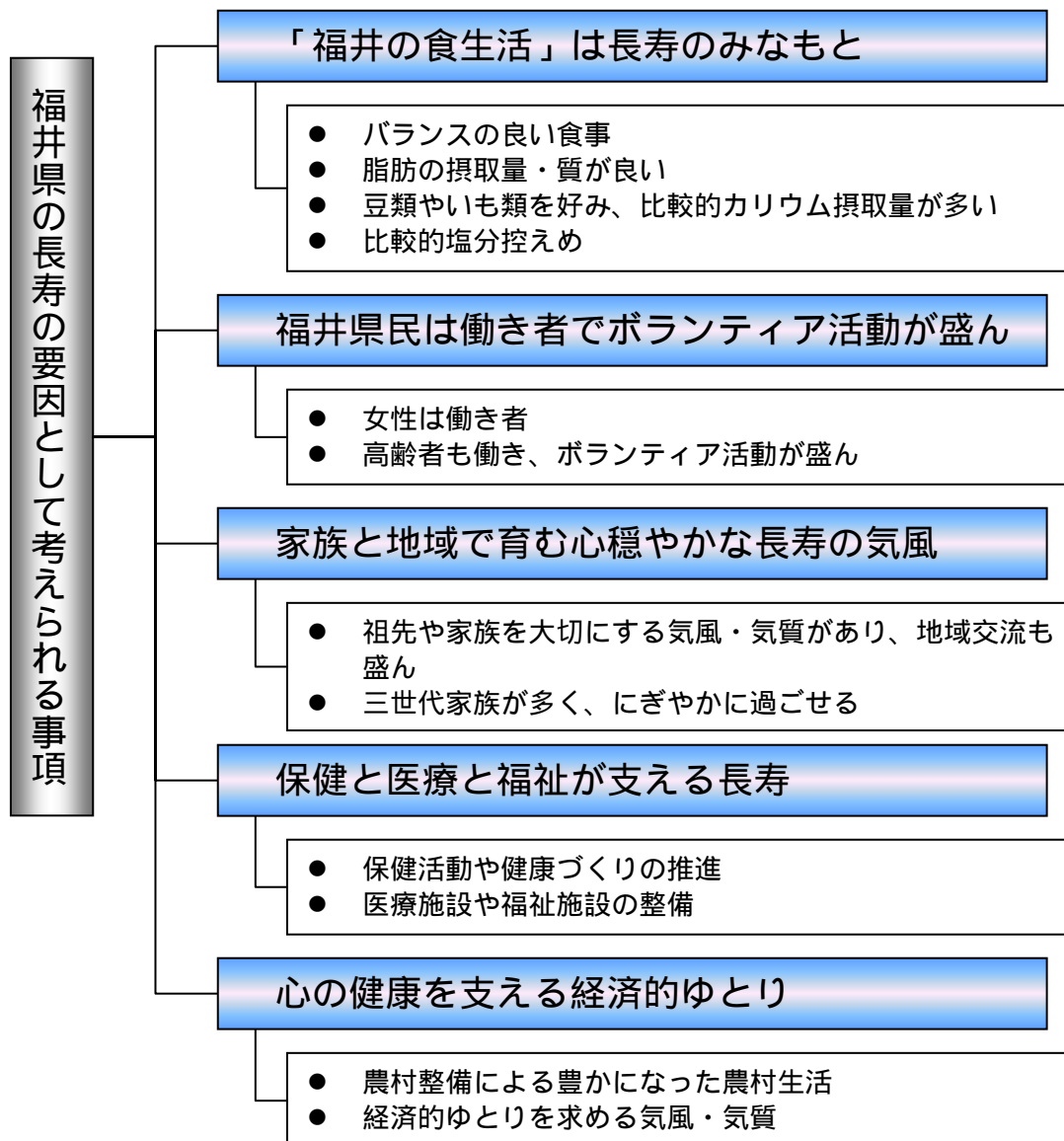

6 考 察

6 考 察

(本県の長寿要因)

「3 福井県の長寿要因」で述べているが、数多くの統計資料や文献に基づき、平均寿命の延びとの関連等を中心にした評価・分析した結果、図 78 のように長寿要因として考えられる 5 つの事項が浮き彫りになった。

図 78 福井県の長寿要因として考えられる事項



これらの浮き彫りになった事項を中心に県民の健康や栄養面等の状況調査の結果と照らし合わせて考察してみた。

「福井の食生活」は長寿のみなもと

統計資料からは、「バランスの良い食事」、「脂肪の摂取量・質が良い」、「豆類やいも類を好み、比較的カリウム摂取量が多い」、「比較的塩分控えめ」という特徴が浮かび上がってきたが、県民への調査結果でも裏付けるような結果が得られている。

特に栄養素についてはバランス良く摂られていること、塩分摂取量が減っていること等が良い点として継続されている。

食と長寿の関係を研究している WHO 循環器疾患専門委員の家森氏によれば、長寿地域には 6 つの特色（塩分控えめ、動物性脂肪をとりすぎない、野菜・果物をたっぷり食べる、乳製品をとる、魚や肉を内臓ごと食べる、大豆等の豆類やナッツ類をとる）があると指摘している¹⁴。

また、同氏は、生活習慣病を予防する観点で、「食物繊維の摂取」、「魚や海藻の摂取」、「大豆（イソフラボン）の摂取」、「抗酸化物質を含む野菜や果物の摂取」等を健康長寿を支える食として指摘している。¹⁵

