

日越外交関係樹立 40 周年記念シンポジウムより  
日本の高齢化と高齢者の暮らし

馬場 純子

本稿は、2013 年 9 月、ベトナム、ハノイ市において開催された表記シンポジウム第 3 セッションにおいて発表した内容をまとめ、加筆・修正したものである。

### はじめに

高齢化の速度について、国連などでは高齢者人口比率 7%から 14%になるのに何年かかるかという倍化年数でみており、その年数から高齢化速度の国際比較がなされています。これまでの記録によるとフランスの 114 年が最長、福祉先進国といわれてきたスウェーデンが 85 年、その他欧米の先進国英国やドイツでも 46~47 年と約半世紀かかって高齢社会となっているなかで、日本は 24 年と世界で最も短期間で高齢社会となりました。ベトナムは現在高齢化率 9%<sup>1</sup> の高齢化社会に達しているとのことですが、14%になるまでの倍化年数は 18 年と予測されており、他のアジア諸国同様今後これまでの日本を上回る急速な高齢化が見込まれています。

日本が 1994 年に高齢化率 14%に達した頃、「人類がこれまで経験したことがない速さで高齢化が進んでいる・・・、高齢社会に突入した・・・」というフレーズがよく聞かれました。それほどまでに急速な高齢化の進展に対する諸施策が整わないままに益々高齢化が進んだのが日本です。その後も着実に高齢化が進み、予想を上回る高齢化の進展の中でその時々手探りでさまざまな調査研究や実践を重ねながら施策を模索しつつ整備し、2000 年には高齢者の介護については公的な介護保険制度を創設して、今年で 14 年目、度重なる制度見直しと改正を経て国民の間によく普及してきたところです。

ベトナムは今後この日本の高齢化の速度を上回る短期間で高齢化が進展することが予測されているとのこと。この高齢社会への備えについては、私ども日本は良い意味でも悪い意味でもさまざまな経験をしつつ多くの研究や実践の蓄積があり、それぞれの国の社会状況は異なりますが、私どもが辿ってきた道をご紹介します、研究や実践の交流を重ねることで今後のベトナムの高齢社会への備えについて役立つことができれば幸いです。その意味で、まず、日本の

---

<sup>1</sup> 高齢化率については、その算定基準年齢が日本および欧米各国は 65 歳以上の高齢者であるのに対して、ベトナムでは 60 歳以上で算出している場合と世界基準に合わせて 65 歳以上とする場合があり、その使用については混在しているようである。このシンポジウムにおけるベトナム側の報告では、「高齢化率 9%」が用いられていたため、ここでも「9%」を採用した。しかし、世界基準にあわせると 2021 年に 7%、2039 年に 14%に達すると予測されている。

高齢化の状況と特徴およびその高齢者の暮らしについて知っていただくことを目的として報告させていただきます。

## 1. 少子高齢社会の実態—少子高齢化の推移とその特徴

### (1) 日本の総人口

2013年2月1日現在<sup>2</sup>、日本の総人口は1億2741.2万人となっており、これは前年度同月に比べて減少しており、このところ日本の人口は減少傾向にあります。年齢3区分別にみると0歳～14歳人口の年少人口は1650.5万人で全人口の13.0%、15歳～64歳人口である生産年齢人口は7973.5万人で62.6%となっており、共に減少しつづけています。その一方で65歳以上人口は3117.2万人と人口の24.5%を占め、こちらは増加し続けています。次に高齢化の現状についてです。

