

ダイヤ財団新書38

# 100歳までのライフプラン

～将来の経済リスクに今から備える～

The Dia Foundation for Research on Ageing Societies

公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団

ダイヤ高齢社会研究財団シンポジウム

# 100歳までのライフプラン

）将来の経済リスクに今から備える（

---

日時／平成二十九年十一月十五日（水）

会場／丸の内 MY PLAZAホール

主催／公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団

協賛／明治安田生命保険相互会社

後援／厚生労働省

内閣府

一般社団法人シニア社会学会

国際長寿センター

# いあいあい

公益財団法人 ダイヤ高齢社会研究財団

理事長 石塚 博昭

当財団は1993年に三菱グループの新しい社会貢献事業の1つとして設立された財団です。設立以来、高齢社会をめぐるさまざまな課題、問題に関し、賛助会員会社をはじめ多くの方々のご支援をいただきながら、民間の研究機関として、実践的な調査、研究および啓発活動を推進しております。

本書は、2017年11月に本財団が主催したシンポジウムの講演録です。

総務省の資料によりますと、2018年1月1日現在、総人口は1億2659万人

で前年比23万人減少したのに対して、65歳以上人口は53万人増加し、3523万人と推計されています。総人口に占める65歳以上人口の割合は、27・8%となり、人口、割合ともに過去最高を更新しています。また、2017年4月には、90歳以上人口が200万人を超えました。

超長寿社会の中、誰もが健康に恵まれ経済的にも不安のない人生を全うしたいと望んでいるでしょうが、そのために我々は何歳までの人生設計を描いておけばいいのでしょうか。平成28年簡易生命表によると、出生者の半数が生存すると期待される寿命中位年齢は男性83・98歳、女性89・97歳であり、この値はここ30年の間に6年ほど伸びています。今後の生活環境、医療技術の向上等を考えますと、近い将来、百寿を迎えるのが珍しくない時代が到来するのは間違いないでしょう。

本シンポジウムでは「100歳までのライフプラン」将来の経済リスクに今から備える」と題して、漠然と感じがちな老後の不安やリスクをより具体的に示すことに

よって、将来への備えに結び付けることを試みました。

第1部では、千葉商科大学の伊藤宏一教授から「ライフプラン3・0と新しい資産形成の考え方」をテーマに基調講演をいただき、第2部では、ファイナンシャル・プランナー、資産形成・財産管理や保障に関する専門家、民間企業の人事部門の方に加わっていただき、議論を深めました。

本書が、今後の人生を設計する上で、読者の皆さまのご参考になれば幸いです。

最後に、このシンポジウム開催にあたり、ご協賛くださいました明治安田生命保険相互会社、ご後援いただきました厚生労働省、内閣府、一般社団法人シニア社会学会、国際長寿センターに対し、厚くお礼申しあげます。

ダイヤ財団新書38

# 100歳までのライフプラン

（将来の経済リスクに今から備える）

## 第一章 講演

「ライフプラン3・0と新しい資産形成の考え方」

千葉商科大学 人間社会学部 教授 伊藤 宏一

## 第二章 パネルディスカッション

55

「100歳までのライフプラン〜将来の経済リスクに今から備える〜」

パネリスト 飯村久美 F P事務所アイプランニング代表

伊藤宏一 千葉商科大学 人間社会学部教授

椎名達也 キリン株式会社 人事総務部人事担当

星 治 三菱UFJ信託銀行株式会社  
フロンティア戦略企画部エグゼクティブアドバイザー

山本英生 明治安田生命保険相互会社  
営業企画部上席FPコンサルタント

(50音順)

コーディネーター 森 義博 公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団 企画調査部長

# 【第一章】 講演

「ライフプラン3・0と

新しい資産形成の考え方」

千葉商科大学 人間社会学部 教授 **伊藤 宏一**

(本章は2017年11月15日に開催されたシンポジウムでの講演内容を編集したものです。)



## 伊藤 宏一 (いとう こういち)

【現職】千葉商科大学人間社会学部教授

CFP®認定者、NPO法人日本FP協会専務理事、日本FP学会理事。「金融経済教育推進会議」(文部科学省・金融庁・消費者庁・全国銀行協会他で構成)委員。専攻はパーソナルファイナンス、ソーシャルファイナンス、金融教育、ライフデザイン論。近年は環境・社会課題の解決を目指すソーシャルファイナンスの動向を注視し、ESG投資やシェアリング・エコノミーなどの研究に従事。

また人生100年に対応した「ライフプラン3.0」を提唱している。

著書等に「家計資産構成のフレームワーク ―ソーシャルな資本主義と家計資産―」(『季刊 個人金融2017 春号』2017年5月 ゆうちょ財団)、「いい企業を支援する投資 ―長期・分散によるESG投資」(CUC View & Vision no.43 2017年3月 千葉商科大学経済研究所)、「シェアリング・エコノミーと家計管理」(生活経済学会第31回研究大会会長賞受賞論文『生活経済学研究』第44巻 2016年9月)、『実学としてのパーソナルファイナンス』(編著 2013年 中央経済社)、『パーソナルファイナンス』(共訳 2013年 アルトフェスト著 日本経済新聞社)。



皆さん、こんばんは。千葉商科大学の伊藤と申します。本日は「ライフプラン3.0」と新しい資産形成の考え方」というテーマでお話をさせていただきたいと思えます。

私の敬愛する映画監督の大林宣彦さんが、昨年8月に肺がんで余命半年と宣告されました。「花筐／H A N A G A T A M I」という映画のクライクイン直前のことでした。大林監督には何とか作りあ

げたいというものすごい情熱があり、病院に通い分子標的薬で抗がん剤治療をしながら撮影を続けました。映画は見事に完成して、今も頑張っておられます。思い入れのある映画で、どうしても作りたいという気持ちが大きかったのかなと思います。

映画が完成した後「あと30年、映画制作を続けたい」とおっしゃっていました。今79歳ですから、一体何歳まで映画を作るのでしょうかという感じなのです。ライフワークというか、情熱というか、これがしたいという心のありようが、長生きして何かやるのだという気力につながっているような感じがいたします。

