

# 埼玉県市町村別 「65歳平均余命&健康寿命」ランキング調査

ぶぎん地域経済研究所 取締役研究主幹 松本博之

## はじめに

昨年9月、総務省が敬老の日に合わせて発表した人口推計によりますと、9月15日時点での65歳以上の高齢者は前年比30万人増加して、3,617万人と過去最多を更新して、総人口に占める割合も28.7%で過去最高となったそうです。また第1次ベビーブームに生まれた、いわゆる「団塊の世代」の人たちが全員70代となり、70歳以上が78万人と大幅に増加して、2,791万になったこともわかりました。

埼玉県においても全国で最も高齢化している県として、県民の高齢化に伴う医療や介護対策は喫緊の課題であることは言われ続けています。しかしながら高齢者が増加しても、人生100年と言われる中で、健康で過ごせる期間、健康寿命の長さも注目されています。

ことに埼玉県では独自の指標を用いて、市町村別の健康寿命を算出しています。

そこで、現時点で高齢者とされる65歳の県民がその後何年生きられるのか（平均余命）と同じく65歳の県民がその後何年、健康で過ごせるのか（健康寿命）等を市町村別や地域別に概観します。

## 語句の説明

### 1. 平均余命とは

一般的には、「平均寿命」という言葉をよく耳にすることがあります。「平均寿命」が何を意味しているかと言いますと、「0歳の子供が平均的にあと何年生きられるか（平均余命）」を表しています。この平均余命は、年齢ごとに定まります。X歳の平均余命とは、現在X歳の人が平均して、あと何年生きるの

かを表す数値です。平均と言いますが、数学的には期待値を示しています。

本稿では、2018年の65歳の埼玉県民の平均余命をもとに市町村ごとの比較をしました。

### 2. 健康寿命とは

2000年にWHOが提唱した概念です。平均寿命から日常的・継続的な医療・介護に依存して生きる期間を除いた期間が健康寿命となります。

#### ▶埼玉県の健康寿命

埼玉県では65歳に達した県

民が健康で自立した生活を送ることができる期間、具体的には、介護保険制度の「要介護2以上」になるまでの期間を健康寿命として算出しています。

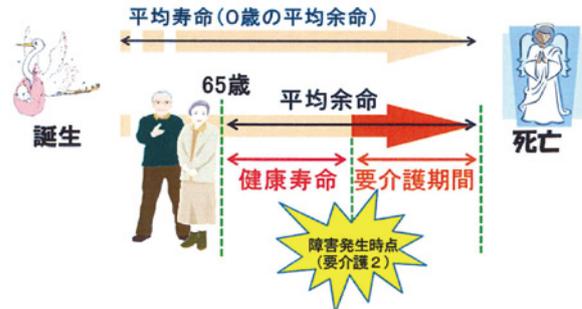
埼玉県では、県政の基本計画である「埼玉県5カ年計画」（平成29年度～令和3年度）の中で、生涯を通じて健康の確保の施策として健康寿命の目標値（令和3年：男性17.72年、女性20.39年）を設定しています。厚生労働省による都道府県別健康寿命とは、算出方法が異なります。

市町村別のデータ紹介に入る前に、埼玉県全体のデータを見たいと思います。まず男性（2018年に65歳を迎えた人）の平均余命は19.41年となります。年齢に置き換えると平均では、84.41歳で死亡するということになります。そして要介護2に認定されるまでの期間、健康寿命は17.64年です。同様に年齢に置き換えますと82.64歳となります。従いまして、男性の要介護状態（要介護2以上）となる期間は、84.41歳－82.64歳となりますので、1.77年ということになります。

次に女性（2018年に65歳を迎えた人）の平均余命は、24.16年です。年齢に置き換えますと平均では89.16歳で死亡します。男性と比較して4.75年の長寿となります。また健康寿命は20.46年です。同様に年齢に置き換えますと85.46歳となります。そして女性の要介護状態（要介護2以上）となる期間は、89.16歳－85.46歳で、3.70年となります。要介護期間は平均余命が長い女性が男性よりも1.92年長いことがわかります。このことから、あくまで統計上のデータですが、同じ年齢の夫婦の場合、女性は夫（男性）が死亡した後に要介護状態になり、一人でその後の3.70年は要介護状態で、89.16歳で死亡することになります。

