

## 「豊かな健康長寿社会をいかに実現するか ～人生100年時代を生きるために～」

経済広報センターは、2019年6月12日、「豊かな健康長寿社会をいかに実現するか～人生100年時代を生きるために～」をテーマにセミナーを東京で開催しました。生命保険協会が健康長寿社会に向けた生命保険業界の役割について、旭化成ホームズ、タニタヘルスリンクが企業として健康長寿社会に向けた対応、活動について講演を行いました。当日は、当センターの社会広聴会員や企業・団体の関係者など約70名が参加しました。

### ■健康長寿社会に向けた生命保険業界の役割

一般社団法人生命保険協会  
広報部長

**野村 英治 氏**  
(のむら えいじ)



日本で営業する全ての生命保険会社42社が加盟する生命保険協会は、昨年末110周年を迎えました。生命保険事業の健全な発達および信頼性の維持を図ることを目的とし、確かな「安心」を提供していくという我々の役割を、今後ともしっかり果たしていこうと考えています。

日本の100歳以上の人口は2040年には現在の4倍に膨れ上がり、その後も増え続けると予想されています。当協会では、人生100年時代に国民が安心して生活設計を行うために「3つのP」が重要になると考えています。

1つ目のPは、「Preparedness（人生におけるリスクを深く理解すること）」です。当協会ではこれまでも、生命保険文化センターと連携して、金融・生命保険に関する消費者教育を中長期的に推進してきました。今後は取り組みを一層充実させ、「自助努力」の支援・促進に注力していきたいと考えています。「自助」とは、「自分で自分の身を助ける」という意味ですが、これからの時代は従来モデルのライフプランを前提とするのではなく、新たな発想で働くこと、お金を使う・貯めること、リスクに備えることについて国民一人ひとりが「自分モデル」を

構築することが求められています。そこで当協会では、自分が希望するライフプランを描き、将来に備える「自助」について考える日として、記念日「自助の日（5月28日）」を創設しました。また、人生100年時代に必要な金融リテラシーについて気軽に学べる動画コンテンツをYouTubeに公開しています。こうした情報を含む当協会の活動について公式ツイッター（@seihokyokai）でも情報発信していますので、ぜひご覧ください。

2つ目のPは、「Protection（リスクに耐え得る保障を確保すること）」です。20年ほど前は、「保険」といえば「死亡保障」が一般的でしたが、現在は高齢化、共働き世帯の増加などにより「亡くなった時の保険」から「生きるための保険」へお客さまのニーズが変化してきています。近年はアルツハイマー病など認知機能低下をもたらす疾病が増加していますが、生命保険業界では認知症の予防、早期発見サービスをセットにした保険の提供や、認知症への理解促進などに取り組んでいます。このように、生命保険業界は社会保障制度の補完産業として、環境変化に合わせ、お客さまをリスクから守る保障機能を強化していくことが重要だと考えます。

3つ目のPは、「Prevention（リスクの発生を予防・回避すること）」です。日本の社会課題の1つとして「健康寿命の延伸」があります。最近健康ブームともいわれる一方、健康に対して無関心な層が5割も居るといったデータもあり、こうした層の方々に行動変容を促すことが、社会課題の解決にもつなが

るものと考えています。現在、生命保険業界では、お客さまの健康づくりを支援する保険・サービスの提供が広がっています。運動サポートや健康アドバイスだけでなく、お客さまの健康への取り組みを評価することで保険料が変わるといったインセンティブを付けるなど、様々な形で健康づくりの意識を高める工夫を行っています。さらに、地方自治体とも連携して、がん検診の受診率向上への取り組みや健康啓発セミナーの開催など、官民一体となって健康寿命の延伸のための取り組みを強化しています。

生命保険会社は、お客さまのライフプランを実現するために、人生の伴走者としての役割を發揮していきたいと考えています。そのために当協会では、様々な調査・研究や社会貢献活動など、次の10年、そしてその先の未来を見据えた活動を行っています。

## ■ 自宅で健やかに住み続けるための 総合的生活支援サービスとは ～ヘーベルハウス高齢者世帯への介入研究を 通じての考察～

旭化成ホームズ株式会社  
くらしノベーション研究所  
シニアライフ研究所長

**入澤 敦子 氏**  
(いりさわ あつこ)



旭化成ホームズは、お客さま一邸一邸の思いをカタチにし、住まい心地を考え抜いた「ヘーベルハウス」という戸建住宅を創業以来24万戸提供しています。私が所属する「くらしノベーション研究所」は「くらし+イノベーション」を意味し、「住宅」を提供するだけでなく、豊かな「暮らし」をどのように提供するか、いかに住む人の気持ちに寄り添えるかについて研究しています。当研究所の研究成果の詳細については、ウェブサイトなどでも公表していますのでぜひご覧ください。

さて、高齢者で「今の家を終の棲家にしたい」と考える方が、後期高齢者（75歳以上）で8割にも上ります。また、「介護が必要になっても自宅に住みたい」という後期高齢者も約7割いらっしゃいます。その一方で、「1人暮らしの不安」や「健康状態の変化」、「住宅の間取りや設備が使いにくい」な

