

# Hello! FUJISEI

No. 336

わが国の平均寿命は、戦後、生活環境の改善や医学の進歩により急速に延び、2015（平成27）年の平均寿命は男性80.79年、女性87.05年と、世界トップクラスの長寿国となっています。また、「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」である健康寿命についても、2013（平成25）年時点で男性71.19年、女性74.21年と世界トップクラスです。

一方、わが国の平均寿命と健康寿命の推移についてみると、平均寿命、健康寿命ともに延びていますが、平均寿命と健康寿命との差、すなわち、日常生活に制限のある「不健康な期間」でみると、2001（平成13）年から2013年にかけて、男性で8.67年から9.02年、女性で12.28年から12.40年へと若干広がり、縮まっていないことがわかります。

日常生活に制限のある「不健康な期間」の拡大は、個人や家族の生活の質の低下を招くとともに、医療費や介護給付費等の社会保障費の増大にもつながります。

国立社会保障・人口問題研究所の日本の将来推計人口（平成24年1月推計）によれば、今後もわが国の平均寿命はさらに延びることが予測されており、平均寿命の伸び以上に健

## 平均寿命と健康寿命

# 縮まっていない！ 「不健康な期間」

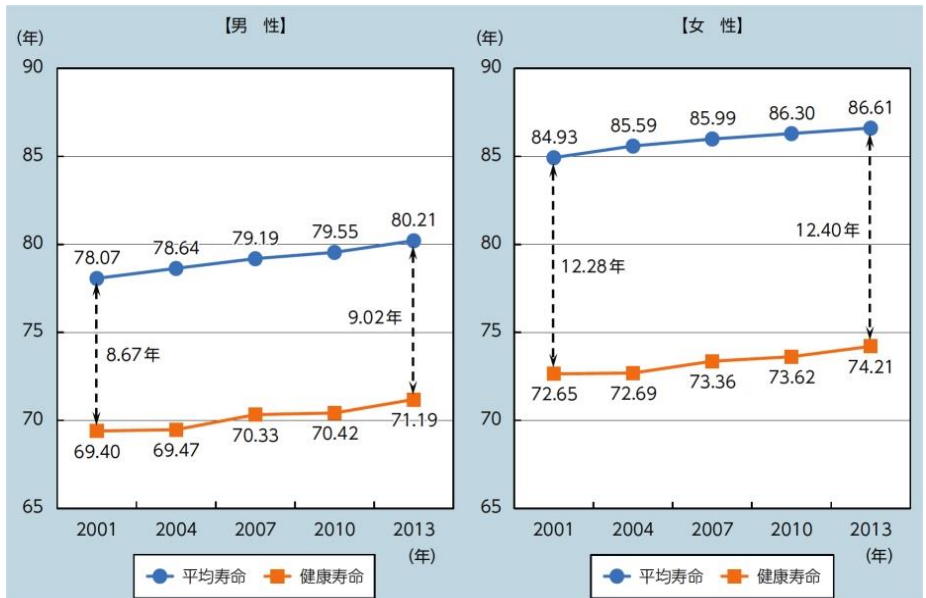
康寿命を延ばす（不健康な期間を短縮する）ことが重要となります。

「平成28年版厚生労働白書」は、「人口高齢化を乗り越える社会モデルを考える」のサブタイトルが付けられています。わが国の健康をめぐる施策は、戦後はコレラや結核対策など衛生水準の向上が中心であり、1964（昭和39）年の東京オリンピックを契機として、積極的な健康づくりが始まります。1950（昭和25）年頃から成人病が台頭し、その後、発症過程に着目して「生活習慣病」に

名称が変わり、その予防に重点をおいた国民的な健康づくり運動である「健康日本21」が実施され、介護予防、特定健診などが新たに導入されました。2013（平成25）年から2022（平成34）年までについては、「第二次健康日本21」による取り組みが行われています。

個人の生活や幸せのためにも、健康寿命を延伸させるとともに、平均寿命との差を縮めることは重要ですが、医療・介護等にかかる費用の準備も必要です。

### 平均寿命と健康寿命の推移



《資料》

平均寿命：2001、2004、2007年、2013年は、厚生労働省「簡易生命表」、2010年は、「完全生命表」

健康寿命：2001～2010年は、厚生労働科学研究補助金「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」、2013年は、「厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会資料」（2014年10月）

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