

<<<今号の目次>>>

1. コラム シニア世代の生き方「あなたにしか出来ないこと」を見つけましょう

2. 最新情報

《お知らせ》 7件

《地方公共団体等の動き》 10件

---

■□■1. コラム



シニア世代の生き方「あなたにしか出来ないこと」を見つけましょう

---

働き盛りだから、老後の話はまだ関係ないと考えている方も多いと思います。しかし、朝のカフェには、時間を持て余してしまった高齢者がのんびりとコーヒーを飲む姿が……。もちろん悪いことではありませんが、もしかしたら、数年先のあなたの姿かもしれません。今回は、定年後のシニア世代の生き方についてお話を進めさせていただきます。

定年退職をした後に、自分が何を支えに生きていけば良いか悩んでいる方が多いと聞きます。そんな方には、まず「あなたにしか出来ないこと」を見つけることをお勧めしています。そんなことを言われてもなかなか見つからないとおっしゃる方もいると思いますが、自分の営みを振り返ることで、必ず何かが見えてきます。ここはぜひ諦めずに自分と向き合ってみてください。

考え方として「あなたにしか出来ないこと」は、決して得意なことだけではないということです。長年悩み続けてきた課題だからこそ、たどり着いたこともあるはずです。これは全てあなたの財産です。また、今は趣味的領域であっても、それを困っている人のためになるように、方向性を変えていくことも可能です。とにかく、何か一つ糸口を見つけていただければと思います。

たとえ平凡でつまらない人生と自己評価をしたとしても、反対にそのように思っている人の気持ちについては十分に理解することができます。それにより疲弊している人

たちをサポートすることもできます。視野を広げ、考え方を柔軟にすることで、「あなたにしか出来ないこと」が見つかりやすくなります。

次にソーシャル・インパクトについて考えてみましょう。「あなたにしか出来ないこと」が、社会的にニーズがあるかどうか検証してください。当たり前ですが、ニーズがあれば、単発ではなく継続的に発信し、社会貢献だけでなく仕事として発展することも可能となります。

なんだかとても難しく書いてしまいましたが、情報入手の方法として、インターネット上のソーシャルメディアなどを活用することをお勧めします。もちろん情報は玉石混合ですから、メディアリテラシーをしっかりと持ち、ぜひ尊敬すべき見本となる人を探し出し、接点を持ってみましょう。相手の考え方や日常に触れることで、勉強になることも非常に多いと思います。

そしてもちろん、最後は自身が第三者のエイジング・モデルとなることを目指してみてください。人生100年時代の過ごし方がグッと楽しいものになりますよ。

小川利久（おがわ・としひさ）プロフィール  
株式会社エイジング・サポート 代表取締役

高齢者福祉・ケアマネジメント、経営サポート

青森県出身。新潟大学農学部林学科森林計測学教室卒業

民間企業創生期の有料老人ホーム立ち上げに携わった後、シンクタンクにて主にグループインタビュー手法に基づくマーケティングおよびコンサル業務担当。複数の社会福祉法人の本部長、特別養護老人ホーム施設長を歴任。認知症グループホーム、ユニット型特別養護老人ホーム創生期の立ち上げに関わり、看取り援助を確立。2013年4月、シンガポールで開催された AAIF2013 (AGEING ASIA INNOVATION FORM) にて MAJOR AWARD 受賞。

一般社団法人日本ウエルエイジング協会会長

著書に月刊シニアビジネスマーケット（連載）「高齢者の行動から考える環境・技術・ひと・数字」などがある。

《お知らせ》

【文部科学省】国立女性教育会館（NWEC：ヌエック）

「働きがい成長につなげる～女性が活躍する職場環境と人材育成～」をテーマに、「企業を成長に導く女性活躍促進セミナー」を開催

→本セミナーは、企業における女性の活躍推進を図り、男女共同参画社会の形成に資するため、企業におけるダイバーシティ（女性の活躍促進）の推進者、管理職、リーダーを対象に実施します。基調講演、パネルディスカッションを通して、具体的な取組のあり方について学びます。さらに、組織でのリーダーシップをとる際に必要なコミュニケーション手法「アクションラーニング」を学び、参加者の直面する疑問や課題に向き合い解決の方向を探ります。

