

## 5章 資金調達編

### 5-1 起業資金を用意する

#### ① 起業資金とは

事業を始めるために前もって用意するお金を起業資金といいます。起業資金は、最初にかかる経費（初期投資）と毎月かかる経費（運転資金）の3ヵ月分程度が必要です。

初期投資とは、たとえばパソコンの購入費用や会社の設立費用、ホームページ作成費などです。一方、運転資金とは、人件費、交通費、広告宣伝費など毎月かかる経費です。一般的な業種であれば、経費をかけてから売上が上がるまでのサイクルは3ヵ月程度とされていますので、運転資金3ヵ月分を貯めてから起業しましょう。

#### ② 自己資金を準備する

起業資金を計算し、すべてを自分のお金（自己資金）でまかなうか、人から借りる（融資）かを考えます。借りる場合は、起業資金全体のうち、自己資金の比率をなるべく高くします。目安として、起業資金の3分の1～半分程度の自己資金が必要です。

#### ③ 融資と補助金の違いを知る

起業準備のためにお金を集める手段として、融資や補助金があります。

融資とは、金融機関などからの借入で、返済する必要がある資金です。起業時は優遇措置が多く、低金利で借りやすいという利点があります。しかし、負債（借金）を抱えることになりまので、必要な額だけを借りるようにしましょう。

一方、補助金とは、中小企業支援のために国や公共団体、その他機関が事業に必要な資金を支給する制度です。補助金は、返済の必要がありません。起業家や中小企業が利用できる補助制度は数多くありますので、自身の事業に最適なものを活用しましょう。

## 5-2 補助金を活用する

### ①補助金活用の場面

補助金を活用する代表的な場面として、次の5つが挙げられます。該当する場面に直面し、資金調達の必要性が生じたときには、補助金の活用を検討しましょう。

- 1) 創業するとき
- 2) 新たな雇い入れをするとき
- 3) 雇用を維持するとき
- 4) 従業員の能力を向上させるとき
- 5) 販路開拓をするとき

補助金は、用途や対象別に多種多様な制度があります。また、補助金制度は改正されることも多く、頻繁に内容や募集要件が変わります。そのため、申請の際は、最初に制度目的や募集要件を満たしているかどうかを確認してください。

### ②補助金の注意点

補助金は、返済する必要がないという利点がある一方、以下の制約がありますので、注意が必要です。

- 経費をかけた後にしか受け取れない（後払い）
- かけた経費の全額が支給されるわけではない
- 申請には書類作成と審査が必要
- 募集時期が限られている
- 経費をかける前に申請する必要がある

### ③自分に合う補助金の探し方

まずは、補助金の交付元のホームページから直接探す方法が挙げられます。国・青森県・市町村などの補助金が活用できますので、青森県庁や21あおもり産業総合支援センターなどのホームページで確認してみましょう。

| 政府  | 青森県  | 独立行政法人   | 市区町村 |
|---|--|--|------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・経済産業省</li> <li>・中小企業庁</li> <li>・国土交通省</li> <li>・観光庁</li> <li>・農林水産省</li> <li>・厚生労働省</li> <li>・総務省 など</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・青森県庁</li> <li>・(公財) 21あおもり産業総合支援センター など</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・JETRO</li> <li>・NEDO など</li> </ul> | 市区町村 |
| 民間  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・新技術開発財団 など</li> </ul>                              |  |      |

さらに、独立行政法人中小企業基盤整備機構が運営する「J-Net21」というホームページがあります。これは、中小企業のビジネス支援を行うサイトで、「資金を調達する」→「資金調達ナビ」と進めば、都道府県別の補助金情報を調べることもできます。



