

はじめに

私たち日本人の平均寿命は年々延び続けています。身近に 90 歳を過ぎてもお元気な方がいらっしゃるのではないのでしょうか。私たちはすでに、人生 100 年時代の扉を開きかけているのです。

日本人が昔から受け継いでいる和食文化は、欧米に比べると健康的だといわれています。さらに、近年の医療技術の進歩で、治療できない病気は以前に比べ減ってきました。このような状況から、日本人の寿命は延びているのです。今はまだ実感がわからないかもしれませんが、おそらく私たちは、健康さえ維持できれば 100 歳の壁は簡単に越えることができるでしょう。

私たちに与えられた人生の時間が増えるということは、あらゆることを考えていかなければならないということです。健康はもちろん、働き方、モノの持ち方、人間関係の築き方など、これまでの意識を変えていく必要があるかもしれません。特に、働き方の意識改革は誰もが必要になってくるでしょう。なぜなら、現在の一般的な定年年齢が延長する可能性があるからです。また、長くなる生涯時間を有効活用しながら収入を得るために、スキルアップしたり、自分の強みを磨いたりすることも大事になるでしょう。それに、生きていくうえで欠かすことができない「お金」についての正しい知識を身に付けておく必要があります。長生きするということは、それだけ必要なお金が増えるということです。

もしかしたら、将来のために多くのことを考えるのは面倒だ、今まで通りでいいと思われるかもしれません。しかし、同じ人生を歩むのであれば、健康的で、好きなことを楽しめて、有意義に過ごせる人生にしたいと思いませんか？ 今のうちから、自分の身の回りのことやお金のことなど、人生のうえで必要な知識を身に付けておけば、「生きていくのが楽しい」と思えるくらい充実した人生が送れるようになるに違いありません。

本コースでは、人生 100 年時代を生きていくために必要なお金の知識をはじめ、働き方、価値観の変化、生活の知恵などをわかりやすく解説しました。このテキストに書かれていることを理解し生活に取り入れることで、充実した人生を実現することができたら幸いです。最後までじっくり取り組んでみてください。

前佛 朋子・小澤 知也

目次とスケジュール

さあ、それではテキスト学習に入ります。途中で投げ出したりしないために、計画を立ててから取り組みましょう。自分自身のペースに合わせて無理のない計画を立てましょう。

1日2項目を学習するのが平均的なスケジュールです。

は、診断で間違ったところやこれは特に重要だ、覚えておきたいという項目をチェックするために使います。

章	内 容	P	予定日	終了日
1	人生 100 年時代とは	10		
	<input type="checkbox"/> 1 世界一の長寿国	10	/	/
	<input type="checkbox"/> 2 さらなる長寿化の時代へ	11	/	/
	<input type="checkbox"/> 3 長寿化がもたらす正の財産	12	/	/
	<input type="checkbox"/> 4 長寿化がもたらす負の財産	13	/	/
	<input type="checkbox"/> 5 将来の生活費は自助努力で準備する	14	/	/
2	人生 100 年時代の新しい価値観	15		
	<input type="checkbox"/> 6 ライフスタイルの変化	15	/	/
	<input type="checkbox"/> 7 学習の変化	16	/	/
	<input type="checkbox"/> 8 仕事の変化	17	/	/
	<input type="checkbox"/> 9 介護の変化	18	/	/
	<input type="checkbox"/> 10 老後の変化	19	/	/
3	人生 100 年時代の働き方①	20		
	<input type="checkbox"/> 11 勤続 50 年が当たり前	20	/	/
	<input type="checkbox"/> 12 共働きが当たり前の世の中へ	21	/	/
	<input type="checkbox"/> 13 多世代が集まる職場で働くということ	22	/	/
	<input type="checkbox"/> 14 テクノロジーが職を奪う時代	23	/	/
	<input type="checkbox"/> 15 人にしかできないことに価値を見つける	24	/	/
4	人生 100 年時代の働き方②	25		
	<input type="checkbox"/> 16 自分の強みを見つけて活かす	25	/	/
	<input type="checkbox"/> 17 スキルアップのための自己投資	26	/	/
	<input type="checkbox"/> 18 仕事で生きるコミュニケーション能力	27	/	/
	<input type="checkbox"/> 19 良好な人間関係は宝物	28	/	/
	<input type="checkbox"/> 20 意識改革で前向きに働く	29	/	/
5	幸福度を高める 4 つの要素	30		
	<input type="checkbox"/> 21 幸福度を高める 4 つの因子とは？	30	/	/
	<input type="checkbox"/> 22 つながりと感謝「ありがとう」	31	/	/
	<input type="checkbox"/> 23 前向きと樂觀「なんとかなる」	32	/	/
	<input type="checkbox"/> 24 独立とマイペース「あなたらしく」	33	/	/
	<input type="checkbox"/> 25 自己実現と成長「やってみよう」	34	/	/

