

令和5年6月20日
【内閣府】

【概要書】

令和4年度 高齢化の状況及び高齢社会対策の実施状況
令和5年度高齢社会対策
(令和5年版高齢社会白書)

標記の報告書を衆議院議長に提出いたしました。

連絡先は省略。

令和 4 年度

高齢化の状況及び高齢社会対策の実施状況

**令和 5 年度高齢社会対策
(令和 5 年版高齢社会白書)**

〈概要〉

令和5年6月

内閣府

この文書は、高齢社会対策基本法(平成 7 年法律第 129 号)第 8 条の規定に基づき、「高齢化の状況及び政府が講じた高齢社会対策の実施の状況」及び「高齢化の状況を考慮して講じようとする施策」について報告を行うものである。

高齢社会白書

「高齢社会対策基本法」に基づき、毎年、国会に提出（法定白書）。今回で28回目。

〈高齢社会対策基本法〉

第8条 政府は、毎年、国会に、高齢化の状況及び政府が講じた高齢社会対策の実施の状況に関する報告書を提出しなければならない。

2 政府は、毎年、前項の報告に係る高齢化の状況を考慮して講じようとする施策を明らかにした文書を作成し、これを国会に提出しなければならない。

第1章 高齢化の状況

第1節 高齢化の状況（高齢化の推移と将来推計）

第2節 高齢期の暮らしの動向（就業率の推移、健康寿命と平均寿命の推移）

第3節 〈特集〉高齢者の健康をめぐる動向について

〈トピックス〉

- 1 新潟県佐渡市～和太鼓を活用した高齢者の健康づくりと社会参加～
- 2 愛知県一宮市～次世代へつなぐ「通いの場」への挑戦～
- 3 青森県弘前市～岩木健康増進プロジェクト～
- 4 大阪府～スマートシニアライフ事業～
- 5 北海道更別村～更別村 SUPER VILLAGE構想～

第2章 令和4年度高齢社会対策の実施の状況

第1節 高齢社会対策の基本的枠組み

第2節 分野別の施策の実施の状況（令和4年度に各府省庁が講じた施策）

- 1 就業・所得
- 2 健康・福祉
- 3 学習・社会参加
- 4 生活環境
- 5 研究開発・国際社会への貢献等
- 6 全ての世代の活躍推進

第3章 令和5年度高齢社会対策

第1節 令和5年度の高齢社会対策の基本的な取組

第2節 分野別の高齢社会対策（令和5年度の各府省庁の主な施策）

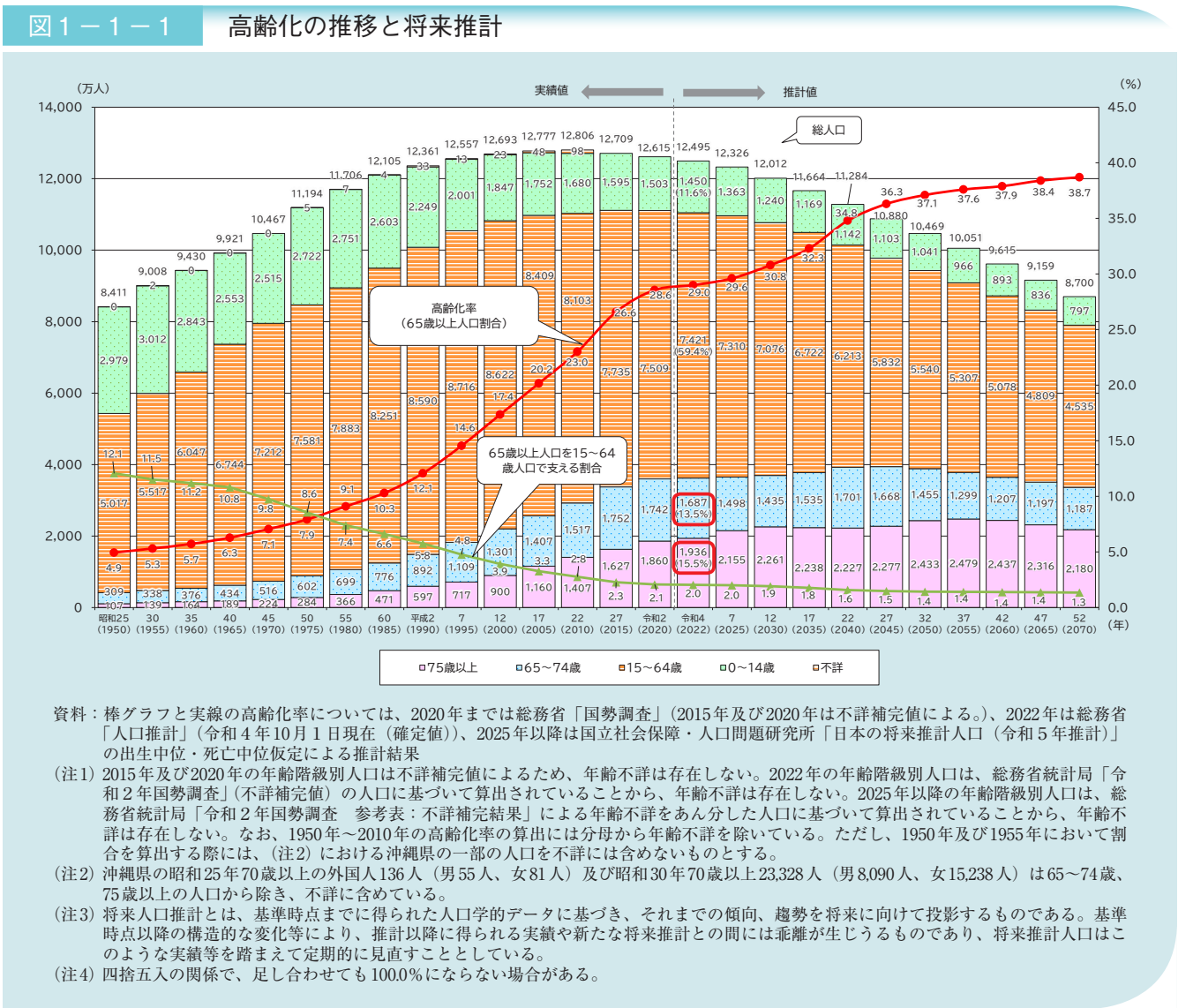
- 1 就業・所得
- 2 健康・福祉
- 3 学習・社会参加
- 4 生活環境
- 5 研究開発・国際社会への貢献等
- 6 全ての世代の活躍推進