期 日：令和元年10月23日(水)～24日(木)【1泊2日】（日帰り参加も可）

対 象：企業におけるダイバーシティ（女性活躍促進）の推進者、管理職、リーダー 80名

会 場：1日目：放送大学東京文京学習センター（東京都文京区大塚3-29-1）

2日目：国立女性教育会館（埼玉県比企郡嵐山町菅谷728）

参加費：無料（宿泊費：1,200円/1泊、食事代が別途かかります）

[https://www.nwec.jp/event/training/g\\_kigyo2019.html](https://www.nwec.jp/event/training/g_kigyo2019.html)

【厚生労働省】

「男性の育児休業取得促進セミナー」及び「イクボスになるためのポイントを学ぶセミナー」の参加者募集中！

●「男性の育児休業取得促進セミナー ～経営に活かそう、男性の育児休業～」

→男性の育児休業や育児目的休暇の取得推進のため、育休取得のメリットや企業の取組事例などを紹介するセミナーを実施します。

企業の人事労務担当の方が社内研修に使用できる資料を使い、育休取得のポイントを分かりやすく解説します。

□福島県

日時 2019年10月29日(火) 14:00～16:00

会場 福島県ハイテクプラザ 多目的ホール

※福島県と共催

□福岡県

日時 2019年11月8日(金) 14:00~16:00

会場 TKP 博多駅筑紫口ビジネスセンター 3階 301

※福岡市と共催

□滋賀県

日時 2019年11月12日(火) 13:30~16:30

会場 ピアザ淡海 3階大会議室

※滋賀県と共催

●「イクボスになるためのポイントを学ぶセミナー」

→育児・介護などにより働き方に制約のある社員が今後増えることが予想されるなかで、部下の仕事と家庭の両立を理解・応援し、成果を出す管理職「イクボス」が必要とされています。

このセミナーでは、講義とグループワークを通じて、イクボスが求められている背景や、イクボスのポイント、メリットなどを分かりやすく解説します。

□東京

日時 (第1回) 2019年11月7日(木) 14:00~16:00

(第2回) 2019年12月12日(木) 14:00~16:00

会場 日本教育会館 8階 807号室

※2回で1セットの連続セミナーのため、両日のご参加をお願いします。

10月から11月前半までの開催概要は上記のとおりです。11月後半以降も全国各地で開催していきます。【参加無料・要事前申込み】

【参加申込みなど詳細はこちら】

<https://ikumen-project.mhlw.go.jp/event/#seminar>

●従業員の育児休業取得・介護休業取得に備えて離職を防ぎたい事業主・人事労務担当者の方へ「仕事と育児・介護の両立支援セミナー」を全国で開催中！

→貴重な人材が長く職場に定着するために「仕事と子育て・介護」の両立に不安を持つ従業員が、安心して働き続けられる環境を整備し、育児・介護との両立を支援することが求められています。そのためには、企業の実情や従業員のニーズを踏まえた制度を構築し、離職防止や安定的な人材確保に繋げることが重要です。セミナーでは、育休復帰や介護休業の取得などに備えるための「育休復帰・介護支援プラン」の策定や活用方法を事例に合わせてご紹介いたします。終了後に個別支援・相談会も実施いたします。また、プランを作成し、一定の要件を満たした場合、「両立支援等助成金」も受給できます。【参加無料・要事前申込み】

【10月以降の開催情報・参加申込みなど詳細はこちら】

[http://ikuji-kaigo.com/host\\_2019.html](http://ikuji-kaigo.com/host_2019.html)

【事業主への両立支援等助成金についてはこちら】

<https://www.mhlw.go.jp/content/000539051.pdf>

●テレワーク導入に関するセミナー

→テレワークには労務管理やセキュリティの確保が課題となる場合もあります。このため、厚生労働省では、労務管理上及び情報通信技術面における留意点、テレワーク導入事例の紹介、導入企業の体験談など、テレワークに必要な情報に関するセミナーを開催します。

開催日：(名古屋) 名古屋市中村区 2019年11月1日(金) / 時間：13:00～15:45

申込はWEBサイトにて

<https://kagayakutelework.jp/seminar/>

●テレワークに関する体験型イベント

→テレワークの利用に興味のある方を対象に、情報端末を用いての体験等により、テレワークのメリットを実感いただくとともに、テレワークにおける労務関係法令の解説や事例紹介を行うなどテレワークの導入に役立つ内容で開催いたします。

