

心と心をつなぐ 女と男の情報誌

# アイアム

「アイアム」ってご存知ですか？

～自分の考えを自分の言葉で話す、そんな生き方がしたい～  
…そんな意味を込めて

Vol.

35



特集

シニア世代の新しき道

# シニア世代の新しいき道

シニアライフこそ、経験の豊かさを社会にいかすとき  
そして、ほんとうの自分の人生を見出そう

団塊の世代が、2007年に定年を迎え大量の退職者がでることで、社会的に何らかの影響が起こるであろうと言われていま  
す。何より大きな問題は、個人の生活の急変です。早くからその日のために準備をしていた人は、すばやく軌道修正が出来  
ますが、戸惑う人もでてきます。

日本での定年は、最も成熟した60代に職業生活から離れることとなります。この分岐点において職業人は、これまでの地  
位や肩書きがはずれ、すべて個として対峙しなければならなくなります。また、家庭における夫や妻は、今までの生活パ  
ターンに新たな見直しが迫られることでしょう。

定年後は、誰にも縛られない自由な時間が得られる代わりに、これから始まるであろう長い年月を、人として本当に豊か  
な生活が出来るかどうかは、それぞれの心の持ち方、暮らし方によって大きな違いが生まれてくるのではないでしょ  
うか。

今日まで幾星霜、人はみな家庭や社会によって育まれてきました。そして築いて来た自分をさらに輝かせるには、定年後  
こそ社会にお返しのできる時代であるかもしれません。そして家庭にあっては、男性女性、互いに手をさしのべ、助け合い、心豊  
かな新しい第二の人生の送り方を考えたいと思います。

## 元気な間は働こう

私は、福井市もみじ児童館の館長として第二の人生を送っています。定年を迎えた  
時、まだ働く意欲はいっぱいあったし、社会とどこかで関わっていたいという強い思  
いもありました。また現実的にも年金だけでは淋しいという気もありました。それで  
教師だったころの経験を生かせる児童館を第二の職場に選んだのです。児童館の勤務  
はフルタイムでなく午後0時からの6時間なので、午前中に自分の時間を持てること  
も魅力でした。

ただ学校と異なり児童館はあくまで家庭のかわりで、子ども達が家に帰ったときと  
同じ生活パターンを大切にすることが第一です。さらに、ともに生活する中で社会性  
や基本的な生活習慣を身につけさせたり、子ども達同士でよく遊ばせたりすることも大  
切にしています。そんな毎日の中で、今は教師時代よりも子どもとの接触が多くなり、  
楽しんで働いています。また体育の教師だったので卓球やバドミントンなどいろんな  
遊びを教えられるのもこの仕事ならではのと思っています。昨年の10月から乳幼児対  
象の子育て支援も始まり、児童館はこれから地域の子育て支援の拠点であり、子ども達  
の遊びの拠点にもなっていくと思います。

これから団塊の世代の人が定年を迎えますが、元気な人は男性も女性もぜひしば  
らくは働いたほうがよいと思います。自  
分の何十年かの経験を生かしてもいい  
し、新しい分野に挑戦する方法もあり  
ます。少子高齢化の進む現在、定年後  
も自分の能力や経験を発揮できる職場  
や社会になってほしいものです。自分  
達退職後の者がフルタイムでなくても、  
しっかり働いて、今の若い人のお手本  
にならなくてはと思います。



毎週木曜日の子育て支援の日に集まって  
一緒に遊ぶ子ども達

もみじ児童館

館長 団野界一さん  
(63歳)

