

## Zabezpieczenie emerytalne w Japonii – różnorodne kierunki działań

### Old-age security in Japan – multidirectional actions

GERTRUDA UŚCIŃSKA

ORCID:0000-0001-7379-5156

Centrum Badań nad Zabezpieczeniem Społecznym UW/  
Centre for Social Security Studies, University of Warsaw\*  
e-mail: g.uscinska@uw.edu.pl

*Summary: Japan has long been struggling with the negative effects of demographic processes, mainly ageing. It is the oldest country in the world in terms of the percentage of persons over 65 years of age (with a record high of 29.1% in 2023). Japan has entered the “hyper-aged society” phase. Due to the specific age structure of Japanese population, special attention in this country is paid to social security, including the old-age pension system, long-term care, and health policy. The government pursues a long-term and comprehensive policy in these areas. Japan’s experience highlights importance of predicting the effects of demographic phenomena, mainly population ageing and low generational replacement ratio, as well as preparing to mitigate negative effects of these processes.*

*Key words: Japan, demographic processes, ageing, old-age pension scheme, long-term care, labour market, public policy*

*Streszczenie: Japonia od dawna mierzy się z negatywnymi skutkami procesów demograficznych, głównie starzenia się. To najstarszy kraj na świecie pod względem odsetka osób w wieku powyżej 65 lat (w 2023 r. rekordowy poziom 29,1%). Japonia weszła w „fazę sędziwego społeczeństwa” (Hyper Aged Society Phase). Ze względu na specyficzną strukturę wieku obywateli Japonii w kraju tym szczególną uwagę poświęca się kwestiom systemu zabezpieczenia społecznego, w tym systemu emerytalnego i opieki długoterminowej, czy polityki zdrowotnej. W obszarach tych prowadzona jest długofalowa i kompleksowa polityka rządu. Doświadczenia Japonii są dowodem na to, jak ważne jest prognozowanie skutków zjawisk demograficznych, głównie starzenia się ludności i niskiej zastępowalności pokoleń, i odpowiednio wcześniej przygotowanie się do nich oraz podejmowanie działań niwelujących negatywne skutki tych procesów.*

*Słowa kluczowe: Japonia, procesy demograficzne, starzenie się, system emerytalny, opieka długoterminowa, rynek pracy, polityka państwa*

## Wprowadzenie

Polityki publiczne stoją wobec wyzwań związanych z procesami demograficznymi, w tym ze starzeniem się społeczeństw. Zajmują się tym organizacje międzynarodowe i kraje europejskie. Warto też przyglądać się działaniom, jakie w tym zakresie prowadzą kraje pozaeuropejskie. W sposób szczególny takim kazusem jest Japonia, ponieważ proces starze-

nia się ludności tego kraju postępuje bardzo szybko – ponad 50,7% ogółu społeczeństwa stanowią osoby w wieku 65+<sup>1</sup>.

Japonia należy do grupy krajów wysoko rozwiniętych – jest czwartą gospodarką świata<sup>2</sup>. Według stanu na dzień 1 grudnia 2023 r. liczba ludności Japonii wynosi 124,3 mln osób. Kraj ten jednak doświadcza szybkiej depopulacji i jak podaje Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) według prognoz demo-

\* Wydział Nauk Politycznych i Studiów Międzynarodowych, ul. Nowy Świat 67, 00-927 Warszawa, tel. +48 22 552 02 86, e-mail: wnpism@uw.edu.pl

<sup>1</sup> Statistics Bureau of Japan, dostęp 15.12.2023, <https://www.stat.go.jp/english/data/jinsui/tsuki/index.html>.

<sup>2</sup> KB G20; Trading Economics, dostęp 10.10.2023, <https://tradingeconomics.com/country-list/gdp>.

graficznych w 2050 r. będzie liczył już tylko 103,8 mln ludności<sup>3</sup>.

W styczniu 2024 r. 97,5% mieszkańców tego kraju stanowili Japończycy<sup>4</sup>. Jest to więc społeczeństwo homogeniczne, a japoński rynek pracy nie jest szeroko otwarty na cudzoziemców.

Zgodnie z danymi WHO przeciętne trwanie życia Japończyków jest najdłuższe na świecie i bardzo szybko wzrasta. W 2000 r. wynosiło 81,1 lat, przy czym mężczyźni żyli średnio 77,7 lat, a kobiety 84,4. W roku 2020 było to już 84,5, przy czym 81,7 w przypadku mężczyzn i 87,2 w przypadku kobiet<sup>5</sup>. W latach 2021–2022 średnia długość życia spadła o 0,8 roku z uwagi na zwiększoną liczbę zgonów z powodu pandemii Covid-19<sup>6</sup>.

