

2026年1月新着情報

人口

- **韓国:高齢者 1084 万人で全体の 21%に…超高齢社会に本格突入(1/8)**
 - <https://www.koreaherald.com/article/10648363>
 - <https://www.afpbb.com/articles/-/3617161> (日本語記事)
 - 韓国で 65 歳以上人口が 1084 万人を超え、全住民登録人口の 21%以上を占めることが明らかとなり、超高齢社会に本格突入した。これは、韓国行政安全省が 1 月 4 日に発表した「2025 年住民登録人口統計分析」によるもので、2024 年末時点で 65 歳以上の人口は 1084 万 822 人と、前年(1025 万 6782 人)に比べて 58 万 4040 人(5.69%)増加した。韓国の総人口(5011 万 7378 人)に占める高齢者の割合は 21.21%となった。高齢者の性別構成では、女性が 23.39%、男性が 19.00%と、女性の方が 4.39 ポイント高かった。首都圏の高齢化率は 18.82%にとどまる一方、非首都圏では 23.69%に達しており、地域間格差も顕著である。単身世帯の増加も続いており、2024 年末時点の全世帯数は 2430 万 87 世帯で、そのうち単身世帯は 1027 万 2573 世帯と全体の 42.27%を占めた。年齢層別では、70 代以上の単身世帯が 221 万 8764 人と最多で、全体の 21.60%に相当する。次いで 60 代、30 代、50 代の順であり、20~60 代では男性の単身世帯が多いが、70 代以上と 20 歳未満では女性の割合が高かった。高齢人口の急増と単身世帯の拡大が重なり、高齢者の生活全般における見守りや住居、医療などへの対応を求める声が高まっている。
- **台湾:台湾も超高齢社会に—年間出生数は 10 年連続減少(1/9)**
 - <https://japan.focustaiwan.tw/society/202601090003> (日本語記事)
 - <https://focustaiwan.tw/society/202601090009>
 - <https://www.taipetimes.com/News/front/archives/2026/01/09/2003850335>
 - 内政部(内務省)は 9 日、最新の人口統計を発表した。2025 年 12 月末現在の総人口は 2329 万 9132 人で、65 歳以上が占める割合は 20.06%となり、「超高齢社会」に突入したことが分かった。年間出生数は 10 万 7812 人で 10 年連続の減少となり、過去最少を更新した。総人口は前年同期比 10 万 1088 人減で、2 年連続のマイナスとなった。0~14 歳は 268 万 1890 人(総人口の 11.51%)、15~64 歳は 1594 万 4087 人(同 68.43%)、65 歳以上は 467 万 3155 人だった。縣市別では、65 歳以上の割合が最も高かったのは台北市の 24.18%。65 歳以上が人口の 20%を上回った直轄市は、台北市の他、南部の高雄市(20.79%)と台南市(20.48%)だった。昨年 12 月の出生数は 9,027 人で、前月比 1,081 人増となったものの、前年同月比では 3,469 人減となった。また昨年の年間死亡数は 20 万 268 人。前年比 1,839 人減となった。昨年の年間婚姻件数は 10 万 4376 件で、24 年から 1 万 8685 件減少した。昨年の年間離婚件数は 5 万 2101 件で、24 年より 1,368 件減った。
- **フランス:第 2 次世界大戦後初めて死亡が出生数を上回る(1/13)**
 - <https://www.france24.com/en/france/20260113-deaths-overtake-births-france-first-time>

[e-since-world-war-ii](#)

- <https://jp.reuters.com/life/PEZWC6GLJVJG3JIDZZPRDJIBFI-2026-01-14/>（日本語記事）
- <https://www.jetro.go.jp/biznews/2026/01/a23e05fcc2433389.html>（日本語記事）
- フランス国立統計経済研究所(INSEE)が13日発表した人口統計によると、2025年は同国の死亡数が第2次世界大戦後で初めて出生数を上回った。昨年の死亡数は65万1000人、出生数は64万5000人だった。フランスは長年にわたり、欧州の大半の国より人口面で有利だったが、少子高齢化により、欧州全体で人口減少が財政を圧迫する動きから免れられないことが示された。昨年の合計特殊出生率は1.56に下がり、第1次大戦以降で最低を記録。年金基金で想定されている1.8を大きく下回った。INSEEは、出産可能年齢(特に20~40歳)の女性の数は2016年以降安定しており、出生数の減少は出生率の低下が主因だと説明した。平均出産年齢は年々上昇し、2005年の29.6歳から2025年には31.2歳になった。2025年は死亡数が出生数を上回ったにもかかわらず、移民が正味で増えたため、総人口は若干増えた。昨年の平均寿命は過去最高を記録し、女性は85.9年、男性は80.3年だった。高齢化率(65歳以上の割合)は22.2%となり、20歳未満の22.5%とほぼ同じだった。2006年時点では65歳以上は16.4%、20歳未満は25.1%だった。ここ数年の出生率の低下を受けて、政府は2026年の社会保障予算法で「出生休暇」を創設した。エマニュエル・マクロン大統領が2024年1月に示した人口再建築の1つで、両親それぞれが、産休・父親の育休に加えて1~2カ月の有給休暇を取得できる。2026年7月1日から適用される。両親が同時に、または交代で取得することが可能で、1カ月を2回に分けて取得することもできる。給付額は1カ月目が給与の70%、2カ月目が60%で、取得期限は子の誕生から9カ月以内となる。

