

【かながわ人生100歳時代ネットワーク】
定例意見交換会（6月）

ジェロントロジーが創る
“明るい”長寿社会の実現に向けて
～これから必要な取組みとは？～

Gerontology
Gerontology

2025年6月27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

“明るい”長寿社会の実現に向けて必要なこと

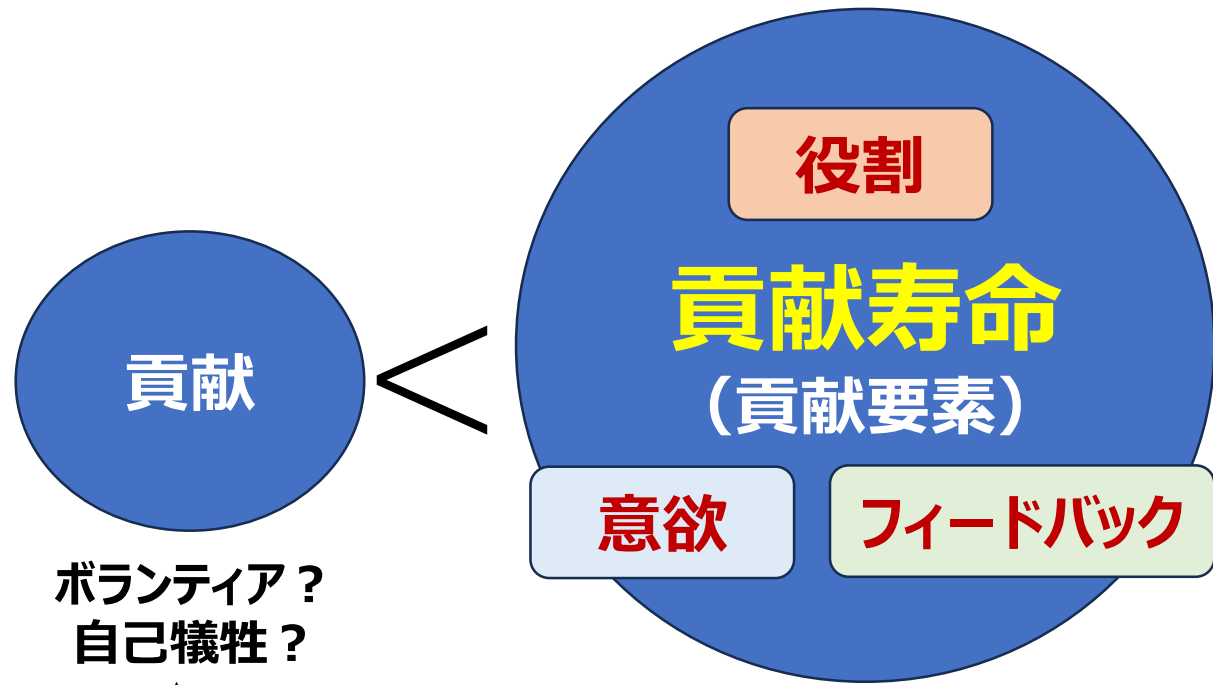
① 追究すべきは、人生100歳時代の
「サクセスフル・エイジング」と「貢献寿命」

② 日本の未来に不可欠で最大の特効薬は、
「生涯現役社会」の実現

③ 個人にとって必要なことは、「加齢の理解」と
早目早目の「ライフデザイン／自己決定」

「貢献寿命」をどうやって延ばしていくことができるのか？

貢献の捉え方（注意）



<「貢献」の定義>

- 1 ある物事や社会のために役立つように尽力すること
 - 2 貢ぎ物を奉ること。また、その品物
- （出典）デジタル大辞泉（小学館）

<https://dictionary.goo.ne.jp/word/%E8%B2%A2%E7%8C%AE/>

貢献寿命の延伸につながる貢献要素（例）

就労的貢献

（労働・生産活動等）

互助的貢献

（ボランティア、家族・知人等への助け合い活動等）

経済的貢献

（消費・納税・寄付・贈与等）

継承的貢献

（スキル・経験の伝承、知恵袋等）

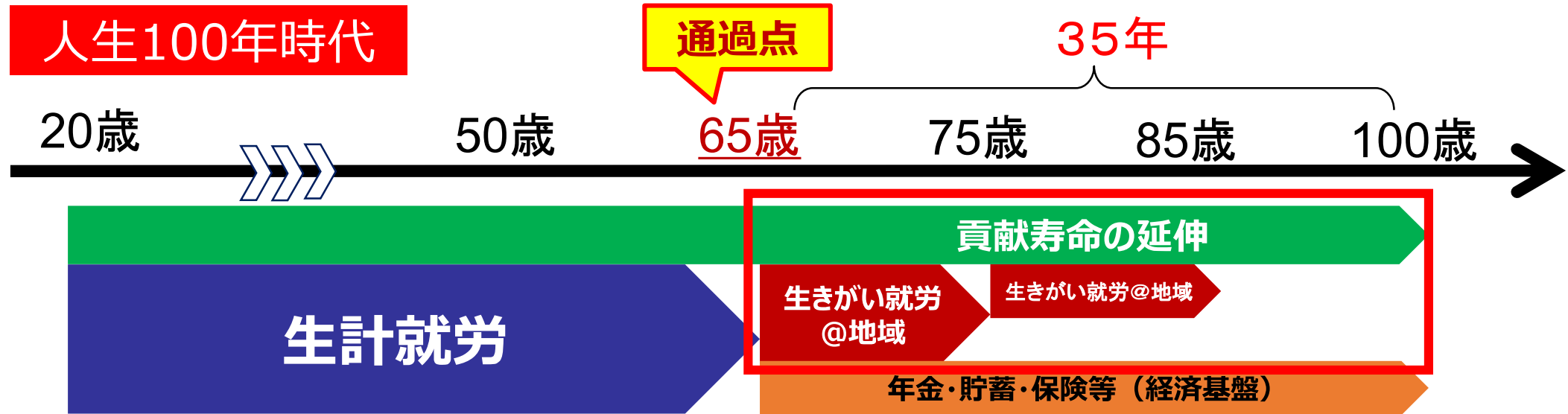
精神的貢献

（メンター、心の支えの存在等）



健全な方（就労可能者）
からそうでない方まで全ての
人が対象

「人生100年時代の理想の生き方モデル」イメージ



地域で普通のシニアが活躍し続ける！（特に地域課題解決に）

社会（地域）

地域力の強化、地域経済活性化、地域財政の好転

企業

人手不足解消、シニアを活かした新たな経営の実現

個人

フレイル・認知症予防、健康長寿・資産寿命・貢献寿命の延伸



“日本の未来のためにもシニアの活躍を導くべき！”

＜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

**②③の課題に
シニアが活躍！**

**効果的
立体的な
取組み**

高齢期は新たなチャレンジが可能！多毛作人生を！

ポジティブ要素
も多い！

