

2017年10月

第85号

ぱれっと



(株)北日本ベストサポート
Tel. 018-883-1888

老後問題と若者

9月18日は「敬老の日」だ。総務省がこの日に合わせて9月15日現在の65歳以上の高齢者人口の推計を発表した。

総人口は前年比21万人減少する一方、高齢者人口は57万人増加し3514万人に達し、総人口に占める割合が27.7%と過去最高となり、高齢化率はイタリア23.0%ドイツ21.5%をはるかに上回る世界ダントツとなっている。

総人口に占める高齢者は4人に一人から3人に一人の時代に急速に接近している。年代別では70歳以上が2519万人(総人口に占める割合19.9%)と5人に一人の割合となる。80歳以上は1074万人(8.5%)、90歳以上が206万人(1.6%)と初めて200万人を突破した。

65歳以上の働く高齢者は13年間連続で増加し、2016年の就業者数は過去最多の770万人に達し、全就業者に占める割合も11.9%となっている。

最近では企業の65歳までの定年延長や継続雇用が一般化してきており、更に高齢者の勤労意欲に加え人手不足から労働力確保のため企業の受け入れ態勢も整備されつつあり、高齢者の就労が進んできている。

高齢化の進展によって長寿を謳歌できる社会は今を生きるわれわれにとって本当にありがたく嬉しいことではあるが、同時にさまざまな「リスク」や「ひずみ」ももたらしている。

年金・医療・介護などの社会保障費は増加の一途をたどり来年度予算では約6300億円の自然増が見込まれ、厚生労働省は来年度予算で31兆4298億円を概算要求した。

また、中小企業では後継者がいない「事業承継」の悩みを持つ経営者が増加してきており、個々人の問題でも、「老老介護」「老人の貧困」「孤独死」「相続」「お墓の維持」などの問題も拡大してきている。

しかし、高齢化問題は一朝一夕に解決できる問題ではない、世界にモデルのない「超高齢化社会」を健康で豊かで生きがいのある老後社会をいかにして築きあげるかが課題となっている。

老後問題は高齢者だけに限られた問題ではない、現役世代や若者世代が自分たちで高齢者を支えているが、逆ピラミッド型の人口構成が続く限り「自分たちが高齢者になった時に一体誰が自分たちを支えてくれるだろうか」という素朴な疑問を抱くこととなる。

若者世代の行動や意識にも疑問を持つ。晩婚化は老後に経済的負担を持ち込み、未婚化は「孤独死」の不安がつきまとう。スマホ漬の日常生活は老後の人間関係の維持に苦勞し豊かな老後を送るための足枷になる恐れがある。老後問題は他人事ではない。一人ひとりが自らの問題として捉え考えておきたい。

ベテランとプロのちがい

元慶應義塾大学
名誉教授 村田 昭治

「あの人はベテランだ」という言葉をよく聞く。一般にベテランとは、社歴が古く、長い間、会社にいる人、そして仕事に慣れている人をいうが、悪い表現をすれば慣れすぎていて仕事の手抜きも上手な人ということかもしれない。

わたしは、ビジネスマンはベテランではなくてプロになるべきだと思っている。プロとはどういう人かという、いつも新しい顧客を呼ぶ人、呼べる人ではないか。

調整力で生きるのではなく行動力と攻撃力で生きる人、挑戦心に燃え構想に基づき独創で生きる人間ではないかと思う。もちろん、そこにはリスクも伴う。しかし機会はふんだんにあるのではないだろうか。

そんな生き方をする人がプロだろう。

ベテランといわれる人は、次のような反省をしてほしい。自分が喜ぶことをやり、自分のプラスになることを考えていないか。人が喜ぶこと、社会にとって正しいか会社にとって正しいかという感覚が弱くなってきていないか。チャレンジ力やスピード力が鈍り、壁を意識して現状打破できなくなってしまう『悪しきベテラン』になってはいないかと。

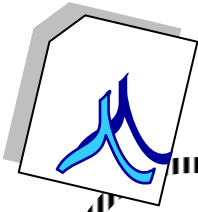
いいベテランであってプロであることが一番望ましいが、なかなかむずかしいようだ。

だが、ベテランであって、つねに新鮮な考え方をもち、前向きであることを心がける人は、知らず知らずプロに近づく。

企業経営は、人間個人のもっているキャラクターに彩られることが多いように思う。だから企業人の自覚が強い人ほどやらねばならないことが多いのではないだろうか。

企業を取り巻く環境はきびしい。しかし、会社のためというより、お客様や社会にとって何が正しいか、お客様や社会が何を望んでいるか、何を期待し何を喜ぶのかを考える事業が成功するのだとわたしは思っている。そこにこそ、これからのビジネスの存在があり、成長の芽があるのではないか。

《「人間を惹きつける経営」より》



パブロ・ピカソ (フランスで製作活動した画家・素描家・彫刻家)

