

ふじのくに型 人生区分

— 76歳まで壮年・45歳まで青年 —

静岡県では、健康寿命が男性71.68年、女性75.32年であることをふまえ、現役で活躍する高齢者の方々を応援する、本県独自の「ふじのくに型人生区分」を、平成27年6月に提示しました。

みんなが、元気で活躍できると、健康寿命の延伸と元気で活力あるいきいき社会につながるね♪



生きがいと健康づくりのイメージキャラクター
ちやっぴー©静岡県

○ 人生区分の呼称と年齢

呼 称		年齢区分	説 明
老年	ひやくじゅおきな 百寿翁 ひやくじゅおうな 百寿媪	100歳以上	100歳以上の方 茶寿(108歳)、皇寿(111歳)含む。
	長老	88 - 99歳	米寿(88歳)・卒寿(90歳)から白寿(99歳)まで
	中老	81 - 87歳	傘寿後から米寿前まで
	初老	77 - 80歳	喜寿(77歳)から傘寿(80歳)まで
壮年	じゅくき 壮年熟期	66 - 76歳	経験を積み、様々なことに熟達し、社会で元気に活躍する世代(働き盛り)。
	せいき 壮年盛期	56 - 65歳	
	しゅくき 壮年初期	46 - 55歳	
青年	18 - 45歳	社会的・生活的に成長・発展過程であり、活力みなぎる世代。 (農水省事業や地区商工会議所で45歳まで青年としている)	
少年	6 - 17歳	小学校就学の始期から満18歳に達するまでの者	
幼年	0 - 5歳	少年に至る前の者	

健康寿命日本一
ふじのくにへの挑戦!



Shizuoka Prefecture