

NIKKEI  
BUSINESS

# 日経ビジネス

2015.09.14 No.1807

## あなたに迫る 老後ミゼラブル



疲弊する地方経済、それでも…  
再編無用の個性派地銀

新連載  
清宮克幸 有言実行

あなたに迫る

# 老後ミゼラ

作家・有吉佐和子の出世作『恍惚の人』が出版され、約200万部のベストセラーになってはや43年。認知症の高齢者と家族の姿をリアルにつづった作家ですら想像もしなかった現実に、今、日本は直面している。誰にもみとられない孤独死、認知症が引き起こすトラブル、判断力の低下による犯罪…。お金があろうとなかろうと、ある日突然「ミゼラブル(哀れ)」な現実はやってくる。「自分には無関係」と思っているあなた。幸せな老後を送ることができると、本当に言い切れますか。

(鶴飼 秀徳、河野 紀子、林 英樹、武田 安恵)

*Prologue* 2040年、日本を襲う  
「超々高齢化社会」…………… 28

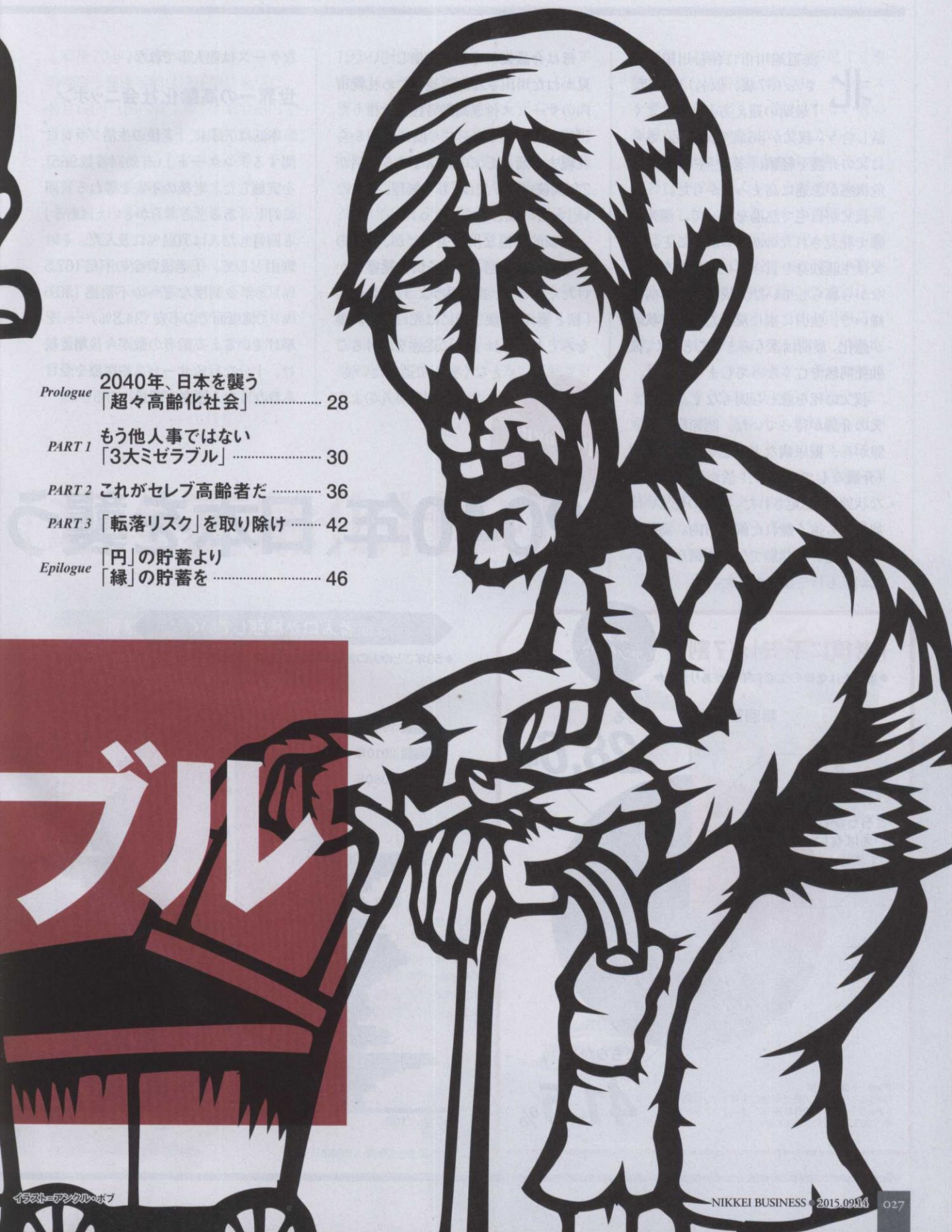
*PART 1* もう他人事ではない  
「3大ミゼラブル」…………… 30

*PART 2* これがセレブ高齢者だ…………… 36

*PART 3* 「転落リスク」を取り除け…………… 42

*Epilogue* 「円」の貯蓄より  
「縁」の貯蓄を…………… 46

# ブル



# 北

海道旭川市に住む川田雄二さん(57歳、仮名)は最近、「最期の迎え方」を妻とよく話し合う。叔父が86歳で孤独死。さらに父の介護を経験、「老後」や「死」への危機感が急速に高まったからだ。

叔父が自宅で熱湯を被って、瀕死状態で発見されたのが3年前のこと。叔父は生涯独身を貫き、生活保護を受けながら暮らしていた。叔父は大の病院嫌いで、強引に家に戻ったことで状態が悪化。最期は誰もみとることなく、孤独死同然で亡くなってしまったのだ。

叔父の死を悲しむ間もなく、今度は父の介護が待っていた。認知症、前立腺がん、糖尿病などを患い「要介護5」(介護なしでは日常生活がほぼ不可能な状態)と認定された。両親の住まいは旭川から遠く離れた釧路市内。高齢の母が老老介護状態で父の面倒を見ていたが、もはや限界だった。

母は介護疲れで体調を崩していた。見かねた川田さんが両親のため札幌市内のサービス付き高齢者住宅を借りた。川田さんの妻が2日に一度は旭川から札幌まで通って父の世話をする生活が2年間続いた。父は「もう無理、死にたい」と言い残して亡くなった。

比較的裕福な川田夫妻だが、2度のつらい経験に懲りて「子供に迷惑はかけたくない」と強く思うようになった。「私と妻は70歳までには死にたい。妻をみとり、私は子供に迷惑をかけることなく独りで逝きたい」。

実は、川田さんのよう

なケースは他人事ではない。

## 世界一の高齢化社会ニッポン

本誌は7月末、「老後の生活プランに関するアンケート」(有効回答数965)を実施した。老後の不安を尋ねる質問に対し、「ある」「どちらかといえばある」と回答した人は70.1%に及んだ。その理由として、①老後資金の不足(67.5%)②年金制度などへの不信感(50.6%)③健康面での不安(34.3%)——を挙げている。高齢者の数が今後増え続け、十分な行政サービスや医療を受けられなくなる懸念が背景にある。

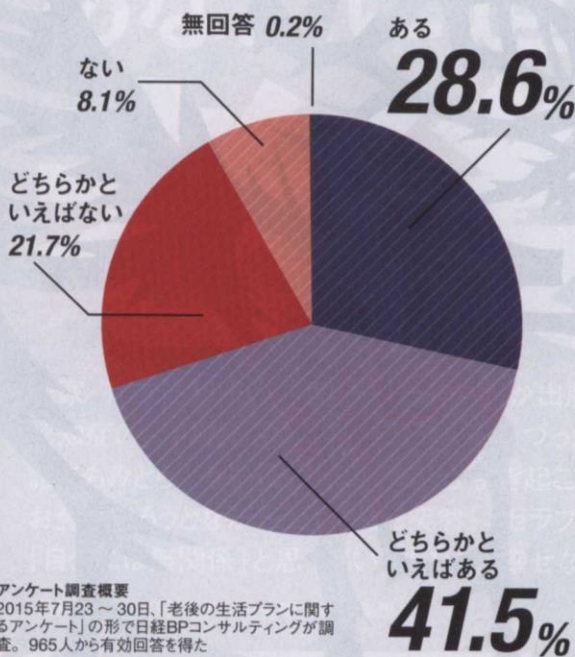
Prologue

# 2040年、日本を襲う

## 「老後に不安」が7割

●あなたは老後の生活に不安がありますか

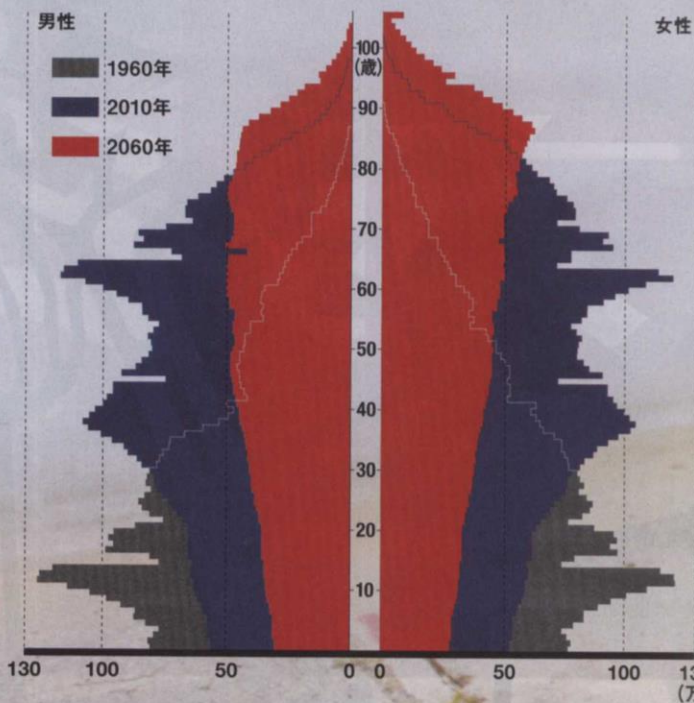
本誌  
アンケート



アンケート調査概要  
2015年7月23～30日、「老後の生活プランに関するアンケート」の形で日経BPコンサルティングが調査。965人から有効回答を得た

## 高齢者人口が膨張していく

●50年ごとの人口分布の変化(2060年は推計)



