

これは全章の目次・見出しです。
ご希望があれば、章ごとの内容を提供いたします。

円熟人生への三十章句

「未踏の九〇年への手がかり」

「高齢期を豊かにする起業のススメ」

筆名 堀 亜起良

元『知恵蔵』編集長 堀内正範 著

はじめに

「中流九割」が二〇年で「下流老人」となる *責任は「高齢社会対策担当大臣」に

一章 「非を飾る」若者たち

「好事門を出でず、悪事千里を行く」世相 *強い悪事菌が弱い好事菌を食らう

「不幸な体験だっと思ってみたい」若者たち *「もう時代に関わらない」という高齢者

若年化・女性化・IT化が優先する *「T娘はTオンチの親父を軽蔑視

二章 かあさんは許さない

かあさんは許さない *「亜流歴史劇」再演のプロローグ
「良妻賢母」に育てられて *大正生まれの母たちの人生
「大正生まれ」の歌 *働きずめに働いた人びとの本音

三章 中堅社員のシニア批判

いま高齢者の貯蓄増って何だ *現役のにぶい賃金上昇の横で
世代間に亀裂がひろがる *移譲できない高齢者資産
かつては功いまは罪の「急流勇退」 *「いさぎよい隠退」は知識・技術の持ち腐れ

四章 「貯蓄ゼロの日」へのカウントダウン

「隠退ウーピーズ」(豊かな高齢者)として *「一陽来福」型の高齢者層
「ほどほどの赤字人生」が男の美学 *「先憂後楽」型の高齢者層
「貯蓄ゼロの日」へのカウントダウン *「戦々兢兢」型の高齢者層

五章 「引退余生」より「現役長生」がいい

「加齢」が価値である端麗な社会 *未達成は「高齢化対策」の延滞による
「高齢社会対策大綱」を一年ぶり改定 *史的構想力ある政治リーダーが不在
「人生六五年」から「人生九〇年」へ *新たな「成熟十円熟」社会をつくる

六章 成熟十円熟期に「丈人力」を活かす

「丈人力」とは *人生の「自己目標」を実現する潜在力
「がんばらない」と「がんばる」と *交々に用いる「老人力」と「丈人力」

歴史をつくる劇的な実感 *「昭和丈人層」の暮らしの実績が歴史に

七章 長寿を愛しむ三つの流儀

「高齢化」を意識し晩年期に配慮 *長寿時代の「G型ライフサイクル」
「高年後期」からの変化に要注意 *「七十古希」から「百齡眉寿」へ
同年配の仲間と「賀寿期」を過ごす *「賀寿期五歳層」のハステージ
家庭内「雑事」が長寿のもと *「体・志・行」の「ケア三元カテゴリー」

八章 「MY・」がないマイホームで

アノ人とかヒカラビてる人といわれて *マイホームパパとママの憂鬱
「ヒツペガシ娘」 v s 「ツカエナイ親父」 *総理まで女性と若者に肩入れする
家庭内ホームレスの予感 *どうする家庭内の孤立パパ

九章 マドギワに居場所をすえる

「しあわせ家族」は外にある *CMがことば巧みにそそのかす
マドギワに「MY・チェア」をすえる *即座の効用は不在時の存在感
座右のモノ同士のモノ語り *専用品をつなぐ暮らしの動線
一日の課題を「八方時刻」に振り分ける *三時間に一課題を成し遂げる

一〇章 宙に浮いたままの「暮らしの知恵」

「エンブレイネスト家族」の孫育て *近居・隣居より同居が本来型
「実家依存症」といわれても *M字でなく真一文字型の女性就労
「三同同（三世代同等同居）型」住宅 *メーカーが高齢化で配慮くらべ
暮らしの知恵を次の世代に *「うちのジージがね」と自慢するジュニア

一章 「MADE IN JAPAN」のゆゑ

「サンパク以後（三八九一五）」は片下がり * 経済的・社会的デフレーション
九割中流という近似「大同社会」 * 社会主義的平等主義的自由経済の国
「MADE IN JAPAN」のゆゑ * 丈夫で長持ちする優良中級品が国際評価
伝家の宝刀は社員・社友の「和の来歴」 * 日本型マネジメントによる新企業樹形

二章 途上国産の日用品に囲まれて

アジア開化で「途上国産品」がニッポン乱入 * モノの豊かさの共有を実感
家庭に「百均グッズ」・職場に「非正規社員」 * 途上国日本化による日本途上国化
海外製品が安価・粗悪から脱するとき * 「足踏み」して待った熟練技術者が動く

三章 頼れる国産・地産品が再登場

やや高の優良国産・地産品が再登場 * 生産部門より流通部門から対応がはじまる
「エイジノミクス」が経済を上支え * 国民の「成熟十円熟」力がGDPを拡大する
アメリカ型「成果主義」の成果は限定的 * 「新終身雇用」と「新年功序列」で勝ち組に
禍中からサバイバルする日本型企业 * オールエイジズの新製品企画が契機に

四章 和風回帰のキイは「季節感」の共有

「二五年〓百季」との豊穰な出合い * 「双暦」で一年と四季を折節の基準に
「四季カレンダー」と「床の間春秋」 * 屋内に四季を取り込むしかけをつくる
祭事・歳事・催事を心待ちする * 季節の気配をとらえる「季語」は文化資産

