

人の活躍：高齢社会に対応した 社会システムの構築（関係資料）

高齢者が健康で生きがいを持って安心して暮ら
せる社会

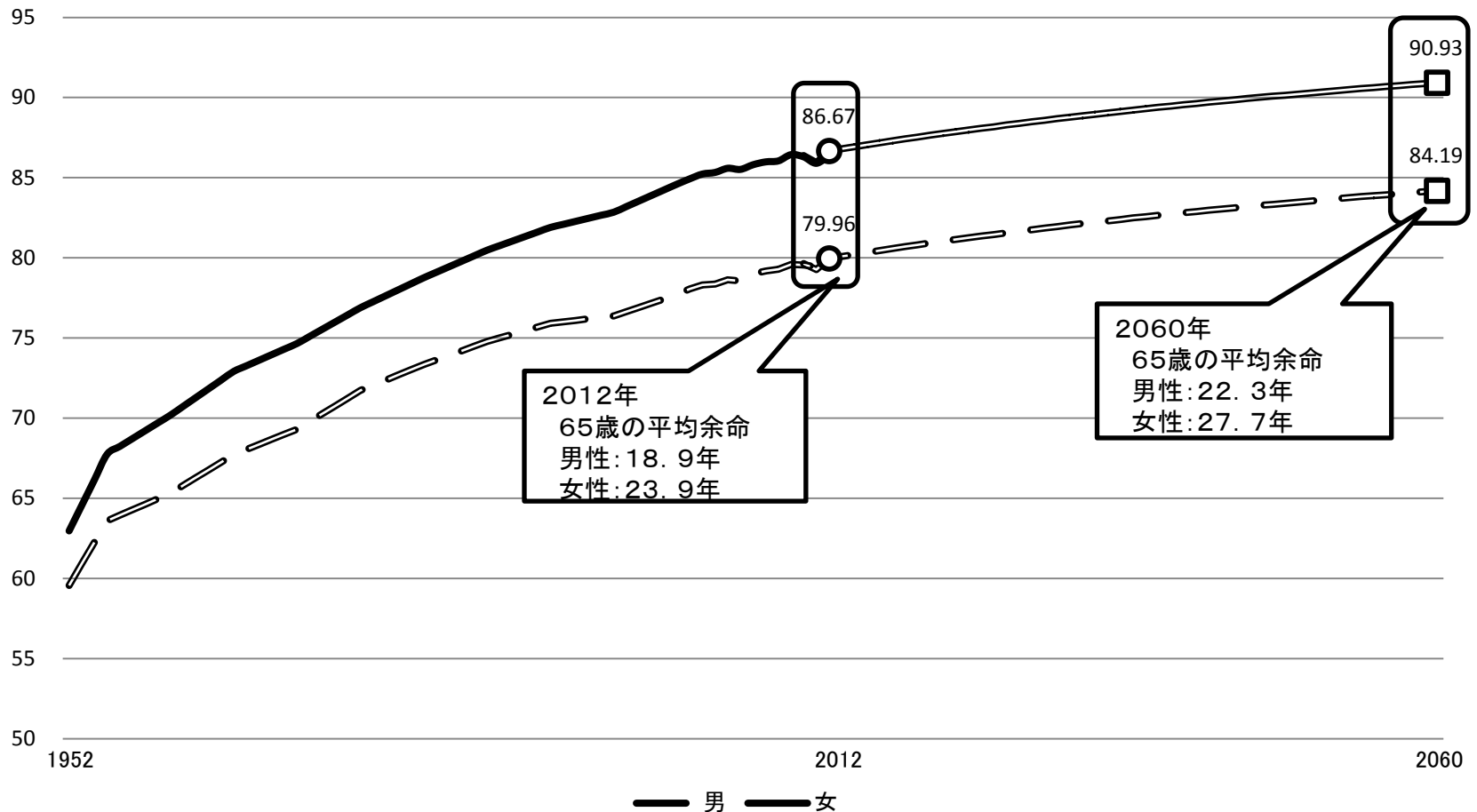
平成26年5月27日

内閣府

1. 平均寿命・平均余命の推移について

- 平均寿命は今後も上昇を続け、2060年には男性で84.19歳、女性で90.93歳になる見込み。
- 2060年には、65歳時点での平均余命も約3～4年伸びる見込み。

