2030/>

Pohjois-Pohjanmaan maakunta- ja soteuudistuksen hyte-valmistelun loppuraportti ajalta 1.4.2018–31.3.2019.

https://www.ppshp.fi/dokumentit/Raportti%20sisllytyppi/POPmaakunta_Hyte-valmistelun%20loppuraportti%2025042019.pdf

Sotkanet.

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=szY0NrHWNT0Or7TWTbN0s4w3stY1tNYFkpmW1sZ6htZJFtamvgA=®ion=szYPsTYqAgA=&year=sy6rsjbS0zUEAA==&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.0-SNAPSHOT&buildTimestamp=202010160741>

Kouluterveyskysely. Aluevertailu, nuoret 2017 ja 2019.

https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_aluevertailu2

Opetus- ja kulttuuriministeriö. Tietoa Suomen mallista ja Koululaiskyselystä.

<https://minedu.fi/-/suomen-mallin-pilottiin-haetaan-kuntia-mukaan-jaossa-on-lahes-10-miljoonaa-euroa-lasten-ja-nuorten-harrastuksiin>

Aluehallintoviraston jakamat avustukset. Avustusmuoto: Harrastamisen Suomen malli.

https://aviavustukset.fi/visualisointi/#!/fi/projects/table/ColSel_Maakunta/ColSel_Teema/true/eyJhlpblkhcnJhc3RhbnWlZlZW4gU3VvbWVulG1hbGxpIl0sImliOltldLCjllpbXSwiZCI6W10sImUiOltldLCjllpbjllwMjAiXSwiZyl6W10sImgiOltldQ==/eyJhlpudWxsLCjlljoibW9uZXkiLCjlljoibm9ybSIsImQiOiJrdW50YSIsImUiOm51bGx9

Tutkimus nuorten kokemuksista korona-aikana: vapaa-aika ja harrastaminen.

<https://www.nuorisotutkimusseura.fi/nakokulma64>

Sotkanet.

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=szY0NrHWNT0Or7TWTbN0s4w3stY1tNYFkpmW1sZ6htZJFtamvgA=®ion=szYPsTYqAgA=&year=sy6rsjbS0zUEAA==&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.0-SNAPSHOT&buildTimestamp=202010160741>

Merja Sipola (2019). Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen suomalaisessa yhteiskunnassa.

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/303743/Sipola_Merja_maisterintutkielma_2019.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Veikkauksen avustuskohteet.

<https://www.veikkaus.fi/fi/yritys#!/avustukset/avustuskohteet>

Järjestöbarometri 2020. Infograafit.

<https://www.soste.fi/jarjestobarometri/jarjestobarometri-2020-teaser/jarjestobarometri-2020-infograafit/>

Veikkaus Oy. OSAVUOSIKATSAUS tammi–kesäkuu 2020.

https://cms.veikkaus.fi/site/binaries/content/assets/dokumentit/vuosikertomus/2020/veikkaus_osavuositatsaus_tammi_kesakuu_2020.pdf

Pohjois-Pohjanmaan kuntien hyvinvointikertomusten analysointiraportti (2019).
<https://www.ppshep.fi/dokumentit/Raportti%20sisllytyppi/5%20Vapaa-aika.pdf>

Vapaa-aikatutkimus. Trendit.
<https://www.stat.fi/tietotrendit/avainsanat/vapaa-aikatutkimus/>

Tieto&Trendit. Yksinäisiä on sadointuhansin.
<https://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2019/yksinaisia-on-sadoin-tuhansin-yhteista-korkea-ika-pienet-tulot-ja-huono-terveys/>

Sotkanet.
<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/metadata/indicators/4292>

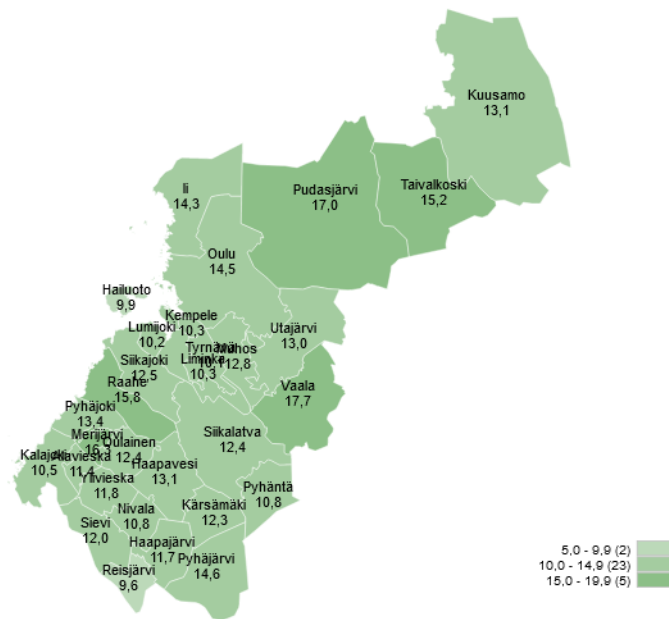
TYÖN JA TYÖLLISYYDEN TILA

Ilpo Tapaninen, Pohjois-Pohjanmaan liitto 31.1.2021

Työllisyyden ja työttömyyden näkökulmasta Pohjois-Pohjanmaa asemoituu koronavuoden tilanteessa varsin hyvin maakuntien joukossa. Pohjois-Pohjanmaalla oli joulukuun 2020 lopussa 25 450 työtöntä työnhakijaa (ml. lomautetut). Se on 4 700 (22,7 %) enemmän kuin vuosi sitten. Marraskuusta työttömien työnhakijoiden määrä lisääntyi 3 300:lla. Työttömistä työnhakijoista kokoaikaisesti lomautettuja oli 4 600, mikä on liki kaksinkertainen määrä vuoden takaiseen verrattuna. Marraskuusta lomautettujen määrä kasvoi 1 400:lla. Koronaviruksen vaikutukset heijastuvat erityisesti lomautettujen määrään. Työttömyys vaihtelee yhä suuresti maakunnan sisällä. Seutukunnista eniten työttömyys on kasvanut Koillismaalla. Suuntaus painottuu Kuusamoon, jossa matkailu kärsii koronasta. Matkailun ja luovan talouden klusterit kärsivät luonnollisesti kokoontumisrajoituksista. Pohjois-Pohjanmaan seutukunnista paras työllisyystilanne on Ylivieskan ja Nivala-Haapajärven alueella. Heikoin tilanne on Oulunkaaren eli lin, Pudasjärven ja Vaalan seuduilla. Kasvua on ollut Pohjois-Pohjanmaalla esimerkiksi tietoliikenne- ja tietoturvateollisuudessa.

