

## 健康寿命と介護が必要となった原因

### 健康寿命の算定（平成27年）

▽ 日常生活動作が自立している期間

兵庫県算定値※（平成26年～平成28年の3カ年の平均）

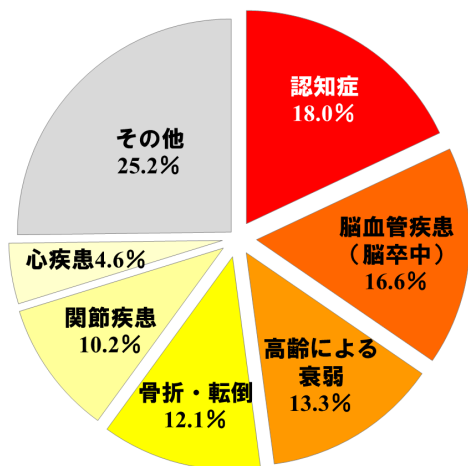
	健康寿命 (a)	平均寿命 (b)	差 (b-a)
男性	79.62 歳	81.06 歳	1.44 歳
女性	83.96 歳	87.15 歳	3.19 歳

※兵庫県算定値

厚生労働省が示す「健康寿命の算定方法の指針」に準拠し、「日常生活動作が自立している状態を健康」として介護保険情報の要介護1以下の割合から算出

（出典：兵庫県）

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のことです。



左のグラフは、平成28年国民生活基礎調査の介護が必要となった主な原因の構成割合を表しています。

これらの予防としては、

- ・ 認知症 (P.53参照)
  - ・ メタボリックシンドローム (P.44参照)
  - ・ ロコモティブシンドローム (P.45参照)
- 対策が3本柱です。

※ ( ) 内は「健康づくり推進員支援ガイド」の参照ページ

介護が必要となった主な原因



該当欄に印をつけましょう！

読んだ	家族や仲間 内容を伝えた

亡くなる病気から助かる病気に！

がんの部位別臨床病期別10年相対生存率\*

	I期	II期	III期	IV期	全体	
前立腺	98.2	100.0	93.5	41.0	92.4	
甲状腺	98.7	100.0	92.7	54.7	86.0	
乳	95.4	86.0	57.8	15.4	82.8	
子宮体	90.9	82.2	55.0	8.2	79.0	
子宮頸	89.1	65.7	46.8	14.5	69.8	
大腸	90.8	77.5	70.6	9.5	65.9	
胃	89.7	52.2	36.2	6.0	64.3	
膀胱	73.6	74.7	33.3	16.5	63.5	
腎臓・尿管	89.3	68.9	51.4	14.9	62.4	
喉頭	79.3	52.3	44.7	38.9	58.3	
卵巣	82.5	56.1	18.7	13.4	44.5	
肺	63.3	28.5	13.2	2.8	30.4	
食道	60.6	31.7	18.6	7.2	28.4	
胆のう・胆道	42.0	15.8	5.5	1.6	15.2	
肝臓	25.7	15.9	7.5	2.5	14.6	
すい臓	29.1	8.7	2.1	0.7	5.0	
全部位	80.6	68.3	38.5	13.1	55.5	

(「国立がん研究センター 2018.2.28」より作図)

※ 臨床病期とは、おおよその病期を判定するもので、がんがどの程度進んでいるかを見極める分類。ステージ0からステージIVまでの5段階に分類され、数字が進むほどがんが進行していることを意味する。また、相対生存率とは、実測に基づき生存率を求めたものを実測生存率というが、がん以外の死因による死亡も含まれる。このため、がん以外の死因で死亡する可能性を補正して算出されたものを相対生存率という。

今日、がんは増加の一途で、統計的には2人に1人ががんに罹患し、3人に一人ががんで死亡する時代になりました。しかし、増加の原因は高齢者の増加によるもので、年齢を調整すると、実際は男女とも減少を続けています。

上図は、国立がん研究センターが発表した「がんの部位別臨床病期別10年相対生存率」です。

全部位でみても10年相対生存率は55.5%で、がんに罹患したからといってすぐに亡くなるというわけではありません。さらに、がんの部位別、臨床病期別にみると、確かに相対生存率の低いがんもありますが、多くのがんにおいてはI期、II期の相対生存率は、極めて高く、80%、90%を超えるがんも数多く見られます。このことは、がんは早期に発見して、早期に治療すれば、助かる病気であることを示しており、早期にがんを発見するために、定期的ながん検診の受診が重要であることを示しています。



該当欄に印をつけましょう！

読んだ	気をつけている または実践している	家族や仲間 内容を伝えた
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>