

Dr. 中路の健やか通信 (其の28)

健やか協力隊長 中路



第28回 百寿者について

私の父親は101歳まで生きました。妻の母親も101歳で天寿を全うしました。妻の母は、なくなる日の朝六時に自力でトイレに行き、1時間後に眠るように天国に行きました。絵にかいたような健康寿命でした。

100歳まで生きた人を百寿者と呼びます。英語ではセンチュナリアン (centenarian) と呼ぶそうです。センチュリー (century、世紀) 生きた人という意味です。百寿者と言えば、テレビに出てくる驚くほど元気なお年寄りを思い浮かべますが、現実はそうはいきません。各地の百寿者の調査では、全体の20-30%が寝たきりであり、本当の意味で自立しているのは約40%だそうです。健康寿命という観点でみると現実は厳しいと言えます。

都道府県別の百寿者をみると表のようになります。さらに高齢者人口10万人あたりの百寿者数は、男性のトップ島根県の90.7に対し、青森県は49.0 (全国44位)、女性トップの沖縄県の576.2に対し、青森県は209.7 (全国47位) です。いずれにしても青森県の百寿者は少ないです。

話題をひとつ。ずいぶん前に、元弘前大学学長の吉田豊先生から質問をいただきました。日本よりはるかに寿命の短いアメリカの百寿者がなぜ日本より多いのか。答えられませんでした。たしかに、同じ2000年の日米の百寿者の数を比較してみる。日本は約1万2千人に対し、アメリカは倍以上の5万人です。総人口に対する%でも、日本の0.010%よりアメリカの0.018%が高いのです。そこで、アメリカのハーバード大学で人口問題を専門としているレヴィンス教授にお尋ねしてみた。答えは「昔はアメリカの方が日本人より長生きであった。その名残として今百寿者が多いのではないか。しかしその後日本人は世界一の長寿になったので、近い将来百寿者の数も日本の方が多くなるはずである」。なるほどです。そういえば令和2年厚生労働省が老人の日 (9月15日) に百寿者数を合わせて公表しました。その数なんと8万人! わずか20年で約5倍増加したことになります。現時点ではすでにアメリカを抜いたはずで

※次ページに【都道府県別高齢者10万人あたりの百寿者数】を掲載

【都道府県別高齢者 10 万人当たりの百寿者数 】

	男 性		女 性	
1	島根県	90.7	沖縄県	576.2
2	沖縄県	88.3	島根県	509.9
3	鹿児島県	81.9	鳥取県	495.5
4	広島県	80.5	鹿児島県	478.4
5	福井県	79.8	高知県	455.2
43	千葉県	41.6	愛知県	248.1
44	青森県	39.0	大阪府	245.7
45	埼玉県	38.7	千葉県	237.8
46	愛知県	38.1	埼玉県	214.0
47	大阪府	37.6	青森県	209.7

※高齢者：65 歳以上

※令和 2 年 1 月 1 日現在