資産やお金など経済的な問題が本日お話しするテーマの中心になりますが、心のありようも非常に大きく重要な問題ですので、少しお話をさせていただきますと思います。

## 人生100年時代のライフプラン

人生100年時代といわれていますが、リンダ・グラットンさんともう1人の方が書い

た『LIFE SHIFT』という本の翻訳がちょうど1年前に出版されました。その本の中で、日本で2007年に生まれた子どもの約半数が107歳くらいまで生きるのだというデータを示し、非常に驚かされました。

リンダさんは昨年、60歳になって結婚したそうです。60歳で結婚するというのはあまりないかもしれないのですが、これを幸せの一ステージと考えているところが人生100年の感性かと思います。

リンダさんの引用したデータによると、日本がトップではありませんが、他の先進国でも103歳とか104歳の長寿になる可能性が高いので、100歳を超えるようなことを想定する必要が出てきたということです。

終戦後の1947年に初めて平均寿命や余命の統計をとったときには、日本人の平均寿命は男女とも50歳程度でした。戦後の高度経済成長で、平均寿命を倍近くまで伸ばしたといえると思います。



人生には3つのステージがあるとリンダさんは言っています。つまり、大学まで教育を受け、その教育の力で60歳まで現役で仕事をし、60歳で引退して余生を送るというのが、戦後高度経済成長期の日本の基本的なパターンでした。しかも、日本では、片働きで家族3人、4人を養っていった時代でした。それが人生100年となると、随分先が長くなり、このまま3つのステージで人生を考えていいのかという問題が生じます。

そこで、マルチステージという考え方が出てきます。これからお話ししますが、働き方も1つの仕事だけではなく2つ3つ、あるいは、最近では並行して複数の仕事をしている方もおられます。そうすると、複数の能力が必要なので途中で教育を受けたり、18歳から22歳の4年間だけではなく社会人になってもリカレント教育を受けられるようなことがでてきて、これをマルチステージモデルと呼んでいます。おそらくそういう転換はもう既に始まっていますが、これ

からはもっと出てきます。

そうになると、日本ではまだまだ浸透していて根深い3つのステージで考えたライフプランでは、立ち行かなくなるだろうと思われれます。

### 3つのライフプランモデル

さて、今日皆さまにお話ししたいことは、ライフプランのモデル、生活設計のモデルには3つパターンがあるということです。

日本には生活設計という言葉が戦前からありました。一生懸命貯蓄してお国のために頑張ろう、というのが生活設計だと戦争中にいわれたことがありました。戦争が終わり、1945年9月頃、これからはしっかり生活設計をし貯蓄してインフレと闘わなければいけない、というような閣議決定をした文書が今でも残っています。

このように、生活設計というのはかなり長い間、日本で使われてきた言葉なのですが、

## ライフプランモデルの転換

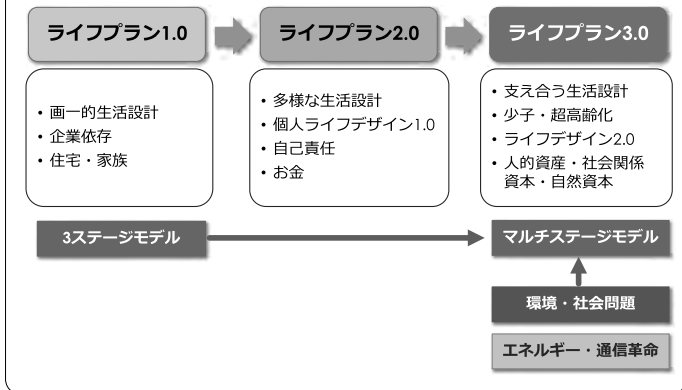


図 1

戦後、高度経済成長期以降で考えると、図1のように3つに分かれるのではないかと思っています。

左側に「ライフプラン1・0」と書いてありますが、これは先ほどお話しした高度経済成長期の1960年代から70年代頃に青春を過ごした方々のライフプランです。「ライフプラン2・0」というのは、高度経済成長期の後、バブルの時代がやってきてバブルがはじけた1980年代から90年代頃に青春を送られ、今40代から50代くらいの方のライフプランモデル

です。「ライフプラン3・0」というのは、21世紀を暮らしていこうという30代以下の方のライフプランモデルです。そういうイメージで考えていただければよいと思います。

実は「ライフプラン2・0」は「1・0」の修正版といえますが、「3・0」は根本的に違っていると考える必要があると思います。

## 「ライフプラン1・0」

まず「ライフプラン1・0」からご説明していききたいと思います。

戦後、日本は焼け跡のマイナス状態から立ち上がり、大先輩方は一生懸命日本経済を復興させて暮らしを良くしようとして頑張りました。この時代は企業が中心で、典型的な教育↓仕事↓引退の3ステージモデルでした。夫が仕事をして、妻は家事・育児をする、そういう役割分担だったと思います。

しかし、これが日本の伝統かというところを決してそういうわけではなく、戦争中には女性も

働くことはありませんし、昭和の初め頃でも共働きという時代はあったと思います。しかし、戦後は男性が働き、女性が家事・育児をするという役割分担で、子どもを2、3人育てるようになりました。そして、転勤のたびに大きい住宅に買い換えていきました。最初は何もないところから、経済成長とともに住宅や自動車や家電製品を買いそろえていきました。そして、50年前のオリンピックがやってきました。そういう感じだったと思います。お金はどのように回っていたかといいますと、日本経済は証券市場ではなく預貯金を中心で、銀行が中心に回しているシステムになっていました。銀行や郵便貯金にお金を預けて、6%、7%という非常に高い金利がつき、それで金融資産形成ができたという時代です。

また、住宅ローンの仕組みができ上がり、住宅を購入するという政策がとられたことも特徴の1つです。

日本は政府、企業、家計が一丸となった集中型のシステムで、高度経済成長を続けてき



ました。「明日は今日よりいい」といわれた時代で、明るい昭和の歌がいろいろあったと思います。

生活設計といっても、あまり多様なことはできない時代だったと思います。例えば、自分が暮らしたい場所がどこかにあったとしても、大きな会社に入り転勤命令が出れば、そこに行かなくてはならなくなり、自分はここで暮らしたいというライフプランを実現することはなかなかできなかつたと思います。最近では、特定のエリアで暮らしながら仕事をするという採用の仕方がありますが、昔は転勤で全国を回っていくというパターンが多かつたようです。