出所:国立社会保障・人口問題研究所

戦後70年、医療の進歩などで日本人の寿命や健康年齢は飛躍的に延びた。名目GDP(国内総生産)は490兆円で世界第3位と依然として高水準。80歳を超えても、ほとんどの人が等しくハッピーな老後を送れるはず、だった。

だが、日本の高齢者問題は未知の領域へと突入した。現在、日本の65歳以上の高齢化率は25.78%(2014年)であり、世界一の高齢大国。イタリアの21.45%、ドイツの21.25%を大きく引き離す。人類史上、ここまで高齢化に直面した例はない。

2040年には、約800万人と言われる

1970年代前半生まれの団塊ジュニア世代が一気に高齢者になる一方、出生率は低迷を続ける。28ページ右下のグラフの通り、60年には「ピラミッド型」だった人口分布図は現在、15~64歳の生産年齢人口が膨らんだ形になった。2060年には65歳以上の老年人口が膨張した「逆ピラミッド型」になる。

この逆ピラミッド型社会がもたらす弊害は多い。その一つが、高齢者間の新たな「格差」だ。国立社会保障・人口問題研究所所長の森田朗氏は「今後、高齢者が急増していく一方で高齢者を支える生産年齢人口が減り、医療や介

護施設・高齢者サービスが不足する事態を招く」と警鐘を鳴らす。サービスを受けられる者と、受けられない者の極端な「格差」が生じる恐れがある。

「高齢化は地方都市だけの話。都会に住む自分は関係ない」と考える人もいるかもしれない。しかし首都圏など都市部では、現在の現役世代が老後も都会にとどまり「高齢者の絶対数」が膨張する。2040年、東京都の65歳以上の高齢者数は2010年比で約150万人も増え、約412万人になる推計(下図)だ。

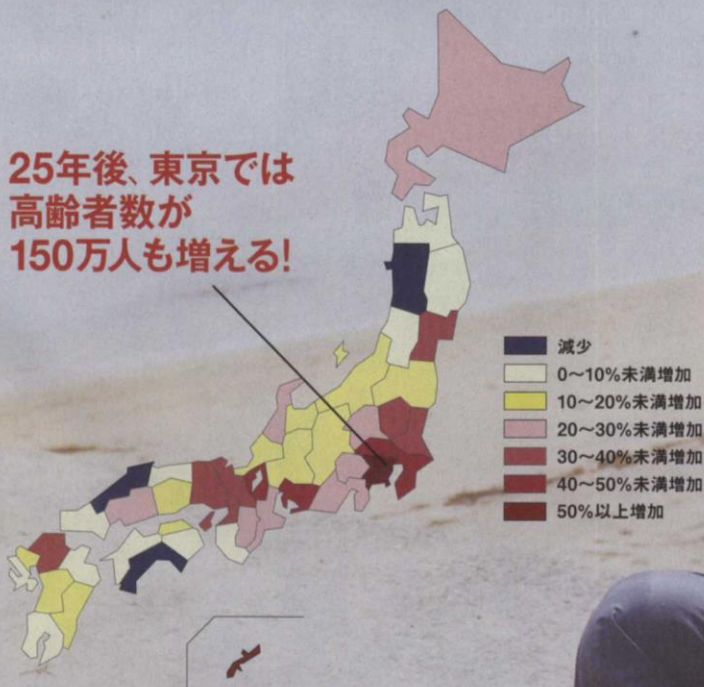
そして多くの高齢者が、新たな格差がもたらす「哀れな現実」に直面する。それは主に①孤独死②認知症③犯罪(加害・被害両方)——だ。日本は若い頃に生活が安定していても、晩年に突然転落するリスクがある。

実感がない読者も多いだろう。そこで25年後の「超々高齢化社会」を先取りした「現場」を次章で紹介する。

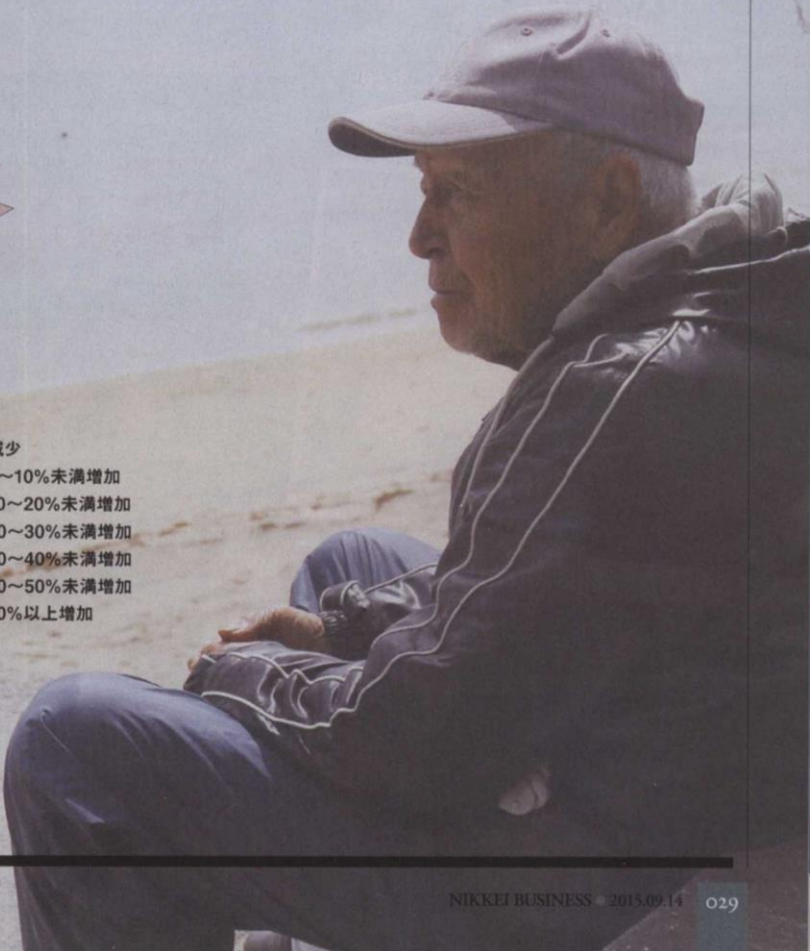
# 「超々高齢化社会」

## 首都圏で高齢者が急激に増える

●65歳以上の人口の変化(2010年と2040年推計の比較、中位推計)



出所:国立社会保障・人口問題研究所



# PART 1 2040年を先取りした「現場」を歩く

## もう他人事ではない 「3大ミゼラブル」

超々高齢化社会では、様々なひずみが生まれることが予想される。  
孤独死、認知症、老人犯罪(加害・被害両方)の3大問題。対策は待ったなしだ。

### 1 孤独死

#### 大家や遺族を対象に 「新ビジネス」が成長

JR新宿駅から山手線沿いを新大久保方面に歩くと、巨大な集合住宅「都営百人町3・4丁目アパート(通称・戸山団地)」が見えてくる。L字型の敷地に高層の16棟が立つ。一見、こぎつぱな高層住宅だ。



「ここでは、毎月のように高齢者が孤独死体で発見されています。1年に20件ほどのペースで、東京都新宿区の孤独死の約3分の1がこの団地で発生しています。これは異常事態です」

半ば自嘲気味に話すのは、団地の住民で孤独死対策に取り組むNPO法人「人と人をつなぐ会」の会長・本庄有由会長(77歳)だ。

#### 現場に遭遇、NPO設立

戸山団地の人口は約3200人。対し、世帯数は約2300。かなり多くの住民が独居状態とみられる。自治会組織も高齢化によって既に解散しており、たと

え一人暮らしの高齢者が死んでも、すぐに発見されることは少ない。本庄さん自身も妻に先立たれ、団地で一人暮らしだ。数年前には心臓病で倒れた。孤独死の危険と隣り合わせで日々を過ごしている。

孤独死が相次ぐ団地のあまりの状況にいてもたってもいられず、本庄さんがNPOを立ち上げたのは8年前。ある孤独死の現場を目撃したことがきっかけ。本庄さんが居住する棟の上階で、72歳の男性が死後50日ほど経過した状態で発見されたのだ。12月で、暖房のスイッチが入ったままだった。

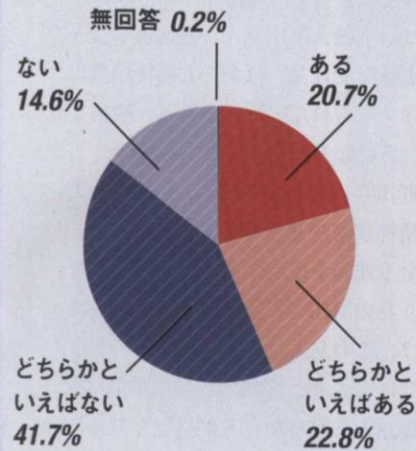
「その人は、ベッドの上で亡くなって

孤独死現場から大金が見つかる場合も(友心まごころサービス提供)

本誌  
アンケート

## 4割以上が孤独死を懸念

●あなたは自分が孤独死する可能性があると思いますか



そのままの状態でした。本庄さんは3日間、食事をとる気になれなかった。ふと気づけば団地では、そうした孤独死が続出していた。

孤独死の定義は自治体によってまちまちである。新宿区は、死後15日以上が経過してから発見されたケースを「孤独死」、死後15日未満で発見された場合を「孤立死」と定義する。

団地には自治会がなく、孤立死・孤独死の総数は把握できていないが、「恐らく累計で数百人単位になるだろう」(本庄さん)。

にわかに信じ難い話だ。団地がある戸山地区における65歳以上の高齢化率は約49%(全国平均は25.78%)。団地には80歳以上の高齢者が800人以上も暮らし、中には100歳以上や、全盲の89歳の一人暮らしもいる。

### 日本全体が「戸山団地」化

そしてこれからの日本は、この戸山団地と同じ事態に直面する可能性がある。国立社会保障・人口問題研究所が試算した「高齢化の将来推計」によれば、2060年では高齢化率が全国平均で39.9%と予測され、4割近い水準へと迫る。同研究所所長の森田朗氏は「交番の前に掲示されている『昨日の交通事故死者数』のように、団地の前に『今週の孤独死数』を掲げる、などというブラックユーモアな状態になりかねない」と指摘する。

