

平成23年度 文部科学省情報ひろばサイエンスカフェ

『長寿社会に生きる』

日時：2011年11月25日（金） 19:00～20:30

場所：文部科学省情報ひろばラウンジ

主催：日本学術会議、文部科学省

講師：秋山弘子（東京大学高齢社会総合研究機構）

ファシリテーター：西原潔（日本科学未来館 科学コミュニケーター）

報告：高田真希（日本科学未来館 科学コミュニケーター）

日本は世界の最長寿国。人生90年時代がやってきました。人生が長くなっただけではなく、どのような人生を送るかを自分で設計できる時代になりました。しかし、高齢社会に対する私たちの理解も、それを支えるモノやサービスも不足しているのが現状です。東京大学高齢社会総合研究機構の秋山弘子先生をお迎えし、「長寿社会に生きる」というタイトルで開催された今回のサイエンスカフェは、高齢社会の背景と、高齢者がよりよく生きるためのまちづくりの事例紹介がなされ、高齢社会の課題と可能性を参加者がともに考える場となりました。



最初は高齢社会の背景について説明から。1950年代の日本人の平均寿命は50代でした

が、20 世紀後半に平均寿命が急激に伸びたことにより、平均寿命は女性が 86 歳、男性も 80 歳に達しました。さらに 20 年先の 2030 年には 75 歳以上の人たちが人口の 2 割以上を占めると予測され、80 代、90 代のひとり暮らしはごく一般的になります。

秋山先生によると、高齢社会には個人と社会、2 つの課題があります。個人の課題とは、私たちそれぞれが自分の人生をどう設計するか、という課題です。例えば 10 年前と現在の高齢者の歩行速度を比べると、今の 75 歳の体力は 10 年前の 64 歳に相当する、というデータがあります。つまり男女とも 11 歳若返っているのです。人生 90 年時代、私たちは長く生きるだけでなく、「元気に」生きようになりました。人生 50 年時代には就職や結婚、さらには死に方まで、人生にはある程度のパターンがありましたが、もっと自由に選択できるようになった今、長い人生をどう生きるか、自分自身で考えなければいけないのです。

一方、現在の社会システムは、人口がピラミッド型をしていた時代につくられたものです。若い人が多く高齢者は少ない時代にできたため、長寿社会を支えるにはモノもサービスも不足しています。社会の課題とは、インフラ、つまり、住宅や交通などのハード面と、就労や医療、福祉などのソフト面をどう改革していくかという課題です。

参加者の中には高校生もいましたが、9 割は中高年の男性で、今回のテーマに関する関心の高さがうかがえました。質疑応答では自分自身がいかに健康に歳をとるかということから社会問題まで、活発な意見交換がなされました。

例えば「80 代、90 代になっても健康な人の共通点は」という質問に対して、秋山先生からは「世界中で健康長寿の要因は研究されていますが、重要なのは食、運動、人との関わりの 3 つとされています」との説明がありました。また、「高齢化の他にも若者の就職難など課題はたくさんありますが、2030 年や 2050 年の社会はどうなっていると思いますか」という質問には「長期的にみて労働力が不足します。不足分の労働力を外国人労働者で補っている国も世界には多いですが、日本では高齢者や、働く意欲がありながら機会のない女性で補うことができるでしょう。収入があれば、国にとっては税収につながります。悲観するばかりではないでしょう」という説明がありました。参加者は、どの質疑応答にも熱心に聞き入っていました。

人生 90 年時代では、自分自身で人生を設計しなければならず、自分の人生をどう閉じるか、という選択も含めて若い頃から考え語り合おう、という秋山先生からのメッセージはとても印象的でした。20 年後、40 年後、日本は長寿—健康—経済の 3 つが結びついた、活力ある長寿社会を迎えられているのでしょうか——。