

# 健康寿命の延伸について（平均寿命と健康寿命の差の縮小）

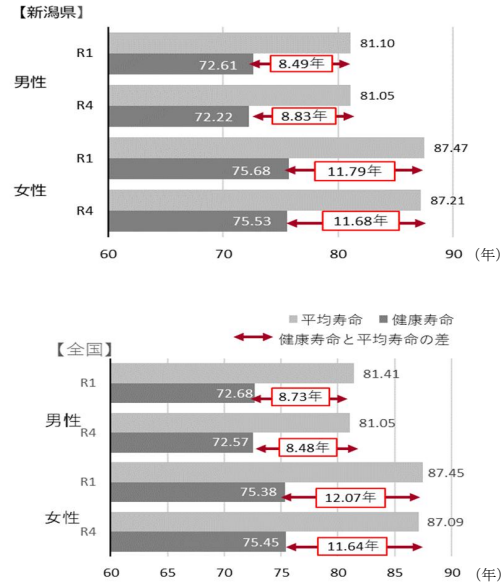
## 1 健康寿命と平均寿命の推移

本県の令和4年の平均寿命と健康寿命は、令和元年度比で、いずれも男女ともわずかに短縮しているとともに、依然として、双方の間には、男性で約9年、女性で約12年の差がある。

【参考（平均寿命と健康寿命の推移）】

		平均寿命 (前回との差)				健康寿命 (前回との差)				平均寿命と健康寿命の差 (前回との差)			
		H25	H28	R1	R4	H25	H28	R1	R4	H25	H28	R1	R4
男性	全国	80.21	80.98 (+0.77)	81.41 (+0.43)	81.05 (-0.36)	71.19	72.14 (+0.95)	72.68 (+0.54)	72.57 (-0.11)	9.02	8.84 (-0.18)	8.73 (-0.11)	8.49 (-0.24)
	新潟県	80.3	80.89 (+0.59)	81.1 (+0.21)	81.05 (-0.05)	71.47	72.45 (+0.98)	72.61 (+0.16)	72.22 (-0.39)	8.83	8.44 (-0.39)	8.49 (+0.05)	8.83 (+0.34)
	順位					17位	10位	26位	30位				
女性	全国	86.61	87.14 (+0.53)	87.45 (+0.31)	87.09 (-0.36)	74.21	74.79 (+0.58)	75.38 (+0.59)	75.45 (+0.07)	12.4	12.34 (-0.06)	12.06 (-0.28)	11.63 (-0.43)
	新潟県	86.77	87.38 (+0.61)	87.47 (+0.09)	87.21 (-0.26)	74.79	75.45 (+0.66)	75.68 (+0.23)	75.53 (-0.15)	11.98	11.93 (-0.05)	11.79 (-0.14)	11.68 (-0.11)
	順位					13位	11位	22位	25位				

出典：平均寿命：厚生労働省「簡易生命表」、「新潟県簡易生命表」  
健康寿命：厚生労働省「健康日本21（第三次）推進専門委員会」資料



### 【参考】都道府県の健康寿命の推移 別紙のとおり

## 2 健康寿命短縮の原因に関する分析

- 健康寿命は、3年毎に実施される国民生活基礎調査の健康票の設問「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。」からサリバン法により算出  
→「あり」と回答した場合は、具体的な影響について、補問があり、その内容からは、身体活動の重要性が推察される

### 【補問の選択肢】

- 1 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）
- 2 外出（時間や作業量などが制限される）
- 3 仕事、家事、学業（時間や作業量が制限される）
- 4 運動（スポーツを含む）
- 5 その他

### 「国民生活基礎調査」回答者数の全国順位（R4）

	男性 有訴	女性 有訴	日常生活 動作	外出	仕事・ 家事・ 学業	運動	備考（健康寿命）	
							男性	女性
新潟県	18位	24位	8位	25位	23位	26位	30位	25位
静岡県	46位	47位	41位	45位	45位	44位	1位	1位

