

# 《未來年表》讀後心得

本書內容如同書名，係探討有關日本未來人口變化及原因之探究。

書本在一開始便說明日本目前面臨少子化及高齡化的情形，並利用許多數據及圖表的呈現，幫助讀者清楚並快速瞭解少子化及高齡化的嚴重性及影響性。於 2016 年日本的出生人數僅有 98 萬 1000 人，已跌破 100 萬人的紀錄，據人口統計數據記載，戰後的人口數達到頂峰，人數約為 269 萬 6638 人，又稱第一次嬰兒潮，換言之，在短短不到 70 年間，出生人口數已銳減不少。面對出生人數的減少，我想我們不僅擔心人口數減少外，更需要去思考出生人數減少的速度、情況是否持續，以及後續影響面向為何及影響我們的生活多深。因此當我們看見新聞上、報章雜誌上以及教科書上看到這些數字時，我們不免要捫心自問，『這些數據代表什麼意思?』、『出生人數變少會造成什麼影響?』

作者透過大量數據呈現人口結構的變化，並認為日本的人口問題，主要為三個面向：

1. 高齡老人的人數越來越多，並將在 2040 年達到 4000 萬人的高峰。
2. 生育率太低造成勞動人口大幅減少，並造成照護人口高齡化的現象產生。

3. 勞動人口減少引起經濟的蕭條，及各行各業缺工的問題產生。

根據聯合國的定義，老年人口比率(65 歲以上人口在總人口的占比)超過 7%，就是「高齡社會」；超過 14%，就是「超高齡社會」。根據書中日本老年人口數的數據顯示，2015 年日本 65 歲以上的人口為 3346 萬 5441 人，占總人口數 26.6%，已經進入每 4 人就有 1 名高齡者的「超高齡社會」了(老年人口比率超過 21%)。相較臺灣於 2015 年 65 歲以上的人口占總人口數 12.5%，已進入高齡化社會；透過此本書，讓我們更瞭解日本高齡化造成的人口結構改變的過程與影響性，更使我們透過日本的經驗檢視臺灣的現況並妥善研擬有關高齡化及少子化社會到來的因應策略！

以往我們提到高齡化社會，往往只聚焦在人數增加幅度與速度上，然高齡者只是一個籠統的稱呼，其實其所包含範圍相當廣泛，除了高齡化社會的到來以外，也是高齡者更往高齡化邁進、雙重照顧的社會。除此之外，思考高齡者的高齡化時，因為女性比男性長壽，所以高齡者越往高齡化邁進，女性高齡者或獨居的比率也越來越高，女性更是成為高齡化的主角，造成女性貧窮化的現象出現，而日本也在 2017 年成為老太太大國的年份，獨居戶增加的原因主要有三個：1. 不與子女同住 2. 未婚者增加 3. 離婚者增加，這三個原因看似為獨立的原因，

但其實有密切的關聯性，更成為家庭消滅的危機。面對獨居者的數量增加，造成最明顯的衝擊為社會保險制度，因社會保險制度並未加獨居者納入保障對象，舉書本的例子而言，對於醫療與照護體系，政府的目標是充實社區整體照顧體系，打造讓高齡者能在社區的協助下繼續生活，然而考慮到現實狀況，因獨居，未有其他家屬的家庭支援，更無法轉移至居家醫療或居家照護的服務。

除了高齡化的出現外，面對少子化的出現，18歲人口開始驟減，大學的招生人數不足是家常便飯，已經有超過40%的私立大學無法招滿學生，學校停招的趨勢將加速進行，造成辦學精神與特色教育部都將消失；除大學招生人數不足外，IT產業開始缺乏人力不足的問題，致支撐基礎建設的技術者卻後繼無人，進而影響國家的市場競爭力與經濟發展。

除了老年人口和出生人口的結構變化外，亦影響著我們的生活日常及經濟發展，書中提到關於老年人口增加，出生人口減少更使工作人口極度減少，使國內生產力不足，使國內許多產業面臨歇業及消失的問題，然而對此，也有許多人提出透過AI或ICT中尋求解決的方法，但無論科技多發達，仍然會留下需要人類操作的工作，人口結構的改變，除了生產人口數減少外，消費人口數亦減少中，總有一天仍然會面臨經營困境的情況。另除了經濟發展的影響外，隨著高齡人口

