あなたの来年における死亡確率はいくつ？

結構、リアルな数字ですので、知りたくない人は読まないでください。

病気になるリスクという言葉が、健康番組や本でよく見たり聞いたりするようになりました。
例えば、最高血圧160mmHg以上で脳梗塞は3.5倍、脳出血は6.1倍、発症するリスクが高いという、国が出したガイドラインがあります。病気になるリスクを下げる。
当たり前のことのようですが、その当たり前のことをどこまで意識してできるかが大切です。

どんな健康に気を使っていた人でも、急に大病になり亡くなる方もいます。
また、健康に気をつけていなくても病気にならずに済む人もいます。
簡単な言葉を使えば「運」が健康には関わっていますが、だからと言って、運なんだから健康に気をつける必要がない！と健康に意識を向けない不摂生な生活は、病気になる運を高めることになるので、長生きしたいのならば止めて下さいね。

その運（年代別の死亡率）は、どれくらいか調べてみましたが、なかったので計算してみました。

参考：（平成24年度）厚生労働省の年代別人口と死亡者数。

60～64歳（143分の1） 65～69歳（100分の1） 70～74歳（67分の1） 75～79歳（40分の1）
80～84歳（20分の1） 85～89歳（12分の1） 90～94歳（7分の1） 95～99歳（4分の1）
これを踏まえてババ抜きで表現すれば、65～69歳までの方は、100枚のカードの中に1枚だけババ（ジョーカー）が入っていて、そのカードから年に1回ババ抜きをして、ババを引くと天国に行くことになります。ちなみに20～60歳までの方は、500分の1と低確率です。

この数字は、平均的な数字ですので、生活習慣を意識することで変化します。
先ほどの最高血圧を例にすれば、脳出血は約6倍で、そのうち2割の方は亡くなるので、65～69歳で高血圧だと100分の1が85分の1となってしまいます。
健康で長生きできるかどうかは、このカードの枚数をいかに増やせるかどうか、そして、できるだけ日頃から若々しい体を保つように努力することが大切になってきます。
それは、血管や血液の流れや質を高めることです。　（計算まちがってたらゴメンナサイ。＞＜）

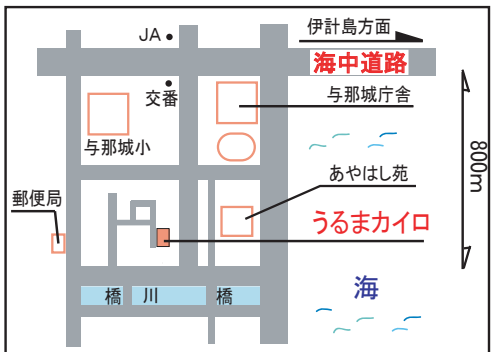
休日
水曜日、土曜日の午後。
整体料金初回：3500円
2回目以降：2500円

ホームページ
うるまカイロ　検索
http://hushigiseitai.com
ﾌﾞﾛｸﾞ:hushigiseitai.ti-da.net/

メールでの問い合わせ：matsukou@urumachiro.com
電話：080－1545－5637

営業時間
10:00～14:00
15:30～19:30

「気持ちが大事」
不思議整体
Sixthsensetherapy
うるまカイロ



きじモンが目印（キジムナーの人形）
与那城庁舎または海中道路入り口から車で２～３分