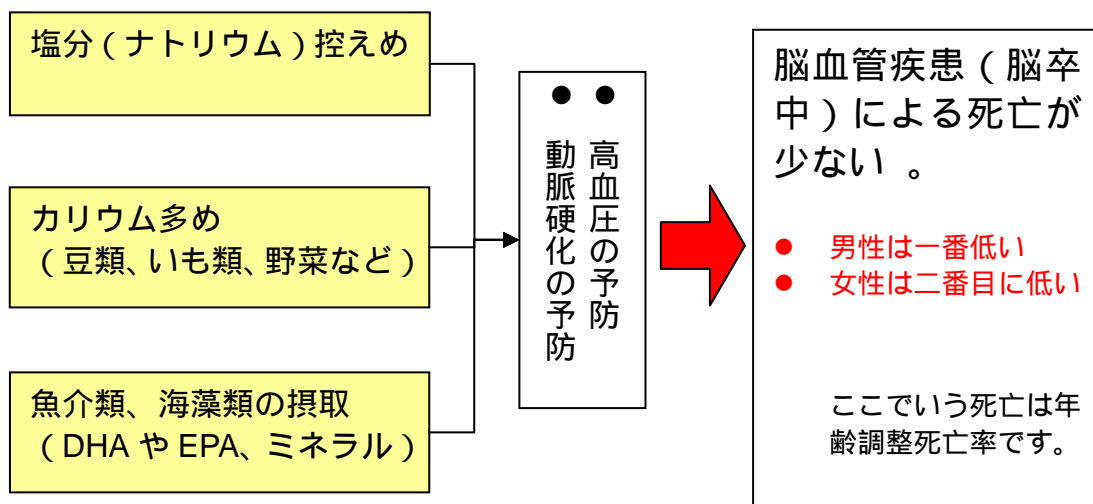
和食は、世界の長寿食の一つといわれ、健康長寿を支える要素を多く備えているが、塩分の摂り過ぎが欠点と指摘している。そして、塩分を控えることとカリウムを多く含む食品を摂ることが重要としている。

本県の食生活の状況を見ると、「豆類やいも類の摂取量が多い（カリウムの摂取が多い）」、「塩分が控えめ」、「栄養バランスのとれた食事」、「豆類や魚類からの脂肪摂取」等良い点が多く、古くから受け継がれてきた福井の食生活は健康長寿を支える一つの要素と言える。

¹⁴ 家森幸男 世界の長寿レシピ：主婦の友社 2002 年

¹⁵ 家森幸男 「長寿食」世界探検記：講談社 2000 年

図 79 福井県の食の特性と脳血管疾患の死亡



なお、今回の調査では、「男性の肥満者の増加」、「女性のやせ者の増加」、「理想の野菜摂取量に達していないこと」、「欠食習慣がある者の存在」等課題もあることがわかり、食生活改善に関する諸施策が引き続き必要であることが示唆された。

(コラム)

家森氏は、抗酸化物質を含む野菜や果物の摂取を推奨しているが、本県の特産農産物について、抗酸化物質であるビタミン E、カロチノイド、ポリフェノール、セレン等の含有量を福井県衛生環境研究センターで分析した結果、表 25 のとおりであった。¹⁶

表 25 主な農産物における抗酸化物質含有量 (可食部 100g 当たり)

	みずな (勝山市)	ほうれん草 (福井市)	にんじん (三国町)	越のルビー (吉田郡)	里芋 (大野市)
ビタミン E(mg)	2.2	2.9	0.5	0.3	0.1
ポリフェノール(mg)	840	2,700	360	610	170
フラボノイド(μg)	820	-	740	1,100	340
カロチノイド(μg)	420	540	470	590	1
総ビタミン(mg)	43	35	4	32	5
セレン(μg)	2	1.8	0.1	0.2	0.5

注) 生産環境等の影響により一般的に含有量は変動するため、分析の対象とした農産物すべてが上表の含有量とは限らない。

¹⁶ 福井県衛生環境研究センター：1998 2002：生活環境と人の健康に関するプロジェクト調査研究 - 食品中抗酸化性因子の摂取状況とがんリスクとの関係 -

福井県民は働き者でボランティア活動が盛ん

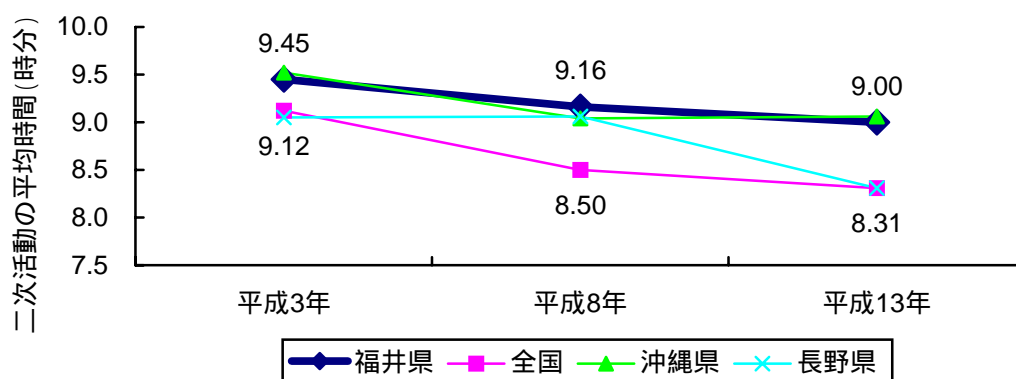
統計資料からは、「女性は働き者」、「高齢者も働き、ボランティア活動が盛ん」という特徴が浮かび上がってきた。

