

Essay

Sapiarc.com

2012年9月15日(2012-10)

人生 80 年

昨年の9月18日に書いたエッセイにも同じようなことを書いたが、今年の「敬老の日」は9月17日(月)になっている。9月15日を「敬老の日」と決めておきながら、何故それをわざわざ次の月曜日にずらすのだろうか。他方、9月22日(土)は秋分の日だが、この日は24日(月)にずらされてはいない。一体、誰がこういうことを決めているのだろうか。祝日は本来の日にしておく方が良いと思う。

今年、日本の100歳以上の人口が初めて5万人を超えるそうだ。そういう状況の中で、歳を取ることについて、社会として、また個人として、どう対応するべきかについて考えてみたい。

今の日本で「敬老」という行為はどれほどの意味を持っているだろうか。「敬老の日」に幼稚園児たちが老人ホームに行き、いろいろなことをして、老人にひとときの慰めを与えることはもちろん良いことだが、それが「敬老」と言えるかどうかは疑問だと思う。

大昔には、高齢者の持っていた知識と智慧は貴重なものだったので、高齢者の地位は高かった。とくに農耕社会ではそうだった。しかし、そのような状況がずっと続いてきたわけではない。今では、状況はむしろ逆になっていると言え、高齢者が増えた結果、高齢者の社会的位置づけが問題になっている。高齢者を対象とするビジネスが生まれて、一種の産業になりつつあるというプラスの面もあるが、高齢者医療費が急速に増えて、国の財政を圧迫する大きな要因

になっている。この現象は、欧米諸国でも既に現れていたはずだが、日本の平均寿命が他の国よりも高くなっているため、問題をより大きくしているのだろう。

半世紀前までは、人生は50年ということになっていた。しかし、今の人生はそれよりも30年も長くなっている。この事実は、もちろん周知のことなのだが、既に高齢者になっている人、あるいは、将来高齢者になる人が、人生が80年あるいはそれ以上になっているという現状、将来はさらに伸びる可能性があるということをしかりと認識し、対応しているだろうか。私は、自分の世代以上の人たちは、予め十分に認識していたわけではなかったし、対応も後手に回ったのではないかと考えている。これは、私自身についても言えることだ。社会も個人も、昔の「人生50年」という意識を未だに引きずっているようだ。

最近法律が改正されて、企業に従業員を65歳まで勤務させることを義務付けることになるらしい。全体から見れば、この法改正は良い方向での高齢者対応だと言えるが、企業は歓迎しているわけではない。このあたりをどう調整するのか、今のところはっきりしていないように見える。「人生50年」時代の定年は55歳だったのだから、「人生80年」時代になった状況下では、65歳でもまだ若過ぎる定年だとも言えるのだが、そういう声はあがっていない。

平均寿命の他に、健康寿命というものがある。これは、「日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる生存期間」とされており、2000年に世界保健機構（WHO）が公表した比較的新しい概念だ。統計の取り方で、数値は少し変わるようだが、厚生労働省が今年6月に発表したものでは、2010年の日本人男性の健康寿命は70.4歳、女性は73.6歳となっている。

「日常的に介護を必要とせず」という定義を文字どおりに受け取ると、これらの年齢は驚くほど低いと思う。私はとっくにその年齢を過ぎているのだ。しかし、国民全体の平均を取ると、そうなるらしい。

健康寿命は平均寿命よりも約10年も短いことに注意することが必要だと思う。私自身は、日常的に介護を受けながら10年も生きたいとは思わないが、この点については、いろいろな考え方があるようだ。「介護」という言葉の定義が今ひとつ明確でないことにも問題があるかもしれない。厚生労働省は、健康寿命を平均寿命に近づけるための政策を実施しつつあるそうだが、そうすることで高齢者医療費を減らすことができるのなら、当然推進すべきだ。

個人としても、健康寿命を延ばすことに努力しなければならないと思う。具体的にどうすれば良いかについて、私に特別な考えがあるわけではないが、普段から体調の維持に気を付けることが第一だろうと思う。若いときから、こういう意識を強く持っていることが必要で、いわゆるメタボの状態を放置していることは個人にとっても社会にとっても良くないことは明らかだ。糖尿病のように、検査で問題があることがわかる病気には早い段階からしっかりと対応すべきだ。この病気が進むと、面倒な状況になる。他にも、若いときからケアしておくべきことがある。今では、そういう検査データを得ることは、その気になれば直ぐにできることだ。

80歳まで健康でいることを想定して、それだけの期間をどう生きるかを考えておき、それを実行することが重要だ。定年後の過ごし方は、人によって実にさまざまだが、それまでの仕事を止めて、早めに別のことを始める人も増えて

いるようだ。組織の中で仕事するよりも、ひとりでできることで生計が立てられる見込みがあれば、そちらを選ぶことは立派なことだ。ともかく、80年をしっかりと生きること自体を人生の目的にすることが必要だ。私自身は、この点での計画性が十分ではなかったと思っている。止むを得なかった面もあるが、今さら如何ともしがたい。

平均寿命とともに「平均余命」というものがある。高齢者にとっては、この方が意味のある数値だ。平成22年現在での、75歳の日本人男性の平均余命は11.58年となっている。数値が下2桁まで出ていることには笑える。過去の12年があつという間だったと感じているのだから、これからの同じ年月は須臾(しゅゆ)にして過ぎ去るだろう。この余命はあくまで平均値だから、実際にはそれより短いこともあり得る。その短い期間に、自分が何をすべきか、何をしたいかをよく考えて、余計なことに時間を使わないようにしたいと思う。（おわり）