Pohjois-Pohjanmaalla on ollut vahva digitalisaatio jo luontaisesti. Alueella on korkeasti koulutettuja työntekijöitä, ja digiloikka, joka otettiin etätyöskentelyn myötä, on tätä helpottanut. Toisaalta vanhempien etätyö ja lasten etäkoulu ovat tuoneet monelle perheelle kiperiä tilanteita. Pirstaloitunut työelämä ja sen ennakoimattomuus voivat luoda ihmisille turvattomuuden tunnetta ja aiheuttaa syrjäytymistä. Työelämän muutokset haastavat pohjoispohjalaisten mielenterveyttä ja ihmisten jaksamista. Toisaalta työn merkitys ihmiselle on vahvistunut ja työ on suuri voimavara mielenterveydelle. Monipaikkaisen tai paikkariippumattoman työn vaikutuksia (työ)hyvinvointiin tulee mitata ja seurata aktiivisesti.

Työttömien työnhakijoiden osuus työvoimasta kunnittain



Työttömyysaste (työttömien työnhakijoiden osuus työvoimasta) oli Pohjois-Pohjanmaalla sama kuin maassa keskimäärin eli 13,6 %. Työllisyysaste oli 69,80 % (2019).

Pitkäaikaistyöttömyys on ollut nousussa vuoden alusta lukien. Joulukuun lopussa pitkäaikaistyöttömiä (yli vuoden yhtäjaksoinen työttömyys) oli lähes 6 700, mikä on 50 % enemmän kuin vuosi sitten. Alle 25-vuotiaita työttömiä työnhakijoita oli 4 000 eli 600 enemmän kuin edellisvuonna. Nuorisotyöttömyys on laskenut vuodesta 2015 aina vuoteen 2019 saakka. Yli 50-vuotiaiden työttömien työnhakijoiden määrä (8 100) oli noin 1 500 suurempi kuin vuosi sitten joulukuun lopussa. Vammaisia/ pitkäaikaissairaita työttömiä työnhakijoita oli 2 600, mikä on liki 400 enemmän kuin vuosi sitten. Opiskelijoille haasteita aiheuttivat peruuntuneet kansainväliset harjoittelu- ja vaihtopaikat, sekä peruuntuneet kesätyö- ja harjoittelujaksot. Nuorten maakunnan tulevaisuuden näkökulmasta erityisen haasteellinen tilanne on vastavalmistuneiden työllisyys, mikä on Pohjois-Pohjanmaalla muihin maakuntiin verrattuna hyvin alhainen.

Uusia yrityksiä on maakuntaan perustettu vilkkaasti viime vuosina erityisesti matalan teknologian aloille, mutta korkean teknologian aloille uusien yritysten perustaminen on ollut aiempaa vähäisempää. Lopettaneiden yritysten määrä kasvoi vuonna 2020 hieman edelliseen vuoteen verrattuna. Koronaepidemian johdosta ei ole tullut pelättyä konkurssiaaltoa. Yksinyrittäjien tukea on korona-aikana kanavoitu kuntien kautta. Yrittäjien hyvinvointia, jaksamista ja työkykyä on maakunnassa tuettu esimerkiksi lukuisilla ESR-hankkeilla.

Pohjois-Pohjanmaan TE-toimistossa oli joulukuun 2020 aikana tarjolla kaikkiaan 7 400 avointa työpaikkaa, mikä on 650 vähemmän kuin vuosi sitten. Uusia työpaikkoja tuli joulukuun aikana avoimeksi suunnilleen sama määrä kuin edellisvuoden joulukuussa.

Pohjois-Pohjanmaan alueella käynnistyy maaliskuussa 2021 kolme työllisyyden kuntakokeilua: Oulun kaupunkiseudun, Raahen seudun ja Ylivieskan seudun kokeilut. Kokeiluja kokonaisuutena maakunnassa toteuttavat 16 kuntaa. Kokeiluille on asetettu tavoitteeksi selvittää, millainen vaikuttavuus on mahdollista saada aikaan valtion ja kuntien työllisyyskehittämisen rahoituksen, osaamisen ja asiakaspalvelun yhdistämisellä. Pohjois-Pohjanmaan monialaisessa yhteis palveluverkostossa (TYP) on mukana Pohjois-Pohjanmaan 30 kuntaa, Pohjois-Pohjanmaan TE-toimisto sekä Kansaneläkelaitoksen Pohjoinen vakuutuspiiri. Asiakasmäärä oli vuoden 2020 kolmannen vuosineljänneksen lopussa alhaisempi kuin kahtena edeltävänä vuotena ollen 2 309. Mielenterveys ja päihdepalvelut ja niiden saatavuus on ollut yksi huomionkohde Pohjois-Pohjanmaan TYPin toimintasuunnitelmissa 2020 ja 2021. Covid-19 epidemian aiheuttama poikkeustilanne on vaikuttanut merkittävästi asiakkaille tarjottuihin palveluihin vuoden 2020 aikana. Hallitus päätti syksyn 2020

budjettiriihessä perustaa TE-hallintoon monialaisen työn tukirakenteen. Valmistelussa lähtökohtana on, että tukirakennetta voivat hyödyntää Ohjaamot, TYPit, maahanmuuttajien osaamiskeskukset sekä maahanmuuttajien ohjaus- ja neuvontapalvelut.

Viime vuosina moni työnantaja on kohdannut vaikeuksia löytää osaavaa työvoimaa tarpeisiinsa Pohjois-Pohjanmaalta. Talouskasvun tasaantuessa tilanne hieman helpotti jo viime syksynä ja koronapandemian puhkeaminen lisäsi tarjontaa työmarkkinoilla. Korona-aika heikentää heikossa työmarkkina-asemassa olevien työllistymistä, kun vapailla markkinoilla on aiempaa enemmän potentiaalista työvoimaa. Lomautusten laaja käyttö viestii sitä, että moni työnantaja haluaa pitää kiinni henkilöstöstään ja lomautukset ovat tilapäinen keino ylittää vaikea jakso tai se antaa harkinta-aikaa epävarmassa toimintaympäristössä.

Pohjois-Pohjanmaalla on iso tarve edistää työvoiman kysynnän ja tarjonnan kohtaantoa. Työttömissä on useita suuria ryhmiä suhteellisen pysyvästi, vaikka heille olisi tarjolla runsaasti avoimia paikkoja joka kuukausi (mm. lähihoitajat, talonrakentajat, myynnin ammattilaiset). Huomattavan paljon työttömissä on henkilöitä, joilta puuttuu koulutus kokonaan tai se on vaikeasti määriteltävissä. Osaamisen aktiivinen kehittäminen ja päivittäminen ovat välttämättömiä nykypäivänä – vapailla työmarkkinoilla on rajallinen määrä paikkoja, joihin pääsee ilman ajantasaista perusosaamista.

