

新・島根の中山間地から Work as Life

第9回

「ベトナム・レポート①」

野中 浩一



1. ベトナムは 34.4 歳、日本は 50.8 歳

表 1. ベトナムと日本の基本情報の比較

項目	ベトナム	日本
面積	33 万 1,212 平方キロ	37 万 8,000 平方キロ
人口	約 1 億 159 万人	約 1 億 2,310 万人
首都	ハノイ	東京
人口が多い都道府県 (省・中央直轄市)	1.ホーチミン市 (約 1,300 万人)、2.ハノイ市 (約 1,000 万人)、3.タンホア省 (約 370 万人)、4.ゲアン省 (約 350 万人)、5.ドンナイ省 (約 330 万人)	1.東京都 (約 1,400 万人)、2.神奈川県 (約 920 万人)、3.大阪府 (約 870 万人)、4.愛知県 (約 740 万人)、5.埼玉県 (約 730 万人)
政治	社会主義共和制 (ベトナム共産党)	立憲君主制 (議員内閣制)
国内総生産	4,940 億米ドル	約 4 兆 4,400 億米ドル
GDP 成長率	6.5% (2024-2025 年予測値)	1.0% (2025 年予測値)
一人当たりの国民総所得	4,970 米ドル	3 万 8,340 米ドル
平均寿命	74.7 歳	84.1 歳
戦後〇年	51 年	81 年

出典：総務省統計局『人口推計』、内閣府『国民経済計算』、およびベトナム統計総局 (GSO)『統計年鑑』等のデータをもとに筆者作成。

※基本的に 2025 年の実測値に基づいているが、項目により調査年に多少のばらつきあり

※人口に関して、日本には在留外国人約 412 万人を含み、対してベトナムの在留外国人は約 1~2 万人程度

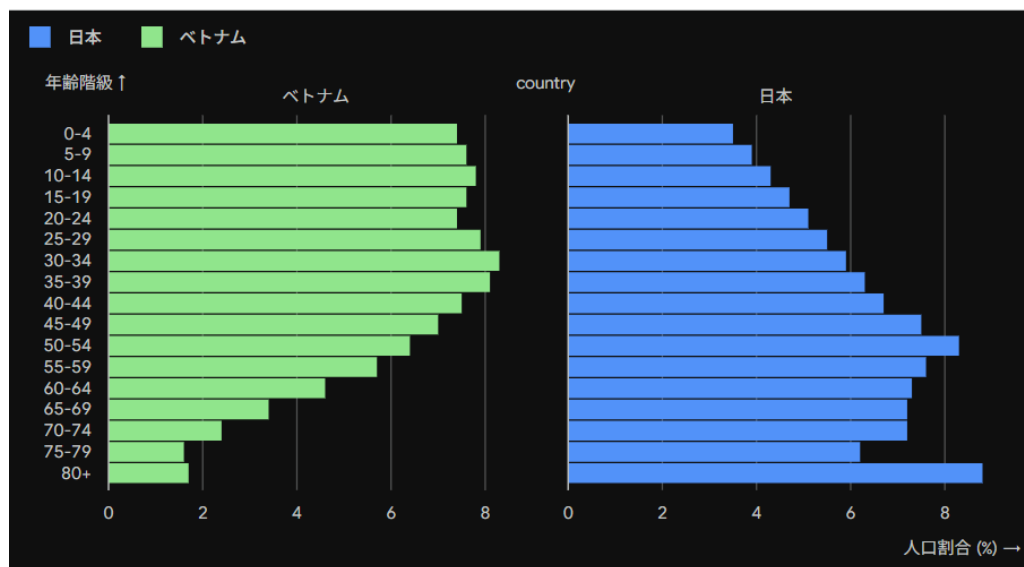


図 1. ベトナムと日本の「人口年齢構成」の比較 (2025 年)

出典：世界人口推計 2024 年改訂版 ※年齢の中央値 ベトナム 34.4 歳、日本 50.8 歳

<コラム① 交通サバイバル>

ベトナムに来て、まず日本との違いを感じたことは、道路におけるバイクの多さと、無秩序にも見える車とバイクの群れの動きである。事前の訓練（ベトナムでの生活の注意事項）において、ベトナムではバス>車>バイク>人のように、大きくて強いものが優先するところがあると聞いていた。また、ベトナムのバイクは、歩道に乗り上げたり、歩道を走ったりするとも。実際にベトナムでは誰もが、歩道の奥にあるお店までバイクを走らせて乗りつける。

