

シニア社会学会 第25回大会 基調講演 高齢期のワークキャリア充実のための 意識と行動は？

2026年 6月13日

一般社団法人 定年後研究所
常務理事所長 池口 武志

主に、**中高年会社員**を対象に**職業人生の長期化**に向けた調査・研究活動を行うと共に、
キャリア研修プログラムの開発・監修を手掛ける

中高年会社員向け企業内キャリア研修・自治体主催地域デビュー講座講師、
経営者向けシニア活用セミナー講師、キャリア面談等でリアルな課題に向き合う

■ 職歴・学び

1963年京都市生まれ 1986年日本生命保険に入社し、長く管理職として多様な人材育成に関わる
2005年オックスフォード大学 Foreign Service Programme修了
2021年定年後研究所所長
2023年3月桜美林大学大学院老年学修士(連覇で卒業)

■ 社会活動、資格等

厚生労働省 生涯現役社会の実現に向けた検討会委員 企業から福祉へ人材供給プロジェクト検討委員
日本心理的資本協会理事 シニア社会学会理事
早稲田大学キャリア・リカレント・カレッジ アドバイザー
キャリアコンサルタント、AFP(ファイナンシャルプランナー)、消費生活アドバイザー

■ 著書・原著論文

「定年NEXT(廣済堂新書)」、「人生の頂点は定年後(青春新書)」
「50・60歳代会社員のキャリアチェンジのプロセス(老年学雑誌14号)」



【本日のアジェンダ】

第1章: **人生満足度**と**仕事満足度**の高い相関関係

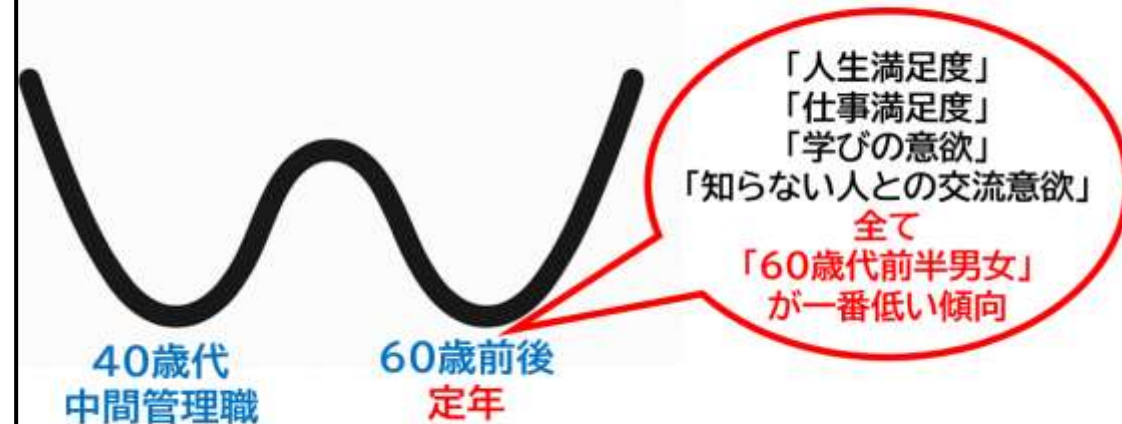
第2章: 「定年前後からの自分探し」**積極派**と、
大半を占める**消極派(?)**

第3章: 企業の「**高齢社員への期待度**」の高まり

第4章: 看過できない、定年後の**社会的孤立**リスクの高まり

第5章: 高齢期の「ワークキャリア」充実に向けての**課題整理**

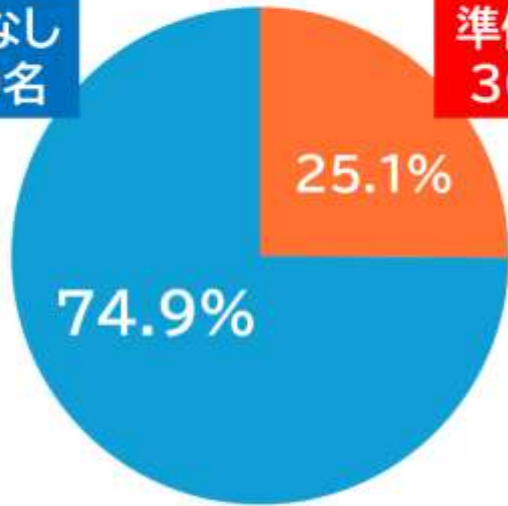
日本の会社員は、もしかすれば W字カーブ？



一方で、セカンドキャリアの準備は、「なし」が多数

準備なし
900名

準備した
302名



60~70年代 人生・仕事満足度調査（定年後研究所&ニッセイ聖隷健康福祉財団：2025年9月）より

31

シニア活躍推進研究会「過去2年 6回×東西=12回」の分科会の「議事メモ」から
企業の人事担当者の「シニア社員」の課題認識をAIで要約すると、

- ① 処遇の大幅ダウンによる「モチベーション維持」の困難
- ② 役職定年(ポストオフ)後の「役割と居場所」の喪失
- ③ 「キャリア自律」を促す研修の早期化と実効性
- ④ DX・ITリテラシーへの対応と「リスクリング」
- ⑤ 年上部下を持つ「年下上司」のマネジメント支援
- ⑥ 社外転身(越境)や地域貢献という新たな選択肢

48

定年前後世代のキャリア研修や講座・面談で感じること



33

企業と地域をつなぐ（=個に寄り添う）定年準備教育の展開（弊所の問題提起）

企業内キャリア研修・地域デビュー講座の
講師経験からの課題認識

- ① 定年後の居場所不安
 - ・自分が社外で通用するイメージが持てない（一歩目への迷途）
 - ・結果として、経験が広く地域社会で共有されず
- ② 老後資金の過度な不安
 - ・マネーリテラシーの不十分さ
 - ・お金を使うことへのためらい（「自己投資も、趣味も、ケチケチ」）
- ③ 限られたキャリア教育機会
 - ・企業内研修は「希望者制」へ
 - ・意識の低い人は学びの機会に来ない（一定年後のひきこもりの懸念）

■定年準備教育の地域展開

- <目的>
- ・左記3大課題の解決
- <内容>
- ・自己理解、キャリアビジョンづくり
 - ・マネーリテラシーの向上
 - ・地域社会参加への情報提供、意識の転換（仕事、ボランティア、サークル、仲間）
 - ・個別相談への導線（キャリア&マネー）
- <展開のステップ（糸口）>
- ・課題性の高い大都市圏からの着手
 - ・金融機関、教育機関等との協業関係づくり
 - ・国や自治体・社協・NPO等への働きかけ

49