

人生 100 年時代の 生き方!!

ワークショップ

～老後の理想と現実～

西神ニュータウン研究会 第219回例会

進行役 田淵 靖弘氏 (西神ニュータウン研究会世話人)

老後の理想とは ◇大切な人に囲まれた ◇健康な ◇趣味を楽しむ ◇新しい出会いがある ◇誰かの役に立つ ◇お金に困らない などの生活が送れればかな？

一方現実には△少子高齢化(年金抛出)△高齢者世帯の収入(年金原資)△子供世帯の厳しい現実(金融負債と資産の逆転)△新たなリスク(災害・認知症)△医療・介護の財源。

今後の生活検証を行うべく3つのテーマを定めて、みなさんでワークショップを行い、認識を共有したいと企画しました。

- テーマ1 現実の生活とX年後の生活 テーマ2 高齢者世帯の家計収支
テーマ3 自宅保有のリスク Check&住環境のリスク Check。

○日 時 2022年6月22日(水) 18:00~20:00

○場 所 UNITY (大学共同利用施設) セミナー室3
ユニバープラザ2階(地下鉄「学園都市」駅前)

○会 費 当日のみ参加 ¥200
(年会費¥1000 支払済の方は不要)

◇次回例会は未定です

- マスクの着用をお願いします。
 - 各自で体調管理をしてください。
- 感染状況によっては中止もあります。



西神中央、西神南、学園都市からなる西神ニュータウンを中心に、ニュータウンの過去、現在、将来について住民主体で意見交換する西神ニュータウン研究会では、例会を毎月開催しています。例会参加者には、「西神ニュータウン路上探検！おもしろマップ(1、2)」をさしあげます。

西神ニュータウン研究会 〒651-2103 神戸市西区学園西町1-1-1 UNITY内
TEL: 078-794-4970 FAX: 078-794-4910
<https://seishin-ntken.net>

new!

開催要領

1、ワークショップテーマの知識を知る

○平均余命と健康余命とは

平均余命(Life expectancy)の定義

ある年齢の人々が、その後何年生きられるかという期待値のこと

健康余命(Healthy life expectancy)の定義。

健康で身体的な能力を發揮できると期待される寿命

例えば 現在、75歳男性のケース

平均余命は 12.63年 健康余命は▽2.4 (2020年簡易生命表より)

平均余命と健康余命との差は 10.23年

○老後の理想

- ・自己診断 Checksheet

今の私<健康 家族 経済> 10年後の私

X年後の私 <自宅 地域の資源 住まい その他(子供)と同居>

- ・自宅の RiskChecksheet

築年月日の確認(耐震基準) バリアフリー 環境利用

- ・住まいと環境 RiskChecksheet

現在の住まい X年後すみたい住まい<駅近 生活環境(買物、散歩) 医療 介護 >

○老後の現実

- ・確認

少子高齢化 年金原資と支給額(年金問題)

介護無高齢者 認知症高齢者

医療介護の財源(平均余命:健康余命の差)

高齢者を狙う悪質商法



2、ワークショップ進行要領

○グループ編成

- ・チーム編成<5名くらい単位で(各人が発表ができるように)>
- ・チームリーダーの選出

発表者 書記 など役割分担を決める

○ファシリテーター

- ・チームの円滑な進行を誘導する
- ・テーマの進行をすすめる



人生100年時代の生き方