

年金をもらいながらちょこっと稼ぐコツ 阿部 絢子

わかりやすい。読みやすい。ヒントになる。

働く 60 代の女性の収入は、時給、働く時間や日数などにより、実態はまちまちでしたが、平均してみると、月収約 4~8 万円といったところでした。その使い道は、生活費、交際費、趣味、貯金などとなっていました。

東京しごとセンターでは、55 歳以上の高齢者のために、さまざまな就労相談を行っています。その一環として、働く意欲のある人に向けて、無料で受けられる短期就労支援講座を設け（テキスト代等の費用はかかります）、知識や技能を教え、就職先を斡旋しています。その仕事内容は、施設警備スタッフ、マンション管理人、ケアスタッフ（介護初任者）、実践的ヘルパー（介護初任者）、ビル清掃スタッフ、病院食調理アシスタント、植木職アシスタント、駐車場スタッフ、保育補助員、調理業務アシスタントなどです。

「東京しごとセンターのシステムで一番いいなと思ったのは、合同面接があったことです。要するに、私たちがそれぞれの仕事先にアポを取って面接に行かなくても、向こうから集まってくれて、一日に何社も面接が受けられるシステムなんですよ。

インターネットなどの求人ですと、**60 歳間際の年齢では、履歴書を出した時点で、『あ、枯構です』って断られるので、ネットで探すのはあきらめました。それで、東京しごとセンター主催の合同面接を受けました」**

でも、私たち 60 代、70 代は、テレビ三昧や読書三昧だけの毎日では味気ない、人生をもっともっと楽しみたいと思っているのです。友人たちとおしゃべりしたい、旅もしたい、趣味や習い事、買い物も楽しみたい。それに、貯金にはなるべく手をつけたくない。だから、60 歳からの人生を充実させて暮らすため、少しでもいいから働いて、現金を手にした、と考えているのです。

55 歳以上（シニア向け）

センターは、月曜から金曜の 9 時から 20 時、土曜は 9 時から 17 時まで利用できます。このような支援施設は東京都にしかなく、紹介してもらえる仕事場も都内に限られますが、**東京近隣の方も利用できる**とのことでした。

まずは 55 歳以上のコーナー室の求人ファイルには、どんな職種があるのでしょうか。実際に手に取って、ファイルをめくってみました。

ファイルは、すべて地域別に、パート求人とフルタイム求人の二つのブロックに分かれ、60 歳以上はさらに別になっています。

パート職種は、大きく「清掃」「調理」「販売・接客」「管理員」「営業事務」「オペレーター」「経理」「訪問介護」「技術」「薬剤師」などといった内容別になっています。そこに求人票が綴られています。

~~~~~

「しごとチャレンジ 65」

[http://www.tokyoshigoto.jp/category3\\_challenge65.php](http://www.tokyoshigoto.jp/category3_challenge65.php)

~~~~~

その一つが先にも紹介した「東京しごとセンター」で、確実に仕事に就くためのセミナーや講習会を多数開催しています。

講習会は「**高齢者のための就職支援講習**」と題して、55 歳以上を対象にしています。講習期間は、コースにより違いますが、7~30 日間と短く、募集期間と定員数を限定して開催する、短期就職前準備講習です。

知識だけでなく、技術まで得ることができ、さらには講習終了後に、**関連企業へ就職をすることを目的**としています。資格は欲しいけれど就職しない人は対象外となっていますから、センターでは確実に就職してほしい、と願っているのです。

募集後に、コース説明会、第一次選考の**体力測定**、そして第二次選考の面接があります。この選考に合格した人が、希望するコースの講習を受けることができるというわけです。

2015 年度には、ビル清掃スタッフ、ケアスタッフ（介護初任者）、実践的ヘルパー（介護初任者）、保育補助員、駐車場スタッフ、マンション管理員、マンション清掃スタッフ、植木職アシスタント、施設警備スタッフ、病院食調理アシスタント、調理業務アシスタントの 11 のコースが実施されています。