Jak większość społeczeństw krajów wysoko rozwiniętych, Japonia mierzy się z negatywnymi skutkami procesów demograficznych, głównie starzenia się. Jako pierwszy i jedyny kraj na świecie z początkiem pierwszej dekady XXI wieku wszedł w najbardziej zaawansowaną fazę procesu starzenia się ludności, zwaną „fazą sędziwego społeczeństwa” (*Hyper Aged Society Phase*)<sup>7</sup>. W 2007 r. odsetek mieszkańców w wieku 65 lat i więcej przekroczył wartość 21,0% ogółu ludności kraju (w 2015 r. zanotowano go na poziomie 26,8%)<sup>8</sup>.

Zgodnie z danymi zawartymi w raporcie rządu Japonii wydanym w 2023 r. z okazji corocznego Dnia Szacunku dla Osób Starszych, osoby powyżej 80. roku życia po raz pierwszy stanowiły ponad 10% populacji Japonii. To efekt utrzymującego się niskiego wskaźnika urodzeń i wysokiej długości życia, co czyni z Japonii najstarszy kraj na świecie pod względem odsetka osób w wieku powyżej 65 lat, który w 2023 r. osiągnął rekordowy poziom

29,1%<sup>9</sup>. Odsetek osób poniżej 15 roku życia wynosił 11,5%. Oznacza to, że liczba seniorów jest 2,5-krotnie większa niż liczba dzieci<sup>10</sup>. W populacji żadnego innego państwa nie ma tak wyraźnej nadwyżki osób w wieku starszym w stosunku do dzieci.

Tabela 1. *Ludność Japonii według ekonomicznych grup wieku (stan w dniu 1 grudnia 2023 r.)*

Wyszczególnienie	Ludność ogółem w tys.	w tym w tys.	
		mężczyźni	kobiety
<b>Razem</b>	<b>124 299</b>	<b>60 467</b>	<b>63 832</b>
w wieku:	w %		
do 15 lat	11,4	12,0	10,5
15–64 lata	59,5	62,0	57,3
65 lat i więcej	29,1	26,0	32,2
85 lat i więcej	5,4	3,6	7,1

Źródło: dostęp 15.12.2023, <https://www.stat.go.jp/english/data/jinsui/tsuki/index.html>.

Japonia charakteryzuje się także niskimi wartościami przyrostu naturalnego (w 2022 r. -6,6‰). Są one jedne z najniższych na świecie. Od przełomu lat 50. i 60. XX wieku (z wyjątkiem lat 1967–1973) współczynnik dzietności nie zapewnia naturalnej zastępowalności pokoleń (2,10). W 2000 r. wynosił 1,36, a w 2010 r. – 1,39. Od 2018 r. corocznie jednak wartość tego wskaźnika znacząco spada i w 2022 r. osiągnął on poziom najniższy w historii Japonii: 1,26 dziecka na 1 kobietę w wieku reprodukcyjnym<sup>11</sup>.

Tak gwałtowne starzenie się społeczeństwa jest bardzo dużym problemem dla gospodarki oraz dla systemów zabezpieczenia społecznego i zdrowotnego. Przybywa osób starszych pobierających świadczenia emerytalne, na które coraz mniej ludzi pracuje. Starsze społeczeństwo to również wzrost kosztów

<sup>3</sup> World Health Organization, dostęp 15 12 2023, <https://data.who.int/countries/392>.

<sup>4</sup> Statistics Bureau of Japan, dostęp 15.12.2023, <https://www.stat.go.jp/english/data/jinsui/tsuki/index.html>.

<sup>5</sup> World Health Organization, dostęp 15.12.2023, <https://data.who.int/countries/392>.

<sup>6</sup> Tamże.

<sup>7</sup> Rajmund Mydel, *Japonia w procesie przejścia od demograficznej dojrzałości do demograficznego schyłku* (Kraków: Oficyna Wydawnicza AFM, 2016), 19.

<sup>8</sup> Mydel, *Japonia w procesie*, 23.

<sup>9</sup> Tomasz Lipczyński, *Oto najbardziej starzejący się kraj na świecie. Grozi mu nawet utrata zdolności do funkcjonowania*, Forsal.pl, 20 września 2023, <https://forsal.pl/gospodarka/demografia/artykuly/9299234,japonia-najbardziej-starzejacy-sie-kraj-na-swiecie.html>.

