

東京大学高齢社会総合研究機構

秋山弘子特任教授に聞く

2013年11月28日(木) 10時 東大工学部8号館7F 705室

秋山弘子 同研究機構特任教授 前田展弘 同研究機構客員研究員

聞き手 堀内正範 「月刊丈風」編集人 朝日新聞社社友

堀内：おたずねいたします。

前田：構内で迷われたようで。

堀内：広い構内を右往左往いたしました。

秋山：いまは大学の中を右往左往されるとイチョウが色づいていて。

堀内：はい堪能してきました。

秋山：秋山でございます。

堀内：堀内です。秋山先生にはRISTEXの一ツ橋セミナーのときにすれちがいという感じでお会いしています。

秋山：いろいろご意見とご支援をありがとうございます。

堀内：若手の前田さんのしごとには期待をしています。きょうも是非ごいっしょに「鼎談」をと無理をいったのです。自己紹介かたがた申しますと、わたしも1999年の「国際高齢者年」以降は1ジャーリストとしてですが、この国の「高齢社会」の経緯をしっかりとみてきたつもりでいます。その前の1994年に「朝日新聞社」を早期退社して中国へ出奔して現地の大学で客員教授をしながら、日本のようすを離れてみる機会をつくりました。

秋山：中国はどちらへ、北京ですか。

堀内：いいえ、もっと歴史的に深い洛陽を選んで。

秋山：洛陽ですか。

堀内：はい。日中交流の原点とっていい中原の古都でして、日本史でご存じのように倭の奴の国王の遣いも卑弥呼の遣いは2度も同じ洛陽にいつているのです。2000年の歴史を遡行して、その中原の古都から日本とアジアの現代のありようを、漠としてですがみることができました。そして漠としてですが、ふたつの目標を得てきました。ひとつは平和裏での「アジアの共生」というか豊かさの共有で、もうひとつが「高齢社会」です。

2045年に、あと30年ほどのちに「平和憲法100年」を迎えますが、国際的な関心のもとで世界的なスタンディング・オベーションを受けて記念のセレモニーをおこなう。憲法9条は旗じるしですけど、その時まで「平和の証」としてのモデル事例として、「日本高齢社会」を達成しなければならない。そのときのために前田さんは必要な人のひとりです。それで3人の会に。

秋山：そうですか。ありがとうございます。外から励ましてくださる方がいてくださるのはたいへんありがたいことで。

『東大がつくった高齢社会の教科書』のこと

堀内：それにしてもあの濃い内容で多数の筆者がいる『東大がつくった高齢社会の教科書』はよく3月に出せましたですね。裏方のご苦勞を察します。わたしはすぐ書評のようなものを書いて、「月刊丈風」やe-mailで友人に紹介しました。その中で前田さんはいくつかの章を秋山先生とごいっしょに担当されていて、とくに「高齢者の暮らしとお金」の章では森の上の木の部分もしっかり書かれています。下の林の部分のデータをもっと取り上げてくれるよう要請しました。

それと先生、テキストでの「脱世代」がむずかしいですね。書き手が50～60歳代の研究者が中心ですから、どうしても自分たちにとっての「高齢社会」になる。高連協の堀田（力）さんたちのように前世紀末から活動しておられる方々は、1999年の「国際高齢者年」を60歳代で迎えて10年余を経て、みなさんいま70歳代になっており、いまのご自分たちの「日本高齢社会」をみている。秋山先生を含めてみなさんは20年後の2030年ころのご自分たちの「日本高齢社会」をみている。若い前田さんはもっと先の。それぞれがその立場でしっかりやればいいわけですが。

「リーディング大学院」で若手を養成

秋山：幸いにも今度「リーディング大学院」というプログラムに文科省から予算がついて、博士課程の5年間のプログラムを立ち上げることになったのです。これはかならずしも学者を育てるのではなく、官庁や自治体、産業界でグローバルな視点に立って高齢社会の課題を解決するリーダーを養成することが目的です。したがって東大のさまざまな研究科から選考された院生が各自の専門分野で博士号をとると同時に「ジェロントロジー」をいっしょに学ぶ。機械工学の人もいれば医学部の人もいる、経済や教育学の人もいるということで。毎年30人を採って、「ジェロントロジー」を共に学びます。そして外国にも6カ月、わたしが居りましたミシガン大学での研修、企業やストックホルム市役所など自治体でインターンシップを経験します。