目次とスケジュール

章	内 容	P	予定日	終了日
6	人生に潤いを与える余暇時間の過ごし方	35		
	<input type="checkbox"/> 26 増える余暇時間をどう過ごすか	35	/	/
	<input type="checkbox"/> 27 自分のやりたいことを棚卸してみる	36	/	/
	<input type="checkbox"/> 28 スキルアップと学びのための時間	37	/	/
	<input type="checkbox"/> 29 地域活動でネットワークを広げる	38	/	/
	<input type="checkbox"/> 30 余暇時間のために使えるお金	39	/	/
7	モノを持たない生活	40		
	<input type="checkbox"/> 31 モノを持たない生活のメリット	40	/	/
	<input type="checkbox"/> 32 後悔しない持ち物の減らし方	41	/	/
	<input type="checkbox"/> 33 必要以上は持たない「適量管理」	42	/	/
	<input type="checkbox"/> 34 生前整理のススメ	43	/	/
	<input type="checkbox"/> 35 パソコン・スマホのデータを整理する	44	/	/
8	いつまでも健康で過ごすために①	45		
	<input type="checkbox"/> 36 仕事への弊害が生じる健康格差	45	/	/
	<input type="checkbox"/> 37 人生を楽しむための基本は「健康」	46	/	/
	<input type="checkbox"/> 38 栄養バランスの取り方	47	/	/
	<input type="checkbox"/> 39 腸内環境の改善	48	/	/
	<input type="checkbox"/> 40 健康食品を取り入れる	49	/	/
9	いつまでも健康で過ごすために②	50		
	<input type="checkbox"/> 41 健康のための体重管理	50	/	/
	<input type="checkbox"/> 42 若いうちからできる運動	51	/	/
	<input type="checkbox"/> 43 高齢になるまでに身に付けておきたい運動習慣	52	/	/
	<input type="checkbox"/> 44 歯と口の健康を維持する	53	/	/
	<input type="checkbox"/> 45 嗜好品が身体に与える影響	54	/	/
10	病気やケガで働けなくなったら	55		
	<input type="checkbox"/> 46 就労不能になるかもしれない病気	55	/	/
	<input type="checkbox"/> 47 働けなくなったときの国の保障	56	/	/
	<input type="checkbox"/> 48 自分で備える医療保障	57	/	/
	<input type="checkbox"/> 49 就労不能時の生活費をカバーする保障	58	/	/
	<input type="checkbox"/> 50 闘病生活を支える家族の役割	59	/	/
	<input type="checkbox"/> 添削課題		/	/

目次とスケジュール

章	内 容	P	予定日	終了日
11	年金の基礎知識	62		
	<input type="checkbox"/> 51 公的年金と私的年金の違い	62	/	/
	<input type="checkbox"/> 52 国民年金のしくみ	63	/	/
	<input type="checkbox"/> 53 厚生年金のしくみ	64	/	/
	<input type="checkbox"/> 54 企業年金のしくみ	65	/	/
	<input type="checkbox"/> 55 私たちの年金を運用する GPIF	66	/	/
12	年金の未来像	67		
	<input type="checkbox"/> 56 漫画「サザエさん」で考える未来像	67	/	/
	<input type="checkbox"/> 57 個人（私的）年金の必要性	68	/	/
	<input type="checkbox"/> 58 個人（私的）年金のしくみ	69	/	/
	<input type="checkbox"/> 59 個人型確定拠出年金	70	/	/
	<input type="checkbox"/> 60 変額個人年金のしくみ	71	/	/
13	自助努力による資産形成	72		
	<input type="checkbox"/> 61 退職後の生活を考える	72	/	/
	<input type="checkbox"/> 62 時間とのつきあい方で利息は変わる	73	/	/
	<input type="checkbox"/> 63 「72 の法則」で資金計画	74	/	/
	<input type="checkbox"/> 64 インフレ時代にふさわしい資産形成	75	/	/
	<input type="checkbox"/> 65 少額から始められる資産形成「ドルコスト平均法」	76	/	/
14	生命保険の基礎知識	77		
	<input type="checkbox"/> 66 3つの生命保険	77	/	/
	<input type="checkbox"/> 67 定期保険の特徴①（個人保険版）	78	/	/
	<input type="checkbox"/> 68 定期保険の特徴②（法人版）	79	/	/
	<input type="checkbox"/> 69 養老保険の特徴	80	/	/
	<input type="checkbox"/> 70 終身保険の特徴	81	/	/
15	将来の支出を減らすために今やっておきたいこと（資産形成の考え方）①	82		
	<input type="checkbox"/> 71 目的別にお財布を分ける	82	/	/
	<input type="checkbox"/> 72 「短期」というお財布	83	/	/
	<input type="checkbox"/> 73 「中期」というお財布	84	/	/
	<input type="checkbox"/> 74 「長期」というお財布	85	/	/
	<input type="checkbox"/> 75 「終末期」のお財布	86	/	/