今回の調査では、女性の育児に要する時間が少なくなり、仕事や自由時間へ移行していることが分かった。

また、生きがいを感じる者について、減少傾向にあることが分かった。

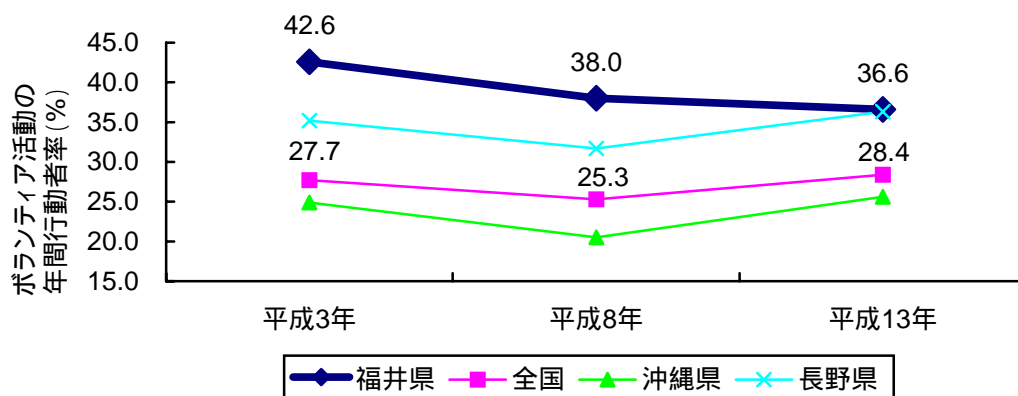
時代を反映した結果とも言えるが、これまでの傾向を踏まえると女性は働き者であることやボランティア活動が盛んという特徴は引き継がれている。

図 80 女性（有業者）の二次活動の平均時間（時分）



総務省 社会生活基本調査報告より

図 81 ボランティア活動の年間行動者率（％）



総務省 社会生活基本調査報告より

山梨大学の山縣氏は、「生きがい」を持つことは健康寿命延伸に必要と指摘しており、本県においても「生きがい」を持てるようにしていくことが今後の課題である。

家族と地域で育む心穏やかな長寿の気風

統計資料からは、「先祖や家族を大切にする気風・気質があり、地域交流も盛ん」、「三世代家族が多く、にぎやかに過ごせる」、「住みやすい環境」という特徴が浮かび上がってきた。

今回の調査では、地域交流についてのみ調査をしたが、「ほとんど毎回参加している」あるいは「できるだけ参加している」と答えた者の割合は 57.9%であり、地域交流をしようという意識がうかがえる。

沖縄国際大学の鈴木氏は、沖縄の長寿の要因として地域における互助づくりを指摘しており、また、山梨大学の山縣氏は、地域の社会ネットワークが重要として、昔から伝わる「無尽（むじん）」が長生きに関わっていると指摘している。

本県も昔から地域の交流が盛んなところであり、健康長寿を支えるものとして「お講」があげられる。

しかしながら、現状では、三世代世帯は減少する傾向にあるとともに、お講等の行事も簡素化される傾向にあることから、今後、高齢者にとって「心穏やかな」家族形態や地域社会であるよう、時代にあった家族形態や地域交流のあり方を検討して行くことが課題である。

家族や住環境等については、既に述べているように住みやすさが健康長寿に結びついていると考えられる。平成 13 年の国民生活基礎調査でもストレスを感じている人のうち「住まいや生活環境」でストレスを感じている者の割合が 3.7%（全国値 7.0%）で一番低い状況となっており、全国的に見て住環境が良好であることがうかがえる。

今後は、住宅のみならず住宅のある地域の街づくりや良好な隣人関係を保つことができる環境づくりが重要である。

保健と医療と福祉が支える長寿

統計資料からは、「保健活動や健康づくりの推進」、「医療施設や福祉施設の整備」という特徴が浮かび上がってきた。

既に述べているが、従前、旧経済企画庁が発表していた都道府県別国民生活指標（PLI）において、「癒す（医療、保健、福祉サービス等の状況）」という生活領域で全国1位であること等がこれらの根拠となり得る。

健康長寿を支えるためには、「健康づくりの推進」、「良質な医療の提供」、「充実した福祉」が不可欠であるが、本県は、医療や福祉関係者の協力や健康づくりに関するボランティア等とともに力を注いできた結果であると考えられる。

心の健康を支える経済的ゆとり

統計資料からは、「経済的ゆとりを求める気風・気質」、「農村整備による豊かになった農村生活」という特徴が浮かび上がってきた。

国立長寿医療センターの下方氏は、日本人の長寿要因に貧富の差が少ないことをあげており、経済的なゆとりは長寿要因の一つとなり得る。

既に述べているように、農村生活は早期に取り組んだ農村整備や県民所得・貯蓄等が経済的ゆとりに結びつく事項が多い。

今回の調査では、所得や貯蓄の状況については調査を行っていないが、ストレスの原因を見てみるとストレスを感じている人のうち「収入・家計」による者の割合が20.0%であった。平成13年の国民生活基礎調査では、20.5%（全国値22.1%）であり、これと今回の調査を比較するとほぼ変わっていないことがわかる。

健康寿命について

健康寿命については、本県で試算したが、全国の要介護認定の情報について入手が困難であるので、県内分を対象として試算を行った。

その結果、男女とも平成 12 年以降健康寿命が延びていることが分かった。

また、これまでも多くの研究者が健康寿命を試算しているが、山梨大学の山縣氏によれば、本県の健康余命（65 歳平均自立期間）は、男性が 3 位、女性が 5 位という結果になっている。

