

# 「人生 100 歳時代」にふさわしい地域社会の構築に向けて ——有識者ヒアリングを踏まえ——

神奈川県政策研究・大学連携センター  
中村 佐知子

## 【要 旨】

○ 「人生 100 歳時代」を迎える中、数十年にも亘る高齢者としての生活をどのように生き生きと過ごすかが大きな課題となっている。健康寿命等が大幅に延びる一方、近隣との関係や世代間の関係が希薄化し、生活の基盤となる「地域社会との繋がり」を十分に持てない高齢者も少なからずみられるなど、社会課題も生まれてきている。

○ 長い高齢者生活を生き生きとしたものとするためには、若いうちから準備をしていくことが望まれるが、実際には、現役世代で高齢期への備えを特に行っていない割合は非常に高い。これは、①個人において早期に備える必要があるという意識が薄いことのほか、②仕事などが忙しい中で、時間・情報・機会が十分に与えられていないこと、が複合的に影響しているとみられる。

○ このような現状を改善し、「人生 100 歳時代」にふさわしい地域社会を作っていくためには、こういった点に留意していくべきか、有識者にヒアリングしたところ、「（1）早くから」（現役世代の参加）「（2）緩やかに」（過干渉のない繋がり）、「（3）役に立つ」（社会貢献の実感）という3つのキーワードが浮かび上がってきた。

現役世代が「（1）早くから」地域活動へ参加できるようにするためには、（1）企業が①退職後の生活を早期から意識付ける支援体制を強化したり、②従業員に十分な時間的余裕や参加機会を与えたりしていくことが求められる。また（2）行政は①幅広く情報を提供するとともに、②地域活動に積極的に参加している個人や企業を表彰することなどを通じて、側面支援していくことが責務となる。

また、人間関係が希薄化した現状を出発点にすると、今後は「（2）緩やかに」繋がることを目指した方が、実現性が高く持続可能な地域活動が期待できるとみられる。

そして、個人が前向きに活動に参加していくためには、各々が自分なりに出来る範囲で貢献して、「（3）役に立つ」実感が持てるような活動内容を中心に据えていくことが望ましい。そのためには、適切な情報提供や学び直しの場の提供が必要であり、ここには行政からの積極的な側面支援も求められる。

○ こうした社会変革は一朝一夕に成果が出るものではなく、息の長い取組みが必要となるが、まずは、県民との対話を続けながら、今回有識者から聞かれた意見を具体的な政策や対応策に活かしていくことが、その第一歩となる。

## 目 次

(はじめに)

### 第I章 現状と課題

#### 1. 長寿社会の実現

【BOX1】 何歳からを「老後」というか

#### 2. 家族構成・人間関係の変化

- (1) 近隣との人間関係の希薄化
- (2) 一人暮らしの高齢者の増加
- (3) 世代間の関係の希薄さ

#### 3. 長い高齢生活を充実させるための対応の遅れ

- (1) 高齢者生活への備えの遅れ
- (2) 高齢者生活への備えが遅れる主な要因

【BOX2】 従業員の退職に備えた支援制度

### 第II章 地域社会作りの目指すべき方向（有識者からの意見を踏まえ）

#### 1. 3つのキーワード

- 2. 「早くから」（現役時代からの地域活動への参加）
- 3. 「緩やかに」（過干渉のないゆるやかな社会的繋がり）
- 4. 「役に立つ」（社会貢献している実感が持てる活動内容）

(おわりに)

<謝 辞>

---

## (はじめに)

わが国では、平均寿命・健康寿命が大幅に延び、超高齢社会となって久しいが、実際の人々の意識では依然「60代からは老後・余生」という旧来型の人生を漠然と思い描いており、数十年にも亘る高齢者生活を充実して過ごすための準備が十分に出来ていない状況にある。

こうしたことから、神奈川県では、住民一人ひとりが「人生100歳時代の設計図」を描いていくことが重要であるとの認識を広めるために、昨年度から県民との対話を積極的に進めるとともに、新しい時代にふさわしい社会はどうあるべきかについて、検討を重ねてきている。

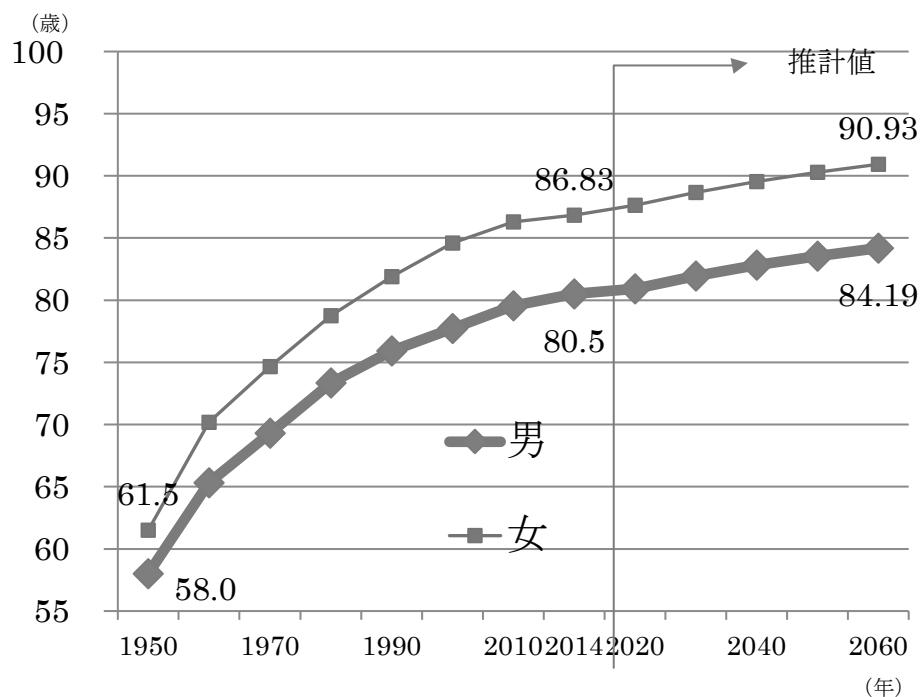
もとより、高齢者生活を生き生きと暮らしていくための課題や処方箋を網羅的に論ずることは簡単ではない。こうした中、本調査は、①「地域社会作り」「人々の地域活動への参加」という課題を中心に、②個々人の意識変革と行動変容を起こすには、どのようなことに留意していくべきかに焦点を当てて、有識者にヒアリングした内容を中心に、今後の政策形成に資する一つの材料を提供しようとするものである。

## 第 I 章 現状と課題

### 1. 長寿社会の実現

よく知られているように、我が国では、戦後平均寿命が飛躍的に伸び、1950 年頃には 60 歳位であったものが 2014 年には男性 80 歳、女性 86 歳になった（本県でもほぼ同様の傾向）。また、2060 年には男性 84 歳、女性 90 歳にまで延びると予測されている（【図表 I-1】）。

【図表 I-1】平均寿命の推移と将来推計（全国）

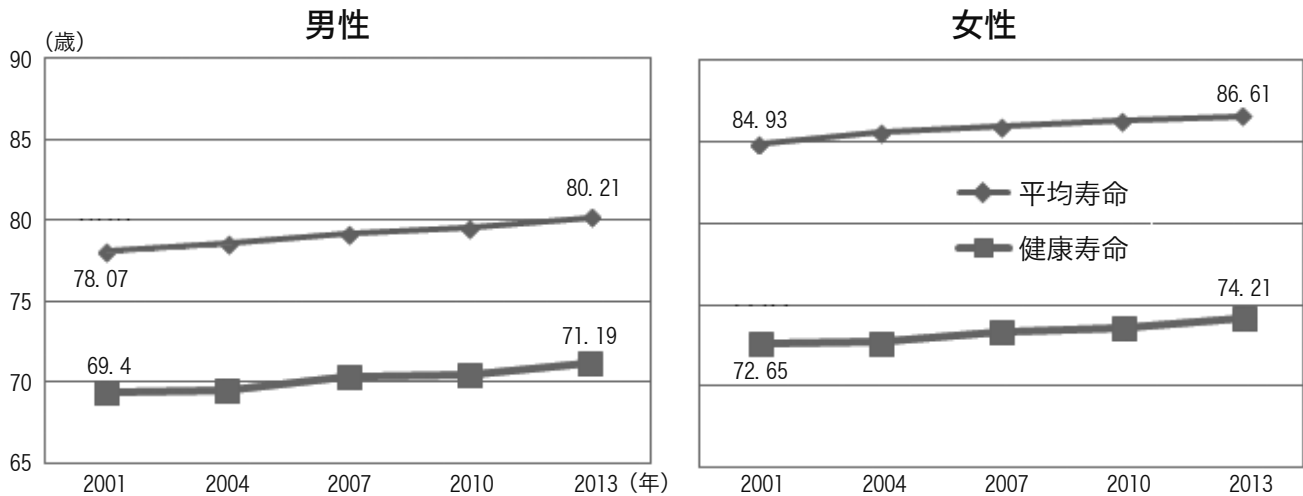


(出所) 高齢社会白書（平成 28 年度版）（内閣府(2016)）を改変

健康寿命<sup>1</sup>も、ここ 10 年間で男女ともに 2 年程度伸びており、2013 年には男性 71 歳、女性 74 歳となっている（【図表 I-2】）。

<sup>1</sup> 健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間（「平均寿命」から「日常生活に制限のある期間」を除いた年数）。