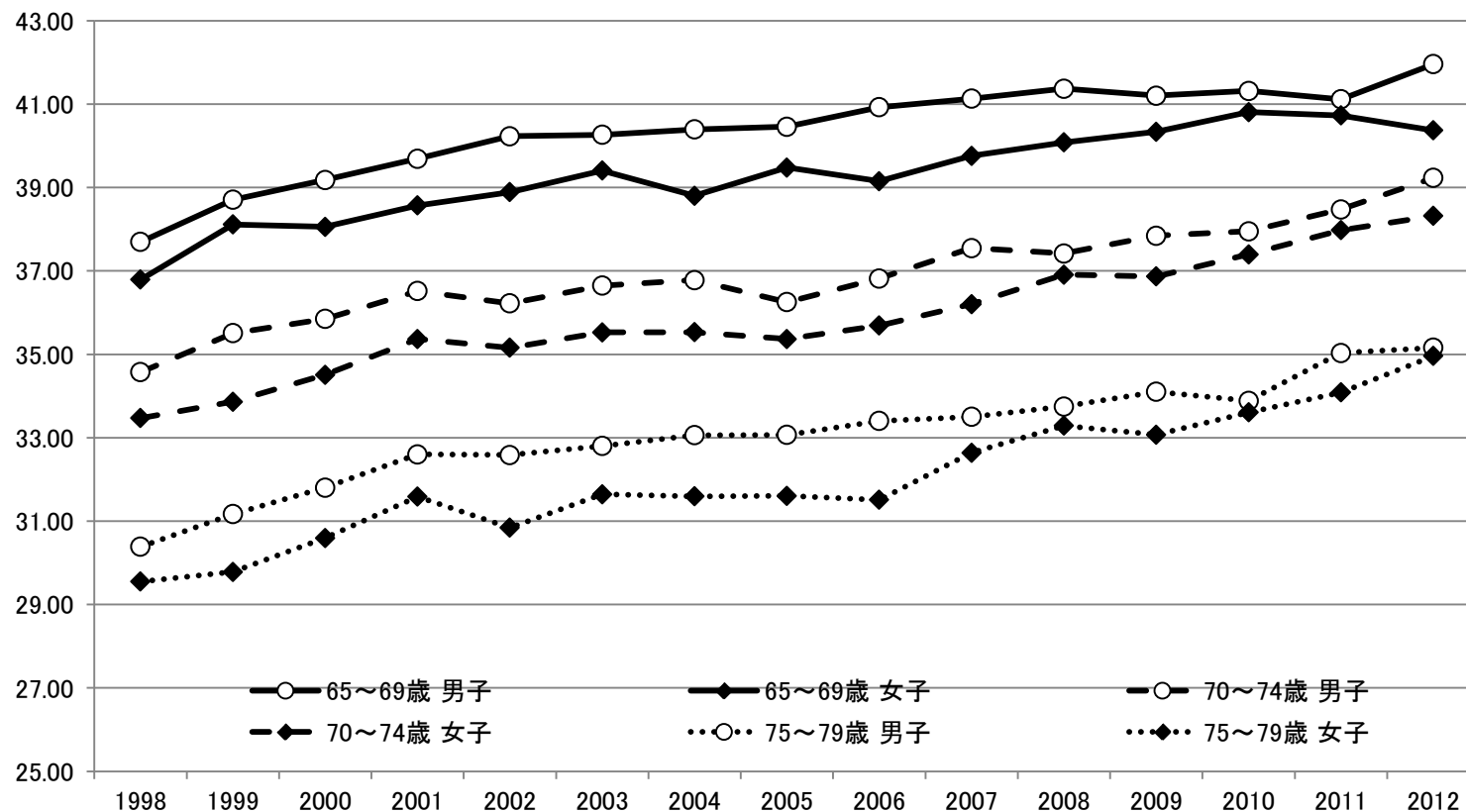
平均寿命の推移



資料出所:2012年まで 厚生労働省「簡易生命表」(2012)
2012年以降 国立社会保障・人口問題研究所「将来人口の推計」

2. 高齢者の体力・運動能力の推移について

- 高齢者の体力・運動能力のスコアはおおむね上昇傾向である。
- 1998年時点の合計点と、2012年の合計点を比較すると、おおむね5歳下の年齢階層のスコア並みに向上しているといえる。



