

aging is beautiful

## B A A ニュース

先日、関西の法人会員を訪問するため、久しぶりに JR 大阪駅に下車し驚かされました。現在、再開発が大規模に進んでおり、私の知っている風景とは驚くほど変わっていました。あちこちで建設工事が進んでおり数年後には一段と素晴らしい街並みが出現する予感がします。また、街中を歩きかう人たちも活気に満ちていました。外国人の姿も多く、国際化が進んでいる印象でした。2025 年に開催が決まった大阪万博に向けて、さらなる発展が期待されます。訪問した法人会員からは、関西で BAA 公開講座などイベントが増えると参加しやすいとの声をいただきました。6 月 21 日から LDA 養成講座がはじまります、関西からも多くの方に受講していただけますよう、お願い申し上げます。

## 「 将来に備えて遺言と相続 」 講座報告

2月の「お話の会」は、(一社) かながわ FP 生活相談センター・監事の大庭和夫氏による「もめないための相続対策と遺言書の書き方」がテーマでした。講演後は恒例の会食、質疑応答が続きました。

- I. 相続の基礎知識
- II. 相続税の基礎知識
- III. 相続対策を考える
- IV. 遺言書の特徴
- V. 揉めないための遺言書の書き方
- VI. 民法(相続法)の改正内容

記：大庭 和夫 (LDA19 期)

個人会員に入会いただきますと、上記詳細をご欄いただけます

## 2019 年度 第 31 期ライフデザイン・アドバイザー養成講座 ご案内

2019 年度ライフデザイン・アドバイザー養成講座の募集を開始しました。自己成長を目指される方、ご参加をお待ちいたします。また、お近くの方にご案内して頂けますようお願い申し上げます。

## (はじめに)

人生100年時代の社会で適応するには、組織内でのキャリアだけでなく自律的なライフキャリア開発を行うことが重要になりました。若いうちから生き方、学び方、働き方を自身で考える力を蓄えることが大切です。またそれをファシリテートする人材も求められています。本講座は豊かで有意義な人生を送るビューティフルエージングを支援し実現するアドバイザーを養成いたします。ライフデザイン、キャリア、経済、コミュニケーション、人材育成、ファシリテーションを学びます。講師は大学、企業で経験豊富なスペシャリストです。会社内外で起こる課題を適切に支援・指導できるファシリテーターを、さらに社会で活躍できる社会人講師を育てる、極めて実践的なカリキュラムです。1994年以來30期生まで延べ589名を輩出し、各界で活躍しています。企業の内外でライフキャリアに携わる方、起業するコンサルタント、講師には必須の講座です。

## 〈内容〉

- ☆ 「人生100年時代のライフデザイン」 宮城 まり子 (キャリア心理学研究所代表)
- ☆ 「キャリア・カウンセリングの実際」 廣川 進 (法政大学教授)
- ☆ 「ビューティフルエージング自己育成と将来」 浦田 健一郎 (BAA 専務理事)
- ☆ 「社員活性化のための処方箋」 木村 勝 (リスタートサポート木村勝事務所)
- ☆ 「働く人のメンタルヘルス」 山本 晴義 (横浜労災病院 医師)
- ☆ 「豊かな人生のためのライフ&マネープラン」 奥村 彰太郎 (キャリアとお金のアドバイザー)
- ☆ 「ミドルのパラダイムチェンジ 働き方・学び方」 若月 誠 (アクティブ・ユニット代表)
- ☆ 「アドバイザーとしてコーチングを活かす」 谷岡 賢一 ((財)生涯学習開発財団認定コーチ)
- ☆ 「ライフキャリア研修の進め方」 横山 出 (デル・ライフキャリア研究所代表)
- ☆ 「豊かな人生と交流分析」 下平 久美子 (株REFINE代表取締役社長) (敬称略)

## 〈受講していただきたい方〉

- 企業の人事・総務・人材開発、OB・社友会のリーダー・担当の方
- キャリアコンサルタント、研修講師、産業カウンセラー、ファイナンシャル・プランナー
- 社会保険労務士、中小企業診断士などの有資格者で、更に知識を拡げ、幅広く活動したい方
- 異業種交流で多方面の知己を拡げたい方
- 生きがい、ライフキャリア、人生など自己を深め、人間成長を求める方