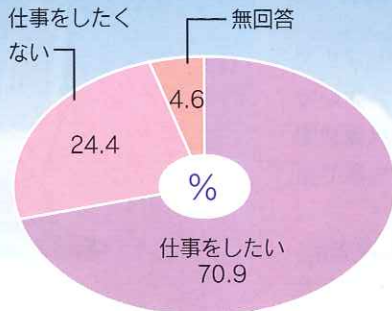


子育て支援・地域教育に  
経験を生かす

# 60歳からの起業に挑む これからのNPO活動

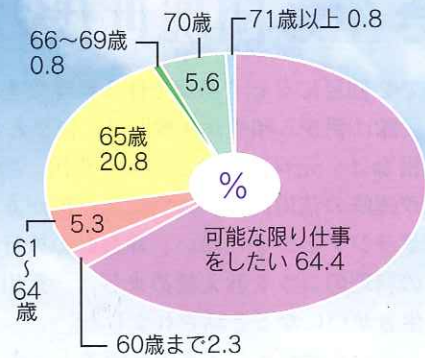
## 60歳以降の仕事の希望

「60歳以降も仕事をしたい」が7割



【中高年縦断調査】厚生労働省（平成17年11月現在）

50歳～59歳対象（男性16,450人、女性17,400人）無作為抽出（注）小数点第2位以下を切り下げて表示



## いつまで仕事をしたいか

「可能な限り仕事をしたい」が6.5割

特定非営利活動法人  
**アントレセンター**  
理事長 高原裕一さん  
(45歳)



## 盛年の智恵と技を地域社会に

IT企業の幹部社員Oさん(58歳)は、今年NPO(特定非営利活動法人)を立ち上げました。このNPOは、企業で活躍してきたOさんと同じような年代の人々を中心に、それまで企業人として培ってきた「実力」を定年後も地域社会に対して活用していただきたい、という思いから定年前後の人々が、このNPOのメンバーとして登録をしてもらうことで、彼らの経験やノウハウをたな卸しし、それらを求める人々に対して情報提供を行おうというものです。まだ立ち上げたばかりですが、徐々に活動の幅を広げていこうとしています。

また、ある団体は、シニア層の「匠の技」を地域の子供たちや若者に伝承する教室運営を始めています。このような取り組みは、これまでしばしば地域単位で進められているようですが、それをノウハウ化し、カリキュラムの作り方や運営の方法をまとめ、パッケージとして、地域に浸透されやすくしようとするものです。

現在のように、少子高齢化が進むなか、これら2つの事例のように、盛年の智恵や技を地域社会に還元するという活動が近年、個人、団体問わず勢いづいています。

地域社会の活力は、子供の元気度と盛年層の元気度の双方が相まって初めて可能になるものであるといわれています。これらの活動は盛年の生きがい作りという効果だけでなく、一つの産業活性化の手法として大いに注目すべきものであるといえます。

特定非営利活動法人アントレセンターは、これまで中学校や高校、あるいは大学に向いて「起業体験講座」を定期的で開催したり、地域の中で起業を目指す人々との勉強会や、起業家の生の体験談を聞く会「起業家の息吹」等を推進してきました。今後地域の起業の更なる促進のためには、もちろん高齢者の起業という点においてもその活動を広げようとしています。

先日もある学校の先生が定年を機に、彼の得意分野である、科学に関するいくつかの保有特許を製品化し世に送り出すため、ビジネスのパートナーを探したいという案件に出会いました。何件か探した後、その技術に強い興味を示した企業が現れ、新しい事業部門を立ち上げると共に、この先生を社外取締役として招聘する話がとんとん拍子にすすんでいきました。もちろん、その新規事業によって売上が増せば当然彼自身に報酬が入り込む仕組みになっています。リスクはほとんど見当たりません。これもまさしく、盛年の智恵を活かした起業のありかただと思います。

詩人サミュエル・ウルマンがその詩『青春』の冒頭で「青春とは心の若さである…」と言っているように、高齢化が進む現代社会においては、益々「心の若さ」を見失わないようにしたいものです。



# 公民館活動、 地域での取り組み

## 生き生き団塊世代の料理教室

今回で2回目になる“男女で作る料理教室”は定員オーバーの男女約半々の参加で酒生公民館は朝から和やかな雰囲気に包まれました。

料理指導は、元料理屋のご主人、荒川 勝氏(58)です。トライアスロン・フルマラソンが趣味の荒川氏は、体力には自信があるので、商売をやめてから、力まないでできるボランティアをと思い、障害者の旅行ボランティアや、公民館などの料理教室でプロの料理のコツを教え始めました。荒川氏はそれが少しでも社会に役立つ事であれば、生きがいになると話されました。

