

### 1. 健康の定義とは

世界（WHO（世界保健機関）による）が定める健康の定義

健康とは、(①) 的、(②) 的、(③) 的に完全に良好な状態であり、たんに(④) あるいは(⑤) でないことではない。

※ 健康を考える上で、この定義が基本となります！覚えておきましょう。

### 2. わが国における健康水準の向上

#### (1) 平均寿命と健康寿命の比較

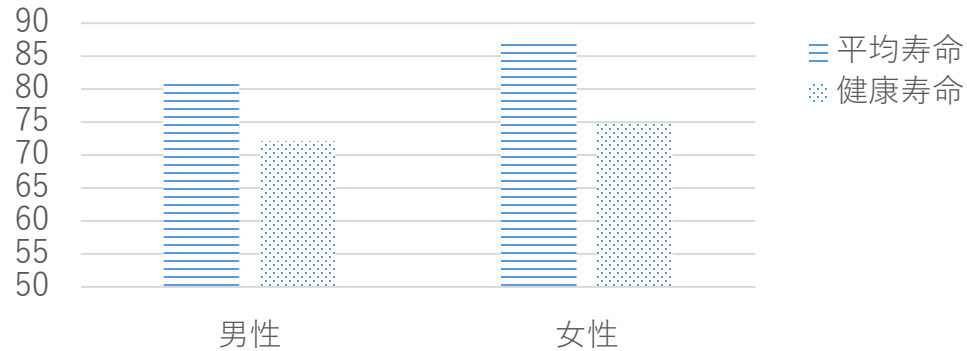


図1. 日本の平均寿命と健康寿命 ※厚生労働省（2016）データより

$$\text{健康寿命} = \text{平均寿命} - \text{(⑥) 生活ができない年数}$$

※ 寝たきりなどの状態

### (2) わが国における健康問題の変化

死因を比較して考えてみよう

表1.日本の死因（※厚生労働省（2016年）及びWHO（2015）データより）

	日本	低所得国
1位	がん	下気道感染症
2位	心疾患	下痢性疾患
3位	(⑦)	脳卒中

### 3. 健康の成り立ちとその要因