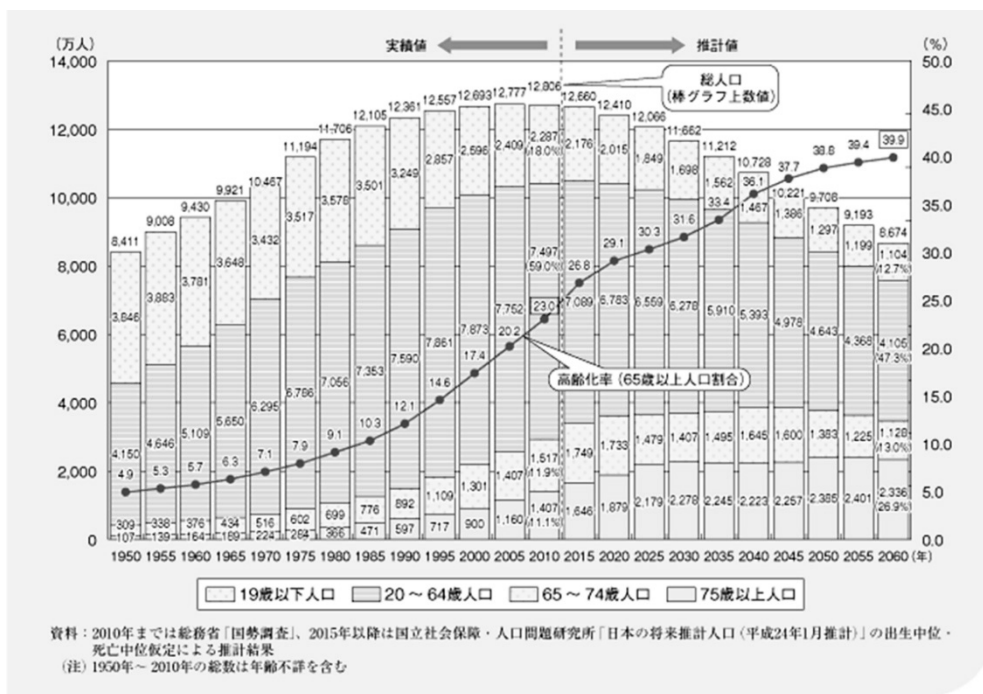


図1 高齢化の推移と将来推計

<sup>2</sup> 総人口などの数字は、シンポジウムでの発表で用いた当時の統計資料をそのまま使用している。

## (2) 高齢化の現状

### ① 65歳以上高齢者人口（図1）

65歳以上の高齢者人口は、3117.2万人で高齢化率24.5%となっており、人口の4人に一人が高齢者という社会になっています。また、このうち75歳以上の後期高齢者については約半数の12.1%を占め、この年齢層は今後も増加傾向にあります。性別で見ると、男性42.8%、女性57.2%で女性の割合が高くなっています。

これを地域別にみると

### ② 地方で高齢化率高く首都圏周辺大都市で低い

東北地方、四国地方といった地方で高齢化率が高く、最高は秋田県の27.9%、東京や名古屋など首都圏や大都市周辺で20%程度と低くなっています。

### ③ 認知症高齢者の増加

高齢者の増加に伴って、認知症高齢者が増加していることが、最近の調査で判明しています。厚生労働省研究班によると、2012年時点で65歳以上の高齢者のうち認知症の人は推計15%、約462万人にのぼることが調査で分かったということであり、さらに認知症になる可能性がある予備軍である軽度認知障害の高齢者も約400万人いると推計され、65歳以上の4人に一人が認知症とその予備軍となるとのこと。そして男性より女性の有病率が高く、政府も早急な対策を迫られそうだという事です。

## (3) 高齢化の特徴

次に日本の高齢化の特徴ですが、まず、

### ① 急速な高齢化

急速な高齢化が一つの特徴といえます。高齢化率7%から14%になるのに要した年数（倍化年数）が高齢化の速度の目安となっていますが、短い所でも約半世紀かかった欧米先進国に比べて日本は24年で世界最短でありました。現在ベトナムを含むアジア諸国の高齢化が徐々に進んできており、今後、日本の24年を追い越す勢いの高齢化の進展が予測されています。

### ② 平均寿命の伸び（図2）

死亡率の低下に伴い、平均寿命が伸びています。第二次世界大戦後、わが国では、医療技術の進歩、生活環境の改善、食生活や栄養状態の改善などにより死亡率が低下し、平均寿命が伸びています。男性79.64歳、女性86.39歳となっており、女性の平均寿命は世界一であります。

