

Part

3

未来の わたしたちは どうなる？

50↑世代が夢をかなえるそのころ、社会はどうなっている？

プラン実現のために、そんな未来へ向けて

知っておきたいことをキーワードで解説！



50↑世代はこんな道を行ってきた！



昭和55年
高校進学率……94.2%
大学進学率……37.4%

昭和63年
大卒男子平均初任給
153,100円

1965年生まれ
平均初婚年齢……26.5歳
生涯未婚率……12%



世帯人数
3.28人



15歳 20歳 25歳 30歳 35歳 40歳

1980
昭和55年

1985
昭和60年

1989
平成元年
1990
平成2年

1995
平成7年

2000
平成12年

2005
平成17年

- 自動車生産数世界1位
- 日米貿易摩擦
- 竹の子族
- ルービック・キューブ
- とらばーゆ
- グリコ・森永事件(1984年)

◎老人医療費無料化廃止(1983年)、健保法改正(本人9割給付、退職者医療制度、1984年)

- 男女雇用機会均等法
- 人口約1億2100万人に
- ワープロ
- 新人類
- ファミコン流行(1986年)

◎老人保健施設の創設、60歳定年の努力義務化(1986年)

- 昭和天皇崩御、平成に(1989年)
- ベルリンの壁崩壊(1989年)
- 消費税3%(1989年)
- 一杯のかけそば
- スーパーファミコン
- 湾岸戦争
- バブル崩壊(1991~93年)

- 阪神淡路大震災
- 地下鉄サリン事件
- トレンディードラマ
- 失楽園
- 消費税5%(1997年)

◎介護休業制度創設

- IT革命
- iモードブーム
- BSデジタル放送開始
- 2000円札発行
- アメリカ同時多発テロ(2001年)
- 冬ソナ現象(2002年)

◎介護保険制度施行

- 愛知県「愛・地球博」
- 郵政民営化(2007年)
- リーマンショック(2008年)
- 新型インフルエンザ(2009年)
- 裁判員制度(2009年)

◎人口が1899年の統計開始以来初の自然減、老人保健制度から後期高齢者医療制度(2008年)

50↑世代はこんな道を行ってきた！



人生100年時代
超高齢社会を
生きていくための
キーワードとは？

45歳 50歳 55歳 60歳 65歳 75歳

2010 平成22年 2015 平成27年 2019 令和元年 2020 令和2年 2025 令和7年 2030 令和12年 2040 令和22年

- 東日本大震災(2011年)
- なでしこジャパンW杯優勝(2011年)
- 東京スカイツリー(2012年)
- 消費税8%(2014年)
- 姫路城修理完成
- 外国人観光客・爆買い
- イスラム過激派テロ
- 熊本地震(2016年)
- マイナス金利(2016年)
- 明仁天皇退位/徳仁天皇即位、令和に(2019年)
- 沖縄県民投票(2019年)
- 働き方改革(2019年)
- 消費税10%(2019年)
- 日韓関係緊張(2019年)
- あおり運転(2019年)
- 東京五輪
- 2025年問題

[参考資料]
「われらニッポンの75歳 データにみるリアル」(ILCジャパン/国際長寿センター日本)、総務省統計局HP「平成29年学校基本調査」、厚生労働省「平成22年版・平成24年版厚生労働白書」、同「平成30年9月 厚生労働省 プレスリリース/百歳高齢者表彰の対象者は32,241人」、同「平成27年簡易生命表」、同「平成27年国民生活基礎調査」、同「平成30年度 厚生統計要覧 第1編人口・世帯」、内閣府資料「将来推計人口の関連資料等」、同「平成13年賃金構造基本統計調査結果速報」、「昭和・平成 家庭史年表」、「現代風俗史年表」(ともに河出書房新社)