海外の人の話だけでなく、ここで私の話をしておきます。

60 代半ばまで、デパートの消費者相談という苦情処理業務の仕事に就き、その仕事を 70 代以降も続けられるものと、思い込んでいました。ところが、ある日突然、勇退してほしいとの肩叩きがあり、グズグズと嫌だと言っていると、猶予が一年下され、その代わり給料は月 4 万 7000 円に減額するという条件が出されました。

いろいろ考えましたが、私には慣れ親しんだ、この仕事を手放す勇気が、そのときはありませんでした。そこで、猶予期間を受け入れ、さらにもう一つ仕事を探そうと考えました。

当時、厚生年金はすでに受給していました。それが3万円弱、消費者相談の仕事の給料4万7000円、合計で7万7000円。これでは暮らしは成り立ちません。著述の仕事、メディアの仕事などがあっても、それは不定期。これまで暮らしが支えられたのは、消費者相談の仕事の給料15万円があったからでした。それが3分の一になったのです。もう一つ仕事を増やさなければ、完全に老後は下流生活になるのは目に見えていました。貯蓄が少しありましたが、それは万が一病気になったときのために、いまから切り崩してしまうわけにはいきません。

さて、どうしようか？ 思案しました。

当時、60代半ばの私にとって、情報源は新聞一つでした。毎日、求人欄とにらめっこしていましたが、運よく、「薬剤師募集」の広告を発見。大学は薬学部を卒業したので、薬剤師の資格を持っていたことを思い出し（持っているだけで、使ったことはありませんでした）、吸い寄せられるように、電話をしてみました。担当者の方には、「現在、辞めると言っている人の態度がハッキリしませんので……。こちらの退職がハッキリしましたら、電話を差し上げます」と言われました。これだけでも、私は、次なる仕事のある可能性に、うれしさを隠しきれないでいました。「次はある、働けば、未来もなんとかなる、たった一度の人生、自分の思うように動いたらいいんだ！」

ルンルンな思いで、2週間くらい経ったでしょうか、先方から電話があり、すぐに面接したい、ということでした。大慌てで、履歴書を何十年ぶりかで書き終え、持参して面接に行きました。面接してくれた仕事場の上司とチーフの二人に、これまでの仕事内容、薬剤師はほぼ初心者であること、年に一度海外ホームステイのために長い休みが欲しいこと、勤務は週2日、夕方から閉店までが希望であることなどを、包み隠さずに話し、即、その場で採用となりました。

これも、驚きでした。信じられない思いでしたが、そのときは、仕事を得る喜びのほうが大きく、実際の仕事内容という大切なことを、うかつにも聞き忘れてしまっていたのです。

こうして、幸運にも、2010年に新しい仕事に就き、現在も元気で働いています。年金ひと月あたり5万円、薬剤師のパート収入8~9万円、合計13~14万、その他不定期収入を加えて、**働けるだけ働きたい！**と考えています。

私の友人にも、絵心など持ち合わせたことがなかったのに、定年少し前から、趣味で色鉛筆絵を習い始め、**70歳近くになって、先生として独り立ちし**、仕事につながった人がいます。仕事といっても、彼女の場合は本当に趣味の延長で、教えることで得る収入は、さほどではありません。しかし、生徒と一緒に、スケッチ旅行に出かける、絵画を鑑賞に行くなど、むしろ収入などより、大勢でおしゃべりしたり、旅に出かけたりするほうが、楽しいと話していました。

**仕事をする**ことは、**身体を使います**。座ってできる仕事ばかりではありません。

世の中には、立ち仕事、身体を使う仕事のほうが、多いようですから、体力作りは欠かせないということです。

クレームを言ってくる人の気持ちを満足させるには、相手の立場を素早く推測し、わずかにへりくだり、最後まで話を聞き、丁寧なもの言いをすること。

苦情処理に長年携わった経験から、私は、この四点に尽きると思っています。

まずは、私が普段行っている一週間の家事スケジュールを挙げてみます。

月曜日 洗濯  
火曜日 掃除・ゴミ出し  
水曜日 洗濯  
木曜日 掃除  
金曜日 洗濯・ゴミ出し  
土曜日 リビングのの整理整頓  
日曜日 買い物

火木の掃除はキッチンシンク、ガスレンジ拭き、床に掃除機をかける、浴室、洗面所、トイレ掃除など。月水金の洗濯は洗い、干す、取り込む、畳む、ときにはアイロンをかける。これに、毎日の食事作りが加わりますから、日々、家事に追われることに。これでは、働く時間を持って、始終忙しく、休む暇もありません。

