

～仕事と健康の両立～



日本の

平均寿命は 女性87.09歳 男性81.05歳

健康寿命は 女性75.38歳 男性72.68歳

健康ではない期間(平均寿命と健康寿命の差)は

女性約12年 男性9年

死亡最頻値は 女性93歳 男性88歳

人生100年時代です

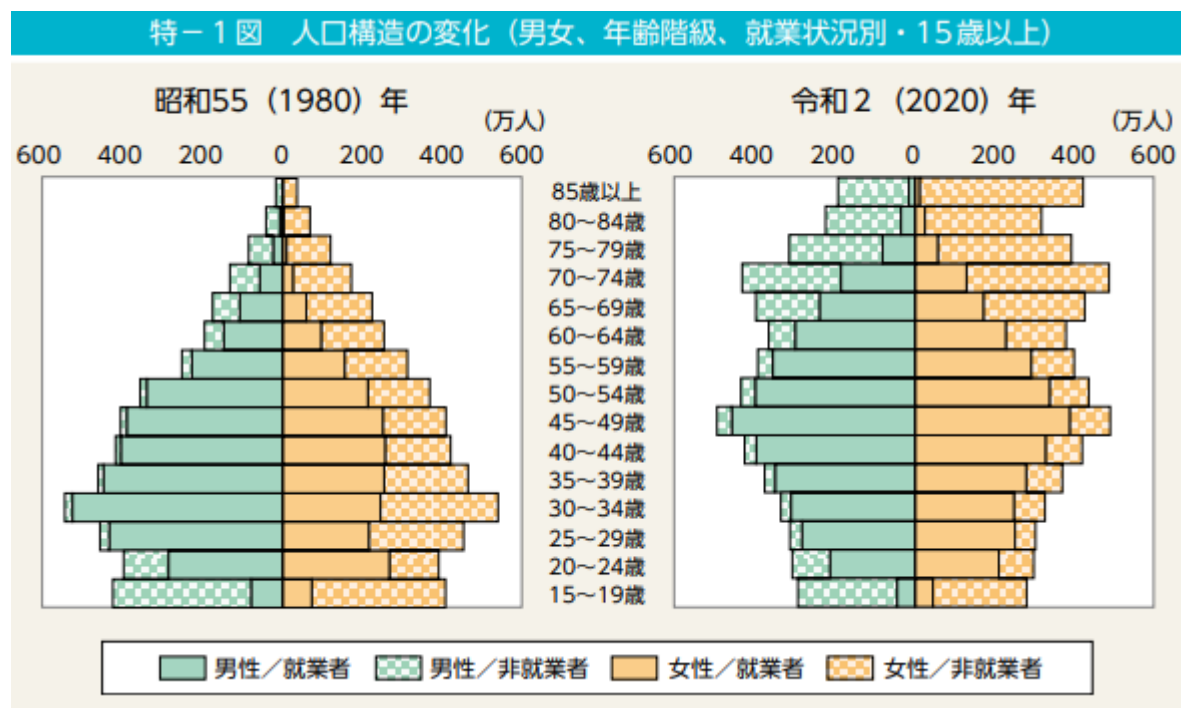
～仕事と健康維持の両立を考える冊子を作ってみました～

「死亡最頻値」で人生を考える

平均寿命で自身の寿命が尽きることが「平均的」という意味でとらえる人が多いですが、平均寿命は若年時に亡くなられた方を含めた平均値なので、最近は「死亡最頻値」（その年齢で亡くなる人が最も多い値）で人生を考えるようになってきました。令和4（2022）年の厚生労働省「簡易生命表の概況」によると、死亡最頻値は女性93歳、男性88歳。90歳まで生存する割合は女性が49.8%、男性が25.5%、つまり女性の半数、男性の約4分の1の人が90歳まで生きるといことです。まさに人生は100年時代といってもおかしくありません。

何歳まで働くのか

日本人の寿命が伸びたことで就業者の構成も大きく変化してきました。昭和55（1980）年時点では女性は20代前半、男性は30代前半にあった就業者数のピークが、令和2（2020）年時点では、男女ともに40代後半となり、60代以上の働く人も伸びています。また就業者の年齢構成も変化し、男女差は小さくなっています。（特-1図）