■ 図1 埼玉県の健康寿命

65歳に達した県民が、健康で自立した生活を送る時間、具体的には、「要介護2以上」になるまでの時間



注) 厚生労働省による都道府県別健康寿命とは算出方法が違います。

(出所：埼玉県)

ただし要介護2レベルであれば、妻や家族による家庭内介護で対応できる場合があり、男性の場合は介護期間がさらに長い可能性があるとも考えられます。

## 1. 市町村別 65歳の平均余命

表1の市町村別の65歳平均余命（上位20位）を見ると、男性では、鳩山町が20.28年で最も長く、次いで蓮田市の20.08年、北本市の20.00年と上

■ 表1 2018年市町村別 65歳の平均余命（上位20位）

※数値が同じ場合は、健康寿命の長い方を上位とした

平均余命 (男性)	順位	市町村名	平均余命	平均余命 (女性)	順位	市町村名	平均余命
	1	鳩山町	20.28年		1	蓮田市	24.61年
	2	蓮田市	20.08年		2	志木市	24.60年
	3	北本市	20.00年		3	所沢市	24.46年
	4	伊奈町	19.93年		4	入間市	24.42年
	5	所沢市	19.92年		5	鴻巣市	24.42年
	6	桶川市	19.89年		6	東秩父村	24.42年
	7	ときがわ町	19.87年		7	新座市	24.40年
	8	和光市	19.85年		8	和光市	24.39年
	9	狭山市	19.85年		9	狭山市	24.33年
	10	入間市	19.82年		10	白岡市	24.33年
	11	上尾市	19.80年		11	さいたま市	24.32年
	12	東秩父村	19.72年		12	宮代町	24.39年
	13	宮代町	19.72年		13	桶川市	24.29年
	14	坂戸市	19.68年		14	毛呂山町	24.28年
	15	白岡市	19.67年		15	鶴ヶ島市	24.28年
	16	鴻巣市	19.67年		16	東松山市	24.28年
	17	久喜市	19.67年		17	朝霞市	24.27年
	18	飯能市	19.66年		18	坂戸市	24.24年
	19	鶴ヶ島市	19.62年		19	吉川市	24.23年
	20	さいたま市	19.57年		20	鳩山町	24.22年
	埼玉県	19.41年		埼玉県	24.16年		

(黄色は男性・女性両部門でランキングしている市町村)

(出所：埼玉県)

■表 2

県内地域別平均余命ランキング入り自治体数の比較

男 性	ランキングの自治体数	地域の総自治体数
県 央 地 域	5	5
川 越 比 企 地 域	5	14
西 部 地 域	4	5
利 根 地 域	4	9
南 西 部	1	7

(さいたま市を除く 19 自治体)

女 性	ランキングの自治体数	地域の総自治体数
川 越 比 企 地 域	6	14
南 西 部 地 域	4	7
西 部 地 域	3	5
利 根 地 域	3	7
県 央 地 域	2	5
東 部 地 域	1	6

(さいたま市を除く 19 自治体)

(出所：埼玉県のデータをもとに当研究所作成)

位の 3 町市が 20 年以上となっています。

以下、伊奈町、所沢市、桶川市の順となっています。この結果から 2018 年時点で鳩山町、蓮田市、北本市に在住している 65 歳の男性では平均で 85 歳以上まで生きるということとなります。

女性部門では、男性部門で 2 位だった蓮田市がトップで 24.61 年となっています。次いで志木市が 24.60 年、所沢市の 24.46 年が続いています。男性部門と女性部門との比較では、両部門でのトップが男性が 20.28 歳、女性が 24.61 歳で、その差が 4.33 年となっています。

