

人生80年時代の健康寿命：健康な高齢者

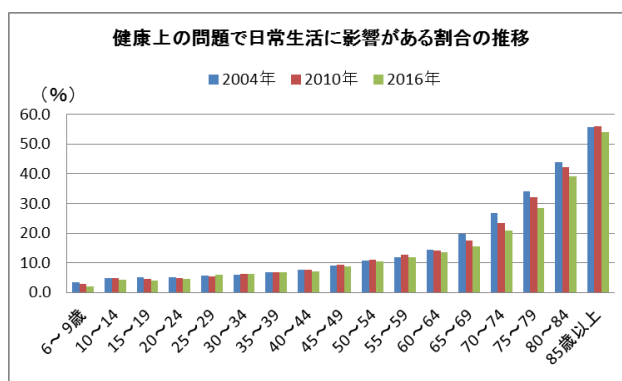
◆平均寿命が過去最高を更新：2つの健康寿命の算定方法

2017年7月に厚生労働省が発表した日本人の平均寿命（16年）は、男性が80.98歳、女性87.14歳と過去最高を更新した。平均寿命が延びることは良いことだが、それも健康であってこそだ。政府は、成長戦略の柱にヘルスケア分野を掲げ、数値目標として、健康寿命の延伸を掲げている。基準年としている10年の健康寿命は男性70.42歳（平均寿命は79.55歳）、女性73.62歳（同86.30歳）だった。

健康寿命は「日常生活に制限のない期間」と定義されており、算定方法は大きく2つある。通常使用されているのが、国民生活基礎調査における「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」の質問に対する「ない」を「日常生活に制限なし」と定め、算出するものだ。前出の数値はこの方法で算定したものだ。これとは別に、介護保険の要介護2～5の状態を自立していない状態（不健康）とする算定方法もある。介護保険の対象が65歳以上となることから、65歳を対象とした健康余命と呼ぶこともできる。この算定方法では、10年時点で、自立している期間が男性17.23年、女性20.49年、要介護の期間が、男性1.63年、女性3.41年であり、65歳の健康寿命は男女とも80歳を上回っている。

◆健康な高齢者の増加：65歳以上の73%が健康

16年の健康寿命は未だ算定されていないが、国民生活基礎調査の結果は公表されている。高齢になるに従って、健康上の問題を抱える割合は上昇しているが、04年、10年と比較すると、65歳以上の高齢者の健康状態の改善が顕著となっている。高



齢化といえば社会保障給付の増額ばかりが問題となるが、65歳以上で健康上の問題がない高齢者の割合は73%となっている。健康な高齢者の社会参加を前提にした社会づくりが必要になっている。

【松尾隆】