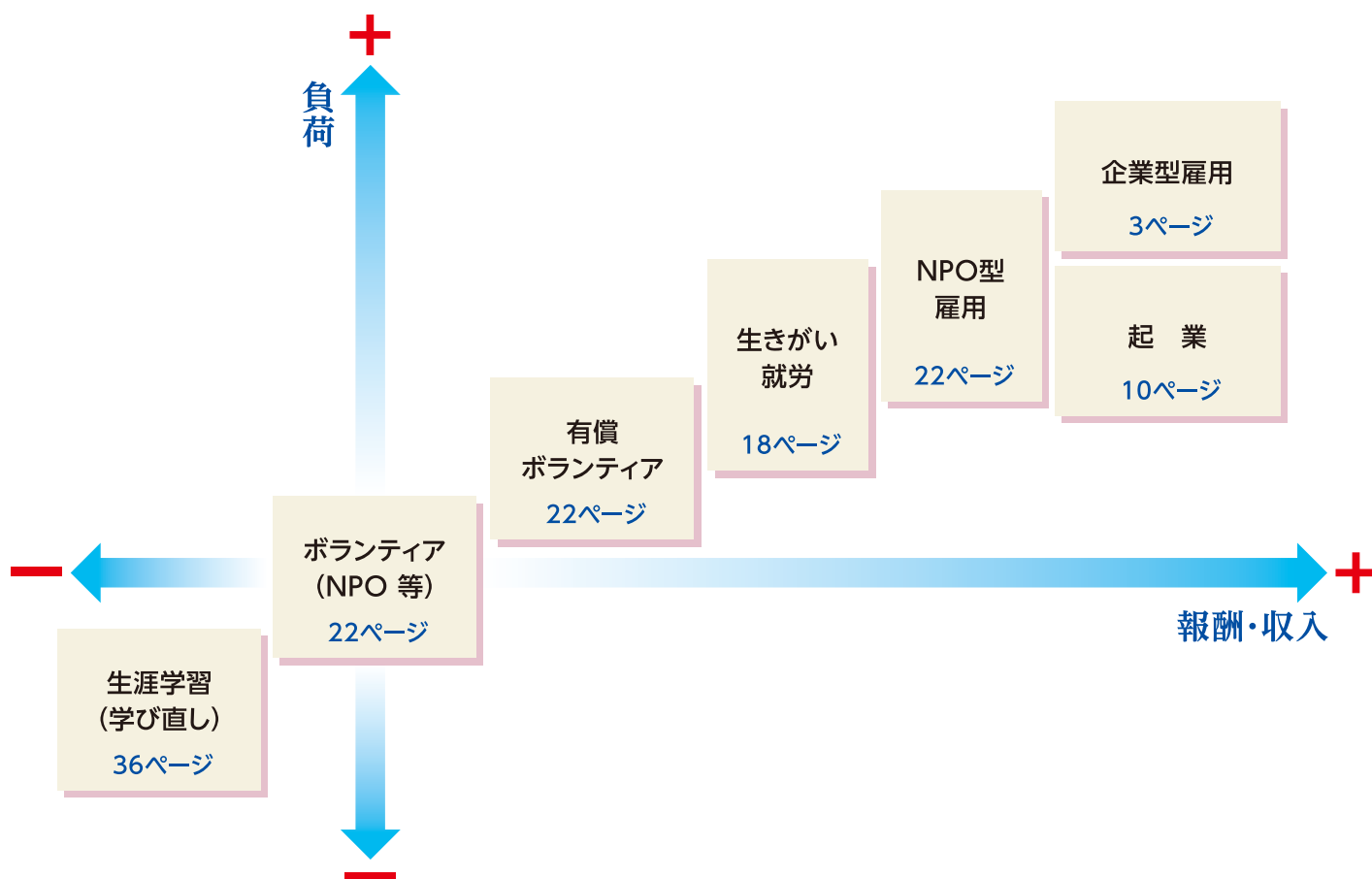


シニア世代の社会参加(私の定年後に備えて)

- 「人生90年時代」ともいえる本格的な長寿社会が到来しつつあります。元気なシニアの方々には、定年後もそれまでに培った知識・経験を活用し、社会の担い手・支え手としての活躍が期待されています。そのため、定年前の早い段階から学習活動・能力開発・社会貢献など様々な活動に取り組むことなどを通じて、自分にふさわしい定年後のあり方を考えていくことが重要です。
- シニアの方々の活躍分野は幅広く、継続的な「就労」、自ら事業を立ち上げる「起業」、無理のない範囲で働く「生きがい就労」、社会に貢献する「NPO活動・ボランティア」、地域のために貢献する「地域活動」、さらには「農業」、「学び直し」など、多岐にわたっています。
- 本ガイドブックを参考に、定年後に備えて、自分に合った社会参加のあり方を探してみてください。

