

# 令和3年度第1回人生二毛作推進県民会議 議事録

日 時：令和3年12月9日（木）10：00～11：30  
場 所：県庁西庁舎111会議室

## 1 開会

（中澤企画幹兼課長補佐兼健康づくり推進係長）

それでは、定刻となりましたので、ただ今から令和3年度第1回人生二毛作推進県民会議を開会いたします。私は、長野県健康福祉部健康増進課の中澤と申します。よろしくお願いたします。本日の会議は、新型コロナウイルス感染症の予防策を講じまして開催しております。

それでは、開会に当たりまして、長野県健康福祉部長の福田よりご挨拶を申し上げます。

## 2 あいさつ

（福田健康福祉部長）

長野県健康福祉部長の福田と申します。

人生二毛作推進県民会議の開催に当たり一言ご挨拶申し上げます。

本日は、大変お忙しい中、ご出席をいただき、誠にありがとうございます。また、日頃から県政の推進はもとより、新型コロナウイルス感染症対策など様々な場面でご理解とご協力をいただいております。厚く御礼を申し上げる次第でございます。

ご承知のとおり新型コロナウイルス感染症は、大分収まってまいりました。これから、オミクロン株への対策等もございませけれども、当面は落ち着いた状況が続いておりますので、本日は、対面の形で開催させていただきました。「人生100年時代」と言われております中で、誰もが元気に安心して暮らすことのできる社会づくりは、大変重要な課題でございます。

長野県は、健康寿命が男性、女性共に全国1位の「健康長寿県」でございます。県といたしましても、健康づくりに関する施策をはじめとして、長野県総合5か年計画においても「人生二毛作社会の実現」を重点政策の一つとして掲げておりまして、シニアが培ってきた豊富な知識と経験を社会参加、仕事、様々な面で生かしていただき、地域の担い手として元気に活躍できる人生二毛作社会を推進することを目指しているところでございます。

本日の会議では、退職した男性シニアの居場所としてご活動いただいております「ゆる～いおっさんの会」の代表の藤澤様にご出席をいただきまして、退職後を意識した生きがいくりの取組についてご説明をいただくとともに、人生100年時代における皆様の団体の実情、お考えをお聞きいたしまして、「人生二毛作社会」の施策を展開するための参考とさせていただきたいと思っております。どうか、忌憚のないご意見をいただけますようお願い申し上げます。

以上、開会のご挨拶とさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

## 3 内容

（中澤企画幹兼課長補佐兼健康づくり推進係長）

それでは、これより議事に入らせていただきます。

ここからの議事の進行につきましては、長野県長寿社会開発センターの内山理事長にお願いいたします。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

ただ今、ご紹介いただきました、長寿社会開発センターの内山二郎と申します。

「人生二毛作推進事業」を立ち上げた当時は、人生80年の時代でしたが、今では100年時代と言われていています。時代の変化の中で、我々の生き方そのものが問われる状況になってきています。そういう中で、もう一度、人生二毛作社会についてみんなで考え、新しい視点に立って、どのように進めていけばいいのかを、皆さんと一緒に考えていきたいと思えます。

それに先立ちまして、まず事務局から「人生二毛作推進事業について」説明いただきます。

## (1) 人生二毛作社会推進事業について

(健康増進課 鹿田主任)

健康増進課の鹿田と申します。お手元の資料1をご覧ください。

人生二毛作社会推進事業についてですが、先ほど福田部長からもご挨拶申し上げましたとおり、人生二毛作社会とは、仕事を退職した元気な高齢者が第二の人生を自分らしく生きがいを持って暮らせる社会のことです。県政運営の基本となる総合5か年計画に「人生二毛作社会の実現」が、重点政策に位置付けられています。

本事業は、シニア世代が培ってきた知識や経験を社会参加や仕事で生かして、地域で活躍できる体制づくりを支援するものです。

まず本事業の背景といたしまして、日本の人口推計と将来推計について、皆さんもご存じのとおり、総人口が減少する中で65歳以上の高齢者が増加しています。増加することによって高齢化率は上昇を続け、2036年に3人に1人が高齢者となると推計されています。2045年には、高齢者の人口増加は落ち着いても高齢化率は上昇を続け、2065年には約2.6人に1人が高齢者になる社会が到来すると見込まれています。

県内の傾向といたしましても全国と同様に、県内の総人口が減少する中で65歳以上の高齢化率は増加が続いています。2020年には3人に1人が高齢者で、2045年には約2.4人に1人が高齢者になることが推計されています。2019年の長野県の高齢化率は31.9%で全国18位ですが、2045年には高齢化率は41.7%となりまして、全国9位にランクが上昇します。長野県の高齢化率は、全国より早く進む見込みです。

日常生活を支障なく過ごせる期間、健康寿命が長野県は男女共に全国1位です。長野県が長寿県と言われ、元気な高齢者が多い理由でもあります。

また、65歳以上の高齢者の有業率は全国1位です。理由といたしましては、高齢になっても農業などに従事している人が多いとも言われています。

続いて、65歳以上のボランティア活動者比率ですが、長野県は全国4位に位置しています。人生二毛作社会推進事業により、高齢者の社会参加等の生きがいづくりの体制ができつつあることの現れとも言えますが、割合は3割と低水準ですので残り7割の高齢者に対して、又は無関心層のシニアの方に対して働きかけていくことが必要と感じています。

