令和４年度人生二毛作推進県民会議

日　時　令和４年12月23日（金）
午前10時00分～午前11時30分
場　所　　県庁西庁舎　１１１号会議室

１　開　　会

（中澤企画幹兼課長補佐兼健康づくり・歯科口腔保健推進係長）

それでは定刻となりましたので、ただいまから令和４年度人生二毛作推進県民会議を開催いたします。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対策を講じまして開催しております。

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

２　あいさつ

（福田健康福祉部長）

皆さん、こんにちは。長野県健康福祉部長の福田雄一でございます。

本日は、皆様本当にお忙しい中、お集まりをいただきまして、誠にありがとうございます。人生二毛作推進県民会議の開会にあたりまして、一言ご挨拶を申し上げます。

皆様方におかれましては、日頃から県政の推進、さらには健康福祉行政全般につきまして、ご理解、ご協力を賜り誠に感謝を申し上げたいと思います。

さて、人生100年時代を迎えまして、誰もが元気で安心して暮らすことのできる社会づくりが重要な課題となっているところでございます。こうした課題を踏まえまして、県の総合５か年計画は最終年度を迎えておりますが、人生二毛作社会の実現を重点政策の一つに掲げ、シニア世代が培ってきた豊富な知識と経験を社会参加や仕事で生かし、地域の担い手として元気に活躍できる人生二毛作社会の推進に取り組んできたところでございます。

本日の会議におきましては、県長寿社会開発センターの内山理事長に座長をお願いしております。これまでの取組を振り返る、人生二毛作の連携事例を発表に加えまして、次期の総合５か年計画を踏まえた人生100年時代におけるシニアの活躍につきまして、関係機関、団体の皆様とワークショップを行うことで、改めて事業の方向性や相互の連携について共有を図らせていただきたいと考えております。

結びに、皆様方からの忌憚のないご意見をお願い申し上げるとともに、本日の会議が今後の事業展開を図る上で有意義なものとなることを期待申し上げまして、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・歯科口腔保健推進係長）

それでは、これより議事のほうに入らせていただきます。

ここから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したいと思います。よろしくお願いいたします。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）

皆様、おはようございます。ご紹介いただきました、長野県長寿社会開発センターの内山二郎と申します。私の今日の役割は、このテーマに沿って、事例発表と２回のワークショップを進行していくということです。

今日皆様には自由に意見を出していただきますが、それをまとめ役として長野県長寿社会開発センターの各支部から出席している9人のシニア活動推進コーディネーターが皆様をヘルプすることになっております。

〔Ａグループ〕今村さんと松永さん、〔Ｂグループ〕下倉さんと佐藤さん、〔Ｃグループ〕和知さんと斉藤さん、〔Ｄグループ〕藤井さんと小林さん、〔Ｅグループ〕竹脇さん。よろしくお願いいたします。

それでは、まず健康増進課から県の施策についてお願いいたします。

（１）人生二毛作社会推進事業について

（健康増進課　関口主事）

皆さん、おはようございます。健康増進課の関口と申します。よろしくお願いいたします。

人生二毛作社会推進事業について、説明をさせていただきます。資料１を御覧ください。

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すことができる社会のことです。県の総合５か年計画「しあわせ信州創造プラン2.0」の重点施策に「人生二毛作社会の実現」が位置づけられています。本事業は、シニア世代が、知識や経験を社会参加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となっています。

まず、長野県の人口推移と将来設計についてです。長野県の高齢化率を見ると、2020年は３人に１人が高齢者となりましたが、2045年には、約2.4人に１人が高齢者になると推測をされており、全国的に見ても速いペースで高齢化が進んでいることが伺えます。

一方で、長野県は「日常の動作が自立している期間の平均」、いわゆる「健康寿命」が、男女ともに全国トップクラスとなっています。男性に関しては、令和２年度の調査で１位から２位へ転落しましたが、健康寿命自体の伸びは続いていまして、今後も依然として高い水準であることが予想されます。

次に、本事業についてです。本事業は、人生二毛作推進県民会議の開催と、シニアが地域で活躍できる仕組みづくりの二本立てとなっています。長寿社会開発センター本部及び各圏域のシニア活動推進コーディネーターが、地域の実情や課題を把握し、さまざまな機関と連携をしながら、シニアの社会参加活動を推進するために、大きなスケールで、かつきめ細やかな支援を行っています。