堀内：1期生がうらやましい。そういうときの初代の1期生からはリーダーが出る。

秋山：前田さんにも入るようにいっています。

堀内：前田さんも可能なのですか。

前田：ええ、いま考えています。

秋山：もちろん、大学を終えて勤めたあとは「余生」という時代ではないですから、長い人生です。

堀内：横からになりますが、いまのお話を聞いておりますと、「ジェロントロジー」のなかに若い世代からの関心が活かせる「長寿社会」という概念が示唆されています。これまで高齢者による高齢者のための「高齢社会」というだけではなく、「長寿社会」なら子どもたちの問題でもある。

秋山：そうですね。わたしは「長寿社会」といっています。

堀内：先生は「テキスト」でそうおしゃっているし、若い人も含めた立場でしごとをなさっている。また一方で高連協代表の樋口（恵子）さんは、「人生100年社会」の初代をいい、現実に100歳をめざした社会のしくみの変革を進めておられる。その樋口さんは80歳を迎えていよいよお元気ですし、「100歳社会」は女性社会として顕在化しつつある。

一方の高連協の男性代表であられる堀田さんは、いま厚労省や地域包括ケアなどの方々を中心にして、元気なサラリーマン定年者が地域活動に参加できる「しくみ」の形成をめざしておられる。このことについては後ほどご意見をうかがうことにして、まずは戦後68年、戦後すぐに年間250万人が生まれた昭和22、23、24年の「団塊世代」700万人が65歳以上になって高齢者の仲間に加わりつつある。それに昭和21年は140万人と少ないですが、「平和の証」である高齢社会をいう場合に、戦後っ子である昭和21年生まれの人びとははずせない。

団塊世代は大きな資源

秋山：アメリカのベビーブーマーはもっと長期間を対象にしていますね。日本の団塊は3年ですけど。

堀内：ヨーロッパにもいますから、国際的な平和世代のつながりが必要と思います。両親から「もう戦争だけは」といわれて「平和な社会」を託されて育てられた。

秋山：韓国は朝鮮戦争を対象にしているのでベビーブーマーは若いですが、どこもそういう人たちの活躍する時代ですよ。活躍できるかどうか国の将来にかかわってきます。

堀内：日本の団塊世代がすこし不安なのは「マイホーム世代」でして、選択と競争で過ごしてきて内向的というか、家族には一生懸命ですが、あとは関心が遠くなる。

秋山：大きな人的資源ですからどう活かすか、わたしも注目もしていますし、団塊世代とも話しているのですが、選択肢がないからマイホームになっているという面もあるのです。会社人間としてやってきて、その情熱をもったまま定年退職している。むかし「人生50年」といわれていたころの60歳は、人間も枯れていて盆栽を手入れしてお迎えを待てばいいという時代でしたけれど、いまの60歳代は身体機能も認知機能も中年です。盆栽の手入れだけではエネルギーがありあまる。でも何をしたいかわからない。オプションがないのです。

堀内：能力を活かせずに資源になってしまっている。それが「社会のデフレーション（萎縮）」です。「経済のデフレーション」はその反映として。

秋山：そうだと思います。それが大きな課題で、その資源をどのように活用していくか。活躍の場があれば元気に生きられる。定年退職したら公民館で将棋を打つ、そういう時代は終わっている。

堀内：その通りです。「団塊の世代」がどう動くかで作られていく社会が、典型的な「日本高齢社会」になる。樋口さんや堀田さんの世代の「高齢社会」は、それより前の開拓者の姿としてある。

秋山：団塊世代の「セカンドライフ」の生き方は、あとにつづく人たちの基盤となって、逆戻りすることはないと思います。

堀内：そうそう前田さん、若い人への先人の関心でいいですね、「自分がその木蔭に憩うことのない木を植える」(W・リップマン)という意識が高齢者に必要だし、そういう実際の活動が大事だと思っているのです。団塊の人たちが家族にだけでなく、そういうふうに関わり動いてくれたら世の中違ってくる。

