

健康寿命を延ばしましょう

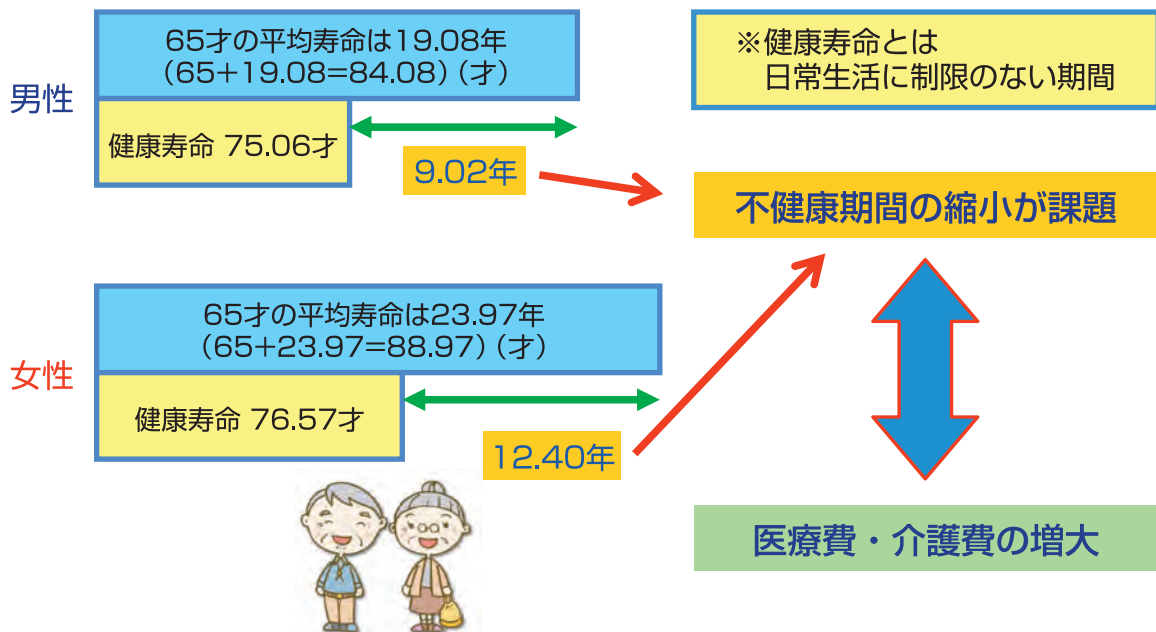
(1) 健康寿命とは？

● 「健康寿命」とは心身ともに自立し、健康的に生活できる期間

2000年にWHO（世界保健機関）が健康寿命を提唱して以来、寿命を延ばすだけでなく、いかに健康に生活できる期間を延ばすかに関心が高まっています。健康寿命が「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」と定義されているため、平均寿命と健康寿命との差は日常生活に制限のある「健康ではない期間」を意味します。平成25年においてこの差は男性9.0年、女性12.4年でした。

今後、平均寿命が延びるにつれてこの差が拡大すれば、健康上の問題だけではなく、医療費や介護費の増加による家計へのさらなる影響も懸念されます。健康に配慮する一方で、こうした期間に対する備えも重要になります。

【日本全体の健康寿命（平成25年）】



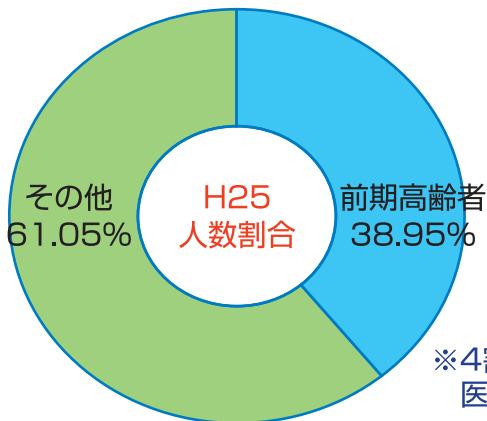
(2) 現状の問題

- 健康寿命は平成22年対比で男性+0.78年、女性+0.59年の延伸
- 若干の改善は見られるが、高齢者人口の伸びも大きい
- 団塊の世代の高齢者入りにより要介護・入院患者が急増することが懸念される（2025年問題）

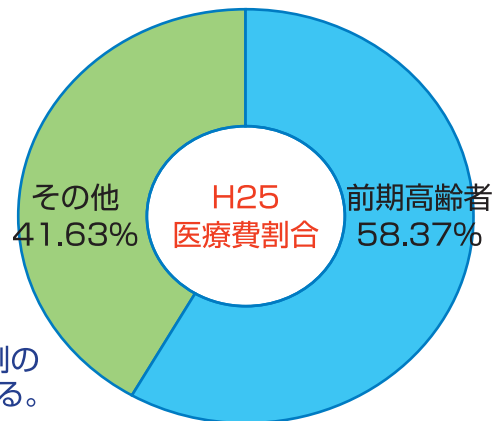
(3) 65～74歳前期高齢者の医療費(国保)

① 伸び率

前期高齢者が占める人数割合



前期高齢者が占める医療費割合



※4割の人で6割の医療費を占める。

(人数)	H24	1,545人	⇒	H25	1,622人	5%増
(金額)	H24	663,133千円	⇒	H25	754,095千円	13.7%増

■団塊の世代が前期高齢者になっている。

② 一人あたりの国保料

H25 97,020円 ⇒ H26 98,265円
1.28%増 1,245円増

- H26年度の必要保険料は103,000円/人。
- 保険料の上昇を抑えるため、一般会計より2,000万円の特別繰り入れ。1人当たり5,000円を投入し、国保料を抑えた
これ以上の財政投入は困難
前期高齢者の皆さんに元気になっていただきたい。



(4) 健康寿命向上対策(特に高齢者対策として)

改善ポイント

・仲間づくり ・イベント参加 ・運動 ・頭脳トレーニング ・生き甲斐 ・孤独、不安ストレスの軽減

町の施策

- ・高齢者クラブ復活促進、39集落中 H25 13→19集落に復活
- ・シルバー人材センターの更なる活性化。
- ・町と社協、包括の連携による健康向上促進。運動教室、栄養指導、交流の場づくり、地区社協活動等を実施。
- ・健康づくり情報や包括支援センターからのお知らせを町広報で随時お知らせ。

今後も健康づくりに関する情報提供を積極的に行ない、食生活・運動・飲酒・喫煙・歯・こころの健康など町民の皆様が自ら生活習慣を見直し、生活習慣病を予防できるよう支援します。また、疾病の早期発見・早期治療に結びつく、各種健康診査・がん検診を実施し早期の治療を促すことにより、重症化予防の取り組みも進めていきます。さらに町国保と連携し、特定保健指導による個別支援、各種予防接種、妊婦一般健康診査、乳幼児健診等の充実も図り、それぞれの事業の充実を図ることで、健康寿命の延伸につなげます。