

## 從寧靜到恐懼，無法倖免的危機

### 《未來年表》讀後感

李郁瑤\*

#### 壹、前言—從日本預言台灣

在醫院的手術室外，總是有心急如焚的親屬正等待著進行手術中家人，然而，這種看似正常的場景，在現今少子化、高齡化、晚婚、結婚率降低等趨勢下，未來是否還能成為正常？

日本在 1994 年邁向高齡社會<sup>1</sup>，臺灣也在 2018 年正式進入高齡社會，在晚婚、少子化與高齡人口增加的情形下，未來可能會發生子女與父母同樣都是高齡者的情形，使得照護者本身都需要被照顧卻還必須承擔照顧別人的責任，老老照顧及雙重照顧（同時育兒及照顧）的情形將變得愈來愈普及，照護人力缺乏、獨居老人變多、醫療體系人力不足，使得政府的醫療體系與社會福利制度將面臨重大的挑戰。

\* 新竹市北區南寮國民小學主任。

<sup>1</sup> 根據世界衛生組織 W.H.O.的定義，65 歲以上人口視為老年人口，而此歲數者佔比之於社會總人口代表的含意分別為：(1)高齡化社會：65 歲以上老年人口佔總人口比率達 7%，(2)高齡社會：65 歲以上老年人口佔總人口比率達 14%，(3)超高齡社會－65 歲以上老年人口佔總人口比率達 20%

「世界人口綜述」(World Population Review) 近日公布 2019 年版的各國出生率排名報告，200 個國家中，日本生育率為 1.478，排名 179，而「吊車尾」的國家竟然是臺灣，平均每個婦女僅生下 1.218 個孩子。

鼓勵生育一直是臺灣近年來相當重視的課題，政府亦致力於營造友善家庭的職場環境，制定各項育兒補助及育兒措施與設施，然而這些措施皆無法趕上少子化的速度，少子化已成為無法避免的事實，沒有人能夠置身事外。

「未來年表」這本書闡述的是日本的未來，日本現今已進入超高齡社會，老年人口比率超過 21%，等於每 4 個人就有 1 名高齡者（65 歲以上）；依據內政部統計資料，臺灣在 108 年 2 月 65 歲以上人口占 14.7%，已邁向高齡社會，預計 2026 年將進入超高齡社會，到了 2030 年，每 4 個人就有 1 名高齡者，幼年人口只有老年人口的一半。事實上，日本現在所產生的問題，臺灣必定也會發生，甚至來的更快，故本書像是一本臺灣未來的預言書，日本面臨的現象與挑戰可作為臺灣的借鏡，書中提及的處方箋，啟發讀者不一樣的思維。

## 貳、專書綜覽

本書分為兩個部分，前半部寫出日本人口減少的時程表，敘述日本 2017 年至 2065 年(社人研的推估至 2065 年)人口減少的情形與問題，並預言 2065 年後日本社會的情況；後半部作者提出現階段應該著手進行的 10 個處方箋。

在 2017 年至 2065 年間，日本的社會將因少子化、高齡化的影響而發生重大的變化，目前日本已變成「老太太大國」，每 4 人就有 1 名高齡者，預計到 2020 年，每 2 位女性就有 1 位 50 歲以上，過半數的女性都超過育齡，使得少子化的問題愈來愈嚴重，到 2024 年，邁向每 3 人就有 1 名高齡者的超高齡大國，至 2042 年時，高齡人口達 4000 萬人最大值，貧窮的獨居老人增加。

雖然人無法預測未來，但是依據未來人口的推估數字可以推測出可能發生的各種現象，由於高齡人口愈來愈多，可育齡的女性愈來愈少，人口減少已是無法避免的事實，再加上高齡化的衝擊，進而衍生很多相關問題，如「國立大學面臨倒閉危機」、「支撐基礎建設的技術者不足」、「老老照顧、雙重照顧、失失(失智症)照護情形增加」、「輸血用的血液不足」、「銀行、百貨、老人之家從鄉鎮消失」、「住宅供給過剩」、「活葬場及墓園缺乏」等，到 2050 年，由於務農人口減少，甚至捲入世界糧食戰爭，作者並預言

