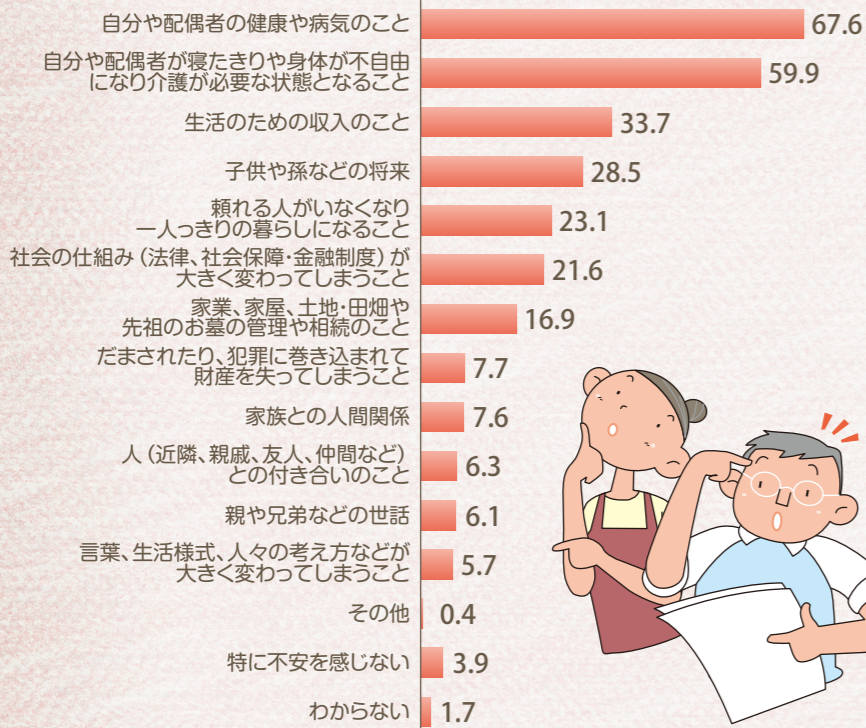
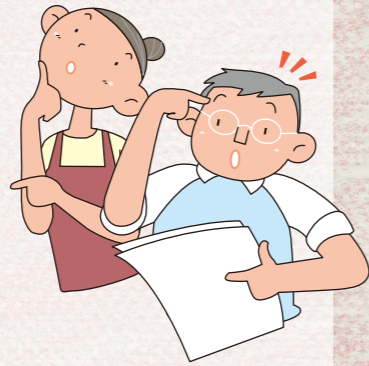


高齢者の将来の不安理由(複数回答)



平成26年 内閣府「高齢者の日常生活に関する意識調査」



シニアの3大不安

しかしながら、実際には「喜び」よりも「不安」のほうが大きくなっている様子もうかがえます。

内閣府が毎年行う「国民生活に関する世論調査」では、「悩みや不安がある」と回答する人が年々増えており、その数は約7割を占めるまでに。その理由のトップが「老後生活に対する不安」です。

左図のように、60歳以上で「将来に不安を感じる」と回答した人の、その理由のトップは「自分や配偶者の健康や病気のこと」。次いで、「自分や配偶者が介護を要する状態になること」、「生活のための収入のこと」と続きます。「健康介護・お金のこと」がシニアの3大不安といえます。80歳代の平均寿命を前提に人生設計を考えている今の若者世代とは異なり、私たちシニア世代は「思いがけず長寿革命に立ち会った世代」。変化に対する準備は十分とはいえなかったかもしれません。

寿命という「量」から「質」へ

定年後20年以上、人によっては40年にも及ぶ自由な時間。その期間を無為に過ごすのではなく、より豊かに生き抜きたいものですね。

でも残念ながら、そのための手本となる世代はありません。私たちが手本となるべく試行錯誤をするしかないのです。



一緒に考えてみましょう。

長寿革命

世界保健機関(WHO)によると、2015年の日本の平均寿命は83.7歳。この70年間で実に30歳も寿命が延びました。さらに、厚生労働省によると、最も死亡する人が多いと推計される年齢は、男性が85歳、女性は91歳。平均寿命を大幅に上回っており、すでに「人生90年時代」に突入しているといえます。

まさに「長寿革命」ともいえるほどの劇的な寿命の伸び。これは、医学の進歩、食生活や生活環境の改善、公衆衛生の発展など、さまざまな要因によってもたらされた、喜ばしい変化です。



日本人の平均寿命の推移と推計