【図表 I - 2】健康寿命と平均寿命の推移（全国）



（出所）高齢社会白書（平成 28 年度版）（内閣府(2016)）を改変

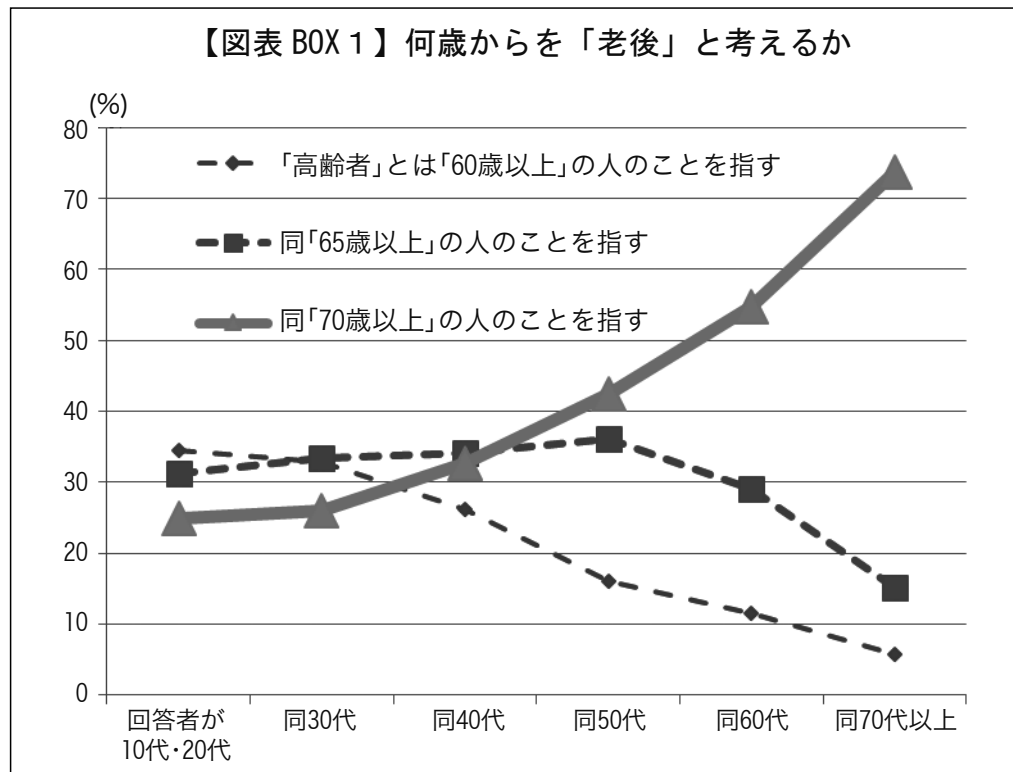
このように平均寿命・健康寿命が大幅に延び「人生 100 歳時代」を迎えようとしている中では、もはや高齢期を単純に「余生」として扱うには長すぎるといえる。平均寿命が 60 歳頃であった頃には、仕事を 55 歳頃に引退<sup>2</sup>したあとの人生の残り数年を「余生」として、その過ごし方を考えればよかったが、これからは、30～40 年にも亘る高齢者生活が生き生きとしたものとなるように、社会全体で工夫していくことが強く求められている<sup>3</sup>。

<sup>2</sup> かつては、定年は 55 歳が主流であったが、1986（昭和 61）年に成立した「高齢者等の雇用の安定等に関する法律（高齢者雇用安定法）」により、事業主が定年を定める場合は 60 歳を下回らないようにする努力義務が課されるようになった。その後、1990（平成 2）年改正で定年到達者に対する 65 歳までの継続雇用が努力義務化され、幾度かの改正を重ね、2012（平成 24）年改正で 65 歳までの雇用確保措置（①定年延長、②継続雇用制度の導入、③定年撤廃のいずれか）が義務付けられた。

<sup>3</sup> 「人生 100 歳時代」となれば、皆が人生多毛作として複数のキャリアを活かせるような、生涯現役社会を作っていく必要がある。そのためには、高齢になっても活躍し続けることが当たり前となるようなパラダイム・シフトが必要（ニッセイ基礎研究所・前田氏）。

### 【BOX 1】何歳からを「老後」というか

若年・中年層では、「60代になれば十分に『老後』に入った年代といえる」とみている。しかし、既に実際に高齢になった層からみれば「老後というのは、70歳あるいは75歳以上のこと」を意味しており、認識に大きな開きがみられる。



※「同 70 歳以上」は「70 歳以上」「75 歳以上」「80 歳以上」とした回答を全て足し上げ。  
 (出所) 「高齢期における社会保障に関する意識等調査」(厚生労働省(2014))を改変

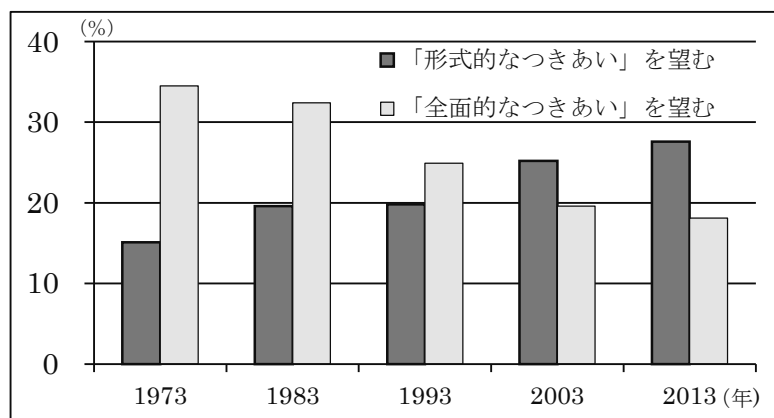
## 2. 家族構成・人間関係の変化

この間、社会構造や家族構成も大きく変わってきており、これに伴って新たな社会的課題も生まれてきている。

### (1) 近隣との人間関係の希薄化

まず、近隣との人間関係が希薄化している。例えば、ここ 40 年間でみると、①全面的つきあい（相談したり、助け合える関係）を望む人の割合が減る一方、②形式的つきあい（挨拶程度の関係）を望む人の比率が増加し、完全に逆転している（【図表 I-3】）。

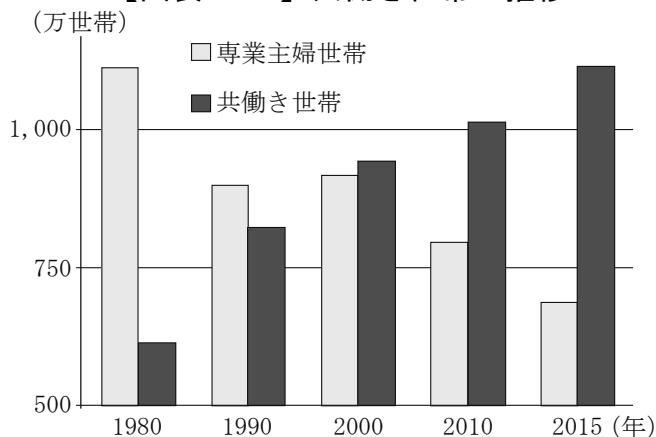
【図表 I-3】 隣近所との人間関係



(出所) 「日本人の意識」(NHK(2014))を改変

共働き家庭が増え、夫婦ともども職場中心の生活になっていることも、地域社会での人間関係が希薄化していることの一因となっている（【図表 I-4】）。

【図表 I-4】 共働き世帯の推移

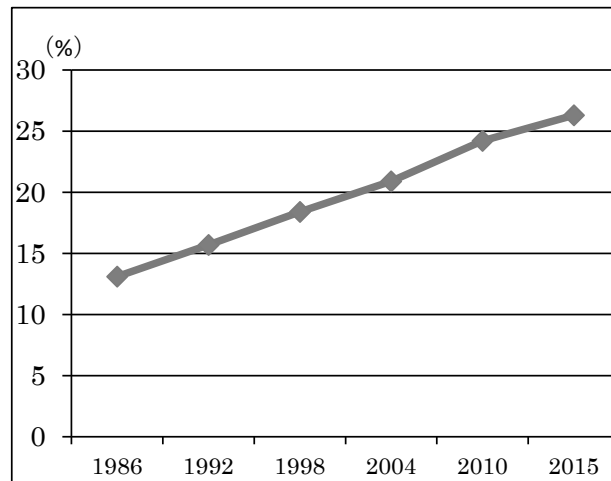


(出所) 平成 28 年版男女共同参画白書 (内閣府(2016))

## (2) 一人暮らしの高齢者の増加

また、一人暮らしの高齢者も増えている。核家族化が進行する中で、65 歳以上の人がある世帯における「一人暮らしの世帯」の比率が高まっており、1980 年代の 1 割強から、直近では 4 分の 1 程度となっている（【図表 I-5】）。

