

男性の生き方講座（定年期向け）

キーワード：男性講座、生き方、仲間づくり、グループ支援

新潟市男女共同参画推進センター「アルザにいがた」では、男女それぞれに向けての講座を開催しています。男性向けの講座では、これまでの生き方や価値観を考え直す時期でもある子育て期と定年期の男性に向けた講座をそれぞれ開催しています。

アルザにいがたでは、市職員のみで講座を企画・運営するという形態ではなく、市民から選ばれた企画委員と一緒に、企画から運営まで行うということが特徴となっています。

ここでは、定年期の男性向けに開催している講座をご紹介します。

活動の内容 新しい価値観のきっかけとなる講座

これまでの「男は外で稼いでくる」だったり、「仕事が第一」といった価値観に縛られて生きてきた男性が、定年を迎え仕事をやめた時に、「これからどう生きていくべきか」「何をすべきか」ということを考える講座を「男性の生き方講座（定年期向け）」として、平成17年度から毎年開催しています。

昨年度は、「これまで会社中心だった価値観を問い直し、一人の市民として豊かな人間関係を築き、健康で生きがいのある生活ができるきっかけづくりの場とする」ことを学習目標として、講座を企画しました。

全3回の連続講座とし、各回のテーマを「家族・生きがい」「健康」「仲間づくり」としました。

「家族・生きがい」の回では、クオリティ・オブ・ライフを高める生き方とは何かを、家族関係や生きがいから考えました。「健康」の回では、高齢になっても安心して暮らせるために今までの生活を振り返り、健康を維持していくためには今後どうしていけばいいのかを考えました。「仲間づくり」の回では、定年後の生活の変化、家族や地域社会との関係づくりについて、以前のこの講座をきっかけとしてできたグループの中から3名の方にお越しいただき、お話をお聞きしました。受講生も身近な先輩からお話を聞くことができ、自分のこれからについて具体的に考える事ができたようです。

講座企画の工夫した点 受講者によるグループ結成をフォロー

この講座のテーマの一つとして、これまでの会社での人間関係とは違う仲間づくりの場を目指しています。男性はどうしても会社関係の人間関係ばかりになりがちです。そのまま定年を迎えてしまえば、「地域に知り合いがない」「趣味もないので、どう過ごしたらいいか分からない」となってしまいます。そうならないように、仲間づくりの場となるよう、講座最終回の終了後に、受講者から仲間づくりをしたい有志を募って懇親会を開催しています（もちろん各自負担です）。

やはり受講者の方も仲間づくりを期待しているようで、毎年一定数の参加者があり、最終的にはグループを結成しています。グループ結成した後は、アルザにいがたに団体登録をして、活動しています（団体登録したグループは施設使用料が無料になります）。

アルザにいがたでは、最初の懇親会の場の設定と、グループ化されるまでのお手伝いをします

が、その後はどの団体も自立して活動しています。

各グループとも自分たちの無理のないペースで集まり、その時々テーマで話し合いをした後、会場を移して、楽しいお酒を飲み交わしながら、また話に花を咲かせているようです。

課題 受講希望者のさらなる増加をめざして

受講希望者を増やすことが今後の課題だと感じています。当市では、講座の広報というと毎週発行される市報や公民館・図書館等に配置するチラシによる広報が主ですが、定年期の男性は公民館等に頻繁に行かないことなどから、なかなか情報が届いていないのが現状です。そのため、チラシを他講座以上にいろいろな場所に配置してもらうなど、広報を工夫しています。

また、チラシを見てもらったら、一目で目を引くようなインパクトのあるタイトルをつけるとともに、対象である定年期の男性が興味を持つようなタイトルになるよう心がけています。

活動の成果や今後の展開 男性も利用する男女共同参画推進センターに

この講座をきっかけとしてグループができ、団体登録をすることによりアルザにいがたを活動拠点として定期的に活動する男性のグループが毎年増えているということも、活動の一つの成果だと思っています。

子育て期のパパ向けの講座でも仲間づくりのための懇親会を開催しますが、仕事や会社の関係で、定期的に活動するグループの結成までには至っていません。

それに比べて、定年後は時間に余裕があるとはいえ、家に引きこもるのではなく、積極的に外に出て、新しい仲間をつくろうという意識をもつ受講者へ、そのための場の提供ができたのではないかと考えています。

また、当センター開館当時は、「男女共同参画推進センター」ではなく「女性センター」だったことから、男性への認知度がまだまだ低く、知っていても男性だと利用しにくいという現状があります。

しかし、本講座をきっかけとして男性の利用が増える事は、少しずつでも男性にも男女共同参画の啓発ができていていると感じています。

今後の展開としては、講座で学び、新しい仲間づくりをするというこれまでの段階からさらに一歩進んで、単なる仲間づくりに止まらず地域や社会に貢献できる活動をするグループをつくる意識付けができないか、と考えています。



男性の生き方講座（定年期向け）

事業開始年：平成17年度（それ以前は「男性対象講座」として、年齢で区別せず実施。）

<http://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/danjio/alza/>

連絡先：025-246-7713