実際にベトナムで生活してみると、車やバイクでも歩行者に注意を払い、ぶつからないよう減速したり避けてくれるものも多い。一方で、まったくお構いなしに凄いスピードで突っ込んできたり、減速せずに右左折するようなものも少なくない。交通マナーがかなり属人的である。そうした様々な動きをみせるバイクや車や自転車や人が入り交じりながら、お互いにすれすれを行き交いながらもそれなりに事故を回避しているように見えるのは、ベトナム人のその場の動きに合わせる即興性や運動能力も関係しているのだろうかとも思う。

<コラム② 工事ダイナミクス>

表 1 と図 1 を見てもらうとわかるように、ベトナムは人口増加と経済成長が著しい。それもあってか、ベトナムの都市部（私が見てきたのは北部ハノイと中部ダナン）はとにかく工事が多い。日本の社会常識で想像される範疇ではない。私が泊まっていたホテルは、入室時から隣の部屋の内装がバキバキにはがされてリフォームの真っ最中であつた。また、そのリフォームが 1 週

間ほどで終わると、次は 1 台しかないエレベーターの中に工事道具が置かれ、段階的に壁紙がはがされたり、電気のコードがむき出しになっていたり、ときに作業員 2～3 名が常に作業した状態で数日乗り降りしていた。日本では考えにくい、生活と営業と工事とが同時進行である。

道路では電線を埋める工事をしているそうで、いたるところで歩道全体が数十メートルから百メートル程度の幅で、まるまる掘り返されている。また、学校や家もリフォームだらけで、私がお世話になった語学の先生の家も隣が増築工事で、日中ずっと作業音が響き渡るのみならず、足場が先生宅のベランダまではみ出していたり、先生宅の玄関にくぎやビスが（上空から）落ちてきていたり、語学の授業中に「チョイオーイ！（ベトナム語でオーマイガッ！うわマジか！といった意味）」の音が何度も聞かれるほどであった。

＜コラム③ 戦争や貧困を経験した世代の存在＞

今のベトナムの発展を語るうえで、戦争の影響や貧しさの反動を抜きにすることはできないと感じている。戦後まだ 51 年。しかし、今の私はまだその影響について語るだけの感触や言葉をもたない。

2. なぜベトナムに「懐かしさ」を見るのか

表 2. ベトナムと日本の「自営業率」の推移

年	ベトナムの自営業率（推計）	日本の自営業率
1970 年	—	34.5%
1990 年	85%	21.8%
2010 年	62%	11.2%
2025 年	48%	9.0%

出典：ILO（国際労働機関）、日本総務省「労働力調査」、ベトナム統計総局（GSO）の自営主および無給家族従業者を基にした概数値

※日本の自営業率は自営業主と家族従業者を足した、広義の自営業率です。

▶年代別、ベトナムの自営業

1990 年：圧倒的に小規模な米作・水産などの農業。都市部では市場の露店販売、家内手工業、個人持ちの移動手段（シクロ等）による個人輸送。

2010 年：農業（依然として大半）、街頭の飲食店（フォー店やカフェ）、個人商店（個人商店「タップホア」）、個人バイクタクシー（Xe Om）、小規模建設・修理工。

2025 年：農業割合が減少する一方、ライドシェア・配達ドライバー（Grab 等）、SNS や E コマースを通じた個人販売（ライブコマース等）、個人経営のカフェ・美容関連、フリーランスエンジニア・デザイン業など多様化。

▶年代別、日本の自営業

1970 年: 米作などを中心とする農林水産業のほか、街の個人商店（八百屋・魚屋・豆腐屋・酒屋など）、町工場（下請け小規模製造業）、大工・工務店（建設業）、喫茶店や大衆食堂などの個人飲食が主力。夫婦や子どもが手伝う「家族従業者」の割合が極めて高かった（全体の約 15%）のが大きな特徴。