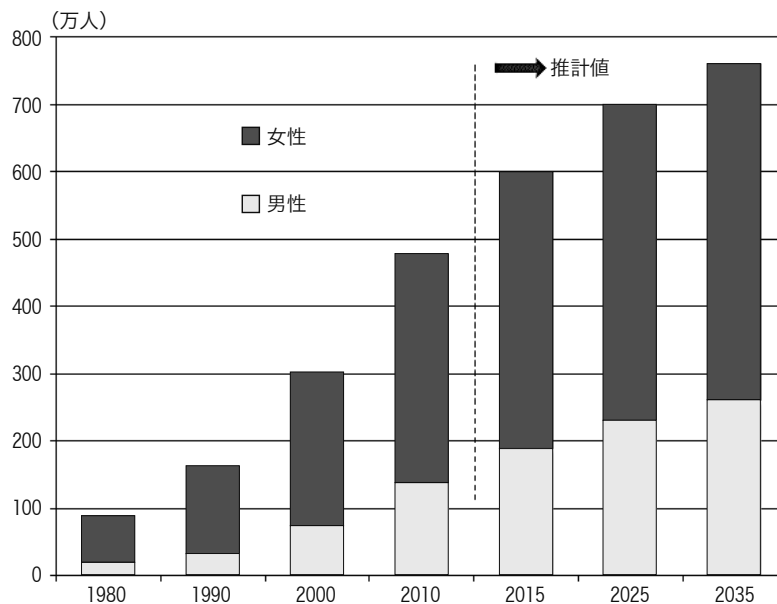
【図表 I-5】 高齢者世帯に占める一人暮らし世帯の比率の推移



(出所)「平成27年国民生活基礎調査」(厚生労働省(2015))を改変

人数で見るとさらにこの傾向は顕著で、一人暮らしの高齢者は 1980 年代には 100 万人弱であったのが、現在は 600 万人程度にまで増えており、2035 年にはこれが 750 万人にも達すると予測されている（【図表 I-6】）。

【図表 I-6】 一人暮らしの高齢者数の推移と将来推計

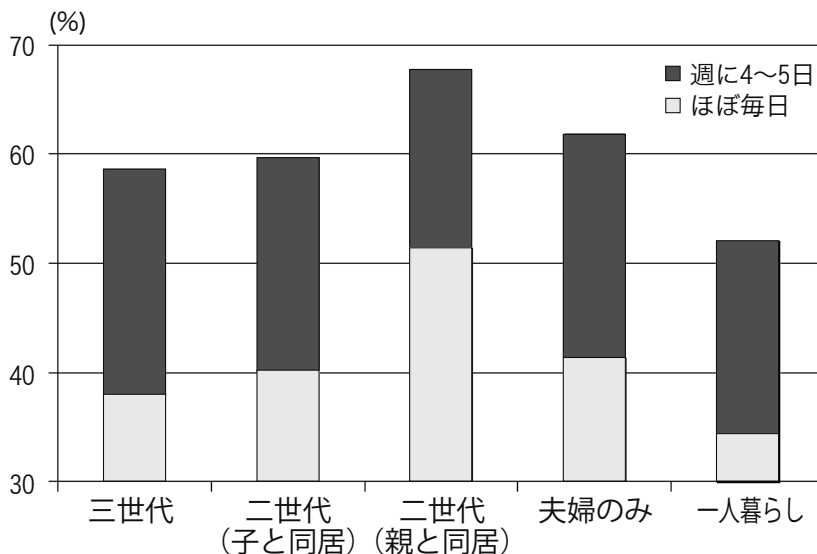


(出所) 高齢社会白書(平成28年度版) (内閣府(2016))を改変



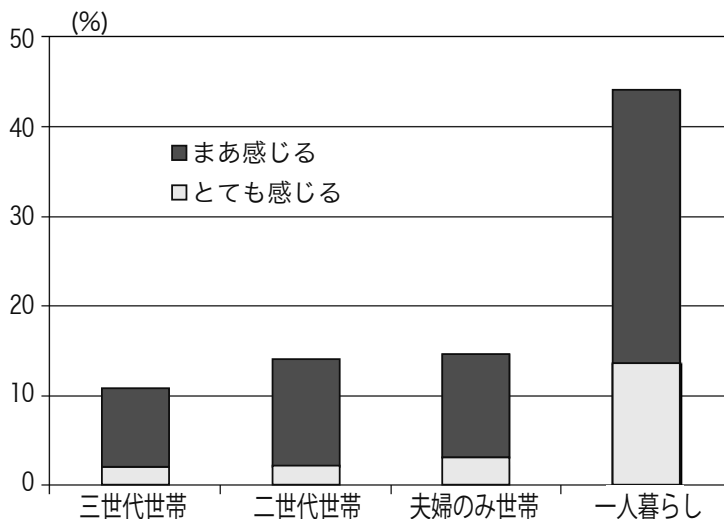
こうした一人暮らしの高齢者は、外出の頻度が一般に少なく、社会との接点が少なくなりがち<sup>4</sup>であって（【図表 I-7】）、孤独死に至るリスクも相対的に高い<sup>5</sup>と考えられる（【図表 I-8】）。

【図表 I-7】 家族形態別にみた高齢者の外出頻度



(出所)「高齢者の健康に関する意識調査」(内閣府(2013))を改変

【図表 I-8】 孤独死を身近に感じる高齢者の割合



(出所)「高齢者の健康に関する意識調査」(内閣府(2013))を改変

<sup>4</sup> 高齢者が元気な要因としては、運動・栄養があげられるが、そこに社会参加が加わるとさらに健康寿命が延びる（東京大学・牧野教授）。

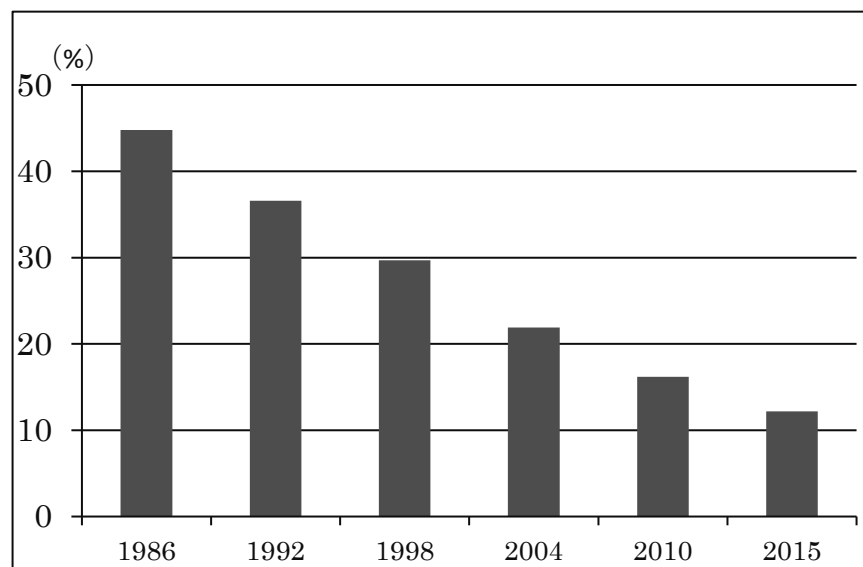
<sup>5</sup> 都市部では未婚者が増えていて、定年退職後は周囲との濃い関係を持ちたがらずに閉じこもる人もおり、孤独死が問題となってきている。孤独死の予備軍である、ひとり暮らしの40代~50代の未婚率は年々高くなってきている（お茶の水女子大学・袖井名誉教授）。

### (3) 世代間の関係の希薄さ

また、これだけ高齢者の数が増えているが、若い世代との関係は希薄な状況にある。

まず、65 歳以上の者のいる世帯のうち孫世代と同居する比率は激減しており、1980 年代の 4 割強から直近では 1 割程度となっている(【図表 I-9】)。このように、核家族化・少子化の進展から、高齢者と若い世代とが家族の中で自然に触れ合う機会は減っている。

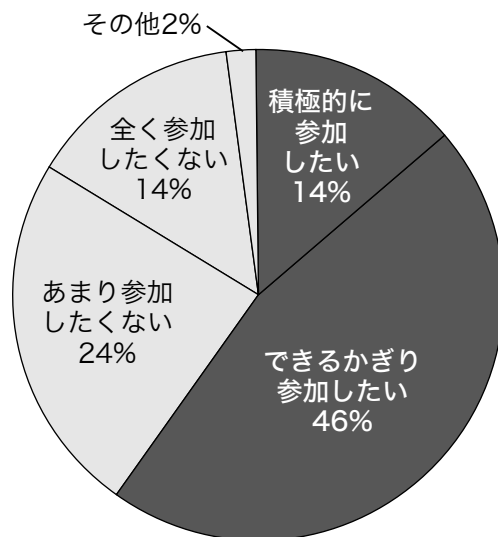
【図表 I-9】三世帯同居世帯の比率の推移(全国)



(出所)「平成27年 国民生活基礎調査」(厚生労働省(2016))より改変

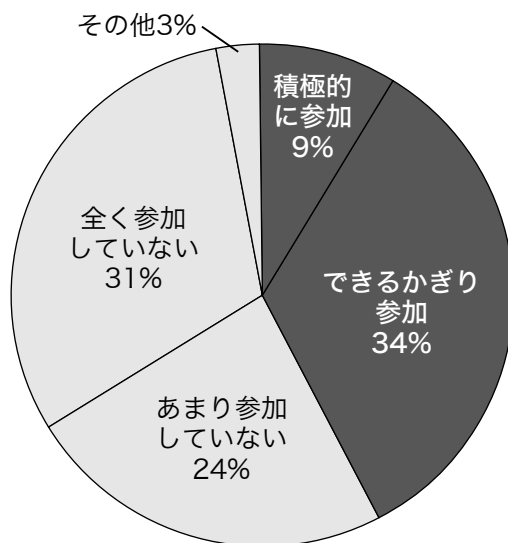
また、高齢者世代は、「若い世代と交流したい」との意向は持っているものの、実際には交流がさほど進んでいない（【図表 I -10a、10b】）。

