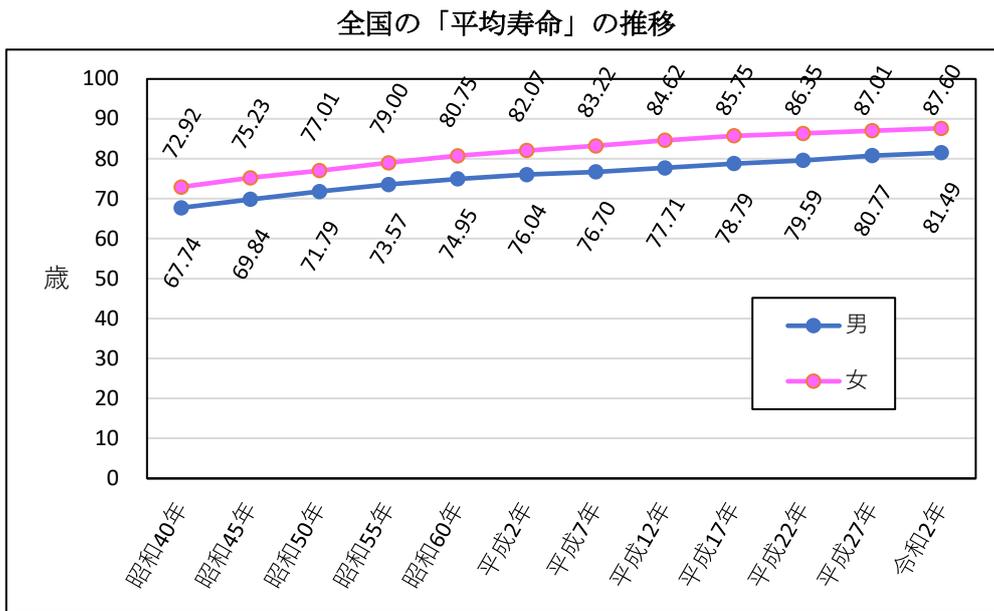


8.【平均寿命】 最長と最短の2～4歳分の差は大きいのか？

先ごろ、厚生労働省から令和2年市区町村別生命表が公表されました。「生命表」は、年齢別死亡率が今後変化しないと仮定して、各年齢の者が1年以内に死亡する確率（死亡率）や平均であと何年生きられるかという期待値（平均余命）などを示したもので、5年おきに作成、公表されています。都道府県・市区町村別の生命表は、国勢調査年を含む前後3年間の人口動態統計や国勢調査による日本人人口をもとに推計されているもので、自治体の保健福祉施策等に活用されます。

ここで、0歳における平均余命を「平均寿命」といい、保健福祉水準を表す総合指標とされます。全国の男女別の「平均寿命」の推移をみると、昭和40年からの55年間で、男は67.7歳から81.5歳へと14歳ほど上昇、女も72.9歳から87.6歳まで15歳位近く上昇しています。近年、新型コロナウイルス感染症の影響等で若干ブレーキがかかった部分もありますが、基本的には上昇基調が続いています。なお、男女差は概ね5～7歳程度で推移しています。

因みに、「平均寿命」は前述のように0歳の平均余命であり、例えば今70歳の男性が平均的にあと11.5歳しか生きられないということではありません。年齢ごとに「平均余命」が算出されていますので念のため。



