

健康寿命をとりまく現状

健康寿命とは

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

現 状

我が国は、今や世界一の長寿国となり、高齢者数も今後大幅に増加していくが、男性で約9年、女性で約12年、健康上の問題で日常生活が制限される期間がある。

課 題

今後ますます少子高齢化の進展が見込まれる中、高齢者が生きがいを持っていきいきと地域社会で活躍できる社会を実現し、併せて医療費や介護給付費等の社会保障関連経費の伸びを抑制できるよう、市民の健康寿命の延伸を図ることが極めて重要な課題

現在の本市における状況

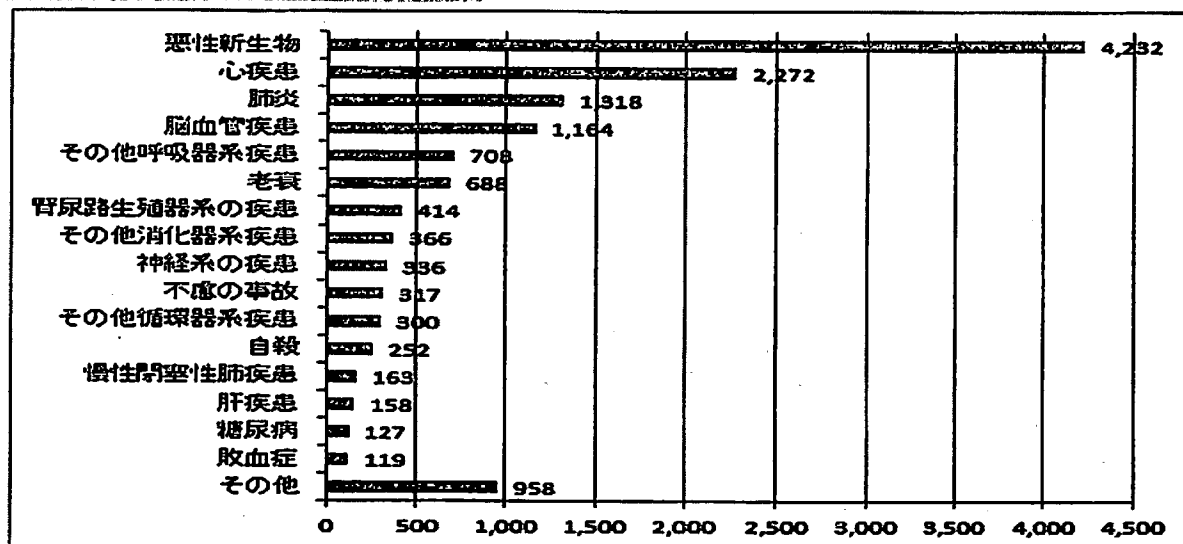
京都市民健康づくりプラン(第2次)「全体目標
～京都市民の健康寿命を延伸し、平均寿命に近づける～