それを裏付けるデータがある。2012年時点の独居状態(あるいは独居になる可能性が高い)の高齢者の割合を示したもので、現在65歳以上の単独世帯と夫婦のみの世帯を合わせれば、53.6%

に上る。つまり過半数が「孤独死予備軍」と言えるのだ。全世帯のうち高齢者がいる世帯の割合はうなぎ登りに増え、50%に迫る勢いだ(下図)。

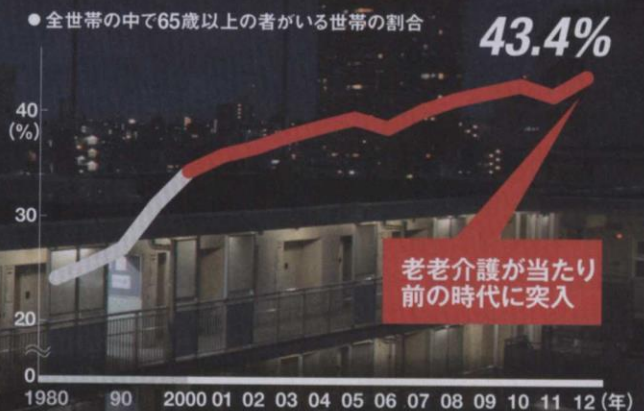
本誌アンケートでも、「あなたは孤独死をする可能性があるか」という問いに対し、「ある」「どちらかといえばある」と回答したのは43.5%にも上る。多くの人が「いずれは孤独死」になるリスクを認識していた。

こうした高齢者の孤独死急増を背景に、現場をクリーニングするビジネスの需要が高まっている。業界では「特殊清掃」と呼ばれている。2011年に遺品整理会社を興した福岡県大野城市の遺品整理会社・友心まごころサービスもその一つだ。

社長の岩橋ひろしさんは言う。「遺品整理業界は独居高齢者の増加を背景に、ここ2~3年で急拡大している。今や、故郷から遠く離れた遺族がインターネットで業者を探して、清掃を任せる時

### 「家族の高齢化」が進んでいる

●全世帯の中で65歳以上の者がいる世帯の割合



老老介護が当たり前前の時代に突入

出所・内閣府2014年版高齢社会白書

新宿の超高層ビル群にも近い戸山団地。玄関前に車椅子や杖を置いた家庭が目についた

代。原状回復したいアパートの大家さんからの依頼も多い」。

岩橋さんが起業した4年前、業界の健全性を高めるために設立された「遺品整理士」はスタート直後は200人に満たなかった。現在、取得者は1万1000人にも上る。しかし無資格の遺品整理業者も多く、全体数は把握しきれていない。

岩橋さんによれば、亡くなった後で長時間が経過した場合には、かなりのコストがかかる。感染防止のための処置や床板の張り替えなどだけでなく、時には床下の土壌改良まで必要になり、原状回復のために100万円以上かかることもある。

### 家主の「孤独死保険」も登場

本来、遺品整理は遺族がするものだが、孤独死の後始末は、素人には荷が重い。今はそれでも、遺族にお金があれば問題はない。「プロ」がきれいさっぱり故人の形跡を消してくれるからだ。核家族が大量の孤独死を生み、「遺品整理」というビジネスを成長させているというわけだ。

しかし、今や生涯独身も珍しくない。将来的には未婚や子供のいない高齢者がますます増えるだろう。とはいえ「現場」を放置するわけにはいかず、最終的には大家がリスクを負う。そして、そのリスクに備えた新たなビジネスも生まれている。三井住友海上火災保険は、賃貸住宅の家主向けに、賃貸住宅での孤独死に対応する特約が付いた火災保険を今年10月から発売する予定だ。

岩橋さんは言う。「孤独死の現場はいつも目をそむけたくなるが、現代社会の現実でもある。なぜその高齢者が、最後に孤独死しなければいけなかったのか。なぜ家族はその人を孤独死させたのか。それぞれが考えるべき時が訪れている」。

## 2 認知症

### あふれる「恍惚の人」 認知介護で事故多発

一人暮らしの高齢者を、毎日見守る人の不在が、ケース1のような孤独死を引き起こす。しかし、一人暮らしを見守る人がいたとしても、安心はできない。それが「認知症」のもたらす最大のリスクだ。

「今の都営住宅にはもう暮らせないかもしれないよ」。今年7月、町田弓枝さん(仮名、74歳)は、担当するケアマネジャーからこう告げられた。

きっかけは、都営住宅の共有スペースで排泄をしているところを、他の住民に見られてしまったこと。鼻をかんだ後のティッシュペーパーを窓の外に捨ててしまうようにもなった。

「トイレの水をどう流していいのかわからなくなった。トイレが使えなくなったと思ったのよ」。理由を尋ねられた町田さんは、要領を得ない答えしか返せなかった。

“異変”が起きたのは、8年前。念願の都営住宅への入居が決まり、友人と家具を買いに出かけたときのことだ。「買ったはずのチリトリがない。あなた

が持って帰ったんでしょ」。チリトリを購入していないにもかかわらず、友人は帰宅後、町田さんから何度もこんな電話を受けた。ほかにも郵便局員にお金を取られたと訴えるなど、被害妄想にさいなまれるようになった。

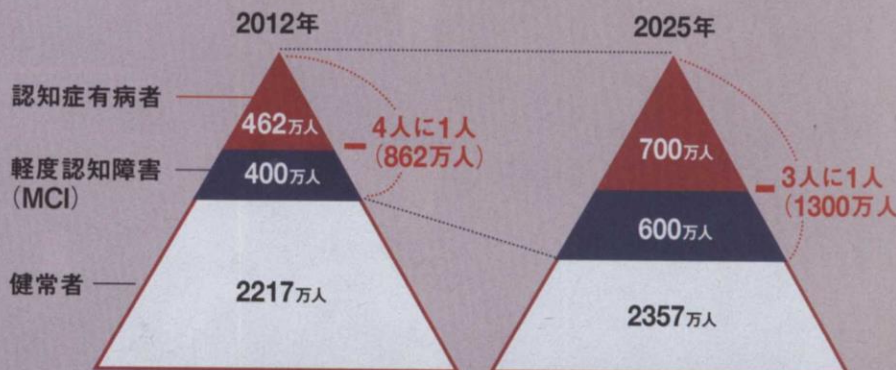
町田さんには30年前に離婚した夫と精神疾患を患う娘がいるが、2人とは全く連絡を取らず絶縁状態。そんな独り身の町田さんを気にかけてくれたのは、この友人だった。

今年に入り、症状はさらに悪化。成年後見人となった友人が自宅を訪ねると、冷蔵庫に賞味期限切れのサンドイッチが山のように積まれていた。洗濯物をゴミと認識したり、毎日同じ洋服を着続けたりするようにもなった。

町田さんは「要介護2」の認定。身のこなしが機敏で、その場では読み書きや計算ができるため、調査員の訪問時には実態より軽度に見られてしまう。特別養護老人ホームへの申し込みができる「要介護3」の認定を得るため、友人は今、区分変更を申し立てている。

だが、変更が実現したところで事態が好転する可能性は低い。町田さんの住む地域では、特養の入所待ちは900人にも及ぶからだ。「都営住宅は高齢者が多く住んでいるとはいえ、近隣住民がいつまでも我慢してくれるとは限ら

### 高齢者の4人に1人は認知症とその予備軍



注: 65歳以上における認知症有病者・MCIの人数と比率。厚生労働省の調査などを基に予測





支援者がいても認知症の対応は難しい(写真はイメージ)

ない。月10万円の町田さんの年金で入れる施設を探さなければ…。友人は頭を抱えている。

認知症は既に社会問題になっている。厚生労働省の調査では、2012年の認知症の患者数は462万人。認知症になる可能性がある軽度認知障害(MCI)を含めると、65歳以上の4人に1人が該当する計算になる。2025年には認知症の患者数はさらに増え、700万人を超えると予測されている。

### 年1万人が行方不明

町田さんの事例は友人が支援してくれており、まだ救いがある。だが、高齢者世帯の2割強は単身が占める。一人暮らしの高齢者が認知症になれば、面倒を見る者がいないのが現実だ。その結果、ケース1で見たような孤独死に直結してしまう。

一方で、配偶者や子供が同居していても安心はできない。

昨年4月、名古屋高等裁判所の控訴審判決が話題を集めた。愛知県大府市

で2007年12月、認知症の男性(当時91歳)が自宅から3km離れた駅構内で電車にはねられ、死亡した事故。東海旅客鉄道(JR東海)は介護に携わった男性の妻(当時85歳)らに損害賠償を請求。この日の判決で、請求額こそ減額したものの、妻に約360万円の支払いを命じた。

男性だけでなく、妻も要介護認定を受けていた。だが、裁判長は「いったん徘徊した場合には、どのような行動をするかは予測が困難であり、駅構

内への侵入も含めて、他者の財産侵害となり得る行為をする危険性があったということができた」と指摘。同居の妻に監督義務があったと認定したのだ。裁判は現在、最高裁で争われている。

自宅で認知症の父親の世話をする男性は「24時間ずっと監視するには、父親を縛り付けるか、閉じ込めるかしかない。介護人は眠るなどということか」と判決に憤る。

鉄道会社は通常、事故による遅延や遅延で機会損失などの損害が発生しても、認知症のような特別な事情があれば、和解で済ますことが多い。「最高裁まで争うのは、今後増加する認知症絡みの問題で自社の責任を認める先例を作りたくなかったのではないか」。JR東海で、事故時の損害賠償請求を担当していた元社員はこう指摘する。

警察庁によると、2014年に行方不明者届を受理した、徘徊症状がある認知症患者の行方不明者は1万783人。前年より461人増えた。認知症患者の世話を、相対的に軽度な認知症を患う配

偶者が見る「認知介護」という言葉も新たに生まれた。

認知症患者が町にあふれ、事件や事故に巻き込まれる。だが、責任を押しつけられた家庭は既に監督できる状態ではない。有効な手立てを打てないまま、「恍惚の人」は今日も増え続けている。