資料出所：文部科学省「体力・運動能力調査」

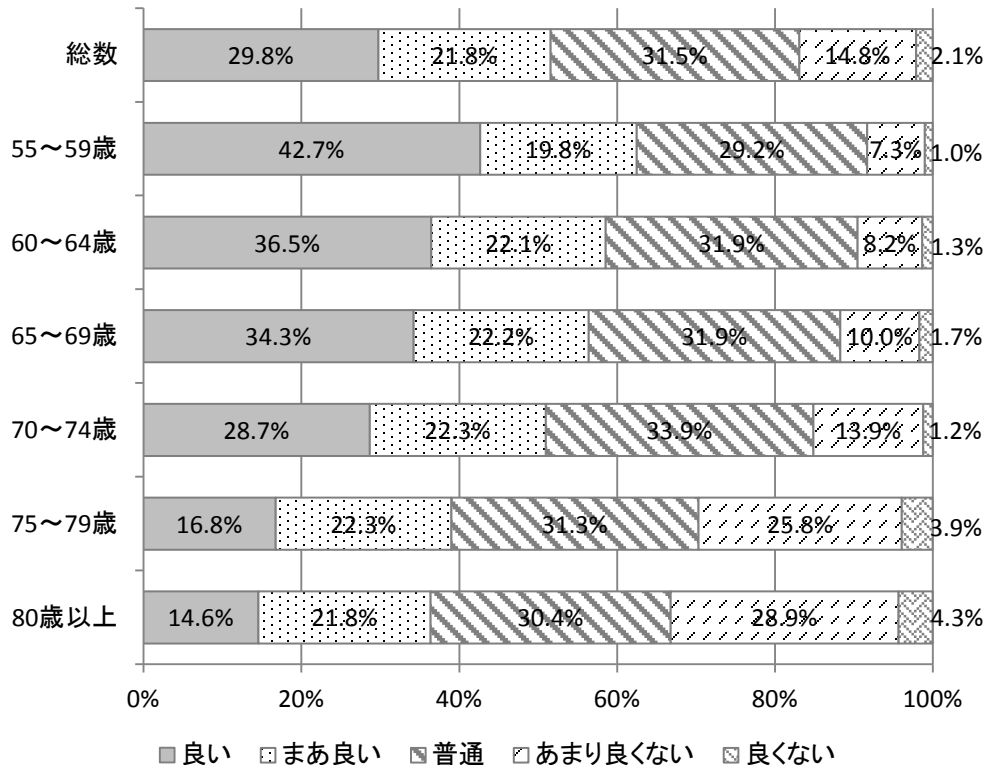
注) データは下記の項目の合計点の平均値である。

握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行

3. 高齢者の健康状態・生きがいについて

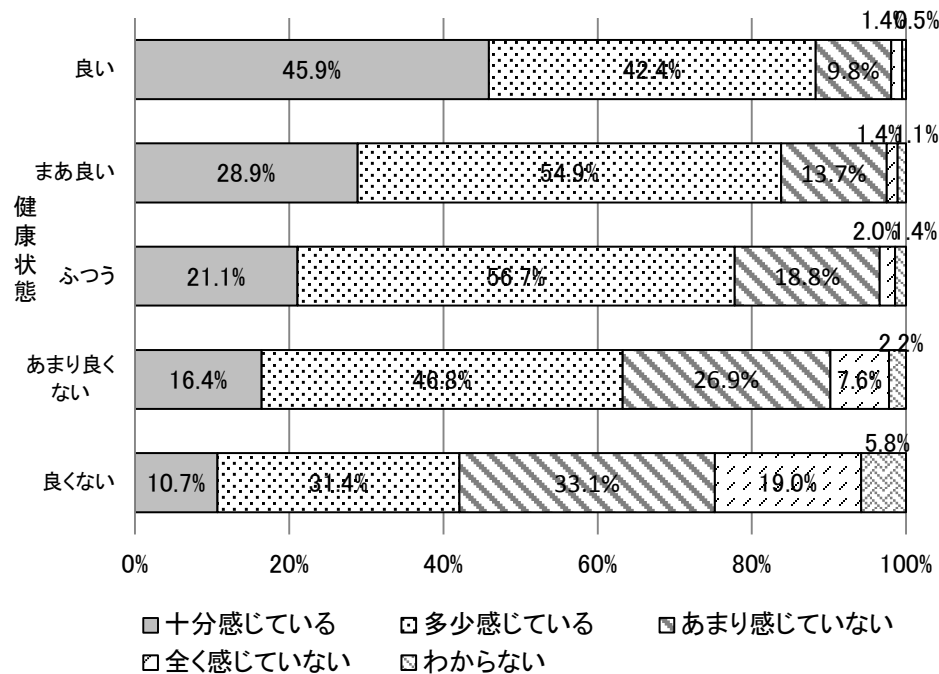
- 高齢者の健康状態についての意識は、74歳以下では「良い」又は「まあ良い」が過半数を超えるが、75歳を超えると4割以下となる。
- 健康状態が良いほど、生きがいを「十分感じている」又は「多少感じている」と答える割合が高くなる。

「あなたの現在の健康状態は、いかがですか」という問に対する答



資料出所：内閣府「高齢者の健康に関する意識調査」(2012年)

