

年の終わりに
－ 60歳以上になってからの仕事の仕方－

開倫塾
塾長 林 明夫

1. はじめに

「60歳までは週休2日、60歳から70歳までは週休3日、70歳から80歳までは週休4日、80歳から90歳までは週休5日、90歳から100歳までは週休6日、100歳を超えたら好きなだけあとは自由」というのが、私の休日についての考えだ。

つまり、「60歳までは週に5日間は働き、70歳までは4日間、80歳までは3日間、90歳までは2日間、100歳までは1日間、100歳以上は好きなだけ働くべきだ」というのが私の考えだ。

「働く」とは、少なくとも「最低賃金」以上を得て「働く」ことを意味する。

私は60歳以上の方が、今までの貴重な経験を生かしながら死ぬ直前まで、金銭を得るために「働く」ことが「超高齢化社会・超少子化社会」を日本が迎えるに際し最も大切なことであると考えます。

今回は年の終りに際し、60歳以上の方がどのように仕事に取り組んだらいいのか、その基本動作を考える。

2. 60歳を過ぎたら誰に遠慮することなく自分のライフ・スタイルを確立し、自由に生き、今こそ自分の未来を切り開くために好きなだけ働くこと。

①身体をできるだけ正常な状態に近づけることが最も大切である。

病気のところがあれば誰に遠慮することなく毎日でも病院に通い、できるだけ早く治療を開始すべきである。問題は病院選びである。

通っていて治らないのであれば、「結果の出せない病院」なのであるから、情報集めに全力を傾け、多少時間や費用がかかっても、行けば「結果の出せる病院」を捜し当て、そこに通うべきである。

患者のことを思えば、医師・歯科医をはじめとする医療関係者は、自らの知識や技能をブラッシュ・アップし「結果の出せる職業人」になるよう国家試験合格後10年間は、眠る間もおしんで打ち込むべきである。ただ、残念なことに、日々の生活や過度のローンの返済に追われ、名ばかりの学会に出席するだけが勉強と考え、全くと言ってよいほど勉強しない人が多い。

患者としては、どの医院や歯科医院のどの先生が数少ない「結果の出せる先生か」を捜し当てなければならない。自分の身は自分で守るしかないと考え、全知全能を傾け情報集めに励むべきである。

②精神が不安定なら、仕事どころではない。60歳を過ぎて精神に安定が得られないのは情けないなどとは考えずに、自らの精神の安定のために、努力を傾けるべきである。

精神の安定、心のリフレッシュのために最も役立つのは旅行である。景色のよいところ、未知の世界に触れ合うことにより気分がよくなり、また世の中の見方が広まる。おっくうがらないで1

ヵ月に1回は1泊以上の国内旅行、1年に2～3回は海外旅行に出かけると面白い。そんなお金がどこにあると言う方もあるかも知れないが「おみやげ」さえ買わなければ、また「夕食」さえ品数の多いものを食べさえしなければ、余りお金をかけずに楽しい旅行ができる。

＊旅行を楽しむコツは、朝食はその町で一番よいホテルで食べること。昼食は、その町で一番おいしいと言われるレストランで「ランチ」を食べること。夕食は、そのへんのコンビニで買物をして「あっさり」済ますこと。一緒に行く人がいなくても、一人でもどんどん出かけること。少し余計にお金を支払えば、旅行社は一人部屋を用意してくれるので、気を使わなくて済む。60歳を過ぎたのだから、誰に遠慮することなく行きたい所へ行ったらよい。

③楽しく過ごせることを一つ以上やるのが身体と精神を健全に保つのにおいに役立つ。「ゲートボール」、「カラオケ」、「民謡」、「社交ダンス」だけで60歳以上を過ごすには、余りにももったいない。

＊どうせ「ダンス」をやるのなら、余りやる人がいない「ラテンダンス」にでもチャレンジしたらどうか。「サルサ」などは、社交ダンスなどよりも余程やさしいし、気軽・気楽にできるようだ。アメリカ大統領選戦や、アトランタオリンピックで観客総動員でおどられた「マカレナ」などは、年齢に関係なく誰でも楽しめる。振り付けも簡単そのものだ。

＊日本舞踊をやっていてボケたり、腰が曲がる人は一人もいないといわれる。世界中の踊りの中で最も繊細できめ細かく優美なのが日本舞踊である。女性に限らず男性も60歳を過ぎたらよい先生について日本舞踊を本格的に始めることをおすすめする。一度日本舞踊を本格的に身につけば、基本ができるので日本各地の民謡や世界の踊りに一気に入れる。当地区で発生の「健康おどり」が大流行しつつあるが、ぜひおすすめしたい。フラダンスも健康にはとてもよい。

＊「将棋」や「囲碁」は頭脳を活性化させ、頭を冴え渡らせるのに最適といわれる。週に何回か、3～4時間、頭脳をフル回転させることにはもってこいだ。

＊「ゴルフ」や「ボーリング」に取り組むのは60歳以上になっても遅くはない。基礎的な練習を十分した上で、自分のペースをつかみながらじっくり余り急ぐことなくプレーを楽しむことは、身体と精神を正常に保つことに役立つだけでなく、人生の楽しみともなるからだ。

④「仕事」をするのは、以上のようなことをしながらで十分である。60歳を過ぎてからこそ、誰に遠慮することなく自分のやりたい仕事をやりたいだけすべきである。

ではどのような仕事をしたらよいか。理想をいえば、50代の前半で職種を決め、50代の半ば過ぎから5～10年かけて準備をすることが一番よい。今までに経験したことのある仕事と同じか、その延長でもよいし、新規一転、全く新しい分野の仕事に参入するのもよい。