目次とスケジュール

章	内 容	P	予定日	終了日
16	将来の支出を減らすために今やっておきたいこと（資産形成の考え方）②	87		
	<input type="checkbox"/> 76 家計の現状を知る	87	/	/
	<input type="checkbox"/> 77「お金を増やす」方法を見つける	88	/	/
	<input type="checkbox"/> 78「お金を減らさない」方法を見つける	89	/	/
	<input type="checkbox"/> 79 人口減少がもたらすリスクへの対処方法	90	/	/
	<input type="checkbox"/> 80 ドルで資産を形成する意味	91	/	/
17	離れて暮らす親を見守る	92		
	<input type="checkbox"/> 81 親の安全な暮らしを支える方法	92	/	/
	<input type="checkbox"/> 82 親の財産に関する書類の保管場所を知っておこう	93	/	/
	<input type="checkbox"/> 83 お金の管理が心配になったら	94	/	/
	<input type="checkbox"/> 84 離れて暮らす親を扶養家族にする方法	95	/	/
	<input type="checkbox"/> 85 介護施設について調べておこう	96	/	/
18	家族に介護が必要になったらどうする？	97		
	<input type="checkbox"/> 86 親の介護が必要になったら	97	/	/
	<input type="checkbox"/> 87 公的介護保険制度とは？	98	/	/
	<input type="checkbox"/> 88 認知症の種類と特徴	99	/	/
	<input type="checkbox"/> 89 長谷川式認知症スケールとは	100	/	/
	<input type="checkbox"/> 90 介護難民の現状	101	/	/
19	相続税と贈与税について	102		
	<input type="checkbox"/> 91 相続税の基礎知識	102	/	/
	<input type="checkbox"/> 92 遺産分割と納税について	103	/	/
	<input type="checkbox"/> 93 自宅から離れている実家を相続した場合	104	/	/
	<input type="checkbox"/> 94 贈与税の基礎知識	105	/	/
	<input type="checkbox"/> 95 生前贈与について	106	/	/
20	終活について考えてみよう	107		
	<input type="checkbox"/> 96 終活はいつ始めたらいいのか	107	/	/
	<input type="checkbox"/> 97 エンディングノートを書いてみよう	108	/	/
	<input type="checkbox"/> 98 遺言書について知っておこう	109	/	/
	<input type="checkbox"/> 99 デジタルデータはどうすればいい？	110	/	/
	<input type="checkbox"/> 100 忘れてはいけないネット銀行の情報について	111	/	/
	<input type="checkbox"/> 添削課題		/	/

第1章～第10章

人生100年時代の働き方と価値観の知識編

世界一の長寿国

学習のポイント

POINT 1 日本は昔から世界一の長寿国というわけではなかった。

POINT 2 寿命には食生活と医療が密接に関わっている。

世界保健機関（WHO）が発表した2016年版の「世界保健統計」を見てみると、2015年における日本の平均寿命は男女平均83.7歳で世界1位（WHO加盟国194の国と地域が対象）となっています。統計データで確認できるだけでも、20年以上日本は長寿世界一を誇っているのです。

そんな日本も、昔は長寿国ではありませんでした。厚生労働省のデータによると1950年、日本人の平均寿命は男性58.0歳、女性が61.5歳でした。「人生50年」が現実となるのは1947年のことで、それまでの日本は現在と比べて短命の国だったのです。

戦前の日本は結核、肺炎、脳血管疾患などが猛威をふるい、乳幼児や20歳未満の若者の多くが感染症で命を失っていききました。これが原因となり日本の平均寿命を引き下げているのです。また、当時の食事は主に高塩分・高炭水化物・低植物性タンパク質というパターンでした。それゆえ身体の抵抗力が弱く、ましてや抗

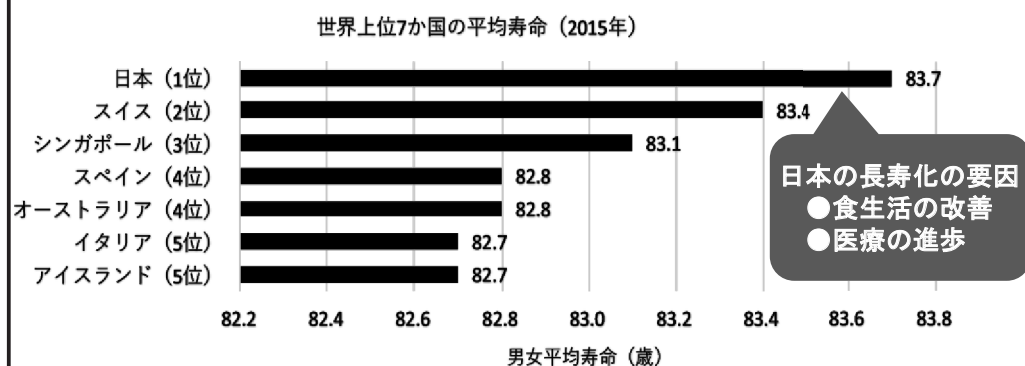
生物質などの医薬品もない時代に、結核などの感染症は非常に恐れられていました。

では、寿命が延びた背景には、どのような取り組みがあったのでしょうか？ それは「抗生物質の開発など医学の進歩に加え、食生活の変化」でした。医療技術が進歩し、動物性タンパク質や脂質が多く取り入れられるなどの食生活・栄養状態の改善や、生活環境の改善などが、感染症や脳出血などの減少の一因となり、その結果死亡率が低下しました。結核は昭和20年代に入ると激減し、以降、死亡率が最も高いものは「がん」となっていますが、その「がん」も徐々に治る病気となってきています。

このような背景から1960年には女性の、その11年後の1971年には男性の平均寿命が70歳に達しました。わずか40年から50年という短期間で平均寿命は大きく延びたのです。

※文中の数値等は厚生労働省、内閣府のデータを引用しています。

平均寿命ランキング・男女国別順位



WHO「World Health Statistics 2016」より作成

さらなる長寿化の時代へ

学習のポイント

POINT 1 日本人の寿命はこの先も延びることが予想される。

POINT 2 変化に柔軟に対応していく術を身に付ける必要がある。

「私たちは何歳まで生きるのか」ということをあらためて考えなければならない時代を迎えました。戦国武将の織田信長が「人生 50 年」と能を舞ったといわれている時代から 400 年以上が過ぎ、人間の寿命は倍近くになりました。とりわけ日本は世界第 1 位の長寿国になっています。

