

職場で培った実務の豊富な経験とノウハウ、スキル、人脈などは、貴重な資産です。シニア起業は、それらの資産を最大限活用し、自分の興味がある分野の仕事を無理のない範囲で行うことが重要です。シニア起業に向けて、今から準備を進めてはいかがでしょうか。

## 相談窓口・情報提供団体

起業相談

情報提供

講習実施

### 【創業プラザあいち】(県関連施設)

創業プラザあいちとは「創業準備スペース」「交流・情報提供スペース」「創業コーディネーター相談スペース」の総称で、県内で創業を目指す方が、専門家に相談しながら、充実した設備と静かな環境の中で、じっくり創業準備を行っていただく場所です。また、創業に必要な知識やスキルを習得するためのセミナーも実施しています。

(公財) あいち産業振興機構 新事業支援部  
創業・新事業育成グループ

住所 名古屋市中村区名駅4-4-38 ウィンクあいち14階

電話番号 052-715-3075

URL <http://www.aibsc.jp/tabid/148/Default.aspx>

利用時間 平日:午前9時から午後8時30分

休日 土曜・日曜・祝日・年末年始

※準備スペースの利用は無料でどなたでも利用できますが、事前に審査が必要です。  
また、専門家への相談も無料でどなたでも行っていただけます。



相談風景

起業相談

情報提供

### 【名商創業ステーション】(名古屋商工会議所関連施設)

創業したい方及び創業後5年程度までの方を対象に、経営指導員及び専門家が創業プランの作成から資金調達の相談まで応じます。また、創業者同士や先輩経営者との交流の場を提供しています。

住所 名古屋市中区栄2-10-19名古屋商工会議所ビル1階  
及び地下2階(地下鉄伏見駅5番出口より南へ徒歩5分)

電話番号 052-223-5757

URL [http://www.nagoya-cci.or.jp/keiei/sogyo\\_station.html](http://www.nagoya-cci.or.jp/keiei/sogyo_station.html)

利用時間 平日:午前9時から午後5時まで  
(経営指導員及び専門家による創業相談)



相談風景

### 【NPO法人起業支援ネット】(NPO団体施設)

「起業の学校」を開校し、身の丈・コミュニティビジネスの起業をサポートするとともに、起業に関する無料相談(初回)を実施しています。

- 住所** 名古屋市中村区本陣通5-6-1 地域資源長屋なかむら 2階  
(地下鉄本陣駅2番出口より西へ徒歩8分)
- 電話番号** 052-486-4101
- URL** <http://www.npo-kigyo.net/>
- E-mail** [aile@npo-kigyo.net](mailto:aile@npo-kigyo.net)
- 受付時間** 平日・土曜日:午前9時から午後5時
- 休日** 日曜・祝日



「起業の学校」授業風景

### 【地域の相談窓口】(市町村)

市区町村と民間の創業支援事業者(地域金融機関、NPO法人、商工会議所・商工会など)が連携して運営する地域のワンストップ相談窓口があります。創業に関する疑問・質問、お悩みについて、お気軽にご相談ください。

市町村名	担当部署	電話番号
名古屋市	産業労働課	052-972-2412
豊橋市	商工業振興課	0532-51-2425
岡崎市	商工労政課	0564-23-6407
一宮市	経済振興課	0586-28-9130
瀬戸市	交流活力部産業課	0561-88-2652
半田市	経済課	0569-84-0638
豊川市	産業部商工観光課	0533-89-2140
津島市	産業振興課	0567-24-1111
豊田市	商業観光課	0565-34-6642
安城市	商工課	0566-71-2235
西尾市	商工観光課	0563-65-2168

市町村名	担当部署	電話番号
蒲安市	産業環境部観光商工課	0533-66-1118
大府市	商工労政課	0562-45-6227
知立市	市民部経済課	0566-95-0125
高浜市	地域産業グループ	0566-52-1111
田原市	商工観光課	0531-23-3522
阿久比町	産業観光課	0569-48-1111
東浦町	商工振興課	0562-83-3111
南知多町	建設経済部産業振興課	0569-65-0711
美浜町	経済環境部商工観光課	0569-82-1111
武豊町	産業課	0569-72-4345
幸田町	産業振興課商工観光グループ	0564-62-1111

