

病院だより

みなさん、こんにちは。病院の古武（ふるたけ）です。この原稿を書いているのは9月ですが、最近、家の近くでリスをよく見るようになりました。冬支度をしているのでしょうか。調べてみるとエゾリスのようです。私は大学で冬眠の研究をしていて、リスは冬眠するものだと思っていたのですが、エゾリスは冬眠しないとの記述があり、勉強になりました。冬になったら冬毛のエゾリスが見られたらいいなと思っています。さて、今回は講演会の準備で、令和4年度の簡易生命表を眺めていました。そこで思ったことを書いてみたいと思います。

令和4年度の簡易生命表を眺めて

まず今回学んだのは、よく使われる「平均余命（寿命）」という言葉の定義は「0歳の赤ちゃんがその後どれくらい生きるか」を示すものだという事です。一方、令和4年度のデータによれば80歳の女性の平均余命は11.74年です。つまり、80歳の女性は平均して11.74年生きることが期待され、約91歳まで生きることになります。これは0歳の平均余命の87.09歳より長くなっています。

また、もう一つの指標である「寿命中位数」は、「出生者のうちちょうど半数が生存すると期待される年齢」を表します。同じく、令和4年度の女性の寿命中位数を見てみると、89.96歳となり、半数の人がほぼ90歳まで生きることが期待されることを示します。

こういった統計学的な数字について考えることは非常に面白いですが、何よりも驚くべきことは、今生きておられる女性の半数が90歳くらいまで長寿を享受されるという現実です。長寿の可能性と希望について色々と考えさせられました。

長く生きることには意義や価値あるかどうかは、個人の価値観や周囲を含めた状況にもよるでしょう。「健康寿命」という言葉がよく聞かれるように健康かどうかも大事でしょう。また、幸福感を感じているか、社会や生活しているコミュニティへの貢献を感じているか、目標があり、それに向かって進むことで達成感や自己肯定感を高めているかといったことも大切でしょう。

一方で、健康問題、経済的な不安、孤独感などが長寿に関連する問題として挙げられています。人生の質を向上させるために、長寿を追求することが必ずしも最善の選択ではない場合もあります。

町民のみなさんの人生の質を保ちながらできるだけ長生きしていただけるように、できることを模索していきたいと思っています。

[引用元：厚生労働省、令和4年度簡易生命表の概況 (<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life22/dl/life22-15.pdf>)]

今回の原稿の作成において、生成AIであるChatGPTに手伝ってもらいました。デジタル技術の進歩は目覚ましいものがあります。AIを利用する側であり続けるために日々研鑽していきたいと思っています。最後まで読んでいただいていたありがとうございます。ではまた。

表1 主な年齢の平均余命

年齢	男			女		
	令和4年	令和3年	前年との差	令和4年	令和3年	前年との差
0歳	81.05	81.47	△ 0.42	87.09	87.57	△ 0.49
5	76.25	76.67	△ 0.42	82.28	82.76	△ 0.48
10	71.28	71.70	△ 0.42	77.30	77.78	△ 0.48
15	66.31	66.73	△ 0.42	72.33	72.81	△ 0.48
20	61.39	61.81	△ 0.42	67.39	67.87	△ 0.48
25	56.53	56.95	△ 0.42	62.46	62.95	△ 0.47
30	51.66	52.09	△ 0.43	57.56	58.03	△ 0.47
35	46.80	47.23	△ 0.43	52.65	53.13	△ 0.47
40	41.97	42.40	△ 0.43	47.77	48.24	△ 0.46
45	37.20	37.62	△ 0.42	42.93	43.39	△ 0.46
50	32.51	32.93	△ 0.42	38.16	38.61	△ 0.45
55	27.97	28.39	△ 0.43	33.46	33.91	△ 0.45
60	23.59	24.02	△ 0.43	28.84	29.28	△ 0.45
65	19.44	19.85	△ 0.41	24.30	24.73	△ 0.43
70	15.56	15.96	△ 0.41	19.89	20.31	△ 0.42
75	12.04	12.42	△ 0.38	15.67	16.08	△ 0.41
80	8.89	9.22	△ 0.33	11.74	12.12	△ 0.38
85	6.20	6.48	△ 0.29	8.28	8.60	△ 0.32
90	4.14	4.38	△ 0.24	5.47	5.74	△ 0.27

表2 平均寿命の年次推移

和暦	平均寿命 (単位: 年)		
	男	女	男女差
昭和22年	50.06	53.96	3.90
25-27	59.57	62.97	3.40
30	63.60	67.75	4.15
35	65.32	70.19	4.87
40	67.74	72.92	5.18
45	69.31	74.66	5.35
50	71.73	76.89	5.16
55	73.35	78.76	5.41
60	74.78	80.48	5.70
平成2	75.92	81.90	5.98
7	76.38	82.85	6.47
12	77.72	84.60	6.88
17	78.56	85.52	6.96
22	79.55	86.30	6.75
27	80.75	86.99	6.24
令和2	81.56	87.71	6.15
3	81.47	87.57	6.10
4	81.05	87.09	6.03

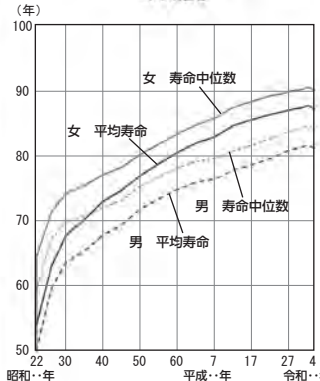
注：1) 令和2年以前は完全生命表による。
2) 昭和45年以前は、沖縄県を除く値である。

表4 寿命中位数と平均寿命の年次推移

和暦	男			女		
	寿命中位数	平均寿命	寿命中位数と平均寿命の差	寿命中位数	平均寿命	寿命中位数と平均寿命の差
昭和22年	59.28	50.06	9.22	64.45	53.96	10.49
25-27	67.22	59.57	7.65	71.31	62.97	8.34
30	69.79	63.60	6.19	74.19	67.75	6.44
35	70.66	65.32	5.34	75.44	70.19	5.25
40	72.00	67.74	4.26	77.04	72.92	4.12
45	73.10	69.31	3.79	78.19	74.66	3.53
50	75.31	71.73	3.58	80.17	76.89	3.28
55	76.69	73.35	3.34	81.75	78.76	2.99
60	78.06	74.78	3.28	83.38	80.48	2.90
平成2	79.13	75.92	3.21	84.71	81.90	2.81
7	79.49	76.38	3.11	85.73	82.85	2.88
12	80.74	77.72	3.02	87.41	84.60	2.81
17	81.56	78.56	3.00	88.34	85.52	2.82
22	82.60	79.55	3.05	89.17	86.30	2.87
27	83.76	80.75	3.01	89.79	86.99	2.80
令和2	84.51	81.56	2.95	90.55	87.71	2.84
3	84.39	81.47	2.92	90.42	87.57	2.85
4	83.93	81.05	2.88	89.96	87.09	2.88

注：1) 令和2年以前は完全生命表による。
2) 昭和45年以前は、沖縄県を除く値である。

図3 寿命中位数と平均寿命の年次推移



注：1) 平成27年以前及び令和2年以前は完全生命表による。
2) 昭和45年以前は、沖縄県を除く値である。