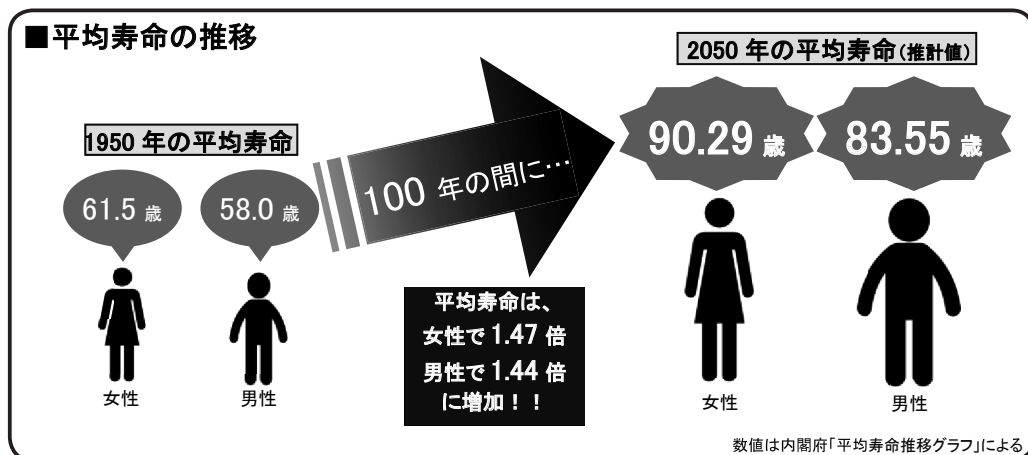
内閣府の統計を見てみると 1950 年、男性の平均寿命は 58.0 歳。女性は 61.5 歳でした。60 年後の 2010 年には、男性が 79.64 歳、女性は 86.39 歳まで延びています。そして、2050 年には男性が 83.55 歳、女性が 90.29 歳になるとの推計が示す通り、今後も平均寿命はさらに延びる可能性が高いことがわかります。

「人生 100 年」を題材とした著書『LIFE SHIFT 100 年時代の人生戦略』（東洋経済新報社）は 2017 年のベストセラーになりました。多くの方が 100 歳まで生きる時代について考え、知識を得ようとしている表れともいえます。

多くの人が 100 年という長い人生を歩んでい

くなかで、教育、仕事、老後など、さまざまな分野で変化が起こり、新しい価値観が生まれていくはずですが、そこには明るい展望がある一方で、現実的な課題や不安も存在することでしょう。将来について確かなことはありませんが、データや経験に基づいた予測はできます。そこから導き出されるさまざまな変化に対して、柔軟に対応していく術を考え、身に付けなくてはなりません。その対応力を身に付けた人だけが幸せな人生を全うできるというのは考え過ぎではないはずです。

忘れてはならないのは、世界で最も長寿の国は日本だということです。私たちは世界に先駆けて人生 100 年時代への変化を受け入れることとなります。そこには経験や前例はありません。だからこそ先を見据えて、今できる準備しておくことが大切なのです。1 人ひとり、これからの長い人生に向け、経済的側面を含んだ人生設計を真剣に考えていきましょう。



長寿化がもたらす正の財産

学習のポイント

POINT ① 「やり残したことがない」人生にできる。

POINT ② 将来を見据えた綿密な計画・準備・実行が必要。

「長寿化」「長生き」これは人間の究極の願望です。長生きできれば一度しかない人生を楽しく過ごすことができますし、「やり残したことがある」ということはなくなるかもしれません。

平均寿命が延びれば働く時間が増える可能性もあります。定年が 60 歳から 65 歳に延びていますが、今後は 70 歳や 75 歳以上に延び、「高齢者」という定義も現在の 65 歳から 75 歳になることも考えられます。これこそが長生きがもたらす「正」の財産です。

一般的に長寿化をテーマにした場合、「病気、衰弱、認知症、年金、社会保険料の増大」などマイナスのイメージもありますが、きちんと将来を見据えて今から準備をしていけば、「長生き」は人間の究極の財産・宝になるのです。

平均寿命が延びるということは「時間」が増えるということです。「時間」が増えることにより、私たちはいろいろなことができるのです。たとえば、

①「学ぶ」時間を増やし知識、見識をたくさん

身に付けることができる。

②働く期間（年齢）を延ばすことができる。

③やりたかったことに挑戦できる。

など、さまざまなことが考えられます。

しかし、この「長生き」という財産を「正」にするには、健康と資金の両面での周到で綿密な準備・計画が必要です。

老後のゆとりある生活資金は、月額 34.9 万円と試算されています。仮に 65 歳定年で 100 歳まで生きたならば、 $34.9 \text{ 万円} \times 12 \text{ カ月} \times 35 \text{ 年} = 1 \text{ 億 } 4,658 \text{ 万円}$ が必要となるのです。莫大な金額ですが、日本の定年年齢が延びれば、ここまでの資金は不要かもしれません。

このように将来を見据えた資金計画を綿密に立ててから準備・実行し、健康にも注意を怠らなければ楽しい人生が送れることでしょう。きちんと計画・準備・実行して「やり残したことがない」人生にはいかがでしょうか？