社会参加のあり方のイメージ(負荷、報酬・収入別)

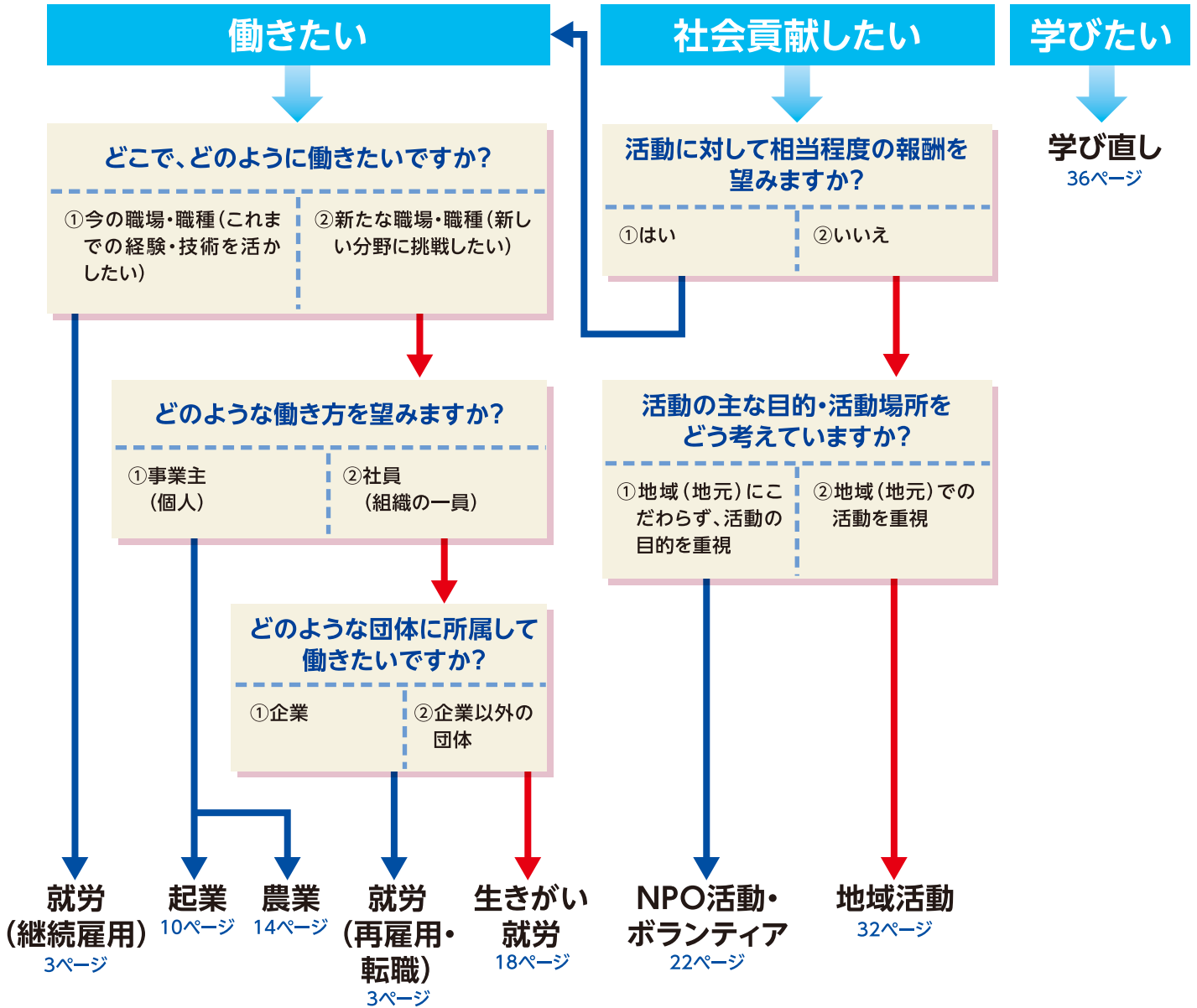


※このほか、農業(14ページ)、地域活動(32ページ)に取り組む社会参加のあり方も考えられます。

出典:厚生労働省「生涯現役社会の実現に向けた就労のあり方に関する検討会報告書」(H25.6)をもとに作成

社会参加のあり方(興味分野別)

(注) 下図は、参考イメージです。



コラム 「パラレルキャリア」のすすめ

「パラレルキャリア」とは、本業(仕事)とは別に、他の活動(NPO活動・ボランティア等)を並行して行うことを指します。社会の常識や別の常識に触れること、そしてその常識を自分の組織(会社)へ持ち帰ることで、自分の中に新たな発想や考え方を培うことができます。また、早くから組織外のことにも目を向け、第二の生きがいを見つけておくことは、今の組織の中でも、またその後の生き方にもプラスにつながると言われています。