第1章 高齢化の状況

第1節 高齢化の状況

○高齢化率は29.0%

- ・我が国の総人口は、令和4年10月1日現在、1億2,495万人。
- ・65歳以上人口は、3,624万人。総人口に占める65歳以上人口の割合（高齢化率）は29.0%。
- ・65～74歳人口は1,687万人、総人口に占める割合は13.5%。75歳以上人口は1,936万人、総人口に占める割合は15.5%で、65～74歳人口を上回っている。
- ・令和52（2070）年には、2.6人に1人が65歳以上、4人に1人が75歳以上。



「高齢者」とは

高齢者の用語は文脈や制度ごとに対象が異なり、一律の定義がない。「高齢社会対策大綱」（平成30年2月閣議決定）では、便宜上、一般通念上の「高齢者」を広く指す語として用いている。本白書においても、各種の統計や制度の定義に従う場合のほかは、一般通念上の「高齢者」を広く指す語として用いることとする。

なお、高齢者の定義と区分に関しては、日本老年学会・日本老年医学会「高齢者に関する定義検討ワーキンググループ報告書」（平成29年3月）において、75歳以上を高齢者の新たな定義とすることが提案されている。

また、「高齢社会対策大綱」においても、「65歳以上を一律に「高齢者」と見る一般的な傾向は、現状に照らせばもはや現実的なものではなくなりつつある。」とされている。

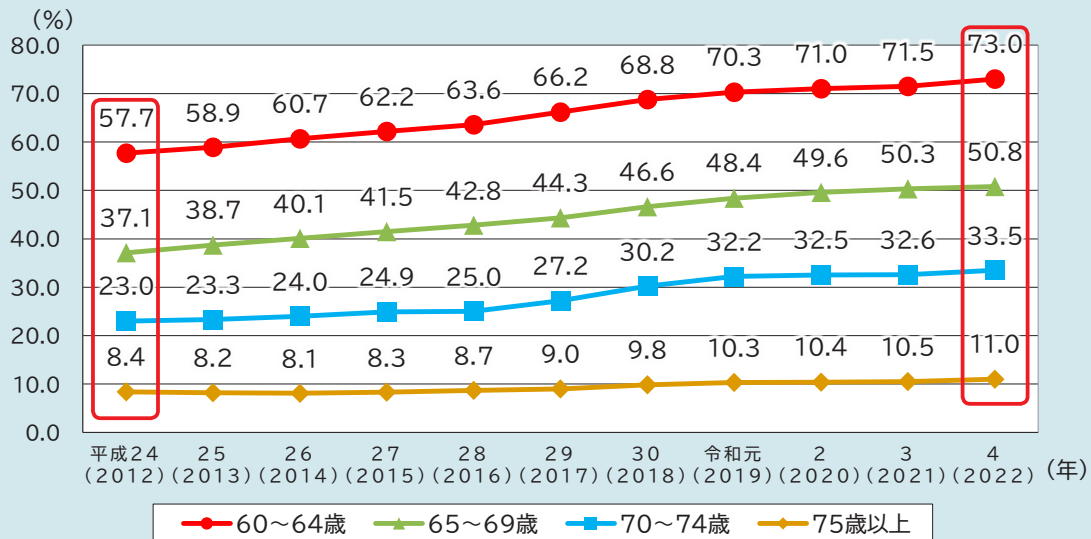
※なお、本白書では原則として65～74歳、75歳以上に分けて記載している。

第2節 高齢期の暮らしの動向

○高齢者の就業率は上昇傾向

- ・就業率の推移を見ると、60～64歳、65～69歳、70～74歳、75歳以上では、10年前の平成24年の就業率と比較して、令和4年の就業率はそれぞれ15.3ポイント、13.7ポイント、10.5ポイント、2.6ポイント伸びている。