● **中国:人口が4年連続で減少 2025年出生率は過去最低に(1/19)**

- <https://jp.reuters.com/world/china/4WWTNWICARJILOWD32U4PGITSI-2026-01-19/>（日本語記事）
- <https://www.bbc.com/news/articles/c79r7v7qr53o>
- 中国国家统计局が19日発表したデータによると、中国の人口は2025年に4年連続で減少し、出生率は過去最低に落ち込んだ。専門家はさらなる人口減少を警告している。2025年の人口は339万人減の14億500万人。減少ペースは2024年よりも加速した。出生数は17%減の792万人。死亡者数は2024年の1093万人から1131万人に増加した。出生率は1,000人あたり5.63人に低下した。2025年の死亡率は1,000人あたり8.04人で、1968年以来の高水準となった。中国の人口は2022年以降減少し続け、急速に高齢化が進み、国内消費を拡大し債務を抑制するという政府の計画を複雑にしている。統計局のデータによると、2025年は60歳以上が総人口の約23%を占めた。60歳以上の人口は2035年までに4億人に達すると予想されており、年金予算がすでに逼迫している中で、数億人が労働市場から退出することになる。中国では定年年齢の段階的引き上げが決まっており、男性は63歳まで、女性は58歳まで延長される。

● **ベトナム:2025年の合計特殊出生率(TFR)は1.93、前年の1.91よりわずかに上昇(1/30)**

- <https://www.jetro.go.jp/biznews/2026/01/c68504a26ecc7c9d.html>（日本語記事）

- <https://en.baochinhphu.vn/fertility-rate-in-children-per-woman-in-viet-nam-slightly-increases-111251218151003649.htm>
- ベトナム統計局によると、2025年のTFRは1.93だった。2024年は1.91と過去最低だったが、わずかに上昇した。全国34省・市のうち、TFRが2.0未満の省・市は11にのぼった。地域別では、南部ホーチミン市が1.51と最も低く、出生率が特に低い5地域はいずれも南部だった。また保健省によると、女兒100人に対し男児の出生数は103~107人が自然な均衡状態とされるが、ベトナムでは2006年が109.8人、2015年が112.8人、2024年が111.4人、2025年が109.0人と男児比率が高い不均衡な状況が継続している。統計局は、ベトナムの総人口が2059年に1億1520万人でピークに達すると見込んでいる。一方、同国は2007年から人口ボーナス期に入っているが、2036年には65歳以上の割合が15%に増加し、生産年齢人口の割合が徐々に減少することで、人口ボーナス期は終了する見込みだ。人口減少と出生率低下への対応が必要とされる中、ベトナムでは改正人口法が2026年7月1日から施行される予定だ。同改正法では、第2子を出産する女性の産休を、従来の6カ月から7カ月へ延長する。また妻が出産した男性従業員にも、10営業日の休暇を取得する権利を付与するなど、新たな項目が規定された。さらに、2人以上の実子を持つ者には、住宅法の規定に従い、社会住宅の購入やリース契約、賃貸の際に、優先権が与えられる。こうした国レベルの対応に加えて、2024年以降、低出生率の南部地域では多くの自治体が、現金給付や公共サービスの優遇措置を試験的に導入している。たとえばホーチミン市では2025年9月1日から、35歳までに2人の子供を出産した女性に対し、500万ドン(約3万円、1ドン=約0.006円)の手当を支給している。