Trendit

- Työttömiä työnhakijoita 4 700 enemmän kuin vuosi sitten
- Pitkäaikaistyöttömyys kasvussa
- Lomautettuja liki kaksinkertainen määrä vuoden takaiseen verrattuna

Tietolähteenä on käytetty Työnvälitystilastoa, joka perustuu TE-hallinnon rekisteritietoihin.

Parhaillaan (19.3.2021) ollaan päivittämässä osaavan työvoiman saatavuusnäkymiä ja kevään 2021 Ammattibarometri julkaistaan maaliskuun 2021 lopussa.

Kärkimittarit

Indikaattori 1: Nuorisotyöttömyys

Indikaattori ilmaisee 18–24-vuotiaiden työttömien osuuden prosentteina vastaavan ikäisestä työvoimasta.

Tietolähde: Työ- ja elinkeinoministeriö, työnvälitystilasto; SotkaNet

Lähtötaso 2019: 14,8 %

Indikaattori 2: Koulutuksen ulkopuolelle jääneet 17–24-vuotiaat

Indikaattori ilmaisee koulutuksen ulkopuolelle jääneiden 17–24-vuotiaiden osuuden prosentteina vastaavan ikäisestä väestöstä. Koulutuksen ulkopuolelle jääneillä tarkoitetaan henkilöitä, jotka ko. vuonna eivät ole opiskelijoita tai joilla ei ole tutkintokoodia eli ei perusasteen jälkeistä koulutusta. Väestötietona käytetään keskiväkilukua.

Lähtötaso 2018: 7,2 %

Indikaattori 3: Vastavalmistuneiden työllistyminen

Tutkinnon suorittaneiden (kaikki koulutusasteet) työllisten ja työllisten opiskelijoiden osuus (%) kaikista tutkinnon suorittajista vuoden kuluttua valmistumisesta. Pääasiallinen toiminta perustuu tilastovuoden lopun työssäkäyntitilaston ennakkotietoihin.

Lähtötaso: Vuonna 2019 vuoden kuluttua valmistumisesta 55,7 % valmistuneista oli pääasiallisesti työllisiä. Koko Suomessa vastaava luku oli 58,3 %.

Lähteet

Pohjois-Pohjanmaan maakuntakortti –tilastotietoa maakunnasta.

<https://www.pohjois-pohjanmaa.fi/tietoa-maakunnasta/maakuntakortti/>

Pohjois-Pohjanmaan koronatoimenpidesuunnitelma.

<https://www.pohjois-pohjanmaa.fi/kehittaminen/pohjois-pohjanmaan-korona-toimenpidesuunnitelma-2020-2021/>

Hyvinvointia työstä 2030-raportti.

<https://www.ttl.fi/tiedote-hyvinvointia-tyosta-raportti-2030/>

Pohjois-Pohjanmaan liiton suhdanneseuranta.

<https://www.pohjois-pohjanmaa.fi/kehittaminen/ennakointi-ja-tilastotieto/pohjois-pohjanmaan-suhdanteet/>

Pohjois-Pohjanmaan työllisyyskatsaus joulukuu 2020.

<https://www.temtyollisyyskatsaus.fi/graph/tkat/tkat.aspx?ely=12#>

Pohjois-Pohjanmaan alueelliset kehitysnäkymät syksy 2020.

<https://www.ely-keskus.fi/-/alueelliset-kehitysn-3-a4kym-c3-a4t-syksyll-c3-a4-2020-pohjois-pohjanmaa->

TYP Pohjois-Pohjanmaa asiakastilastot.

<https://drive.google.com/drive/folders/1Dw8TaECftX0JYQf5SPDqV6DcmVQH6BWE>

Suunta paikkariippumattomaan työhön ja entistä parempaan alueelliseen läsnäoloon. Selvityshenkilö Tytti Määtän loppuraportti. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 2020:19.

ASUMISEN TILA

Ari Näpänkangas ja Ilpo Tapaninen, Pohjois-Pohjanmaan liitto 10.2.2021

Asunnottomuus

Asunnottomuus on osoitus yksilön putoamisesta yhteiskunnan hyvinvointiverkon ulkopuolelle. Kaikki asunnottomuus ei kuitenkaan merkitse, että yksilö olisi ajautunut yhteiskunnan ulkopuolelle. Esimerkiksi asuminen tuttavien ja sukulaisten luona voi olla käytännöllinen ratkaisu väliaikaisiin asunto-ongelmiin. Asunnottomien kokonaismäärä on Suomessa pudonnut kolmen vuosikymmenen aikana yli 70 prosenttia. Huolestuttavaa on kuitenkin parin viime vuoden aikana tapahtunut kehitys asunnottomien eri lajien sisällä. Ulkona, tilapäissuojissa tai asuntoloissa asuvien määrä on moninkertaistunut. Myös pitkäaikaisasunnottomien määrä on lisääntynyt.

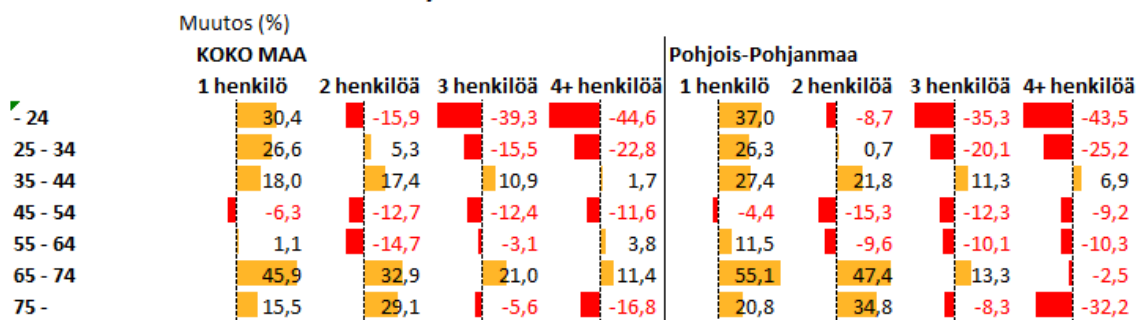
Aran selvityksen mukaan asunnottomuus keskittyy suurin kaupunkeihin. Oulussa Asunnottomia oli viime vuonna 117, mikä on kymmenen vähemmän kuin edellisenä vuonna. Pitkäaikaisasunnottomien määrä oli kuitenkin lisääntynyt kahdella, ollen 44 henkilöä vuonna 2020. Erityisen huolestuttavaa on, että Oulun asunnottomista peräti 29 oli alle 25-vuotiaista. Alle 25-vuotiaiden asunnottomien määrä oli vielä kuusi henkilöä suurempi vuonna 2019. Asunnottomia perheitä oli Oulussa kaksi vuonna 2020, missä on yhden vähennys tilanteeseen vuotta aiemmin. Aran selvitykseen vastasi Pohjois-Pohjanmaan kunnista Oulun lisäksi Raahe (19 asunnottomia vuonna 2020), Pudasjärvi (9 asunnottomia vuonna 2020), Siikalatva (4 asunnottomia vuonna 2020), Tyrnävä (4 asunnottomia vuonna 2020), Kuusamo (3 asunnottomia vuonna 2020) ja Kempele (2 asunnottomia vuonna 2020).

