



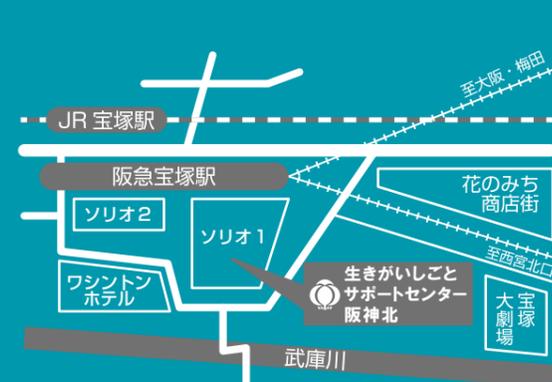
“お一人、お一人の気持ちに寄りそう”をモットーに個別のご相談を大切にしています。お気軽にご相談にお越し下さい。また、求人登録も随時受け付けています。HP、FAX、お電話でお申し込み下さい。今年度は、求人の新規開拓と掘り起こしに力を入れると共に、現在の介護分野で行っているインターンシップを更に充実させたいと考えています。

求人団体名	職種	求人条件
ミドリライフサービス株式会社	居宅介護支援	総括マネージャー・サービス提供責任者 ケアマネージャー・訪問介護ヘルパー ・勤務地 西宮市津門 ・勤務日 週休2日ローテーション ・報酬 仕事内容により異なる。178,000円以上 ・資格 仕事内容により異なる。原付・普通自動車必須
株式会社第一警備	警備業	交通誘導警備・イベント警備 ・勤務地 宝塚市・尼崎市・神戸市・西宮市・伊丹市他 ・勤務日 月～金曜日(本人の希望に合わせる) ・報酬 日勤7,000円 夜勤8,000円 試用期間は5,000円 ・資格 不問・警備業関係資格者優遇
株式会社ラフト	調理補助	障がい者施設内の調理場での盛付・配膳・食器洗浄 ・勤務地 宝塚市美幸町・宝塚市大原野 ・勤務日 週2～5回 ・報酬 時間給800円 交通費支給 ・資格 不問

※求人が既に充足している場合はご了承ください

新しくスタートした団体 2015年4～5月

いのちの木 (宝塚市)	ハーブやアロマ小物販売とハーブティが楽しめるカフェを運営
合同会社 ATT'S (大阪市)	ヘルスリテラシーに関する情報配信、認知症情動療法の普及
kunitatsu (池田市)	まちづくり、コミュニティづくりを目的とした資料、統計制作事業
ENOGU (大阪市)	まちづくり、コミュニティづくりを目的としたHP、デザイン制作事業
にしたによいしょ (宝塚市)	地方誌の発行事業



生きがいしごとサポートセンター阪神北

〒665-0845  
兵庫県 宝塚市 栄町2-1-1  
ソリオ1 3F 宝塚NPOセンター内  
TEL: 0797-87-4350 FAX: 0797-85-7799  
E-mail: cdc@hnpo.net  
URL: http://cdc.hnpo.net/  
駐車場: ソリオ1 30分 200円

「生きがいしごとサポートセンター阪神北」は、兵庫県の「コミュニティ・ビジネス等生きがいしごと支援事業」の補助を受けて、(認定)宝塚NPOセンターが実施・運営しています。この事業は、「播磨西」「播磨東」「神戸西」「神戸東」「阪神南」を含めた6拠点にて運営されています。

発行人: 牧里 每治 編集人: 中山 光子

CDCN 60 2015.6

特集

10万時間

シニア時間の使い方

100年前の平均寿命は男性42歳、女性43歳

皆さんはシニアになったとき、もしくはなっている今、何をするか決めていますか。男性のシニアライフは、定年退職などで「第2の人生」といわれるほど一変します。そのパートナーである女性も同じです。また、「人生50年」といわれていた頃から平均寿命は急速に伸びており(男性80歳、女性86歳)シニアが自由にできる時間は10万時間あるといわれています。

その時間の使い方は「ボランティア」「地域参加」「就労」「起業」など様々な選択肢がありますが、個人で計画してもなかなかグッドアイデアは浮かびません。そこで、生きがいしごとサポートセンターでは2年前からココカラ大学シニア学部という学校形式の講座を開き、農業系NPO法人の組織化、地域で数百人の会員を集めた居場所カフェ、素人からはじめたケーキ屋さんなど多くの先輩シニア講師の成功事例を紹介しています。また、参加者同士の現状と目標を発表する場をもち、シニアライフのヒントになる時間割にしているため、計画がなかった人は考えるきっかけになり、計画があった人も見つめなおすことができている。卒業後はボランティアをはじめの人、参加者同士でグループ活動される人、起業をあきらめ就労される人、綿密に計画をたて起業される人など様々です。知識を学ぶのではなくココカラスタートできるきっかけになっています。

シニアが生きがいをもって何かをスタートさせることは、介護予防になるだけでなく、まちの防犯を高めることになったり、場合によっては待機児童や独居問題の解決になったり、もっといえば景気の上昇につながるなど、一石十鳥くらいの効果があるのかもしれない。シニアライフまで遠い方も近い方も一度自分のスゴシカタを考えてみませんか。それは1人だけでも10万時間あるため、現在日本にいる65歳以上の3296万人を×とどんなソーシャルな問題も解決できてしまうパワーになるのではないのでしょうか。

