

【静岡新聞 (朝刊)】

社会健康医学 狙い説明

県がシンポ 期待される効果も

県は14日、県民の健康寿命延伸に役立つと期待される「社会健康医学」をテーマにしたシンポジウムを静岡市葵区で開いた。県の社会健康医学基本計画策定に向け協議してきた有識者委員会の委員らが登壇し、基調講演とパネル討論を通して研究推進の狙いや期待される効果を語った。

基調講演した京大名誉教授の宮地長樹滋賀県立総合病院総長(静岡市出身)は「立均寿命と健康寿命は年々延びているが、その差はここ15年ほど変わっていない」と指摘し、社会健康医学研究の手法を用いれば「健康寿命に影響を与える要因を科学的に検証できる」と有意性を解説した。

事例として高齢者に多いとされるトイレが近い症状「過活動ぼうこう」を取り上げ、「過活動ぼうこうの患者集団に適切に介入することでトイレ時の転倒・骨折リスクを軽減し、医療や介護に頼るきっかけを減らす可能性が高まる」と説明した。健康寿命の延伸に向けては個人個人の意識



社会健康医学の推進をテーマに意見を交わしたパネル討論＝14日午後、静岡市葵区

も重点と強調し、「医療任せにするのではなく、ランニングスタイルを変えて予防することが大切」と呼び掛けた。パネル討論では佐古

伊康しずおか健康長寿財団理事長、望月律子県訪問看護ステーション協議会会長、山口重則県健康福祉部長らが発表し、健康で自立した日常生活を送るための取り組みや今後の方策を述べた。

県民や県内の健康づくり団体関係者など約185人が聴講した。社会健康医学は健診データや遺伝情報などの科学的な調査研究を、疫学予防や健康増進につなげる新しい学問。(政治部・風間雄一)

社説

<2018.4.2>

社会を支える役割を期待

延びる健康寿命

要介護や寝たきりにならずに日常生活を送れる年齢を示す「健康寿命」が、2016年は男性72・14歳、女性74・79歳に延びている。いつまでも元気に老後を過ごすことは誰もの願いである。

会対策大綱で国は元気な高齢者には社会の支え手として活躍してもらおうという方針を強く打ち出した。現状の65歳までの雇用義務付けに加え、定年引き上げや雇用延長には、企業が取り入れやすいような具体的施策を早急に打ち出すことが必要だ。

厚生労働省が3年ごとに公表している。前回よりも男性が0・95歳、女性が0・58歳延びた。静岡県は男性が72・63歳で全国6位、女性は75・37歳で13位。健康寿命が長くなることは本人だけでなく、高齢化で膨張する医療、介護費抑制のためにも不可欠である。国、自治体は一層延ばす環境づくりに力を入れ、国民一人一人も健康維持の意識をさらに高めていきたい。

健康を保つ大きな要素として、高齢になっても活動できる場の確保が指摘される。5年ぶりに見直された高齢社

高齢者の活動の場は地域にも広げなければならぬ。介護需要の増加に対応するため、介護人材不足を高齢者の進出によって補う仕組みづくりも、今必要とされる「社会の支え手」の一つといえる。自治体も住民と行政とのさまざまな「協働」の場を高齢者を積極的に引き込む取り組みが求められる。

静岡県は社会健康医学研究推進基本計画を策定した。従来の啓発活動に科学的知見に基づく施策を加味し、健康寿命の効果的な延伸を目指す。成果を県民に十分に還元してもらいたい。

一方、平均寿命も延び続け、16年の平均寿命と健康寿命の差は男性が8・84歳、女性が12・35歳だった。差は縮小傾向が続くものの、それでも10年前後に及ぶ。さらなる縮小を望みたい。

ただ、健康状態には個人差があり、皆が「ピンピンコロリ」というわけにはいかない。総務省の人口推計で75歳以上の後期高齢者は高齢者全体の半数を超えた。後期高齢者はさらに増える。

要介護や寝たきりに対処する環境整備が不可欠なのは言うまでもない。

元気な高齢者もいつ介護が必要になるか分からない。その時に十分な対応が得られる否かは切実な問題だ。4月から後期高齢者医療の保険料が2年ぶり、65歳以上の介護保険料が3年ぶりに見直され、保険料を引き上げる自治体が多い。保険料負担はさらに増える。とされ、社会保障制度の維持が厳しくなることも予想される。国は将来にわたって誰もが老後に安心が持てる制度の構築に全力を傾ける必要がある。

2017年12月に厚生労働省が発表した15年の都道府県別平均寿命で、滋賀県が男性で全国1位、女性で4位となり、長野県として注目を集める。10年ぶりに男性トップを奪われた長野県は、滋賀県との差をデータ分析した報告をまとめ、5年後の順位奪還を目指す。全都道府県で平均寿命と健康寿命は伸びているものの、データ分析を踏まえた食生活、運動など生活習慣改善の長期的対応策などについて期待がもたれている。

「一は健康、二は健康、三は健康、豊かな生活を送る」と。滋賀県の三上幸太郎知事は15年1月、年間の記者会見で「健康」を繰り返して強調し、医療・福祉・保健のネットワークを滋賀の強みと同時に、ビッグデータを活用して取り組むことを宣言した。

