

【平均寿命について】

令和 2 年生命表の平均寿命（0 歳平均余命）によると、千葉県は47都道府県中、男性は23位、女性は30位です。

生命表は 5 年ごとに公表されています。

海匝管内の 3 市は県平均値より低い値となっていますが、いずれも 5 年前の状況と比べて改善しています。

※ 表 1 内(H27※)の値は、平成27年のデータを令和2年と同じ計算方法で算出した値です。

表 1 平均寿命〔0 歳平均余命〕 (単位:年)

	男性 R2	(H27※)	女性 R2	(H27※)
千葉県	81.5	(81.0)	87.5	(86.9)
銚子市	80.5	(79.4)	86.5	(86.3)
旭市	80.9	(80.2)	86.7	(86.3)
匝瑳市	81.1	(80.1)	87.0	(86.8)
全国	81.5	(80.8)	87.6	(87.0)

資料) 市区町村別生命表

平均寿命とは表 1 のように 0 歳平均余命を用いることが一般的ですが、市町村単位では健康寿命と併せて 65 歳平均余命を指標とすることも多くあります。

65 歳平均余命の年次推移は表 2、3 のとおりです。

経年変化を見ると、3 市いずれも徐々に改善している状況です。

「*」マークのついている欄は 5 年前の値と比較し、有意に延伸している項目です。

表 2 65 歳平均余明年次推移 男性 (単位: 年)

	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和 2 年
千葉県	18.76*	18.89*	19.05*	19.29*	19.40*	19.47*	19.61*	19.70*	19.74*
銚子市	17.35	17.57	17.78	18.05*	18.28*	18.43*	18.63*	18.71*	18.82*
旭市	17.88	17.97	18.04	18.28*	18.35*	18.38	18.50	18.96*	19.04*
匝瑳市	17.86	17.95	18.06	18.45	18.74	18.94*	19.00*	19.03*	18.91

表 3 65 歳平均余明年次推移 女性 (単位: 年)

	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和 2 年
千葉県	23.38*	23.47*	23.61*	23.88*	23.96*	24.08*	24.27*	24.37*	24.26*
銚子市	22.31*	22.56*	22.86*	23.14*	22.99	23.03*	23.20*	23.11	22.92
旭市	23.20*	23.26	23.10	23.24	23.22*	23.12	23.19	23.26	23.31
匝瑳市	22.98	23.14	23.41	23.85*	23.55	23.65	23.57	23.46	23.36

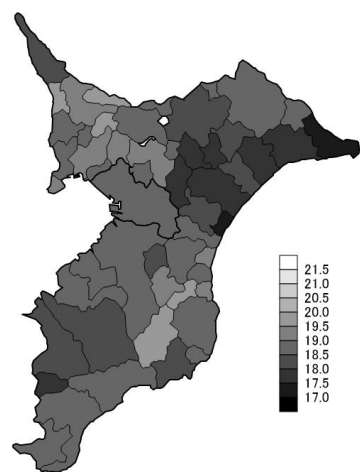
資料) 千葉県（健康情報ナビ）市町村の状況より抜粋

図1 65歳平均余命
男性

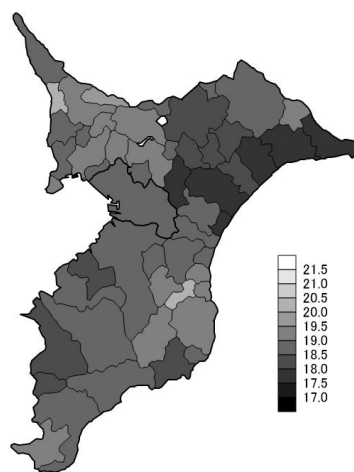
【平成24年～令和2年】

期間が長くなるほど淡色になっています。

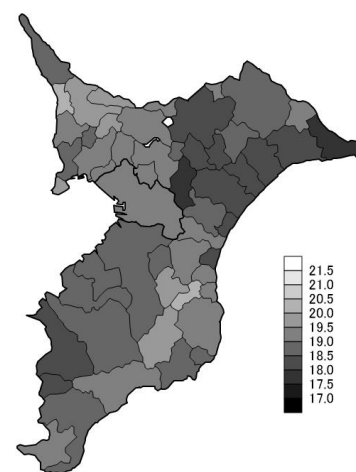
当管内を含む県全体の色が徐々に淡くなっており、65歳男性の平均余命は改善傾向にあると思われます。



