

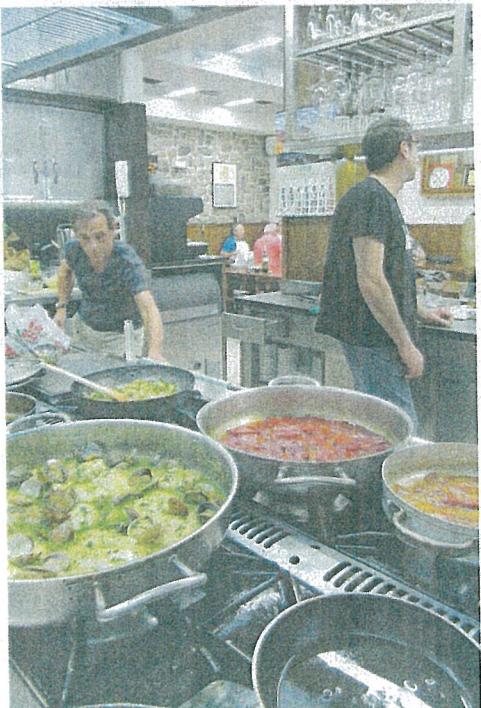
単身世帯が全世帯数の35%を占め、3軒に1軒は一人暮らしになる。晩婚化、未婚化に加え、離婚率の上昇や配偶者の死去による単身高齢者増加など要因は様々だが、国立社会保障・人口問題研究所の推計では2035年には人口の約半分が一人暮らしになる。

昨年末、テレビのドキュメンタリー番組で知り合った高齢女性7人が同じマンションの部屋をそれぞれ購入し、仲間と交流しながら暮らす姿が映し出された。老いの不安や健康上の問題などを抱えながら、孤立せずに

## 探訪 新 ライフスタイル

いくケースが多い。近所付き合いや地域祭事に参加する高齢者に比べ、一人暮らしで交友が少ない高齢者は、介護・死亡リスクが1・7倍に上昇するとのデータもある。

男性が健康的に交流できる機会や居場所として、スペインのサン・セバスチャンの「美食俱楽部」では男性のみが厨房に入れる



スペインのサン・セバスチャンの「美食俱楽部」では男性のみが厨房に入る

## ライフスタイル

# 退職後理想の「たまり場」

一方、男性は仕事での会合や限られた会社仲間での飲み会など、コミュニケーションがある「美食俱楽部」が参考になるのではないかだろうか。サンガイドの三つ星レストランでは「男は外で働き、女は家を守る」との考え方の下、  
男性は厨房から締め出され、おのずとサン・セバスチャンで運営される。最近は妻や恋人を招くのもルールだ。

男性だけでも、料理をするのは男子だけでも、サッカーと政治の話

をしないのもルールだ。仲間と一緒に食することで自然と地域コミュニティが

形成される。日本でも最近では「料理男子」が増えた。AB

性らは家の外にキッチンを借り、仲間同士で食べたり、おのずとサン・セバスチャンで運営される。最近は妻や恋人を招くのもルールだ。仲間と一緒に食することで自然と地域コミュニティが形成される。日本でも最近では「料理男子」が増えた。AB

0を超える。男性だけが入会でき、一定の収入額(東京・千代田)は、男員則がある。会員は「共同体の男性」の証でもある。年会費は1000円(約1万2500円)程度で、理想的な男子会ではないだろうか。

Cクッキングスタジオ(東京・千代田)は、男性生徒数を1万人以上抱える。自分で料理するこ

とで栄養バランスを考えた食生活を送れるし、同

じ趣味を通じた新たな交

友関係もあるだろう。

前向きに生きる姿が印象的だった。お茶を飲んでおしゃべりや、食事会、女子旅と盛りだくさんで出かける機会も多い。

一方、男性は仕事での会合や限られた会社仲間での飲み会など、コミュニケーションがある「美食俱楽部」が参考になる。最近は妻や恋人を招くのもルールだ。仲間と一緒に食することで自然と地域コミュニティが形成される。日本でも最近では「料理男子」が増えた。AB

多くの潜んでいる。

(商い創造研究所代表 松本大地)