健康・ケア

- **中国: 養老サービス事業者育成のための措置を政府が発表(1/13)**
 - <https://www.jetro.go.jp/biznews/2026/01/afcb40a828ef4fb0.html> (日本語記事)
 - <https://english.news.cn/20260113/e69a9ed62b8946848e5f59cae7d3a540/c.html>
 - 中国民政部など8部門は1月13日、「養老サービス事業者の育成とシルバー経済発展の促進に関する若干の措置」を発表した。主な内容は次のとおり。
 - ◇ 養老サービス市場の需給マッチング促進: 養老サービス・製品の供給を最適化させる。具体的には、家事サービス企業による高齢者向け在宅介護サービスの積極的な展開を支援し、社区(コミュニティ)での訪問入浴介助サービスを提供する。高齢者に適した化粧品や食品の研究開発を推進する。各地の既存の展示会や商談会を活用し、シルバー経済に関する展示エリアなどを設け、高齢者向け製品に関わる川上・川下企業、サービス提供者、ユーザーなどの多元的な連携を促進する。
 - ◇ テクノロジーによる養老サービスの高度化支援: 養老サービスにおけるデジタル化、インテリジェント化を強化し、ビッグデータやクラウドコンピューティング、人工知能(AI)などの技術を、高齢者の健康モニタリングや安全見守り・緊急通報などのサービスに活用する。高齢者向けサービスロボット産業の発展を奨励し、ロボット技術と医療リハビリ、スマートホームなどの異業種間連携と技術融合を促進する。
 - ◇ 養老サービスの発展環境の最適化: 公平な競争環境を構築する。たとえば養老サー

ビスの政府調達では、不公正な制限条項を設けてはならず、他地域企業の参入を妨げることを禁止する。また、高齢者用品・養老サービスの国家基準の策定を進め、認証制度を整備する。養老サービス事業者に対する不当な料金徴収や検査、法執行、罰金に対して厳正に対処する。

- ◇ 各種支援の強化:各地域の民政部门は、行政ホットラインや政府ポータルサイト、相談プラットフォームなどのチャンネルを活用し、当該区域の高齢者人口や養老サービス施設の分布、利用状況などを公表する。また土地の供給について、新規・既存の建設用地は、地域の高齢化の進行度に基づき、養老サービスやシルバー関連産業のプロジェクト向けに優先的に確保する。

● **オーストラリア:連邦地域支援プログラム(CHSP)ウェルネスとリエイブルメントに関する2024年報告—リエイブルメントの導入が進みつつも課題残る(1/15)**

- <https://www.health.gov.au/resources/publications/commonwealth-home-support-program-outcomes-from-the-2024-wellness-and-reablement-report?language=en> (全文へのリンクあり)
- この報告書では、CHSP 提供事業者 1,181 カ所を対象に、2023~24 年のウェルネス&リエイブルメントプログラム実施での達成事項や課題、要改善点をまとめている。分析の結果、ウェルネス&リエイブルメントのアプローチ導入は増加傾向を示していた一方で、実施や継続が難しい事業者の存在も明らかとなった。主な結果は以下の通り。
 - ◇ プログラム参加者は増加傾向:「75%以上の利用者が参加」と回答した事業者は、前年比 10 ポイント増の 41%で、「参加者ゼロ」との回答は 7 ポイント減の 16%。
 - ◇ 事業者の 75%は、リエイブルメントを提供。
 - ◇ リエイブルメントを提供しない主な理由:利用者の健康状態、利用者や介護者の志向や抵抗
 - ◇ リエイブルメントに重点を置いた短期サービスは主に、住宅改修(43%)や機器(29%)、専門支援サービス(22%)を通じて提供。大半のサービスでは 10%未満。
 - ◇ 利用者の目標達成:「常に、大半で」達成は 54%、「ほとんど、まったくくない」は 20%。
 - ◇ 目標未達の主な理由:利用者の状況(63%)、他から利用するサービス(54%)、利用者・介護者の抵抗(43%)
 - ◇ リエイブルメントによって見られる主な改善点:心理的ウェルビーイング(19%)、自信の向上(16%)、社会的な関わり増加(16%)、機能制限への適応(13%)

● **OECD:加盟諸国の認知症政策をまとめた報告書を OECD が発表(1/16)**

- https://www.oecd.org/en/publications/policies-for-people-with-dementia-across-oecd-countries_e41e6eaa-en.html (全文へのリンクあり)
- この報告書では、OECD に加盟する 29 カ国の認知症政策について、最新情報および過去 10 年間の推移をまとめている。分析結果から、各国における認知症政策の重点が徐々に予防へとシフトしており、たとえば修正可能なリスクへの対応や早期診断、医療以外の介入などを通じて行われていることが分かった。社会的認知向上や行動・心理症状、介護者研修については取り組みが進められる一方、認知症診断の改善策は限定的である。また認知症介護者へのサービスや支援、統合・包括的ケアへの取り組みは、大

半の加盟国で全国戦略や計画に組み込まれていた。報告書では随所で加盟国の比較表を掲載しており、具体的にはたとえば以下の内容を紹介している。

- ◇ 全国認知症戦略または計画の有無および内容
- ◇ 認知向上への取り組みや介護者研修の有無
- ◇ GP と専門医の役割
- ◇ 認知症治療の重点分野
- ◇ 介護者支援策とその内容

