

## 健康寿命について

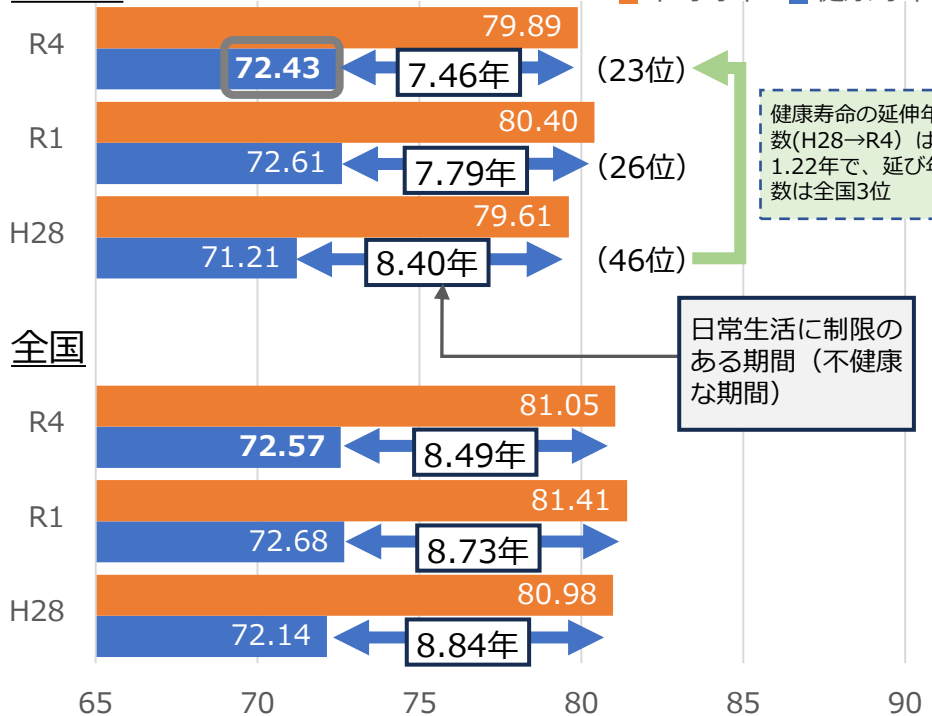
- ・ 定義は「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」（健康日本2 1（第三次）より）
- ・ 3年毎に都道府県別を含めて健康寿命を算出しており、今回で5回目の公表（過去の公表年：平成22年、平成25年、平成28年、令和元年）
- ・ 国民生活基礎調査と生命表を基礎資料として算定  
※国民生活基礎調査における質問「あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか」に対して「ない」の回答を「日常生活に制限なし」と定め算定

