

小説『更新ボタンのある人生』(眠っていた夢が動き出すとき)

第0章 プロローグ — 眠っていた夢が目を覚ます —

朝の光が差し込む台所で、斎藤正一(さいとう・しょういち)は湯気の立つコーヒーカップを両手で包み込みながら、窓の外の柿の木を眺めていた。

再雇用になってから二年。

職場では補助的な立場となり、若手のサポートや資料整理が中心になった。
責任は軽く、時間にも余裕ができた。
だが、その穏やかさが、どこか物足りない。

——いつからだろう。

自分の中に、何かが静かに疼き始めたのは。

若い頃、正一には夢があった。

情報技術者として最先端の開発に携わりたい——そう思っていた。
大学では理工学を専攻したが、就職したのは鉄鋼会社。
配属は研究よりも生産現場に近く、やがて管理職として組織をまとめる立場になった。

その道を歩むうちに、「現場の人を支えること」「安全に操業を続けること」が自分の使命だと信じ、やがて夢のことは脇に置いた。
家庭を持ち、子を育て、仕事に追われる日々の中で、
夢は“棚の奥にしまわれたノート”的のように、
存在すら思い出すことがなくなっていた。

だが、定年を迎える補助的な業務に回るようになってから、
ふとした瞬間にそのノートが開かれる。
テレビのニュースで AI やデジタル技術の話題が流れるたびに、
胸の奥が少しだけ熱くなる。

——あの頃の興味は、まだ消えていなかった。

とはいえ、もう 62 歳。
AI だのプログラミングだの、
自分の世代には遠い世界のようにも思える。
もし挑戦するとしても、理解できるだろうか。

今さら何を始めるのか——そんな不安が頭をよぎる。

「あなた、またニュース見てたの？ AIの話、好きね」
妻の久美子が笑いながらコーヒーを注ぎ足した。

「いや、好きというか……。
もし俺が若かったら、ああいう仕事をしてみたかったなと思ってね」

「若くなくても、できるんじゃない？」

「え？」

「だって、“若かったら”なんて言ってるけど、
今のあなた、まだ好奇心は若いままだと思うわよ」

久美子のその言葉が、
心のどこかに小さなスイッチを押したようだった。

——眠っていた夢が、ゆっくりと目を覚ましはじめていた。

登場人物紹介

斎藤 正一(さいとう・しょういち)／62歳
元・鉄鋼会社勤務。定年後は嘱託社員として再雇用され、補助的業務を担当。
若い頃は情報技術者を志していたが、異なる業界でキャリアを築き上げ、
エンジニア・管理職として仕事を全うした。
定年後、時間の余裕の中で再び“技術への情熱”が蘇り、
AIの時代に自分がもう一度学び挑戦できるのかを模索している。

斎藤 久美子(さいとう・くみこ)／60歳
専業主婦。穏やかで現実的な性格。
夫の心の変化を静かに見守りつつ、
「今からでも遅くない」と背中を押そうとしている。

西園 智久(にしその・ともひさ)／62歳
地域のキャリア相談室に所属するキャリアコンサルタント。
元人事部出身で、再就職支援やセカンドキャリア相談を多く担当。
人生後半の「再挑戦」をテーマに、相談者の内なる動機を引き出す支援を行っている。

