

「100歳100人実態調査2018」

＜4つ目の時代を迎える100歳と改元＞

平成最後の年末

100歳の思う“平成”を象徴する漢字 1位は『幸』

新元号に向け「2020年東京五輪が見たい！」

日本人の平均寿命は年々延びており、100歳を超える方は過去最高の6万人超となっています。^{*1}一方で健康寿命との乖離も問題となっており、男性の平均寿命が81.09歳、女性の平均寿命が87.26歳であるのに対し、健康寿命はそれより約10年短いという現状があります。^{*2}健康寿命を延ばすことを目標に活動するキューサイ株式会社（本社：福岡県福岡市、代表取締役社長：神戸 聡）「100歳まで楽しく歩こうプロジェクト」（<https://100aru.com/>）は、元気な100歳以上の方100名と、そのご家族・近親者様に2016年より生活実態調査を行っております。今回は“平成最後の年末”に向けて、「大正」「昭和」「平成」「新元号」と4つ目の時代を迎える^{*3}100歳以上の方に改元についての調査を行いました。

「100歳まで楽しく歩こうプロジェクト」は、今後も健康寿命を延ばすために役立つ情報を発信してまいります。貴媒体にて本情報をご紹介いただけますよう、ご検討の程よろしくお願いたします。

* 貴媒体にて本調査の内容およびデータをご使用になる場合は[【キューサイ調べ】](#)と出典の明記をお願い申し上げます。

【調査結果まとめ】

I. 平成最後の年末「100歳と平成」

- ◇ 100歳の思う“平成の漢字” 1位「幸」 2位「和」 3位「楽」
- ◇ 100歳にとって「平成」とは？ 4人に1人が「戦争がない」「平和」と回答

II. 4つ目の時代「100歳と新元号」

- ◇ 新しい時代へ向けて楽しみにしていること 1位は「2020年の東京五輪」

- 元気な100歳インタビュー① 『平成は嫁と二人三脚で“幸せ”に過ごした時代』
- 元気な100歳インタビュー② 『「誠」と「感謝」の心を大切に歩んだ平成』
- 調査総括

【参考：100歳100年メモ】

I. 平成最後の年末「100歳と平成」

◇ 100歳の思う“平成の漢字” 1位「幸」 2位「和」 3位「楽」

【表1】100歳の思う“平成の漢字”	
1位	幸
2位	和
3位	楽
4位	安／豊

「大正」に生まれ、「昭和」「平成」と3つの時代を経て、これから4つ目の時代を迎える100歳以上の方に、『あなたにとっての平成一文字で表すと何か』を質問したところ、最も多かった漢字は『幸』という結果になりました。また、続いて2位『和』、3位『楽』などポジティブな漢字が上位にランクインしています。【表1】他にも、『孫』『孫が生まれ、とっても嬉しい。ひ孫6人に囲まれている事で、今まで色々苦労してきた事も楽

しい思い出になって、家族みんなが仲良くしているのを見られて安心している平成の時代」（栃木県／100歳／女性）や『健』『特に病気もしないで、健康で過ごせた良い時代』（愛媛県／101歳／女性）、『旅』『子供達と旅行やドライブなど、いつも一緒に過ごす事ができた』（静岡県／102歳／女性）などの個性豊かな意見も。それぞれが歩んできた平成の様子が目に浮かぶような漢字が並びました。

実際に挙げられた声

- 幸 ・ 「老人会で毎日ゲートボールに明け暮れ、楽しんだ時代」（茨城県／102歳／女性）
 - ・ 「娘と暮らせてとても幸福な人生。何も苦労は無い。身体も元気です」（愛媛県／102歳／女性）
- 和 ・ 「昭和で苦労していたから平成は全く良い年であった。妻と四国88カ所参り、西国33カ所参り、その他ツアー旅行を度々した」（徳島県／100歳／男性）
 - ・ 「戦争もなく平和に暮らせる時代でした」（広島県／102歳／女性）
- 楽 ・ 「ひ孫、玄孫まででき、にぎやかで楽しい時代」（高知県／101歳／男性）
 - ・ 「電化製品ができ、便利で楽しい暮らしになった」（愛知県／100歳／女性）

◇ 100歳にとって「平成」とは？ 4人に1人が「戦争がない」「平和」な時代と回答

また、『平成はどんな時代だったか』を聞いたところ、4人に1人の方が「戦争がない」「平和」と回答しました。「戦争を経験している者から見ると非常に平和な時代。食事も充実していて幸せな時代」（三重県／101歳／男性）、「戦争もなく平和な時代であった。家族が元気で健康な人生であった。日本の平和がこれからも続くことを祈ります」（広島県／100歳／女性）「戦時中に子供3人残し、夫が戦争～シベリアにいき、戦後食糧難の時代に苦労して子供を育てた。平成は平和な時代だと思う。戦時中に戻りたくない。今は嫁と二人助け合いながら人生を楽しんでいる。嫁のおかげで長生きできたと思う」（愛知県／101歳／女性）等の声上がり、10代や20代の頃に太平洋戦争をはじめとする激動の時代を経験されているからこそ、より深く平和を実感している100歳の姿が浮き彫りとなりました。