秋山：でもそれをいってしまうと団塊の人はついてこない。自分はそういう高尚なことなどできないとなる。柏(「長寿社会のまちづくり」構想)でもボランティア団体がいくつもあります。地域に貢献しようと思ったら、たくさんしごとのあるところですよ。でもどこのコミュニティでもそうでしょうが、参加する人はリタイアした人の10%、1割ですね。その1割の人はいろんなことをやっています。土日も予定が詰まっています、現役時代より忙しいと言います。残りの9割の人は元気だし、いろんな知識やスキルをもっているし、現役時代のネットワークなどもある。ところが地域に戻ると知り合いはいないし、名刺もない、何をしたいかわからない。行くところがない、話す人がいない。したがって、なにより外に出やすくするには、しごとが地元にあること。敷居を低くして、外に出てもらうと仲間ができて。

定年男性の地域参加が課題

堀内：秋山先生と方向は同じでしょうが、ここで堀田さんのお考えのことをお話したいのですが。つい最近、10月末に堀田さんをおたずねしてうかがったのですが、ご自分が「烽火をあげるつもりでやる」と強めにおっしゃっていました。その前の7月に、内閣府と高連協主催の「高齢社会フォーラム」がありまして、そこで堀田さんは、NPOは立ち上げた立場だけれどもいいところまできている。NPOのようにあるテーマで集まるのではなくて、身近な地域で自分の周辺での課題とむきあう。最近よく使われる「エイジング・イン・プレイス」ですか、その時は「地域リーダー」ということばを使っておいででしたが。

そのあとどういうことになりましたかとうかがいましたら、厚労省の局長をなさった方とかご自分が前に包括ケアでごいっしょにしごとをした人とか、女性もいましたが、そういう人たちに集まってもらって第1回の会合を11月4日にやるということでした。呼び名は「地域支援コーディネーター」に替わっていました。定年で地域に帰って、あるいは住んでいた地域で高齢期から終末期までを暮らす。サラリーマン定年者が地域参加する「しくみ」ができなければ、20年間自分がやってきた活動が完結しない。20年前に「さわやか福祉財団」をつくったときの約束を果たせない。

約束というのは、ボランティア5000、学生が200万、それにサラリーマン定年者の1000万人の社会参加。この最後のところが未達である。いまがそのチャンスで、その人たちが参加してくるために自治体に「地域支援コーディネーター」を、いまの「地域包括支援センター」の横に置く。そういう地域支援の組織をつくって1000万人のサラ

リーマン定年層が地域で活動する。それは有給にする。有給にすると男性サラリーマンは出てくる、とおっしゃっていました。わたしも大賛成ですし、意図されているところは正確に伝えないといけません、NPO・無給ボランティアとはちがったポジションで地域活動に出てきてもらう。その人たちが水玉模様のように重なりながらいろいろなテーマをもって仲間を動かす。自治体のなかでしごとをする。いま秋山先生がおっしゃっていたような技術者があつまって、しごとをつくる。こういうことは「シルバー人材センター」ではできない。

秋山：従来の「シルバー人材センター」ではできないでしょうね。

堀内：あそこへしごとを求めに行っている人のほうが、求めてくるしごとよりもはるかに優れた技術も知識を持っているのに活かされていない。

秋山：堀田さんとはごいっしょする機会があります。おっしゃっている地域に出て活躍してもらおうということ、その通りで、わたしどもも堀田さんと同じ方向を目指しています。団塊世代がリタイアして一番自然に地域に出やすいのはしごとです。まずしごとをつくらなければならない。敷居を低くすることで家から出てきてもらおうと、柏や他のところでしごとづくりをやっています。いったん出ると、しごと以外にもボランティアとかいろんなことをやりはじめます。ボランティアでいいのですが、そこに参加してもらう最初の手立てとして、いちばん家から出やすいのは地域で働けるしごとです。月水金の3日、2時間ずつとか自分で時間を決めて働く、わたしたちがプチワークと呼んでいるものです。

