

テーマ「シニアの生活支援活動を含む社会参加の実践」
～地域参加された（元）会社員や企業後押しの事例紹介～

ミドルシニアの「自走人生」をデザインする



中高年会社員を対象に職業人生の長期化に向けた調査・研究活動をおこなうとともに、キャリア研修プログラム「キャリア羅針盤」を開発・監修

池口 武志 一般社団法人定年後研究所 理事 所長

1986年 新卒後、日本生命保険相互会社入社

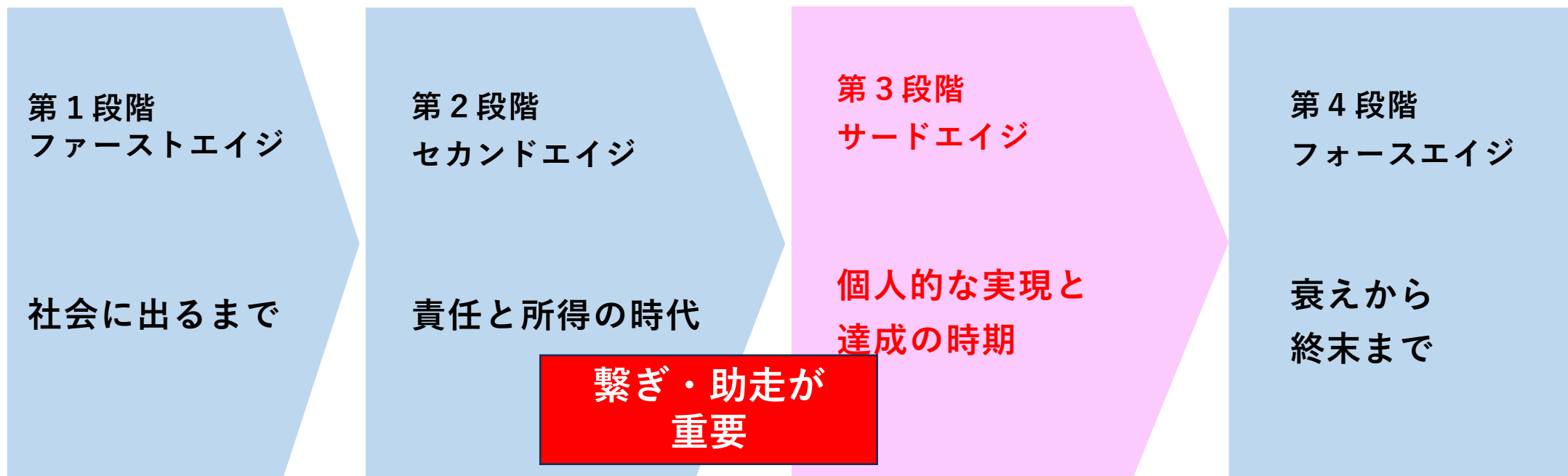
本部リテール部門や営業最前線等で長く管理職を経験し、多様な職種の人材育成にかかわる。
その間、オックスフォード大学 Diplomatic Studies 修了

2016年星和ビジネスリンクに出向。キャリア羅針盤の開発を統括。同社取締役常務執行役員も務める

2023年3月 桜美林大学院老年学修士（研究テーマ：定年前後期のキャリアチェンジ）

キャリアコンサルタント 消費生活アドバイザー AFP 心理的資本協会理事 シニア社会学会会員
著書に「定年NEXT（廣済堂新書）」「人生の頂点は定年後（青春新書）」

ところで、人生最良のときは「サードエイジ」



歴史人口学者ピーター・ラスレットの
唱えるライフコース4段階区分説

人生最良のとき
「自分の意識と行動で自己実現を図る」

① 企業から地域や社会福祉領域へキャリアシフトされた方の事例紹介

〈①〉 A男さん （67歳 男性）

モーレツ会社員を卒業し、地域に目を向けることで、社会福祉法人での「新たなやりがい」を獲得

〈会社員時代のA男さんは〉

新卒入社の手紙文具メーカーで、40年間営業部門で我武者羅に働き、管理職としてストレスやプレッシャーと戦う毎日を送っていました。通勤電車で自宅と会社を往復する毎日。