● **西太平洋地域:ランセット誌が WHO と共同で社会的処方注目(1/23)**

- <https://www.who.int/westernpacific/news/item/23-01-2026-who-and-the-lancet-spotlight-social-prescribing-in-new-western-pacific-series>
- <https://www.thelancet.com/series-do/social-prescribing> (シリーズ全文へのリンクあり)
- <https://japan-who.or.jp/news-releases/2601-13/> (日本語記事)
- 社会的処方は、社会活動、運動グループ、ピアサポートなどの地域サービスに人々をつなげ、健康の社会的決定要因に対処し、孤独を軽減し、健康的な老化のために社会的つながりを強化することで、人々の健康と幸福を向上させる。WHO 西太平洋地域事務局と「ランセット・リージョナル・ヘルスー西太平洋」は、社会的処方に関する新たなシリーズを発表し、地域社会に根差した同アプローチが、地域全体の健康とウェルビーイングをいかに向上させることができるかを強調している。この新シリーズは、同地域の社会的処方モデルに関する技術論文と入手可能なエビデンスをまとめたものである。WHO 西太平洋地域事務局健康長寿ユニットは 2020 年以降、社会的処方に関する取り組みを主導し、WHO 加盟国に社会的処方を正式に導入した最初のユニットとなり、その後WHO 社会的処方ツールキットや専用の WHO アカデミー講座を含む、グローバルな知識製品の開発において重要な役割を果たしている。

● **英国:認知症の人の多くが必要以上に入院長期化—NHS イングランドデータより(1/29)**

- <https://www.alzheimers.org.uk/news/2026-01-29/dementia-hospital-unnecessarily>
- <https://www.alzheimers.org.uk/get-involved/our-campaigns/reports-briefings/delayed-discharge-from-hospital> (詳細データへのリンクあり)
- 65 歳以上の入院患者で、身体的には問題なく退院できる状態にもかかわらず、実際の退院が 3 週間以上遅れた人のうち、31%が認知症であることが判明した。1 週間以上遅れたケースでは、認知症の人が 24%を占めている(1 年間で 2 万 9000 人近く)。これは、アルツハイマー協会等が発表した NHS イングランドのデータ分析結果。入院長期化の背景には、計画の不備や退院後の認知症ケア(医療・ソーシャルケア)不足などの要因が挙げられる。不要な入院の長期化により、合併症等のリスク(例:感染症、転倒、認知機能の低下、メンタルヘルスの悪化、栄養失調、脱水)が上昇するほか、特に認知症の人は慣れない環境への適応が困難なために問題が生じやすい。また提供側としても、入院の長期化によってボトルネック状態となり、他の人への医療提供に影響を及ぼす。認知症の人の不要な入院長期化によって 2024/25 年に発生した入院日数は 58 万 4080 日で、これは 3 億 2800 万ポンドに相当する。

- **米国:平均寿命が過去最長に一2024 年データより(1/29)**
 - <https://www.cdc.gov/nchs/pressroom/releases/20260129.html>
 - <https://www.cdc.gov/nchs/products/databriefs/db548.htm>
 - <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life24/dl/life24-15.pdf> (日本の簡易生命表)
 - 米国の保健統計センター発表によると、同国の平均寿命は 2024 年、過去最長を記録し 79.0 年となった。前年より 0.6 年の伸長。2023 年からの変化を性別で見ると、女性は 81.1 年から 0.3 年のびて 81.4 年、男性は 75.8 年から 0.7 年増の 76.5 年だった。男女差は 0.4 年縮小して 4.9 年となった。65 歳時の平均余命も前年から 0.2 年のびて 19.7 年となった。女性は 0.1 年増で 20.7 年から 20.8 年へ、男性は 0.2 年増で 18.2 年から 18.4 年となった。性差は 0.1 年縮小し、2024 年は 2.4 年だった。米国人全体の死亡率(対 10 万人)は、2023 年の 750.5 から 2024 年には 722.1 へと 4%近く減少している。2024 年の主な死因は 2023 年からほとんど変わらず、心疾患や癌などが上位を占めたが、コロナ関連死がトップ 10 から消えて自殺が 10 位に入った。ちなみに日本の 2024 年データを見ると、平均寿命は女性で 87.13 年、男性で 81.09 年、65 歳時の平均余命は女性で 24.38 年、男性で 19.47 年となっている。