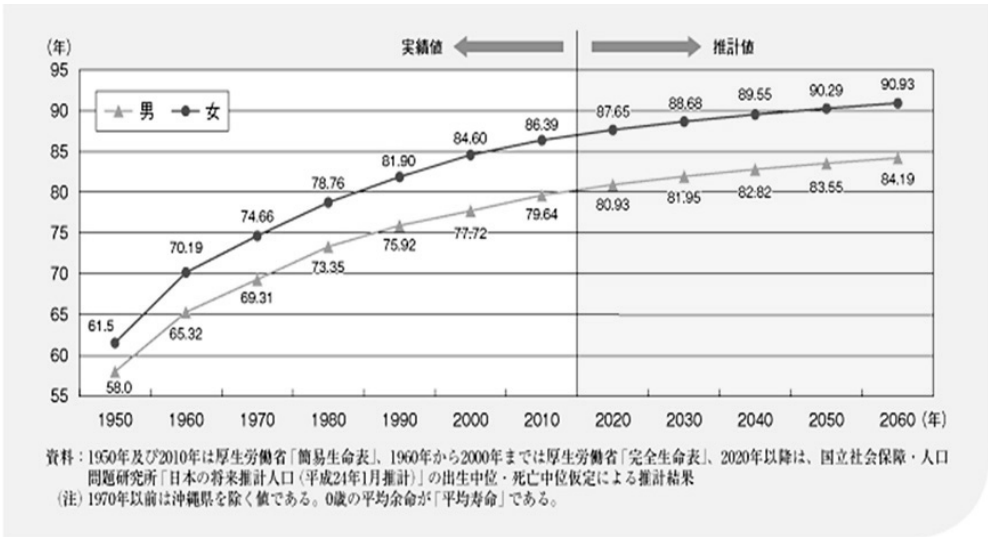


図2 平均寿命の推移と将来推計

③ 少子化

最初に人口構成のところで見ただけのように、年少人口が一番少ない年齢層となっており、合計特殊出生率は少し改善されて1.41人（2012年）と上昇したものの、依然として低迷を続けています。日本の高齢化は子どもの数が少ない、少子高齢化であることが特徴の一つとなっています。現在さまざまな少子化対策が講じられておりますが、改善には時間がかかることが見込まれています。

④ 後期高齢者の増加

65歳以上の高齢者を、65歳～74歳を前期高齢者、75歳以上を後期高齢者に分けると、着実に後期高齢者の数が増加しています。年齢が高くなればなるほど病気や障害をもちながら生活するリスクが高くなり、それだけ要援護高齢者が増えるということが予測されます。

⑤ 今後も進展する高齢化

先のグラフ（図1）に示されていますように、2060年には高齢化率39.9%になることが見込まれており、今後も引き続き高齢化が進行することが予測されています。

⑥ 地域格差 大

都道府県別の高齢化率により、地方で高齢化率高く首都圏周辺大都市で低いことなどから、さまざまな意味で地域格差が大きくなっています。高齢化率が一番高いのは、秋田県の29.7%、一番低いのは沖縄県17.3%、この沖縄県は年少人口が一番多い県です。

首都圏は20%前後で、特に南関東ブロックという東京都周辺（東京、神奈川、千葉、埼玉）に人口の1/3が集中しており、今後この地域の高齢化が一気に進んで、大きな問題となることが予想されています。

以上、日本の高齢化の特徴について主なものをあげてみました。この他にも考えられる特徴があるかと思えます。

## 2 高齢者の姿と取り巻く環境の現状と動向

ここまで、日本の高齢化の現状とその特徴についてご紹介してきました。次にはそのような高齢化した社会において高齢者の方々がどのように暮らしているのか、についてみていきたいと思えます。<sup>3</sup>

### (1) 高齢者の家族と世帯（図3）

まず、高齢者がどこで暮らしているのか、その居場所について、家族との関連でみます。

#### ① 高齢者のいる世帯は、全体の4割。

65歳以上の高齢者は、人口の全世帯のうち約4割の世帯にいます。世帯構成別にみますと、「単独世帯（一人暮らし）」「夫婦のみの世帯」で過半数を占めており、65歳以上の高齢者のみで構成されている世帯が半分以上いることとなります。そして、

#### ② 一人暮らし高齢者は、男女とも増加傾向（図4、図5）

一人暮らし高齢者については、男性は高齢者人口の11.1%（10人に一人）、女性は20.3%（5人に一人）が一人暮らしとなっており、男女ともに今後も増加傾向にあります。

#### ③ 「単独世帯（一人暮らし）の割合」については、男性は20歳～24歳という年代が最も多く、女性は80歳～84歳の一人暮らしの割合が一番多くなっています。そして、

#### ④ 「社会施設の入所者」増加、一人暮らしの高齢者が増加していますが、老人ホーム等の社会施設の入所者が増加しています。以前に多かった「病院等の入院者」は減少しており、老人ホームなどの社会施設の入所者は、2005年の1.5倍にまで増加し、高齢者の居場所が変化してきていることがわかります。

---

<sup>3</sup> 報告は、『平成24年版 高齢者白書』（内閣府）、「日本の世帯数将来推計（全国）（都道府県）」「日本の地域別将来推計人口（平成25（2013）年3月）」（国立社会保障・人口問題研究所）などを参考にまとめたものである。

