

平均寿命が3年ぶりに増加

男性 81・09 歳 女性 87・14 歳

厚生労働省は2024（令和6）年7月26日に令和5年簡易生命表の概況を公表した。簡易生命表は、ある期間における死亡状況が今後変化しないと仮定したときに、各年齢の人が1年以内に死亡する確率や平均してあと何年生きられるかという期待値などを表したものである。0歳の平均余命である「平均寿命」は、全ての年齢の死亡状況を集約したものとなっており、保健福祉水準を総合的に示す指標として広く活用されている。

「新型コロナの死亡率低下、3大疾患も減少傾向」

令和5年簡易生命表によると日本人の平均寿命は、男性81・09歳、女性87・14歳となり3年ぶりに増加したことが分かった。

男性は0・04歳、女性は0・05歳延びた。平均寿命は令和2年（男性81・56歳、女性87・71歳）が最も長く、翌3年（男性81・47歳、女性87・57歳）、4年（男性81・05歳、女性87・09歳）と2年連続で減少していた。減少は新型コロナが感染拡大し死亡率が高くなって平均寿命を短くする方向に作用していたが、令和5年は新型コロナの死亡率が低下したこと、さらに3大疾患による死亡率は男性が46・47%、女性が41・26%と5割を下回って年々減っている状況にある。

厚労省は3年、4年と平均寿命が減少したことが特殊であり、今後は医療の進歩などを背景として「平均寿命は延びるのではないか」と従来の増加傾向に戻る可能性を示している。

表：平均寿命の年次推移（単位：年）

和暦	男	女	男女差
昭和22年	50.06	53.96	3.90
25-27	59.57	62.97	3.40
30	63.60	67.75	4.15
35	65.32	70.19	4.87
40	67.74	72.92	5.18
45	69.31	74.66	5.35
50	71.73	76.89	5.16
55	73.35	78.76	5.41
60	74.78	80.48	5.70
平成2	75.92	81.90	5.98
7	76.38	82.85	6.47
12	77.72	84.60	6.88
17	78.56	85.52	6.96
22	79.55	86.30	6.75
27	80.75	86.99	6.24
令和2	81.56	87.71	6.15
3	81.47	87.57	6.10
4	81.05	87.09	6.03
5	81.09	87.14	6.05

注：1) 令和2年以前は完全生命表による。

2) 昭和45年以前は、沖縄県を除く値である。

一方で、死因の中で増えているのは老衰。老衰の死亡率は90歳で男性の場合、約2割になっている。女性は3割超を占める。3大疾患や肺炎で亡くなる人が減った代わりに、老衰で亡くなる人が増えている。

「生存状況を算出」

簡易生命表では、何歳まで生きることができるか生存状況を算出している。男女それぞれ10万人の出生に対して、65歳の生存数は男性が8万9524人、女性が9万4371人。つまり65歳まで生きられる割合が男性は89・5%、女性は94・4%となっている。

75歳まで生きられる割合は男性が75・3%、女性が87・9%。90歳までの生存割合は男性が26・0%、女性が50・1%となり、男性は4人に1人、女性は2人に1人が90歳まで生きられる計算となっている。

「平均寿命の国際比較 女性は39年連続1位」

国際比較では、日本男性は81・09歳で、第1位はスイス（82・3歳）、2位スウェーデン（81・58歳）、3位ノルウェー（81・39歳）、4位オーストラリア（81・22歳）に次いで5位となっている。

女性は87・14歳の日本が39年連続で第1位となっている。2位以下はスイス（85・9歳）、フランス（85・75歳）、スペイン（85・74歳）、韓国（85・6歳）と続いている。



患者やスタッフなどとの会話の話題の参考として令和5年簡易生命表を読んでもらうことをおすすめする。