<sup>10</sup> Statistics Bureau of Japan, dostęp 15.12.2023, <https://www.stat.go.jp/english/data/jinsui/tsuki/index.html>.

<sup>11</sup> *Vital statistics of Japan. Final data Natality*, dostęp 15.12.2023, <https://www.e-stat.go.jp/en>.

opieki długoterminowej oraz potrzeba szeroko rozbudowanych usług społecznych, w tym opiekunów osób starszych. To także zmiana w strukturze gospodarstw domowych, problemy w stosunkach społecznych czy kwestie wykluczenia.

Japonia podejmowała różne działania zapobiegające negatywnym skutkom procesów demograficznych, m.in. odnoszące się do rozmaitych zachęt dla potencjalnych rodziców, ale nie przyniosły one pozytywnych rezultatów. Wobec braku nowych zasobów na rynku pracy w wielu branżach rozważano także zmianę japońskiej polityki migracyjnej, która jest bardzo restrykcyjna. Podjęto wiele działań mających na celu zwiększenie możliwości zatrudnienia osób spoza własnego państwa, szczególnie tych o wysokich kwalifikacjach<sup>12</sup>. Dostęp do rynku pracy dla obcokrajowców jest restrykcyjny; ułatwienia dotyczą segmentów, w których występuje deficyt pracowników, najczęściej dotyczy to prac domowych, usług, pracowników transportu.

Dokonano wielu istotnych zmian w systemie emerytalnym, systemie opieki nad osobami z niepełnosprawnościami czy w systemie opieki zdrowotnej<sup>13</sup>.

Warto zatem zapoznać się z kompleksowymi działaniami Japonii w obszarze najważniejszego działu polityki publicznej, jakim jest system zabezpieczenia społecznego, w tym system emerytalny, powszechne prawo do opieki długoterminowej oraz polityka zdrowotna.

### Japoński system emerytalny<sup>14</sup>

Wszyscy obywatele Japonii w wieku 20–60 lat (pracownicy, małżonkowie pracowników, samozatrudnieni – ponad 67 mln osób) są ubezpieczeni w krajowym systemie emerytalnym (pierwszy filar). Pracownicy (prywat-

ni i publiczni) przystępują do pracowniczego ubezpieczenia emerytalnego (drugi filar). Chętni mogą być dobrowolnie objęci prywatnym systemem emerytalnym (trzeci filar).

Emeryturę krajową (zryczałtowana emerytura podstawowa) otrzymują:

- 1) osoby samozatrudnione i inne – osoby ubezpieczone kategorii 1;
- 2) pracownicy firm prywatnych oraz pracownicy publiczni i inni – osoby ubezpieczone kategorii 2;
- 3) pozostający na utrzymaniu małżonkowie ubezpieczonych kategorii 2 – osoby ubezpieczone kategorii 3.

System opiera się opłacaniu comiesięcznych składek w stałej wysokości. Osoby ubezpieczone kategorii 1 płacą zryczałtowaną składkę. Połowa krajowej emerytury podstawowej jest finansowana z wpływów podatkowych, a reszta ze składek ubezpieczeniowych. Emerytura podstawowa (*flat-rate basic pension*) wynosi około 500 dolarów.

Pracowniczy program emerytalny jest uzależniony od zarobków. Składka wynosi 18,3% zarobków ubezpieczonego, z czego jest ona płacona w równych częściach przez pracownika i pracodawcę. Emerytura z drugiego filaru wynosi około 500–600 dolarów. Pracodawcy, którzy zatrudniają powyżej 1000 pracowników, mogą zastąpić system państwowy systemem wewnątrzzakładowym.

Współmałżonkowie ubezpieczonych kategorii 2 nie płacą żadnych składek.

W prywatnym systemie emerytalnym uczestniczy około 3 mln osób. Funkcjonują w nim programy oparte na zasadzie zdefiniowanego świadczenia (*Defined Benefit*, DB) oraz programy oparte na zasadzie zdefiniowanej składki (*Defined Contribution*, DC).

W programach zdefiniowanego świadczenia formułę świadczenia określa algorytm opar-

<sup>12</sup> Agnieszka Batko, „Zmiana polityki imigracyjnej Japonii w okresie rządów premiera Shinzō Abe”, *Polityka i Społeczeństwo* 3(15) (2017): 139, 141–142. DOI: 10.15584/polispol.2017.3.9.

