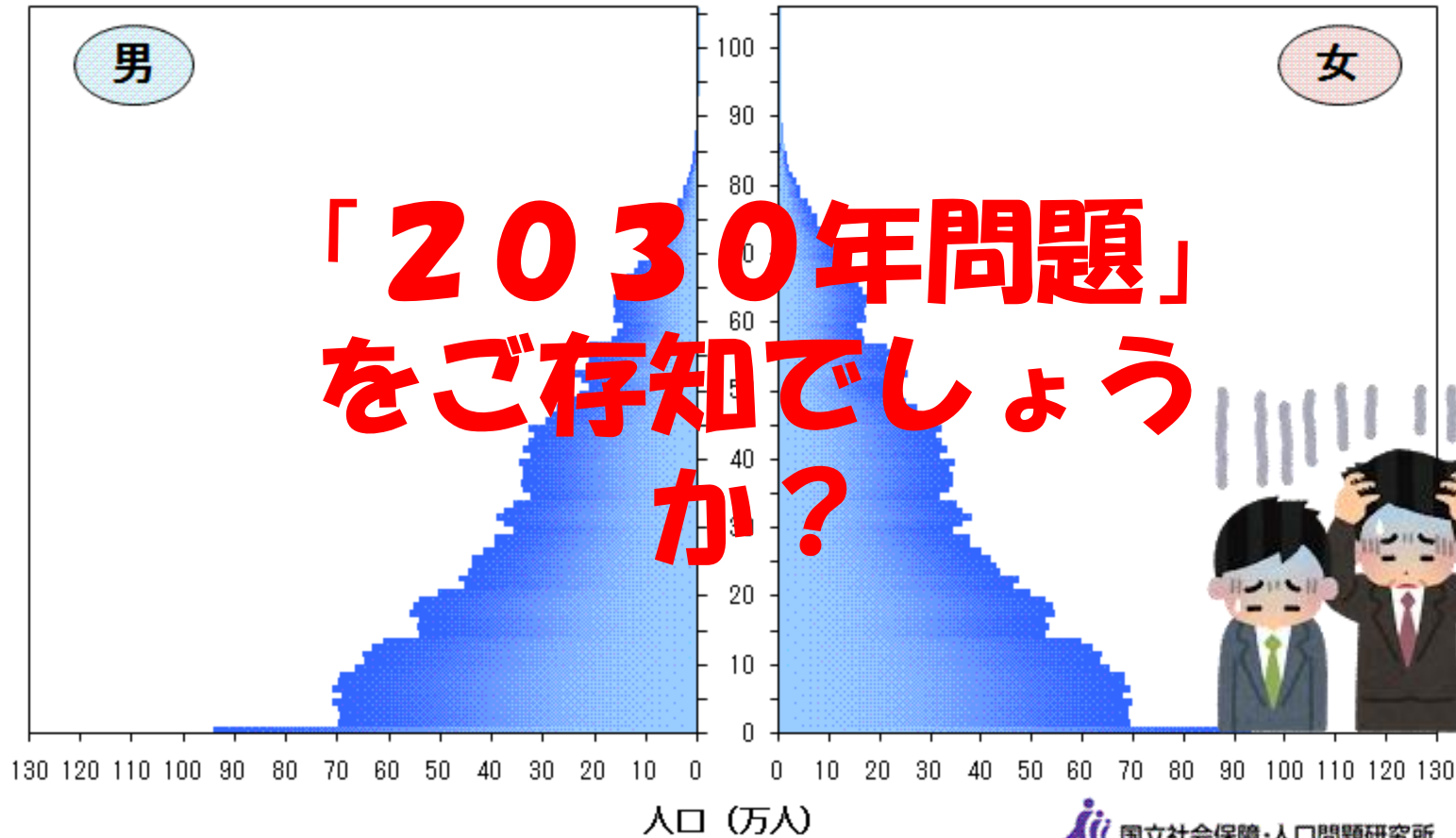


第1部

軽視禁物。 長寿社会における定年後の過ごし方

～他人ごとにあらず。
「社会的孤立」「生きがい喪失」リスクの恐怖

1920 年



資料：1920～2010年：国勢調査、推計人口、2011年以降：「日本の将来推計人口（平成24年1月推計）」。

2030年問題

2030年には人口の1 / 3が高齢者になると言われており、それにより様々な問題が生じるといわれています。

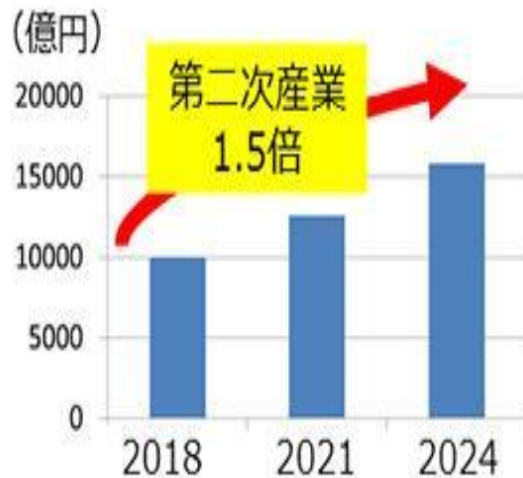
- ・ GDPの低下
- ・ 年金の見直し
- ・ 人材不足
- ・ 医療不足
- ・ 2030年から三二氷河期に

社会情勢

(急速な成長が見込まれるロボットの国内市場)

