私のネクストステージ
―退職者への質問状―
Vol.25

62歳で学び始め 講師として自らの道を開く

元神戸市職員
川原 啓治さん（66歳）
2011年３月定年退職

【かわはら・けいじ】1951年大分県生まれ。神戸市で育ち、1969年県立兵庫高校を卒業し、神戸市役所入庁。同時に神戸大学法学部第２課程入学、卒業。一般行政事務のほか、ゴルフ場の経営、海水浴場の開設、高校事務長なども担当。1995年１月の阪神・淡路大震災翌年に教育委員会に出向。心のケア事業に関わってくださった多くの精神科医・カウンセラーの尽力に感銘を受けたことが、現在のコーチング活動につながっていると感じている。
ブログ　http://ameblo.jp/ouen-gyosei/

――川原さんはコーチングやアドラー心理学の他、終活の講師もされているそうですが、それらに興味を持たれたのはなぜですか。

コーチングとアドラー心理学を学ぶことにより、自分の考えで自らの人生設計をし、能力を充分に発揮でき、人間関係も改善できると確信したからです。

また、人生の終焉までどう生きていくかと考えたことから終活に興味を持ちました。

――いつ、どのようにして学ばれたのですか。

コーチングは64歳の時、東京のコーチングスクールが実施していたプロコーチ養成６カ月コースの土日スクーリングで学びました。旅費節約のため神戸、東京間を夜行バスで通いましたが、10時間の乗車はお尻が痛く眠れませんでした。一度は乗り場を間違え、発車直後のバスを、重い荷物を抱え髪を振り乱しながら全力疾走で追いかけましたが、結局振り切られました。後にも先にも、あんなに必死で走ったことはありません。

終活は、嘱託で働いていた62歳の時、終活カウンセラー協会の検定試験の研修とエンディングノートセミナー講師養成講座で学び、後は懸命に自主学習をしました。

――その後、講師としてセミナーを開催されているのですね。

２０１４年９月からセミナーを開始し、２０１７年３月までに60回開催、受講者数は延べ１１６５人になります。多い時は週に４回開催したこともあります。

コーチング、アドラー心理学のセミナーは、家族、友人、上司などとの人間関係に悩んでいる人、他人に影響されてしまうと感じている人、人前できちんと話すようになりたい人などが受講されます。私は講師として、理論やワークを交えながら分かりやすく説明し、セミナー後も実生活に活かして頂けるよう工夫しています。

終活セミナーは、相続手続き、遺言書の作成方法、相続税の計算や節税方法などをお知りになりたい人が受講されています。

――講師の仕事は、どのようにして始められたのですか。

最初は友人たちに頼んで聴いてもらいました。次に自分で場所を借り無料セミナーを開催、会場周辺の住宅に大量のチラシをポスティングしましたが、参加者数が平均４人という状態が13回続きました。会場に誰一人来ず、寂しく帰ったこともあります。

転機が訪れたのはセミナー開始から１年後です。明石市役所の講師公募に合格し、終活・相続・遺言をテーマとした５回シリーズの講座を担当、毎回60人前後の方にお話しすることができました。その受講者の方から地域でのセミナー講師の依頼があり、神戸新聞にも取り上げられました。現在も地域のコミュニティセンターなどから引き続き依頼を頂いています。

その後、コーチングとアドラー心理学のセミナーも始め、ＮＨＫ文化センター神戸

シニアカレッジにて終活セミナー

シニアの漕艇レースで３位に入賞しました

相続税セミナーにてクイズタイムの一コマ

教室やコープカルチャー協同学苑の講師に応募し、講座を担当しています。その他にも色々な団体から、セミナー開催の依頼を頂いています。

私は、講師をする上で大切なのは「自分の旗を挙げる」ことだと思っています。自分の「こうしたい！」という想いを人に語る、宣言する。その旗を見てどう判断されるかは自分がコントロールできないこととして割り切ってしまう。旗を全力で挙げるまでが自分が為すことで、それで充分だと思うこと。このような考え方をアドラー心理学では「課題の分離」というのだと私なりに理解し、お伝えしています。

――やりがいを感じるのはどんな時ですか。

自分の伝えたいことが受講者に伝わり、「そうかぁ」と心底納得してニッコリされ、「これからそうしてみます」と言って下さったり、その後の状況を知らせて下さったりすると嬉しく、達成感や貢献感、やりがいを感じます。それが魅力であり、講師という仕事の良いところだと思います。