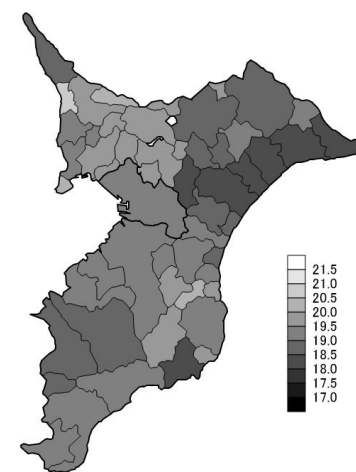
H24 65歳男 平均余命



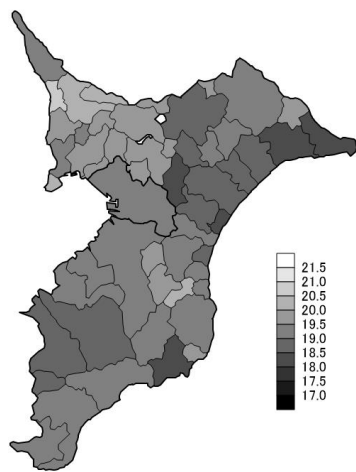
H25 65歳 男 平均余命



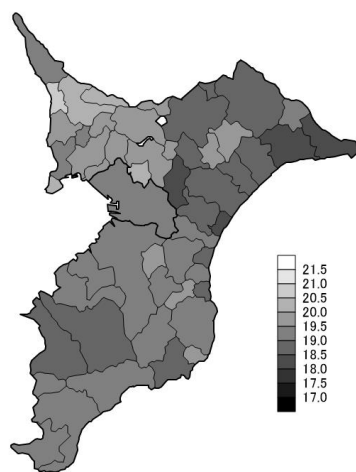
H26 65歳 男 平均余命



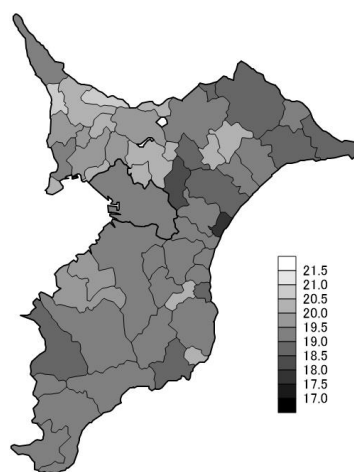
H27 65歳 男 平均余命



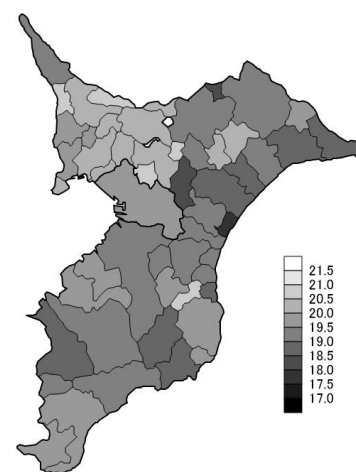
H28 65歳 男 平均余命



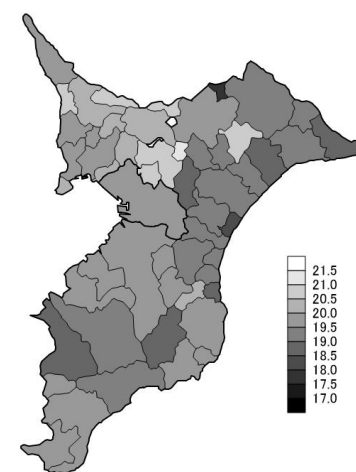
H29 65歳 男 平均余命



H30 65歳 男 平均余命



R1 65歳 男 平均余命

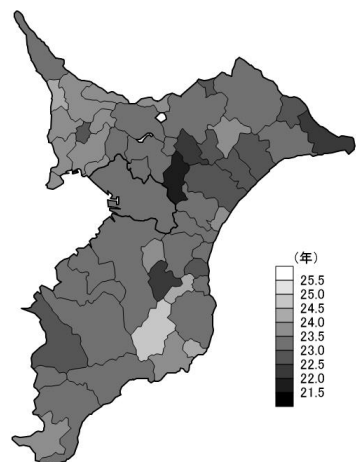


R2 65歳 男 平均余命

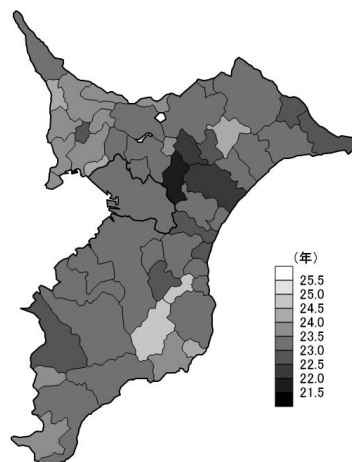
図2 65歳平均余命
女性
【平成24年～令和2年】

期間が長くなるほど淡色になっています。

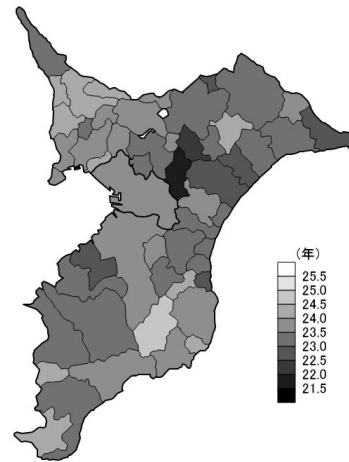
当管内を含む県全体の色が徐々に淡くなっており、65歳女性の平均余命は改善傾向にあると思われます。



