

セカンドライフに向けて

第一生命経済研究所 常務取締役
村場 悦郎

団塊の世代の定年が近づき、いよいよこれらの人達の行動が世の中をどう変えていくか、注目される時代を迎えようとしている。

団塊の世代という秀抜な言葉の生みの親である堺屋太一氏は、著作物や雑誌等で最近も「団塊の世代最高の10年が始まる」などこのテーマをポジティブに捉えた発言をしており、健全な楽観論が必要であるといっている。「高齢化」を活かして活性化を図っていかうという発想がもっとあっていいということだろう。

さて、団塊世代にどっと押し寄せるセカンドライフをどのように過ごすか、雑誌や単行本、テレビなどで識者や経験者がさまざまに発信しており、今後も一層賑わいそうだ。システムの2000年問題、不動産の2003年問題と近年ある現象が社会の関心を集め、その対応に世の中がある意味緊張した。その結果はあまり事前の騒ぎほど深刻な結果にはならず、ひとまず通り過ぎていったように思われるが、最近「2007年問題」といわれているのはどうか？ 先の二つと異なりこの「問題」はハードの問題ではなく、もっぱら「人間」という究極の「ソフト」の問題という大きな違いがある。「2007年」というが主役は1947年から49年生まれの団塊世代ということであり、07年から09年の間に60歳という区切りの歳を迎えその集団が高齢者へ向かうわけであるから、高齢化が一段と進むいわばとっかかりの3年間である、と捉えるのが正確であろう。

ところで、当研究所ライフデザイン研究本部では「セカンドライフゼミナール」というコラムを東京新聞(01年6月~03年3月)・中日新聞(02年4月~03年4月)に全90回にわたり掲載し好評を博した。セカンドライフをどうデザインするか、お金、健康、趣味、ネットワーク、夫婦、家族といったジャンルについて、生活関連の研究者や退職準備プログラム(セミナー)の講師がコメントしたものである。掲載から日時

はたっているが内容は陳腐化していない。このたび見やすく整理し、第一生命のホームページに掲載したのでご覧いただければ幸いです。各ジャンルについて簡単に覗いてみる。

「お金」では、定年で不要となる支出、逆に定年で発生する支出を見極め、使えるお金の配分をしっかりと考えて、自分が使えるお金はセカンドライフを楽しむために使いきる覚悟が必要。

「健康」では、ウォーキングによる体力作りやダイエット、快適なお風呂ライフ、そして介護をすることになった時のケアのネットワークなど。

「趣味」では、家の中ですることと家の外ですること、1人ですることと仲間と一緒にすることのバランス、またおしゃれになれば活動的になるというのもポイント、そして関心ある問題を解明する市民大学などでの第二の学業期も選択肢として増えていること。

「ネットワーク」では、住んでいる地域での趣味講座や勉強会などへの参加、特技を活かしての仲間作りや同窓会など身近なところから始めること。

「夫婦」では、セカンドライフの最も基礎的で中核になるものと位置づけ、共通の趣味を持ったり、老いては妻に従え、とあの世まで仲良くする秘訣を。

「家族」では、子どもの結婚への関わり方、建替え・住替えという住まい方の選択、そして最後は孤独に耐える強さ - 男の場合は特に - を持つこと。

「老後」という言葉がよく使われるが、今までこの言葉をあまり好きではなかった。しかし、その年代に近づいて病気の知人が出たり自分もいささかの変調を感じたりすると、この「老後」という言葉を避ける気持ちが少し薄らぐ。つまり、老人になったということではないが、セカンドライフの入口で「老」をあえて意識することで、これからの時間や健康を大切にしたい気持ちを持つことは大きな意味があるように思えてきた。また、定年までは「失敗はできない」というシビアな生き方から、定年後は「失敗も愛嬌、まあまあでいいじゃない、うまくいけば(上達すれば)もうけもの」、横(他人)との競争から卒業して他者に勝つためではなく、みずから豊かに楽しく生きるために、という考えを持ちたい。

鈴木主席研究員の今月号のレポート「中高齢者におけるソーシャル・サポートの役割」は、孤独感低下と生活の質との関係を分析し、他者(配偶者や友人・知人など)からの援助が高齢者の孤独感を低下させ生活の質を高めることを示唆しており、セカンドライフを考える上で有益な研究成果である。