

厚生労働省

第181回市町村職員を対象とするセミナー

～「生涯現役地域づくり環境整備事業」の活用について～

事例発表を踏まえたパネル・ディスカッション ー 当事業の意義とPDテーマー

2025年7月4日

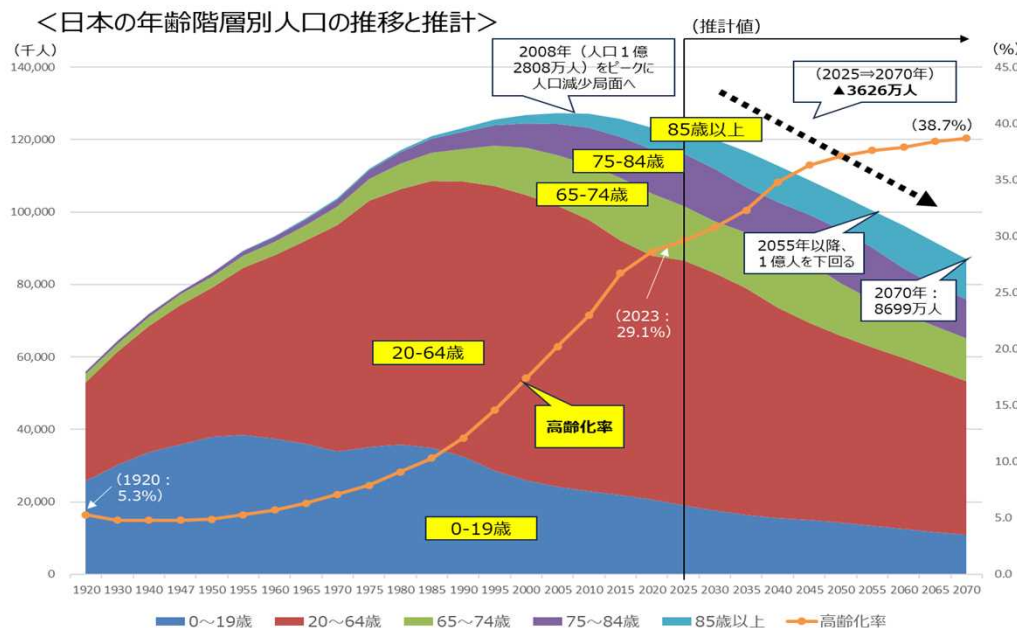
ニッセイ基礎研究所 ジェロントロジー推進室 上席研究員 前田展弘

（ 東京大学高齢社会総合研究機構／未来ビジョン研究センター 客員研究員

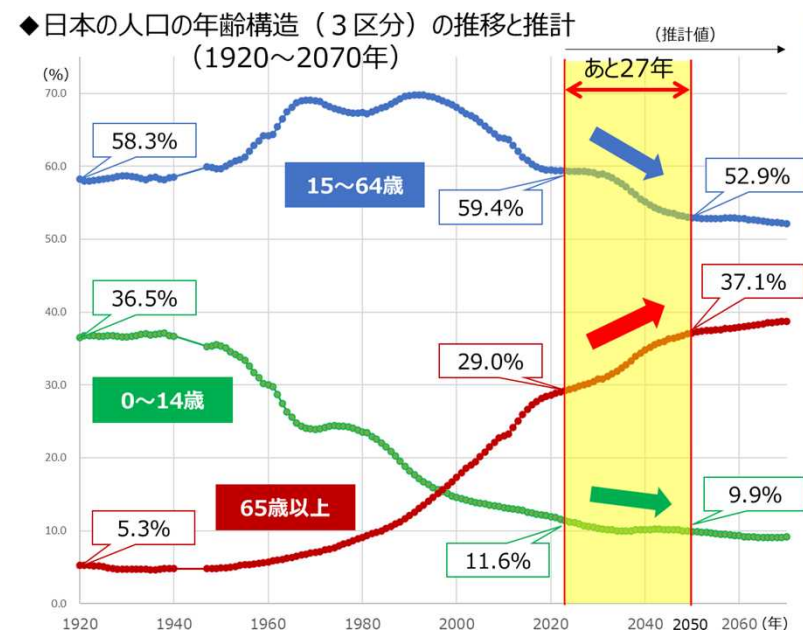
慶応義塾大学ファイナンシャル・ジェロントロジー研究センター 訪問研究員

～生涯現役社会（高齢期の就労）の意義【社会】～

人口減少未来



高齢者4割社会



超高齢未来の
社会・人口構造

高齢者【4割】

現役【5割】

子ども【1割】

社会・市場の
創り直しが必要！

労働力減少＝
人財の奪い合い
の時代

- ◆ 社会の支え合いのバランスの確保
 - ◆ 社会の活力の維持、企業・地域の持続性の確保
- ⇒ 高齢者の活躍及び労働力の合成・増強は
重要な社会課題！

～日本の高齢化対策の取組方向～

確実視される未来

少子高齢化・人口減少
高齢者 4 割社会の到来
高齢者の後期高齢化
(85歳以上高齢者の急増)

<定性要素>

要介護高齢者の増加
認知症高齢者の増加
独居高齢者の増加
身寄りなし高齢者の増加
(家族の多様化・スモール化)

不安視される未来【課題】

－ 社会の持続性の崩壊懸念 －

- ▲ 社会保障財政の逼迫
⇒ 貧困高齢者の増加
- ▲ 医療・介護サービスの供給問題
⇒ 医療・介護難民の増加
- ▲ 労働力の減退
⇒ 経済活力の低下、事業の持続性の限界等
- ▲ 地域力の減退
⇒ 過疎化、地域人材の枯渇、
空き家・住宅資源の崩壊