## 3 犯罪

### 刑務所が老人ホーム おむつ替えする刑務官

孤独死、認知症を何とかうまく避けられても、加齢で判断力が低下した独り身の高齢者には、さらなる罣が待ち構えている。

廊下にトイレ、風呂場…。至る所に転倒防止用の手すりが設置されている。居室の前には糖尿病の人のための食事管理のメモが貼られている。

高齢者施設のようなのだが、さにあらず。ここは「塀の中」、尾道刑務支所(広島県尾道市)だ。高齢化が進み、2015年7月現在、60歳以上の収容者は40%に上る。最高齢は殺人と死体遺棄の罪を犯して服役する87歳の男性受刑者だ。

「尾道刑務支所に来る受刑者は、原則、歩行や共同生活ができる人に限るが、収監中に認知症が進むケースがある」(尾道刑務支所の川邊啓史・庶務課長)。その場合、受刑者同士で“世話”をし合うのが基本だが、手が足りず、刑務官も受刑者のおむつ替えを手伝う。監視など刑務官としての業務をしつつ、受刑者の介護をする。「刑務所が老人ホーム化している」(同)。

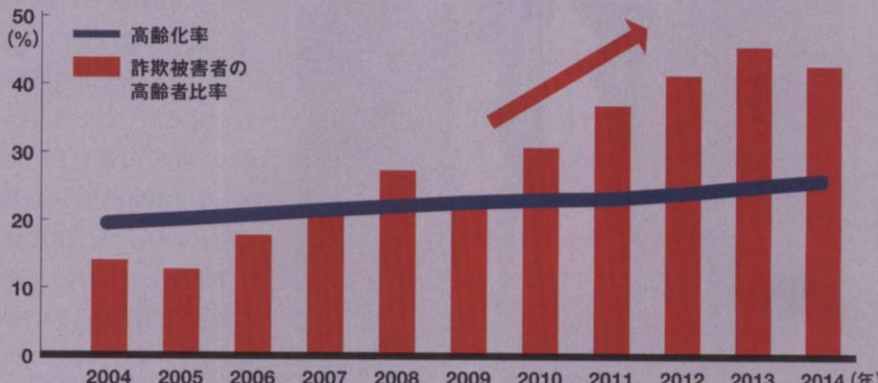
高齢化に対応するため同刑務所では、高齢受刑者を対象にバリアフリー化された高齢者専用の棟を用意した。和式だったトイレはすべて洋式に改装。居



尾道刑務支所の受刑者の居室トイレは洋式に改装(上)。鉄格子には食事制限の張り紙が(下)

## この5年で高齢者が被害に遭う詐欺が急増

●高齢化率、詐欺被害者の高齢者比率の推移

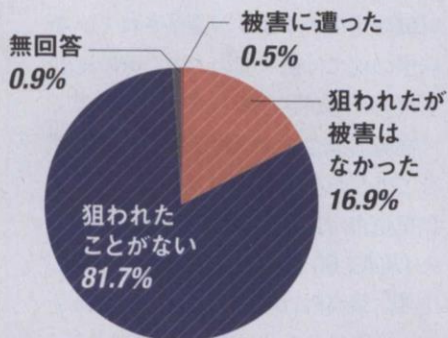


注高齢化率は内閣府。各年10月1日時点の65歳以上の人口構成比。詐欺被害者の高齢者比率は警察庁の調べ

## 6人に1人が 犯罪のターゲットに

本誌  
アンケート

●あなたは振り込め詐欺やひったくりなど  
高齢者を狙った犯罪に遭ったことがありますか



住棟から刑務作業場や風呂場に向かう動線の段差もなくした。急病人が出た際に素早く察知するため、居室にセンサー付きの報知器がある。

至れり尽くせりに思えるが、やむにやまれぬ措置だ。受刑者の中には、手押し車を押さなければ歩けない者、歯が悪くて刻み食でなければ食事が取れない者、認知症を患い、簡単な刑務作業しかできない者などが多い。

受刑者の高齢化は、尾道刑務支所だけでなく全国の刑務所が直面する問題だ。受刑者の総数は2006年をピーク

に減少し続ける一方、高齢者に限っては犯罪検挙数、収監数ともうなぎ登りに増えている。

## 再犯重ねる独居高齢者

「犯罪白書平成26年版」によれば、65歳以上の高齢受刑者数は2200人。高齢受刑者数は20年前の約5倍の水準だ。社会全体の高齢者の増加率よりはるかに高い割合で、収監される高齢者が増えている。

高齢者犯罪の約7割が窃盗犯、つまり万引きだ。川邊課長はこう指摘する。「受刑者に共通するのは独居。適切な監督者がいない状態で高齢者が認知症を発症し、善悪の判断がつかなくなって犯罪を起こすケースが多い。家族と同居していて検挙されるケースは少ない」。独り身の高齢者が一番、犯罪加害者になりやすいのだ。

しかも独り身の犯罪は、再犯率が高い。塀の中に入れば、3度の食事に困らず、定期的に風呂も入れて衛生的。健康管理もしっかりしてくれる。制限はあるが話し相手もいる。一般社会で寂しい余生を送るより、塀の中の方がよっぽど快適、というわけだ。

今後、さらに独居高齢者が増える

ことは前項で指摘した通り。そのため、高齢者で全国の刑務所が手いっぱいになる時代が来る可能性がある。特に高齢化率が高く、「時代を先取り」している尾道刑務支所では入所者の約半数が「刑務所暮らしは2度目以上」だという。出所後わずか1日で再犯し、塀の中に戻ってきた受刑者もいる。

同支所では再犯防止策として、出所が近い受刑者に対し、社会福祉士による事前面談を実施している。受刑者が出所後、社会との接点を持ちながらまっとうに余生を送ってもらえるようサポートする仕組みもある。しかし、受刑者が老人ホームへの入所を希望しても、「元受刑者」の肩書がネックになって、ホーム側が入所を断ってくるケースが少なくないという。

高齢化に伴い増えそうな犯罪は、窃盗だけではない。誠実に生きてきた高齢者がある日突然、犯罪者になり得るのが交通犯罪だ。近年、高齢者による高速道路の逆走事故が相次ぐ。視力や聴力の衰えとともに、認知症による判断力の低下が交通犯罪を誘引している。高齢運転者による事故件数は3万4757件と、10年前の約1.6倍に上る。社会の中で高齢者を犯罪者にしない仕組み

づくりが求められている。

超々高齢化社会の到来によって、多くの加害者が生まれるのと同時に、被害者も続出することが予想される。

### 東京五輪の便乗詐欺が増加

「市役所の者ですが、来月からゴミ出しの場所が変わります。新しいゴミ捨て場所をお教えしますから、ついてきてください」

折目正しいスーツ姿の男が高齢者宅を訪問し、高齢者を屋外に連れ出す。男が帰ってしばらくたち、自宅から金品がなくなっていることに気付く――。

「口車に乗せて、自宅の外に連れ出し、窃盗を働く“追い出し盗”なるものが激増している。公務員を名乗るのは“職権

盗”とも呼ばれる。『トイレを貸してほしい』と言って上がり込む泥棒もいる。ターゲットは独居の高齢者だ」

こう指摘するのは犯罪ジャーナリストの小川泰平さんだ。かつて高齢者を狙った詐欺の典型が「オレオレ詐欺(振り込め詐欺)」だったが、近年では手口がより巧妙化しているという。

犯罪組織が特に狙うのが、過去に「先物取引」などリスク性の高い金融商品を手掛けた経験のある高齢者。リストは名簿業者から簡単に手に入る。「警察のOBですら、だまされた例を聞く。なげなしの預貯金を詐欺で奪い取られ、一転、生活保護を余儀なくされた高齢者もいる」(小川さん)。

最近増えているのが、東京五輪に便

乗した詐欺だ。「五輪が開かれるので、この付近の土地を買っている。国から10万坪の土地の買収を頼まれている。今、資金が足りなくなっているので投資してもらえないか」などと口八丁八丁で高齢者を説き伏せる。小川さんによれば、今後、優先チケット詐欺が頻出することが予想されるという。

「平均寿命も上がり、高齢者が元気になってきている。元気で健康で、自由な時間も、カネもある。その裏返しで、犯罪の被害者や加害者が増えているのも事実」(小川さん)

ごく普通の高齢者がある日、犯罪の加害者になり、被害者になる。そんな時代を迎えることを、私たちは黙って受け入れていいのだろうか。

## 「出所しても、死ぬしかない」 万引きを繰り返す高齢者

高齢受刑者が多数収容されている尾道刑務支所。窃盗罪で服役している、71歳の男性に聞いた。

――どんな罪を犯した？

受刑者 今年3月、スーパーで万引きをした。万引きで刑務所に入るのは2回目だ。前は3～4年ほど前。やはり万引きで、岡山刑務所に入った。今回は懲役1年8カ月の実刑判決を受けた。

――生活が厳しかった？ 何を盗った？

受刑者 その時、お金を持っていなかった。銭湯に行ったら酒を買うカネがなくなった。盗ったのは500ccの缶ビールとチクワなどのつまみ。金額は1200円くらい。

――家族は？

受刑者 いない。岡山市内で一人暮らしをしていた。妻とは別れて十数年たつ。子供は2人いるが、10年ほど音信不通だ。

前回、捕まった時にも会っていない。

――妻と別れてから人生が変わった？

受刑者 そう、万引きをするようになった。結婚していた時は、勤め人だったから、万引きすることなんて考えもしなかった。一人暮らしは寂しい。

――どういう仕事をしていたのか。

受刑者 JRの設備などを手掛ける会社にいた。駅の工事などに関わった。

――退職金や年金が入るし、お金には困っていなかったのでは。

受刑者 でも、毎月4万円の家賃も必要だしね。多少のアルバイトはしていたが、風呂呂など消費してしまう。貯金はゼロ。

――生活保護は受けていない？

受刑者 そこまで生活には困っていない。

――ここを出るのはいつ？

受刑者 来年10月23日が満期。模範囚だったらもっと早く出られるかな。でも、住



万引きを繰り返して有罪判決を受け、尾道刑務支所に収監されている71歳の男性受刑者

んでいたアパートに戻れるかどうか。ここを出ても行くところがない。出たからのことを今から色々と考えている。

――出所後、どういう生活プランを描いているのか。

受刑者 故郷に帰って、寝るところがあればいいけれど、なければ死ぬしかない。死んじゃうしかないだろう。

# PART 2 「老後の勝ち組」セオリー

## これが セレブ高齢者だ

孤独死、認知症、犯罪といったリスクとは無縁で暮らす高齢者たちがいる。彼らはいかにして、老後の「勝ち組」になれたのだろうか。

### 1 富裕層

#### 家族に囲まれゆったり 高級ホームの住人たち

多くの高齢者にとって、老後の住まいの重要な選択肢の一つである老人ホーム。2000年の介護保険制度開始以降、介護費用が保険で賄えることもあり、民間業者が多数参入するようになった。そのためかつての暗いイメージとは異なり、今やむしろセレブな選択肢の一つになっている。