図1-2-1 年齢階級別就業率の推移



資料：総務省「労働力調査」

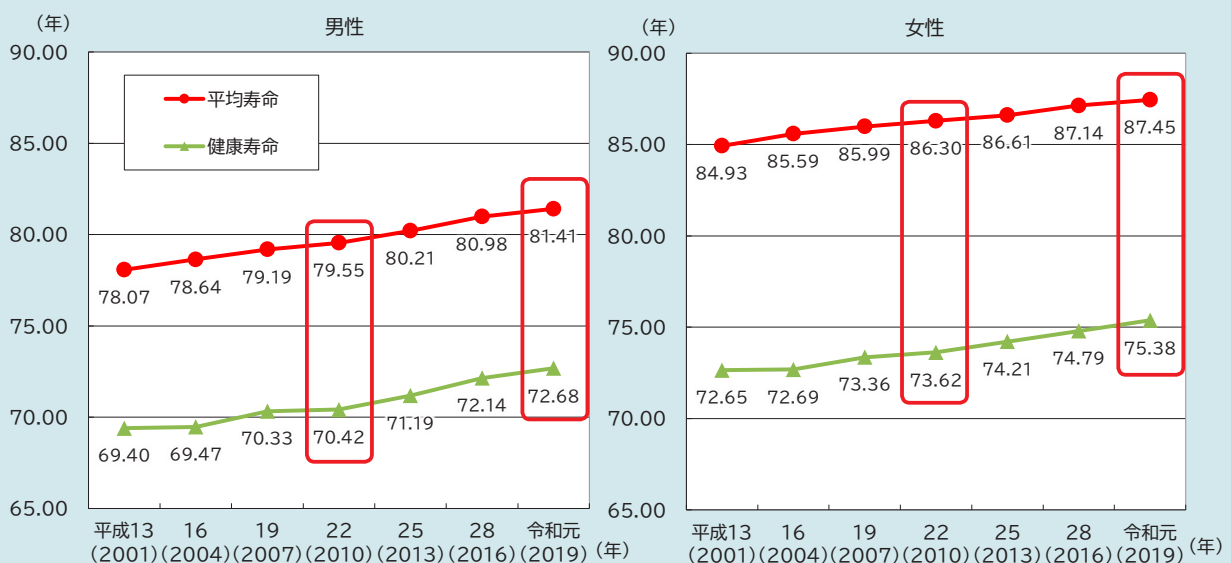
(注1) 年平均の値

(注2) 「就業率」とは、15歳以上人口に占める就業者の割合をいう。

○健康寿命は延伸し、平均寿命と比較しても伸びが大きい

- ・日常生活に制限のない期間（健康寿命）は、令和元年時点で男性が72.68年、女性が75.38年となっており、それぞれ平成22年と比べて伸びている（平成22年→令和元年：男性2.26年、女性1.76年）。さらに、同期間における健康寿命の伸びは、平均寿命の伸び（平成22年→令和元年：男性1.86年、女性1.15年）を上回っている。

図1-2-2 健康寿命と平均寿命の推移



資料：平均寿命：平成13・16・19・25・28年・令和元年は、厚生労働省「簡易生命表」、平成22年は「完全生命表」

健康寿命：厚生労働省「第16回健康日本21（第二次）推進専門委員会資料」

第3節 〈特集〉高齢者の健康をめぐる動向について

内閣府では、「高齢社会対策大綱」（平成30年2月閣議決定）に基づく、「就業・所得」「健康・福祉」「学習・社会参加」「生活環境」「研究開発・国際社会への貢献等」の分野を踏まえて、高齢社会対策に関する調査を実施しており、令和4年度は「高齢者の健康に関する調査」（調査時期は令和4年10～11月）を実施した。

この白書では、調査結果の一部を紹介するとともに、他の調査のデータも活用し、これらを分析したものを特集としてまとめた（資料出所は特に断りのない限り、「令和4年度高齢者の健康に関する調査」（5年ごとに「高齢者の健康に関する調査」（以下「健康調査」という。）を実施）である。）。

1 高齢者の健康について

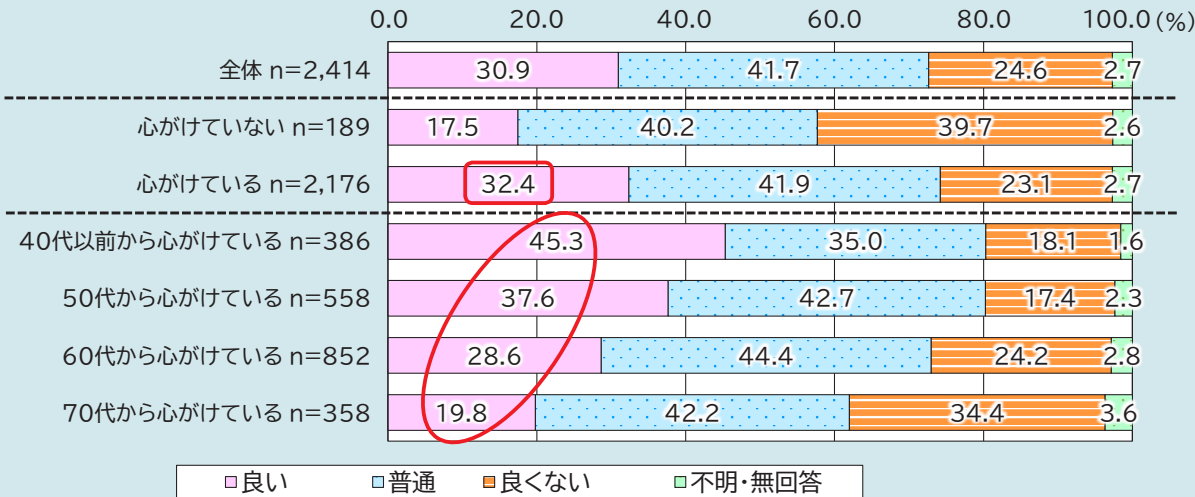
(1) 健康についての心がけについて

○若いときから健康に心がけている人は健康状態が良い

健康についての心がけ（休養・散歩など）と現在の健康状態について見ると、健康に「心がけている」と回答した人は、健康状態は「良い」と回答した割合が高くなっている。また、健康に心がけ始めた年齢別に健康状態について見ると、40代以前から健康に心がけ始めた人は約半数が健康状態が「良い」と回答しているなど、若いときから健康に心がけ始めたと回答した人は、健康状態が「良い」と回答した割合が高くなっている（図1-3-1-1）。