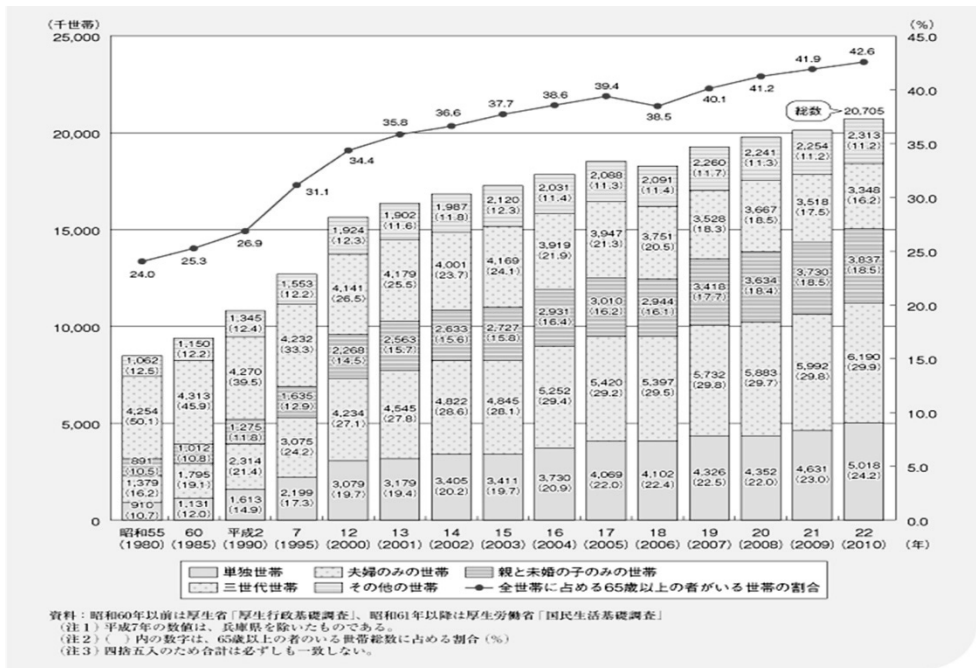


図3 65歳以上の者のいる世帯数及び構成割合（世帯構造別）と全世帯に占める65歳以上の者がいる世帯の割合

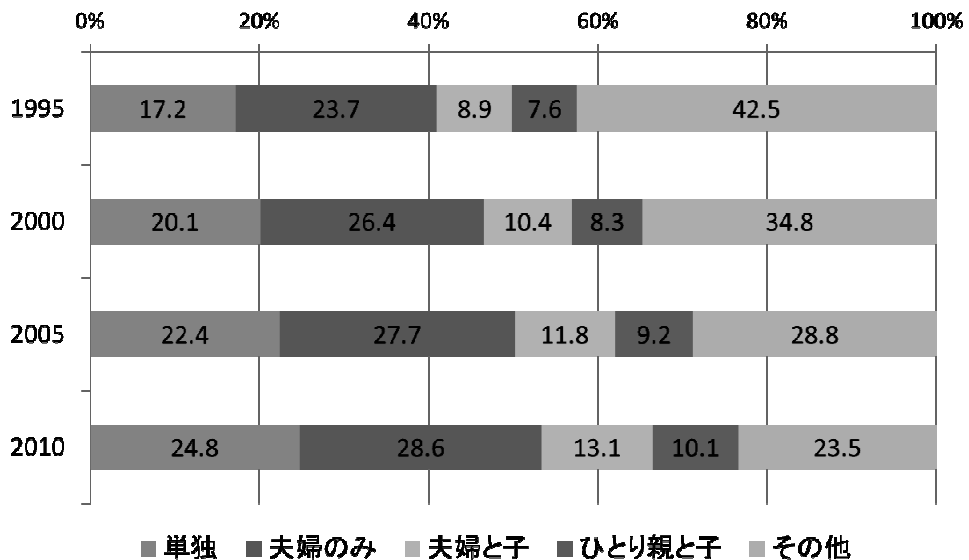


図4 65歳以上世帯員のいる世帯構成別割合の推移

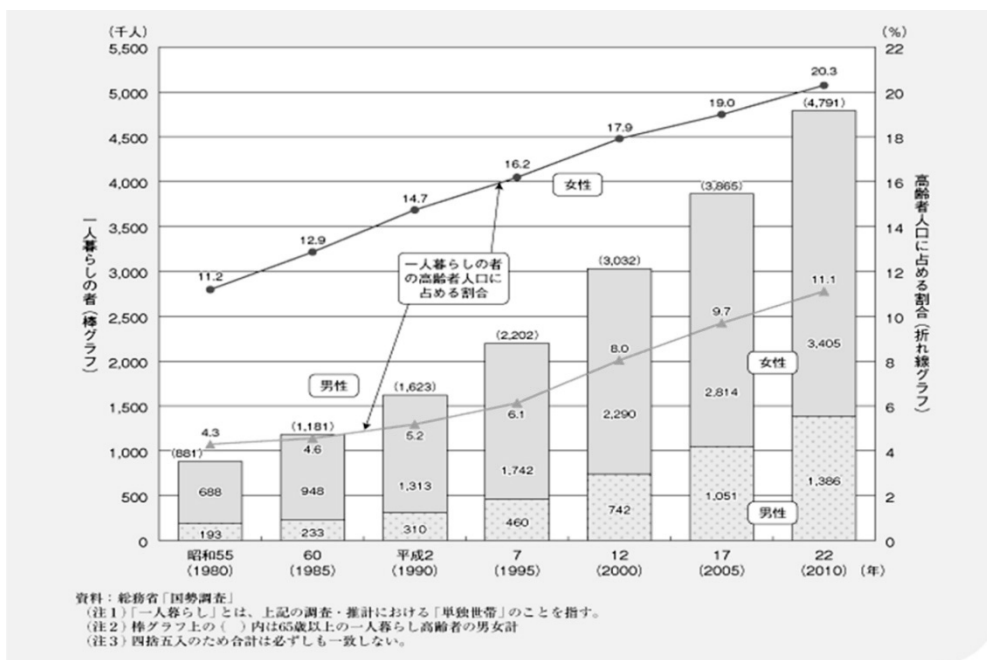


図5 一人暮らし高齢者の動向

## (2) 高齢者の経済状況

次に、高齢者の経済状況についてみますと（図6）、

- ① 暮らし向きに「心配ない」という高齢者は7割となっており、「多少心配」約22%、「非常に心配」6.6%です。80歳以上では「まったく心配ない」が28%以上、「それほど心配ない」と併せると「心配ない」の割合が約8割と高くなっています。
- ② 世帯人員一人当たりの年間所得は、高齢者世帯（197.9万円）、全世帯（207.3万円）とそれほど大きな差はありません。しかし、一世帯当たりの年間平均所得は307.9万円と全世帯の549.6万円に比べると6割弱とかなり少なくなっています。その内訳ですが、
- ③ 高齢者世帯の約7割において、公的年金・恩給の総所得に占める割合が80%以上と公的年金や恩給に頼り、所得の中心になっていることがわかります。これは、公的年金が整備され、国民の間に浸透してきているということがうかがえます（図7）。

区分	平均所得金額		