資料：生命表（厚生労働省）

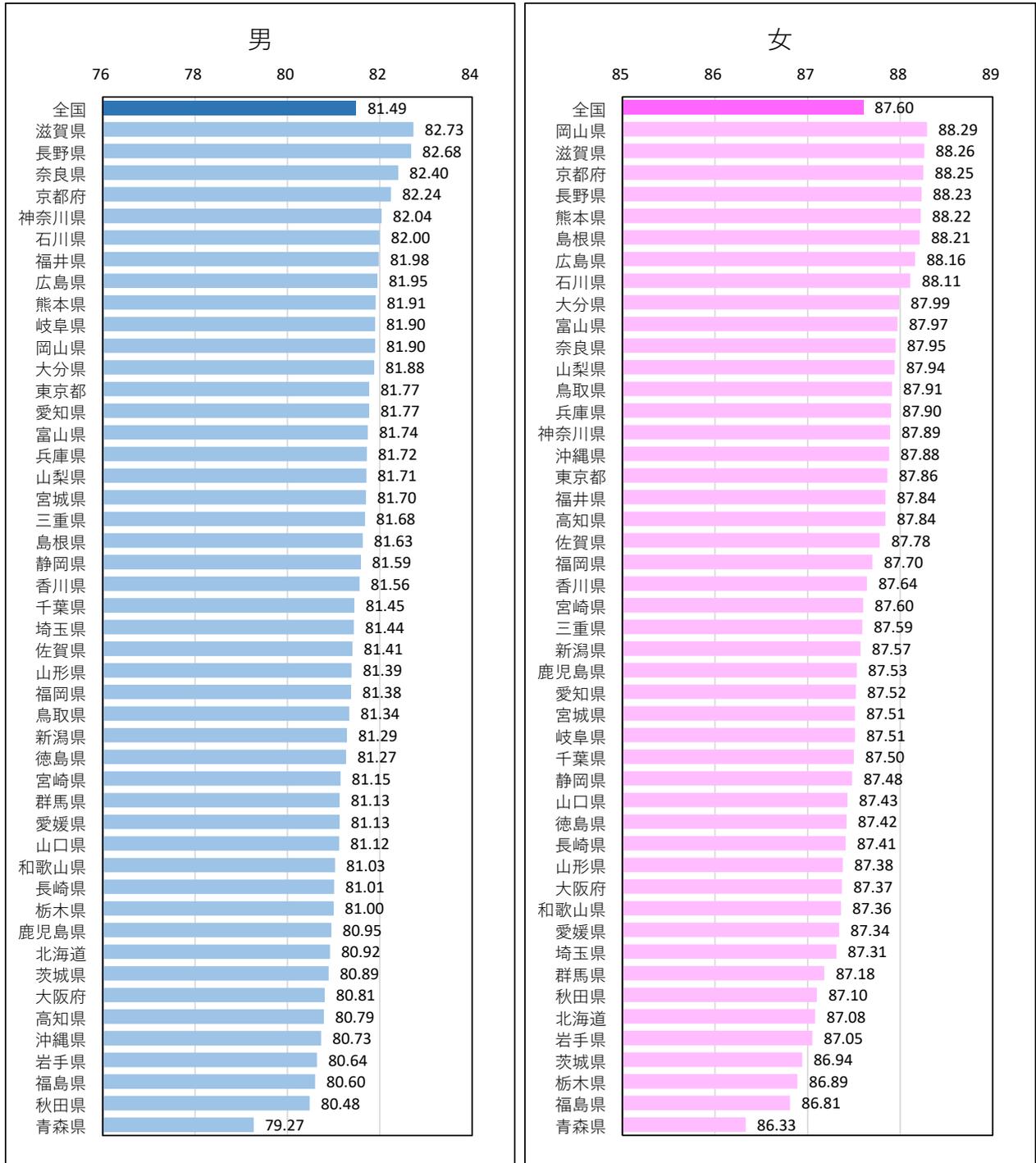
平均寿命は「中西高・東低」か。目立つ青森県の低さ

では、令和2年の「都道府県別生命表」から、男女別に、「平均寿命」が高い順に都道府県を並べてみましょう。男の1位は滋賀県、2位は長野県でともに82.7歳ほどで、他をやや引き離しています。滋賀県は女でも4位、長野県も4位で、ともに国土の中央付近にある内陸県であることが興味深いところです。女の1位は岡山県で88.3歳。岡山県は男では11位です。このほか、奈良県、京都府、石川県、熊本県などが男女ともに上位にあります。

総じてみると、値が相対的に高いのは日本の中・西部の府県が多く、東北や北海道の各道県は低位にあるところが多いように見えます。最も低いのは男女ともに青森県で、他の都道府県と比べてもそ

の差が目立ちます。この要因はわかりませんが、最上位の県との差は、男で約3歳、女で約2歳であり、これを大きいと見るか否かは判断の分かれるところでしょう。

都道府県別の平均寿命



資料：令和2年都道府県別生命表（厚生労働省）

☞長野県内や首都圏・近畿圏に多い平均寿命上位の市区町村

次に、令和2年「市区町村別生命表」から、「平均寿命」（男女別）を高い順に並べた時の上位・下位20ずつを下表に示します。ここでは、原子力災害及び大規模水害によりデータ取得が困難な福島県檜葉町・富岡町・川内村・大熊町・双葉町・浪江町・葛尾村・飯舘村及び熊本県球磨村が対象外と

なっており、また政令指定都市はひとつの「市」として扱ったため 1733 市区町村中での順位です。

「市区町村別生命表」での平均寿命は小数点以下 1 位までの表示なので同じ値が並ぶ例が多いのですが、全国順位が併せ表示されているため、原則としてその順位が高い順での表示としています。ただ、その差はわずかであり、この値自体が推計された加工統計値であることも考慮すると、順位の近い市区町村の間でのその上下関係に目くじらを立てることはあまり意味がなさそうです。