■長い老後を見据えた資金計画を

65 歳で定年

夫婦で 35 年間生活する場合

100 歳



最低限必要と
思われる生活費

平均月額

22 万円

ゆとりある老後に必要と
思われる生活費

平均月額

34.9 万円

ゆとりある老後なら、35 年間で
約 1 億 5,000 万円
が必要…

(公財)生命保険文化センター「平成 28 年度 生活保障に関する調査」より作成

長寿化がもたらす負の財産

学習のポイント

POINT 1 少子化問題と重なり、少子高齢化が進んでいる。

POINT 2 労働力の低下や社会保障制度に影響する可能性も。

長寿化が与えてくれるのは恩恵だけではありません。むしろ、日本では大きな問題に直面していることを忘れてはなりません。それが「高齢化」です。高齢化とは、総人口に占める高齢者数が増大した社会のことを指します。日本の場合、これに「少子化」が重なり、「少子高齢化」という大きな問題へと発展しています。出生率が減少傾向で、子ども世代の人口増加が見込めないため、ひいては総人口の減少、高齢化の加速につながっています。

2010年の国勢調査において1億2,806万人だった日本の総人口は、2030年には1億1,662万人、2065年には8,136万人になると見込まれています。これは、2010年時点から4,670万人の減少となり、約半世紀の間におよそ3分の1以上の人口が失われることとなります。

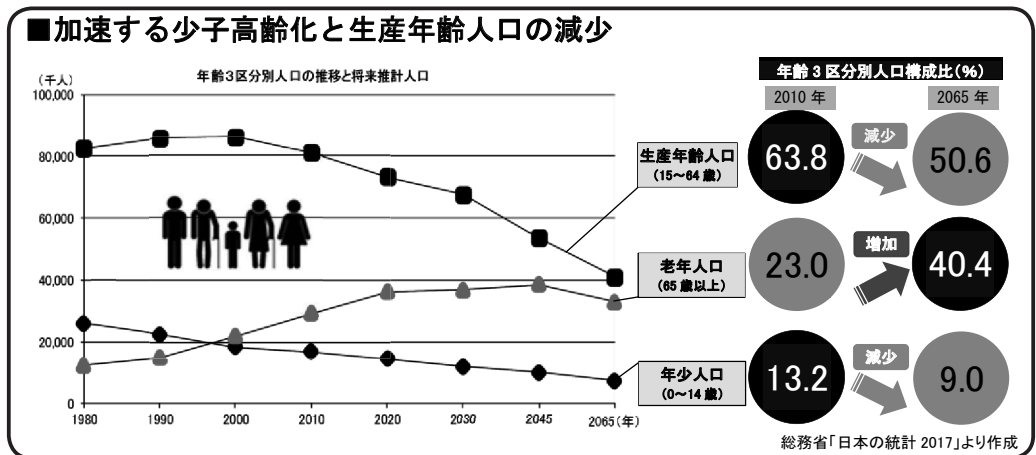
また、厚生労働省の資料によると、生産年齢人口（15～64歳）の割合は、2010年の63.8%から、2065年には50.6%に減ると想定されています。一方、老年人口（65歳以上）の割合は、

23.0%から40.4%へ達すると推計されています。2065年には2.5人に1人が65歳以上の社会になるということです。

少子高齢化が進むことで多方面に影響が出ます。たとえば、労働力の不足です。人口比率の大きい年配層が定年を迎えて離職してしまうと、企業の労働力は大きく低下してしまいます。代わりとなる若手の数が少ないため労働者の確保は難しくなります。経営が苦しくなる企業が増えれば、それだけ日本経済にもたらす影響は大きくなるでしょう。

また、医療・年金・介護などの社会保障の収入と支出のバランスには、すでに影響が出てきています。高齢者が増えることで社会保障給付費が増加しているにもかかわらず、経費の担い手である生産年齢人口は減少しているからです。

このように、長寿化が1つの要因となって、さまざまな問題を抱えていることを認識しなければなりません。未来のために何ができるのか、1人ひとりが考える時期が来ているのです。



将来の生活費は自助努力で準備する

学習のポイント

POINT 1 年金の原資を担う現役世代が減り、財源の確保が困難。

POINT 2 老後のための自助努力が必要不可欠。

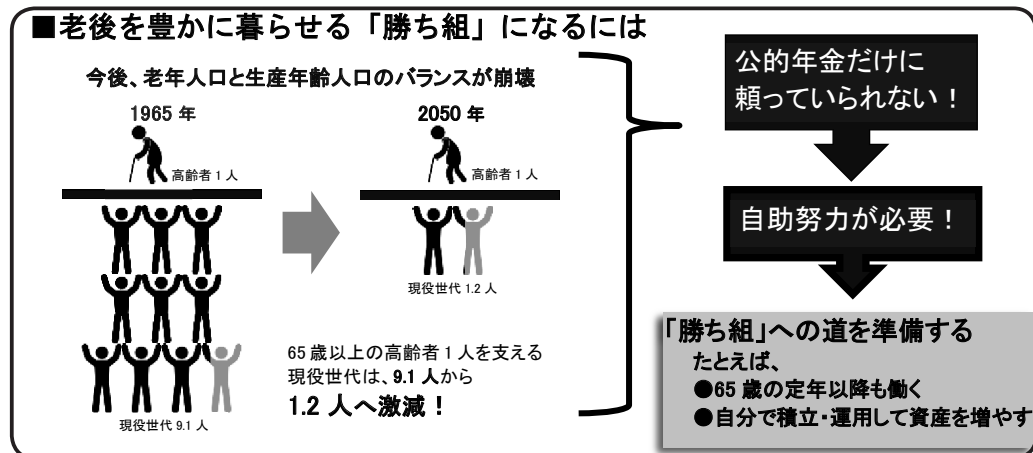
国民年金を実際に受給している人は、平成 27 年 3 月末時点で 3,323 万人でした（「平成 27 年度厚生労働省国民年金事業の概況」より）。しかし、高齢化の影響でこの数値は増加の一途を辿ることが予想され、東京オリンピック後の 2025 年には、国民の約 3 割が年金受給者になるといわれています。かつて、1965 年は、20 歳から 64 歳の 9.1 人で、65 歳以上の人 1 人を支える「胴上げ」型の社会でした。これが 2012 年には 2.4 人で支える「騎馬戦」型になり、現役世代の負担が大きくなっています。そして、少子高齢化が進んだ 2050 年には 1.2 人で支える「肩車」型になるといわれているのです（内閣府資料）。

