

# 「人生100歳時代の設計図」について

神奈川県政策局政策部総合政策課

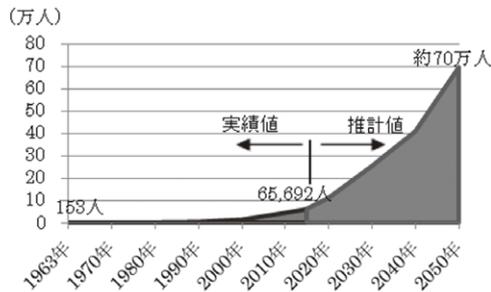
神奈川県では、健康寿命が延びる中で、県民の皆様一人ひとりが100歳をひとつのゴールとして、そこから逆算して人生の設計図を描いていくことが大事になると考え、「人生100歳時代の設計図」というテーマを問題提起している。

## 1. 100歳以上の人口と神奈川の高齢化

戦後、日本人の平均寿命や健康寿命が急速に延び、現在100歳以上の人口は全国で6万5千人を超えている。2050年にはさらに増加し、約70万人に達すると推計されている。

また、神奈川県は全国一、二を争うスピードで高齢化が進むとされており、医療や介護を要する人が急増し、これまでの社会システムでは立ち行かなくなるおそれがある。

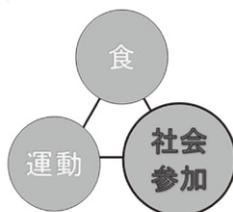
全国の100歳以上人口と推計値



住民基本台帳による都道府県からの報告及び  
国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口」を基に、総合政策課が作成

## 2. 「未病を改善する」取組み

こうした中、県では、「未病を改善する」取組みを進めている。これは、心身の状態を「健康か病気か」といった明確に二つに分けられるものとしてとらえるのではなく、健康と病気の間で常に連続的に変化するものとしてとらえながら、「食」「運動」「社会参加」の見直しによって、人々の健康を維持し、より良い状態にして、健康寿命を延ばそうとする取組み



である。

こうした取組みを進めていくと、元気な高齢者が増えることになり、若者や現役世代にとっても、元気に生活できる期間が延びることになる。

## 3. 「人生100歳時代の設計図」の取組み

健康寿命が延び、人生100歳時代を迎える中、県民一人ひとりがそのことを念頭において、人生の設計図を描くとともに、それを支える働き方や学び方など、社会のあり方を見直していくことが必要である。

また、高齢者に留まらず、若い世代の方々も「人生100歳時代」のライフプランを考え、「生きがい」を持って社会に参加する環境づくりを進めていくことが大切である。

そこで県では、「人生100歳時代の設計図」の取組みを進めている。平成28年度は議論の年として、キックオフシンポジウムや、県民と黒岩知事との“対話の広場”などを開催し、人生100歳時代について意見交換を進めてきた。

今後は、市町村や関係団体、大学などともさらに議論を深め、お互いに知恵を出し合いながら、「人生100歳時代」にふさわしい社会の実現に向けて、取組みを進めていきたい。