堀内：プチワークですか。

秋山：なにがしかの収入があれば、みんなでビールを飲みに行くこともできるし、生活にハリができる。リタイアした人の就業ニーズは多様です。いままでやってきたようなしごとをできれば地域でもつづけたい、まったく違うことをやってみたいというふうに、いろいろなニーズがある。いまわたしたちはセカンドフェーズとして、個々に対応できるようにしごとを地域でつくろうと計画しています。専門的なしごとは民間の派遣会社が事業としてまわしていける。なるべく税金を使わず、事業と民間で担ってもらうのがよいと思います。

柏市での「長寿社会のまちづくり」

秋山：これは講演の資料ですが、柏でおこなっている「長寿社会のまちづくり」の社会実験。そのひとつとして「セカンドライフ」の就労プロジェクトがあって、歩いていけるあるいは自転車でいけるとところに仕事場をつくって、自分で時間を決めて働く「セカンドライフ」の新しい働き方を開発しています。最低賃金をかならず支払う。

柏にいま9つの仕事場があります。農業、食、子育て、生活支援、介護支援など。地元の企業や学校法人、全国的な企業が事業主になっています。就労セミナーを開いて人を集めます。高齢者は自分で時間を決めて働く。常時就労シニアのプールがあります。農業では収穫期に何十人もの人手がほしい。すぐに対応できます。柔軟な雇用制度ですね。

堀内：それができるのは、やはり東大が優れた「地域支援コーディネーター」としての役割で加わっているという事情がある。

秋山：どこでも可能ですよ。たとえば2人分のフルタイムのしごとがある場合に、5人でチームを組んで、ジョブシェアリングで働く。自分の健康状態や孫の世話などを考慮して自分で時間を決めて働く。実際に働くことによって個人の身体機能や認知機能、人とのつながりが変わるのだということ証明したい。それで厚労省に政策提言していきたいと考えています。そのために筋肉量や認知度なども測っているのです。

柏は典型的なベッドタウンで、リタイアした人たちにはいろんなところで働いていた人がいますから、人材は豊富です。農業を知らない人は農業を教えてもらうのですが、農家には経営にあまり関心がない人もいます。経理をやっていた人は税金の申告手続きなど簡単なのでパッとやってみせる。農家の人はびっくりして、うちでもやってもらいたいということになって、経理の経験が活きてくる。一回外へ出れば、高齢者にとっていろんなチャンスがあるのです。

堀内：よくわかります。しかし柏が都市近郊であり、フレキシブルな対応ができる東大が参加しているという特殊性と一般性とがあって、他ではできないこともありますね。

秋山：わたしたちは都市と地方（福井）で「長寿社会のまちづくり」をやっています。なぜ柏を選んだかということ、平均的なまちであること。千葉県の前知事が「市川でやりなさいよ」と薦めてくださったのですが、聞いてみると、市川市はWHOの健康都市であったり、かなり先進的なんですね。市川だからできたといわれるのではないかと考え断念しました。

堀内：たしかに市川市だと優れて特殊な成功例になってしまう。

秋山：その点、当時、柏は普通のまちでした。そういう平均に近いところでできれば、うちでもできるよということになる。進めてきてプロジェクトがひと段落したところでマニュアルをつくった。それを使えば他のまちでもしごとづくりができる。どういう職場をつくるかはその地域にどういう資源があるかによって決まるので、まちによって違うものができる。鎌倉なら観光という資源がある。そこで工夫すればいい。

堀内：いまのお話からすると、柏の経験からこれならわたしのまちでもできるというマニュアルをつくった。しごとの創出にたずさわる人は、堀田さんの構想に重ねていけば、「地域支援コーディネーター」になるのでしょうかね。

秋山：わたしたちは「コーディネーター」を養成していて、そう呼んでいるんですよ。「コーディネーター」を養成するマニュアルをつくっている。柏のモデルを全国に広げようとすると、しごとをつくったり、マッチングする中間支援組織をどこが担うかが問題になります。そこでいちばんいい手立ては「シルバー人材センター」を改組してノウハウを移管することです。

