

今日のキーワード 延び続ける『健康寿命』

厚生労働省によれば、『健康寿命』は「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」と定義されています。厚生労働省は3月9日に3年に1度の『健康寿命』の推計を公表しました。これによると男性は72.14歳、女性74.79歳と、男女ともに前回2013年を上回りました。ただし、前回調査からの改善幅をみると、男性の改善幅は前回を上回りましたが女性は下回りました。

ポイント1 『健康寿命』は男性72歳、女性75歳 「健康ではない期間」は男性9年、女性12年

- 『健康寿命』は厚生労働省が3年に1度の国民生活基礎調査を使って推計しています。2016年の『健康寿命』は男性が72.14歳、女性が74.79歳となっています。前回2013年調査に比べ、男性は0.95歳、女性は0.58歳延びました。都道府県別の『健康寿命』をみると、男性は山梨県（73.21歳）、女性は愛知県（76.32歳）が首位でした。
- 『健康寿命』と「平均寿命」の差は、日常生活に制限のある「健康ではない期間」を意味します。2016年の「平均寿命」は男性が80.98歳、女性が87.14歳でしたので、同年における「健康ではない期間」は、男性が8.84年、女性が12.35年と計算されます。

ポイント2 国は『健康寿命』の延びを後押し 「健康ではない期間」を縮める狙い

- 「平均寿命」の延びに伴って『健康寿命』も延びていますが、その差である「健康ではない期間」の縮小ペースはより緩やかなものとなりました。2013年と2016年を比較すると、男性が0.18年、女性が0.05年短縮にとどまっています。
- 政府は成長戦略の柱の1つとして、『健康寿命』の延伸を掲げています。『健康寿命』を延ばし、「健康ではない期間」を短縮することが出来れば、個人が長く生活の質を維持することが可能になると共に、医療費や介護費用が抑制され、社会保障費も軽減されるためです。



健康的な食事



適度な運動

今後の展開 生活習慣の改善で『健康寿命』の延びが望まれる

- 日本は高齢化の進展と深刻な人手不足が経済成長の制約要因になると懸念されており、健康な高齢者の労働参加が期待されます。
- 昨今の健康ブームが示すように、老若男女を問わず健康への意識は高まっています。食事や運動をはじめ生活習慣の改善に努めることなどで『健康寿命』を延ばし、団塊世代が75歳以上になる2025年までに「健康ではない期間」を縮めることが望めます。

ここもチェック! 2018年3月16日 『春闘』のペースアップは昨年を上回る見込み
2018年3月12日 『街角景気』天候要因のマイナス下押し続く

■当資料は、情報提供を目的として、三井住友アセットマネジメントが作成したものです。特定の投資信託、生命保険、株式、債券等の売買を推奨・勧誘するものではありません。■当資料に基づいて取られた投資行動の結果については、当社は責任を負いません。■当資料の内容は作成基準日現在のものであり、将来予告なく変更されることがあります。■当資料に市場環境等についてのデータ・分析等が含まれる場合、それらは過去の実績及び将来の予想であり、今後の市場環境等を保証するものではありません。■当資料は当社が信頼性が高いと判断した情報等に基づき作成しておりますが、その正確性・完全性を保証するものではありません。■当資料にインデックス・統計資料等が記載される場合、それらの知的所有権その他の一切の権利は、その発行者および許諾者に帰属します。■当資料に掲載されている写真がある場合、写真はイメージであり、本文とは関係ない場合があります。