- **欧州:認知症の人の数は欧州全体で 2050 年までに 64%増の見込み(1/28)**
 - https://www.alzheimer-europe.org/news/new-alzheimer-europe-report-projects-64-increase-dementia-across-europe-2050?language_content_entity=en (全文へのリンクあり)
 - Alzheimer Europe が発表した「The Prevalence of Dementia in Europe 2025」(欧州における認知症の有病率 2025)では、欧州全体および各国における認知症の人の数について、最新情報をまとめている。2025 年における認知症の人の数は、EU 加盟 27 カ国では 906 万 5706 人、非加盟国も含めた欧州全体では 1212 万 2979 人だった。2050 年にはその数が加盟 27 カ国で 1433 万 5788 人、欧州全体で 1990 万 5856 人になると推計され、増加率は加盟 27 カ国で 58%、欧州全体では 64%となる。このような増加を踏まえて Alzheimer Europe は、国や地域レベルで社会として認知症の当事者や家族を支えるよう、改めて呼びかけている。たとえば政策面では、医療やソーシャルケアシステムを改善し、診断から終末期まで質の高いケアや支援を提供する能力やインフラが必要である。また研究でも認知症を優先的に扱う必要があり、これは基礎研究から臨床研究、人口学的な研究まで様々な内容を含む。欧州では財政的な重点が、これまでの医療や社会問題から防衛や経済活動へとシフトする中、Alzheimer Europe は、医療や社会的保護への投資の重要性を強調している。

- **英国:英国社会的処方協会(NASP)が WHO 社会的処方政策・開発連携センターに任命(1/30)**
 - <https://socialprescribingacademy.org.uk/resources/global-recognition-for-england-s-lead-ership-in-social-prescribing/>
 - The National Academy for Social Prescribing(NASP、英国社会的処方協会)が、World Health Organization(WHO) Collaborating Centre for Social Prescribing Policy and Development(WHO 社会的処方政策・開発連携センター)として任命された。WHO では医

療とケアのシステムにおいて、地域密着型で予防的なアプローチを加速化させており、今回の任命により、社会的処方世界政策展開で担う役割の重要性が高まっていることが示された。NASP は連携センターとして WHO と協力し、効果的な社会的処方プログラムを展開するために、世界中の保健システムを支えるよう WHO と協力していく。連携センター長には Dr Bogdan Chiva Giurca が就任し、引き続き各国の政府やパートナーへの助言を行っていく。NASP ではすでに、30 を超える国で政府や保健システムなどと協力し、社会的処方モデルで成功しており、この実績を基盤として今後の取り組みを進めていく。連携センターとして NASP が担う役割は、以下の通り。

- ◇ 社会的処方のベストプラクティスを世界で共有するために、WHO が加盟国をまとめる上で、技術的支援の提供
- ◇ 社会的処方の世界的なエビデンス基盤を構築および推進する上で、WHO の支援
- ◇ 社会的処方メカニズムの実施での加盟国からの指導要請対応で、WHO の援助

経済・お金

- ニュージーランド:個人積立年金制度の早期引き出しが 2025 年に急増(1/27)
 - <https://www.mz.co.nz/news/top/585131/kiwisaver-withdrawals-surge-in-2025>
 - ニュージーランドの個人積立年金制度である KiwiSaver(キウイセーバー)では、原則として積立金を引き出せるのは 65 歳からだが、例外として「初めての自宅購入」「海外移住」「経済的困窮」などで引き出しが認められている。2025 年は、この積立金を引き出す人が急増していたことが判明した。特に「困窮」を理由として引き出されたケースは、2024 年の 4 万 7390 件から 2025 年には 5 万 8460 件へと 1 万件以上増加している。引き出された金額も、同時期に 4 億 380 万 NZドルから 5 億 1480 万 NZドルに増加した。また「住宅購入」による引き出しは 3 年連続で増加しており、2025 年は 210 億 NZドルだった。住宅購入での引き出し増加の背景には、主に 30 代後半前後の人たちが、近年の住宅価格下落・安定化や金利の引き下げ、そして 10 年以上にわたる積立でまとまった資金ができたことから、初めてのマイホーム購入を実現しやすくなった点などが挙げられる。これらのデータから、KiwiSaver が「住宅購入」と「経済支援」という 2 つの役割を担っている状況が浮かび上がるが、どちらのケースでも、引き出した分だけ老後の資産が減少することに変わりない。KiwiSaver の引き出し増加傾向は今後も続く、と専門家は見込んでおり、その理由として経済的困窮のほか、実際に「引き出せる」という認識が高まっている点を挙げている。退職委員会の最高責任者は、現在の厳しい経済状況に理解を示しつつも、KiwiSaver の本来の目的が高齢期の経済的安定であり、早期の積立金引き出しは最後の手段であるべきと述べた。

プロダクティブ・エイジング、社会生活

- 米国:AARP 大人のための映画賞を発表—作品賞は「ハムネット」(1/10)
 - <https://www.aarp.org/press/releases/2026-01-10-aarp-honors-2026-movies-for-grownups-winners-and-celebrates-adam-sandler/> (全受賞者のリストあり)
 - <https://www.aarp.org/entertainment/movies-for-grownups/movies-for-grownups-awards>