<sup>13</sup> *Pension System in Japan*. Pension Bureau Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan, materiały niepublikowane, Japonia, lipiec 2023. Są to materiały, jakie autorka uzyskała w trakcie swojej wizyty studyjnej na Uniwersytecie Temple w Japonii w dniach 10–16 lipca 2023 r. Zob. także Bartosz Peliński, „Polityka społeczna wobec starzejącego się społeczeństwa – rozwój systemu emerytalnego i systemu Ubezpieczenia Opieki Długoterminowej w Japonii?”, *Problemy Polityki Społecznej. Studia i Dyskusje* nr 18(2012): 129–144.

<sup>14</sup> Na podstawie danych Pension Bureau Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan, chyba że wskazano inaczej.

ty na historii otrzymywanego wynagrodzenia przez pracownika, stażu pracy i wieku. Z kolei w programach zdefiniowanej składki formuła obliczania składki pracodawcy i pracownika jest znana z góry. Natomiast świadczenie nie jest znane z góry i może zależeć od zysków z inwestycji. Składka emerytalna to ustalona część dochodów pracownika, którą odprowadza pracodawca. Wysokość emerytury pracownika jest proporcjonalna do zgromadzonych funduszy, z uwzględnieniem m.in. wieku przejścia na emeryturę i średniego trwania dalszego życia.

W obecnym systemie emerytalnym osoby fizyczne mogą wybrać, kiedy zaczną otrzymywać emeryturę. Dzięki reformie z 2020 r. podniesiono maksymalny wiek odroczenia emerytury z 70 do 75 lat. Zmiana ta pozwoliła na zwiększenie bezpieczeństwa finansowego osób starszych, a także samych systemów emerytalnych.

Powszechnym rozwiązaniem jest przechodzenie na emeryturę w wieku 65 lat (podstawowy wiek emerytalny) przy minimum 10-letnim okresie opłacania składek. Pełna emerytura podstawowa wymaga 40 lat odprowadzania składek. Wysokość świadczenia emerytalnego jest proporcjonalna w zależności od krótszych lub dłuższych okresów składkowych. Emerytura z drugiego filara wypłacana jest od 65 roku życia (jest częścią emerytury podstawowej).

Można przejść na emeryturę w wieku 60 lat, ale powoduje to zmniejszenie świadczenia o 24%. Dlatego też w wieku 60–64 lata na rynku pracy pozostaje 74% Japończyków. Ponieważ średnia miesięczna emerytura w Japonii wynosi poniżej 500 dolarów (połowa płacy minimalnej)<sup>15</sup>, promowane jest późniejsze przechodzenie na emeryturę. Zakończenie aktywności zawodowej po 70. roku życia zwiększa wysokość świadczenia emerytalnego o 42%. Natomiast praca do 75. roku życia powoduje wzrost emerytury o 84%. Ponad 80% osób w wieku emerytalnym jest aktywnych

zawodowo. W końcu 2023 r. 34% Japończyków w wieku 70–74 lata nadal pracowało<sup>16</sup>, a w grupie powyżej 75 lat aktywnych zawodowo było nadal 11% tej zbiorowości<sup>17</sup>.

W Japonii publiczne świadczenia emerytalne stanowią 60% dochodów gospodarstw domowych osób starszych (2019 r.). Ponad połowa gospodarstw domowych osób starszych utrzymuje się wyłącznie ze świadczeń emerytalnych.

Aby zapewnić stabilność publicznego systemu emerytalnego w szybko starzejącym się społeczeństwie, w 2004 r. wprowadzono nowe ramy finansowania emerytur, a mianowicie:

- 1) wzrost składek poniżej górnego limitu – ustalenie poziomu składek w i po roku budżetowym 2017:
  - a) ubezpieczenie emerytalne pracowników: 18,3% (pracownicy 9,15% i pracodawcy 9,15%); coroczny wzrost o 0,354% od października 2004 r.;
  - b) emerytura krajowa: 16 900 jenów miesięcznie (kwota z roku budżetowego 2004); podnoszona corocznie o 280 jenów od kwietnia 2005 r.;
- 2) stosunek produktu krajowego do całkowitej kwoty wydatków na podstawową emeryturę ma zostać podniesiony do 50%;
- 3) wykorzystanie funduszu rezerwowego – finansowanie emerytur zostało zaprojektowane w celu osiągnięcia równowagi budżetowej przez następne 100 lat („okres równowagi fiskalnej”). Pozostała część rezerw musi wystarczyć do pokrycia świadczeń wypłacanych przez rok, kiedy zakończy się „okres równowagi fiskalnej”;
- 4) wprowadzono indeksację makroekonomiczną (mechanizm automatycznej waloryzacji – *Automatic Adjustment Mechanism*, AAM). Poziom świadczeń ma być dostosowany do spadku liczby pracujących. System automatycznej waloryzacji zawiera zabezpieczenie, które zapobiega nieadekwatności świadczeń. Jeżeli stopa zastąpienia spadnie

