

日本再生に向けた高齢者の挑戦と課題

今 一三男

¹正会員 国際コンサルタント
E-mail: Imaisaowls@gmail.com

世界から「失われた30年」と非難された日本は、多様で複雑な課題に苦しんでいるのが現状である。終戦から80年の2025年は、日本も世界の「歴史的転換期」を迎え、「団塊の世代」がすべて75歳以上という「後期高齢者」となり、今後も少子高齢化の現象は避け得ない。

筆者自身を含め高齢者の生き方を熟慮し、各自の「残りの人生」を元気で生き甲斐のある生活パターンを再発見し、実行・実践していくことが喫緊の課題であり、今こそ高齢者が自らの挑戦と受け止めて、新たな意気込みのスタートラインに立つべきである。

自分自身の課題として何らかの形で関わり、出来れば課題解決の主体者として、その責任の一端を担う決意を高らかに宣言するために、筆者は『老益学Bright Aging Science』を提唱する。

Key Words : 後期高齢者、自助、共助、公助、自律

1. 『老益学Bright-Aging Science』とは、

人類が自ら創出して発展・進化してきた文明社会において、人間に与えられた「人生百歳時代」という贈り物は、それを活かすも、活かさないも、正しく本人次第である。それだけに、人間は、「パーパスPurpose存在意義」を絶えず意識して内省し、自己に賦与された「老齢期」という残り少ない「人生の最終ステージ」を、
①生きがい感と「感謝の心」をもち、「家族」や「企業」などの「パブリックPublic」や「社会」において、続世代の迷惑とならずに、出来れば慕われて過ごすか、
②自己の人生を「不運だった」と感じて嘆くか、
③「パブリック」や「社会」との交流を遮断して「唯我独尊の生き方」を選ぶか、
これらの生き方は、いずれも可能な選択肢であることは間違いない。

そこで、自分が家族を含む「他人」との関係において、「与えられた残りの人生」を何らかの形で「他人」に喜んで貰えるか、少なくともその存在価値が認められる「老益人」の生き方を選択対象とした場合、筆者は、「新たな思考概念の構築」と、その論理的、実証的な裏付け」を基に、『老益学』と称する価値ある新科学を提

唱し、その発展の研究成果を実践的に活用し、「日本再生」の目標に出来る限り貢献したい、と考える。

『老益学』の構築に当たり、『フクロオウGT理論』（筆者構想の新理論、未発表）を論理的ツールとして、今後の『老益学』の「実践的プログラム」の開発に役立つ。

人間は元来、「自助」の自律的エンジンを自己自身に内蔵しているため、自己自身に「喜び、感動、感謝」や「あらゆる善きこと（大善）」を引き寄せるだけでなく、「パブリックPublic」に属する「自己」と「他者」との「心身ともに健康で幸せWell-Being」の充実感を自律的に湧現・創出する。

特に「老齢期」を迎えた、人生経験の豊かな人間にとっては、「過去の積善の人生経験」が、おおきな足跡となって、本人と家族を含む「関連パブリック」に大きなプラス作用を及ぼして、後々まで「積善の効果」による好影響のリズムを生起する。だが一方、マイナス作用による悪影響のリズムもある程度引き寄せる。

『老益学』では、「人生百歳時代」の「パーパス、存在意義」を「意識と思考と潜在意識」に組み入れて深く内省・観照し、「過去および現代の賢人の人生経験と叡智」を「学びの対象」とし、＜自己啓発と自助＞、＜相

互啓発と共助の作用パターンを自律的に活性化して「楽しく、かつ感謝の心」で満たすことを探究する必要がある。

そこで、人生の目標に、自己に賦与された「人生最終ステージ」というお恵みを「生きがい」と「感謝の心」をもって素直に受け入れるのだ。

どんな苦難の連続であれ、自分が「老益人」として相応しい生き方をしているかどうかを知るには、「前向き思考と善き習慣の持続的な実行ステップ」を「老益人のための自己啓発用実践プログラム」の中に組み入れ、それを自分自身でチェックし、「自己評価」して自らの「至らぬ不足部分」を前向きに反省し改善することが大切である。

なぜならば、人間は元来、進化し続ける生き物であり、しかも人間は元来、「自助」の自律的エンジンを自己自身に内蔵し、「使わなければ退化する原理原則」から免れないからだ。つまり、生きているかぎり、身体も頭脳も才能も、放っておくと鈍化し、退化する。一方、鍛え、磨くと、何歳になっても輝きは増し、生きがいも喜びも出てくる。