これは極端な言い方かもしれませんが、自分から会社をとるとほとんど何も残らない、という生活をしていた方が多かつたように見受けられます。企業戦士という言葉もありましたが、会社のために一生懸命というやり方で、日本は這い上がってきました。そういうやり方で高度経済成長を謳歌した、ということだったと思います。

退職する頃には、有形資産、つまり住宅や家電製品を手に入れ、金融資産、つまり退職金もきちんと出て、企業年金や公的年金も潤沢にありました。しかし、社会的な人間関係や社会に役立つスキル、つまり会社外の人とのつながりや地域で知っている人とお互いに支え合うというようなことは、弱かったのではないかと思います。

退職した方は、退職後2〜3カ月くらいは非常に開放感があるのですが、ふと気がついてみると、会社の中では〇〇さんとか〇〇部長と呼ばれていましたが、自分を名前で呼んでくれるのはお医者さんくらいだ、という方が多くいらっしゃいます。実は奥さまのほうが地域や趣味のお友達がいたり、社会的な関係を作っていたりします。男性は、退職前後のギャップが非常に激しいのではないかと思います。

これはやはり会社の外側に無形資産、つまり人とのつながりや絆という無形資産を創ることを意識的にやってこなかった結果ではないかと思えます。

金融資産については、かなり前、名古屋で三菱系の会社をその年の3月31日に退職され

る方々のセミナー講師を務めたときに、退職金が出て、厚生年金が出て、失業保険も出る、という話をしたことがあります。今はそんなことはあり得ませんが、その頃は退職金も厚生年金も出た上に、失業保険ももらえたという最後の世代の方々でした。非常にたくさんそれなりに金融資産があるので、退職後は何となくバラ色のイメージで、健康には気をつけてみたいな話だったと思います。

いずれにしても、企業にお勤めの方は、それほど経済的な不安もなく、孫の面倒をみながら人生を過ごしていかれたと思います。その方々が今はもう70代から上になっています。今お話しした、会社から自分を引くとゼロというのは、形のない資産のことなのですが、この「ライフプラン1・0」の世代の方は、こういう資産を自己点検していただくと思います。普通は資産といいますと有形資産で、金融資産や住宅や自動車なども非常に重要なのですが、まず無形資産を点検するということが大切だと思います。

## 無形資産バランスシート シニア向け

無形 資産	無形 負債	
日常動作能力—手段的自立 知的能動性—IT・読書 文化・アート 仕事 金融ケイパビリティの水準 身体的能動性—散歩・スポーツ等	身体機能の低下と疾患—その程度 認知機能の低下と疾患—その程度 その他	家族・専門 家サポート の必要性と 程度
ソーシャル・キャピタル — 家族・親戚付き合い — 友人 — 地域活動と地域の人々 — 社会的活動	純資産 (net worth)	

※ 量的計測はできないので、ヒアリングにより質的な評価をする。  
 一人暮らしの場合は、特に注意。

Copyright ©Koichi Ito2017.All Rights Reserved.

図 2

### 無形資産の自己点検（シニア）

図2の左側が無形資産で、日常動作能力はちゃんとしているか、知的能動性、例えばITに取り組んでいるか、読書を一生懸命しているか、何か好きな文化やアート（コンサートなど）に行ったり、全く別の仕事やボランティアをしたりしているか、という点を点検します。

「金融ケイパビリティの水準」というのは、金融に関していえば、運用する能力があるかとか、保険の中身をよく知っている

かなどです。

「身体的能動性」というのは、散歩やスポーツなどができるかといったことです。

最後に先ほどお話しした、人との関係です。これをソーシャル・キャピタル（社会関係資本）と呼んでいます。家族や親戚との付き合いはどのくらいしているか、友人はどのくらいいるか、地域活動や地域の人々とのつながりはあるか、社会的な活動を何かやっているかということ、定量的には書きませんが、定性的に書き出してみるのがいいと思います。

右側が無形負債で、例えば身体機能の低下や疾患、認知機能の低下などがあるかないかをバランスシートに書いてみて、無形資産から無形負債を引いた無形資産の純資産がどのくらい残っているのかを少し考えたいと思います。

高齢者の活動能力を測定するための指標として「老研式活動能力指標」というものがあります（図3）。老研式活動能力指標には1番から13番まであり、「バスや電車を使って1

### 老研式活動能力指標

		質問	1	0	1か0を記入	
資産管理 基本的な 生活行為	1	バスや電車を使って1人で外出できますか	はい	いいえ		手段的 自立
	2	日用品の買い物ができますか	はい	いいえ		
	3	自分で食事の用意ができますか	はい	いいえ		
	4	請求書の支払いができますか	はい	いいえ		知的 能動性
	5	銀行預金・郵便貯金のおし入れが自分でできますか	はい	いいえ		
	6	年金などの書類が書けますか	はい	いいえ		
	7	新聞を読んでいますか	はい	いいえ		
	8	本や雑誌を読んでいますか	はい	いいえ		社会的 役割
	9	健康についての記事や番組に関心がありますか	はい	いいえ		
	10	友だちの家を訪ねることがありますか	はい	いいえ		
	11	家族や友だちの相談にのることがありますか	はい	いいえ		
	12	病人を見舞うことができますか	はい	いいえ		
	13	若い人に自分から話しかけることができますか	はい	いいえ		
			合計得点		点	

点数が高いほど自立していることを表す。

Copyright ©Kaichi Ito2017.All Rights Reserved.