1990 年: 農業・漁業のほか、個人商店（酒屋・八百屋等）、町工場（小規模製造業）、建設業、個人経営の飲食店が中心。

2010 年: 農業や個人商店が減少。建設、飲食・宿泊業、個人の医療・福祉（マッサージ・鍼灸等）、サービス業に移行。

2025 年: 伝統的な店舗型自営業が減少し、IT・Web クリエイター、フリーランスのコンサルタント・士業、軽貨物配送ドライバー、美容・サロン経営など専門職やプラットフォーム型の自営が拡大。

＜コラム④ 個人商店の存在感＞

表2のとおり、ベトナムは自営業率がとても高い。ハノイやダナンの道を歩けば、自営の小さな食堂や飲み物とお菓子・おつまみを売る個人商店が軒を連ねている。カフェやジュースを売る店、服や鞆を売る店、おもちゃと文房具を売る店などもある。

日本と違い面白いと思うのは、その売り物が限定されていることが多いことである。例えば、日本であれば家具屋のように椅子、机、タンス、ベッドなど色々取り揃える傾向にあるが、ベトナムでは椅子だけ売る店、ベッドだけ売る店などがある。また食堂にしても、フォー屋、ブンチャー屋、バインセオ屋、チャー屋など、個人商店では売り物が限定された店が多くみられる。

もちろん、人を雇って営業しているスーパーやコンビニのような店、ショッピングモールのような大型店もあるにはある。ただし、自営業率を見てもらうと分かるように、ベトナムではまだまだ狭い商品カテゴリで勝負している個人（または家族経営）のお店が存在感を示している。

かつて日本の個人商店や商店街の多くは、大型店の出現を前になすすべなく消滅していったが、ベトナムでは今なお元気な商店が多い。その理由について、私は「単品の柔軟性」「3 倍の価格差」「ベトナム人の食習慣」が関係していると推察する（この3点の詳細については、またの機会に考察したい）。

ただ一方でベトナムに住む人たちの目には、こうした個人商店の数や街の姿が、近年の規制や都市化によってまさに大きく移り変わっていると映るようである。

＜コラム⑤ 昭和ノスタルジー＞

近年、日本にいと寂しさを通り越して、無念を感じることもある。私がこれまで暮らしたことがある都市、東京は変わらず輝いている。名古屋や福岡もそうだ。京都は大きく変わったが、良いか悪いかは別として新たな賑わいを見せている。

一方で 20 年暮らしてきた島根県はどうか。コロナ禍以降、多くの歩道が大草で覆われ、手入れされていた田畑や山林は生い茂るままの野生となり見る影もない。思春期を過ごした千葉県の銚子市はどうだろう。シンボルだった百貨店やショッピングモール、何度も通った、本屋、ゲーム屋、CD ショップ、ゲームセンター、定食屋、たこ焼き屋、塾、30 年経った今ではあるが、何一つ残っていない。シャッターが閉まったままの店、廃墟のようになった建物、人通りがなく車のみが通る道。今の地方の姿だ。

こうした日本を一旦離れ、ベトナムに来た。私はそこで不思議な感覚にとらわれることがある。言葉もほとんど通じない、民族も異なる、でも懐かしい。この懐かしさはどこからくるのだろうと、ことあるごとに考えている。街に若者や子どもが沢山いること、個人商店が多くお客も多いこと、身近な買い物やサービスに触れ合いや手作り感があること、雑然として混沌とした余地があること、公園や街中に噴水や池などの水場が多いこと、お店の棚に商品がびっしり並んでいること。

懐かしさとは、人、場所、もの（しつらえ）とが混然となって五感を刺激して織りなす幻想ではないかと思っている。そうした意味において、今の島根や銚子よりも、目の前にあるベトナムが懐かしい。

3. 人口減少の現実と、おおらかな『公私^{こんこう}混淆』の文化

表 4. ベトナムの「出生数と合計特殊出生率」と「死亡者数」（推計）

年	出生数（合計特殊出生率）	死亡者数
1990 年	約 200 万人（3.6）	約 43 万人
2000 年	約 153 万人（2.25）	約 43 万人
2010 年	約 145 万人（2.0）	約 58 万人
2020 年	約 155 万人（1.96）	約 62 万人
2025 年	約 148 万人（1.93）	約 66 万人

