



「100歳大学」を全国に普及させ 高齢者が地域に貢献できる社会に

國松 善次 くにまつ・よしつぐ
一般社団法人健康・福祉総研理事長 元滋賀県知事

1938年滋賀県生まれ。59年大阪府入庁、76年滋賀県庁入庁。教育委員会事務局文化部長、健康福祉部長などを経て、98年に退職。同年、滋賀県知事に初出馬・初当選し、2006年まで2期務める。現在は「100歳大学」を運営する健康・福祉総研の理事長などを務める。80歳

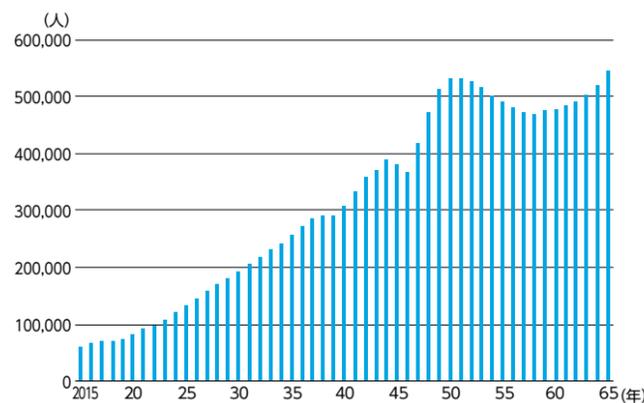
國松善次さん（以下、國松）
65歳以上が人口全体の7%を超えたら高齢化社会、その倍の14%を超えたら高齢社会、さらに21%を超えたら超高齢社会などとされていますが、これ

厚生労働省の研究機関である国立社会保障・人口問題研究所の推計によると、日本の100歳以上の高齢者の人口が、現在の約7万人から30年後には約50万人にまで増えると予想されています。

人生100歳時代の 生き方に対応する努力を

滋賀県栗東市と湖南市に、高齢者を対象にした「100歳大学」がある。2015年9月に開校したこの学校では、65歳以上の高齢者たちが、福祉や健康づくり、生きがいづくりなどを柱に、老い方の基礎を体系的に学んでいる。この100歳大学を提唱し、両市からその運営を委託されている一般社団法人健康・福祉総研の理事長である國松善次さんは、同大学を「第2の義務教育」の場と捉えているという。その理念はシニアビジネスに対する示唆も含んでいる。

今後50年間の100歳以上人口の推定値



出典：国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推定人口」（平成29年推定）より

がさらに増えたら、もう異常高齢社会としかいようがありません。日本はその最先端を進んでおり、世界に先駆けて、人生100歳時代の生き方を問われているともいえます。今こそ、個人と社会が覚悟を持ってそれに対応する努力をしなければいけません。

「100歳大学」は國松さんが構想し、提唱されたということですが、そのきっかけは何だったのでしょうか。

國松 私はかつて滋賀県庁の職員として福祉行政を担当していましたが、今から三十年ほど前のことで、そのとき、大変な勢いで高

齢者が増えていることを知りました。それも寝たきりの高齢者が大勢いて、床ずれをつくっていたのです。ところが、視察で訪れた北欧では、そのようなことがほとんどありませんでした。当時、日本の老人介護ではベッドの上で食事させることが多いのですが、北欧では高齢者が自立することを前提に介護しており、朝起きたらベッドから出てご飯を食べさせている。日本のやり方ではかえって悪い結果になることを知りました。それがそもそものきっかけです。

その後、滋賀県ではどのような福祉政策を取ようになったのですか。

國松 まずは高齢者の健康づくりに取り組みました。国では健康づくりには運動、栄養、休養の三つが必要だとしていました。それは正しいのですが、本人に生活の生きがいがない健康づくりに取り組みむ気にはなれません。そこで滋賀県では生きがいと健康診断の二つも必要だとして、この五つを柱にしてテキストをつくり、県の高齢者に健康づくりに取り組んでいただくよう呼び掛けていきました。それを二十数年間行ってきたら、2015年に滋賀県の男性の平均寿命が都道府県別で全国1位になりました（女性は4位）。

特集1

シニア市場に異変あり ひと味違う 「健康長寿」 ビジネス

政府が進める「人生100年時代構想」もあり、今後ますますシニア層や健康を意識したビジネスに注目が集まってくるだろう。ただ、ひと口にシニア層といってもその意識や行動は、より幅広くなってくることも予想される。そこで、今号では、元滋賀県知事で「100歳大学」を提唱し、運営している國松善次さんの視点も踏まえて、健康と長寿を強く意識したビジネスに取り組んでいる各企業の戦略に迫った。