Asuminen

Enimmäisosa pohjoispohjalaisista asuu yksi kuten, mutta yksinasuminen on Pohjois-Pohjanmaalla selvästi vähäisempää kuin pääosassa Suomen maakuntia. Vain Keski-Pohjanmaalla, Pohjanmaalla ja Etelä-Pohjanmaalla yksinasuminen on yleisempää kuin Pohjois-Pohjanmaalla. 2010-luvulla yksinasumisen suosio on kasvanut maakunnittain tarkasteltuna eniten Pohjois-Pohjanmaalla. Asuntokuntien määrä on lisääntynyt eniten Uudellamaalla, Pirkanmaalla ja Pohjois-Pohjanmaalla. Pohjois-Pohjanmaalla on pienentynyt vähintään 3 hengen asuntokuntien määrä.

Ikäryhmittäin tarkasteltuna yhden henkilön asuntokunnat ovat lisääntyneet Pohjois-Pohjanmaalla, kuten koko maassakin, lähes kaikkien ikäryhmien osalta. 45–54-ikäryhmän osalta vähentymistä on tapahtunut kaikissa asuntokuntakokoissa. Eniten yksinasuminen on lisääntynyt 65–74-vuotiaiden kohdalla. Kasvua yksinasuvissa tässä ikäryhmässä oli suhteellisesti 55,1 % ja määrällisesti 4 738 asuntokuntaa. Yli 75-vuotiaiden asuntokuntien osalta yksiasuvien määrä oli lisääntynyt suhteellisesti 20,8 % ja 2 350 asuntokunnalla. Myös nuorempien ikäryhmien osalta yksinasumisen suosio kasvoi. Yhteensä kaikkien asuntokuntien määrä lisääntyi samassa ajassa suhteellisesti 10,1 % ja 17 674 asuntokuntaa.

Asuntokuntien koon muutos ikäryhmittäin vuodesta 2010 vuoteen 2019



Lähde: Tilastokeskus, Asunnot ja asuinolot

Yleisin hallintamuoto asunnoissa on kaikissa maakunnissa omistusasuminen. Uudellamaalla asutaan vähiten omistusasunnossa ja eniten vuokra-asunnossa. Pohjois-Pohjanmaalla lähes kaksikolmasosa asuntokunnista asuu omistusasunnossa. Vuokra-asuminen on lisääntynyt 2010-luvulla eniten Pirkanmaalla, Uudellamaalla ja Pohjois-Pohjanmaalla. Myös omistusasuminen on kasvanut näissä maakunnissa, mutta maltillisemmin.

Asumisen hinta

Vertailtaessa osakeasuntojen hintakehitystä suurimpien kaupunkien osalta huomataan, että Oulussa uusien asuntojen hintakehitys on viime vuosina ollut samansuuntainen kuin muissakin kaupungeissa, tosin 2019 vuonna hintakehitys on hidastunut. Vanhojen osakeasuntojen osalta Oulussa hinta on pysynyt vakaana ja suurta nousua ei ole viiden vuoden aikana tapahtunut. Vuokralla asuminen on suurista kaupungeista kalleinta pääkaupunkiseudulla. Mikäli perhe asuu kolmiossa tai isommassa Oulussa, perhe säästää kuukaudessa lähes 500 euroa vuokramenoissa.

Asumisen ahtaus

Useassa Pohjois-Pohjanmaan kunnassa asutaan ahtaasti. Tämä käy ilmi, kun tarkastellaan ahtaasti asuvien asuntokuntien osuutta kaikista asuntokunnista kunnittain. Ahtaasti suvien asuntokuntien osuuden kahdenkymmenen Suomen kunnan 20 kärjen joukossa on kaikkiaan kymmenen pohjoispohjalaisista kuntaa. Asuminen määritellään ahtaaksi, jos huonetta kohti asunnossa on enemmän kuin yksi henkilöä, kun keittiötä ei lasketa huoneluukuun.

Kärkimittarit

Indikaattori 1: Ahtaasti asuvat lapsiasuntokunnat, % kaikista lapsiasuntokunnista

Lapsiasuntokunta on asuntokunta, jossa on vähintään yksi alle 18-vuotias henkilö. Asunto on ahtaasti asuttu, jos siinä asuu enemmän kuin yksi henkilö huonetta kohti, kun keittiötä ei lasketa huonelukuun. Asuminen on tärkeä elinolojen ja hyvinvoinnin osa-alue, joka on yhteydessä myös muihin hyvinvoinnin ulottuvuuksiin. Asumista kuvaavat indikaattorit kertovat alueen tilanteesta ja tarpeista väestön elinolojen, hyvinvoinnin edistämisen ja eriarvoisuuden kaventamisen näkökulmista.

Tietolähde: Asunnot ja asuinolot, Tilastokeskus

Lähtötaso 2019: 6,8 % (vaihteluväli Vaala 4,5 % - Liminka 14,7 %)

Indikaattori 2: Yksin asuvien määrä koko väestöstä ja yli 75-vuotiaat yksin asuvat

Tietolähde: Asunnot ja asuinolot, Tilastokeskus

Lähtötaso 2019: 19,9 % ja 40,4 %

Indikaattori 3: Minibudjettiköyhyys

Tutkimuksesta selviää, että suomalaisista noin 8 prosentin eli 440 000:n henkilön tulot eivät riitä kohtuulliseen vähimmäiskulutukseen eli heidän tulonsa alittavat minimibudjetin. Minimibudjettiköyhyys merkitsee Suomessa syvempää köyhyyttä kuin suhteellinen köyhyys tai pienituloisuus. Tulojen jääminen alle minimibudjetin on yleisintä yksinasuvilla, yksinhuoltajilla, opiskelijoilla ja työttömillä.

