氷河期世代 中年期も苦境

貧困層増え、財政圧迫の恐れ

政府が就職氷河期世代の支援―?―に再び力を入れ出した。中年期を迎えた当事者の声に耳を傾けると、今も苦境を脱していない状況が浮かぶ。識者は現状のままでは貧困層が増え、国家財政を圧迫しかねないと警告する。

?　就職氷河期世代の支援
政府は6月、老後の不安解消を重要課題に位置付け、住宅確保などを後押しするとした「基本的枠組み」をまとめた。具体策は2026年初めにまとめ、26～28年度の3年間に集中的に実施する。対象者は、バブル経済崩壊で雇用環境が厳しかった時期に就職活動をした人々で、現在は40～50代が中心。

「犠牲になった」

「（社会で活躍するための）正当な機会を与えられなかったとの思いは強い。自己責任という言葉で片付けられ、犠牲になったという被害意識がある」

東京都内で夫と暮らす女性(53)は就職活動で100社以上の企業を研究し、何とか1社の内定を得て正社員となった。家族の介護もあって退職したのは30代。その後は、長く事務職のパート勤めを続けてきた。

もう少し早く政治が光を当ててくれていたらとの思いは消えない。一番の不安は老後の資金で「50代となり就労支援の効果は疑問。税金の減免など踏み込んだ経済支援が必要だ」と訴えた。

「当時の就職活動は新卒で正社員になれなければ人生終わりというような緊張感があった。氷河期世代でなければ普通に結婚し、2児のパパにでもなっていた」

こう吐露するのは「絶対仕事辞めるマン」と名乗り、交流サイト（SNS）や著書で節約生活を情報発信する独身の男性会社員(47)だ。なんとか見つけた就職先の職場環境は劣悪。労働市場は冷え込んでおり、転職は非現実的だった。今の若者に対しては、就職も転職も好条件だとして嫉妬を隠さない。

非正規は35万人

男性が必要と考えるのは高齢期を見据えた支援だ。「今更就職支援しても効果は薄い。住宅支援なら氷河期世代に特化した専用住宅の提供、家計改善なら生活保護の拡大など、いろいろできると思う」と話した。

就労支援 当事者は効果疑問視

「税減免や住宅提供を」

2024年時点の総務省調査によると、氷河期世代の中心層となる41～50歳のうち、不本意で非正規で働く労働者は35万人。依然として雇用対策が必要なことを示している。

ただ年齢を重ねるにつれて新たな課題が浮上している。賃金上昇幅の小ささや金融資産の少なさ、単身世帯の持ち家率の低さなどだ。日本総合研究所の下田裕介主任研究員は「課題は複雑多岐にわたり、万能薬となるピンポイントの支援策はない」と説明する。

その上で「この世代で貧困が増えれば（生活保護費の増大など）国の財政圧迫にもつながる。もはや個人で何とかできるレベルにはなく、社会全体の問題として取り組む必要がある」と語った。

求職中の就職氷河期世代などを対象とした合同企業説明会。宮城労働局と宮城県が開催し49社がブースを設置した＝2024年10月、仙台市内

親子の会話時間 スマホで減少？

シチズン調査

シチズン時計が、小学生の子どもがいる共働き夫婦400組に家庭での時間の使い方について尋ねたところ、親子の会話時間が13年前に比べて減っていたことが分かった。スマートフォンの普及が要因とみられる。子どもが分からないことがある場合に「人工知能（AI）に質問する」という回答も目立った。

平日に子どもと会話するのはいずれも平均で父親が52分、母親が1時間34分。休日は父親が1時間40分、母親が2時間3分だった。2012年と比べると休日の変化が特に顕著で、父母ともに20分以上減っていた。

平日に家庭でスマホやタブレットを利用する時間は、1～3年生が1時間46分、4～6年生が2時間12分だった。用途はいずれも「動画視聴」が最多で「ゲーム」「家族や友人との連絡」などが続いた。

同社の担当者は、会話の時間が減ったのは「スマホなどが普及し、同じ空間にいながらそれぞれが自分の好きなことをして過ごす時間が増えたからでは」と話している。

親子の会話時間の変化

	平日		休日	
	2012年	25年	12年	25年
父親	54分	52分	2時間3分	1時間40分
母親	1時間55分	1時間34分	2時間27分	2時間3分

※シチズン時計による。いずれも平均時間

サングラス 子どもにも

紫外線対策 眼科医が推奨

猛暑下では、強い紫外線から目を守る対策が求められる。目の保護にはサングラスが効果的だが、国内での着用率は依然低い。特に子どもの目の紫外線対策は遅れている。伊藤医院（さいたま市）眼科の有田玲子副院長は、帽子や日傘、サングラスなどの使用を勧める。