先生の楽しくやりましようの合図で「ぶり大根・揚げだし豆腐」他3品の料理開始。横山三男氏(59)は料理をしたこともありませんでしたが、この教室で魚のさばき方を習おうと、本わさび持参で参加しました。朝井 香氏(62)は自家野菜を家族においしく食べてもらうことにより野菜作りにも力が入るようになったそうです。その他にも奥さんが帰ってこられるまでに何か1品つくる(62)とか、第二の職場もいいが、今までしてこなかった家事、ボランティアをしていきたい(58)と退職前の男性の声。夫は自分のものは作り、ごみ出しもしてくれませんかと女性の声。調理室はイカの皮むきや細巻に悪戦苦闘しながらも笑いが絶えない中、ようやく5品出来上がりました。会食になると、「うまかった。ぜひ家で作ってみよう」と意気込みを語りながら、季節ごとに開いて欲しいと積極的な意見が多く出ました。

今回の男女で作る料理教室をとおして、団塊の世代の家族への思いやりの深さを感じ、リタイア後、地域への参加やボランティアをしたいと皆さんが前向きに語られたことが印象的でした。



### 料理教室

講師 荒川 勝さん  
(58歳)



## 地産地

「新しい出発、燃えよました。味噌やたまり醬「なぜ新ちゃん味噌なんて私達で収穫した大豆を、私青空グループは、国のとで昭和55年頃から味噌味わってもらい、女優の大豆を主原料に、糶を豊富



# 能力を拓く、心の豊かさへの挑戦



シルバー人材センター  
会員 漆崎憲治さん  
(70歳)



## 人生の節目に、新たな自分に挑戦しよう

私は、学校を出てすぐ福井銀行へ就職しました。そして39年間勤務し定年を迎えました。定年後、ちょっと楽をしたい気分もあり、3年間何となく目的もないまま毎日を過ごしていました。が、あるときこんな生活をいつまでも続けていいのかと反問し、もう少しメリハリのある人生を送りたいものだと考えはじめました。

そして、過去の自分になかった生活をしたいと決心し、シルバー人材センターを訪れたのです。私はスポーツは好きでしたが、特技が有るわけでもなく果たして自分にあう仕事があるだろうかと不安に思いました。しかし思い切って新しい仕事を選ぼう、新しい自分を見つけようと、襖張りの講習を受けました。始めはなかなか思いどおりの仕上げが出来ず、失敗することも度々ありましたが、次第に上達して今では皆様から喜んでもらえる様になりました。

現在、私は自分の仕事に生き甲斐と誇りを持っています。一生懸命張り替えた戸、障子が各家庭に収まり部屋が美しく明るくなるのを想像するとき、私はこの仕事に喜びを感じるのです。体力が続くかぎりこの仕事を続けていきたいと、思っています。仕事の余暇には、妻が管理する家庭菜園で、野菜作りにいそしんでいます。2人で菜園の計画を立て、新鮮な野菜を手にした時、土の温かみを感じながら、妻とともに暮らす喜びを感じているこの頃です。

人は人生の転機に、新しい自分に挑戦する勇気を持つことも必要だと思います。お陰で私は毎日がとても幸せです。



## 消運動に情熱をかけて

清水』のテーマで開催された文化祭の日、きらら館の玄関前に食品販売コーナーを見つけ油、豆菓子等沢山並んでおり、いかにも手作りという素朴さに引かれて声をかけました。すか「それは私達の新保地区の“新”をつけたからです。私は青空グループの三上ですが、達で加工し、販売しているのです」

政策として始まった『麦と大豆』の集団転作を機に一村一品村おこし、地産地消という作りに挑戦。東京ドームで全国物産展が開かれた時は、福井県を代表して全国の参加者に浜三枝さん、和泉雅子さんも新保の作業場まで見に来られたそうです。地元でとれた米とに使い塩分を控え、添加物を入れない味噌は、最近の健康食ブームで注文が殺到、また学校からの生徒見学もあり食育としても役立っています。昭和60年、清水町とJA清水農協の支援で加工場が建設されてからは、更に本格的に生産するようになったとのこと。

現在、青空グループは52歳から69歳の元気な女性ばかりです。会長の三上太夫さんは83歳。保母の仕事を終えられてから、地域の活性化のために味噌作りを始めたそうです。

数日後、味噌作りを見せていただくことにしました。工場に近づくとヴィヴァルディの四季が聞こえてきます。味噌はこの曲の振動の中で心地よく発酵し、熟成していくそうです。私が訪ねた日、清水南小学校3年の生徒達が熱心に味噌のできるまでの話を聞いていました。