<定性要素>

- ▲ 孤独・孤立問題 (含、自殺)
- ▲ 移動難民、運転リスク
- ▲ 犯罪被害リスク

課題解決に必要な【対策】

－ 超高齢未来・人生100年時代に
合わせた社会への再構築 －

※「高齢社会対策大綱」（2024年9月閣議決定）内容をもとに記載

<取組みの柱①>

年齢に関わりなく希望に応じて活躍し続けられる経済社会の構築
生涯現役社会の実現

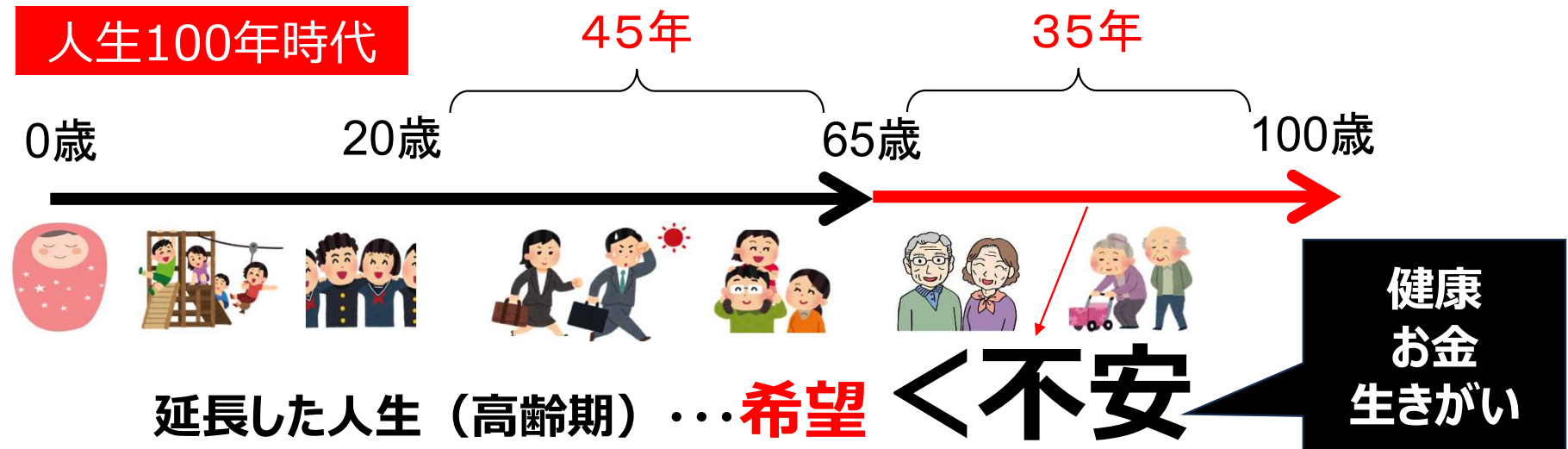
<取組みの柱②>

一人暮らしの高齢者の増加等の環境変化に適切に対応し、多世代が共に安心して暮らせる社会の構築
地域共生社会の実現

<取組みの柱③>

加齢に伴う身体機能・認知機能の変化に対応したきめ細かな施策展開・社会システムの構築
認知症フレンドリー社会の実現

～生涯現役社会（高齢期の就労）の意義【個人】～