人生二毛作社会推進事業はシニアが地域で活動できる仕組みづくりと、本会議であります人生二毛作推進県会議の2本立てです。シニアが地域で活動できる仕組みづくりについては、10地域にシニア活動推進コーディネーターを配置して、ネットワーク会議の開催、地域の活動に応じた相談窓口機能やシニアの活躍の場の提供、社会参加活動の普及啓発を行っています。コーディネーターが、地域の実情や課題を把握し、解決に向けてきめ細かな支援をしています。さらに、10地域ごとにシニア大学を運営し、地域で社会参加を主体的に行える人材を育成しています。

今回の会議のテーマにもなっていますが、平均寿命、健康寿命が延びて長生きすることが当たり前の人生100年時代を迎えている中で、令和元年に内閣府が実施した世論調査におい

て、「日常生活で悩みや不安を感じているのはどのようなことについてですか」という質問に対して、非常に興味深い結果が現れています。「老後の生活設計」に対しては30代から上昇を続け50代をピークに60代以降が減少していますが、30代から50代は自分が理想とする老後のイメージができないで漠然とした不安を抱えている傾向がうかがえます。このような調査結果や県内でも急速な高齢化の動向を踏まえて、現役世代である40代、50代の中高年に対して、退職後の人生を充実させるライフデザインの啓発を早期に図る必要があると感じています。つきましては、人生二毛作社会推進事業の展開を図る必要があります。具体的には、企業の社員研修等で長くなった自分自身の人生を豊かに暮らすため、考えるきっかけをつくるというものを考えています。

最後に、今年の8月から9月に実施しました県政モニターアンケートの調査結果です。本事業を人生100年時代にふさわしい事業に展開させるため、本事業に対する調査を実施しました。「人生二毛作社会」の表現について、県民の皆さんにご意見を伺いました。「人生二毛作社会」という表現についてふさわしいと思うか、「そう思う」、「少しはそう思う」を合わせた各項目の割合ですが、「①退職したシニアの第二の人生」が66%を占めています。内訳としましては、年代が上がるにつれて高く60代、70代以上で約7割が退職したシニアの第二の人生だと感じています。

「②高齢者を対象とした社会（若者や中高年の関わりが薄い）」が48.1%、20代で最も高く5割を超えています。また、40代、60代、70代以上においても、約5割の方がそう感じています。

「③「人生二毛作社会」のイメージが湧かない」が44.3%、若い世代で高い傾向で、30代が最も高く6割越え、20代が約5割という結果になりました。

「④その他（自由記載）」の主な意見としまして、「人生100年時代と言われる中でマルチステージを生きる時代、多様性を制限する表現に感じる」、「退職を区切りに考えるのは、正しいアプローチであるか」、「副業を推進する社会と勘違いしてしまいそう」、「ポジティブなイメージとなる表現が良い」といった意見のほか「イメージが湧かない」、「表現が分かりにくい」、「ふさわしい表現にしたほうが良い」という意見が多数ありました。

「人生二毛作社会」の事業は、平成25年に事業化しました。当時は、人生80年時代と言われたときで、ライフステージは仕事から退職後の2つに区切る単線型が一般的でした。モニターのご意見にもありました、ライフスタイルが多様化する中で、人生100年時代の現在に合わない現状となっています。

そこで、本会議では人生二毛作社会推進事業を現役世代の中高年に対して事業を展開するに当たり、構成団体の皆様に人生100年時代における各団体の役割、企業関係団体の皆様には社員の働き方についてなど、その他の団体の皆様には人生100年時代の中での生き方、暮らし方についてご意見をいただき、県としても意識の共有を図っていきたくて思っております。

今回の意見交換を踏まえて、第2回の会議において「人生二毛作社会」に変わる、人生100年時代にふさわしい名称案を検討していきたくて思っております。

（長野県長寿社会開発センター 内山理事長）

鹿田さんから説明がありましたが、要するに、人生100年時代を迎えて、平成25年に事業化した「人生二毛作社会」をもう一回練り直そう。そして新たに、どういう社会を我々県民が構築したらいいのかという課題を提起していただきました。

## (2) 生きがいつくりの取組について

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

本日は、ゆる〜いおっさんの会代表の藤澤さんにご出席いただき、退職後を意識した生きがいつくりの取組について、私との対話から、シニア世代は今、何を考え、何をしたらいいのかということをお聞きした上で、皆様と意見交換を行います。

失礼ですが、藤澤さんは、お幾つでいらっしゃいますか。

(ゆる〜いおっさんの会 藤澤代表)

今月で63歳になるところでございます。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

サラリーマン人生をずっと送ってこられたのですね。

(ゆる〜いおっさんの会 藤澤代表)

そうですね。40年近く、ごく普通のサラリーマンとして過ごしてまいりました。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

どんな業種ですか。

(ゆる〜いおっさんの会 藤澤代表)

金融関係です。50代半ば過ぎまで、定年のての字も思い浮かばず、ただひたすら楽しく会社員時代を過ごしていました。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

そういう会社員時代に疑問が生じたのは、何がきっかけだったのですか。

(ゆる〜いおっさんの会 藤澤代表)

勤めている頃から、ちょくちょく小説を読んでおまして、たまたま読んだ本が内館牧子さんの「終わった人」でした。読まれた方もいらっしゃるかどうか分かりませんが、「終わった人」とは、定年のことで、定年＝人生が終わった人みたいな、主人公が定年退職後、迷い、不安にさまよってしまうという本でした。これを読んだときに、自分もそういう年頃なのかということに少し意識しました。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

