

元気なシニアの居場所と出番を創る

特定非営利活動法人シニア SOHO 普及サロン・三鷹

代表理事 久保 律子



1. 特定非営利活動法人（NPO法人）

シニアSOHO普及サロン・三鷹とは

1999年、三鷹にある某大学のOBOGが集まり任意団体としてスタート。

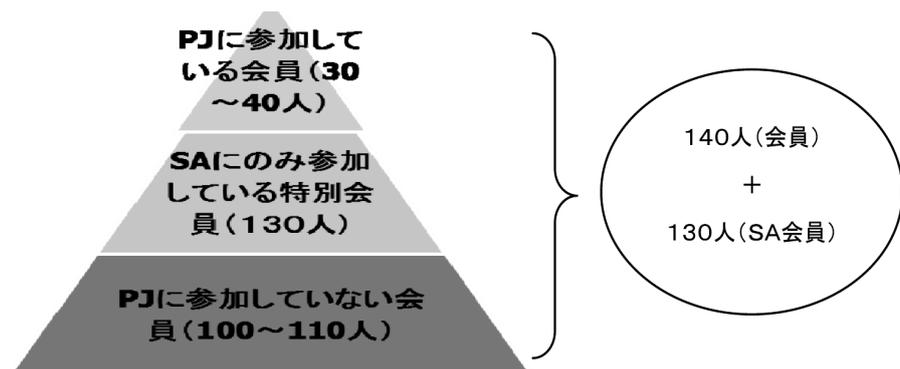
技術・知恵・人脈・経験など多くの宝を持つ地域に戻った元企業人と地域で根付いて育った女性陣。お互いを補完し合いながら、2000年NPOとして法人格を取得。

定年後を基会所・図書館などで時間をつぶすのではなく、パソコンの勉強をしよう！と集まったことから、少し違う雰囲気があったのかも知れない。今年で13年を経て、コミュニティビジネスを標榜している。代表も二代目。NPOの代表が交代をするのも珍しいそうである。

企業と同じように営業を行い契約書を交わす。年間100万円以上の契約額の事業を持ち、プロジェクトマ

会員数	140名（2013年6月現在）
平均年齢	63.8歳（男65.9歳 女60歳 最高年齢 85歳）
男女比	7対3
在住地比率	三鷹市54.3% 三鷹市以外の東京都12.8% 他府県32.9%
年会費	10,000円 遠隔地メール会員 3,000円

総売上額 比較表



PJ：プロジェクト（年間契約した事業）

SA：スクールエンジェルス事業要員

年度	99	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13
会員	70	120	180	220	250	285	250	220	200	180	150	160	170	170	160
売上	530	1,200	4,700	5,500	6,500	5,700	5,300	6,500	9,300	9,600	9,700	10,500	9,500	9,470	10,038

売上額（単位 万円）

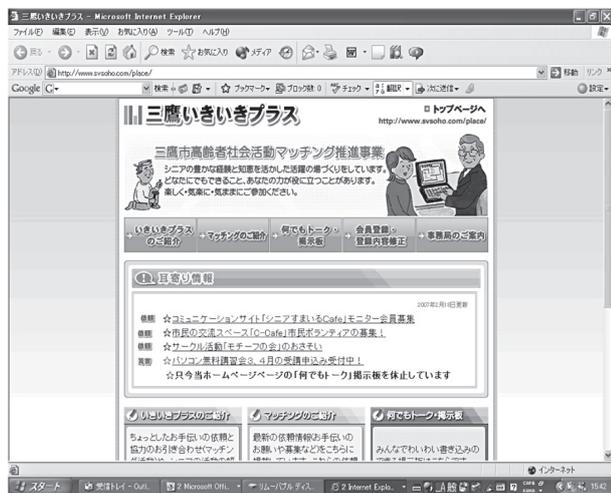
ネージャー（PM）を配置し事業管理を確実に行う。より良い成果物を生み出し、外部評価にも耐えうる事業内容を構築する。ビジネス事業とは別にワーキンググループもあり、会員がサロンとして楽しめる空間もある。リタイアシニアはアクティブで活動したい人とサロン風でいたい人がいる。リタイア後の居場所としては、両方の面を持つことが良いと思われる。キーワードは・・・

【シニア】【SOHO】【コミュニティビジネス】【サロン】【三鷹】

ビジネス仕様としての事例をいくつかご紹介。

① 高齢者社会活動マッチング事業 （いきいきプラス）

無料の会員登録者数は2,300名を超え、元気なシニアが【仕事をして欲しい事業者 or 個人】と【仕事をしたい事業者 or 個人】を結びつける事業。会員間の交流会、外部講師を招いての講演会等など、市民の居場所と活動お披露目の場を持つ。両者をつなぐ事務局は非常に重要な活動を担っている。



② 小学校安全推進事業 （みたかスクールエンジェルズ）

三鷹市内にある15の小学校の安全推進事業であり、市民130名が従事している（平均年齢70歳）。合言葉は【地域のこどもは地域で守る】児童と交わす日々のなげない会話の中に、穏やかな日常をつくり世代間交流が作り出される。力の弱い児童（こども達）を、地域のシニアが温かく見守る。7年を経て、元気になるのはシ

