

人生100歳時代の  
設計図を考える

かながわ人生100歳時代ネットワーク



# 【第2部会】2019活動報告 生涯現役マルチライフ推進プロジェクト

# Gerontology



第2部会：前田展弘

(ニッセイ基礎研究所／東京大学高齢社会総合研究機構)

# 1. これまでの経緯 (2017-18)

2017

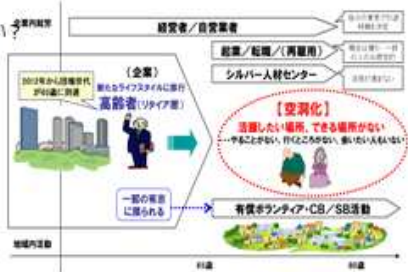
## 1. WG2 検討経緯 (取組方向・テーマ)



### 若者の将来不安～生き抜く方策?

- ✓ 人生100年…全く想像できない?
- ✓ 仕事に対する考えは多様化  
1つの仕事だけが提供されていない  
複数の名刺、副業も  
早期離職が多い、やりがい重視  
会社に縛られていない
- ✓ 貢献したいが、自信がない  
意見のぶつけ合いは少ない  
チャレンジ意欲は低い?

### セカンドライフの空洞化問題



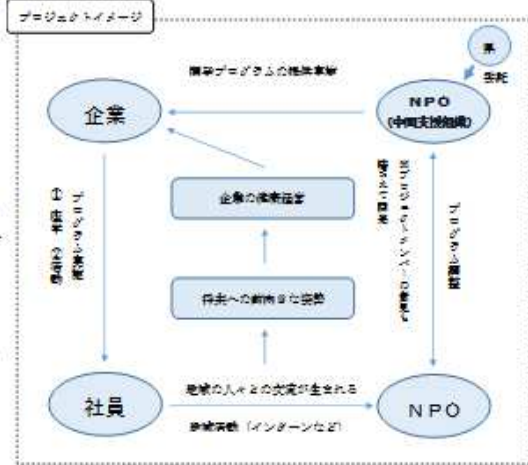
2018

## 「生涯現役マルチライフ推進プロジェクト」(①全体イメージ)

**目的** 企業の社員が定年後のセカンドキャリアを具体的にイメージすることができる研修プログラムを実施し、現役世代からの社会参加促進を目指す。

### 概要

- ✓ 県がNPOに業務委託し研修プログラムを開発し企業で実施
- ✓ プログラムの内容は、座学とボランティアやNPO活動等の体験やインターンシップを盛り込む予定 (プロジェクトメンバーの意見も踏まえて)
- ✓ 参加者は希望制で募集
- ✓ 実施前と後にアンケート調査を行い、意識変化を確認



※神奈川県庁作成資料

## セカンドライフの空洞化問題

### 後半人生ライフデザイン研修のあり方の検討

### 「定年予備校(仮称)」創設に向けて

※2014年度@東京大学産学連携研究グループ内検討資料をもとに



## 3. 2018年度活動概要

	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
全体会議	5/10				9/3						3/15
第2PJ					9/27						
県委託事業	企業探し⇒委託準備⇒委託手続き				研修準備	企業研修等実施		企業振り返り			

	全体説明会	活動団体紹介セミナー	【体験】ボランティア活動
①協力企業O社	10/30 (2回)	78名	6名
②協力企業A社	10/31,11/7	11/28	1名

# 2018年度の活動概要

## 全体説明会



## 地域活動の体験



みんなのサロン ゆくり庵  
(認N)藤沢市民活動推進機構

① 2名

①初心者マージャン教室の支援  
高齢者の介護予防のため月3回実施している人気の講座です。マージャンが初めての方が対象です。経験のある方、良かったら一緒に楽しませんか？  
(下記表参照)



(N)海さくら

① 3名

江の島で楽しくゴミ拾い！  
毎月の海さくらゴミ拾いでのご募集になります。  
「目指せ！日本一楽しいゴミ拾い！」です！  
継続参加すると、どんどん楽しくなる仕組みがあるユニークな団体です。