これらを総括すると本県は、健康寿命もトップクラスにあるといえるだろう。

7 ま と め

7 ま と め

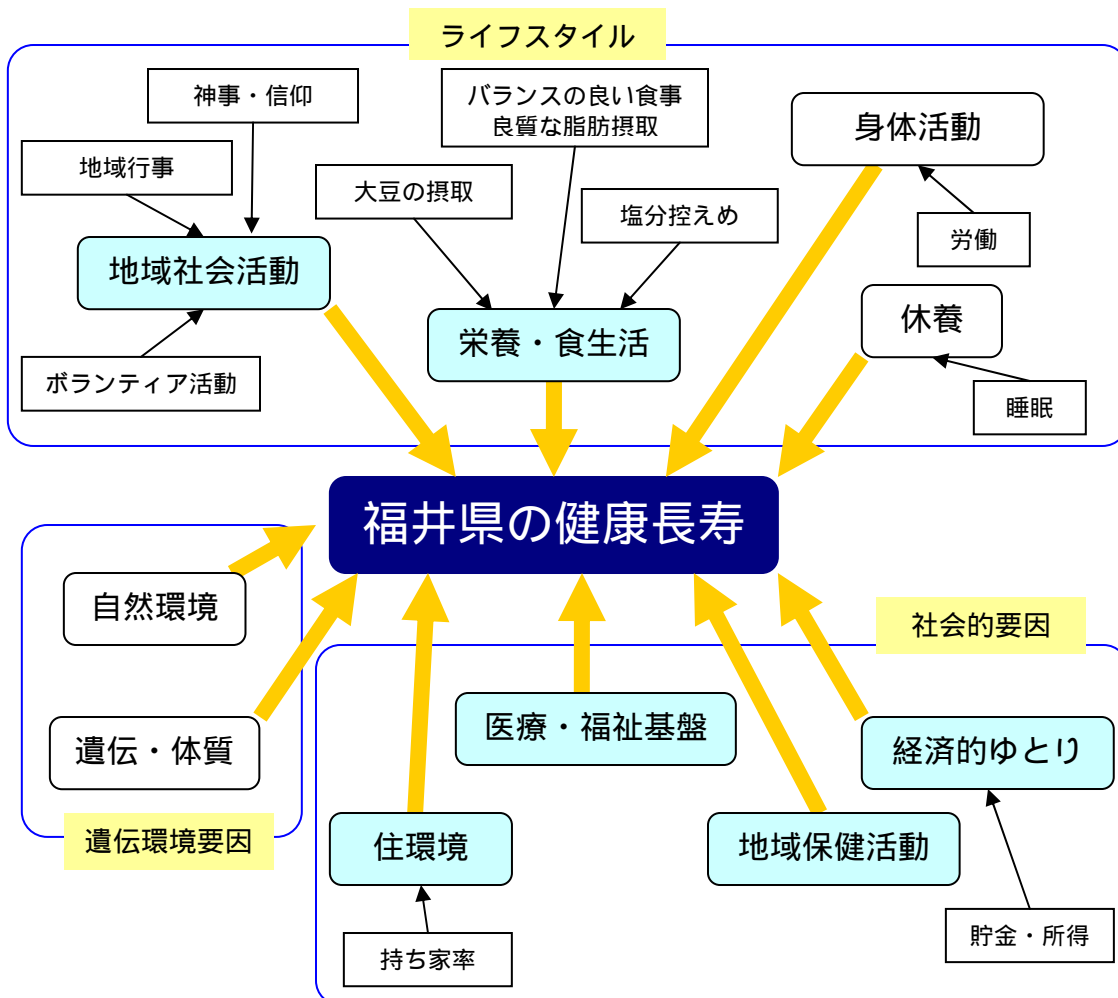
既に述べているが、日本は世界で一番平均寿命の長い国である。そのなかで本県はトップクラスの平均寿命であり、日本のみならず世界を代表する健康長寿県であると考えられる。

今回、福井県の健康長寿を多角的に分析し、考えられる5つの要因を浮き彫りにしたが、他にもプラスに働く要因があり、なおかつ、いろいろな要素が複合的に絡んでの結果と考えられる。

短期間での分析であるので、不十分な点もあるが、福井県の健康長寿を支える諸要因は、図82のように整理できる。

なお、因果関係については必ずしも明らかではなく、引き続き詳細な研究を積み重ねる必要がある。

図 82 福井県の健康長寿を支える諸要因



戦前、福井県は非常に平均寿命が短い時代があったが、これは経済的に不良であったことや保健衛生対策が十分でないなどマイナス要因が大きかったためであろう。

終戦からこれまでに、本報告書に触れなかった以下のような取り組みも含めて大きなマイナス要因を克服し、関係者の弛まぬ努力と県民一人ひとりが地域生活の改善に力を注いできたことにより、そもそも福井県が持っている良い点が大きく作用し、今日の健康長寿な福井県になったと考えられる。

- 住環境改善（台所や便所、風呂あるいはまた住空間の機能分離等）
- 子育て環境の改善（保育所開設等）
- 地域活動の自立的な展開への支援
- 学校内外の教育場面での努力
- 企業や諸団体が取り組んできた労働環境の改善

など

しかし、現在において、全てのマイナス面を克服したわけではなく、様々な課題があるのも事実である。

現在、様々な課題については、福井県保健医療計画、元気な福井の健康づくり応援計画〔福井県健康増進計画〕、ふくふく長寿安心プラン〔福井県老人福祉計画、福井県介護保険事業支援計画〕等で分析され、課題解決のための計画に沿った施策が進められている。

今後、本県が健康長寿をよりいっそう推進していくためには、本県が持つ良い点を引き続き充実させていくとともに、様々な課題について適切な分析とその解決に向けて努力していくことが重要である。

このようなことから、今般の分析では十分解析・評価ができなかった点を含めた健康長寿に関する研究課題について、平成17年度から福井県立大学において、より専門的な視点で更なる研究を行うとともに、それらの成果を健康長寿の推進施策として活用していくこととしている。

また、今後、県立大学、県立病院、食品加工研究所等の関係機関で「健康長寿ふくい推進機構（仮称）」を形成し、保健、医療、産業等幅広い分野における調査研究、商品・食品開発等に取り組むこととしている。