表 3. 日本の「出生数と合計特殊出生率」と「死亡者数」

年	出生数（合計特殊出生率）	死亡者数
1990 年	約 122.2 万人（1.54）	約 82.0 万人
2000 年	約 119.1 万人（1.36）	約 96.2 万人
2010 年	約 107.1 万人（1.39）	約 119.7 万人
2020 年	約 84.1 万人（1.33）	約 137.2 万人
2025 年	約 67.1 万人（約 1.15 - 1.18）	約 160.5 万人

出典（表3及び表4）：厚生労働省「人口動態統計」、ベトナム統計総局（GSO）「人口動態統計」、国連人口基金（UNFPA）推計データをもとに筆者作成。

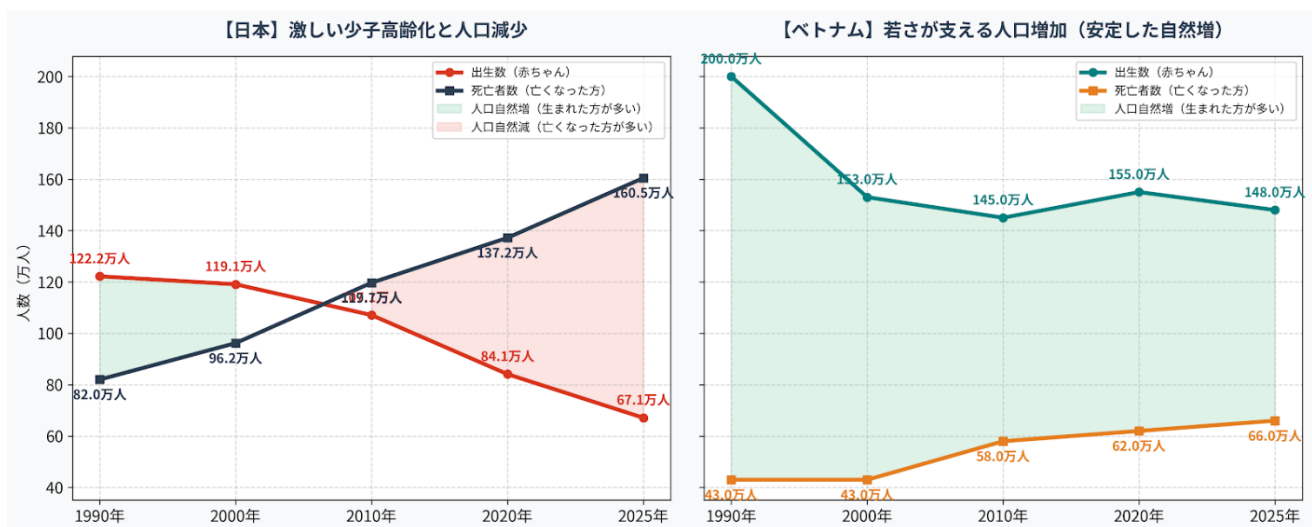


図2. 日本とベトナムの出生と死亡の対比

＜コラム⑥ 昼寝と休憩の妙＞

ベトナムに来てから、佇んでいる人をよく見る。朝、商店の軒先でプラスチックのカラーイスに座って何をするでもなく過ごしているオジサン。カフェでひとり、何をするでもなくじっと座っているオジサン。中には2～3人連れだったり、スマホをいじったりスマホゲームで戦っていたりという人もいる。このように日中にもかかわらず、街中には休憩している人たちの姿を多くみかける（私の目からは20～50歳くらいの男性が多いように見える）

ベトナムには昼寝の文化があるらしい。お昼にたっぷり休憩時間をとって、場合によっては家に帰って寝る。営業中の店先の椅子で寝ている人もよく見かける。食事や休憩にしても、とても臨機応変である。夕方、私がハノイの街中にある服屋を覗いたとき、中で2人の店員がお店のど真ん中に座りこんでお弁当を食べている場面に出くわした。また、従業員が10人以上いる洋風な飲み屋で夜の食事をしていたときには、やる業務がなくなったタイミングで従業員がスマホを触りだして、明らかに休憩モードに入っていた。声がかかってやることがあればしっかりやるが、それ以外の時間は様子をみながら休憩する。そんな感じに見える。