ぼんやりと、考えてたんですね。そして、人生これでいいのかと思って、次の一步を踏み出したのは、何かあったんですね。

(ゆる〜いおっさんの会 藤澤代表)

そうですね。長寿社会開発センターがシニア大学専門コースを新たに開校し、学生を募集する記事が、ふと目に留まって、これから定年を見据えた上で何か今後の人生のヒントになることがあるのかなという程度で応募して、入学させていただいたのが一つの転機です。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

ご存じの方もいらっしゃると思いますが、シニア大学が10圏域にありまして、一般コース

と専門コースがあります。一般コースは教養、趣味、仲間づくりが中心ですが、専門コースは、自分の抱えている様々な課題を持ち寄って、解決に向けて手法を一年間考えます。卒業後、地域の課題解決に向けて活動する「地域プロデューサー」を養成するため、5年前に設置しました。その1期生として応募されたんですね。

(ゆる〜いおっさんの会 藤澤代表)

はい。勤めていたので、勤めながら学ぶことができるかなということ、長寿社会開発センターにお電話で「勤めているんですが、講義受けられますか」と聞いたら、第1期ということもあって、担当の方も「多分、大丈夫じゃないですか」と、おっしゃったので入学しました。授業は、平日の9時から16時ぐらいまでで、ほとんど仕事の時間と被っていたので、困ったんですけども、毎回有給休暇を取って1年間通わせていただきました。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

専門コースは、基本、課題を持った方が入学してきます。それをどう解決するかということをお互いに研究し合うんですけども、課題を持って入ってこられたんですか。

(ゆる〜いおっさんの会 藤澤代表)

いや、新聞記事を見て何となく入学したので、同級生のほとんどが、テーマを持っていましたが、私はテーマがなくて早速テーマを設けなさいということになったもんですから、「終わった人」をきっかけに、「定年後のシニア男性の居場所づくりについて」テーマに取り上げてみました。

そのテーマを取り上げたときに、同級生と「テーマについて考える」授業があったんですけど、結構、皆さんからは「多くのシニアは、ちゃんと社会参加してるんじゃないの。居場所に困っている人は、いないんじゃないの。一体シニアは何に困っていると藤澤さんは思っているんですか。」みたいな意見が多くて困っちゃいまして、テーマを取り違えたかと思いつつ、皆さんのアドバイスもあって、いろんな資料を集めたり、当時、現役のシニア大生の皆さんにアンケートを取らせていただきました。

シニア大生のアンケートでは、定年後の不安を、お聞きしたら、1位が健康、2位が生きがい、3位がお金、また、退職後に困ったことはなんですかという問いに対しては、時間の過ごし方、人とのコミュニケーションがないこと、そして、生きがいづくりに苦勞されていたという結果が出てきました。

一方で、これは当時の資料集めで出てきたデータですが、全国の60代男性の社会参加状況を東大高齢者社会総合研究機構が調査した結果で、60代男性の半分以上はまだ仕事を持っていらっしゃる。逆に言うと、半分近くの方は仕事を辞めていらっしゃる。

そして、仕事を辞めていらっしゃる方で地域活動に不参加の方が約3割います。問題は、地域活動に参加意欲はあるけれど参加できていない方が8.6%いることです。

では、これを人口比でみると、長野県の場合は、60代男性が12万7千人います。そこに8.6%を掛けると、約1万人は参加意欲があるけれど参加できていないことになるわけです。この調査データやシニア大生へのアンケートから、やはり定年後のシニアの居場所には、ニーズがあるんじゃないか。居場所は、必要んじゃないかという結果になりました。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

居場所と役割ですね。ということで、自分の考えていたことは間違っていなかったという自信を持ったんですね。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

シニア大学で勉強させていただいた後、意外に、この勉強が面白かったので、これを課題にして何か活動ができないかという気持ちが湧いてきました。ちょうどその頃、親が認知症なんですけど介護になって、うちの家族も大分しんどい状況でしたので、フルタイムで3年、4年勤めていけるかなという不安も手伝って、思い切って定年前に会社を辞めちゃいました。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

それは大きい決断でしたね。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

そうですね。あのときは、本当に人生最大の悩み事でした。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

「お父さん、辞めるの」って奥さん言わなかったですか。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

考え込んでいた様子は分かっていたようですけど、「退職して、踏ん切りつけようと思ってるんだけど」と言ったら、「お父さんのやりたいことがあるなら、好きにしたらどう」って言われました。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

できた奥様ですね。もともと、そういう関係を築いてきたんですね。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

もう一つ、シニア大で教わっていた地域活動をされているヤマザキ先生に、定年男性の居場所をつくりたいという相談したら、先生いわく、「大体定年って60歳か65歳になると思うけど、65歳から始めるのと60歳で始めるのでは、持っているパワーが違うんだよ、そんな気持ちがあるなら少しでも早い時期に始めるのがいいんじゃないですか」という後押しをいただいたのも大きかったと思います。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

そして、実際に活動を始めたんですね。どんな呼び掛けをして、どんな人たちが集まってきました。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

2019年に市民協働サポートセンターのスタッフとして、シニア男性を対象とした「定年後は何をする？」というイベントを企画しました。チラシと市報の程度だったんですけども、定員15人の部屋に、たくさんのおっさんたちが集まりまして、関心の高さを感じたことは良く覚えております。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

