



知っておきたい！ 健保のコト

VOL.64

10月の「健康強調月間」に向けて

健保連・健保組合は、健保組合加入者の健康の保持・増進を図り、生活習慣病予防の普及啓発を行うため、毎年10月を「健康強調月間」と定め、多彩な事業を全国的に展開しています。同月間を通じて、健康無関心層へ生活習慣改善の気付きを促し、一人ひとりの健康寿命の延伸につなげることが目的です。

1966年に始まった同月間は今年で59回目。この間、予防・健康づくりのみならず、医療技術の進展や医療制度の充実などにより、日本人の平均寿命は飛躍的に伸びました。一方、少子化の影響もあり2023年の高齢化率は29.1%と過去最高に。わが国では、平均寿命と健康寿命（健康上の理由で日常生活が制限されことなく生活できる期間）の差を縮小し、40年までに健康寿命を男女とも75歳以上とする目標を掲げています。

今年の健康強調月間PRポスターは、健康で楽しく毎日が送れることを目標に、「運動」「食生活」「禁煙」「健診」の4つのアクションを啓発する内容です。この機会に日頃の生活を見つめ返し、「安定」した健康生活をはじめてみませんか。



7月にわが国の世帯や人口に係る国の統計が立て続けに公表されました。厚生労働省が同日に公表した「2023年国民生活基礎調査」は3年ごとに大規模調査を行っています。中間年に当たる今回は世帯の基本的な事項等の調査にとどまっています。

それによると23年6月1日現在の総世帯数は544万5千世帯で、このうち「単独世帯」が184万9千世帯（全世帯の34.0%）と、「夫婦と未婚の子のみの世帯」（同24.8%）や「夫婦のみの世帯」（同24.6%）を上回り過去最高となりました。世帯類型では「高齢者世帯」が165万6千世帯（同30.4%）で全世帯の約3分の1を占めています。一方、「児童のいる世帯」は98万3千世帯で全世帯の18.1%と世帯数・割合とも過去最少を記録しました。また24日に総務省が公表した住民基本台帳に基づく本年1月1日時点の国内の日本人口は1億2156万1801人で前年から86万1237

人減りました。減少は15年連続で前年比の減少幅は調査開始以来、過去最大となっています。

今後、2050年にかけて都市部では高齢人口が増加する一方、地方では人口減少が深刻化するとされ、人口構造の変化も自治体や地域ごとに異なるため、早急な対応が求められます。

こうした中、国の予算編成や経済財政運営の指針として6月21日に閣議決定された「骨太の方針2024」では、高齢化により更新時期を迎えるインフラ・公共施設が一斉に増加していくことを踏まえ、公共サービスやインフラ維持管理の広域化・共同化を進める方向性を示しました。合わせてDXや新技術の社会実装により地域機能やサービスの高度化を図り、新しい生活スタイルへ移行させていくとしています。

医療・介護分野だけでなく、人口減少社会におけるさまざまな社会課題への対応手段として注目されるDXですが、各地方や地域でその恩恵を感じられる形で推進されることが期待されます。

★ Special issue 1年間で日本人が86万人減少 過去最大幅で人口減少が加速