

シニア

目園芸・料理 火健康 本トレンド 金こも女 プレミアム目

主婦経験生かし活躍

人生100年時代。家事のスキルなどを生かしてセカンドキャリアを充実させるシニア女性たちが増えている。女性ならではの安心感やコミュニケーション能力の高さなどが活躍の場を広げる一因になっているようだ。

セカンドキャリア充実へ



▲3時間でおかず作りを進めるKotoさん
＝東京都港区



▲Kotoさんが作ったおかず13品

「ボウの空揚げにナスのひき肉詰め…。野菜をたっぷり使ったおかずが次々とテーブルに並べられていく。作ったのは料理代行歴5年のKotoさん(64)だ。子育てをしながら栄養士として長年働いたKotoさん。短時間で家庭の味を生み出す料理スキルを生かそうと、家事代行の仕事にインターネットでマッチングさせるサービス「タスカジ」に登録した。「好きなことをしながら若い人と交流できる。体調に合わせて仕事のスケジュールを自分で立てられるのもいいですね」と魅力を語る。運営会社によると、60歳以上の登録者は全体の1割強。割合は年々増え、80代で活躍する人もいる。代表の和田幸子さん

料理や丁寧な仕事ぶり好評

「シニア女性には家のことを回してきたノウハウと、依頼者の悩みを読み取る力がある」と指摘。子育てしやすい部屋のレイアウトや、おいしい離乳食の作り方などもアドバイスできる経験や仕事ぶりが、若い依頼者に評価されているという。従業員9割が女性というファッション関連物流会社「オーティエス」(東京都江戸川区)もシニア女性の経験や丁寧な仕事ぶりを評価して積極的に雇用する。一方で健康に配慮した職場づくりも進め、勤務当日の休暇申し出への対応や毎朝の体操などに取り組んでいる。伊佐佐恵子さん(61)は趣味や内職で培った自身の洋裁技術を生かし、同社の商品修理部門で働いている。小さい頃から縫が好きで、洋服も手作りが多かった。「生計のみ取る力がある」と指摘。足しになるし、人のためにも役立つ。動ける限り働きます。専業主婦だった女性なら「私は職業経験がない」と尻込みする人もいますが、シニアライフアドバイザーの松本すみ子さんは「重要なのは資格の有無や内容ではなく、自分の経験をいかに分析できるかだ」と話す。最近ではネットの求人サイトやハローワークで働き口を探すやり方だけでなく、起業して活躍する女性も目立ってきた。人生の後半戦で何をやりたいか、収入はどのくらい必要かなどをしっかりと見極めて自分らしい働き方を見つけて」とアドバイスする。

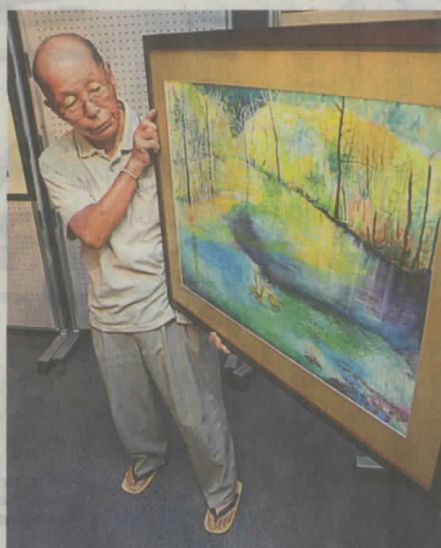
水面の描き方追求

はりきり人生

本格的に水彩画を描くようになって10年以上になる。浜松市浜北区内の協働センターで月に2回開かれる絵画教室の生徒でつくるグループ

水彩画グループ代表

内山 利弘さん (浜松市浜北区)



水面を描くのになんか力を入れたという作品を手にする内山利弘さん
＝浜松市浜北区

グループ「ひまわりの会」のリーダー役も務める。思い出の風景を色鮮やかに表現している。77歳。若いころから絵が好きだったが、自動車販売業の会社に勤めていた60代前半までは土日仕事で忙しい日々だった。引退後に筆を握り、この数年は水がある景色を描くに特に力を入れる。10月に区内で開かれた同会の作品展には、森の中にある泉と、水辺の街の2点を出品。「鏡のような水面を絵で表したいが、なかなか難しい」と苦笑する。新型コロナウイルス禍のいまは遠出を控え、過去に出掛けた街の写真を元に絵を描いている。「写真を水彩画で表現していると、撮影場所での思い出がより強くよみがえる」と楽しさを語る。

おすすめ生活用品

シルバーカーは荷物を運べて椅子代わりにもなり便利です。ただ、足腰が衰えるとハンドルが体を囲む設計の歩行者の方が体をしっかり支えられ、安心して歩けます。写真は新発売の歩行者「シンフォニーバスケット」(希望小売価格4万3450円)です。特長は疲れたときなどに歩行者の前でも後ろでも楽な位置で座れる点です。荷物入れのふたが座面になる物が多いのですが、座る際に前方に回り込む手間がかかります。これは座面を下ろすとハンドル側でも座れます。ブレーキは左右に付いていますが、片側だけで両後輪を制御でき

ハンドル側にも座れる歩行者

かかり、逆に押し下げると駐車用ストッパーがかかります。



ハンドルの高さは調整可能で、本体は簡単に畳めて自立します。ふたの上レジカゴを安定して置くよう、かご受けも付いています。シルバーカーよりも高価ですが、介護保険の認定を受けた人は安価で借りられます。(浜田きよ子・高齢生活研究所代表) メーカー＝島製作所(大阪市) <電06(6793)0991>

ある画伯の別荘のパーティーに参加した時のこと。みどり豊かな庭と、天井の高い山小屋風のアトリ工。親しい友人たちが、思い思いにくつろいで、話したり笑ったり。ワイン片手に、にぎやかな空気が踊っています。ふと気がつく、キッチンで先ほどから、セッセと洗いものをしている女性がいます。彼女は、パーティーのお客がよく行く小料理屋のママさん。「あら、ひと休みなさって、あちらで召し上がってくださいね」とおすすすめすると、手を動かしたまま彼女は「いいえ、この方が落ち着くの。洗いのものが大好きなのよ」と、ささやきました。まあ、なんて遠慮深い方でしょう、と感動してしまいました。さて、自宅にもどり、流しに置きっぱなしだったお皿などを、スポンジを泡立てて洗いはじめてふと、パ

パーティーでの皿洗い

放されて、さわやかなパ―をチャージしていらしたのかもしれない。ママあ、いたずらっぽいわ、シンクがよみがえりました。たしかに、たしかに。マの豊富な経験から編みされた、平和的な身の処方、すてきな振るまいにじ入ったのでした。(イラストレーター、も)

HAPPYも田舎でモットー



ツとひらめいたこと。それは、パーティーのお皿や、ラスをピカピカに洗っていたママの楽しそうな顔です。あれは、遠慮深くない、本当に大好きが、たしにあふれていた気がします。スポンジを泡立て、お皿やグラスをカピカにみがき、水洗い清める、その一の作業の心地よれ。手の指から、全に、心に、脳にとくすがすがしい水のパ―!! 社交のおしゃりとの対人関係の、ももるの気づかいから