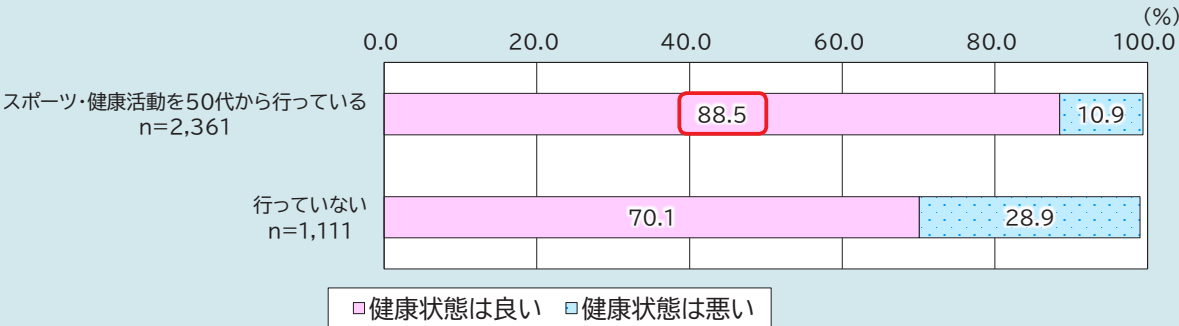
また、厚生労働省が実施した、過去約20年にわたるパネル調査ではスポーツ・健康活動（ウォーキングなど）を50代から行っている人は、「健康状態は良い」と回答した割合が高くなっている（図1-3-1-2）。

図1-3-1-1 健康についての心がけ・心がけ始めた年齢と健康状態（択一回答）



(注1) 「良い」は「良い」と「まあ良い」の合計、「良くない」は「あまり良くない」と「良くない」の合計
(注2) 「70代から心がけている」の対象は全て70歳以上である。
(注3) 四捨五入の関係で、足し合わせても100.0%にならない場合がある。

図1-3-1-2 スポーツ・健康活動と健康状態



資料：厚生労働省「第17回中高年者縦断調査（中高年者の生活に関する継続調査）」（令和3年11月調査）
(注1) 第1回から第17回まで集計可能な継続サンプル数は16,579人
(注2) 第17回の対象者の年齢は66～75歳（2005年の第1回調査時点では50～59歳）
(注3) 四捨五入の関係で、足し合わせても100.0%にならない場合がある。
(注4) 「スポーツ・健康活動を50代から行っている」は第1回から第17回まで継続して行っている人、「行っていない」は第1回から第17回まで全て行っていない人をいう。

(2) 健康と社会活動への参加について

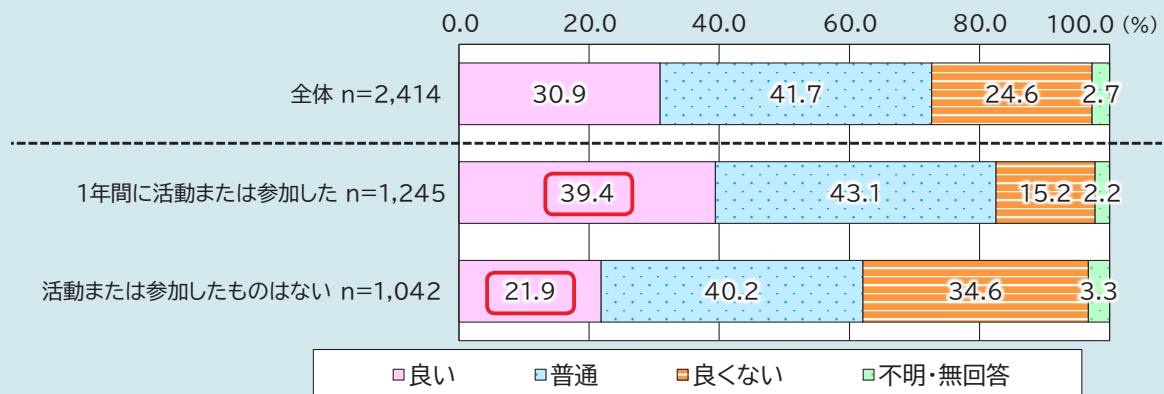
○社会活動に参加した人は健康状態が良い

社会活動（健康・スポーツ・地域行事など）への参加の有無別に現在の健康状態について見ると、この1年間に社会活動に参加した人は、健康状態が「良い」と回答した割合が高くなっている（図1-3-1-3）。

また、別の内閣府の調査において、社会活動に参加したいと思わない理由について見ると、「健康・体力に自信がないから」と回答した人の割合が最も高くなっている（図1-3-1-4）。