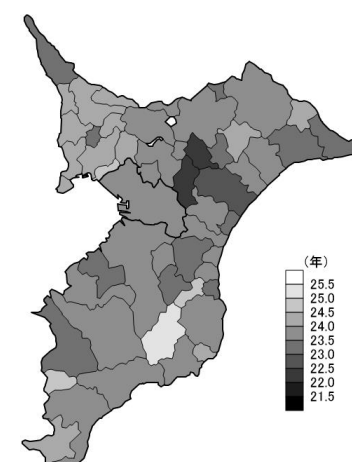
H24 65歳女 平均余命



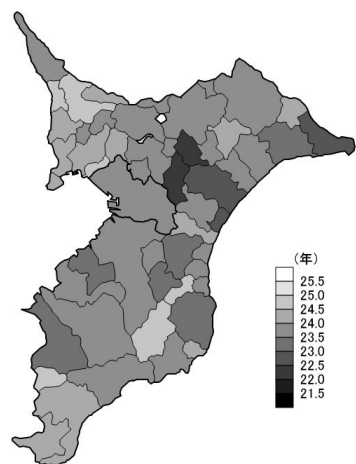
H25 65歳女 平均余命



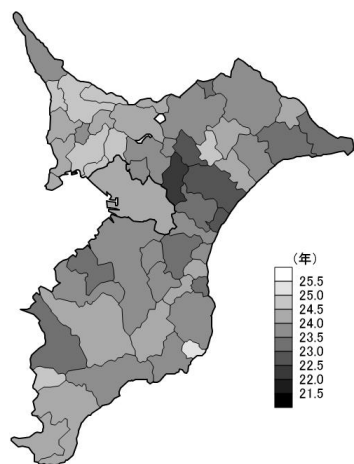
H26 65歳女 平均余命



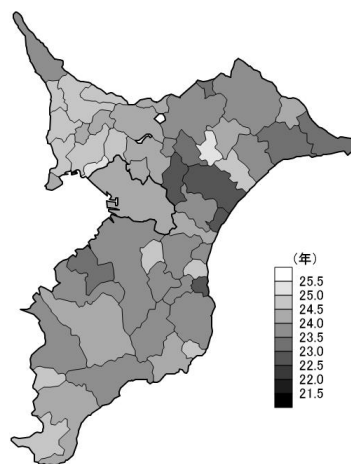
H27 65歳女 平均余命



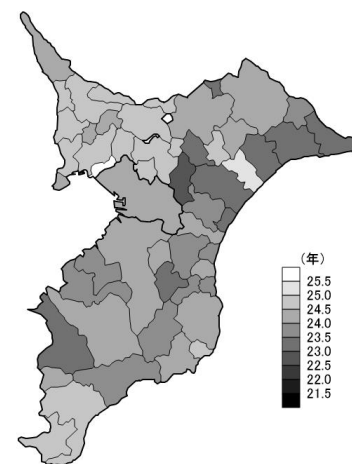
H28 65歳女 平均余命



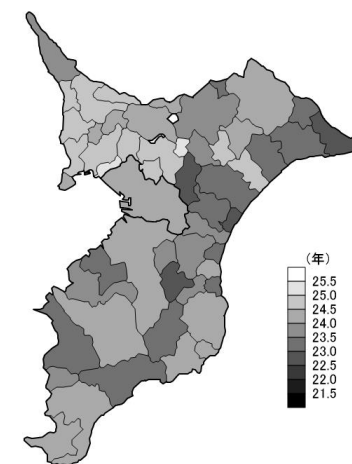
H29 65歳女 平均余命



H30 65歳女 平均余命



R1 65歳女 平均余命



R2 65歳女 平均余命

【健康寿命について】

健康寿命の算出方法はいくつかあり、全国や都道府県別の健康寿命については、国民生活基礎調査に基づく「日常生活に制限のない期間の平均」が用いられることが多いです。（表４）

一方で、市町村単位の健康寿命は、65歳平均自立期間を用いることが一般的です。（表５、６）

千葉県では、市町村別の65歳平均自立期間を１年ごとに公表しています。

65歳平均自立期間の年次推移は表５、６のとおりです。経年変化を詳しく見ると３市いずれも徐々に改善している状況です。

「*」マークのついている欄は５年前の値と比較し、有意に延伸している項目で、改善傾向にあると考えられます。

65歳平均余命と平均自立期間をあわせて見ると、平均的な要介護期間を推定できます。管内３市の平均要介護期間は、県内と比べて低い値となっています。

表４ 健康寿命 （単位:年）

	男性				
	平成19年	平成22年	平成25年	平成28年	令和元年
全国	70.33	70.42	71.19	72.14	72.68
千葉県	71.20	71.62	71.80	72.37	72.61
	女性				
	平成19年	平成22年	平成25年	平成28年	令和元年
全国	73.36	73.62	74.21	74.79	75.38
千葉県	75.31	73.53	74.59	75.17	75.71

資料）千葉県（健康情報ナビ）千葉県の状況より抜粋

表５ 65歳平均自立期間年次推移 男性 （単位：年）

	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年
千葉県	17.24*	17.33*	17.47*	17.67*	17.80*	17.89*	18.03*	18.12*	18.16*
銚子市	16.16	16.29	16.49	16.74*	16.92*	17.08*	17.31*	17.36*	17.44*
旭市	16.48	16.52	16.51	16.75	16.83*	17.01	17.21*	17.59*	17.65*
匝瑳市	16.76	16.83	16.90	17.23	17.53	17.80*	17.75*	17.64	17.62