女性の場合、1 位の蓮田市の 24.61 年から 41 位の川口市の 24.00 年までが 24 年以上となっています。

男性、女性両部門を見ると鳩山町（男性 1 位、女性 20 位）、蓮田市（男性 2 位、女性 1 位）、所沢市（男性 5 位、女性 3 位）、桶川市（男性 6 位、女性 13 位）など 14 市町村が男性、女性の両部門でトップ 20 位にランクインしています。

## 2. 地域別ランキング入り自治体数の比較

表 2 は、平均余命でランキングしている自治体(さいたま市を除く) 19 について、地域別に見ています。興味深い事実が浮かびあがってきています。

まず男性について見ると、県央地域と川越比企地域がそれぞれ 5 自治体と最も多いことがわかりました。ことに県央地域は全ての自治体(上尾、桶川、北本、鴻巣市と伊奈町)がランクインしています。次いで西部地域と利根地域の 4 自治体が続いています。一方で、東部地域、南部地域と北部、秩父地域からは一つの自治体もランクインしていません。

また女性については、川越比企地域が 6、次いで南西部地域の 4、西部地域、利根地域が 3 で続いています。女性では東部地域から吉川市が一つだけランクインしています。

本稿では個別に調査をしていないが、平均余命の長い自治体について、大学病院などの高度治療医療機関の有無や医療、介護に対する取り組みの違いなどとリンクして分析することも必要であると考えます。

一方で、一つも自治体の名前が挙がっていない地域があります。それが川口市などがある南部地域と熊谷市などの北部地域、秩父地域です。

これから、埼玉県内では主に県央地域から川越比企地域を経て西部地域を中心とするエリアが他の地域と比較して、“長寿”であることが分かります。

北部地域や秩父地域では、他地域と比較して塩分の多い漬物などの食生活や自動車を中心とする生活からか、平均余命が短くなっているとも推察されます。

川口市など南部地域では人口に占める外国人居住者の割合が多く、それが市としての平均余命が短くなっている要因と考えられます。住民の多様性が行政の施策の浸透を妨げるような一面も垣間見られます。

■表3 2018年市町村別65歳の健康寿命（上位20位）

健康寿命 (男性)	順位	市町村名	健康寿命	健康寿命 (女性)	順位	市町村名	健康寿命
	1	鳩山町	18.88年		1	和光市	21.29年
2	和光市	18.58年	2	志木市	21.22年		
3	狭山市	18.21年	3	鳩山町	21.18年		
4	所沢市	18.20年	4	皆野町	21.05年		
5	桶川市	18.18年	5	毛呂山町	20.96年		
5	北本市	18.18年	6	狭山市	20.94年		
7	ときがわ町	18.16年	6	小川町	20.94年		
8	入間市	18.15年	8	秩父市	20.94年		
9	飯能市	18.13年	9	長瀬町	20.92年		
10	志木市	18.10年	10	入間市	20.91年		
11	蓮田市	18.08年	11	所沢市	20.85年		
11	小川町	18.08年	12	横瀬町	20.83年		
13	東秩父村	17.99年	12	吉川市	20.83年		
14	上尾市	17.94年	14	滑川町	20.76年		
15	白岡市	17.92年	15	鶴ヶ島市	20.73年		
15	朝霞市	17.92年	16	白岡市	20.70年		
17	毛呂山町	17.90年	17	朝霞市	20.69年		
18	鶴ヶ島市	17.87年	18	坂戸市	20.68年		
18	長瀬町	17.87年	19	飯能市	20.66年		
18	久喜市	17.87年	20	新座市	20.64年		
	埼玉県	17.64年		埼玉県	20.46年		

(黄色は男性・女性両部門でランキングしている市町村)

(出所：埼玉県)

### 3. 市町村別 65歳の健康寿命

健康寿命についてみますと、埼玉県民全体では、男性が17.64年、女性が20.46年となっています。これによりますと男性は82歳超、女性は85歳超まで平均的に健康で暮らせるという結果となりました。

次に市町村別の健康寿命をみますと、男性部門では鳩山町が18.88年とトップで、次いで和光市18.58年、狭山市18.21年、所沢市18.20年の順となっています。女性部門では和光市が21.29年でトップ、次いで志木市が21.22年、鳩山町21.18年となっています。