ニーズに対応する「シルバー人材センター」の改組

堀内：「シルバー人材センター」の改組はすごい。これなら全国的。

秋山：「シルバー人材センター」は30年前の高齢者の就労ニーズにはうまく対応していたと思いますが、団塊世代のニーズには対応できていません。団塊世代にたずねると、リタイアしたら「シルバー人材」へ行って職をさがそうとは思ってもいない。実際に柏の「シルバー人材センター」にわたしたちの方式のコーディネーターを雇ってもらっている。それが「シルバー人材」の組織内でうまく機能するかどうか。いまくいかなければ、どこに課題があるのか、テストしているところです。

前田：近く「シルバー人材センター」の方と打ち合わせをします。

秋山：参加率は低く、さらに減少していますので、「シルバー人材」も厚労省も改善の必要があることは認識しています。

堀内：秋山先生は理屈でなく必ず成果をみてからなさる。どうすればいいのでしょうか。

秋山：柏の「シルバー人材」でいっしょにやってみて、成功したら県レベルに広げられます。全国の「シルバー人材センター」でやってみる。さらに有償無償のボランティアや生涯学習もふくめて、窓口を一本化して「セカンドライフ」のライフデザイン支援、「セカンドライフのコンシェルジュ」みたいな組織の構想を練っています。

堀内：この国の地域を元気にし、暮らしやすくしようという方向も構想としても、堀田さんといっしょですね。うかがった範囲では、堀田さんは全国規模での「しくみ」としてのスタートを考えているのに対して、秋山さんは成果の積み上げ型での拡大を考えておられる。そうわたしには思えます。

秋山：厚労省も高齢者の社会参加には強い関心があります。

地域生涯学習と高齢人材養成

堀内：「シルバー人材センター」の問題と同時に生涯学習の問題があって、就労と人材養成。高齢者の側からすればそれぞれの地域で高齢期をうまく暮らすための技術や知識を身につけて活かす。自治体の側からいえば、地域を活性化するための高齢人材の養成。60歳をすぎたらそこへ行って学んだり仲間を得たりする場。85歳くらいまでの現役人生のための糧を得る「たまり場」となるような。

秋山：地域に「高齢者大学」とかありますよね。あれは高齢者だけですけれど、生涯学習は中年の人とか、子どももいっしょに学べるほうがいい。地方都市の大学の多くが市外の狐や狸が出るようなところへキャンパスを移している。街に若い人がいない。人の生活が見えないところで勉強している。若い人にもよくないし、街にもよくない。一部分でよいから駅の近くにキャンパスを移して、地域を含めた生涯学習の場をつくる。

堀内：かつては兎追いしかの山でしたが、いまは狐も兎もいませんね。秋山先生は話の流れのなかで3つ4つ大事なことをおっしゃった。生涯学習の担当は文科省ですね。

秋山：そうですね。

堀内：いまおっしゃった生涯学習の文科省と高齢人材養成の厚労省と、タテ割りになるけ

れど、地域の現場で両立できませんか。これまで地域になかった65歳からの25年の高齢期人生のための居場所やしきみとして。

秋山：高齢者のイメージが変わってくると思います。「少子高齢化」のなかで元気な高齢者が増えるわけですが、その人たちが社会の支え手になると、高齢者のコンセプトが変わる。高齢者になると自由度がふえて貢献しようと思えばどこへでもいけるとか、リタイアするのが楽しみ、そういうふうな高齢者になることがたいせつです。

堀内：「老人」ということばが、年取って技術があつて知識があつて敬愛される「老練」とか「老師」か「長老」という褒めことばの意味合いを失ったのは、「高齢社会」のしきみの問題、対策が延滞していることの証です。それから「老人力」ということばは、高齢者が力を発揮するという一般的な使い方と逆な意味なんです。画家の赤瀬川源平さんと建築家の藤森照信さんがつくって使った意味合いは。戦後みんなががんばって働きすぎてきたことから、年取っていく自分の姿を認識しながらうまくクールダウンしていく能力のことなので、老人が力を出そうというのではなくて、逆に「がんばらない」ことを自分で認めていこうという。そういう意味で使っています。

