人生 100 年時代とは・・

11 月 16 日（月）

ここ数年、新聞や雑誌を読んでいると、「人生 100 年時代」という言葉をよく目にします。「人生 100 年時代」とは、ある大学の教授が長寿時代の生き方を説いた著書『LIFE SHIFT（ライフ・シフト）』で提言した言葉です。この教授は、寿命が延びて 100 歳を超えるようになれば、これまでの 80 歳程度のライフコースを見直す必要があると語っています。現在の日本人の半数はすでに 87 歳（男性 84 歳、女性 90 歳）まで生きる時代になっています。寿命の伸びは今後も続くと見込まれて長生きが予測されています。

～人生 100 年時代構想会議では以下のように述べられています。～

〇ある海外の研究では、2007 年に日本で生まれた子供の半数が 107 歳より長く生きると推計されており、日本は健康寿命が世界一の長寿社会を迎えています。

〇100 年という長い期間をより充実したものにするためには、幼児教育から小・中・高等学校教育、大学教育、更には社会人の学び直しに至るまで、生涯にわたる学習が重要です。

〇人生 100 年時代に、高齢者から若者まで、全ての国民に活躍の場があり、全ての人が元気に活躍し続けられる社会、安心して暮らすことのできる社会をつくることが重要な課題となっています。 (人生 100 年時代構想会議中間報告より) また、この教授は「無形の資産（Intangible Assets）」の重要性を語られています。「資産」というと、お金や財産のことを考えがちですが、高齢になって真の意味で自分を助けてくれるのは、お金や財産でなく、「生産性(社会の中で何かを生み出す力)」、「活力(心身が健康であること)」、「変身する力(今とは違う自分を作りあげる能力)」と唱えられています。この教授は、「自分を変えるためには、自分と同じような仲間と付き合うだけでは変革は起きません。自分のネットワークの中に異なるタイプの人たちがいるということは、別の自分、別の人生のあり方を考える良いきっかけになります。」とも述べられています。