食を通じた安全安心の意識の高まりや喫煙率の減少など、健康維持や疾病予防に関心を持つ市民の意識は高まりつつある。

本市では、「京都市民健康づくりプラン(第2次)」(平成25年3月策定)に基づき、京都ならではの取組や強みを活かした健康づくりを推進してきた。

各種統計

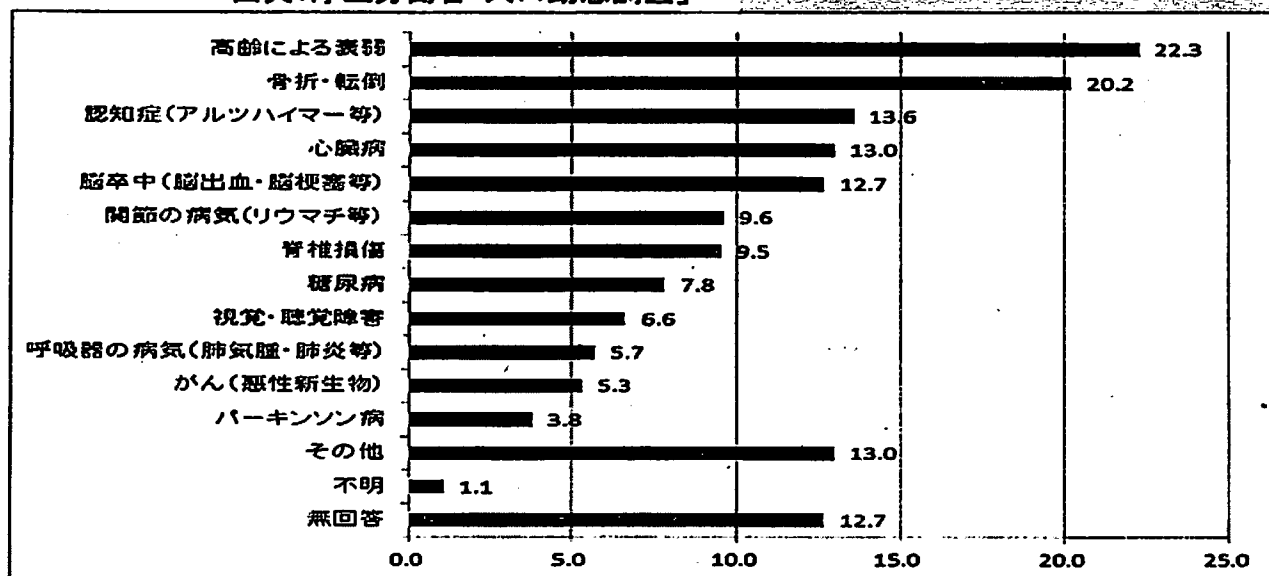
主要死因(平成25年)