2065 年後，由於政府持續將受外籍勞工和放寬永久居留權的規定，進而產生本國人反而占少數的現象，另外自衛隊、警察、消防員等需要年輕活力的職業，將陷入後繼無人的窘境，使得自衛隊協助救災時，戰鬥機必須自鄰國而來，造成國家安全危機。

作者在本書第二部份以「戰略性縮減」、「維持富饒」、「擺脫東京單一集中化」、「少子化對策」這 4 個關鍵詞，提出現階段應該著手進行的「拯救日本的 10 個處方箋」。

### 一、戰略性縮減

作者提出 5 個處方箋，分別為「減少高齡者」、「擺脫 24 小時全年無休的社會」、「明確劃分非住宅區」、「跨區域進行自治體合併」及「徹底執行國際分工」，目的在於將國家改造為緊密、集中有效率的社會。所謂「減少高齡者」，係改變目前以 65 歲以上為「高齡者」的定義，既然高齡社會已成為既定的事實，不如重新界定 75 歲以上為高齡者，讓 65 歲至 74 歲人口重新成為社會支柱，以解決勞動力不足的問題；另外「擺脫 24 小時全年無休的社會」及「徹底執行國際分工」的處方箋，皆是為彌補勞動人口不足的因應對策；而將「住宅區明確劃分」及「跨區域進行自治體的合併」的處方箋，皆有助於增加行政效率，進而打造緊密集中而有效率的社會。

## 二、維持富饒

作者提出 2 個處方箋，分別為「活用工匠技術，製作高附加價值產品」及「以公費生制度培育人才」，目的在於將「大量生產、大量販售」的模式轉變成「少量生產、少量販售」，將職人技藝結合其他業種產品製造或最尖端的技術，創造出「日本原創」的名牌商品；另國家必須充分掌握哪種工作需要多少人才，訂定長期培育計畫，建立培育背負未來國家重擔的菁英人才架構，將補助金優先發給「國家希望發展領域」學習的學生，以培育策略性人才。

## 三、擺脫東京單一集中化

作者提出「推動中高齡人口移居地方計畫」及「建立第二市民制度」2 個解決方案，主要的目的在於解決地方人口減少及東京單一集中化的問題，藉由日本版 CCRC（長期照護退休社區）的普及，來推動中高年人口移居到地方的計畫，在地方大量建設高齡者專用住宅，以便宜的價格鼓勵他們移居此地，並運用活用定期租約來確保足夠的生活費，定期租約到期時，可以選擇回到都市的自宅或是繼續住下來；而建立第二市民制度重點聚焦於造訪當地的交流人口，人們可以選擇自己喜歡的旅遊地做為第二居住地，以第二市民身分申請戶籍登記，當地自治體可給與第二市民一些優惠，如便宜的住宿設施、直達公車等，同時亦可請求第

二市民協助參與振興地方的創意工作或地區活動，以加深彼此的交流。

#### 四、少子化對策

作者提出第 3 胎以上補助 1,000 萬元的構想，因為第 1 到第 9 個處方箋只能稍稍緩和社會因人口減少所導致的劇烈變化，只有增加出生人數，才能抑制人口減少，而如果不能讓人們願意生育 3 名以上子女，就無法抵擋出生人口減少的趨勢，由於大部分的夫妻都是因為太花錢而不願意生育 3 名以上子女，故作者提出第 3 胎以上補助 1,000 萬元的構想。

#### 參、專書評價

##### 一、運作時程表方式，直白又殘酷的預言日本的未來，讓讀者能正視高齡化

##### 所帶來的危機

一直以來，所有人都清楚知道高齡化與少子化的社會趨勢，日本為因應這樣的現象，以樂觀的態度制定相關的政策，期盼能夠減少該趨勢所造成的問題，然而，問題如果要能真正獲得解決，首先必須先徹底瞭解問題的所在，才能夠對症下藥，否則再多的政策也無用，作者為讓讀者能夠身歷其境的感受到高齡化所帶來的嚴重影響，依據社人研的推估數據，採用時程表的方式，直白的寫出從 2017 年到 2065 年間的社會現象，其嚴重性遠遠超乎我們的想像。