第1章 再雇用の日々 — モヤモヤの正体 —

朝7時、斎藤正一はいつものように家を出た。

自転車で10分の通勤路。

桜並木の葉はすっかり落ち、朝の風が頬を刺す。

その冷たさが、なぜか心地よかつた。

会社に着くと、若手社員たちの明るい声が響いている。

正一は彼らの間をすり抜けるようにして、静かにデスクへ向かった。

今日の仕事は、データ整理と報告書の確認。

誰かの作った資料を最終チェックし、ミスを修正する。

それは以前のように判断を求められる仕事ではない。

だが「いなくても困らない」わけではない。

社内で誰かが「助かります」と言ってくれるだけで、

なんとなく自分の存在が確かめられる気がした。

——ただ、それだけだ。

昼休み、同僚の後輩が言った。

「斎藤さん、AIでレポートの自動生成とか、最近すごいですよね。

うちの部署でも導入する話出てますよ」

「ほう……そうなのか」

正一は箸を止めた。

「自分で書くより速くて正確。しかも、文章もきれいなんですよ」

「はは……そのうち、俺たちのチェックも要らなくなるかもな」

冗談めかして笑ってはみたが、心の奥に小さな刺のようなものが残った。

AI——その言葉に、なぜか胸がざわついた。

帰り道、家の近くの公園で立ち止まる。

ベンチに腰を下ろすと、どこかで子どもたちの笑い声が聞こえた。

ふと、学生の頃に読んだ雑誌の特集を思い出す。

「これからは情報の時代」と書かれていたページ。

あのとき、胸を熱くして読んだ自分がいた。

——なぜ、あの夢を手放したのだろう。

——本当に、できなかったのか。

定年後の今、余白のある生活の中で、
その問い合わせ繰り返し浮かんでは消える。

家に戻ると、久美子が夕飯の支度をしていた。

「今日もおつかれさま。どうだった？」

「うん、まあ……いつも通りかな」

食卓に並ぶ湯気の向こうで、妻の顔が穏やかに笑っている。

だが、正一の心のどこかは満たされなかった。

「なあ、もし俺が今から勉強するしたら、
笑うか？」

「どうして笑うの？」

「いや、AIとかプログラミングとか……。
もう歳だし、さすがに無理があるかなと思って」

「無理って決めてるの、あなたでしょ」

一瞬、言葉が出なかった。

久美子は続けた。

「あなた、昔から“やると決めたらやる人”だったじゃない。
年齢より、気持ちのほうが先に老けてるんじゃない？」

——気持ちが老けている。

その言葉が、不思議と心に響いた。

まるで長い眠りの中で、自分自身に呼びかけられたような気がした。

その夜、寝る前にパソコンを開く。

検索欄に打ち込んだ言葉は、

「60代 プログラミング 独学」。

表示された無数の記事の中に、
「人生 100 年時代、学び直しで夢を叶えた 60 代男性」という見出しがあった。
クリックすると、写真の中の男性が笑っていた。
自分と同じくらいの年齢。
それでも、何かを掴んだ人の表情だった。

——この人にできたなら、俺にもできるかもしれない。

画面の光が、深夜の静かな部屋に淡く広がった。
斎藤正一の胸の奥に、久しく感じなかつた高揚が
小さく、しかし確かに灯り始めていた。

第 2 章 昔の夢との再会 — 忘れられなかつたもの —

週末の朝、斎藤正一はノートパソコンを前にしていた。
リビングのテーブルには、コーヒーとメモ帳。
検索画面には「初心者 Python」「AI 入門」「60 代 学び直し」などの文字が並んでいた。

「まさか、こんな言葉を自分で打ち込む日が来るとはな……」
小さく笑いながらつぶやいた。

画面の中の文字列は、どこか遠い世界の言葉のようでもあり、
懐かしい旋律のようにも感じられた。

思い返せば、大学時代——。
研究室に籠って、当時の大型コンピュータの前で徹夜したことがあった。
あのとき見たモニターの光が、
未来への入り口のように思えた。

しかし、就職活動では現実が待っていた。
鉄鋼会社への内定。
「安定した会社だ」「家族を養うには堅実な道だ」
そう言われて、迷いながらも受け入れた。

それでも、配属初日の帰り道に見上げた夜空を、
今でも覚えている。
“この道でよかつたのか”