■急速な成長が見込まれるロボットの国内市場（分野別）

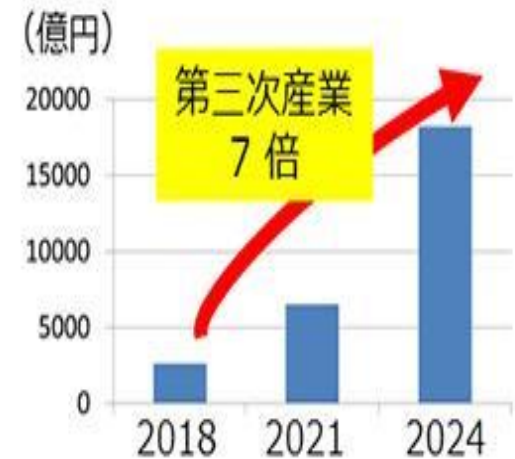
ものづくり関連ロボット国内市場



農業関連ロボット国内市場



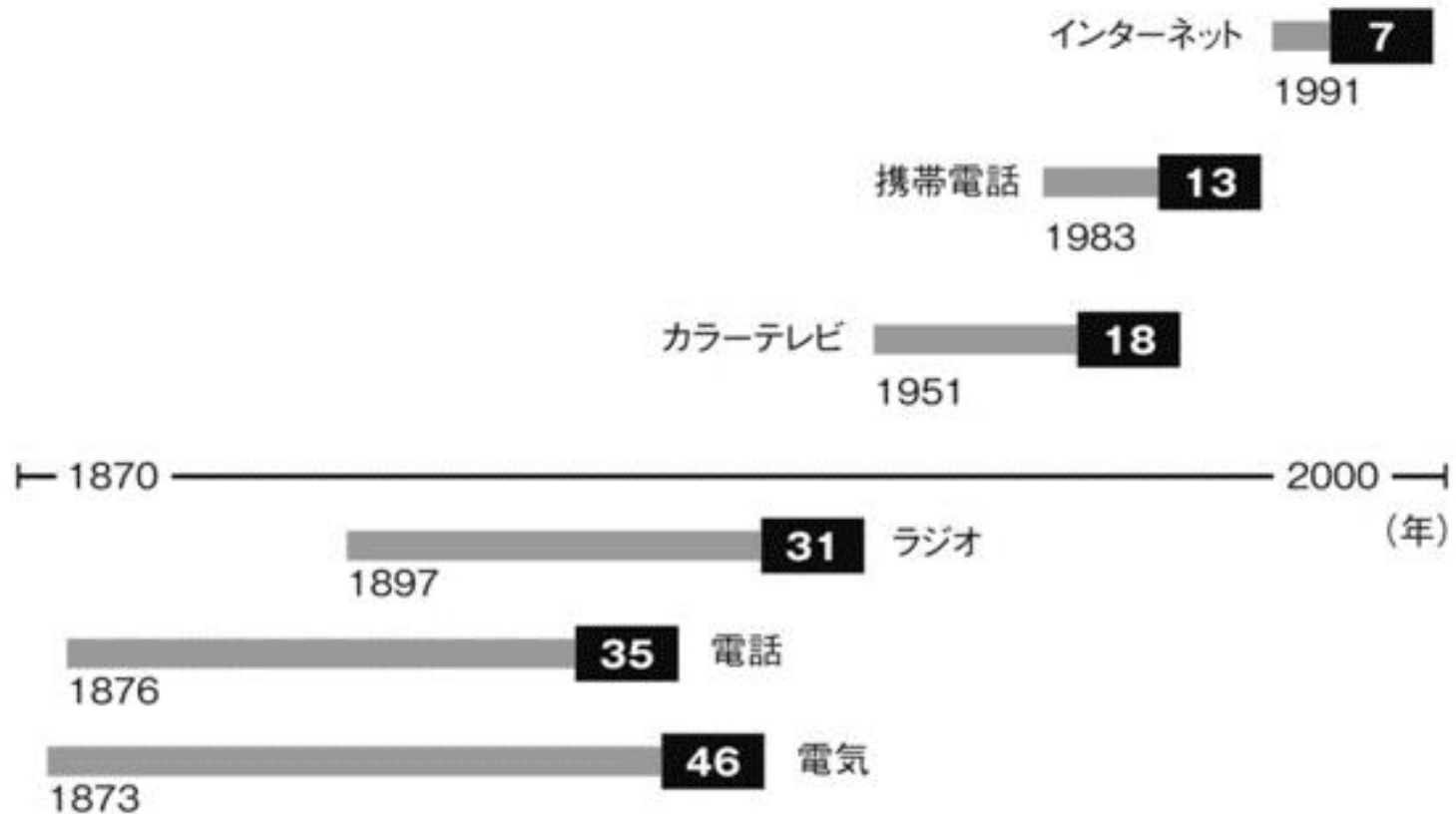
サービス/物流関連ロボット国内市場



(経済産業省：2012年ロボット産業の市場動向より算出)