## 5-3 融資を活用する

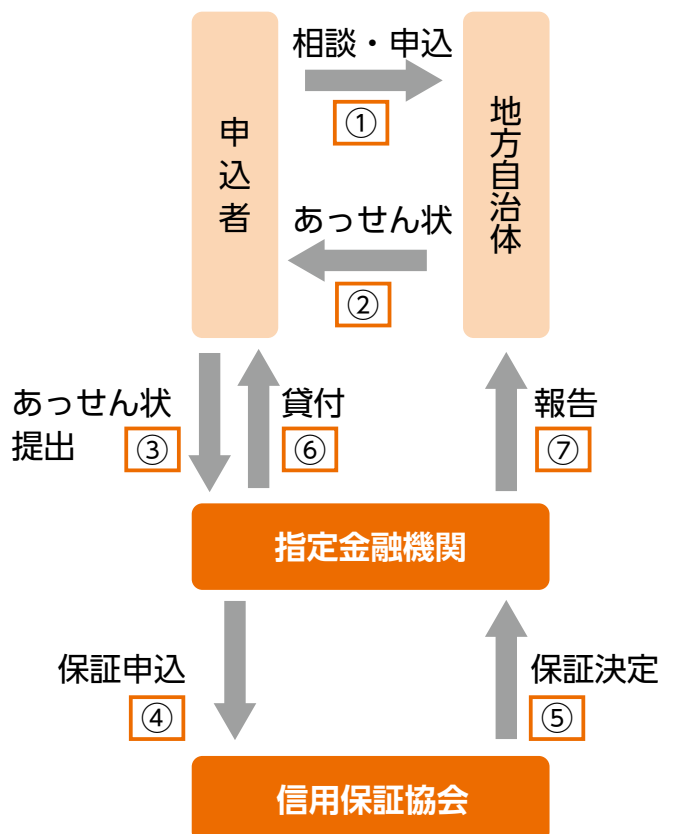
### ①公的融資とは

自己資金が足りない場合、あるいは資金繰りに余裕を持ちたい場合、公的融資制度を利用して金融機関から借りる方法があります。公的融資としては、日本政策金融公庫から借りる方法と、青森県や市などで用意されている「制度融資」があります。

### ②各種の公的融資

日本政策金融公庫は、国の金融機関です。借りる場合は、日本政策金融公庫の各支店窓口申請します。創業のための制度として、「新規開業資金」、「新創業融資制度」、「女性、若者／シニア起業家支援資金」があります。

一方、青森県や市などの地方自治体で用意されている制度融資には、創業関連の貸付制度があります。信用保証協会の保証をつけるのが特徴です。信用保証協会は、中小企業が金融機関からお金を借りる際に保証してくれ、万が一、返済できない場合は、中小企業に代わって銀行に返済してくれるため、銀行は安心してお金を貸してくれます。その分、中小企業は信用保証協会に保証料を支払うことになっています。申請の流れは、右図のとおりです。



### ③融資申請のポイント

申請の際は、所定の融資申請資料のほか、任意の様式で良いので、「事業計画書」（資金繰り表を含む）も準備すると好評価につながります。その際、融資を受けたら何にお金を使うかを、具体的に説明します。

審査のポイントは、まずは事業計画書の利益計画と資金繰り表の整合性がとれていて、融資の申込額が返済可能であると示すことです。また、起業に備えて自己資金を貯めていたことを示せば、熱意の高さと堅実さも評価されるでしょう。

正式に融資を申し込むと、その後、融資担当者との面談が行われます。担当者は、決算書などの実績を示す書類がまだないため、事業の成否、経営者の人柄、資質、経営方針などを聞き、見極めようとします。自らの事業計画の説明を通して、起業動機、これまでの業務経験、事業への熱意や堅実さ、数値面での管理能力など、あらゆる面から事業計画の妥当性を伝えられるような準備が必要です。

## 6章 青森県の創業・起業にかかわる支援制度

### 6-1 青森県の取組

- 住所 青森市長島一丁目1番1号

- お問い合わせ先

商工労働部地域産業課 017-734-9374 (直通)

- 事業概要

青森県では、創業支援の中核となるインキュベーション・マネジャー(IM)の育成、制度融資による金融支援などとともに、各種セミナー、相談会などを実施しています。

- 支援実績

相談件数207件(平成26年4月~平成27年3月)、起業件数56件(同)

- 担当者の声

青森県ではこれまで、創業支援の中核となるIMの育成を行ってきており、IMの伴走型支援による創業者数は年々増加しています。また、県内の関係機関が一体となった合同説明会や、起業家と起業を目指す方のネットワークづくりなど、創業・起業に活用できる多くの「場」を設けています。

皆さん、一緒に創業を目指しましょう！

- 支援制度

青森県特別保証融資制度「未来を変える挑戦資金」

- 対象

県内に事業所を有する中小企業者(創業する者を含む)

- 内容

創業や新商品開発、雇用の創出など、県が推進する前向きな取組を行う県内中小企業者を支援する特別保証融資制度です。この制度を活用することにより、長期かつ低利(固定)での資金調達が可能となります。