現今日本已進入高齡社會，再 5 年即邁向超高齡社會，人口比重相當高的團塊時代（即日本戰後出生的第一代）到 2025 年左右將全數超過 75 歲，高齡化的速度比我們想像的都還要迅速，其造成的問題沒有特效藥可以解決，且相關的配套措施都需要長時間的實施才能有效果，作者預言高齡化與少子化除了會造成大學倒閉、照護人力短缺、勞動力不足、空屋增加等問題外，最後甚至會導致食物缺乏及國家安全的危機，作者陳述這些現象並不是危言聳聽，而是希望藉由將目光放遠，透過事實的預言，能喚起所有人正視這個問題。

## 二、正視問題，提出可行的 10 個處方箋

本書的第一部份預言日本到 2065 年的未來，第二部分則是針對問題點提出有助於解決問題的 10 個處方箋，相較於現今政府所提出的因應對策都是以現在的人口規模為前提，並沒有將目光放遠，且政策多著重於鼓勵生育的部分，作者認為依據人口成長數據與社會趨勢，高齡化與少子化已是必然會發生的現象，相要提出有效的因應對策，就應勇敢的去面對這個現象所帶來的問題，故作者提出 10 個處方箋中只有 1 個是針對鼓勵生育的部分，其他的方案都是著重於戰略性縮減、維持富饒及擺脫東京單一集中化的部分，這些方案都是希望社會能變得更集中而有效率、不必要的服務可以精簡、自治體可以合併、65 歲至 74 歲之高齡者能重新成為社會支柱，並透過第二市民制度的建立，活化地方的經濟與

建設，而這些方案都需要長時間的規劃與運作才能見到成效，且人們也需要時間去調適與接受這樣的改變，改造國家，需要先改變每個人的想法，作者提出 10 個創新的處方箋，帶給讀者不一樣的思維與刺激，期盼能助於政府改變這個社會，減緩並預防問題的發生。

## 肆、個人心得

### 一、從日本預言臺灣

日本在 2015 年已進入超高齡社會，臺灣預計在 2026 年也將進入超高齡社會，由內政部 81 年 107 年的統計資料顯示，臺灣幼年人口一直在下降，老年人口（65 歲以上）一直持續增加，而這種現象隨者時間的增加愈來愈顯著（如圖 1），依據內政部推估，臺灣將於 2021 年達人口最高峰 2,361 萬人，隨後逐漸遞減，到了 2060 年人口預計只剩 1,900 萬人，每 1.3 人要扶養 1 位老人，人口老化及遞減的速度遠遠超乎我們的想像，本書所提及的日本危機，同樣也是臺灣未來的危機。