ニア陣だと気づく。卒業することも達から送られた感謝の手紙に涙するメンバー、運動会で校長先生の隣で拍手を送り声援を送るメンバー、この事業のさらなる継続が期待されている。

（詳細説明は下記の URL からご案内）

<http://www.city.mitaka.tokyo.jp/>

[koho/2006/20060521/01.pdf](http://www.city.mitaka.tokyo.jp/koho/2006/20060521/01.pdf)



下校を見守るエンジェルさん

③ 高齢者向け無料職業紹介事業 （わくわくサポート）



2003年の設立当初は、都内で4か所。現在でも13か所しかない。NPOが運営をしているのは三鷹だけ。4名のキャリアカウンセラーが勤務している。2回/年、面接会を開催しているが、年々その参加者数は増加しており、世相を痛感している。

④ 校庭緑化事業

小中学校の校舎耐震工事終了後、校庭を芝生にしているが、その管理・メンテナンス事業。芝生の上を裸足で遊ぶこども達の笑顔がご褒美！



全面校庭芝生の小学校



子ども達と一緒に作業中



運動会（全員裸足）

元、ゴルフ場に努めていた会員がその事業に従事しており、特殊な資格を持つシニアは、どの地域にもおられると思う。そのプロを探しだし活躍の場をつくり、新しい事業を創りだす。校庭を利用する他の団体とも連携をつくる。

⑤ パソコン教室運営

受講者はシニアが大半、講師もシニアが大半、だが

ら安心して教えてもらえる。シニアが新しいことに挑戦するシニアの背中を押す。資格を取って先生になろう！先生になり教える楽しさを知ることが新しい生きがいに繋がる。各講座は、約5名の会員が1チームを作り、毎月15講座（月により変動あり）を実施。全体として、教室賃料として約150万円をシニア SOHO に入れる。（教室賃料、広告代、PCメンテ代など）年間2,000人が受講し収入は約200万円（これが講師の収入となる）



Windows8 の PC



携帯電話講座



資格取得講座

2 シニア世代の ICT 活用状況とその効果

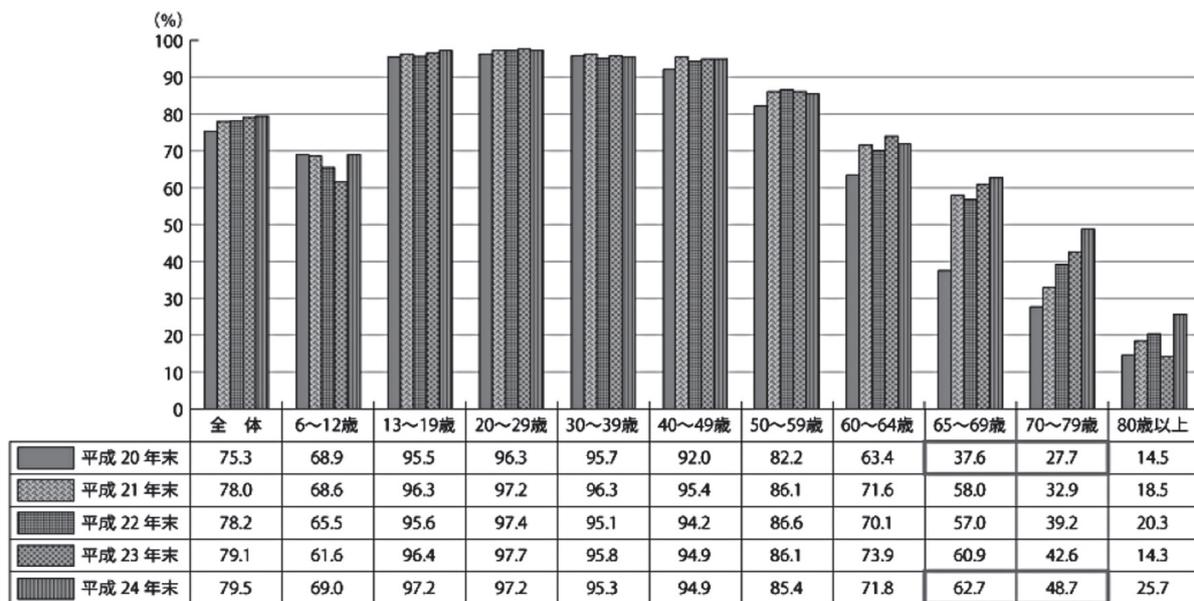
高齢者は ICT を使わなくても生きていける。ICT を利用しない人の意見であり至極もったもな話でもある。が、いつ災害が起こるかも知れない【今】、高齢者こそ、隣近所さんとの交流を併せて ICT を利活用する方が良いと言える。