神奈川湘南卓球クラブ

② 1名

障がい者卓球のボランティア募集  
神奈川県内の障がい者が卓球を通じて活動しています。一緒に卓球をして障がい者のサポートをしたり、卓球台の準備・ボール拾い・片付けなどをお願いします。  
年齢制限はありません。卓球の出来る服装で、体育館履き、飲み物を持参して下さい。あれば卓球のラケットも持参して下さい。



認定NPO法人  
藤沢市民活動推進機構

① 1名

クリスマス会の運営ボランティア

## アンケート実施

④今後の活動における具体的なヒントが得られましたか？		⑤この講座を受けて地域活動に参加したいと思うようになりましたか？					⑥「マルチライフ」の意義として、今後一番したいことは何でしょうか？			⑦次回取り上げて欲しい講座がございましたら記載ください。		⑧「生涯現役マルチライフ推進プロジェクト」について、意欲ある取り組みと想いましたか？		性別		年齢							
3.3		2.9					-			-		3.8		男	女	40以下	40代	50代	60以上				
無	有	5点	4点	3点	2点	1点	趣味	地域活動	就業・起業	子育て			60	16	16	19	30	9					
46	23	7	26	3	11	5	30	36	8	11	5												
		なかった					ならない							地区									
		29					11					35		藤沢	鎌倉	茅ヶ崎	横浜・川崎	県内	県外				
		37					37					5		藤沢市域内	その他県内			県外					

## 2. 2019年度の活動概要と実施結果

### (1) 目的

個人が企業で働いている現役世代の間から、地域社会の中で活動できるよう、様々な人生設計について考える「きっかけ」を与えることを目的とする。そのために、研修とフィールドワークを兼ね備えた「支援プログラム」を展開する。