紫外線量が近年増加する中、世界保健機構（WHO）は、紫外線が体に及ぼす影響の度合いを示す指標「UVインデックス」を活用し、対策を実施するよう推奨する。

紫外線が原因で起こる目の病気は、急性と慢性に分けられる。「紫外線角膜炎は紫外線による代表的な急性疾患で、『雪目』とも言われます。スキーや海水浴など、昼間に強い紫外線を浴びた数時間後に目が充血したり、涙が出たりといった症状が出ますが、大半は目を冷やすなどすれば自然治癒します」と有田医師。

角膜炎や白内障予防

一方、慢性疾患には白内障や、白目の組織が異常に増殖して黒目の方へ伸びてくる翼状片、加齢によって網膜の中心にある黄斑部に異常が生じる加齢黄斑変性、まぶたの皮膚がんなどがある。

特に注意が必要なのは白内障だ。中年以降に発症するケースが多いが、「強い紫外線を小児期から浴び続けると、目の水晶体にダメージが蓄積し、発症が早まる可能性がある」。

目の紫外線対策の基本は、帽子をかぶる、日傘をさす、UVカット機能付きの眼鏡やサングラスで目を保護すること。「サングラスは目を守るために必要なものと考えましょう。抵抗があるなら、UVカット率が高い眼鏡でも効果が期待できます」

レンズの色とUVカットの性能は関係ない。むしろ黒など色の濃いサングラスをかけると、瞳孔が開いてより多くの光を取り入れようとする。「紫外線をより多く目に取り込んでしまう危険性があるため、UVカット効果のあるサングラスを選びましょう」

安全性も重視したい。雑貨店にあるファッションサングラスではなく、折れにくい素材や構造が工夫された子ども用のサングラスを扱う眼鏡専門店で購入するのが望ましい。

また、保護者や祖父母ら大人が率先して着用するように心がけたい。「目を守るために、幼い頃から外出時のサングラス使用を習慣にすると、子どもも抵抗なく使うようになるでしょう」とアドバイスする。

料理のヒント

サクラエビとショウガの炊き込みご飯

主な材料（2人分）＝米3合、ショウガ1片、三つ葉10グラム、サクラエビ（乾燥）。

メモ＝5分【1人分263キロカロリー、塩分1.0グラム】

作り方＝❶米は洗って30分以上水に漬け、水気を切る❷ショウガは千切り、三つ葉はざく切りにする❸炊飯器に米を入れ、3合の目盛りまで水を加える。酒大さじ1、塩小さじ1を加えてさっと混ぜ、ショウガ、サクラエビ大さじ3を加えて炊飯する❹炊き上がったらよく混ぜ合わせて器に盛り、三つ葉をのせる。

ティータイム

戦争と義父

佐藤かつい

NHK連続テレビ小説「あんぱん」で、戦争の軍隊生活や朝夕のラッパの音が流れるシーンを見ました。夫の父は甲種合格し、夫が6歳の時に戦地へ送り出されました。インドネシアのジャワ島でラッパ部隊にいたそうです。死ぬか生きるかの軍隊生活を耐え抜いた精神の強い人です。残された夫の家族の気持ちが重なり、朝も昼もテレビに見入っています。

1945年8月15日に戦争が終わり、家族が夫の父の帰りを一日千秋の思いで待っていたと聞きました。帰って来ても、出征時は赤ちゃんで、父の顔も分からなかった四男は、「知らないおんちゃんが帰って来たみたいだ」と義母の陰に隠れたといいます。

私が嫁いだ61年、祖母、夫の両親、弟妹がいて、末弟は小学4年生でした。私たちに長男が生まれた時、末弟はまるで実の弟のようにかわいがってくれ、名前の一字を取って名付けてくれました。

お酒が大好きで、口数の少ない働き者の義父から戦争の話を聞いたことはありませんでした。90年、私たちの娘が嫁ぎ、1カ月後に息子が結婚しました。義父は同じ年、孫たちの門出を見届け、家族に見守られて旅立ちました。

（仙台市若林区・農業・83歳）

ボウリング

高橋　孝子

早いもので、ボウリングを習い始めて8年目になりました。若い頃にいくらかかじったぐらいで、何十年間の長い長いブランクがあり、しかも、この年齢。「エー、私に投げられるだろうか？」と一瞬思いましたが、スーっとボウリング場に吸い込まれ、新聞広告で目にした教室に通うことにしました。

マイシューズにマイボール。年に似合わない派手派手なオレンジのユニホーム。背中には自分の名前があります。恥ずかしいですが、見た目は完ぺきです。

1ゲーム投げましたが、ガターの多さにあぜん。「溝掃除はもういいから」というありがたい忠告も無視し、投げれば投げるほどに力を入れ過ぎ、またまたガター。心までガタガタになります。

簡単そうで、やればやるほど奥が深いです。この年で1度はプロを目指そうかと思いましたが、自分の体力と相談した結果、泣く泣く諦めました。

今はスコアなんてどうでもいい。でもストライクがほしい。思っていてもこればかりは自分の思い通りにはなりません。だったら、こつこつと努力するのみ。今はまだつぼみですが、いつか花咲くでしょうから、その日まで。

（宮城県石巻市・主婦・77歳）

くらしのページ

ティータイム投稿募集中