参加者は、みんな60代ですか。50代もいらした。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

一人、40代の方もいました。50代が3、4人、ほとんどが60代だったんです。

退職後の方もいましたけど、半数以上はまだお勤めの方だったんです。イベントでは、「人生後半戦の楽しみとは？」というテーマでいろいろ意見交換したんですけど、これからは経験したことのない時間が始まるんだと、あまり後悔したくないですとか、あり余る時間の使い方が問題だとか、仕事以外の人とのつながり、といった意見が出ました。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

このネーミングがまた妙ですね。「ゆる～いおっさんの会」。一見、いいかげんかなと思うけど、かなり奥深いですね。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

このイベントに集まった方たちで、会を作ろうということになって、できたのが、ゆる～いおっさんの会です。略してゆる会ですけど、メンバー10人から案を募ったところ30以上の案が出てきまして、投票で決めましたが、これにだけはなってほしくないと思っていた名前になっちゃいました。今では、一発で覚えてもらえる良い名前だと思っています。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

また、ゆる会という名前もいいですね。ゆる～い。要するに縛られない。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

現役時代にガチガチに会社に縛られ、家庭に縛られ、でも定年後は、そういう縛りのないゆる～い世界を作りたいねという意味が込められています。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

おっさんの会、お婆さんはいないんですか。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

ええ。この会は、あえて女性禁制でございます。

時代と逆行していますが、これもシニア大の専門コースのときに勉強したんですけど、多くのサークルやカルチャースクールは、大体8：2から9：1の割合で女性が占めている。世の男性たちは一体どこに潜んでいるのか。聞くと、最初は男性も入っていたんだけど1人欠け、2人欠けと、女性の勢いに押されて引っ込んでしまうというのが、男性の傾向らしいです。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

会社時代はあんなに威張っていたのにね。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

そうですね。鎧兜を脱がされて袴を外されると、世の男性たちも意外としゅんとしてきちゃう。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

ただの人になって、どうしていいか分からなくなっちゃう。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

あえて遠慮しない会ということで男性に絞らせていただいております。

ゆる会を発足した当時は、男性同士のおしゃべり会でしたが、やりたいことを皆さんそれぞれ持っていますので、やりたいことを自分たちで企画してやっていこうということで、今年度の活動ですが、高校生たちと交流をしたり、畑仕事をしたり、歴史に興味を持っているおっさんたちが結構いますので、松代歴史探訪を企画したりしています。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

自分の関心事で良いと思うんですけど、社会のいろいろな課題と向き合うこともやるんですか。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

ボランティア活動をしたいというおっさんたちも結構いらっしゃるので、ごみ拾いイベントに参加したりしています。かなり関心は高いですね。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

自分たちの意識を変えて、仲間が集まってきていろいろなことを起こしていくのはとても大事ですが、最近、働き方改革とか、社会の仕組みを変えていこうという流れがありますけど、自分たちの意識を変えると同時に取り巻く様々な環境が変わらないとゆる～いおっさんの会も機能しないかなという気がします。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

そうですね。今、50人ぐらいますが、メンバーの大体は私より年上で、定年退職して皆さん戸惑っているんですね。退職後、何をしたらいいのか。どうやって時間を過ごしたらいいのか。ある方の話だと、40年以上会社に勤め、日々忙しく過ごして、それなりに人脈も築いて名刺の束もたくさんあるのに退職した翌日から電話の1本も架かってこない。飲み会の誘いも全くない。遊びの誘いもない。非常にショックを受けたと、もう少し緩やかに定年後を肌で感じるのかなと思ったら、昨日と退職後の今日でこんなに違うのかということを感じたというお話がありました。

定年後ではなくて、もう少し早い年代のときから定年後を意識できるような仕組みが必要なのではと感じています。なぜならば、定年後の人生がまた超長いわけですから。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

今日は、就労・企業関係団体、高齢者関係団体の皆さんがご出席されていますが、みんなで一緒になって人生100年時代を考える、それが大事だということですね。

退職した後どうするかではなくて、現役時代からどのように生きていったらいいのか。それをみんなで一緒に考えましょう。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

退職してから戸惑うのではなくて、退職後の生き方について、ある程度、自分が見据えられる環境や考える時間は、長ければ長いほど良いし、取り掛るのが早ければ早いほうが良いことを感じています。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

藤澤さんの生きてきた事例から、いろいろな課題が見えてまいりました。関係団体の皆さんが一緒になって、課題を考えていく必要があると思います。

ここから皆さんと意見交換を行います。まず、お手元に黄色い付箋に、自分が所属して



いる団体とお名前を記入していただき、「自分の団体は、どのように感じて、どんなことができるだろうか」ということを簡単にお書きいただいて、貼り出します。その気持ちや内容について、少しインタビューをさせていただきます。

### (3) 意見交換

(長野県中小企業団体中央会 鈴木事務局長)

藤澤さんのお話を聞いて、私個人的に、考えないといけない時期だなと思いました。何もしないと居場所がなくなりそうだと感じました。

(長野県観光機構 岡庭特命部長)

現役時代に人とのつながりがあるうちに、つながりを活かして何ができるか考えることが必要だと感じました。

(長野県公民館運営協議会 百瀬理事)

公民館では、以前、いきいき塾というシニア向けの講座がありました。女性はたくさん参加しますが、男性は毎年1人、2人の参加。1回目で女性に圧倒されるせいか、途中でやめてしまいます。そういう状況が何年か続いて、私が3年前に館長になったときに男性だけのシニアの集いをやって、現在メンバーは8人います。

