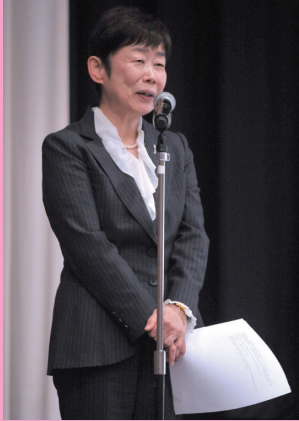


人生100年時代、これからどうなる 女性の仕事・生活



▲リーダーシップ111 代表
佐村知子さん



2017年11月1日、111の日に、スペース汐留(港区新橋)にて、リーダーシップ111シンポジウム2017が開催された。テーマは、「人生100年時代、これからどうなる 女性の仕事・生活」。長くなった人生を生き生きと活動し、生きがいあるものにしていくために、どのように「ライフ&キャリア設計」をしていくべきかを議論した。

●基調講演

宇宙、人、夢をつなぎ 続けたい

宇宙飛行士 山崎直子さん

●アンチエイジングは 宇宙飛行のミッションの一つ

今、G7の中で日本は、平均寿命、健康寿命とも一番です。健康に長生きするために、平均寿命と健康寿命のギャップをいかに縮めるか。これは今や世界共通の課題となっています。

現在、金井宣茂宇宙飛行士が、国際宇宙ステーション滞在へのミッションに備え準備中です。彼のミッションの一つが健康。実は、「健康寿命の鍵は宇宙にある」のです。

宇宙は無重力空間なので、宇宙に行く私たちの体は、背骨と背骨の隙間が重力で押されないため座高が伸びる、筋肉が減って体重が減る。骨密度が下がる、血流が上上がり顔がむくむなど様々な変化があります。これらのデータを分析することで、寝たきりの人の筋肉が動かせなくなる原因となる酵素の存在が明らかになりました。これを創薬に役立てるこ

とが検討されています。このように、宇宙での実験の成果がアンチエイジングにも生かされているのです。

●宇宙飛行士への道

小学校低学年の頃から星を眺めるのが好きでした。「宇宙戦艦ヤマト」の漫画や「スターウォーズ」の映画などで宇宙に関心を持っていました。中学3年のときに、スペースシャトル・チャレンジャー号の打ち上げがあり、乗組員の一人に女性の学校の先生がいて「子どもの頃から宇宙に行くのが夢だった」と語るのをテレビで見ても、私もいつか宇宙に行きたいと思いました。その後、チャレンジャー号は爆発事故を起こし乗組員は全員死亡しましたが、それが逆に、このミッションがいかに大変なことを実感させ、強い印象を残しました。

クラブの奨学金とアメリカ・ハーフト奨学金を得て、メリーランド州立大学の大学院に留学。そのときに女性の航空宇宙分野の人の集まりに参加して、70歳を超えた現役のヘリコプターのパイロットに出会いました。「ヘリコプターの操縦は楽しいのよ」と満面の笑みで言っていたのが衝撃的でした。当時、女性のパイロットや70代という高齢で活躍している女性は身近にいなかったたので、世界は広いなど思いましたし、挑戦する力をいただきました。

まだ日本人の宇宙飛行士がいなかったたので、宇宙飛行士になるという明確なイメージはありませんでしたが、宇宙に関わる仕事ができればと、エンジニアになる道を選択。大学では宇宙船の設計を学んでいました。その後ロータリー

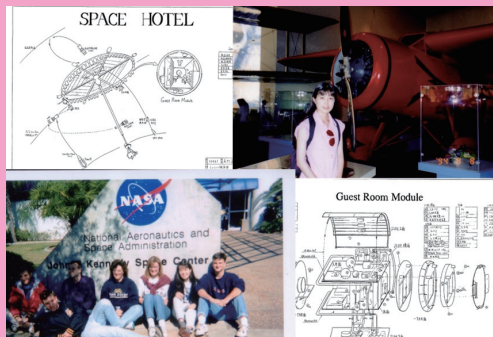
その後、筑波の宇宙センターにエンジニアとして就職。働きながら宇宙飛行士の試験に挑戦しました。2度目に候補者選ばれ、訓練が始まりました。が、そこからは長かった。一度は、2人程度の枠に対して3名が候補者に選ばれたことで予算が足りない。一番若い私が、暫く待つてくれと言われました。2年後、ようやく宇宙飛行士として認定を受けました。が、その後、長女を妊娠したことで、医学的に不適合に。