高齢期の就労
（社会参加）
の継続

【健康】 健康長寿（フレイル予防・認知症予防）

に向けた特効薬！

【お金】 就労の継続は最大の生活保障！

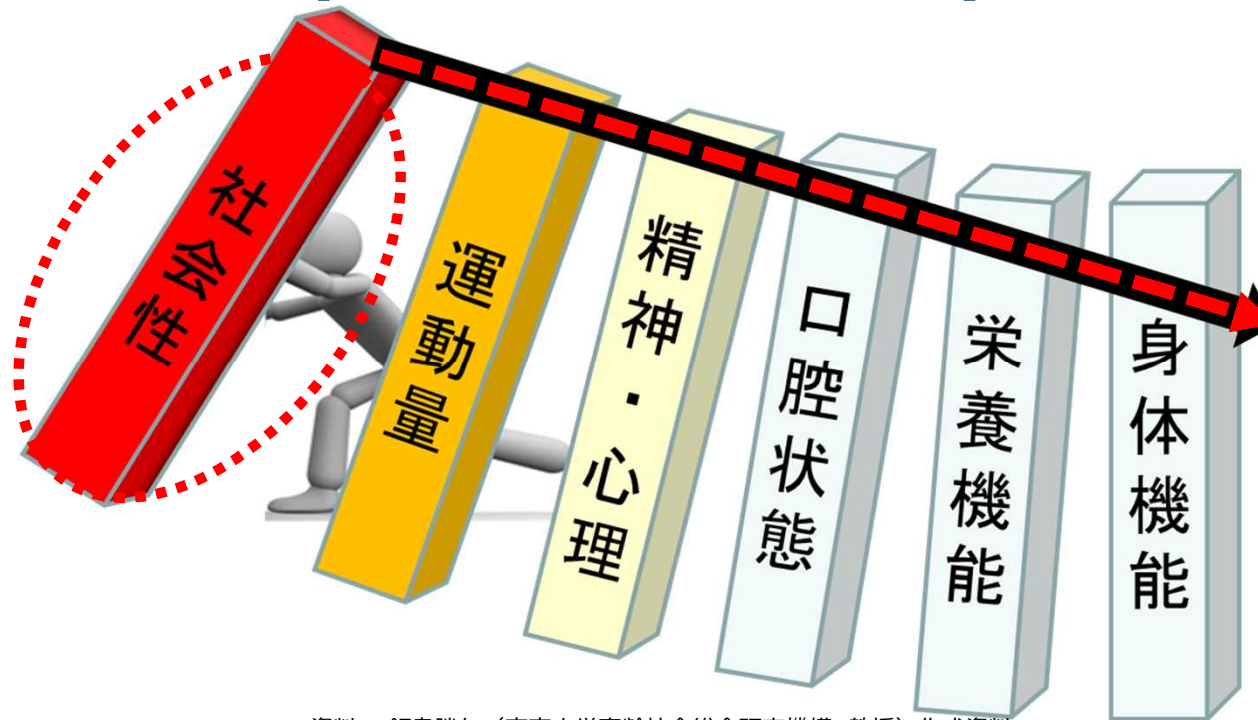
年金 + α （5-10万円）を如何に稼ぎ続けらるか？

【生きがい】 社会とのつながり、孤立予防、新たな居場所
の確保、貢献寿命の延伸 など

健康長寿の最大のポイント

社会性の維持⇒**フレイル・認知症予防**⇒健康長寿につながる！

「社会性」の低下から始まるフレイル
高齢期における「**社会性**」の維持は極めて重要！
(認知症予防にもなる)



資料：飯島勝矢（東京大学高齢社会総合研究機構 教授）作成資料

資産寿命を延ばすには？

貯めるか？

備えるか？

殖やすか？

節約するか？



年金を遅く受け取るか？
(繰り下げ)