次に、昨年度の人生二毛作推進県民会議の振り返りについてです。昨年度は、全体会議を12月と３月の２回行いました。第１回の会議では、本日もお越しの「ゆる～いおっさんの会」藤澤さんを迎えまして、定年前に起こった自身の体験談を語っていただき、それについて参加者同士で意見交換を行いました。

第２回の全体会議では、第１回の会議を受けまして、人生100年時代をどう生きるかについてワークショップを行い、様々な意見をいただきました。２回の会議を通じ、人生100年時代を生きる上で、生きがいや他者とのつながりによる居場所が必要であり、また退職によりいきなり居場所へつながりを失うことを避けるためにも、現役時代から自分の将来について考える機会を得ることが重要であるという共通認識を得ました。

次に、各世代の将来に対する不安についてのグラフを御覧ください。令和元年の「国民生活に関する世論調査」では、40代から50代の世代の多くが、老後の生活設計に不安を持っており、中高年が、今後の人生に対してイメージできず、悩みを抱えているという様子が伺えます。このことからも、現役世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っていくことは重要であると考えています。

先ほども述べましたとおり、退職前の現役世代に対するアプローチは、生きがいを持って、地域の一員として社会参加をしていくシニアを増やしていく上で大変重要になってきます。こうした考え方の背景には、人生100年時代の到来とライフスタイルの変化があります。平成29年、内閣

官房の「人生100年構想会議」では、2007年生まれの日本の子供の半数が、107歳まで生きるとの予測もあり、今や人生80年時代よりも先を見据える必要があります。また、ライフスタイルにも変化が生じており、１シナリオ、３ステージというこれまでの人生から、マルチシナリオ、マルチステージの多様な人生へと移り変わっていきます。このようなことも踏まえまして、今後はシニア活動推進コーディネーターと企業が共同した研修などにより、現役世代に対する啓発活動も強化していければと考えております。

次に、来年度から始まる次期総合５か年計画における本事業の位置づけについてです。先月、長野県総合計画審議会から次期総合５か年計画の策定について、答申がありました。概要としては、現状と課題、政策構築、推進に当たっての共通視点を踏まえ、「確かな暮らしを守り、信州から豊かな社会を創る」という基本目標があり、その基本目標を実現するための政策の柱の一つとして、「誰にでも居場所と出番がある社会をつくる」というものがあります。その中で、注力すべき施策の例として、現計画では「人生二毛作社会の実現」に当たるところですが、「高齢者の活躍の支援」とされており、本事業はこの基本目標と政策の柱の実現に向けて、高齢者の活躍の支援を引き続き行っていきます。

最後に、来年度以降の事業名についてです。現在「人生二毛作社会推進事業」という事業名ですが、来年度の５か年計画、昨年度の人生二毛作推進県民会議の議論、そしてライフスタイルが複線型に移り変わっていくという実情を鑑みると、単線型のライフスタイルを連想させる「二毛作」という表現自体が時代にそぐわなくなっている状況です。また、昨年度行った県政モニター調査の結果では、事業名の趣旨が理解しにくいなどマイナス面の意見も多く寄せられており、これらから総合的に判断して、来年度からの本事業名の事業名を変更いたします。人生100年時代に突入し、先ほどから申し上げているとおり、単線型から複線型へのライフステージ、ライフスタイルへ移行していく中で、シニアが様々な居場所と出番で、多様な活躍をすることを目指し、「人生100年時代シニア活躍推進事業」といたします。また、これに伴いまして本会議名も「人生100年時代シニア活躍推進県民会議」に改称いたします。本事業では、これまでのシニア活動推進コーディネーターによる、関係機関をつなぐプラットフォームの役割を果たし、それぞれの機関が連携してシニアの活躍を支援するという仕組み自体は維持しつつ、現役世代への啓発など、複線型のライフステージ、ライフスタイルに対応できるよう、また、誰にでも居場所と出番がある社会を実現できるよう、本日お越しの皆様をはじめ、多様な関係機関と連携・協力を図りながら進めてまいりたいと考えております。