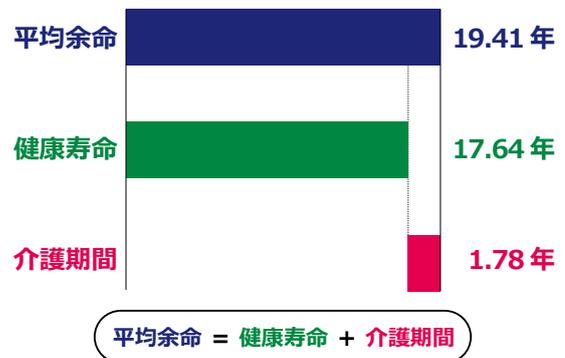
鳩山町は男性部門で第1位、女性部門で第3位、また和光市は男性部門で第2位、女性部門で第1位と揃って上位に顔を出しています。この統計は2018年時点で65歳の人たちを対象としているのですが、表3にランクインしている市町村の顔ぶれをみますと、鳩山町、狭山市、所沢市、入間市や小川町、毛呂山町などのニュータウン開発が行われた自治体や大規模団地が造成された和光市や白岡市などとなっています。このように戸建て住

宅での生活よりもニュータウンや大規模団地等があり、生活レベルの均一性が高い地域及び住民を有する自治体において、健康寿命が長くなるという結果を読み取ることができます。

### 4. 市町村別 介護期間

高齢者の理想的な終末期について「ピンピンコロリ」という言葉を聞きます。これは、死ぬ直前までピンピンと元気で暮らしていて、長期の入院や介護を経ず家族や親族などに余り負担をかけないで死んでいくという状況を表していることはど

■表4 数値の見方（例：埼玉県男性）



(出所：埼玉県)

■表5 2018年市町村別介護期間【短】(上位20位)

介護期間 (男性)	順位	市町村名	介護期間
	1	上里町	1.12年
	2	和光市	1.27年
	2	神川町	1.27年
	4	長瀬町	1.34年
	5	志木市	1.37年
	6	美里町	1.38年
	7	鳩山町	1.40年
	8	小川町	1.41年
	9	毛呂山町	1.42年
	10	行田市	1.46年
	10	蕨市	1.46年
	12	川島町	1.50年
	13	飯能市	1.53年
	14	松伏町	1.54年
	14	寄居町	1.54年
	16	本庄市	1.55年
	17	羽生市	1.56年
	17	秩父市	1.56年
	19	皆野町	1.57年
	20	幸手市	1.60年
	埼玉県	1.78年	

介護期間 (女性)	順位	市町村名	介護期間
	1	上里町	2.60年
	2	神川町	2.81年
	3	長瀬町	2.86年
	4	鳩山町	3.04年
	5	横瀬町	3.08年
	6	和光市	3.10年
	6	小川町	3.10年
	8	本庄市	3.13年
	8	美里町	3.13年
	10	皆野町	3.14年
	11	秩父市	3.19年
	12	行田市	3.20年
	13	滑川町	3.21年
	14	ときがわ町	3.25年
	15	川島町	3.31年
	16	羽生市	3.33年
	16	蕨市	3.33年
	16	毛呂山町	3.33年
	19	幸手市	3.37年
	20	志木市	3.38年
	埼玉県	3.70年	

(出所：埼玉県)

注) 介護期間 = 平均余命 - 健康寿命

■表6 2018年市町村別介護期間【長】(上位20位)

介護期間 (男性)	順位	市町村名	介護期間
	1	伊奈町	2.13年
	2	三郷市	2.12年
	3	宮代町	2.07年
	3	富士見市	2.07年
	5	春日部市	2.03年
	6	小鹿野町	2.02年
	7	嵐山町	2.00年
	8	蓮田市	1.99年
	9	坂戸市	1.94年
	10	三芳町	1.93年
	11	川口市	1.92年
	12	草加市	1.90年
	13	川越市	1.88年
	13	深谷市	1.88年
	15	上尾市	1.86年
	16	さいたま市	1.83年
	17	北本市	1.82年
	18	鴻巣市	1.81年
	19	久喜市	1.80年
	19	滑川町	1.80年
	埼玉県	1.78年	