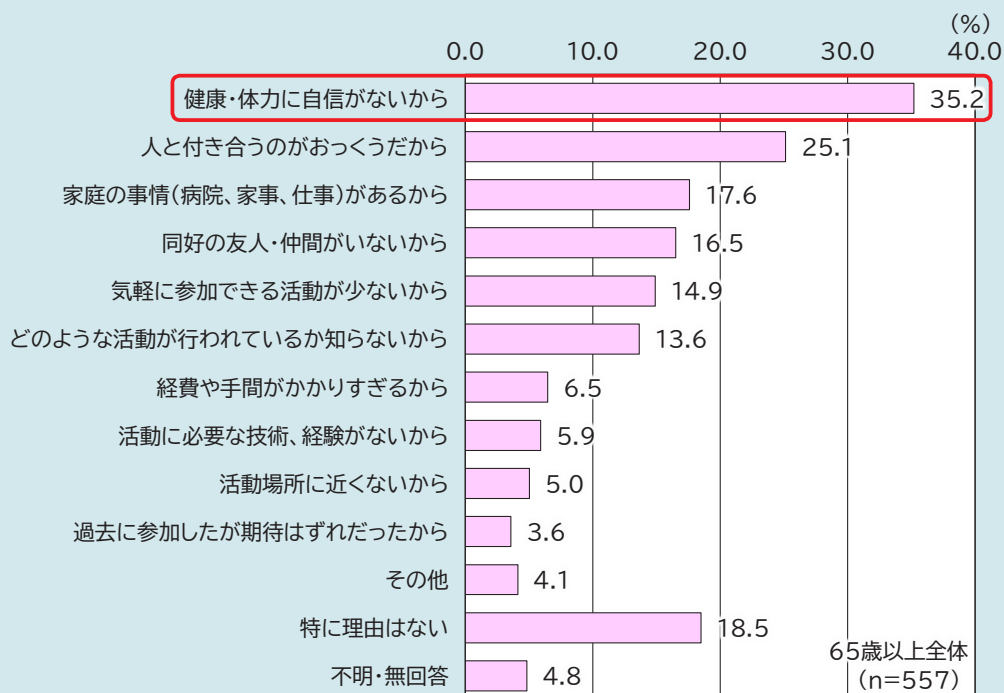
なお、社会活動に参加して良かったと思うことについて見ると、「生活に充実感ができた」「新しい友人を得ることができた」「健康や体力に自信がついた」と回答した割合が高くなっている（図1-3-1-5）。

図1-3-1-3 社会活動への参加の有無と健康状態（複数回答）



(注1) 「良い」は「良い」と「まあ良い」の合計、「良くない」は「あまり良くない」と「良くない」の合計
 (注2) 四捨五入の関係で、足し合わせても100.0%にならない場合がある。

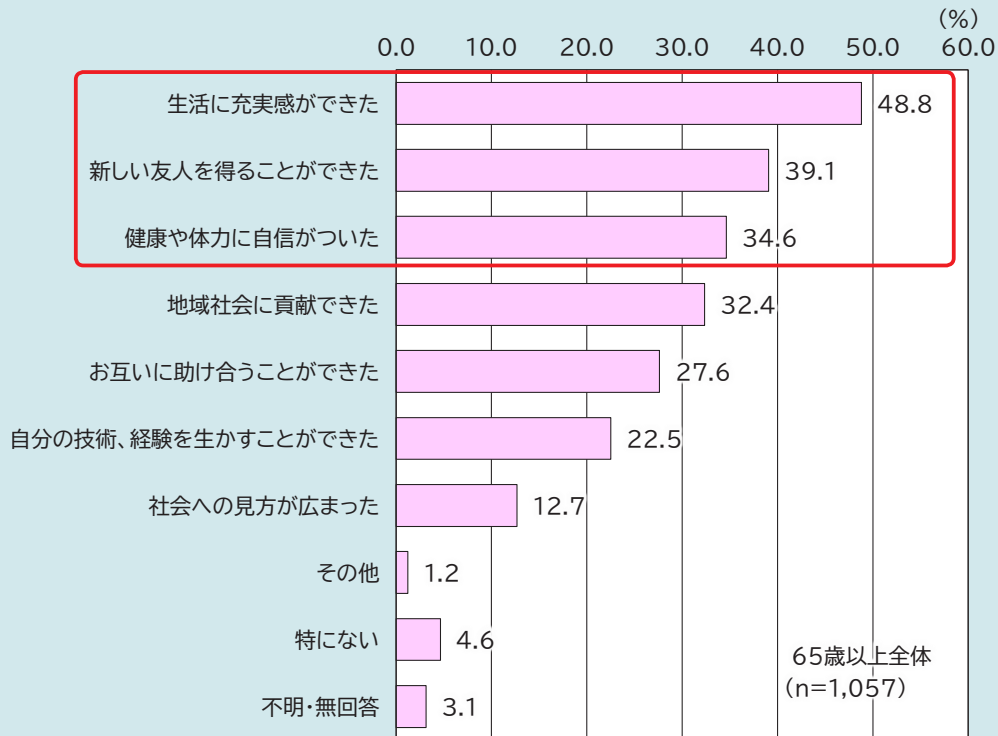
図1-3-1-4 社会活動に参加したいと思わない理由（複数回答）



資料：内閣府「高齢者の日常生活・地域社会への参加に関する調査」(令和3年度)