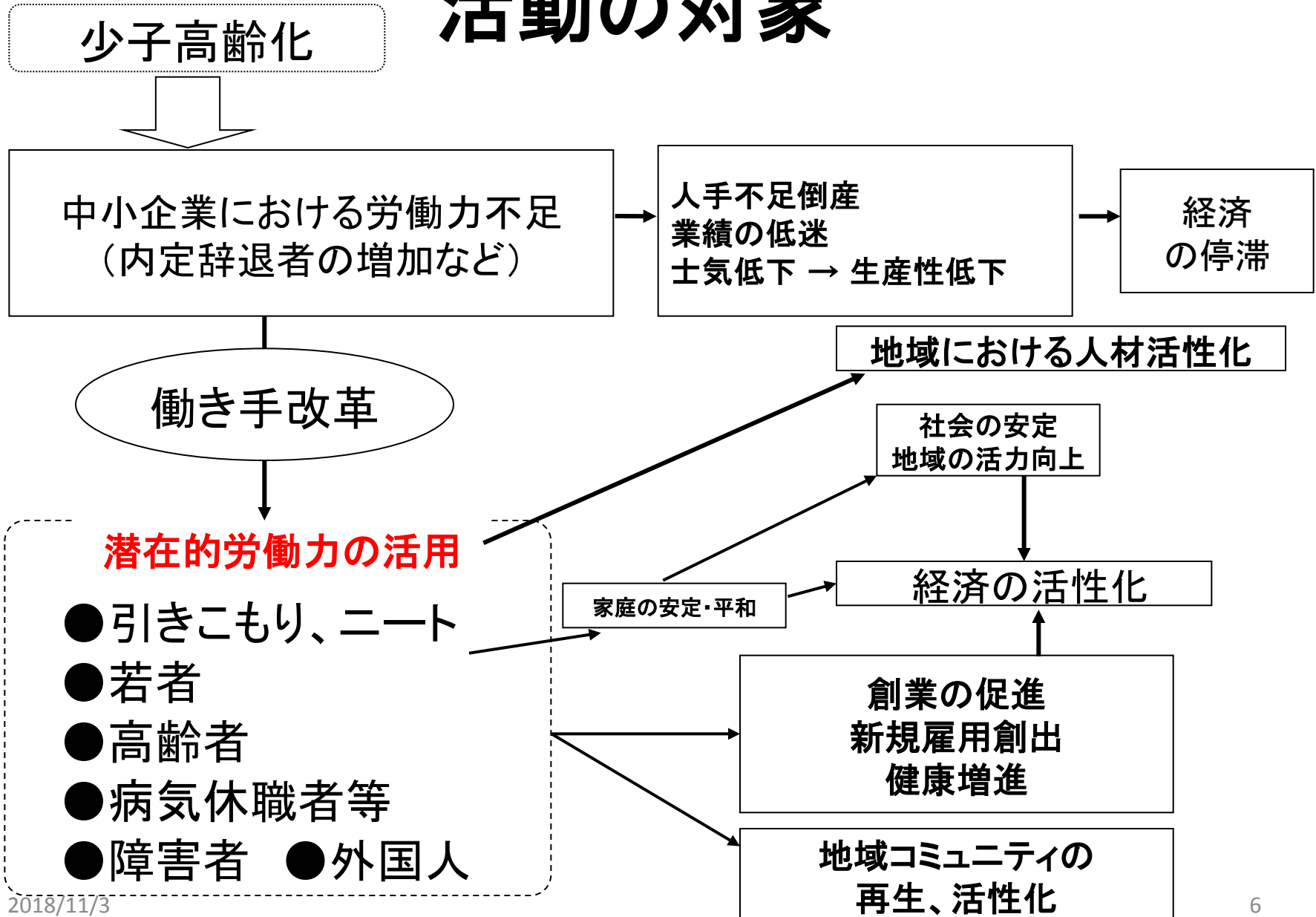
社会情勢

■ 発明から米国民の25%が使うようになるまでに要した年数の比較



電気や電話に比べ、携帯電話やインターネットの普及が急速に進んだ様子がよくわかる