THL on suositellut minibudjettiköyhyysrajan seuraamista, sillä se kuvaa tulotasoa, mikä jää asumis- ja muiden välttämättömien menojen jälkeen kotitalouksien käyttöön.

TAULUKKO 4.1. Esimerkkejä minimibudjettiköyhyysrajoista eri kotitalouksille sekä suhteellinen köyhyysraja (60 % ekvivalenttien käytettävissä olevien tulojen mediaanista) vuonna 2016 vuoden 2016 hintatasossa, euroa/kk. Vuokraolettamat ovat kunkin alueen keskimääräisten ara-vuokrien mukaisia kotitalouden koko ja rakenne huomioiden. Lähde: Lehtinen & Aalto 2018, SISU-mikrosimulointimalli, omat laskelmat, Tilastokeskus.

	Yksinasuva		Pariskunta		Yksinhuoltaja	Pariskunta
	alle 65-v.	yli 65-v.	alle 65-v.	yli 65-v.	1 lapsi (6-v.)	2 lasta (6-v. & 14-v.)
Viitebudjetti ilman asumista	637	605	1 114	1 050	891	1 814
Vuokralla, pieni kunta	1 062	1 030	1 707	1 643	1 484	2 575
Vuokralla, keski-suuri kaupunki	1 125	1 094	1 769	1 705	1 546	2 647
Vuokralla, pää-kaupunkiseutu	1 224	1 192	1 909	1 845	1 686	2 805
Omistusasunnossa	787	755	1 337	1 274	1 115	2 115
Suhteellinen köyhyysraja, Pienituloisuusraja	1 210	1 210	1 815	1 815	1 573	2 683

Asumisen osalta hyvinvointikertomuksissa on eniten määrällisiä mittareja. Asumisessa keskityttiin etenkin väestön demografiatietoihin. Mittareina olivat tyypillisesti yksin asuvien määrä (koko väestö sekä yli 75-vuotiaat yksin asuvat), lapsiperheiden määrä, yksihuoltajaperheiden määrä ja ahtaasti asuvien osuudet kaikista asutokunnista ja lapsiasutokunnista. Myös kotitalouksien taloudellisia indikaattoreja löytyi hyvinvointikertomuksista. *Tietoa ei kuitenkaan välttämättä yhdistetty kunnan asuntotuotantoon, asuntojen saatavuuteen ja soveltuvuuteen.* Asuminen muodostaa Suomessa yhden merkittävimmistä kulueristä ja asumisen hinta, ja asunnon sijainti vaikuttavat perheiden arjen sujuvuuteen ja taloudelliseen liikkumavapauteen. Hyvinvointikertomuksessa on hyvä olla tietoa esimerkiksi kunnan/maakunnan kohtuuhintaisesta vuokra-asuntotuotannosta, kohtuuhintaisten vuokra-asuntojen nykymäärästä, kysynnän kehityksestä, odotusajoista asuntoihin ja vapaana olevista kohtuuhintaisista vuokra-asunnoista.

Lähteet

Asunnottomuuden yhteistyöohjelma 2020–2022: <https://ym.fi/asunnottomuus>

Lähiöohjelma 2020–2022: <https://ym.fi/lahioiden-kehittaminen>

Aran selvitys, Asunnottomat 2020:

file:///C:/Users/JUPEGA~1/AppData/Local/Temp/Asunnottomat2020_ARAn-selvitys_2-2021.pdf

Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelma 2020–2022: <https://ym.fi/ikaantyneiden-asuminen>

KASVUN, OPPIMISEN JA KASVUYHTEISÖJEN TILA

Veijo Kosola, Pohjois-Suomen aluehallintovirasto ja Leena Mämmi, POPsote -hanke 22.2.2021

Tilastokeskuksen ennusteen mukaan 0–14-vuotiaiden lasten määrä vähenee vuoteen 2035 mennessä yli 20 000 henkilöllä, siis yli neljänneksellä. Ennakoitu muutos edellyttää, että tulevaan valmistaudutaan hyvissä ajoin. Alle 14-vuotiaiden lasten määrän muutos on otettava huomioon suunniteltaessa lasten ja nuorten palveluverkkoa kunnissa.

Varhaiskasvatusikäisten lasten määrän väheneminen aiheuttaa paineita palveluverkon tiheydelle ja järjestämistavalle. Kuntien on ratkaistava, järjestääkö se varhaiskasvatuspalvelut kokonaan oma toimintana, ja millainen rooli on yksityisillä varhaiskasvatuspalvelujen tuottajilla. Kaksivuotisen esiopetuksen kokeilu alkaa syksyllä 2021 ja myös Pohjois-Pohjanmaan kuntia on mukana joko kokeilu- tai verrokkikuntina. Kaksivuotisen esiopetuksen kokeilulla hankitaan arvokasta tietoa päätöksenteon tueksi.

Laadukkaan varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen turvaaminen on investointi tulevaisuuteen. Kun perusopetusikäisten lasten määrä vähenee, niin opetusta keskitetään. Yhä useammassa kunnassa on jäljellä enää yksi koulu, joka sisältää luokka-asteet 0–9. Tällainen tilanne on Pohjois-Pohjanmaalla jo seitsemässä kunnassa: Alavieska, Hailuoto, Lumijoki, Merijärvi, Pyhäntä, Utajärvi ja Vaala. Ehyen kasvun ja opin polun näkökulmasta on lapsen edun mukaista, että voi opiskella koko perusopetuksen samassa koulussa. Kääntöpuolella on tosiasia, että koulujen lakkauttamiset pidentävät oppilaiden koulumatkoja. Pitkät koulumatkoihin kuluvat ajat saattavat luoda haasteita lasten ja nuorten kokonaisuhyvinvoinnille.

Lukiokoulutusta järjestetään 24 Pohjois-Pohjanmaan kunnassa. Alle 100 opiskelijan lukioita näistä on kymmenkunta. Mikäli nuorten määrä vähenee, niin kunnan mahdollisuudet säilyttää oma lukio muodostuvat taloudellisesti haasteellisiksi. Lukion merkitys on kunnalle monessa suhteessa tärkeä. Mikäli lukiokoulutusta ei ole omassa kunnassa, niin se vähentää lukiokoulutukseen hakeutuvien määrää. Omalla lukiolla on myös kunnan imagoon liittyvä merkitys. Lukion puuttuminen vaikeuttaa koulutetun väestön saamista ja erityisesti muuttamista asumaan kuntaan. Siksi kunnat pyrkivät säilyttämään oman lukion. Lukioiden yhteistyö lisääntynee tulevaisuudessa, sillä etäyhteyksien kehittymisen myötä yhteistyö tulee entistä kilpailukykyisemmäksi vaihtoehdoksi. Korona-aikana on saatu kokemuksia sekä etäopetuksen hyvistä että myös huonoista puolista. Näistä kokemuksista on hyvä ottaa opiksi tulevaisuudessa.

