

はじめに

私がシニアの起業支援を始めてから10年以上が経ちました。シニアが働くことについて、会社を立ち上げた当初は「せっかく引退したのに、まだ働きたい人なんているの？」と聞かれることもしばしば。それが最近では「年齢を重ねても自分らしく働けるのは素敵なことですね」と風向きが変わってきました。

自分の周りを見渡してもメディアのニュースを見ても、イキイキ働くシニアの方は実際に増え続けており、本当に素晴らしいことだと思えます。

私がこの仕事を始めたのは、祖母との関わりがきっかけでした。

祖母は小料理屋を営んでいたのですが、共働きの両親のもとに生まれた幼い私のために、お店を畳んで世話をしてくれたのです。それから年月が流れ、祖母が認知症になった時に、私は介護をしながらも「大好きなおばあちゃんが、あのままお店を続けられていたら、今でももっと元気に過ごしていたかもしれない」と申し訳ない気持ちでいっぱいでした。この経験から、私はシニアの方にも第二の

人生を思い切り充実して過ごしてほしいと考えるようになり、シニアの起業支援の仕事を始めるようになったのです。

私が提唱しているのは、少ない費用で始められ、自分のペースで働ける「ゆる起業」という小ビジネススタイルです。現役の時とは異なり、最も優先するのは楽しさややりがい。小さな投資で無理なく働き続けることを目的としています。小ビジネスは資金面や体力面のリスクが少ないので、興味があれば気軽に始めることができます。

私が見なさんにお伝えしたいのは、「少しでも小ビジネスに関心があるようなら、一度は真剣に検討していただきたい」ということです。というのも、シニアの方のお話をうかがっていると、ときおり「あの時もうちょっと若かったら、あんなことをやってみたかった」という諦め<sup>あきら</sup>め<sup>め</sup>の言葉を耳にします。もし夢があるなら、後悔だけはしていただきたくないと思います。

小ビジネスに関心を持ったなら、起業時期と事業内容を具体的に検討してみましよう。それから、実現の準備として必要なことをリストにしていましよう。思い立ってすぐに起業する人はほとんどいません。なのでとりあえず起業時期だけ決めて、それまでの3か月でも3年でも準備をしていただきたいなと思います。目標ができるとそれまでの過ごし方にもハリができますし、その結果、起業自体もうまくいきやすくなると思います。

私はこれまで7000人以上の方の起業相談にのってきました。なかには今の会社についてこぼされる方も多いのですが、そんな時に私が「それはともかく、これから何をやりましょうか!」と問いかけると、みなさんの顔がパツと華やぐのです。

起業の準備を始めると考え方が前向きになり、今の仕事も俯瞰ふくけんしてとらえられるようになるので、結果的にそれまで悩んでいた社内の人間関係が改善したり、

ご本人自身も成長に向けての努力ができるようになっていきます。起業を決めると、その時から人生が充実し始めるのです。

私のライフワークは、シニアの方の第二の人生Ⅱセカンドライフを応援することです。私は自分の会社の名前に「セカンドライフ」という言葉を入れました。私がやりたいのは、シニアの方の第二の人生Ⅱセカンドライフを応援することです。人生を豊かにする方法は数多くありますが、その選択肢のひとつとして小ビジネスがあります。「自分で仕事を始めたら、次から次にやりたいことが出てきて忙しくなったよ」という方がいますが、それが非常に楽しそうです。ご自分の人生をますます楽しくするために、あなたもぜひ打ち込めるものを見つけてください。私も心から応援しています。

目次

はじめに..... 3

第1章 なぜ、「小ビジネス」を始めるシニアが増えているのか

人生100年時代。定年後の選択肢として?..... 14

シニアで小ビジネスを始めるメリットとは?..... 18

「やりがい」を求め、「身の丈にあった小ビジネス」を目指す..... 22

小ビジネスを長く続けるための5つのルール..... 26

どんなシニアが、どんな小ビジネスをしているのか?..... 30

小ビジネスは何歳からでもできる..... 34

★〈column①〉小ビジネスで成功する人、失敗する人..... 38

第2章 シニアが「小ビジネス」を始めるためにやるべきこと①

第1ステージ〈アイデアを固める〉..... 42

《STEP:A》自分の「財産」の棚卸で、小ビジネスのアイデアを見つける..... 44

《STEP:B》事業環境を分析する..... 52

小ビジネスのアイデアを見つけるための、8つの職種タイプ..... 54

《STEP:C》ターゲットを絞り込む..... 62

《STEP:D》商品・サービスの内容、集客戦略を考える..... 66

★〈column②〉小ビジネスを始めてよかったこと..... 68

第3章 シニアが「小ビジネス」を始めるためにやるべきこと②

第2ステージ〈ビジネスプランを作る〉..... 72

《STEP:E》事業形態を決める（個人か法人か）..... 72

《STEP:F》資金、収支計画を立てる..... 74

《STEP:G》事業計画書を作成する..... 81

《STEP:H》いよいよ開業..... 87

融資・補助金から、クラウドファンディングまで、資金調達の仕方..... 88

★〈column③〉集客の突破口！最初のお客さまを獲得するには..... 92

#### 第4章 実例集 身の丈にあった「小ビジネス」で、やりがいを実感しています

##### ◆山口諄也さん

お客さんから感謝されたときが一番嬉しいですね。HP制作会社の代理店として、安定的にストック収入を確保しています……………

96

##### ◆関あや子さん

夫の退職金の一部を開業資金に。テーマは「美と健康」。アロマの力を通じ、みんなの笑顔を見ることが嬉しく、やりがいです……………

109

##### ◆小俣藤郎さん

サラリーマン時代には逆風も……。『天国の音色』に惹かれ、音楽時計と歩んだことが、私の小ビジネスの扉を開いた……………

121

##### ◆田澤正樹さん

貯金10万円からスタート！自分のスタイルを追求できるのが魅力。小ビジネスで「自分の命を喜ばせよう！……………

133

##### ◆南方良弘さん

35年勤めた会社を退職。「いま、何が足りないのか」の目線を持ち続け、自分にしかできないフィールドへ挑戦しました……………

145

##### ◆伴 行恵さん

「困っているシニアを助きたい」。きっかけは勤務時代に出会った60代男性との出会い。「自分は今なぜこの仕事をやり続けるのか」、信念を持ち続けることが大切です……………

157

##### ◆沼田洋一さん

人脈づくりが最大のポイント。いま注目のストック収入が得られる小ビジネスを実現することができました……………

168

##### ◆一円正之さん

定年と同時に小ビジネスを開始。試行錯誤の末にたどり着いたのは「自分本来の強み」。42年の「業務キャリア」と「人」がピンチを救ってくれた……………

179

##### ★〈column④〉事業アイデアの進め方について……………

190