最後に今回の分析を振り返ってみて言えることは、福井県には、美味しく健康的な食べ物、素晴らしい自然環境、住みやすい環境等「健康長寿の素（もと）」がいっぱいあるということであろう。

[参 考]

代表的な「健康長寿の素(もと)」の紹介

福井県の健康長寿を支えていると思われる健康長寿の素(もと)について代表的なものを次のとおり記載した。

福井のお米	お米を全国で最も多く食べる福井は、美味しいお米の代名詞となっているコシヒカリのふるさとであり、平成3年にはハナエチゼン、最近ではイクヒカリという新たな品種も誕生している米づくりの盛んな地域である。
福井の水	年間降水量が全国平均の約1.4倍と非常に多く、豊かな水資源を有する県である。 この豊かな水が、本県の農産物を育み、県民の生活に潤いを与えている。
イカ	日本人は世界中でもっともイカの好きな民族だといわれている。 福井県の漁獲量で一番多いのはイカである。 イカは、疲労回復に役立つタウリンやビタミンEを多く含んでいる。
おろしそば	「おろしそば」は、戦国時代に京都の後背地としての宿命から戦場となるが多かった福井の歴史の中で、非常食、兵糧として重宝されたそばに、同時期に収穫時を向かえ、薬草的な効果もある大根を併せ、庶民に普及していった。 現在でも、多くの地域で集落単位やグループで「そば会」が催されたり、宴席等の料理として出されたり、各家庭では独自の手打ちそばを楽しむ等地域内、家庭内交流を育む福井の代表的な食事となっている。また、福井の長寿者は抗変異原性が認められたそば、大根を好んで食べていたとの研究成果もあり、福井の長寿を象徴する食事として注目されている。
へしこ、さばのなれずし(発酵食品)	古くから福井の海岸沿いの家庭では、さばやいわし、いか、さばの卵、ふくらぎ、ふぐ等を糠漬けにした発酵食品がある。特にさばの糠漬けは地元では

	<p>「へしこ」と呼び、“ 血圧を抑制する効果があるペプチドが多く含まれている ” との研究成果もあり、健康食品としての可能性が注目されている。</p> <p>また、若狭地方では、「へしこ」を使ったなれずしが、お正月や春・秋の祭りのごちそうとして欠かせないものとなっている。「へしこ」の糠を洗い落とし、塩抜きしてごはん、米麴とともにさらに 10~20 日漬け込み、再び発酵させた料理である。</p>
浜焼き鯖	<p>京都へ続く「鯖街道」から若狭の鯖文化が発展し、若狭地方では鯖を切り身にせず丸ごと姿焼きにして食べるのが一般的である。焼き立てはもちろん、冷めてもおいしく食べられ、一度に食べられないときは別の味付けで食べることができる。</p> <p>また、大野市では「半夏生（はげっしょ）鯖」と呼ばれ、夏至から数えて 11 日目、7 月上旬に食べるのが習わしとなっている。半夏生鯖とはその昔、農作業で疲れた農民の栄養補給のため、大野藩の殿様が鯖を食べることを奨励したことがきっかけといわれている。</p>
打ち豆汁	<p>打ち豆とは、二時間ほど大豆を水につけた後、石臼など硬いものの上にのせて、木づちなどでたたいてつぶしたものであり、丸大豆よりも早く煮えるので手軽にいろいろな料理に利用できる。福井では、大根やにんじん、かぶ、里芋などといっしょに打ち豆を入れたみそ汁（打ち豆汁）として親しまれている。</p>
豆腐	<p>毎日の食事に欠かせない食材の一つとして豆腐があげられる。水分が多いため満腹感を得られる割にカロリーが低く、良質なタンパク質の補給にもなる。豆腐は広く県内各地で作られている。</p> <p>おいしい豆腐ができる条件として、まず良い水が必要とされるが、本県では、冬の降雪もおいしい豆腐作りに欠かせないものであった。山に雪が降ることによって、清らかな水は山々に蓄えられ谷水や井戸水となっておいしい豆腐を生み出したのである。</p>

<p>水ようかん とくずまん じゅう</p>	<p>福井の冬のお菓子といえば「水ようかん」である。全国的には夏に食される和菓子と思われがちだが福井では冬に食べられている。</p> <p>水ようかんには清らかな水が必要であるが、冬の雪によって山々に蓄えられた谷水や井戸水が利用されてきた。</p> <p>一方、夏の風物詩といえば「くずまんじゅう」である。涼しげな様子と、つるりとした喉ごしのよさは夏の暑さを一時忘れさせてくれる。</p> <p>本県のくずは、水が綺麗で冬の寒さが厳しいことから生み出され、純度が高いことで知られている。</p>
<p>梅干し</p>	<p>梅干しは、現在、福井県の嶺南地方を中心に生産されているが、県内の各家庭でも広く作られている。</p> <p>梅干しはいうまでもなく保存食として、また、弁当や握り飯の腐敗を防ぐ殺菌作用や防腐効果で昔から重宝されている。また、梅干しを食べると唾液があふれ、口の中がなめらかになって自然に食が進む。</p>
<p>らっきょう</p>	<p>福井県北西部に広がる三里浜砂丘では、明治初期からラッキョウの栽培が始まり、現在、小粒のラッキョウを甘酢で漬けた「花ラッキョウ」の産地として知られている。</p> <p>ラッキョウは、ゴボウやサツマイモよりもはるかに多い食物繊維を含んでいるのが特徴である。ラッキョウに含まれる水溶性食物繊維であるフルクタンは食後血糖値上昇抑制作用や腸内細菌生育促進効果等について研究が進められており、今後、その解明と機能性を活かした製品の開発が期待される。</p>
<p>昆布</p>	<p>古くから人々の生活に深く関わってきた昆布はアルカリ性食品であり、食物繊維やビタミン、ミネラル等を多く含んでいる。本県と北海道を結ぶ海の連絡船として北前船により大量の米や海産物が輸送され、本県では、昆布の加工が行われるようになった。</p> <p>昆布は、そのまま食されるよりも薄く削られ、加工品として食されたり、比較的保存が利く昆布巻きとして広く食されてきた。</p>