【融資限度額】 1億円以内

【資金使途】 運転資金・設備資金

【返済期間】 運転10年以内（2年以内）、設備15年以内（3年以内）

●ホームページ紹介

○Facebook ページ「あおもり創業応援隊！」

<https://www.facebook.com/aomorisogyo>



○青森県庁ページ「創業・起業の支援」

[http://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/shoko/support\\_for\\_entrepreneurs.html](http://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/shoko/support_for_entrepreneurs.html)



## 6-2 公益財団法人 21あおもり産業総合支援センターの取組

●住所 青森市新町二丁目4番1号 青森県共同ビル7階

●お問い合わせ先

総合支援課 017-777-4066

●事業概要

21あおもり産業総合支援センターでは、インキュベーション・マネージャー（IM）による個別・伴走型相談対応を行っており、訪問型での個別相談にも対応いたします。また、創業・起業希望者が創業準備作業を行うためのスペースの提供や、創業に対する情報提供などを行っています。

●支援策紹介

IMの伴走型支援、創業準備スペースや専門図書の閲覧サービス、あおもり元気企業チャレンジ助成事業による創業支援

●支援実績

県の創業支援件数に同じ

●担当者の声

21あおもり産業総合支援センターでは、創業及び中小企業の経営革新、新事業展開などの相談に対し、ビジネスプランの作成から事業化、販路開拓まで、商工会議所、商工会、公設試験研究機関などの支援機関と連携を図りながら、ワンストップで対応しています。

当財団がお手伝いして、多くの方々がご自身の夢を叶え、創業されましたが、ほとんどの方は、決して特別な能力を持っていたわけではありません。日々直面する課題に、時に悩み、しかし創業への強い熱意を持って行動された皆さんです。

私たちは本県の中核的産業支援機関として、このハンドブックを手にとっている皆さんとともに仕事をする日を待ち望んでいます。いつでもお気軽にご相談ください。



● 支援制度

あおもり元気企業チャレンジ助成事業

● 対象

県内で創業する者又は中小企業者、NPO 法人、農事組合法人等

● 内容

本県の産業の活性化及び雇用創出を促進するため、創業又は中小企業等が行う地域活性化の取組に対して助成金を交付します。

**【対象事業】** 創業又は経営の革新を行うために必要なものであって、調査事業、新商品・新技術・新役務の開発、販路開拓及び人材養成を行う事業

**【助成額】** 500万円以内

**【助成率】** 1/2以内（助成期間中に雇用創出を伴う事業、県の推進する戦略等に基づく支援重点分野に関する事業の場合は2/3以内）

**【募集】** 年2回（6月中旬～7月末、12月中旬～翌年1月末）



鎌田 直人 インキュベーション・マネジャー



栗村 圭一  
インキュベーション・マネジャー



大崎 陽一  
インキュベーション・マネジャー

## 6-3 県内各市の創業支援拠点の取組

### ■青森市の取組

- 住所 青森市中央一丁目22番5号
- お問い合わせ先 経済部あおり産品・  
企業支援課 017-734-2378



### ●事業概要

産学官金が連携し、あなたの起業・創業を応援します！産業競争力強化法に基づく「青森市創業支援事業計画」を作成し、「青森市起業・創業等相談ルーム」をはじめとした相談窓口で起業・創業をサポートします。

### ●創業支援施設

#### 【青森市起業・創業等相談ルーム】

起業にチャレンジする方を対象に、起業・創業支援の専門家であるインキュベーション・マネージャーが常駐し、気軽に相談できる窓口を開設しています。また、相談者からのニーズに応じ、起業に伴う手続きや各種支援制度の利用方法といった、スムーズに起業・創業するための知識やノウハウを学べるセミナーを開催しています。

◎住所：青森市新町二丁目6番19号 大坂漆芸2階

◎開設時間：10～18時 毎週月～金曜日（祝祭日、年末年始を除く）

◎利用料：無料

◎連絡先：017-763-0037 E-mail：aosoroom@jongara.net

### ●支援実績

平成24年5月の開設から平成27年3月31日までの間に、34名の方が起業されています。

### ●担当者の声

青森市では、平成26年6月に「青森市創業支援事業計画」を作成し、市内の起業・創業を支援する関係機関と連携しながら、起業・創業支援に取り組んでいます。

青森市起業・創業等相談ルームでは、相談者の相談内容に応じて、必要な情報の提供やアドバイスを行い、あくまでも相談者様ご自身が判断し、具体的な活動を行っていただいております。市内での起業・創業に興味・関心がある方、また検討している方など、お気軽に相談窓口をご活用ください。