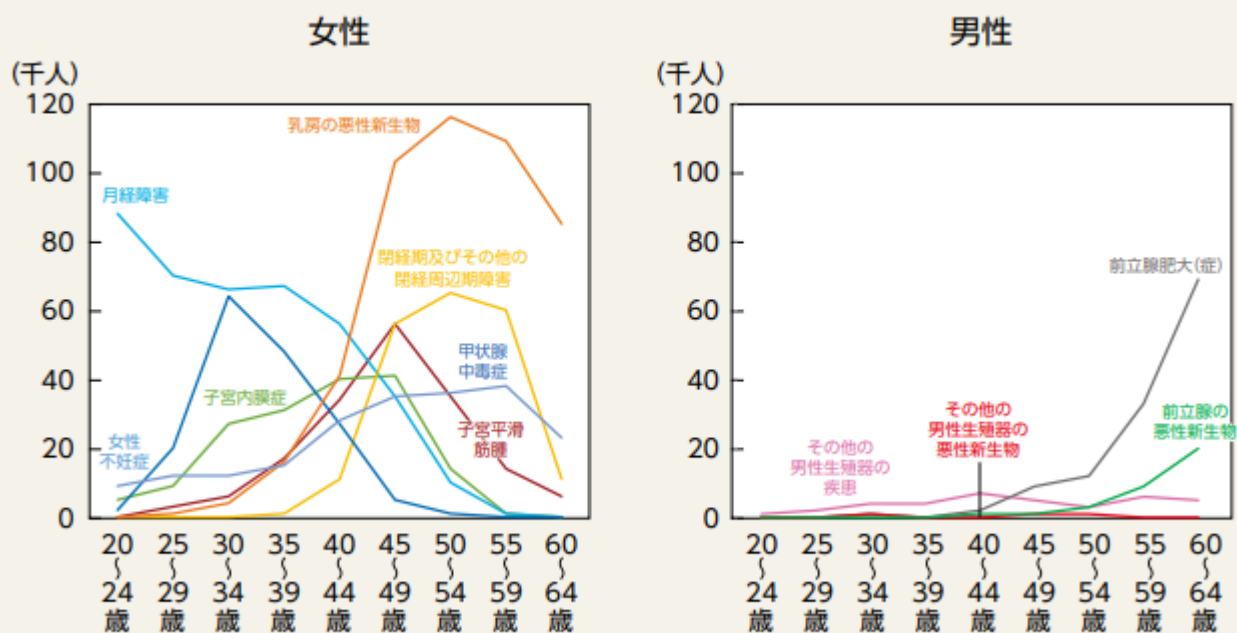
男女の健康問題

人が直面する健康上の課題は内容も時期も男女で違いがあります。平均寿命の延伸により、男女ともに要介護の期間も長期化する可能性があります。

女性は男性と比べ70代以上の認知症の患者数が多いです。また、女性と男性でかかりやすい傷病が異なっており、糖尿病、狭心症・心筋梗塞、痛風、脳卒中等は男性の通院者率が高く、脂質異常症や骨粗しょう症、肩こり症、関節症等は女性の方が高くなっています。女性及び男性それぞれに特有の病気の患者数を年代別にみると、男性特有の病気は、50代以降で多くなる傾向にあり、女性特有の病気である月経障害や女性不妊症は20代から40代前半、子宮内膜症や子宮平滑筋腫は30代及び40代、乳がんや閉経期及びその他の閉経周辺期障害（更年期障害）、甲状腺中毒症（バセドウ病等）は40代及び50代などの働く世代に多いことがわかります（特－14図）。就業率が上がっているということは、何らかの疾病を抱えながら働いている人が増えている、ということであり、仕事と健康維持のバランスはこれからも大きな課題となりそうです。

女性の就業継続、キャリアアップの阻害要因として、長時間労働や転勤を前提とする雇用慣行があり、職場における健康支援についても、女性に対して配慮したものになっていない可能性があります。男女共同参画の一層の推進のためには、男女ともに、自分自身及び互いの身体の特性・健康課題に関する正しい理解が求められます。また、希望する全ての人が生き生きと働き、キャリアアップを目指すためには、それぞれの特性に応じた健康支援が必要となるでしょう。

特－14図 女性特有、男性特有の病気の総患者数（年齢階級別・令和2（2020）年）



（備考）1. 厚生労働省「令和2年患者調査」より作成。

羽曳野市女性相談 (LGBTQ+に関する相談 可)

◎専門相談員【要予約】

実施日時

第1水曜日・第2金曜日・第4水曜日
13時30分～16時30分
(おひとり50分)

面接相談・電話相談 いずれも要予約

※偶数月の第4水曜日は面接相談のみ

予約電話

072-958-1111(内線 1055)

◎相談支援員【予約不要】

実施日時

毎週 月 水 金
10時～16時30分 (おひとり50分)
面接相談・電話相談 予約不要です

ご相談の電話

072-958-1111(内線 1055)

- *匿名でも相談できます。
- *秘密は厳守します。
- *DV、様々な人間関係、健康について
など、女性が抱える悩みを専門の相談員と一緒に考えます。
- *相談料は無料です。
ただし、電話料金は自己負担となります。

男性のための電話相談

専門の男性相談員が電話を受け付けます。

実施日時

第1・4水曜日 16時～20時
第2・3土曜日 11時～15時

※相談日が年末年始・祝日にあたる場合は、
他の週に振り替えて実施します。

電話番号

06-6910-6596

※緊急時対応のため、ナンバーディスプレイを
用いております。

事業運営 ドーン財団
主 催 大阪府

(令和7年4月現在)