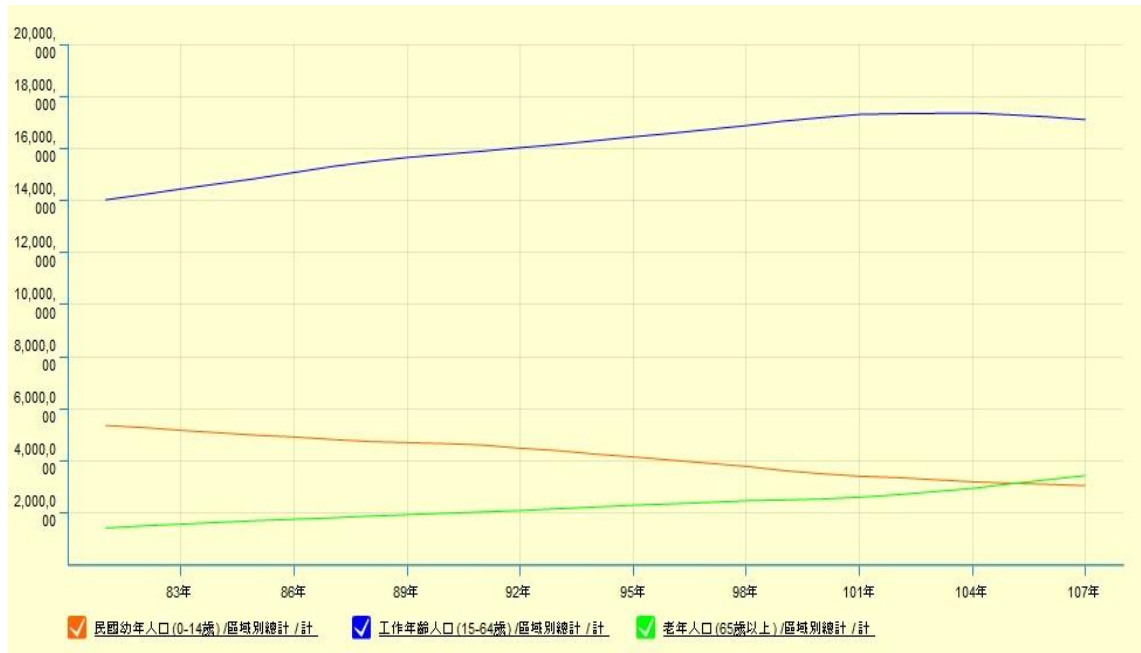


圖 1 臺灣 81 年至 107 年三段年齡組人口數線條圖

資料來源：內政部統計處內政統計查詢網。

## 二、臺灣在面對高齡化與少子化的問題上，未有完整配套政策

### (一) 面對高齡化危機：重點僅偏向福利政策，成效有限

現今政府也意識到高齡化所造成的危機，故推動許多因應對策，如長照服務、國民年金及全民健康保險等，這些政策重點在於保障老年人的基本生活，然而長照資源分布不均，照護勞動人力愈來愈缺乏，社會福利保障額度有限，而政府為減輕財政負擔，並讓高齡者可繼續活躍於職場，進行退休金改革，延後退休年齡，減少財政支出，卻對高齡者的工作環境與內容沒有相關配套措

施，而現今臺灣老年照護仍依賴配偶及子女<sup>2</sup>照護為主，當這些照顧者無法退休，反而又衍生長照問題，政府的長照服務又無法全面發揮功能，使人口老化的問題仍愈來愈嚴重。

## （二）托嬰問題阻卻家庭生育意願

政府為瞭解決少子化的問題，推動育嬰及托兒補助相關政策，然而這些補助十分有限，職場上對於職員育嬰需求仍抱持不友善的態度，且托嬰中心及保母虐嬰新聞頻傳，托嬰中心評鑑制度不完善，這些都阻卻家庭生育的意願，而當一個家庭未生育超過 2 名子女，人口不會增加，少子化的問題仍然會愈來愈嚴重。

## 三、臺灣應勇敢面對無法避免的危機，擬定適合的因應方案

本書中所闡述的日本問題，在出生率全世界最低的臺灣未來一定會發生，且可能來的更快，而因應的對策通常都需要長時間運作才能看到成效，現今的生育補助政策與老年福利政策無法根本的去解決問題，作者提出的 10 個處方箋，帶給讀者不一樣的新思維。

### （一）建立集中而有效率的都市

臺灣與日本一樣都有城鄉差距的問題，未來在人口減少的趨勢下，勢必會造成更顯著的城鄉落差，而政府仍必須花費許多心

<sup>2</sup> 依據衛福利 106 年 9 月底抽樣調查統計，主要照護者兒子佔 22.11%、配偶佔 21.53%、女兒佔 11.31%、外籍看護 17.06%。

力去維護僅有少數居民的偏鄉公共基礎設施，行政效率低落，若能明確的劃分住宅區與非住宅區，將人口集中於住宅區，所有的公共設施、管線、醫療設施都集中在住宅區，不僅民眾生活更便利，也有助於行政效率的提升。

## （二）讓高齡者重新活耀於社會

「老」是一條單行道，「少」的加入成雙行，荷蘭民間「青年與老年」結合的「創業模式」，可做為臺灣的借鏡，老年人不該是一個社會問題，不同年齡層有不同擅長的事情，老年人因擁有豐富的工作歷練，具備更好的手工技術，可創造出更獨特精緻的產品，故若讓年輕人與老年人一同創業，使得青年深入老人圈、老人踏進新世代，透過新舊想法互相刺激，不但能生產出更獨特創新的產品，更能解決老年人的孤獨與脫節感，文化亦有所傳承。