的增加，醫療支出很可能跟著大幅增加，醫療保險破產與醫師不足都是一大隱憂，手術與治療所需的輸血用量不足更是一項不可遺忘的危機。不論是誰，遲早都會有一天要面臨最後一刻的到來，日本目前處於高齡社會，但緊接而來的便是「多死社會」，除了原有火葬場地漸漸面臨不足外，當一旦提出興建計畫時，一定會有居民提出反對，認為興建葬場會破壞地方觀光及形象，上述現象，使無主遺骨增加、墓園不足的問題。而少子高齡化所帶來的影響，就是默默地、潛移默化之中，一點一滴地破壞過去我們都認為是理所當然的日常。

反觀臺灣，依據內政部統計處截至 2019 年 3 月統計，臺灣高齡人口達 14.76%，正式進入高齡社會，老年人口在亞洲排名第三，僅輸日本、南韓；面對全球化人口高齡化的發展，各種與高齡者相關的疾病、政策、福利制度、設施等，急需關心與重視。國家發展委員會更推估 2026 年老年人口比例達到 20%，即為超高齡社會；自 74 年以後，我國出生數跌破 35 萬人，並開始逐年下降，而當年出生的女嬰在 15 年後（89 年）邁入育齡婦女（15-49 歲）階段亦逐年遞減，顯示未來可以生育的婦女將愈來愈少，107 年出生人數為 18 萬 1,601 人，為歷年來第 2 低，僅次於 99 年，出生率的減少則與房價、工作機會、交通機能、醫療資源與社會福利等因素息息相關。從上述出生人口數可看出臺灣比日本嚴重的一點，是生育率更低，在少子化的浪

潮中，臺灣的情況是全球嚴重的。2016年，臺灣的總生育率僅1.17，全球最低。在如此低生育率的情況發展，預估到2050年，臺灣人口將從2300萬人降到1800萬人，到2060年僅剩1700萬人，扶養比更高達94.2，每1.3人要扶養1位老人，可見臺灣高齡人口的成長速度非常快。許多人都把老化的問題簡化成孩子生太少，但其實老年人口的攀升所造成的影響和問題遠遠超過少子化的影響，作者透過此本書在於告訴讀者，當老年人口比例不斷增加時，將造成什麼影響與現象，例如國防、治安、防災與醫療急救機能的下滑；而生活機能的下降，導致年輕人口往都市集中，而現在的台灣和日本更漸漸從少子高齡化逐漸演化為無子高齡化的現象。

面對上述人口結構改變所造成的影響，作者於書中提出10個拯救日本的處方箋：1. 減少高齡者 2. 擺脫24小時全年無休的社會 3. 明確劃分非住宅區 4. 跨區域進行自治體合併 5. 徹底執行國際分工 6. 活用工匠技術 7. 以公費制度培育人才 8. 推動中高齡人口移居地方計畫 9. 建立第二市民制度 10. 第3胎以上補助1000萬日圓。

第一、關於減少高齡者並非要像棄老山傳說那樣，做出拋棄高齡者這樣可怕的事情，而是要重新定義高齡者的定義(年滿65歲以上)，隨著醫療科技的發達與養生保健觀念的注重，國人平均壽命提升，依據106年內政部統計處數據顯示，我國國人平均壽命為80.4歲，男

性為 77.3 歲，女性為 83.7 歲，現以 65 歲定義為高齡者似乎有點太早了，將高齡者的分界線提高，一方面在勞動力不足與社會保險的財源問題都會獲得很大的改善，然而單純重新思考高齡者年齡的劃分，並無法發揮良好的功能，需仰賴全盤規劃與整合方能跨越少子高齡化社會的關卡。

第二、擺脫 24 小時全年無休的社會，簡言之是擺脫過於方便的社會，重新檢視服務過剩的問題，消除不必要的工作或是縮短社會整體勞動時間，以減少原本需要的人手，改善勞動力或生產力不足的問題。但並非要社會回到過去一切不方便的生活，而是建立任何工作都要有個限度或分寸的概念。進入高齡社會後，不方便外出或需要協助的人變多了，為了確保有人可以承接這樣的服務工作，應逐漸避免不必要的、不緊急的服務，成為擁有享受不便這般餘裕的社會。