	一世帯当たり		世帯時に一人当たり(平均世帯人員)
高齢者世帯	総所得	307.9万円	197.万円 (1.56人)
	稼働所得	53.2万円 (17.3%)	
	公的年金・恩給	216.2万円 (70.2%)	
	財産所得	18.2万円 (5.9%)	
	年金以外の社会保障給付金	2.5万円 (0.8%)	
	仕送り・その他の所得	17.7万円 (5.7%)	
全世帯	総所得	549.6万円	207.3万円 (2.65人)

資料：厚生労働省「国民生活基礎調査」(2010年)(同調査における2009年1年間の所得)

図6 高齢者世帯の所得

また、支出と貯蓄についてですが、

- ④ 世帯主が65歳以上の世帯では、一人当たりの支出水準は全世帯平均を上回り、貯蓄は全世帯平均の1.4倍あることが示されており、高齢者は貯蓄をたくさん持っていますが、その貯蓄の主な目的は病気や介護への備えとなっています。しかし、このことが、最近の高齢者をターゲットにした犯罪の多発に結びついているともいえます。その一方で、
- ⑤ 生活保護受給者は増加傾向にあります。2011年の65歳以上の生活保護受給者は78万人で、65歳以上高齢者の2.63%となり、前年度より増加しています。そしてここ十年來年々増加傾向にあります。生活保護からみると保護受給者の約半数が高齢者となっている現実です。このことは、少ない年金(十分に備えられなかった人々)で貧困に陥っている高齢者の姿を映し出すものとなっています。



