

aging is beautiful

## BAA ニュース (2019.6 月号)

6月4日、10時30分からBAA2019年度定時総会が開催されました。総会では、2018年度事業報告・決算、2019年度事業計画・予算及び役員人事について審議が行われ全ての議案が承認されました。BAAは平成4年8月に創設され、平成の時代に「ビューティフルエージング」社会実現のために活動してまいりました。新しい時代に相応しい活動に取り組むための方針について論議が行われました。わが国は、高齢者人口の増加、現役世代人口の減少、働き方改革など社会の在り方が大きく変化する時代を迎えております。このような社会で、人々が幸せで充実した人生を送るためには、「生きがいを持ち、働き学び、健康に過ごす」ことが益々大切になってまいります。そのため、働き方や生き方を考えるための支援ができる人材の育成、会員企業や地域社会と連携した社会貢献活動の充実、企業OBや個人会員の皆様の交流の輪を広げることを目指してまいります。人生100年時代の「ビューティフルエージング」社会実現に取り組んで参ります。総会では、役員若返りをはかるため、代表理事に浦田健一郎(LDA第4期)、専務理事に埴猛(LDA第12期)が選任されました。これからも会員の皆様と共に活動してまいりますので、皆様の一層のご支援をお願い申し上げます。

### 「ライフキャリアを語ろう」エクステンションセミナー講座内容報告

5月のエクステンションセミナーは、「ライフキャリアを語ろう」と題しまして開催しました。ファシリテーターを務めた横山出氏からの投稿をご紹介します。

ライフキャリアについて参加者のいろいろな話をシェア、ファシリテーターを務めた。今までの振り返り未来を描き常にリバイスすることが大切である。整理する、皆と話す(放つ)ことにより、また新たな気づきを得ることが出来る。今回積極的に参加された方々に敬意を表し、また私のライフキャリアについての一部を報告する。

1. 参加者の方々(一部)お話
2. 横山のライフキャリア(概略)

#### 【私のライフキャリアで大切にしていること】

1. 常に自分の人生を俯瞰して、考え続ける
2. どのような仕事も自己成長に繋がっている
3. 3年は我慢する。そして勉強する。
4. 人的つながりが自分活躍の場を広くする(進んで世話役を)
5. 常に新しいことを発見する努力をする。

#### 【好きな言葉: ジョージ・バーナード・ショー】

「人は自分が置かれている立場を、すぐ状況のせいにするけれど、この世で成功するのは、立ち上がって自分の望む状況を探しに行く人、見つからなかったら創り出す人である」

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

記: LDA第4期 横山出

## 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、受講のご案内です。

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、さらに社会で活躍できる社会人講師を育成する極めて実践的なカリキュラムです。講師は大学、企業で経験豊富なスペシャリストです。1994年以來昨年の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、起業する方、講師を目指す方には必須の講座です。企業内で役立ち、また多彩な異業種の方々の集まりです。ライフキャリア、コンサルタント、産業カウンセラー、社労士、FPなどの資格をお持ちの方にもお勧めです。自己成長を目指される方、ご参加をお待ちいたします。

### <カリキュラム・講師>

- ☆ 「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）
- ☆ 「働く人のメンタルヘルス」 山本 晴義（横浜労災病院 医師）
- ☆ 「豊かな人生と交流分析」 下平 久美子（株REFINE代表取締役社長）
- ☆ 「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）
- ☆ 「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）
- ☆ 「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 代表理事）
- ☆ 「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）（敬称略）

### <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を、詳細パンフレットをお送りします。（yokoyama@baa.or.jp）  
（現在受講者受付中です）

## 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を募集しています。今年度で第31期、過去589名を輩出し各界で活躍しています。今回はLDA第30期繁村昌紀様からLDA養成講座で得た知識やスキルについて、職場での活用内容および趣味について報告して頂きました。