## 健康寿命の推移

※（ ）は全国順位

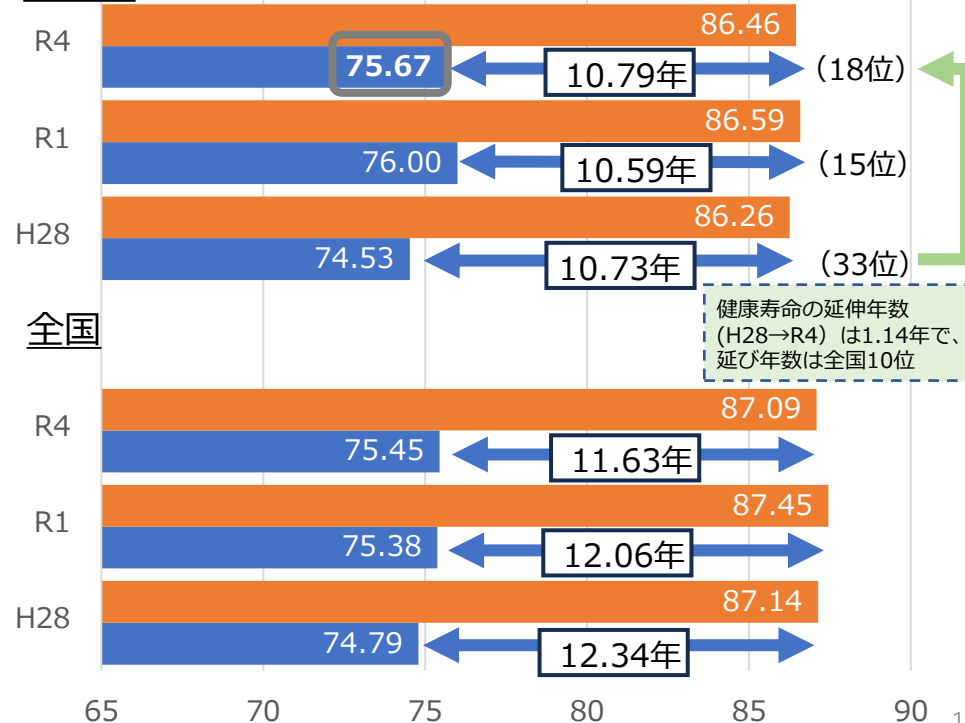
### 男性

#### 秋田県



### 女性

#### 秋田県



## 第3期健康秋田21計画(R6～R17)における目標指標（健康寿命関係）

指標	目標値	現状値	備考
健康寿命（日常生活に制限のない期間の平均）	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の延伸（不健康な期間の短縮）	不健康な期間 男性：R1 7.79年 → R4 7.46年（▲0.32年） 女性：R1 10.59年 → R4 10.79年（0.20年）	
全国トップ県を目標とした健康寿命	男性：75.21年（R8） 女性：78.75年（R8）	男性：72.43年（目標値まで2.78年） 女性：75.67年（目標値まで3.08年）	H29からの「10年で健康寿命日本一」の取組に合わせて、R8までの目標値とする。

## 他自治体の状況

### 【全国上位】

順位	男性	本県との差	女性	本県との差
1位	静岡県 73.75年	1.32年	静岡県 76.68年	1.01年
2位	石川県 73.60年	1.17年	山口県 76.43年	0.76年
3位	山梨県 73.47年	1.04年	岐阜県 76.20年	0.53年

### 【全国下位】

順位	男性	本県との差	女性	本県との差
45位	沖縄県 71.62年	△0.81年	神奈川県 74.71年	△0.96年
46位	高知県 71.19年	△1.24年	沖縄県 74.33年	△1.34年
47位	岩手県 70.93年	△1.50年	岩手県 74.28年	△1.39年

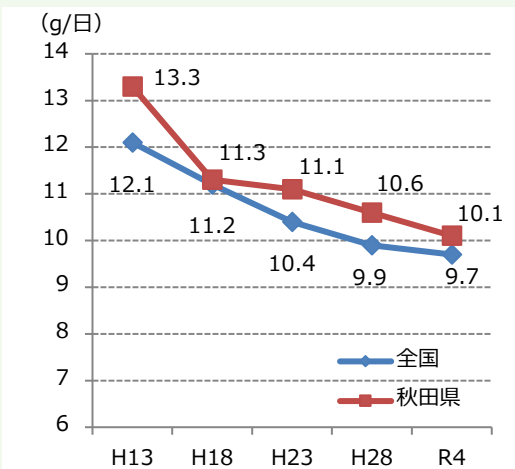
## 今回の結果について

- 全国的に健康寿命にあまり伸びが見られず、本県の健康寿命も同様の結果となった。  
※R1との比較
  - 全国平均では男性△0.11年、女性0.07年
  - 男性では31都府県、女性では29県において健康寿命が短縮  
（H28-R1で健康寿命が短縮しているのは、男性では5道県、女性では3県のみ）
- コロナ禍における行動制限などが今回の結果の要因になっているものと考えられるほか、厚生労働省では新型コロナウイルス感染症の影響による平均寿命の短縮も影響があったとしている。
- 本県の健康寿命は男女とも中位をキープする形となったが、個別の健康指標では、がんや生活習慣病に起因する疾患による高い死亡率、歩数の減少や高い喫煙率といった様々な課題があることから、官民が連携した健康づくりを促す環境づくり、子ども・働き盛り世代・高齢者など各ライフステージの特性に応じた取組などの様々な視点から、課題の解決に向けた取組を推進していく。