活動の対象

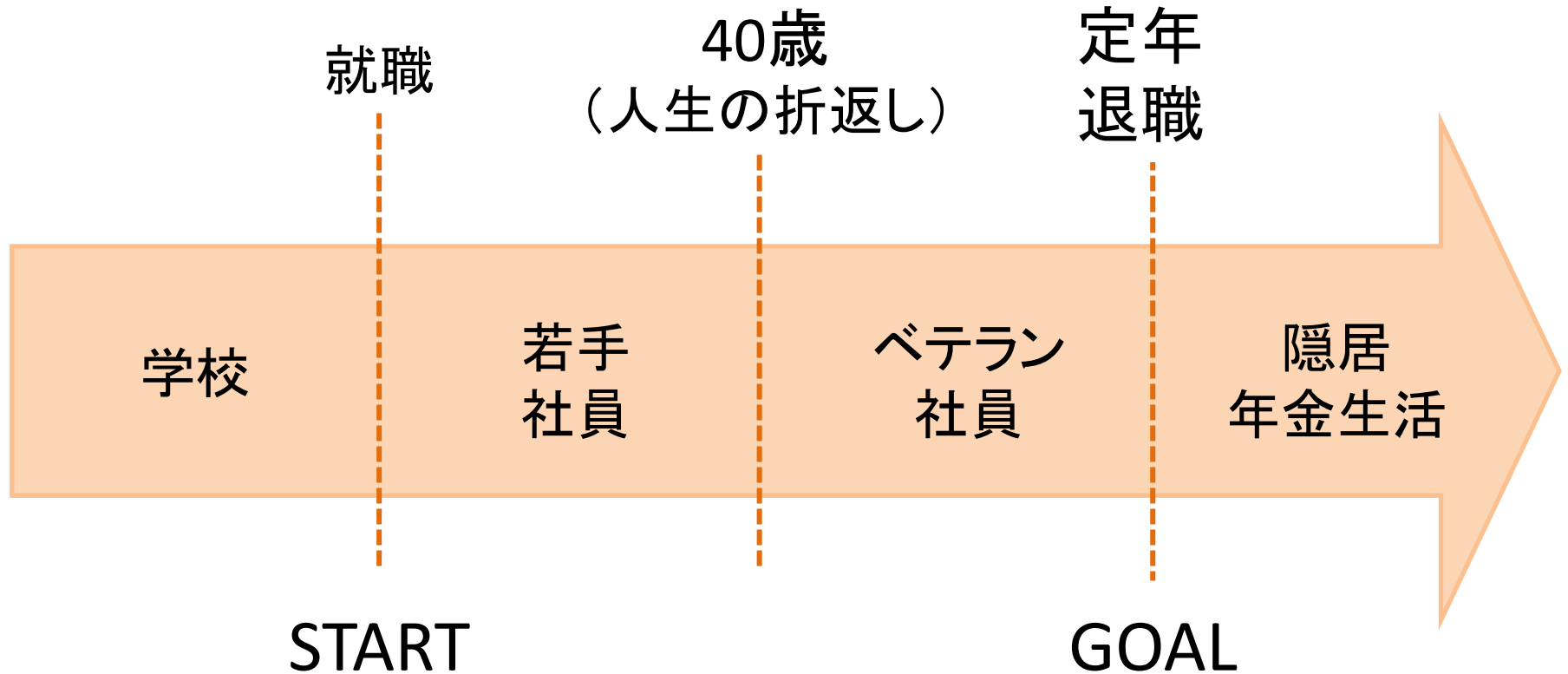


設立の経緯

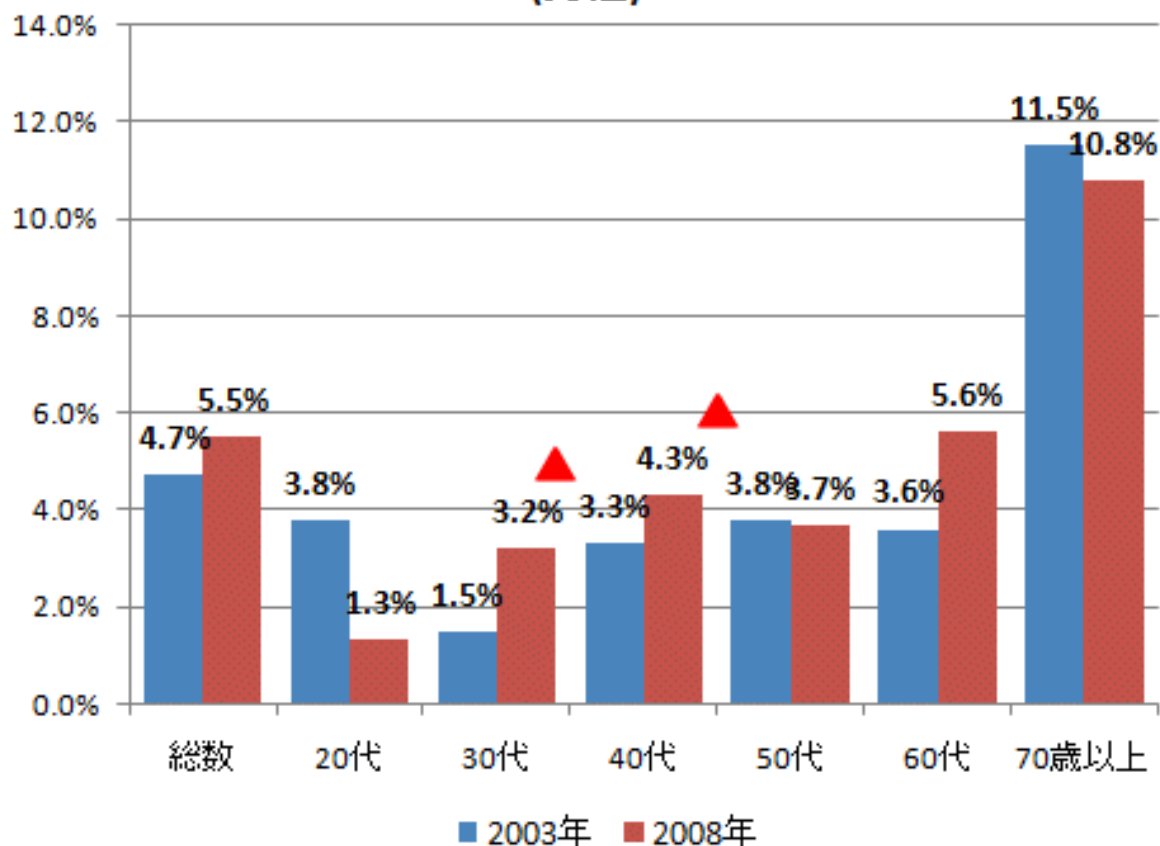
ACKは、少子高齢化や産業構造の急速な変化が進む中、高齢者、引きこもり・ニート、仕事に定着でいない若者など埋もれた潜在的労働力を活かすため、地域の仲間との絆を深めながら一歩前へ進む「発想と共創の場」の提供を目的に数名の仲間と立ち上げました。