※当活動は、神奈川県委託事業（「生涯現役マルチライフ推進」支援プログラム開発）として実施する。

（受託機関：特定非営利活動法人 藤沢市民活動推進機構）

### (2) 活動概要 ※基本的に昨年度の活動（支援プログラム）を踏襲

○実施対象企業→県指定の**3社**（メーカーA社、メーカーOI社、製薬企業OT社）※昨年はA社、OI社の2社

○当該3社に対して、次のことを実施・提供する。

#### ①事前説明会

－企業内研修に位置づけるなか、人生100歳時代における生き方、働き方等を啓発（マルチライフ人生の推奨）

－マルチライフの選択肢の一つとしての「地域活動（ボランティア活動等）」を紹介

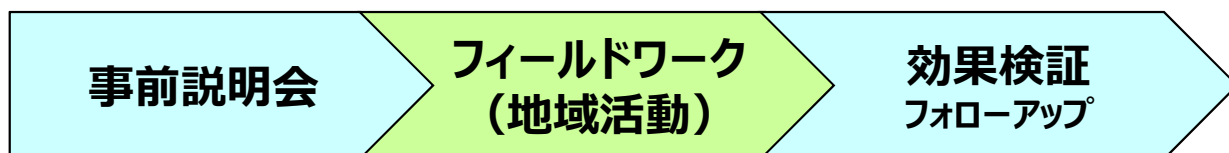
#### ②フィールドワーク

－研修参加者が研修の中で紹介された地域活動に任意で参加

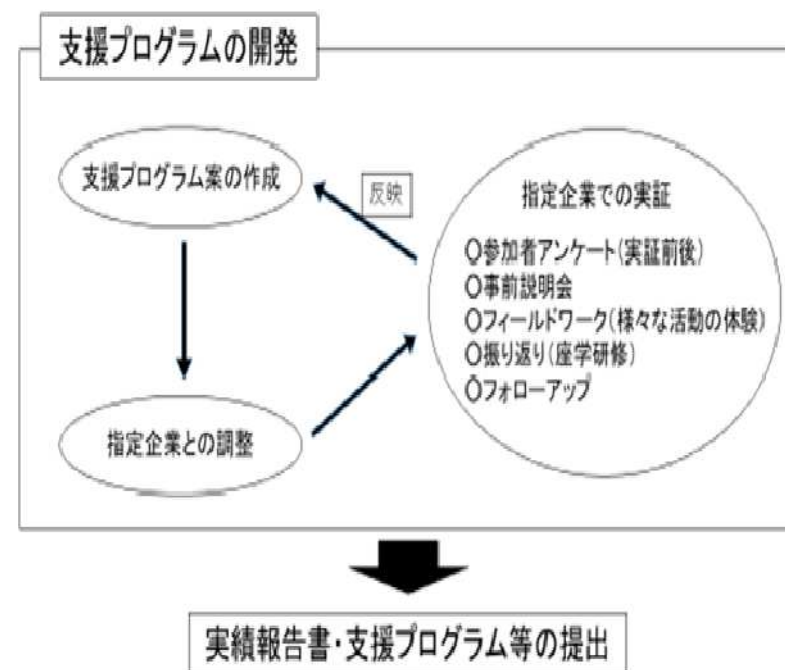
#### ③効果検証（参加者へのフォローアップ）

－研修及びフィールドワークへの参加による意識・行動の変容等について確認

#### <支援プログラムの構成（実施フロー）>



#### <県委託事業の概要>



## 2. 2019年度の活動概要と実施結果

### (3) 実施結果

当該3社における実施結果（参加者等）は以下のとおり。

（なお、フィールドワークの場として設定していた下記③④の機会については、コロナ禍の影響によりイベント自体が中止となってしまった）

	事前説明会 (企業内研修)	フィールドワーク				振り返り 効果検証	昨年度参加者 フォローアップ
		地域活動（ボランティア）					
		①1/22（水） イベントサポート	②2/16（日） 海岸ゴミ拾い	③3/7（土） イベントサポート	④3/22（日） 海岸ゴミ拾い		
<b>OI社</b> (継続)	1/16（木） 16:00-17:00（60分） <b>48名参加</b> （定員50名）	<b>1名参加</b>	<b>15名参加</b>		○実施	<b>5名</b> が新たに 地域活動を開始	
<b>A社</b> (継続)	1/17（金） 18:00-19:30（90分） <b>16名参加</b> （定員50名）				×	<b>1名</b> が新たに 地域活動を開始	
<b>OT社</b> (新規)	2/17（月） 13:00-14:30（90分） <b>15名参加</b> （定員20名）	-	-		×	-	

<フィールドワーク> ※詳細はP7参照

- ①1/22（水） フジソン2019～まちを良くするアイデア大募集～の当日の手伝い
- ②2/16（日） 第160回海さくらゴミ拾い
- ③3/7（土） 第5回外国人の日本語スピーチ大会
- ④3/22（日） 第161回海さくらゴミ拾い

# ■ 事前説明会の模様

## OI社 (1/16)

生涯現役マルチライフ推進プログラム(ボランティア・スタートアップ・セミナー)  
アジェンダ

1. はじめに 16:00～16:10
  - 今回のセミナーの位置付け
  - 皆さまへのメッセージ(ビデオ放映)  
神奈川県知事 黒岩祐治様
  - 生涯現役マルチライフ推進プロジェクトについて  
神奈川県政策局政策部未来創生課 主事 中村友哉様
2. 講演
  - ボランティアはじめの一歩～ 16:10～16:35  
(認N)藤沢市民活動推進機構 理事・事務局長 手塚明美様
  - 藤沢市におけるボランティアな地域活動を紹介 16:35～16:50  
(認N)藤沢市民活動推進機構 マルチライフ担当 佐藤正則様
3. フィールドワークの参加要領説明 16:50～17:00



## A社 (1/17)

生涯現役マルチライフ推進プログラム  
事前説明会(1/17)アジェンダ

1. はじめに 18:00～18:15
  - 今回のセミナーの位置付け
  - 皆さまへのメッセージ(昨年度収録のビデオ放映)  
神奈川県知事 黒岩祐治
  - 生涯現役マルチライフ推進プロジェクトについて  
神奈川県政策局政策部未来創生課 主事 中村友哉
2. 講演
  - 人生100年時代のライフデザイン～地域で学び、地域で活躍する～ 18:15～19:05  
(有)アリア代表取締役、(N)シニアわーくす Ryoma21 理事長 松本すみ子
  - 藤沢市におけるボランティアな地域活動を紹介 19:05～19:20  
(認N)藤沢市民活動推進機構 推進センター 副センター長 西尾愛
3. フィールドワークの参加要領のご説明 19:20～19:30