【図表 I -10a】若い世代との交流(参加希望の有無)\*



\*60歳以上の男女を対象とした調査  
(出所)「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」(内閣府(2014))を改変

【図表 I -10b】若い世代との交流(実際の参加の有無)\*



\*60歳以上の男女を対象とした調査  
(出所)「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」(内閣府(2014))を改変

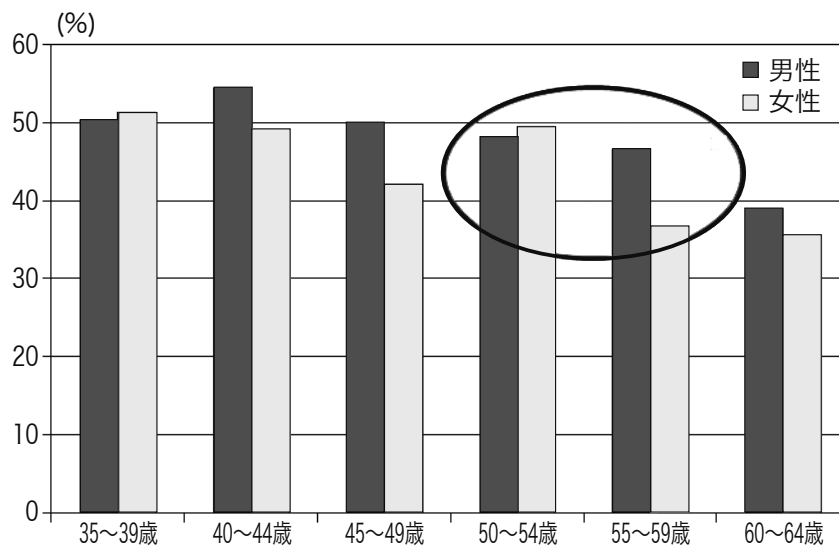
### 3. 長い高齢生活を充実させるための対応の遅れ

#### (1) 高齢者生活への備えの遅れ

上述の通り、高齢者としての生活がすでに数十年にも亘る長寿時代になっているが、高齢者の中には、社会とのつながりを十分に持てないままに、不安や孤独を日常的に感じている人が相当数存在すると考えられる。

しかしながら、個々人（特に若年・中年層）・企業・地域社会のいずれをみても、そうした事態に対して、若いうちから備えていくべきとの意識は必ずしも強くなく、長い高齢生活を充実させるための対応が十分に出来ていない状況にある。50代になっても「高齢期の社会参加活動への備えは特に行っていない」とする割合は半数近くにも上っており、男女問わず所謂現役世代において、高齢期に向けた備えは十分でない状況にあるといえる（【図表 I-11】）。

【図表 I-11】 高齢期の社会活動に特段備えていない人の割合（現役世代）



(出所) 「高齢期に向けた『備え』に関する意識調査」(内閣府(2014))を改変

#### (2) 高齢者生活への備えが遅れる主な要因

現役世代において高齢者生活の対応が遅れる主な要因としては、①個々人において早期に備える必要があるという意識が薄いほか、②仕事などが忙しい中で、時間・情報や機会が十分に与えられていないことが複合的に影響しているとみられる（【図表 I-12】）。

【図表 I-12】 高齢期の備えが遅れる主な要因(現役世代)

(1) 意識の薄さ

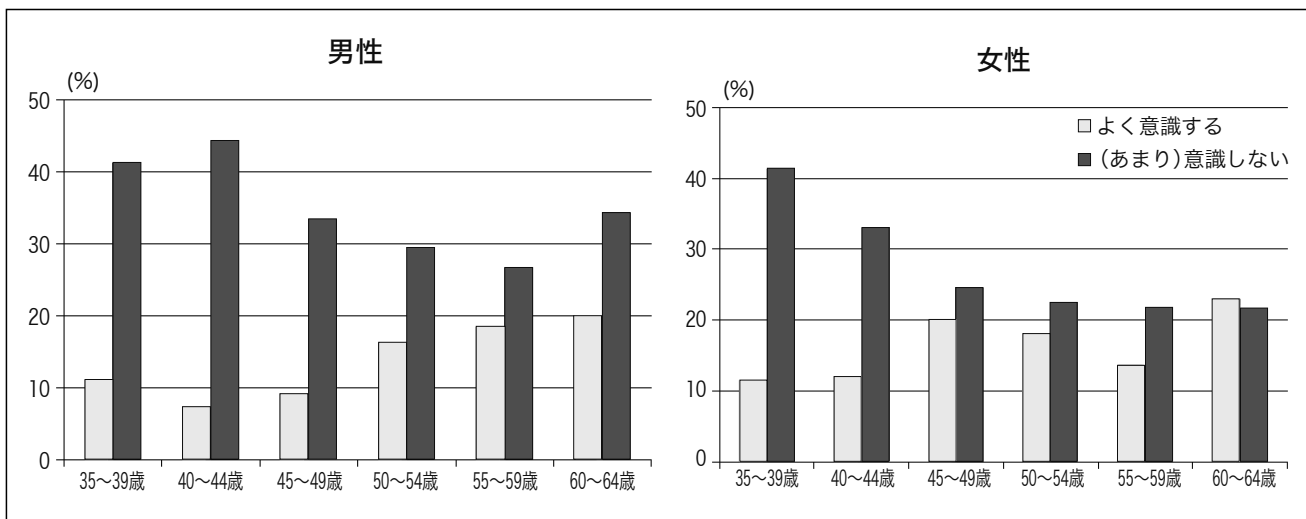
(2) 情報時間の不足

① 個々人の意識の薄さ

まず、男女問わず所謂現役世代においては、「自分もいつか高齢者になる」とか、「高齢期に向けて何らかの備えをしていく必要がある」といった意識をさほど強く有していない。

自分がいつかは高齢者になるという意識についてみると、30代・40代では勿論のこと、50代になっても「よく意識する」割合が「全く意識しない、又はあまり意識しない」割合を上回ることはない(【図表 I-13】)。

【図表 I-13】 高齢期のことを普段意識する程度(現役世代)



(出所) 「高齢期に向けた『備え』に関する意識調査(内閣府(2014))」を改変

勤務先における退職準備教育なども、「高齢期の備えが必要だ」と意識する大きなきっかけとなりうるが、実態としては、企業等による従業員の将来の生活設計に向けた支援体制は不足している。

例えば、中小企業では、そうした退職に向けての準備教育を実施する余裕がそもそもない状況にある（【図表 I-14】）。

【図表 I-14】生涯生活設計や退職準備プログラムに関する制度の有無

	(%)	
	ある	ない
全 体	34	66
従業員 3,000 人以上	70	30
従業員 3,000 人未満	27	73

(出所) 「産業構造転換と雇用・人材育成政策に関する調査  
(中高齢者の「第二の人生」調査・情報発信事業)」(みずほ情報総研株式会社(2011))を改変

また、支援制度は相応に整備している大企業においても、退職後の「生活のしかた」を助言するものは決して多くない（【BOX2】）。

## ②時間・情報・機会の不足

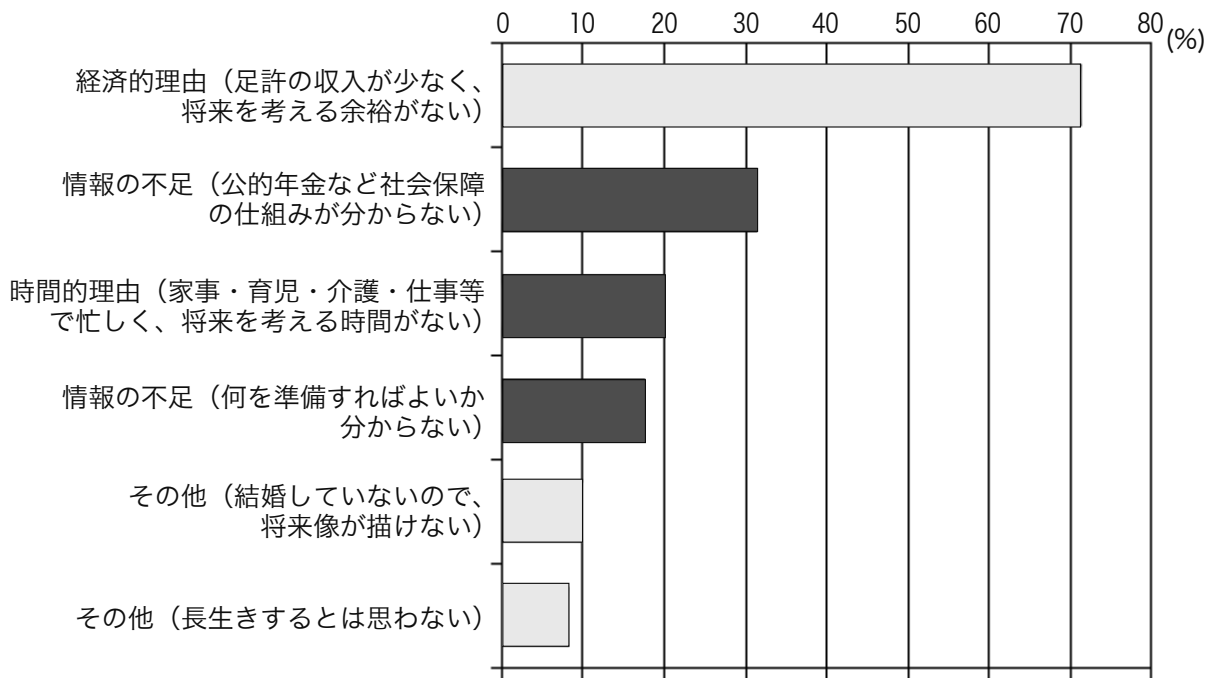
また、こうした意識面に加え、高齢期への備えが遅れている要因としては、①時間の不足（日々の生活が忙しい）、②情報の不足（何を準備したらよいかわからない<sup>6)</sup>）、③機会の不足（参加するきっかけがない<sup>7)</sup>）が、複合的に影響しているといえる。

