



平均寿命について

理事長 森 勉

現役を引退し10数年老後を過ごす団塊世代にとって、少子高齢化、人生百歳時代、男女とも平均寿命は80歳を超えた等といわれ余生への僅かな期待と現役世代への多少の負い目を感じながら、老後の人生設計を描こうと思えども体力気力が伴わずまあ認知症等の病気にならず息災に暮らせればと願う日々です。心の中では若い者にまだまだと思うがゴルフの飛距離は確実に30ヤードは落ちそれをクラブのせいにし、会話の中で突然人の顔は浮かぶが名前が出ないことが度重なる等老いの寂しい現実を徐々に受け入れています。

平均寿命はその年に亡くなった人の年齢を平均したものだと思っていました。が正しくは0歳児の平均余命だそうです。平均余命とはその年の各年齢の死亡率を使って10万人の0歳児が何歳まで生きられるかをシミュレーションしたものです。すなわち、ある年齢の人が後何年生きることが出来るのかという期待値です。ちなみに、団塊世代の私が生まれた昭和22年の男子の平均寿命は約50歳でしたが現在は80歳を超え

たのでまだ6年ぐらいは生きられそうです。

狭い国土で自然災害が多く、長い労働時間・通勤地獄・狭い住居等厳しい就労・生活環境にもかかわらずわが国は世界でも長寿大国の一つになっていますが何故でしょうか。質の高い医療が広く行き渡っている、衛生環境がよく健康意識が高い、脂肪摂取量が低く腹八分という考えでカロリーの摂取量も低い健康的な食文化、健康には余り良くないアルコールに弱く欧米人に比べ摂取量が低い、社会の施設や治安が良く事故・犯罪等が少ない、長い歴史の中で培われた家族主義を基本とする助け合いの精神等がその要因ではないでしょうか。

人間には他の動物に比較して驚くほど長い老後があります。その理由は人間の子育てには大変な手間と時間が必要なため親だけではなく年寄りもこれに参加することのようです。又煩瑣で年寄りが経験の子孫に伝え家族や社会の発展に貢献するためのようです。平均寿命が80歳を超え人生百歳時代において老後は現役時代とほぼ同じ約40年という大変長い期間になりました。もはや老後は現役の付加的価値ではなく第二の人生とも言うべき極めて重要な道程であり老いの現実を認めながら子育てや家族・社会に貢献するのは元より自らの老後を楽しく有意義に生き抜くことが必要です。偕行社の改革による新たな各種活動がその一助になれば幸いと願っています。