

パネルディスカッション

「健康寿命の延伸による健康長寿社会の構築」

日本医師会副会長
今村 聡



目次

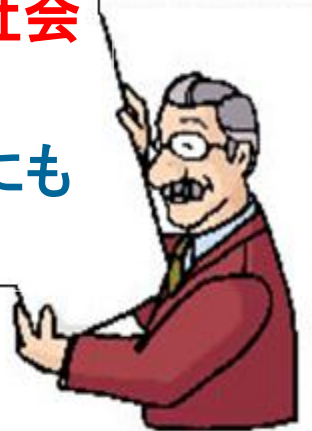
1. 健康長寿社会の構築
2. 健康寿命の延伸
3. これからの高齢者が健康に暮らせる
住環境構築へ向けて



1. 健康長寿社会の構築

安倍総理は、先日の「成長戦略スピーチ」の中で次のとおり「健康長寿社会」に向けた戦略について紹介された。(平成25年4月19日)

『従来の医療は「疾病治療」が中心でした。病気になった後に治療する、というやり方です。そのおかげで、日本は、世界に冠たる「平均寿命」の長い国となりました。しかし、「健康寿命」は平均寿命より6歳から8歳低いとも言われています。本来の寿命が来るまでに、病気で苦しんだり寝たきりになる期間があります。私が目指すのは、同じ長寿でも、病気の予防などに力をいれることで、「健康」な体の維持を重視する社会です。「健康」は、誰もが求める、世界共通のテーマです。「健康長寿社会」が構築できれば、必ずや日本から世界にも広がると信じています。』



2-①. 健康寿命の延伸

- 「健康寿命の延伸」は健康日本21（第2次）の中心
的な課題である。（平成25年4月1日から適用）
- 健康寿命の定義
客観性の強い「日常生活に制限のない期間の平均」を
主指標に、主観性の強い「自分が健康であると自覚して
いる期間の平均」を副指標にすることで、相互に補完性
のある評価が可能。

《健康日本21（第2次） 現状と目標》

目標項目	日常生活に制限のない期間の平均
現状	男性70.42年、女性73.62年（平成22年）
目標	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加 （平成34年度）



2-②. 健康寿命の延伸

- 主指標「日常生活に制限のない期間の平均」と副指標「自分が健康であると自覚している期間の平均」は、国民生活基礎調査データをもとに計算されている。

	国民生活基礎調査における質問内容
主指標	「あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか」に対する「ない」の回答を、日常生活に制限なしと定める。
副指標	「あなたの現在の健康状態はいかがですか」に対する「よい」、「まあよい」または「ふつう」の回答を、自分が健康であると自覚していると定める。



2-③. 健康寿命の延伸

- 今後、平均寿命の延伸とともに、健康な期間だけではなく、不健康な期間も延びることが予想される。
- したがって、国民の健康づくりの一層の推進を図り、平均寿命の延び以上に健康寿命を延ばす(不健康な状態になる時点を遅らせる)ことが重要である。
- 疾病予防と健康増進、介護予防などによって、平均寿命と健康寿命の差を短縮することができれば、個人の生活の質(QOL)の低下を防ぐとともに、社会保障負担の軽減も期待できる。



3. これからの高齢者が健康に暮らせる 住環境構築へ向けて

- 現時点では、どのような対策を通して、どの程度生活習慣病を減らすことが可能か、それにより健康寿命がどのくらい延びるのかを推定するためのエビデンスは存在しない。今後さらなる研究の推進が必要である。
- 住環境が、高齢者の健康長寿に与える影響を示した医学的知見は存在しない。医療と住宅建築の関係者が連携し、地方から健康長寿に関する議論を深めていくことにより、エビデンスを構築していく必要がある。



ご静聴ありがとうございました。



日本医師会