## OT社 (2/17)

生涯現役マルチライフ推進プログラム  
事前説明会(2/17)アジェンダ

1. はじめに 13:00～13:10
  - 今回のセミナーの位置付け
  - 皆さまへのメッセージ(昨年度収録のビデオ放映)  
神奈川県知事 黒岩祐治
  - 生涯現役マルチライフ推進プロジェクトについて  
神奈川県政策局未来創生課 主任主事 北林祐幸
2. 講演
  - 人生100年時代 地元で居場所を創る意味とは? 13:10～14:00  
(公財)ダイヤ高齢社会研究財団 工学博士 澤岡詩野
  - ボランティアな地域活動を紹介 14:00～14:20  
(認N)藤沢市民活動推進機構 事務局長 手塚明美
3. フィールドワークの参加要領のご説明 14:20～14:30  
(認N)藤沢市民活動推進機構 マルチライフ推進担当 佐藤正則



# ■ 事前説明会（県説明資料）

## 人生100歳時代の設計図

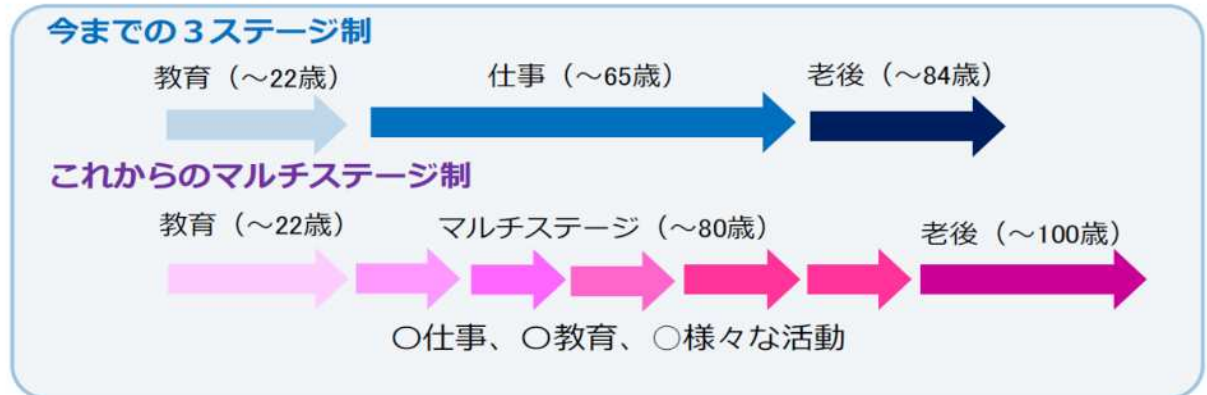
～生涯現役マルチライフ推進プロジェクトについて～

神奈川県 政策局 未来創生課

## 100歳時代の設計図取組み

- シニアを含めたおとなが、子どもを社会を担う主役へと育て上げる
- シニアは、ケアの対象から次世代を育成する主体に変化
- 「学校⇒仕事⇒老後」から「マルチステージ」「複線型」の人生へ
- マルチステージの主な舞台は、顔の見えるコミュニティ「ちいさなく社会」

