

●はなせ診療所そよ風たより No53

内科 吉澤泰介

◎胴上げ型、騎馬戦型、肩車型社会の到来

厚生労働省は健康寿命と平均寿命の差は男性9.02年、女性12.4年であることを最近公表しました。健康寿命とは、日常生活を介護を受けたり寝たつきりにならず、人に頼らないで日常生活を送れる期間のことで、3年前は男性70.4才、女性73.6才でした。日本の高齢者数は25年後の2040年頃まで増え続け一人暮らしの高齢者が増加し、5年後の2020年には高齢者率が30%近くに達すると見込まれるなど、日本の高齢化水準は世界でも群を抜いたものになると予測されています。半世紀前には65才以上の高齢者1人を約9人の現役世代で支える「胴上げ」型社会でした。しかし近年には3人で1人を支える「騎馬戦」型になり35年後の2050年には1人を1.2人の現役世代が支える「肩車」型の社会が到来すると言われています。健康寿命が延びると、生活の質の向上だけでなく医療や介護の費用の削減にもつながることから、政府は5年後の2020年までに健康寿命を1年以上延ばすことを目標にしています。

◎当地区のお年寄りたちは、町のお年寄りたちと比べ、自分のことは自分でできないと生活することが即不可能となるせいか、日頃から体調管理に非常に気を付けておられます。今年は特に雪が深くて大変です。先日決起集会をした積年の思いを込めた念願の「花背峠トンネル」の開通の日まで、私たち精一杯の尽力をさせていただきますので、体調管理に今まで以上に気を配られ、ぜひとも、皆さん元気で、健康寿命を延ばしその日が迎えられますよう頑張ってください。