「あなたは、どの程度生きがいを感じていますか」という問に対する答

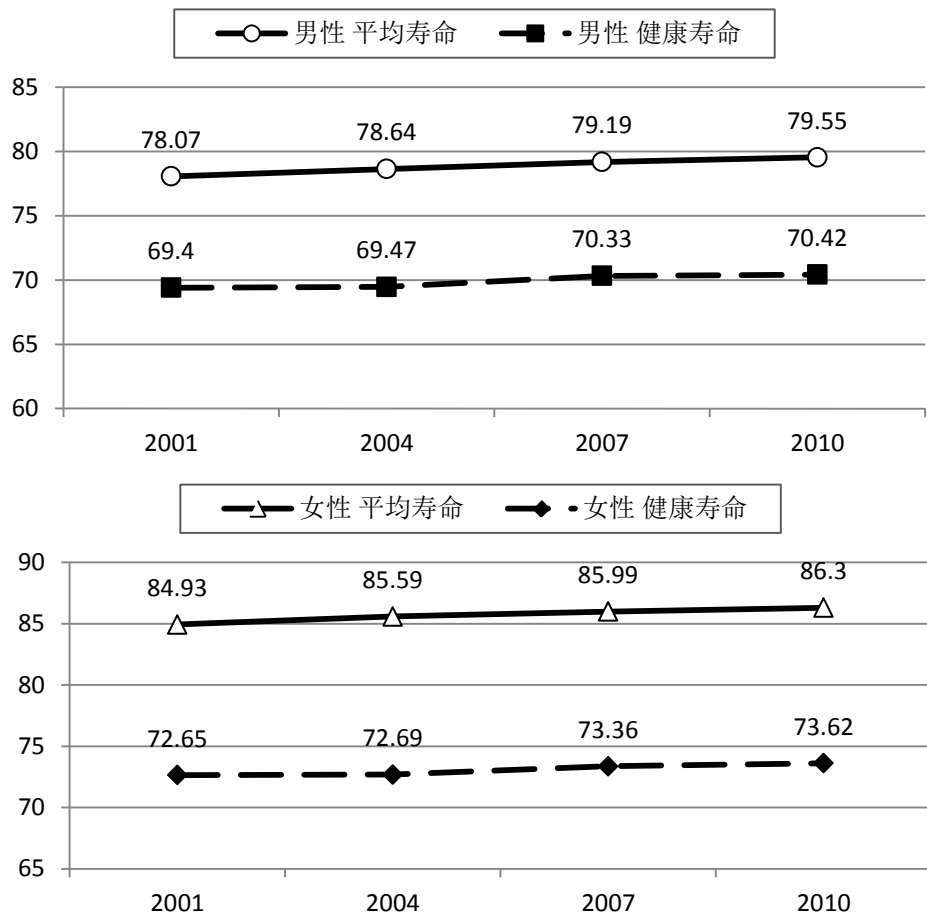


資料出所：内閣府「高齢者の日常生活に関する意識調査」(2009年)
注) 対象者は60歳以上の男女

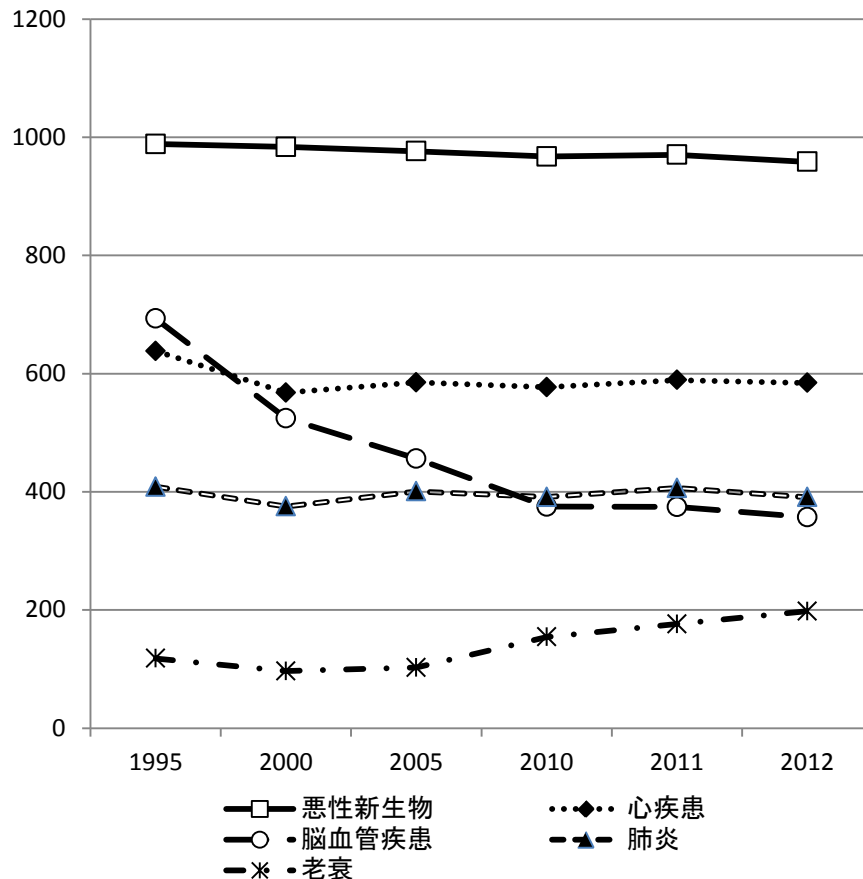
4. 平均寿命・健康寿命及び65歳以上の死因別死亡率

- 平均寿命・健康寿命ともに延びてきている。
- 65歳以上の主な死因は「悪性新生物」「心疾患」などの生活習慣病が中心となっている。

平均寿命・健康寿命の推移



65歳以上の死因別死亡率(人口10万対)



資料:健康寿命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」

平均寿命の2010年は厚生労働省「完全生命表」、2001年から2007年までは厚生労働省「簡易生命表」

(注)日常生活に制限のない期間が「健康寿命」、0歳の平均余命が「平均寿命」である。

資料出所:厚生労働省「人口動態調査」

注:死因名等はICD-10の死因年次推移分類による。

5. 健康づくりのための地域の取組例

◆ 都道府県別の健康寿命

- 都道府県別の健康寿命を見ると、
 男性: 1位愛知県 2位静岡県 3位千葉県
 女性: 1位静岡県 2位群馬県 3位愛知県

資料出所: 健康寿命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」

都道府県別健康寿命(上位5団体)

		男性		女性	
1位	愛知	71.74	1位	静岡	75.32
2位	静岡	71.68	2位	群馬	75.27
3位	千葉	71.62	3位	愛知	74.93
4位	茨城	71.32	4位	栃木	74.86
5位	山梨	71.20	4位	沖縄	74.86

◆ 健康寿命延伸のための取組の具体例(静岡県の例)

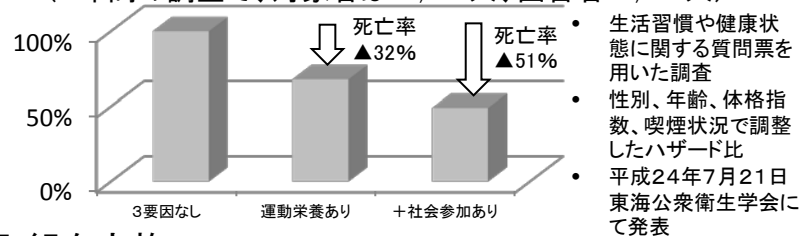
静岡県では、調査研究の結果に基づき、多くの主体の参加を得た取組を推進。

① 県の高齢者についてコホート調査を実施

- 健康寿命には
 - ◆ 適度な運動
 - ◆ 適切な食生活
 - ◆ 社会参加
 の3要素が重要と判明

高齢者の追跡結果

(9年間の調査で、対象者は22,000人、回答者14,001人)



② 調査結果を活かし、運動・食生活・社会参加の3要素に着目した取組を実施

静岡県が認識している健康長寿の背景は

- ・ 昭和63年から日本一健康県を目指して、市町村と県が一体となった取組を推進してきたこと
- ・ 豊かな食材、お茶、高齢者が働ける環境、温暖な気候 など

① ふじ33プログラムの開発と普及

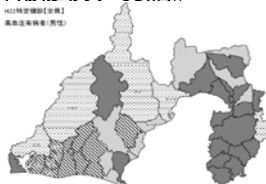
働き盛り世代(40~64歳)を対象とした個人の健康づくりを支援する環境づくりのため、運動習慣・食生活の改善・社会参加をメニューに取り入れた本県独自のプログラムの開発と普及を市町、企業と連携して実施。