入居者の要望を聞き、サービスにもバラエティーが出ている。入居にかかる一時金ゼロのところから数億円のところまで、価格にも大きな幅が出ている。そんな高級老人ホームの生活とはどのようなものだろうか。

「わあ、きれい。こっちの方がきれいに見えますよ」

8月22日、介護大手・セントケアグループの介護付き有料老人ホーム「アルタクラッセ二子玉川」に、入居者の家族が集まった。「たまがわ花火大会」を見るためだ。

入居して9年になる80代後半の丸川洋三さん(仮名)は、「このホームには

一度もがっかりさせられたことがない。本当に満足しています」と笑顔で話す。

国家公務員だった丸川さんは定年後、都内で妻と2人で暮らしていた。70代後半で妻を亡くしてから、2年は独り暮らしだったが、徐々におっくうになり、自分から老人ホームを探し始めた。

#### 毎月30万円で老後を満喫

そんな丸川さんの様子を見た長男が、このホームを見つけた。

アルタクラッセ二子玉川は東京都世田谷区内でも上位のホーム。70代後半なら入居一時金は3360万円以上、月々の利用料が30万円程度はかかる。

それでも長男の家の近所であることと、何よりも、ホームの雰囲気や理念、二子玉川という立地を気に入り、すぐに入所を決めた。

アルタクラッセ二子玉川の岩城馨子支配人は「入居者は、世田谷区内など近隣に住んでいた方が、自宅を売却した資金や貯金から入居金を捻出するケースが多いようだ」と話す。

このホームでは、丸川さんのように家族が近隣に住んでいる人も比較的多い。そのため、家族は頻繁にホームを訪れており、家族同士が自然に仲良くなっている。



かつて親を老人ホームに入れることは、介護放棄と世間から見られがちだった。だが今は、年を取れば誰もが身体が不自由になり、人の助けが必要となることが広く認知されている。現役時代の蓄えを使って良い老人ホームに入っていることは、老後の「勝ち組」としてのステータスになりつつある。

そのせいか、世田谷のような高級住宅街だけでなく、現在は都心の一等地にも老人ホームが建てられている。



たまがわ花火大会を楽しむアルタクラッセ二子玉川の入居者。家族や友人にも豪華な特別食が振る舞われた

六本木通りから裏道に入ると、高級マンションのようなホームがある。ホームのテラスからは、六本木ヒルズを一望できる。介護大手のベネッセスタイルケアが運営する「アリア六本木」だ。

### 六本木高級ホームに入居待ち

標準的な利用料は、1人部屋の場合で入居一時金は3200万円、月額利用料は28万2960円と高額ながらも、49室はすべて埋まっており、入居待機者

もいる状況だ。

共用のダイニングルームには、高級ピアノとして知られるスタインウェイ・アンド・サンズのグランドピアノがあり、プロの音楽家のコンサートが毎月のように開かれる。高齢者が座りやすいように設計されたオリジナルの椅子を多数そろえている。

専用のリハビリテーション室では常勤の理学療法士も雇用しているので、手厚いリハビリを受けることができる。



アリア六本木の内装はホテルさながら。ホームと自宅を行き来している利用者も少なくない

夕方以降はフィットネスルームとして使うことも可能だ。

アリア六本木の入居者は港区の青山や赤坂のような都心エリアに在住していた人が中心だ。もともと資産があるためか、自宅を処分せずにそのまま入居する人も多いという。

「住み替えというよりも、ホテルのように過ごすイメージ」と、首都圏エリアカンパニーお客様相談室の見尾浩子氏は話す。自宅と、ホテルのようなホームを行き来しながらストレスのない老後生活を満喫している。彼らはまさに、究極の勝ち組と言えるだろう。

## 2 生涯現役

### 起業や資格で勝負 第2の人生で成功

現在、日本人の平均寿命は84歳。定年を延長し65歳まで働いても、あと20年近く余生が残っている。高級なホーム生活を味わえる人などごく一部。大半の人々は、長い人生の健康的な過ごし方を模索しなければならない。

どうせ長生きするなら、現役の時と同様、社会とのつながりを密にし、経済的な余裕を確保したい。そんな選択

で、老後に成功する人も増えている。

加茂宏司さん(75歳)は、2014年3月、東京と名古屋をつなぐ日本の大動脈、東名高速道路の浜松西インター近くに浜松餃子と焼き肉のイトイン店を開いた。週末の昼時ともなれば、静岡県外のナンバーの車が駐車場にずらり。「自分が作った餃子をみんながどんな顔をして食べているか見たかった」と、加茂さんは話す。

40年近く勤め上げた会社を60歳で定年退職。第2の人生を餃子に懸けてみようとしたのは、退職して2年後の2002年のことだった。退職金は1000万円程度だったが、妻も保険会社の正社員として働いていたため、退職金がある。普通の暮らしをする分には、老後資金は十分だった。

働く必要はなかったものの、浜松・遠州鉄道系列の旅館やホテルの支配人として長く働いていた加茂さんは、人と関わる仕事が好きでじっとしていられなかった。何か起業しようと考えていたところ、目をつけたのがメディアで取り上げられ始めた浜松餃子だった。

ローカルなB級グルメなので、大企業の資本が参入することはまずない。当時は浜松餃子専門店も今ほど多くなかった。

「これはいけるかもしれない」と貸店舗を借り、持ち帰り専門の浜松餃子の店「ぎょうざのひろかね」をオープンさせたのが2003年だ。ターゲットをファミリー層に定め、餃子のサイズをあえて小ぶりにし、にんにくを少なめにして売り出したところ、子供や女性に大好評となった。口コミが広がり、年商1700万円を稼ぐまでになった。良質の豚ロース肉で餃子のあんを巻いたオリジナルの「肉巻き餃子」もヒットし、看板商品となった。

### 2号店出し事業拡大

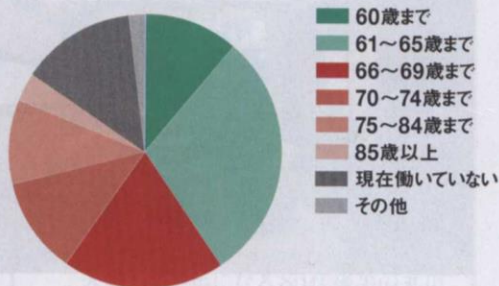
妻や息子は餃子店を開くことには賛成したが、2号店に関しては大反対だった。持ち帰り専門の1号店は準備金が100万円不足だったのに対し、2号店は席数100のレストランなので、店舗の借り賃や調理器具、什器などの設備投資を含めると必要資金が2000万円にまで膨らむからだ。「いい年して何を考えているのか」と言われた。だが、夢を捨てきれず、銀行から1000万円を融資してもらって開店にこぎ着けた。「1号店の成功で欲が出たんでしょね」と加茂さんは苦笑いする。

消費税増税のタイミングが重なったこともあり、週末の売り上げはいいが、

### 65歳以上は働きたくない

●あなたは何歳まで働きたいですか

本誌  
アンケート

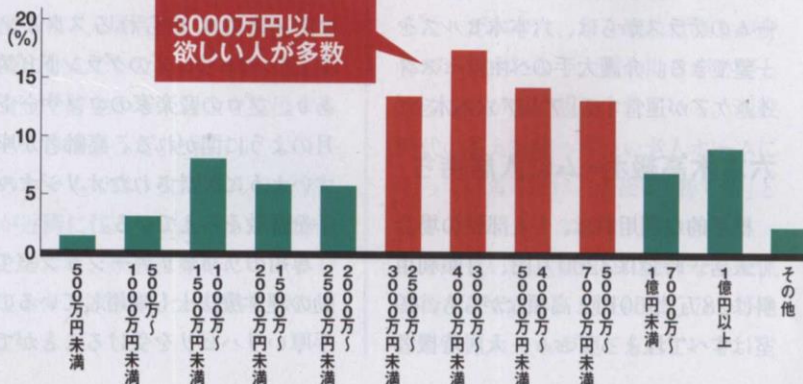


出所:本誌アンケート

### 老後に3000万円以上は貯めたい

●老後どれくらい蓄えがあれば生活できますか

本誌  
アンケート



3000万円以上  
欲しい人が多数

平日は苦戦している。しかし後悔はしていない。「継続的に収入が入ることは重要。体力が続く限りは生涯現役です」。今日も加茂さんは餃子の仕込みに精を出す。

日本政策金融公庫の調査によれば、1991年に11%しかなかった日本の起業件数に占める50歳以上の割合は、2014年には23%となった。高齢化社会の到来に伴い、定年退職後に「第2の仕事をしたい」と起業する人の数は増えている。

だが一方で、38ページに掲載されている本誌アンケート調査によれば、回答者

のうち半分近くの人が「働くのは65歳まで」と回答している。定年後、65歳くらいまで今の会社で嘱託やパート、アルバイトなどで残り、あとは悠々自適に過ごしたいと考える人はまだまだ多いのが現状だ。

働き続けることには、収入を確保できる以外のメリットがあるのだろうか。坪井達生さん（仮名、70歳）のケースは、そんな疑問に答えてくれる。現在、マッサージ師として働く坪井さんは、かつて金融機関で働いていた。定年を迎えてからこの道に飛び込んだ。