五章 春秋まわり舞台で衣食住を演出

モダン変容する「地域和装」 * 地域の季節に融和する和装で街をゆく

「ローカル街着」の国際性 * 反パリコレの和装ファッション

「自作旬菜料理」で知友をもてなす * 「厨在丈人」必携の銘入り出刃一丁
特性と四季の風がかがよう家居 * 「地域和風住宅」と「四季通風住宅」

一六章 まちの中心街は「三代四季の情報源」

変幻自在な商品流通のターミナル * 夜はコンビニの明かりが頼り

商店街は「モノと暮らしの情報源」 * 「地域の顔」も店じまいしたシャッター街で

「口楽文化人」のたまり場 * 「歌う、しゃべる、食べる」(うるる)カラオケ三楽

一七章 「歩行生活圏」に日々通う

「歩行生活圏」と「車行生活圏」 * 歩行圏の中心街に集う高齢者と子ども

「三代四季型中心街」で憩う * 日課として「買い物＋遊歩空間」に通う

「二五年〓百季」のわが庭を公開 * 「地域の季節」をみんなで楽しむ

一八章 「エイジング・イン・プレイス」で暮らす

夜空に舞うホタルの光は * なつかしいものを想い出させる

「現風景」に重ねる「ふるさと原風景」 * Uターンする人びとの願い

「ニシキ族」より「キキヨウ族」 * 子や孫も暮らせる「ふるさと創生住宅」

横並びの均衡、横比べの特性 * 「均衡ある国土」の上に「特性ある地域」を

一九章 高齢社会活動の先行事例

持続可能な都市をつくる * 内閣府の「未来都市構想」

新しい高齢社会のデザイン * RISE「高齢社会領域15プロジェクト」

未来のあるべき社会像 *プラチナ構想ネットワーク「プラチナ大賞」

二〇章 「新・地域ブランド品」で全国制覇

「地域特性」が息づくまちづくり *みんなでつくる「新・地域特産品」
全国制覇 「地域ブランド品」を競い合う *農業の「六次産業化」とご当地グルメ
三世代の意欲的企画の合流点 *「三世代ふれあい館」なんていいね

二一章 わがまち独自の「地域助け合い」

「地域協議体」が地域活動の拠点に *自治体ごとに「生活支援コーディネーター」
「(仮) 地域住民シニア会議」がイニシアティブ *近隣市町村との較差を表現する
助け合い推進力が持続可能性を証明 *新時代の地域社会を実現する

二二章 朋友+生きがい+まちづくり

明治・昭和「大合併」では人材養成 *「村立尋常小学校」と「町立新制中学校」
市立(公立)「高年大学校」を新設するとき *地域が求める高齢人材を養成
生涯の友と生きがいカリキュラムを学ぶ *まちづくりに知識・技術を活かす
子は昼に親は夜に同学の談論風発 *地方大学は施設・教師の「多重活用」で生き残り

二三章 「人生の達人」としての八面玲瓏

パソコンで「八面玲瓏」と書こうとしたら *「れいろう」でなんと「冷老」と出た
意識はなお未熟か半熟のまま *自己実現があやうい「人生九〇年」のステージ
高齢者はすべて「社会の被扶養者」である *みんなで渡った「霞が関の赤信号」
ライトを浴びる「平和団塊」の生活力 *「余生」より「長生」型人生の「主役」として

二四章 ひとりの住民・市民として

熟成期をすぎず「地域シニア文化圏」 *何十万という水玉模様が存在のかたち
涌出期にある高齢者の社会参加活動 *各界でリードする「昭和文人層」の人たち
シルバー&シニア&エージング *多種多様な力タカナ名の活動団体

二五章 ひとりの国民として

ああいう国になりたいという国の姿 *さまざまな立場の高齢社会構想
「日本高齢社会グランドデザイン」を掲げる *各界リーダーの構想力を総動員して
「高齢社会対策基本法」制定二〇年の総括 *内閣府に対策担当の専任大臣を置く

二六章 ちよつとばかり国際人として

国民性としての「ホスピタリティー」 *自然にあふれ出る「おもてなし」の心
外国人リピーターを増やす四季型接客法 *六一位の小国を四倍に見せるアイデア
「1999国際高齢者年」のメッセージ *国連の「高齢者のための五原則」が指針

二七章 不戦不争の灯かりを伝えて

「戴白の老も干戈をみず」という七〇年 *戦禍を胸に収めつづけた戦後平和の日々
芯柱に「善く戦う者は怒らず」を据える *「第三回高齢化世界会議2022」を招致
不戦不争の灯かりを伝えて *「平和憲法」施行一〇〇年を国際的に祝う

二八章 そして「寿終正寝」(天寿)を全うする

世界トップで「長寿社会」の達成をめざす *すべての世代の国民が等しく力を発揮
八面玲瓏の「高齢期人生」 *「老中八策」の一つひとつを日一日の指針として
「寿終正寝」(天寿)を全うする *自己実現をし尊厳をもって円熟エンディング

おわりに

二〇〇〇年の歴史を遡行して * 洛邑で得たふたつの目標

止