長野県からの説明は、以上です。

（２）ワークショップ①

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）

それでは、これから進行レジュメに沿ってワークショップ①、次に事例発表、最後にワークショップ②を行います。

それにしても皆さん、雰囲気が固くありませんか？これだけ多様な機関、県の関係課の皆さんもご参加いただいていますので、５分間だけ時間を取ります。自由に動き回ってご挨拶をする、「パーティー風自己紹介」をしたいと思います。自由に歩き回って、できれば知らない人とご挨拶をしましょう。５分間に、どれだけたくさんの人と交流できるかというアイスブレイクゲームです。

それでは始めてください。

（自己紹介５分間）

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）

そろそろ、打ち止めにしましょう。元の席にお戻りください。短い時間でしたが、日頃お目に

かからない人たちとつながりが出来たかと思います。
　それでは、早速ワークショップ①に入ります。ここでは現在の私たちの「シニアの活躍」に関するイメージについて考えます。黄色のポストイットに皆さんの中で思い浮かんだシニアの活躍のイメージを書き出していただき、各グループのテーブルに配布されている模造紙の真ん中に貼り出してください。地域での活躍など、１個だけでなくどんどん出していただいて構いません。
　１個だけでない人は、黄色いポストイットに記入してさらに付け加えても結構です。時間短いですけども、各グループのコーディネーターは発表してください。

〇グループ発表
【Ａグループ】（発表者：今村シニア活動推進コーディネーター）
　Ａグループでは「シニアの活躍」のイメージについて、「就労」、「農業」、「シルバー人材」、「御意見番」、「地域の盛り上げ」、「伝統文化の継承」、「町内の役員」が挙げられました。また、「老々介護」という意見も出ました。

【Ｂグループ】（発表者：下倉シニア活動推進コーディネーター）
　Ｂグループでは「やりたいことがはっきりしている方」、「仕事をしている方」「シニアプログラマー」、「歩道沿いの花の手入れをしている方」「役員などをしている方」という意見が挙げられました。

【Ｃグループ】（発表者：和地シニア活動推進コーディネーター）
　Ｃグループでは「子供や若者の褒め役」、「子供の見守り役」、「地域とのつながり・サポート」、イベントやお祭りなどを先導することによる「伝統の継承」、「農業のメインの担い手」、旅行などに行き「経済を回す」という意見が挙げられました。

【Ｄグループ】（発表者：小林シニア活動推進コーディネーター）
　Ｄグループでは、例えば大工などの「職歴や特技を活かした活動」、それから人生の先輩として、いろいろな経験を若い人に伝え「教育・指導」していくこと。また「地域の伝統の継承」、シルバー人材センター等を介した「就業」が挙げられました。

【Ｅグループ】（発表者：竹脇シニア活動推進コーディネーター）
　Ｅグループは他グループほどたくさんのイメージは出なかったです。「サークルのコーチ」等のボランティアや、「地域の役員」、「自治会長」のような地域のリーダーのイメージが挙げられました。「仕事」をして稼ぐというイメージと、そして面白かったのが、「水が濁ってて藻が生えているような緑のプールからの脱却」というのがシニアの活躍というようなイメージが出されました。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　はい、皆さんありがとうございます。いろいろなイメージが出てきました。

（３）人生二毛作連携事例の発表
（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　グループワークでいろいろなイメージが出てきましたけれども、さらに具体的にイメージを喚起し、深めてていただくために、３人の方に事例発表をしていただきます。
　１人目は連合長野の根橋さん。日本労働組合総合連合会長野連合会の会長さんですね。よろしくお願いいたします。

〇事例発表

１　現役世代パート

（日本労働組合総合連合会長野県連合会　根橋会長）

改めまして、おはようございます。ただいまご紹介いただきました、連合長野の根橋でございます。よろしくお願いいたします。今日、このように事例発表の機会をいただいたこと、感謝申し上げます。

先ほど､内山座長から紹介いただいたように､私たち労働組合は働く仲間の団体でございます。連合には、長野県で11万5,000名、全国で700万名が加入いただいており、2010年に働くことを軸とする安心社会という社会像を掲げて取組を進めております。