きっかけは自身の腰痛だった。54歳の時、何の前触れもなく腰痛に襲われ、歩くこともままならないほどにまで悪化して休職を余儀なくされた。

有名な整形外科医に診察してもらっても、原因は分からない。いくつもの病院に通ってもよくなり、たどり着いたのが、医師が施術している骨盤矯正の治療院だった。わらにもすがる思いで行ってみると、痛みが徐々に消えていき、1年後には完治した。



浜松餃子を焼く加茂さん。餃子以外にも2500円で焼き肉と餃子が食べ放題のメニューを提供している。家族連れに人気だ

自分がよくなった骨盤矯正の技術がどんなものなのか知りたい——。そう思った坪井さんは、自分を治してくれた先生に「弟子入り」した。

それから1年、坪井さんは毎週日曜日に「師匠」の元に通い、骨盤矯正を学んだ。師匠は「この仕事に就きたかったら、あん摩マッサージ指圧師の資格を取った方がよい」と助言してくれた。

早速坪井さんは学校に通うことにする。教育ローンで450万円の学費を調達し、月曜日から土曜日の週6日間、毎日会社から学校へ直行した。

### 再雇用の声かからず奮起

午後6時には授業が始まるので、5時半の終業時間後すぐに会社を出なければならぬ。残業はできないため、上司や職場の理解が必要で精神的なプレッシャーは大きかった。家に帰るのも毎日夜12時。家族には申し訳なく思うも、国家試験のために頑張った。

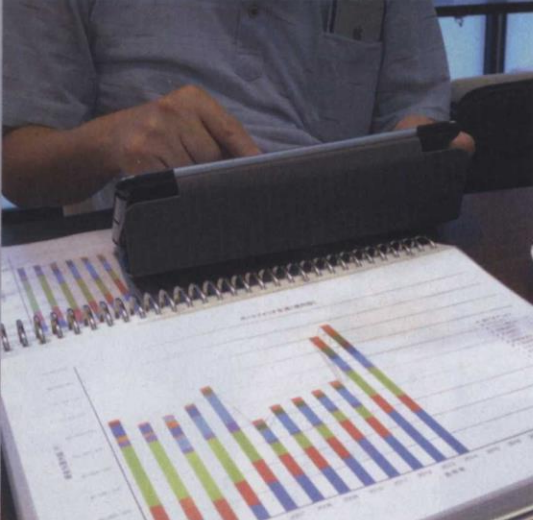
そのかいあって、58歳で国家試験に合格する。その後もマッサージ師の勉

強会などを通じて、腕を磨いた。

すぐに独立するつもりはなかった。多くの社員が定年後、数年間は関連会社などで再雇用され、自分もそうなるだろうと考えていた。だが退職後、坪井さんには声がかからなかった。「それが独立への踏ん切りになった。結果的には吉と出ました」（坪井さん）。

こうして退職後、第2のキャリアをスタートさせた坪井さんは、出張マッサージの店を開く。客の家に向いての施術なので、固定費はゼロ。お客の口コミで人を集めたため広告費もかけていない。「年金プラスアルファの収入が得られるようになりました。ローンの支払いはありますが、生活にゆとりがあります」と坪井さんは話す。

金銭的な余裕だけではない。「坪井はいいよなあ」。坪井さんは最近、高校や大学の同窓会に参加すると、羨ましがられることが多くなった。同級生の多くは定年後の再雇用期間も終わり、「やることがない」「暇だ」と口々に話す。そんな同級生たちと違うキャリアを構築



谷山さんは、四半期ごとに資産の状況をチェックしている。一人娘への相続対策も万全だ

できたことを、坪井さんはとても誇りに感じている。

「普通の商売は、物を売った方が客に『ありがとうございます』と言うが、マッサージ師は『ありがとうございます』と感謝してもらえ。患者の状態がよくなっていくのを見るのはこの上ない幸せ」と坪井さんは語る。

### 3 資産運用

#### 相続・住宅ローン完済 資産運用に成功

老後に安泰な生活を送る鉄則は、住宅ローンの早期返済と若いうちからの資産運用だ——。プラントメーカーに勤める谷山直人さん(仮名、62歳)は今、その思いを強くしている。

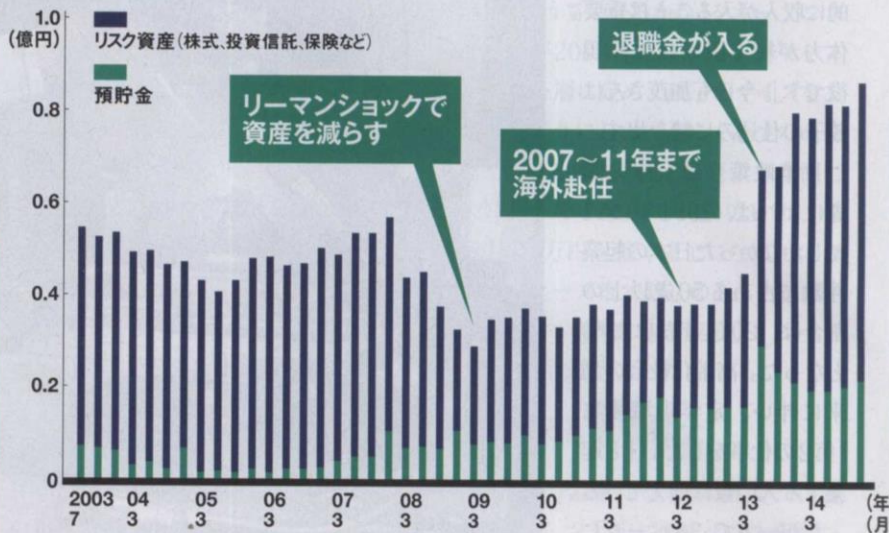
2003年に父親の保有株式、投資信託などを計3000万円分継いだことをきっかけに投資を始めた。その成果が実を結んでいる。谷山さんの預貯金と金融資産の総額は9000万円を超えた。

年間100万~150万円を投資につき込み、資産を殖やしていった。だが、5年間かけて築いた利益は2008年のリーマンショックですべて吹き飛ぶ。その後の運用成果はさえない。

だが2013年に潮目が変わった。4月に「黒田バズーカ」とも呼ばれた日本

### 株高と定年退職の時期が重なる

●谷山さんの保有資産の推移



銀行の大規模金融緩和が始まり、株価が急上昇。1年間で資産は大幅に増えた。「運が良かったと思っています」と谷山さんは話す。この年、定年退職を迎え、退職金を手にしたのでいつもよりも多めに投資できたことも大きかった。

#### 海外赴任手当で繰り上げ返済

一方、住宅ローンを早期返済できたのは、4年間の海外赴任が大きく効いている。カタールで建設中のプラントの現場監督をしたことで、4年間で1600万円の海外赴任手当が付いた。もともと住宅ローンの繰り上げ返済には積極的だったが、その手当の大部分を住宅ローン返済に回したことで、4000万円のローンは9年間で返済できた。

現在は、退職前の会社で契約社員として働いており、企業年金含め月37万円の収入がある。現役時代の7割程度の水準だが、毎月暮らしていくには十分だ。65歳以降からは、本格的な年金暮らしになるので、資産を取り崩す生活に入る。「そうになったら、リスク資産の割合を下げて、守りの運用にシフト

したい」と谷山さんは話す。

老後に必要なお金は3000万~5000万円——。本誌アンケートで浮かび上がる数字に、ほとんどの人は到達していない。実際の老後に向けていくら蓄えているかを聞いたところ、50代で1000万~1500万円、60代で2000万~3000万円と答えた人が多数だった。理想と現実の差は乖離している。

その差を生んでいるのが住宅ローンだ。「ローン返済が長引くほど、老後の資金計画が見通しづらくなる。定年前には返済完了を」と、ファイナンシャルプランナーの馬養雅子さんは話す。

若いうちからの資産運用も老後生活にゆとりを生む。シニア世代の資産運用は退職金を元手にする人が多い。だが、全額を一度に投じるより、谷山さんのように年月をかけて継続的に投資した方が、市況の影響を受けにくいし、大損するリスクも抑えられる。

相続資産で投資、海外赴任手当の活用、そして住宅ローン繰り上げ完済。谷山さんは明らかに、老後のマネープランにおける成功者と言える。



# 年収1100万円→生活保護 高齢者に「中流」はない

**有** 名企業に勤めていても、試練は不意に訪れる。

「自分の選択に後悔はない。でもまさか自分がホームレスになるとは、想像もできなかった」。そう話す高野昭博さん(60歳)は高校卒業後、親戚のツテで三越に正社員として入社した。配属先は日本橋の本店。そこで食料品販売を担当しながら、物産展などの催し物も企画した。残業時間が月100時間を超えるほどの激務だったが、「やりがいがあった」。

転職が訪れたのは1999年。食料品課長だった44歳の時、父親が喉頭がんにかかり、長期入院することが決まった。高野さんは両親と兄の4人で賃貸アパートに暮らしていた。母親はもともと病弱で寝たきり状態で、兄は家にほとんど寄り付かなかった。「自分が両親の面倒を見ないといけない」と考え、仕事の合間を縫って病院に足を運んだ。

有給休暇、半年間の休職を取るうちに、同僚の視線は冷ややかになった。「一度ネクタイを外したら次につけるのは難しいぞ」。上司には慰留されたが、2000年末にとうとう退職を決めた。当時の年収は1100万円。高級スーツやセーターなどに散財し、貯金は100万円弱しかなかったが、退職金と自社株の売却で1900万円を手にする。当面の生活のめどが立ったことが後押しになった。

だが結局、父親は退職の2週間後に他界した。葬儀と墓の費用として850万円が消えた。その後、ハローワークに通ったが、なかなか仕事が見つからない。そんな時に声をかけてくれたのは、三越時代に交流があったスポーツ用品店の社長だった。正社員として採用され、年収は500万円。5年間働いたが、経営不振で人員削減を始めたのをきっかけに、自ら辞職を

申し出た。

その後、知人の会社でトラック配送や菓子の卸売りなど非正規の仕事に携わった。年収は100万~200万円まで減った上、給料の未払いが生じ、1~2年で辞めざるを得なかった。その間に寝たきりだった母親は他界した。