- 国民生活基礎調査では、日頃の健康習慣も調査

→本県は「適度に運動をするか身体を動かしている」という項目に課題があり、調査の度に悪化傾向  
※規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている、うす味のものを食べているなどは、全国平均より良い。

性別	事柄	R4			R1			H28		
		全国	本県	順位	全国	本県	順位	全国	本県	順位
男性	適度に運動をするか身体を動かしている	39.71%	34.64%	44	37.42%	32.60%	42	37.29%	34.02%	38
女性	適度に運動をするか身体を動かしている	35.49%	30.08%	45	33.26%	28.18%	44	33.37%	30.16%	36

「身体活動・運動」分野に課題があると推察⇒R8新規事業の検討へ

### 3 健康寿命の評価

最新の令和4年の値では、令和元年と比べ、男女ともわずかに短縮した。

なお、全国でも男性で健康寿命が短縮しており、新型コロナウイルス感染拡大の影響があると言われている。また、平均寿命と健康寿命の差は全国では男女とも短縮したが、新潟県では男性で拡大した。県としては、健康寿命の短縮が新型コロナウイルス感染拡大による一時的なものなのか注視していく。

#### 【参考】

- ・国の「健康日本21」においても「健康寿命の延伸」という指標を置いており、健康寿命が延伸し、平均寿命の伸びを上回ること、平均寿命と健康寿命との差の期間、つまり、病気や介護など日常生活に何らかの制限がある不健康な期間、が短くなり、最期まで元気に生活できることが重要とされている。
  - ・また、「健康寿命のあり方に関する有識者研究会報告書（2019年3月）」では、健康寿命の算出値を見る上では、以下の姿勢が適切としている
    - ①他の地域との比較よりも自地域（同一地域）の経年変化に着目する（別紙「都道府県順位の推移」）
    - ②「点」ではなく「幅（95%信頼区間）」で見る
    - ③誤差の影響を均すために3年間の移動平均値を見る
    - ④健康寿命だけでなく「不健康期間」にも着目する
- 県としては、全国順位は参考とし、本県の健康寿命が延伸し、平均寿命の伸びを上回ること（平均寿命と健康寿命の差の縮小）や健康寿命の推移を見ていく。

### 4 健康寿命延伸に向けた今後の方向性

健康立県ヘルスプロモーションプロジェクトの5つのテーマ（食生活・運動等）に、近年の政策的課題（生涯を通じた女性の健康支援、働く世代からの介護予防など）に着目した新たな視点を加え、県民の関心を高めながら、健康づくりの取組を推進するとともに、にいがた健康経営推進企業登録制度など、企業の取組を通じて、すべての世代が生き生きと暮らせる「健康立県」の実現を目指していく。

また、にいがた新世代ヘルスケア情報基盤を活用し、健康寿命の終了を意味する介護発生リスクと生活習慣等との関連の分析を実施することにより、科学的根拠に基づいた効果的な取組の展開を図っていく。

## 「健康寿命延伸に向けた研究・啓発事業」について(R6~)

- 新潟大学に「ヘルスケア情報基盤を活用した健康寿命終了のリスク要因に関する研究」を委託⇒共同研究を実施
- ・2019年に三条市の医療ビッグデータを活用した分析と同様の手法で、県が収集したヘルスケア情報基盤のビッグデータを活用し、健康寿命の終了を意味する介護発生リスクと生活習慣等との関連を分析し、その因子を特定。
  - ・28市町村分（長岡市、上越市分を除く）のデータセットを作成し、大学で分析中。
  - ・今後、研究成果を踏まえ、県民の関心を高める、効果的な啓発手法等を検討し、検討した内容をもとに県民の健康づくりの推進のための啓発を展開。

