第二の人生、どう生きる？
池田サラリーマンOB会

長生きすれば、働く人がいつか迎える引退の時。別の仕事や新しい趣味を始める人もいるが、仕事能力を活かす場所がなくなり、生活の変化に困惑する人も少なくない。仲間とともに第二の人生の充実をめざす『池田サラリーマンOB会』を訪ねた。

定年後のサラリーマンが活躍できる場所

五月山のハイキング道で、阪急「池田駅」の改札前で、猪名川沿いの桜並木で…。黄色い刺繍の入った青い帽子の集団を見かけたことはないだろうか。『池田サラリーマンOB会』（以下、同団体）は、池田市内に住む定年退職者による市民団体。最年少61歳から最年長90歳までが活動し、今年で結成23年目を迎える。青い帽子は活動の際に身につける会員の証だ。

会員数は111名（2018年2月5日現在）。女性もいるが、会員のほとんどは男性だ。「定年退職後、家以外の居場所を求める男性は実は多いのでは」と代表の山中長衛さんは話す。現役時代は熱意にあふれ、会社のため家族のため仕事に打ち込んでいた人が、退職後に時間を持て余してしまう。地元に何があるかよく知らず、近所に親しい友人もいない。結果家に閉じこもりがちになる、というケースだ。同団体はそんな人が同じような仲間と出会い、意欲を活かすための受け皿となっている。

主な活動はボランティア事業と、研修会・見学会等の一般事業、それに楽しみや健康増進を目的とした同好会。「定年退職者同士、身近な友達をつくりたいという思いが根本にある」と山中さん。会員同士の親睦を深めながら地域社会に貢献し、第二の人生を有意義なものにすること。言い換えれば、生きがいをつくることが同団体の大きな目的だ。

1 この日は小誌の表紙撮影のため、スーツ姿のみなさん。普段はもう少しリラックスした格好　2 代表の山中長衛さん（右）
3 定例会では自由に意見が飛び交う

この帽子が目印

第二の人生を豊かに過ごす秘訣は？

会員の何名かに同団体へ参加した理由を尋ねてみた。高橋さん（右ページ写真3の右）は定年当時を振り返り、「最初は嬉しかったですよ。『あー終わった！自由に遊んだろ！』と思ったけどね、そんな気分ひと月ももちませんでした。とても家にじっとしておれなくて。活動先を探してすぐ入会しました」と語る。それを聞いて「稀有な人・珍しいよ、そんな人は」と笑う有光さん（表紙下段左から3番目）は、職場の先輩から定年したら入るよう勧められたのがきっかけだった。

スポーツジムの知人の紹介で参加した都濃さん（表紙上段右から2番目）は「こういう場がなければ、家でテレビを見て毒づくばかりになっていたかも…」と話す。若い頃、ボランティア活動に興味はなかったが、現在は市内を案内する観光ボランティアガイドとしても活動中だ。「退職後の人生に大事なのは好奇心。外に出ていろんな人に出会うのがいいですね」（都濃さん）。

同団体はボランティア活動として、市内の環境整備や観光案内などを長年続けている。ハイキング道脇の下草刈りは地面が傾斜する上、手作業が必要な場面もあり大変だが、道行く人から時折かけられる「ありがとう」、「ご苦労さまです」の一言が励みになるという。

「池田市は山と川に恵まれ、史跡も豊富。人口約10万人と多すぎず、よい意味でコンパクトに団結できるのは、このまちならではかも」と山中さん。

平成26年度には内閣府から「社会参加章」を受章。高齢者が中心となって積極的に行う社会参加活動の事例として、広く全国に紹介するに足ると認められた団体に与えられる。団体としては池田市で初

活動紹介

ボランティア事業

■ 環境整備

猪名川沿いの桜並木や五月山の下草刈り。ハイキング道（ひょうたん島コース）の補修も活動のひとつ

■「IKEDA 文化 DAY」スタッフ

市内のポイントをめぐる恒例の文化探訪ラリー。同団体は20回以上スタッフを務めており、各ポイントで参加者を迎える

■ 観光案内

阪急「池田駅」改札前で行う観光案内。駅を利用する観光客に市内の名所を案内する。4～7月、9～11月の土・日に開催

同好会など

■ ハイキング

8月以外の毎月第3水曜日に開催。最近は険しい山より、歴史ある史跡や神社仏閣をめぐることが多い

■ 料理教室

「楽しく食べる」をモットーに、ボランティア講師を招いて調理。気張らずつくれるやさしい料理が中心

■ ゴルフ

池田市や川西市近辺のゴルフ場で年に4回のゴルフコンペを開催。体を動かすよい機会になっている

■ OB会サロン

『ステーションN』で第2・第4火曜日に開催。過去に盛り上がった話題は「ポケモンGO」、運転免許返納、会員の富士山登頂など様々

活動や会話を通じてはぐくまれる連帯感

同団体の活動はすべて自由参加制。事前の人数確認が必要な行事をのぞき、毎週木曜日の定例会などは参加の申し込みも不要で、誰でも発言できる。現役時代は周囲のために自分の意見を曲げざるを得ない場面もあった。そういった義務感や上下関係をなくすことが、発足当初から一貫している運営の基本姿勢だ。

昨年からは新たに「OB会サロン」という雑談会を始めた。きっかけは「この1週間、声を出さなかった」という会員の1言。パートナーを亡くして一人暮らしをしていたり、家族の介護に向き合っていたりと、抱える事情はそれぞれにある。くだけた雰囲気で自由におしゃべりをしてまた会う日を楽しみに帰る、月に2回の息抜きとなっている。

昔と比べて長寿化はますます進み、第二の人生を誰とどう過ごすかは私たちの重要なテーマとなった。「街角で出会ってあいさつを交わす人ができるだけでも、この会に意義はあると思います。何かしたいという意欲ある人にぜひ参加してほしい」と山中さんは語った。

取材協力

池田サラリーマンOB会

事務局
【住所】池田市栄町1-1
阪急池田ブランマルシェ3番館2F（財団法人 いけだ市民文化振興財団内）
【TEL】072-750-3333

※見学希望者のために、毎週木曜日 14:00～16:00は会員が事務局に駐在

【HP】
www.geocities.jp/ikeda_sob/

文／刀祢美沙　デザイン／小林恵由　写真／西谷月彦