さらに、『老益学』は、精神的成長Spiritual Growthと「技術的成長Technical Growth」という二種類の「成長」を意識的に理解・認識して、「反省と前向き思考」を意識的に促し、身の回りの環境も含めて、充実した「人生の最終ステージ」を迎えられるように、人間個々人のための「夢と希望と実践の<人生チェックリスト>」として、「フクロウGTマトリックス」（通称「フクロウGT思考法」）を活用し、「心身共に健康で幸福な状態Well-Being」の持続的な充実を追究し続けること、そして「人生の最終ステージ」の到来を感謝して迎えられるようにすることが究極の目的である。

『老益学』では、「人生百歳時代」の「パーパス、存在意義」を「意識と思考と潜在意識」に組み入れて内省・観照し、「過去および現代の賢人の人生経験と叡智」を「学びの対象」とし、さらに<自己啓発と自助Self-Help>、<相互啓発と共助Mutual Help>、<人権尊重と公助Public Help>、そして<思いやりEmpathyと互助Mutual Aid>を加えた<四助>の効率的システム化の実現が待たれる。

わが国が前人未踏の「高齢・人口減少社会」の下で、特に高齢者に掛かる疾病・医療介護費の問題に特化すると、高齢者数がピークを迎える2035年以降について、将来の高齢者は現時点の高齢者よりも健康で疾病の費用が減少しても介護が必要になる人の数は大幅に増えると予測されている（東京大学医学系研究科の橋本秀樹教授の研究グループのデータより）。

どんな苦難の連続であれ、自分が「老益人」として相応しい生き方をしているかどうかを知るには、「前向き

思考と善き習慣の持続的な実行ステップ」を「老益人のための自己啓発用実践プログラム」の中に組み入れ、それを自分自身でチェックし、「自己評価」して自らの「至らぬ不足部分」を前向きに反省し改善することが大切である。

『老益学』では、精神的成長Spiritual Growth」と「技術的成長Technical Growth」という二種類の「成長」を意識的に理解・認識して、「反省と前向き思考」を意識的に促し、身の回りの環境も含めて、充実した「人生の最終ステージ」を迎えられるように、人間個々人のための「夢と希望と実践の<人生チェックリスト>」として、後述の「フクロウGTマトリックス」（通称は「フクロウGT思考法」）を活用し、「心身共に健康で幸福な状態Well-Being」の持続的な充実を追究し続けること、そして「人生の最終ステージ」の到来を感謝して迎えられるようにすることが究極の目的である。

「喜び、感動、感謝」や「あらゆる善きこと（大善）」の引き寄せだけでなく、「パブリックPublic」に属する<「自己」と「他者」>との「心身ともに健康で幸せWell-Being」の充実感を自律的に創出するさらに、「自助Self-Help」「共助Mutual Help」「公助Public Help」の「三助システム」に加え、「互助Mutual Aid」を加えてなる「四助システム」の再構築が視野に入ってくるであろう。ここで、「互助」とは、人々、特に家族や友人がお互いに助け合うこと、つまり自発的な助け合いを意味する。

「老齡期」を迎えた、人生経験の豊かな人間にとっては、「過去の積善の人生経験」が、本人と家族を含む「関連パブリック」に大きなプラス作用を及ぼして、後々まで「積善の効果」による好影響のリズムを生起する。このタイプの間は「老益人」と呼ばれる。だが一方で、マイナス作用による悪影響のリズムもある程度引き寄せる。

『老益学』では、「人生百歳時代」の「パーパス、存在意義」を「意識と思考と潜在意識」に組み入れて深く内省・観照し、「過去および現代の賢人の人生経験と叡智」を「学びの対象」とし、<自己啓発と自助>、<相互啓発と共助>の作用パターンを自律的に活性化して「楽しく、かつ感謝の心」で満たすことを探究する必要がある。

そこで、人生の目標に、自己に賦与された「人生最終ステージ」というお恵みを「生きがい」と「感謝の心」をもって素直に受け入れるのだ。

どんな苦難の連続であれ、自分が「老益人」として相応しい生き方をしているかどうかを知るには、「前向き思考と善き習慣の持続的な実行ステップ」を「老益人のための自己啓発用実践プログラム」の中に組み入れ、それを自分自身でチェックし、「自己評価」して