図 3

人で外出できますか」「日用品の買い物ができますか」「自分で食事の用意ができますか」「請求書の支払いができますか」「銀行預金・郵便貯金のおし入れが自分でできますか」を手段的自立といいます。

その下の「年金などの書類が書けますか」「新聞を読んでいますか」「健康についての記事や番組に関心がありますか」「健康についての記事や番組に関心がありますか」までが知的能動性で、いろいろなことに関心を持っておられるかという指標です。

10番以降の「友だちの家を訪ねることがあ

老研式活動能力判定のための性・年齢別得点 (平均値±標準偏差)

	男性	女性	計
65～69歳	11.8±1.9 (316)	11.8±2.0 (352)	11.8±2.0 (668)
70～74歳	11.1±2.8 (236)	11.0±2.4 (301)	11.0±2.6 (537)
75～79歳	10.4±3.2 (134)	10.5±2.9 (211)	10.5±3.0 (345)
80歳～	8.7±4.2 (96)	7.6±4.2 (163)	8.0±4.2 (259)
計	11.0±3.0 (782)	10.6±3.1 (1,027)	10.8±3.0 (1,809)

( ) は標本数

(出典: 古谷野互ほか: 地域老人の生活機能: 老研式活動能力指標による測定値の分布, 日本公衆衛生雑誌 1993; 40:468-78, より)

- ※ 老研式活動能力指標は、ロートンの手段的ADL(日常生活行為Activities of daily living—電話の使用、買い物、食事の支度、家事、洗濯、移動手段、服薬管理、財産管理)を前提として作られた。  
 また『JST版活動能力指標』は、最近の日本における高齢者のライフスタイルの変化を考慮して、「一人暮らし高齢者が、自立し活動的に暮らすため」に必要なより高い能力を評価する尺度として新しく開発された。  
 評価指標は、新機器利用4項目・情報収集4項目・生活マネジメント4項目・社会参加4項目—これらのうち新機器利用(携帯電話、ATM、ビデオ・DVD、携帯電話・パソコンのメール)と生活マネジメント(詐欺・ひったくり・空き巣等の対策、生活上の工夫、病人の看病、孫・家族・知人の世話)が手段的ADL評価に該当。

Copyright © Koichi Ito2017.All Rights Reserved.

図 4

「家族や友だちの相談にのることがありますか」「病人を見舞うことができですか」「若い人に自分から話しかけることができますか」の4つは、社会的役割に関する指標です。

この3つの分野のほかに、左側に書いてある資産管理があります。請求書の支払い、預金の出し入れ、年金の書類記入が資産管理能力の基礎になり、これが失われていくと認知症に向かっていくこととなります。

最近はこの指標以外に、図4の下から7行目に少し細かく書いている、「JST版活動

能力指標」というものがあります。ひとり暮らしの高齢者が自立し、活動的に暮らすために必要な、より高い能力を評価する尺度で、先ほどの尺度以外に、新機器利用4項目というものがあります。この4項目というのは、携帯電話・スマホ・タブレットが使えるか、ATMでお金の引き出しができるか、ビデオやDVDが自分で見られるか、携帯やパソコンのメールを打ったり受信したりできるか、というように新機器利用の関心や能力が高齢になってもあるかという指標です。

最近ではタブレットなどを使っている高齢者の方が結構いらっしゃいますが、そういう能力も先ほどの無形資産バランスシートの資産にあたりません。こうした能力があるかどうかをよくチェックしていただくと思います。

図5の「高齢者の意思決定能力のステージ」には、左から「健常」「MCI」「軽度認知症」「中等度認知症」「重度認知症」とあります。「軽度認知症」から右側は「成年後見制度」が必要です。最初は「補助」、「保佐」、一番右側に「後見」と書いてあるのは後見人



## 高齢者の意思決定能力のステージ



金融リテラシー（経験と知識）

※MCI-軽度認知障害者

記憶障害の訴えがあるが、日常生活活動・認知機能は正常で認知症は認められない。

出所:三村将「認知症研究の現在と今後の動向」2017年3月14日

Copyright ©Koichi Ito2017.All Rights Reserved.

図5

をつけるということです。

健常でも、足のぐあいが悪くて買い物に行けない、日常動作が十分できない、あるいは銀行でお金の出し入れができない、という方については各地の社会福祉協議会が日常生活自立支援事業としてサポートをしています。

最近では、早期に訓練をいろいろやると健常な時間をもっと長く延ばすことができる、といわれています。

お金に関しては、「財産管理に関する意思決定能力」というものがあります（図6）。金銭の概念、日常の買い物、金融機関の利用、

## 金融に関する意思決定能力の2段階

### 財産管理に関する意思決定能力 (Financial Capacity; FC)

“Capacity to manage money and financial assets in ways that meet a person's needs and which are consistent with his/her values and self-interest”

個人の価値や関心に基づくニーズを満たす手段として、金銭や資産を管理する能力  
(Marston 2012)



Copyright © Koichi Ito 2017. All Rights Reserved.

図 6

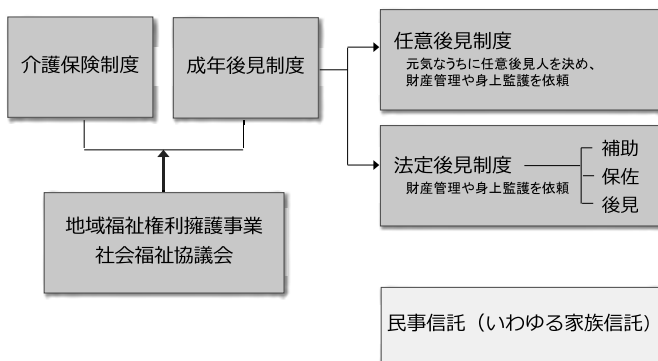
取支の把握が基本的な資産管理の能力だといわれていきます。金銭の概念というのは、例えば5万円と50万円の差がわかるかわからないか、ということ、認知症が進んでいくと5万円と50万円の差がよくわからなくなり、怪しげな人に言われてお金を引き出し、3000万円くらいあった預貯金がわずか2年程度でほとんどゼロになってしまったというような事例もあるくらいです。金銭の概念から出発して、日常の買い物、金融機関の利用、取支の把握というのは非常に重要なことです。

図6の下に書かれているのが高次の資産管理で、ローンやクレジットの仕組みや金利、高額物品の買い物についての判断、金融商品のリスク判断ができるかどうかということ、より豊かな生活のための財産行為ということで、金融能力もベーシックなものよりも少し高次の内容になっています。

ご高齢の方がある程度資産運用の経験を積んで60代から70代前半くらいになってくると、運用に対して自信過剰に陥りがちだという国際的なデータがあります。日本でもそうだと思います。しかし、その後認知症等になると、急激に金融能力が落ちていくため、誰がどういう形でそれをサポートするのかということを考える必要があります。

ここでは詳しくお話しませんが、高齢者の資産管理を支える制度の1つとして地域福祉権利擁護事業があり、社会福祉協議会に申し出ると日常のお金の出し入れや買い物等を代行してやってくれるというサービスがあります(図7)。これは東京都の社会福祉協議会でもやっています。また図7の右下に民事信託、いわゆる「家族信託」とありますが、

## 高齢者の資産管理を支える制度等



Copyright ©Koichi Ito2017.All Rights Reserved.

