

# 人生90年時代のしあわせのカタチ



## 森山文恵

京都市立芸文大学 KIT男女共同参画推進センター  
[606-8585] 京都市左京区松ヶ崎橋上町  
コーディネーター  
専門はカウンセリング、キャリアコンサルティング、  
ソーシャルワーク。  
moriyama\_fu@jim.kit.ac.jp

[www.sankaku.kit.ac.jp/](http://www.sankaku.kit.ac.jp/)

超高齢社会の今、会社勤めであれば定年退職後も25年以上という長い年月が残されています。「セカンドキャリア」、「サードキャリア」という言葉があり、人生90年を見据えたライフキャリアデザイン、まさに「生涯キャリア」を形成する時代を迎えています。

そこででてくるのが、「いかに生きるのか」「いかに働くのか」という命題です。「仕事をする・しない」「結婚する・しない」「子どもを産む・産まない」「どんな子育てをしていくのか」「親の介護はどうするのか」「仕事を辞めたら何をするのか」などたくさんの選択に迫られたり、やむをえない状況が生じたりします。誰もが明確なライフキャリアの設計図をもっているわけではありません。もちろん、進学や就職の際、将来や仕事について考えたり、キャリア教育を受けたりした経験をもつ方も多いと思います。ただやはり日々忙しく、目の前の仕事に追われているうちに、今に至る……という方が多いのではないのでしょうか。

かくいう私も現在は、大学で女性研究者の方などの研究と子育てや介護との両立を支援する相談やコーディネートの仕事に携わっていますが、30年前は美術系の大学を卒業し、テキスタイル業界で商品企画の仕事に就いていました。トレンドを分析し、マーケティング調査をし、コンセプトを立て、素材や色、柄をアパレルブランドに提案していました。それが、30代で心理学と福祉を学ぶために大学に入り直し、そこから社会福祉法人での相談や援助業務、大学の事務業務や学生相談室、自治体での文化事業の企画などという変遷ぶりです。あまりの設計図のなさに驚かれていますことでしょう。目の前のことに追われ転職していったら、こうなったという具合です。言ってみれば「偶然」の積み重ねです。

キャリア形成には5年後10年後など将来の自分をキャリアデザインし、その実現のために計画的に実践していく方法がある一方で、たまたまの偶然から形成されることも多いと言われています。私はまさに後者の例になります。そのうえで思うことは、「人生の体験で無駄なことはない」ということです。すべての経験が学

習の連続として、意味あるものとして役立っています。この偶然の連続を「必然」に転換し、今後の自分の未来をどう描いていくかが課題です。

生き方や価値観、そして生活環境、家族構成などは人それぞれで一つとして同じものはありません。私がかかっている研究者の方の仕事と生活の両立（ワークライフバランス）をみても、それぞれの取り巻く環境の中で工夫と努力をされて、多様な「しあわせのカタチ」を作りあげられています。実は、このメッセージのタイトル「人生90年時代のしあわせのカタチ」は、人気脚本家の木皿泉きざらいずみさんのドキュメンタリー「しあわせのカタチ ～脚本家・木皿泉 創作の“世界”～」(2011年NHKBSプレミアム)より拝借しました。「木皿泉」は夫婦脚本家のペンネームです。夫が脳出血により左半身麻痺となりますが、妻による介護を受けながら2人で創作活動を続けています。闘病、家事、介護がありながら夫婦で補完し合う姿は、ただケアされる側、する側に立場を分けるのではなく、夫婦で紡ぎだす何気ない日常にある幸せやユーモアを描く脚本の世界観と重なります。この夫婦にしかだせない「しあわせのカタチ」を作りあげられているのだと思います。

ワーク（仕事）とライフ（生活）は、切り離せるものではありません。仕事も家事も育児も介護も地域活動も趣味も人づきあいもそのすべてが「ライフ（人生）」です。すべてを含んだ生き方、働き方、そして、偶然や変化を受け入れてライフキャリアデザインは多様性をもつのではないのでしょうか。迷いや挫折、停滞する時期があっても自分のライフキャリアを肯定的に捉えて、そこから未知数の未来に向けて動機づけることは、どの年代にあっても欠かせないことです。立場や関係性を問い直したり、組み替えたりすると見えてくるカタチもあります。90年人生をいかに生きていくかは、共通課題として私たちの目の前にあります。男性にとっても女性にとっても誰にとっても、自分にしかだせない人生脚本「しあわせのカタチ」を紡ぎだしていきたいものです。