Pohjois-Pohjanmaalla on hyvät mahdollisuudet myös ammatilliseen koulutukseen. Alueen suurin kouluttaja on Koulutuskuntayhtymä OSAO, joka järjestää koulutusta kuudella paikkakunnalla. Oppivelvollisuuden laajentamiseen liittyvä lainsäädäntö tulee voimaan 1.8.2021, mutta hakeutumisvelvoitetta koskevat säännökset tulivat voimaan jo 1.1.2021. Uudistuksen tavoitteena on, että jokainen nuori suorittaa toisen asteen tutkinnon. Oppivelvollisuuden muutoksen vaikutukset perusasteella tuottavat monenlaisia haasteita, joihin ei valmisteluvaiheessa ole osattu varautua. Pohjois-Pohjanmaalla on mahdollista hankkia myös korkeakoulu- ja yliopistokoulutusta.

Pohjois-Pohjanmaalla lapset ja nuoret eivät ole koulutuspalveluissa yhdenvertaisessa asemassa. Kuntien taloudellinen tilanne ja kuntakohtaiset priorisoinnit vaihtelevat. Kaikissa kunnissa koulutukseen ei panosteta samalla tavalla. Joskus eriarvoisuutta lisäävät myös erilaiset hankkeet. Pienemmissä kunnissa ei ole useinkaan henkilöstöresurssia, jolla olisi mahdollisuus suunnitella hankesuunnitelmia erilaisiin hankkeisiin. Siksi kohdennettu hankerahoitus tulisi palauttaa osaksi kuntien perusrahoitusta.

Koulutuspalvelujen laatuun vaikuttaa merkittävästi koulujen ja oppilaitosten henkilöstö. Opettajatilanne Pohjois-Pohjanmaalla on kokonaisuutena kohtuullisen hyvä. Erityisesti Oulussa ja sen lähikunnissa on tarjolla paljon muodollisesti kelpoisia opettajia. Pienemmissä ja kauempana aluekeskuksista sijaitsevilla kunnissa opettajista voi olla pulaa. Erityisopettajia ei riitä kaikkiin virkoihin. Tukea tarvitsevien oppilaiden tilannetta heikentää vielä se, että erityisesti psykologeja ja kuraattoreja ei ole riittävästi alueella, ei edes kaupungeissa. Opiskeluhoillon kuraattori- ja psykologipalvelujen on jatkossakin kytkeydyttävä kiinteäksi osaksi suomalaista

koulutusjärjestelmää. Lasten ja nuorten hyvinvointia tukee, jos tarjolla on riittävät ja toimivat oppilas- ja opiskeluhuollon palvelut sekä moniammatillinen tuki toteutuu. Perheiden hyvinvointi heijastuu lapsiin ja nuoriin. Lasten ja nuorten tuki- ja hyvinvointipalvelujen tulee toimia ennaltaehkäisevästi ja kyetä reagoimaan nopeasti nouseviin tarpeisiin monialaisesti. Jos perheessä on huolia ja ongelmia, niin lapsetkaan eivät pysty täysipainoisesti keskittymään koulunkäyntiin. Oppimisen edellytys on se, että oppilaan perusasiat ovat kunnossa. Siksi perheiden hyvinvointiin kannattaa kiinnittää huomiota. Huoltajien arjen jaksamista tukevat parhaiten matalan kynnyksen apu ja tuki (mm. lastenhoito- ja kodinhoitoapu). Myös kouluyhteisöjen hyvinvointiosaamista tuleekin vahvistaa. Monissa tutkimuksissa on todettu, että lyhytkin poissaolo koulusta kasvattaa syrjäytymisen riskiä. Kouluissa tulee lain mukaan seurata oppilaiden poissaoloja ja tarvittaessa ryhtyä toimenpiteisiin. Runsaat poissaolot ovatkin helposti havaittavissa oleva indikaattori, jolla voidaan varhaisessa vaiheessa korjata lapsen ja nuoren elämän suuntaa.

Lapset, nuoret ja perheet

Pohjois-Pohjanmaan maakunnassa on paljon lapsiperheitä ja nuoria, joka kolmas pohjoispohjalainen on alle 24-vuotias. Pääosin lapset, nuoret ja perheet voivat Pohjois-Pohjanmaalla hyvin, mutta alueelliset eroavaisuudet palvelujärjestelmän rakenteissa, sisällössä, resursseissa ja toimintamalleissa ovat kasvattaneet erityisesti raskaiden ja kalliiden erityispalvelujen, kuten lastensuojelun sijaishuollon ja lasten ja nuorten psykiatrian tarvetta eri alueilla ja näin ollen nostaneet koko järjestelmän kustannuksia viime vuosina noin 10 prosenttia vuosittaisella nousulla. Palvelut eivät ole lasten, nuorten ja perheiden saatavilla yhdenvertaisesti ja nämä kaikki yhdessä lisäävät eriarvoisuutta lasten ja nuorten välillä. Lisäksi työttömyys ja pienituloisuus koskettaa maakunnassa useita lapsiperheitä ja nuoria ja huono-osaisuus näyttäisi kasautuvan tietyille perheille asuinkunnasta riippumatta.

Suurin osa pohjoispohjalaisista lapsista on kouluterveyskyselyn (2019) mukaan tyytyväinen elämäänsä. Siitä huolimatta kuitenkin noin viidesosa lapsista ja nuorista kokee tai on kokenut ahdistusta ja epävarmuutta. Erityisesti nuorten 18–24 –vuotiaiden mielenterveysongelmien kasvuun peilaten Pohjois-Pohjanmaalla lasten ja nuorten kokemaan ahdistukseen ja epävarmuuteen on syytä suhtautua vakavasti.

Maakunnassa muutos- ja kehittämistarpeita on tunnistettu ja työtä on tehty pitkäjänteisesti lapsiperheiden palveluiden kehittämisessä mm. LAPE-muutosohjelman kautta. Tällä hetkellä palvelujärjestelmää kehitetään POPsoten Tulevaisuuden sote-keskus –hankkeen kautta osana nykyisten organisaatioiden kehittämistyötä. Kehittämistyö keskittyy maakunnan sosiaali- ja terveyskeskustoiminnan yhtenäistämiseen, siihen integroituneen perhekeskuksen toiminnan kehittämiseen sekä toimivien mallien ja hyvien käytänteiden levittämiseen. Lasten ja nuorten mielenterveyden häiriöt ja niihin liittyvät haasteet ovat tämänhetkisen kehittämistyön yksi merkittävimpiä ilmiöitä.