[-2026-winners/](#)

- <https://ja.wikipedia.org/wiki/%E7%AC%AC25%E5%9B%9EAARP%E5%A4%A7%E4%BA%BA%E3%81%AE%E3%81%9F%E3%82%81%E3%81%AE%E6%98%A0%E7%94%BB%E8%B3%9E>（日本語記事。全受賞者のリストあり）
- 第25回 AARP 大人のための映画賞が発表された。この賞は AARP が 20 年以上にわたって続けており、50 歳以上の人の創造性やストーリーを称えるもの。50 歳以上の視聴者を代弁し、業界のエイズムに挑み、高齢視聴者と共鳴する映画やテレビを後押ししている。生涯功労賞には今年、アダム・サンドラーが選ばれた。そのほかの主な受賞者は以下の通りで、上記サイトで詳細が掲載されている。
 - ◇ 作品賞：ハムネット
 - ◇ 主演女優賞：ローラ・ダーン(Is This Thing On?)
 - ◇ 主演男優賞：ジョージ・クルーニー([Jay Kelly](#))
 - ◇ 助演女優賞：レジーナ・ホール([One Battle After Another](#))
 - ◇ 助演男優賞：デルロイ・リンドー([罪人たち](#))
 - ◇ 世代間映画賞：Sentimental Value

● オランダ：New Old!展—シニアの新たなイメージを披露(1/20)

- <https://www.leydenacademy.nl/nieuw-oud/>
- <https://museumvandegeest.nl/tentoonstellingen/nieuw-oud-de-kunst-van-het-oud-word-en/>
- <https://museumvandegeest.nl/english-information/>
- ハールレムの Museum of the Mind(心の美術館)では 2026 年 2 月 13 日から 2027 年 1 月 3 日まで、「New Old! The Art of Growing Older」展が開催される。有名無名のシニアたちを映し出したこの写真展では、高齢者の多才さやバイタリティ、レジリエンスを披露し、根強く残る「弱い」高齢者のイメージを打ち破る。オランダでも高齢化が急速に進み、現在の人口は若者(20 歳未満は 372 万人)より高齢者(65 歳以上は 376 万人)が多くなった。2030 年には 67 歳以上が人口の 25%を占めると見込まれるなか、高齢者の多くは何らかの年齢差別を経験している。今回の写真展で客員学芸員を務める Tineke Abma 教授は、高齢期の異なる視点、より豊かな視点を示し、vulnerability(脆弱性)から vitality(活力)、creativity(創造性)、social involvement(社会との関わり)へと重点をシフトしている。「高齢期は、やっと自分らしくいられるユニークな機会を得られる人生のステージなのです」と Abma 氏は語る。

● 中国：「渡り鳥列車」がシニアに大人気—冬は列車で楽しみながら暖かな南部へ(1/21)

- <https://english.news.cn/20260121/60fdaf6d4ac746438626b4e49860f1f4/c.html>
- 雪の降るハルビンから南国の海南島まで、48 時間にわたる列車の旅。この「渡り鳥列車」は 2009 年より運行を開始し、シニアの人気を集めている。乗客の 90%以上を高年齢層が占めるこの列車は、移動手段だけでなく社交の場でもあり、チェスを楽しむ人々や、孫の写真を見せ合う女性たちの姿も見られる。高齢の乗客に合わせて、トイレには手すりや緊急通報機器が設置されているほか、緊急用のベッドパンや補助用のトイレの踏み台なども用意している。さらに、老眼鏡や拡大鏡、裁縫用具など頻繁に使われるアイテ

ムも提供。食堂車もシニアに優しく、メニューには軽め、柔らかめの料理やおかゆ、煮込んだスープなど消化が良いものもそろえている。ある乗務員によると、高齢の乗客で変化が見られており、以前は自分で食べ物をたっぷり持ち込む人が多かったが、現在は食堂車で料理を楽しむ人が増えているとのこと。食料品の代わりに乗客が持ち込み始めたのは、ゲームや楽器などの娯楽アイテム。上記の乗務員は、「この列車は単なる移動手段ではなくなり、レジャーツーリズムの一つにもなっています」と語る。中国では2024年末までに、65歳以上の人口が2億2000万人、総人口の15.6%を占めており、数でも比率でも過去最高である。高齢者は今後10年間、毎年1000万人以上のペースで増加が続くと政府は見込んでおり、シルバー経済がGDPに占める割合は、現在の6%から2035年には9%へ上昇すると予測される。