悪性新生物(がん),
心疾患, 脳血管疾患な
ど, 生活習慣病によるも
のが多い。

出典: 厚生労働省「人口動態調査」

要介護(要支援)認定の原因

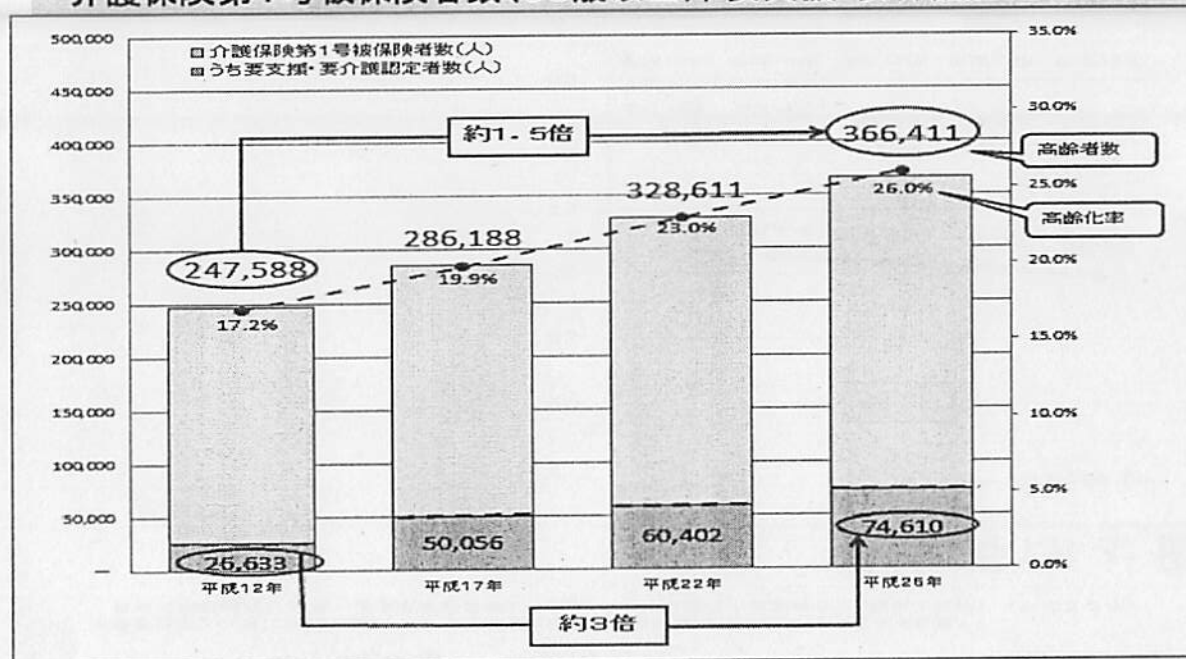


骨折・転倒といったロコモティブシンドロームとの関連が強い原因が20%を超えているほか, 心臓病など, 生活習慣病によるものも多い。

出典: 平成25年度すこやかアンケート(高齢者の生活と健康に関する調査)複数回答あり

※視覚・聴覚障害は, 加齢に伴う目・耳の疾病によるものを含み, 身体障害者福祉法上の障害の定義とは一致しない。

介護保険第1号被保険者数(65歳以上), 要支援・要介護認定者数及び高齢化率の推移



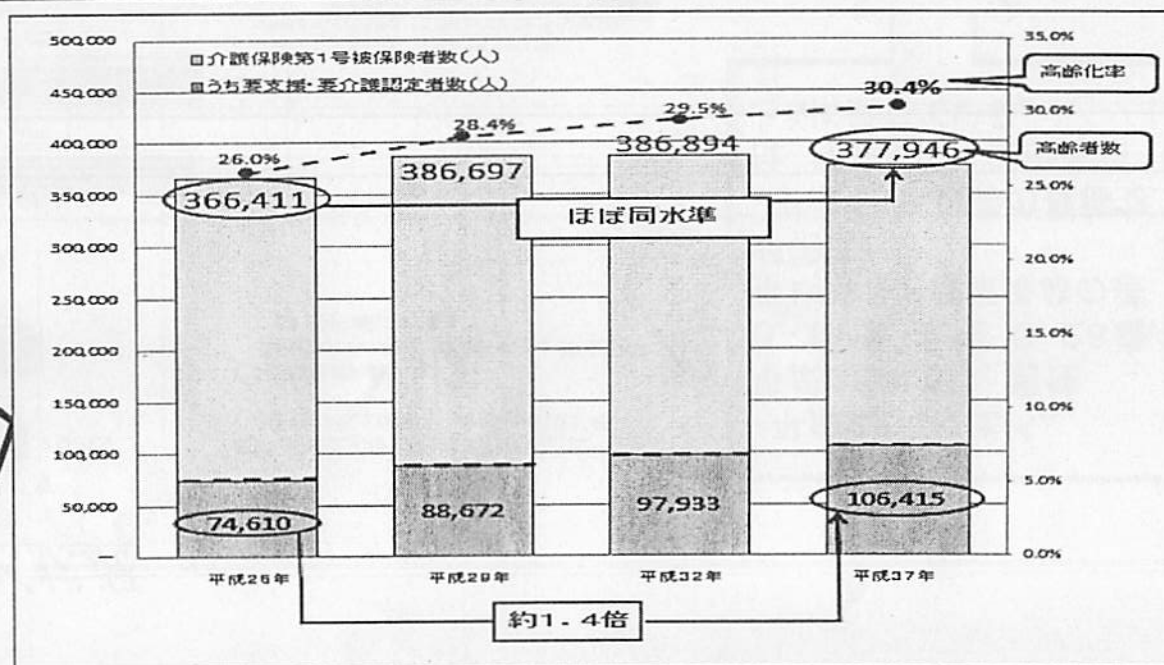