心のどこかでつぶやきながらも、
新しい職場での責任を引き受け、仲間を守り、
何十年もの時間が流れた。

——そして今、再びあのモニターの光の前に座っている。

手探りでオンライン教材を開く。
英語の文字が並ぶ画面に、少しづつじろぐ。
変数、ループ、アルゴリズム。
どれも懐かしいようで、同時にまるで異国の言葉のようだ。

「なるほどな、こう書くのか……」
メモ帳に丁寧に書き写しながら、少しづつ思い出していく。
手を動かすうちに、
“できないこと”よりも“分かる喜び”的なほうが
わずかに勝っていた。

久美子が後ろから覗き込む。
「なにしてるの？」
「勉強だよ。AIとか、プログラムとか……ちょっとだけね」
「ちょっとだけ、ね」
久美子は笑ってキッチンへ戻っていった。
その背中の軽やかさに、少し救われた気がした。

午後、窓の外では、近所の子どもたちが遊んでいた。
彼らの笑い声が、未来そのもののように響く。

——もう一度、未来を見てみたい。
そんな気持ちが静かに湧き上がってくる。

だが、同時に不安も顔を出す。
自分はもう62歳。
目も疲れるし、集中力も続かない。
若い人のように柔軟には吸収できない。

もし途中で挫折したら？
もし何も身につかずに終わったら？

そんな思いがよぎるたびに、
またパソコンを閉じてしまいそうになる。

そのとき、画面の片隅に「地域キャリア相談室」という文字が目に入った。
“学び直しを支援します。人生の後半からの挑戦を応援します。”

正一は無意識のうちにクリックしていた。
表示されたページの写真には、落ち着いた雰囲気の相談室と、
笑顔で話を聞く一人の男性——「キャリアコンサルタント・西園智久」とあった。

「キャリアコンサルタント……」
そう口に出てみると、少し照れくさかった。
しかし同時に、
“今の自分が何を目指したいのか、誰かと話してみたい”
そんな気持ちがふと湧いていた。

久美子が夕食の支度をしながら声をかけた。
「ねえ、来週の火曜、お休みなんですよ？ どこか出かけるの？」
「うん……ちょっと、相談に行ってみようかと思って」
「相談？」
「うん。新しいことを始める前に、
今の自分のことを整理してみようかと思って」

「いいじゃない」
久美子の声は、思いのほか軽やかだった。

その夜、正一は久しぶりに胸の奥が少し温かくなるのを感じた。
眠りに落ちる直前、
——もしかしたら、まだ“間に合う”的かもしれない。
そんな思いが、静かに灯っていた。

第3章 キャリア相談室にて — 踏み出せない理由 —

午後2時、斎藤正一は市役所の一角にある「キャリア相談室」の扉を開けた。
ガラス越しに差し込む光が柔らかく、静かな空気が流れている。
受付で名前を告げると、案内された面談室のドアの前に一瞬立ち止った。
胸の奥に、少し緊張のようなざわめきがあった。

