



「これであと5年は安泰だ」と考え、ただ会社にしがみついている人が多いのも事実。会社としては、本来なら若い人たちのお給料に回すべき原資を使ってシニアを雇っているのに何も会社に貢献せずダラダラされたら、冷やかな対応になるのもしかたありません」

そこで松本さんは、幸せなセカンドライフへの第一歩として、「まずは働き方のイメージを見直して」とアドバイスする。

「今の中老年層は『働く』雇われる」というイメージが強い。だから、今まで勤めていた会社に再雇用されれば安心だと思ってしまうのです。でも世の中には、自分が得意なことを活かして起業したり、フリーランスになる選択肢もあるし、NPOや有償ボランティアなどの社会貢献活動に打ち込む人もいます。最近では地域に役立つ活動をして収入を得る『コミュニティビジネス』も増えています。この本でも地元の人たちの交流の場になるカフェを始めたご夫婦を紹介しています。だから発想を切り替えて、自分を活かせる場所を広い視野で探ることが大切です」

### 妻の働きかけで夫を外へ出そう!

自分を活かせる場所、それはつまり「自分がやりたいことをやる場所」だ。だが松本さんによれば、男性は「自分がやりたいこと

がわからない」という人も多いらしい。そこで必要になるのが、妻の方だ。

「やりたいことを見つめるには、とにかく外へ出ていろいろな人に会ってほしい。すると人とのつながりや興味の範囲が広がって、やりたいことが見つかるきっかけになります。もし夫が家に閉じこもっていたら、尻を叩いてでも外へ出してください(笑)。男性は会社の外の世界を知らないし、同僚以外に友達もない。だから定年後に頼れるのは奥さんだけという人も多いのです。私のシニア向けのキャリア講座にも、『妻にすすめられた』という男性がよく参加しますし、もつと気軽に趣味を楽しんだり、散歩しながら地元の人たちと会話するだけでもいいので、奥さんからさりげなく外へ出るようすすめてあげるといいですよ」

また、育児や介護を終えた女性の中にも、「もう一度働きたい」と考える人はいるだろう。松本さんは、「労働力不足の今、シニア主婦は貴重な戦力。ぜひ社会に出て」とエールを送る。「専業主婦でプランクがあ

っても、シニア女性なら接客業やサービス業で引く手あまた。特に飲食店やコンビニは深刻な人手不足ですから、喜んで雇ってくれます。それに今は働き方も柔軟になり、『朝の3時間だけ』『夕方2時間だけ』など、自分のペースで働ける。お金が入るし、職場で友達もできるし、時間も有効活用できるし、いいことづくめです。元気なうちは何歳でも働くのが普通になりつつある今は、シニア女性にとっていい時代なんですよ」



### ライターは見た! 著者の素顔

IT企業に20年以上勤めた後、46歳で起業した松本さん。「40代になると、会社勤めもつまらなくなっちゃって(笑)。そろそろ何か自分がやりたいことをやろうと思ったんです」。シニア世代の支援事業を選んだのは、「私自身が団塊世代で、周りを見て『このオジサンたちは定年を迎えたらどうするんだろう?』と思ったから。ですから私は、『やりたいことがない』というシニアには、『自分に関係のあることから考えたらいかがですか?』とアドバイスしています」

### 今週の売れ筋RANKING (総合)

- 1位 鬼滅の刃 しあわせの花  
吾峠呼世晴、矢島綾=著 集英社 700円
- 2位 鬼滅の刃 片羽の蝶  
吾峠呼世晴、矢島綾=著 集英社 700円
- 3位 田中みな実1st写真集「Sincerely yours…」  
田中みな実=著 宝島社 1800円
- 4位 麒麟がくる 前編  
NHKドラマ製作班=著 NHK出版 1100円
- 5位 DVDでよくわかる! 120歳まで生きるロングブレス  
美木良介=著 幻冬舎 1600円
- 6位 かんたん家計ノート2020  
講談社=編集 講談社 500円
- 7位 ポケットモンスター ソード・シールド 公式ガイドブック完全ストーリー攻略+ガラル図鑑  
元宮秀介、ワンナップ=編著 ポケモン、ゲームフリーク=監修 オーバーラップ 1600円
- 8位 はじめてのやせ筋トレ  
とかわ愛、坂井建雄=監修 KADOKAWA 1200円
- 9位 syunkonカフェごはん レンジでもっと! 絶品レシピ  
山本ゆり=編著 宝島社 740円
- 10位 ケーキの切れない非行少年たち  
宮口幸治=著 新潮社 720円

日版調べ(1月14日)