また、30周年を迎えた、2019年に「まもる・つなぐ・創り出す」というキーワードを設け、働くことを軸に、安心社会を創っていこうという政策を進めております。資料に図示していますとおり、「くらし」や「学び｣、「離職」そして「健康・長寿｣、それらを全て働くことにつなぎ、それぞれの施策一つ一つを作り上げながら、社会を構成する皆さんと共に、安心社会を実現するために取組を進めております。

これを実現する上で、私たち働く者だけでは進められませんので、2015年から「地域フォーラム」という取組を、経済界、県、関係団体を含めて展開しております。コロナ禍で、参集でのフォーラムはできなかったのですが、今年、３年ぶりに「生活時間」をテーマに、弁護士の圷先生をお招きしてのご講演、また戸田シニア活動推進コーディネーターにもパネラーとしてご参加いただいたパネルディスカッションを開催し、社会とどうつなぐか、どうつながるかをテーマに議論しました。働き方改革が叫ばれて久しい状況ですが、「労働時間を削って生活時間を作り出す」という切り口ではなくて､「生活時間をまず確保し労働時間を考える」ということが議論の根幹となりました。生活時間の中でも、「休息時間｣、「個人生活時間｣、「家族生活時間｣、をイメージされる方は多いと思うのですが、それに加えて私たちが一番重要視しているのが「社会生活時間」となります。現役時代から社会とどうつながるかをテーマに、生活時間を軸に働き方へのアプローチを変えるという切り口で、労働時間を考える取組を行っているという状況です。

「まもる｣、「つなぐ｣、「創り出す」のそれぞれのテーマについてです。まずは「まもる」ですが、働く仲間一人ひとりに焦点を当てた運動により労働者を守る。次に「つなぐ」では、社会と労働者をどうつなぐかを切り口に、私たち労働組合が結節点・ハブとして、地域と繋がりが持てない労働者と社会とを繋ぐことを目的に、様々な施策に取り組んでいます。「創り出す」では､「まもる｣、「つなぐ」を踏まえ、一人ひとりの働きがい・生きがいにより、新しい活力をどう創り出すかを追求し、「誰一人取り残されることのない社会」を目指す取組を進めています。

その上で、なぜこうした社会とのつながりが重要かという点です。企業等の組織、家族といったストロング・タイズ（強いつながり・強固な関係）の中に労働者は置かれています。このストロング・タイズの人間関係の中でばかり仕事や生活をしていると、限られた情報の中でだけ暮らすこととなり、新しい世界や情報に接するチャンスを失うと指摘されています。そこで、ウィーク・タイズ（弱いつながり・緩やかな関係）という緩いつながりを持つことによって、自分の知らない方々や深い関係がない人たちと繋がり、新たな創造・可能性が生まれると思っています。ウィーク・タイズを推進することで、新たに個人的な活力を生み出し、それによって心の健康不安も解消できると思いますので、これを先ほどの社会生活時間に繋げていきたいという思いを持ちながら、取組を進めています。

地域フォーラムでは今までご説明してきた内容で今後の在り方・ありたい姿の検討を積み重ねているという事例について、ご報告いたします。ご清聴ありがとうございました。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）

短い時間でしたがありがとうございました。

労働時間に対する生活時間、そして生活時間の中の社会生活時間を打診したいというお話でしたね。それから、「ストロング・タイズ」、「ウィーク・タイズ」という考え方をご提起していただきました。特にこの「ウィーク・タイズ」、つまり緩いつながりをこれからどのように創っていくかが大事だということですね。ありがとうございました。

２人目は、ゆる～いおっさんの会、藤澤さん。現在、私どもの長寿社会開発センターのスタッフですが、もともとは金融機関にお勤めだったんですね。そして、去年もお聞きしましたけれども、退職間際になって、ちょっと慌ててというところから始まったということですね。ではお願いします。

２　元気シニアパート

（ゆる～いおっさんの会　藤澤代表）

ゆる～いおっさんの会、略称「ゆる会」代表の藤澤です。本日は会の紹介をさせていただきます。よろしくお願いします。

この会を立ち上げたきっかけは、４～５年前にシニア大学の専門コースに入り、定年後の男性はとかく家に籠りがちだというテーマから、定年後のシニア男性の居場所を作ろうというところから始まりました。当時、シニア大学在学生200人以上の方に退職後の不安や退職後に困ったことついてアンケートを取りました。結果としては、不安の１位が「健康」、２位が「生きがい」となりました。また、困ったことについては１位が「時間の過ごし方」、２位が「人とのコミュニケーションがないこと」でした。このような状態で家に籠っていたのでは、おそらく健康面も精神面もいいことはないだろうということで、有志を募って立ち上げたのが「ゆる会」です。