当時、夫と3カ月ずつ交替で育休をとって、ようやく復帰し

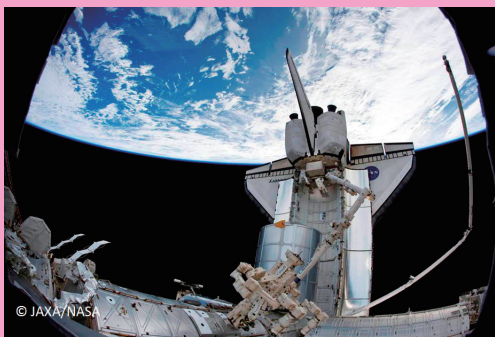
▼講演する 山崎直子さん



▲10年におよび、将来の不安を感じることもあった訓練時代



▲学生時代は、宇宙工学の道に進み、東京大学で宇宙船の設計を学んだ。



▲宇宙ステーションから見た地球は青く美しい



▲2010年に、スペースシャトル・ディスカバリー号で宇宙へ。同乗の仲間たちは、国籍も言葉も異なる人たち。

ようというときにスペースシャトル・コロンビア号が空中分解。仲間も亡くなりました。その後、再飛行の見通しが立たない。飛行再開はやめたほうがいいのではという世論もありました。候補者に選ばれた1999年から2010年までの11年間は焦りと不安の日々でした。

その間、訓練のために家族と離ればなれになり、ロシアでの訓練のときは父家庭、アメリカで訓練のときは母家庭もありという状況で、家族の協力のもと、やりくりをしていました。子どもが熱を出して、「仕事に行かないで」と言われることも。そんなときは、夢のためにがんばっているというと聞こえはいいですが、自己満足なのではないかと悩んだときもありました。

2010年、ようやく宇宙に行くことが決まりました。国籍、文化、言葉も違うメンバーたちとのチームワークと、地上で24時間サポートしてくれる人たちが技術者たち、地域社会、コミュニティ、家族、多くの人たちのサポートのおかげで宇宙に飛び立つことができました。

●●● 地球という宇宙船を大切にしたい

宇宙から見た地球は水の惑星とも言われるように青く美しい惑星です。この地球も、75億人という乗組員が乗っている宇宙船です。そう思うと大切にしなければならぬと思います。国際宇宙ステーションは、ミニチュアの地球のようなものです。そこで持続可能性を研究しています。電力は太陽電池パネルで賄っています。水はリサイクルして使っています。尿もリサイクルして飲み水になります。空気は二酸化炭素を化学分解して再利用しています。宇宙農業もしています。レタスや白菜などをLED光で水耕栽培しています。動物性蛋白質の自給自足は現時点では難しいですが、将来的には蚕を育てて食料にできないか、研究中です。衣類は洗濯できないので汚れたら捨てるしかありません。菌が繁殖しづらい、匂いが出づらい繊維の開発を進めています。工具などは3Dプリンターで作ることができるようになりました。

●●● 人生観が大きく変わる過渡期

月へは片道3日くらいで行くこ

とができます。近い将来、宇宙旅行は実現するでしょう。宇宙旅行に年齢制限はありません。現時点では最高齢で77歳の人が宇宙に行ってもどついています。これからはもつと多くの人が宇宙に行く時代になるのではないのでしょうか。

私の好きな言葉に「wonderful (すばらしい)」があります。wonderfulとは「wonder (未知のこと)」が「ful (たくさん)」ということ。わからないから面白い。人生も、先はどうなるかわからない。色々な人との出会いによって変わっていく余地がある。そこにwonder (おもしろさ) がある。最後に、私が好きな、ジョン・ヤングというアメリカ人宇宙飛行士の言葉を紹介したいと思います。

「Risky to change. Riskier not to change. (変わることはリスクが伴う。変わらないことにはより大きなリスクが伴う)」

● パネルディスカッション

山崎直子さんに加え、YKK株式会社社会長CEOの吉田忠裕さん、美容研究家の小林照子さんを迎え、リーダーシップ111代表の佐村知子さんがモデレーター

▶ 基調講演&
パネルディスカッション
山崎直子さん

千葉県松戸市生まれ。1999年国際宇宙ステーション（ISS）の宇宙飛行士候補者に選ばれ、2001年認定。2010年4月、スペースシャトル・ディスカバリー号で宇宙へ。ISS組み立て補給ミッションSTS-131に従事した。2011年8月JAXA退職。内閣府宇宙政策委員会委員、日本宇宙少年団（YAC）アドバイザー、日本ロケット協会理事「宙女」委員長、ふたばの教育復興応援団などを務める。