杉田玄白の養生七不可	江戸時代に小浜藩医であった杉田玄白は、当時としては85歳という超高齢まで長生きし、健康で長生きの秘訣として「養生七不可（健康・長寿のために7つのやってはいけないこと）」というものを残している。江戸時代から続く健康づくりの精神が福井県には息づいている。
石塚左玄の食養長寿	<p>明治時代の日本教育の中身には、「食育」、「知育」、「体育」、「才育」、「徳育」の五育があると言われていたが、日本で初めて、「食育」という言葉を使ったのは、福井県福井市子安町（現在の東郷地区）に生まれた「石塚左玄（いしづか さげん）」（1851~1909年）という「食医」である。</p> <p>彼は、40歳の時に、「食養長寿論」の中で、地方に先祖代々伝わってきた伝統的食生活にはそれぞれ意味があり、その土地に行ったらその土地の食生活に学ぶべきであるという「身土不二」の原理を発表するとともに、食の栄養、安全、選び方、組み合わせ方の知識とそれに基づく食生活が心身ともに健全な人間をつくるという教育すなわち食育が大事であると言っている。</p>
むらの達人（隊）	<p>福井県では、農山漁村の暮らしに根づいた知恵、技等優れた技能を保持し、かつ伝承できるひとたちを「むらの達人（隊）」として認定している。</p> <p>認定された達人たちの多くは高齢であるが、各地区での伝承活動等で元気に活躍している。</p>
お講	<p>「お講」は、集落内で同じ寺の檀家が定期的集まって、法話を聞き、読経をした後、豆やいも、大根等の季節の野菜と豆腐や油揚げ等の大豆製品を中心とした精進料理で会食をしながら、世間話を楽しむという身近で伝統的な行事である。</p> <p>こうした「お講」行事が先祖や家族、地域を大切に作る気質や奉仕的活動を積極的に行う気風を育むとともに、普段の家庭料理にも影響を与えている。</p>

[参考] 北陸地域の長寿

福井県は、戦前に比べて平均寿命が大変延びたが、同じ北陸地域である石川県や富山県でも同様の傾向がうかがえる。

今回、福井県の長寿について検討を行ったが、補足的に北陸地域という視点で以下のとおり特徴をまとめてみた。

全国的に平均寿命の都道府県間の格差は、昭和 10 年当時は男女とも 10 歳以上あったが、平成 12 年都道府県別生命表では、1 位と 47 位の格差は、男性で 3.23 歳、女性で 2.32 歳となり、時代とともに大きく改善し、縮小傾向にある。

表 26 都道府県間平均寿命の格差の推移

単位：年

	昭和 10 年 ~昭和 11 年	昭和 25 年	昭和 40 年	平成 2 年	平成 12 年
男性	10.25	6.75	4.52	3.26	3.23
女性	11.11	7.99	3.46	3.31	2.32

この格差縮小の要因は、全国的な「衛生環境の著しい改善」、「結核をはじめとした伝染病による死亡者の激減」、「乳児死亡者の大幅な減少」、「経済環境の大幅な改善」等が挙げられる。

この平均寿命の都道府県間の格差縮小の傾向は、昭和 40 年頃より鈍化してきており、このことは、その要因である衛生環境や経済環境等が全国的に一定の水準に達したことによるものと推察される。

そのため、昭和 40 年から昭和 50 年頃以降の平均寿命の都道府県の格差は、主にそれぞれの地域の特色（地域性）の影響を色濃く受けているものと考えられる。

沖縄県の本土復帰後の昭和 50 年から平成 12 年までの女性の平均寿命の延びの特徴は次のとおりである。

- 福井県、富山県、石川県の北陸 3 県が全国順位の 1 位から 3 位までを占めていること
- 昭和 50 年まで全国のベスト 3 に入っていた東京都および神奈川県が最も少なくなっていること

表 27 昭和 50 年から平成 12 年までの平均寿命の伸び（女性）

単位：年

	昭和 50 年の 平均寿命		平成 12 年の 平均寿命		25 年間の 平均寿命の伸び	
	年数	全国順位	年数	全国順位	年数	全国順位
富 山 県	76.56	33 位	85.24	7 位	8.68	1 位
石 川 県	76.58	31 位	85.18	10 位	8.60	2 位
福 井 県	76.81	22 位	85.39	2 位	8.58	3 位
神奈川県	77.85	3 位	84.74	23 位	6.89	46 位
東 京 都	77.89	2 位	84.38	36 位	6.49	47 位

北陸地域の平均寿命が伸びている要因は、これまで検討してきた福井県の長寿要因と共通するものも多いと考えられる。

食事の面から、北陸地域と東京都および神奈川県を比較した場合、肉類や野菜類の消費については大差がない。

食塩は、東京都等における消費が少なくなっているが、北陸地域は、穀類の消費が多く、特に米類の消費が多く、穀類・米類の消費の減少傾向が著しい東京都や神奈川県とは対照的である。

表 28 全国消費実態調査における食料費における穀類の割合の推移

単位 %

	福井県	石川県	富山県	東京都	神奈川県
昭和 59 年	10.33	10.94	10.96	11.20	12.20
平成 元 年	11.67	11.92	12.95	9.78	10.55
平成 6 年	12.61	11.94	11.74	9.39	10.33
平成 11 年	12.17	11.15	10.97	8.42	9.32