〈キャリアの転機〉

60歳を過ぎて、実家のことが気になりだし、子供も巣立ったことから、後進に道を譲るべく、会社人生に区切りをつけた。電車通勤を避けたい気持ちがあり、**自宅近辺で転職活動**を始めたところ、「**知的障害者の福祉施設**」に出会うことに。

〈施設利用者の笑顔に励まされて〉

「おじさん、お名前はなんですか～?!」で迎られた採用面接で、**大きなインパクト**を受け迷わず入職。「できなかったことができるようになった時の」施設利用者が見せる満面の笑みに励まされて、充実したセカンドキャリアを過ごしています。

〈余談ながら〉

会社引退後、籠りがちの仲間も。定年後の人生設計の大切さを後輩に伝えています。

〈②〉 B太郎さん (63歳 男性)

60歳再雇用期間は、65歳での大きなテークオフへの助走路として最大限に活用中

〈大手商社でキャリア支援担当〉

大手商社で50代前半で、社内のキャリア相談室立ち上げに係って以降、定年前後の社員のキャリア相談を意欲的にこなし、「キャリア相談ならBへ」との評価も頂いていました。

〈ところがいざ自分が60歳になってみると〉

60歳定年の半年前くらいに、自身の将来図が描けないことから、心も曇りがちになり、元気を失っていきました。

〈反転のきっかけは農業体験〉

心配していた妻から渡された街の情報誌に、**たまたま載っていたの農業体験**が目にとまりました。これにすっかり魅了され、種まき・収穫の短期農業バイトに励むうちに、**地域や自治体から「里山保全活動」「街並み保全活動」「農業委員」**などの声かけを次々と頂き、元来の明るさを会社でも取り戻していけました。

〈再雇用期間を最大限生かして〉

現在、**再雇用期間を活かして、65歳で小学校のキャリア教員への採用**を目指して、仕事と勉強の両立中です。3年前の苦悩期間は「これだ！と感じるものに出会うための生みの苦しみ」でした。⁵