「善の巡環／他人の利益を図らずして自らの繁栄はない」というYKK精神がある。それに、「更なるコーポレートバリューを目指して」という経営理念を加え、「公

となり、ディスカッションが行われた。
●71カ国／地域に拠点を持つYKK
吉田 ■ YKKは1934年に父が25歳で創業した会社です。そのあとを継ぐ、2代目とは嫌なものです。父が奮闘して創り上げてきた会社をつぶしてはいけない、かといって守りに入るとうまくいかないだろう。私自身も闘うしかないと思います。いろいろなことをやりました。ファスニング事業の海外展開を進めたり、窓やドア、ビルのファサードといった建材（AP）事業を拡大させました。今では世界71カ国／地域に拠点を置き、40近くもの異なる言語を話すスタッフを抱えています。お客様もステークホルダーも世界各国／地域に広がっています。これらの方々から信頼を得るためには、企業理念を明確に打ち出さなければなりません。すぐれた会社ほど、企業理念を強く打ち出しています。幸い、父が創業時から掲げている「善の巡環／他人の利益を図らずして自らの繁栄はない」というYKK精神がある。それに、「更なるコーポレートバリューを目指して」という経営理念を加え、「公



正」を中心に、顧客、社会、社員、商品、技術、経営の7つの分野に新たなクオリティ「質」を追求していくことにしました。
当社では社長は65歳をリタイアメントと考えています。ですから私は64歳で社長を退きました。今、会長ですが、会長は会社にはないほうがいいと思っっているので、経営は社長に任せ、私は富山県の黒部でヤギのチーズづくりを家族とスタッフ、計6名で始めました。これが新幹線の開業や地方創生の流れもあって話題になり、今や100頭のヤギに囲まれ、ヨーロッパのチーズコンテストで毎年

●美意識がパワーの源
小林 ■ 今年、82歳で3つめの会社を起業しました。これまでの人生の中で、出産・育児をしながら一度も途切れずに仕事をしてきました。小林コーセイで取締役を務めた後、退職して56歳で起業。その後58歳のときに2つ目の会社を、そして今年が3つ目の会社となりました。この会社は、学びたいけれど経済的な理由で学べない人たちを支援する奨学基金を作り、私が考える美容イズムを継承

優秀賞や最優秀賞を受賞するなど好評です。
本社は東京ですが、黒部に本社機能の一部を移し、世界各国の経営者が集まるミーティングも黒部で行っています。
最近では、鈴木忠志氏率いる演劇集団SCOTの支援をしており、シアターオリソピックの実行委員会も務めるように。本業以外のことで忙しくしています。
山崎 ■ YKKさんのファスナーは宇宙服でもお世話になってます。宇宙服は高度な気密性・水密性が求められます。非常に高性能なファスナーをご提供いただいています。

私たちは「人は見かけではない、中身だ。内面の美しさが外にじみ出るのだ」と育てられてきました。でも本当にそうでしょうか。先日、ある知的な女性とお話をしたので、その方も「実はいけないと思いつつ99%、外見で判断してしまおう」と言っておられた。これは面白い時代になったと思います。
人は、外見から判断されているというのをあまり意識していない。何もなくても美しかった若

していくものです。
私が皆さんに提案したいのは、美意識を持って生きるということ。「今日、何を着ようかな」「顔色が悪いから、頬紅を指そうかしら」、そういうことが美意識の始まりです。
美意識を絶やさずに生きていくことで、生涯パワフルに生きていくことができます。若い頃は、だれでもホルモンのおかげで何をしなくてもきれいにいられますし、パワーがみなぎっています。しかし年齢とともにだれでもホルモンが少なくなってきます。そこで、パワーを自家発電しましょうよ。その源が実は美意識なのです。

▶モデレーター

佐村知子さん

リーダーシップ111代表
日本生命保険相互会社 顧問



1980年郵政省(現総務省)入省。京都府副知事、内閣府男女共同参画局長、内閣官房まち・ひと・しごと創生本部事務局地方創生総括官補などを務め、2016年夏退官。現在、リーダーシップ111代表を務める傍ら、女性の活躍応援、頑張る地域の応援にも取り組む。