ふじ33プログラム 実践教室

② 健康長寿の研究

県民約50万人分の特定健診データの市町別分析や、緑茶の研究などを強化し、市町の健康づくり施策を支援するとともに、県民へも情報提供を実施。



健康マップの作成

③ 企業との連携による推進

健康づくりを積極的に取り組む企業を増やすことを目的に優れた企業の取組を表彰するとともに、その事例をパンフレット等で紹介。



健康づくり企業・事業所知事褒章

④ 市町の健康づくり事業への支援

市や町が実施する健康マイレージ事業など、先進的な健康づくり事業を支援。



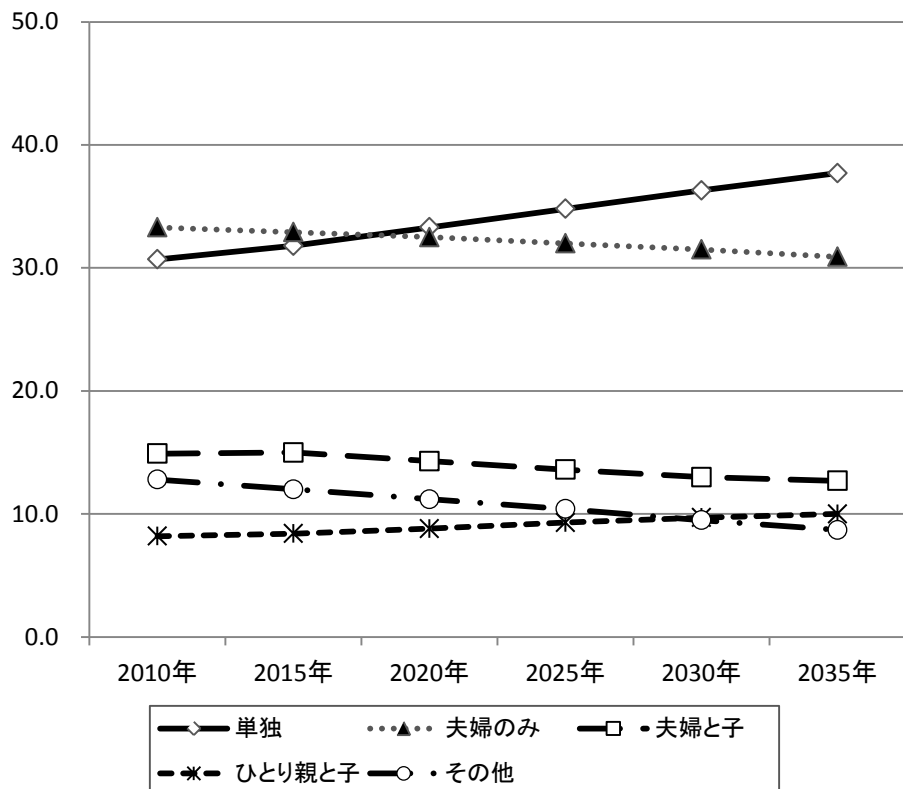
健康づくりマイレージカード

マイレージ事業は 各市町が実施主体

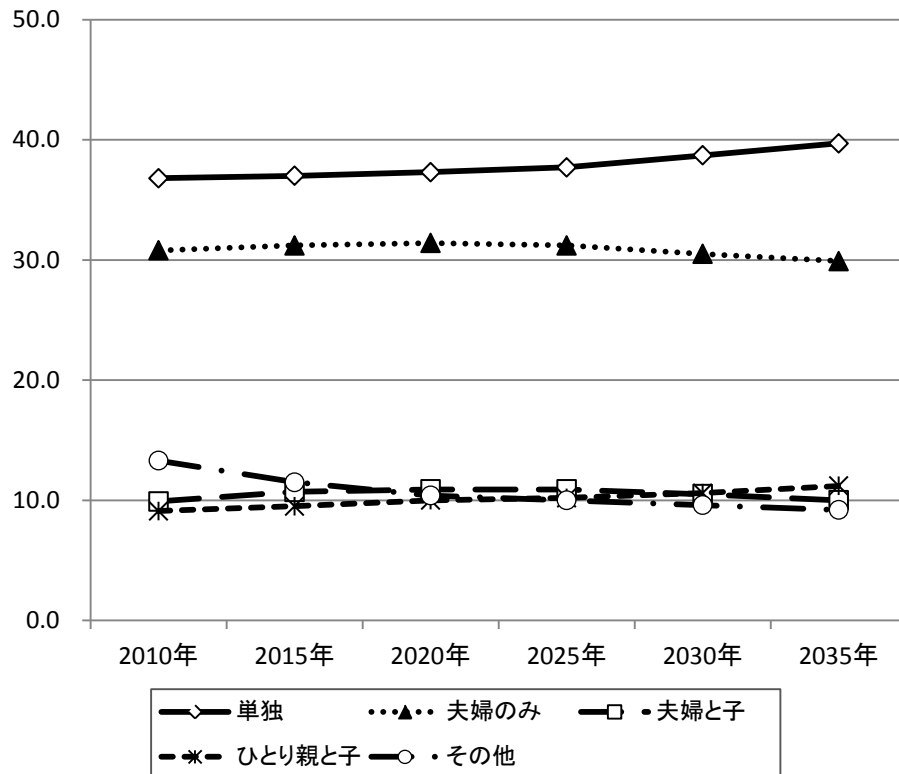
6. 高齢者の家族類型の推移

○ 世帯主65歳以上・75歳以上の世帯の家族類型の推移では、いずれも単独世帯の増加が見込まれる。

世帯主65歳以上



世帯主75歳以上

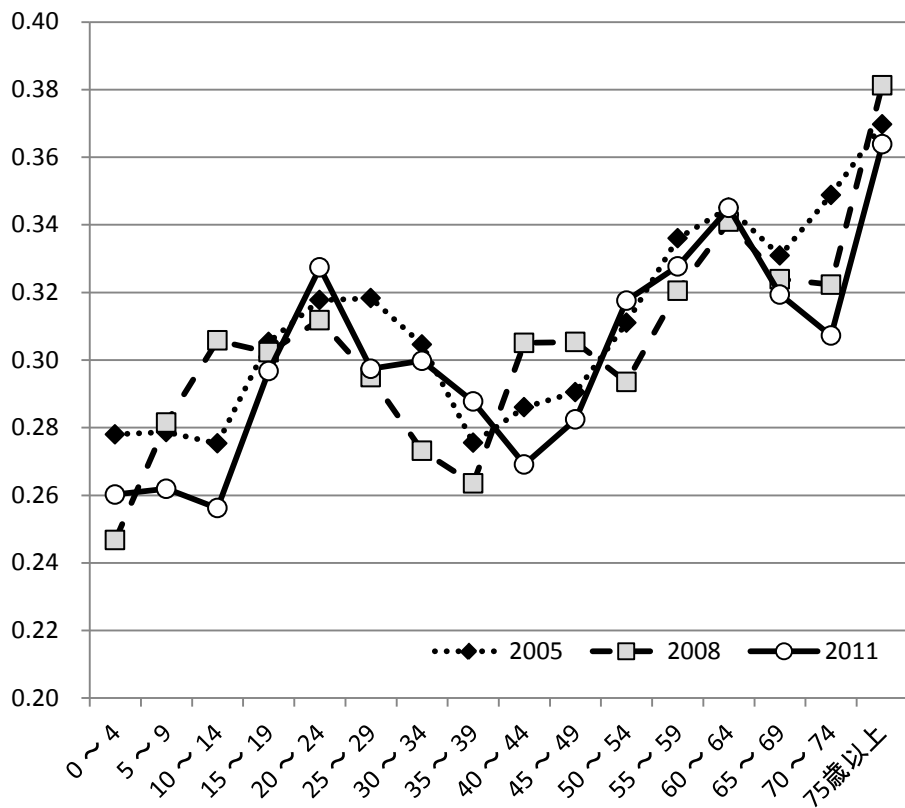


資料出所: 国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」(2013(平成25)年1月推計)

