

## 現代シニア用語 TODAY

「賀寿期五歳層」のステージ  
長寿時代のライフサイクル  
「体志行」三つのカテゴリー  
社会保障制度改革国民会議  
平均余命  
「国際高齢者年」（一九九九年）

### 「賀寿期五歳層」のステージ

これは「長寿時代」をパイオニアとして暮らすための指針であり、知ると知らないとでは高齢期人生に雲泥の差が生じる。本稿が提案している「長寿時代のライフサイクル」の「高年期」と「長命期」を、ひとつひとつの「五歳層」に分けて、その年齢階層らしく迎えて過ごす。なだらかな丘を同年層の仲間といっしょにゆっくりとマイペースでトレッキングするような爽快感があればいい。

先人は見定めえない人生の前方に次々に「賀寿」を設けて個人的長寿のプロセスを祝福して楽しんできた。いまも「何何先生の米寿の会」「おばあちゃんの卒寿の会」は個人の「賀寿の会」としてそれぞれに祝われている。しかし六〇歳以上の約三九〇〇万人の高年者が多くの仲間とともに暮らしているのだから、励まし合いながら一つひとつの五歳層を成果とともにクリアしながら百寿期を目ざすのもいいではないか。

2013年では、

百寿期（100歳以上）	大正2年以前
白寿期（95歳～99歳）	大正7年～大正3年
卒寿期（90歳～94歳）	大正12年～大正8年
米寿期（85歳～89歳）	昭和3年～大正13年
傘寿期（80歳～84歳）	昭和8年～昭和4年
喜寿期（75歳～79歳）	昭和13年～昭和9年
古希期（70歳～74歳）	昭和18年～昭和14年
還暦期（60歳～69歳）	昭和28年～昭和19年

<注>平成24年は大正102年、昭和88年に当たります。

「平和団塊（昭和21年～25年）」の人びとがすべて還暦期に。

2011年は日野原重明さんが百寿期に達して話題になった。2012年は新藤兼人さんが到達したがゴールして亡くなった。卒寿期には瀬戸内寂聴・水木しげる・鶴見俊輔さ

んがいる。傘寿期には樋口恵子・堂本暁子・岸恵子さん、石原慎太郎・五木寛之・仲代達矢さんと多士済々。そして古希には小泉純一郎・小沢一郎・松方弘樹・松本幸四郎・青木功・尾上菊五郎さん。七〇歳になったからといって老成することはない。お仲間といっしょに人生の新たな出会いを楽しむ日々が待っているのである。

## 長寿時代のライフサイクル

これまでライフサイクルというと「乳幼児期」「少年期」「青年期」「壮年期」「老年期」という五つのステージ（年齢階層）として説明されてきた。だれもが経験的に知って納得していることだから間違いというわけにはいかない。しかしこの階層の分け方は二五歳までに三つの階層があることから知れるように、「発達心理学」からの階層分けであって、高齢期を暮らす人に配慮したライフサイクルではない。高齢時代には「加齢学」的な観点から、逆に高齢期に三つを配するといった階層分けを考慮する必要がある。ここでは二五年間ずつ三つのステージを「三世代」に等しく割り振りながら、高齢期を暮らす人の実感に配慮したライフサイクルを提案している。学問的にうんぬんするつもりはなく、実感として納得していただければいい。

青少年期	〇歳～二四歳	自己形成期
バトンゾーン	二五～二九歳	選択期
中年期	三〇～五四歳	労働参加・社会参加期
パラレルゾーン	五五～五九歳	高年期準備・自立期
高年期	六〇～八四歳	地域参加・自己実現期 あり
長命期	八五歳～	ケア・尊厳期