図7

成年後見制度以外でも信託の仕組みを使って自分の能力を社会的に維持することは可能で、民事信託についての知見も持つておく必要があると思います。

私の感じでは、日本での法定後見は、認知症が進んだ段階で後見人を立てるというパターンが多いのですが、少し補助が必要なあるいは物忘れが少し進行したかなという段階で早めにサポートする人についても、いろいろやって制度を有効に利用するのかということも十分準備しておくことが極めて重要だと思います。

## 「ライフプラン2・0」

次に「ライフプラン2・0」についてお話します。「ライフプラン1・0」の後、1980年代に「ジャパン・アズ・ナンバーワン」といわれた時代があり、その後不動産バブルがやってきてバブルがはじける1990年代までの時期に青春を送った方々がいらっしやいます。基本的には戦後の高度経済成長の企業中心の社会構造は変わっていないのですが、このバブルからバブル崩壊の時期には、どちらかという会社よりも個人が価値観の中心になっていきました。その頃フリーターという言葉もはまりました。アルバイトをしても、ある程度給料がもらえるので、気楽な稼業という感じでみられていました。

「ライフプラン1・0」ではクリスマスケーキ理論という有名な話がありました。クリスマスケーキというのは25日までに売らないと売れ残ってしまうのと同様に、女性も25歳までに結婚するのが当然だという話です。しかし、「ライフプラン2・0」の時代には、

晩婚化、シングル、DINKSと結婚や生き方が多様化していきました。離婚率が上がり、単身者が増え、所得格差が拡大していきました。家族や親類が分解し、親族全体で非常に大きなつながりがあったものが徐々にばらばらになっていき、地域社会の分解も進んでいきました。

自己責任が強調されはじめ、後半では非正規労働者の問題がよく取り上げられるようになりました。お金の話では、退職金や確定給付型企業年金、公的年金の給付水準の低下といったことが起きてきました。そのため、老後はバラ色ではなく、漠然とした不安が醸成されていきましたが、将来のことは置いておき今を楽しめばいいという雰囲気がある程度あったのではないかと思いますし、投機的な投資の嗜好も強かったのではないかと思います。

楽しくいろいろやっていたら、気がついてみると40代とか50代になっていたというケースは結構あったと思います。社会全体では高齢化、所得格差、それから環境問題が深刻に

なっっていきました。

「ライフプラン2・0」は、今40代から50代くらいのこれからリタイヤされるといふ方が対象ですが、やはり基本は会社人生で、3ステージモデルのイメージが強いのと思います。しかし、もう3ステージモデルは終わっていて、この先の人生は結構長いということになります。今、40代、50代くらいの方ですと将来の準備をしないとイケないのですが、目の前には仕事があります。そして、住宅ローンを抱え、子どもを大学まで出し社会的に自立させなければなりません。自分の健康や更年期の問題なども考えなければならず、非常に忙しい中でリタイヤ後の生活やその先の70代、80代くらいまで考えていけるでしょうか。時間がない中で、先の不安が醸成されていきます。しかも、年金は少なくなっっていきました。そういうことですので、その心配を解消する必要があると思います。

## 「ライフプラン3・0」

「ライフプラン3・0」は「1・0」や「2・0」とは全然違う話になります。「ライフプラン3・0」は、2000年代以降21世紀に青春を送っている現在30代以下の世代の方々の生活設計です。

社会の基盤の1つであるインターネットが急速に発達しました。会社の関係以外にインターネットでSNS、インスタなどで人が横につながるような仕組みができてきて、それがいつながり方もあれば、最近の事件ではないですが変な事件に巻き込まれる可能性もある時代になりました。

AIやブロックチェーン技術や再生可能エネルギーが発達していき、社会の構造が集中型で上から管理するようなパターンではなく、横につながるような構造が非常に急速に広がっているように感じます。分散型ネットワークの社会構造がもっと広がっていくのでは



ないかなと思います。

インターネットを考えてみますと、この10年くらい、新聞も紙から電子化してきました。そして、本も電子化しています。音楽もアップルミュージックなど、電子化していますし、映像ももちろんそうです。お金も現金支払いではなく、カードやオンライン決済で徐々に目に見えなくなっています。つまり今、脱物質化が急速に広がっています。

金融機関では人員を削減するといっています。ATMの数もどんどん少なくなっているのではないかと思います。決済を電子化すると非常に不安な面もあるのですが、便利な面もあります。

今、若い世代の方はあまりモノを持たないようになっていきます。シェアの原理が浸透し、シェアリング・エコノミーといっています。住宅も借り、自動車も借り、スキルも貸してもらい、お金のシェアリングもするようになってきました。

最近クラウドファンディングというものが行われており、寄附してほしいというプロ

ジエクトをインターネット上のクラウドファンディングのサイトに載せると、たくさんお金が集まってくるようになりました。去年までは5000万円くらいが上限でしたが、今年の6月頃には、鍵がなく指先で認証でき、比較的軽く持ち運びに便利で、ペダルで漕ぐことができる原動機付き自転車を開発するために資金を募ったら、50日で1億2800万円集まったそうです。実は、そういうところにお金が回っているのです。