表 29 全国消費実態調査における食料費における米類の割合の推移

単位 %

	福井県	石川県	富山県	東京都	神奈川県
昭和 59 年	6.40	6.40	6.92	6.63	7.37
平成 元 年	7.77	7.28	8.69	5.33	6.03
平成 6 年	8.09	7.36	7.30	4.68	5.50
平成 11 年	7.60	6.23	6.21	3.79	4.31

また、持ち家比率が高く、持ち家住宅の延べ面積も大きいという福井県の特質は、北陸に共通のものであり、東京都、神奈川県は持ち家の比率は低く、家計の住居費に占める家賃の割合が高くなっている。

持ち家比率		
1位	富山県	80.6%
5位	福井県	75.5%
24位	石川県	68.0%
44位	神奈川県	53.9%
47位	東京都	41.5%

資料 住宅・土地統計調査報告
(平成10年)

持ち家住宅の延べ面積		
1位	富山県	180.3 m ²
2位	福井県	169.3 m ²
3位	石川県	166.1 m ²
46位	神奈川県	100.0 m ²
47位	東京都	95.6 m ²

資料 住宅・土地統計調査報告
(平成10年)

家計の住宅費に占める 家賃の割合		
3位	東京都	68.69%
5位	神奈川県	60.79%
40位	石川県	30.68%
44位	福井県	21.88%
45位	富山県	20.98%

資料 全国消費実態調査(平成11年)

また、ボランティア率が高いという福井県の特質は、ボランティア率が低い東京都や神奈川県と対照的である。

ボランティア活動の 年間行動者率(15歳以上)		
5位	福井県	36.6%
9位	石川県	36.0%
19位	富山県	32.1%
45位	神奈川県	23.3%
46位	東京都	22.3%

資料 社会生活基本調査報告
(平成13年)

また、北陸地域は生活の中に地域的な結びつきがあるため、信仰・祭儀費や交際費が多く、信仰にまつわる費用や人とのつきあいを重視している地域性が覗われる。

信仰・祭祀費（1月当たり）

1位	福井県	3,631円
2位	富山県	3,173円
24位	石川県	2,889円
27位	神奈川県	1,336円
35位	東京都	1,124円

資料 全国消費実態調査（平成11年）

交際費（1月当たり）

3位	福井県	25,968円
6位	富山県	23,329円
16位	石川県	21,253円
30位	神奈川県	17,911円
42位	東京都	16,011円

資料 全国消費実態調査（平成11年）

活用資料一覧

国勢調査	総務省
住民基本台帳人口移動報告年報	総務省
住宅統計調査	総務省
住宅・土地統計調査	総務省
事業所・企業統計調査	総務省
全国消費実態調査	総務省
家計調査年報	総務省
社会生活基本調査報告	総務省
社会生活統計指標 -都道府県の指標- 2004	総務省統計局
都道府県別生命表	厚生労働省
市町村別生命表	厚生労働省 (財)厚生統計協会
人口動態調査	厚生労働省
都道府県別年齢調整死亡率	厚生労働省
患者調査	厚生労働省
国民生活基礎調査	厚生労働省
医療施設調査	厚生労働省
医師、歯科医師、薬剤師調査	厚生労働省
衛生行政報告例	厚生労働省
水道統計	厚生労働省
賃金構造基本統計調査報告	厚生労働省
国民栄養調査	厚生労働省
介護サービス施設・事業所調査	厚生労働省
社会福祉施設等調査報告	厚生労働省
国民栄養の現状 平成 12 年国民栄養調査結果 2000	厚生労働省
国民栄養の現状 平成 13 年国民栄養調査結果 2001	厚生労働省
国民栄養の現状 平成 14 年国民栄養調査結果 2002	厚生労働省
社会教育調査報告書	文部科学省
都市公園等整備現況調査	国土交通省
自動車保有車輛数調査	国土交通省
土地利用基盤整備基本調査	農林水産省
農林水産統計速報	農林水産省
農業経営統計調査報告	農林水産省
県民経済計算年報	内閣府経済社会総合研究所
気象庁年報	気象庁
宗教年鑑	文化庁
救急・救助の現状	総務省消防庁
日本郵政行政統計データ	旧郵政省
都道府県別国民生活指標	旧経済企画庁
金融経済統計月報	日本銀行
生命保険事業概況	生命保険協会
国保医療費の動向	(社)国民健康保険中央会
理科年表	丸善出版社

衛生統計年報	福井県福祉環境部
福井県史	福井県立文書館
半世紀のあゆみ - 保健所法施行 50 周年記念誌 -	福井県
農村生活保健衛生實地調査報告	福井県警察部衛生課
環境食品衛生事業概要	福井県
統計スポット情報	福井県総務部
福井県の商業	福井県総務部
県民生活意識調査	福井県総務部
県民栄養調査	福井県
県民健康意識調査	福井県
農林漁業の動き	福井県農林水産部
- 福井県の伝承料理再発見！ - ほっとするね ふるさとの味	福井県
社会指標 2004	福井県総務部情報政策課
NHK 全国県民意識調査	
The World Health Report 2004	WHO (世界保健機関)
福井県余暇ガイドブック	
福井県の歴史	印牧邦雄 山川出版社
県民性の日本地図	武光 誠 文藝新書
長寿を科学する -21 世紀の健康読本-	財団法人体質研究会
沖縄の長寿 健康の科学シリーズ 9	尚 弘子、山本 茂
世界の長寿レシピ	家森幸男 主婦の友社 2002 年
「長寿食」世界探検記	家森幸男 講談社 2000 年
日本近代化と真宗地帯の研究	三上一夫 1989 年
福井県民俗分布図 - 緊急民俗文化財分布調査報告書 -	福井県教育委員会編 1981 年