## ■弘前市の取組

- 住所 弘前市大字上白銀町1番地1
- お問い合わせ先 商工振興部産業育成課  
0172-32-8106



- 事業概要

地域におけるビジネスの創出、経済の活性化を目的に、起業・創業支援拠点ひろさきビジネス支援センターを開設し、専門家による個別相談、各種セミナー・勉強会の開催、ワークスペースの貸出を行っています。

- 創業支援施設

### 【ひろさきビジネス支援センター】

インキュベーション・マネジャー（IM）による伴走型支援、新分野チャレンジ支援、学生発ベンチャー創出支援、UIJターン起業支援などを行っています。

◎住所：弘前市大字土手町31番地 土手町コミュニティパーク内コミュニケーションプラザ棟2階

◎開設時間：9～17時 毎週月～金曜日（祝祭日、年末年始を除く）  
IMによる相談は毎週水曜日（要予約）

◎利用料：無料

◎連絡先：0172-32-0770 E-mail：hbsc@jongara.net

- 支援実績

相談件数330件（平成25年4月～平成27年7月）、起業件数39件（同）

- 担当者の声

弘前市では平成26年5月に「弘前市経営計画」を策定し、起業・創業に対する支援体制や環境整備の充実に向けた取組を強化しています。また、同10月には「弘前市創業支援事業計画」が国に認定され、計画で掲げた目標を達成するために、地域の創業支援事業者のネットワークを構築するとともに、ワンストップ窓口を設置し、創業希望者のサポート体制の効率化を図りました。

これから創業・起業を目指す方はぜひ、創業支援拠点施設「ひろさきビジネス支援センター」をご活用いただき、市内で新たな事業を始めてみてはいかがでしょうか？弘前市も一緒になって、皆様の創業をサポートさせていただきます。

## ■八戸市の取組

- 住所 八戸市内丸一丁目1番1号
- お問い合わせ先  
商工労働部商工政策課 0178-43-9242
- 事業概要



八戸市アントレプレナー情報ステーションの設置、青森県・八戸市連携融資制度、創業融資利子補給制度、創業セミナーの開催（年2回程度）

- 創業支援施設

### 【八戸市アントレプレナー情報ステーション】

新規創業における事業計画の作成支援、創業に伴う各種手続の支援など、創業に関する全般的なアドバイスを実施するとともに、創業に関するセミナーも開催しております。

◎住所：八戸市十三日町8番地 まちの駅はちのへ

◎開設時間：11～18時 年中無休（お盆、年末年始を除く）

定期相談は毎週水曜日の13～16時（要予約）

◎利用料：無料

◎連絡先：0178-41-2224 E-mail：antre5@pl.hi-net.ne.jp

※「事業概要」、「創業支援施設」については、平成28年度以降、内容が変更となる可能性があります。

- 支援実績

平成20年の開所から平成26年度までに、アントレプレナー情報ステーションの活用により、合計25名の方が創業しております。また、創業をお考えの方を対象としたセミナーには、毎回多くの方にご参加いただき、創業へのきっかけとしていただいております。

- 担当者の声

八戸市では、創業希望者のためのサポートスペースとして、アントレプレナー情報ステーションを設置しています。新たに事業を始めたい方、事業計画の作り方がわからない方、また創業に向けて何から始めたらよいか悩んでいる方など、まずはお気軽にご相談ください（シニア世代の皆様からも多くのご相談をいただいております）。