未来が見える キーワード

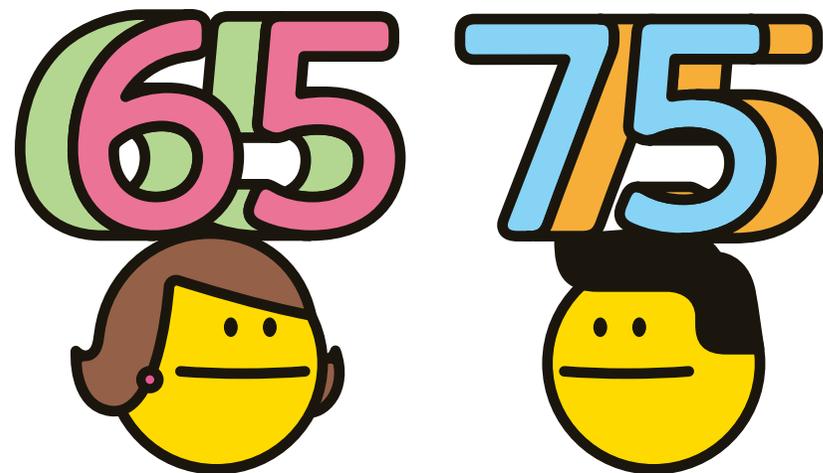
5

75歳以上の後期高齢者が増える2025年問題をはじめ、人生100年時代をより良く生きるための課題はいろいろ…。

未来が見えるキーワード ①

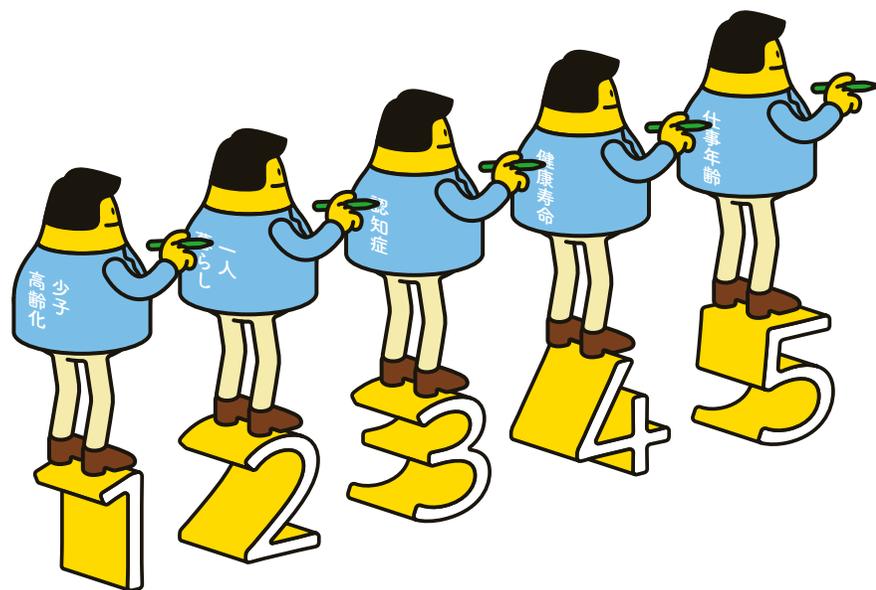
2025年問題の重要テーマ

【少子高齢化】



日本はすでに65歳以上の人口が全人口に対して21%を超える「超高齢社会」。2025年には、団塊の世代が75歳を迎え、東京都でも後期高齢者*1が前期高齢者*2の数を大きく上回ります。それに伴って生じる医療や介護の問題が「2025年問題」です。さらに、今後予想される生産年齢人口や年少人口の減少も大きな課題です。