図 1-3-1-5

社会活動に参加して良かったと思うこと（複数回答）



資料：内閣府「高齢者の日常生活・地域社会への参加に関する調査」（令和3年度）

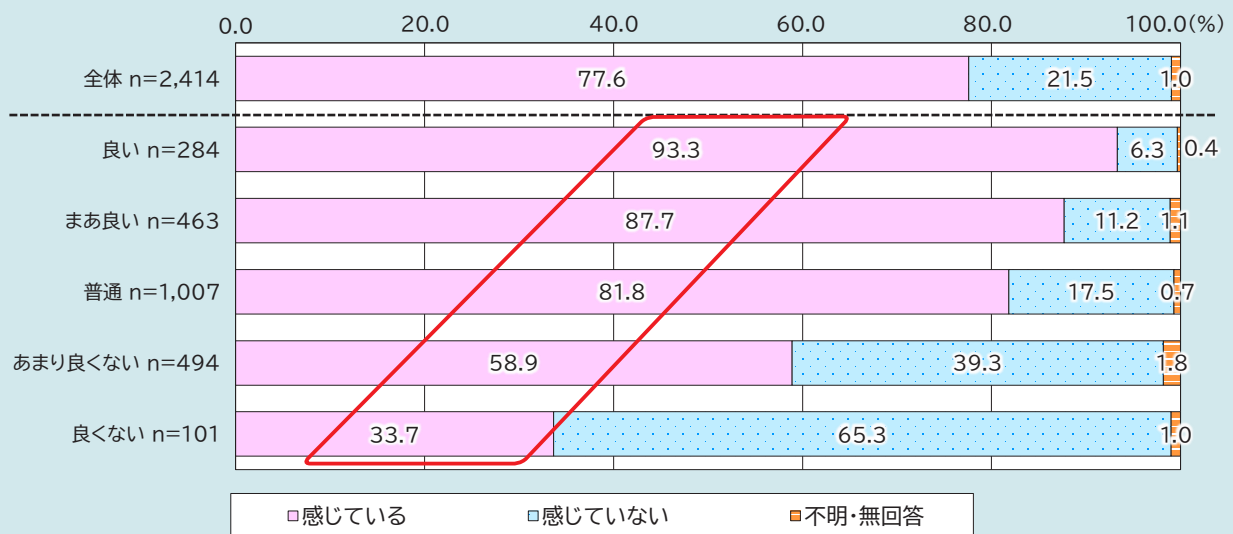
（3）健康と生きがいについて

○健康状態が良い人ほど生きがいを感じている

現在の健康状態別に生きがいを感じる程度を見ると、健康状態が「良い」と回答した人ほど生きがいを感じる程度は高くなっており、健康状態と生きがいは非常に強い相関関係が見られる（図1-3-1-6）。

図 1-3-1-6

健康状態別生きがい（喜びや楽しみ）を感じているか（択一回答）



（注）四捨五入の関係で、足し合わせても100.0%にならない場合がある。

2 新型コロナウイルス感染症の拡大による高齢者のコミュニケーション等への影響について

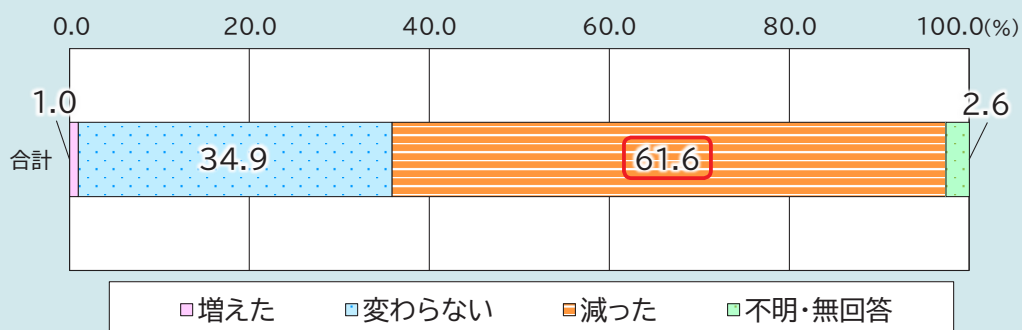
○コロナ禍により人とのコミュニケーションに変化が生じている

内閣官房が令和3年度に実施した「人々のつながりに関する基礎調査」の調査結果を見ると、コロナ禍により、人と直接会ってコミュニケーションをとることが「減った」と回答した割合が6割を超えている。なお、そのうち、約3割が直接会わずにコミュニケーションをとることが「増えた」と回答している（図1-3-2-1、図1-3-2-2）。

また、健康調査の結果では、コロナ禍前のインターネットでの医療機関や病気等の情報収集状況を前回（平成29年度）と比較して見ると、インターネットで調べることがある高齢者の割合が大きく増加している（図1-3-2-3）。

