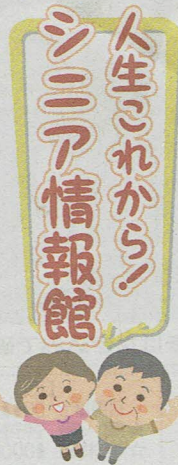




幸齡社会



シニアライフアドバイザー

松本すみ子

新連載「人生これから」シ

ニア情報館」がスタートします。執筆者は「幸齡社会」のページ



松本すみ子さん。第二、第三の人生を輝かせる、さまざまな秘訣を紹介します。

にも登場した、シニアライフアドバイザーの

自分から動こう

ある調査で、リタイア世代の人々を保守型か刺激追及型か、慎重型かアクティブ（行動的）かで分類しました。すると特に多かったタイプが、変化や刺激は好むけれども、行動は慎重な「モラトリアム（猶予）おじさん」だったそうです。

このタイプは、社会から取り残されたくない、人とつながっていたいけれど、どうしたらよいか分からない人たち。知識は豊富なのに、何かと不安が先立ち、いろいろな理由を付けては自分から動こうとしません。

もちろん「モラトリアムおば

やり残したことに挑戦



さん」もいますが、多くの女性は友人との楽しみ方を知っている、それで、それほど問題なし。

でも、モラトリアムおじさんにも希望はあります。心では変化を求めているので、きっかけ（自分なりの行動原理）をつかめば、ここぞとばかりに活動を始められる人が少なくないのです。

やり残したことに気付いて、挑戦する人もいます。社会全般が人手不足の今、力を発揮する場は数多く生まれており、特に地域社会でリタイア世代は引く手あまた。ただ、多くの人は、それに気付いていません。

「やることがないから仕事をするか」「仕事があれば、ほかのことはいいや」ではなく、視野を広げることで仕事や趣味、地域活動、コミュニティビジネスなどと、生きがいの幅は広がっていくでしょう。

連載ではアクティブなシニア世代の方々を通して、晩年の豊かな生き方を探っていきます。