

2. 具体的目標

(1) 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

1. はじめに

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です。健康トライ21では、働き盛りの人々の死亡（早世死亡）を減らし、人生の中で健康で活動的な期間を延伸することを目的に、一次予防と健康増進支援のための環境整備を重視した健康づくりを推進するために、7つの領域を設定し目標値を掲げて様々な取組みを進めてきました。しかし、健康寿命の概念や算定方法が不明確であったため、健康寿命に関する具体的な目標を掲げるには至っていませんでした。

健康トライ21（第2次）では、健康寿命に関する目標を設定し取組みを進めていきます。

2. 基本的な考え方

(1) 健康寿命の延伸

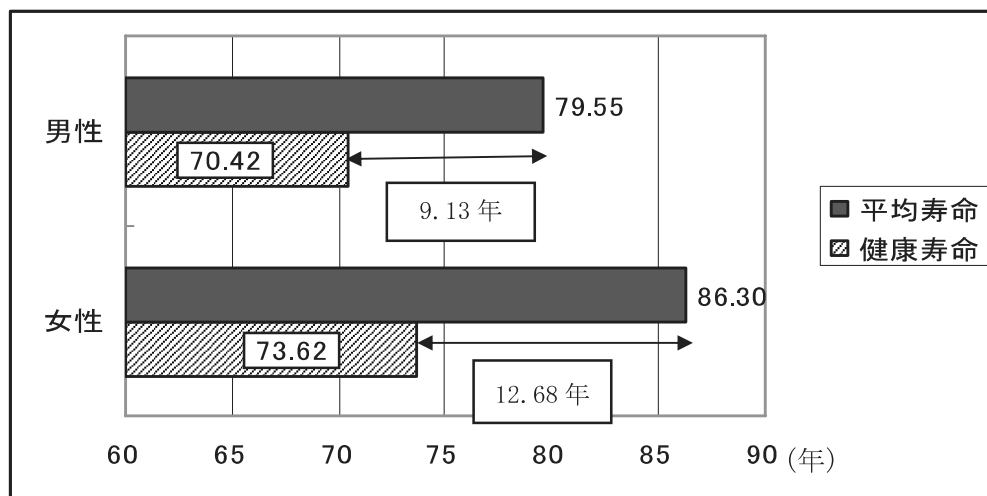
生活環境の改善や医学の進歩によって感染症が激減する一方で、がんや循環器疾患などの生活習慣病が増加し、疾病構造は大きく変化してきました。このようななか、健康水準を示す平均寿命についてみると、日本は世界でトップレベルの水準にあります。

一方、急速な出生率の低下により高齢化が進展しています。高齢化に伴い医療費は年々増加し、平成21年には過去最高に達しました。年齢階級別では65歳以上が半数を占めています。また、要支援及び要介護状態となった主な原因は、脳血管疾患をはじめとした生活習慣病が3割を占め、これ以外にも認知症や加齢による衰弱、関節疾患、転倒・骨折で5割を占めています。

健康トライ21（第2次）では、健康寿命の延伸の目標値設定に際して、平均寿命と健康寿命の差に注目します。平均寿命と健康寿命との差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味します。東大阪市では介護保険被保険者の「日常生活動作が自立している期間の平均」を指標とし、平成23年で、男性73.8年、女性77.4年です。

今後、平均寿命の延伸に伴い、健康寿命との差が拡大すれば、医療費や介護給付費の給付期間が長くなることとなります。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、個人の生活の質の低下を防ぐとともに、社会保障負担の軽減も期待できます。

図1 日本における平均寿命と健康寿命の差



平均寿命（平成 22 年）は、厚生労働省「平成 22 年完全生命表」
健康寿命（平成 22 年）は、厚生労働科学研究費補助金「健康寿命に
おける将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」

(2) 健康格差の縮小

健康格差とは、地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差と定義されています。最近の社会・経済状況の変化により、一人暮らしの人が増加するなど、家族のありようが変化してきています。また、地域とのつながりも薄れてきており、社会的な要因を背景に、健康状態の差、いわゆる健康格差が生まれ今後も深刻化することが懸念されています。

運動や食生活習慣の改善、生活習慣病予防など、個人的な取組みは引き続き重要です。個人の取組みに期待するとともに、社会環境の整備にも目を向けた取組みに力を入れていく重要性があります。

3. 現状と目標

(1) 健康寿命の延伸

目標項目	日常生活動作が自立している期間の平均の延伸
現状値	男性 73.8 年 女性 77.4 年 (平成 23 年)
目標値	平均寿命の延び以上に日常生活動作が自立している期間の平均が延伸する (平成 33 年)
データソース	高齢介護課「介護保険事業状況報告」

※平成 23 年の東大阪市の平均寿命は、男性 76.3 年、女性 83.6 年

今後、平均寿命の延伸とともに、健康な期間だけでなく不健康な期間も延びることが予

想されます。健康づくり及び介護予防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）ように取組みます。

(2) 健康格差の縮小

健康で暮らせる期間が長くなることは、個人にとっても喜ばしいことで、結果として膨らみ続ける社会保障費を減らしていくことにもつながります。

健康トライ21では、健康に関心を寄せ生活習慣の改善をめざす人に対しアプローチを展開してきました。また、市民グループと協働し正しい知識の普及啓発活動を行ってきました。

しかし、健康への関心が薄く情報が得られにくい人は、将来的に健康問題を抱えるリスクが高くなる傾向があります。これらの人に対し正しい情報を伝達していくことは、健康格差の縮小のために重要な対策です。

4. 今後必要となる対策

健康トライ21（第2次）で掲げられている様々な取組みが推進されることが、健康寿命の延伸につながります。健康寿命の延伸という課題に取り組むにあたって、健康増進・疾病予防対策は極めて大きいものになります。それに加え、疾病の早期発見や適切な治療管理による疾病の重症化予防、さらには介護予防や介護サービスなど、様々な取組みが必要となります。

また、健康格差の縮小に影響を与える要因として職業、経済力、家族構成、地域の4つがあります。健康格差をなくすには、これらの要因を長い期間をかけて改善していく必要があります。これまで、健康格差の問題については、対策の整備ができていませんでしたが、健康トライ21（第2次）では不健康な状態になる危険性の高い集団へも重点的に支援し、地域への働きかけを進めることで、身近な場所で支えあえるまちづくりに取り組んでいきます。人は社会の中で、人との関係性を持ちながら生活しています。今後は個人に対してのみでなく、地域社会に目を向けた取組みが求められています。

これらの対策の推進のために、関係する様々な部局との連携も図っていきます。