こうしたベトナムの光景を見ていると、私の祖父母がいた田舎の村や、私が住んでいた島根県の里山で、農作業や奉仕作業の合間に自在に休憩をとっていた日本の村人を思い出す。今日中に何をどのくらいやるのか、それは各自の責任において頭の中にあり、だからこそ作業の進み具合を見ながら、その日の天候や一緒に働く人の様子もみながら適宜休憩をとる。その日その日でお茶の時間（人によってはお酒の

時間）をとったり、漬物など塩分をとったり、ときに人のうちでお呼ばれしてたっぷり話をしたりする。

日本ではよく公私混同という言葉が使われる。この言葉が使われるときは「仕事（公）において、自分の用事や都合（私）を持ち込むな」という禁止の意味で使われる。戦後急速に雇われサラリーマン社会となった日本で活用された言葉であり、公と私に分けるべきだという暗黙の社会的倫理観が含まれている。しかし元々の日本は自営業が中心であり、公私混淆（こうしこんこう）の柔軟性が持ち味だったのではないだろうか。だからこそ誰もが主体性をもって家業や地域の役に励み、それらが相互作用をもたらした面があったのかもしれない。ベトナムの商店や市場を見ていると、ふと、そんなことを考える。

＜コラム⑦ 日本の減少幅は、本当に 93 万人なのか？＞

図2の出生数と死亡者数が交差する点に注目してほしい。日本では2005年に出生数が死亡者数を下回り、その後2007年から先はずっと下回り続けている。表3と表4のとおり、直近の2025年に日本では人口約93万人が減少しているのに対して、ベトナムでは約82万人が増加している。

ただし、この日本の減少幅を93万人と捉えない方がいいと私は考えている。図1が示すように高齢者の割合が多い日本においては、160万人が亡くなるその同時期に100万人以上の人が社会的な労働や役割（それは会社で働くという意味だけではなく、地域の保全のための雑務も含む）からリタイヤしていたり、大病や認知症等で労働や役割が果たせなくなって介護・介助生活になっている可能性を示唆している。つまり、社会的には年間200万人程度の減少幅があると考えるのが妥当ではないだろうか。

4. 日常生活と性を取り戻す試み

表5. ベトナムの婚姻件数と日本の婚姻件数の比較

年	ベトナムの婚姻件数（推計）	日本の婚姻件数
1990 年	約 40 万～50 万件	約 72 万 2 千件
2000 年	約 45 万～55 万件	約 79 万 8 千件
2010 年	約 50 万～60 万件	約 70 万件
2020 年	約 50 万件	約 52 万 5 千件
2025 年	約 50 万～55 万件	約 48 万 5 千件

出典：厚生労働省「人口動態統計」、ベトナム統計総局（GSO）「ベトナム統計年鑑」、および国連人口部門（UN）推計データ

表 6. ベトナムの婚姻年齢と日本の婚姻年齢の比較

年齢	ベトナムの婚姻年齢（推計）	日本の婚姻年齢
20 歳未満	夫 約 1.5% / 妻 約 6.5%	夫 0.2% / 妻 0.4%
20～24 歳	夫 約 22.0% / 妻 約 38.0%	夫 7.5% / 妻 12.0%
25～29 歳	夫 約 42.0% / 妻 約 34.0%	夫 36.5% / 妻 41.2%
30～34 歳	夫 約 18.0% / 妻 約 12.0%	夫 26.8% / 妻 22.5%
35～39 歳	夫 約 16.5% / 妻 約 9.5%	夫 12.1% / 妻 10.3%
40 歳以上		夫 16.9% / 妻 13.6%

出典：厚生労働省「人口動態統計」、ベトナム統計総局（GSO）「人口住宅国勢調査」および「中間人口住宅調査」

ベトナム（2025）の平均初婚年齢は**男性 29.3 歳、女性 25.5 歳**

日本（2025）の平均初婚年齢は**男性 31.1 歳、女性 29.7 歳**

＜コラム⑧ 少子高齢化と人口減少はどこから来るのか？＞

私と世代が近いベトナムの方と話をしていると、この先ベトナムで問題化するであろう高齢化や少子化を心配する声が聞こえてくる。特に日本や韓国を知っていてニュースに精通している人であれば、よりそのような懸念が生じるであろう。実際にベトナムでも婚姻年齢が次第に高くなる傾向があるとともに、離婚率も以前より上昇しているようである。ここでは、高齢化や少子化がベトナムより先行している日本の現状を、私の解釈を交えて伝えたい。