湯気のとつ作業場で仕事に打ちこむ仲間



三上さんの話を熱心に聞く  
清水南小学校の生徒達

# 男女共同参画・



住所：福井市手寄1丁目4番1号

JR福井駅東口で建設中の手寄地区再開発により愛称が「アオッサ(AOSSA)」と決ま  
に向け最後の仕上げにピッチをあげていま  
階)、地下2階建ての明るいアトリウム空間  
3階には民間の商業施設、4~6階は福井市  
階は県民ホールや県民活動センターなどが  
民、県民の新たな交流拠点として期待され

土・日も開いているから、お父さんも一緒に行こうよ

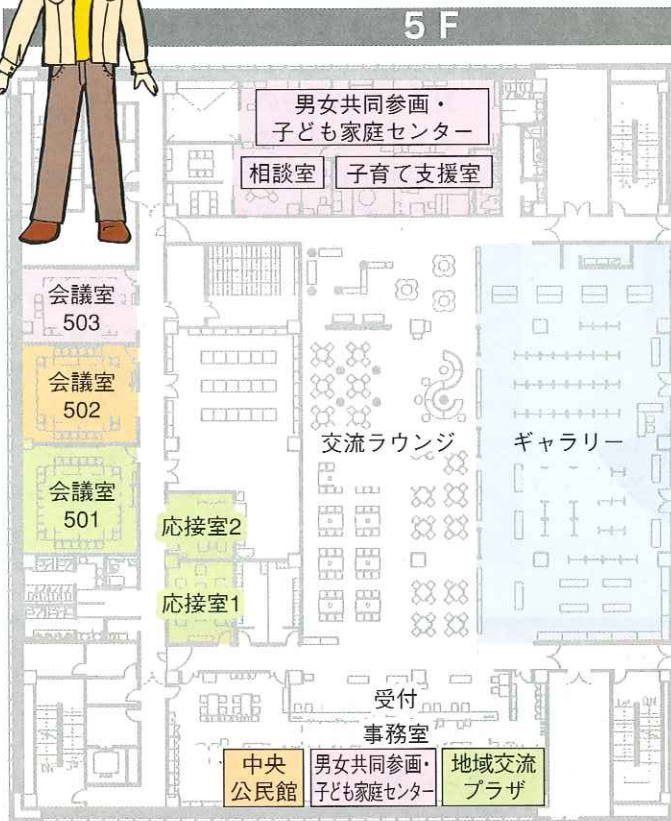


講座でつくった作品などをこのギャラリーで展示できるんだね



### アオッサの階別概要

8階	県公共施設	県民ホール
7階		消費生活センター 県民活動センター 放送大学福井学習センター 人権センター
6階	福井市地域交流プラザ	研修室、実習室、レクリエーションルーム等
5階		福井市中央公民館 福井市男女共同参画・子ども家庭センター
4階		福井市立桜木図書館
3階 ↓ 1階	民間	商業・業務施設
地下1階・2階		駐車場



5・6階の貸し室を使用したいときは5階の地域交流プラザの窓口で受付してね

## 活動しやすい男女共同参画・子ども家庭センター

### ● 事務室って何をするの？

市民の人たちが利用し、気軽に集い、活動しやすいように、男女共同参画と少子化に関する各種講座の開設、市民団体・グループ等への支援、情報提供などが幅広く行われます。

### ● 子育て支援室って何をするの？

おもちゃなどがあり、お子さんと一緒に、他の人との子育て談話や、保育士に気軽に相談ができる「子育てカフェ」や、子育てのいろいろな情報があります。

### ● 相談室って何をするの？

臨床心理士などの相談員が気軽に相談を受付ます。電話相談(子育てママダイヤル等)、医師や弁護士等による専門相談(要予約)等があります。

同じ事務所内に、中央公民館も設置されるので、男女共同参画・少子化対策と生涯学習の今まで以上の連携が期待できそうです。

## 地域交流プラザに期待する

### ● 小林 智子さん(岡保地区子育て支援委員会)



「地域交流プラザ」人とのことでしょう。今からワとブックスタートボランティアことですが、子育てで皆さん方が安心して相談できに常動していただければ、足い、地域に密着した場にな

