

令和2年 厚生労働白書

第3節 人生100年時代に向けて（p135）

1 基本的考え方

「人生100年時代」がもはや夢ではない中で、長い人生を一人ひとりが多様なライフプランを描きながら、生きがいをもって暮らしていくことができる社会とするためには、特に、以下の取組みが重要になっている。

（1）健康寿命の延伸

一人ひとりの長い人生を支える健康を維持していくことは、QOL（生活の質）の向上に加え、就労や社会参加につながるほか、就業者数の増加、介護費等の抑制等により持続可能な社会づくりにも資する。

2016（平成28）年段階で男性72.14歳、女性74.79歳となっている健康寿命を2040（令和22）年までに男女とも3年以上伸ばし、75歳以上とするとの目標の実現に向け、社会全体で取り組んでいく必要がある。

（2）生涯現役の就労と社会参加の実現

人生100年というスパンで考えると、生涯現役（エイジフリー）で活躍できる社会であることが求められる。

どのライフステージにおいても希望に応じて、働き、学び、社会参加できること、どのような働き方を選んでも不利益とならない環境を実現していくことが必要である。

それが結果として、担い手の増加、世帯所得の上昇などへとつながり、一人ひとりの生活や社会にとって意義あることとなる。

なお、「人生100年時代」の生き方の多様性が確保されるためには、（1）と（2）の取組みとあわせて、要介護、障害、難病など一人ひとりが抱える様々な事情に応じて、必要な支援を受けながら就労や社会参加の機会を得て、尊厳が確保された生活を送ることができることが重要である。