

第4章 分野別の健康課題と目標

1 健康寿命の延伸・健康格差の縮小

■はじめに

健康寿命とは、「日常生活に制限のない期間の平均」のことです。平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味します。

今後、平均寿命の延伸に伴い、健康寿命との差が拡大すれば、医療費や介護給付費の多くを消費する期間が増大することになります。そのため、生活習慣の改善や生活習慣病の発症予防・重症化予防、社会環境の質の向上などにより、健康寿命の延伸を目指すことは、健康づくりを推進する上で引き続き最も重要な課題となります。

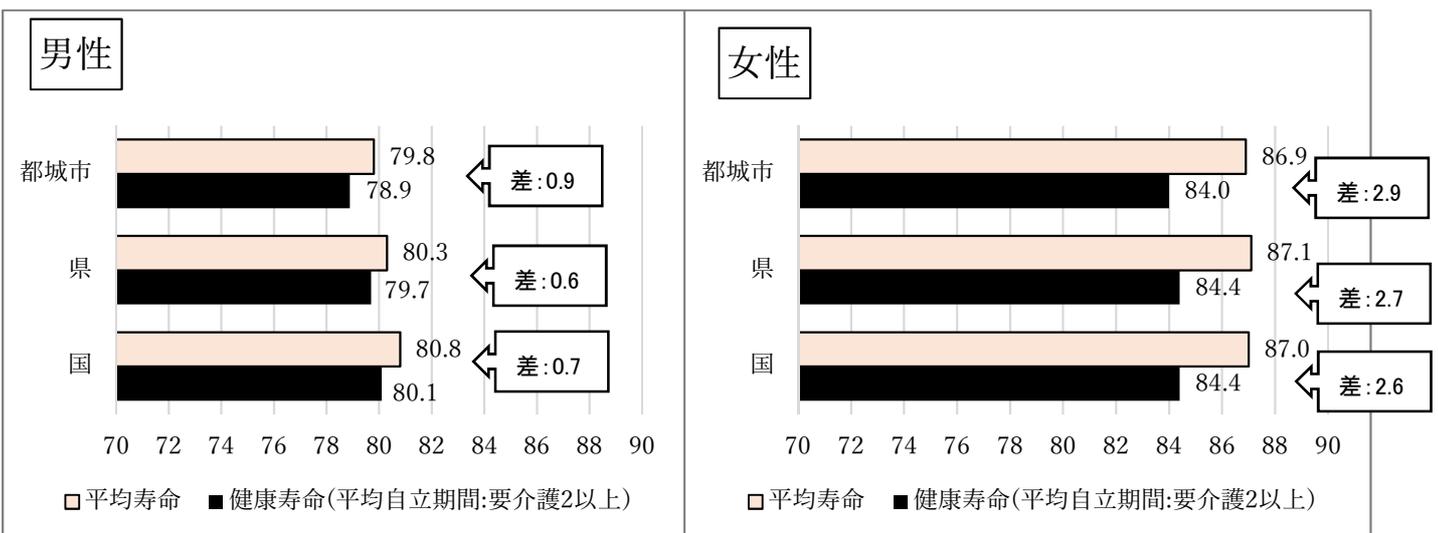
また、健康格差とは、地域や社会経済状況の違いによる集団における健康状態の差を指します。誰一人取り残さない健康づくりを展開するには、様々な健康格差を把握し、格差の要因を分析し、格差縮小を目指すことが重要です。

■現状と課題

本市の平均寿命は、男性が79.8年、女性が86.9年であり、健康寿命は男性が78.9年、女性が84.0年です。また、日常生活に制限のある「不健康な期間」は、男性が0.9年、女性が2.9年です(図表4-1)。

平均寿命も健康寿命も緩やかに延伸していますが、女性の場合、「不健康な期間」が男性よりも長い傾向にあります。

図表4-1 本市の平均寿命と健康寿命



(資料:KDB システム)

※健康寿命と平均寿命

健康寿命に関する主な指標(厚生労働科学研究による)は、3種類あります。

- (1)日常生活に制限がない期間の平均
- (2)自分が健康であると自覚している期間の平均
- (3)日常生活動作が自立している期間の平均

市町村単位のデータが確認できるものは「(3)日常生活動作が自立している期間の平均」(介護保険の要介護2～5の認定者を「不健康」、それ以外を「健康」として算出したもの)であり、本計画ではこの指標をデータとして用いています。

平均寿命は、0歳の子どもの何年生きられるかを示すものであり、厚生労働省が5年ごとに算出したデータが公表されています。

■施策と方向性

各分野別の取組を推進し、最終的な目標として平均寿命の伸びを上回る健康寿命の延伸、すなわち平均寿命と健康寿命の差を縮小していきます。

■今後の具体的な取組

各分野の具体的な取組を推進します。

■目標の指標(具体的な数値目標)

目標	指標	現状値	目標値	出典
健康寿命の延伸	平均寿命と健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)	<平均寿命> 男性79.8年 女性86.9年 <健康寿命> 男性78.9年 女性84.0年 (令和4年)	平均寿命の延伸 分を上回る健康 寿命の延伸 (令和16年)	1
健康格差の縮小	県の健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)との差 【県の健康寿命－市の健康寿命】	男性0.8年 女性0.4年 (令和4年)	県の健康寿命と の差を縮小する (令和16年)	1

【出典一覧】

- 1 国保データベース(KDB)システム