<これまで>

平成12年から平成26年にかけて介護保険の第1号被保険者数(65歳以上)は約1.5倍の増加に対し, 要支援・要介護認定者数は約3倍と大きく増加している。

参考: 京都市民長寿すこやかプラン

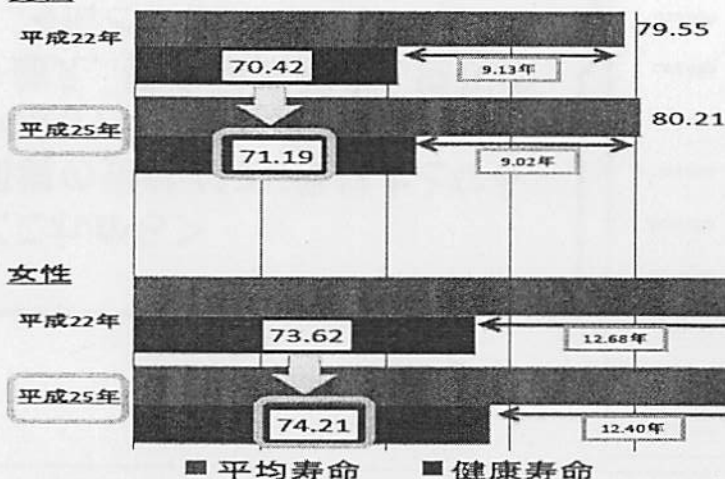
<これから>

団塊の世代が75歳以上となる, 平成37年には, 高齢化率30%を超え, 要介護高齢者も現在の1.4倍となる約11万人に増加する見込み。



全国の健康寿命を取り巻く状況

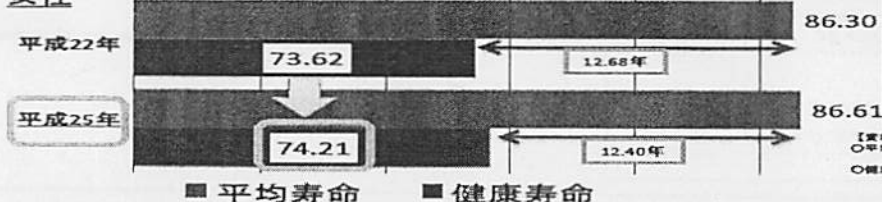
男性



○平成25年の健康寿命は
男性71.19年、女性74.21年

○健康寿命は
男性0.78年、女性0.59年延伸
(対平成22年)

