

アクティブ・エイジング ～もたれ合いの社会から支え合いの社会へ～

【岡本 憲之（専門分野：高齢社会）】

FellowLink 倶楽部 2014/09/01 #14 に寄稿

高齢社会と言うと、とかく暗く衰退のイメージを描く人は多いと思う。それは、高齢になって会社等から引退することが、同時に社会からの引退を意味すると思ってしまう人が多いからではないか。つまり「高齢者の割合が多い社会＝社会からの引退者の割合が多い社会」と勘違いしているのである。しかし実際には、高齢者と呼ばれる人たちの多くは元気である。とても社会から引退するような人達ではない。自分は、このアクティブな高齢者こそ、これからも社会を支えていかなければならない人達ではないかと考えている。

ところで少し専門的な話になるが、世界保健機関（WHO）は、「アクティブ・エイジングとは、人々が歳を重ねても生活の質が向上するように、健康、参加、安全の機会を最適化するプロセスである。」と言っている。つまり、有意義に歳をとるには、長くなった人生において健康で、社会に参加し、安全に生活する最適な機会が常に無ければならない。さらにWHOは、「老後に自律性と自立性を維持することは個人にとっても政策決定者にとっても重要な目標である。さらに高齢化は、友人関係、仕事上の付き合い、隣人や家族など、他者との関係の中で起きるものである。それゆえに、相互依存だけでなく世代間の連帯（個人間だけでなく高齢者と若い世代との間も含む二重のギブ・アンド・テイク関係）が、アクティブ・エイジングの重要な理念となる。」とも言っている。

以上のWHOの考え方の背景には、すでに一部の先進国や新興国などで表面化してきている問題があるのではないかと。それは高齢化と少子化が同時に進んでいることである。現役世代が引退（高齢）世代を支えるといったこれまでの社会の仕組みが成り立たなくなってきた。言い換えれば、高齢になっても最後まで社会の支え手であり続けなければならなくなってきた。例えば欧州連合（EU）は2012年を「アクティブ・エイジングと世代間の連帯のための欧州年」と定め、高齢化社会への対応を抜本的に見直そうとしている。それは、若者が高齢者を支えるという従来の社会通念から脱し、老若共に支え合う社会へのパラダイム転換を目指すものだ。

日本のように少子高齢化が進む社会において重要なことは、従来の単なるエイジングからアクティブ・エイジングへと、すべての世代の人々が意識を変えること。すなわち「もたれ合いの社会から支え合いの社会へ」の意識改革ではないだろうか。そして多くの人々の意識がかわったときに初めて、暗く衰退する高齢社会から、明るく活力ある高齢社会へと、高齢社会のイメージも大きく変わると信じている。

【関連参考サイト】

- ▼ [一般社団法人高齢者活躍支援協議会](#)
- ▼ [一般社団法人高齢社会検定協会](#)
- ▼ [高齢社会NGO連携協議会](#)
- ▼ [独立行政法人科学技術振興機構（高齢社会研究開発領域）](#)