7. 高齢者世帯の経済状況について

- 年齢階級別の等価再分配所得のジニ係数を見ると、60歳以上のジニ係数は、近年低下しているものの、他の年齢階層に比べ高い傾向がある。
- 世帯主が高齢者である世帯は、より若い世帯と比べ、貯蓄残高が大きい傾向がある。
- 高齢者がいる世帯の貯蓄残高別の分布をみると、貯蓄の少ない世帯もある程度存在する。

年齢階級別ジニ係数の推移

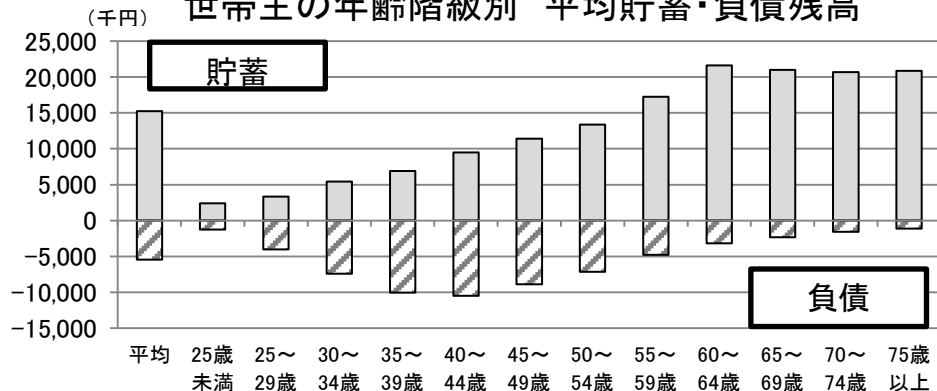


資料出所: 厚生労働省「所得再分配調査」

注1) ジニ係数とは、分布の集中度あるいは不平等度を示す係数で、0に近づくほど平等で、1に近づくほど不平等となる。

注2) 「等価再分配所得」とは、当初所得から税金、社会保険料を控除し、社会保障給付(現物、現金)を加えた世帯の所得を、世帯人員の平方根で除したものの。

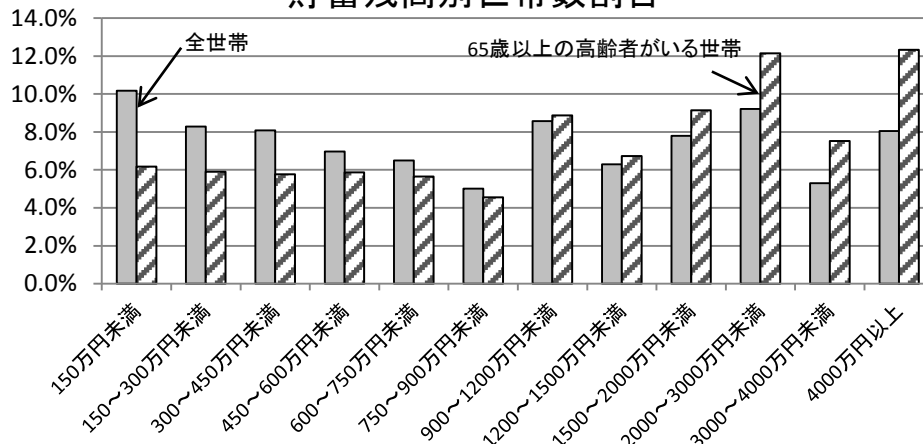
世帯主の年齢階級別 平均貯蓄・負債残高



資料出所: 総務省「全国消費実態調査」(2009)

注) データは2人以上世帯のもの

貯蓄残高別世帯数割合



資料出所: 総務省「全国消費実態調査」(2009)