先ず、第一ステップとしてシニア世代を対象にした活動から開始することになりました。

従来の標準的な人生モデル



日常生活の中で外出することがほとんどない者の割合 (男性)



※「あなたは、日常生活の中で買い物や散歩などを含め、外出についてはどのように行動していますか」の問いに対し、「外出することはほとんどない」と回答した者の割合

<http://www.garbagenews.net/archives/1119628.html>

定年退職後引きこもりのリスク

- 生きがいの喪失
- 認知症、うつ病
- 運動不足、生活習慣病
- 収入面での不安
- 社会的疎外感

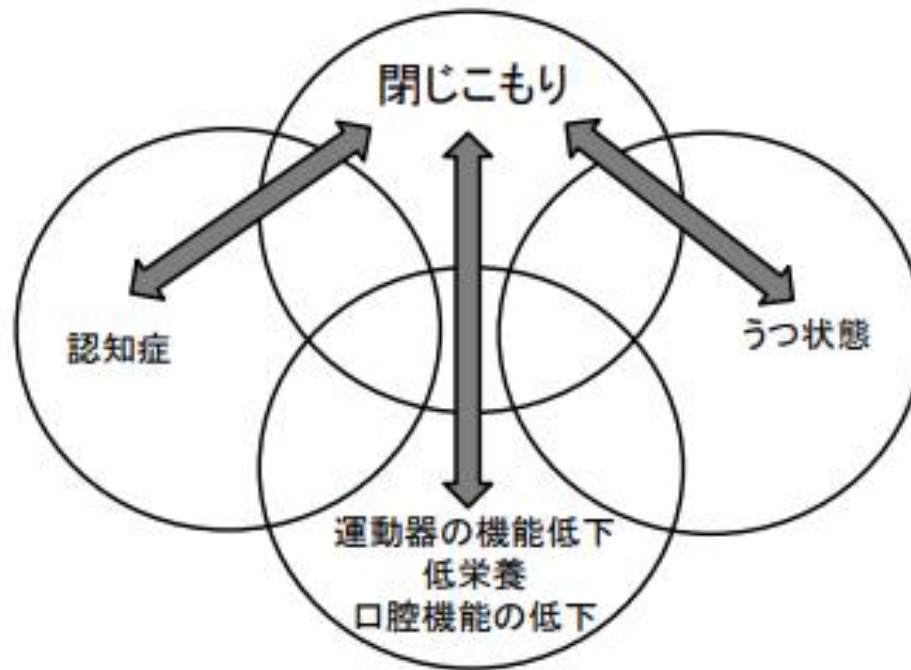


図2 閉じこもりと他の状態との関連モデル

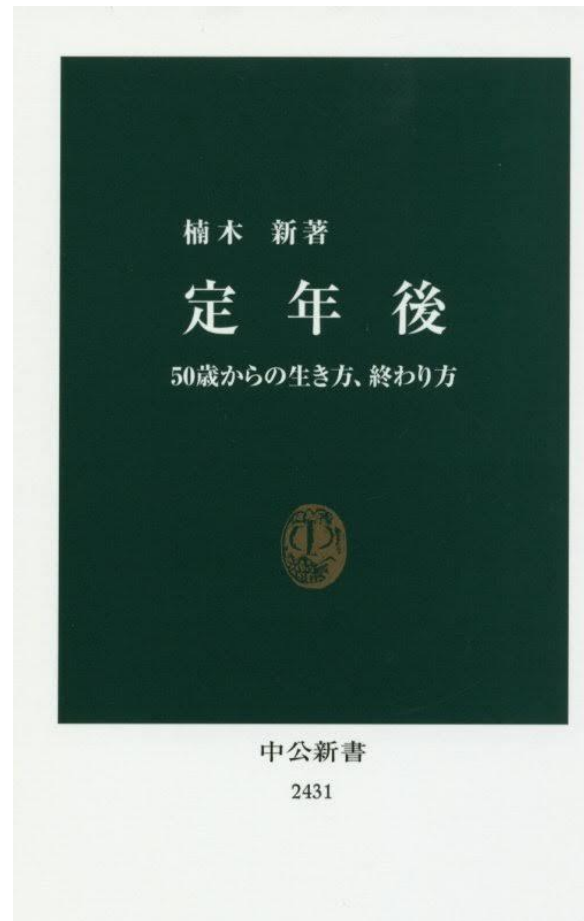
出典：厚生労働省，閉じこもり予防・支援マニュアル改訂版（平成24年3月）

<https://doors.doshisha.ac.jp/duar/repository/ir/22639/019017010005.pdf>

定年退職後引きこもりの社会リスク

- 社会活力の喪失
- 経済の停滞
- 医療・介護費の増
- 孤独死の増
- 財政破綻リスク
- 子どもの成長への影響

『定年後』(中公新書) 著者:楠木 新



⇒ 定年後にイキイキと過ごしている人は2割未満

『ライフ・シフト』(東洋経済新報社)

著者: リンダ・グラットン、 アンドリュー・スコット



3ステージの人生

(教育⇨仕事⇨引退)