第三、明確劃分非住宅區，延續上述的概念，為打造一個緊密集中而有效率的國家，應界定出居住區和非居住區，在居住區所在處，讓人們集中居住於市區等地，區域內的公共基礎設施完備，提供各種行政服務與民間服務，使居民生活上極為方便，毫無不便之處，有效率的推動各項事務。

第四、跨區域進行自治體合併，地方創生的目的不在於留下多少地方行政組織，而是使其成為足以應付社會人口減少問題的管轄機關，徹底思考自治體的權限與扮演的角色，是不可或缺的。

第五、徹底執行國際分工，書中提到貫徹執行國際分工的重要性，日

本目前為止，即使在生產力無法提升的領域裡，仍會以必須照顧那些勞工的基本生活或傳統產業不可斷絕等理由，而未能徹底執行國際分工。隨著全球化的發展與普及的影響，如果還執著於開發中國家的商業模式，勢必需要與工資較低的國家競爭，必定會降低國內工作薪資，而這樣的競爭是不會持久的！

第七、以公費制度培育人才，透過優先發給進入國家希望發展領域學習的學生，並因應人口減少的社會，建立培育背負未來國家重擔的菁英人才架構，透過補助在大學的所有相關費用，並於每年級晉升時都要進行考試，以防止中途成績滑落退出，而未來的就業也是義務制。另外針對大學的補助款，如今因少子化的人口結構改變，許多學校都面臨招生不足致學校倒閉的問題，不僅日本面臨到此問題，臺灣亦是如此。像 18 歲人口明明減少了，卻還增加大學的數量，致許多私立大學招生不足，針對這個部分，其實可以採取不必所有大學一視同仁地提供補助，只要重點分配給推動技術革新有實績的學校即可，或是在人口缺少的社會中培育有用人才的大學。另一方面，除了公費給予學生就學補助及針對革新有實績的學校給予補助外，對於即使沒有大學文憑的年輕人，能夠提供充實且多元化的出路，幫助他們習得專業知識與技能，穩定其充裕的收入，這是在人口減少的世代中，尊重年輕人的夢想並且建構出支持孩子夢想的社會結構是針對人口減

少整體的戰略性對策，反觀臺灣，似乎也是適合的！

第九、建立第二市民制度，書中作者為即將面臨滅亡危機的自治體中心，提出一個解決此問題的新的概念與想法，不限來自於哪座城市，都可選定自己喜歡的旅遊地等地方作為第二居住地，以第二市民的身分申請戶籍登記。成為第二市民後，可在周末或長假時像回老家一樣，前往第二居住地與地方上的居民進一步的交流，對於沒有老家可回的都市人，這就是可稱為第二故鄉的地方。然如果人民在第二居住所未有固定落腳處，我想人們應該也不會一直造訪該地，故作者於書中提出應針對第二居住度給予一些相關的補助或優惠，例如當地自治體可整修空屋或老宅作為招待所當成便宜的住宿設施可以使用、為方便往返城鄉，安排每月一次的直達公車，甚至也可以讓第二市民免費搭乘、定期辦理相關活動，以連結和聯絡第二市民與當地居民的情感聯誼，加深彼此的交流！

第十、第 3 胎以上補助 1000 萬日圓，面對少子化的衝擊，增加生育率的方法，不外乎是增加公托的數量與完善托育制度，另一方法便是提高生育補助或生育津貼，以提高國人生育的意願。反觀我國的鼓勵生育制度亦是如此，如增加公托數量並提供多項托育的補助、放寬 0-2 歲、2-4 歲育兒津貼標準、托育制度多元化，提供家長多元化的選擇與考量等對策。



人口老化是全球性的課題，老化使人的生理與心理疾病增加、獨立生活的功能衰退，各式各樣的需求隨之而來，例如，生理與心理健康服務、長期照顧服務、所得維持、住宅、交通接送、休閒活動、教育等。但人口老化未必都是悲觀的、無望的、負擔的，有許多老人居住在家中、社區，健康條件良好，不論是生理的或是心理的健康程度、活力十足、貢獻良多，達到樂活的生活品質。當然不可諱言的，也有許多衰老情形嚴重，必須接受密集性的照顧服務，人口老化所造成的各種影響更是提醒社會，老化是一個未來的重要課題！（林萬億，2010）