<sup>6)</sup> 自分が何者であるか、何に所属し、どのような関係を持ち、どのような能力を持っているのかなどを再確認し、自分自身の状況を知ることで、リタイア後もそのアイデンティティを保つことができるのか、何が不足しているのかなど考えながらアイデンティティの再構築を行うことが必要（関東学院大学・立山教授）。

<sup>7)</sup> 個々人としても、地域の中で行われているイベントや、サービス、店舗などの状況を知り、地域の中のニーズや、どのような人たちがいるかなど、地域に埋まっている資源を観察し、自分の住む地域を確認する作業が必要（関東学院大学・立山教授）。

例えば、現役世代に「高齢期の備えが出来ない主な理由」をきくと、経済的な理由（足許の収入が足りず、将来について考える余裕がない）が第一となるが、そのほかでは、①必要な情報が足りないこと（社会保障等の仕組みが分からないこと等）と②時間が足りないこと（忙しくて考える時間がない）とが、大きな要因として挙げられている（【図表 I-15】）。典型的には、仕事を持っている世代では、職場・仕事中心の生活で忙しく、地域の活動に参加する時間をつくるのが難しいため、地域との接点を持つ機会をなかなか持てずにいる<sup>8</sup>、という姿がみられている。

【図表 I-15】 高齢期の備えができない理由（現役世代\*）

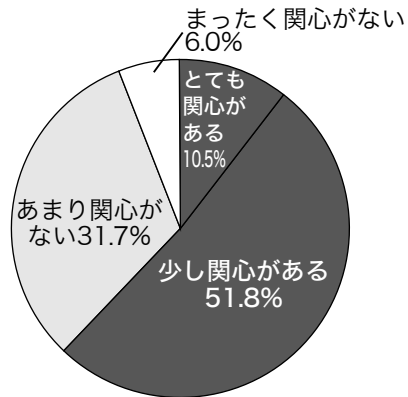


\*35歳から64歳までの男女を対象とした調査  
 (出所) 「高齢期に向けた『備え』に関する意識調査」(内閣府(2014))を改変

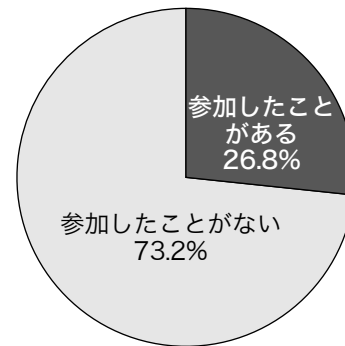
例えばボランティア活動についてみても、それなりに関心は持っているが、①時間がないことや、②情報がないことから、個々人の意欲に比べて実際の参加が十分出来ていない（【図表 I-16、17、18】）。

<sup>8</sup> 働くことを中心として生活している人は「地域」の概念を持っていないので、地域での生活をスムーズに送るため、どのように「地域」を発見してもらうかが大切（関東学院大学・立山教授）。

【図表 I-16】 ボランティア活動に対する関心

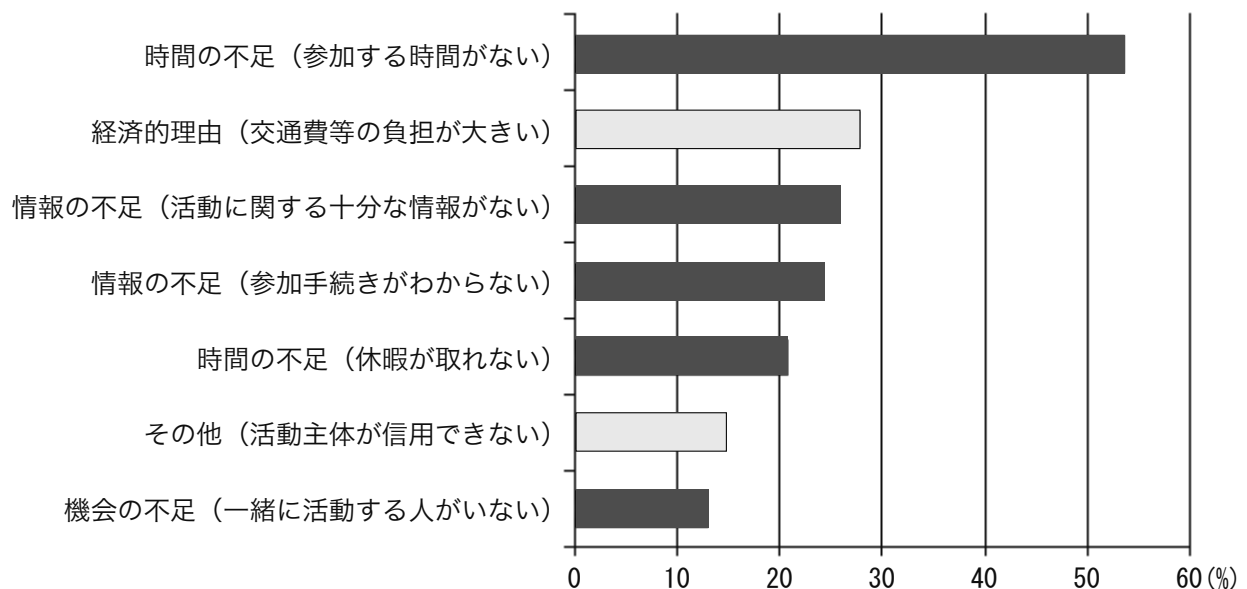


【図表 I-17】 実際のボランティア活動体験



(出所)「平成26年度市民の社会貢献に関する実態調査」(内閣府(2015))

【図表 I-18】 ボランティア参加の妨げとなっている主な要因(複数回答)



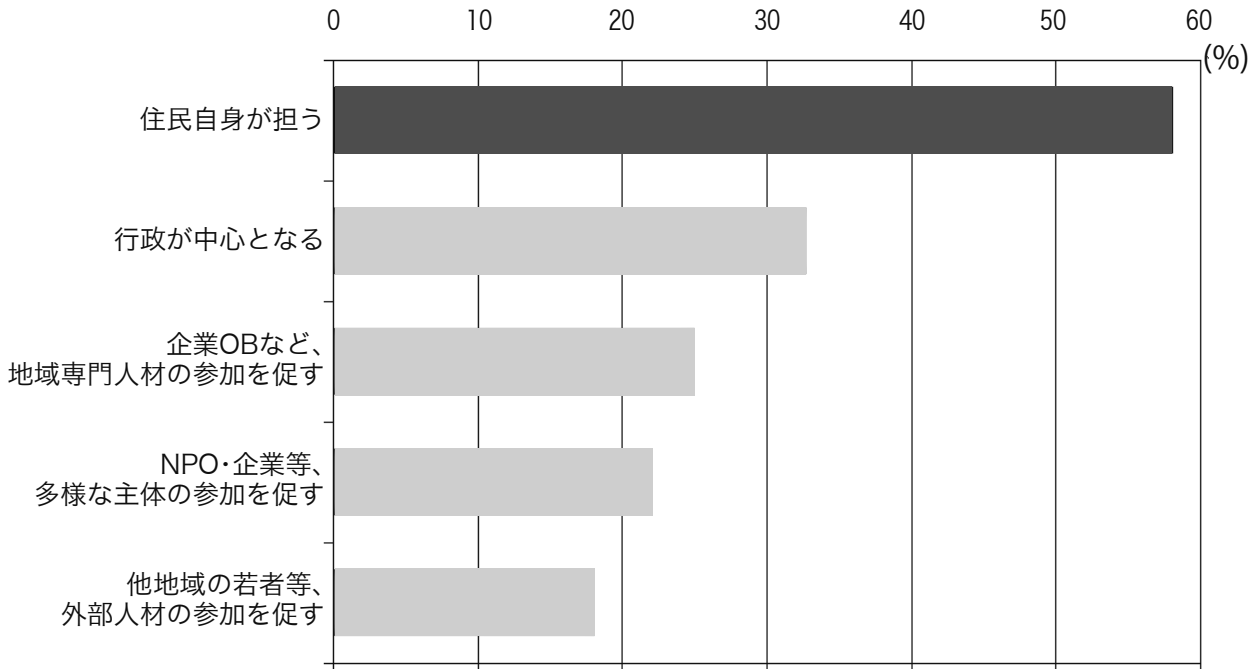
(出所)「平成26年度市民の社会貢献に関する実態調査」(内閣府(2015))を改変

また、自治会・町内会<sup>9</sup>活動についても同様に、こうした「住民自身による活動」の必要性を認識している層は相応にはいるものの、①時間がないことや、②情報がないことから、実際の加入率は低下傾向にある(【図表 I-19、20、21】)。

