

## 健康寿命について

日本は、1983年に世界一の長寿国となり、2010年の日本の平均寿命は男性79.64歳、女性86.39歳で、現在もその地位を維持しています。「健康寿命」は、WHOが2000年に提唱した新しい指標で、日常的に介護を必要としないで自分で生活していける生存期間ですが、2010年にWHOが公表した2007年の日本の健康寿命も男性73歳、女性78歳で、世界のトップとなっています。厚生労働省は、「健康に長生きすること」を重視し、今後の健康づくり計画に「健康寿命を延ばす」という目標を盛り込んでいます。ここでは、厚生労働省が今年6月1日に公表した健康寿命について紹介します。(WHO公表と厚生労働省公表の健康寿命は計算式が異なるため数値は一致しません。)

### 日本の健康寿命

厚生労働省は、今年6月1日に開催された厚生科学審議会の地域保健健康増進栄養部会で、はじめて、健康寿命の数値を示しました。この健康寿命は「日常生活に制限のない期間の平均」で、国民生活基礎調査と生命表を基礎情報とし、サリバン法を用いて算出されています。すなわち、国民生活基礎調査における質問の「あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか」に対する「ない」の回答を「日常生活に制限なし」と定め、性・年齢階級別にその割合を求め、生命表を用いて算出されています。(厚生労働科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」より。)つまり、公表された健康寿命は、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」ということになります。

この方法で算出された2010年の健康寿命は、男性70.42歳、女性73.62歳です(図1)。平均寿命との差は、男性9.22年、女性12.77年で、この差を縮めて健康で長生きすることが目標となっています。国立社会保障・人口問題研究所の日本の将来推計人口(2012年1月推計)によると、2013年から2022年にかけて、平均寿命は、男性では80.09歳から81.15歳へと1.06年、女性では86.80歳から87.87歳へと1.07年延びることが予想されており、健康寿命はこの増加分を上回ることが目標です。これにより、高齢者の生活の質の低下を防ぎ、社会保障の負担が軽減されることが期待されています。

### 都道府県別健康寿命

厚生労働省は、今年6月1日に都道府県別の健康寿命も公表しており、男性で71.74歳(愛知県)~68.95歳(青森県)、女性で75.32歳(静岡県)~72.37歳(滋賀県)となっています。(滋賀県男性は全国値より長く70.67歳です。)今後、この数値をもとに、都道府県で、健康寿命を延ばす取り組みがされることとなります。

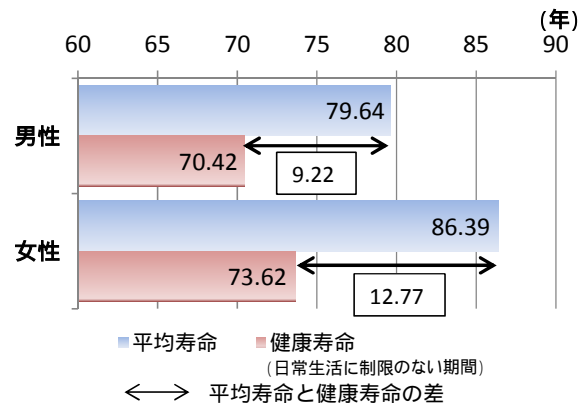


図1 平均寿命と健康寿命の差(2010年)

#### 【参考】WHO公表値と厚生労働省公表値のちがい

健康寿命には様々な定義や算定方法があります。WHOは、病気や死亡などについて、その程度を調整して算出しています。一方、厚生労働省は、健康でない人の基準を決め、健康でない状態の期間を除いて算出しています。

WHO公表値と厚生労働省公表値は考え方や基礎データが異なりますので、2つの数値を単純に比較することは出来ません。