### ● 善里 嶺信さん(足羽公民館長).....



「地域交流プラザ」に市し、男女共同参画・子ども関が集中して設置されます。開放的で柔軟な発想に基利用できます。この施設のを大切にしながら、子ども自然に交流できる場をコー

# 子育て支援の殿堂オープン

ビルは、昨年11月、公募り、4月19日のオープンす。地上8階(一部10が特徴的なビルで、1～地域交流プラザ、7～8入居する複合施設で、市ています。

市の施設として整備される地域交流プラザには、4階に「桜木図書館」、5階に「中央公民館」そして待ちに待った「男女共同参画・子ども家庭センター」が入ります。6階には貸し出し施設として研修室・実習室なども整備され、様々な活動に利用することができます。気軽に集い、学び、語らい、いきいきと活動できる場として、また、中心市街地の賑わいの場となるよう、皆さん積極的に利用しましょう。



### 「第18回男女共同参画 全国都市会議 in ふくい」を開催します

- 日時：平成19年11月8日(木)・9日(金)
- 会場：県民ホール・地域交流プラザ (手奇地区再開発ビル「アオッサ」内)
- 主催：男女共同参画全国都市会議、福井市、第18回男女共同参画全国都市会議 in ふくい実行委員会
- 男女共同参画全国都市会議とは：
 

男女共同参画社会の形成を推進する全国の行政担当者及び市民が一堂に会し、男女共同参画に関する問題を総合的に研究・討議するとともに、都市間の交流を推進し、男女共同参画社会実現に向けた施策の展開を促進することを目的としています。

## ～ 利用希望者の声 ～

事務局長).....  
人、心と心の出会いの場。ステキな出会いがたくさんあ  
ククしています。3人の子どもを育てている母の立場  
ィアとして少しお手伝いさせていただいた立場から気づ  
のお母さんの悩みというのは数限りないものです。お母  
のプロの保育士、保健師、看護師が子ども家庭センター  
も運びやすいのではと感じます。様々な面で利用しやす  
ってほしいと思います。

●米村美智子さん(和田地区男女共同参画推進員).....



「アオッサ」何と愛らしい、あたたかくて親しみやすいイメ  
ージのふれあいの場でしょう。この素敵なアオッサで若い人から  
お年寄りまで、仕事をもつ男も女も、誰でもが気軽に利用できる  
雰囲気の中で、時間帯や駐車場対策も考えていただければ、楽し  
い仲間作りができ、いろいろなことを学びあい、自分の持っている  
力を出し合える場ができるのです。  
その中から、ひとりひとりが輝き、心身ともに健康な生活が醸  
し出されるのです。そしてわがまち福井の健康なまちづくり、明  
るく活気ある地域のまちづくりへと繋がっていくと思います。

内50公民館の一つで、調整機能を持つ中央公民館が移転  
家庭センター、桜木図書館等、生涯学習推進のための機

づいたオープンスペースはみんなの居場所として気軽に  
伸び伸びした柔らかな雰囲気をかき、「生活者の視点」  
から団塊の世代、高齢者の方までと、いろいろな世代が  
ディネートしていただきたいと思います。

## ～編集委員より～

アオッサは官民一体で運営する新しい形のビルですから、フレキシブルな対応がい  
ろいろな面から顔をのぞかせてくれるでしょうが、その一方で効率や採算を重視する  
考え方も出てきます。今の時代当然のことですが、利用しやすい出会いの場、学習の  
場とのコンセプトを常に念頭において工夫を重ねてほしいものです。



## 『しあわせ脳』に育てよう!』

著者：黒川伊保子  
発行：講談社  
定価：1300円（税別）

**黒川伊保子**  
1959（昭和34）年、長野県生まれ。奈良女子大学理学部物理学科卒。株式会社感性リサーチ代表取締役。倉敷芸術大学非常勤講師。男女脳論の専門家。語感分析の第一人者。主な著書に『恋愛脳』『怪獣の名はなぜガキググゴなのか』『感じることば』などがある。

育児の本は数多くあるけれど、脳を育てるといふ観点から教えられたことは今までなかった。「しあわせ脳」に育てよう!という題名の下にピンクの帯に子どもを天才脳にする秘密は、早寝、早起き、朝ごはん、読書!と書いてある。誰でも聞いたことのある言葉であるが、読んでいくうちになぜそうなのかがよくわかる。著者は人工知能の研究に携わった後、脳とことばの研究をしている人である。