(介護支援課 甲斐担当係長)

介護支援に退職したシニアのお力をぜひお借りしたい。地域では、小さな困りごとがたくさんあります。例えば、冬の時期に灯油が運べないこととか、日常の暮らしの小さな困り事にお手伝いいただきたいです。

## ○ シニア事例の情報発信

(長野県社会福祉協議会 元持専門員)

地域活動、自治会、NPO、ボランティアなど接点、情報、事例を提供、社会貢献的な仕事づくり

藤澤さんのお話にもありましたが、準備しないで定年になるのではなく、社協としても若いうちから、地域活動、自治会活動に参加していただきたいが、「参加してください」と声掛けしても、若い世代は接点が少ないので、ハードルが高いようです。まずは、自治会だけでなくNPOや有償ボランティアなど地域に様々な活動があることを知っていただき、会社以外の社会とつながる場所をつくっていただきたいです。

→ (長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

まず、知ってもらうために情報を発信することがとても大事ですね。地域が今、何を求めているかをまず知る。自分として何ができるかを考える。公民館は、考える場にもなりますね。

(厚生労働省長野労働局 戸谷高齢者対策担当官)

法律の改正、年金制度の改正によりセカンドステージに出る年齢が上がっている。仕事以外の居場所を知らない方が多く在職中から選択をするための情報が必要である。

ハローワークに来る方の年齢がすごく上がっています。ハローワークに来る方は、当然、仕事探しているのですが、雇用状況が厳しい中で全員が働ける状況ではないですが、働く以外の選択肢を皆さん持っていないことがうかがえます。例えば、辞めたばかりの頃は、スーツを着て自信満々でいらっしゃるのですが、応募しても応募しても、なかなか決まらなさと、だんだん服装がラフになってきて頭もぼさぼさで、そしてそのうち来なくなります。その方がその後、どういう活動をしているかは分かりませんが、働くこと以外の情報はハローワークで持ち合わせていませんので、我々いろんな情報を高齢者の方が来るところに選択肢としてあればありがたいと思っております。

→ (ゆる〜いおっさんの会 藤澤代表)

確かに情報は、必要だと思います。それと、本人が早い時期に定年後を見据えて第2の人生といったことに関心を抱くきっかけは欲しいなと思います。

私は、定年後の男性が困っていることを話しましたが、実は、奥様方も男性のことを心配してまして、うちの会にも、「うちの主人は無趣味でやることがないので、ぜひ仲間に入れてもらえませんか」という声が多いです。

(長野県介護支援専門員協会 小林会長)

社会参加している高齢者の事例紹介、地域との課題の発掘

私たち介護支援者が関わるのは、要介護になった方がほとんどですが、介護している方たちが70代ぐらいです。介護を終えたときに、定年後と同じような状況になってしまう。今、介護している方たちが、社会参加できる居場所があったら、少し介護を誰かに預けて、参加できると思います。また、要介護者の中でも仕事を退職して何もすることがなくなった人が、認知症になるケースが多くて、気力が低下している方も多いので、地域活動をできるだけ施設利用者さんに伝えていくことが必要だと思いますが、地域にこういう(ゆる〜いおっさんの会のような)居場所があったら利用者さんが参加できそうなのに、そういう(地域に居場所があるという)情報を知らない。介護支援専門員としては、そういう居場所がなければ、必要だという発信をたくさんするといいいのかなと思っています。

## ○シニアの経験を活かす

(地域振興課 石川主事)

地域づくりに携わるシニアを増やす、シニアの経験を活かした地域振興

シニアの方が持つ長い人生経験やスキルを地域づくりに活かすことによって、地域の仕事につながるのではないかと思います。地域づくりには、世代を超えた多くの人が必要だと思っていて、若い人の視点は面白くて、シニアの方の経験も生かしながら幅広い世代が地域づくりに携わっていくと、長野県がもっと元気になるのではないかと思います。

(信州暮らし推進課 松本担当係長)

移住を検討しているシニア層を地域のシニアキーパーソンにつなげる

移住を検討されている方を地域に呼び込む業務なので、少し違った観点になりますが、都

市部等で移住を検討される方には、タイミングがあって、子供を入学させる、家を建てる、転職をする、そして退職をした後です。退職後の方たちが地方へ移住を考えたときに、地域の中に入って悠々自適な生活をしたい、地方に行って田舎暮らしをしたい人には、「60歳は過疎地域に移住したら、まだまだ若手ですよ」という話をします。そのときに、「それは困るといふ人」と、「そういうところで生活したい」といふ人がいて、後者の人が地域の中へスムーズに入るためには、藤澤さんのようなキーパーソンとつながる形をとらないと、移住者が地域になかなか溶け込めないという問題が出てきますので、私どもは気をつけて案内しています。

(障がい者支援課 大内課長補佐兼自立支援課係長)

障害者の社会参加のお手伝い、就労、農業のお菓子づくりなど、障がい者の日常生活のサポート支援

私どもは、障がい者が当たり前に近い身近にいる社会、障がい者の共生社会づくりを目指しています。そのお手伝いを、シニアの皆さんがしていただけるのではないかと考えています。障がい者の就労支援として、シニアの皆さんがされてきた経験、農業の技術、お菓子づくりなど、障がい者が働くときのお手伝いや技術の指導をいただくと、障がい者の皆さんは生きがいが出て、もっと社会に出ていきます。シニアの皆さんもそうですね。生きがいづくりとして、目指している方向は同じなのかなと思います、一緒にやれば今までできなかったことができるようになることに期待をしています。