女性

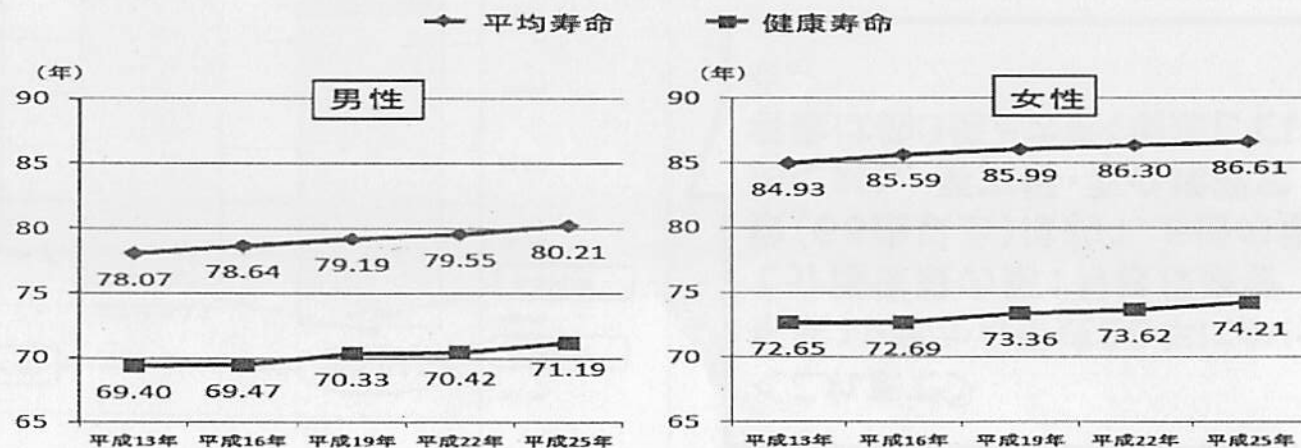


【資料】
○平均寿命 厚生労働省「平成22年完全寿命表」
「平成25年簡易寿命表」
○健康寿命 厚生労働省「平成22年/平成25年簡易寿命表」
厚生労働省「平成22年/平成25年人口動態統計」
厚生労働省「平成22年/平成25年国民生活基礎調査」
経産省「平成22年/平成25年推計人口」
より算出

※健康日本21(第二次)の目標:平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加(平成34年度)
日本再興戦略及び健康・医療戦略の目標:「2020年までに国民の健康寿命を1歳以上延伸」(平成32年)

・平成22年に比べ、平成25年では、男性0.11歳、女性0.28歳、平均寿命と健康寿命の差が縮まった。
・平成13年以降の推移では、平均寿命、健康寿命ともに延びている。

平均寿命と健康寿命の推移



【資料】平均寿命:平成13・16・19・25年は、厚生労働省「簡易寿命表」、平成22年は「完全寿命表」

各政令市における平均寿命・健康寿命(平成22年度分)

単位: 歳

男性			女性		
都市名	平均寿命	健康寿命	都市名	平均寿命	健康寿命
1 浜松市	81.14	72.98	浜松市	86.57	75.94
2 千葉市	80.02	71.93	静岡市	86.56	74.63
3 さいたま市	80.09	71.50	仙台市	86.79	74.42
4 相模原市	80.56	71.43	京都市	86.65	74.34
5 静岡市	79.48	71.28	横浜市	86.79	74.14
6 横浜市	80.29	70.93	さいたま市	86.59	73.92
7 名古屋市	79.22	70.48	名古屋市	86.33	73.68
8 仙台市	80.49	70.42	相模原市	86.81	73.68
9 福岡市	79.84	70.38	新潟市	87.29	73.59
10 京都市	79.98	70.14	神戸市	86.00	73.33
11 神戸市	79.60	70.10	札幌市	86.59	73.18
12 広島市	79.90	70.01	千葉市	86.65	73.06
13 札幌市	79.79	69.55	川崎市	86.70	73.06
14 堺市	79.00	69.55	岡山市	87.22	72.71
15 新潟市	79.59	69.47	広島市	86.99	72.23
16 川崎市	79.92	69.29	北九州市	86.20	72.20
17 岡山市	79.60	69.01	大阪市	85.20	72.12
18 北九州市	78.85	68.46	福岡市	86.71	71.93
19 大阪市	77.40	68.15	堺市	85.82	71.86

平均寿命と健康寿命の差
12.31歳

各政令市との比較では、
女性の健康寿命は第4
位であるが、男性は第
10位にとどまっている。

※出典: 厚生労働省科学研究費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)
分担研究報告書(健康寿命の指標化に関する研究)より。