定年前後期のキャリアチェンジを経て、その後もイキイキと活躍を続ける人の共通点は①

池口論文「定年前後期のキャリアチェンジの移行プロセスの解明」より抜粋

天職との出会い

『たまたま新聞広告を見つけた。これは自分がやりたいことかもしれない』

『エレベーターに乗る寸前ですよ。ちょっと話だけでも聞いて下さい』

『駅で昔の先輩にばったり会って、近況を聞いてるうちに』

新たな交流で視界が広がる

『全く違う世界の人と一緒に勉強した。ビジネスマンは自分だけだった』

『出向してみても視界が広がった。支店にいとどうしても』

『仕事の傍ら、色んな会に顔をだすようになってからです。』

定年前後期のキャリアチェンジを経て、その後もイキイキと活躍を続ける人の共通点は②

新たなフィールドで必要とされる喜び

『自分が普通にやってきたことが、非常に驚きだったり、新鮮だったりって言って頂いた』

個人としての社会貢献

『仕事の中身が非常に社会的に意味があるというか。この歳になって、自分のやりがいになっているのかな』

天職での学びと成長

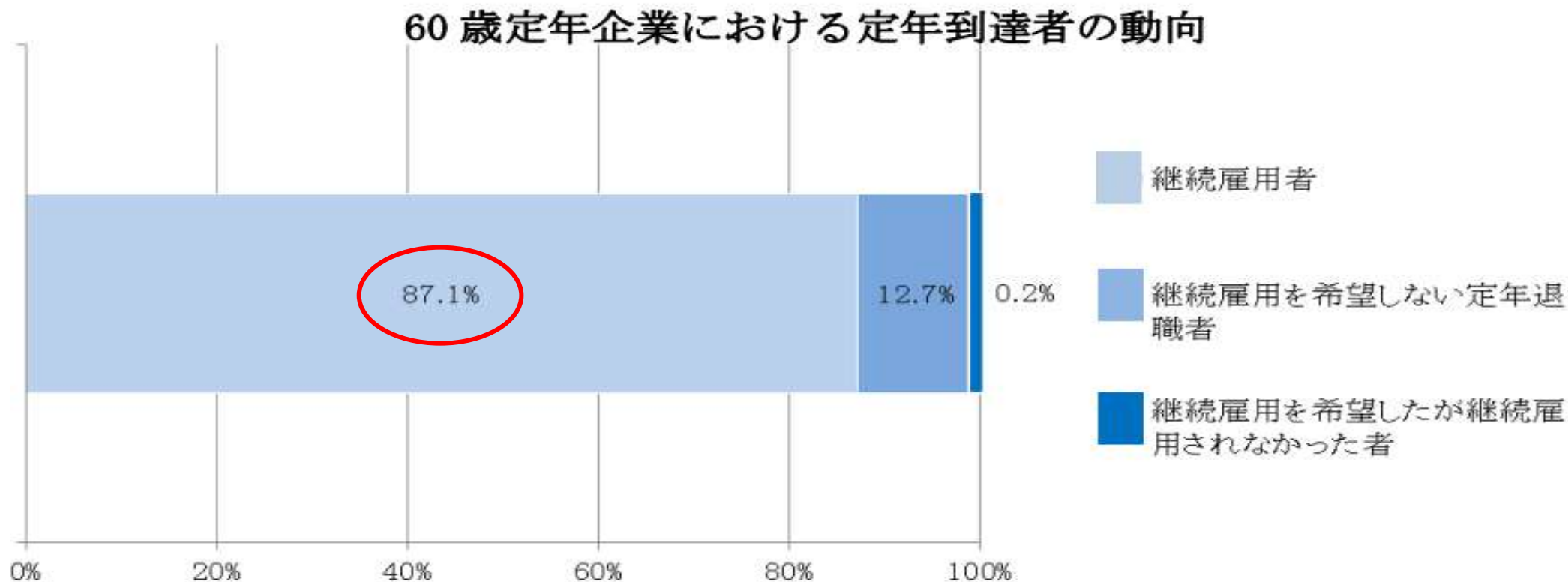
『この仕事は面白いって思いました。その後も自主勉強会にすごく行ったんですね』

後進世代のサポーター

『若手が持っている可能性を活かしながら、ここだけは踏み外さずに、って自分が重しになる』

ただ、「一歩目が踏み出せない」中高年社員が大半の現状

結果として、60歳定年時に、87%の人が再雇用を選択



② 地域や社会福祉領域へシフトを促す企業のバックアップ事例

ア) 人事制度・勤務制度を通して

- ・ 副業の解禁、短日（週3日勤務等）短時間（午前のみ等）勤務制度
- ・ 65歳以降は「業務委託（フリーランス）」契約で、70歳法対応

イ) 中高年社員向け キャリア研修を通して

NISSAY IT アカデミー
2022年度 動画配信イベント

<キャリア研修プログラム設計 事例①>
「キャリアセミナー」オンデマンドビデオ

『人生の頂点は定年後』に向けて、意識すべきこと

～人生100年時代における素晴らしいキャリアづくり、
未来づくりに向けて今、全ての世代に伝えたいこと

一般社団法人 定年後研究所
所長 池口武志 様



現在制作中の「企業の中高年社員向けキャリア開発プログラム (eラーニング)」の事例

ロールモデルに学ぶ！ 明るいサードエイジの掴み方

第2章 ロールモデルに学ぶ

5人のロールモデルの経験を紹介

- case 01 (役職)定年後も、同じ企業で活躍を続ける
- case 02 民間企業への転職
- case 03 独立
- case 04 再雇用の5年間を活かす
- case 05 **NPO や社会福祉施設への転職**