他には、時代の変化に関する声も多く聞かれました。「早さに付いていけず、取り残される時代」（滋賀県／100歳／女性）、「目まぐるしく変わり、解らない事がたくさんあり、日々過ごすのがやっと」（宮城県／100歳／女性）など、情報化社会の中で目まぐるしく変わる世の中に戸惑いを感じる100歳がいる一方で、「若い人からパワーをもらえ自分の元気に変えられた時代」（東京都／100歳／女性）、「色々な人と話したり、子供達に言われたり、（習慣が）少しずつ変わってきている」（北海道／102歳／女性）などの声もあり、若い世代と交流しながら前向きに時代の変化を受け止める方もいるようです。

実際に挙げられた声

- ・ 「戦争中のことを考えれば、ずーっと幸せな時代だと思う」（香川県／100歳／女性）
- ・ 「平成は自由でなんでも食べものがたくさんあり、現在がよい」（新潟県／100歳／女性）
- ・ 「嬉しいこともあれば悲しいこともあった。デイサービスに行くようになって他の世界も知った」（東京都／100歳／女性）
- ・ 「世の中のすさまじい進展には目が回りますが、この年齢まで生きて、この素晴らしい世の動きを見つめられた事は、長生き出来た自分への褒美と思えます」（長崎県／104歳／女性）
- ・ 「平和で何でも手に入る時代だけど、心強さが必要な時代」（東京都／100歳／女性）

Ⅱ. 4つ目の時代「100歳と新元号」

◇ 新しい時代へ向けて楽しみにしていること 1位は「2020年の東京五輪」

2019年5月の新元号制定に伴い、4つ目の時代を迎える100歳以上の方に、『これからに向けて楽しみなこと』を聞いたところ、1位「2020年の東京五輪」、2位「ひ孫・玄孫の誕生」、3位「家族・親族に関すること」、4位「季節のイベントや行事」という結果となりました。【表2】1位の「2020年の東京五輪」に関しては、「前回の東京五輪時は孫が4才だった。今度の東京五輪は60才になっているんだね」（鹿児島

【表2】これからに向けて楽しみなこと

1位	2020年の東京五輪
2位	ひ孫・玄孫の誕生
3位	家族・親族に関すること
4位	季節のイベントや行事

県／102歳／女性）、「（2020年の東京五輪で）もう一度応援したい」（広島県／100歳／女性）などの声が聞かれました。100歳以上の方にとって今回の東京五輪は、日本で開催される2回目の五輪であり、前回大会を知っているからこそその期待の高さが見受けられました。

続く2位、3位の「ひ孫・玄孫の誕生」「家族・親族に関すること」では、「ひ孫が9人、玄孫はまだいないから誕生が楽しみ」（長崎県／101歳／女性）、「ひ孫の小学校入学」（東京都／104歳／女性）など、家族の成長や、ともに過ごす時間を楽しみにしている100歳の様子が浮き彫りに。

また4位については、「庭のしだれ桜があり、毎年子供、孫、ひ孫が集まって花見をするのが一番の楽しみ」（福岡県／104歳／男性）、「花火を見るのが好き」（東京都／101歳／女性）など、四季を感じられる出来事についても楽しみにしている様子も分かります。

● **元気な 100 歳インタビュー①**

『平成は嫁と二人三脚で“幸せ”に過ごした時代』

中田 智恵子さん 102 歳 愛知県

平成を漢字一字で表現すると「幸」です。平成の良い時代に 100 歳を迎え、色々な時代を見られたことが我ながら驚きです。私は嫁に恵まれ、いつも二人三脚で過ごしてきました。嫁と気が合うことは一番の幸せです。二人で助け合いながら人生を楽しんでいます。家族や親戚と様々なところへ旅行に行けたことも楽しかったですね。



● **元気な 100 歳インタビュー②**

『「誠」と「感謝」の心を大切に歩んだ平成』

野呂 健吉さん 100 歳 北海道

平成を漢字一字で表現すると「誠」ですね。「誠」は嘘をつけないということです。表面を「誠」に見せようとする人が多いですが、「誠」は“言葉”が“成る”であり、言ったことが実行できないと「誠」ではありません。また、自分だけでなんでもできるということはなく、周りがあるからこそ。だから感謝の心は大切ですね。「誠」と「感謝」の心で生きる、それが大切だと私は感じています。