## 〈2019年度募集要領〉

- 開講日：6日間 (各金・土) 「6月21, 22日、6月28, 29日、7月12, 13日」
- 会 場： 機械振興会館B-3 6号室 (東京都港区芝公園3-5-8)
- 受講料：118,000円 (税込)、 定員：30名
- メールでお問い合わせください。詳細パンフレットをお送りします。

## 私 の ビ ュ ー テ ィ フ ル エ ー ジ ン グ

ライフデザイン・アドバイザー養成講座が募集中です。今年度で第31期、過去585名を輩出、各界で活躍中です。今回は、昨年、盛岡から通われた西條ユキコさんのビューティフル エージングで

す。「西條ユキコ企画室」のHPを開くと研修講師、アナウンサーなど幅広くご活躍の様子がわかります。ぜひこちらをご覧ください。

### 「サクセスフル・エイジング」

私、1月18日で満69歳になりました。数え年70歳で、「古希」です。

唐の詩人杜甫の詩・曲江の「人生七十古来稀なり」が由来といわれますが、唐の時代（日本の平安時代）の日本人の平均寿命は33歳前後だったそうで、それを今の平均寿命84歳で換算すると、古希はナント178歳！！これでは、70歳は稀（まれ）な筈、と言うか“ありえない”。今や日本に100歳以上が6万7千人以上いるのですから、70歳を古希というのは、違う意味で“ありえない”と思ってしまうます。もっと寿命が延びると予測されている今、「人生100年時代」に合わせた生き方を考える必要があります。



### 「サクセスフル・エイジングについて」

サクセスフル・エイジングとは、1960年代にアメリカで生まれた言葉で、正確に言い表す和訳はないようですが、「良い人生を送り、天寿を全うすること」で、日本に元々ある言葉では「生きがい」「つつがない人生」「幸福な老い」のような意味が最も近いと考えられています。では、どのようにすると「サクセスフル・エイジング」を目指せるのでしょうか？65歳以上の方に楽しみを聞いてみると、家庭菜園や日中のカラオケ・囲碁や将棋・パークゴルフ・フィットネス・映画・トレッキング・・・」実にたくさんの答えが返ってきました。「24時間がすべて自分のモノ。時間に追われることなくのんびりし、映画も美術館もシルバー料金だし、地域のためのボランティアも。退職後の時間は頑張った人生のご褒美、人生で一番幸福」と話す同級生もいれば、「認知症予防にと盛岡ものしり検定の2級と3級に挑戦して合格しました。来年1級に挑戦します」という75歳の先輩もおります。先日、テレビで紹介された仙台の最後の屋台を営んでいる85歳の男性「生きている実感をもっていたい」ということばが心に響きました。「人生100年時代」を考えると、70歳は青年かな？成年までまだまだありますね。私の「人生脚本」も第四章を面白く書きたいと思っているこの頃です。



記：西條 ユキコ（LDA30期）

## 3月 第6回「BAAシニアセミナー」

## ご案内

BAAシニアセミナーは、人生100年時代を過ごすために必要な実用知識を講師と共に学ぶことを目的に、月1回の6回連続講座として開催し、今回は6回目になります。（懇親会も開催しています）

### 3月テーマ：思いを反映したプラス指向のコミュニケーションのコツ

相手（特に配偶者）を中心に身内を味方にし、双方で気持ちよくコミュニケーションをしていきたい。そのためには、どのような点に気をつけていくとよいのか、また、相手の気持ちをどのよ

うに感じ、相手の感じ方を受けとめていくとよいのか、そのポイントをミニワークを通じて体感し、日常の生活に反映させていただければと思っています。

- ◇ 講師:池上 義雄 氏
- ◇ 日時:3月28日(木) 14:30~17:00
- ◇ 会場:青山学習館 学習室 3
- ◇ 受講料:一般 2,000円/講座(BAA個人会員1,500円)
- ◇ 申込:メール ooba@baa.or.jp 大庭和夫 kuki@baa.or.jp 九鬼真弓宛
- ◇ ご入金確認をもって申込完了とします(振込先をご案内します)

