

高活協通信(2026年7月号)

発行：一般社団法人 高齢者活躍支援協議会

<http://www.agenomics.org>

◆◆◆高活協ニュース◆◆◆

■高活協通信 7月号をお届けいたします。

■ 内閣府は、6月12日令和8年版「高齢社会白書」を公表しました。

https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2026/zenbun/08pdf_index.html をご参照ください。

令和7年版や、過去の白書との主要ポイントの比較などを紹介します。

1. 全人口に占める高齢者(65歳以上)の比率

令和7年では、29.4%と前年令和6年比較で0.1%上昇。2020年には28.6%、2000年には17.4%であり、高齢者比率は進展。2070年時点では、高齢化率38.7%と推計されている。

2. 65歳以上の就業者数及び就業率の推移

65歳以上の就業者数は、22年連続で前年を上回った。65歳以上の就業率は各世代とも上昇傾向にあり、令和7年の就業率は、65～69歳で54.5%、70～74歳で36.2%、75歳以上で12.6%。

3. 生活の満足度と就労意識に関する国際比較

・生活の満足度(「満足している」と「まあ満足している」の計)については、日本79.2%、アメリカ93.6%、ドイツ88.5%、スウェーデン96.6%。

・今後収入を伴う仕事をしたいと思うか については、)については、日本では約4割が「収入を伴う仕事をしたい(続けたい)」と回答している一方、日本を除く国の7割以上が「収入を伴う仕事をしたくない(辞めたい)」と回答している。ただ、前回5年前の調査と比較すると、いずれの国においても「収入を伴う仕事をしたい(続けたい)」と回答した割合が横ばい又は増加している。

4. 公的年金・恩給を受給している高齢者世帯における公的年金・恩給の総所得に占める割合別世帯数の構成割合

公的年金・恩給を受給している高齢者世帯について、公的年金・恩給の総所得に占める割合別世帯数の構成割合を見ると、公的年金・恩給が家計収入の全てとなっている世帯が43.4%となっている。

5. 高齢者世帯の所得

高齢者世帯の平均所得金額(令和5年の1年間の所得)は314.8万円で、その他の世帯(671.0万円の約5割となっている。また、中央値(所得を低いものから高いものへと順に並べて二等分する境界値)は、253.0万円。

■高活協（一般社団法人高齢者活躍支援協議会）の、「10月1日は生涯現役の日です」コーナーの内容を更新しました。この度、岡本前理事長のご協力で、同コーナーを更新いたしました。

生涯現役社会 ～健康寿命・貢献寿命・資産寿命の好循環社会～ということで、

3つの寿命の定義

- ① 健康寿命（心身の自立）：健康上の問題で日常生活が大きく制限されることなく生活できる期間。
- ② 貢献寿命（社会とのつながり）：仕事、ボランティア、地域活動などを通じて社会と関わり、何らかの役割を持って活動できる期間。
- ③ 資産寿命（経済的基盤）：保有資産や収入により安心して生活を送れる期間。

を明らかにし、それぞれの寿命の重要性について、概念図を用いて説明しておりますので、ぜひ、ご参照ください。

<http://www.agenomics.org/pdf/lifelongociety.pdf> で、ご覧いただけます。

生涯現役社会の3つの寿命と関連して、「幸せ＝お金」の考えは不幸を呼ぶ 幸せな老後を送る真の4箇条を佛心宗大叢山福厳寺の大愚住職が、大乘莊嚴經論という仏教の經典を引用して次のように紹介しています。

1. 健康第一の利 仏教での「利」は、お金ではなく「健康」です。健康に勝る利得はありません。
2. 知足第一の富 知足とは、「足るを知る」ということ。華美なぜいたくを求めず、等身大の生活をしていくことが、実は富につながる。
3. 善友第一の親 仏教では、社会の中で関わる人々をすべて「友」と呼び、互いに助け合う仲間としているが、その中で尊敬できる友を持て、という教え・ハーバード大学が75年に渡って追跡研究を行った結果で、幸福度の高かったグループの共通点は、「年収や学歴は職業ではなく、良い人間関係があるか、人数とは関係なく、たった一人でも信頼できる友人がいるか」ということだったと報告されています。
4. 涅槃（ねはん）第一の楽 涅槃とは、心の安定のこと。怒ったり、悲しんだりせず、心を安定させ、日々の生活を楽しみ、明るく生きること。

私（村関）の勤める高齢社での研修では、幸せな老後を過ごす3条件ということで、

1. 健康 2. （人や社会との）つながり（＝孤独にならない） 3. 「そこそこ」お金 と説明し、この3条件は、「無理なく働くことで」実現できると説明しています。お金に関しては あえて「そこそこ」と言います。これは大愚和尚の「足るを知る」とも関連しますが、一番大事な健康とお金の優先順位を間違えないようにして頂きたいということです。「お金をガンガン稼ごうと老後は思わない方がよい。年金もあるので、年金プラス10～15万円くらいを働いて稼いで少しゆとりを持って幸せに暮らしてもらいたい」との気持ちからです。

■高齢者雇用の総合誌『エルダー』のご紹介

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構（JEED）が発行する高齢者雇用の総合誌「エルダー」に関する情報は、下記のURLからご覧いただけます。

[啓発誌「エルダー」 | 独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構](#)

◆◆◆高活協主催/共催イベントの紹介◆◆◆

■これまで高活協が主催した(共催含む)イベントの報告書/記録集

過去に高活協が主催・共催したイベント(シンポジウム、セミナー/フォーラム)の報告書や記録集は、高活協ホームページの「高活協アーカイブ」ボタンをクリックしてご覧になれます。(ホームページは下記 URL)

<http://www.agenomics.org/>



配信先メールアドレスの変更をご希望の方、また配信が不要な方は高齢者活躍支援協議会・事務局までご連絡ください。

本通信に対するご意見やご感想をお聞かせください。

また、本通信に掲載してほしい情報等がありましたら、ぜひご連絡ください。

一般社団法人高齢者活躍支援協議会

〒101-0021 千代田区外神田 3-6-4 OSビル 5F (株)高齢社内 HP: <http://www.agenomics.org>