※元気な 100 歳以上の方へのインタビューの様子は動画でもご覧いただけます

<https://100aru.com/100gallery/archives/27>

調査総括：「平成を振り返りつつ、人生の大先輩の歩みを感じていただきたい」

今回の調査を通して、100 歳の方が歩んできた激動の時代、そして過去の経験により一層平和を深く実感しながら日々を過ごされていることを知ることができました。過去の「100 歳 100 人実態調査」からも、100 歳以上の方が“感謝の気持ち”、“前向きな気持ち”を大切にされていることが分かっており、今回の調査からも同様にその様子が見受けられました。本調査結果を通じ、新しい時代を迎えるにあたり、人生の大先輩の長い歩みを感じていただくとともに、「人生 100 年時代」に向けて、心身の健康とこれからの人生を考えるきっかけにいただければ幸いです。

調査概要

- ・ 調査時期：2018 年 4 月 27 日（金）～6 月 20 日（水）
- ・ 調査地域：全国
- ・ 調査方法：100 歳以上の方自身に対するヒアリング、家族に対する質問紙による自記入式調査
- ・ 調査主体：キューサイ株式会社「100 歳まで楽しく歩こうプロジェクト」
- ・ 調査実施：株式会社リサーチ・アンド・ディベロップメント
- ・ 調査対象：100 歳以上の男女 100 名、100 歳以上の方のご家族・近親者

【参考：100歳100年メモ】 1918年生まれ100歳はこんな時代を生きてきました。

大正	誕生～9歳…米騒動 / ロシア革命 / 第一次世界大戦の終結 / 関東大震災 / 昭和元年は8歳
昭和	10代…世界恐慌 / 日中戦争勃発
	20代…第二次世界大戦勃発～終戦 / 日本国憲法公布
	30代…三種の神器（白黒テレビ・洗濯機・冷蔵庫）の普及 / 学校給食開始
	40代…東京タワー完成 / 東京五輪 / ザ・ビートルズ来日
	50代…アポロ11号の月面着陸 / あさま山荘事件 / 第一次オイルショック
平成	60代…新東京国際空港（成田空港）開港 / 王貞治、756号本塁打世界新記録
	70代…平成に改元 / ベルリンの壁崩壊 / 国鉄分割民営化 / 平成元年は71歳
新元号	80代…アメリカ同時多発テロ / 消費税が5%に
	90代…スマートフォン普及 / 第1回東京マラソン開催
	100代…東京五輪（予定）

なんと今年100歳の方は、**23回**もの夏季五輪大会*4をみてきました。

1918年生まれには、中曽根康弘元首相、ネルソン・マンデラ氏、いわさきちひろ氏などがいます。

100歳まで楽しく歩こうプロジェクト概要 公式サイト：<https://100aru.com/>

人々の健康と幸せを想い、ケール青汁を製造・販売して35余年、ヘルスケア・スキンケア事業に取り組み、2016年に本プロジェクトを発足させました。日本は高齢化社会の先進国であり、2060年には人口の4人に1人が75歳以上になるという推計もあります。*5 これから先、医療費や介護費用の大幅な増加も予測され、「自らの健康は自ら維持しなければいけない」という時代を迎える中、「健康寿命」の延伸が長寿大国といわれる日本の取り組むべき課題だと考え、「健康寿命を100歳にする」ことを目指し、社員一丸となって社内外へ向けて取り組んでまいります。

《過去100歳100人実態調査リリース》

2016年度 <https://100aru.com/100gallery/archives/1>

<https://100aru.com/100gallery/archives/2>

2017年度 <https://100aru.com/100gallery/archives/16>

2018年度 <https://100aru.com/100gallery/archives/26>

《アラウンド70（団塊世代）実態調査リリース》

<https://100aru.com/100gallery/archives/19>



キューサイ株式会社について

創業：1965年10月
 代表者：代表取締役社長 神戸 聡
 本社：福岡県福岡市中央区草香江1-7-16
 事業内容：ヘルスケア商品、スキンケア商品等の製造・販売



*1 平成30年1月1日現在の住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数
 *2 健康寿命：第11回健康日本21（第二次）推進専門委員会資料、平均寿命：厚生労働省「平成29年簡易生命表」
 *3 満100歳になる方の場合。1912年7月30日より前の生まれの方（106歳）は「明治」を含めた5つ目の時代となります。
 *4 公益財団法人日本オリンピック委員会公式ホームページ「オリンピック開催地一覧」（1940年のヘルシンキ五輪・1944年のロンドン五輪は中止のため除く）
 *5 内閣府「平成28年版高齢社会白書」（全体版）

<本件に関する報道関係からのお問い合わせ先>

キューサイ株式会社 広報室

TEL：092-724-0179 FAX：092-724-3369 メールアドレス：koho@kyusai.co.jp

<https://corporate.kyusai.co.jp/>

キューサイ 企業

検索