もとは平均以下

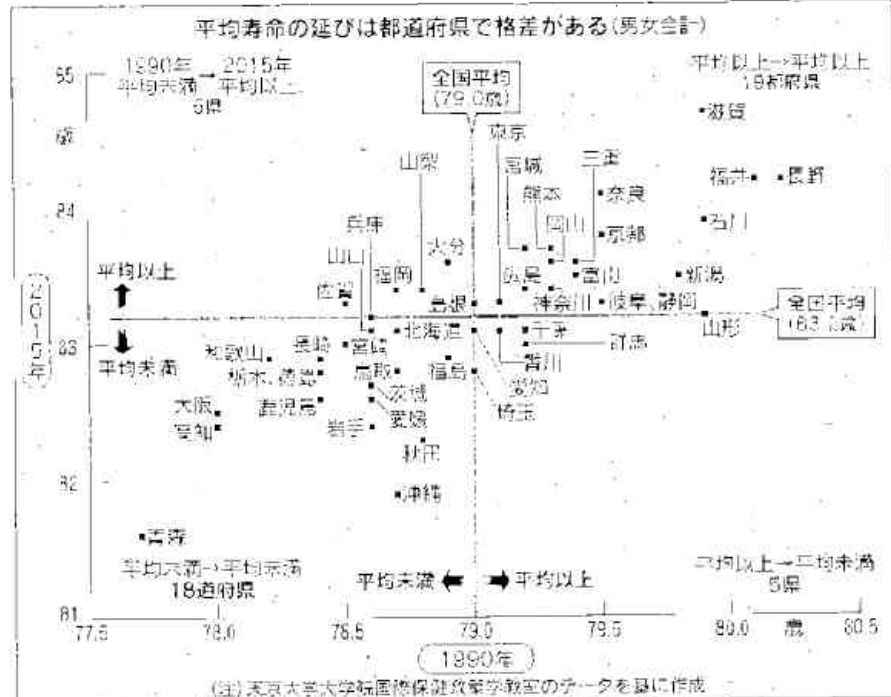
同県は15年の都道府県別の平均寿命で、男性が81・78歳と初めて全国トップになった。女性も87・87歳で4位。3月1日からは、滋賀県民は長生きだと喜ぶようになった。

もともと長寿県だったわけでもない、約90年前の1925年時点では滋賀県の男性の平均寿命は67・26歳で、全国平均(71・14歳)を下回って全国21位。女性も70・4歳で全国平均(73・8歳)より低く、全国31位に落ち込んでいた。

戦後約30年間で大幅的に取り組んだ生活習慣改善だ。

寿命 データ活用で延ばす

滋賀県、長野抜き男性1位に



地域格差、最大で3.1歳 「喫煙対策 強化が必要」

男女を合わせた平均寿命を1990年と2015年と比べると、都道府県の格差は広がっている。2年と比べて平均寿命は3.1歳伸びたが、2015年には平均寿命が最も長い長野県(81・78歳)と最も短い青森県(78・77歳)の差は3・01歳と、2015年にはトヨタの滋賀県(81・78歳)と最低位の青森県(78・77歳)の差は3・01歳、25年間で差は3・01歳広がった。

健康寿命も1990年に最も長い長野県(71・5歳)と最も短い青森県(68・2歳)の差は3・3歳だったが、2015年にはトヨタの滋賀県(75・5歳)と最低位の青森県(72・4歳)の差は3・1歳拡大した。

分析した東大大学院の国際保健学教授は「喫煙対策は強化する必要がある。男女ともに生活の見直しも不可欠」と指摘。「今後、都道府県格差をさらに縮小させるべく、喫煙対策を強化する必要がある」と話している。

課題見つけ改善策具体的に

「滋賀の健康・栄養マップ」調査で、高齢、職員の食事や生活習慣に関するデータは十分に把握できていなかった。「県の情報処理システムが改善され、大きなデータを扱えるようになる」「独自に初めて実施し、1日24時間の食事となる食事摂取量を効果や体脂肪など運動に充てることを具体的に」

5年に1度の調査で県民の健康意識が向上した。県健康推進課は「主体的に健康づくりに取り組む県民が増えるきっかけになった」とみる。

調査で男性は7割超だった。県の計画で2020年に喫煙率を半減させることなどを目指し、「1努力目標を達成」

自治体は高齢、10年の調査で2位、今回(1位)調査で初めて1位になった。女性も5年連続で全国トップを奪回し、10年は12位、今回は4位に抜けた。

健康寿命も長く

自立した生活を送らせる健康寿命も滋賀県は高い。県立大大学院の国際保健学教授は「健康寿命は長い。滋賀県は男女を合わせた健康寿命が最も長い」と話している。

調査で、健康寿命が最も長いのは滋賀県(75・5歳)で、最も短いのは青森県(72・4歳)で、差は3・1歳だった。

平均寿命が伸びても、健康寿命が伸びなければ、残りの高齢者が増え、医療・介護費の大幅増になる。健康寿命を延ばすための生活習慣改善は同じ県内でも地域で異なる。財政に限りがある中、データ分析で十分な効果を発揮し、有効な対策を地域ぐるみで取り入れる工夫が必要だ。

調査で、健康寿命が最も長いのは滋賀県(75・5歳)で、最も短いのは青森県(72・4歳)で、差は3・1歳だった。

平均寿命が伸びても、健康寿命が伸びなければ、残りの高齢者が増え、医療・介護費の大幅増になる。健康寿命を延ばすための生活習慣改善は同じ県内でも地域で異なる。財政に限りがある中、データ分析で十分な効果を発揮し、有効な対策を地域ぐるみで取り入れる工夫が必要だ。