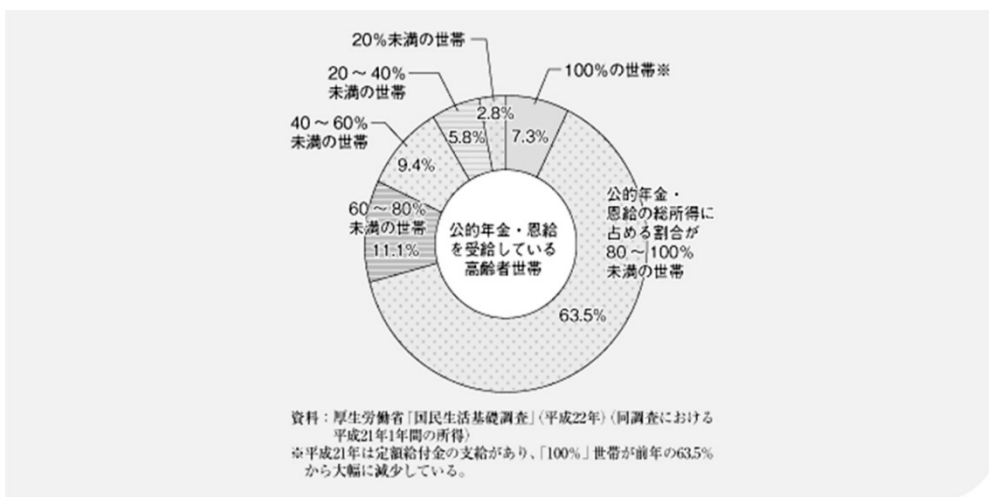


図7 高齢者世帯における公的年金・恩給の総所得に占める割合別世帯数の構成割合

### (3) 高齢者の健康・福祉

まず、健康についてです。「国民生活基礎調査」の「有訴者率」「日常生活に影響のある者率」(人口千対)によりますと、

- ① 半数近く(471.1)が何らかの自覚症状あり、日常生活に影響ある人は(209.0)は1/5程度です。
- ② 健康寿命は延びていますが、平均寿命に比べて伸びが小さいということがいえます。健康寿命は男性70.42歳、女性73.62歳で、平均寿命との差が大きくなっています。特に女性は平均寿命と健康寿命の差が13歳もあり、今後の高齢化の進展に伴う諸問題を想定し、いかに疾病や介護を予防しこの健康寿命を延ばすかということが重要な課題の一つといえましょう。
- ③ 死因となる疾病は、第一位「悪性新生物」、第二位「心疾患」、第三位「肺炎」となっています。
- ④ 認知症高齢者の増加、最初の高齢化のところでも申し上げましたが、認知症高齢者の増加が著しくなっています。実態調査は非常に難しいのですが、厚生労働省の調査によると2012年推計によると認知症は65歳以上の15%、軽度認知症という予備軍も含めると65歳以上の約1/4が認知症やその可能性があると考え、その人々は約6割が在宅で暮らしており、そのうち一人暮らしが16%いると推計されています。

次に、高齢者の介護についてです。

- ⑤ 要介護者等の数は年々増加、特に75歳以上で割合高い。介護保険制度では、介護サー

ビスを利用する場合、要介護認定による判定を受ける必要があります。要介護 1~5、要支援 1、2 という判定をもらわないと介護保険制度によるサービスは利用できません。これらの 7 段階のいずれかの判定が出た人が要介護者等ということになりますが、その数は年々増加しており、特に 75 歳以上の後期高齢者の割合が高くなっています。要介護者等の人数は、65 歳以上の高齢者の 2 割弱となっています。それらの人々が介護保険制度による介護サービスを利用していますが、在宅サービスを利用している人が 67%、施設に入所してサービスを受けている人が 24.3%ほどいます。その他地域密着型サービスという在宅サービスに準じたサービスを利用している人が 8.5%となっています。

要介護度が比較的低い場合は、住み慣れた自分の家にながら在宅サービスを利用するケースが多くなっており、要介護度が重度で例えば、寝たきりや認知症が重度の場合は施設入所という施設サービス利用が半数以上となっています。しかし施設の整備が追いつかず、施設入所の待機者が後を絶たない現状です。