長く働くか（稼ぐか）？

引っ越すか？

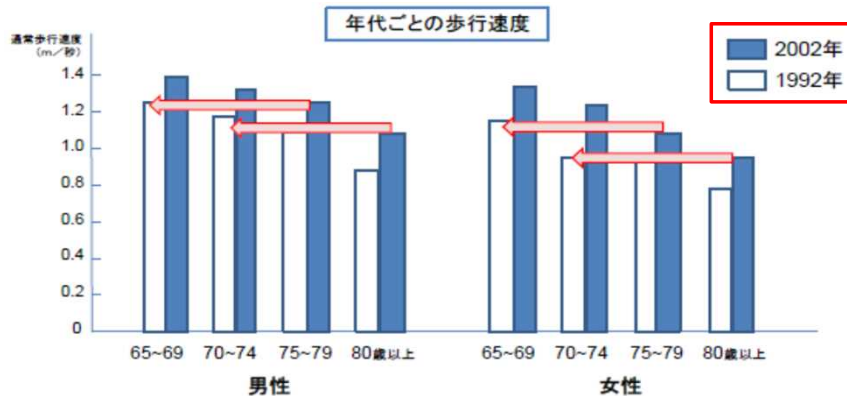
マイホームを現金化

リバースモーゲージ
リースバック

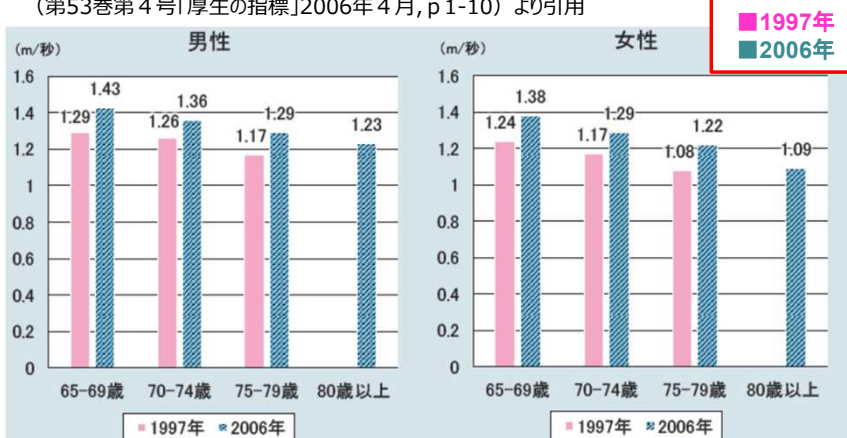


今の高齢者は若返っている！

身体能力の高さを示す指標の「通常歩行速度」を比べてみると、
男女ともに**10歳以上の若返り**が確認できる



資料：鈴木隆雄他「日本人高齢者における身体機能の縦断的・横断的变化に関する研究」
(第53巻第4号「厚生指標」2006年4月, p 1-10) より引用



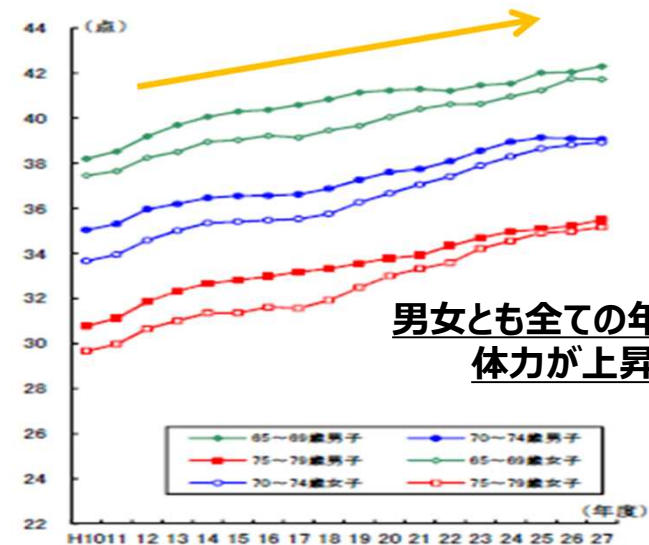
資料：日本老年学会・日本老年医学会「高齢者に関する定義検討ワーキンググループ報告書」(2017年3月)、国立長寿医療研究センター長期縦断研究(NILS-LSA)による通常歩行速度の変化(コホート差)

高齢者(65-79歳)の体力測定結果の年次推移【スポーツ庁】

新体力テストの合計点

※下記①～⑥の総合成績

- ①握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④開眼片足立ち
⑤10m障害物歩行 ⑥6分間歩行



**男女とも全ての年齢層で
体力が上昇！**

図4-7 新体力テストの合計点の年次推移

- (注) 1. 図は、3点移動平均法を用いて平滑化してある。
2. 合計点は、新体力テスト実施要項の「項目別得点表」による。
3. 得点基準は、男女により異なる。