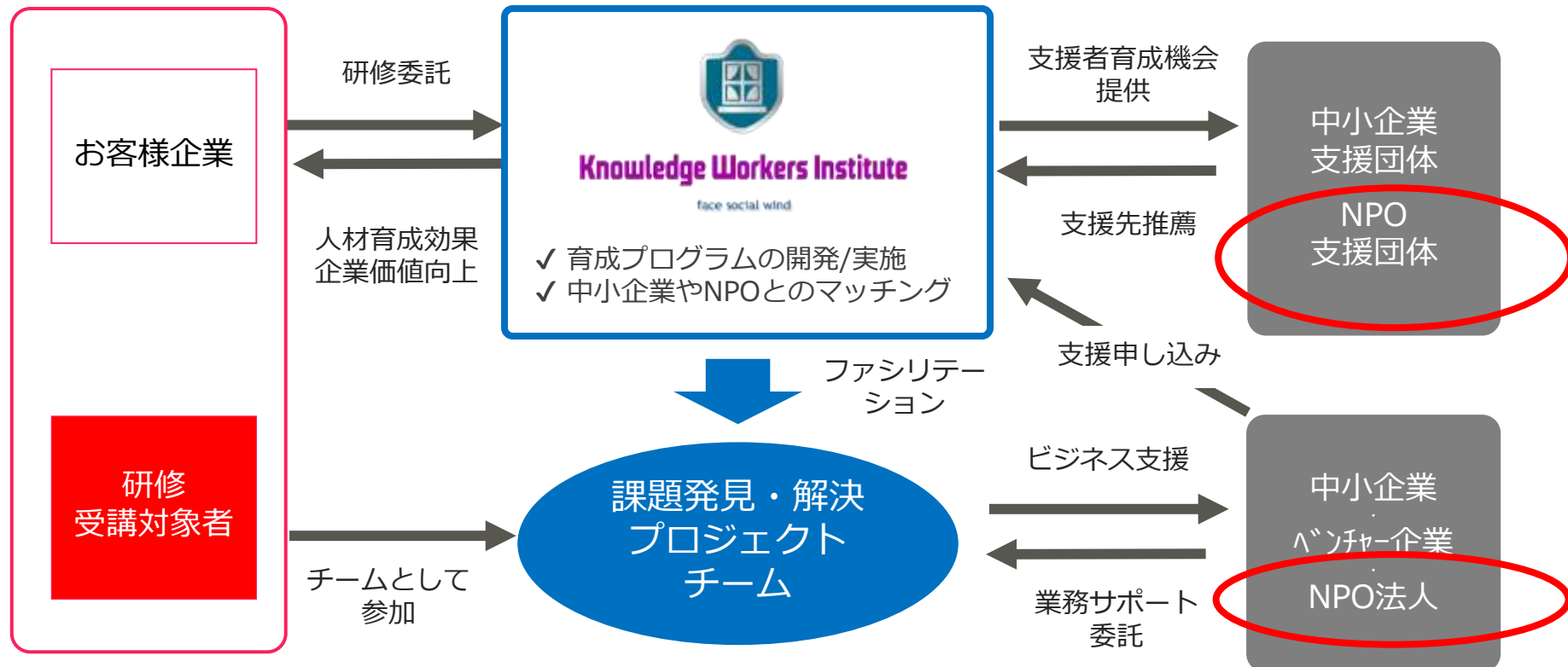
定年後もイキイキと活躍を続けるには
どんな心構えや準備が必要なのか？
そのヒントを、人生の先輩と一緒に
考えていきましょう。



ウ) NPOへの越境体験を支援する企業内研修も徐々に浸透中

「プロボノ験修」 Probono Based Learning

研修対象者が中小・ベンチャー企業やNPO等の現実の課題を発見し解決案を提示する、体験型人材育成プログラム



エ) 社会課題と触れる中高年社員向けリスキリングプログラムの提供事例も

多様な視点を広げ、社会に対して幅広く関心を持つ

「社会課題解決カレッジ：アスツクカレッジ」

〈株式会社 ソーシャルキャピタルマネジメント 小林博之氏 資料より〉

項目	例	備考
さまざまな社会課題に関する講演	SDGs・サステナビリティ全般 エシカル消費 食品ロス 人権問題 災害復旧 紛争人道支援 子どもの貧困 教育支援 地域活性化 中小企業の事業承継 ダイバーシティ・エクイティ 海の環境問題 川の環境問題 森の環境保護	<ul style="list-style-type: none">◆単に講演を聴くのではなく、グループディスカッションを行い、自分事にしていく（自分たちがこれからやること、できること、など）◆ 自社グループのリソースとの掛け算でどんな社会課題解決ができるかを提言◆ 参加後にレポート提出（できれば参加者同士で共有できる仕組みが望ましい）◆ ライブ参加5点、録画視聴2点などポイント加算し期末にランキング・表彰などを行うなど楽しみながら自己変革を遂げるプロセスも
若い世代との対話	大学生、高校生	