介護が必要となった原因は、「脳血管疾患」「認知症」「高齢による衰弱」などであります。

- ⑥ 主に家族（とりわけ女性）が介護者となっており、介護者も 65 歳以上という「老々介護」も相当数あります。また、介護者の中には、仕事を持っていながら介護をしている人も多くなっています。
- ⑦ 仕事を持つ介護者は、家族の介護・看護のために離職・転職する人が増加しています。心身ともに負担の多い介護と仕事の両立に悩み、その結果、退職することも含めて離職したり、介護をしやすい仕事を求めて転職するケースが増えています。介護休暇の制度も整備されてきていますが、現実には介護休暇には期限があり、取得してもふたたび職場に戻らなければならず、その一方で介護は続きます。そして、介護を必要とする高齢者の状態の変化に応じて、これまでの職場での勤務を続けることが難しくなり、離職や転職の道を選ぶことが多くなっています。介護休暇は期限がありますが、介護には期限がありません。
- ⑧ 高齢者と同居している主介護者は、「要介護 4」以上の場合の約半数が、ほとんど終日介護を行っています。つまり、一日中要介護の高齢者から目を離せず、介護に関わっているということになります。介護者自身の時間は持てず、その場に拘束されているような状態になります。それだけ心身への負担が大きいといえます。
- ⑨ 介護を受けたい場所ですが、高齢者は「自宅」を望む人が 4 割、これは男性に多くなっています。「自宅以外」すなわち施設や医療機関を望む人は、5 割強ありますが、女性が多くなっています。
- ⑩ そして、最後を迎えたい場所については、半数が「自宅」を望んでいます。

#### (4) 高齢者の就業

次に高齢者の就業の問題です。

- ① 定年到達者の継続雇用は 73.6%に達しており、定年を過ぎても働き続けている高齢者が増加しています。その結果、
- ② 労働力人口に占める 65 歳以上の比率は年々上昇し 9.3% (2012 年) となり、その割合は 1980 年の 4.9%に対して倍近くと大きく上昇しています。
- ③ その就業状況をみると、「生産工程・労務作業」「農林漁業作業」が多くなっています。

#### (5) 社会参加活動

グループ活動への参加状況をみると、60 歳以上の高齢者のうち何らかのグループ活動に参加している人は約 6 割となっており、10 年前と比べると大幅に増加しています。具体的には「健康・スポーツ」が一番多く、次いで「地域行事」「趣味」となっていますが、「地域行事」は 10 年前の約 2 倍となっており、地域への関心がうかがえます。また、現在は参加していない人でも何らかのグループ活動に今後参加したいという考えを持つ人は約 7 割に達しています。

学習活動については、何らかの学習活動に参加している人は 17.4%となっており、「カルチャーセンターなどの民間団体が行う学習活動」が 7.6%、「公共機関や大学などが開催する公開講座など」が 4.8%となっています。

また、若い世代との交流の機会への参加意向は、「積極的に参加したい」「できる限り参加したい」という人が 62.4%、「あまり参加したくない」「全く参加したくない」人は 32.8%となっており、若い世代との交流の機会を望む人が多くなっていることがわかります。

#### (6) 生活環境

現在生活している住居や居住環境などの生活環境についてどのように感じているかたずねたところ、

- ① 現在の住まいについては、9 割の人が満足しているという結果となっています。そして身体が弱くなっても、「現在のまま自宅にとどまりたい」と考えている人が約半数となっており、「自宅」志向が根強いことが示されています。
- ② 高齢者の安全・安心について。まず、高齢者の運転による交通事故が増えています。認知症による事故など、今後も増加することが予想されます。一方で近年、高齢者をめぐる犯罪が増加しています。これには、高齢者を標的にした犯罪と高齢者自身による犯罪があります。高齢者を標的にした犯罪としては、振り込め詐欺の被害が急増しており、被害者の 8 割が 60 歳以上となっています。高齢者による犯罪としては、窃盗犯が約 7

割であります。その他、消費トラブルの相談件数が増加、住宅火災の死者数は約 6 割が高齢者であること、養護者による虐待など高齢者の安全・安心をおびやかすような現実があります。

③ 「生きがいを感じている」人が 8 割。

日常生活について、60 歳以上の高齢者がどの程度生きがいを感じているか尋ねたところ、「生きがいを感じている」人は約 8 割、「毎日の生活を充実させて楽しむことに力をいれたい」人が増えており、ただただ将来に備えて日々の生活を切り詰めて貯蓄に励むというよりは、現在の毎日を楽しもうという人が多くなってきています。