### ～人生戦略の変化～



# ■フィールドワーク



## まちを良くするアイデア大募集！フジソン2019

フジソンとは藤沢のアイデアマラソンプレゼンテーション（提案）に対して、みんなのアイデアを出し合い、ブラッシュアップ（改良）していくミーティングです。

### アイデアマラソンとしての実績

2018年12月 市民の皆さんからまちを良くするアイデア募集

（藤沢市市民活動推進センターのクリスマス交流会）→右の写真

2019年3月 市民の皆さんから東京2020大会を応援するアイデア募集

（日本大学 生物資源科学部湘南キャンパスにて2020応援団藤沢ピックウェブのイベントとして）



## 目指せ！日本一楽しいごみ拾い！

### 江の島で楽しくゴミ拾い！

江の島の海には、昔多くの生物がいて海は透明、潜ればタツノオトシゴに会えたといひます。海さくらはそんな江の島の海を取り戻すために、2005年より「楽しく」活動しています。

毎月の海さくらゴミ拾いでボランティア募集になります。ゴミ拾いに必要な物は全て揃っています。「目指せ！日本一楽しいごみ拾い！」です！

主催団体の海さくらさんは、継続参加すると、どんどん楽しくなる仕組みがあるユニークな団体です。



（フジソン2019参加者の模様）



## 第5回 外国人の日本語スピーチ大会 ～いろいろな国の話を聞こうよ～

### 多彩な国の方々がスピーチ！

発表者はNPO等の各団体（NPO法人 地球市民友の会他）が開催する日本語教室に通っている方々です。一人5分程度で15名程の方が発表します。

今回は市内中学校で、北部では高倉中学校にある国際教室（外国につながる子ども）も学校の様子などをスピーチします。みんな日本に来られてから1~2年の生徒さんです。どんな話が飛び出すかお楽しみに！

また、各団体の紹介や交流タイムもあり、発表者からもっと話を聞きたい、支援しているNPOの方々と話をしたいなど、あちこちで大小の人の輪ができてアツという間に時間が過ぎていくといった感じです。



（海さくらゴミ拾いの模様～当日は雨）





## 2. 2019年度の活動概要と実施結果

### (4) 2019年度の振り返り ※受託機関「NPO藤沢市民活動推進機構」の報告より抜粋・一部加筆修正

#### 【成果・評価】

- 今年度の成果としては、昨年度に比べてフィールドワーク実施期間が1.5ヵ月と短い（昨年度3ヵ月）、また、1月からの支援プログラム実証開始（昨年度10月から）と悪条件でありながらも、フィールドワーク（地域社会の中での活動のひとつとしてのボランティア活動）への参加者が増加したことがひとつである（昨年度7名→今年度16名）。
- また、昨年度も支援プログラムを実施したA社とOI社については、今回の事前説明会の参加者へのアンケートという限定された調査ではあるが、前年度の本プログラムの参加者で地域活動を開始された方が、延べ6名居られることも注目される（本プログラムの効果）。
- また、OI社においては、昨年度本プログラム内で紹介した海岸清掃のイベントに、その後独自に社内で企画して社員参加を募集、2回参加しており、指定企業において地域活動イベントが定着したことも本プログラムの一つの効果と言える。
- なお、今回新規のOT社においては、事前説明会が2/17と遅かったこともあり、参加可能な2つのイベントが新型コロナウイルス感染拡大防止のために中止となってしまったが、別途実施した事後アンケート（14名回答）の質問の項目、“事前説明受講後に、マルチライフの充実（趣味、地域活動等）に向けて、何か活動（イベント探し、参加等）をされましたか？”に対して、7名の方が活動したと回答されており、事前説明会のみでも活動開始に向かう効果はあったと言えよう。
- また、フィールドワーク体験者の振り返りのアンケート結果では、体験の満足度に関する3つの項目（5点満点）の平均は4.1～5.0とかなり高い評価となった。

#### （アンケートでの意見）

“様々な経歴の方が参加されており、色々な意見が聞けて面白かった”、“体験後、地域での連携の必要性と地域外組織との連携と共助の必要性も感じた”、“初めての参加でしたが、ボランティア活動で貢献できて満足している”、“いつも耳にする海岸の環境問題を直接目で確かめて、より環境保全の重要性を身を感じた”、“すがすがしい気持ちになった”の意見があった一方、“縦割りの課題と対策を連携させて本当の意味での市民生活に役立てるために活用する必要がある”、“雨天決行は健康面で不安”との意見もあった。