<sup>9</sup> 自治会・町内会とは、①市町村内の一定の区域に住む人々の地縁に基づいて形成された団体で、②良好な地域社会の維持及び形成に資する地域的な共同活動(住民相互の連絡、環境整備、集会施設の維持管理等)を行っている団体をいう。

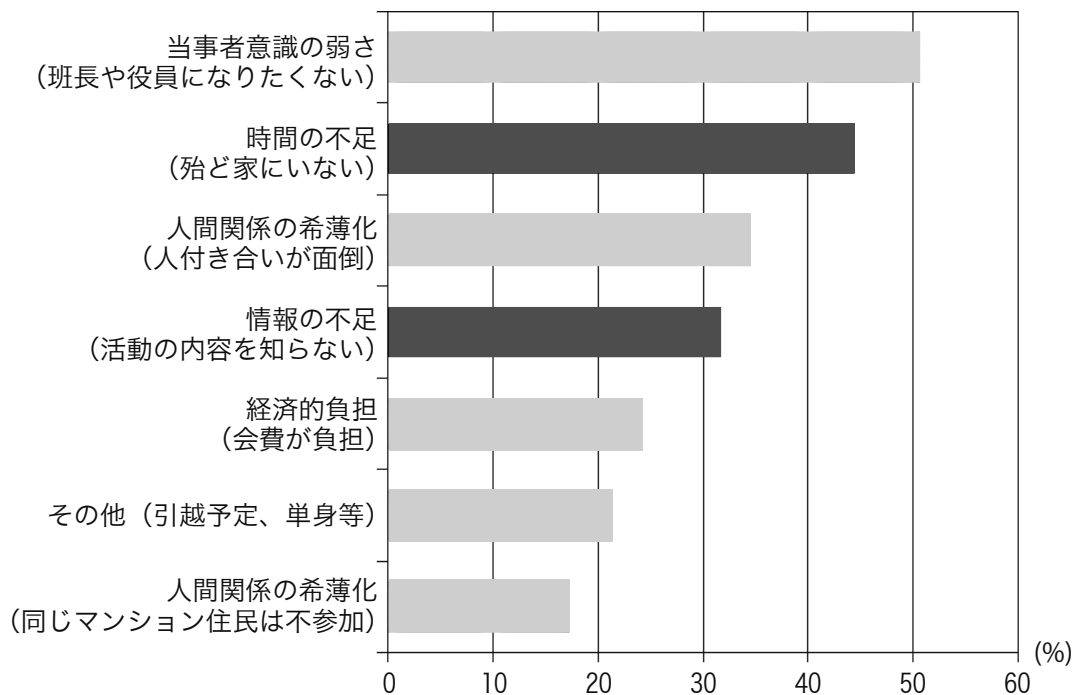


【図表 I -19】 地域作りの担い手の意識



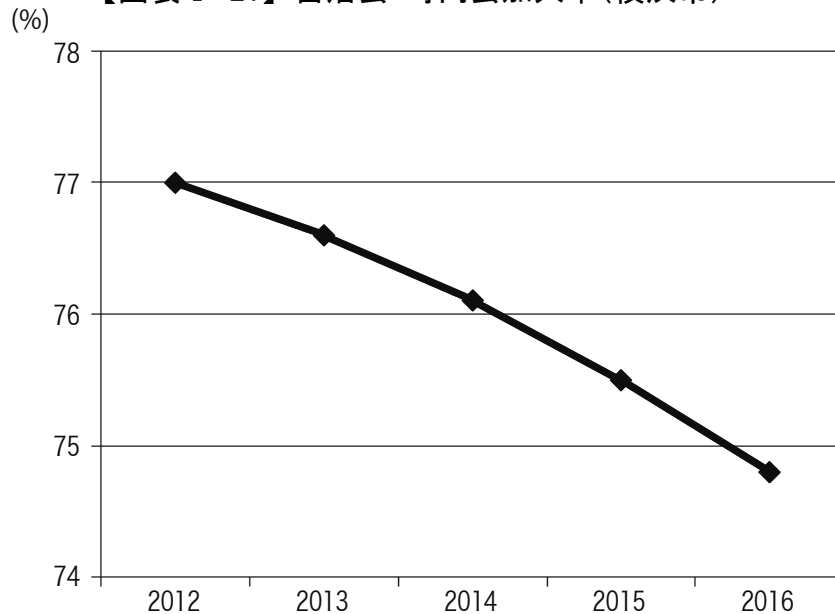
(出所) 「国土形成計画の推進に関する世論調査」(内閣府(2015))

【図表 I -20】 自治会・町内会に加入をしない(断られる)理由(横浜市。複数回答)



(出所) 「自治会町内会・地区連合町内会アンケート調査報告書」(横浜市(2017))を改変

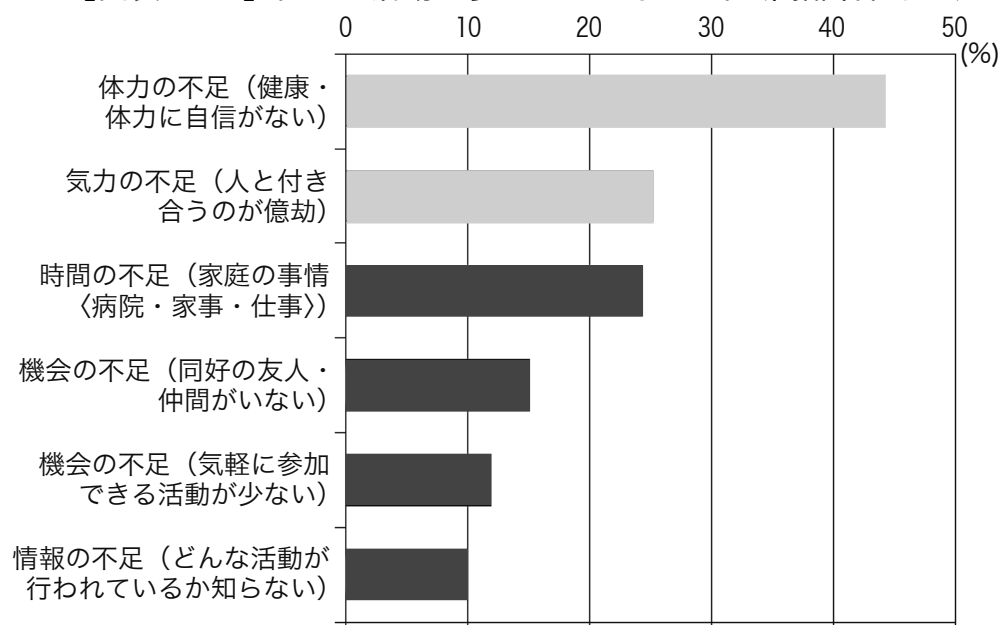
【図表 I -21】 自治会・町内会加入率(横浜市)



(出所) 横浜市「自治会・町内会加入率」(毎年4月1日時点)を改変

また、実際に高齢者になった年齢層をみても、地域活動等の社会活動に参加しない人も多くみられる。これは、高齢者特有の事情として「体力・気力の不足」を訴える向きが目立つが、それに次いで、やはり①時間的に余裕がないこと、②機会や③情報が不足していることが要因とされている（【図表 I -22】）。

【図表 I -22】 自主的活動に参加していない理由(高齢者世代\*)



\*60歳以上の男女を対象とした調査

(出所) 「高齢者の日常生活に関する意識調査」(内閣府(2015))を改変

## 【BOX 2】 従業員の退職に備えた支援制度

企業による従業員の退職に備えた支援は「セカンド・キャリア形成」のためのものを中心となっている。具体的には、①経済的支援（退職金割増制度）、②情報提供（再就職・独立開業支援）、③時間的支援（求職活動のための休暇制度）、④スキル形成（求職活動のための能力開発支援）といったものが多い（【図表 BOX 2】）

【図表 BOX 2】 従業員のセカンド・キャリアに関し用意している制度

支援のタイプ	制 度 等
経済的支援	退職金割増制度、求職活動のための賃金援助
情報提供	再就職会社を通じた支援、関連会社等への転職公募、 早期からのキャリアの棚卸、キャリア・カウンセリング、 独立開業支援
時間的支援	求職活動のための休暇制度、副業・兼業制度
スキル形成	求職活動のための能力開発支援
生活相談	ライフ・プラン相談室の設置

(出所) 「産業構造転換と雇用・人材育成政策に関する調査（中高齢者の「第二の人生」調査・情報発信事業）」（みずほ情報総研株式会社(2011)）を改変

## 第Ⅱ章 地域社会作りの目指すべき方向（有識者からの意見を踏まえ）

### 1. 3つのキーワード

このような現状を改善し、「人生 100 歳時代」にふさわしい地域社会を作っていくためには、どういった点に留意していくべきか、有識者にヒアリングしたところ、「（1）早くから」（現役世代の参加）「（2）緩やかに」（過干渉のない繋がり）、「（3）役に立つ」（社会貢献の実感<sup>10</sup>）という3つのキーワードが浮かび上がってきた。

【図表Ⅱ-1】新しい時代にふさわしい地域社会を作るための3つのキーワード

- |   |
|---|
| <p><b>（1）早くから（現役時代からの地域活動への参加）</b></p> <p><b>（2）緩やかに（過干渉のないゆるやかな社会的繋がり）</b></p> <p><b>（3）役に立つ（社会貢献している実感が持てる活動内容）</b></p> |
|---|

