

がんと平均寿命

平均寿命の誤解

「平均寿命」の解
「たつた26歳ではないか」または「自分は26歳を無理して長らえようとは思わない」と言います。誤解です。それはあくまで個人の寿命の話であり、平均寿命

	青森県		長野県	
	死亡率	順位	死亡率	順位
0~4歳	73	28(低い方からの順)	61	8
5~9	21	47	12	33
10~14	15	36	6	5
15~19	44	41	36	35
20~24	74	33	61	23
25~29	87	41	80	33
30~34	112	46	82	27
35~39	112	35	102	24
40~44	232	47	145	17
45~49	408	47	197	4
50~54	490	47	297	3
55~59	826	47	501	2
60~64	1171	47	776	3
65~69	1806	47	1147	1
70~74	2728	47	1908	1
75~79	4807	47	3486	2
80~84	8108	47	6361	2
85歳以上	16306	47	14429	3

表1 青森県と長野県の年代別死亡率(人口10万人当たり)

となるとその意味するところは大きく異なります。表1に長野県と青森県の男性の年代別死亡率(全死因)を示しました。40~60歳代の青森県の死亡率(人口10万人あたり)は長野県の実りに1.5~2.1倍もあります。これらの差を計算していくと、たつたひとつの数字である「平均寿命」、つまり、青森県男性77.3歳と長野県80.9歳の差、3.6歳に行き着きます。このことは、単純に、一人の人間が青森県では77.3歳で亡くなる、長野県では80.9歳で亡くなるということの意味するものではありません。「男女合計の平均寿命の差2.6歳を長らえようとは思わない」と考える人でも、青森県で若い年代(とくに中年)の人々が多く亡くなっているという現実を「問題ない」とは言わないはず。ちなみに、青森県民が長野県と同じよう

	男性			女性		
	昭和40	昭和60	平成22	昭和40	昭和60	平成22
1	東京 69.8歳	沖縄 76.3	長野 80.9	東京 74.7	沖縄 83.7	長野 87.2
2	京都 69.2	長野 75.9	滋賀 80.6	神奈川 74.1	島根 81.6	島根 87.1
3	神奈川 69.1	福井 75.6	福井 80.5	静岡 74.1	熊本 81.5	沖縄 87.0
4	愛知 69.0	香川 75.6	熊本 80.3	岡山 74.0	静岡 81.4	熊本 87.0
	9位 長野		30位 沖縄	26位 長野		
44	岩手 65.9	長崎 鹿児島 74.1	福島 78.8	青森 71.8	栃木 80.0	茨城 85.8
45	秋田 65.4	高知 74.0	岩手 78.5	岩手 71.6	茨城 80.0	和歌山 85.7
46	青森 65.3	大阪 74.0	秋田 78.2	秋田 71.2	青森 79.9	栃木 85.7
47		青森 73.1	青森 77.3		大阪 79.8	青森 85.3

表2 都道府県別平均寿命ランキング(平成22年)

国約1898の市区町村ランキングでは、ワースト100の中に、青森県の40市町村のうち、男性で38、女性で19入っています。青森県民の短命の理由は明らかです。生活習慣(喫煙、多量飲酒、肥満、食塩、野菜、運動習慣)の悪さに加えて、健診受診率の低さ、病院受診の遅さ、通院状況の悪さなどが挙げられます。雪の多さ、医師不足、

県民所得の低さは、さほど大きな影響を及ぼしてはいません。がんの年齢調整死亡率を青森県と全国と比較してみます(表3)。メジャーのがんの死亡率で青森県は全国ワーストを争っています。がんが全死因の約30%を占めることより、がん死亡率の高さが青森県の短命に大きく影響していることは明らかです。

	男性	女性
食道	6	45
胃	2	1
結腸	1	1
大腸	1	2
胆のう・胆道	3	2
すい臓	16	35
肺	3	2
乳房		1
子宮		2
卵巣		19
前立腺	11	
膀胱	2	31

表3 がんの青森県75歳未満年齢調整死亡率ランキング(数字が少ないほど死亡率が高い)

がんと平均寿命

がんが平均寿命に与える影響の大きさは、平均寿命が最長の長野県のがん年齢調整死亡率が全国最低であり、最短期間青森県のそれが最高であることから明らかです。以上を総括すれば、これからの日本において、平均寿命対策(健康対策と言い換えることもできます)でもっとも重視されるべきはがん対策です。

がんの発生に影響する主要なライフスタイルは喫煙、多量飲酒、肥満(運動と食生活)であることは科学的に明らかです。これは同時に平均寿命に影響を与える三大要因でもあり

がん対策の基本的考え方

がんの発生に影響する主要なライフスタイルは喫煙、多量飲酒、肥満(運動と食生活)であることは科学的に明らかです。これは同時に平均寿命に影響を与える三大要因でもあり

厚生労働省

青森県の平均寿命

最新の平成

22年の都道府県別平均寿命ランキングで青森県は男女とも最下位でした。昭和40年に都道府県平均寿命ランキングが発表されて以来青森県の男性は一度も最下位を脱したことがありません。同年の男女通じての最長寿命は男女とも長野県でした(表2)。また、平成22年の全

ます。したがってこの3つの改善が一次予防(病気になるための予防)の真ん中にくるという意味では、がん対策も平均寿命対策もほぼ同じです。加えて、40歳を過ぎると二次予防(がん検診)が重要です。なぜなら、がんは典型的な成人病であり、加齢とともに(40歳を超える頃から)急増するからです。

勿論、がん医療が重要であることは言うまでもなく、診断治療水準の向上も常に求められなくてはなりません。青森県の特徴は、がんの一次予防・二次予防・病院受診すべてで全国に劣っていることです。一筋縄ではいきません。幅広い啓発活動が重要視される所以です。



弘前大学大学院医学研究科 社会医学講座特任教授 中路 重之