昨年LDAの認定を受けたLDA第30期の繁村です。養成講座での学びは日々の業務の中、社員や出向者面談の場で大いに活かされておりま。

さて、私のビューティフルエージングは、へボながらかれこれ25年やっているラグビーです。学生時代にはほとんどやっておらず、社会人になってからが本格的なスタートでした。最初の配属が大阪でしたので、関西の社会人チームで35歳まで現役を続け、その後横浜でラグビースクールのコーチなどをやりました。しかし福岡に転勤、ラグビーから完全に離れ、シティマラソン（10kmやハーフ）を同僚と走っていました。再び大阪に戻った時は子供も手を離れていました。そして50歳手前でシニア（不惑）ラグビーのお誘いを受け、一生続けられるラグビーがあることを知りました。「やっぱりこれだ！」と、強い思いが復活し、現在に至っております。これからは現在の赤パンツ（60歳台）から黄（70歳台）、紫（80歳台）を経て金（90歳台）のパンツをはいてプレイすることを人生の目標として、怪我なく元気で続けていきたいと考えています。



今後もBAAのご発展とLDA講座の後輩がどんどん増えることを期待します。

記：LDA第30期 繁村昌紀

## 2019年度 BAAシニアセミナー ご案内

2019年度BAAシニアセミナーを6月から開始しました。

人生100年時代、世界に例をみない急激な少子高齢化が進んでいるわが国では、社会・経済・生き方が急速に変わりつつあります。また充実し安心して生活するためには、早いうちから学び、働き、人生設計を考えることが大切です。学びをはじめると年齢は関係ありません。人生100年時代を過ごすために必要な実用知識を提案し講師とともに学ぶ、毎月1回の講座です。

講師は、専門知識と経験の豊富なライフデザイン・アドバイザー（BAA認定）が担当します。

2回目以降の講座を募集中です。皆様のご参加をお待ちしています。

講座概要

- ◇ 2回目：7月1日（月）「占星術のレンズを通して社会情勢を展望」近藤テ留ミ氏  
※開催場所：港区立生涯学習センター「ばるーん」決定
- ◇ 3回目：8月5日（月）「個人投資家のためのやさしい投資術を教えます」浦田健一郎氏
- ◇ 4回目：9月2日（月）「私のビューティフルエージング「ジャズ」をより楽しむために」  
濱田俊一氏
- ◇ 5回目：10月7日（月）「消えゆく昭和の風景／東京オリンピックを前にして」木村勝氏
- ◇ 6回目：11月5日（火）「認知症にならないために」埴猛氏

開催場所

- ◇ 港区立生涯学習センター「ばるーん」（東京都港区新橋3-16-3）
- ◇ 港区立青山学習館（東京都港区南青山4-19-7）  
（公共施設のため直前にならないと会場が確定しません、事前に必ずご連絡します）

開催時間

- ◇ 14時30分から16時30分（120分）  
講座終了後、懇親会で講師を囲んで情報交換会を行います。

受講料金

◇ 会員 1,500円（会員以外の受講希望者 2,000円）

料金は前納でお願いします。

#### 申込方法

◇ メールでお申込み下さい。（お名前・メールアドレス・電話番号・年齢・住所）

[ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp)（大庭） 又は [kitamura@baa.or.jp](mailto:kitamura@baa.or.jp)（北村）

◇ 申込希望の方はメールでお問い合わせを、申込書・パンフレットをお送りします。

## 「エクステンションセミナー」ご案内

エクステンションセミナーは企業現役の方、学びを深くしたい方の実践講座です。参加しやすい夕方から開催します。皆様の参加をお待ちしております。

### 6月「厄介な老人」はいらない

高齢社会にまっしぐらです。老化は必ずやって来ます。会社の中、ご家庭、様々なコミュニティの中で“厄介な老人”が増えています。ビューティフルに年齢を重ねるためには、今からの準備がとても大切です。今回は関西での研修で、シニアに絶賛されている西川講師の登壇です。これから来る“老人”について考えます

今、高齢者の引きこもりが社会問題になっています。若い時からのニートばかりでなく、退職後突然、家から3年出ない、他人との会話がないうちなどと言ったシニアの「閉じ籠り（引きこもり）」と呼ばれる人も増え、若者の引きこもりの数より多くなっているそうです。さらに理不尽な要求や罵倒カスタマーハラスメント、その主役は「シルバーモンスター」です。