（自立・参加・自己実現・ケア・尊厳の五つは国連の「高齢者五原則」）

上の階層分けが、高齢者がみずからを顧みて納得できる「長寿時代のライフサイクル」といえるだろう。

「バトンゾーン」というのは個人の特性によって生じる幅であり、青少年期に入れるか中年期に入れるか、モラトリアム期として過ごすかは個人が選択すればいい。

「パラレルゾーン」というのは「パラレル・ライフ」（ふたつの人生）期にあることで、「高年準備期」である。窓際族なんかでヒマつぶしをしている時期ではなく、二五年の高年期を自分らしく生きる（自己実現）のための模索（自立志向）期でけっこう多忙なはずなのである。「定年後は余生」などとぼんやり考える旧時代の「老成」タイプの高齢者意識が、長寿時代にはいつているこの国の「高齢社会」形成に自然渋滞をもたらしている。

「高年期」での地域参加・自己実現の二五年をどう体現して暮らすかの工夫が人生の差を

つくることになる。と同時に社会を活性化させることになる。もちろんその活動は高齢世代みずからのものであるとともに次世代のためのものであり、可能な範囲でなお中年・青少年を支援するものとなる。別のところでも引用するが、「自分がその木陰で憩うことがない樹を植える」（W・リップマンのことば）という配慮を忘れないことである。

### 「体志行」三つのカテゴリー

高年期にある人ならだれにもこれまで過ごしてきた「青少年期」と「中年期」の五〇年余の間に積み重ねてきた経験や知識や健康や有形・無形の資産があります。

それらを六〇歳からの「高年期」を意識した「からだ（体・健康）」と「こころ・こころざし（心・志・知識）」と「ふるまい（行・技術）」のそれぞれにしっかりとバランスよく活かして暮らすこと。

- ・からだ                      ・体            ・健康
- ・こころ・こころざし    ・心・志    ・知識
- ・ふるまい                 ・行           ・技術

この三つ以外に人間（人生）としての存在はないというのが、東洋の哲学が持つ人間（人生）観なのです。そういう意味合いが納得できるのは、やはり「からだ（体）」のどこかに故障を生じる高年期になってからのことで、ここから「体・志・行」に配慮した「高齢期の人生」が始まります。人生を通じて右片上りの能力をたいせつにする「丈人（別項）」であることを意識して、この三つをバランスよく過ごすことによって、外面的に「老人」としてではなく「丈人」としての「健康・知識・技術」に配慮した暮らしが表現されることとなります。この三つをバランスよく働かせた暮らしをしている人が、敬愛すべき「現代丈人」のみなさんです。スポーツ界では「心技体」として認識されているのは、スポーツでは心の構えが技・体の差をつくるからです。

### 社会保障制度改革国民会議

「社会保障制度改革国民会議」は、先の通常国会で民主、自民、公明3党の合意で8月に成立した「社会保障制度改革推進法」により設置が決まったもの。「社会保障」のありかたを検討して1年後の来年8月までに結論を得ることになっている。年金、医療、介護、少子化対策の4分野を議論する。

設置が3カ月も遅れたのは、民主と自民・公明との間で解散時期をめぐる折り合いがつかなかったため。有識者15人を選定して11月30日に初会合を開き、会長に清家篤慶応義塾塾長を選出した。両党の間には年金や高齢者医療などでの意見の隔たりがあり、選挙のあと来年8月までの結論に賛否の論議が予想される。

委員の15氏は以下のとおり。

伊藤元重東大大学院教授 遠藤久夫学習院大教授 大島伸一国立長寿医療研究センター総長 大日向雅美恵泉女学園大大学院教授 権丈善一慶応大教授 駒村康平慶応大教授 榊原智子読売新聞社会保障部次長 神野直彦東大名誉教授 永井良三自治医大  
 学長 西沢和彦日本総研上席主任研究員 増田寛也元総務相 宮武剛目白大大学院客員教授 宮本太郎北海道大大学院教授 山崎泰彦神奈川県立保健福祉大名誉教授

## 平均余命

ある年齢の人があと何年生きられるかを統計的にみたもので、要因として医療・衛生・食生活・福祉・環境などの水準を示すものとされており、世界有数の高い年数であることは誇るべきことである。しかし、長い高齢期を敬意をうけて過ごし、“尊厳”をもって生涯を終えられるかどうかには関わりがない。得た長寿を安心して暮らせる「高齢社会」をどうつくるかは、各国独自の条件のもとであらたな課題となる。