秋山：自己認識の力ですね。それでも高齢者は能力いっぱい、元気で長生きしていますよね。そういうことから考えると、自己分析して自分が果たす役割は何かを考えて生きるのはいいですね。そういう意味ですよ。

堀内：そういう意味です。でも、いまは潜在力を出さないといけない。その意味で「老人力」がつかえないので困ってしまう。

メディアの関心は「認知症」か「要介護」

秋山：高齢期が長くなったから、いままでのような高齢者を老人というふうにはひとくくりにはできない。60歳代の人と90歳代の人とを同じ「老人」というふうにくくってしまうと、おかしいことになりますよね。

堀内：はい、その通りです。それが若い人の現場にあるので、マスコミは「老人」というと「認知症」の記事を書く。

秋山：「要介護」のこととか。

堀内：「高齢化」の課題ではあるのですが、そこにしか関心がいかないのです。マスコミは一様にそうですね。65歳以上の高齢期の高齢者をひとくくりにしてしまう。健康な高齢者に対する関心が乏しい。

秋山：先輩として忠告してください。

堀内：残念なことですが、9月15日の「敬老の日」の全国紙3紙を開いて、今日は何の祝日だったっけというほどの紙面でした。一面で「高齢化率」が25%、4人にひとりになったことを伝えたのは1紙だけ。社説で書いたのが1紙、3面の本文記事だけが1紙。あとはバレンタインのホームラン新記録の記事ばかりで「バレンタインデー」でした。これが「敬老の日」の新聞ですかと、即刻、電話をしておきました。前田さん、9月14日

の駒場の「検定試験の日」に取材にきたのも1紙だけでしたよね。

前田：新聞社はもともと関心が薄いですね。

秋山：取材が少ない社もありますね。

堀内：おふたりの声をきびしく聞いて帰ります。

秋山：メディアは高齢者のステレオタイプを醸成する記事を書く、「認知症」「要介護」のことばかりを書く。こういう人は1～2割です。65歳以上の人の9割近くが自立して暮らしている。そのところの認識を変えないと、いつも「認知症」と「要介護」。そこに課題があることは事実ですが、そこだけを取り上げる。メディアが高齢社会の全体像を正確に把握して報道しないと、国民をあやまった方へ導いていくと思いますね。

堀内：その通りなのですが、しごとをしている50歳代の記者やデスクはやっぱり「現役」なのです。「現役」という意味は、30代、40代の若いほうをみていて、60代、70代には背中をむけてしごとをしている。

秋山：ムリもないことですね。いままでの教育は若い人にそういう教育をしてこなかったですし、「ジェロントロジー」や「人生90年」ということばを人が口にするようになったのも、ごく最近のことですから。90年を元気で生きることの意味を若いうちから理解していかななくてはならない。ですから今度の「リーディング大学院」では官庁やメディア、企業で活躍する若い人をしっかり教育したいと思います。

堀内：実現への一歩としてすばらしい。

ああいう国になりたいという国がつかれるか

秋山：日本がほんとうに尊敬される国になるためです。産業界にとっても大きな市場があるのです。中国やインド、インドネシアなど、膨大な人口をかかえている国が、5年、10年、15年遅れて同じ問題に直面します。そういうときに医療の小さいデバイスをつくって売るだけでなく、長寿社会の課題を世界に先駆けて解決して、長寿社会対応のしくみを輸出する、これは産業界にとってすばらしいチャンスですし、世界から尊敬される国になります。

堀内：とくに次の世代、次の国々がああいう国になりたいという成功事例への、そのプロセスをつくる時期にある。日本型のものをつくる。いまそう考えて実現しないといけない。