## シニアが社会参加しやすい仕組みづくり

「寄付白書 2010」によると、寄付をする人の割合は年齢に比例して増加する傾向にあります。男女別のそれぞれの年代で、一番割合が高いのは65～69歳の女性53.2%です。つまり、この年代の2人に1人以上は寄付をしています。同年代の男性を見ると、同じくすべての年代で一番高い割合になっているものの、女性のそれよりは若干低い44.9%です。一方、労働の寄付である「ボランティア活動」に目を向けてみると、65～69歳の参加率はどの年代よりも高く、ここでの男女の数値は逆転しており男性の参加率が高くなっています。また、「寄付」と「ボランティア」は相関関係にあり、ボランティア活動へ参加している人は寄付を行う割合が高いという結果も出ています。

寄付やボランティアをする第一歩は、その団体の活動や目的に共感し賛同することからはじまります。シニアにターゲットを絞った発信をし活動への巻き込みができれば、シニアのもつ10万時間をよりソーシャルな10万時間に近づけることができ、より参加型の社会がかたちづけられます。シニアから若い世代が豊かな生き方を学べるような社会を実現していくために「シニアが社会参加しやすい仕組みづくり」を応援していきたいと考えています。

## 特定非営利活動法人 つどい場さくらちゃん

「介護の場所を施設から住み慣れた地域社会へ」「住み慣れた自宅で過ごす」この2つを支える「つどい場」がいま求められています。そのつどい場を、介護保険制度にとらわれずに運営し、介護される人と、その人を支えている家族の心の拠り所になっている特定非営利活動法人「つどい場さくらちゃん」が阪神西宮駅前にあります。中心になって運営をしているのは丸尾多重子理事長で、住宅街のどこにでもありそうな一軒家のキッチンで、訪れる高齢者と介護者に向けて家庭料理を提供しています。

なぜ食事なのかと尋ねると「介護している人が倒れると、介護される人を施設に入れざるをえなくなる。食事をとる間もなく24時間がんばって介護している人自身の食事は、簡単なものになってしまっている。食事を通じて健康を支えなくてははいけない。そして、同じ仲間と支える人がいることを、一緒に食事をとることで感じてほしい」と真剣な眼差しで答えていただきました。

この料理に引きつけられて皆が集まり、情報が集約され、そして、いつの間にか人々の新しいつながりができています。いま、この活動が全国から注目され、医師、介護者、行政職員、大学インターン生など、多くの方が見学に来ています。介護保険制度のもと、多くの施設ができていく時代に、なぜ最新施設でないこの家に多くの専門家がヒントをもらいにやってくるのでしょうか。それは、収入を確保する制度の縛りにとら

われない介護のかたちを見つけ、もう一度本来の志を整理するためかもしれません。大きな予算や制度の隙間にあるこの活動の大きさを見つけたといってもいいでしょう。

丸尾さんは「つどい場さくらちゃん」のリビングというスペースを、高齢者問題に関わる人のためのプレイスに変えました。その場に行けば、これからの高齢化社会に向けて私たちのすべきことが見えてきます。いまや社会課題にもなっている「空き家」がもし第2、第3の「つどい場さくらちゃん」になれば、豊かな地域ができるのではないのでしょうか。



活動拠点は、普通の一軒家賃貸



理事長 丸尾多重子さん

ココカラ大学でも講演していただきます

## シニアの就職

皆さんは、何歳まで働きたいと思われませんか。当センターには60歳代、中には70歳代の方も多く相談に来られています。昨年度センターに来られた新規求職者の内、約20%が60歳以上です。しかし、シニアの就職を取り巻く状況には厳しいものがあります。年齢や体力的な面から、企業側が雇用に消極的になっている部分もあります。また、職種の幅が狭くなる傾向にあり、希望就職先と求人との間にギャップが生じてしまう現状もあります。

こうした厳しい状況の中で就職を実現させるためには、希望職種の変更など求職先の再検討を行うことも必要になります。例えば、ある相談者は長年営業職で働かれた経験から、営業系に絞った就職活動をされていましたが、なかなか就職に結びつかず、当センターに相談に来られました。面談を通じて方向転換され、マンション管理の仕事にエントリーしたところ、採用が決まりました。このように、職種の変更が就職活動の流れを変えた例は多くあります。

職種を変更しても、シニアがこれまで培ってきた経験は、必ず活かすことができます。シニアには豊富な経験と知恵があります。これまでのキャリアとは異なる仕事に就いても、その仕事を行う中で、知識や経験を役立てることができるはずで、相談者との面談を通じて、シニアの持つ豊かな経験と知恵を引き出し、新しい仕事へ結びつけていくこと、希望職種とのギャップを縮めることが、私たちの役目であると考えています。今年度も、1人1人との丁寧な面談に力を注いでいきます。

## 講座のお知らせ

今年も「ココカラ大学 シニア学部」を開催します。

「60歳からのスゴシカタ」  
シニアからはじめよう



宝塚 NPO センター  
**ココカラ大学**



いま、関西で輝くシニアの事例を参考に、30人の同世代クラスメイトと一緒に考えて発見しよう。

開催日：2015年7月29日(水)～30日(木)  
会場：宝塚市立男女共同参画センター・エル  
時間：10～16時

講師：



山脇 郁広 さん  
地域参加



丸尾 多重子 さん  
NPO 活動

先輩シニアの経験から学ぼう

ココカラ大学シニア学部は、60歳からのスゴシカタを考える学校形式の講座です。1限目(10～12時)は、先輩シニア講師のスゴシカタ事例を参考に自身の考え方を見つめなおしてもらい、2限目(13～16時)は、参加者同士でディスカッション、発表し計画をまとめ、決意していただいています。今年で3年目を迎える本講座は、毎年様々なスゴシカタを参考に参加者それぞれが進路を発見しています。スゴシカタに悩んでいる方はぜひご参加ください。

2015年9月～「NPO 法人事務力検定(初級)合格を目指そう 6回連続講座」を開催します