人生は多くの選択の連続の結果であるなら、どこの道のどの選択でそうになってしまうのだろう。

また、こういった「厄介な老人」が若い世代に与える影響、そしてそうならないために、どうすれば良いのか、できること、やるべきことなどをお伝え致します。

◇ 日時：6月10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：西川 由喜 氏 [ライフデザイン・アドバイザー（BAA認定）]

◇ 会費：1,000円（BAA個人会員は500円）・・・当日支払です。



### 7月「ジョブカードを使ったキャリアコンサルティングの勧め」

人のキャリアアップや、多様な人材の円滑な就職等を促進することを目的として、「生涯を通じたキャリア・プランニング」及び「職業能力証明」のツールとしてジョブ・カードが活用されています。キャリアコンサルティング等の個人への相談支援における、求職活動、職業能力開発などの各場面においての活用方法を習得します。

1. ジョブカードとは
2. キャリアコンサルティングでのジョブカードの使い方
3. ジョブカード作成支援ツールについて
4. 職業訓練とジョブカードの関係
5. 自己啓発方法の紹介

## 6. まとめ

- ◇ 日時：7月8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：甲斐 幸一郎 氏〔シニア産業カウンセラー、キャリアコンサルタント〕
- ◇ 会費：1,000円（BAA個人会員は500円）・・・当日支払です。

◇ 申込先：北村 満 [kitamura@baa.or.jp](mailto:kitamura@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。

今年度から受講料が無料になり参加しやすくなっています。

### 6月「夫婦のコミュニケーション」

～どうしたらよい関係になることができるのでしょうか～

パートナーは何を考えているのでしょうか。またコミュニケーションの時、どのように感じているのでしょうか。二人だけの生活時間が増加する夫婦、または、すれ違いで二人の時間が少ない夫婦では一瞬の会話で凍りつく状況が訪れます。氷解は大変です。

共感し合い、喜びを共有したい、これからの人生を豊かな心で過ごしていきたい、と思います。

そのためにはどのように接し、会話をすればよいのでしょうか。

このままうまくいかない、もう修復はできない、のでしょうか。

もともと男女の考え方は違う、別れるかあきらめるしかないのでしょうか。

パートナーについて考え、そして自分にも気づく。最低限のスキルを身に付け、お互いに自立を促しながら尊重し合う関係、を目指したいと思います。二人きり、一人になっても楽しい、ビューティフルエイジングを目指しましょう。

◇ 開催日：6月19日（水）15：00～16：30

◇ 講師：横山 出 氏 「デル・ライフキャリア研究所 代表」

### 7月「幸福度を上げたい人のために」

～幸福は目指すのでなく、日々の活動からおのずと得られる～

人は誰しも幸福になりたいと願っていますが、幸福になるためのマニュアル・保証、答えはありません。ただ、日ごろの生活の中にヒントは隠されています。

従来、幸福は主観的なものなので、本人しかわからない、定量的な測定はできないと言われてきました。又、これまでの研究では、「どのような特徴を持った人がより幸福であると感じているか」を明らかにする研究が主として行われてきた一方で、「どうすればより幸福になれるのか」についての研究は、意外なことですがあまり行われていません。

昨今は、脳科学、神経科学、行動科学などの分野が発達し、定量的な面からも幸福度がとらえられるようになってきていると言われてしています。

当セミナーでは幸福度を上げるために、日常どのような思考、行動をとればよいかのヒントをご説明します。幸福度を上げるために一緒に考えましょう。

- ◇ 開催日：7月19日（金）15：00～16：30
- ◇ 講師：天野 富夫 氏 「キャリアカウンセラー」

**[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：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 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をしています。

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、健康
☆ コミュニケーション	☆ 趣味を通じた生きがいづくり

※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. お話の会** …〈どなたでも参加できるお話と昼食会です〉

**6月 「ぶらり温泉旅のススメ」** ～秘湯から近場の天然温泉まで～

日本人は大の温泉好きで、旅には必ず温泉がつきものです。旅行、登山、スキー、ゴルフ総てのレジャーにセットされているのも温泉です。温泉も観光地のものから、山中の秘湯まで数多くあり、その魅力も多様です。6月のお話の会では温泉の魅力をタップリとご紹介します。