#### 研究の概要

##### 【目的】

「にいがた新世代ヘルスケア情報基盤」を活用し、県内28市町村（長岡市、上越市除く）における国民健康保険及び後期高齢者医療保険等の特定健診、診療報酬請求（レセプト）と介護保険のビッグデータを統合解析し、要介護状態に陥るリスク要因とその大きさをコホート研究により明らかにすることを目的とする。

##### 【事業対象者】

新潟県と協定を締結した28市町村の国民健康保険被保険者約32万6千人及び後期高齢者医療保険被保険者約32万2千人のうち、平成29年度から令和5年度に健診を受け、過去に心疾患、脳血管疾患、介護認定（介護保険における要支援又は要介護）の既往のない者。

##### 【研究機関】

新潟大学大学院医歯学総合研究科 血液・内分泌・代謝内科学分野 教授 曾根 博仁 氏

## 都道府県の健康寿命の推移(男性)

都道府県	令和4年 (2022)	順位	都道府県	令和元年 (2019)	順位	都道府県	平成28年 (2016)	順位	都道府県	平成25年 (2013)	順位
静岡県	73.75	1	大分県	73.72	1	山梨県	73.21	1	山梨県	72.52	1
石川県	73.60	2	山梨県	73.57	2	埼玉県	73.10	2	沖縄県	72.14	2
山梨県	73.47	3	埼玉県	73.48	3	愛知県	73.06	3	静岡県	72.13	3
群馬県	73.37	4	滋賀県	73.46	4	岐阜県	72.90	4	石川県	72.02	4
神奈川県	73.28	5	静岡県	73.45	5	石川県	72.67	5	宮城県	71.99	5
埼玉県	73.21	6	群馬県	73.41	6	静岡県	72.63	6	福井県	71.97	6
滋賀県	73.19	7	鹿児島県	73.40	7	山形県	72.61	7	千葉県	71.80	7
福井県	73.16	8	山口県	73.31	8	富山県	72.58	8	熊本県	71.75	8
岐阜県	73.09	9	宮崎県	73.30	9	茨城県	72.50	9	宮崎県	71.75	8
栃木県	73.06	10	福井県	73.20	10	新潟県	72.45	10	三重県	71.68	10
鹿児島県	73.01	11	神奈川県	73.15	11	福井県	72.45	10	茨城県	71.66	11
奈良県	73.00	12	石川県	73.08	12	宮城県	72.37	12	愛知県	71.65	12
千葉県	72.96	13	岐阜県	73.08	12	千葉県	72.37	12	群馬県	71.64	13
北海道	72.95	14	東京都	72.94	14	香川県	72.37	12	鹿児島県	71.58	14
宮城県	72.91	15	佐賀県	72.94	14	鹿児島県	72.32	15	神奈川県	71.57	15
愛知県	72.91	15	宮城県	72.90	16	神奈川県	72.30	16	大分県	71.56	16
鳥取県	72.89	17	三重県	72.90	16	滋賀県	72.30	16	新潟県	71.47	17
長野県	72.73	18	愛知県	72.85	18	山口県	72.18	18	長野県	71.45	18
茨城県	72.67	19	茨城県	72.71	19	栃木県	72.12	19	岐阜県	71.44	19
香川県	72.67	19	富山県	72.71	19	長野県	72.11	20	和歌山県	71.43	20
