

## 第 24 回 コムズフェスティバル 市民企画分科会 実施報告書

グループ名	ウエルエイジングクラブまつやま		
開催日時	2023年2月3日 午前10時～12時		
テーマ	老いの家計簿 ～安心を創る～		
形式	講演とワークショップ		
講師等	問題提起：定松史甫子・森山加代子 講演：FP 宮上信也		
参加人数	女性 28 名	男性 4 名	合計 32 名

### 〈内容〉

男女ともに90歳を生きる時代を迎えたが、長寿がリスクとなりかねない様相を呈している。我が国の公的年金は海外と比較して低い上に、マクロスライド制により年々削減されており、長生きすればするほど資産が枯渇し、このところの諸物価の高騰の影響もあり、高齢者の貧困が懸念されている。特に後期高齢期の一人暮らし女性の貧困率は30%近いといわれ、経済的不安は年々高まっている。

そこで、当分科会においては老いの経済的不安を直視し、安心を創るためにまずそれぞれの家計を見直すとともに、専門家の講演をもとに老い日々の出費について概略を知ることでも安心材料を見つけ出すことを目的に分科会を実施した。

第1部では問題提起としてWACMメンバーで年金生活をする夫婦のみ家庭の家計簿の内容発表と、遺族年金だけで暮らす単身者の老いの暮らしの実態の意見発表を行った。それを受けて、ファイナンシャルプランナーより「老いの暮らしの出費あ・ら・か・る・と」として暮らしや医療・介護、さらにはその後にまつわる出費について講演があった。

第2部では4つのグループに分かれて、老いの不安やその対応策について意見交換を行った。

### 〈参加者の感想〉

参加者の7割は「参考になった」とアンケートで回答している。ほかには

- ・今回のような学習会を希望する
- ・生活を改めて見直そうと思う
- ・不安を募らせるよりまずは節約に取り組む
- ・高齢者の生活の参考になることを発信してほしい
- ・1人で生きていくための心構えを学ぶ場の設定
- ・こうした交流と意見交換の場がもっとほしい

などの感想が寄せられた。

### 〈まとめ〉

暮らしの点検をしてみると、様々なことに気づかせられた。今の世の中全く無一文では旅立ちようがないが、かといって2000万円あろうが3000万円あろうが安心を約束するものでもない。また節約といっても生活を引き締めることばかりが節約でもない。むしろ限られた収入の中で工夫を加え、心豊かに暮らすことで健康寿命を伸ばし、健康を維持することが最大の節約につながることを、また家族や友人、周囲の人との交流から得られる安心安寧は無形の財産として老いの暮らしを豊かにしてくれることを参加者とともに確認し分科会を終えた。