資料：スポーツ庁「平成27年度体力・運動能力調査結果」より

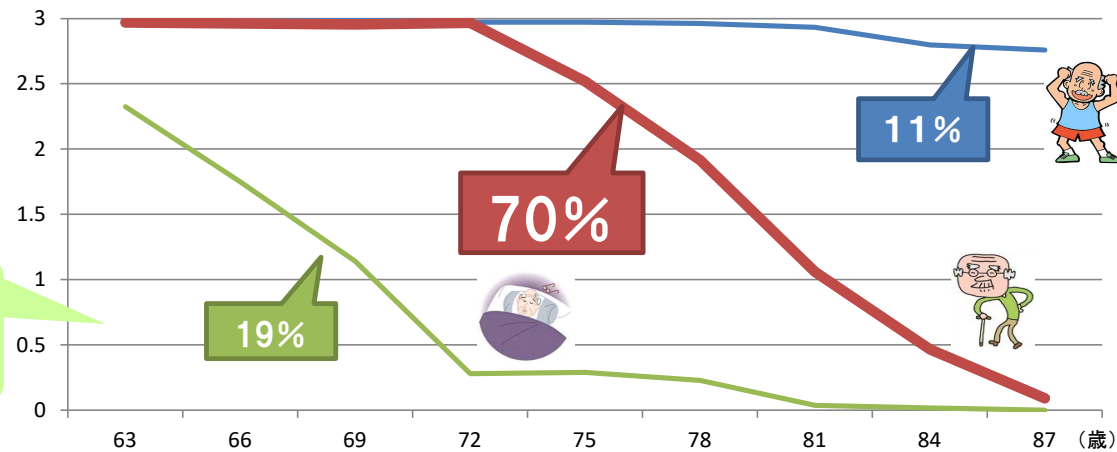
健康状態はどう変化するの？ <<重要>>

身体

<自立度の変化パターン - 全国高齢者30年の追跡調査 (n=5715名) >

男性

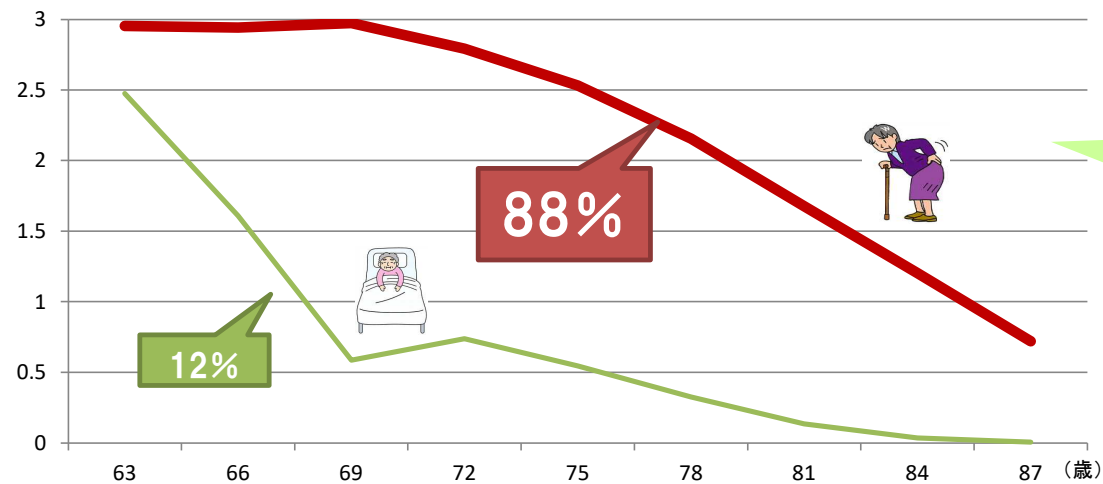