扉をノックすると、中から穏やかな声がした。

「どうぞ、お入りください」

室内には白い机と二脚の椅子。

窓際には小さな観葉植物が置かれている。

その奥で、西園智久が立ち上がり、丁寧に一礼した。

「本日はありがとうございます。斎藤さんですね」

「はい。……こういう相談は初めてでして」

「いらっしゃる方の多くがそうですよ。

どうぞ、楽な姿勢でお話しください」

促されて椅子に腰を下ろすと、

不思議と心が落ち着いていくのを感じた。

「では、今日はどのようなお話をされたいと思われていますか？」

西園の声は、静かで、急かす気配がまったくなかった。

斎藤は少し考えながら口を開いた。

「定年で再雇用になって、もう二年になります。

仕事は安定していて、不満はないんですが……

最近、昔のことを思い出すようになります」

「昔のこと、ですか？」

「ええ。若いころは、情報技術の分野に進みたかったんです。

でも結局、鉄鋼のほうに進んで、ずっとその業界で働いてきました。

それで定年を迎える今は補助的な仕事をしていますが……

ニュースで AI やデジタル技術の話を聞くたびに、

なぜか心が動くんです」

「心が動く、ですか？」

「ええ。でも、同時に不安にもなります。

この歳で新しいことを学んでも、理解できるのか。

もし挑戦して失敗したらどうしようか……」

西園はゆっくりと頷いた。

「挑戦したい気持ちと、不安の両方があるのですね」

「はい。どちらが本音なのか、自分でもよく分からなくて」

「なるほど。

では少し視点を変えてお聞きします。

斎藤さんが“挑戦したい”と思うとき、

そこにどんな意味を感じておられますか？」

少し考えて、斎藤は答えた。

「……もう一度、“自分の力で何かを作り出したい”という気持ちです。

若いころは夢でしたが、今は、

単に技術を身につけるだけでなく、

新しいものを理解して、人とつながるきっかけを作りたい……

そんな感じです」

「それはすてきな動機ですね。

『作りたい』『つながりたい』——どちらも“生きる力”的根になる言葉です」

「そう言われると、なんだか気恥ずかしいですね」

西園は微笑んだ。

「でも、いまお話を伺っていて思うのは、

斎藤さんは“挑戦したい”というよりも、

“もう一度、息を吹き込みたい”的かもしません。

長年の経験と知識を持つ方が、

新しい世界でそれを活かす。

それは単なる学び直しではなく、再生です」

その言葉に、斎藤の胸が少し熱くなった。

「……再生、ですか」

「はい。もしよければ、

少しずつでも学び始めながら、

その過程を楽しむことから始めてみませんか？」

「楽しむ……そうですね。

若いころは、夢を叶えることばかり考えていました。

でも今は、“学ぶことそのもの”を味わえる気がします」

西園は軽く頷いた。

「年齢を重ねた方が挑戦するというのは、
“勝負”ではなく、“表現”に近いんです。
長い時間を生きてきた方だからこそ、
新しいものを理解する視点に深みが生まれる」

「表現……か」

面談が終わるころ、
斎藤のノートには、西園の書いた一文が残された。

“学び直しとは、未来の自分との再会である”

その文字を見つめながら、
斎藤は小さく頷いた。
出口へ向かう足取りは、来たときよりも少し軽かった。

外に出ると、冬の風が頬を撫でた。
冷たさの中に、かすかな温もりが混じっている。
それは、どこかで長く眠っていた夢が、
静かに呼吸を始めた証のようだった。

第4章 はじめの一行 — 学び直しの夜に —

夜、リビングの灯りの下でノートパソコンを開く。
机の上には、先日西園から勧められたオンライン教材のプリントとメモ帳。
静まり返った家の中に、パソコンの起動音だけが響く。

画面に映る「Python 入門」の文字。
——はじめの一行。
それがこんなにも重たいものだとは、思わなかった。

キーボードに手を置き、ゆっくりと打ち込む。

`print("Hello, world!")`

エンターキーを押す。

画面に白い文字が現れる。

Hello, world!

たったそれだけのことなのに、
胸の奥がじんと熱くなった。
初めて何かを作ったような、
遠い昔の感覚がよみがえってくる。

「おお……出たぞ」
思わず声が漏れた。

キッチンで食器を片づけていた久美子が顔を出す。
「なに？ どうしたの？」
「いや……やっと、動いたんだ」
「動いた？」
「ほら、ここに“ハロー・ワールド”って出た」

久美子は画面を覗き込み、少し笑った。
「なんだか可愛いね、それ」
「そうだろう。でもこれが、最初の一歩なんだ」

斎藤は照れくさそうに言った。
久美子は「がんばってね」とだけ言い、また台所に戻った。
それがどんなにうれしかったか。

——たった一行の文字。
だが、その一行が、彼にとっては“自分の世界がもう一度動き出した証”だった。

数日後の夜も、同じように机に向かった。
YouTube の講義を見ながら、変数や条件分岐の構文を学ぶ。
「わからない」「難しい」と何度もつぶやきながらも、
少しずつ理解の糸がつながっていく。