表６ 65歳平均自立期間年次推移 女性 （単位：年）

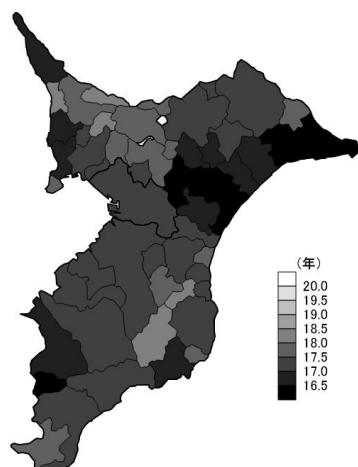
	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年
千葉県	20.10	20.14	20.27	20.49*	20.61*	20.74*	20.91*	20.99*	20.97*
銚子市	19.56	19.70	19.97	20.21*	20.07	20.03	20.17	20.13	20.01
旭市	20.22	20.23	20.08	20.21	20.24	20.30	20.57	20.53	20.61
匝瑳市	20.52	20.72	20.93	21.18*	20.93	21.01	20.86	20.74	20.64

資料）千葉県（健康情報ナビ）市町村の状況より抜粋

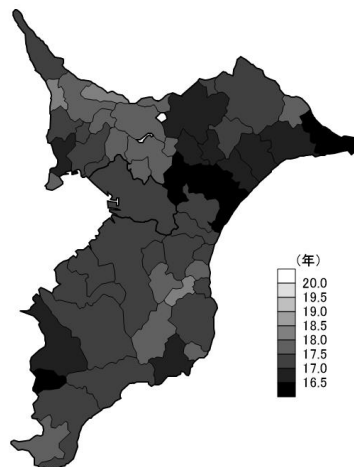
図3 65歳平均自立期間
男性
【平成24年～令和2年】

期間が長くなるほど淡色になっています。

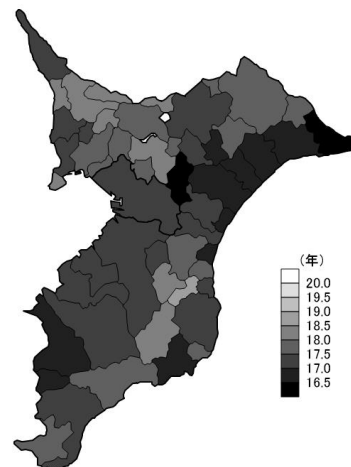
当管内を含む県全体の色が徐々に淡くなっており、65歳男性の平均自立期間(健康寿命)は改善傾向にあると思われます。