3・11東北の大地震の後、当方の「携帯電話講習会」の参加者は三分の一が80歳以上であった。我が身を守るために利用可能な機器は持っている方が良い。そして、日常生活の中では、高齢になればなるほど移動が難しくなる。ICT を使って日頃の楽しみを増やし、仲間と繋がれる環境に我が身を置く、あらゆる物への好奇心を高め日々の生活を楽しいものにする。ICT は単なるツールであり、ICT を使って何をするのか、何が出来るのかを考えた行動を起こす。その効果は計り知れない。インターネットを利用するシニアが増加しているのは、その利用方法

と楽しさを覚えたからであろう。

地域での見守り事業にも ICT は欠かせないし、医療・福祉・介護の事業にも ICT は欠かせない。EHR（生涯健康医療電子記録）などへの展開を含め、シニア層こそ ICT は必須である。何が起ころうとも不思議ではない今の中、我が身を守り（自助）お互いを助け合う（共助）。お互いのできることを組み合わせる、という単純な発想がベストである。

シニア SOHO では、年金以外に10万円～20万円/月を稼ぐメンバーが多い。会からの報酬を得ることのない会員であっても、ICT を活用することで会員相互の情報、新しいスキルの習得可能な環境に我が身をおくことが出来る。人生100年の時代になり、定年後が新しい生き方を創り出す時間でもあろう。自分なりのペースで出来た方が出来ないよりは良いだろう。



総務省統計 インターネットの年齢階級別利用状況

3 今後の展望・提言・問題提起

(1) 人材の確保

団塊の世代がやっと地域に戻り始めている。70歳以上のシニアも元気ではあるが、やはりその歳には勝てない。団塊世代が地域の担い手にならずして今後の地域の活性化は望めない。現場で活動する人、コーディネートする人、経理を担当する人、企画を考える人など等、その活動内容により各自の活動する基準は異なる。ある時は現場で、ある時はコーディネーターとして。但し、絶

対数が少なければ多種多様な活動を展開することは出来ない。

(2) 活動資金の確保

ボランティアも素晴らしい活動であることは十分理解はしているが、やはり、継続性を考えた時、その活動（運営）資金の確保が必須であるのも事実。各自が活動した分の報酬を得る代わりに必ずその責任を負う。受益者負担の法則も地域では必要である。国、地方自治体の公募

案件への応募も資金確保には重要ではあるが、事業が終了（完了）後にしかその受注額が入金されない場合が多く、例えるなら、500万円の公募案件は、手持ち資金として500万円がないと1年間の運営は出来ないことになる。中間組織に資金力のある企業または団体が入ること、この資金を確保することもひとつの手段ではあろう。

(3) コーディネーターの確保

地域には多くの人材がいるはずであるが、探し出して繋げる人の存在は更に重要である。この人をコーディネーターと言おうか。日本全国で素晴らしい活動を展開している地域には、必ずこのコーディネーターがいる。全体を俯瞰で見ることが出来、指示が出せ、ぶれない判断をください。経営の能力を持ち、幅広い人脈を持ち行動力があり責任がとれる人。こんな人はいない！と言われるかも知れないが、いないのではなく見つけれないだけであろう。

見つけ出し（探し出し）その人の下で皆が一丸となって活動を展開する。

(4) 連携の強さが鍵

行政、企業、大学、NPO、市民。相互の連携なくして地域の活性化は出来ない。地域活動の基本的論理は全て【行ったり来たり】。情報もお金もあらゆることが一方通行では仲間をなくし信頼をなくす。お互いに責任を持ち、自立することが基本である。この連携の強さこそ、地域力の強さであると確信している。但し、受注側としては、発注先に対し、第三者評価に対しゆるぎない成果物を与えていかねばならない。これがなければ連携は絶対出来ない。

(5) 今後の課題

高齢者は動ける間は、動いて働く。サムマナーであっても稼ぐ。見守られる側であると確信をしていた高齢者が、ある種の体験により見守る側になれることを自覚する。次世代の若者を支援し応援し、いつまでも自立している高齢者でありたい。よき時代を生きた高齢者としての居場所と出番は、自ら創りだしていきたいものである。全てが課題であり永遠に解決方法を模索していくシニアでありたい。そうならねば楽しくない！

Profile 久保 律子（くぼ のりこ）

三鷹市高齢者社会活動マッチング推進事業運営協議会会長

三鷹市みたかふえ コーディネーター

慶應義塾大学を卒業後結婚。子育て後、日本語教師として従事（20年以上）

NPO代表として9年。海外勤務3年（中国）

起業したい人へのメンター業務も数多く、日本語教師として教えた若者にも日本での起業に対してコンサルティングを実施中。

また、中国での営業経験を生かし、中国を含む海外進出希望の企業に対しコンサルティングも継続中。

多種多様な人脈を持ちこれを活かしたビジネスマッチングを得意としている。

今後は「高齢者」「女性」「団地再生」をキーワードとして多くの事業展開を図る所存。

多くの現場経験を生かしながらのコンサルティング、ビジネスマッチングを継続しながら、自分自身を高めていきたいと願う。