④ 一人暮らしの男性：孤立死と考えられる事例が多数発生。

一人暮らしの高齢者の増加に伴い、一人暮らしの男性の問題も深刻になっています。一人暮らしの男性は、人との交流が少なく、頼れる人がいない人が多くなっていきます。そして孤立死と考えられる事例が多く発生しています。

⑤ 災害などによる高齢者の被害状況。東日本大震災における全被害者の 65.8%が 60 歳以上であったとのことです。その他の自然災害においても、高齢者の被災や犠牲者が多くなっています。

### 3 高齢者介護をめぐる問題と今後の課題

ここまで、高齢者の暮らし、日常生活についてみてきましたが、現在の日本で大きな問題となっている高齢者介護をめぐる問題と今後の課題について、まとめてみました。まず、

- (1) 財源及び財政問題：高齢者の増加に伴う、年金、医療、介護など社会保障給付費の増大とそれに伴う財源の確保の問題。特に介護給付費については制度創設以来年々予算を大幅に上回る事態となっており、持続する社会保障制度の確立のためにも現在進行中の「社会保障と税の一体改革」に関連する重要かつ大きな問題であります。
- (2) 高齢者ケアニーズの増大：75 歳以上後期高齢者の割合増加によるケアのニーズの増大。高齢になればなるほど、何らかの病気や障害を抱えて生きるリスクが高くなるわけで、そのようなリスクを抱えた人が増えることにより医療や介護などケアニーズが増大します。
- (3) 65 歳以上の世帯のうち、「単独世帯」「夫婦のみの世帯」が増加：基本的に日常的に介護を担う家族がないということで、社会的ケアのニーズが増します。そのような人がすべて老人ホームのような社会施設でケアを受けられるわけではなく、その意味でも、どのような住まい方をするか、最後まで自宅にとどまり、在宅ケアで暮らし続けるのか、あるいは施設等に入所するのか、あるいはその他の選択肢でいくのか、どこで暮らすのか居住（住まい方）の問題が重要です。

- (4) 首都圏、都市部で急速な高齢化進展：現在、日本の人口の 1/3 が東京都とその周辺県に集中しており、そこでの急速な高齢化が予測されています。急速に高齢者の数が増えるだけではなく、高層の集合住宅に居住する人々の問題など、これまでには無かったさまざまな問題の出現が考えられます。
- (5) 65 歳以上のうち、認知症高齢者の増加：最初にも触れましたが、65 歳以上の 4 人に一人が軽度認知症を含めて何らかの認知症を抱えているという社会がやってくることに對する備え、すなわち広く一般の人々による認知症および認知症の人への理解の普及が求められます。
- (6) 介護の担い手の問題 ①労働環境、②賃金：このことについては、メディアでの報道等により一般的な関心になりつつあります。ますます必要となる介護の担い手が不足しており、彼らの労働環境や賃金の低さの問題などへの一般の人々の関心が集まりつつあります。資格をもちながら、仕事をしていない人すなわち潜在的な介護の担い手を何とか掘り起こす（再び仕事に復帰してもらう）ことも必要で、そのための雇用体制の見直しや研修等も整備することも求められます。

#### 4 地域包括ケアシステムの実現へ

以上のような問題や課題をかかえる日本の高齢社会の現状ですが、高齢者が家族共々その人らしく安心して安定した生活が営めるよう地域包括ケアシステムを実現するべく、現在その体制を整備しているところです。地域包括ケアシステムとは、人々がこれまで慣れ親しんできた地域で暮らし続けるためには、介護・医療・予防・生活支援・住まいの包括的・有機的なサービスや支援が必要であり、そのために日常生活圏域、すなわち 30 分で駆けつけられる圏域を設定し、そこで特別養護老人ホームで受けられるのと同様のサービスを利用できるようにします。自宅にいながらにして 30 分以内に必要なサービスが届けられ、受けられるようにします。

以上、日本の高齢化の現状とそこでの高齢者の暮らしについてご紹介いたしました。ベトナムは今後急速に高齢化が進むことが予測されており、多くの高齢化先進国の例をもとにいろいろな準備が整えられると思いますが、そのためにも少しでも参考になれば幸いです。

#### 参考文献

- ・『平成 24 年版 高齢者白書』（内閣府）
- ・「日本の世帯数将来推計（全国）（都道府県）」「日本の地域別将来推計人口（平成 25（2013）年 3 月）」（国立社会保障・人口問題研究所）