

Dr. 中路の健やか通信 (其の45)

健やか協力隊長 中路 重之



第45回 短命県脱出ならず (その1)

◆都道府県平均寿命ランキング発表

昨年の12月に5年ぶりの都道府県平均寿命ランキングが厚生労働省から発表されました。下の表がその結果です。

平均寿命都道府県ランキング

男性					女性					
	昭和40	昭和60	平成17	平成27	令和2年	昭和40	昭和60	平成17	平成27	令和2年
1	東京 69.84	沖縄 76.34	長野 79.84	滋賀 81.78	滋賀 82.73	東京 74.70	沖縄 83.70	沖縄 86.88	長野 87.67	岡山 88.29
2	京都 69.18	長野 75.91	滋賀 79.60	長野 81.75	長野 82.68	神奈川 74.08	島根 81.60	島根 86.57	岡山 87.67	滋賀 88.26
3	神奈川 69.05	福井 75.64	神奈川 79.52	京都 81.40	奈良 82.40	静岡 74.07	熊本 81.47	熊本 86.54	島根 87.64	京都 88.25
4	愛知 69.00	香川 75.61	福井 79.47	奈良 81.36	京都 82.24	岡山 74.03	静岡 81.37	岡山 86.49	滋賀 87.57	長野 88.23
	9位 長野		25位 沖縄	36位 沖縄	43位 沖縄	26位 長野	9位 長野	5位 長野	7位 沖縄	16位 沖縄
44	岩手 65.87	長崎、 鹿児島 74.09	高知 77.93	和歌山 79.94	岩手 80.64	青森 71.77	栃木 79.98	大阪 85.20	秋田 86.38	茨城 89.64
45	秋田 65.39	高知 74.04	岩手 77.81	岩手 79.86	福島 80.60	岩手 71.58	茨城 79.97	秋田 85.19	茨城 86.33	栃木 86.89
46	青森 65.32	大阪 74.01	秋田 77.44	秋田 79.51	秋田 80.48	秋田 71.24	青森 79.90	栃木 85.03	栃木 86.24	福島 86.81
47		青森 73.05	青森 76.27	青森 78.67	青森 79.27		大阪 79.84	青森 84.80	青森 85.93	青森 86.33

結局、短命県返上の目標は達成できませんでした。正直、悔しいです。男性のトップは滋賀県、女性のトップが岡山県でした。長野県はやや後退しましたがいまなお相当な長寿県です。これらの長寿県に共通していることはいずれも「健康づくりに熱心」、「高齢者が元気」、「地域の健康リーダーが多い」ということです。

もう一つショックだったことは、トップの県および46位の県との差が5年前より開い

たことです。元気をなくすに十分な理由でした。

この結果を受けて、いろんなマスコミから取材を受けました。またいろんな人から感想を聞きましたし、感想やその理由を求められました。読者の皆さんも同じだと思います。

予感がありました。マスコミなどで健康づくり、短命県返上が叫ばれても、その意識や行動変容（行動に移すこと）が県民の皆さんに浸透しているかといえば、その気配があまり感じられなかったからです。「そんな簡単ではない」、「このままでは不十分だ」とあせりながらも、それを口に出せないもどかしさがありました。

ここはひとつ冷静に今回の結果を受け止め、これまでの反省とこれからのことについて考えてみたいと思います。皆さんも、どうかこれを機会に考えてみてください。私が一番怖いのは、「やっぱりだめだ」と県民の皆さんが斜に構え、しらけてしまうことです。

以下の順で過去、今、将来の短命県返上を総括してみたいと思います。

- ① これまでの短命県返上運動について：概念と長所・短所
- ② 短命県返上の現状
- ③ 短命県返上のこれから

真剣にお話ししますのでどうか皆さんからもご意見を下さい。

短命県返上はノーベル賞にも値するぐらい価値ある活動であり目標だと思います。健やか力推進センターが縁で集まった私たちの力でこの壁を少しでも動かしたいと思います。どうかお力をお貸してください。