### 3月 「エクステンションセミナー」 ご案内

経団連が実施している新卒採用に関するアンケートにおいて「選考にあたって重視した点」の16年連続1位が「コミュニケーション能力」。既に社会人として経験を積んでいる皆さんは、自信ありますか？ 実際に現場でのコミュニケーション力が大切です。全国の企業、大学で活躍中のLDAで榊タナビーバ共同創業者、板谷和代講師から、明るく楽しく学びます。

#### 3月 「伝えた！・・・伝わった？」 ～楽しく学ぶ「伝わる力」向上講座～

「あんなに言ったのに、全くわかってない！」(ある上司の嘆き)。「同じことを言っているはずなのに、なぜ、あの人の説明はわかりやすい？」(ある講師の疑問)・・・同じ日本語を話しているはずなのに、なぜ???今回は、楽しいワークを通じて、「伝わる」ために必要な表現のコツを一緒に学びましょう。人生100年時代を、楽しく元気に生きるためのキーワード「仲間・友人・ネットワーク」(by リンダ・グラットン)。ハッピーキャリアのためにも、「コミュニケーション」の基礎力を磨きましょう！

- ◇ 日時:3月25日(月) 18:30~20:00
- ◇ 会場:新橋・生涯学習センター「ばるーん」304号室
- ◇ 講師:板谷 和代 氏 [株式会社タナビーバ共同創業者/元気の種まき担当、(社)経営学習研究所理事(社)メンタルタフネス協会認定強みエキスパート、武庫川女子大学/筑波技術大学/東京経済大学非常勤講師]
- ◇ 会費:1,000円(BAA個人会員は500円)・・・当日支払です。
- ◇ お申込み:九鬼 メール:[kuki@baa.or.jp](mailto:kuki@baa.or.jp)



### 「三鷹ネットワーク大学講座」 ご案内

BAAが社会貢献活動として、三鷹ネットワーク大学に提供している寄付講座です。「人生100年時代のビューティフルエイジングを考える」を講座タイトルとして毎月開催しています。

#### 3月「健康寿命を伸ばすため簡単にできる基礎知識を教えます」

日本の平均寿命は伸び続け、女性は世界一、男性も追随し、ハイレベルの水準を示しています。しかし、「長生きできると！」と単純に喜んでいられない様々な課題があります。そういった課

題解決のための健康リテラシーの確認、実際に暮らしに役立てていく方法、健康維持促進のため簡単にできるセルフケア方法も実技を交えてお伝えします。

◇ 開催日：3月20日（水）15：00～16：30

◇ 講師：山田 和実 氏 「空間デザイナー」

#### 4月「不確実な時代の個人投資家に必要な投資方針とは」

2019年は米中貿易戦争の拡大、欧州では英国のEUからの合意なき離脱、アジアでは中国経済の減速など、世界経済に悪影響を及ぼすイベントが次々に起こっています。このような不確実な時代に資産を守り増やすための運用方法を考えてみます。

◇ 開催日：4月18日（水）15：00～16：30

◇ 講師：浦田 健一郎 氏 「BAA専務理事」

[会場、申込先など]

◇ 会場：三鷹ネットワーク大学推進機構 三鷹駅前協同ビル3階（JR三鷹駅南口徒歩3分）

◇ 受講料：500円（3月）、4月講座以降無料 三鷹市民でなくても参加できます。

➤ 申込先：三鷹ネットワーク大学推進機構・・・電話でお願いします。当日参加も可能です。

URL <http://www.mitaka-univ.org/> TEL：0422-40-0313

### 「BAAシニアセミナー」

### ご報告

2月のBAAシニアセミナーはGCDFでのキャリアコンサルタント養成講座や諸企業でご活躍の奥村講師でした。

◇ テーマ：「老後生活で知っておきたい「お金の知識」」

◇ 会場：新橋・生涯学習センター「ばるーん」304号室

◇ 日時：2月28日（木）14:30～16:30

◇ 講師：奥村 彰太郎 氏 [“お金と仕事”のアドバイザー、LDA9期]