自らの「至らぬ不足部分」を 前向きに反省し改善することが大切である。

なぜならば、人間は元来、進化した続ける生き物であり、従って「使わなければ退化する原理原則」から免れないからだ。つまり、生きているかぎり、身体も頭脳も才能も、放っておくと鈍化し、退化する。一方、鍛え、磨くと、何歳になっても輝きは増し、生きがいも喜びも出てくる。

『老益学』では、精神的成長Spiritual Growth」と「技術的成長Technical Growth」という二種類の「成長」を意識的に理解・認識して、「反省と前向き思考」を意識的に促し、身の回りの環境も含めて、充実した「人生の最終ステージ」を迎えられるように、人間個々人のための「夢と希望と実践の<人生チェックリスト>」として、「フクロウGT思考法」を活用し、「心身共に健康で幸福な状態Well-Being」の持続的な充実を追究し続けること、そして「人生の最終ステージ」の到来を感謝して迎えられるようにすることが究極の目的である。

2. 人間の成長七段階

さて、人間は生まれると、成長過程において、まずは、「一人前の人間として承認して欲しい」という本源的な欲求を持ちつつ「生きる意味」を模索し続ける。

「承認」という言葉は、許可や契約という個人的な言葉と違って、その定義のように、正しく真実なもの、妥当なものとして認めるといった価値判断を基づく。

他人や社会の評価と承認を得る事が出来るかどうか、それは、大学受験の合格・不合格、就職の成功か失敗か、組織内での栄進か左遷か・・・など、正に「自己の存在価値」が本源的に問われることになる。

一般に、人間は「社会的承認」から排除されると、社会の組織から外れて、自己の能力、ひいては自己の運命から見放され、脱落したとさいなまされることになり、自らを「不幸だ」と思い込む。人間は多様な存在であるけれども、多様であるからこそあらゆる機会を活かして、真実について話し合う必要がある。

私たちは、個人間の相互承認によって自己のアイデンティティに目覚め、相互承認された社会参加の中で、連帯する経験を積み、社会を変革したり、自己実現を果たしたりする。また、人間の成長は古来、「利己心」から始って、「自立心」、「協働心」、一段と高次の「自律心プラス貢献心」（低次の自己実現）へと成長の階段を懸命によじ登っていくのである。（図1）

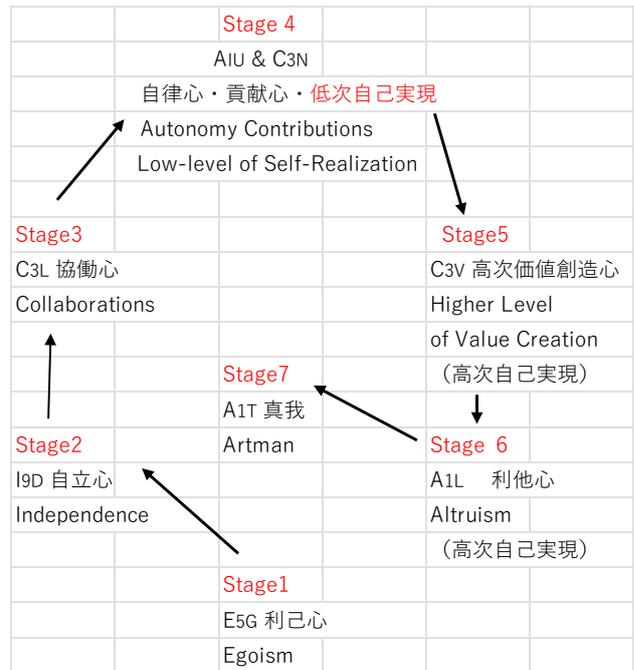


図1 「人間の成長七段階図」

A Chart for the Seven Stages of Human Growth

- * 「真我」（Artman）とは普遍的絶対愛の神意識のこと。ヴェーダーの宗教で使われる用語であり、文字通りの「真実の自己自身」のこと。
- * 「高次価値創造心C3V」のレベルに到達すると、高次の「自己実現の欲求」がみたまされる。

3. 『老益』の「思考ツール」としての『フクロオウGT理論』

さて、『フクロオウGT理論』のタイトル「フクロオウ」は、鳥のフクロウ に由来する特定名称であり、この「フ・ク・ロ・オウ」という4個の各音韻には、それぞれ自然数「2・9・6・10」が1個ずつ対応する。また「GT」は、「大宇宙空間」（The Great space）のGと、「時間」（Time）のTをそれぞれ象徴する。