## ■五所川原市の取組

- 住所 五所川原市字岩木町12番地
- お問い合わせ先  
経済部商工労政課 0173-35-2111  
(内線2552、2554)
- 事業概要



五所川原市及び周辺地域でのビジネスの創出、経済の活性化を目的に、五所川原市創業相談ルームを開設し、創業支援の専門家による個別相談を行っています。

- 創業支援施設

### 【五所川原市創業相談ルーム】

創業・起業の専門家「インキュベーション・マネジャー（IM）」が、構想・企画の段階から創業・起業に至るまでの相談に対応します。

◎住所：五所川原市字大町21番1号 立佞武多の館6階

◎開設時間：10～16時 毎月第2・第4火曜日

要予約（祝祭日、年末年始を除く）

※上記以外でご希望の方はご連絡ください。

◎利用料：無料

◎連絡先：0173-35-2111（市商工労政課）内線（2552、2554）

- 担当者の声

五所川原市では平成27年度から、創業をめざす方や事業者の新たな事業展開を促進するため、青森県と協働で「五所川原市創業相談ルーム」を開設いたしました。

このルームでは、起業・創業支援の専門家であるインキュベーション・マネジャーが、構想・企画の段階から創業・起業に至るまで、皆様のご相談に応じます。

五所川原市では、創業支援に取り組み始めたばかりですが、専門家であるインキュベーション・マネジャーと一緒に、皆様の創業に寄り添った支援をさせていただきます。

起業・創業に関心をお持ちの方、具体的に起業・創業をお考えの方は、ぜひご利用ください。

## ■三沢市の取組

- 住所 三沢市桜町一丁目1番38号
- お問い合わせ先  
経済部産業政策課 0176-53-5111  
(内線281)



- 事業概要

三沢市及び周辺地域における経済の活性化を目的に、創業相談ルームを設置し、専門家による個別相談を行い、創業・起業を支援します。

- 創業支援施設

### 【三沢市創業相談ルーム】

創業・起業支援の専門家「インキュベーション・マネジャー（IM）」が、構想・企画の段階から創業・起業に至るまで、皆様のご相談に対応します。

◎住所：三沢市幸町二丁目1番1号 三沢市商工会3階

◎開設時間：10～17時 毎月第2、第4火曜日  
要予約（祝祭日、年末年始を除く）

◎利用料：無料

◎連絡先：三沢市経済部産業政策課 0176-53-5111（内線281）

- 担当者の声

三沢市では、平成27年6月から創業相談ルームを開設しております。「経験を活かして独立したい」、「資金調達はどうすればいい?」、「創業したけれど帳簿の付け方は?」など、無料でご相談に応じますので、ぜひご利用ください。

また、地元農林畜水産物を使用した特産品開発や販路拡大への補助、空き店舗への出店に係る改装費の補助、創業融資への保証料補給などもございますので、ご利用ください。

## ■むつ市の取組

●住所 むつ市中央一丁目8番1号

●お問い合わせ先

経済部商工観光課 0175-22-1111  
(内線2643)



●事業概要

下北地域でのビジネスの創出、経済の活性化を目的に、むつ市創業相談ルームを開設し、創業支援の専門家による個別相談、創業希望者や創業初期段階の事業者が集まる創業塾の開催を行っています。

●創業支援施設

### 【むつ市創業相談ルーム】

インキュベーション・マネジャー（IM）による伴走型支援を行っています。

◎住所：むつ市田名部町10番1号 むつ来さまい館1F会議室

◎開設時間：10～17時 毎月第2・第4木曜日  
要予約（祝祭日、年末年始を除く）

◎利用料：無料 ◎連絡先：0175-22-1111（内線2643）

◎E-mail：mt-shoukou@city.mutsu.lg.jp

●支援実績

平成27年6月開設

相談件数：5件（平成27年6～8月） 創業件数：1件

●担当者の声

むつ市では平成27年5月に「むつ市創業支援事業計画」が国に認定され、計画で掲げた目標を達成するため、市をはじめ、商工会議所・商工会や金融機関、支援機関が連携して、創業したい方へワンストップで支援していく体制を整えております。

さらに、同10月からは下北郡内の町村とも連携し、下北郡内一体で創業したい方への支援体制を整えております。

創業に向けて何から手をつけていけばいいのか、お困りごとがありましたら、まずは気軽にお電話ください。

## 6-4 日本政策金融公庫青森支店国民生活事業の取組

●住所 青森市長島一丁目5番1号

●お問い合わせ先

017-723-2331

●事業概要

国の政策の下、民間金融機関の補完を旨としつつ、社会のニーズに対応して、種々の手法により、政策金融を実施する機関



●おもな業務

小口の事業資金融資、創業支援・地域活性化支援、国の教育ローン、恩給・共済年金などを担保とする融資

●支援策紹介

### 女性、若者／シニア起業家資金

日本政策金融公庫国民生活事業では、「女性、若者／シニア起業家資金」などのご融資を通じて、事業開始後7年以内の女性、または30歳未満か55歳以上の方のお手伝いをさせていただいております。

