

# 「人生 100 年の未来をデザインする」

## ライフステージの変化

人生 80 年といわれていた 1980 年代には、「教育 20 年、仕事 40 年、老後 20 年」という 3 つのライフステージの人生が想定されていました。2024 年の内閣府「高齢社会白書」によると、当時の平均寿命は、男性 73.35 歳、女性 78.76 歳となっており、60 歳には定年退職をして、老後はゆっくりと過ごすというのが人生の「普通」の流れでした。しかし 2022 年の平均寿命は、男性 81.05 歳、女性 87.09 歳となり、40 年の間に約 8 年間寿命が伸びています。平均寿命の将来推計では、2070 年には男性 85.89 歳、女性 91.94 歳になると推測され、いわゆる 100 年時代がすぐ目の前にきています<sup>i</sup>。

人生 80 年から 100 年の 20 年もの期間をどのように経済的安定を計りながら健康に生きていくのか、私たちは大きな問い合わせられています。

## 第2の人生での働き方

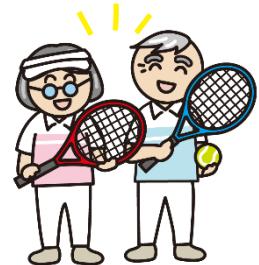
2023 年の 65 歳以上の就業者の割合は、就業者全体の 13.5% を占めています。これは、職場で働く人の 7 人に 1 人が 65 歳以上ということになります<sup>ii</sup>。様々なかたと一緒に働くためには、固定観念にとらわれず柔軟で多様な視点を持つ等、価値観のアップデートが必要です。自分が体験してきたやり方にこだわることなく、第2の人生のスタート地点で新人の気持ちになることも、時には必要なかもしれません。

更に、定年以降はそのまま仕事を継続するか、別の職に就くかなどについて、会社や国の制度を少し前から調べ始めたり、または地域活動で職場以外の人との交流を持つなどして、どのような人生を送っていくのかのヒントにするなど、新たに自分の将来を考え始めることも大切です。シニアになった時に、公的年金に頼るだけでなく十分な所得を持つことを考えて、家族と話し合っておくとよいでしょう。

## これからの世代のロールモデルになる！

これからの 100 年時代の生き方は、あらゆる可能性を吟味して、自分に合った道を歩むことができます。可能性を広げる手段の一つに、リカレント教育「学び直し」を受ける選択があります。リカレント教育とは、社会人が職業スキルを身につけるために、大学などの教育機関で学び直すことをいいます。社会人としてこれまでのスキルや知識をアップデートしながら更に新しい知識を身につけキャリアを磨いていく、または若い頃はできなかった自分の夢や憧れの分野を開拓するなど、人生の幅を広げながら、学びを始めることもできます。また IT・テクノロジーの発展により、昔は存在していなかった仕事に挑戦することもできます。

今、50~60 代が歩もうとしている未来は、後輩たちの人生設計に新たな可能性を示すきっかけとなります。また、教育の現場では、こどもたちに「先生」としての顔以外を見せることで、学びや挑戦を続ける姿勢や「挑戦することに遅すぎることはない」という、新たなロールモデルを示すことができます。学び直しや趣味の追及、地域貢献など、今だからこそできることに一歩踏み出してみませんか。あなたの行動が、これからの世代にとって「未来を切り開く力」となるのです。



### 【出典・引用・参考文献】

i 令和 6 年版高齢社会白書(全体版)高齢化の現状と将来像

[https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2024/html/zenbun/s1\\_1\\_1.html](https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2024/html/zenbun/s1_1_1.html)

ii 総務省統計局 高齢者の就業 [https://www.stat.go.jp/data/topics/pdf/topi142\\_02.pdf](https://www.stat.go.jp/data/topics/pdf/topi142_02.pdf)