## （三）建立高齡者志工服務網絡

由於人口減少已成趨勢，未來勢必會有勞動人口不足的情形，而許多退休的老年人仍具備健康的身體，可服務於社會，若能創造高齡者志工服務網絡，列出適合高齡者服務的項目，透過多元化且有制度的方式廣為宣導，鼓勵高齡者從事志工服務，除有益於社會，並有助於高齡者建立良好的人際關係、提升身心健

康、增進自我肯定，成為一位快樂、健康、幸福的老人。

#### (四) 推動自立醫療，讓老年人得以善終

由於醫療的進步，人口的高齡化已成趨勢，然而有許多老年人的晚年生活都在醫院當中度過，靠著呼吸器苟延殘喘的活著，不僅自己痛苦，也加重照顧者的負擔，事實上，每個人都希望能善終，而不是痛苦的活著，然而家人基於不捨，總是難以做出放棄急救的決定，政府目前已制定「安寧緩和醫療條例」及「病人自主權利法」，然而上述條例的適用對象主要是針對重症的病人，有些病人可能已無法自己做出選擇，事實上，應該預留充足的時間，讓每個人在健康的時候就可以預先規劃自己最後的人生，讓每個人自主選擇如何走完人生最後的一里路。

#### (五) 落實托嬰評鑑制度，改善托育人員的勞動條件

經 yes123 求職網 108 年 4 月公布「上班族生養育計畫調查」顯示，不想生孩子的原因，第一名是怕賺的錢不夠養小孩 (66.3%)；第二名是因為買不起房子 (42.2%)；第三名是因為覺得工作忙，怕沒有時間照顧小孩 (28.9%)。由問卷調查顯示，家庭不生育的最主要的原因除經濟之外，沒有時間照顧小孩也是很主要的因素，而現今托嬰中心虐嬰新聞頻傳，托嬰中心的評鑑制

度形式化，托育人員 1 個人必須照顧 5 個小孩，讓家長無法安心把子女送托，影響家庭生育的意願。政府若能徹底落實托嬰中心評鑑制度，不定時的抽查托嬰中心的育兒情況，全面強制加裝監視器，並減少師生比，惟有讓每個家庭都能放心將子女送托，才能增加家庭的生育意願。

## 伍、結語

高齡化與少子化所造成的危機遠出乎我們的想像，而且是每個人遲早都會面臨到的問題，這些問題無法避免一定會發生，且沒有特效藥，因應的對策都必須要長時間的實施才能有效果，是個必須及早重視且立刻處理的問題。

為讓讀者瞭解到人口減化的嚴重性，本書前半部運用時程表的方式敘述著日本人口減少的情形及所造成的危機，其嚴重性並不是只有老年問題而已，在 30 年後，甚至可能導致世界糧食戰爭以及國家的滅亡，沒有人能夠逃過一劫，而臺灣與日本相同，一樣逐漸在縮小、滅絕中。

本書作者將目光放遠，提出 10 個因應的處方箋，希望透過這些方案讓社會變得更集中而有效率，雖然仍無法避免人口減少的趨勢，但至少可以降低問題的嚴重性，我們每個人都應該跳脫傳統思維，正視問題所在，惟有改變

---

舊有觀念，事先規劃好合適的解決對策，才能避免問題發生，進而創造出小而美又有效率的新社會。



*NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVICE*

國家文官學院

---

## 參考文獻（網路資料）

內政部統計處內政統計查詢網，108 年 4 月 28 日瀏覽。取自：

<http://statis.moi.gov.tw/micst/stmain.jsp?sys=100>。

古卓（2018 年 3 月 20 日）。臺灣已正式成為高齡社會，8 年後更將變成「超高齡社會」—借鏡荷蘭的「混搭」做法，讓高齡不再是「問題」【換日線】。取自：<https://www.businesstoday.com.tw/article/category/80392/post/201806070042/>

蔡依婷（2018 年 6 月 7 日）。臺灣人為什麼不敢生小孩？數據帶你看真相【今周刊焦點新聞】。

臺北市立聯合醫院。《病人自主權利法》與《安寧緩和醫療條例》之不同【預立醫療照護諮商】。

國家文官學院