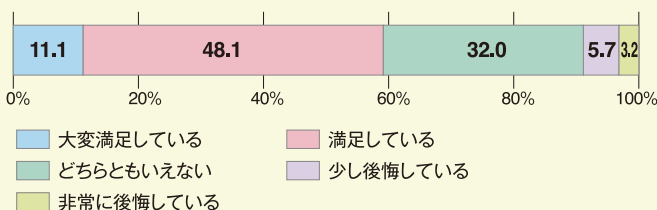
出典:ミラサゴ 未来の企業★応援サイトHP

## コラム 起業の実態は??

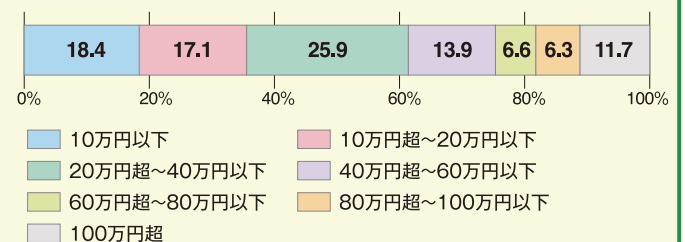
国の調査(平成25年度)によると、起業したことに対する全体評価\*について、満足(「大変満足している」、「満足している」の計)との意向を示した55歳超の方は、約6割います。

〈※ 収入、仕事のやりがい、生活(プライベートとの両立)を総合的に考えた際の評価〉

#### ●起業したことに対する全体評価 55歳超



#### ●起業後の手取り収入(月額) 55歳超



出典:中小企業庁委託「日本の起業環境及び潜在的起業家に関する調査」(平成25年度、(株)三菱UFJリサーチ&コンサルティング)

# 「ありがとう!」と 言われたくて



## 高橋 忠夫さん(66歳)

定年退職

起業準備

起業

1973年安城市役所に入庁し、主に社会教育関係の仕事に携わる。  
2010年3月定年退職後、同年11月「高橋自転車商会」を自宅のある刈谷市内に開業。  
刈谷市を中心に、自転車修理などを行っている。

### 今、どのような活動をされていますか。

刈谷市を中心に、自転車修理業を営んでいます。ほぼ1日1件の自転車修理依頼がありますが、その7割が出張修理で、修理内容のほとんどがパンク修理です。

自転車店だけで生計を立てるのは難しく、年金が収入の大半を占めています。これも定年まで勤めることができたお陰です。自転車店では、仕事というより趣味の延長線と思えるほど楽しんで活動できています。

また、自転車修理とは別に、自転車の魅力をより多くの皆様に知ってもらうため、公民館で「自転車講座」を5年間開催し、自転車に関する知識やモノを大切に使うことの重要性について説明しました。今後も、このような機会があれば、積極的に協力していきたいと考えています。

### 何がきっかけで今の活動をされていますか。

50歳の時に公民館長の仕事をする機会があり、その際に利用者の方から「ありがとう」と言ってもらえる機会に恵まれ、それを機に、「ありがとう」と言われるような仕事をしたいと考えるようになりました。

そこで、皆様から「ありがとう」を言っていただけ仕事、そして自分のやりたかった仕事として、若い頃からの夢であった自転車修理店を開業することに決めました。

また、今まで地域にあった自転車店が廃業され、パンク修理に困っている方々が多かったこともひとつのきっかけとなりました。

### どのようなところにやりがいを感じますか。

15歳から自転車が趣味で、自転車店の開業は若い頃からの夢でした。好きなことを仕事でできることを幸せに感じています。

とりわけ、やりがいを感じるのは、自転車修理を終えて、依頼主に自転車をお渡しする際に、「ありがとう」と言っていただけ時です。人から感謝される以上に嬉しいことはありません。また、自転車を通じて人とのつながりが広がっていくのも楽しみの一つです。