メンバーは現在約40名弱で、平均年齢は60代後半です。ほとんどが元々お勤めをされていた方で、今も半数以上が仕事をされています。ゆるい会ですが、ルールが３つありまして、１つ目はおっさんであること、２つ目は過去の肩書きは口にしないこと。３つ目はメンバーを批判しないこと、これを守ることでフラットで安心の空間を作ることができているのかなと思っています。

活動内容は、自然発生的にメンバーから出てきたやりたいことがまとまって、現在８つのプロジェクトで活動をしています。一例ですが、今年６月、中山間地の七二会地区から、高齢者が多くて竹の伐採をする人手がないという話をお聞きして、ゆる会も高齢者なのですが、会員５名でお手伝いに行ってまいりました。長く伸びた竹を倒す爽快感と、足元のタケノコをお土産にいただいて、こちらもハッピーな気持ちでいい汗をかいてきました。また先方さんからも「ご覧のとおりきれいにしてもらって、本当にありがたかったです」というような言葉をいただきました。

また、ゆる会では昨年から遊休農地の活用ということで農園もやっており、ニンニク、サツマイモ、里芋など様々な作物を栽培しております。先月は長野のお寺から、「地元の子供たちのために居場所を作っている大学生を中心に今度焼いも大会をやりたいので、ゆる会の皆さんに力を貸してもらいたい」という話をいただき、早速農園で取れたサツマイモ、里芋を提供しつつ、薪も持っていって、たき火と焼いものお手伝いをさせていただきました。地元の子供たちが100人ぐらい来てくれて、とても喜んでいただいたという事例です。

このようなゆる会の動きが他地区にも徐々に広がりつつあって、佐久では「ゆる～いおやじの会」というのが一昨年発足し、また飯綱町でも、「男笑室」という高齢男性の集まりがスタートしており、今後もこのような集まりが広がっていくといいなと思っております。参加される方はそれなりに豊富な知識と経験で、パワーも持っていらっしゃいますので、それを活用しながらとにかく楽しく活動し、それが結果的に誰かの役に立つという好循環の活動をしていきたいと思っています。

簡単ですが、以上です。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　はい、ありがとうございます。ゆる～いおっさんの会が、長野だけではなく佐久や大北、飯綱町にまで広がっています。もっと広がりそうですね。

（ゆる～いおっさんの会　藤澤代表）
　増えていったらいいなと思ってます。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　今日は、県民会議の行政を含めた様々な構成団体の方がいらっしゃっていますが、何かゆる～いおっさんの会と繋げて皆さんに考えていただくとすれば、何かイメージはありますか？

（ゆる～いおっさんの会　藤澤代表）
　おじさんたちは、普段は無口ですがしゃべり出すと意外と止まらないというか、そういう交流を求めている面もあります。それから、会などへの自発的な参加について意外と奥手で、誰かから「一緒にやらない？」というような声をかけてもらうと、重い腰が上がって参加できるようなるというところがあります。ゆる会では、会への参加後に職場を見つけてまた働き出した方もいますし、何かきっかけというのは大切なのかなと思います。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　どうもありがとうございました。
　そして、３つ目の事例ですけれども、長野県長寿社会開発センター上小支部の下倉さんです。
　それではお願いいたします。

３　様々なハンディを持っているシニアパート
（長野県長寿社会開発センター上小支部　下倉シニア活動推進コーディネーター）
　これから動画をご覧いただきます

（上田市真田地区でのシニアの活躍についての動画）

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　はい、ありがとうございます。会場の後ろの壁全面に貼ってある模造紙が取組の内容ですね。

（長野県長寿社会開発センター上小支部　下倉シニア活動推進コーディネーター）
　本日持ってきたのは、真田地域だけの活動であり、真田の包括センターの生活支援コーディネーターがつぶさに取材をして、それをまとめたものです。人口9,000人ぐらいの街ですが、多くのつながりがある。そしてそのつながりが暮らしの支え合いになったり、コミュニケーションの元になって、健康づくりにも役に立っているということです。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　こういう活躍をより多くするということは、大変ですがとても重要なことですよね。