*1 後期高齢者とは75歳以上を指す
*2 前期高齢者は65歳～74歳

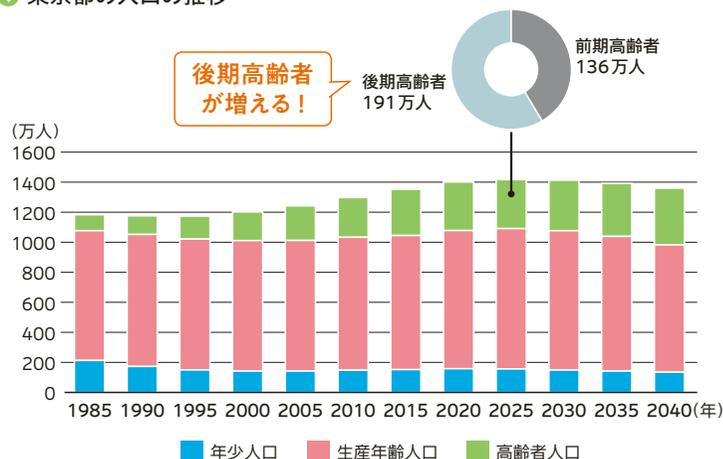


【少子高齢化】

75歳をすぎても元気で活躍できる東京に！

今後増え続ける後期高齢者は、前期高齢者に比べ、要介護になるリスクが約7倍になるといわれています。そのため、その予防策や介護状態になったときのサポート体制が重要課題です。と同時に、75歳をすぎても元気なシニアも大幅に増加する見込みなので、東京都はいつになっても元気に活躍できる環境づくりにも力を入れています。

➡ 東京都の人口の推移



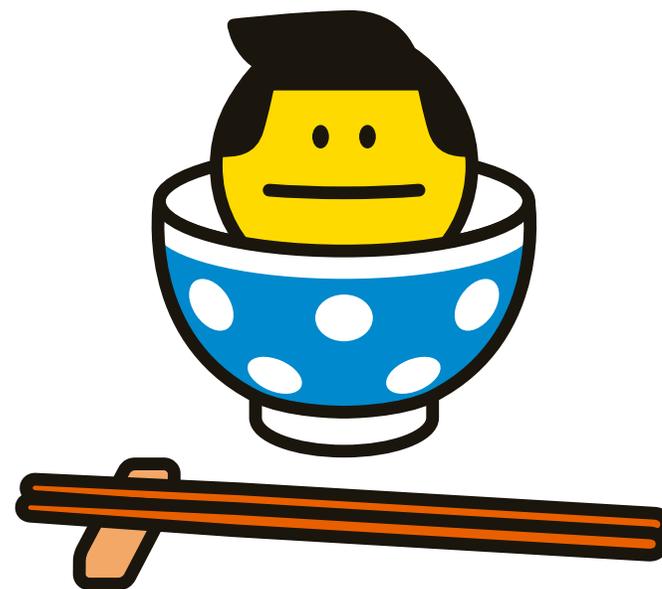
総務省統計局「国勢調査」、東京都総務局「東京都世帯数の予測」(平成31年3月発行)をもとに作成
 *年少人口:15歳未満/生産年齢人口:15歳以上65歳未満/高齢者人口:65歳以上。前期高齢者人口:65歳～74歳/後期高齢者人口:75歳以上

前期高齢者は
まだまだ若いって
ことだね！



シニアならではの不安をどう解消？

【一人暮らし】



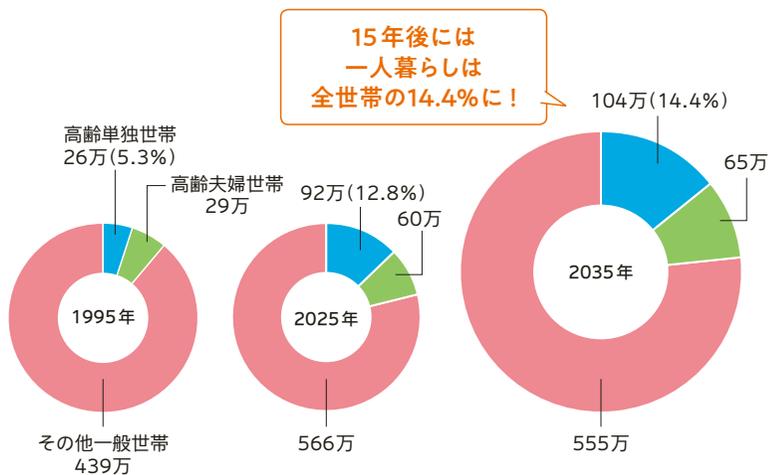
東京は一人暮らし世帯が全国一！ 核家族化が進む現在では、高齢になっても子供と同居する人が減る傾向にあり、いずれは夫婦どちらかの一人暮らしに…。さらに、都市部の特徴として、生涯未婚あるいは離婚による一人世帯も多いため、今後、シニアの一人暮らしがますます増えていくことが予想されています。