|           |   |
|-----------|---|
| ご利用いただける方 | 女性または30歳未満か55歳以上の方であって、新たに事業を始める方や事業開始後おおむね7年以内の方。法人組織としている方もご利用いただけます。               |
| 資金のお使いみち  | 新たに事業を始めるため、または事業開始後に必要とする資金。   |
| ご融資額      | 7,200万円以内（うち運転資金4,800万円以内）  |
| ご返済期間     | 設備資金：15年以内（特に必要な場合は20年以内〔うち据置期間2年以内〕）<br>運転資金：5年以内（特に必要な場合は7年以内〔うち据置期間1年以内〕）          |
| 利率（年）     | 設備資金（土地所得資金）：基準利率<br>設備資金（土地所得資金を除く）：特別利率 A、特別利率 C（技術・ノウハウ等に新規性がみられる方）<br>運転資金：特別利率 A |
| 担保・保証人    | お客様のご希望を伺いながらご相談させていただきます。  |

※雇用の維持または拡大を図る場合は、融資制度に定める利率から0.1%引下げとなります。※お使いみち、ご返済期間、担保の有無などによって異なる利率が適用されます。※技術・ノウハウ等に新規性がみられる方のうち、一定の要件を満たす方は、挑戦支援資本強化特例制度（資本金ローン）もご利用いただけます。※「東日本大震災の影響により離職し、創業する方」または「被災地において創業する方」は、1,000万円を限度として利率を低減した「女性、若者／シニア起業家資金（東日本大震災関連）」をご相談いただけます。※審査の結果、お客様のご希望に添えないことがあります。

詳しくは、当社ホームページ [www.jfc.go.jp](http://www.jfc.go.jp) をご覧いただくか、支店の窓口までお問い合わせください。

事業資金相談ダイヤル

(行こうよ！公庫)

☎0120-154-505

電話番号のお掛け間違いにご注意ください。



### ●これまでの取組

「女性・若者／シニア起業家資金」制度では、これから創業される55歳以上の方に、創業資金における運転・設備資金の特別利率をご利用いただけます。

また、創業・新事業展開・事業再生などに取り組む方の財務体質強化を図るために資金を供給する「挑戦支援資本強化特例制度（資本性ローン）」も取り扱いしております。

### ●担当者の声

公庫では、これから創業される方に対して、ご融資に関する情報のほか、事業計画書の作成アドバイスや、「創業に役立つ」情報提供サービスを実施しております。

また、ご融資後にご商売の状況確認や創業後のアドバイスも実施しております。お気軽にご相談ください。お待ちしております！

## 6-5 国の支援施策

### ● 産業競争力強化法に基づく創業支援事業計画

国では、民間活力を高めていくには、地域の開業率を引き上げ、雇用を生み出し、産業の新陳代謝を進めていくことが重要との認識の下、平成25年6月に閣議決定された「日本再興戦略 -JAPAN is BACK-」において、「開業率・廃業率が米国・英国レベル（10%台）になることを目指す」としています。こうした目標の実現に向け、平成26年1月に施行された産業競争力強化法では、地域の創業を促進させる施策として、市区町村が民間事業者と連携し、創業支援を行っていく取組みを応援することとしています。

同法に基づき、市区町村が創業支援事業計画を作成し、国の認定を受けることで、当該市区町村内の創業者も支援措置を受けることができます。本県では青森市、弘前市、八戸市、三沢市及びむつ市の5市が創業支援計画を作成し、国の認定を受けています（平成27年8月末日現在）。

市区町村等が創業者等に行うセミナーや相談対応など継続的な支援を受けた創業者は、(1) 株式会社を設立する際の登記に係る登録免許税の軽減、(2) 無担保、第三者保証人なしの創業・起業関連保証の枠の拡充、(3) 創業・起業関連保証の特例の6ヵ月前からの適用、といった支援を受けることができます。詳細は、お住まいの市町村にご確認ください。

### ● 創業促進補助金

国では、新たに起業を目指す女性・若者等の創業者や、事業承継を契機に既存事業を廃業し、新分野に挑戦するなどの第二創業を行う方に対して、店舗借入費や設備費等の一部を補助する「創業促進補助金」を、公募により実施しています。創業促進補助金は、各年度の当初予算あるいは補正予算により予算措置されておりますが、その公募情報等については、中小企業庁 HP (<http://www.chusho.meti.go.jp/>) や中小企業ビジネス支援サイト J-Net21 (<http://j-net21.smrj.go.jp/>) などに掲載されますので、ご注目ください。