オ) 社会福祉法人への越境、副業・出向を促す取組事例 (受入側の課題)

大企業シニア人材の活性化、ポスト開発の動き

足手まといになるのでは？

- ・ 大手IT企業
(シニア社員のボランティア先として)
- ・ 大手衣料品メーカー
(越境体験研修の行先として)
- ・ 大手飲料メーカー
(定年後の行先、再雇用後の副業先として)

〈検討課題〉

① 従業員へのメッセージ

(社命ではなく、選択肢として提示する以上は、メッセージが重要)

⇒何が得られるのか？ どんな経験が生かせるのか？ セカンドキャリアの充実に繋がるのか？

② 送出スキームごとのリスクの洗い出し

(人事管理、事故対応等)

企業支援
定年後研究所

緊密な連携

厚労省 社会福祉推進事業

- ・ 民間企業側のシニア人材の送出ニーズの把握
- ・ 社会福祉法人側の民間人材受入ニーズの言語化
- ・ 企業人事部による福祉法人への実地見学/PDCA
- ・ マッチングスキームの検討

社会福祉法人による民間人材の受入れの動き

そんな優秀な人が本当に来てくれるのか？

〈候補法人〉

- ・ 浦安市 知的障害者支援施設
- ・ 京都府 知的障害者支援施設
- ・ 東京都 知的障害者支援施設
- ・ 全国ネット 有料老人ホーム

〈検討課題〉

① 受入業務の洗い出し = 求める人材像の具体化

- ・ 管理部門での間接業務
(事務効率化支援、働き方改革、コンプライアンス体制整備、人材教育等)
- ・ 現場での簡易なサポート業務

② 受入スキームの検討

- ・ ボランティア
- ・ 越境体験研修
- ・ 出向 ・ 副業
(→将来的な転職も)
- ・ 定年退職者への再就職情報提供

マッチング機関

(出向先、副業先として)

自分も地域で「貢献テーマ」を探しているシニア社員の一人で、情報探索中です。

今日、皆様にも
教えて欲しいと
思っています

①産業雇用安定センター キャリア人材バンクへの登録

・福祉領域へのマッチング実績もあり

●60歳以上の在職者で、雇用期間の満了後に再就職を希望する方のキャリア・能力・就業希望等の情報を、事業主経由でキャリア人材バンクに登録します。また、事業主を経由せずに登録を希望する在職者および離職者について個人での登録も可能です。

※本事業の離職者とは、離職後1年以内の方をいいます。

●66歳以降も働き続けることが可能な求人情報（受入情報）を収集するとともに、その能力の活用を希望する事業者にも、登録者情報を活用して、就業を希望する登録者を紹介します。

②気になったNPOや社会福祉法人へ直接アクセスする

「楽しそう！」と思える活動をしている団体にアクセスする。試行錯誤はフットワークを軽く！

③地域の社会福祉協議会に問い合わせる



【はせさんずデイホーム】傾聴中心 ボランティア 募集

令和4年度「川崎プロボノ部2022」実施結果

川崎市では、プロボノを活用した人材マッチング事業を「川崎プロボノ部」として実
ます。

令和4（2022）年度は、42名のプロボノワーカー（運営委員を含む）がチーム
9団体の運営上の課題解決につなげる活動を行いました。

令和4年度 川崎プロボノ部2022	
支援団体名称	支援内容
NPO法人 みずとんぼ	スペース活用
認定NPO法人 エンパワーメントかながわ	事務業務の効率化
認定NPO法人 かわさき創造プロジェクト	事業戦略