平均寿命と
健康寿命の差
9.84歳

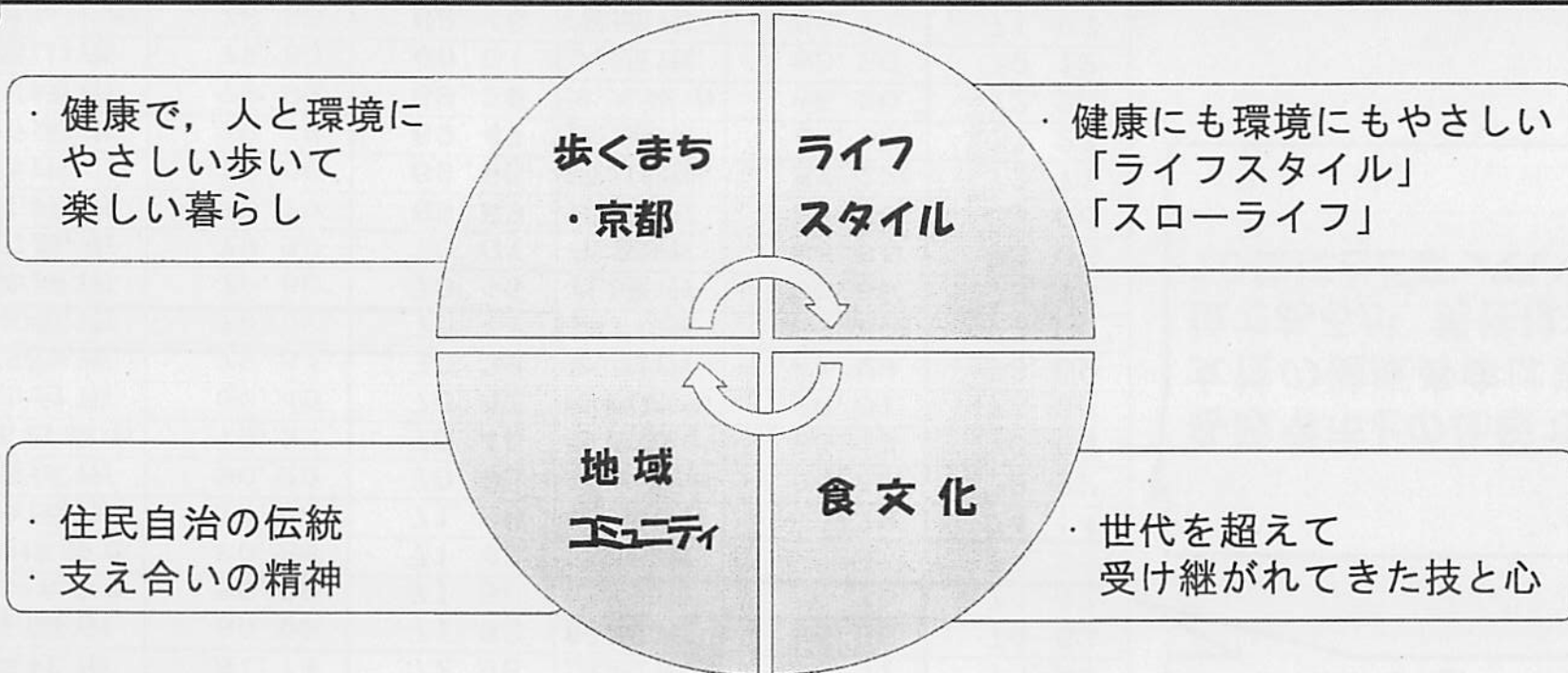
政令市平均との比較

	平均寿命		健康寿命	
	男	女	男	女
政令市全体	79.72	86.55	70.27	73.37
京都市	79.98	86.65	70.14	74.34

＜参考＞京都市民健康づくりプラン(第2次:平成25年度～)

