

## 山梨県の健康寿命について ～「健康寿命日本一」をキープ～

山梨県立大学 小田切陽一教授(公衆衛生学)に、算出していただきました。

2005年(平成17)年の国勢調査による都道府県別完全生命表(平均寿命)、及び同年10月時の介護保険制度の要介護認定者数を基に、サリバ法により山梨県の健康寿命(平均自立期間)を算出した。

その結果によれば、山梨県の健康寿命は、

- ・ 男性は、65歳で16.38年と長野県の16.40年に次いで2位、70歳から85歳では全国で1位であった。
- ・ 女性は、65歳で18.59年と全国で1位、70歳と75歳で1位、80歳と85歳では茨城県に次いで2位であった。

前回の「山梨県健康寿命実態調査」(平成15年度)において、はじめて算出された山梨県の健康寿命は、男女ともに全国で1～2位を占め、日本一の健康長寿県であることが示された。

当時、その要因として、特に社会環境や生活環境において、ボランティア活動や無尽への参加など、社会との交わりや豊かな人間関係を醸成する社会的ネットワークの強さや、健康に留意した規則正しい食生活などが挙げられている。

今回は、それ以来の再評価となるが、山梨県の高齢者の健康水準は良好な状態を維持し、全国でトップの座をキープしていることになる。

山梨県の健康寿命が良好なまま推移していることの要因については、生活習慣や疾病構造など、保健、医療、介護等に関する全国的な実態調査や疫学上の分析等が必要であるため、確定的なことは言えないが、前回の実態調査で明らかにされた諸要因が背景にあると推察できる。

しかし、高齢者の健康寿命は、その人たちが中高年であった20年前のガンや脳卒中などの生活習慣病の死亡率とも関係が深いため、中高年期からの生活習慣病対策が、高齢者の介護予防のために有効であると考えられる。

サリバ法・・・生命表の定常人口に、各年齢階級の要介護者率を掛けて算出される平均余命を平均自立期間として算出する方法

## 健康寿命（平均自立期間）

H17.10要支援・要介護（総数）による

## 男

	65歳		70歳		75歳		80歳		85歳	
1	長野	16.40	山梨	12.61	山梨	9.22	山梨	6.25	山梨	3.91
2	山梨	16.38	長野	12.45	沖縄	8.99	沖縄	6.00	沖縄	3.77
3	福井	16.17	沖縄	12.33	長野	8.92	茨城	5.96	茨城	3.68
4	静岡	16.07	福井	12.27	静岡	8.86	静岡	5.94	千葉	3.61
5	沖縄	16.05	静岡	12.24	茨城	8.82	福井	5.84	静岡	3.60
6	千葉	15.97	千葉	12.14	福井	8.81	長野	5.84	福井	3.58
7	宮崎	15.95	宮崎	12.13	千葉	8.73	千葉	5.84	埼玉	3.54
8	熊本	15.93	茨城	12.11	東京	8.71	高知	5.79	高知	3.50
9	茨城	15.88	東京	12.09	宮崎	8.68	埼玉	5.78	石川	3.48
10	香川	15.86	香川	12.05	香川	8.64	東京	5.77	宮崎	3.47
	全国	15.58	全国	11.80	全国	8.42	全国	5.54	全国	3.27

## 女

	65歳		70歳		75歳		80歳		85歳	
1	山梨	18.59	山梨	14.22	山梨	10.13	茨城	6.53	茨城	3.84
2	茨城	18.43	茨城	14.12	茨城	10.08	山梨	6.51	山梨	3.73
3	福井	18.29	福井	13.88	静岡	9.81	静岡	6.23	静岡	3.50
4	長野	18.26	静岡	13.88	福井	9.80	福井	6.17	埼玉	3.46
5	静岡	18.25	長野	13.83	長野	9.70	栃木	6.10	千葉	3.44
6	新潟	18.23	新潟	13.81	新潟	9.66	長野	6.09	福井	3.44
7	滋賀	18.02	福島	13.65	福島	9.62	福島	6.06	福島	3.44
8	福島	18.00	滋賀	13.63	栃木	9.59	滋賀	6.03	栃木	3.44
9	高知	17.94	栃木	13.60	滋賀	9.56	高知	6.00	滋賀	3.41
10	栃木	17.94	高知	13.58	高知	9.54	新潟	5.99	長野	3.37
	全国	17.30	全国	12.95	全国	8.93	全国	5.51	全国	3.03