島根県	72.58	21	京都府	72.71	19	兵庫県	72.08	21	埼玉県	71.39	21
三重県	72.44	22	広島県	72.71	19	群馬県	72.07	22	山形県	71.34	22
秋田県	72.43	23	奈良県	72.70	23	宮崎県	72.06	23	栃木県	71.17	23
佐賀県	72.43	23	山形県	72.65	24	東京都	72.00	24	佐賀県	71.15	24
大分県	72.37	25	栃木県	72.62	25	北海道	71.99	25	北海道	71.11	25
岡山県	72.29	26	秋田県	72.61	26	沖縄県	71.98	26	岡山県	71.10	26
宮崎県	72.29	26	千葉県	72.61	26	広島県	71.97	27	山口県	71.09	27
長崎県	72.24	28	新潟県	72.61	26	岩手県	71.85	28	奈良県	71.04	28
東京都	72.23	29	島根県	72.59	29	京都府	71.85	28	長崎県	71.03	29
新潟県	72.22	30	長野県	72.55	30	長崎県	71.83	30	島根県	70.97	30
熊本県	72.21	31	兵庫県	72.48	31	島根県	71.71	31	富山県	70.95	31
福岡県	72.20	32	和歌山県	72.39	32	三重県	71.69	32	滋賀県	70.95	31
京都府	72.14	33	香川県	72.34	33	鳥取県	71.69	32	広島県	70.93	33
広島県	72.13	34	長崎県	72.29	34	青森県	71.64	34	鳥取県	70.87	34
山形県	72.09	35	福島県	72.28	35	佐賀県	71.60	35	福岡県	70.85	35
富山県	72.06	36	岡山県	72.28	35	福島県	71.54	36	愛媛県	70.77	36
兵庫県	72.05	37	熊本県	72.24	37	岡山県	71.54	36	東京都	70.76	37
青森県	72.03	38	福岡県	72.22	38	大分県	71.54	36	香川県	70.72	38
徳島県	72.03	38	徳島県	72.13	39	大阪府	71.51	39	秋田県	70.71	39
山口県	72.01	40	沖縄県	72.11	40	福岡県	71.49	40	岩手県	70.68	40
和歌山県	71.95	41	大阪府	71.88	41	奈良県	71.40	41	福島県	70.67	41
福島県	71.89	42	青森県	71.73	42	高知県	71.37	42	兵庫県	70.62	42
愛媛県	71.82	43	高知県	71.63	43	和歌山県	71.36	43	大阪府	70.46	43
大阪府	71.77	44	北海道	71.60	44	徳島県	71.34	44	青森県	70.29	44
沖縄県	71.62	45	鳥取県	71.58	45	愛媛県	71.33	45	京都府	70.21	45
高知県	71.19	46	愛媛県	71.50	46	秋田県	71.21	46	高知県	69.99	46
岩手県	70.93	47	岩手県	71.39	47	熊本県	災害のためなし	-	徳島県	69.85	47
1位と 最下位の差	2.82			2.33			2.00			2.67	