どといった悩みから自宅に住み続ける不安、不便、不満を感じている方が多く、途中でシニア向けの住宅に住み替えられるのが現状です。また、介護保険認定で「自立」とされる後期高齢者の方でも、実際はそのお子さまがいろいろな面で生活をサポートしており、ましてや「要支援」に差し掛かった方へのそのサポートはより多岐にわたり頻度も多くなる実態があります。こうしたことから「高齢期の生活実態」を徹底して把握し、高齢者が自宅で健やかに住み続けるための「本当の課題」はどこにあるのかを知るために、私たちは、ヘーベルハウスのオーナー12世帯に1年間のモニタリングを、計3回、3年間をかけて、実際の生活に入り込んでお困りごとをご一緒に解決していく「介入研究」を実施し、その実態を深くあぶりだしました。

研究チームは、親世帯、子世帯の面談・観察、情報共有だけでなく、家事代行サービス、行政・研究機関などとも連携して実施。A（アセスメント）→P/G（プラン&目標）→D（実行）→C（評価）を回していくという手法でその実態や課題を可視化していきました。

その研究結果から、「私にはまだ早い」と思われる方でも、今から対策を講じないと手遅れになる可能性が高いという実態が分かりました。また、自宅で健やかに過ごすための課題として①専門家に適切な介入をしてもらい、親・子・専門家の三者で連携すること②身体だけでなく、心や交流の面から目標設定をして関係者伴走して取り組むこと③早いうちに住環境の整備・改善を行うことが重要、であることが分かりました。こうしたことから、私たちは、高齢者世帯が健やかに暮らすには、子世帯との連携が基本であることが分かりました。さらに高齢者世帯のよろず相談窓口をハブとして、住まいの修繕や改修、家事等の生活サービスの取り次ぎなど様々な業務を請け負う包括的生活支援サービスの在り方の検討が必要であることを実感しております。

近年当社では、自立期の高齢者の方に早い段階で戸建てから住み替えていただくことを目指し、賃貸住宅「ヘーベルVillage（ヴィレッジ）」の供給にも尽力しています。このシリーズは、サービス付高齢者住宅とは違い、自立して暮らし続けることを目指

したシニア住宅です。

私たちは引き続き、豊かなシニアライフ実現に向け住宅メーカーができる支援・事業の在り方を研究・検討していきます。

## ■長寿社会に向けたタニタグループの取り組み

株式会社タニタヘルスリンク  
取締役

### 土志田 敬祐 氏 (としだ けいすけ)



タニタは、1923年に創業した健康計測機器メーカーです。創業時は、シガレットケースやライター、家電製品等の製造販売を行っていましたが、1959年に家庭用体重計「ヘルスマーター」を発売。今年で発売60周年を迎えました。現在では、体脂肪率や内臓脂肪レベルなど、からだをはかる新たな指標を次々と世に広め、健康づくりをサポートしています。

私が所属するタニタヘルスリンクは、健康関連サービスを提供するタニタグループの会社です。主な事業は、法人向けの健康経営支援、自治体向けの健康づくり支援ですが、10年以上前から社内で行ってきた健康づくりの仕組みやノウハウを、企業・自治体へ提供する「タニタ健康プログラム」というビジネスモデルです。

同プログラムでは、体重や歩数のデータをサーバーで管理しています。私どもの社員証は歩数計(活動量計)になっており毎日詳細な変化が確認できます。また、タニタでは社員食堂でのヘルシーメニューの提供も行っており、同食堂では1食当たり500キロカロリー、野菜150～250グラム(1日の推奨摂取量の半分以上)、塩分使用量3.0グラム以下と決まっていますが、味付けや献立のバランスも含め「食育の場」にもなっています。2009年から始めた全社員参加型のこのような取り組みにより、当社グループ全体の医療費が2013年度は前年比で267万円以上も削減(1人当たり約1万8000円減少)しました。

「タニタ健康プログラム」は、健康づくりに無関心な人をいかに行動変容するかを工夫を凝らしています。その施策のキーとなっているのが、ポイント付与プログラムです。目標をクリアしたり、健康推進活動を行ったりすることでポイントを獲得、ギフト券などに交換できるシステムです。

当社グループのこうした取り組みが高く評価され、健康づくり企業の代表例として「2012年厚生労働白書」に掲載されたり、安倍首相のスピーチでも紹介されたり、また今年度は「健康経営優良法人2019」として認定されました。

さて、健康長寿の秘訣の1つとして「歩くこと」は大変重要です。「1日1000歩多く」歩くと、年間医療費を2万3725円減らすことができるといわれています(国土交通省データ)。1日の歩数が2500～3000歩増えると、血液検査の結果がかなり改善されるという研究報告も数多くなされています。

また、1日3食、「主食(炭水化物) + 主菜(たんぱく質、脂質) + 副菜(ビタミン、ミネラル)」を食べることも重要です。タニタ食堂の定食もこのような構成になっていますが、高齢者は低栄養になることが多く、特にたんぱく質の摂取がポイントとなっています。たんぱく質を適量摂取することは、筋肉不足を解消し、転倒や寝たきり予防につながります。

最後に、当社が自治体と連携をはじめたSIB(ソーシャル・インパクト・ボンド)事業をご紹介します。SIBは、社会貢献型投資の一種で、行政が民間資金を利用して官民が連携し、社会的課題を解決する取り組みです。SIBでは事業の対価はこの成果に応じて支払われることから、行政は直接の費用負担を増加させることなく健康増進・医療費削減に向けた新たな取り組みが可能となります。当社ではこうしたプロジェクトを核に、様々な自治体の健康ニーズにお応えし、千葉県白子町、愛知県大府市、新潟県長岡市などで大きな成果を上げています。

タニタは、これからも、お客さまの健康づくりに役立つ商品・サービスを提供し、日本の健康のためにサポートを続けていきます。

(文責 主任研究員 吉満弘一郎)