・開催日：大阪市 2019年11月7日(木) / 時間：10:00～12:30 / 14:00～16:30 /

・開催日：新潟市 2019年11月15日(金) / 時間：10:00～12:30 / 14:00～16:30 /

・開催日：福岡市 2019年11月22日（金）／時間：10:00～12:30／14:30～17:00／  
－詳細、申込はWEBサイトにて－

<http://teleworkevent.jp/>

●中小企業のためのテレワーク導入支援事業

→労働時間等の設定の改善及び仕事と生活の調和の推進のため、在宅又はサテライトオフィスにおいて就業する「テレワークに取り組む中小企業事業主」に対して、その実施に要した費用の一部を助成しています。詳しくは、テレワーク相談センターまでお問い合わせください。

<https://www.tw-sodan.jp/>

《地方公共団体の動き》

【北海道】

「お父さん応援講座」の開催企業・団体、市町村等の募集について

→少子化対策や子育て支援の推進の取組の一環として、男性（父親）の家事・育児参加の促進が大切であることから、男性（父親）を対象とした子育て講座の開催を希望する企業・団体、市町村等を募集します。

対象：子育て中の父親やこれから父親になる男性 ※お子さまや女性（母親）の同席も可／場所：道内4か所／開催期間：2019年5月20日～2020年2月29日（予定）／定員：各回30名（先着順）／講師派遣費用：無料

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kms/otousankouza.htm>

【宮城県】

女性のチカラを活かす企業認証制度

→働きやすい職場づくりやワーク・ライフ・バランスに取り組む企業を応援しています。ぜひ、認証取得を御検討ください。

対象：以下をすべて満たす企業・法人・団体（国及び地方公共団体を除く）(1)県内に本社、本店、又は事業の拠点がある (2)県内で事業活動を行っている (3)常時雇用労働者を有している (4)「女性のチカラを活かす企業」取組宣言を行っている（※取組宣言は認証申請と同時に行えます）

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kyosha/ikiiki-h24poji-2.html>

【栃木県】

### 男性のワーク・ライフ・バランス講座（全2回）

→家庭も仕事もバランス良く充実させるため、楽しく効率的に家事をするための時短家事・料理のテクニック等を学んでみませんか？

日時・場所：第1回 2019年10月12日 13～15時 パルティとちぎ男女共同参画センター、第2回 11月30日 10～13時 宇都宮文星短期大学第2キャンパス／対象：働く男性（夫婦の参加も可）／定員：30名（先着順）／費用：第1回 無料、第2回 500円（材料費）／申込方法：電話、FAX 又は来所（どちらか1回のみでの申込可）／申込締切：～11月16日（土）必着

<http://www.pref.tochigi.lg.jp/c56/kouhou/dannseinowa-kuraifubaransu2019.html>

### 【埼玉県】

多様な働き方とワークライフバランス ～誰もがいきいきと働ける職場づくりと充実した生活に向けて～

→多様な働き方やワークライフバランスに関する制度、実際に仕事と家庭を両立するためのポイントを専門家が実際の支援制度などの事例を交えてわかりやすく講義します。

日時・場所：2019年10月30日（水）18時30分～20時 吉川市民交流センターおあしす 1階 ミーティングルーム4／定員：40名（先着順）／申込方法：電話、FAX 又は電子申請にて

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0809/201910yoshikawa.html>

### 【東京都】

令和元年度東京ウィメンズプラザフォーラム開催

→男女平等参画の促進、女性の活躍推進、ライフ・ワーク・バランスの実現等をテーマにしたワークショップや講演会など、37の民間団体による催しを実施します。

開催日：2019年10月25日（金）17～21時、10月26日（土）9～21時、10月27日（日）9～17時／申込方法：各企画により開始時間や参加申込方法が異なるため、各主催団体にお問い合わせください

<http://www1.tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp/seminar/tabid/364/Default.aspx>

### 【神奈川県】横浜市

クラウドソーシングセミナーを開催します

→多様で柔軟な働き方を進めていくことが求められている今、クラウドソーシングという新しい働き方が注目されています。自分らしい働き方を考えるきっかけにしてみませんか？

