

種類	算出方法	主な特徴	市での算出
①日常生活に制限のない期間の平均	「あなたは現在、 <u>健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか</u> 」という質問に対し、「ある」を「不健康」として算出（国民生活基礎調査）	・ <u>国で主に使用</u> ・ 3年ごとの算出（国・都道府県単位） ・ 健康の3要素（身体・精神・社会）を包括的に内包した指標	×
②自分が健康であると自覚している期間の平均	「あなたの現在の <u>健康状態はいかがですか</u> 」という質問に対し、「あまりよくない」「よくない」を「不健康」として算出（国民生活基礎調査）	・ 3年ごとの算出（国・都道府県単位） ・ 主観的な概念	×
③日常生活動作が自立している期間の平均（平均自立期間）	介護保険の要介護度の <u>要介護2～5を不健康な状態</u> とし、それ以外を健康な状態として算出	・ 毎年・地域ごとに算出可能 ・ 要介護2以上を「不健康」としており、指標の示す対象が狭い	○

（参考）厚生労働省「健康寿命のあり方に関する有識者検討会」報告書（平成31年3月）