## 6-6 創業に関する相談窓口

|                       | 名称           | 電話           |
|-----------------------|--------------|--------------|
| 商<br>工<br>会<br>議<br>所 | 青森商工会議所      | 017-734-1311 |
|                       | 弘前商工会議所      | 0172-33-4111 |
|                       | 八戸商工会議所      | 0178-43-5111 |
|                       | 黒石商工会議所      | 0172-52-4316 |
|                       | 五所川原商工会議所    | 0173-35-2121 |
|                       | 十和田商工会議所     | 0176-24-1111 |
|                       | むつ商工会議所      | 0175-22-2281 |
| 商<br>工<br>会           | 平内町商工会       | 017-755-3254 |
|                       | 外ヶ浜町商工会      | 0174-22-2441 |
|                       | 今別町商工会       | 0174-35-2014 |
|                       | 蓬田村商工会       | 0174-27-2450 |
|                       | 岩木山商工会       | 0172-82-3325 |
|                       | 西目屋村商工会      | 0172-85-2828 |
|                       | 藤崎町商工会       | 0172-75-2370 |
|                       | 大鰐町商工会       | 0172-48-2335 |
|                       | 青森市浪岡商工会     | 0172-62-2511 |
|                       | 平川市商工会       | 0172-44-3055 |
|                       | 田舎館村商工会      | 0172-58-2417 |
|                       | 鱒ヶ沢町商工会      | 0173-72-2376 |
|                       | つがる市商工会      | 0173-42-2449 |
|                       | 深浦町商工会       | 0173-74-2509 |
|                       | 板柳町商工会       | 0172-73-3254 |
|                       | 金木商工会        | 0173-52-2611 |
|                       | 中泊町商工会       | 0173-57-2733 |
|                       | 鶴田町商工会       | 0173-22-3414 |
|                       | 市浦商工会        | 0173-62-2232 |
|                       | 三沢市商工会       | 0176-53-2175 |
| 野辺地町商工会               | 0175-64-2164 |              |
| 七戸町商工会                | 0176-62-2521 |              |

|                  | 名称           | 電話           |
|------------------|--------------|--------------|
| 商<br>工<br>会      | 十和田湖商工会      | 0176-72-2201 |
|                  | 六戸町商工会       | 0176-55-2095 |
|                  | 横浜町商工会       | 0175-78-2218 |
|                  | 上北町商工会       | 0176-56-2335 |
|                  | 東北町商工会       | 0175-63-2329 |
|                  | 天間林村商工会      | 0176-68-2189 |
|                  | おいらせ町商工会     | 0178-56-2511 |
|                  | 六ヶ所村商工会      | 0175-72-2331 |
|                  | むつ市川内町商工会    | 0175-42-2301 |
|                  | 大畑町商工会       | 0175-34-3500 |
|                  | 大間町商工会       | 0175-37-2233 |
|                  | 東通村商工会       | 0175-48-2081 |
|                  | 風間浦村商工会      | 0175-35-2010 |
|                  | 佐井村商工会       | 0175-38-2270 |
|                  | 三戸町商工会       | 0179-22-2131 |
|                  | 五戸町商工会       | 0178-62-3151 |
|                  | 田子町商工会       | 0179-32-2177 |
|                  | 南部町商工会       | 0178-75-1133 |
|                  | 階上町商工会       | 0178-88-2045 |
|                  | 南郷商工会        | 0178-82-2348 |
| 青森県商工会連合会        | 017-734-3394 |              |
| 市<br>担<br>当<br>課 | 青森県中小企業団体中央会 | 017-777-2325 |
|                  | 黒石市商工観光課     | 0172-52-2111 |
|                  | 五所川原市商工労政課   | 0173-35-2111 |
|                  | 十和田市商工労政課    | 0176-23-5111 |
|                  | 三沢市産業政策課     | 0176-53-5111 |
|                  | むつ市商工観光課     | 0175-22-1111 |
|                  | つがる市商工観光課    | 0173-42-2111 |
| 平川市商工観光課         | 0172-44-1111 |              |

## コラム

## シニア起業の先進事例⑤

株式会社建修社代表取締役 勅使河原 修 氏 53歳  
(神奈川県相模原市)



