



新年のご挨拶

高林 和明
代表取締役社長

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は弊社の事業活動に対し、格別のお引き立てを賜り、厚くお礼申し上げます。本年もどうぞよろしく願いいたします。新春にあたり、昨年9月に三友新聞に投稿させていただいたコラム「幸せな老後へ 私たちはどう生きるか」を基に、言い足りなかったことやその後の体験をふまえて最近思うことを書き加え、挨拶とさせていただきます。

高額プロスポーツ選手の約60%が自己破産

佐伯夕利子さんという欧州で活躍されたプロサッカーコーチの『教えないスキル～ビジャリアルに学ぶ7つの人材育成術』によれば、NBA やフットボールの高額を稼ぐプロスポーツ選手の約60%が現役を退いて5年以内に自己破産するそうです。大金を手にした若者が贅沢を覚え、引退後もその生活水準を落とせずに自己破産に至るとのこと。

66歳の私はこれを読み、定年後のシニアこそこのことを嘯みしめるべきではないかと思いました。インターネットのニュースでは、貯蓄が5,000万円あるエリートサラリーマンでも、老後破産に至ってしまうとの記事も目にします。現役時代に年収が1,000万円を軽く超え、生活が派手で節制とは無縁の生活を送ってきた人ほど老後破産の可能性が高く、定年後の収入ダウンへの適応が難しいようです。いったん贅沢を覚えてしまった人が生活をダウンサイズするのは覚悟がいります。前述の佐伯さんは「プロスポーツ選手は高級車から軽自動車に乗り換えられる感覚が備わっていないと、プロとしてのキャリアを積んでいくことができない」と書いていますが、シニアも同じだと思います。現役時代にはどんな高収入の人でももらえる年金額の上限は限られていますから、老後も同じように稼ぎ続けるか、巨万の富を貯蓄していない限り、現役時代と同じレベルの生活水準を維持していたら、財産をどんどん食いつぶして破綻するのは自明の理です。そして、それは寿命が延びたことによって、さらに逃げ切れにくくしています。具体的に言うと、現在の標準的な年金受給開始年齢65歳から平均寿命の最頻値90歳までの25年分の生活費を持っていないと生き残れない計算になり、^{ちまた}巷で定年時2,000万円の貯蓄がないと生き残れないといわれているのもこの辺りにあります。

頭も体も使わないと退化する

このように書くと、「自分は十分に貯蓄を持っているので心配ない」という人がいるかもしれませ

んが、私は高級老人ホームへ入ることが幸せかという、実はそうではないと思っています。毎日決まった時間に食事が出てきて、身の回りの世話もスタッフがしてくれる何もしない生活が、生きていくと実感できる幸せな生活だとは私には思えません。

最近のニュースで、富裕層の夫婦が高級老人ホームへ入ったことで奥様が家事を奪われ、そのことがもとで認知症を発症してしまった事例が出ていましたが、人間は頭も体も使わないと老化が加速するというのは事実のようです。私自身も最近、^{かんけつせい はこう}間欠性跛行や重度の腰痛を患い日常生活が困難になった経験をしたので、なるべく介護施設に行かずにすむように健康寿命を長くすることを念頭に、面倒でも自分で家事を行い、頭も体も使う生活を心がけています。

生活のダウンサイズを試行

金については、多少預金があっても、毎月残高が減っていくのは精神衛生上よくないので、とりあえず自分の年金額で生きていける、水準を落とした生活がどんなものかを試しています。

まずはクレジットカードの枚数を減らし、ダウングレードし、車もコンパクトカーに買い替え、洋服もかなり捨てました。でもまだ道半ばです。食事にはこだわりはないので、定価販売のコンビニには極力立ち寄らないことを決意し、日々の食事もハレとケ（非日常と日常）の区別をつけています。フランス人も毎日フルコースのフランス料理を食べているわけではありません。普段は自炊で質素な食事を心がけ、たまに食べたくなったら外食すればよいといった感じでしょうか。日本人は料理の質やその見た目にもこだわる人が多いです。私も息子がフランス料理の料理人をしているので、そのような見た目の美しい料理のすばらしさは認めますが、毎日そのような贅沢をする必要はないと思っています。普段の食事は「お腹を壊さなければよい」「どんなにきれいに飾ってもお腹の中に入れていっしょ」のつもりで、こだわりは捨てました。

幸せな老後を目指してどう生きるか

でも、単に生活の質を落とせばよいわけではなく、残りの人生を自分らしくどう生きるかが重要だと思いますが、その辺のさじ加減が難しいです。ビル・パーキンス著『DIE WITH ZERO』には「金は墓場には持っていけない」ので死ぬときに残高ゼロになるように使い切ろうと書かれています。私はそこに書かれている年齢に合わせて「金、健康、時間」のポートフォリオを最適化することが大事だとの考えに賛同します。金を貯めることが目的になってはいけません。金はあくまで手段です。健康を損なえば後々金がかかるので健康に投資することは重要だし、今でなければできない賞味期限がある体験は今のうちにやっておくことです。人生は人それぞれだし、老後は長く、医療が進んでそう簡単には死なせてくれません。現役時代と同じ生活スタイルを惰性でずっと続けるのではなく、自分らしい残りの人生のビジョンを思い描き、幸せな生活を模索して戦略的にチェンジしていくことが必要だと思います。

超高齢化社会への挑戦

私の祖父は今の私と同じ66歳でこの世を去りました。そして、父は90歳を過ぎてまだ存命です。このぶんでいくと、私は100歳超まで生きるかもしれません。また、日々の暮らしの中でも、周囲でシニアの比率が増えていることを実感することが多くなっています。例えば、クラシック音楽のコンサートへ行ったときの客層やタクシードライバーの年齢などです。

このように、日本の高齢化社会の進展が至るところに見えてきました。そして、さらに未曾有な超高齢化社会に突入していきます。具体的には、2060年には総人口が8,600万人と現在の約7割に減少する中で、65歳以上の比率は4割まで上昇するといわれています。

この超高齢化社会への進行は世界でも前例がなく、早晩これを乗り切るための日本の知恵やノウハウは世界が切望するものとなるでしょう。人類が経験したことのない新たな社会の在り方を日本が先頭になって模索するのです。やみくもに経済成長だけを目指すのではなく、ウエルビーイングとの両立が求められる社会だと思います。家族の例を取れば、祖父母からひ孫まで価値観の異なる4世代が共に仲良く生きていく家族もあれば、結婚しない人や子どもがいない家庭も増えているので、多様な家族がお互いを尊重し合いながら暮らしていく社会でしょうか。企業活動では今、DEI（ダイバーシティ（Diversity：多様性）、エクイティ（Equity：公正・公平性）、インクルージョン（Inclusion：包摂性））が求められていますが、社会も同様だと思います。そして知恵やノウハウの世界への発信が日本の使命ではないでしょうか。弊社はそのDEI推進のお手伝いをしていきます。

Equality は「個人差は考えず、みんなに平等のリソースを分け与える」
Equity は「個人差を考慮して、それぞれに見合ったリソースを配分する」



©2020 Copyright CQ Lab. All rights reserved. Unauthorized reproduction is prohibited.

出所：一般社団法人CQラボ