注1) 「全世帯」は、全ての世帯に占める、その貯蓄残高の世帯の割合を示したものの。

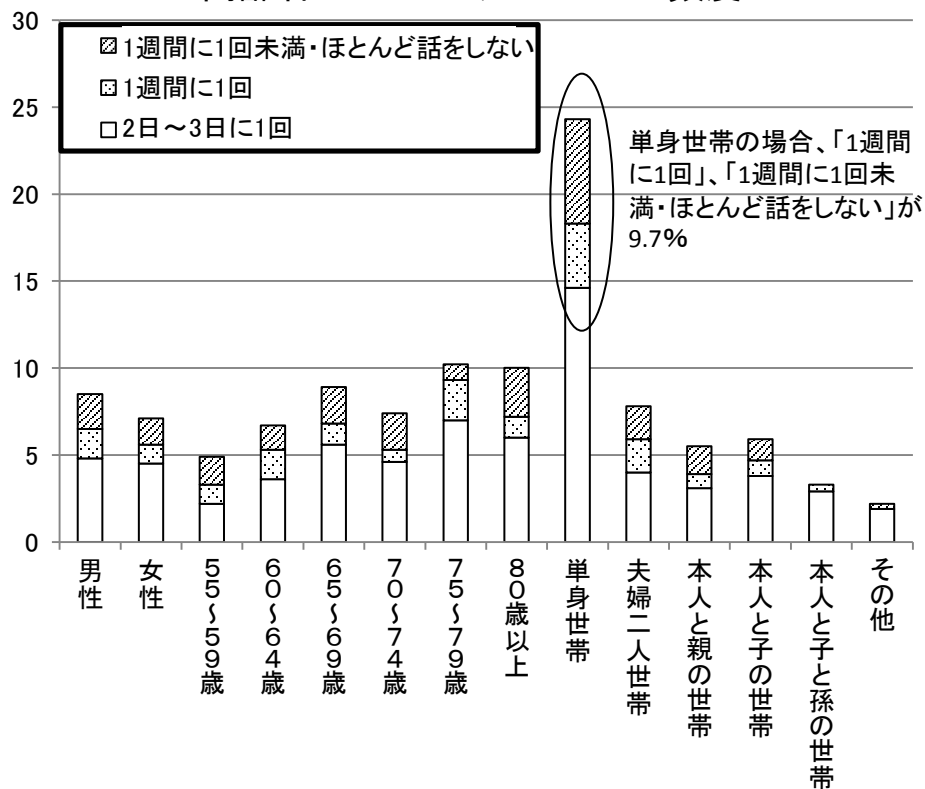
注2) 「高齢者がいる世帯」は、65歳以上の高齢者がいる世帯に占める、その貯蓄残高の世帯の割合を示したものの。

注2) データには貯蓄高不詳の世帯が含まれていないため、合計は100%にならない。

8. 高齢者のコミュニケーション等について

- 年齢別・家族類型別に高齢者のコミュニケーションの頻度を見ると、年齢・性別ではあまり違いがないが、単身世帯では、コミュニケーションの頻度が低い者の割合が大きくなる。
- 日常生活で頼れる人がいるかについても、単身世帯では「いない」と答えた者の割合が、他の家族類型と比べ大きくなっている。

高齢者のコミュニケーションの頻度



資料出所：高齢者の経済生活に関する意識調査(2011)

注)「あなたは、ふだんの程度、人(同居の家族を含む)と話をしますか。電話やEメールも含めてお答えください。」との間に対する回答。上記データ以外は「毎日」又は「わからない」である。

高齢者が日常生活で頼れる人

	同居の家族・親族	別居の家族・親族	近所の人	友人	その他	いない	わからない
単身世帯	-	65.5	19.1	20.6	4.5	13.5	1.1
夫婦二世帯	79.3	45.7	12.4	9.4	0.9	1.7	0.2
本人と親の世帯	77.2	40.9	14.2	11.8	1.6	4.7	-
本人と子の世帯	95.4	23.9	12.2	10	1.1	0.5	0.5
本人と子と孫の世帯	99.2	28.5	9.9	11.6	-	-	-
その他	94.6	24.4	6.7	9.8	1.0	-	-

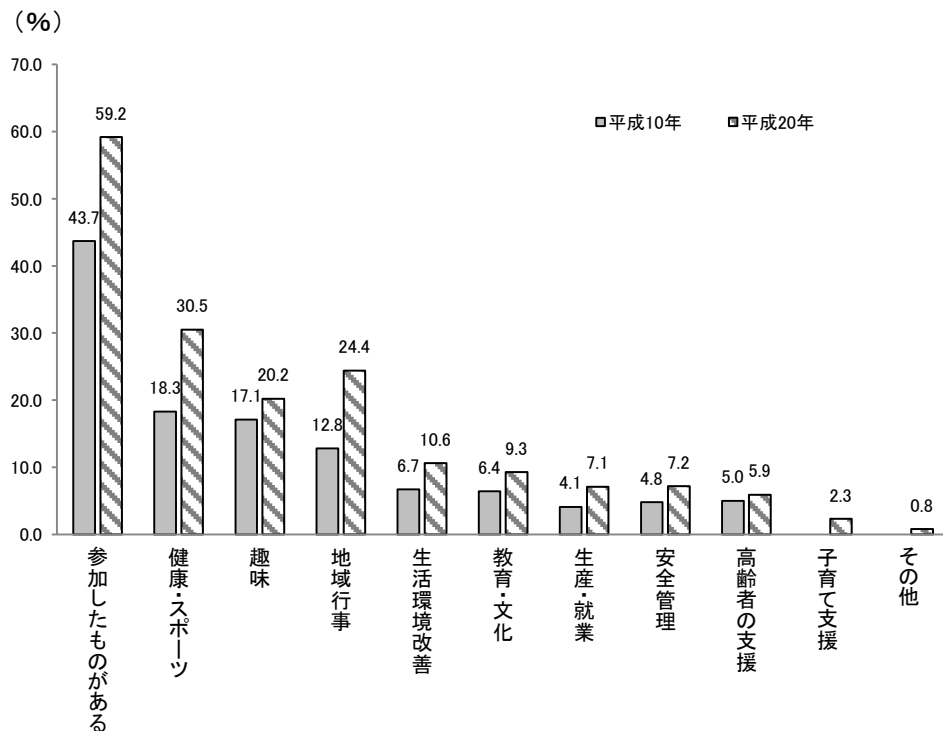
資料出所：高齢者の経済生活に関する意識調査(2011)