介護期間 (女性)	順位	市町村名	介護期間
	1	蓮田市	4.32年
	2	宮代町	4.25年
	3	三郷市	4.21年
	4	春日部市	4.16年
	5	富士見市	4.09年
	6	伊奈町	4.06年
	7	川越市	4.02年
	8	川口市	4.00年
	9	東松山市	3.99年
	10	東秩父村	3.98年
	11	鴻巣市	3.93年
	12	越生町	3.92年
	13	戸田市	3.90年
	14	桶川市	3.86年
	15	さいたま市	3.82年
	16	嵐山町	3.81年
	17	寄居町	3.80年
	18	新座市	3.76年
	19	草加市	3.75年
	20	八潮市	3.73年
	埼玉県	3.70年	

(出所：埼玉県)

注) 介護期間 = 平均余命 - 健康寿命

承知のことと思います。しかしながら実際のところは、多くの高齢者が“希望通り”には行かないのが現実となっています。

本稿では、各市町村別の平均余命と健康寿命について、自治体のランキングを使って見てきました。次に平均余命と健康寿命の差となる介護期間、「ピンピンコロリ」と行かない現実について同様に見てみたいと思います。

介護期間の考え方は、表4のようになります。埼玉県男性の平均余命は19.41年です。そして健康寿命が17.64年となり、この差の1.78年が介護期間（要介護2以上）となるものとしています。（健康寿命＝65歳の人が必要介護2になるまでの期間）

表5は、介護期間が短い（平均余命と健康寿命との差が小さい）とされた市町村を表しています。それぞれの市町村で平均余命の違いはありますが、平均余命に対して元気でいられる期間が長いという結果を表しているとも言えます。埼玉県全体では男性が1.78年、女性が3.70年となっています。平均的に男性よりも女性の方が、約2年程度介護期間が長くなっています。

男性部門では、上里町が1.12年で最も短く、次いで和光市と神川町の1.27年、以下長瀨町の1.34年、志木市の1.37年の順となっています。女性部門では、こちらも上里町が最も短く2.60年となっています。次いで、神川町が2.81年、長瀨町が2.86年が続いています。男性、女性の両部門でトップが上里町という興味深い結果となりました。

また、ランクインしている市町村の顔ぶれを見ますと、男性部門では、本庄市、上里町、神川町、美里町と寄居町の北部地域と秩父市、長瀨町、皆野町の秩父地域が合計で8市町村、女性部門においても同様に本庄市、上里町、神川町、美里町、秩父市、皆野町、長瀨町、横瀬町と8市町村が入っています。これらの地域の市町村で介護期間が短いという関連する要因があるのかについては、他の調査に譲るとして、この短い要因が地域医療体制にあるのか、行政の医療・介護行政にあるのか、地域住民の食生活や医療に関する生活習慣に起因しているのかなど分析をする必要があるとも考え

られます。

表6は、先ほどの表5と反対で、介護期間が長い（平均余命と健康寿命との差が大きい）とされた市町村を表しています。

まず男性部門から見てみますと、最も長いのが伊奈町で2.13年、次いで三郷市の2.12年、宮代町と富士見市の2.07年と続いています。第7位の嵐山町までが2年以上となっています。女性部門では、最も長いのが蓮田市の4.32年、次いで宮代町の4.25年、三郷市の4.21年となっています。第8位の川口市までが4年以上となっています。

また男性部門、女性部門の両方でランクインしているのが、伊奈町、三郷市、富士見市、春日部市、嵐山町、蓮田市、川口市、草加市、川越市、さいたま市、鴻巣市（男性部門のランク順位による）の11市町村となっています。

## 5. 市町村別 健康寿命の延命

さて埼玉県内のみならず、多くの自治体が高齢者の増加に伴い、彼らが長期間健康で張りのある暮らし、また積極的な社会参加ができるように様々な手を打っています。それもこれも高齢者の健康寿命を如何にして延命させて医療・介護費の負担軽減につなげていけるのかが目的と言えるのではないのでしょうか。