（長野県長寿社会開発センター上小支部　下倉シニア活動推進コーディネーター）
　そうですね。これは、地元の生活支援コーディネーターが地域に入っていった成果ということですね。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
ありがとうございました。
３事例のご紹介をいただき、皆さんのシニアの活躍に対するイメージが広がったかと思いますが、どんな印象だったでしょうか。

（構成団体）
・３つ目の事例が特に印象に残りました。シニアが新規事業につなげる役割を担ってるというのは、最初のワークショップでは全然出なかったところなので、とても刺激を受けました。
・最初の事例発表の「ウィーク・タイズ」という単語は初めて聞いた言葉だったのですが、確かにこういった緩やかなつながりというのも、ある意味大事かなということを気づきました。興味深かったです。
・ここ最近「ウェルビーイング」などの様々な話を聞く中で、緩いつながりを保っていくということが大事だという話を聞くこともあり、それに通じるところがあると思いました。やはりどうしても、強いつながりを持つというのはプレッシャーがかかりますが、緩やかに地域とつながり、それを維持するというのも大事なんだなということを認識しました。
・最初の事例で、労働とそれ以外の時間について、休息時間とか個人の生活、家族の生活というところは大事にしなきゃなと元々思っていましたが、それ以外に「社会生活時間」というものはこれまであまり意識したことがなかったので、そうした考え方も大事だと感じました。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
今日のキーワードは、「緩くつながる」ということですよね。そして、次期総合５か年計画の大きな柱の中に、「誰にでも居場所と出番がある社会をつくる」というキーワードがあります。「誰にでも」ということは、元気な高齢者だけではなくて、どんな状態になっても地域の一員として何か役割を持つ、居場所があるという状況であり、これをどう実現しらよいのかということが、今日の大きなテーマになろうかと思います。

（４）ワークショップ②
（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
これからワークショップ②に入っていくわけですが、各グループに配置されたコーディネーターがファシリテートして、先ほどお聞きいただいた３つの事例発表を踏まえて、どのように「シニアの活躍」を捉え、そしてそれを実現するかについてグループごとに話し合いをしていただきたいと思います。
３つの事例についてですが、事例１は「現役世代」としての視点、事例２は「元気シニア」、シニアでバリバリ活躍している人の視点、事例３は「様々なハンディを持っているシニア」、地域における生活者としてのいろんな状況、例えば認知症や寝たきりになっても１人の地域人として活躍できる、担うことができるという視点だと思います。そんなことからイメージを広げてください。
それでは始めてください。

（グループワーク）

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
それでは、Ａグループからどのようにまとまったか発表をお願いしたいと思います。

○グループ発表

【Ａグループ】テーマ：「とりあえず」（発表者：今村シニア活動推進コーディネーター）

Ａグループではいろいろな意見が出ました。「ネットワーク」、「コラボ」、「つながり」、「役割」、「無理をしない」、「楽しく」などのキーワードが出ました。グループとしてのテーマは「とりあえず」になりました。「とりあえず、○○」というようにとりあえず楽しくつながるとか、ひとまず、とりあえず一歩前へというような意味を込めています。

【Ｂグループ】テーマ：「あいさつと声がけ」（発表者：下倉シニア活動推進コーディネーター）

まとまったかは分かりませんが、どのようなシニアの活躍があるかというような話から始まりました。その中で、私たちは「活躍」、「生きがいづくり」といった言わば氷山の一角のように表面的な活動のバリエーション見てしまいがちですが、実はそのような取組の水面下で、普段私たちが意識しないものがあり、それは他者との「つながり」です。そしてそこから「活躍」などのバリエーションが生まれ、広がっていくイメージがあります。若い世代は地域と何かするというイメージが薄いため、何もしないままだと地域とのつながりがどんどん希薄になる未来になってしまいます。これを踏まえて出てきたキーワードでいうと、「挨拶」、「声かけ」であり、そういったものが実はとても大事であるということです。また、自分ごととして考えれば「諦めない」そして第三者である地域に対しては、「ほっとかない」ということがとても大事ではないかという話になりました。

