

《長崎新聞 平成24年7月23日朝刊より転載》

【質問】先日、「健康寿命」が公表されましたが、今までの「平均寿命」とどう違うのでしょうか。

(56歳・会社員男性)

健康寿命

【回答】6月1日、厚生労働省が初めて日本人の健康寿命を算出、公表しました。世界保健機関(WHO)が2000年に打ち出した

概念で、介護を受けたり、病気で寝たきりになったりせず、日常生活を健康的に送ることのできる期間のことです。10年の平均値は男性70・42歳、女性73・62歳でした。

よく聞く平均寿命は「生



医療制度

その理由としては、まず保険医療や社会福祉など社会保障制度が充実している

強さを示す「国の総合力」の指標ともいえます。ただ、平均寿命と健康寿命の差は男性で9・13年、女性では12・68年であり、死ぬ前の10年間は何らかの医療・介護を受けていることになりま。高齢化に伴い社会保障制度にかかる費

医療・介護いらずの期間

まれたばかりの人(0歳児)が何年生きられるのか」を表したもので、10年は男性79・55歳、女性86・30歳でした。平均寿命、健康寿命ともに世界トップクラスの数値であり、日本が世界に冠たる健康長寿国であることは確かなようです。

ことがあります。さらには「高齢になっても勤労意欲や社会参加への意欲が高い」という国民性や、「社会が比較的平等で、貧富の差が少ない」「教育制度が充実している」といったことも考えられます。つまり健康寿命は、国の豊かさ

用が年々増加しています。が、その多くがこの期間に使われています。長引く不況も相まって、制度の維持が危ぶまれています。ただ単に長生きするのでなく、人生の最後まで、健康で、生きがいのある質の高い生活を守ることが大

日本は世界トップ級

切です。それは本人、家族の一番の願いですし、社会経済の面からも大変重要なことです。年をとっても元気に暮らし、寿命がくれば苦しみに近づく「ピンピン・コロリ」が理想の人生の終わり方として提唱されています。そのため、若いころから健康な生活習慣を確立し、「体のメンテナンス」「健康増進、発病予防」という一次予防の考え方を持つことが大切です。特定健診やがん検診は必ず受けてください。

質問をどうぞ

この欄では県医師会が医療制度全般の質問にお答えします。質問希望の方は知りたい内容を分かりやすくまとめ、〒852-8601、長崎市茂里町3の1、長崎新聞社生活文化部「医療制度Q&A」係までお送りください。不明な点をお聞きする場合がありますので住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記してください。なお、直接本人への回答はいたしません。

切です。(県医師会)