Lapsen, nuoren ja perheen hyvinvoinnin perustan muodostavat arkiympäristö, koti, varhaiskasvatus, koulu ja opiskelu. Palvelujärjestelmä on tällä hetkellä pirstaleinen, ja näyttäytyy pitkälti palvelu- ja sektorikohtaisina yksittäisinä tuen muotoina, jota leimaa osaksi pois lähettämisen –kulttuuri ja puuttuminen vasta sitten, kun ongelmat ovat jo hieman isompia. Kehittämistyön tavoitteena on painopisteen siirtäminen varhaisempaan tukeen ja lasten ja nuorten kehitysympäristöön. Tavoitteena on lisäksi pyrkiä vahventamaan peruspalveluita lisäämällä työntekijöiden osaamista erilaisista ilmiöistä ja valmiuksia monialaiseen yhteistyöhön. Palvelujärjestelmää pyritään kehittämään yhteistyössä sivistys- ja kulttuuripalveluiden, perus- ja erityistason, erikoissairaanhoidon sekä aikuisten palveluiden kuten mielenterveys- ja päihde- ja sosiaalipalveluiden sekä järjestöjen ja seurakuntien kanssa yhdessä. Lasten ja nuorten osallisuus ja sähköisten palveluiden hyödyntäminen kaikessa kehittämistyössä on kaiken kehittämistyön perusta.

Kärkimittarit

- Vaille perusopetuksen päättötodistusta jääneiden määrä
- 2. asteen negatiiviset keskeyttäjät
- Kouluterveyskysely – Vailla yhtään ystävää
- Poissaolojen määrä

Lähteet

https://vipunen.fi/fi-fi/_layouts/15/xlviewer.aspx?id=/fi-fi/Raportit/Oppilaitosverkosto%20-%20perusopetus%20-%20maakunta.xlsb

http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin_vrm_vaenn/statfin_vaenn_pxt_128v.px/

https://vipunen.fi/fi-fi/_layouts/15/xlviewer.aspx?id=/fi-fi/Raportit/Oppilaitosverkosto%20-%20lukio%20-%20maakunta.xlsb

<https://www.osao.fi/tietoa-hakemisesta/yksikot/>

<https://minedu.fi/-/oppivelvollisuuden-laajentamista-koskeva-laki-vahvistettiin-hakeutumiselvoite-voimaan-jo-1.1.2021>

<https://minedu.fi/-/kaksivuotisen-esiopetuksen-kokeilukunnat-valittiin>

DIGIHYVINVOINNIN TILA POHJOIS-POHJANMAALLA

Maria Puotiniemi, Pohjois-Pohjanmaan liitto 9.2.2021

Digitalisaatio ja eri teknologioiden käyttäminen lisääntyvät jatkuvasti, minkä lisäksi koronapandemia on myötävaikuttanut monen tahon ja yksilön tekemään isoon digiloikkaan. Digitalisaation vaikutus näkyy kaikilla elämän osa-alueilla ja vaikuttaa hyvinvointiin. Mitä paremmat digitaidot ihmisillä on, sitä paremmat edellytykset heillä on hyödyntää monipuolisesti ja vastuullisesti erilaisia digipalveluita arjen tukena. Puutteelliset digitaidot puolestaan lisäävät tutkimusten mukaan digisyrjäytymisen vaaraa, millä tiedetään olevan negatiivisia vaikutuksia hyvinvointiin. Digitalisaatio tuo siis monia uudenlaisia mahdollisuuksia arjen sujuvoittamiseksi, mutta haastaa myös tarkastelemaan asioita laajemmin maakunnan hyvinvoinnin ja elinvoiman näkökulmasta.

Nykytila

Nykyisen hallitusohjelman tavoitteiden edistämiseksi on asetettu Digitalisaation edistämisen ohjelma, jonka pyrkimyksenä on, että julkiset sähköiset palvelut ovat kaikkien kansalaisten saatavilla vuoteen 2023 mennessä ja digitukea on tarjolla sitä tarvitseville koko maassa. Digituen rooli onkin merkittävässä asemassa siinä, että kaikille voidaan taata yhdenvertaiset mahdollisuudet pysyä mukana nyky-yhteiskunnan kehityksessä sekä hyödyntää digitaalisia palveluita turvallisesti oman hyvinvointinsa tukena.

Myös lainsäädäntö ohjaa digitaalisten palveluiden ja digituen järjestämistä. Keskeisempiä ohjaavia lakeja ovat kuntalaki, hallintolaki ja huhtikuussa 2019 voimaan tullut digipalvelulaki. Lakien tarkoituksena on, että kuntien palvelut ovat saatavilla myös digitaalisesti ja niiden käyttöön on tarjolla yhdenvertaista opastusta, neuvontaa ja tukea. Pohjois-Pohjanmaan kunnat ovat lisäksi allekirjoittaneet hyvinvointisopimuksen ajalle 2019–2025, jossa on lupauduttu kehittämään sähköisiä palveluita hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi sekä vahvistamaan kuntalaisten digivalmiuksia yhteistyössä alueen muiden toimijoiden kanssa.

Keväällä 2020 toteutetun valtakunnallisen digitaitokartoituksen avulla saatiin tietoa suomalaisten digitaitojen nykytilasta, digituen tarpeista ja digihyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Kartoitus vahvisti, että

suomalaiset ovat digitaitavaa kansaa ja digitaalisia laitteita käytetään aktiivisesti. Vastaajista n. 91 % kertoi käyttävänsä älypuhelinta päivittäin ja tietokonetta käytti joka päivä puolestaan 71,5 % vastaajista. Kysely osoitti, että digituen tarpeet ovat monenlaisia, ja ne ovat jaoteltavissa laitteiden käyttämiseen tai erilaisten digitaalisten palveluiden käyttämiseen liittyviin tarpeisiin. Lisäksi kartoituksessa selvisi, että suomalaiset saavat apua digitaalisten palveluiden käyttöön yleisimmin perheenjäseniltä tai lähipiiriltä, jonka jälkeen seuraavaksi yleisimmin tukea saadaan työyhteisöltä. Muita digitukipalveluita ei kartoituksen mukaan vielä juuri tunneta, mutta niille koettiin olevan kuitenkin selkeästi tarvetta.