## 都道府県の健康寿命の推移(女性)

都道府県	令和4年 (2022)	順位	都道府県	令和元年 (2019)	順位	都道府県	平成28年 (2016)	順位	都道府県	平成25年 (2013)	順位
静岡県	76.68	1	三重県	77.58	1	愛知県	76.32	1	山梨県	75.78	1
山口県	76.43	2	山梨県	76.74	2	山梨県	76.22	2	静岡県	75.61	2
岐阜県	76.20	3	宮崎県	76.71	3	三重県	76.22	2	秋田県	75.43	3
山梨県	76.16	4	大分県	76.60	4	富山県	75.77	4	宮崎県	75.37	4
宮崎県	76.13	5	静岡県	76.58	5	島根県	75.74	5	群馬県	75.27	5
愛知県	76.07	6	島根県	76.42	6	栃木県	75.73	6	茨城県	75.26	6
福井県	76.01	7	栃木県	76.36	7	岐阜県	75.66	7	山口県	75.23	7
石川県	75.97	8	高知県	76.32	8	茨城県	75.53	8	三重県	75.13	8
三重県	75.97	8	鹿児島県	76.23	9	鹿児島県	75.51	9	福井県	75.09	9
大分県	75.94	10	富山県	76.18	10	沖縄県	75.46	10	大分県	75.01	10
埼玉県	75.93	11	岐阜県	76.18	10	新潟県	75.45	11	栃木県	74.83	11
千葉県	75.89	12	愛知県	76.09	12	大分県	75.38	12	岐阜県	74.83	12
広島県	75.85	13	青森県	76.05	13	静岡県	75.37	13	新潟県	74.79	13
滋賀県	75.82	14	岡山県	76.04	14	福井県	75.26	14	富山県	74.76	14
島根県	75.82	14	秋田県	76.00	15	群馬県	75.20	15	神奈川県	74.75	15
鹿児島県	75.82	14	石川県	75.90	16	石川県	75.18	16	長野県	74.73	16
京都府	75.78	17	茨城県	75.80	17	山口県	75.18	16	石川県	74.66	17
秋田県	75.67	18	群馬県	75.80	17	高知県	75.18	16	愛知県	74.65	18
岡山県	75.67	18	福井県	75.74	19	千葉県	75.17	19	青森県	74.64	19
富山県	75.63	20	埼玉県	75.73	20	青森県	75.14	20	千葉県	74.59	20
佐賀県	75.62	21	千葉県	75.71	21	岡山県	75.10	21	奈良県	74.53	21
高知県	75.61	22	新潟県	75.68	22	佐賀県	75.07	22	鹿児島県	74.52	22
長野県	75.57	23	山形県	75.67	23	山形県	75.06	23	鳥取県	74.48	23
群馬県	75.54	24	熊本県	75.59	24	福島県	75.05	24	岩手県	74.46	24
新潟県	75.53	25	沖縄県	75.51	25	宮崎県	74.94	25	熊本県	74.40	25
愛媛県	75.42	26	兵庫県	75.50	26	香川県	74.84	26	北海道	74.39	26
東京都	75.41	27	香川県	75.47	27	長野県	74.72	27	沖縄県	74.34	27
北海道	75.39	28	佐賀県	75.47	27	長崎県	74.72	27	和歌山県	74.33	28
香川県	75.39	28	長崎県	75.42	29	埼玉県	74.67	29	高知県	74.31	29
栃木県	75.36	30	福島県	75.37	30	福岡県	74.66	30	山形県	74.27	30
熊本県	75.34	31	和歌山県	75.33	31	神奈川県	74.64	31	宮城県	74.25	31
長崎県	75.32	32	山口県	75.33	31	愛媛県	74.59	32	佐賀県	74.19	32
和歌山県	75.30	33	福岡県	75.19	33	秋田県	74.53	33	福岡県	74.15	33
山形県	75.29	34	宮城県	75.10	34	岩手県	74.46	34	埼玉県	74.12	34
福岡県	75.28	35	北海道	75.03	35	大阪府	74.46	34	福島県	73.96	35
茨城県	75.12	36	徳島県	75.03	35	和歌山県	74.42	36	岡山県	73.83	36
兵庫県	75.11	37	長野県	74.99	37	宮城県	74.41	37	愛媛県	73.83	37
青森県	75.02	38	神奈川県	74.97	38	東京都	74.24	38	島根県	73.80	38
鳥取県	74.97	39	奈良県	74.95	39	兵庫県	74.23	39	滋賀県	73.75	39
大阪府	74.95	40	大阪府	74.78	40	鳥取県	74.14	40	香川県	73.62	40
徳島県	74.83	41	鳥取県	74.74	41	奈良県	74.10	41	長崎県	73.62	41
奈良県	74.76	42	岩手県	74.69	42	滋賀県	74.07	42	東京都	73.59	42
宮城県	74.74	43	広島県	74.59	43	徳島県	74.05	43	徳島県	73.44	43
福島県	74.74	43	愛媛県	74.58	44	京都府	73.97	44	兵庫県	73.37	44
神奈川県	74.71	45	東京都	74.55	45	北海道	73.77	45	京都府	73.11	45
沖縄県	74.33	46	滋賀県	74.44	46	広島県	73.62	46	広島県	72.84	46
岩手県	74.28	47	京都府	73.68	47	熊本県	災害のためなし	—	大阪府	72.49	47
1位と 最下位の差	2.40			3.90			2.70			3.29	