

2026年1月21日

報道関係者各位

マニュライフ生命保険株式会社

マニュライフ生命、「長寿経済フォーラム」を開催 日本の人生100年時代の課題に取り組む ～資産寿命を延ばし、金融不安を自信へ－専門家が実践策を提案～

マニュライフ生命保険株式会社（取締役代表執行役社長 兼 CEO：ライアン・シャーランド、本社：東京都新宿区、以下「マニュライフ生命」）は、1月19日（月）、産経新聞社との共催で「長寿経済フォーラム」を初めて開催し、約350名の参加者が来場しました。本フォーラムでは、人生100年時代の経済的豊かさの実現という日本の重要課題に向き合いました。日本人は世界トップクラスの長寿である一方で、老後の資金不安は高まっており、当社が実施した「[アジア・ケア・サーベイ2025](#)」*によると、日本では77%が老後の資金に不安を感じています。本フォーラムでは、経済的不安なく老後を過ごすために資産寿命を延ばす具体策として、分散投資、早期の計画、家族との対話といった実践的ステップを議論。会場ではライブ投票やグラフィックレコーディングで参加者の声を可視化し、「不安」を「行動」へつなぐきっかけを提供しました。

* アジア・ケア・サーベイ2025（アジア健康長寿調査）

<https://www.manulife.co.jp/ja/individual/about/company/report/asia-care-survey-2025.html>

基調講演：「何もしないことこそ最大のリスク」

日本金融経済研究所代表理事で経済アナリストとして活躍する馬渓磨理子さんが「未来を切り拓く退職準備：不確実な時代を生き抜く戦略」と題して基調講演を行いました。現在の物価高や実質賃金の低下などの経済状況下では「現状維持は幻想であり、何もしないことが最大のリスク」となるとし、投資する人としない人の格差が広がっていると指摘しました。そして自分が「どんな人生を送りたいか」という逆算する思考から資産設計を始めることや、利息が利息を生むという複利の力で時間を味方にけて、早めに行動するよう参加者さんに勧めました。

馬渓さんのすぐに行動に移せるアドバイスとして、

- ・ 自分が送りたい人生を考えて資産計画を設計する
- ・ NISA、保険、分散投資を活用してファイナンシャルプランナーへ相談する
- ・ インフレや円安対策のために分散投資をする

を挙げました。

パネルディスカッション：不安から「行動」へ

人生100年時代を幸せに、安心して、豊かに生きるための未来の選択について議論しました。元サッカー女子日本代表キャプテンで現在は子育てをしながらセカンドキャリアとしてスポーツの普及に務める澤穂希さん、慶應義塾大学大学院経営管理研究科で行動心理学やお金にまつわる意思決定等を研究する井上哲浩教授、マニュライフ・インベストメント・マネジメント株式会社の山本真一代表取締役社長を迎え、それぞれの体験や示唆を含めた対話が行われました。

澤さんは出産後、「自分の老後を考えたときに迷惑をかけたくない、子どもたちのために残してあげたい」という気持ちから「攻めるだけではなく守りのお金も大事」と感じるようになり、「家族と話し合いをして、ファイナンシャルプランナーなどに相談している」と、ライフイベントや目的に合わせて、将来の資産形成を考えるきっかけを得た体験を紹介しました。

多くの日本の方々が資産形成に不安に感じながらも行動できない理由として、井上教授は「日本において多くの人々は、行動を先延ばしする傾向があり、損をしたくないと考えるあまり、結果的に何もしないという選択をしてしまう傾向がある。決断や行動を先延ばししないためには、対処できる程度に不安を分解し、細分化していくことが重要」と示唆しました。

また、山本社長は「日常生活や仕事に追われて、将来や老後のことについて考える時間が取づらいことが、行動に移せていない1つの要因であり、現役世代のうちに将来設計の方針を明確にしておくことも大切。インフレ時代には行動の差が老後の貯えの差にもつながってしまうため、早めに行動して運用を始めれば無理のない運用が可能になる」とアドバイスしました。

山本社長は「日本ではファイナンシャルプランナーに相談する人が20%程度と他国に比べて利用率が低いが*、利用した人は運用への安心感が高まっており、相談してほしい」と指摘し、井上教授から「日本の消費者は“お金の話はプライベート”という文化などが相談へのハードルとなっているが、相談すれば不安が言語化され、分解されるので、心理的負荷を下げ、現状維持バイアスを乗り越えて行動を促す効果も示されている。相談することは行動を後押ししてくれる伴走者として非常に重要」との助言がありました。

マニュライフ生命のコミットメント：グローバル発「[長寿経済インスティテュート](#)」**の日本への展開

マニュライフ生命CEOのライアン・シャーランドは、日本における長寿のパラドックスについて言及。「長寿はただ年齢を重ねることではなく、健康、経済、心理的なウェルビーイングをバランスよく保ちながら『その年齢をどう生きるか』が大切です。対話は行動を生み、行動は未来を変えます」と述べました。