基本理念

京都ならではの取組や強みを活かした健康づくりを市民ぐるみで推進し、
いきいきと健やかな『笑顔・健康都市』をみんなで実現します



全体目標

京都市民の健康寿命を延伸し、平均寿命に近づける

＜参考＞京都市民健康づくりプラン（第2次：平成25年度～）

～ 分野別の行動指針等の推進 ～



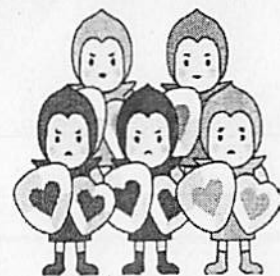
① 栄養・食生活

新「京（みやこ）・食育推進
プラン」



② 身体活動・運動

京都市身体活動・運動に
関する行動指針



③ 休養・こころの健康

きょうといのち ほっとプラン
（京都市自殺総合対策推進計画）



④ 歯と口の健康

歯ッピー・スマイル京都
（京都市口腔保健推進行動指針）



⑤ 喫煙

京都市たばこ対策行動指針
（第2次）



⑥ 飲酒

京都市飲酒に関する行動指針

「健康長寿のまち・京都」キックオフ宣言

わたくしたちは、自らが進んで健康づくりに取り組み、ひとりひとりが手を携えることで、生きがいを実感し、年齢を重ねても、ひとりひとりのいのちが輝き、地域の支え手として活躍できる、活力ある地域社会を構築するため、ここに「健康長寿のまち・京都」のキックオフを宣言します。

1. ひとりひとりが自らの健康への意識を高め、進んで行動します。
1. 人と人との輪を広げ、健康づくり運動を、ともに盛り上げます。
1. 健康づくりを通じて、いきいきと活力ある地域社会を実現します。

健康長寿のまち・京都市民会議(準備会) 構成団体

(五十音順)

番号	構成団体名
1	(株) エフエム京都
2	OH!ばんざい
3	京都「おやじの会」連絡会
4	(特非) 京都禁煙推進研究会
5	(一財) 京都工場保健会
6	京都産業保健総合支援センター
7	(公財) 京都市学校給食協会
8	(公社) 京都市観光協会
9	(公財) 京都市芸術文化協会
10	(公財) 京都市健康づくり協会
11	(公社) 京都市児童館学童連盟
12	(社福) 京都市社会福祉協議会
13	(公財) 京都市生涯学習振興財団
14	(公財) 京都市障害者スポーツ協会
15	京都市小学校長会
16	京都市食肉協同組合
17	(公社) 京都市私立幼稚園協会
18	(公社) 京都市シルバー人材センター
19	(公社) 京都市身体障害者団体連合会
20	京都市スポーツ少年団
21	京都市体育振興会連合会
22	京都市退職校同長会
23	(公財) 京都市男女共同参画推進協会
24	京都市地域女性連合会
25	京都市中央卸売市場協会
26	京都シニア大学
27	京都市PTA連絡協議会
28	(公社) 京都市保育園連盟
29	京都市保健協議会連合会
30	京都市民生児童委員連盟
31	(公財) 京都市ユースサービス協会
32	京都障害児者親の会協議会
33	京都商工会議所
34	京都市立中学校長会
35	(一社) 京都私立病院協会
36	(一社) 京都市老人福祉施設協議会

番号	構成団体名
37	(株) 京都新聞社
38	(一社) 京都精神保健福祉協会
39	(公社) 京都精神保健福祉推進家族会連合会
40	京都大学健康科学センター
41	(一社) 京都府医師会
42	(特非) 京都府ウォーキング協会
43	(公社) 京都府栄養士会
44	(公社) 京都府看護協会
45	京都府国民健康保険団体連合会
46	(一社) 京都府歯科医師会
47	(公社) 京都府歯科衛生士会
48	京都府宗教連盟
49	京都府私立中学高等学校連合会
50	(公財) 京都府生活衛生営業指導センター
51	京都府中小企業団体中央会
52	京都仏教会
53	(一社) 京都府薬剤師会
54	(株) 京都放送
55	(一財) 京都予防医学センター
56	(株) 京都リビング新聞社
57	京都料理組合
58	京都労働者福祉協議会
59	健康づくりサポーター
60	健康保険組合連合会京都連合会
61	(特非) 子育ては親育て・みのりのもり劇場
62	(一社) 春秋会
63	食育指導員
64	すこやかクラブ京都(一社)京都市老人クラブ連合会)
65	全国健康保険協会京都支部
66	(公財) 大学コンソーシアム京都
67	(特非) 日本健康運動指導士会京都府支部
68	(公社) 日本3B体操協会京都府支部
69	日本放送協会京都放送局
70	ピンクリボン京都実行委員会
71	マミーズアップ
72	(株) リーフ・パブリケーションズ