● **英国:ジム通いの代わりに「運動+ボランティア活動」(1/24)**

- <https://apnews.com/article/goodgym-fitness-volunteering-1feb0fcea89a0c1a947c4174bbd70993>
- <https://www.goodgym.org/> (GoodGymのHP)
- 寒くジメジメしたロンドンでの夕方、堆肥の山をシャベルですくい、雑草を抜き取る作業—あまり楽しそうな響きではないが、実際の現場であるコミュニティ・ガーデンは、ボランティアの笑顔と楽しそうなおしゃべりであふれていた。週に1度行われるこのプログラムでは、参加者がまずウォーミングアップとして現場までの1マイルほどをジョギングし、ガーデンでの土掘りや物の持ち上げといった作業は、運動セッションの一環として行われる。運動と地域活動を組み合わせたこのプログラムは、GoodGymという団体が運営しており、「良いことをして健康な体を作ろう」という目的を掲げている。特別なジムの会員権や機器は必要なく、参加者たちは自らの足で歩き、走り、そしてその中でゴミを拾ったり高齢者を訪問したり、他のボランティア活動を行ったりする意思さえあれば楽しめる。同団体によると、イングランドとウェールズに67の拠点を構えており、参加者は2万6600人以上にのぼる。今後は北アイルランドやスコットランドへの拡大も目指している。毎週どこかで活動が行われており、最近では歩道に捨てられたクリスマスツリーの除去や、テムズ川のプラスチックゴミ拾い、ホームレス用の簡易住居作りなどが行われた。会員たちは、自分たちが地域に役立つ活動の一員だと感じることで、定期的な運動へのモチベーションが上がると述べている。

● **中国:「銀髪ブロガー」たちが加齢のイメージを一新(1/26)**

- <https://www.channelnewsasia.com/east-asia/china-senior-influencers-silver-haired-bloggers-wechat-xiaohongshu-douyin-5878376>
- 中国では様々なテーマで「銀髪ブロガー」たちが、高齢期の飾らない姿を紹介して多くのフォロワーを集めている。64歳のPing Bao氏はオンラインで定期的に、筋トレやヨガの練習姿のほか、ヘルシーな食事やスタイルのヒントなども投稿している。3年前に始めた動画ブログのフォロワーが18万を超えるBao氏は、「64歳だからといって人生が終わったわけではなく、皺も白髪も私の勲章なのです」と語る。60歳以上でコンテンツ制作を行う人は、全国的に増加している。視聴者としては、日常生活や趣味を飾らずに共有する姿が、インフルエンサーのコンテンツと対照的で新鮮に感じられるほか、歴史や文化に

対するシニア独自の視点も多世代の共感を得ている、と専門家は述べる。中国の SNS 「小紅書」では 2024 年末までに、60 歳以上のユーザーが月に 3000 万以上と報告されているほか、シニアのコンテンツ制作者数もこの 2 年で 3 倍に増えた。一方、ショートビデオプラットフォームの「抖音」では 2023 年、50 歳以上のユーザーが作成した動画が 1 日 2300 万本にのぼると報告されている。

人権・エイジズム・年齢制限

- **米国:メディアで年齢の多様性がもたらす力は多大—AARP 調査から(1/9)**
 - <https://www.aarp.org/pri/topics/social-leisure/activities-interests/age-diversity-movies-television/?CMP=EMC-PRI-NLC-ENT-012726-F1>
 - アメリカ人の大半は、映画やテレビがエイジングへの社会観に影響を及ぼすと感じている—AARP が 18 歳以上の約 2,000 名に行った調査では、あらゆる年齢層の回答者が、スクリーン上で多様な年齢層を現実的な形で示してほしいと感じており、たとえば 50 歳以上の俳優を主演に起用することへの関心は、93%と非常に高かった。またストーリー自体にもあらゆる年齢層の現実を反映させてほしいという思いが示され、回答者は特に、シニアの恋愛関係について取り上げられることが少ないと感じていた。映画やテレビで、様々な年齢層の現実が正しく映し出されることの影響は大きい。回答者の 1/3 は、映画やテレビ番組によって、エイジングへの見方が前向きになったと感じている。
- **セルビア等:Age Against the Machine:アートを通じてエイジズムと闘う(1/14)**
 - <https://www.age-platform.eu/age-against-the-machine-what-red-cross-of-serbia-learn-ed-about-challenging-ageism-through-art/>
 - <https://www.redcross.org.rs/en/news/final-conference-of-the-age-against-the-machine-project-theatre-as-a-tool-to-combat-ageism/>
 - Age Against the Machine は、主に参加型(ソーシャル・エンゲイジド)の演劇を通じてエイジズムと闘う欧州のプログラム。Foundation「Novi Sad - European Capital of Culture」(ノヴィ・サド:欧州文化首都)財団が主導するこのプログラムでは、セルビア、デンマーク、イタリア、ポルトガルおよびポーランドの文化団体や研究者、市民アクター、高齢者本人が協力し、高齢者への意識や政策の変革を目指した。プロジェクト期間中は、上記5カ国で国際的な演劇祭を開催したほか、ベルグラードなどセルビア各地でインタラクティブな演劇を披露している。エイジズムへ効果的に対応するためには、データや戦略のみでは難しく、感情的な関わりや対話、実際の経験が欠かせないという思いが、このプログラムの背景にある。この点で参加型の演劇は、複雑な社会問題を個人の身近なストーリーに落とし込み、対話を促し、高齢者を含む市民を参加者として巻き込めるため、強力なツールとなる。同プログラムが観客にもたらす効果をセルビアの赤十字が分析したところ、以下のような結果が得られた。
 - ◇ 高齢者に対するネガティブな考えの激減:
 - 高齢者は社会の負担である:38%→22%
 - 高齢者は変化に適応できない:55%→39%
 - ◇ 自らの老いに不安あり:61%→45%