注)「あなたは、病気のとときや、一人ではできない日常生活に必要な作業(電球の交換や庭の手入れなど)の手伝いなどについて頼れる人はいますか。あてはまるものをすべてお答えください。」との間に対する回答。

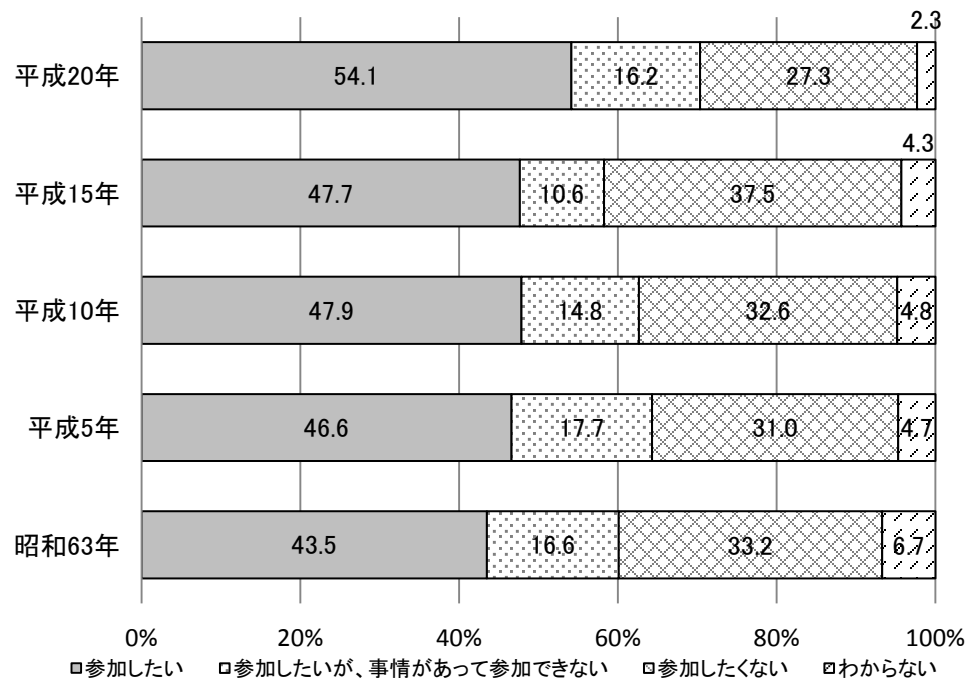
9. 高齢者のグループ活動等への参加について

○ 高齢者の趣味やスポーツ等の社会的な活動は多岐にわたっており、過半数の高齢者がそうした活動に参加している。

高齢者のグループ活動への参加状況(複数回答)



高齢者のグループ活動への参加意向



資料出所: 内閣府「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」(2008)

注1) 対象は全国60歳以上の男女

注2) 「高齢者の支援」は平成10年は「福祉・保健」とされている。

資料出所: 内閣府「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」(2008)

注) 対象は全国60歳以上の男女

10. 高齢者等が利用したいと考えるICTサービス

健康・医療・介護関係

家の近くの病院で、テレビ電話やインターネットなどを使って、有名な病院の医師の手術が受けられるサービス	42.5%
自分で計測した歩数計、血圧計のデータをメールやインターネットを利用して専門家に送ると、専門家から自分の健康状態の記録やアドバイスを受けられるサービス	41.0%
テレビ電話やインターネットなどを使って、自宅で医師の診察が受けられるサービス	40.2%
インターネットなどで、自分の健康状態に合わせた運動メニューが提示され、継続的な体質改善のアドバイスを受けられるサービス	35.2%
テレビ電話やインターネットなどで、自分の健康状態に合わせた食事メニューが提示され、その材料が注文できるサービス	26.8%
介護施設などで職員の代わりにロボットが介護してくれるサービス	18.5%
医療機関や介護施設などで職員が忙しいときなど代わりにロボットが対話してくれるサービス	17.1%

交流・買物・移動関係

子や孫との間で、インターネットなどを使って、写真やビデオレターを簡単に送ることができるサービス	49.0%
テレビ電話やインターネットなどを使って、遠方の家族や友人と会話できるサービス	47.3%
高齢者が安全に運転できるような機能を持つ自動車	45.3%
テレビやインターネットなどで品物を見て注文し、その日のうちに配達されるサービス	44.2%
高齢者を安全に目的地まで誘導してくれる誘導機能付きの電動カート・電動車いす	35.9%

安心・安全・スキルアップ関係

地震や津波などの災害情報を自宅に知らせてくれるサービス	70.7%
家の中にセンサーを設置し、人が倒れた、人の動きがない等の異常時に警備員がかけつけて安否を確認するサービス	60.8%
スマートフォンやインターネットを使って、外出時あるいは遠方の家族でも、自宅の家電のスイッチや鍵の開け閉め等を確認できるサービス	40.2%
パソコンやインターネットの使い方を近隣の施設で教えてくれるサービス	40.1%
自分の経験や能力、条件に見合った仕事や地域イベント情報等を分析、紹介してくれるサービス	30.8%
日課、直近の予定、物の収納場所等を忘れないようにロボットが記憶、気づかせてくれるサービス	26.8%
パソコンやインターネットを使う仕事を近隣の施設で行えるサービス	22.6%

資料出所：総務省「情報通信白書」(2013)

<http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h25/html/nc123220.html>

licensed under CC-BY2.1 JP <http://creativecommons.org/licenses/2.1/jp/>