人間科学の観点から私が考える人口増の条件は、①初婚および初産の年齢、②出会いと性行為の機会の多寡、③ストレスバランス（不安・緊張—緩み・ひま・リラックス）である。

日本においては、女性の社会進出や高学歴化に伴って初婚や初産の年齢は高まり続け、また、不妊治療件数も 55 万件を超えている（日本産科婦人科学会、2024 年の体外受精・ART 実績より）。当然のことながら、初婚の年齢によって妊娠率は変わり、母子の健康、子どもの障害の有無などの確率が違ってくる。中国やベトナム、古くは日本においても、25 歳頃までに結婚していなければ、家族や親族から心配され・催促され・斡旋されたりする文化風土があった。この働きかけは現在の先進各国の少子化の現状に照らせば、生物的に理にかなったことであつたろう。一方で、こうした社会風土は一部の男女（特に女性）に圧迫感や疎外感や不満をもたらし、しかし多数の男女に婚姻生活と子どもがいる人生をもたらしたと考えられる（そのシステムに問題を感じていない場合、意識化されたり主張されたりしない。サイレント・マジョリティである）。

また、出会いや性行為に至る過程において、現代はハラスメントや性被害などネガティブな情報が溢れている。そのため、こうした情報に触れる機会が多い人ほど、身体接触および性行為に至る過程で心理

的な委縮を経験する可能性が高いと考えられる。相手との関係において十全に同意が得られて、万全に事が進行することなどあるのだろうか。特に 10 代や 20 代前半のまだ経験が少ない若者において。

加えて、近年の日本では「性暴力」「性被害」など、性がまるで犯罪的でいかがわしいもののよう扱う風潮が急速に強まった一方、スマホの普及等によって AV のような性行為を映す動画にいつでもアクセスできるようになっている。さらに日本はデリヘル・ソープ・各種ヘルスなどの対面型風俗の利用が元来活発で、市場規模は年間で 2 兆円を超えている（経済誌等による独自試算。映像・ネット配信・グッズも含めた市場規模は約 5 兆円と試算）。加えて SNS やマッチングツールによる個人間取引も盛んである。つまり、男性が本来持つ生物学的な性欲（射精欲求）が、身近な女性との関係構築が委縮する中で、動画や風俗といった代替的で快楽的・娯楽的な性に方向付けされやすい実態がある。ヒトがもつ本来的で自然なりゆきである「日常の営み」としての性は大きく遠ざかり、反対に暴力的で卑猥なものとしての性と、快楽的で娯楽的な性ばかりが身近で強調されている状況が今の日本の姿ではないだろうか。

最後にストレスバランスについても述べたい。社会が成熟するとともに、雇用が大半となった現代において、雇われて働くということ自体が時間的な自由や言動の自由をある程度において拘束する面があり、そこにストレスはつきものである。さらに人手不足によって 1 人あたりにかかる負担が増えやすい状況にあることや、有能な人ほど仕事を抱えやすくなる構造もある。心身ともに疲れた状態においては、たとえ結婚していたとしても、性行為に至る頻度や妊娠に至る確率は相対的に下がるものと考えられる。加えて日本全体の高齢化による介護や保育に関する負担など、夫婦共働きで仕事中心の社会ゆえに家庭内のストレスをうまく消化（昇華）できずに日々を送る人も少なくない。

今後の日本そしてベトナムがどう変化していくのか。一見、少子化対策のためには①～③を改善すればいいように思えるかもしれないが、実際にはそうではない。文中にある①～③を阻害している要素、それは飽くなき経済成長や飽くなき個人の権利（少数派の大きな声）と分かちがたく結びついた怨念との対峙でもある。もちろん、少子化や人口減少に対して、対策や改善を働きかけることが必要かどうかは別議論である。