【Ｃグループ】テーマ：「やりたいことを見つけて活躍」（発表者：和地シニア活動推進コーディネーター）

Ｃグループでは「活躍」というイメージから、「趣味を伝える教室」、「次世代、子供たち」など様々なキーワードが出ました。ワークショップを進めていく中で、現役世代では仕事の忙しさなどから個人生活時間が持てない状況にあり、老後については退職したら考えようという気持ちもあるようです。現役世代から老後を考えることは強制ではなく、人それぞれ事情や生活環境が異なるため、コーディネーターとしてはそれらを理解した上で企業などに何か投げかけをできたらと思っています。

様々な意見も出ましたが、まずは地域をシニア目線で見た上で、やりたいことを見つけて活躍することが大切だということになりました。

【Ｄグループ】テーマ：「人生寄り道探訪記」（発表者：藤井シニア活動推進コーディネーター）

Ｄグループでは、地域とつながり社会性を持つことが居場所づくりや健康寿命の増進につながるという意見が出ました。ただ、ゆる会のようなつながりの場が必要であるということは分かるけれどそのやり方などが分からないということで、まずはそうした活動を知るきっかけが必要ではないか、そしてそのためには何歳になっても自発性や学びが必要であるという意見がまとまりました。また、何事もきつすぎない緩やかさが大事であるという意見も出ました。

そこで私たちのテーマは、「人生寄り道探訪記」になりました。

【Ｅグループ】テーマ：「ボーダーレスな社会でみんな輝く」（発表者：竹脇シニア活動推進コーディネーター）

Ｅグループでは自分で壁を越えてきっかけづくりを行い提供し合うことや、すぐそばにあるものにもう一度目を向けること、またシニアだけではなく様々な世代と出会うことが大事という意見があり、そのためにやはり「情報」が鍵であるという話になりました。現在すでに年代、性別、障害などの状況を超えた情報化社会であり、現在ここに集まっている人たちがシニアと呼ばれる時代には、さらにボーダレスな情報社会ができていることが予想され、そこで全員が飛び込み輝

ける社会となればと思います。また、社会の役に立っていることを実感するためには、誘ってくれる人と褒めてくれる人が必要というような生きがいの話も出ました。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　ありがとうございました。
　５つのグループそれぞれの切り口が微妙に違う部分もありますが、戸田さん、この発表を聞いて何か浮かび上がってきたことはありますか。

（長野県長寿社会開発センター本部　戸田主任シニア活動推進コーディネーター）
　各グループで共通していたのは、実は既に足元にあるものに気づいていないため、もう一度そこを見直すような視点を持つということです。そうした視点とこれから新しくつくるつながりの両面が豊かであると良いのかなと感じました。緩やかなつながりの居心地がいいのは安心できる場であるということであり、それが非常に大事なところだと思います。周囲を気にかけている、気にしているという意識を皆が持っていると、そこは安心な場になるということが発表から見えてきました。
　もう一つ、私たちコーディネーターも、これから仕事をするにあたりますます必要だと感じたことは、今日発表いただいた事例のような情報をなかなかシニアが手にできていないので、コーディネーターが情報発信にさらに力を入れ、また「この情報には価値があるんだ」ということが伝わるように、なるべく対話をする場を作って情報発信するということが大事であると思いました。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　ありがとうございます。非常に密度の濃い話し合いになりましたけれども、次に今日の様々な意見を聴いての気づきや、所属している組織として考えた時に、どのようなサポート、場作りができるかをイメージをして付箋に書いていただきます。

（セルフワーク）

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　それでは、最後の振り返りの時間ということで、各々の気づきや今後の取組について、時間が限られておりますので１グループ１名ずつ発表していただきたいと思います。

【Ａグループ】（長野県中小企業団体中央会　鈴木事務局長）

シニアに相談することによって広がり、そしてつながりへ

　同じグループに事例発表をしていただいたゆる～いおっさんの会の藤澤さんがいらっしゃいましたが、そういったシニアの方々に対して我々が相談することによって広がりが生まれたり、また地域のことなどを知ることができ、特に過疎地域のようなところであれば物事を進行する上でとても役に立つので、また一緒に働けるのではないかなと思いました。