マルチステージの人生

100歳時代の戦略的人生設計書

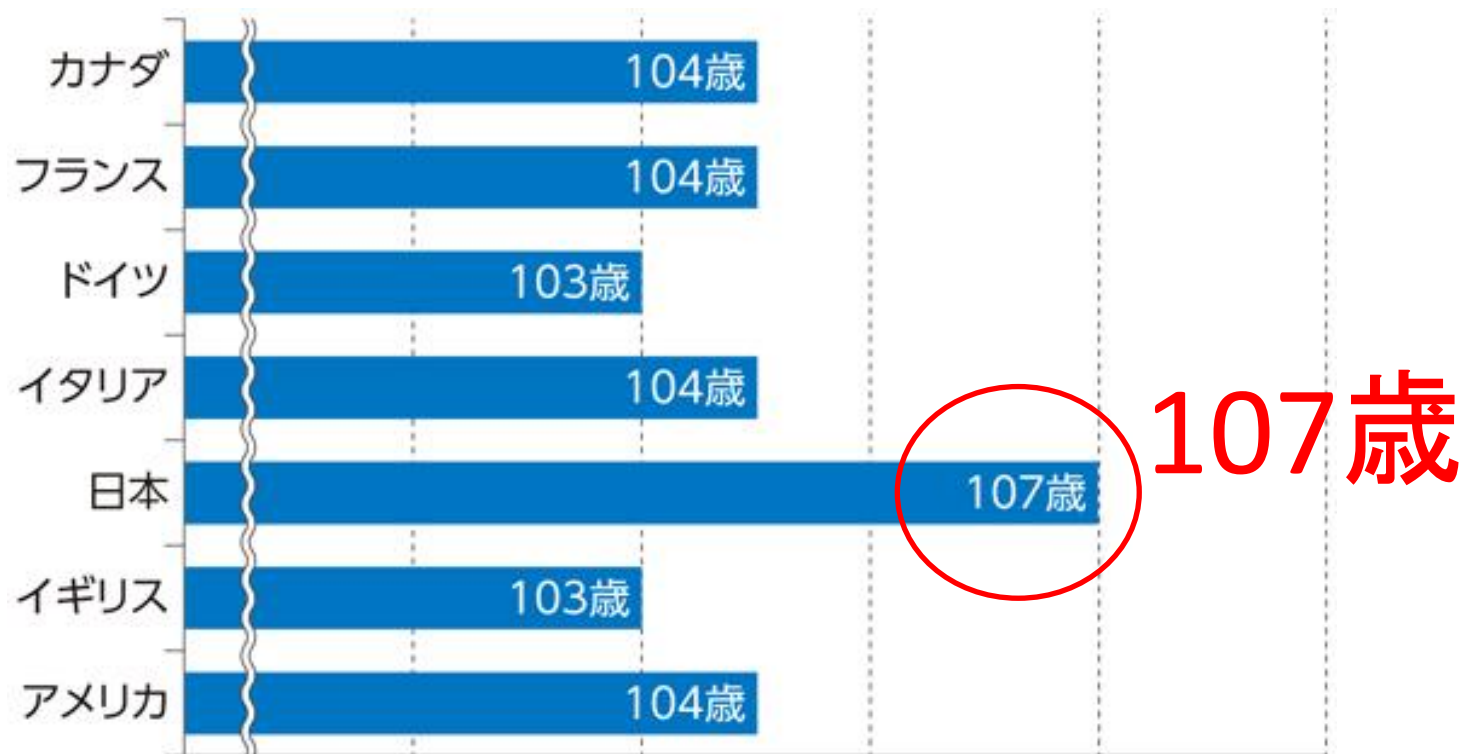
《本書の主な内容》

- 人生はより長く、健康になる。
- エクスプローラー、インディペンデント・プロデューサー、ポートフォリオ・ワーカーという新しいステージが出現する。
- スキル、知識、仲間、評判、健康、生活、友人関係、アイデンティティ、人的ネットワーク、オープンな姿勢が大事
- 労働市場に存在する職種は、これから数十年で大きく入れ替わる。
- 100歳になった自分がいまの自分をどう見るかを考える。
- 男女の役割分担が変わる。質の高いパートナー関係が必要になる。
- 数十年単位での役割の調整が必要。高度な信頼関係と徹底した計画が不可欠。
- 各人のアイデンティティが変わっていく。

1914年生まれ ⇨ 100歳生存はわずか1%



2007年生まれ(約109万人)の子供の
半数が到達する年齢



人生もマラソンもネガティブスプリットで

社会人デビュー
(20歳前後)

定年
退職

脳のアンチエイジング
→

約20年

約40年

50歳

約40年

86歳

人生

社会経験、貯蓄、
子育て、人脈形成
(会社、家庭に尽くす)
(自分らしさの形成)

人生の醍醐味
(自分らしい生き方)

マラソン

START

中間点
折返し

ウォーミン
グアップ

前半

16km

21km

後半

35km

ラストスパート

無理せず、堅実に
(周囲のペース、流れ
に合わせながら)

レースの醍醐味
(沿道の声援、
エイド、風景)

「充実」「感動」のゴール