こうしたバランスの崩壊は社会保障の財源にも多大な影響を及ぼしています。公的年金の財源は、現役世代の納めている年金保険料と、国の債務によって賅われています。ところが、現在の日本では働く若い世代が減少しているため、当然ながら年金保険料の徴収額は減少傾

向です。そして、補填するための国の債務とは、国の借金であり、これは国民の税金によって賅われています。財源の確保が難しくなれば、保険料の値上げや給付金の減額、消費税の増税などが考えられ、いずれにせよ国民の負担は大きくなるのが予想されます。

政府もこの問題を真剣に受け止めていて、年金受給開始年齢を 60 歳から 65 歳へと段階的に引き上げています。そして、「高齢者雇用安定法」の施行によって高齢者の雇用促進をしたり、個人型確定拠出年金制度の改定により加入者範囲を拡大したりといった施策を始めています。これは、国民に自助努力の必要性を暗に訴えているのです。

これからは、この現実気づいた人が老後を豊かに暮らせる「勝ち組」になれると言ってもいいでしょう。たとえば、公的な保障だけに頼らないように、「自分で積立・運用して資産を増やす」「65 歳の定年以降も働く」など、今から考えておくべきことはたくさんあるのです。



ライフスタイルの変化

学習のポイント

POINT ① インターネットの普及がライフスタイルを変化させた。

POINT ② 変化に対応する力と使いこなす力量を身に付けることが大切。

インターネットが普及する前の 1980 年代までは、車や新幹線によって物理的な距離をより速く移動し、時間を縮めることをめざしてきました。それがインターネットの登場により、物理的な距離や時間がさらに短縮されて、多くのことが実現可能になりました。たとえば、ネットショッピングの決済で買い物や銀行へ行くことがなくなり、また、誰もがいつでも大量の情報を簡単に入手できるようになりました。さらには SNS と呼ばれる「Facebook」や「LINE」などの新しいコミュニケーションツールが生み出され、インターネットを利用して誰でも手軽に情報を発信できるようになりました。スマートフォンなどのツールの普及も、ライフスタイルの変化に大きな影響をもたらしたことは言うまでもありません。

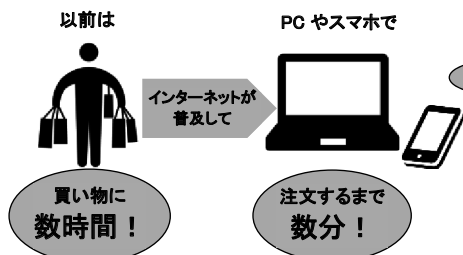
インターネットの普及が、人々の距離と時間を短縮したことで、より多くの時間を、ほかのことに活用できるようになったのです。人生 100 年でより時間が増えることを重ね合わせる

と、これからはさらに多くの自由な時間が生まれることでしょう。そうなったとき、人々の生活はどのように変化するのでしょうか。まず、働く時間が多くなり、その分お金を稼ぐ量も増え、貯蓄も増えると考えるのが妥当でしょうか。また、余暇の時間も増え、「コト消費」など体験や思い出に価値を見出し、習い事や趣味などにお金を消費することが、今後の傾向になるかもしれません。なぜなら、今後の社会の変化に対応するためには、自分自身のスキルアップを図る必要があるからです。このことに気づかず経験値だけで生活をしている人は、おそらく取り残されてしまうことでしょう。

インターネットやツールによって私たちの生活は大きく変わりました。こうしたイノベーションは、これからもたくさん生まれ、私たちのライフスタイルを変化させていくことは間違いありません。そうなったとき、変化に対応する力とそれを使いこなす力量を身に付けることが大切になってくるのです。

■インターネットでライフスタイルが変わった

インターネット普及以前と後のイメージ



加えて、人生 100 年時代の到来で
“自分のため”に使える時間が
大幅に増加！

次々に起こる
イノベーション

ライフスタイルが
変化

ますます変化する社会で大切なこと

- 自分自身のスキルアップ
- 新しい技術を使いこなすための勉強

学習の変化

学習のポイント

POINT 1 長寿化により年齢を問わず学習する機会が増える。

POINT 2 社会の変化に対応するため教育内容はより専門的になる。

社会環境が日々変化する現在、多くのことを学ばなければこのスピード感に対応できなくなります。事実、英語は小学校から学ぶようになり、パソコンの授業も始まり、2020年からはプログラミングをベースとした思考力の授業も始まります。最近では、タブレットを使用した授業も全国各地で広がり、今後、ICT（情報通信技術）を活用した専門性の高い学習が教育現場に浸透していくと考えられています。