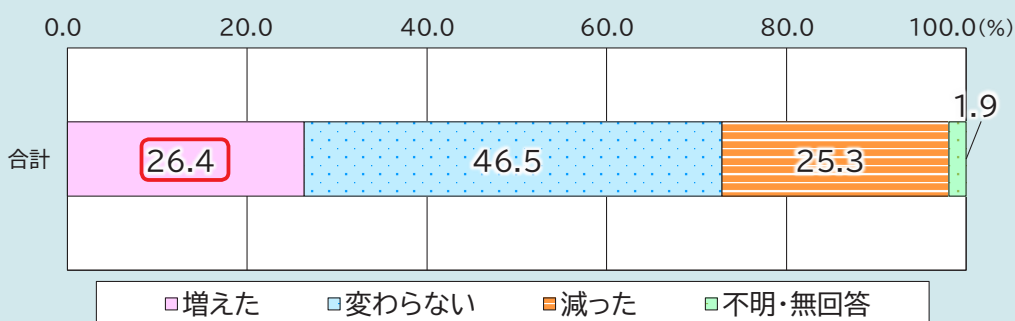
さらに、別の内閣府の調査によると、「携帯電話・スマホで家族・友人などと連絡をとる」「インターネットで情報を集めたり、ショッピングをする」と回答した割合が次第に高くなっている（図1-3-2-4）。

図1-3-2-1 コロナ禍により人と直接会ってコミュニケーションをとること



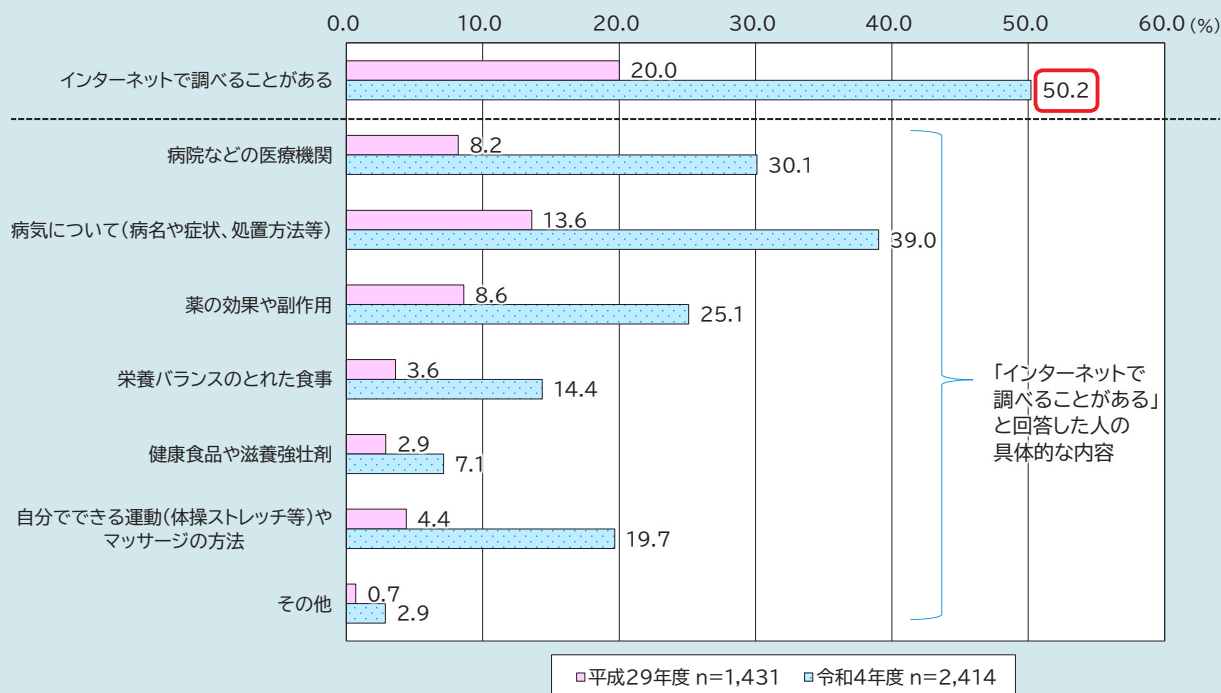
資料：内閣官房「人々のつながりに関する基礎調査」（令和3年）を加工して作成
（注）四捨五入の関係で、足し合わせても100.0%にならない。

図1-3-2-2 コロナ禍により直接会ってコミュニケーションをとることが減った人のうち直接会わずにコミュニケーションをとること



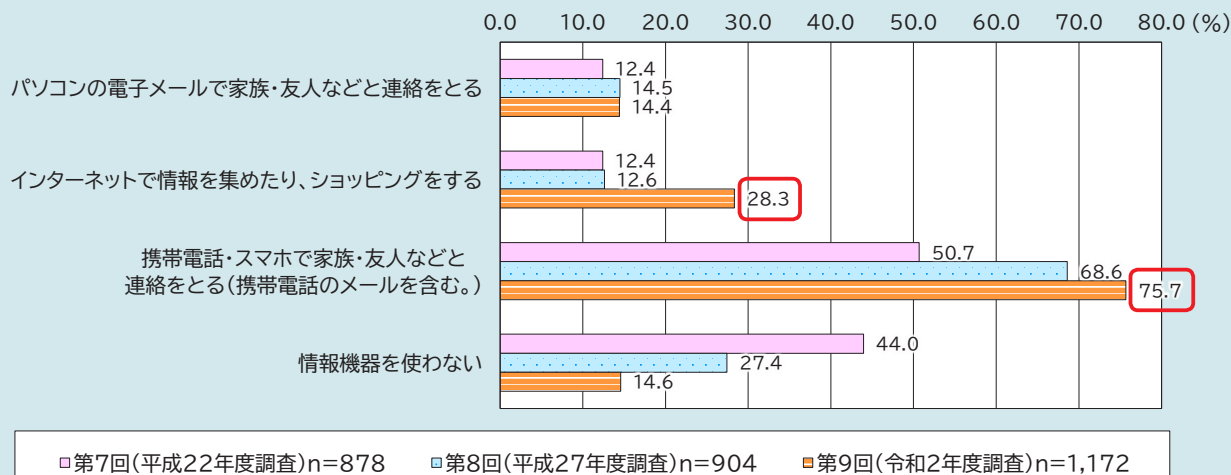
資料：内閣官房「人々のつながりに関する基礎調査」（令和3年）を加工して作成
（注）四捨五入の関係で、足し合わせても100.0%にならない。