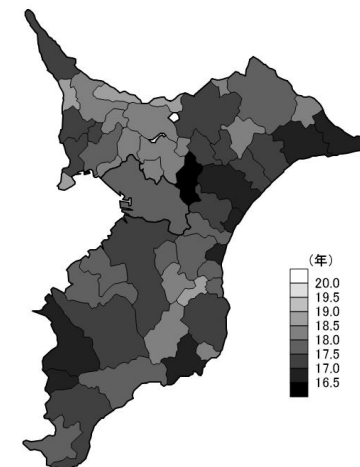
H24 65歳男 平均自立期間



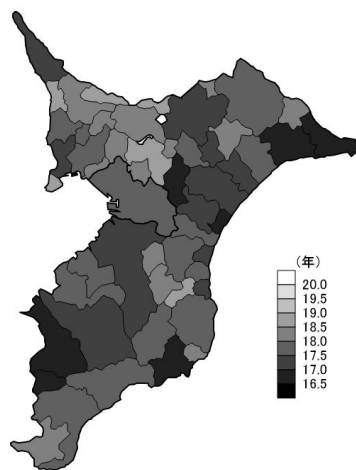
H25 65歳男 平均自立期間



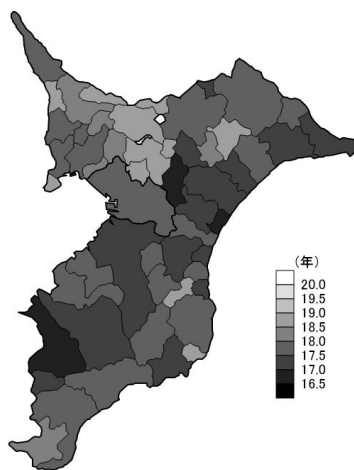
H26 65歳男 平均自立期間



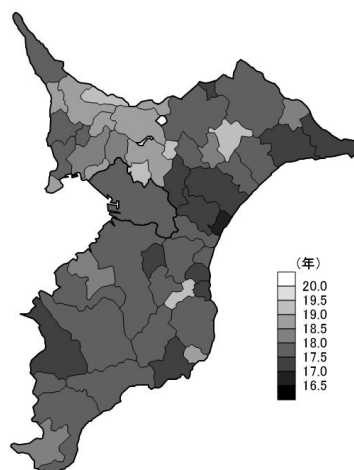
H27 65歳男 平均自立期間



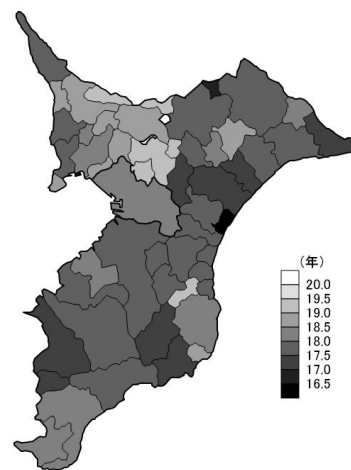
H28 65歳男 平均自立期間



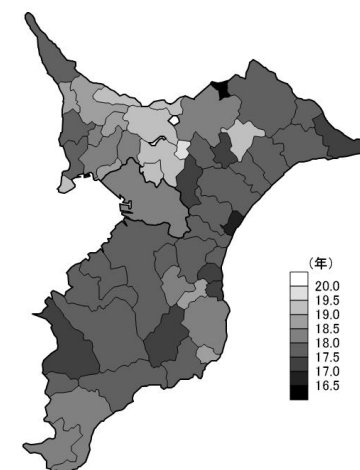