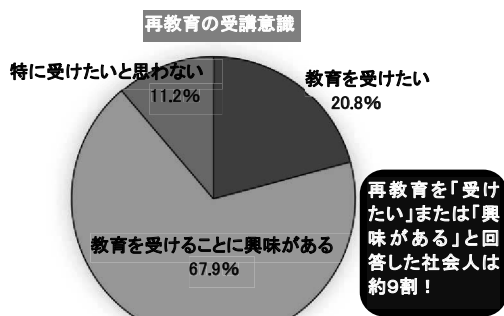
大学生は大学院へ進む人が増え、より専門的な知識を身に付け社会へ巣立つことになるでしょう。社会人になってからは、あらゆる変化に対応する力を身に付けるため、あるいは自分自身のスキルアップのために、仕事帰りに「学習の場」へ行くことが当たり前になるかもしれません。実際、再教育に興味のある社会人の数は多いとの調査報告もあり、学習意欲が高いことがうかがえます。

このような世の中の動きを受け、大学では、東京駅などのターミナル駅周辺にサテライト

校を創設し、社会人のニーズに合わせた「学習」の講座を開講することで、社会人が積極的に学べる場を提供しています。仕事帰りに授業を受けて、「MBA」の資格などを取得するようなことが一般的になる時代が来ると予想されます。また、社会人向けの通信教育では多種多様な講座を用意し、忙しい社会人でも空いた時間に好きな場所で学ぶことができるようなメリットを打ち出しています。

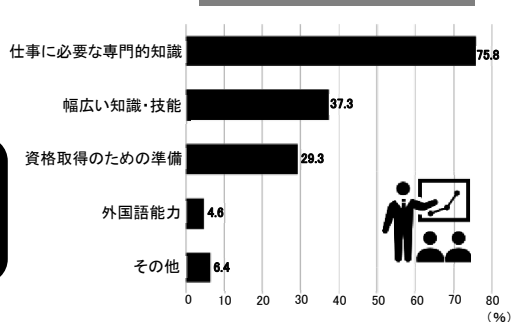
長い人生を歩む間に多くの変化を経験する私たちは、より多くの時間を「学習」に費やす必要性が高くなります。この先どんな変化があり、そのためにどんなことを学ぶべきなのかを考え、そして、どんな自分になっていたいかを思い描きながら学ぶことが大切です。今後、大切なことの1つにお金に関する「学習」があげられます。欧米では学校教育で「お金の授業」を行っていますが、日本でも人生100年に対応するため、同様の学習が必要となってくるでしょう。

社会人に高まる学習意欲



職業能力開発総合大学校能力開発センター調査報告書No.128(平成17年3月)大学卒業以上の学歴を持つ社会人1,761人に対するアンケート調査(複数回答)より作成

大卒社会人が行っている学習内容



東京大学「大学教育に関する職業人調査」(平成21年)無作為に抽出した事業所の大卒社員25,203人に対するアンケートより作成

仕事の変化

学習のポイント

POINT 1 定年が70歳か75歳になり、働く時間が長くなる。

POINT 2 新しい価値観を取り込む柔軟な頭が必要。

人生 100 年になると働き方も大きく変化するでしょう。厚生労働省の資料によると、1957 年までは年金の支給開始年齢が 55 歳でした。つまり当時男性の定年は 55 歳だったということになります。この時代の平均寿命は男性が約 63 歳（厚生労働省資料）なので、老後の人生は 10 年程度の期間でした。

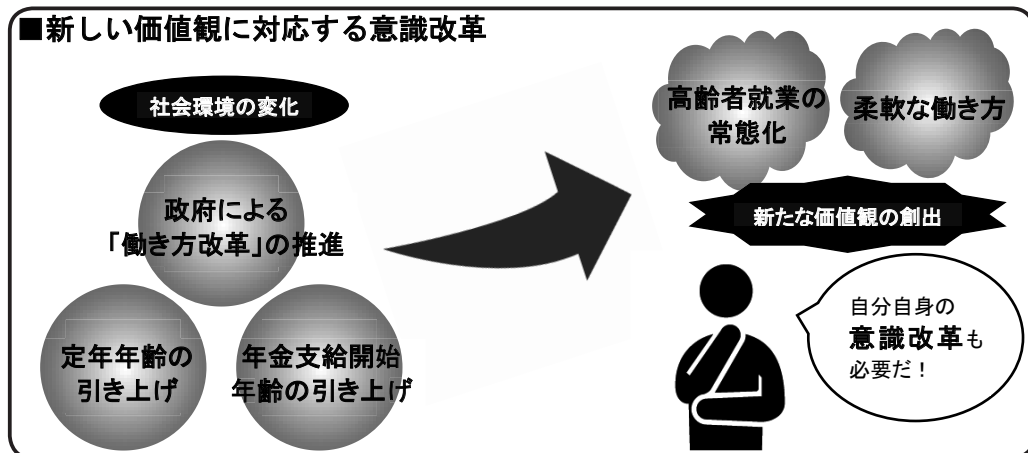
現在は 60 歳定年が主流ですが、65 歳まで働ける環境が整ってきています。しかし、寿命は大きく延び、長い老後の生活が待ち受けているのです。超高齢化社会に突入した日本は人口の減少と相まって、高齢者の労働力に頼る時代になっていき、今後は定年が 70 歳や 75 歳になるかもしれません。