ある夜、久美子が紅茶を淹れて持ってきた。
「ねえ、最近、楽しそうね」
「そう見えるか？」
「うん。なんか、目が昔みたい」

「昔みたい？」

「そう。若いころ、会社のプロジェクトが始まるときの顔」

その言葉に、斎藤は小さく笑った。

「そうか……。

あの頃は、“できるかどうか”より“やってみたい”が先にあったな」

紅茶の香りが部屋に広がる。

どこか懐かしい時間の匂いがした。

数週間後、プログラムで簡単な計算アプリを作った。

「これで、家計簿の月集計くらいなら自動で出せるかもしれない」

動作確認をしてみると、見事に計算結果が表示された。

思わず笑みがこぼれる。

成果というより、“作れたこと”自体が喜びだった。

パソコンの画面の向こうに、かつての自分が見える気がした。

あの頃、研究室で夜を明かした青年——

あいつは、まだ自分の中にいたのだ。

ふと、ノートにメモをとる。

「歳を取ってから始めるのは、遅いことじゃない。

“今の自分”で始められることを見つけることだ。」

書き終えた文字を眺め、ゆっくりと息を吐く。

その夜、斎藤は初めて“自分の時間”を取り戻したように感じた。

パソコンの電源を切ると、部屋に静寂が戻る。

窓の外には冬の星。

冷たい空気の中に、

新しい季節の匂いが混ざっていた。

第5章 これまでと、これから — 経験と挑戦の交差点 —

春の気配が、空気の中にわずかに混じり始めたころ。
斎藤正一は、社内の資料室で古い安全管理データを整理していた。
長年勤めた職場の風景は変わらない。
だが、自分の中では何かが変わりつつある。

モニターを見つめながら、ふと思った。
——この作業、もし自動で集計できたら、もっと効率がいいのではないか。

昼休み、ノートパソコンを開き、前夜に学んだコードを思い出す。
少し手を加えれば、日報を自動でまとめられるかもしれない。
試しにスクリプトを書き、テストデータで実行してみた。

画面上に数値が整然と並び、思わず声が漏れた。
「できた……！」

ただ的好奇心だったはずが、
仕事の現場に“活かせる”形を見つけた瞬間だった。

数日後、若手社員にその方法を教えると、
「すごいですね、斎藤さん！ これ、使えますよ！」
と目を輝かせた。

その言葉に、正一の胸の奥がじんと熱くなる。
長年培った“現場の感覚”と、最近身につけた“新しい知識”——
その二つが交わる場所に、自分の存在が確かにあった。

「若い人に教えられるとは思わなかつたな」
自嘲気味に笑うと、後輩が言った。
「でも、そういうのが一番ありがたいです。
現場を知ってる人が技術を使うと、説得力があるんですよ」

その言葉が心に残った。
——経験は過去に置いてきたものではない。
今に繋げたとき、それはもう一度“力”になる。

その週末、西園のもとを再び訪れた。
静かな面談室で、前回よりも落ち着いた表情の自分がいた。

「どうですか、斎藤さん。あれから何か変化はありましたか？」
 「ええ。少しずつですが、学んだことを仕事で試しています。
 まさか自分が“若手に教える側”になるとは思いませんでしたよ」

西園は微笑んだ。
 「学びが自分の外に流れ出したとき、人は一段成長します。
 それは“知識の定着”というより、“生き方の更新”なんです」

「生き方の……更新、か」
 「はい。人は何歳になっても、“アップデート”できる存在です。
 ただし、更新のきっかけは外からではなく、自分の中から生まれる。
 斎藤さんはすでに、そのスイッチを押されたようですね」

その言葉に、正一は静かに頷いた。
 「確かに、怖さはまだあります。
 でも今は、できるかできないかよりも、
 “知らないことを知る楽しさ”のほうが勝っているんです」

「それで十分ですよ。
 挑戦とは、何かを変えることではなく、
 自分を少しだけ前へ動かすことですから」

面談を終えて外に出ると、
 空には薄い雲が流れ、光が差し込んでいた。
 風はまだ冷たかったが、どこか柔らかい。

家に帰ると、久美子が玄関で迎えた。
 「おかえり。どうだった？」
 「うん。いい話をしてきた。
 人生って、更新ボタンがあるんだってさ」
 「更新ボタン？」
 「押したら、また新しい画面が開くんだ」

久美子は笑いながら、
 「じゃあ、あなたのは“更新中”ね」と言った。

その言葉に、斎藤も笑った。
 更新中——

それは、どこか心地よい響きだった。

— 終わり —

Stories on the way.