働いて収入を得るためには、仕事に全身を向ける態度が大切で、始終忙しくしていると、新しい知識や経験が入手できないばかりか、ミスをしかねません。

**家事は省略化すべし**です。ではどこを省略すればいいか。

家事の基本である「食」は重要ですが、朝食は簡単にして各自で。例えば、パン、ゆで卵（ゆでるのは、誰でもできる）、牛乳など。昼食は、外で各自。夕食は、給食のようですが、**日曜を除く曜日のメニューを、一週間分ずつ、あるいは数日間分だけでもいいので、決めておくのがおすすめです。**

パソナでは、50代以上のベテラ

ン層を中心に、経験豊富な専門性の高い人材を、スペシャリストとして派遣する「**マスターズ人材サービス**」を展開しています。担当者に話を聞きました。

「定年後、同じ会社で再雇用を選ばずに、後進に道を譲るために退職された方、違う仕事がしたい方など、まだまだ働きたいという方に、やりがいのある仕事を案内し、ご活躍いただいています。金融や法務・経営など専門性の高い仕事、これまでの経験を活かしたやりがいのある仕事を希望される方が多いです」

講師は、60代の就職支援アドバイザー。自己紹介も兼ねて講師は、「私は、7回転職をして、ここが7社目での採用です。今年の2月には、私もみなさんと同じように、履歴書を書いて、約70社近くに送っています。いかに、履歴書が大切かをよく知っている者です」とおっしゃる通り、経験を踏まえた、より実践的なセミナーでした。

まずは、履歴書の用紙。JIS規格の用紙があり、サイズには、B5とA4があります。サイズはどちらでも構わないので、JIS規格の用紙を使う。コピー用紙で自作したりしない。そこを注意します。

- ・大学などは、学部と学科までを明記して、履修内容を明らかにすることが、ビジネスで通用するコツです。
- ・職歴について。原則すべての入社・退社歴を書き、会社名は省略せず、配属部署まで、従事していた仕事内容を、簡潔にまとめながらも詳しく書きます。
- ・細かいことですが、書類には、「同上」や「〃」などを、使用しないという注意も受けました。
- ・履歴書の中で、最も求人側が注目するのが、志望動機。空欄にするのは、もってのほか。自己分析をして、「なぜその職種を志望しているか」「いままでの経験を活かして、志望会社で何ができるのか」。応募理由や、意欲、働く姿勢、熱意などを具体的に積極的「できます」「やれます」と、自分の言葉で伝えることです。
- ・特記として、「ここ数年、病気にかかったことがない」といった、健康アピールも加えてみるとよいと、教えてもらいました。最後には、必ず、「以上」と記載するのも忘れないように、とのことでした。
- ・ビジュアルの出来不出来で、選考の70%が決定されるのだそうです。いい写真を振りましょう！
- ・写真の裏側には、名前を書いて、貼り付けます。裏に名前を書くと、受け取る側に、真面目な人との印象を与えられる効果がある、とのことです。

しっかり働いてくれるか、意欲はあるか、人柄はどうか、みんなと上手くコミュニケーションが取れるかなど人間性が知りたい。そして**体力、健康**はどうか。相手のその点を知るために、面接があります。

**分離礼**とは、頭を上げたまま「〇〇〇〇です。よろしくお願いします」と言い、それから、お辞儀をすることです。

人が初めに相手に対して持った印象は、その後、簡単には変更されない、という法則があります。**メラビアンの法則**といいます。

老いる時間をいかに過ごすかを考えるとき、楽しみも持ち、時間を自由に使う術も持ち、誰にも縛られない気持ちのゆとりを持って、生涯現役で、身体と頭を使い、少し働き、愉快地、面白がって、坦々と歩いて行くイメージを持っていたいと、私は考えるのです。

教養と教育

今日の用事（きょうよう）、今日行くところ（きょういく）