そこで今回の2018年の調査結果と5年前、2013年の調査結果とを比較して、健康寿命がどの程度延命となっているかを見てみたいと思います。埼玉県全体では男性部門の健康寿命が0.78年延び、女性部門では同じく0.71年延びているということになります。

男性部門のトップは和光市で1.35年も健康寿命が延びています。次いで八潮市の1.26年、美里町の1.25年、ときがわ町と小鹿野町が1.20年で続いています。次に女性部門が東秩父村が2.13年、次いで杉戸町の1.53年、坂戸市の1.44年となっています。男性部門では、14位の小川町が、女性部門では11位の飯能市、白岡市までが1年以上となっています。

■表7 2018 - 2013年 市町村別 65歳寿命増加 (上位20位)

健康寿命増加 (男性)	順位	市町村名	18年-13年 増加	2018年 健康寿命	2013年 健康寿命
	1	和光市	1.35年	18.58年	17.23年
2	八潮市	1.26年	17.11年	15.85年	
3	美里町	1.25年	17.10年	15.85年	
4	ときがわ町	1.20年	18.16年	16.95年	
4	小鹿野町	1.20年	17.39年	16.19年	
6	羽生市	1.17年	17.53年	16.36年	
7	長瀨町	1.14年	17.87年	16.73年	
8	鴻巣市	1.11年	17.86年	16.75年	
9	鶴ヶ島市	1.10年	17.87年	16.78年	
10	桶川市	1.06年	18.18年	17.12年	
11	坂戸市	1.03年	17.74年	16.71年	
11	飯能市	1.03年	18.13年	17.10年	
13	毛呂山町	1.02年	17.90年	16.88年	
14	小川町	1.01年	18.08年	17.07年	
15	越生町	0.99年	17.25年	16.25年	
16	朝霞市	0.98年	17.92年	16.94年	
16	幸手市	0.98年	17.64年	16.66年	
18	松伏町	0.97年	17.33年	16.35年	
19	狭山市	0.95年	18.21年	17.26年	
19	蕨市	0.95年	17.40年	16.45年	
	埼玉県	0.78年	17.64年	16.85年	

健康寿命増加 (女性)	順位	市町村名	18年-13年 増加率	2018年 健康寿命	2013年 健康寿命
	1	東秩父村	2.13年	20.44年	18.31年
2	杉戸町	1.53年	20.57年	19.04年	
3	坂戸市	1.44年	20.68年	19.23年	
4	横瀬町	1.32年	20.83年	19.51年	
5	美里町	1.25年	20.13年	18.88年	
6	皆野町	1.24年	21.05年	19.82年	
7	八潮市	1.18年	20.37年	19.19年	
8	北本市	1.17年	20.52年	19.34年	
9	富士見市	1.08年	19.95年	18.87年	
10	宮代町	1.05年	20.13年	19.08年	
11	飯能市	1.02年	20.66年	19.64年	
11	白岡市	1.02年	20.70年	19.69年	
13	鴻巣市	1.00年	20.49年	19.49年	
13	毛呂山町	1.00年	20.96年	19.96年	
13	秩父市	1.00年	20.94年	19.94年	
16	蕨市	0.99年	20.83年	19.84年	
17	松伏町	0.98年	20.36年	19.38年	
18	ふじみ野市	0.96年	20.63年	19.67年	
19	鶴ヶ島市	0.89年	20.73年	19.83年	
20	狭山市	0.85年	20.94年	20.09年	
	埼玉県	0.71年	20.46年	19.75年	

(出所：埼玉県)

この5年間で、平均余命や健康寿命は伸びています。県内での介護予防や健康づくり活動等への公的な取り組みや、中高年層自らの活動が普及し、着実に成果をもたらしていると考えられます。

本稿は統計上の数値を取りまとめて紹介するという範囲にとどまっていますが、本調査での結果を踏まえて、各自治体へのヒアリング調査等を実

施するなどして、筆者の推察の検証や数値がもたらしている要因を深掘りし、より詳細な実態を把握していくことが必要であると思います。