作る人の顔が出てきて、こういうものを作るのでお金を出してくれませんかということなのですが、これもお金のシェアリングです。昔風にいうと、頼母子講や無尽の現代版みたいなことが広がっていき、中小企業でも銀行を通さずにそういうところで資金調達ができるような仕組みができてくるようになります。

企業の社会的なポジションが相対的に低下し、シェアが基盤になり、個人は横につながる力を作り、新しいスキルや知識や経験などの無形資産を蓄積していくことが重要になってくるでしょう。日本ではそれが少し遅れています。ヨーロッパやアメリカの方が進んで

いますし、中国は政治体制は別にして、結構進んでいる面があります。したがって、人が横につながるものが非常に重要で、支え合うというのも重要です。

## 「ライフプラン3・0」とマルチステージモデル

「ライフプラン3・0」では人生が90年から100年になるので、3ステージモデルが立ち行かなくなります。マルチステージモデルになると、人生に数度の仕事の転換や同時に2つくらい仕事を持っていることもあります。アクセントというコンサルティング会社がありますが、人事部長の話では週20時間労働で社員を募集しています。残りの時間は何をしてもいいのですかと聞いたら、家業を手伝ってもいいし、大学院に行って勉強してもいいそうです。それがコンサルティングに役に立つのだということで、割り切って週20時間労働としているそうです。

テレワークなども最近では広がっていて、丸の内にもコミュニティ・オフィスができてお

り、そこでパソコンを打って仕事をする人がたくさんいます。

慶應義塾大学のある女子大生が、大学在学中に長野県の小布施で有名な栗ようかんのパッケージを若い人のデザインで一新するという仕事をやり始めたら、すごく収益が上がりました。就活を始めてソニーに行った際に、「ソニーに就職したいのですが、私は自分で会社もやっているのです、会社をたたまないで両方やってもいいですか」と聞いたら、ソニーの人事担当者は「いいよ」といったそうです。それで、就業時間中はもちろんソニーで仕事をしていますが、就業時間以外は自分の会社の経営をしていて、副業はオーケーだそうです。こういうのをパラレルキャリアと言います。今、世間は人手不足になっていますから、おそらくそういうパラレルキャリアや副業など、といった話が出てくる可能性はもつとあると思います。

日本では、一生で教育を受ける時期が、大学に行く場合、22歳までということになりますが、他の国では必ずしもそうではありません。北欧では、一旦社会に出た後いろいろ経

験を積み、問題意識をもち、その後また大学に行くのが普通です。ある北欧の国には、社員が大学に4年間行っている間、勤めていたポジションを残しておき、帰ってきた後そのポジションにつかせてあげるといふ会社もあります。

大学にいる人が18歳から22歳である理由は、非常に強固な3ステージモデルを戦後の高度経済成長期に作ったためです。そのときはよかったです、今はもっと多様でないといふ人の生産性が上がりません。60歳になってから大学院に行つて博士号をとることくらい普通だと思ひますし、会社に入つて途中で独立して、独立する前に大学院に行つて勉強するなどいろいろなパターンがあり得るのではないかと思ひます。

雇用契約は組織中心から個人とその仕事中心になり、企業は個人が目標を追求する場になり、個人の目標を追求することが会社の生産性を上げる力になる——こうした仕組みが作られていくのではないかと思ひます。重要なことは、1人が2つ3つの仕事をするようになる、途中で自分を変身させる技を身につけないといけなくなるということです。リ

ンダ・グラットンさんたちの本の中で、私が一番気に入っている言葉は「変身（トランスフォーメーション）」です。そして、変身するために必要なものが「変身資産（トランスフォーメーション・アセット）」です。どうしたら人は今の自分ではない自分に変わるのでしょうか。

人間は本来、自分の中に5から10個くらいやりたいことがあるのではないかと思います。昔は一人一色で十人十色といいました。一人一色の時代から、十人十色の時代になり、今後は一人十色くらいの時代が来るのではないかと思います。自分の胸に手を当てて考えてみると、昔、小学校、中学校、高校時代はやりたいと思っていたことが随分ありましたが、社会人になって仕事を始めると、それを抑えてしまつて、やらなかつたことがたくさんあると思います。

日本の社会では、ピアノのおけいこやバイオリンのおけいこをやった人はたくさんいます。しかし、社会人になって、家で普通にピアノを弾いている人はあまりいないのではない

いでしょいか。また、音楽大学がたくさんあって、音楽の教養を身につけた人も大勢いますが、それで生活が豊かになって楽しんでいるという人の数はそれほど多くはないかなと思えます。

人間はそれぞれいくつか多様な能力を持っており、それを一生の中でどのように花開かせるかということを考える必要がある時代になっています。大林宣彦監督のように、映画がライフワークでそれは100年かけてもまだ終わらない、という話がそれぞれにあるような気がします。自分が変わっていくためには変身の資産が必要で、これは無形資産ということになります。

最近では共働きが基本になっていますが、共働きは普通のことではないかと思えます。1人が働いて家族3〜4人を養えた時代のほうがむしろ特別な時代で、偶然が重なったのではないでしょいか。みんな働いて、家事・育児をするというのが普通だと思えます。夫婦2人が企業で働けば、厚生年金が2人分もらえるわけです。

厚生労働省の公的年金受給額のモデル世帯というものがありません。男性が40年働き、女性が家事・育児を40年間するというモデルです。この設定で年金のモデルを作るということでは、この先はうまくいかないのではないのでしょうか。2人で厚生年金を受給し、退職金も2人とももらい、2人とも運用するというようなことができるような仕組みに企業も社会もしいといけないと思います。

日本では社会全体で「経済成長」をしたいという気持ちが強いのですが、世界全体をみると、「持続可能な発展」（サステイナブル・ディベロップメント）が強いと思います。国連で採択された「SDGs」つまり「持続可能な発展のための17の目標」に一生懸命取り組んでいる企業が現在たくさんあり、持続可能な発展をする中で経済成長をしていくという方向に進んでいると思います。

