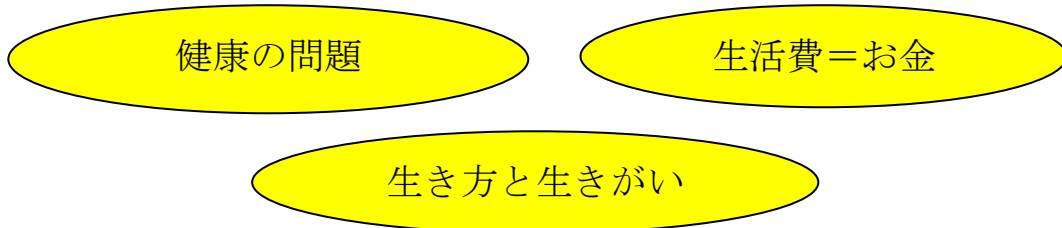


一、 定年後の世界

1. 定年後の不安とは（資料 1 頁）

2. 定年後の気がかり



3. 人生80年時代（資料 2 頁）

60～80 歳の自由時間＝14 時間×365 日×20 年≒10 万時間

1 日 24 時間から睡眠、食事及び風呂など生命を維持する必要時間 10 時間を除く

10 万時間＝労働時間（通勤・休憩を含む）10 時間×250 日×40 年

二、 生き方と生きがい（3 頁参照）

1. 世代における時代背景

(1) 団塊世代（1947～1949 年生まれ）→ 第一次ベビーブーム世代

何かしら自己主張を行い、論争好き

「自然」、「社会貢献」、「エコ」に共感する

幼いときに貧しさを経験し、多少の貧困には耐えられる

パソコンなど、一応の機械操作をこなす

(2) ポスト団塊世代（1950 年代前半）

高度成長時代初期に小学校に入学、1970 年の大阪万博の頃に高校を卒業

(3) 無共闘世代（1950 年代後半）

高度成長時代中期に小学校に入学、高度成長と学生運動が終わった直後に

高校を卒業し、共通一次試験前に大学に入った

→ しらけ世代

2. 定年後の選択 → 多彩な生きがい

(1) 定年後も働く——約6割が働いている

継続雇用、再就職、定年後起業

(2) 趣味に生きる

登山、絵画、読書、合唱、ゴルフ、テニス、囲碁、将棋、植栽など

(3) 田舎暮らしで自然を満喫

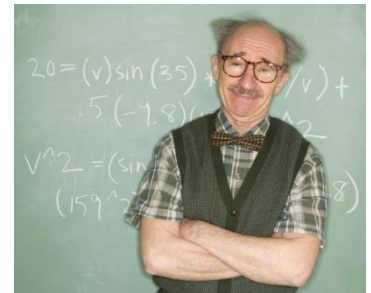
不動産会社情報、地方自治体のIターン・Uターン情報

(4) NPOなどで社会貢献

ボランティア活動、海外協力活動、各種地域活動

(5) シニアコースで勉強

各大学・大学院の入学情報（通信教育、聴講生）



3. 定年後の仕事選び

(1) 定年後の仕事の現実

社会とつながりない人生は？、働かざるを得ない現実、収入は大幅ダウン、一度“卒業した人”としての評価

(2) 仕事を得るための準備

定年後のイメージ作り、やりたいこと・好きなことは何だったのか、自分のキャリアの再評価→必要な自己研鑽

(3) 仕事探しの心構え

縁故の活用が一番、社内外の人脈の活用、年齢をカバーできる“何か”、過去の実績を捨ててゼロからスタートできるか