この3つのキーワードを念頭に、関係主体が具体的に動いていくことで、高齢化生活への備えが遅れる前述の二つの要因（（1）意識の薄さ、（2）時間・情報・機会が十分に与えられていないこと）も解決できるものと考えられる。

以下では、老年社会学、コミュニティ教育、家族社会学等、幅広い分野の有識者意見<sup>11</sup>を踏まえながら、上記3つのキーワードについて整理していくこととする。

### 2. 「早くから」（現役時代からの地域活動への参加）

退職して生活環境が変わってから、地域とのつながりを作ろうとしても一朝一夕に出来るものではなく、個々人としては、現役時代から準備していくことが非常に重要である。

<sup>10</sup> 評価軸を自分から他人に変えることで、社会貢献により他者の評価を受けることに喜びを感じる事ができる社会にするしかけを作ることが重要。「人生 100 歳時代の設計図」には、人のために時間を使う幸せに気付きを与えられるようなモデルを作してほしい（東海大学・小林教授）。

<sup>11</sup> 具体的なヒアリング先は＜謝辞＞に記載。

### 【現役時代からの早期の準備の重要性】

- ・年を取ってからいきなり地域とのつながりを持つと言われてもできない（お茶の水女子大学・袖井名誉教授）。
- ・65歳位から地域活動を始めようとするとう依存的になり、面倒を見てもらうことが中心となってしまうので遅い（神奈川大学・齊藤准教授）。
- ・定年退職する前から、退職後の仕事から離れた生活を見越したソフト・ランディングな取組みが重要（関東学院大学・立山教授）。
- ・定年退職後スムーズに社会参加できるかどうかは、現役時代から社会とどうかかわっていたかで決まる。それには現役の頃から社会参加の大切さを理解してもらうことが重要である（桜美林大学・杉澤教授）。
- ・社会にとって重要なのは、高齢者が活躍できる可能性をどれだけ提供できるか、ということであり、たくさんのメニューがあって、若いうちから選べるようになることが理想（ニッセイ基礎研究所・前田氏）。

ただ、「早期から備えるべき」との意識を持つことや、実際に活動をするには、個々人の努力だけで実現できるものではなく、**企業等雇用者も、①従業員に対する「退職準備教育」を早い時期（40代頃）から行うとともに、②従業員が社会参加しやすいように、時間的余裕や機会を従業員に積極的に提供していくべきである。**

### 【図表Ⅱ-2】「早くから」（現役世代の参加：企業の役割）

- ① 「退職準備教育」の早期（40代頃）からの提供
- ② 時間的余裕の提供
- ③ 参加機会の提供

### 【企業：「退職準備教育」の40代頃からの提供】

- ・企業は早い段階から準備教育を実施する余裕が無いし、本人も目の前の生活があるので忙しいが、本来は早いうちから準備教育を始める必要がある（東京大学・牧野教授）。
- ・企業の退職準備教育は、退職直前では遅く、40代くらいから実施するのがいい。40代位で、夫婦関係、親子関係、地域関係など見直し始めると現実味を帯びてくる（お茶の水女子大学・袖井名誉教授）。

### 【企業：時間的余裕の提供】

- ・長時間労働を改善しないと、現役世代は地域活動に参加する余裕がない。欧米では、働き盛りの男性も地域や教会の活動に参加している（お茶の水女子大学・袖井名誉教授）。

**【企業：参加機会の提供】**

- ・現役世代を社会参加に向けさせるには、企業が本気で地域に関わるようにならないと変わりにくい。日本の企業も、外資系のように「CSRで職員に地域の中での活動を体験させることは、ビジネスとしても得るものがある」と考えていくべき（ダイヤ高齢社会研究財団・澤岡氏）。
- ・退職後に地域と結びつくためには、企業が従業員を率先してボランティアとして派遣したりしないと難しい（桜美林大学・杉澤教授）。
- ・企業から社員等を受け入れる側が、（社員が貢献した記事を広報誌に載せるなど）目に見えるかたちで積極的に評価すれば、派遣企業側としてもメリットが見えやすくなる（ダイヤ高齢社会研究財団・澤岡氏）。

また、行政としては、①個々人の意識改革に向けた啓発活動などを進めるとともに、②企業等に情報提供したり、③個々人や先進企業を表彰することなどにより、側面支援していく必要がある。なお、場合によっては④より強力なインセンティブ付けも必要となるとの有識者意見も聞かれた。

**【図表Ⅱ-3】「早くから」（現役世代の参加：行政の役割）**

- |   |
|---|
| <p>①個々人への情報提供、意識改革に向けた啓発</p> <p>②企業等への情報提供</p> <p>③個々人や先進企業の表彰等</p> |
|---|

**【行政：個々人への情報提供、意識改革に向けた働きかけ】**

- ・県は人々の意識改革のため、コミュニケーション講座や、講演会、ワークショップなど、結果的に意識改革につながるような情報提供を行うべき（関東学院大学・立山教授）。
- ・実際に地域活動をするなど貢献活動をした人には正当な評価を与え、地域のために貢献することの良さに気付くようなしかけができるとうい（東海大学・小林教授）。

**【行政：企業等への情報提供】**

- ・行政は企業に働きかけをし、ケースの蓄積や、事例の集積を示すなどして企業の取組みを進める雰囲気づくりをしていけばよい（桜美林大学・杉澤教授）。
- ・まずは自治体が、企業と提携して地域の情報を提供すること<sup>12</sup>などから始めるのがよい（お茶の水女子大学・袖井名誉教授）。

<sup>12</sup> 地域では、様々な活動が行われているが、支援を必要とする人々や、支援活動に関わりたいと思っている人々へ情報がうまく伝わっておらず、支援を必要としている人と支援の取組がうまく結びついていないと言われている。

### 【行政：個々人や先進企業の表彰等】

- ・超高齢社会にふさわしい地域社会作りに貢献する企業を自治体が表彰するなど、きっかけを提供することが必要（ニッセイ基礎研究所・前田氏）。

### 【行政：より強力なインセンティブ付け】

- ・現役世代で地域貢献に参加しない者に対しては、それ相当のコストを負担してもらうのがよい（東海大学・小林教授）。
- ・地域社会と関わりを持とうとしないような人でも最終的には地域のサポートが重要となるので、65歳位になったら強制的にでも、もしくは強力なインセンティブを与えるなどして、地域に出てくるような工夫をすべき（ニッセイ基礎研究所・前田氏）。

## 3. 「緩やかに」（過干渉のないゆるやかな社会的繋がり）

このように、現役時代からの地域参加は重要であるとしても、世代の特性や、すでに近隣との人間関係が相当希薄化してしまっている現状から出発するとすれば、地域活動の責任を重くしたり、濃い人間関係作りを目指したりすべきではなく、**過干渉のないゆるやかな社会的繋がり**を作っていくことが望ましい。

また、そういう新たな関係性を作る上では、社会活動は「住んでいる地域」に必ずしもこだわらないとか、地域課題の解決を無理に目指さない、といったように、**従来型の「地域コミュニティ」作りと異なる発想も必要**となる。

### 【図表Ⅱ-4】 「緩やかに」（過干渉のない繋がり）

#### ①濃密な人間関係を持たない繋がり

#### ②従来型の「地域コミュニティ」とは異なる関係作り

- ・「住んでいる地域」に必ずしもこだわらない
- ・地域課題の解決を無理に目指さない

### 【中高年層の特性】

- ・地域での密接な関係が苦手な団塊世代以降の世代に対しては、干渉されない、地域とのゆるいつながりの中で、ゆるやかな付き合いができる友だちを作る場を提供することも大事（東海大学・小林教授）。
- ・濃密な関係性は良しとされないので、人間関係に深く立ち入るような仕掛けは必要ない（桜美林大学・杉澤教授）。

**【緩やかな社会的つながり】**

- ・高齢者の1人暮らしや子どものいない老夫婦などが、地域から孤立せずつながりを持てるようにするためには、過度な干渉がなく負担にならない程度の「ゆるやかなつながり<sup>13</sup>」を持つことが望ましい（ダイヤ高齢社会研究財団・澤岡氏）。
- ・高齢社会においては、近所に3人～5人程度、ほんの10分程度の簡単な手助けを頼むことができる小さな「社会的つながり」があればよい。これまでの地域コミュニティの概念は捨てた方がよい（東海大学・小林教授）。
- ・一度作った組織を保とうと必死になればなるほど人は寄ってこなくなる。やめてもいいという位の余裕がなければ楽しく続けてもらうことはできない（桜美林大学・杉澤教授）。

**【従来型の「地域コミュニティ」作りと異なる発想の必要性】**

- ・定年退職後に、居住している地域社会に無理に入っていくより、主要ターミナル駅の近くなどに拠点を設け、出かけてくるといった感じにした方が参加しやすい場合もある（東京大学・牧野教授）。
- ・行政が、地域課題の解決を目的とした活動を住民に勧めようとするのは住民のニーズと合わない。住民としては、楽しく役に立つため、居場所が欲しいから社会活動をしているだけなので、行政とは意識がなかなか合わない（神奈川大学・齊藤准教授）。
- ・行政は、骨子や概念を示しても、地域の人と一緒にあって仕組みを作っていく方がいい。行政が全て考えたものを示しても、住民が考え、動ける余白がないとうまく続かない。地域の住民の主體的な気持ちを引き出していくことから始めるのが大事（ダイヤ高齢社会研究財団・澤岡氏）。