- 1881年10月25日 スペイン南部アンダルシア地方で工芸学校美術教師の長男として生まれた。
- 1892年 ラ・コルーニャの美術学校に入学。
- 1895年 バルセロナに移住、美術学校に入学。
- 1897年 父の指導のもとで描いた古典的な様式の「科学と慈愛」がマドリードの国展で佳作、地方展で金賞受賞。同年秋、マドリードの王位サン・フェルナンド美術アカデミーに入学。
- 1904年4月 パリのモンマルトルに間借り。
1912年モンパルナスへ、1916年パリ郊外のモンルージュに移る。
- 1928年 彫刻に専心。
- 1930年 「ピカソ夫人像」がカーネギー賞を受賞。
- 1936年 人民戦線政府の依頼によりプラド美術館長に就任。
- 1944年 パリ解放後最初のサロン・ドートンヌに戦争中に製作した80点の作品を特別展示。フランス共産党に入党。
- 1964年 日本、カナダで回顧展。
- 1968年 版画に専心、半年間で347点を製作。
- 1970年 アヴィニョン法王庁で140点の新作油絵展。
バルセロナのピカソ美術館開館。
- 1973年4月8日 南仏ニース近くにあるムージャンの自宅で肺水腫により死去。享年91歳。

オススメのBOOK



『龍馬の「八策」』

著者 松浦 光修 PHP新書

本書は坂本龍馬が維新でいかに重要な役割を果たし、また、維新後の日本にいかなる影響を与えたかを思想史的に迫る名著。

明治天皇が明治元年に発せられた「五箇条の御誓文」は新政府発足前に国家のあり方を龍馬らによって「新政府八策」としてまとめられていた八義と酷似しているのです。

龍馬を語るこれまでの歴史小説などとは少し趣を異にする真面目で納得のいく作品である。

老眼 は誰でも通る道



「ぼ」と「ぼ」の文字きれいに読めていますか？小さい文字が読みづらくなったり、目にギュッと力が入ったら老眼のサインです。老眼は40歳を過ぎるころから始まる目の老化現象ですが、最近はスマホやパソコンによる目の酷使で30代でも老眼の症状が現れるそうです。

次のチェックリストを試してみましょう。

＜老眼セルフチェック＞

- モノを離して見るようになった。
- 夕方になるとモノが見えにくく目が疲れる。
- 最近、本や新聞を読む集中力がなくなった。
- 近視の眼鏡を外した方が文字が読みやすい。
- 近くを見る時は無意識に目を細めてしまう。
- 近くを見てから遠くを見るとぼやけて見える。
- 目が重たい感じがする、目に不快感がある。
- パソコン作業を1日4時間以上やっている。
- 肩こり・首こりが以前よりひどくなった。
- 頭痛に悩まされることが多くなった。

40代以上の場合、1つでも当てはまる項目があれば、老眼に注意です。

＜すぐに始めたい3つの対策＞

1、老眼鏡を作る

老眼になると目が無理に近くのモノにピントを合わせようとするため、眼精疲労になり、放っておくと慢性的な頭痛や肩こり、集中力の低下に繋がります。

2、パソコン環境を見直す

パソコン画面のフォントは大きくしましょう。モニター画面を見下ろす位置、角度は軽く見下ろす位にすると目の乾燥を防げます。

3、目のアンチエイジングに効くサプリを摂る

・ルテイン
加齢とともにダメージを受けやすい網膜を保護（ブロッコリーにも多く含まれています）

・ビルベリー

目の疲労感や眼病予防に効果的。

＜噛むことと目の関係「ガム」が有効!?!＞

目を酷使すると現れる「眼精疲労」や「老眼」を遅らせるには「噛む」ことがよいといわれます。噛むことで白目の部分の血流が噛む前より70%近くも上がり、目の周りの筋肉のコリが改善され眼精疲労を緩和してくれるということです。

ある研究では、視力が低下した高齢者に、1日8枚のガムを6週間噛んでもらう実験を行ったところ、80%もの人の視力が回復したという結果が得られました。

人は、近くのものや遠くのものを見る時に、レンズの役割をする『水晶体』の厚みを変えています。よく噛むことで水晶体の厚みを調整する筋肉を刺激し、間接的に鍛えることで目によい影響を与えてくれます。

老眼になっても生きている間の目は働きのつめです。老眼鏡を取り入れたり、生活習慣を見直すなどして、一生の財産である目を大切にしましょう。



ファッションも素敵でしたね！

【編集後記】

女子プロゴルファーの宮里藍選手が仏エビアンで行われた米女子ツアーメジャー今季最終戦を終え、現役生活に幕を閉じた。

愛称「藍ちゃん」。高校3年生でミヤギテレビ杯優勝、史上初の高校生プロゴルファーになった。

国内14勝、米ツアー9勝。2010年6月には世界ランキング1位となるなどゴルフ界を常にリードしてきた。低迷する女子ゴルフ界を牽引し今日の人気スポーツに押し上げた功績は大きい。本当にご苦労様でした。