「簡易生命表」は、毎年7月末に厚生労働省（統計情報部人口動態・保健社会統計課）から発表される。「平成23年簡易生命表」は平成24年7月26日に公表され、詳細な数値は厚生労働省のホームページで見ることができる。

「平成23年簡易生命表」によると、男性の平均寿命（0歳での平均余命が平均寿命）は79.44年で、女性は85.90年。前年と比較して男性は0.11年、女性は0.44年ほど下回った。男女とも全年齢層で下回ったのは、不慮の事故である「東日本大震災」の影響で、女性の場合には「自殺」が減少に寄与しているという。男女差は6.46歳で、平成15年の6.97歳差をピークに毎年わずかずつ縮まりつつある。

ここでは50歳以上の高年齢者の余命にかぎって数値を引用している。

国際基準である「高齢者」65歳まで生存する割合は、男性は86.9%、女性は93.1%（世界一）である。75歳まで生存する割合は、男性71.9%、女性85.9%。90歳まで生存する割合は、男性21.3%、女性45.4%となっている。同じ年の出生者のうち、ちょうど半数が生存するのは、平成23年においては男性82.55年、女性88.98年となっている。

### 平均寿命の年次推移

昭和	男	女	男女差	平成	男	女	男女差
22年	50.06	53.96	3.90	13	78.07	84.93	6.86
25～27	59.57	62.97	3.40	14	78.32	85.23	6.91
30	63.60	67.75	4.15	15	78.36	85.33	6.97
35	65.32	70.19	4.87	16	78.64	85.59	6.95
40	67.74	72.92	5.18	17	78.56	85.52	6.96
45	69.31	74.66	5.35	18	79.00	85.81	6.81
50	71.73	76.89	5.16	19	79.19	85.99	6.80
55	73.35	78.76	5.41	20	79.29	86.05	6.76

60	74.78	80.48	5.70	21	79.59	86.44	6.85
平成2	75.92	81.90	5.98	22	79.55	86.30	6.75
7	76.38	82.85	6.47	23	79.44	85.90	6.46
12	77.72	84.60	6.88				

注:1) 平成12年以前、平成17年及び平成22年は完全生命表による。

2) 昭和45年以前は、沖縄県を除く値である。

### 簡易生命表・平均余命 (男・女) 50歳～

歳	男	女	歳	男	女	歳	男	女
50	31.39	37.32	70	14.93	19.31	90	4.14	5.46
51	30.49	36.39	71	14.20	18.46	91	3.84	5.03
52	29.59	35.46	72	13.49	17.62	92	3.56	4.64
53	28.71	34.53	73	12.78	16.79	93	3.31	4.27
54	27.83	33.60	74	12.10	15.97	94	3.06	3.92
55	26.95	32.68	75	11.43	15.16	95	2.84	3.60
56	26.08	31.76	76	10.78	14.37	96	2.63	3.31
57	25.22	30.84	77	10.14	13.59	97	2.44	3.03
58	24.37	29.93	78	9.53	12.83	98	2.26	2.78
59	23.53	29.02	79	8.95	12.08	99	2.09	2.54
60	22.70	28.12	80	8.39	11.36	100	1.93	2.33
61	21.88	27.22	81	7.86	10.66	101	1.79	2.13
62	21.07	26.32	82	7.35	9.98	102	1.65	1.94
63	20.27	25.43	83	6.86	9.32	103	1.53	1.77
64	19.48	24.54	84	6.39	8.68	104	1.41	1.62
65	18.69	23.66	85	5.96	8.07	105～	1.30	1.47
66	17.92	22.77	86	5.55	7.49			
67	17.16	21.90	87	5.16	6.93			
68	16.41	21.03	88	4.79	6.41			
69	15.66	20.16	89	4.45	5.92			

#### [ 感想と提案 ]

同じ年の仲間が半分になるのが、男性は82.55歳、女性は88.98歳という。同年の仲間には申し訳ないが、期待として自分は生存している半分にはいるとしよう。82歳の男性なら余命7.35である7年後の89歳の余命4.45を加えて93歳までと考える。11年後までの計画をたてていい。88歳の女性は同じく98歳までの予定をたてていい。100歳の日野原さんが2年～3年後の予定をたてているのは“新老人”