【一人暮らし】

人とのつながりがあれば、 お一人様でも安泰！

2035年、シニアの一人暮らしが全世帯の14.4%になると予想される東京。高齢になっての一人暮らしは不安や不便が伴う場合もありますが、最新の研究*1によれば、健康リスクが高まるのは、一人暮らしの場合より他者とのつながりが乏しい「社会的孤立」のとき。人との交流があれば、一人暮らしでも健康が保てることが分かっています。地域には多様な支援体制も！

➡ 東京都の高齢者のみ世帯の割合



総務省統計局「国勢調査」、東京都総務局「東京都世帯数の予測」(平成31年3月発行)をもとに作成

*1 Sakurai R et al. Poor Social Network, Not Living Alone, Is Associated With Incidence of Adverse Health Outcomes in Older Adults. JAMDA 20 (2019) 1438-1443

一人暮らしの
アパートの住人も、
少子高齢化で大転換？



年をとれば誰でも可能性が！

【認知症】



80代後半で男性の約35%、女性の約44%、95歳をすぎると男性の約51%、女性の約84%が認知症というデータ*1もあるほど、認知症は高齢になるほど発症リスクがアップ。今後、後期高齢者の増加とともにその数は増えていきます。人生100年時代、認知症はどんな人にも起こりうる身近なものであり、人ごとと思わないことが大切です。

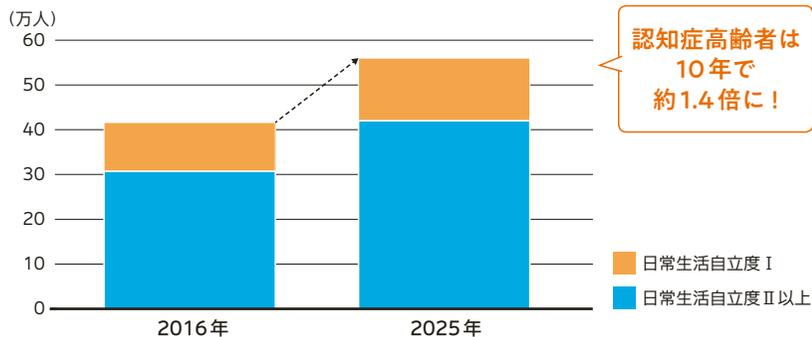
*1 朝田隆他:「都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応」(平成21-24)厚生労働科学研究費補助金認知症対策総合研究事業報告書,2013

【認知症】

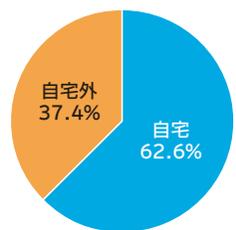
認知症を恐れなくて。 地域ですっと暮らせるように！

東京都でも何らかの認知症の症状のあるシニアは増え続けると予想されています。2016年時点で、認知症の人の6割以上は自宅で暮らしており、たとえ、見守りや支援が必要となっても、安心して暮らし続けられるよう、各区市町村での取り組みが進んでいます。まずは、認知症の正しい知識をPart 4で身につけましょう。サポート体制についてはPart 5やQ&Aで。

➔ 東京都の認知症高齢者の推計



➔ 東京都の認知症高齢者の居住場所
(認知症高齢者の日常生活自立度Ⅰ以上)