(観光誘客課 清水主査)

地域課題の解決のお手伝い&きっかけづくり

コロナ禍で観光業もかなりダメージを受けている中で、お客様は、地域の暮らし体験とか、その地域の皆さんとのつながりを非常に求める方が増えてきておりまして、都会からもいろんな方々に来ていただくきっかけになると移住にもつながりますし、シニアの皆さんには、活躍の場がたくさんありますので、ぜひお手伝いいただきたいです。

(経営・創業支援課 中島担当係長)

創業・起業のサポート（これまでの自身の経験や技術などを活かして、ビジネスで社会に貢献する）

私どもは、創業や起業の支援をさせていただいております。商工会、中小企業振興センター、金融機関と連携をして創業塾だとか、創業相談会を開催しています。シニアの皆さんのこれまで培ってきたノウハウ、きらりと光る技術を活かしてビジネスにより社会に貢献したい方たちも結構いらっしゃるの、お客さんから対価をもらいながらご自身の好きなことを事業としてやろうという方たちをサポートしております。長く事業を実施するには、ある程度の対価をもらって、補助金に頼らず自分たちの力で事業を回していくことも必要ですので、そのような助言をさせていただいております。

(長野県中小企業振興センター 宮坂理事兼事務局長)

企業での経験を中小企業支援に協力していただく、ある程度長く勤めていると信頼が向上する

私どもは、起業の経営相談とか販路開拓のお手伝いをしていますが、以前からシニアにかかわらず起業のご経験のある方に、その経験を活かして経営相談、困りごと相談や販路開拓にご協力いただいています。70名以上いますが、半分以上がシニアで、企業にお勤めになった方がその経験を活かしたいと活躍されていますので、本当にお世話になっています。

あとは、お勤めになられる場合は、もう少し長めに勤めていただくと信頼関係が出てきて、より仕事が楽しくなると思っています。

(こども若者局次世代サポート課 多羅澤主任)

信州こどもカフェでシニアの経験を活かす

私は、子ども食堂関係を担当していますが、子ども食堂というと子供が集まる場のイメージがとても強くて、高齢の方がなかなか参加しづらいのかなと感じています。子供たちと一緒に遊んだり、勉強を教えたり、最近では、農業体験ができるところもありますので、シニアの方たちの経験を活かせる場が豊富にあると思っています。

子ども食堂の運営は、女性の高齢の方が多く傾向にありますが、男性の退職した方に参加いただき、高齢者の活躍の場として活かせるかなと思っています。

(県民協働課 菅沼課長補佐兼協働・NPO係長)

現役時代からプロボノで自分のスキルを活かす

皆さんから情報発信の部分でいろいろお話がありましたが、当課はNPO活動を行う団体と、NPO活動に自分のスキルを活かしたい人をマッチングする「プロボノベース」をホームページで発信していますが、NPO法人と個人のどちら側もあまり応募がない状況でございます。

NPO法人側は、団体が高齢化していて、情報発信がうまくないというよりは、物理的にできない、スキル持ってる個人もNPO法人が良く分からないので参加しづらいようで、今後どうしていくか、課題として考えているところです。

特に現役世代の副業として、持っているスキルをNPO活動にうまく活かしていけるようなつながりも併せて考えていきたいと思っています。

## 〇マッチング(つなぐ・きっかけづくり)

(長野県農業協同組合中央会 藤井氏)

新規就農者と農地のマッチング、シニア世代、高齢農業者の支援

農地と農業者の方のマッチングですが、長野県は、全国的に見ても農業者が多いですが、一方で生計を立てるためではなくて、趣味の農業があまり浸透していない県でもあります。シニア世代、特に退職された方の新しい選択肢として趣味の部分での農業ができる環境づくりができれば、新たな生きがいつくりになるのかなと考えております。

(農村振興課 竹田主事)

県の現地機関での講座開設、相談窓口、退職者への案内

先ほどのJA中央会さんにも関連しますが、確かに業としての農家の方たちは非常に多いんですが、趣味で楽しむ農業を含めた「農ある暮らし」は相対的に少ない状況です。

「農ある暮らし」相談センターを令和元年5月に開設したり、ライフプランセミナーに参加し、シニア世代の皆様に対しては、定年帰農者として、退職後の農業の案内をさせていただいているところでございます。

## ○働き方改革

(長野県経営者協会 梶田総務部次長)

働き方改革、ワークライフバランス、定年延長、セカンドキャリア

企業側から見ると、従業員の皆さんが将来はシニアになるわけですが、いわゆる従業員の就業環境を含めてより良く働いていただく工夫が要と思います。それが、働き方改革やワークライフバランスです。そういう中で、セカンドキャリアや定年延長、より長い期間従業員として働いていただくのも一つの形です。

また、在職中から、従業員の働き方改革として、セカンドキャリアを含めた将来のこともどんどん進んでいます。そのような中で、皆さんから出た情報を会社から従業員に選択肢の一つとして、働きかけていけるような形になっていくのかなと思っています。

(日本労働組合総連合会長長野県連合会 小松事務局長)