巻末付録

キャリア理論による整理 — 定年後の「もう一度の挑戦」をどう支えるか —

1. スーパーのライフキャリアレインボー

斎藤の場合、60歳以降の人生で「労働者」「家庭人」「学習者」「市民」といった役割が再構成されている。

- ・再雇用で“補助的労働者”となりつつも、社会との接点を保つ。
- ・家庭では妻との対話を通じて“支え合うパートナー”という役割を再確認。
- ・学習を再開し、“学習者”としての自己を再発見。
- ・若手社員に技術を教えることで、“市民・教育者”としての新たな社会的貢献を果たしている。

すなわち彼の人生は、「再雇用＝終わり」ではなく、「新たな役割群への移行」であり、キャリアの継続的発達を体現しているといえる。

2. シャインのキャリアアンカー

斎藤のアンカーは、若い頃に抑えてきた「技術的・機能的コンピテンス(専門性)」と「自律・独立」であった。定年後にAIやプログラミングへの関心が再燃したのは、長年組織に仕えた後に、ようやく“自分のペースで学び、創り出す”自由が得られたからだ。

この再発見は、彼が「本来自分の中にあった核(アンカー)」に再び出会った瞬間といえる。

3. エリクソンの発達段階論 — 「統合対絶望」から「生成へ」

エリクソンは老年期を「統合対絶望」の段階とし、自らの人生を受け入れ、意味づけることが“統合”に繋がるとした。斎藤は、定年という節目で一度立ち止まり、「過去を振り返りながらも、再び未来を選び取る」というプロセスを歩んだ。それは“終わり”ではなく、“再生成”的始まりである。

学び直しを通じて、彼は自己統合を進めながら、「次世代への貢献」という生成的な動機をも回復している。

4. 意味の再構築 — 「キャリアは終わらない」

キャリアは地位や職務の変遷ではなく、「人生における意味の探求」である。

斎藤は定年後に“もう一度技術を学ぶ”ことで、自分の人生のストーリーに「継続」と「成長」を付け加えた。

つまり、定年後のキャリアは「過去の棚卸し」ではなく、“新しい意味の書き足し”である。

キャリアコンサルタント視点のまとめ

—「もう一度挑戦したい」と語るシニアの声にどう寄り添うか—

1. 現状把握と「モヤモヤの正体」へのアプローチ

定年後の再雇用者が抱える“モヤモヤ”は、しばしば「やることがない」「責任が減った」「感謝はされるが、やりがいがない」といった言葉で表出される。

だが、その背景には、

役割変化による自己概念の揺らぎ

これまでの経験が“過去のもの”になってしまったことへの喪失感

それでもまだ「何かできる」という潜在的エネルギー

が共存していることが多い。

カウンセラーは、「何をしたいか」よりも先に、「なぜ今、心が動いたのか」を丁寧に聞く必要がある。斎藤の場合、それは「かつて抑えてきた夢が、再雇用の余白で顔を出した」ことに起因していた。

