



# 健康寿命 本県男性 第1位

## 健康日本 21 あいち新計画策定

植木まつり  
ご来場ください



昨年7月、国は「健康日本21(第2次)」を発表、健康寿命の延伸を中心課題に位置付けました。このとき公表された平成22年の都道府県別健康寿命は、愛知県の男性が71.74年で1位、女性は74.93年で3位でした。(健康寿命: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) 本県は、平成18年3月に来たるべき超高齢社会に向けて策定した、「健康長寿あいち宣言」:「長生きしてよかったと思えるあいち」を実現するため、2013~2022の計画期間で「健康日本21 あいち新計画」を策定しました。

今回の国の計画は昭和53年の「国民健康づくり対策」から第4次となり、15年5月には健康増進法も施行されています。本県においても、昭和53年から「自分の健康は自分で守る」をスローガンに、平成10年6月には「あいち健康づくりプラン~すべての県民に健康を~」を策定、13年3月に「健康日本21 あいち計画」:(第1次計画)を策定し取り組んできました。以下は新計画の概要(抜粋)です。

### ●愛知県民の健康等の状況

#### 平均寿命は男女とも延伸

平均寿命を、平成23年の全国値と比較すると、男性は0.45年長い79.89歳、女性は0.15年長い86.05歳。12年との比較では男性+1.90年、女性+1.54年延伸。

#### 高齢化の進展により、特に75歳以上の高齢者が増加

高齢者人口(65歳以上)は、団塊の世代が65歳以上となる27年をピークに愛知県の高齢化率上昇のスピードは緩やかになるが、75歳以上の増加は著しく、また今後、都市部など比較的高齢化率が低い地域で高齢者人口が急増すると予測される。

図9 死因別死亡割合(愛知県)

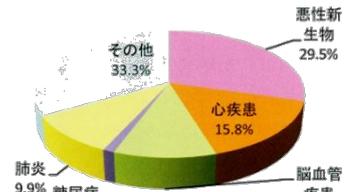
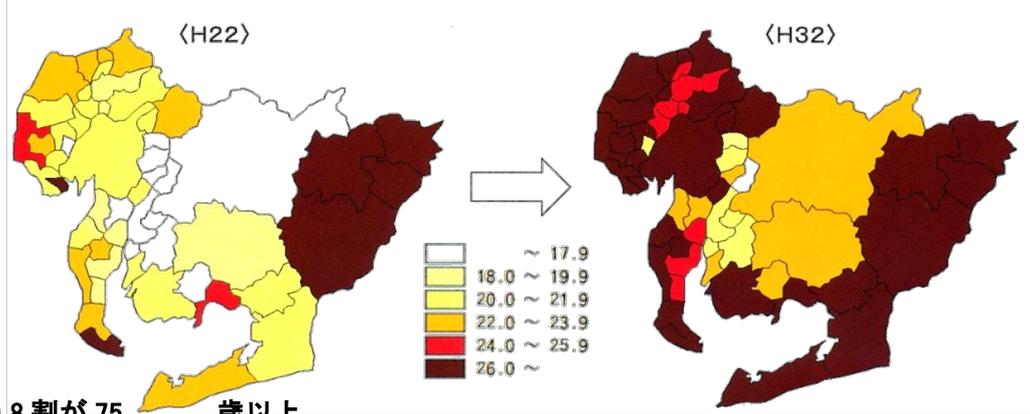


図4 市町村別高齢化率の推計(65歳以上人口の占める割合)

- イベント**
- 4月20~29日 いなざわ植木まつり  
(上写真は稲沢キャンペーンレディの皆さん 左から嶋田里菜さん、岡本英理さん、平山愛奈さん)
  - 24日 区長会
  - 30日 老人クラブ連合会総会
  - 5月11日 子ども会総会
  - 12日 稲沢市消防操法大会
  - 15日 防火危険物安全協会総会
  - 20日 祖父江町商工会総代会



#### 要介護・要支援認定者の8割が75歳以上

22年度末の要介護・要支援認定者22万4千人のうち75歳以上が18万2千人と約8割。

### ●「健康日本21 あいち新計画」の基本的な方向等

計画では、基本目標を掲げ、基本目標達成のために4つの基本方針を推進していきます。

# STEP 21 県政 REPORT

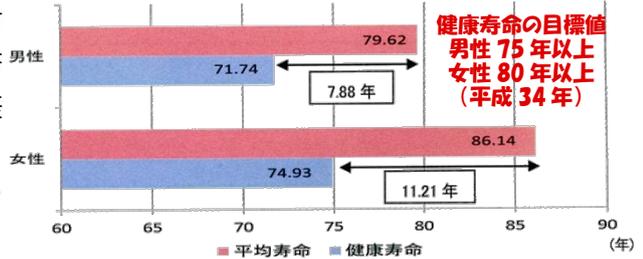




**基本目標：健康長寿あいちの実現～健康寿命の延伸と健康格差の縮小～**

健康寿命は平均寿命との差（男性 7.88 年、女性 11.21 年）に着目し、それぞれのライフステージに応じた課題に対策を講じて、健康寿命の延伸を図る。また、健康は社会経済的環境の影響を受けることから、集団における健康状態の差（健康格差）を捉えて、だれもが社会参加でき、健康づくりの資源にアクセスできる環境を整備し、地域全体で支え合う仕組みを構築する。