市区町村別の平均寿命の上位・下位（令和 2 年市区町村別生命表（厚生労働省））

男					女				
	順位	(県)	市区町村名	平均寿命(年)		順位	(県)	市区町村名	平均寿命(年)
上位	1	長野	宮田村	83.4	上位	1	熊本	益城町	89.0
	2	愛知	日進市	83.4		2	長野	高森町	89.0
	3	京都	木津川市	83.3		3	滋賀	草津市	89.0
	4	神奈川	鎌倉市	83.3		4	兵庫	芦屋市	88.9
	5	長野	原村	83.3		5	東京	世田谷区	88.9
	6	滋賀	草津市	83.3		6	東京	小金井市	88.9
	7	長野	豊丘村	83.3		7	山梨	富士河口湖町	88.8
	8	大阪	箕面市	83.2		8	長野	箕輪町	88.8
	9	奈良	生駒市	83.2		9	長野	伊那市	88.8
	10	長野	白馬村	83.2		10	岡山	里庄町	88.8
	11	東京	世田谷区	83.2		11	長野	佐久市	88.8
	12	東京	武蔵野市	83.2		12	東京	武蔵野市	88.7
	13	長野	伊那市	83.2		13	沖縄	北中城村	88.7
	14	長野	松川町	83.2		14	熊本	宇土市	88.7
	15	長野	南木曽町	83.2		15	沖縄	豊見城市	88.7
	16	長野	小布施町	83.1		16	奈良	香芝市	88.7
	17	長野	長野市	83.1		17	熊本	合志市	88.6
	18	京都	精華町	83.1		18	長野	朝日村	88.6
	19	長野	飯田市	83.1		19	長野	大町市	88.6
	20	奈良	香芝市	83.1		20	熊本	菊陽町	88.6
	・		・		・		・		
下位	1713	青森	田舎館村	79.1	下位	1713	山形	白鷹町	86.1
	1714	青森	五戸町	79.1		1714	青森	佐井村	86.1
	1715	鹿児島	天城町	79.1		1715	北海道	枝幸町	86.1
	1716	青森	今別町	79.1		1716	青森	黒石市	86.0
	1717	青森	佐井村	79.0		1717	青森	平川市	86.0
	1718	青森	深浦町	79.0		1718	茨城	坂東市	86.0
	1719	青森	鶴田町	78.9		1719	北海道	森町	85.9
	1720	青森	南部町	78.9		1720	北海道	岩内町	85.9
	1721	青森	鱒ヶ沢町	78.8		1721	青森	六ヶ所村	85.9
	1722	青森	中泊町	78.7		1722	北海道	上ノ国町	85.9
	1723	青森	新郷村	78.7		1723	静岡	熱海市	85.9
	1724	青森	東北町	78.7		1724	青森	七戸町	85.9
	1725	青森	六戸町	78.7		1725	山形	大蔵村	85.8
	1726	青森	平内町	78.6		1726	青森	風間浦村	85.8
	1727	青森	風間浦村	78.6		1727	北海道	別海町	85.8
	1728	青森	三戸町	78.5		1728	高知	三原村	85.6
	1729	青森	むつ市	78.4		1729	青森	むつ市	85.6
	1730	青森	大間町	78.4		1730	青森	大鰐町	85.6
	1731	青森	六ヶ所村	78.3		1731	青森	田舎館村	85.5
	1732	青森	東通村	78.1		1732	青森	今別町	85.5

市区町村別の平均寿命の上位・下位

「市」及び「区」（東京特別区）に絞った中での順位（令和2年市区町村別生命表（厚生労働省））

男

女

	順位	全体 順位	(県)	市区町村 名	平均寿命 (歳)
上 位	1	2	愛知	日進市	83.4
	2	3	京都	木津川市	83.3
	3	4	神奈川	鎌倉市	83.3
	4	6	滋賀	草津市	83.3
	5	8	大阪	箕面市	83.2
	6	9	奈良	生駒市	83.2
	7	11	東京	世田谷区	83.2
	8	12	東京	武蔵野市	83.2
	9	13	長野	伊那市	83.2
	10	17	長野	長野市	83.1
	11	19	長野	飯田市	83.1
	12	20	奈良	香芝市	83.1
	13	23	長野	岡谷市	83.1
	14	24	東京	国分寺市	83.1
	15	25	大阪	吹田市	83.1
	16	26	滋賀	大津市	83.1
	17	29	兵庫	芦屋市	83.0
	18	30	東京	稲城市	83.0
	19	31	京都	長岡京市	83.0
	20	33	神奈川	逗子市	83.0
	・			・	
	・			・	
下 位	796	1675	青森	平川市	79.8
	797	1676	茨城	坂東市	79.8
	798	1678	茨城	かすみがうら市	79.8
	799	1679	福岡	田川市	79.8
	800	1682	岩手	久慈市	79.7
	801	1684	秋田	大館市	79.7
	802	1686	青森	つがる市	79.6
	803	1688	大阪	門真市	79.6
	804	1691	青森	五所川原市	79.5
	805	1696	沖縄	宮古島市	79.4
	806	1697	岩手	釜石市	79.4
	807	1698	大阪	大阪市	79.3
	808	1699	青森	八戸市	79.3
	809	1703	青森	黒石市	79.3
	810	1704	北海道	函館市	79.3
	811	1707	鹿児島	奄美市	79.2
	812	1708	青森	十和田市	79.2
	813	1709	北海道	赤平市	79.2
	814	1712	青森	弘前市	79.2
	815	1729	青森	むつ市	78.4

