記念日「生涯現役の日」（10月1日）

生涯現役でウェルビーイングな社会へ

一般社団法人高齢者活躍支援協議会
岡本憲之

「生涯現役の日」制定の経緯

- 記念日「生涯現役の日」は、2018年7月10日に設立された「生涯現役の日」制定・普及委員会によって、同年9月19日に制定された。

- 10月1日は、1990年の国連総会で決議された「国際高齢者デー」であるが、そこでは、年齢にかかわらず誰もが生活の質を低下させることなく、就労やボランティア活動を含む社会参加を続けながら、健康的に年を重ねていくことが理念として謡われている。

- この理念は、わが国における敬老の日など高齢者の記念日とは異なることから、国際高齢者デーの理念との整合性も保てる「生涯現役の日」を、高齢者のためだけではない新たな記念日として制定することにした。

生涯現役社会の理念

「**貢献寿命**」「**健康寿命**」「**資産寿命**」の3つの寿命が連動して延びる**好循環社会**を「生涯現役社会」と捉え、超高齢社会の本質的な課題を前向きな経済力へと転換（ → エイジノミクス）。

誰もが年齢にかかわらず、自分らしく生き、社会とつながり、支え合う。
貢献・健康・経済的な安心の好循環を通じて
一人ひとりの幸福と社会の活力が両立する未来を目指します。

3つの寿命が織りなす好循環（シナジー）

この考え方のポイントは、それぞれが独立した課題ではなく、1つの歯車が回るとすべてが好転するエコシステムになっている点。

- **1 貢献寿命 ➡ 健康寿命・資産寿命:**

社会に必要とされ、役割を持つことは、認知機能の維持や心の健康に直結（健康寿命の延伸）する。また、有償の貢献であれば経済的な基盤（資産寿命）を強固にする。

- **2 健康寿命 ➡ 貢献寿命・資産寿命:**

健康であるからこそ、社会や地域での活動（貢献）が長く続けられ、働くことで「資産の寿命」も自動的に延びる。

- **3 資産寿命 ➡ 健康寿命・貢献寿命:**

経済的なゆとりは、質の高い医療・ケアや栄養、リスキリング（学び直し）への投資を可能にし、結果として健康と貢献の質を高める。

考え方の新たな視点

・１ 「老後＝リスク・負担」という衰退論からの脱却：

従来の社会保障議論は「増え続ける高齢者をどう支えるか」という防衛的な視点が中心だったが、エイジノミクスは、高齢者を「持続可能な社会の担い手（生産者かつ消費者のハイブリッド）」として再定義している。

- **２ 多次元的な「豊かさ」の評価基準：**

GDP（国内総生産）のような単一の経済指標だけでなく、ウェルビーイング（健康・生きがい）と経済的自立（資産）を掛け合わせた、成熟社会にふさわしい新しい経済指標の軸になり得る。

- **３ 「貢献」という概念の導入：**

単に「長く生きる（健康）」「お金を持たせる（資産）」だけでなく、「他者や社会とつながる（貢献）」を入れた点が特徴。人は社会的動物であり、承認欲求や利他行動が幸福度の源泉になるため、この3点目が循環を回す強力な潤滑油になる。ちなみに貢献寿命には職業寿命や社会活動寿命が含まれ、シニアの貢献寿命が、例えば家事育児支援や見守りとして現役世代に還元されることで、孤立しない子育て環境が実現し、結果として子供を産みたくなる国のインフラとなる。

実現に向けた「生涯現役社会」の課題と視点

- **１ 「貢献」の定義の多様化:**

フルタイムの労働だけでなく、短時間勤務、ボランティア、地域コミュニティでの見守り、家事育児支援、文化の継承など、目に見えにくい「非貨幣経済の貢献」も適切に評価・可視化する仕組み（地域通貨や貢献スコアなど）が必要。

- **２ 格差（デジタル・健康・資産）への配慮:**

全ての人が「生涯現役」を維持できるわけではない。病気や予期せぬ事情でこの循環から外れてしまった人を取り残さない、セーフティネットとの調和（共生社会の視点）も同時に求められる。例えば、貢献したいけれどデジタルスキルがない人や体が動かない人でも参加できる「低負荷・非デジタルの貢献（例：傾聴ボランティア、座ってできる伝統文化の継承）」など多様な選択肢を内包。

- **３ 社会のシステム移行:**

定年制のあり方、年齢を基準にしない採用、高齢者向けの金融サービス（リバースモーゲージの拡充など）、医療から予防医学へのシフトなど、既存の社会制度を「生涯現役社会」仕様に書き換えるグランドデザインが必要。

貢献寿命を延ばすための4つの切り口

- **1 「貢献」の選択肢をグラデーションにする：**

「現役並みにフルタイムで働く」か「完全リタイアか」の二者択一ではなく、週1〜2日の勤務、1日2時間の見守り活動、趣味を活かした講師など、体力やライフスタイルに合わせて選べるモザイク型のワークスタイルの構築。

- **2 スキルや経験の「翻訳」と「リスキリング」：**

長年培ったビジネスの経験や主婦・主夫としての知恵を、そのままではなく「地域やベンチャー企業などが求める形」に翻訳・マッチングする仕組み。また、時代に合わせたデジタルスキルのアップデート（学び直し）の機会も重要。

- **3 非貨幣経済（ボランティア・地域活動）の可視化：**

お金をもらう労働だけでなく、地域の美化、子育て支援、伝統文化の継承などの貢献を、感謝のメッセージや「地域ポイント」などの目に見える形で評価・循環させるシステム（デジタル技術の活用など）。

- **4 「お互い様」の互助エコシステム：**

元気なシニアが少し上の世代のケアをサポートし、自分がサポートを必要とした時にはその「貢献の貯金」が使えるような、世代間・世代内の循環（タイムバンクのような仕組み）。