60代で週4日労働(週休3日)、70歳代で週3日労働(週休4日)、80歳代で週2日労働(週休5日)、90歳代で週1日労働(週休6日)を目安に、100歳以上は好きなだけ、お金をもらって働きつづけることを人生の目標の一つにして頂きたいと思う。

仕事捜しも日頃の心がけが大事で、急にはよい仕事が見つからないことは、来春学校を卒業する新卒者も、60歳以上の方も全く変わらない。お金をとって働きたいと思ったら何年かかけて仕事を捜し、「結果の出せる職業人」になるための知識や技術を取りあえず10年間はかけて磨き抜かねばならないことも共通だ。自分の人生は自分で切り開いてこそ人間としての価値を見い出せる。いやいやながら仕事したり、生きて何の価値があるだろうか。すべてを積極的に考え、60

歳過ぎこそ、今まで蓄えたものを世に問う時だと考え、どうかがんばって頂きたい。

「60 歳まではリハーサル。60 歳過ぎが人生の本番である」と私も信じて疑わない。

⑤昨年まで「栃木県経済同友会」の「少子化高齢化問題部会」で 3 年間調査研究をさせて頂き、本年春に栃木県知事に提言を出させて頂いた。そこでの議論を通じて何歳になってもお金のとれる仕事をしつづけることこそが、人生を有意義にすると同時に、国家や地方の財政破綻を防ぐ方法の一つであると考えようになった。

＊「必要な場合以外は病院に行かない」それも「結果の出ない名ばかりの病院には行かない」、「行くなら結果の出せるプロ意識に徹した病院に行く」ことが大切である。

＊先日総選挙が行われたが、超少子化・超高齢化社会が 2010 年以降日本にも訪れ、そのために消費税の税率を見直すべきだとの議論はされていたが、医療費を大幅に削減するための「国民の身体づくり」つまり「病院に必要以上に行かなくても済むための基礎条件づくり」と、「結果の出せる医師や歯科医をはじめとする医療専門技術者づくり」つまり「国家試験合格後の研修体制の整備」のはなしはほとんど聞かなかったのは残念だ。

＊これに加えて、女性の社会進出を更に押し進める環境を整備し、職業を持つ女性が増えれば子どもが減り、65 歳以上の人口が増えても税率を上げることなく国家や地方の財政は運用できると思う。

(1) 「60 歳を過ぎても働き続けること」

(2) 「医者に必要な以上かからない身体づくりをすること」

(3) 「医者はズバーッと結果の出せるプロを目指し資格取得後 10 年間は勉強し通すこと」

(4) 「女性も十分働ける環境を整えること」

収入を増やして支出を減らせば、決して国家や地方財政と言えども破綻はしない。20 年後に発生する問題は明確なのであるから、言いにくいことも含めて本当の解決策は何かを知恵を出し合い議論を進めることが大切かと思う。

3. 年の終わりに

アメリカでは、60 歳になってから、大学や大学院に入り直す人が多いという。私自身、本年 10 月から上智大学のコミュニティーカレッジ（社会人コース）に毎週土曜日に通い始めた。日本語一切なしですべて英語で行われる朝の 9 時 15 分から夕方の 4 時 45 分まで、90 分の授業を 4 コマとって、英語や国際関係の勉強を来年の 2 月初めまでしようと思っている。そこにも何人か 60 歳以上のクラスメートが勉強している。その方々は非常に熱心に予習や復習をなさっておられるので、成績もよいように思われる。

このように 60 歳を過ぎたら、何日間は好きな仕事をしてあと何日間は好きな勉強をするために大学や大学院に通うことも面白いと思う。

＊そこで一つ提案だが、足利市をはじめ各都市では、市の中心部の人口が減り、小学校や中学校の学区の再編作用が進みつつある。もし、学校の一校舎でも余るようなことがあれば、それをアメリカ各地にあるような「コミュニティー・カレッジ」に変身させて頂けないだろうか。1 年を 2～3 学期に分け、夏期や春期の特別講座なども組めば、その地区独自の素晴らしいコミュニティー・カレッジができ上がる。先生は、捜せばその道に秀でた方が、山ほどいるし、大学の先生になりたいオ

ーバー・ドクターやオーバー・マスターも山ほどいる。また、近くの短大や大学、専門学校の先生で、学生ではなくやる気のある社会人を相手に考えたい方もたくさんいる。18 歳を過ぎて就職したり、60 歳を過ぎて退職したりしても、勉強するところがあれば、人生が有意義に過ごせる。習いたい科目がたくさんあり「きちんとしたカリキュラム」で「きちんとした先生」が教える「コミュニティ・カレッジ」を、ぜひ我が街にも「学区再編後の空学校」を利用してつくることを「みにむ」をお読みの政策決定に関与する皆さんにお願いして、本年の「開倫塾の時間」のページを終えさせて頂く。

＊コミュニティ・カレッジは授業料をきちんととるべきだ。1 時間あたり 1 500 ～ 2000 円は相場である。タダやタダ同然なら教わる方は全く身が入らない。身儀を切って教わるのが大事だ。お金がなければ、お金をためて、ためるお金がなければ働いてでも授業料は工面すること。教えるほうも安い時給なら時間を流すだけになってしまう。できるだけ高い時給を支払い、よい先生を確保すべきである。

＊1 年間「我が街から失業者を一名も出さないために」というシリーズをお読み頂き有難うございました。もしご意見や感想あればぜひお聞かせ下さい。

〒 326 足利市堀込町 145 開倫塾 林明夫まで。

E-mail akio@kairin.co.jp

FAX 0284-73-1520 までお寄せ下さい。よろしくお願いします。