	順位	全体 順位	(県)	市区町村 名	平均寿命 (歳)
上 位	1	3	滋賀	草津市	89.0
	2	4	兵庫	芦屋市	88.9
	3	5	東京	世田谷区	88.9
	4	6	東京	小金井市	88.9
	5	9	長野	伊那市	88.8
	6	11	長野	佐久市	88.8
	7	12	東京	武蔵野市	88.7
	8	14	熊本	宇土市	88.7
	9	15	沖縄	豊見城市	88.7
	10	16	奈良	香芝市	88.7
	11	17	熊本	合志市	88.6
	12	19	長野	大町市	88.6
	13	21	東京	渋谷区	88.6
	14	24	広島	庄原市	88.6
	15	25	広島	安芸高田市	88.6
	16	26	京都	長岡京市	88.6
	17	29	石川	白山市	88.6
	18	30	東京	杉並区	88.6
	19	32	東京	調布市	88.6
	20	34	広島	廿日市市	88.5
	・			・	
	・			・	
下 位	796	1677	茨城	鉾田市	86.4
	797	1679	北海道	北斗市	86.4
	798	1683	北海道	室蘭市	86.4
	799	1684	北海道	根室市	86.4
	800	1687	青森	八戸市	86.4
	801	1689	青森	弘前市	86.4
	802	1694	秋田	北秋田市	86.3
	803	1696	岩手	宮古市	86.3
	804	1697	北海道	函館市	86.3
	805	1698	栃木	栃木市	86.3
	806	1700	栃木	足利市	86.3
	807	1701	北海道	伊達市	86.3
	808	1702	青森	五所川原市	86.3
	809	1704	青森	青森市	86.2
	810	1709	北海道	釧路市	86.2
	811	1716	青森	黒石市	86.0
	812	1717	青森	平川市	86.0
	813	1718	茨城	坂東市	86.0
	814	1723	静岡	熱海市	85.9
	815	1729	青森	むつ市	85.6