H29 65歳男 平均自立期間



H30 65歳男 平均自立期間



R1 65歳男 平均自立期間

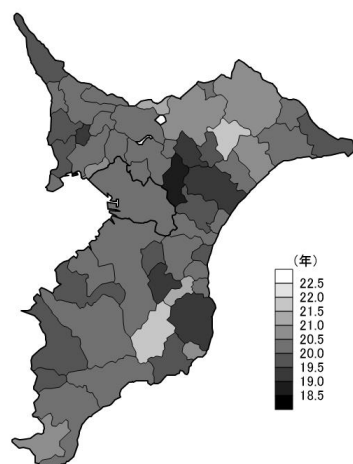


R2 65歳男 平均自立期間

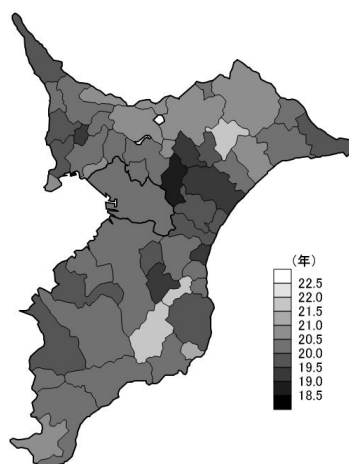
図4 65歳平均自立期間
市町村別 女性
【平成24年～令和2年】

期間が長くなるほど淡色になっています。

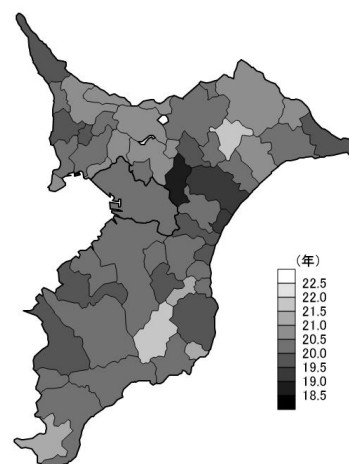
当管内を含む県全体の色が徐々に淡くなっており、65歳女性の平均自立期間(健康寿命)は改善傾向にあると思われます。