本フォーラムでは、マニュライフのグローバル発「Manulife Longevity Institute（長寿経済インスティテュート）」の日本への展開についても発表しました。本インスティテュートは、知見・研究・パートナーシップを日本で活用するとともに、日本発の知見を生み出し、グローバルの知の蓄積に貢献するプラットフォームです。

** 長寿経済インスティテュート

<https://www.manulife.co.jp/ja/individual/about/longevity-institute.html>

マニュライフが長寿課題の取り組みをリードする理由

マニュライフは、100年以上にわたるグローバルなアクチュアリー（保険数理）とリスク予測の知見を強みに、寿命・健康・金融行動が時間の経過とともにどのように変化するかについて深い理解を蓄積してきました。また、世代を超えた資産の保全・承継における長年の強みを生かし、退職後の備えにとどまらず、将来世代へ受け継ぎたいレガシーまで見据えた準備を、ご家族とともに支援しています。さらに私たちは、資産形成から退職後の生活設計、相続・資産承継まで、一貫した金融ソリューションを提供できる数少ない生命保険会社の一つとして、人生100年時代のライフステージ全体を通じた支援を行い、金融不安を自信へと変えることを後押ししています。

本フォーラムのハイライトや実践に役立つ情報は、[長寿経済インスティテュート日本プログラムのウェブページ](#)に公開してまいります。より良い健康と資産形成、そして経済的な安定に向けて、一人ひとりの“最初の一歩”を後押しします。



長寿経済インスティテュートについて

長寿経済インスティテュートは、研究・ソートリーダーシップ、提言、コミュニティ投資を通じて、人々がより長く、健やかに、そしてお金の不安なく生きられるよう行動を促すグローバル・プラットフォームです。3億5千万カナダドルのシグネチャー・コミットメントを基盤に、健康寿命の延伸とすべての人の金融レジリエンスの向上に重点を置いています。

保障・退職後の生活設計プラン・資産形成のグローバル・プレーヤーであるマニュライフは、この変化をリードできる独自の立場にあります。同インスティテュートの活動は、長寿経済を育てる組織への投資、トップレベルの学術機関やシンクタンクとの研究連携、そして加齢に伴う社会課題への理解と行動を広げる知見発信（Thought Leadership）を通じて、マニュライフの「Impact Agenda」を支えます。米国では「John Hancock Longevity Institute」の名称で展開します。運営は、マニュライフの経営陣およびグローバル・リーダーシップ・チームのメンバーで構成されるスティアリング・コミッティが方針を策定し、カナダ／アジア／米国のパートナーや長寿領域の有識者からなる強固なエコシステムと連携して進めます。

詳細は[専用ウェブページ](#)をご覧ください。

マニュライフ生命について

マニュライフ生命は、カナダに本拠を置く大手金融サービスグループ、マニュライフ・ファイナンシャル・コーポレーションのグループ企業です。ブランドメッセージ「人生に、たしかな選択を。」のもと、生命保険による保障、退職後の生活設計、資産形成など、お客さま一人ひとりに合わせたソリューションを通じて、より良い未来に向けた選択を支援しています。当社は、長期的な経済的ウェルビーイングの実現に向けて、グローバルな専門性と日本市場に根差した知見を融合し、保障、資産形成およびその継承をサポートします。

当社に関する情報は、公式ウェブサイト（<https://www.manulife.co.jp>）およびLinkedInアカウント（<https://www.linkedin.com/company/manulife-japan/>）をご覧ください。

マニュライフについて

マニュライフ・ファイナンシャル・コーポレーションは、世界有数の大手金融サービスグループです。マニュライフは、複雑な社会においてお客さまがより簡単に最適な判断をし、より良い人生を送るためのお手伝いをします。カナダのトロントに本拠を置き、カナダ、アジア、欧州ではマニュライフとして、米国ではジョン・ハンコックとして、個人、団体、企業のお客さまに金融アドバイスおよび保険商品をご提供しています。マニュライフ・ウェルス＆アセット・マネジメントを通じては、世界中の個人・機関投資家・退職金制度加入のお客さま向けにグローバルな投資や金融アドバイス、退職金制度のサービスをご提供しています。2024年末現在、マニュライフは世界中で37,000人超の職員と109,000人超の営業職員および数千の販売パートナーを擁し、約3,600万人のお客さまに商品やサービスをご提供しています。トロント証券取引所、ニューヨーク証券取引所およびフィリピン証券取引所においては「MFC」の銘柄コードで、また、香港証券取引所では「945」で取引されています。すべてのサービスがすべての国と地域で利用できるわけではありません。

詳細は、<https://www.manulife.com>をご覧ください。