➤ 概要：生涯収支（人生の三大資金）のトレンド、定年後の時間と生活費・収入のイメージにつづき、公的年金、退職金、健康保険、介護保険、雇用保険、相続・贈与・寄付、生命保険、金融商品運用など幅広い分野について解説されました。また受講者からは体験談や質問が多数出され内容の関心の高さがうかがえました。記：事務局 大庭和夫

### 「BAA講師派遣」

### ご利用のお願い

BAAでは589名のライフデザイン・アドバイザーを輩出しており、プロの講師として様々な分野で活躍しています。また、企業、公的機関、研究会などに講師を派遣いたします。さらにBAAに出講いただいた講師のご紹介もいたします。

是非、講座、研修などの講師にご活用いただきたくお願い申し上げます。

[研修・講座テーマ]

☆ ライフプラン・人生設計	☆ キャリア・ライフキャリア
☆ ファイナンス	☆ 相続・贈与、終活
☆ コミュニケーション	☆ 趣味を通じた生きがいがづくり

※講師登録者の名簿など事務局で用意しておりますのでお気軽にご相談ください。 担当：大庭

## B A A イ ベ ン ト 情 報

### 1. 観劇会

☆ 新国立劇場 オペラ公演 「蝶々夫人」 <https://www.nntt.jac.go.jp/opera/education/>

【今回特典】「初心者向けオペラレクチャー」に特別にご参加いただけます。

一般には公開していない特別プランです。この機会にオペラを是非！

- キャスト：詳細はWEBでご覧ください。
- 日時：6月9日（日） 14時開演
- BAA料金（食事なし）：B席 10,300円
- 応募締切：4月9日（火）定員：B席20名 ※S席ご希望の方も対応できます。

☆ 国立劇場 2019年歌舞伎鑑賞教室

- 演目：「解説 歌舞伎のみかた」（上演演目は未定）
- 出演：中村鴈治郎、中村耄太郎 ほか
- 日時：6月14日（金） 14：30開演
- 会場：国立劇場
- BAA料金：1等席（お弁当なし）3,600円
- 応募締切：4月22日



### 2. お話の会 …〈どなたでも参加できるお話と昼食会です〉

4月 「美楽生（みらい）整理」 ～これからの人生を美しく楽に生き生きと～

身の回りを整え、自分にとって本当に必要なモノを選び、それを大切にしていきましょう。

そうすると、本当にやりたいことが分かり、有意義な人生の時間を過ごすことができるようになります。夫、親のこと、出会ったお客様のエピソード等身近な話題を提供します。

- 日時：4月16日（火）10：00～11：30（講話）11：40～12：40（会食）
- 講師：伊藤寛子（いとう ひろこ）氏 [収納設計アドバイザー1級、インテリアコーディネーター、片づけ大賞2018ファイナリスト]
- 応募締切：4月12日（金）（定員・18名）
- 会費：4,000円（レストラン昼食付）
- 会場：星稜会館（千代田区永田町・日比谷高校隣）

3. 第89回 囲碁大会 …〈初心者から上級者の方、また女性の方もいらっしゃいます〉

- 日時：3月14日（木）10：00～16：30
- 場所：日本棋院・有楽町囲碁センター（東京交通会館9階）

- ▶ 会費：2,800円（事前振込の場合）
- ▶ 応募締切：3月7日（木）
- ▶ 定員：80名

☆ **各種イベントの申込み** メール又はFAXをお願いします。

- ▶ 申込先：事務局・九鬼宛      メール：kuki@baa.or.jp      F A X：03-3437-2510
- ▶ 参加メンバーすべての名前を記入下さい。
  - ① お名前（ふりがな）      ②メール      ③電話番号      ④紹介者      ⑤企業名
  - ⑥イベント名（観劇・囲碁大会・お話の会・大相撲・ハイキングなど） ⑦開催月日
  - ⑧演目      ⑨申込人数      ⑩個人会員（有・無） ⑪その他（連絡事項など）