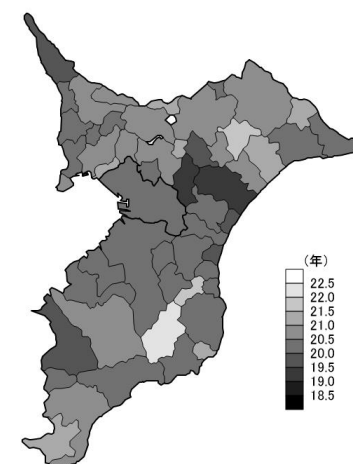
H24 65歳女 平均自立期間



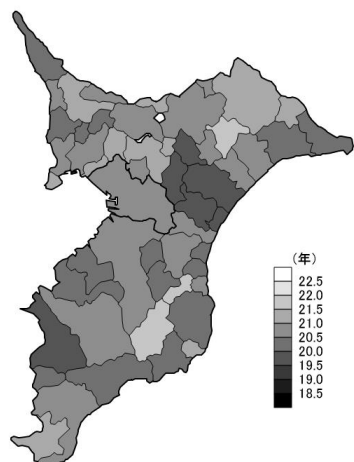
H25 65歳女 平均自立期間



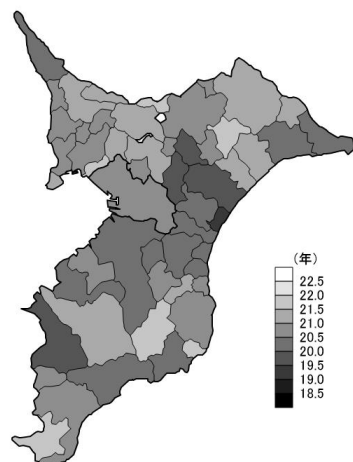
H26 65歳女 平均自立期間



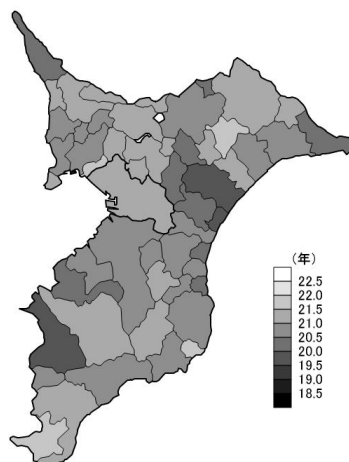
H27 65歳女 平均自立期間



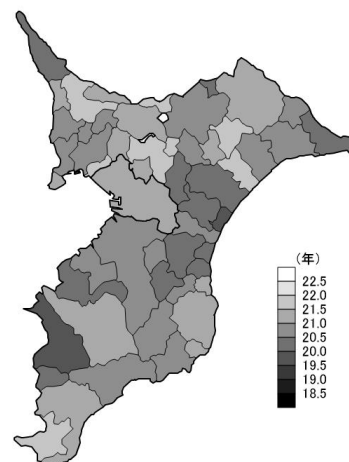
H28 65歳女 平均自立期間



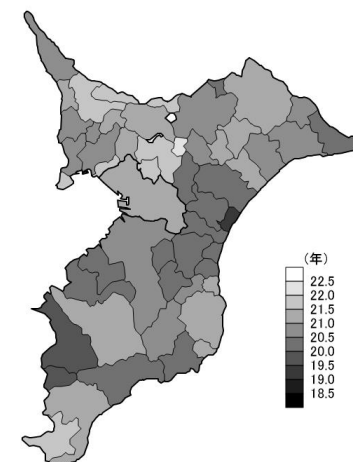
H29 65歳女 平均自立期間



H30 65歳女 平均自立期間



R1 65歳女 平均自立期間



R2 65歳女 平均自立期間

【ナトリウム摂取量(食塩相当量)について】

国民の身体状況、栄養摂取状況等の基礎資料を得ることを目的に、国民健康・栄養調査が毎年実施されています。また、千葉県では5年ごとに県民健康・栄養調査を実施しています(令和2、3年は未実施)。