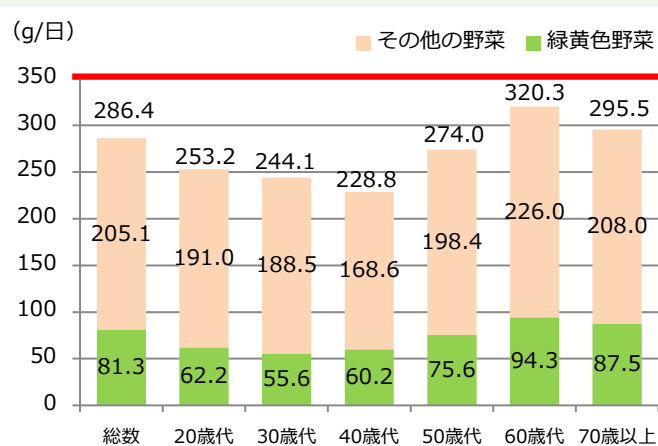
## (参考) 主な指標

### 栄養・食生活

【食塩摂取量（20歳以上）】



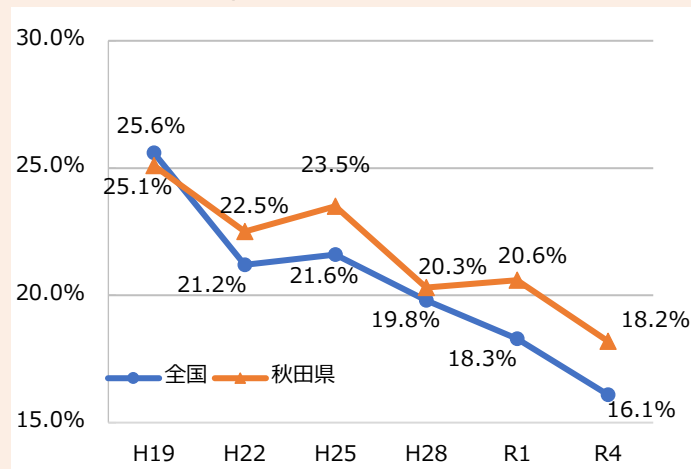
【野菜類の摂取量（20歳以上）】



出典：県民健康・栄養調査（秋田県）

### たばこ

【喫煙率（20歳以上）】

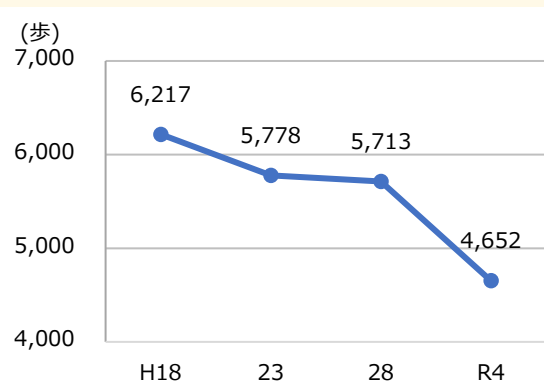


出典：国民生活基礎調査（厚生労働省）

### 身体活動・運動

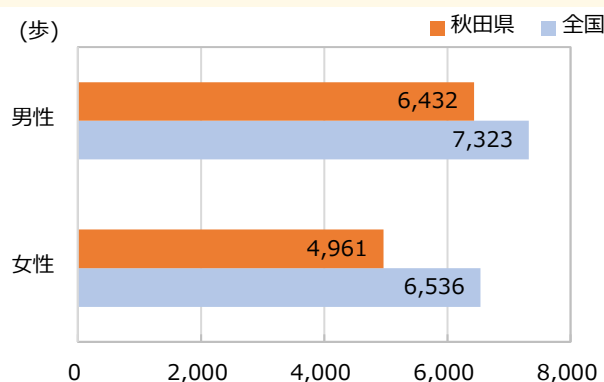
日常生活における平均歩数（20～64歳）

【平均歩数の推移】



出典：県民健康・栄養調査（秋田県）

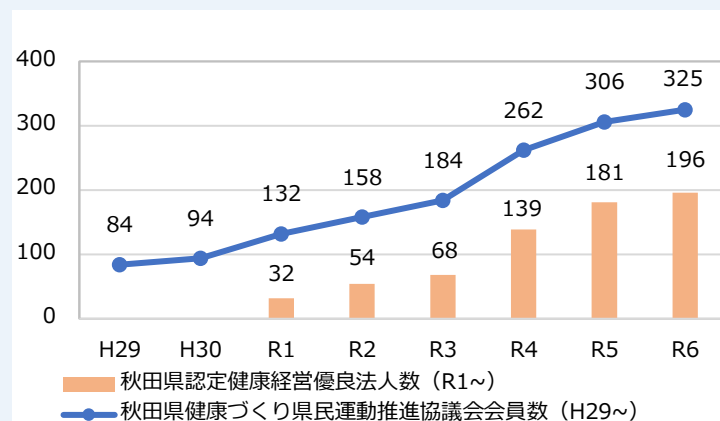
【男女別の平均歩数】



出典：令和4年国民健康・栄養調査（厚生労働省）  
令和4年県民健康・栄養調査（秋田県）

### 健康づくりに取り組む環境

【健康づくりに取り組む団体の状況】



出典：健康づくり推進課調べ