雇用延長、定年延長により、就労期間が長くなっている

ご承知のとおり65歳までの雇用が、現在は70歳までに延びている中で、定年後に描いていたものが先送りになっています。企業から情報を提供していたと思いますが、目の前に雇用延長があると、どうしても次のステップ進むのではなくて今の職場にとどまってしまう傾向にあります。そうすると年齢も上がっていく中で、次のところに一步踏み出すのが、なかなか難しくなってくるのではと感じています。

(労働雇用課 山口主事)

働き方の転換ということで、ライフワークバランスを大切にしたい働き方の推進、定年退職後も働くことができる場づくり

働き方の転換ということで、仕事以外の場が今までなかったという方々が、定年後に戸惑ってしまうと思いますので、仕事をしているときから仕事以外に自分の人生を大切にできる時間をつくれるような働き方というのが大事ななと思いましたのと、シルバー人材センターは、定年後の皆さんの仕事をしたい気持ちの受け皿として非常に重要な役割を果たしていただいているのですが、先ほどからお話がありますように、定年延長に伴ってシルバー人材センターも高齢化しています。シルバー人材センターには、庭木の剪定や草むしりのイメージがありますけど、高齢になってくると体力が低下し、炎天下で作業するのが難しい状況も出てきているところです。皆さん働きたいと思って来ていただいていますので、そういった意欲を持った皆さんが働けるような場をつくっていくのも大事なな感じました。

→ (長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

シルバー人材センターは、いろんな技術研修がありますが、多くは庭木の剪定作業の講座が多くて、違う講座でその人の能力を活かせる、そんな研修もあっていいかなと思いますね。

→ (労働雇用課 山口主事)

飯田では、市田柿の作業で、シルバー人材センターの方々の働きが地域の産業の重要な役割になっています。皆さんができる範囲の仕事で新たな仕事を開拓していくことが必要なと思っています。

## ○能力開発

(産業人材育成課 荻原主事)

中高齢者を対象とする職業訓練 (能力開発)

当課は、職業訓練事業を所管している課でございます。人生二毛作という中で、それぞれ2回目のチャレンジの仕方は意図するところがいろいろとあると思いますが、例えば、今の働いている業界の中で働き続けたいという方、それからまた別の分野で再チャレンジしたいという方、それぞれにおいて学び直しや能力の再開発が必要になることは共通しているところです。我々は、職業訓練の仕組みの中で、能力の再開発 (学び直し、学び足し) の部分を支援していければと思います。

## ○人生設計

(文化財・生涯学習課 山本課長補佐兼生涯学習係長)

生涯学習という言葉が広がった頃は、リタイア後も生涯学ぶという意味合いで使われることが多かったと思います。今後、現役世代も含めて生涯学ぶことができるような生涯学習事業ができるようになるといいなと思います

市町村にも生涯学習部門が大体ありまして、リタイアしたシニア世代の多くの方が学んでいますので、長寿社会開発センターさんの取組と近い分野かなと日頃思っていますが、生涯学習事業は、現役世代が学校卒業後からいろんな形で学んでいく事業になるといいなと、最近、私自身思うところです。先ほどの藤澤さんのお話も伺いながら100年後を見据えてより良く生きていくために、市町村の生涯学習部門も世代で区切らず、現役世代からいろんな形で地域と関わり学ぶことができるような場を提供できる事業になれば良いなと感じました。

それから、私の部署では、公民館活動の支援や地域と学校との連携 (信州型コミュニティースクール) もやっています、シニアの方たちにお世話になっていますが、そういった場でも多世代の方たちが関わりながら、良い人生を送っていただけるように貢献できたらいいなと思いました。

(ゆる～いおっさんの会 藤澤代表)

皆さんのお話を伺いまして、私なりに発見があったのは、うちのメンバーは、活躍の場を求めています、それに対して皆さんは、その活躍の場にそれぞれのニーズがあって、そこがマッチングできていない、情報が共有できていないなと感じました。例えば、定年退職していきなり地域活動をしませんか、ボランティアしませんか、何しませんかと言っても構えちゃう、引いちゃうんですよね。ゆる会の活動は、大きく分けて「楽しみましょう」、「交流をしましょう」、「社会貢献をしましょう」、そして「学びましょう」の4本立てになっています。まず「楽しみましょう」から入って、自然にメンバーの皆さんからこういう活動の場がありますよという情報がたくさん入ってくるんです。選択の場があって活動の場が広がっているような気がします。

(長野県商工会連合会 小野澤事務局長)

現役時代に構築しておくことが大事、そして趣味・家族

先ほどもご意見がでましたが、現役時代に仕事以外の関係を構築しておくことが大事で、仕事が忙しい中でも、関係をつくっておく必要があります。あと、先ほど藤澤さんが、ビジネス仲間は仕事を辞めたら連絡がないとおっしゃったんですけど、それは多分自然のことだと思います。それ以上の人付き合いをしておかないと、退職後の付き合いはありませんよね。

私ども経済団体ですので、シニアの方も働いていただいているのですが、経験のある方を企業に派遣をさせていただきまして、今まで積み重ねてきたノウハウを派遣企業へ伝えたり、場合によっては、社員へ培ってきた経験を教えたり、そういう形でお手伝いいただいております。

(日本労働組合総連合会長野県連合会 根橋会長)

生活時間から働き方を考える⇒休息・個人・家族・社会生活時間⇒種を知る  
⇒そして新作の始まり、新しい種をまく。

藤澤さんのお話を聞いて、「時間の使い方が分からない」がポイントと捉えておりまして、それは、定年後だけの問題ではなくて、現役で働く皆さんにもそういう感覚があると考えています。連合長野は労働組合の団体ですので、一日の時間について「生活時間から働き方改革を考える」をキーワードに取り組んでいます。

