

Hello! FUJISEI

No.277

今年も異常気象が続きました。「酷暑」による熱帯夜で熟睡できず、ついつい夜更かし…という人も多かったかもしれません。短時間に局地的に起きる「ゲリラ豪雨」により、河川の氾濫や土石流による大きな被害が発生し、また、「竜巻」による被害も発生しました。

このような異常気象が続くと、秋の到来とともに、体調不良を訴える人が増えます。記録破りの酷暑に痛めつけられ、冷房で思いっきり冷やされ、さらには冷たいビール、ジュース、アイスクリーム、麦茶、冷水

日本が100人の国だったら…

生涯でがんになるのは 男性29.2人、女性23.0人

などを摂取し過ぎることで、気づかないうちにからだに大きな負担を強いてしまっていたのです。

暦の上では夏は終わり秋になっているのに、気温の高い日が続き、気がつくともう冬がもうそこまで来ています。季節の変化にからだが付いていけず、倦怠感や食欲不振が続く、喉の痛み、発熱、咳等、風邪のような症状が長く続いているという方も少なくありません。

厚生労働省の「平成27年版 厚生労働白書」では、直近のデータ（平成22年～26年）を元に「人口100人でみた日本」が紹介されています。

これは、厚生労働白書の内容を元に、健康や就労などの面から日本の概要をチェックしたものです。

それを見ると、健康状態に不安を感じている人が13.4人、日常生活に悩み・ストレスを持っているのは48.1人にもなります。生涯でがんになるのは、男性29.2人、女性23.0人という結果になります。

よく使われる、100人単位に集約して単純化する手法ですが、確かにわかりやすく、自らの問題として、健康・医療についてしっかりと考えてみるきっかけとなりそうです。

あなたは、いかがでしょうか？

■人口100人でみた日本 （厚生労働省「平成27年版 厚生労働白書」より医療関連を抜粋）

■健康状態が「よくない」「あまりよくない」と感じているのは？ <small>（6歳以上）</small>	13.4人	■タバコを吸うのは？	男性 12.8人 女性 3.5人
■日常生活の悩み・ストレスを感じているのは？ <small>（12歳以上）</small>	48.1人	■生涯でがんになるのは？	男性 29.2人 女性 23.0人
■健診や人間ドックを受けたことがあるのは？ <small>（20歳以上）</small>	62.3人	■骨髄移植ドナーに登録しているのは？	0.35人
■病気やけがなどで通院しているのは？	37.8人 12.6人	■介護サービスを受けているのは	4.0人
■生活習慣病は？		■会社の健康診断で「有所見」は？	23.4人
がん……………1.2人		■習慣的に運動をしているのは？	
糖尿病……………2.1人		男性（20歳以上）	13.4人
高血圧性疾患……………7.1人		女性（20歳以上）	12.1人
心疾患……………1.3人			
脳血管疾患……………1.0人			

AIG富士生命保険株式会社

〒105-8633 東京都港区虎ノ門4-3-20
神谷町MTビル