- ◇ 意思決定や参加については、高齢者を弱者と見る傾向が根強く残る
- これらの結果から、演劇プログラムによって感情面や社会的な意識が短期的に効果をもたらした一方で、権利や参加といった持続的な変化には、長期的・体系的なアプローチが必要であることが確認された。

テクノロジー、イノベーション

- **米国: AI へのシニアの思いは用途によって温度差あり—AARP 調査より(1/13)**
 - <https://www.aarp.org/pri/topics/technology/internet-media-devices/artificial-intelligence-opportunities/> (全文へのリンクあり)
 - <https://datastories.aarp.org/2026/navigating-the-world-of-ai/?CMP=EMC-PRI-NLC-TECH-012726-F2>
 - 米国のシニアたちは AI の良さを認識しているものの、使用内容によって温度差が見られることが、AARP の調査で示唆された。たとえば情報の簡素化や効率性の向上などでは、AI の使用に前向きである一方、AI が人に置き換えられるような内容については否定的な意見が多かった。使用方法で回答者が関心を示した割合が比較的高かったのは、翻訳(74%)や自宅のモニタリングシステム(71%)、学習・スキル開発(67%)、詐欺対策・金融・銀行関連(66%)であった。一方で、ペットのケアではわずか 34%、自動運転や運転補助では 36%のみが関心を示した。AI に向いている業務・活動は何だと思おうか、という問いについて、シニア回答者たちで多かったのは健康、ウェルネスガイド、服薬関連であり、また複雑な情報の簡素化や明確な指示の提供などでも期待が高かったほか、金銭管理や詐欺防止など経済面での役割も期待されている。さらに社会的な面でも AI の活躍が見込まれ、家族や友人とつながり続けたり旅行や買い物、スマートホームでも活用の可能性が示された。一方で、人との交流や既存ツールが置き換えられるような使用方法に対しては後ろ向きな姿勢であり、懸念事項としてプライバシー侵害や失業の可能性、監督の必要性などが示された。また回答者の多くは、AI に対して費用を支払うという意味はなく、無料で使いたいと考えていた。さらに、AI は新たな機器として使うのではなく、既存の製品やサービスに組み込んでほしいと感じていた。
- **シンガポール: 移動困難な高齢者を支える世界初の「ロボット付添人」を開発(1/22)**
 - <https://www.channelnewsasia.com/singapore/robot-rehabilitation-seniors-falls-mobility-drba-5875731> (動画あり)
 - 南洋理工大学はこの度、世界初となる「ロボット付添人」を開発した。Data-driven Robotic Balance Assistant (DRBA)と呼ばれるこの機器は、モビリティに制限がある高齢者を対象としており、利用者がバランスを崩した際にはセンサーや AI で即時に察知し、転倒前に支えることが可能。このロボットによって高齢者のリハビリや自立の促進が期待される。すでにテスト運用は始まっており、たとえば脳卒中で半身麻痺となった 66 歳の利用者は、DRBA を使って立位での運動やダンスにも参加できるようになった。開発者たちは、地域ケアグループなどを通じて本格展開したいと考えているが、価格が大きな課題となっている。ロボットの推定小売価格は約 9 万シンガポールドル(約 7 万米ド

ル)。このため南洋理工大学では、地域保健機関でのレンタルモデルを検討している。高齢者が「支払ってもよい」と思える額として、自己負担を1回あたり30~40シンガポールドルと想定しているが、実際のコストは150~200シンガポールドルであり、差額を政府の助成金や慈善団体などでカバーする必要があるため、対応方法を模索中である。同大学ではまた、一般家庭向けの小型版ロボットの開発も計画している。