生活習慣病
が原因



目指せ
スーパージニア！
健康長寿！
PPK

女性

虚弱化予防
が大事！



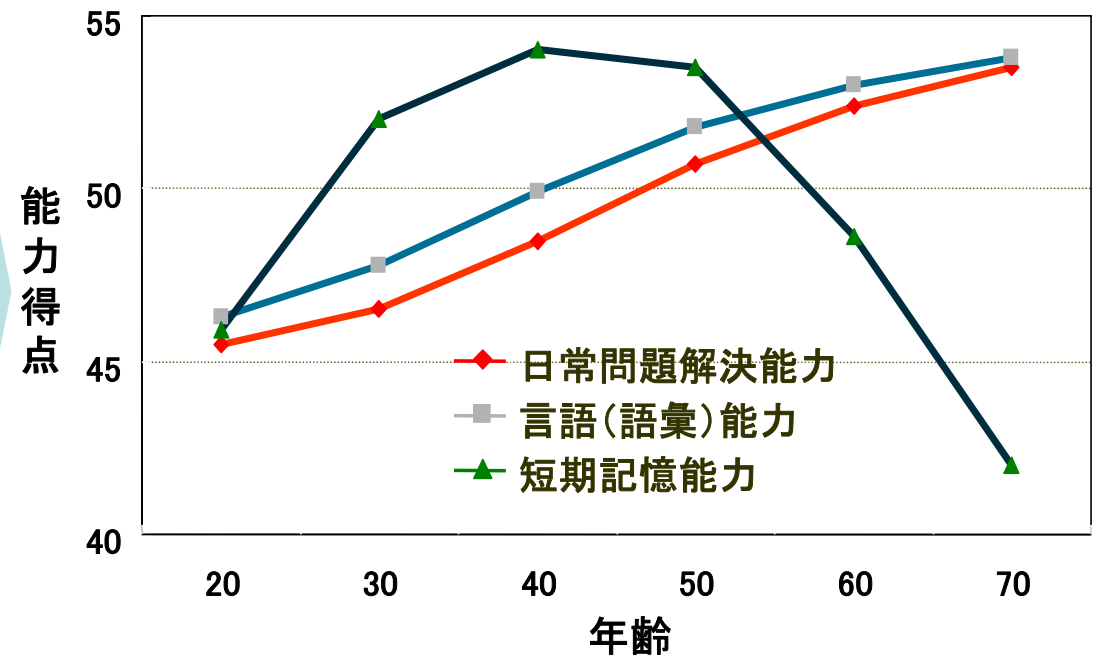
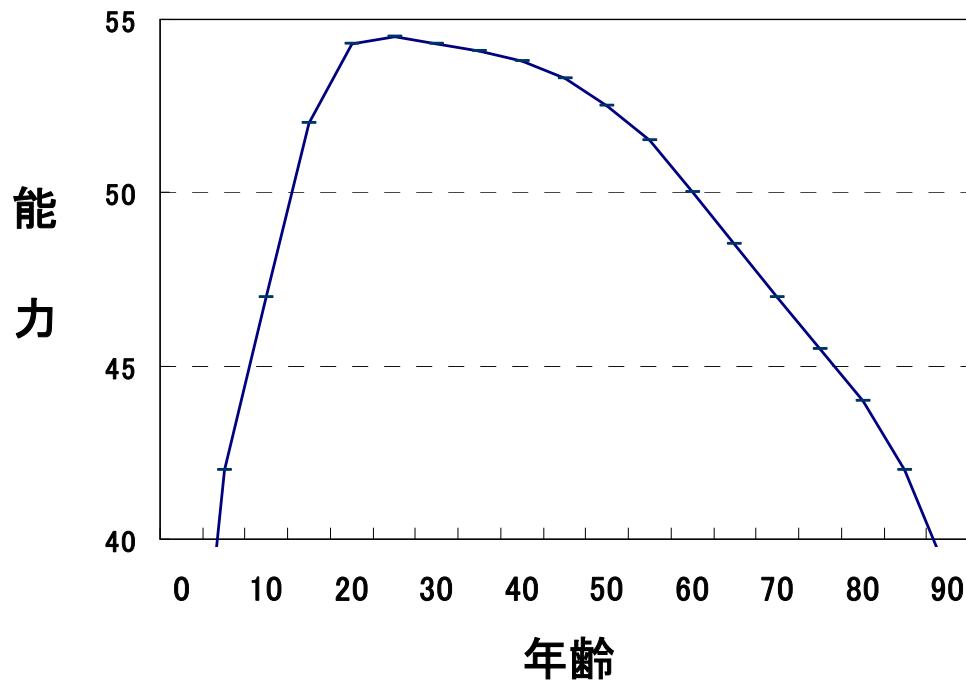
資料：秋山弘子 長寿時代の科学と社会の構想 『科学』 岩波書店, 2010