## 3. 総括（2017-19年度を振り返って）

以上のように、「かながわ人生100歳時代ネットワーク」の『第2部会』として3年間取り組んできた（2018年度から「生涯現役マルチライフ推進プロジェクト」として展開）。これまでを振り返り、評価すべきこと、他方で残された課題と期待について整理したい。

### 【評価すべきこと】

#### ■時代の要請に応える先進的取組（啓発効果・メッセージ性）

黒岩知事は2016年1月の段階で「人生100歳時代」に関する問題提起を行った。今日でこそ「人生100歳」「人生100年」というキーワードは一般化されているが、全国に先駆けて「人生100歳」、本格的な長寿時代を意識した取組みの重要性を示した神奈川県姿勢はまずもって先進的であった。その問題提起に応える形で、「かながわ人生100歳ネットワーク」を形成したこと、そして、“生涯現役”をテーマに充実したマルチライフ人生を提唱し、そのきっかけづくりを行った第2部会の取組みは、時代の要請に応える先進的な取組みとして高く評価されるべきことである。県民及び全国民に対する啓発効果、メッセージ性は大きかったと評価される。また近年、主に民間企業（研修事業者等）が人生100歳時代の生き方、働き方等に関する研修等を展開してきたなか、「県」が主体的にこれらのことを推進してきたことも非常に画期的であり新規性が高い。

#### ■公民連携のモデル試行の経験価値

2年間（2018-19）にわたって、県内の「民間企業」において、当該支援プログラムを展開した。仕事や家庭生活に追われる現役時代はなかなか地域の活動に目を向けることが少ない。そのような人が大半である。その中で、県が企業の中に介入して、そこから地域活動を含めたマルチライフ人生を提唱するという新プログラムを展開した経験は貴重であり、今後のさらなる展開への礎を築いたと言える。

#### ■支援プログラムの継承（自走化に向けた展開）

県委託事業としての「生涯現役マルチライフ推進プロジェクト」は2019年度をもって終了するが、受託機関であった「NPO藤沢市民活動推進機構」は、独自に当該支援プログラムを継承していく方向にある（2020年度は、かながわ人生100歳時代ネットワーク「この指とまれプロジェクト」に応募）。このように当該機能が継承されていく方向にあることも大変喜ばしく評価できる。

## 3. 総括（2017-19年度を振り返って）

### 【残された課題と期待】

#### ■ 支援プログラムのさらなる充実

周知のとおり、日本の労働市場は大きな変革期を迎えている。70歳までの就業機会確保に向けた動向を含めて、人生100歳時代を見据えた生き方、活躍の仕方に関しては議論が加速している。こうしたなかで、マルチライフ人生を導くにあたっての検討範囲は極めて広く、当該支援プログラムの内容の充実は不可欠である。この2年間は試行的にフィールドワークの場も「地域のボランティア活動」に限定していたが、人生の可能性を拡げる（そのことを気づかせる）には、セカンドライフの活躍の場の選択肢をさらに拡げていく必要がある。この点については、まさにネットワークの力をもとに産官学民の英知を結集しながら、支援プログラムのさらなる充実がはかられていくことを期待したい。

#### ■ 地域性を考慮した方法論の模索（基礎自治体における展開の可能性）

民間企業内で実施したことは前述のとおり評価できる面がある一方で、地域性の面では課題も残る。勤める企業と自宅の地域が離れている人が少なくないなか、個人が実際に新たな活躍の場を求める場所は、多くは自宅のある地域である。地元でどのような地域活動や新たな活躍の場・機会があるかを知りたいニーズに応えるには、自治体を中心となって当該プログラムを展開することが本来望ましい。自治体では、高齢者の社会参加、市民活動の拡がりに向けた既存の施策・プログラムを展開しているわけであるが、それらとの融合を含めて、自治体中心のマルチライフ推進プログラムが展開されていくことも期待したい。