図1 愛知県の平均寿命と健康寿命の差(平成22年)



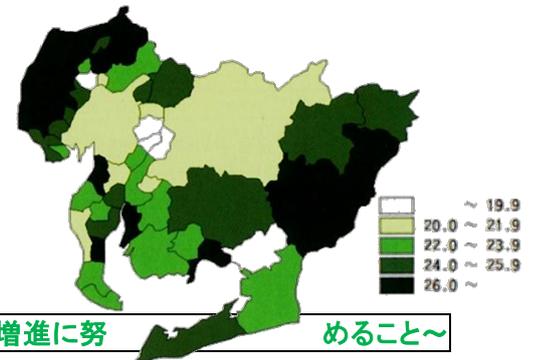
**基本方針Ⅰ：生涯を通じた健康づくり～すべての県民が、希望と生きがいを持てること～**

子どもの頃からの健康づくりは健やかな発育とその後のよりよい生活習慣を送るための基礎となるなど、乳幼児・学齢期、成人期、高齢期の各ライフステージに応じた健康づくりの取組を推進。

**基本方針Ⅱ：疾病の発症予防及び重症化予防～病気の発症を予防し、病気になっても重症化させないこと～**

日本人の主要な死亡原因の①がん(本県では平成 22 年死亡者数約 17,600 人、総死亡者数の 3 割)及び②循環器疾患(心疾患約 8,500 人、死因別順位 2 位、脳血管疾患約 5,700 人、同 3 位)に加え、患者数が増加傾向にある③糖尿病(新規透析導入者の 4 割が糖尿病じん症)や、死亡原因として急速な増加が懸念される④COPD(慢性閉塞性肺疾患:約 700 人、男性が 8 割、主要原因は長期にわたる喫煙習慣)、全身疾患との関係がある⑤歯科疾患に分野を分け、精神疾患(うつ病等の気分障害)についても関連付けて対策を進める。

図7 高血圧治療薬服用者の割合(市町村別)



**基本方針Ⅲ：生活習慣の見直し～生活習慣を改善し、健康の保持増進に努めること～**

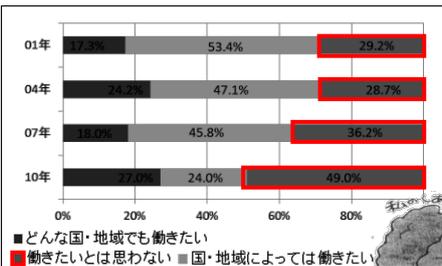
生活習慣を①栄養・食生活(20～60代男性の約4人に1人が肥満傾向 vs20～30代女性の「やせ」の割合は2割超)、②身体活動・運動(20～64歳の1日の歩数の実際と平成34年度目標:男性8,012歩→9,500歩以上、女性7,224歩→8,500歩以上 ◆高齢者の運動器の健康維持(ロコモティブ・シンδροームの認知度の向上、下図参照)), ③休養・こころの健康、④喫煙、⑤飲酒、⑥歯・口腔の健康の分野に分け、精神疾患についても関連付けて対策を進める。

**基本方針Ⅳ：社会で支える健康づくり～ソーシャルキャピタルの醸成による地域力の向上と社会環境の整備～**

ソーシャルキャピタル(人々の協調行動を活発にすることによって、社会の効率性を高めることが出来る、信頼、規範、ネットワークといった社会組織の特徴)の醸成により地域や人のつながりを深め、社会全体として健康を支え、守る仕組みを作る。

**■若者の内向き志向と低い英語力**

3月に策定された「あいち国際戦略プラン」の中の項目。日本の国内総生産(GDP)の世界2位の地位を2010年に中国に譲り、グローバル化が進展する中において、日本の若者が「内向き志向」に。海外留学生の減少、TOEFL 国別ランキング163か国中135位、アジア内順位30カ国中27位。



左は海外勤務に対する新入社員へのアンケート調査：海外で働きたいと思わないが2001年の3割から2010年は約半分が増加。

**STEP 21**



- 家のやや重い仕事が困難である(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)
- 片脚立ちで靴下がはけない
- 家のなかでつまずいたり滑ったりする
- 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である(1リットルの牛乳パック2個程度)
- 15分くらい続けて歩けない
- 横断歩道を青信号で渡りきれない
- 階段を上るのに手すりが必要である

**ロコモティブ・シンδροーム**(運動器症候群)とは、骨、関節等の運動器の動きが衰えると、介護が必要になったり、寝たきりになる可能性が高くなります。運動器の障害のために、介護が必要になる危険性の高い状態をロコモティブ・シンδροームといいます。上のロコモーションチェックを試みてください。1つでも当てはまればロコモの心配が…。(日本整形外科学会パンフより抜粋)



突然の大捕物、収束して安心しました。12日に稲沢JCの4月度例会に久々に参加、三重県知事鈴木英敬氏の「当事者意識」の話伺いました。団長選出をしますか団役員に任せるのではなく、当事者意識をもって臨まなければと思います。名古屋の選挙は… **未来へつづくまちづくりへ** 一生懸命動きます。愛知県議員 **鈴木じゅん**