Valtakunnallisessa digitaitokartoituksessa kysyttiin myös syitä digilaitteiden ja -palveluiden käyttämättömyyteen ja siihen, mikä saisi henkilön käyttämään aktiivisemmin digilaitteita ja -palveluita. Tässä yhteydessä Pohjois-Pohjanmaan osalta esille nousi erityisesti varallisuuteen (15,6 % vastauksista) liittyvät tekijät. Tämä tarkoittaa sitä, että vastaaja koki, ettei hänellä ollut taloudellisia mahdollisuuksia hankkia älylaitetta, eikä sen vuoksi pysty käyttämään digitaalisia palveluita haluamallaan tavalla. Koko maan vastauksissa varallisuus oli vasta viidenneksi merkittävin tekijä, joten taloudelliseen toimeentuloon liittyvät tekijät korostuivat Pohjois-Pohjanmaan maakunnan alueella.

Digitaalisten palveluiden käytön mahdollistamiseksi täytyy myös verkkoyhteyksien olla kunnossa. Pohjois-Pohjanmaalla on vähintään 100 Mbit/s kiinteiden laajakaistayhteyksien saatavuuden osalta parempi tilanne kuin Suomessa keskimäärin ja siten kohtuullisen hyvät edellytykset digitalisaation hyödyntämiselle.

Pohjois-Pohjanmaalla keskeisiä digituen tarjoajia ja digihyvinvoinnin kehittäjiä ovat kunnat. 27 kunnalla on nimetty digituen yhdyshenkilö, joka on jäsenenä myös maakunnallisessa digihyvinvoinnin ja -tuen kehittämisverkostossa. Kuntien digituen kehittämisessä on kuitenkin selkeästi eroja - toiset kunnat tarjoavat monipuolisempaa digitukea ja kehittävät digihyvinvointia osana muuta kunnan hyvinvointityötä, kun taas toisissa kunnissa digituen ja -hyvinvoinnin kehittäminen on vähäisempää. Kuntien lisäksi merkittäviä digituen antajia ja hyvinvoinnin kehittäjiä Pohjois-Pohjanmaalla ovat järjestöjen kautta toimivat vapaaehtoiset, digituen hankkeet sekä oppilaitokset, jotka järjestävät digitaitoja ja -tukea edistäviä koulutuksia.

Kehitysnäkymät

Digihyvinvointi on varsin tuore käsite, mutta tulevaisuudessa sille on varmasti vielä vahvemmin paikkansa, kun arvioidaan maakunnan asukkaiden digitaalisten palveluiden käyttöä ja digiosaamisen tuomia hyötyjä hyvinvoinnille. Digihyvinvoinnin käsite ohjaa pohtimaan minkälainen digin käyttö on tarkoituksenmukaista, turvallista ja edistää hyvinvointia. Käsite auttaa myös hahmottamaan minkälaiset digiin liittyvät tekijät vaikuttavat negatiivisesti hyvinvoinnin kokemukseen. Parhaimmillaan digin käyttö siis edistää sosiaalista, psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia, mutta haitalliseksi digin käyttö muuttuu hyvinvoinnin kannalta silloin, jos sen käyttö ei ole turvallista, sitä on ajankäytöllisesti liikaa tai se esimerkiksi syrjäyttää liikunnan tai kasvotusten tapahtuvat ihmissuhteet.

Kehitystrendit näyttävät siltä, että tulevaisuudessa digitaalisten ympäristöt lisääntyvät ja palvelut muuttuvat yhä enemmän digitaalisuutta suosivaan suuntaan, joka haastaa maakunnan toimijoita löytämään sellaisia ratkaisuja, mitkä tukevat yhdenvertaisesti ihmisten digihyvinvointia tulevaisuudessa. Kunnat ovat tulevaisuudessakin keskeisiä digitaalisten palveluiden tarjoajia ja digituen järjestäjiä, joten kunnilla on moninainen rooli myös digihyvinvoinnin kehittäjinä ja edistäjinä. Kunnissa useat eri toimijat vahvistavat kuntalaisten digiosaamista ja antavat digitukea, mutta jatkossa toimintaa tulisi kehittää monialaisessa yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa siten, että toiminta olisi monipuolisempaa, koordinoitumpaa ja tieto tarjolla olevasta digituesta paremmin löydettävissä.

Kärkimittarit

Digitalisaatiossa Suomi on ollut kehityksen kärjessä, mutta tutkimustietoa ja käytössä olevia mittareita tai indikaattoreita digitalisaation vaikutuksista arkeen ja hyvinvointiin on vielä melko vähän saatavilla. Tulevaisuudessa täytyisikin vahvemmin pyrkiä kehittämään mittareita ja tutkimusrakenteita, joilla seurattaisiin systemaattisesti digitaalisten teknologioiden ja palveluiden käytön yhteyttä kansalaisten hyvinvointiin.

Muutamia tutkimuksia ja mittareita, joita on kuitenkin voitu hyödyntää arvioitaessa digitalisaation vaikutuksia hyvinvointiin, on esimerkiksi kansainvälinen aikuistutkimus PIAAC. Tämän lisäksi valtiovarainministeriö ja Digi- ja väestötietovirasto toteuttama (2020) valtakunnallinen digitaitokartoitus antaa tietoa suomalaisten digitaidoista ja -tarpeista. Valtakunnallisen digitaitokartoituksen myötä saatiin tietoa suomalaisten digitaidoista ja tarpeista myös maakuntatasolta, jonka tuloksia on kuvattu edellä. Myös valtakunnallisesta Finsote-tutkimuksesta saadaan säännöllisesti valtakunta- ja maakuntatasoista tietoa digitaalisten sosiaali- ja terveyspalveluiden käyttäjistä <http://terveytemme.fi/finsote/2017-2018/palvelut.html>.

Lähteet

Digitalisaation edistämisen ohjelma: <https://vm.fi/digitalisaation-edistamisen-ohjelma>

Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta 2020:43:
<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162438>

Valtakunnallinen digitaitokartoitus (2020): <https://valtioneuvosto.fi/-/10623/suomalaisten-digitaidot-ovat-suurimmaksi-osaksi-hyvalla-tasolla-digitaitokartoitus-nosti-esiin-myos-huolenaiheita>

Väestöliitto, Digitaalinen hyvinvointi perheissä (2020): <https://www.vaestoliitto.fi/>

Kansainvälinen aikuistutkimus PIAAC (2011–2012): <https://ktl.jyu.fi/fi/piaac/piaac-2012>

Pohjois-Pohjanmaan digituki -hanke (2018–2021): <https://www.pohjois-pohjanmaa.fi/kehittaminen/omat-hankkeet/digituki/>