

# 加須市の健康寿命と平均寿命

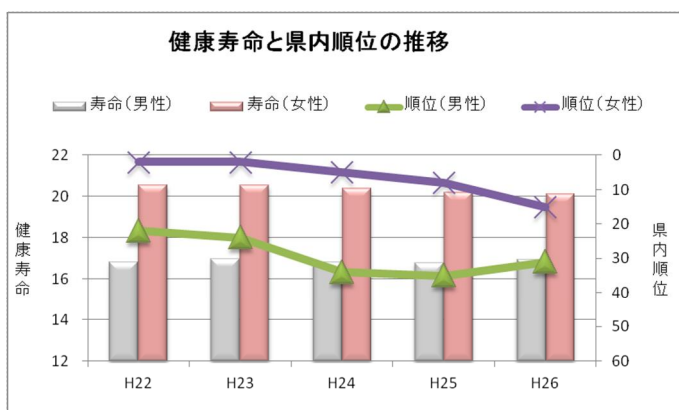
～「埼玉一の健康寿命のまち」を目指して～

## 健康寿命とは

～健康で暮らせる年数の指標～

健康寿命とは、元気で家族などの世話になることなく日々の生活が送れる年数を、65歳から何年間、過ごすことができるのかという期間の平均を示したものです。

○健康寿命年数と県内順位 (単位:年、位)



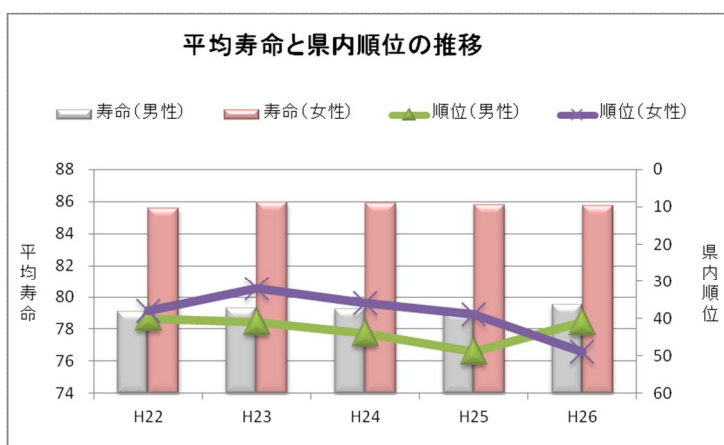
区分	H22	H23	H24	H25	H26	
健康寿命	男性	16.80 (81.80)	16.98 (81.98)	16.81 (81.81)	16.78 (81.78)	16.95 (81.95)
	女性	20.54 (85.54)	20.54 (85.54)	20.38 (85.38)	20.18 (85.18)	20.15 (85.15)
順位	男性	22	24	34	35	31
	女性	2	2	5	8	15

※カッコ内は健康寿命に65歳を加えたもの

## 平均寿命とは

～平均で生きられる年数の指標～

平均寿命とは、0歳から平均で何年間生きられるかを示したものです。



○平均寿命年数と県内順位 (単位:年、位)

区分	H22	H23	H24	H25	H26	
平均寿命	男性	79.06	79.29	79.22	79.09	79.50
	女性	85.58	85.93	85.90	85.80	85.75
順位	男性	40	41	44	49	41
	女性	38	32	36	39	49

## 「埼玉一の健康寿命のまち」を目指して

～自分の健康は自分で守る～

加須市では、健康寿命の延伸を基本理念として、「埼玉一の健康寿命のまち」を目指して、健診(検診)を受けやすい環境整備、体力年齢が8歳若返る筋力アップトレーニングなどに取り組むほか、健康づくり都市を宣言しています。

自分の健康は自分で守ることを基本に、ともに健康づくりに取り組みましょう。