会員会社とその親族の方および個人会員の方が参加できます

## L D A の 会 活 動 報 告

LDAの会、同期会・研究会（分科会）の活動状況や会員の皆様の活躍している情報などを紹介します。

### 1. 4水会:第4水曜日、午後3時から各期のLDAが集まる、気楽なお話と懇親会。でも、どなたでもどうぞ。

2月の4水会は、埴 猛さん（LDA12期）テーマは「旧制高等学校の柔道って何？」です。

旧高专とは進学率が0.5%だった戦前の高等教育機関で、大学令、高校学校令、専門学校令に準拠して作られた学校や大学予科のこと。第一から第八までのナンバースクールと地方都市名がついてるネームスクールと言われる学校などがあつた。ちなみに第一高等学校が現在の東京大学、第二が東北大学、第三が京都大学になった。勉強ばかりで柔道経験のない学生達が、講道館柔道とは一線を画した団体戦を行ってきた。絶対負けない柔道は寝技が中心であつた。血と汗と努力、その歩みは現在七帝柔道と言われているそうです。決して「まいった」をしない柔道で、ご自身の経験を交えた話と、書籍等の解説に参加者の方は感嘆していました。記：事務局 大庭和夫



### 2. 関西支部イベント

2月2日（土）昨年10月に続き、経営の神様といわれた松下幸之助をもっと深く理解し、経営に関する理念や考え方から人を活かす経営の実践を学ぶ良い機会と思いシリーズ第二段として「松下資料館」の見学を企画しました。



松下資料館では、松下幸之助の肉声と映像視聴で出会いを楽しんだり、豊富な資料や図書、いろんな展示で「松下幸之助」の考え方を学ぶことができます。今回は、資料館館長の遠藤紀夫様から約60分の講話を聴講し、「事業は人なり」という経営の考え方について、いろんなエピソードとともにその時々に関係した人たちへの指導の言葉や、その背景にある松下幸之助氏の考え方を詳しく聞くことができ、あらためて偉大さに感動を覚え、自分自身への気づきをいただくことができました。

記：米本 昌史

### 3. 西川由喜氏（LDA28期）地元「奈良新聞」で紹介

LDA28期の西川由喜氏が、事業を開拓する経営者・起業家を支援するNPO法人が主催した「新春講演・交流会」において「人生100年時代長寿と言う贈り物」という内容で講演の様子が、地元の奈良新聞で紹介されました。

ライフデザイン・アドバイザー有資格者の活躍にBAA事務局も感激しています。会員の皆様にもご一読いただきたくご紹介します。

PDF版を希望する方は事務局まで。

事務局：大庭 和夫



## 「2019年度個人会員年会費納入のお願い」

☆ 来月から2019年度です。皆様にお願いの時期になりました。

また「ゴールド会員」（10,000円/口）新設されました。BAAの社会貢献活動とビューティフル エージング啓蒙活動へのご協力をお願い申し上げます。

### 【個人会員 ご入会・継続のお願い】

一般社団法人 ビューティフル エージング協会（BAA）は、25社の団体・法人会員と約450人の個人会員の方々の出資により運営されています。年々個人会員が増え、多くの方々から複数口でのご協力いただくようになりました。また会員企業の方々からも併せてのご協力をいただき感謝しております。これからも引き続き、ご支援をお願い申し上げます。

☆ 個人会員： 一口 1,000円 （一口以上でお願いいたします）

☆ ゴールド会員： 一口 10,000円

☆ 個人会員に加入していただきますと、BAAニュースの配信やイベント情報の提供をいたします。またBAA開催のイベント、研修、講座などを優先価格でご利用できます。

## ホームページが新しくなりました

より見やすく、よりシンプルに！ スマホでも、快適に見ることができます。

そしてタイムリーな発信を目指して、この度ホームページを改良いたしました。ぜひご覧ください。

⇒ <https://www.baa.or.jp/>

<内容>

1. 「ホーム」画面の下に「お知らせ」、「BAAニュース」の項目があります。  
クリックして詳細を見ることができます。
2. 「協会概要」の中に、「ご挨拶」「協会概要」「沿革」「事業概要」「会員会社」「派遣講師」「ディスクロージャー」「アクセスマップ」です。
3. 「ライフデザイン・アドバイザー養成講座について」
4. 「当協会へのご入会」「お問い合わせ」

