



2020年度
都市生活
シンポジウム

人生100年時代 新たなライフスタイルへのシフト

東京ガス・暮らしサービスコミュニケーション部では、1990年から3年毎に実施している「生活定点観測調査」に基づくライフスタイル予測をはじめ、生活者に関するさまざまな調査・分析を行ってまいりました。超高齢化社会の到来とコロナ禍による大きな社会変化を踏まえ「人生100年時代 新たなライフスタイルへのシフト」をテーマにシンポジウムを開催いたします。多くの方のご参加をお待ちしております。

オンライン
による
ライブ配信

2021年

2月25日(木) 13:30-15:30

予約制・先着順

【プログラム】

ご挨拶

代表取締役 副社長執行役員 リビングサービス本部長 高松 勝

取り組みのご紹介

暮らしサービスコミュニケーション部 都市生活研究所長 石川 直明

第一部

「コロナ禍で変わる暮らし ～生活定点観測調査～」

1990年から3年毎に実施している生活定点観測調査を軸に、コロナ禍前後の生活者の意識・行動の変化を読み解き、今後の新たなライフスタイルの兆しを解説します。

都市生活研究所 副所長 榎本 淳史

第二部

「アクティブエイジングを支える生活基盤」

2030年には3人に1人が65歳以上、シングル世帯の約4割は65歳以上に。前例のない人生100年時代を支えるライフスタイルを「食」と「住まい」から紐解きます。

① 健康寿命を延ばす食生活のすすめ

心身ともに健康なエイジングを支える最も重要な役割を果たす食生活。日々の少しの工夫がフレイル予防につながります。その3つのポイントと具体的な方法を紹介します。

食情報センター 統括研究員 松葉佐 智子

② 健康になる家づくり ～ポイントは「暖かい家」～

人生折り返し、プレシニアがこれからも活き活きと暮らすために重要なポイントは「暖かい家」。風邪対策から基礎疾患リスク対策まで、健康な家に関する知見をご紹介します。

都市生活研究所 統括研究員 藤村 寛子

③ 今後捉えておくべき「シングルプレシニア」とは

年々増え続ける50-60代シングル。単身高齢者予備群である「シングルプレシニア」の特徴や意識・ニーズなどを浮き彫りにし、高齢期に向けた課題解決を実現するためのコミュニティや食・住まいのあり方を提案します。

都市生活研究所 主任研究員 津田 圭子

※タイトルや内容は予告なく変更する可能性があります。