日時・場所：2019年10月25日（金）13～15時（受付12時30分～）波止場会館5階

多目的ホール／定員：70名（先着順）／参加費：無料／

<http://yokohama-workstyle.jp/promotion/detail/10>

#### 【奈良県】

働く女性応援講座1 信頼を得る！魅力的な聴き方講座

→「人の話」の聴き方ひとつで、より豊かなコミュニケーションが取れるようになります。職場や日々の生活の中で実践できるスキルを、この講座で身につけませんか。

日時・場所：2019年10月26日（土）14～16時 奈良県女性センター3階講座室／受

講料：無料／定員：30名（先着順）／申込方法：HP 又は FAX、ハガキにて／締切：

～10月23日（水）必着 ※定員になり次第締切

<http://www.pref.nara.jp/53283.htm>

#### 【鳥取県】

多様な働き方制度導入の相談支援

→「在宅勤務や短時間正社員などに関心はあるが、導入・運用には不安や疑問が…」

そんな企業に対し、先行して取り組んでいる企業との1対1の相談機会を提供します。

対象：県内に事業所を有する企業、法人、団体、個人事業主／利用可能回数：1事業

所あたり1案件、3日間（複雑なものにおいては5日間）が目安。ただし「鳥取県輝

く女性活躍パワーアップ企業」登録企業は2案件利用可能

<https://www.pref.tottori.lg.jp/274510.htm>

#### 【広島県】広島市

「新しい働き方フォーラム」 私にとっての会社・仕事・家族

→多様な働き方が求められる今、家庭生活と仕事を両立すること、特に男性の事例について、ワーク・ライフ・バランスや経営戦略、事業改革等の専門分野で御活躍中の佐々木常夫氏にお話を伺います。

日時・場所：2019年10月25日（金）13時30分～16時30分（13時開場）ゆいぽー

と 5階 研修室／定員：100人（先着順）／参加費：無料／申込方法：必要事項を記入の上、電話、FAX 又は E-Mail にて申込

[http://www.yui-port.city.hiroshima.jp/index.php?page\\_id=408](http://www.yui-port.city.hiroshima.jp/index.php?page_id=408)

#### 【福岡県】春日市

令和元年度「育休女性の職場復帰準備セミナー」 募集開始しました

→育児休業中の皆さんの不安や悩みを解消するためのセミナーを開催します。



日時・場所：講座・交流会 2019年10月25日（金）10時～14時30分 クローバー  
プラザ、保育所見学 10月29日（火）10時～11時30分 高宮キッズ保育園（集合場  
所：西鉄高宮駅）／定員：10名程度（先着順）／参加費：無料／申込方法：申込フォ  
ーム又は申込書に必要事項を記入の上、郵送かFAX／申込締切：～10月18日（金）  
[http://www.city.kasuga.fukuoka.jp/contents/news\\_17862.html](http://www.city.kasuga.fukuoka.jp/contents/news_17862.html)

---

#### 【編集後記】

毎年10月は「高齢者雇用支援月間」です。この高齢者という言葉ですが、  
実は法令や行政においてそれぞれの年齢を決めています。高齢社会白書（内閣府）  
では、高齢者を65歳以上とし、65歳から74歳を前期高齢者、75歳以上を後期  
高齢者としています。道路交通法では70歳以上の免許更新者は高齢者講習を受  
けることとなっています。人生100年時代という言葉もある今、改めて高齢者  
の働き方について、雇う側、雇われる側という観点ではなく、すべての人がシニ  
ア世代の働き方について考える月だと考えています。

---

このメールは送信専用メールアドレスから配信されております。  
このまま御返信いただいてもお答えできませんので御了承ください。

配信中止・配信先変更は、こちらから

<http://wwwa.cao.go.jp/wlb/e-mailmagazine/tetsuzuki.html>

バックナンバーはこちらから

<http://wwwa.cao.go.jp/wlb/e-mailmagazine/backnumber/index.html>

このメールマガジンへの御意見・御要望はこちらから

<https://form.cao.go.jp/gender/opinion-0086.html>

内閣府「仕事と生活の調和」推進サイトはこちらから

<http://wwwa.cao.go.jp/wlb/>