人生100年になれば、50年先に地球環境が悪くなっていたら困りますし、平和でないと困りますし、格差が大きいと困りますし、きれいな水が飲めないと困ります。クロマゲ



口は絶滅危惧種であと何年クロマグロが食べられるのか、というような環境ではよくないということであり、100年の人生を成り立たせる社会的条件を作るように企業活動や投資のあり方も考えていく、というのが「ライフプラン3・0」の世界で、「1・0」や「2・0」とはかなり違う点ではないかと思えます。

## マルチステージと投資

マルチステージというのは自分でプランを綿密に長期に総合的に立てないといけないので、ライフプランニングがとても大切になります。そのときに重要なキーワードの1つは、おそらく投資だと思います。皆さんは投資というかどうかというイメージを思い浮かべるでしょうか。私は投資の話をするときには、いつも「キラキラ」と「ギラギラ」というお話をします。お金には「ギラギラ」なお金もあれば、「キラキラ」したお金もあります。東日本大震災のときに寄附をしたお金、これは「キラキラ」したお金ですね。環境や社会問題

を解決するために事業活動をしている会社への投資、これをESG投資と呼んでいます。これも「キラキラ」です。しかし他方で、FXやビットコインで儲けてやろうかというようなお金は「ギラギラ」したお金です。お金には2種類あるわけです。

私は、投資は、最も広い意味で、お金だけではなく精神や身体を使って、うまくいくかどうかわからないリスクをとり、経済的、精神的、身体的リターンを得ることと考えています。

例えば、結婚にはこうした「投資」の構造があります。この人と結婚したい、と告白するときには精神的リスクをとりますが、うまくいくかどうかはわかりません。結婚してくれるかどうかわかりませんが、あなたが好きだ、一緒になりたいと言って、うまくいく場合もあればうまくいかない場合もあります。そういうことやお金のことも含めて、これからは、ある程度リスクをとってリターンを得るという、ポジティブな行動が必要になってくる時代だと思います。同時に2つ、3つの仕事をやっていくとか、今の仕事をしながら

次の仕事の準備をするというのは、かなりリスクキーでチャレンジな面があることではないかと思うのです。

## リ・クリエイション

最近は何ー残業デーなども浸透してきましたが、17時から19時の間、皆さんは何をされているでしょうか。すぐに家に帰ると何となく家事を手伝わされるかもしれないと思って、居酒屋に寄ったり、街をぶらぶらして帰る男性も結構いると思います。しかし、東京では夕方の時間帯から夜にかけて、いろいろなセミナーや人の集まりがありますので、そういうところに行つて次の仕事や人のつながりを作つていこうと思えば、夕方の1時間ないし2時間で毎日いろいろなことができるはずです。一定の年齢以上の人でも、SNS、それも匿名の世界ではないフェイスブックのようなものを使って、本名でコミュニケーションをとり、自分の周りの人、会社以外の人とつながっていくことも十分できる可能性がある

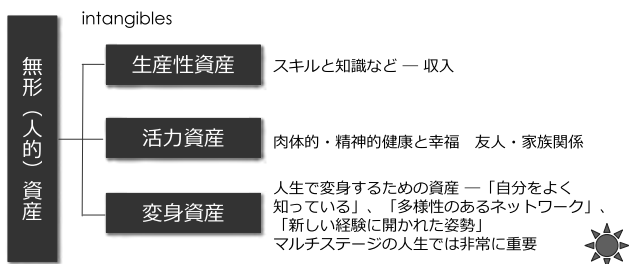
時代だと思えます。

余暇はリラックスと気晴らしの時間だけではなく、新しいステージに向けて、自分をリ・クリエーション——再創造する時間にもなりますから、時間の使い方も変えていかななくてはならない時期、時代になっているのです。30代以下の方は真正面からこういうものをやっているのですが、「ライフプラン2・0」の40代、50代の方も、「ライフプラン1・0」の方も、できれば「ライフプラン3・0」の考え方を取り入れて、長生きして多様な人生、自分らしい人生を送ることが、今必要になっているのではないかという感じがいたします。

### 「ライフプラン3・0」における無形（人的）資産

「ライフプラン3・0」では、無形資産が3種類あります。「生産性資産」、これは収入を得るための資産です。そして「活力資産」、これがないといきいきと前向きに仕事ができず、生きていけないという資産です。最後が「変身資産」です。この3つの資産が自分

## ライフプラン3.0における人的資産 — 新たな角度からの分類と分析 —



「『有形資産』だけでなく、『無形資産』についても考えつつ人生戦略を立てていくことが、さまざまな危機を回避することに役立ち、より充実した人生を送りやすくすると思うんです。」

— 『ライフシフト』リンダ・グラットン他著 東洋経済新報社

Copyrights Koichi Ito 2017® All Rights Reserved.

図8

にはどのくらいあるのだろう、ということをしてチェックする必要があります。(図8)

生産性資産は「知識とスキル」「仲間」「評判」です。例えば、フェイスブックなどでいろいろな友達を作り誠実に対応していくと、いい人だ、誠実だということになり、信用が広がることがあります。

Airbnbという、宿泊をシェアして泊まれる仕組みがありますが、Airbnbのサイトに行くと、ホストとゲストがそれぞれ評価し合うような仕組みになっています。ホストがよかったからまた泊まりに行きたいと

か、この人はお客さんとしてちょっとよくなかったから来てほしくないといったことで、信頼が構築されていきます。目に見えない資産が構築されていくと、今までになかった新しい友人関係ができたりします。そういうことが「評判」という資産です。お互いに評価され合っている時代になっているわけです。

次が活力資産です。これは、肉体的・精神的健康、バランスのとれた生活、前向きなネットワークです。

最後が変身資産です。リンダさんは、変身するために一番重要なのは、自分について理解することだと言っています。リンダさんはイギリス人ですが、すごく日本人の感じがします。例えば、禅寺に行き座禅を組んで無心になり、心を空にして自分は本当に何を欲しているかを考えてみることに、これが自己理解です。自分の過去、現在、未来について自問し続け内省して、本当にしたいことを見出し、具体的にどのようを実現していくのかという手段を考えていくことが、実は変身資産のもとになるのだと、とても哲学的なことを

言っています。

次に、多様性に富んだ新しいネットワークを外に持つことも大事です。例えば、お酒が好きな方でしたら、今日日本で山のようにある日本酒のイベントやワインのイベントに足を延ばし、新しいお酒友達を作ってみたり、地酒を探求してみたりするのもいいかもしれせん。