古代ギリシャの賢人アリストテレスの考えた「四大元素Four Elements」を組み合わせた英単語「O—W—L—S」、つまり「火（Oxygen酸素）、風・空気（Wind）、水（Liquid）、土（Soil）」の各頭文字で構成した「O—W—L—S」は、日本語では「複数形の鳥のふくろう」を表象する。

興味深いことに、鳥の“フクロウ”は古来、苦難を除き幸福を招き寄せる吉鳥、智慧と学問の神様として世界各地で敬愛されている。

図2は、「フクロオウGTマトリックス」（通称「フクロオウGT思考図」：26個の英語アルファベットと自然数<1~10>の組み合わせ配置した構成図）の中に4個の「数指定キーワード」を配置しパターン化した一例であ

る：

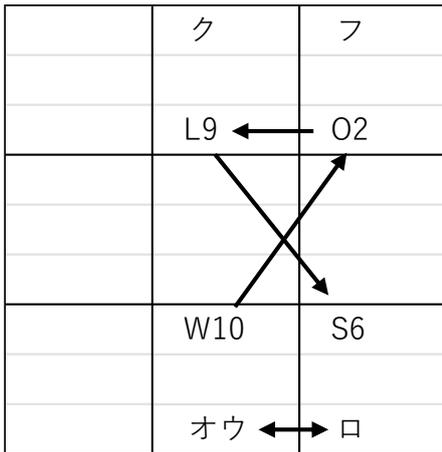


図2 フクロウと人間特性の関係図

O2R: Orison	祈り
L9F: Life	いのち
S6P: Sprit	精神
W10S: Wisdom	智慧

図3は、人生サイクル（生・老・病・死）の構成図である。

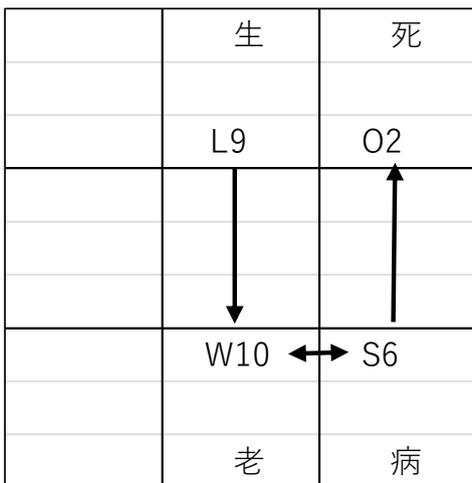


図3 人生サイクル構成図

L9F: Life	生
W10T: Withering	老
S6C: Sickness	病
O2L: Out of Life	死

2025年は、55年前の1970年の「京都国際未来学会議」で筆者が発表した未来予測技法の『SINICシニク理論』によれば、本年の2025年は、「自律社会元年」であり、奇しくも、今後80年目の年に当たっており、識者は「歴史的大変換期の始まり」と読んでいる。

この歴史的節目に当たり、日本再建の決意と共に全ての人間に必ず訪れる「人生の終末期」の深い意味を改めて考え、万感の想いを込めて、『老益学Bright Aging Science』の構想を提唱する今回のチャンス与えて頂いた、「日本パブリックリレーションズ学会」の井之上氏に対して、感謝の言辞を持って、結びの言葉とします。

【参考文献】

- [1] 井之上喬. (2025). 『パブリックリレーションズ[第3版]: マルチ・ステークホルダー・リレーションシップ・マネジメント』. 東京; 日本評論社.
- [2] 内館牧子. (2022). 『老害の人』. 東京; 講談社.
- [3] デイビッド・クリスチャン. 水谷敦・鍛原多恵子訳. (2022). 『「未来」とは何か1秒前から宇宙の終わりまでを見通すビッグ・クエスチョン』. 東京; ニューズピックスパブリッシング.

4. むすびの言葉

Considering the present situation of Japan, it is true that the country has suffered from a remarkable economic retreat called "the lost 30 years". Surely the world itself has come to a historic tuning point on 2025 year after 80 year period since the end of the last World War. In Japan the people of baby-booming generation have come to the age of more than 75years old.,while having low birth rate under way.

Accordingly, one of the urgent problems concerned is how the elderly can possibly find a of pleasant,happy life in the near future.

Now, the elderly themselves have to stand up on the starting line to create a new way of life wisely and in a scientific approach to the problem concerned.

The presenter himself,being one of the elderly, would like to make contribution to some extent to the society by proposing a plan to create a new science named "Bright Aging Science"