秋山：日本をみて、ああいう国になりたい、という国をつくりたいですね。

堀内：前田さん、いまの秋山先生の発言は後人としてメモする必要がある。

前田：ええ。

堀内：逆に日本みたいな高齢社会はダメだよといわれたのでは。ですから具体的にお話をうかがってきて、東大の高齢社会総合研究機構の構想やしごとの内容を、高齢者がもっと知らなければと思いますね。「人生90年時代」の人生のモデルというか、65歳から寿終のときまで、どういうステップで生きていけばいいのか、そのモデルがない。70歳のときはおよそこうなる、80歳にはおよそこうなる、こういう人たちがそのステージでこう

いうことをやっているというモデルがあれば、自分なりのステップを踏みながら自分の人生を計画できる。そういう意味で真っ暗闇の足元を照らすことができる。

秋山：けれども、いまおっしゃった考え方に固執すると、「人生五十年」のときのようなワンパターンの生き方、たとえば平均寿命60年のころは、大学を出て就職して定年までつとめて、子どもを2、3人産んで、あと平均5~6年の「余生」を生きてお迎えがくるという「まともな人生」、「幸せな人生」を送る。

そこから何らかのかたちで外れると、たとえば結婚しないとか、結婚したけれど子どもを産まないとか、就職したのにやめるとか、そういうことはルールから外れることになる。外れると本人に「欠陥がある」と思われてしまう。25までに結婚しないとオールドミスといわれる。

堀内：「人生90年時代」を内閣府が出してきても、「人生100年」をいう樋口さんにすれば「人生90年」は男性型。平均寿命の男女差7歳があつて、実際にそこに近い86歳の女性には実感があるのに、79歳の男性は90歳への道も遠い。男性の論客は100年まではいえない。

秋山：それぞれの人が、最終的には本人の選択の問題として自分の人生を設計していくという時代になってきている。65になったから70になったから何をするというルールはつくれない。多様なライフデザインがある。自分の能力を最大限に活用して、自分の価値観によって決定していく。途中での修正も可能だし、二毛作、三毛作人生も可能。これからは自分の人生を設計して生きていく能力を身につけるよう教育することが必要だと思うんですよね。いままでは60歳ころまではルールがあつたけれど、そのあとのルールをつくって生きてゆくのではなく、子どもの時から各人が90歳くらいまでの人生設計をする。

20代でも30代でも、常に人生設計をして危機管理をやりながら、修正が必要というところで先をみて修正できる能力、いくつになっても自分で軌道修正して生きていく能力をつけることが大事です。ルールの先をつけ足すということではない。

堀内：それはよくわかります。ルールではなく、里程標というか、およそこのあたりにいるのだという確認です。「余命」という見方にも意味はあると思います。70歳の男性の人と話したのですが、「余命」だと15年あつて85歳。あと15年？というあまり長くもない。そこから85歳の人にはまた余命が6年ほどある。だから平均よりも健康保持ができてきている人なら、21年の余命+余命があつて91歳になる。それならおよそ90歳をめざした計画設計をしよう。

長寿を生き抜く能力を身につける

秋山：ルールは敷けない。そこを生き抜く能力を身につけることが大事です。

堀内：先生のおっしゃっているルールに乗らない個人の設計修正の能力と「余命」意識とはどう理解すればいいのかな。先の見えない「余生」とはとちがう「長命現役」といったひたむきな生き方があつていい。

秋山：いまは一応、「定年」というものがありますから、そこまでのルールがあって、そのあとは「セカンドライフ」といっていますよね。わたしはもともと「セカンドライフ」という言い方もおかしいと思っていて、「定年」も不必要だと思っています。「定年」までがはじめのライフで、そのあとが「セカンドライフ」という考え方ではなくて、初めから一人ひとりが90年の人生を設計して生きていく能力をつけることがたいせつです。

堀内：それですね、わたしとしては秋山先生からそのところをうかがえてよかったです。子どものときから「長寿社会」を考えることが基本であることが解りました。本来の一貫した人生の高齢期であること。