こうしたなか、政府の「働き方改革」にも注目が集まっています。「働き方改革」は、政府が取り組んでいる一億総活躍社会を実現するための改革といわれています。長時間労働の改善や非正規雇用の処遇改善をはじめ、労働力不足を解消するために高齢者や女性が働きやす

い環境をつくり、就業を促進するなどの取り組みを行っています。

戦後の高度経済成長期以来、働けば働くほど待遇がよくなっていく状況のなかで生まれた「モーレツ社員」の存在や、長時間労働することが生産的だという考え方は過去のものになりつつあります。それに変わり、「働きたい」と考える高齢者や女性、外国人の受け入れや、労働時間の短縮や場所を問わない働き方など、今後、みなさんの就労環境や仕事に対する価値観は確実に変わっていくでしょう。これまで以上に柔軟な考え方が求められることから、新しい価値観を学ぶための時間をつくり出すことが大切になるかもしれません。仮に、あなたが 70 歳を過ぎても仕事を続けているとします。その際、20 代・30 代の社員と机を並べて仕事ができるでしょうか。できるか否かは、すべてあなたの意識次第。必要なのは意識改革です。

■新しい価値観に対応する意識改革



介護の変化

学習のポイント

POINT ① 老老介護が当たり前の世の中になる可能性がある。

POINT ② 地域の包括的な支援・サービス提供が重要。

世界一の長寿国日本で、現在 100 歳以上の高齢者は 6 万 7 千人を超えているといわれています。2025 年には国民の約 3 割が 65 歳以上(厚生労働省資料)になり、介護を受ける人数も増えると予測されます。

高齢者の増加を予測して、2000 年に「公的介護保険制度」が施行されました。厚生労働省老健局総務課の資料によると、制度が施行された 2000 年 4 月末の要介護認定者数は全国で 218 万人でしたが、2015 年の 4 月末には 608 万人と実に 2.79 倍にも膨れ上がりました。今後、この数がますます増えることは誰もが予測できることです。当然、介護費用も増えることが予想され、2012 年に 9 兆円だった費用は、2025 年には 20 兆円になる見通しです。また、介護施設の利用者が増え、自宅での介護も増えることでしょう。問題はこのとき、誰が「介護」をするかです。

厚生労働省は 2015 年 6 月に、2025 年には介護職員が全国で約 38 万人不足するという推計

を発表しています。2025 年といえば団塊の世代が 75 歳以上になる年です。要介護者の数も相当な数になると予測されます。これは大きな衝撃です。

また、高齢化の進展とあわせて核家族化も進んでいます。本来であれば介護を受ける立場の高齢者が高齢者を介護する「老老介護」の増加も想定され、ゆくゆくは「親子で介護を受ける」という事態もあり得るかもしれません。

政府は 2025 年を目途に、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供体制「地域包括ケアシステム」の構築を推進しています。高齢化の進展状況は地域ごとに大きな差があります。地域の特殊性や主体性に基づき、地域の特性に応じた地域包括ケアシステムをつくり上げていくことが、今求められているのです。



老後の変化

学習のポイント

POINT 1 多くの人々が100歳まで生きる時代へと変わっていく。

POINT 2 明るく楽しい老後のために資金計画は必須。

日本は、世界のどの国も経験をしたことがない高齢化社会へ突入し始めました。今後どんなことが起こるのか本当のところは誰にもわかりません。しかし、人口の推移や国の財政状況から予測することは可能です。

このまま高齢化が進むと、3人に1人が65歳という世の中がやってきます。「お年寄りばかり」と思われるかもしれませんが、多くの人々が100歳まで生きる時代での65歳は、果たしてお年寄りと言えるのでしょうか。「高齢者」の定義も今の65歳から、75歳あるいは80歳に引き上げられる可能性があります。もしくは、年齢により「準高齢者」「特高齢者」「超高齢者」などの定義分けがされるかもしれません。

それでは、私たちはこれからの社会に対してどのように対処していけばよいのか、大事なものは「老後の資金計画」ではないでしょうか。

「老後破綻」という言葉を最近よく耳にしませんか？ 今まで日本の家族像は、父親の定年前に子どもが結婚し、孫が生まれてから定年を

迎えるというパターンが一般的でした。子どもが定年前に独立することにより、この時点から定年までに老後の資金を貯めることができました。そして、豊富な退職金と高い金利でさらにお金を増やすことができ、安定した老後を送ることができたのです。

しかし、現在は晩婚化が進み、年齢を重ねてから子どもを持つ家庭が増えています。収入も安定しているので教育には惜しみなくお金を注ぎ込みます。しかし、教育にお金を費やし、子どもが独立する頃には歳をすでに重ねてしまっているため、老後資金の準備が遅くなる、または、まったくできないといった事態が現実起こっています。それ故の「老後破綻」です。

定年が本当に延びれば対策も講じやすくなりますが、まずは今からきちんと計画を立てて準備をしていくことが大切です。明るく楽しい老後を送るために、ぜひ「老後の資金計画」を立ててください。