の暮らし方として普通のことなのである。65歳になった新高齢者は、男性なら90歳までの25年の予定を組んだらいい。女性なら94歳までの計画をたてることができる。日々なんの張り合いもなくぼんやりすごす老後を想定することはない。

(2012・8 堀内記)

## 「国際高齢者年」(一九九九年)

### みんなの関心と呼ぶイベントは一〇年不在

唯一、「高齢社会対策」として国民に存在感を示したのは、一九九九年の「国際高齢者年」(International Year of Older Persons 1999)に、総務庁高齢社会対策室(小淵内閣)が中心になって関係省庁連絡会議を設けて、官民協働で全国展開をした関連事業のみといえます。

これはご記憶にある方も多いでしょう。ないとしたら「参加意識」が欠如していた証です。そして残念ですが、事業の趣旨が一般の高齢者にまで届かなかった証です。

国連が二一世紀に迎える国際的高齢社会を予測し、九〇年代の初めから各国に対処を訴えた活動でした。長寿で得た期間を生き生き過ごす「高齢者のための国連原則」としての「自立、参加、ケア、自己実現、尊厳」という五原則や一〇月一日を「国際高齢者の日」とするといったメッセージが広報され、「すべての世代のための社会をめざして」がテーマでした。

当時、高齢者に関係する団体がこぞって参加し、地方公共団体が参加した広報・事業関係の実施件数は一〇八四件に及び、東京の二一一件をはじめ、北海道、埼玉、長野、大阪などでは五〇件をこえました。四月に知事に就任した石原慎太郎都知事も、一〇月一日の「国際高齢者年記念式典」で、

「この国を持ち直し、周囲からも尊敬される日本の社会をつくり直していくよう、お互いに頑張りましょう」

と訴えています。

この年に始まった「みんなの体操」や「エイジレス・ライフ実践者表彰」は継続していますが、一般の高齢者が参加する目立った活動がなく、一九八八年に始まった「ねんりんピック」のほかはニュースにはならなくなったのでした。

国民の高い支持を受けて登場した小泉純一郎首相が「所信表明演説」(二〇〇一年五月)でいったことばが、世紀初めの「高齢者意識」のありようを伝えています。

「給付は厚く、負担は軽くというわけにいきません」

とあって、負担増だけを取り上げたのでした。その後も国民を代表する政治リーダーは一

貫して高齢者を「社会の扶養者」として扱い、小泉発言の後追いをしてきたのです。

そのことに「高齢社会対策」担当の官僚が気づいていなかったわけではないでしょう。が、国民や政治の側からの要請が出なければ動くこともできず、三年ほどの担当期間を過ぎ、厚労省などの部局にもどるだけのことでした。

この一〇年の間、自治体関係者や民間の人びとによるボランティア（無報酬）の献身的な活動はつづいてきましたが、増えつづけた高齢者の多くは、定年後を「余生」とする旧態依然の通念にしたがって日々を過ごしてきたといえます。

ウォーキングをし、釣りをし、ゴルフをし、パチンコをし、孫をみ、展覧会にいき、小旅行をし、仲間と安酒で会して誰彼の病状を憂え、テレビのニュースだけを拾い見し、貯蓄の目減りを心配して、「平成萎縮」のなかで自分も萎縮して暮らしてきたのではないでしょう。

新たな「社会の高齢化」（aging）という状況に対する新たな対応、高齢者を「社会の扶養者」とみる「二世代+ $\alpha$ 型」社会であるとともに、高齢者を自立した対象とする「三世代同等型」社会への穏やかで緩やかな変容への対応、「AからB」ではなく「AとともにB」という多重型の対応を怠ってきた証なのです。そしてそれは、だれもが理解できる構想として掲げる役割を担う政治の側が負うべき「一〇年の失政」としてあったし、今もあるのです。（まったなし「日本長寿社会」への展開 2012・3・11）