可能であれば、あと10年間、自転車修理店として地域のお手伝いをし、皆様から「ありがとう」をいただければ幸いです。

### どのような準備をされましたか。

在職中(57歳時)に、自転車安全整備士、自転車技師の資格を取得しました。また、退職後は、自転車修理技術のレベルアップを図るため、半年間リサイクル自転車店で実習を積んだり、既に出張自転車修理業を営んでいた方にアドバイスをもらうなどして準備を進めました。

ただ、もともと自転車が趣味で自らメンテナンスをしていたこともあり、それほど苦労はしませんでした。

### 50代の方へのメッセージをお願いします。

退職すると、今まで周りからもものすごく支えられていたということを認識させられます。現役のうちから、周りへ感謝する気持ちを持てると歩みも変わるのではないのでしょうか。

また、60代の活動として、同じ職場で再雇用される道もありますが、今までとは違う道を探してみることで、新しい自分を発見できるのではないのでしょうか。

# 永年の夢 「カフェの開業」



## 岩田 美保さん(54歳)

起業準備

起業

1995年自宅のキッチンでパン教室を開始。2012年カフェの開業を目指し、NPO法人「起業支援ネット」が主催する「起業の学校」に入校。2013年起業の学校を卒業後、自宅の一部を改装し、パン教室とちいさなカフェ「COOCO」を開業。

### 今、どのような活動をされていますか。

自宅の一部スペースを活用し、パン教室を主体とした小さなカフェを運営しています。パン教室は、20年前から開催して

おり、現在50人の方々に通っていただいています。

カフェでは、喫茶、ランチを提供しています。提供するメニューは手作りにこだわっており、家族に食べさせたい味をモットーにしています。

### 何がきっかけで今の活動をされていますか。

たまたま以前住んでいたマンションで開催されていたパン教室に通い始めたところ、自分でも不思議に思うほどパン作りのめり込んでしまい、平成6年からは、自宅で私主宰のパン教室を開き、現在に至っています。

パン教室を主宰し10年15年経つうちに、その集大成として自分で焼いたパンやサンドイッチなどのメニューを提供する店を持ちたいと思うようになりました。しかし、店を持ちたいという望みがあっても、いざとなるとなかなか外へ踏み出す勇気が湧いてきませんでした。思案に暮れているときに、「起業の学校」の記事を新聞で知り、望みどおり前へ進むか、あるいは諦めるかを自身に問うため、「起業の学校」への入学を決めました。

そこでは、私が漠然と考えていた起業の仕組みが、社会の中でどのような位置を占め、また、どのような関わりを持ちながら進むか、などが語られ、先生方をはじめ多くの方々との交流を通じて、自分のカフェを開業する決心が持てるようになりました。そして終了後すぐに自宅の一部を改装して、パン教室を主体とするカフェをオープンさせました。

### どのようなところにやりがいを感じますか。

永年の夢が叶い、私の小さな夢がほぼ予定通り進んでいるので、毎日が楽しく、特にパン教室では、毎回生徒さんたちとおしゃべりしながら賑やかに活動を続けています。

### 今後の夢を教えてください。

カフェは、「地域に溶け込んだ小さなwelcomeスペース」をコンセプトに開業しましたが、まだまだ地域に溶け込め切れていない感じがしています。今後は、近所の方にたくさん来ていただき、このカフェが地域に根差した場所になっていければと思っています。

また、パン教室に現在通われている方は、主婦の方がほとんどなので、今後はお年寄りや子どもなど、様々な年齢層の方に参加していただきたいと思っています。

### 50代の方へのメッセージをお願いします。

若い頃であれば、多少の無理を承知で、いろいろなことにチャレンジできますが、年を重ねると、がむしゃらに続けることは難しくなります。

活動を長く続けるには、オーバーワークの部分をそぎ取り、自問自答を重ねながら、自分の身に合った生き方をするのが、一番大事なことだろうと思います。