上・下ともに、東京都福祉保健局高齢社会対策部「平成28年度認知症高齢者数等の分布調査」より改変 *日常生活自立度Ⅰ:何らかの認知症の症状を有するが、日常生活は家庭内及び社会的にほぼ自立。日常生活自立度Ⅱ以上:見守りまたは支援が必要

認知症は特別なことじゃないんだね！

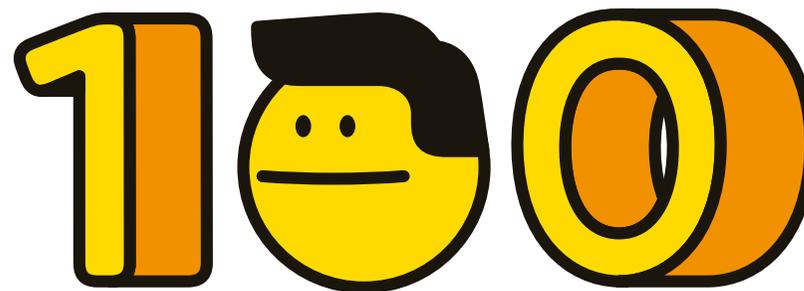
50↑
川柳

「誰だっけ？ 誰だっけ、誰だっけ、誰だっけ」



人生100年時代を楽しむための鍵！

【健康寿命】



50↑世代が誕生した「昭和」の時代から長寿化が急激に進み、日本では、2007年生まれの2人に1人が100歳より長く生きるという推計*1もあり、「人生100年時代」が来ると予想されています。そんな時代を心豊かに生きるには健康がより重要に！ そのために、健康寿命を延ばすための取り組みが各区市町村で行われています。

*1 Human Mortality Database, U.C. Berkeley(USA) and Max Planck Institute for Demographic Research(Germany)

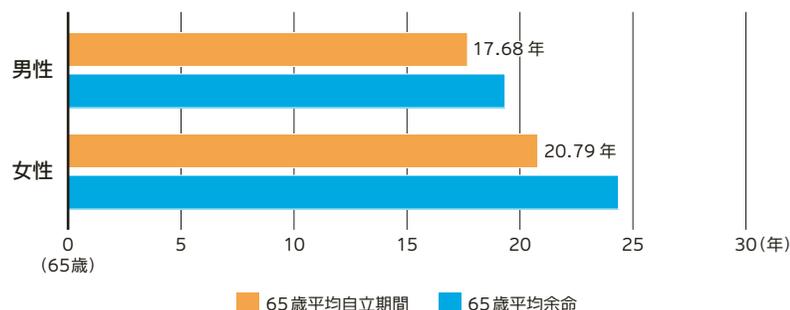
【健康寿命】

健康で過ごせる時間はたっぷり 豊かな「これからライフ」を！

東京都のデータによると、シニアになってから健康で過ごせる平均期間(65歳平均自立期間)は、男性で17.68年、女性で20.79年もあります。しかも、現役バリバリのころと違って、そのほとんどは自分の思いのままに使える自由時間。健康をキープする生活を実践するとともに、この期間をいかに豊かに過ごせるか、今からライフプランを考えましょう。

→ 65歳平均自立期間*1と
65歳平均余命*2(2017年・東京都)

65歳から健康で
いられる期間は
たくさんある！

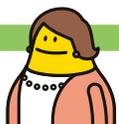


65歳健康寿命(東京保健所長会方式)/東京都福祉保健局より改変
*1 65歳平均自立期間:65歳の人が、要介護2を受けるまでの期間の平均。健康と考える期間
*2 65歳平均余命:65歳の人が、65歳以降平均してあと何年生きられるのかの期待値

これくらい、強気に
健康寿命を
追求したいもの!?

