

ワンポイント・ブックレビュー

山田昌弘（著）『単身リスク 「100年人生」をどう生きるか』朝日新書（2025年）

日本の平均寿命は2024年時点で男性が81.09年、女性が87.13年で、女性は40年連続で世界1位を達成し、実に半数以上が90年を超える人生を歩んでいる。50年前の1975年は、男性が71.73年、女性が76.89年なので、そこから男性は9年、女性では10年以上も長生きになっている。他方で、単身世帯の比率は上昇を続け、2023年の国民基礎調査では34.0%と3分の1を占めており、高齢者に目を向ければ65歳以上のうち31.7%が単身世帯である。生涯未婚率も2020年の国勢調査でみると男性が28.3%、女性が17.8%で、いずれも過去最高値となっており、今後も単身世帯は増加することが予測される。

本書は「ただ長く生きるのではなく、自分らしく幸せに長く生きる」ことをテーマとし、「人生100年時代」を迎えようとする現代において、今後も増加していく単身世帯が抱えるリスクとその対策を、社会・個人双方の視点から明らかにしようと試みている。

まず、第1章「「リスク社会」をいかに生き抜くか」で、バブル崩壊後の就職氷河期以降「自己責任」の名のもとに個人に責任を押し付け、日本が「やり直せない社会」になっていく過程が描かれる。そしてこうした社会であることで、若者ができるだけリスクを取らないような選択をしていく現状が指摘される。そして、第2章「「自己責任社会」をいかに超えるか」として、若者を支援していくことの重要性を説く。ここでは、これまで“企業”と“家族”に頼ってきたセーフティネットを“個人”を単位とする制度設計についてを提言している。

第3章「社会のセーフティネットをいかにつくるか」では、若者の貧困や格差を「働き方」や「家族のあり方」を通して考え、根本的な問題として日本社会の基盤がいまだに「昭和の家族モデル」に依存していることが明らかにされる。そして、今後、日本社会は残存する男女の性別役割分業の慣行から離れ、増加する単身者に目を向けた国民一人ひとりを「個人」単位で扱うきめ細やかなサポートで、リスクを冷静に見極められるようにしていくことが肝要だとされる。

第4章「人生100年時代」のターニングポイントに入ると、若者世代から一転して高齢者のリスクについての検討がはじまる。そこでは、“収入”、“介護”に加え“生きがい”にもリスクがあることが示され、高齢期に過去から離れ、いかに人生をリセットできるかが重要だと指摘する。最後の第5章「「幸福な長寿社会」のつくり方」では、長い人生を自分らしく幸せに生きるために、①安心して暮らすための収入、②孤独に陥らないための仲間（家族）、③「生きる喜びや意味を与えてくれる生きがい」の3つの要素が必要であるとされる。

働く現役世代、これから社会に出る子どもたちのため、そして第2のスタートを切る高齢者のために著者が目指すべきとする社会は「いつでもやり直せる社会」である。そこでは、「リスク」をただ避けるのではなく、それを冷静に見据え乗り越えていくことが求められる。そのためには、個人に責任を押し付けるのではなく、社会としてそれを支援するセーフティネットが必要になり、難しくともそれを「個人」をベースとした形に再構築する必要がある。一方で、「個人」も自身で常に学びながら、収入を得て、家族や友人のつながりをつくっていかなければならない。

仕事を引退した後も長い人生が待っている。企業や家族といった組織の一員としてだけではなく、自分は「個人」として何ができるか、何をしたいか、リスクも含めて考えておかなければならない。

（加藤 健志）