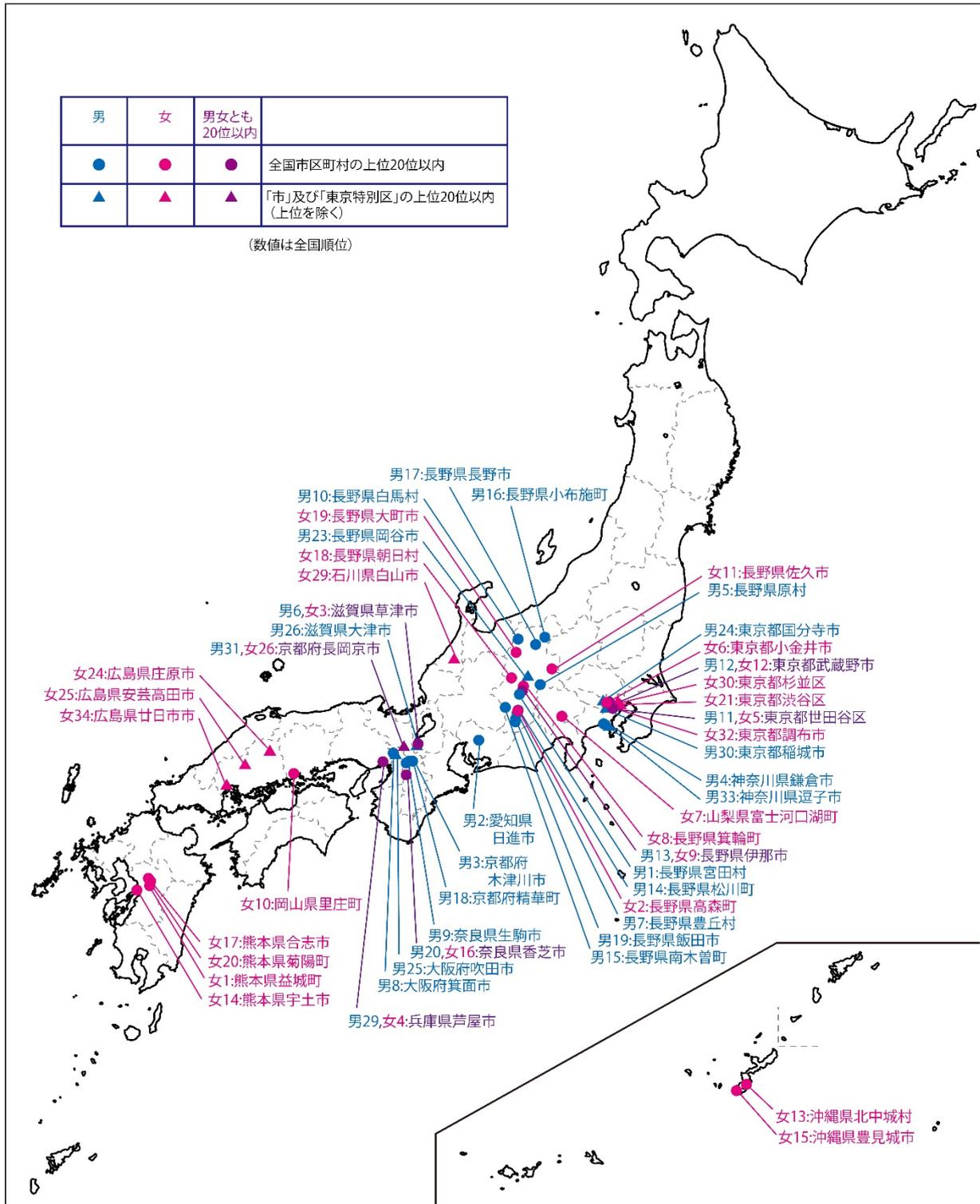
男の平均寿命1位は長野県宮田村、2位は愛知県日進市で、女の1位は熊本県益城町、2位は長野県高森町、同じく女の「市」及び「区」（東京特別区）に絞った中での1位は滋賀県草津市です。いずれも、都道府県別で見た日本の中・西部での上位県内にあります。

わずかな差で論ずるべきではないのですが、上位市区町村では特に男で長野県内の市町村が多いの

が目立ちます。上位市区町村の位置を次のマップに示しますが、男女とも長野県内と首都圏・近畿圏の大都市内及びその近傍に上位市区町村が多く分布していることがわかります。女では中国・九州地方等にも見られます。

一方、下位では特に男で青森県内の市町村が並んでおり、女でも北海道内を含め東日本の市町村が多くを占めます。各市町村ともに保健福祉施策には力を入れているでしょうし、気候風土や食生活、経済状況などの影響もあるかもしれませんが、様々な要因が複合した結果でしょう。これらの市町村の数値向上を特に期待したいところです。

「平均寿命」上位の市区町村マップ（令和2年市区町村別生命表による）



因みに、最上位と最下位の平均寿命の差は、男で4.0歳、女で3.4歳であり、都道府県別での差よりは大きいですが、これについてはどう評価されるでしょうか。

平均寿命の「男女差」にも微妙な相違が

平均寿命の「男女差」が5～7歳程度で推移、と前述しましたが、この状況を都道府県別に見ると、令和2年で全国の男女差が6.1歳（女性の方がもちろん長い）であるのに対し、最も差が大きい沖縄県（7.2歳）と最も差が小さい滋賀県（5.5歳）の間には1.7歳分の差があることがわかります。

滋賀県は、平均寿命自体が男1位、女2位の県であり、この男女差の小ささも併せて注目されます。因みに、平均寿命が男女とも最も低位の青森県は男女差が7.1歳分と、沖縄県に次ぐ2位であり、青森県では特に男にとって辛い現状とも言えそうです。

ここでは、0歳児の平均余命である「平均寿命」を取り上げましたが、よく言われるように、より重要なのは健康寿命でしょう。健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことで、厚生労働省によると平均寿命との差は男で約9年、女で約12年とされています。

本稿で見たような平均寿命の長短に一喜一憂するのではなく、日常の生活習慣の改善等により個々人の健康寿命を伸ばすことに関心を高めたものです。

都道府県別の平均寿命の男女差

男女差が大きい順に並べたもの
数値は男女差
紫色の帯の左端が男の平均寿命、右端が女の平均寿命である。

