■■■ 元気なうちに整える ■■■

ゆるい しゅうかつしんぶん 終活新聞

2021年(令和3年)12月

第25号

終活は人生を終わることへの準備だけではなく、人生をよりよく生きること。生活の中で知っておくとお得な情報をわかりやすくお届けします！

平均寿命59歳から81歳になっている日本 男性81.41歳・女性87.45歳

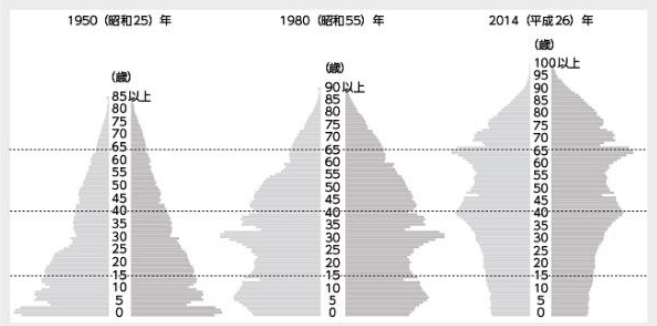
世界の人口は増えていますが、日本の人口は2008年頃から減少傾向になっています。出生率の低下が原因と考えられます。 2019年の出生率は1.34人。人口ピラミッドの変化を見ると、高齢化が相当進んでいることがわかります。人口の減少は、労働力の減少や技術進歩の停滞、経済の縮小につながり、少子高齢化による年金、医療、介護などの問題も深刻です。1974年時点で人口減少は予想されていましたが…。

1950年(昭和25年)男性の平均寿命は59歳。国の制度はこの頃作られたものが多く、年金制度も1959年にでき、国民皆年金体制となったのは1961年。当時、平均寿命がここまで延びると想定されていたのでしょうか？退職もかつては55才、平均寿命から考えると老後10年以内という感じが、今は…。現状と制度のひずみが今後ますます気になるところです。

大家族は激減し、単身世帯やおひとり様が増え、2000年介護保険制度がはじまりました。介護保険料も当初より倍になったとか。年金を受け取りながら、介護保険料を一生払っていく…。制度も少しずつ変わり、負担が重くのしかかっていくのは明らかでしょう。

世界でも前例がない超高齢化社会の日本で生きるために、わたしたちができることは何でしょうか？明るい未来への道を子どもたちに残せるのでしょうか？今できること。正しい情報と知識を得て、自ら意識して、自ら備えていくことが大切だと思います。

人口ピラミッドの変化



資料：1950年及び1980年は総務省統計局「国勢調査（年齢不詳の人口を各歳にあん分して含めた。）」
2014年は総務省統計局「人口推計」

出典：厚生労働省 https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/kousei/15/backdata/01-01-01-004.html

平均年齢と平均寿命（男性）

	平均年齢	平均寿命
1950年（昭和25年）	22歳	59歳
2020年（令和2年）	47歳	81歳

昔と同じ考えではいけない、
出生率も平均寿命もかなり変わっている。
制度、自分たちの意識も変えなければ
日本の未来で悠々自適な老後は険しい。

□ 10年後の日本と自分を想像して話し合ってみましょう

今年もあとわずか。2021年いかがお過ごしでしたか？個人的に、終活やお金の知識をつけるためFP技能士3級2級の取得、Webライターとして終活の執筆も新たにはじめることができました。10月の自粛明けから講師業も通常の3倍、パートのおばちゃんも頑張っています。「キョウイクとキョウヨウ」今日行くところがあって、今日用があることは本当にありがたいことです。健康も意識して、ジム通いも…！健康診断、歯科健診、自宅でできるがんリスク検査サリバーチェッカーもやってみました。「見えない不安を解決していく」という目標に向かって、楽しく邁進しています。全てわたしの終活です！来年も「終活終活終活～」明るく楽しくお伝えしていきます！

「終活ノオト」
公式LINE