それらの結果から、ナトリウム摂取量は減少傾向又は横ばいの状況にあると思われます。

千葉県は全国の平均値より少し高い値で、海匝地域は千葉県の平均値より高い値となっています。全体、男女いずれも同様の傾向です。

男性の摂取量は女性の摂取量より多い結果ではありますが、男性は女性より食べる量が多いことによるものと考えられます。

なお、千葉県の県民健康・栄養調査は令和4年にも実施されましたが、結果はまだ公表されていません。(令和6年11月現在)

表7 ナトリウム摂取量(食塩相当量)20歳以上 (単位: g)

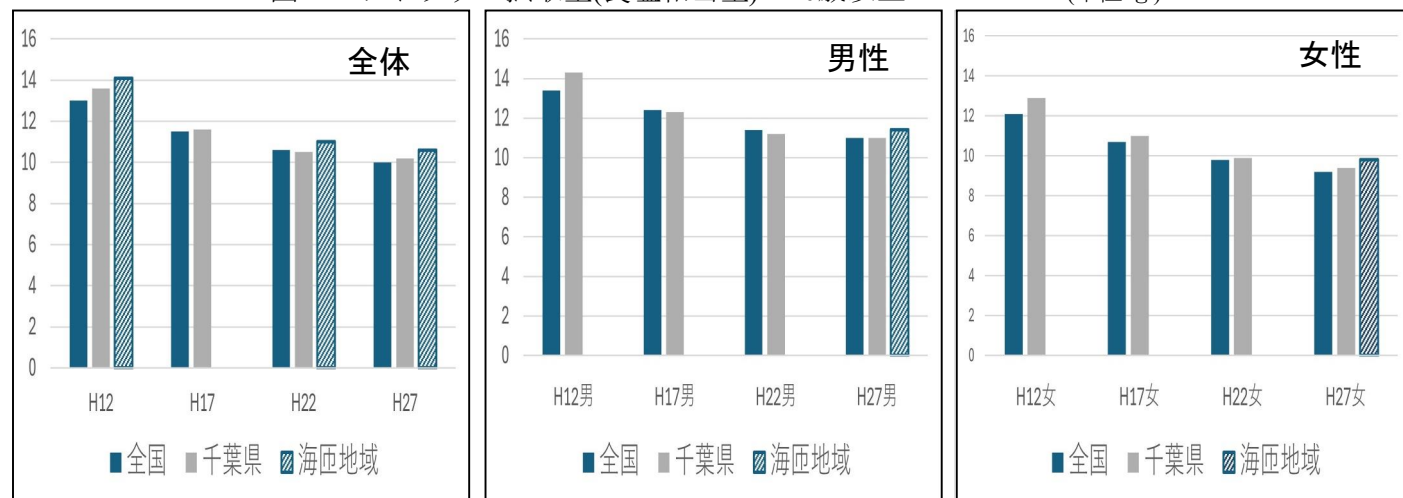
	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年
千葉県	13.6	11.6	10.5	10.2
海匝地域	14.1	—	11.0	10.6
全国	13.0	11.5	10.6	10.0

※ 表7～8内「—」の欄はデータがありません。

表8 ナトリウム摂取量(食塩相当量) 20歳以上 性別〔再掲〕 (単位: g)

	男 性				女 性			
	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年
千葉県	14.3	12.3	11.2	11.0	12.9	11.0	9.9	9.4
海匝地域	—	—	—	11.4	—	—	—	9.8
全国	13.4	12.4	11.4	11.0	12.1	10.7	9.8	9.2

図5 ナトリウム摂取量(食塩相当量) 20歳以上



資料) 全国：国民健康・栄養調査報告より抜粋、一部算出

千葉県及び海匝地域：県民健康・栄養調査報告書より抜粋、一部算出

平成17、22年の千葉県データは平成27年千葉県男女別人口構成に調整した値です。