<sup>15</sup> Dane Polskiego Instytutu Ekonomicznego. Za: *Kiedy na emeryturę? W Azji pracują nawet po 70. roku życia*, oprac. Jacek Świder, Interia Biznes, 13.01.2023 r., dostęp 10.10.2023, <https://biznes.interia.pl/praca/news-kiedy-na-emeryture-w-azji-pracuja-nawet-po-70-roku-zycia,nId,6530098>.

<sup>16</sup> Tamże.

<sup>17</sup> *Labour Force Survey*, dostęp 10.12.2023, <https://www.e-stat.go.jp/en/>.

poniżej 50%, AAM może zostać zawieszony.

Japońska indeksacja makroekonomiczna stosuje korektę wynikającą z indeksacji płac (cen). Indeksacja płac (cen) jest dostosowywana za pomocą wskaźników waloryzacji, które uwzględniają zmiany liczby aktywnych uczestników i wzrost oczekiwanej długości życia.

Ciekawostką jest fakt, że mimo dużego zaawansowania technologicznego japoński system emerytalny jest obsługiwany w sposób tradycyjny, czyli papierowo. Trwają prace w kierunku digitalizacji tych rozwiązań.

Ciekawym rozwiązaniem japońskiego systemu emerytalnego jest pochodne prawo do świadczenia emerytalnego współmałżonka osoby pracującej. To uniwersalne podejście do ubezpieczenia współmałżonka (głównie kobiety). Trzeba jednak zaznaczyć, że osoby te nabywają prawo do emerytury w systemie dopiero w wieku 65 lat.

## Zakończenie

Ze względu na specyficzną strukturę wieku obywateli Japonii w kraju tym szczególną uwagę poświęca się kwestiom systemu zabezpieczenia społecznego, w tym systemu emerytalnego i opieki długoterminowej, czy polityki zdrowotnej.

W obszarach tych prowadzona jest długofalowa i kompleksowa polityka. W systemie emerytalnym podwyższono wiek przechodzenia na emeryturę (do 65 lat), a dłuższa praca znacząco podwyższa świadczenie emerytalne. Wprowadzono mechanizm waloryzacji w celu utrzymania stabilności finansowej systemu emerytalnego.

Prowadzona jest polityka utrzymywania starszych osób na rynku pracy, który jest dostosowany do pracowników w starszym wieku. Wprowadzono mechanizmy zachęcające osoby starsze do pozostawania na rynku pracy. Znaczna część obywateli Japonii powyżej 70 lat korzysta z prawa do prowadzenia aktywności zawodowej w różnej postaci. Sprzyja to m.in. zapobieganiu izolacji osób starszych.

Trzeba także wspomnieć o dużej skłonności Japończyków do oszczędzania, w przeciwieństwie do społeczeństw europejskich, które są nastawione konsumpcyjnie i w dużym stopniu korzystają z kredytów.

Problem starzejącego się społeczeństwa Japonii rodzi nie tylko zagrożenia dla systemu emerytalnego. Rosnąca populacja ludzi w podeszłym wieku generuje problemy związane z zapewnieniem dla tej populacji opieki zdrowotnej i opieki długoterminowej, w tym wzrost kosztów przeznaczanych na te obszary.

Publiczny system ubezpieczenia zdrowotnego jest w Japonii powszechny, ale szczególną uwagę skupia się na opiece długoterminowej oraz usługach socjalnych dla osób starszych. Dlatego w 2000 r. wprowadzono uniwersalny system społecznego ubezpieczenia na wypadek opieki długoterminowej. Do usług domowych, środowiskowych i instrumentalnych uprawnieni są wszyscy Japończycy w wieku 65+, niezależnie od statusu ekonomicznego czy opieki rodziny<sup>18</sup>. Tworzone są mechanizmy kształcenia w zawodzie pielęgniarstwa/pielęgniarki w związku z zapotrzebowaniem na tego typu usługi. Prowadzone są działania związane informatyzacją i digitalizacją systemu opieki zdrowotnej. Kwestie promocji zdrowego trybu życia, aktywności sportowej oraz zapobiegania niepełnosprawności fizycznej i psychicznej są traktowane przez rząd japoński priorytetowo.

