

長崎県の健康寿命について

【現状】

	長崎県の健康寿命	全国平均の健康寿命
男性	72.29年 (全国34位)	72.68年
女性	75.42年 (全国29位)	75.38年

〈長崎県の平均寿命と健康寿命〉



健康寿命 全国1位	2位
男性: 73.72年 (大分)	73.57年 (山梨)
女性: 77.58年 (三重)	76.74年 (山梨)

【課題】

長崎県の健康寿命が低い理由

食や運動といった県民の生活習慣が好ましくない状況にあるため。

食事

1日の野菜摂取量の平均値 (令和3年) …男性: 239.9g、女性: 230.1g

目標
350g

運動

1日の歩数 (平成28年) …男性 7061歩、女性 6929歩

目標
9000歩

健診

特定健診受診率 (令和3年) …48.8%

全国ワースト
2位!

【提案】

- ・行政や企業だけでなく、主婦や退職した人たち、個人事業主の健康づくりに取り組む必要がある。
- ・特定健診の受診率をもっと引き上げる必要がある。

行政や企業では従業員に健康診断を受診させない場合、罰金が科せられる。従業員が受診を拒んだ場合は懲戒処分の対象となる場合がある。専業主婦や個人事業主が健康診断・特定健診を受診しない場合には多少の罰金を科してはどうか。