

収入？ 待遇？ 仕事の中身？ それともやりがい？ 何を一番優先したいか、自分の価値観を知るべし。

価値観チェックリスト

これから仕事や生活をしていく上で何を大切にしたいかをチェック！ 当てはまるものをチェックして、その中で最も譲りたくないものを3つ選んで◎印をつけましょう。

- 何よりも仕事を優先し、フルタイムでバリバリと仕事をしたい。
- 家族・家庭や自分の自由な時間を何よりも優先したい。
- パートタイムなどで仕事をしながら、自分の時間(余暇・趣味・家族との時間など)も楽しみたい。
- 自分がどうしても譲れない勤務条件があり、それさえ満たしていればどんな仕事でもよい。
- 働き方や勤務条件、仕事内容などでこれだけは嫌だというこだわりを持っている。
- 自分の働きに見合った給与を貰えることを重視したい。
- 責任ある立場・地位で業績や成果を求められるような仕事をしたい。
- 何よりも人柄や人間性、人間関係を重視し、和気あいあいとした雰囲気を大切にしたい。
- 自分に役割があり、それをしっかり満たすことで人から認められてもらえるような仕事・生活をしたい。
- 何よりもお金を稼ぐことを最優先したい。
- 起業・創業、自営など、雇われない働き方・生き方にチャレンジしたい。
- NPOやボランティア、地域活動など人の役に立ち喜んでもらえることをしたい。
- 学習や研究活動、ライフワークなど「学び」を中心とした生活・活動をしたい。
- 新たな価値を創造したり企画を考えたりするようなクリエイティブな仕事・活動がしたい。
- 安心して働ける会社であれば、どんな仕事でもよいし、なんでもする覚悟がある。
- 精神的な豊かさを感じられるような仕事・生活をしたい。
- 自分にとって「楽しい」と感じられるような仕事・生活をしたい。
- 自分にとって充実した時間「生きがい」を感じられるような仕事・生活をしたい。
- 常に自信があり、それを達成する喜びを感じられるような仕事・生活をしたい。
- 自分が向上・成長できることや好奇心を満たせるような仕事・生活をしたい。
- 自分のしたいこと(業種または職種)でないと働く気はない。
- いますぐ働けるなら、雇ってもらえるならば、どんな仕事でも構わない。
- 自分が培ってきた専門性(スキル・経験)や取得した資格を活かせるような仕事・活動をしたい。
- 過去にしてきた仕事や仕事の仕方にはこだわらず、新しい仕事、新しい仕事の仕方にも挑戦したい。
- 年下からも尊敬されるような環境でないと働きたくない。

年齢者雇用福祉協会

60歳を前に仕事を考える時、必要なのは自分の棚卸し。まずは①でできることを書き出すべしと松本さん。「会社勤めの中で積んだキャリアはもちろん、パートやアルバイトで得たスキル、専業主婦の方ならPTA活動でまとめ役を務めたことでもOK。家庭を切り盛りしてきた家事能力も有効な武器になります」

次に②やりたいことを書き出す。学生時代に憧れた添乗員や諦めた俳優の道などやり残したことも。さらに③その2項目の中で、どれが好きなのか考える。こうすることで選択肢が絞り込める。

そのうえで仕事を選ぶ時に譲れない事柄をはっきりさせれば、さらに道は見えてくる。たとえば年金受給額が低くて生活費が圧倒的に不足なら収入が、家族の介護を確保したいなら勤務時間の融通がきく働き方が最優先になるだろう。何より自分の生きがいが大切な人もいるかもしれない。この棚卸しの最終段階を見過ぎしては、せっかく仕事についても違和感が残るかも。自分が何に価値を置くか、上のリストでおさらばを。