【Ｂグループ】（（公財）長野県産業振興機構　宮坂事務局長）

地域での緩いつながりが重要・活躍できる機会の案内

　グループで議論した中で、地域とのつながりが以前よりも難しくなっているのを改めて実感したので、あまり重くならない緩いつながりをどのように作るか、また維持していくかが重要であ

ると思いました。私の立場としては、機構には、企業特に製造業を中心とした企業のＯＢの方々の中には様々な技術開発や販路開拓の支援の知識を持った人が大変大勢いますので、引き続きそういった方々にご協力をいただきたいと思っています。

【Ｃグループ】（(一社）長野県介護支援専門員協会　川相理事）

自分らしく生ききれるネットワークづくりをする・とにかく関わって関わってバトンをつなぐ

普段はシニアの方たちと関わって、「終活」という言葉は使わず「生ききる」という言い方をしていますが、そのためのお手伝いをしています。私たちも１人では難しいためチームを組んで、その人がその人らしく、自分が自分らしく生ききれるように、ネットワークを作りバトンをつないでいければと思っています。

【Ｄグループ】（(社福）長野県社会福祉協議会　徳永主任）

経験と学びが人生を豊かにする・それを体験できる機会づくり

様々な活動に対してどのように行動に結びつけるかを考えると、子供の頃の体験・経験や大人になった後の社会教育・学びかなと思いました。それを踏まえ私たちとしては、ボランティア活動や地域活動により学びや体験ができる場を提供できればいいかなと思いました。

【Ｅグループ】（(公社）長野県シルバー人材センター連合会　宮下業務主任）

居場所があることを周知・きっかけづくりのお手伝いをしていく

定年後のシニア世代の中では、まだまだシルバー人材センターというところがあることを知らない方が多く、そうした方に自分の居場所づくりに役立てていただくよう周知をしております。地域のつながりなどにも共通すると思いますが、仲間づくりや生きがいにつながる場所があるということをお伝えしていきたいと思っています。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）

ありがとうございました。前半の漠然としたイメージから、ワークをすることでこのように具体的な自分たちの役割・場づくりのイメージが出来上がりました。

そろそろお時間ですが、久保田課長、本日の会議のご感想をお願いします。

（久保田健康増進課長）

健康増進課長の久保田でございます。日頃より、大変お世話になっております。

今日の会議は、総合５か年計画のちょうど節目となる会議ということで、最初にご説明申し上げたとおり、現在まで人生二毛作推進事業という事業名のもと事業を進めてまいりましたが、人生がマルチシナリオ、マルチステージと言われている中、またシニア世代の多様な活躍を推進するために、「人生100年時代シニア活躍推進事業」という事業名に改め、来年度以降事業を進めてまいります。

来年度に向けて、「活躍」という言葉の意味を構成団体の皆様で共有するというのが非常に大事であり、取組の方向性を一致させるためにも本日こういうワークショップをお願いしたところでございます。ワークショップを拝見させていただき、皆様の中のイメージが徐々に具体化していく様子が非常によく分かりました。ワークショップでは、シニア世代活躍について全体で１つのイメージを共有しながら、なおかつ具体的な活動に繋げていけるものとなっていた点で非常に有意義なものであったと感じております。

引き続き皆様にはお世話になりますが、よろしくお願いいたします。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　次期５か年計画に生かせそうですか？

（久保田健康増進課長）
　そうですね。とても良いキーワードをいただきましたので、それを具現化させられるように、県としても皆様を支えながら、しっかり取り組んでまいりたいと思っています。

（長野県長寿社会開発センター　内山理事長）
　ありがとうございます。それでは最後の締めくくりをお願いいたします。

４　閉　　会

〇健康増進課　中澤企画幹
　内山理事長、ありがとうございました。本日は、様々な視点からこれからの「人生100年時代を見据えたシニア世代の活躍の姿」を掘り下げ、広げていただいたと思っております。
　また、来年度以降につきましても、この県民会議の場で課題や方向性を共有させていただきながら、新しい総合５か年計画のもとで、シニア世代のますますの活躍を目指し、一緒に取り組んでまいりたいと思っておりますので、引き続きご協力をよろしくお願いいたします。
　それでは、以上をもちまして、令和４年度人生二毛作推進県民会議を閉会いたします。
　ありがとうございました。