三越退職から8年。2000万円あった貯金は底をつき、母親の遺骨を墓に納めることもできない。賃貸アパートの家賃は滞納している。ハローワークで仕事も見つからない。家賃滞納が3カ月続いた2009年8月11日。ついに強制的にアパートを追い出されることになった。

## 遺骨を抱えホームレスに

右腕に母親の遺骨、左腕に飼っていた猫を抱え、高野さんが向かった先は、JR川口駅西口(埼玉県)の公園だった。所持金の1万5000円はすぐに食費に消えた。昼間は図書館で過ごし、夜は公園のベンチや地下道で横になる。夜中になると、コンビニで廃棄処分になった食料品を取りに行く。ほんの8年前まで、百貨店で高級食料品を扱っていたことが夢のように思われた。

ある日。拾ったたばこを吸いながら駅のホームを眺めると、ふらふらと歩く高齢のホームレスの女性が電車に飛び込み、自殺した。「自分もいずれあなるのか」と思い、足が震えた。

幸運なことに、高

野さんは3カ月後、ボランティア団体の支援で生活保護を申請。アパートにも入居できた。今ではホームレス転落の経験を生かし、生活相談員やグループホームの世話人として働く。3年前に生活保護の受給をやめ、自立した生活を送っている。

「滑り台のように、転がり落ちるのは一瞬」と振り返る高野さんは今、自らの高齢問題に直面している。急性肺炎を患い、高額医療費の負担に頭を抱える。年金受給は5年先。「それまでは無理をしても、働き続けるしかない」。

「日本の平均給与414万円だと定年後に貧困化してしまう可能性は高い。普通のサラリーマンは貧困の入り口に立っていることを自覚すべきだ」。NPO法人ほっとプラス代表理事の藤田孝典さんはこう警鐘を鳴らす。親の介護だけでなく、自身の病気、配偶者との死別・離婚など、想定外に支出が増え、収入が大きく下がる「落とし穴」が至る所にあるからだ。

もはや高齢者に「中流」はない。富裕層と貧困層の境目は曖昧になっている。



ホームレス生活も経験した高野さん。かつてはエリートサラリーマンだった

# 地域総出で パトロール

「釧路地域SOSネットワーク」の訓練の様子。徘徊する高齢者を少しでも早く見つけられるよう、地域の住民が協力し合う



## PART 3 動き出した行政、地域、個人

# 「転落リスク」を取り除け

今後急速に進む、超々高齢化社会に向けた対策の芽があちこちで生まれ始めている。老後の備えは、早すぎるに越したことはない。その取り組みを紹介する。

老いへの不安から逃れようと、ある者は「終の棲み家」を確保し、穏やかに最期を迎えようとする。ある者は蓄えを着実に増やすことで、有事に備える。そしてある者は、できる限り働き続けて、日々の糧を失わない努力をする。

ここまで準備しているのだから、何か起こったとしても、今後転落人生を歩むことはないだろう——。PART2に登場した人々は皆、心のどこかでそう考えているはずだ。

しかし、これらの方法はどれも今までの世代がしてきた老後対策を踏襲しているにすぎない。2040年には、国民の3人に1人が65歳以上になる。皆が老人になるという状態が全国で一斉に起こるところに、超々高齢化社会の恐ろしさがある。

家族を含む若い世代の人口は減少する一方。老いた者同士が支え合わねばならない「老老扶助」の時代がやってくる。家やお金があろうとも、PART1で触れた「孤独死」「認知症」「犯罪」といった問題に対する支援の手が、行き渡らない時代がやってくるのだ。

言い換えれば、それは格差を生み出す「家族頼み」「お金頼み」という根本原因の解決が、できていないからだ。

### 行方不明者を救う

急速に増えるお年寄りを支えるセーフティーネットを作らねばならない——。今、日本各地の自治体では高齢者を救済する仕組みを作る動きが急速に広がっている。

PART1でも取り上げた、1万人を超

える認知症の行方不明者。彼らを助けるための対策はその代表例だ。認知症になると家の中のみならず外をうろろ歩き回る徘徊の症状が増える。周囲が知らないうちに家を飛び出すため、行方不明になりやすい。1人で電車に乗り、遠く離れた他県で保護され、そのまま老人施設で何年も暮らしていたということも起こっている。

そうした認知症患者の命を守り、家族を支える仕組みを作り上げた事例がある。北海道釧路市の「釧路地域SOSネットワーク」だ。

釧路では特に、徘徊する高齢者のいち早い保護が求められる理由がある。釧路の年平均気温は6度。夏場のわずかな期間を除き、発見が遅れれば凍死する可能性があるからだ。行方不明者

# 家を借りられない 高齢者を支援

万が一の死亡にも対処する

●「住まいサポートふくおか」の仕組み



高齢者の住み替えは、孤独死などのリスクが高いため、貸し手は断るケースがほとんど(写真はイメージ)

の中には山間部に迷い込み、クマに襲われたと思われる事例もあった。過酷な自然環境がSOSネットワークの整備を急がせた。

仕組みはこうだ。認知症を患った高齢者が自宅から消え、家族が警察に捜索を依頼すると、警察は身体的特徴などを書いた「SOS手配書」を作成し、市内の協力機関に一斉にファクスする。そこには、タクシー会社やトラック協会、新聞販売店、郵便局、漁協など屋外で仕事をするありとあらゆる組織が含まれる。また、地元ラジオ局「FMくしろ」では番組を中断し、徘徊高齢者の情報を断続的に放送する。

「市民の目」によって一斉に捜索が始まるのがこのネットワークの特徴だ。だがそこまでしても、毎年40～50人規模の保護対象者のうち、数人は既に死亡、あるいは行方不明のままだ。

だが、行政と民間の垣根を越え、地域全体で高齢者と家族をサポートするネットワークの効果は大きい。「あの人、見つかったか？」と市民が他人を気遣う風土が生まれた。認知症や徘徊

に対する偏見・差別も少なくなった。

## 支援団体が「家族代わり」に

今後、増えると予想されるのが「家が借りられない」トラブルだ。核家族化や生涯未婚率の高まりで、身寄りのない高齢者は増える傾向にある。そのため、新たに家を借りる際の身元保証人や連帯保証人がいない人が増えている。

この問題に対し動き出したのが、福岡市だ。昨年10月から始まった「福岡市高齢者住まい・生活支援モデル事業『住まいサポートふくおか』」は、賃貸住宅の住み替えに伴う様々な問題に対して支援する仕組みを、民間企業・団体の助けを借りて構築している。

家を借りる際、いくらお金があっても保証人や緊急時にサポートする人がいないと、貸す側は賃貸に応じてくれない。孤独死のリスクがあるからだ。

そこで、福岡市の委託を受けた市社会福祉協議会を通じ、市に登録した支援団体が高齢者の家族代わりになるようなサービスを提供する。それは、日常の見守りから、病気やけがで倒れ

た際の緊急対応、万が一亡くなった際の家財処分や葬儀、年金支給手続きの停止といった死後の事務まで実に幅広い。賃貸物件も、社会福祉協議会の協力を通じて事業に理解のある不動産事業者から借りることができる。

福岡市は政令指定都市の中で最も借家率が高く、全国平均の35.5%を大きく上回る61%だ。単身世帯率も47.7%と全国平均の32.4%を超える。今後増えるであろうトラブルにいち早く手を打った形だ。事業を担当している福岡市社会福祉協議会の栗田将行氏は「マンションの老朽化に伴う建て替えで退去を迫られ、初めて自分が家を借りられないと知る高齢者が多い」と話す。

行政が動き出す一方で、個人にも選択的な行動が求められている。中でも、「人生の最期をどこで過ごすか」考えることは、老後の転落の歯止めにつながるだろう。これまで住んでいた家をどうするか考えることがきっかけとなり、自分の財産や健康状態などの問題に向き合う機会になるからだ。

首都圏で高齢者施設の入所の仲介に



File 3

## 若いうちに移る 老後コミュニティー



File 5

## 在宅で 施設並みケア



File 4

## 自分で建てる シェアハウス

多くの高齢者が集まることで質の高いサービスを低価格で受けられる「スマートコミュニティ稲毛」(左上)、住み慣れた自宅にしながら老人ホームのようなサービスを低額で受けられる介護大手メッセージの「在宅老人ホームZアミーユ」(右上)。自分が住みたいと思う高齢者向けのシェアハウスを建てる人もいる(下)

携わる、えんカウント(東京都中央区)の満田将太代表は、「元気なうちから情報を集め、主体的に『選ぶ』ことが重要だ」とアドバイスする。

年を取れば取るほど、判断力が鈍るのでやっかいな問題を先送りにしがちだ。満田代表は「ぎりぎりの状況になってから『どこでもいいから入れてくれ』と家族が相談にくるケースが後を絶たない」と話す。希望の条件があっても、介護業界の「常識」とずれているため、かなわないことも多い。

### 元気なうちに移り住む

身体が自由に動くうちから施設に入る。そんな選択も可能になってきた。「自宅には20年以上住んだ。愛着があったけれど、これからの人生も恐らく20年以上ある。元気なうちに引っ越した方がいいと思った」

60代半ばの真鍋恵子さんは2012年末、「スマートコミュニティ稲毛」(千葉市)に夫と2人で移住した。ここは、高齢者が健康時から介護が必要になる時期まで同じ場所で暮らすことができる、「CCRC(Continuing Care Retirement Community)」と呼ばれる施設の一つだ。

CCRCの入居者はまず、CCRCの物件となる分譲マンションを購入する。価格は1380万~2000万円が中心。そのほか、マンションに隣接するクラブハウスの利用料として、毎月約9万円を支払う。イトーヨーカドーの跡地を改装した広大なクラブハウスには、フィットネスクラブや図書館、カラオケボックスなど、日常を楽しむアクティビティーが充実している。

通常、これだけの施設をそろえれば入居費用は高くなるはず。だが、

低く抑えられるのは、多くの高齢者が集まって暮らすことのスケールメリットを享受できるからだ。スマートコミュニティ稲毛も約700世帯が集まって暮らしている。「マンション購入など初期費用は一般的なサラリーマンの貯蓄や退職金、持ち家売却などで賄える。毎月の費用は平均的な年金支給額で支払える範囲にとどめた」。スマートコミュニティ稲毛の運営会社社長、染野正道氏はこう説明する。