知能の加齢変化

知能

加齢(長年の経験)により**強くなる知能**がある
ニューロン(神経細胞)は**いくつになっても生成**される！

誤った「発達と老化」の通念 認知能力の年齢による変化



Cornelius and Caspi(1987, p150) より

資料：秋山弘子（東京大学名誉教授）作成資料を引用し作成

見直すべき高齢者観（高齢者の定義）

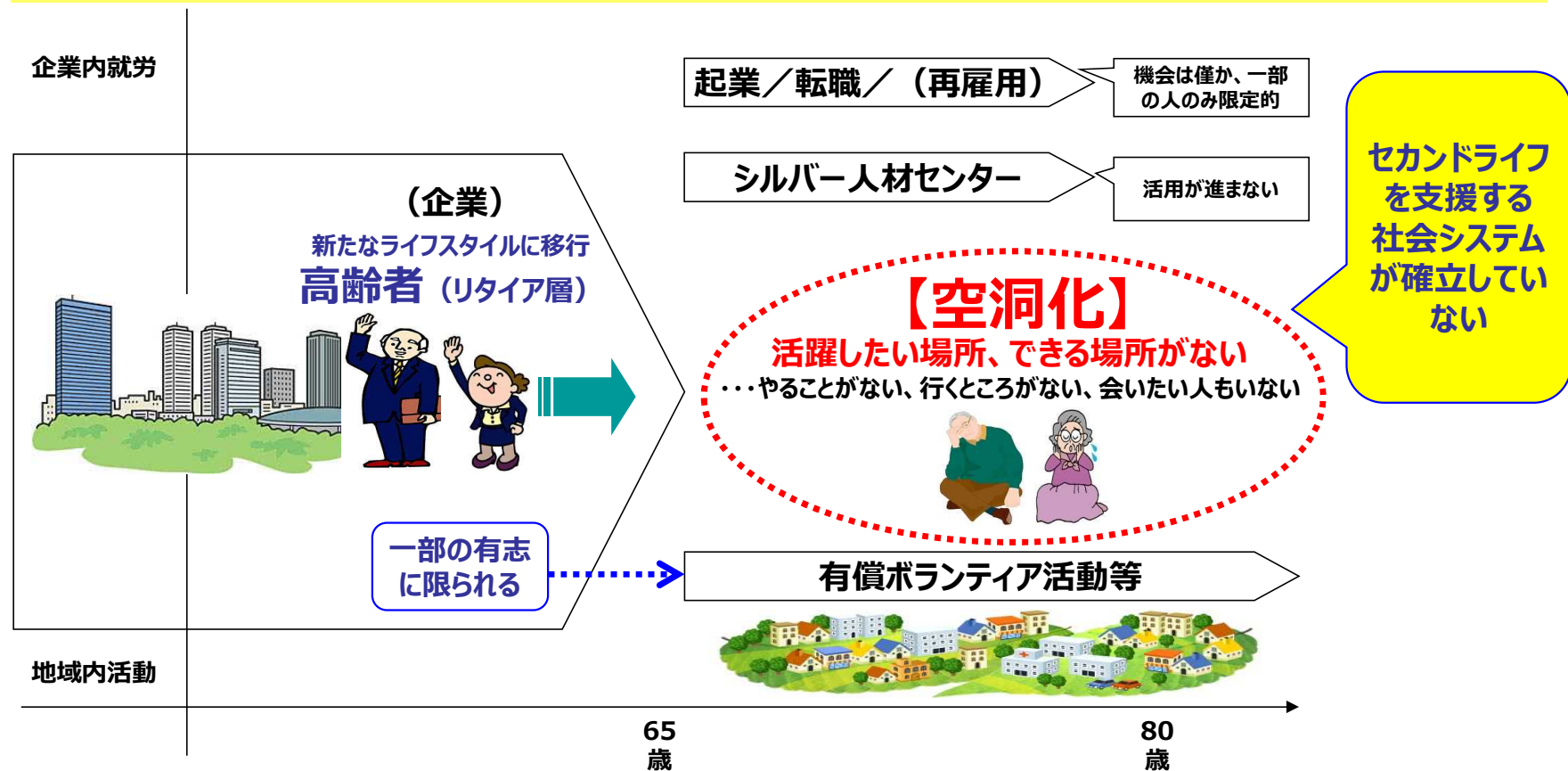
新たな「高齢者の定義と区分」（提言内容）

65～74歳	准高齢者 (pre-old)	准高齢期	65-74歳は 高齢者では ない！
75～89歳	高齢者 (old)	高齢期	
90歳～	超高齢者 (oldest-old, super-old)	超高齢期	

日本老年学会・日本老年医学会「高齢者に関する定義検討ワーキンググループ」（2017年1月）

【課題】「定年後の空洞化問題」

現役をリタイアした高齢者の多くが新たな活躍場所を見出せずにいる
「ない・ない」づくしで、自宅に閉じこもる ⇒ **個人も社会も極めて不健康**



＜パネルディスカッション・テーマ＞

- （１） 高齢者の仕事の開拓とマッチング**
- （２） 協議会の円滑かつ有効な協働方法**
- （３） 自治体内の意思決定～体制・計画策定**
- （４） 当事業の意義、効果 など**