本の中に『脳には大きく分けて、4つの機能がある。無意識のうちに作動する「感じる力」意識的に働かせる「考える力」そして無意識と意識をつなぐ「直感力」の3つ、さらに眠っているときに働く知識工場。いい脳とはこの3つの力と知識工場がどれもよく働いている脳のことをいう』と書かれているところがある。

また、フェロモンの話では、脳の持ち主が気づかぬうちに想像を絶する力を発揮していることとか、男の脳と女の脳の違い。また、赤ちゃん脳期、子ども脳前期、言語脳完成期と具体的な話がつづき、子ども脳後期（9～11歳）では人生で脳が最もよくなるゴールデンエイジの到来であると書かれている。更に思春期まで話は続いている。そのとき脳はこうである、だからこんなふうに育ててほしいと語りかけるような文章だ。

この本は、こんな言葉で始まっている。「しあわせ天才脳」を育てる、これが私の育児テーマだった。1991年、著者は出産した。つまり人工知能の研究者の彼女は、息子の「生きた脳」を手に入れたのである。そして著者は本を完成して改めて両親の子育て法に感銘し、この著書をご両親に捧げられたのだ。

読者は、「しあわせ脳」に育てることは、決して難しいことではないのだということに気が付くはずだ。子どもへの愛とあたたかい環境。それは昔からあったちゃぶ台を囲んだ楽しい夕餉や、子どもを見る家族の優しい眼差しのようなもの。働くお母さんであっても、周りの支援を上手に活用すれば、子育ての幸せは充分味わえるということだ。

## パートナーからの暴力ホットライン

夫婦や恋人などからの**身体的暴力・精神的暴力・経済的暴力・社会的暴力・性的暴力・子どもを巻き添えにした暴力**に対し、下記機関があなたを支援します。

福井県生活学習館 配偶者暴力被害者支援センター	福井市下六条町14-1	0776-41-7111 0776-41-7112 火～日曜日9:00～17:00
福井県総合福祉相談所 女性相談課	福井市光陽2-3-36	0776-24-6261 月～金曜日8:30～17:15
福井県警察本部 警察安全相談室	福井市大手3-17-1	ブッシュ式 #9110 0776-26-9110 24時間受け付け
福井県警察本部 女性被害者相談電話	福井市大手3-17-1	0120-292-170 0776-29-2110 月～金曜日9:30～17:15
福井健康福祉センター	福井市西木田2-8-8	0776-36-1116 月～金曜日8:30～17:15
福井県人権センター	福井市大手3-11-17	0776-29-2111 火～木曜日 } 9:00～17:00 第2,4土曜日 } 第2,4日曜日 } 9:00～21:00 金曜日
女性の人権ホットライン	福井市春山1-1-54	ゼロナゼゼロのホットライン 0570-070-810 (PHS,IP電話からはつながりません) 月～金曜日8:30～17:15
NPO法人 福井被害者支援センター	福井市大手3-11-17	0776-31-5111 火曜日 15:00～19:00 土曜日 13:00～19:00

「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律」  
(DV防止法)があなたを守ります。

## 編集後記

今回は2007年問題として社会的に関心の高い団塊の世代の人々にエールを送る特集となりました。定年を向かえた人々がどのように意欲的に第二の人生を送っているかを紹介することにより、団塊の世代の人たちが、今後の生き方を考える糧になればと考えたからである。ぜひ、男性も女性も勇気とチャレンジ精神をもって、それぞれの第二の人生を踏み出してほしいと思う。

## ご意見募集!

この情報誌、その他男女共同参画に関するご意見・ご要望を郵便、FAX、E-mailにて募集しております。

また、取り上げてほしい内容がございましたらお気軽にご連絡ください。

☆次回36号は9月発行予定です☆

〒910-8511 福井市大手3-10-1  
福井市役所  
男女共同参画室・少子化対策センター  
TEL:0776-20-5353 FAX:0776-20-5742  
E-mail:danjo@city.fukui.lg.jp

## 企画・編集/アイアム編集委員

岩木 弥恵子 田中 芳枝  
戸出 瞳 畑岡 久子  
藤井 輝雄 蓮花 慶子  
(50音順)