CCRCは米国で生まれた。全米で2000カ所以上あるCCRCの大半は、医療機関などが併設され、健康状態に応じて敷地内の建物を移っていく仕組み。大規模施設というより小さな街に近い。

CCRCは政府が掲げる「地方創生」の目玉としても注目され、群馬県前橋市など全国の自治体が建設に手を挙げている。CCRCを研究する三菱総合研

研究所プラチナ社会研究センターの松田智生・主席研究員は「大学と連携したり、同じ趣味を持つ人々を集めたりと、特徴を持ったCCRCが今後は生まれてくるはず。自分に合ったCCRCを選べる時代がやってくる」と話す。

### 施設に入りたくない人の受け皿

「終の棲み家」は、企業や行政が用意する施設とは限らない。自分が住みたいと思う場所がなければ、自分で造ってしまうのも一つの手だ。

千葉市緑区に住む田中義章さん(77歳)、<sup>ただ</sup>坤江さん(77歳)夫妻は、今年11月、千葉県山武市に高齢者向けのシェアハウス「むすびの家」を開設し、移り住む予定だ。むすびの家は、2人部屋が4部屋、1人部屋が8部屋ある2階建てで延べ床面積は570m<sup>2</sup>。土地代と建設費で1億円を要した。父や叔母から相続した遺産を充当したという。

「父や叔母の介護を通して、既存の老人ホームには入らずに、同じような考えを持った人と集まって暮らしたいと思った。そして、自宅が最期を迎えたいと夫婦で話し合った」(坤江さん)

周辺の畑を借りて野菜を育てたり、それぞれが趣味を教え合ったりするようなシェアハウスを思い描く。介護が必要になったら、訪問診療や介護のサービスを利用しながら、最期を迎えられる場にしていく計画だ。

介護が必要になったら、今まで住んでいた自宅では暮らせない——。そんな固定観念を覆すサービスも登場した。

介護サービス大手のメッセージは、今年2月から新たな介護サービス「在宅老人ホームZアミーユ」を東京都世田谷区と杉並区、新宿区で始めた。

このサービスは、「独居でも、要介護5でも自宅に住める」のが売りだ。利用者は自宅に住んだまま、事業所のヘル

## 今より実質2~3割減 年金は少なくなると心得よ

自分が老後を迎えたら、いくら年金ももらえるのだろうか。政府が2014年に実施した公的年金の財政検証では、年金制度は「100年安心」で、公的年金の給付による所得代替率(年金受取額を現役時代の平均収入と比較した水準)を50%に維持するとうたっていた。

しかし、この50%とは「厚生年金に40年間加入した夫と、40年間専業主婦の妻」という国が考える「モデル世帯」が前提だ。共働き世帯や自営業者、非正規雇用者はモデル世帯ではない。現在の多様な雇用形態に合致した水準でないことは、多くの専門家から批判の対象となっている。

少子高齢化の急速な進行により、現時点での受給者よりも若い世代の受給額が少なくなるのはもはや自明のことだ。「30年後の年金受給額は、今より実質2~3割減ると言ってもいい」と、ニッセイ基礎研究所の中嶋邦夫氏は話す。

中嶋さんの試算では、夫が40年間厚生年金に加入、妻が7年間厚生年金に加入後専業主婦となった世帯の場合、

生涯の平均年収が800万円の現在45歳の方が65歳になった時の年金受給額は月23万~25万円。これは、同条件で現在65歳の方の受給額28万円より3万~5万円も少ないことになる。現役世代がもらえる年金は今よりずっと少なくなる。年金財政の状況によっては、受給開始後も減る可能性は十分にある。

毎年誕生日に送られてくる「ねんきん定期便」は、自分が将来もらえる年金額を把握できる大切な資料だ。自分がこれまでに支払った国民年金保険料を基に、自分が受給開始年齢に到達したらいくら受け取れるかが記されている。

受給額	支払額
国民年金	国民年金
厚生年金	厚生年金
共済年金	共済年金
退職年金	退職年金
遺族年金	遺族年金
障害年金	障害年金
老齢年金	老齢年金
遺族年金	遺族年金
障害年金	障害年金
老齢年金	老齢年金

「ねんきん定期便」は、誕生日にはがきで届く

パーなどから1日数回、介護や家事支援、食事のサービスなどを受けている。利用者には緊急時のため、24時間対応の通報装置を配布している。

月額の利用料は、要介護5でも食事代を含めて月10万円以内だ。メッセージの橋本俊明会長は、「有料老人ホームの利用料が高いのは、土地・建物にコストがかかるから。自宅を活用すれば、安く抑えられる」と話す。

ただし、ヘルパーが駆けつける時間などの採算を考慮し、利用者は事業所から約1km圏内に50人までとした。利

用者は毎月増え続けているという。

新宿区の和田幸一さん(仮名、82歳)も、今年4月から利用し始めた一人だ。和田さんは妻の浩子さんと2人暮らし。昨年に発症した心筋梗塞の後遺症で麻痺が残り、「要介護4」となった。

夫と一緒に暮らしたい。でも1人で介護するのは大変。そんな時目にしたのがZアミーユのチラシだった。「求めているようなサービスに出会うことができ、本当にラッキーだった。すぐに決断してよかった。夫にも笑顔が戻った」と浩子さんは笑顔を見せる。



Epilogue

## 「円」の貯蓄より

都

内私鉄沿線のある駅を降りると、都内でも屈指の高級住宅エリアにたどり着いた。

バブル期、この界隈の公示地価は坪当たり2000万円に上った。戦後日本経済を支えた一部の成功者が庭付き一戸建てを構えた。だが30年近くがたち、住民の高齢化とともに代替わりの時期を迎えている。

一角に100坪ほどの空き地があり、「分譲中」の職がはためいていた。以前、ここにはテラス付きの瀟洒な戸建てが立っていた。更地になった背景には、ある家族の重い事情が横たわる。

邸宅には大手自動車メーカーに勤務し、海外法人社長まで上り詰めた人物と、その夫人が暮らしていた。夫妻は3人の子供にも恵まれた。エリート会社員とその家族。これだけを聞けば、幸福そうな一家の姿が思い浮かぶ。

だが夫が20年以上前に亡くなり夫人が独り暮らしになると、歯車が狂い始めた。寂しさのせいか、夫人が通りがかりの顔見知りにならぬように、話し込む姿がよく見られた。

夫人は海外駐在時代、メイドや運転手、庭師などに家事全般を任せる生活をしてきた。そのため日本に戻ってからもその習慣から抜け出せない。マメではない性格が災いし、子供たちとの距離も離れていく。揚げ句の果てに、夫の死後はしきりに「遺産は子供には残さない」と公言するようになった。

数年前、久々に自宅を訪れた長女が、変わり果てた姿の夫人を発見した。しかし3人の子供たちは、疎遠だった母親の葬式をせず、自宅の売却を決めた。

一家の事情を知る人物は言う。「人は社会的に成功しても、お金があり大きな家に住んでいても、家族関係が希薄

なら、誰にももとられずに死んでいく」。

### 団塊ジュニアも今すぐ準備を

本特集で紹介したように、孤独死は貧富を問わない。加齢で判断力が衰えれば、いつ何時、犯罪加害者や被害者にならないとも限らない。犯罪まで至らずとも、思わぬ人間関係のトラブルを招き、孤立してしまう可能性もゼロとは言えない。

25年後、65歳以上人口が約3900万人に上る。現状のままなら日本の社会保障制度はもたない。そのころ高齢者の仲間入りをする40代は、「今」が決断の時だ。シニアを目前にした50代では遅すぎる。

なぜか。多くの40代は両親が健在で子供も大学進学前。教育費もさほどかからない。何より気力、体力がある。選択肢も多く、自分の理想とする老後に



## 「縁」の貯蓄を

向けて着実に動き始めることができる。PART3で紹介した、新たな住まいやサービスを早々に検討し始める手もある。

とはいえ日々の仕事に忙しい現役世代は何を心がけ、どう行動すればよいのだろうか。

### 孤独死のない村の強みとは

この間に対し、ある過疎の村で一つのヒントを得た。

長野県売木村は、東京からクルマで6時間ほどかかる人口600人ほどの典型的な過疎の村である。かつて林業で栄えた当地も高齢化の波が押し寄せ、高齢化率は46%にも上る。この事実だけを見れば、村に未来を見いだすことは難しいように思える。

民宿を営む後藤友美さん(52歳)は30代の時、愛知県内で働いていた薬局の仕事を辞め、村に戻った。きっかけ

は祖母が寝たきりになったこと、さらに親が民宿を始めたことだった。

「都会で暮らし続けたい気持ちがありながら、ここで家に戻らなければ故郷をなくしてしまいそうな心境になった」。独身だったが結局、都会の仕事を諦め、泣く泣く故郷に戻った。

だが、村に戻ってきた後藤さんが気付いたことは、都会のような「格差」が存在しないことの居心地のよさだった。持ち家さえあれば、足りないものは何かと近所の人を持ち寄ってくれる。

別のある家では近年、子供が東京に出て、心臓病を患った母親が残された。しかし、地域が家族代わりになって女性の面倒を見たという。「あの人、最近、来んね」と誰かが話せば、すぐに様子を見に行く。「高齢者を施設に入れるのは最後の最後」(村の住民)。後藤さんや村の住民は、口をそろえて言う。「この

村で孤独死は考えられない」。

労働人口が少なく、目立った産業がない村では都会並みに財源があるわけではない。福祉サービスの選択肢も限られる。だが、日本が失いつつある「地縁」や「血縁」が、根強く守られている。

『老人に冷たい国・日本』の著者で明治学院大学の河合克義教授は言う。「今の時代、核家族から大家族に戻ることは難しいが、家族や友人との“つながり”を保つことはできる。スープが冷めない距離を保ち、愛情でつながるネットワークの構築が日本人に求められる」。

売木村から学ぶとするなら、「貯金よりつながりづくりこそが大切」ということだろう。旧友とのつながり、趣味のサークルや仕事のつながり、近所付き合い…。若くて元気な頃からの「縁の貯蓄」が、超々高齢化社会を生き抜いた一つの手段だ。

NP