

セカンドライフをどうデザインするか



第一生命経済研究所 専務取締役

江崎 正志

「ライフデザイン白書 2011年」によると、「人生設計ができていいる」あるいは「考えていいる」人が2001年の38.4%から44.6%と着実に増加している。東日本大震災がその意識変化をさらに加速させ、自らのワークライフバランスを見直した人、自らの人生設計を改めて考えた人も多いただろう。

ところで、公的年金の受給開始年齢の引き上げにともない、来年2013年4月2日以降に60歳の定年を迎える男性は、その時点で年金が全くもらえなくなる。「定年後の生活設計はどうなるのか」、「親の介護はどうしよう」という声をよく聞く。そこで、まずセカンドライフのライフサイクル表を考えてみる。

60歳の定年後、あと何年生きられるか。例えば夫が定年で60歳、妻が57歳とする。2010年の簡易生命表によると、男性の平均寿命は79.64歳、女性は86.39歳だが、60歳男性の平均余命は22.84年、57歳女性は31.11年で、夫は83歳、妻は88歳の生涯を送ることになる。「夫婦二人の生活期間」は夫が死亡するまでの23年間、「妻一人の生活期間」は夫死亡時80歳の妻が88歳で死亡するまでの8年間である。

「俺の人生もあと23年か」と思っていると、ちょっと違うようだ。リタイア後のセカンドライフは自立して健康でいられる時期だけではなく、誰かにケアしてもらわなければならない時期の二つに分かれる。

WHO（世界保健機関）が提唱する健康寿命（心身とも自立して健康的に生活できる期間）という考え方がある。平均寿命から、例えば介護等を要する期間を差し引いた年数のことだ。2006年の国民生活白書では、65歳時点で健康に過ごせる期間が男性は12.64年（同平均余命18.21年）、女性は15.63年（同平均余命23.28年）としている。過去15年間を見ても、健康に過ごせる期間と平均余命の差（誰かにケアしてもら

わなければならない期間)は、男性で5～6年、女性で7～8年である。仮に男性5年、女性7年とすると、先程の夫婦の場合、夫の健康寿命は78歳(83歳-5年)、妻は81歳(88歳-7年)ということになる。

夫婦が元気で自由に暮らせる期間は意外に短いかもしれない。夫が60歳の定年を迎えてから3歳年下の妻が88歳で死亡するまでの31年間のうち、夫が収入をともなう仕事から完全に離れる「リタイア移行期」を5年間とすると、その後65歳から「夫婦二人がともに健康でいられる期間」は夫が78歳でケアが必要になるまでの13年間となる。それから夫のケアが必要な5年間、夫の死亡後1年置いて妻もケアが必要な7年間、足掛け13年間は概ねケアが必要な期間ということになる。

次に、セカンドライフのためにどのくらいの資金を準備しておけばよいのか。生命保険文化センターの調査によると、夫婦二人で暮らしていくのに必要な老後の生活費は、最低日常生活費が月22.3万円、ゆとりある老後生活費が36.6万円ということだ。この調査や総務省の家計調査、二人の平均余命などから老後の生活資金を試算してみると、夫婦二人でおおよそ8千万円～1億円必要なことが分かる。これに対して公的年金の生涯の支給合計は二人で6～7千万円。セカンドライフに向けて2～3千万円ぐらいの準備ができると生活費としては安心だ。ただし、介護の問題がある。

ファーストライフに比べると、セカンドライフのライフサイクル表を作成し、どうデザインするかはなかなか難しい。その理由の一つは、ライフサイクルの個人差が大きいことだ。今一つは、ライフイベントが不確かであり、病気や介護の有無、その時期を予測することが難しいことだ。さらに、介護に関してはなかなか纏まったデータが揃わず、継続的な調査も少ない。いくつかの資料から、おおよそ要支援・要介護認定者の平均年齢は男性が77～79歳、女性が81～85歳程度であり、認知症の年齢別出現率も85歳以上で急に80～84歳の14.6%から27.3%になることが分かる。介護期間は平均4年7カ月で長期化しつつあり、介護者の3割を男性が占め、60代、70代の介護は夫婦間でのいわゆる老老介護が中心だが、80代、90代の介護者は50代、60代の子供である。ライフサイクル表を作るにはこうしたデータからおおまかなライフイベントの時期、それに必要とされる金額などを推計するしかない。

当研究所では、昨年「親の介護に関するアンケート調査」、「自分の介護の準備に関する調査」を実施し、介護費用(介護保険の自己負担分とそれ以外の費用)はどの程度かかるのか、介護費用は本人の公的年金で賄えるのか、介護のために実際にどこをリフォームしたのか、将来、自分が介護になった時の希望や考え方を家族に伝えているかなどを調査した。こうした研究の積み重ねがセカンドライフをどうデザインするかのお役に立てば幸いである。