---

<sup>13</sup> イギリスやオランダでは、高齢者の3分の1は一人暮らしであり、生き方の選択肢の一つとなっている。そうした人々は、自分に負担がかからない程度のゆるやかなかたち（月に2、3回ペース位の頻度）で、地域との関わりを長年に亘って継続させている（ダイヤ高齢社会研究財団・澤岡氏）。



#### 4. 「役に立つ」（社会貢献している実感が持てる活動内容）

中高年が社会活動・地域活動をしていくとしても、それがお仕着せであったり、あるいは世話になるばかりの参加の仕方では長続きしない。個々人が、自分の出来る範囲で「人々に役立っている」、「社会貢献している」という実感をもてるような内容を中心に活動していくべきである。

また、健康状態等によっては支援を受けざるを得ない状況にある人であっても、その人なりに貢献できる部分があることから、それを活かせるような仕掛け作りが重要となる。

【図表Ⅱ-5】「役に立つ」（社会貢献：活動の方向性）

①役立っていることが実感できる活動

②各々が自分なりに出来る範囲で貢献

##### 【「社会に役立っている」実感を持つ活動の有用性】

- ・自分がいないといけないと思えば定着してくるが、町内会のように役割分担で駆り出されているだけの感覚であると長続きしない（神奈川大学・齊藤准教授）。
- ・日本人は働くことが好きなので、社会参加するには有償ボランティア的な形が合っている。ただ集まっておしゃべりするだけの遊びでは飽きてしまう（お茶の水女子大学・袖井名誉教授）。
- ・高齢者は、地域から頼られることで役に立っていると思うことができ、元気になる。高齢者が皆そうならなければならない、ということではなく、1%でもそういう人がいれば、社会は動いていく（東京大学・牧野教授）。
- ・社会参加は「目的」と「人々の関わりの具合」を見定めていかないと、うまくいかない。社会参加における仕事や役割の中で、目的に対してどのように達成感を感じてもらえるかどうか考慮したしかけが必要となる（桜美林大学・杉澤教授）。

##### 【全面的に支援されるのではなく、各人が自分なりに貢献することの重要性】

- ・一方的にサポートを受けるばかりのような状況になると、施しを受けているような感覚が受ける側に生じてしまい、その取組みは長続きしない（桜美林大学・杉澤教授）。
- ・支援を受けるような状態の人でも社会参加していけるように、できないと決め付けるのではなく自分からできることをしてもらうことで、その人の健康度が上がる効果が見出せる（労働政策研究・研修機構・田原氏）。

- ・高齢者が活躍できるコミュニティとなるためには、「高齢者＝ケアしなければならない存在」という考えを払拭する必要がある（東京大学・牧野教授）。
- ・外出することが出来ない状況の高齢者でも、SNSでやりとりを続けることによって疎外感を感じることなくグループに参加できる（ダイヤ高齢社会研究財団・澤岡氏）。

なお、社会貢献・地域貢献していることが実感できる対象としては、シニア世代から若い世代への支援や世代間交流があることが鍵となりうる<sup>14</sup>。

### 【世代間交流の促進】

- ・特技を活かす活動や異世代と関わらせることで、役に立っているという実感をもったシニアのボランティア活動へとつなげていくとよい（神奈川県立大学・齊藤准教授）。
- ・柏市での取組みでは、親が共働きなどで寂しがっている子どもと、生きがいが無くて寂しい思いをしている元気な高齢者を結びつけ、子どもの見守り、という高齢者の生きがいをつくり出すことができた（東京大学・牧野教授）。

こうした地域活動を促進するためには、①身近なところにニーズがあるという情報を提供するとともに、②役立つためのスキルを身につけるのに有効な学び直しの場が必要となる。

### 【図表Ⅱ-6】「役に立つ」（社会貢献：促進させる要素）

- |   |
|---|
| <p><b>①身近なところにニーズがあるという情報の提供</b></p> <p><b>②役立つスキルを身につける学び直しの場の提供</b></p> |
|---|

### 【情報の提供】

- ・地域の子どもの高齢者が育てる地域づくりが重要で、ちょっとしたことでも子育てママにとって助かることは何か、それを地域の高齢者（男性等）に周知することだけでもよい（ダイヤ高齢社会研究財団・澤岡氏）。

<sup>14</sup> 例えば、「特定非営利活動法人キーパーソン 21」では、キャリア教育を軸として、貧困世帯の子どもの居場所づくり・学習支援などの活動を実施しているが、この活動を通じ、多世代交流が実現している。具体的には、平成 26 年に川崎市から学習支援・居場所づくり事業を受託して、「中原“わくわく”学習会」（通称：なかわく）を中学 2～3 年生を対象に、週 2 回、一回 2 時間開講しており、大学生等のほか地域のシニアが「学習サポーター」として子供達の学習支援をしている（「平成 28 年版高齢社会白書」より抜粋）。

## 【学び直しの仕方の工夫】

- ・学び直しの際は、社会で何が必要とされているかという視点が重要。ただ高齢者側の希望だけ聞いて開講するのでは、単なるカルチャー講座の延長のようになってしまう（慶應義塾大学・山田教授）。
- ・「プレ・リタイア講座」を充実させ、実際に地域のNPO等に体験研修するなど、個別対応ができるような環境作りが必要（ダイヤ高齢社会研究財団・澤岡氏）。
- ・介護などを担ってもらうために、「リタイアメント・プログラム」を作り、コミュニティ能力や接遇関係のトレーニングをしていくことは有用（慶應義塾大学・山田教授）。

特に、行政としては、登録制度などを作ることなどによって情報提供面で積極的に貢献するとともに、個々人を表彰することなどにより側面支援していくことが望まれる。

### 【図表Ⅱ-7】 「役に立つ」（社会貢献：行政の役割）

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>①登録制度の設置等による積極的な情報の提供</li><li>②個々人の表彰等</li></ul> |
|--|

## 【行政：情報提供】

- ・「コミュニティ・メンター登録制度」を設けることで、高齢者がメンターとなり、世代間交流や個人の持つ知識・経験の活用をはかることが期待できる（関東学院大学・立山教授）。
- ・都道府県としては、地域貢献を担う好事例を見せたり、助成金をつけたりすることで社会活動を側面支援できる（労働政策研究・研修機構・田原氏）。
- ・神奈川には大企業で経験を積んできた人がたくさんいるはず。県でこうした人材を活かしてバックアップしていくことができれば、高齢者だけでなく、子どもも生き生きとする場を作ることができる（東京大学・牧野教授）。
- ・シルバー人材センターは、工夫をすればもっと活用できるのではないかと思う。軽作業ばかり取扱うのではなく、プロフェッショナルな技術を生かせる場を提供できればよい（慶應義塾大学・山田教授）。
- ・教育委員会と連携し、高校生が地域に出て街づくりに関わっていける例が出てきている。また、小中学校や公民館とも連携できる（東京大学・牧野教授）。

## 【行政：個々人の表彰等】

- ・公的機関はボランティアという意識がない人でも、地域に貢献している普通の人たちを拾い上げて表彰などとすると良い（ダイヤ高齢社会研究財団・澤岡氏）。
- ・団塊世代は、お仕着せのものを嫌い、何かやりたいことはあるが何をしたらよいかかわからない、といった思いが強いが、うまく使えばよく動いてくれる。彼らができることを褒め上げていく関係を築いていければよい（東京大学・牧野教授）。

## (おわりに)

地域社会というのは、一種の公共財であり、これは住民一人ひとりが当事者意識をもって参加し、貢献してこそ成り立つものである。「人生 100 歳時代」にふさわしい地域社会を作るためには、改めてそうした点を意識して、個々の住民は勿論のこと、企業等の雇用者や行政が一体となって協力していく必要がある。

こうした社会変革は一朝一夕に成果が出るものではなく、息の長い取組みとして粘り強く進めていく必要があるが、まずは、県民との対話を引き続き行いながら、今回有識者から聞かれた意見を具体的な政策や対応策に活かしていくことが、その第一歩となろう。

---

## <謝 辞>

本調査においては、ジェロントロジー（老年学）・高齢者就業・コミュニティ・生涯学習・高齢者の社会参加といった多岐に亘る分野に関し、下記専門家の方々に貴重な情報提供並びにご助言をいただきました。

小林 隆 氏（東海大学政治経済学部政治学科 教授）  
齊藤 ゆか 氏（神奈川大学人間科学部 准教授）  
澤岡 詩野 氏（公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団研究部 主任研究員）  
杉澤 秀博 氏（桜美林大学大学院老年学研究科 教授）  
袖井 孝子 氏（お茶の水女子大学 名誉教授）  
立山 徳子 氏（関東学院大学人間共生学部共生デザイン学科 教授）  
田原 孝明 氏（独立行政法人労働政策研究・研修機構総合政策部門 統括研究員）  
前田 展弘 氏（株式会社ニッセイ基礎研究所生活研究部 主任研究員、  
東京大学高齢社会総合研究機構 客員研究員）  
牧野 篤 氏（東京大学大学院教育学研究科 教授、  
東京大学高齢社会総合研究機構 副機構長）  
山田 篤裕 氏（慶應義塾大学経済学部 教授）

(50音順)

これらの方々を含め、本調査にご理解をいただき、快くご協力下さったすべての皆様に、深く感謝申し上げます。