私は建設業界で働いていましたが、建物完成後の適正な維持管理を探求したいという思いから、起業をしました。現在は株式会社建修社を設立し、建物の改修工事や建物に関するコンサルティングの事業を行っています。

私の場合、会社を退職する理由が「起業するため」で、当時の社員仲間からは「おめでとう」との声をいただき、複雑な思いでございました。また、社内では重要なポジションについていたため、すぐに退職とはいきませんでした。理由は私も十分に理解していましたが、会社側も、起業して独立する者を引き留めることには躊躇していたのだと思います。その結果、正社員から契約社員へと勤務形態を変えることで、在職中の起業を容認していただき、その間に自身の会社の準備を整えることができました。具体的には、土日祝日、あるいは有給休暇を利用して、1社とコンサル契約を結ぶことができました。

苦勞したことをあえて挙げるなら、一時的に休暇がとれないことでしょうか。覚悟のうえで起業しましたので、苦勞とは感じていませんでしたが、精神的には張りつめた状況が続きました。情熱あるのみです。

建築技術者には、コンサル、設計、施工、専門職、メーカーといった横割りに対し、そのそれぞれに建築、電気設備、機械設備分野などの縦割りがあります。私は元々、機械設備設計を専門としていましたが、前職で建築施工、電気設備施工、省エネ提案、建物維持保全の研究などにかかわり、トータル的な観点からの提案ができるようになりました。自社の強みは、建物の維持管理段階におけるシングルソースソリューションです。将来的には、建物所有者の立場から、適正な維持管理の提案ができるコンサル会社を確立していきたいと考えております。

これから起業する方には、年齢は関係ないということをお伝えしたいです。思い立ったら情熱をかけて、子どもの将来の会社をひと足先に設立しておくと考えてもよいのではないかと思います。

## おわりに ~ハンドブック制作者として~

私は祖母の介護がきっかけで、シニア層の方が充実した第2の人生（セカンドライフ）を送るお手伝いをしたいと考え、2008年に「シニア起業支援会社」として銀座セカンドライフ株式会社を設立しました。

現在は、①レンタルオフィスの運営、②起業家交流会や起業セミナーの開催、③起業コンサルティングおよび事務サポート、という3つの事業を柱に、起業前から起業後までをワンストップで支援しています。また、全国での講演活動や書籍・新聞での執筆活動を通じて、日々起業支援情報を発信しています。これまでに6,000人を超えるシニア層の方々の起業を支援してきました。全国に先駆けてシニア起業の支援を行ってきたこともあり、このたびの「あおもりシニア起業ハンドブック」作成にあたって、お声がけをいただきました。

当社は、シニア起業家やその希望者に向けて、『ゆる起業®』という起業スタイルをお勧めしています。『ゆる起業』とは、自分の好きな仕事で起業し、無理をせず、適度な収入を得たい方が行う起業のこと。「一か八か」といった切迫感はなく、自分の幸せや充実感などを得るため、“ゆるり”とした気持ちを持った起業です。

このハンドブックを手にとられた方の中には、セカンドライフでの起業を考えている方が多くいらっしゃることでしょう。「起業までに必要とされるのは、一般的にこのようなことです」とお伝えすれば、きっと世の中に続々と新しいサービスが生まれ、皆さんの人生もさらに輝くことと思います。

起業を目指す方、自分の夢を叶えたいと思っている方に、このハンドブックがお役に立てば幸いです。そして、青森からセカンドライフ起業の成功事例をたくさん発信したいと思います。

銀座セカンドライフ株式会社 代表取締役 片桐 実央



**銀座セカンドライフ株式会社** <http://ginzasecondlife.co.jp/>

所在地：東京都中央区銀座7丁目13番5号 NREG 銀座ビル1階

電話：0120-08-4105

E-mail：info@ginzasecondlife.co.jp

**レンタルオフィス・アントレサロン** <http://entre-salon.com/>

**アントレセミナー交流会** <https://ginza-entre.com/>

**起業相談サロン** <http://kigyo.us/>

# For Senior Entrepreneurs



2015年10月発行

**発行 青森県商工労働部地域産業課**

住 所 〒030-8570  
青森県青森市長島一丁目1番1号  
電 話 017-734-9374 (直通)  
F A X 017-734-8107  
E-mail [chiikisangyo@pref.aomori.lg.jp](mailto:chiikisangyo@pref.aomori.lg.jp)