▶パネルディスカッション

吉田忠裕さん

YKK株式会社
代表取締役会長 CEO



1972年吉田工業(現YKK)入社、YKK社長、YKK AP社長を経て、2011年より両社の会長CEOを務める。YKKグループは71カ国/地域111社で事業を展開。1992年より3期務めた黒部商工会議所会頭時代に「まちづくり」に開眼し、地域の魅力づくりに力を注ぐ。

▶パネルディスカッション

小林照子さん

美・ファイン研究所
美容研究家



メイクアップアーティストという名称が認知される以前から、一般人から女優、政治家まで、何万人ものイメージ作りを手がけ60年以上にわたり「人の魅力づくり」に取り組む美容研究の第一人者。一方、教育者としてトータルビューティのプロを養成する学校を東京と京都で展開。後進の育成にも力を注ぐ。

いときが過ぎ、お肌にはしわ、たるみができ、引力によって口角が下がり、怖い顔になっていく。外見が美しくなくなっていることをそのままにしておいて、「どうしてみんなは私を受け入れてくれないのかしら、私を理解してくれないのかしら」と不満だけが募っていく。好かれないのはあなたの怖い顔のせいなのです。ではどうすればいいか。キーワードは美意識を持つことです。

成功するために、自分の外見をどうするか考えた人が成功します。いくらでも外見は作れます。自分は将来どうなりたいたいのか、そのために、①自分はどう見られたいのか、②自分はどに見えているのか、2つの分析が大事です。50代後半になると、だれでもしわ、しわ、くすみ、たるみが出てきて右往左往する。欠点をなんとかしようと思いがち。それよりも、あなたの持っている魅力は何なのか、どんなふうに表示したらいいいのかを考える。それが私たちプロの手によれば一瞬にできます。

余命数カ月と宣告されていた人が、私の手によって、美しく生まれ変わり、積極的にどんどん人に

会うようになって、10年も長生きしたという例がいくつもありま。美容は、延命もできると確信しています。

●どうする？ 人生100年時代

佐村 ■政府は人生100年時代構想会議を発足し、様々な議論がなされていますが、企業では、これからの人生100年時代についてどう考えているのでしょうか。

吉田 ■今まさに社内でも議論しているところですが、様々な価値観や国ごとの考え方の違いがあり、なかなか答えが出てこない。

たとえば定年制一つをとっても、私は定年制廃止を考えていますが、人事部がそれでは困るという。では90歳定年制にしてはどうかとい



うと、ある社員は喜ぶが、ある社員は嫌だという。非常に難しい。強制的に一つの方向性にまとめるのではなく、いろいろな意見を聞いて、まずは違いを理解しようという段階です。

●女性管理職は増えていくか

佐村 ■YKKでは執行役員に女性を起用されていますが、北陸地方では女性の労働力率が高く、かつ幸福度も高い。でも、女性管理職は少ない。女性の登用や働き方についてはどのように考えておられますか。

吉田 ■いろいろな社員と話す機会を持つようにしています。たとえば「私は入社して何年になるが昇格できない」と聞くと「上司は誰だ」と聞く。当然その上司とも話をする。そういうやり取りが気軽にできるようなになると社内は変わってくる。

富山県はもともと夫婦共働きが多い地域でした。しかし、女性の地位が認められてきたかどうかはまた別の話。当社でも、過去にはがんばる女性が叩かれたこともあったが、だいぶ変わってきたと思います。

●人生後半の人生設計は

佐村 ■山崎さんは現在46歳ですが、今後どのように人生設計されていますか？

山崎 ■現在、大学の博士課程で学んでいます。まだまだ試行錯誤の連続です。考えたり選択する余裕もなくここまで来たという感じ。ただ、「あなたのやろうとしていることは、とてもチャレンジングだけれど不可能じゃないよ」という先輩女性たちの言葉には、随分助けられました。

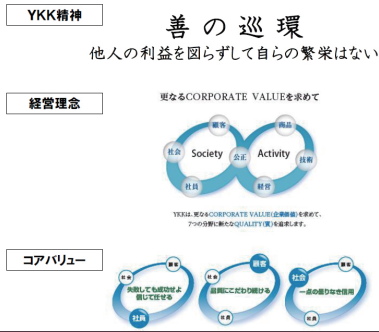
佐村 ■私事になりますが、昨年、61歳で退職しました。挨拶まわりに行くと、「何かしないのか、時間を持て余すぞ」と言われることが多いのですが、とんでもない。40年近く働いてきて、音楽や絵画などやりかけのことがたくさんある。自分がいかに勉強をしていなかったかにも気づき、哲学や思想史なども勉強しておけばよかったと後悔しています。これらのことに順番に手をつけていくと時間が足りないくらいです。