Japonia jest dobrym przykładem realizacji systemowej polityki państwa wobec zaawansowanego wiekiem społeczeństwa. Prowadzona polityka senioralna jest długofalowa i konsekwentna. Działania prowadzone są w różnych dziedzinach zabezpieczenia społecznego: systemie emerytalnym, opiece zdrowotnej, opiece długoterminowej, a także na rynku pracy. Państwo wspiera rozmaite działania w zakresie pomocy i obsługi osób starszych, w tym robotyzację, digitalizację obsługi tej grupy osób, utrzymywanie więzi międzyludzkich zapobiegające izolacji tej grupy, promuje aktywność fizyczną i wiele innych.

<sup>18</sup> Łukasz Gołota, *Analiza dotycząca ewolucji systemu zabezpieczenia emerytalnego w Japonii (ze wskazaniem rozwiązań przydatnych dla Polski)* (Warszawa: Kancelaria Senatu, 2020), 3–23. W Japonii obowiązywała zasada primogenitury – najstarszy syn dziedziczył nie tylko majątek, ale także przejmował opiekę nad swoimi rodzicami. Bezpośrednią opiekę nad nimi sprawowała jego żona.

Doświadczenia Japonii są dowodem na to, jak ważne jest prognozowanie skutków zjawisk demograficznych, głównie starzenia się ludności i niskiej zastępowalności pokoleń, i odpowiednio wcześniej przygotowanie się do nich oraz podejmowanie działań niwelujących negatywne skutki tych procesów.

leń, i odpowiednio wcześniej przygotowanie się do nich oraz podejmowanie działań niwelujących negatywne skutki tych procesów.

#### BIBLIOGRAFIA/REFERENCES

- Batko, Agnieszka. „Zmiana polityki imigracyjnej Japonii w okresie rządów premiera Shinzō Abe”. *Polityka i Społeczeństwo* 3(15) (2017). DOI: 10.15584/polispol.2017.3.9.
- Golota, Łukasz. *Analiza dotycząca ewolucji systemu zabezpieczenia emerytalnego w Japonii (ze wskazaniem rozwiązań przydatnych dla Polski)*. Warszawa: Kancelaria Senatu, 2020.
- Kiedy na emeryturę? W Azji pracują nawet po 70. roku życia*, oprac. Jacek Świder, Interia Biznes, 13.01.2023 r. Dostęp 10.10.2023. <https://biznes.interia.pl/praca/news-kiedy-na-emeryture-w-azji-pracuja-nawet-po-70-roku-zycia,nId,6530098>.
- Lipczyński, Tomasz. *Oto najbardziej starzejący się kraj na świecie. Grozi mu nawet utrata zdolności do funkcjonowania*, Forsal.pl, 20 września 2023, <https://forsal.pl/gospodarka/demografia/artykuly/9299234,japonia-najbardziej-starzejacy-sie-kraj-na-swiecie.html>.
- Mydel, Rajmund. *Japonia w procesie przejścia od demograficznej dojrzałości do demograficznego sczytaku*. Kraków: Oficyna Wydawnicza AFM, 2016.
- Pension System in Japan*. Pension Bureau Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan, materiały niepublikowane, Japonia, lipiec 2023.
- Pieliński, Bartosz. „Polityka społeczna wobec starzejącego się społeczeństwa – rozwój systemu emerytalnego i systemu Ubezpieczenia Opieki Długoterminowej w Japonii”, *Problemy Polityki Społecznej. Studia i Dyskusje* nr 18(2012): 129–144.

#### STRONY INTERNETOWE/WEBSITES

- KB G20; *Trading Economics*, dostęp 10.10.2023, <https://tradingeconomics.com/country-list/gdp>.
- Labour Force Survey*, dostęp 10.12.2023, <https://www.e-stat.go.jp/en/>.
- Vital statistics of Japan. Final data Natality*, dostęp 15.12.2023, <https://www.e-stat.go.jp/en>.
- Statistics Bureau of Japan, dostęp 15.12.2023, <https://www.stat.go.jp/english/data/jinsui/tsuki/index.html>.
- World Health Organization, dostęp 15 12 2023, <https://data.who.int/countries/392>.