50
川柳

「健康で死ぬ気がしない俺様は、きっと200歳の新記録」



65歳すぎてもまだまだ現役！

【仕事年齢】



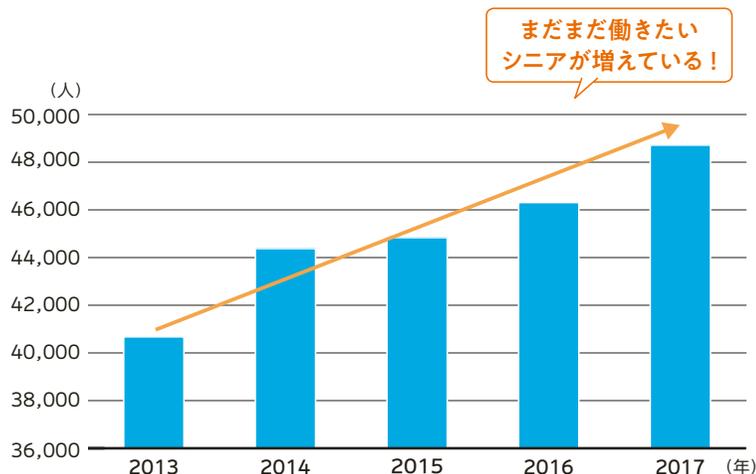
日本のシニアの就業率は世界の主要国の中で最高。2019年、国が70歳まで就業機会確保の努力義務について法整備を図る方針を発表したこともあり、今後、シニアの就業率はさらに高まることが予想されます。生きがいを持って働くことは健康にも良く、退職後、社会への一歩が踏み出せないシニアにとっては、就業はそのきっかけにも！

【仕事年齢】

生きがいを持って仕事に チャレンジしたい人を応援！

東京では65歳をすぎても働きたいという人が増えています。ただ、シニアが希望する仕事と求人にはミスマッチがあり、就業率はなかなか伸びていないという現状も…。そんな状況を打破しようと、東京都では「シニア就業応援プロジェクト」*1をスタートし、元気なシニアを応援する体制を整えていこうとしています。就業や創業の相談窓口も充実。詳しくはPart 2で。

➡ 65歳以上の新規求職者数(東京都)



東京労働局「職業安定業務年報」より

*1 2018年、小池都知事の「人生100年時代に向けて、意欲あふれる高齢者の方々が学びに仕事にいつまでも生きがいを持ってチャレンジできる社会を創り上げたい」という目標に沿ったプロジェクト

第3キャリアも
余裕で
いけたりして!?

50➡
川柳 なめんなよ、第2のキャリアも30年



東京都が応援！シニアの就業

学ぶ
を応援！

新たな挑戦のための学びの場を提供
東京セカンドキャリア塾

シニア就業応援
プロジェクト

新しい仕事にチャレンジする意欲のある65歳以上のシニアが楽しく学びながら、セカンドキャリアについて考える場です。書類選考、面談を経て合格した人は、シニア就業に役立つ特別なカリキュラム(半年で54講座程度)を無料で受講できます。2020年度は55歳からのシニア予備群向けの講座も計画中です。

働く
を応援！

人気職への派遣就業を支援
東京キャリア・トライアル65

シニア就業応援
プロジェクト

65歳以上のシニアに求職ニーズの高い事務職や営業職、IT技術職を中心に、お試し就業(有給)ができるシステム。専任のキャリアカウンセラーがサポートしてくれるので、正規の就業に結びつくケースも増えています。受け入れ企業の派遣人件費等を都が負担することで、シニア人材活用への第一歩をサポート。

起業
を応援！

起業に挑戦するシニア層を後押しするプログラム
AiITシニアスタートアッププログラム

起業に挑戦する50歳以上のシニア層が、起業に必要な知識・スキルを短期間で修得できるよう、東京都立産業技術大学院大学(AiIT)が都や産業界等の協力を得て、約6カ月間の大学院教育レベルのプログラムとして開講しています。修了者に対しては、学校教育法に基づく履修証明書を交付します。

詳しくはHPで P202 4、P203 8