#### ■ 支援プログラム実施企業・地域のさらなる拡がり

当該支援プログラムが一過性で終わってしまうことが最大の懸念材料であり、避けるべきことである。この3年間が無駄になってしまいかねない。藤沢市民活動推進機構による継続の方向は確認できたものの、実施地域及び企業を県内に拡げていくことが残された大きな課題と言える。「人生100歳時代」をどこよりも先駆けてリードしてきた神奈川県だからこそ、この第2部会の取組みである「支援プログラム」の機能は県内に広げ続けていただきたい（その後方支援をしていただきたい）。前述の新プログラムの充実をはかりながら、他地域・企業でもスムーズに横展開できるような取組みを今後も進めていただくことを大いに期待したい。

### 3. 総括（2017-19年度を振り返って）

---

（さいごに）

この3年間を振り返り、このように本報告をすることができたのも、かながわ人生100歳時代ネットワーク『第2部会』のメンバーの皆様、生涯現役マルチライフ推進プロジェクトをリードいただいたNPO藤沢市民活動推進機構の皆様及びご協力いただいた企業の皆様、そして神奈川県庁の皆様のおかげである。皆様に深く感謝申し上げたい。



## 1. 目的

人生100歳時代においては、50歳からの後半人生を如何に充実させることができるか、一人ひとりの人生の質を左右する重要な課題である。書籍「ライフシフト」の中でも指摘されているように、人生100歳時代の人生は、「教育⇒仕事⇒引退」という単一的な3ステージモデルではなく、複数のキャリアを積み重ねられる「マルチステージモデル」が理想である。そのためには、マルチステージの選択肢を知ると同時にチャレンジする方法をより具体的に知る（体感する）ことが求められる。しかしながら、そのようなキャリアパス支援を行う社会教育、企業内研修は見当たらない。そこで本プロジェクトでは、多くの人が人生100歳時代において本人が望む「マルチステージ」を実現できるような新たな研修事業を構築することを目的とする。

## 2. 実施対象及び受講者対象

### (1) 本プロジェクトの趣旨に賛同する**特定企業**（一定の従業員規模のある**大企業**を想定）

- ✓ 福利厚生あるいは健康経営の一環として、従来の企業ない研修（ライフプラン研修を変更）を見直す形で実施
- ✓ 受講対象者は50～64歳
- ✓ 費用は企業負担

### (2) 本プロジェクトの趣旨に賛同する**自治体**（**住民及び中小零細企業の従業員**をカバー）

- ✓ 特定のエリアごとに参加者を募集する形で実施
- ✓ 受講対象者は50～64歳
- ✓ 費用は参加者負担（自治体から補助が出せればbetter）

## 3. 内容・特徴

### (1) 座学 (10時間)

- ①総論 : 人生100歳時代と後半人生
- ②基礎知識 : セカンドライフに必要な基礎情報
- ③マルチステージの選択肢  
※どれだけの選択肢があるのか可視化

↓

### (2) 演習 (2時間)

- ④自己棚卸し : 自分の能力・価値とニーズを再確認
- ⑤ワークショップ : グループワークで気づきあう

↓

### (3) マルチステージコース別キャリア移行研修

コース別の研修 (座学)、スキル養成、インターン、見学など

地域密着型！

- 定年予備校の最大の特徴は、「**マルチステージ**」の**選択肢を知れること**、また**そのステージに移行するために必要なノウハウやスキルを体験できること**にある。
- マルチステージは、「起業する」、「自宅で働く」、「NPOや社団を立ち上げる」、「協同労働に参加する」、「海外で活動する」といった**“働き方”**に関することと、
  - 「農業を始めたい」、「介護の仕事をしたい」、「子育て関係 (学童保育含む) に携わりたい」、「観光ガイドになりたい」、「若手経営者の経営支援をしたい」、「英語を活かしたい」、「WEB関係で何かしたい」など、**ジャンル別の新たにチャレンジしたいニーズ**から、ステージが極めて多様になる。
  - これらを**整理・可視化**すること、そしてその**ステージへの円滑な移行方法を築くこと**が必要であり、それがコアコンピテンスになる。



# Gerontology

2020年5月

第2部会：前田展弘

(ニッセイ基礎研究所／東京大学高齢社会総合研究機構)