都道府県別生命表の年齢別・死因別寄与分析：厚生省の指標 2003：50(5)：21-29
生活環境と人の健康に関するプロジェクト調査研究 - 食品中抗酸化性因子の摂取状況とがんリスクとの関係 - 福井県衛生環境研究センター：1998 2002：
健康日本 21 計画の評価等に資する早世及び健康寿命の指標の算定に関する研究 厚生省 国立医療・病院管理研究所 長谷川敏彦 編 2001 年
国民栄養調査データを活用した都道府県別栄養関連指標の検討 独立行政法人 国立健康・ 栄養研究所 田中平三 編 平成 15 年
科学技術庁資源調査所 老化と中高齢者の食生活 -外的老化因子の総合的探索に関する 調査研究成果報告-
科学技術庁資源調査所 老化と中高齢者の食生活 () -外的老化因子の総合的探索及 び老化抑制への応用化に関する研究成果報告-
日下幸則 長寿地域における健康要因の抽出とその応用に関する研究：福井センテナ リアン研究：4-8
切明 義孝 介護保険制度を利用した健康寿命の算出方法の開発： 東医大誌 62(1): 36-43, 2004

福井県健康長寿調査検討委員会 委員一覧

氏名	所属
系川 嘉則	福井県立大学看護福祉学部 看護福祉研究科長・教授
岡島 一雄	福井県衛生環境研究センター所長
日下 幸則	福井大学医学部環境保健学教授
坂本 育男	福井県立歴史博物館総括学芸員
高田 洋子	福井大学教育地域科学部教授
谷 洋子	仁愛女子短期大学教授

（敬称略、五十音順、 印は委員長）

健康長寿の調査・検討にかかる助言者

氏名	所属
下方 浩史	国立長寿医療センター研究所 疫学研究部 部長
杉田 晃一	（株）福井放送 常務取締役

（敬称略、五十音順）

福井県健康長寿調査検討委員会事務局

氏名	所属
得津 馨	福井県福祉環境部健康増進課 課長
広部 高明	福井県福祉環境部健康増進課 参事
木下 治太夫	福井県福祉環境部健康増進課 課長補佐
寺井 靖夫	福井県福祉環境部健康増進課健康づくりグループ 主任
谷口 孝子	福井県福祉環境部健康増進課健康づくりグループ 企画主査
小林 幸子	福井県福祉環境部健康増進課健康づくりグループ 企画主査
小澤 時男	福井県福祉環境部高齢福祉課 課長
安井 裕子	福井県坂井健康福祉センター 医幹
武藤 眞	福井県嶺南振興局二州健康福祉センター 医幹
佐澤 恵美子	福井県衛生環境研究センター 主任研究員

報告書とりまとめの経緯

福井県健康長寿調査検討委員会

- 第一回
平成 16 年 9 月 15 日
- 健康長寿の要因の調査・分析についての検討
 - 健康寿命の算出方法についての検討
- 第二回
平成 16 年 10 月 27 日
- 健康長寿について（中間とりまとめ案）の検討
 - 健康長寿に関する調査の実施について
 - 健康寿命の算出方法についての検討
- 第三回
平成 17 年 3 月 14 日
- 健康長寿について（報告書とりまとめ）の検討

健康長寿フォーラム in 福井

- 平成 16 年 11 月 20 日（土） 13:00~17:15
- 福井県国際交流会館 多目的ホール（地下一階）
- フォーラム参加者数 約 330 名
- 特別講演「健康長寿の謎を探る」家森 幸男 [WHO 循環器疾患専門委員・京都大学名誉教授]
- パネルディスカッション「健康長寿を考える」
 - コーディネーター
下方浩史 （国立長寿医療センター疫学部長）
 - パネリスト
山縣然太郎 （山梨大学大学院教授）
佐々木隆一郎 （長野県飯田保健所長）
竹内俊介 （島根県川本健康福祉センター副所長）
鈴木 信 （沖縄国際大学教授・琉球大学名誉教授）
得津 馨 （福井県福祉環境部健康増進課長）

福井県健康長寿調査検討委員会事務局ミーティング

- | | |
|--------------------------|---|
| 第一回
平成 16 年 5 月 12 日 | <ul style="list-style-type: none">● 健康長寿調査分析のための資料収集の検討● 健康寿命算定のための手法や資料の検討 |
| 第二回
平成 16 年 6 月 10 日 | <ul style="list-style-type: none">● 統計資料や文献を踏まえた分析手法の検討● 健康寿命の算定方法の検討● 健康長寿フォーラムの検討 |
| 第三回
平成 16 年 6 月 23 日 | <ul style="list-style-type: none">● 統計資料や文献を踏まえた分析手法の検討● 分析内容の絞り込み● 健康寿命の算定方法の検討● 健康長寿フォーラムの検討 |
| 第四回
平成 16 年 7 月 6 日 | <ul style="list-style-type: none">● 健康長寿報告書のとりまとめイメージの検討● 健康寿命の算定方法の検討● 健康長寿フォーラムの検討（特別講師等の選定など） |
| 第五回
平成 16 年 8 月 25 日 | <ul style="list-style-type: none">● 仮説の設定の検討● 健康長寿調査検討委員会の資料の検討● 県民対象の調査の検討 |
| 第六回
平成 16 年 10 月 1 日 | <ul style="list-style-type: none">● 健康長寿調査検討委員会の資料の検討● 県民対象の調査の検討（調査項目等の絞り込みなど） |
| 第七回
平成 16 年 12 月 17 日 | <ul style="list-style-type: none">● 健康寿命のカットオフ値の考え方の検討● 健康長寿報告書の検討 |
| 第八回
平成 17 年 1 月 26 日 | <ul style="list-style-type: none">● 健康寿命の算定の最終調整● 県民対象の調査結果のとりまとめ |