2. 「挑戦」と「安定」の二項対立をほどく

シニアの相談では、「挑戦したい気持ち」と「安定を手放せない気持ち」の板挟みがしばしば見られる。

ここで重要なのは、挑戦を「生活を賭けること」として捉えず、「自分の中に新しい要素を取り入れること」として再定義してもらうことだ。

「挑戦とは、今の生活の中に“未来の要素”を少し混ぜること」

この視点を提示することで、相談者の行動可能性は一気に広がる。

斎藤も、“退職して始める”ではなく、“今の延長線で始める”選択をとることで、心理的安全を確保しながら動き出すことができた。

3. 「できる・できない」から「楽しめる・味わえる」への転換

年齢を重ねた相談者ほど、「理解できるだろうか」「若い人に敵わない」といった自己否定的な語りをしやすい。

そのとき、焦点を“成果”から“過程”へ移す関わりが有効である。

「やってみたら楽しかった」

「知らなかったことを知るのが新鮮だった」

こうした気づきを引き出すことで、行動が内発的動機づけに切り替わっていく。

斎藤の「Hello, world!」の瞬間は、まさにその象徴であり、キャリアコンサルタントとして

は、その「初めの感動」をしっかりと共感・承認する姿勢が求められる。

4. 学び直しを支える“支援ネットワーク”的再構築

シニアの挑戦は、本人の意欲だけでは継続しにくい。家庭・職場・地域など、支えの構造が不可欠である。

本事例では、妻・久美子の存在が極めて大きい。彼女は助言ではなく、「肯定と応援」で支えた。これはまさに自己決定理論における“関係性”的の充足であり、支援者はこうした“身近な支援リソース”を可視化し、本人の背中を押す仕組みを整える支援が重要である。

5. 「経験×新技術」から生まれる新しい自己概念

斎藤は、プログラミングを通じて、「技術を学ぶ自分」から「技術を活かして教える自分」へと変化していった。このプロセスは、“自己効力感”と“社会的貢献欲求”を同時に満たす構造を持つ。

シニア支援では、“新しい知識をどう使うか”よりも、“それを通じてどんな自分になりたいか”を焦点化することが鍵となる。

斎藤にとっての再挑戦とは、“技術者としての再生”であり、同時に“支援者としての始まり”でもあった。

6. まとめ

- ・年齢による「できない思い込み」を否定せず、まず尊重の姿勢から入る。
- ・「夢」と「現実」のバランスを取りながら、段階的な行動計画を支援する。
- ・家族・仲間・学習コミュニティなど、周囲との接点を増やす伴走支援。
- ・成果ではなく「変化の意味」を一緒に言語化し、自己概念の更新を促す。
- ・支援の本質は、“夢を叶える手伝い”ではなく、“夢をもう一度信じられるようにすること”である。

あとがき — 更新ボタンのある人生 —

定年という言葉には、「一区切り」という響きがある。
 だが実際の人生は、そこから急に止まるわけではない。
 むしろ、その先にある時間のほうが、“自分らしさ”とじっくり向き合う余白に満ちているの
 かもしれない。

斎藤正一の歩みは、「挑戦」という言葉を大げさに語らない。
 新しい環境に飛び込むでもなく、劇的な転身をするわけでもない。
 ただ、静かに“もう一度知りたい”“もう一度作ってみたい”という思いに従い、一行のコード
 を書き、ひとつの小さな成果を積み重ねていった。

それは「何かになる」ための努力ではなく、「自分をもう一度、生きる」ための行為だった。

AIやデジタル技術の時代に、年齢を理由に身を引くのではなく、“理解しようとすること”そ
 のものが挑戦である。
 知識を吸収するよりも先に、「知ろうとする姿勢」が人を若くする。

西園智久の言葉にあったように、人は何歳になっても“更新”できる。
 それは、昨日の自分に新しい一文を加えるようなもの。
 大きな変化ではなく、静かな上書き。
 けれど、その一文が人生の物語を豊かにしていく。

“更新中”という状態は、まだ何者かになろうとする意志の表れであり、それこそが生きて
 いる証なのだろう。

この物語は、そんな一人の“更新者”的記録である。
 そしてきっと、誰の中にも“もう一度始めたい何か”がある。
 それを見つける勇気こそが、人生100年時代の本当のキャリア形成なのかもしれない。

2025年秋 筆者