――川原さんは行政書士事務所も開設されているそうですが、いつ開かれたのですか。

２０１４年に自宅で開業しました。とはいえ、現在はコーチングやアドラー心理学に関するセミナーや講座がメイン業務となっています。終活セミナーも数多く開催しましたが、無料セミナーから行政書士の仕事につながることは稀です。お金を出して遺言書を作ろうという人はまだ少ないですが、遺産分割協議でもめた依頼者の方から「遺言書は本当に大事だということを、多くの人に伝えてほしい」と言われています。

――今後やりたいことはありますか。

コーチングスクール卒業時のプレゼンで、「日本全国に笑顔の花を咲かせます」なんて大きなことを言ってしまいました。私は、地方公務員・行政書士・コーチ・講師の経験がありますので、この組み合わせを活かした自分なりの貢献を、まずは自分の周囲からしたいと思っています。

――最後に、現役世代の方にメッセージをお願いします。

定年後のことも大事ですが、まずは「今、ここ」を大切にして頂きたいです。今の職場で何か一つでも自分なりの目標を決めて、やり遂げる決意をもって仕事をして頂けたらと思います。今の仕事に全力で取り組めばきっと、自分でも思っていなかったスゴい才能が発揮されてきますよ。

それから「健康貯金」ですかね。私は現役時代、漕艇・ラグビー・空手と3つのクラブに所属し、運動していました。若い時に鍛えた健康貯金が、現在の元気につながっていると感じています。しばらく休んでいた漕艇を1年前から再開し、毎週1回2時間ほど漕いでいます。クラブでは66歳の私が一番若く、最年長は72歳。練習のことを、「デイサービス」と称して楽しんでいます。

――お話頂き、ありがとうございました。

年代別で考えるライフプラン 第1回

20代のライフプラン
―20代は家計管理デビュー年代

豊田 眞弓
ファイナンシャル・プランナー
住宅ローンアドバイザー、相続診断士
【とよだ・まゆみ】
ＦＰラウンジ代表。小田原短期大学非常勤講師。マネー誌・女性誌等のライターを経て1994年より独立系ＦＰ。「家計の永続性」をテーマに、個人相談や講演会、雑誌や新聞、サイトへの寄稿や監修などを行っている。６カ月かけて家計を見直す「家計ブートキャンプ」も好評。『50代家計見直し術』（実務教育出版社）、『住宅ローンは55歳までに返しなさい』（アニモ出版）など著書多数。座右の銘は「笑う門には福もお金もやってくる」。

はじめに ～3つのアンカリングメソッド～

はじめまして、ファイナンシャル・プランナーの豊田眞弓です。今回から4回にわたり、「年代別で考えるライフプラン」を担当させていただきます。今回は20代を取り上げますが、各回、それぞれの年代ごとのライフプランの特徴を整理しつつ、家計運営やリスクマネジメント上の課題などを浮き彫りにしていく予定です。

少々自己紹介させていただくなら、妊娠中にＦＰ（ファイナンシャル・プランナー）の資格をとり、誕生した息子がすでに社会人になろうとしています。相談業務や雑誌などの企画で多くの家計を拝見してきた経験や、ライフプランの前提が大きく変化する社会環境下で、95歳、１００歳まで永続できる家計を実現することの難しさを実感しています。

平均所得額や生涯賃金の低下、長寿化、医療・介護の受益者負担増、公的年金の縮小（受給開始年齢が70歳以上になる可能性も）、超低金利をはじめ、**ライフプランの前提となる要素に大きな変化の波**が押し寄せています。日本の財政問題の深刻さから考えても、社会保障は今後も悪化し、自助努力なしでは人生を全うできなくなっています。**従来の発想のライフプランでは、すでに持続が困難になっている**と言っても過言ではありません。

そんな中、少しでも永続できる家計を実現するため、ライフプランの基本的な考え方として、**3つのアンカリングメソッド**を提唱しています。「アンカリング」は碇（いかり）を下（おろ）すことを言いますが、新たな目標を設定することで家計運営の固定観念を破っていきたいと考えています。

その3つとは次のとおりです。

個人的に提唱している

【3つのアンカリングメソッド】

- 子どもの教育資金は末子が中3までに貯め終える。
- 住宅ローンは55歳までに完済する。
- 末子が高校に入ったら、自分たちの老後資金を本格的に貯め始める。

内容や理由については関連する年代で解説をしたいと思いますが、この3つが実現できれば、家計の永続可能性はかなり高まると信じています。一部は10年ほど前から提唱し続けていますが、いずれも「できるわけがない！」と言われることが多かったのも事実です。しかし最近は、少しずつ受け入れられつつあるように思います。