〈会場からの質問〉

Q(男性) 定年後何をしたいか、定年前に辞めて何か始めようかと悩んでいます

吉田 ■いくつになっても遅くない

父である吉田忠雄（YKK創業社長）の農業をやりたいという夢を実現するべく2011年より黒部市内の牧場でヤギの飼育を始め、ヤギのチーズづくりに取り組む。現在では約100頭のヤギを飼育し、チーズ、ミルク、ヨーグルトを製造・販売する。ヤギのチーズは、国内外のチーズコンクールで数々の賞を受けている。ファミリーカンパニーで、妻、三女を含む6人で運営。



から自分で会社を作ってみたらいい。私は妻と娘と、スタッフ、わずか6人の会社を作った。ファミリービジネスをやってみて、妻や娘が何を考えているかがよくわかった。考え方が違うこともわかったし、こちらが変わらなければならぬということもある。会社の中にいるだけではわからないことがある。いろいろわかってきて大変勉強になる。小林■私がコーサーで働いていたとき、女性の定年は45歳でした。私は将来独立するつもりで働いていたので言いたいことを言っていました。当時の社長から言われたのは「一生この会社のために尽くします」と言う人よりも、さっさと出ていくんだという人のほうが役に立つ」と。また、「社員から提案が欲しい。でも、みんな命令を待っているだけだ。提案しろと



言ってもおびえているだけだ」とも。そんな中、私はたくさん提案をし、そのうちの多くを自由にやらせていただいた。その経験は、後に起業するときに大変役立ちました。トップに、社員の提案を受け入れる度量があるということとは、変化にも柔軟だということだと思います。



Q（女性）…女の子の母です。子どもを将来どのような道に進ませればいいのか悩んでいます。
山崎■私は、小学校低学年から宇宙に興味を持っていましたが、なりたいものは成長するにつれいろいろ変わりました。ただ、好きなことを変わらず続けてきました。お子さんにも、好きなことは続けさせてあげるといい。今の小学生

が大人になる頃には今存在しない仕事が出てくると言われています。今ある職業にこだわらず、いろいろなことにチャレンジし、幅広く選択肢を持ったほうがいいのではないのでしょうか。
Q（女性）…年を取ると口角が下がって怖い顔になるといってお話身につまされました。今日からできる、小さな行動があれば教えてください。

小林■ほんのひと手間で皮膚は変わります。一日の終わりに、皮膚をいたわり、かわいがってあげてください。愛された肌は変わります。28日周期で皮膚は生まれかわるので、いつからでもやりなおせます。美のためのひと手間を紹介します。
①ホットタオルを使う
夜、メイクを落とすときに、ホットタオルを顔にあてる。血行を良くするだけでなく、肌に愛情をかけることで肌は美しく生まれ変わっていく。
②口角を上げる
口角が下がるのは、口角を上げる筋肉（上唇挙筋）が衰えているから。口の端に上唇挙筋があることを常に意識して引き上げるよう

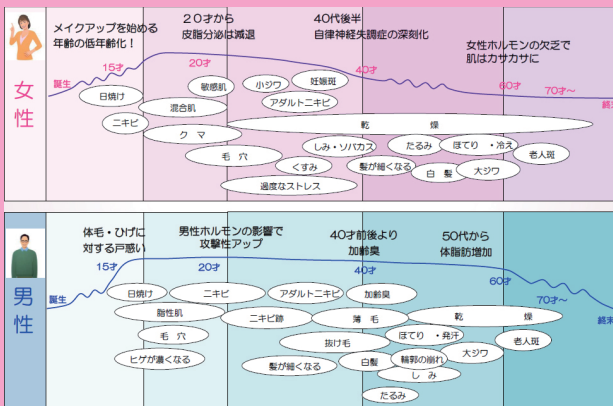


にしよう。

③頭皮マッサージ
シャンプー時に、頭皮を指でらせんを描くようにもみ洗う。血行が良くなり髪に艶が出る。頭皮の帽状腱膜は顔の筋肉をひきあげているので頭皮を鍛えると顔のたるみも改善できる。