秋山：「余生」ということばは今は使わないし、「セカンドライフ」ということばも死語になるでしょう。

堀内：そこでひとつ問題なのは、高齢期の「人生の不安」とそれを担保するための貯蓄との関係なんです。「団塊の世代」の人たちについて、さきほど先生はオプションがないからおっしゃっていて、その通りだと思います。前田さんが担当されたテキストの「高齢者の暮らしとお金」の中で、たしか高齢者の平均貯蓄が1600万円とか2200万円とかいわれている。それと年金でどこまで生きるかわからない自分の先行きの人生への不安を支えることになる。不安が解消されないために貯め込んで離さない。将来、有訴期から介護、医療、終末期へとすすむ高齢期の安心が保てない。安心であれば貯めるのではなくて、高齢期の人生設計に投入できる。高齢期の「社会保障」がどうなるかわからないから若い人は不安になる。いま先生のおっしゃったことと重ねあわせると、これは個人の能力とは別の課題としてある。

秋山：もちろんそうです。「社会保障」は、ある程度はおカネをかけてきっちりやるべきだと思います。

堀内：その問題が納得できれば前向きに生きられる。

秋山：自分の人生を最後まで安心して過ごすために3000万とか5000万を貯めることに全力をかけることもないわけで。そういう人生ではない人生があります。

堀内：そういうことで若い人は悩んで暮らしています。

秋山：現実はそのですけど、「社会保障」を整備して安心して生活ができる。医療や住むところに心配がない社会にして、その上でみんなが自分の能力を最大限に生かす人生設計をする。

堀内：そうでなければ100歳まで生きるつもりでも安心して生きられない。そのためにもうひとつ、男性は長寿のひけつを女性から学ばなければ、女性に負担を掛ける。ご夫婦いっしょに助け合いながら終われない。前田さん、いま「100歳社会」は女性社会ですよ。5万人のうち4万6000人までが女性であること。

秋山：100歳まで生きることが特にいいことだとは思っていません。元気で自分が納得する人生を生きられれば、それが70年であっても80年であってもいいと思うんですね。

堀内：そうですね。その通りですが、でも生きてしまう。

秋山：わたし自身、できるだけ長く生きたいとは思っていません。やりたいことをやりたいとは思っていますけれど。それがある程度できたら、次のページにいてもいい。

堀内：その点では「人生100年」をいう樋口さんとはどう折り合うのですか。

秋山：樋口さんもそうお考えだと思いますよ。女性の平均寿命はすでに86年です。現実問題としては100年を生きる可能性はあります。そこまでは生きられる社会のインフラはつくっていかねばなりません。

堀内：樋口さんが「100年社会」をめざすというのはそのことだと思います。そこにむかって生きやすい社会を用意する。

秋山：そのための心構えは、子どものときから80歳になってもきちんと歩ける体力をつくっておく。若い時に「こんにやくダイエット」などして骨が弱い、そんなことではダメですね。子どものときから、長寿時代にむかって努力していかねば。90まで生きてもおカネの心配がないように年金をおさめておく、人のつきあいもメンテナンスに努力しておくことが必要です。65歳になってからではなく、子どものときから90か100歳まで生きる可能性を考えて、教育していかねば。小学校の教材の中にとりいれるよう進言しています。国語のものがたりに高齢者の話を取り上げるとか、算数の応用問題に年金の計算の仕方をいれるとか、現実的な問題として高齢期の生活課題を子どものときから考える。

堀内：おっしゃる通りです。わが国は急速に高齢化が進んでいるので、それぞれの立場の人たちが全力をあげてやらないと間に合わない。国連が「新世紀の潮流」として対応を呼びかけている「高齢化」問題は、高齢者だけではなくすべての世代にかかわることで、国際的な先行国としてそのモデル事例を求められています。なかでも知識と技術と資産をもっている高齢者が、それぞれの潜在力を活かして、「歴史になかった社会」をこしらえる。すくなくともそういう方向へむかっていると納得できる社会であることが大事ですね。

止

◎長寿社会のまちづくり 東京大学高齢社会総合研究機構

www.iog.u-tokyo.ac.jp/research/data/110628_kashiwa-toyoshiki.pdf

◎ほん 『東大がつくった高齢社会の教科書』 検定公式テキスト

[東大がつくった教科書 aaa](#)

検定 第1回『高齢社会検定試験』9・14が実施される

[高齢社会検定試験 0914](#)