図 1-3-2-3 インターネットの情報収集状況（複数回答）



(注) 平成29年度調査と令和4年度調査では調査方法が異なるため留意が必要である。

図 1-3-2-4 情報機器の利用状況（複数回答）



資料：内閣府「高齢者の生活と意識に関する国際比較調査」（5年ごとに実施）

(注1) 「情報機器の利用内容」の回答項目は、「ファックスで家族・友人などと連絡をとる」「パソコンの電子メールで家族・友人などと連絡をとる」「携帯電話・スマホで家族・友人などと連絡をとる(携帯電話のメールを含む。)」インターネットで情報を集めたり、ショッピングをする」「SNS (Facebook, Twitter, Line, Instagram など) を利用する」「ホームページやブログへの書き込みまたは開設・更新をする」「ネットバンキングや金融取引(証券・保険取引など)をする」「国や行政の手続きをインターネットで行う(電子政府・電子自治体)」であり、「情報機器を使わない」とは、これらのいずれにも該当しない人をいう。

(注2) 第7回(平成22年度調査)及び第8回(平成27年度調査)と第9回(令和2年度調査)では調査方法が異なるため留意が必要である。

3 考察

(1) 高齢者の健康について

健康状態が良いことが社会活動への参加につながる可能性があり、また、社会活動に参加することで、健康・体力に自信がつき、更なる参加につながるという好循環を生み出すことも可能であると考えられる。他方、高齢者になる前から自らの健康に関心を持つことも健康につながる可能性がある。さらに、社会参加活動により、健康や体力に自信がつき、それが生きがいにつながることも考えられる。

(2) コロナ禍の影響による高齢者のコミュニケーションの変化について

コロナ禍が高齢者による非対面のコミュニケーションのきっかけとなっていると考えられる。また、高齢者のインターネットによる情報収集や、情報機器を利用し友人と連絡をとることなどに対する意識の変化も見られ、コロナ禍が契機となり、高齢者のインターネットを活用した社会活動につながる可能性も考えられる。

(3) まとめ

今後、加齢に伴う心身機能や認知機能の低下を予防し、健康寿命の延伸を実現するため、高齢者の社会参加活動を促進する取組や、その一環として、情報機器の使い方が分からずに使いこなせていない高齢者や必要性を感じられない高齢者を対象としたデジタルデバイドを解消する取組をより一層推進していく必要がある。

例えば、トピックスの事例のように、高齢者の社会参加活動が健康や生きがいを生み出し、それが更なる活動につながり、コミュニティづくりにも貢献するという健康の好循環の実現が図られるよう、各地域の実情に応じて取り組むことが期待される。

<トピックス>

（事例1）新潟県佐渡市～和太鼓を活用した高齢者の健康づくりと社会参加～

新潟県佐渡市では、大幅な人口減と高齢化により、コミュニティの維持も困難になりつつある中、市の介護予防教室の1つとして、和太鼓を活用したエクササイズが実施され、高齢者の健康増進や認知症予防のみならず、社会参加の促進やコミュニティの再活性化といった地域の課題の解決にまちぐるみで取り組んでいる。

（事例2）愛知県一宮市～次世代へつなぐ「通いの場」への挑戦～

愛知県一宮市では、高齢期になってもいきいきと元気に過ごすための健康づくりをテーマに、地域の公民館を拠点とした「通いの場（オフライン）」の活動と、コロナ禍をきっかけとした「在宅（オンライン）」の活動を組み合わせて、高齢者の社会参加を図り、次世代型のコミュニティづくりに取り組んでいる。

（事例3）青森県弘前市～岩木健康増進プロジェクト～

青森県弘前市では、弘前大学が同市岩木地区の住民を対象に毎年実施している大規模健康診断において蓄積されたビッグデータを活用し、生活習慣病・認知症をターゲットとした疾患予防法の研究開発を行っており、自治体、教育機関、企業などと連携した健康増進プロジェクトを推進している。

（事例4）大阪府～スマートシニアライフ事業～

大阪府では、高齢者の課題の解決や健康寿命の延伸を目的として、自治体の提供する行政サービスと、金融・保険、IT、医療・薬品、エンターテインメントなど様々な分野の民間企業による高齢者向けサービスとを、タブレット端末やLINEアプリなどのデジタル機器を通してワンストップで提供する取組を実施している。

（事例5）北海道更別村～更別村 SUPER VILLAGE 構想～

北海道更別村では、高齢者が100歳世代まで生きがいを持って楽しく過ごせるために必要な基本サービスを目指し、デジタル技術を活用して少子高齢化により薄れた人々のつながりの回復と、村民の健康の向上を図るとともに、高齢者でも楽しく元気に続けられるスマート農業を実現するための取組を実施している。

政府としては、各地域の取組を後押しし、生涯にわたって生きがいを感じて健康に暮らせるよう取り組んでいくことが重要であると考えている。