そして、「自ら能動的に変身を求め、新しい経験に対して開かれた姿勢をもつ能力」も大事だと言っており、過去の自分が積み上げてきたものを一旦括弧にくくり、また新しい自分から始まるのだということ、新しい経験を求めるということは非常に重要だと思います。

この変身というものは、多分に精神的なありようなので、若い方のできる人もできない人もいるし、ご高齢の方にもできる人とできない人がいると思います。例えば、高齢の方ですと、会社の役員をされていた方がリタイア後に地域で人と接する際に、頭を切り換え

## 総合個人バランスシート

資 産	負 債
無形資産	無形負債
生産性資産 — 知識・スキル・ 経験、仕事上の仲間、評判	肉体的・精神的疾患 ネットワークなし 過去のスキル・知識に固執 過去の経験に固執 内省なし...
活力資産 — 肉体的・精神的 健康、家庭・職場でストレス レス、自己再生の友人関係	
変身資産 — ありうる自己像、 多様なネットワーク、未知の 経験に開かれた姿勢	
有形資産	有形負債
金融資産 — 預貯金・DCなど	住宅ローン 奨学金など
実物資産 — 住宅・自動車・ 家電製品など	

無形資産への意識的な  
投資と充実が必要！

増大

減らす

自分の無形資産＝人的資産の  
状態のチェックは極めて重要！

※ 生産性資産・活力資産・変身資産については、リンダ・グラットン他『ライフシフト』(東洋経済新報社)による。

Copyrights Kaichi Ito 2017 All Rights Reserved.

### 図 9

て同じ地域の住民として柔軟に対応できる方は、周りに横の平等なネットワークを作っていくことができると思います。

図 9 は個人のバランスシートで、図の下の方に有形資産と有形負債があります。金融資産、実物資産といった有形資産、住宅ローン、奨学金などの有形負債も重要です。図の上の方に無形資産と無形負債があります。生産性資産（インターネットやITの知識）がどのくらいあるのか、活力資産はどれくらいあり家庭や職場でストレスはないのか、変身資産は心の中にどのくらいあるのか、などを点検



してみる必要があると思います。

経済産業省のいわゆる「伊藤レポート2・0」（座長…一橋大学 伊藤邦雄教授）には、日本の企業は有形資産が多過ぎ、無形資産が足りない」と述べられています。マイクロソフトやアップルのような企業をみるとソフトウェアや知的資産といった無形資産がたくさんあり、工場などは持たず（ファブレス）、有形資産はあまり所有していません。日本の企業は工場や機械はたくさん所有しているのですが、無形資産が足りません。無形資産を増やさないと、企業の生産性は上がらないという分析をしているのですが、人間も同じようなことがあるのではないかと思いますので、こういうチェックをすると思います。

「ライフプラン3・0」では、人はまず、いくつかの仕事を行います。次に芸術やスポーツをやりません。3つ目は、人のためにボランティアをやったり、NPO法人で働いたりします。普通の仕事を「レイバー」、芸術やスポーツをやることを「ワーク」、他の人のためにいろいろなことを支え合ってやる社会的な仕事を「アクション」と、ハンナ・アーレン

トという有名な女性哲学者が言っています。レイバーとワークとアクションを多彩に展開していくと、自分の無形資産が豊かに広がっていくのではないかと思えます。

働く場所を自由に (Work Anywhere) 、仕事の無駄を省き (Work Simply) 、働く時間をもっと短く (Work Shorter) 、仕事と家事・育児・介護のバランスをとる (Work Life Balance) 。これらのことは変身を可能にするためにはこれからもっと必要になりますし、若い方はそういうことを普通にやるのではないかと思えます。

### 「ライフプラン3・0」における資産形成

最後に、資産形成の話を少しだけさせていただきます。「ライフプラン1・0」のときには焼け跡で物がなかったので、預貯金をテコに住宅や自動車・家電製品など有形資産の形成を一生懸命やってきました。バブル期とバブルがはじけた時期も同様に預貯金中心ではありましたが、リスクのある金融商品で投資をすることも少しありました。

現在、住宅の空き家が1000万戸以上あり、自家用自動車は全国に6000万台もあります。しかし、自動車には普通は1人しか乗っておらず、1日1時間ちよつとしか使っていないのです。そこで例えばアウデイは、4人に1台自動車を貸し、4人でサービス料を払ってもらうということを考えました。すると、4人は1日に乗る時間の調整をして4人で5、6時間使うようになり、4台の車が1台に減ります。そうすると、CO<sub>2</sub>や渋滞の減少にもつながります。住宅も自動車もサービスを提供して、サービス料をとるというパターンで回していくということが今後増えてくるかもしれません。

住宅を高い値段で買わないで、例えば中古住宅をリノベーションして買い、住宅のコストを1000万円くらい下げ、その分を自己投資に回すようなことを考えることが必要になってくるかもしれません。今後は住宅を買うことばかりを考えないで、無形資産つまり人的資産への投資を意識的・系統的に行う必要があると思います。

金融資産の形成については、これからは長期投資が本格的に必要なになってくると思いま

す。リスクをある程度とるのですが、分散、積立て、長期という原則で行うことが必要です。来年1月からは「つみたてNISA」という制度も始まります。20歳以上であれば、何歳で始めても20年間積み立てることができません。しかも、積み立てている間は非課税で、途中でいつやめてもいいという制度です。

企業でやっている確定拠出年金を60歳で終えてしまうのは「ライフプラン1・0」モデルに近いような感じがします。企業型確定拠出年金は60歳から受け取らずに10年延ばして、70歳から受け取ることもできますので、いろいろ工夫して、高齢期の経済的基盤を作る必要があると思います。

私は、「ライフプラン3・0」の時代が多分10年くらいで急速にやってくると考えています。これからはそれを考慮し、働き方も、教育のあり方も、生き方ももっと変えていく必要があると思います。もうそんな時期が来ているのではないのでしょうか。

私の話は以上です。ご清聴どうもありがとうございました。