365日大学

オンライン講座や部活動で定年後のシニアに活躍の場を

長野市に拠点を置く「365日大学」は、定年退職後のシニア世代に向けて、多彩なテーマでオンライン講座を提供。受講者である会員自身が講師を務め、自らの体験や学んだことを伝える場をつくり出した。また、農園や部活動もあり、シニア世代の生きがいを創出している。

小山 秀一　KOYAMA Shuichi

株式会社アスク　代表取締役会長
365日大学　校長
1949年生まれ。1972年、早稲田大学社会科学部を卒業し、信濃毎日新聞に入社。長野本社を振り出しに、諏訪支社、松本本社、東京支社で勤務し、通算13年間広告分野に携わる。1984年、マーケティングを中心にした広告会社、株式会社アスクを設立し、代表取締役社長に就任。2015年、一般社団法人サキベジ推進協議会を設立し、代表理事に就任。2020年3月、アスク代表取締役会長に就任。2020年5月、365日大学を設立し、校長に就任。

単に「集まる場」ではなく、自分の「役割が確認できる場」に

2020年5月にスタートした「365日大学」は、平日午前9～10時にビデオ会議システム「Zoom」でオンライン講座を開講している。講師やテーマは毎日変わり、専門家だけでなく会員自身も講師を務める。

発起人で校長を務めるアスク代表取締役会長の小山秀一氏は、信濃毎日新聞社での広告営業職を経て、1984年に広告会社・アスクを設立。経営者としてアスクを牽引しながら、男性シニアの「居場所づくり」のために、月1回程度で集まるサロンを2019年に個人で始めた。

「男性シニアについて、居場所が無いことは大きな社会課題です。一般に女性は初対面の人とのコミュニケーションが上手ですが、男性はそうではない傾向があります。そこで、男性シニアが月1回で集まれるサロンをつくりました」

その活動には、口コミで20数名のシニアが集まった。参加者から好評を博していたが、小山氏は回を重ねるごとに、さらなる展開が必要だと考えるようになった。

「『集まる場』だけで終わるのではなく、自分の『役割が確認できる場』にしたいと考えました。それも月1回レベルではなく、『毎日確認できる場』が必要だと思い至りました」

小山氏はシニアが集まる新たな場として、365日大学を企画。しかし、2020年にはコロナ禍が始まり、リアルで集まるのが難しくなった。多くのシニアは、Zoom等のITツールを使うのが苦手だ。小山氏自身は娘に教えてもらい、1ヵ月程かけて必死でZoomの使い方を覚えたという。

「365日大学は思い切ってZoomのオンライン講座で行うことにしました。シニアがデジタル技術に習熟すれば、孤立化の防止にもつながります」

365人が年1回講師になれば、毎日開講する大学ができる

365日大学という名称は、「365人が年1回講師を務めれば、毎日開講する大学ができる」というアイデアから生まれた。入学は年間を通じていつでも可能で、入学の条件は特に設けていない。現在の会員数は約65人で平均年齢は72歳、約7割は男性だ。

受講料は月額3300円（税込）。ボランティアや会員自身が講師を務めるため、低く抑えられている。日頃の打ち合わせや部活動などに使えるスペースは、アスクが提供している。

「365日大学は、シニアの生きがいを生み出しています。講師を務めて他者にアウトプットすることで、自分の行動力を維持・発展させることができます」

また、会社を退職した後、生活のリズムが崩れて体調を崩すシニアも多い。

「365日大学では平日午前9～10時に講座があるので、毎朝、そのために起きれば生活のリズムを整えやすくなります。講座が始まる前の8時40分からは、任意で参加する約10分の健康体操も実施しています」

365日大学は2020年度から長野県の「地域発元気づくり支援金」の支援対象事業に選定された。また、2021年度にはその活動内容が評価され、支援対象事業の優良事例を表彰する「長野県知事表彰」で最高賞の知事賞を受賞した。大学の知名度が徐々に向上したことで、講師となり協力してくれる学外の人たちも増えているという。

農園や部活動を展開、今後は他の地域に「分校」も

会員が自ら講師を務める際は、自身の人生経験談や趣味、関心を持って学んだことについて語ってもらう。2021年には、会員25名の人生経験談をまとめた書籍『人生午後4時マイストーリー。』も上梓した。

その中でも紹介されている現在94歳の学生、熊谷加舟氏は75歳の時に介護ヘルパーの資格を取得。現在は特別養護老人ホームを経営している。また、約40年間にわたって俳句を詠んできたことから、365日大学で俳句講座の講師を担当している。

「熊谷さんは『俳句の添削ができるので、俳句を通じて学生を集めませんか』と提案してくださいました。現在は受講している会員に毎月、俳句を投句してもらっており、学内でちょっとした俳句ブームが起きています」

また、現在84歳の学生、牧野嘉一氏は、65歳からエレクトーンの演奏を開始。過去、ストリートミュージシャンとして長野駅前で演奏したり、介護施設等を訪問していた。現在はリコーダーにも挑戦し、365日大学で毎月1回、発表会を行っている。

「私がサポートし、ほぼすべての会員が講師を務めてもらっています。講師を増やすポイントは、人に教えることを難しく考えないこと。30年、40年と職業経験を積んでいると、必ず何か一つ以上、つかんだものがあります。本人が『さほど……』と思うことが、第三者からすると価値があります。最近は自身の経験を語るだけでなく、ここで学んだことについて語り、皆で議論するよい流れが生まれています」

365日大学では、農園やトレッキング、養蜂、書道などの部活動も盛んに行われている。今年2月からは、野菜を中心とするシニア向けの料理教室もスタートする。農園では、皆で米づくりやブルーベリーの栽培も行っている。今後はブルーベリーの加工などを通じた農業の6次産業化にも取り組みたいという。

シニアが交流し、学び合う場を創出している。

「耕作放棄地が増える中、それらを活用すれば、年齢を重ねても社会に貢献できます。そのような形で社会に貢献する活動を、今後はさらに増やしていきたいと考えています」

今後に向けて、小山氏は「おむすびサークル」を考えているという。

「365日大学が4年を経過して、大学という名前をつけたことで、若干敷居が高いというイメージがあります。そのために今後、『365日大学おむすびクラブ』というサークルを企画しています。それはおむすびを1個持参して、みんなで和気あいあい学び合う場です。そこでは『ChatGPTを使って音声入力で文章をつくってみる』とか『考えたことを企画書に仕上げてみる』とか、一般的なシニアサークルとは違った先進的の取り組みもする、ためになる『おむすびサークル』を考えています」

さらには、分校の展開も考えている。

「現在はリアルで集まる場所は長野市だけですが、今後は県内の他の地域にもおむすびサークル的な『分校』を開設し、活動を広げていきたいと考えています」