生活時間も、働き方改革が進むにつれて労働以外の時間が余ってしまい、「若い世代は、時間の使い方が分からないので、研修をしていただきたい」という依頼が多数あります。その余った時間＝生活時間を私たちは、「休息・睡眠時間」、「家族生活時間」、「個人生活時間」、そして「社会生活時間」の4つに分類しています。皆さんのお話にも多数ありましたが、現役世代、若い世代が社会生活に自分の空いた時間を使うのは、ハードルが高いのが実情です。地域側もなかなか受け入れてくれないといった声もありますので、私たちも情報感度を高くして、働く皆さんを社会生活に結びつけていく必要があると感じています。

二毛作の名称に、私はあまり良いイメージを設立当初は持ってなかったですが、取組に参画し、良い印象を思い描けるようになりました。二毛作の思想からすると、定年後、新しく作るために種をまくことが必要ですが、そのときにまく種がないことにならないように、日常から社会とつながりを持って定年後に備えることや、二毛作もキャリアチェンジをする二毛作があったり、仕事と社会生活を両立する二毛作があったりと、いろんな観点が必要だと考えています。そういう意味では、まず自分にとっての種を知ること、活躍の場を知るといった発想が必要であると考えています。

## ○シニアの活躍を醸成

(地域福祉課 杉山主任)

地域を支える立場で、活躍していただけるような講座が必要

当課では、地域共生社会をつくるために、支え手と受け手の立場や世代を超えた地域を支える取組として市町村の活動を支援しております。高齢者の皆さんは、従来の行政から支えられるという立場だけではなくて、地域を支える立場ということで活躍していただけるような講座が必要かなと思っています。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

皆さん、いろいろな立場から多様なご意見がありました。少しまとめるとどんな感じになりますか。

(長野県長寿社会開発センター 戸田主任シニア活動推進コーディネーター)

まとめることは難しいですが、まずシニアの皆さんを求められている活躍の場は多様にあることが良く分かりました。ただ、情報がうまく発信できていないことや、シニアに届いていないことが課題で、きっかけが必要だということです。きっかけは現役時代からあると、根橋さんからも時間の使い方、生活時間を考えるというご意見や、藤澤さんからも現役時代から退職後を考えるきっかけが必要というご意見がありました。エネルギーのある方でないと自分から情報を取りに行くことは難しく、情報発信が必要というご意見がありました。

そして、シニアの活躍の場と、実際にシニアの皆さんが何か活動したいと思ったときのマッチング機能が必要ということ。

さらに、現役時代の経験がシニアにとって非常に強みで、長く働いているほど信頼が向上すると宮坂さんもおっしゃっていました。シニアの強みとしてもっと発信していく必要があります。

最後に、皆さんから現役時代という言葉がたくさん出てきまして、現役時代から自分の生き方、暮らし方、生活時間の使い方を考えるときに日々の働く環境の中で必要な情報がきっかけとなって、行動につながるということです。

また、シニアになってから学び直さなくても現役時代から学び続けたり、学び直したり、学び足す、この学ぶきっかけを情報発信することが大事とのことでした。

(事務局：健康増進課 田中課長)

皆さんのいろいろなご意見の一つ一つが本当に大事なキーワードだと思いました。昔から市町村保健師さんと退職して引きこもってしまう男性のことが話題になりますが、藤澤さんのお話を聞いて、これから変化していくことを感じております。

私どもは、健康増進課ですので、元気で長生きしてほしいという願いがあります。人は、役割があると元気になるよね。会社に勤めていた頃はそれなりに自分の役割がありますが、退職して地域に戻ったときに、役割を見だせず地域に踏み出せなくて元気がなくなってしまう傾向があります。高齢者が元気ですと、地域も元気ですので、元気に活躍できる支援していくことが大事だと感じています。

今日、皆さんにお話いただきましたが、行政は、高齢者の支援や、高齢者の力を活かすことなど様々な多くのことを行っており、情報は、たくさんありますけど情報が届いていないことも課題です。高齢者だけでなく県民の皆さん、会社や地域へ情報発信していくことがまず必要だと感じました。若い時代から仕事だけでなくいろいろな顔を持って生きていくことが大事だと思っています。

お集まりいただいた皆さんの目的・方向性は一緒ですので、人生二毛作社会から名前は変わるかもしれませんが、一緒に考えていけたらと思いますので、よろしく願いいたします。

(事務局：健康増進課 鹿田主任)

お忙しい中、お集まりいただきましてありがとうございます。それぞれのお立場から貴重なご意見いただきました。いただいたご意見を踏まえまして、「人生二毛作社会」を人生100年時代にふさわしい名称のエッセンス(要素)になるようなものをぜひ皆さんと共有していきたいと思っております。



皆さん、お忙しいところ大変恐縮ですが、次回、2月に会議を予定していますので、引き続きよろしく申し上げます。

(長野県長寿社会開発センター 内山理事長)

今日、皆さんからいただきましたご意見を集約するとかなり形になってくるような気がしますね。

#### 4 閉会

(健康増進課 中澤企画幹)

本日は、お忙しい中お集まりいただきまして、ありがとうございました。

以上をもちまして、人生二毛作推進県民会議を閉会いたします。