Q（男性）…女性が仕事で活躍するためにには男性が家事を分担することが大事だと頭ではわかっていますが、なかなかうまくいきません。
吉田■私は家事をやっています。





出典：美・ファイン研究所



食事を作る。やってみると仕事と同じです。私はメーカーの人間ですから「どうやったら効率よくできるか」「どうしたらおいしくなるか」と、仕事と同じように考えて楽しくなる。たまに人をよんで食事をふるまうと「うまい」と言ってくれるから嬉しくて、それが続けるモチベーションになっている。経験を積むしかない。一度食事を作って、人をよんでみてはどうですか。

Q(女性) 吉田会長に、定年を90歳まで引き上げるとのことですが、そこまで会社が面倒をみたらぶら下がり社員が増える心配はないのでしょうか。

いのでしょうか。

吉田■当社では、社員の多くが、若いうちから言葉もわからない海外に放り出され、海外勤務をする。海外のビジネスは上手くいけば評価されるが失敗したら容赦なく叩かれる。そういう世界で闘っている。『全員が経営者である』と思っている。ぶら下がり社員はいないですね。

Q(女性) 最近起業したのですが、マインドのところで壁にぶつかることが多い。どうやって乗り越えていけばいいでしょうか。

小林■壁は、つきつめれば壁ではなく人。人なら話し合えるしわかりあえることができる。反対する上司も、壁ではなく人。話し合えばわかってくれる。反対する人ほど後になって助けてくれますよ。

吉田■ファミリービジネスでヤギを育てていますが、これがなかなか難しい。従業員に言っているのは「ヤギの喜ぶ顔を作れ」。よく見ていたらヤギも笑うんです。ヤギがハッピーだといふミルクが採れる。YKKの理念である「他人の利益をはからなければ、自分の幸せはこない」にも通じるが、相手をハッピーにすることが多分

一番重要ではないでしょうか。

Q(女性) 起業をしましたが、専業主婦経験しかありません。経営者としてどのようなことに気をつけなければいでしょうか。

小林■専業主婦はりっぱな経験。瞬時の判断でマルチタスクをこなしてきた、その経験を誇りに思っています。弱みは、何かと言いつつ甘さがあること。そのゆるさを克服するといひ。

佐村■長時間にわたってご清聴ありがとうございます。山崎



さん、これから人生100年時代、何が大事だと思われませんか。

山崎■今日は、たくさん心に残る言葉をいただきました。とくに「美意識」という言葉が印象に残りました。宇宙飛行士も、

瞬時の判断でマルチタスクをこなしていかなければなりません。そんなとき、判断基準になるのは自分の中の美意識かもしれません。自分の夢のために家族を犠牲にしているのではと悩んだときも、結局は美意識が振り所になりました。

自分の中に美意識を育て、美意識をもとに判断し、選択していくこと、それが、人生100年時代を生きる上でも大切だと思います。

〈取材を終えて〉

世界的なベストセラーになった『ライフ・シフト』100年時代の人生戦略(リンダ・グラットン、アンドリュース・スコット著)によると、これからの人生は、「教育↓仕事↓引退」の3ステージではなくなるという。ではどうすればいいのか。明確な答えを求めることより自ら考えていくことが大切だ。それぞれが、新しい生き方を模索し、変化し続けていかなければならない。吉田氏の言葉のように幅広い選択肢を持ち、可能性に向かって行動し、自ら開拓者となっていくことが必要な時代に入っているのだ。

瞬時の判断でマルチタスクをこなしていかなければなりません。そんなとき、判断基準になるのは自分の中の美意識かもしれません。自分の夢のために家族を犠牲にしているのではと悩んだときも、結局は美意識が振り所になりました。

自分の中に美意識を育て、美意識をもとに判断し、選択していくこと、それが、人生100年時代を生きる上でも大切だと思います。

〈取材を終えて〉

世界的なベストセラーになった『ライフ・シフト』100年時代の人生戦略(リンダ・グラットン、アンドリュース・スコット著)によると、これからの人生は、「教育↓仕事↓引退」の3ステージではなくなるという。ではどうすればいいのか。明確な答えを求めることより自ら考えていくことが大切だ。それぞれが、新しい生き方を模索し、変化し続けていかなければならない。吉田氏の言葉のように幅広い選択肢を持ち、可能性に向かって行動し、自ら開拓者となっていくことが必要な時代に入っているのだ。