日本は、2,983か所の温泉地があり、その総湧出量は毎分ドラム缶12,735本分にもおよぶ世界有数の温泉国です。学生時代から全国津々浦々で旅することを趣味としてきた講師が、旅の途中で訪問した温泉の中からオススメの温泉をご紹介します。講師の撮りためた写真を中心にご紹介いたします。

- ▶ 日時：6月18日（火）10：00～11：30（講話）11：40～12：40（会食）
- ▶ 講師：木村 勝（きむら まさる）氏 [人事コンサルタント、大学特任講師、行政書士]
- ▶ 会場・会費：星稜会館（永田町・日比谷高校隣）・会費：4,000円（レストラン昼食付）
- ▶ 応募締切：6月10日（月）（定員・18名）

**2. 第90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：6月13日（木）10：00～16：30
- 場所・会費：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
- 応募締切：6月6日（木）、定員：80名

### 3. 9月場所「BAA大相撲観戦会」

- 日時：9月20日（金）13日目（予定）、
- 場所・会費：両国国技館、2階椅子席・会費：4,900円
- 応募締切：5月30日（木）、定員50名（予定）

### ☆ **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 北村宛      メール：[kitamura@baa.or.jp](mailto:kitamura@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

## B A A 役 員 の 交 替

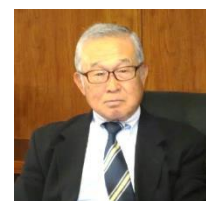
2019年6月4日に開催した総会においてBAA役員が以下のとおり選任されました。

代表理事	浦田 健一郎 氏	(新任)	東京海上日動火災保険株式会社 OB
専務理事	埴 猛 氏	(新任)	株式会社日立製作所 OB
理事	奥村 彰太郎 氏	(新任)	株式会社リクルート OB
理事	田中 啓之 氏	(留任)	三菱ケミカル株式会社
理事	向後 和弘 氏	(留任)	ジェンパクト株式会社
監事	後関 悦久 氏	(新任)	株式会社リクルート OB

同総会において、退任された山口輝雄前代表理事から退任にあたり、ご挨拶を頂きましたのでご紹介いたします。

BAAの皆さん ご協力ありがとうございました

6月4日のBAA総会をもちまして、私は代表理事を浦田健一郎氏に引継ぎました。就任以来3年間努めさせてもらいましたが、皆様方のご支援ご協力本当にありがとうございました。BAAも、事務局の努力により、社会に役立つ協会として順調に拡大しつつあり、ホッとしています。しかし、少子高齢化、定年延長、働き方改革等、社会の変革は目まぐるしいものがあり、BAAも全員参加で、恒に進取の精神を忘れてはいけません。さもないとすぐに取り残されてしまいます。



ところで、私も先月、傘寿を迎えました。人生100年時代の今、まさに人生の秋を迎えたところです。でも春は来ないので。思い切って色んな事にチャレンジし、夢のある、楽しい、ビューティフルエイジングで行きたいと思っています。

山口 輝雄

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. LDAの会「2019年報告会&懇親会」の開催

5月17日（金）に東京海上日動火災保険のレストランをお借りし、旧総会にあたる「報告会&懇親会」を開催しました。18時から受付が始まり、ウエルカムドリンクが振舞われ和やかな雰囲気の中、第1部報告会は、本田会長によるご挨拶に続いて大庭事務局長から2018年度の活動報告・会計報告・会員の異動および2019年度の活動方針・予算について報告がありました。



第2部の懇親会は、18時50分から開始し、BAA浦田専務理事からご挨拶を頂き、本田会長による乾杯の音頭でスタートしました。今回は17名の方が参加しましたが、中でも西条ユキコさん（第30期写真）は、盛岡市から参加して頂きました。



人数が17名ということもあり、着席スタイルでの懇親会となり、久しぶりにお会いした方がたは、楽しそうに団欒の時間を満喫していました。

宴もたけなわを迎えた頃、司会から参加者一人ずつ近況報告をする提案があり、着席番に最近の出来事や活動している事などの紹介タイムになり一層盛り上がることができました。

皆さま素敵なビューティフルエージングを実践しているようです。

締めは、濱田さんの関東一本締めの音頭で閉会しました。

事務局：大庭和夫

## 2. 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。

5月の4水会は、浅見大輔氏（LDA第28期）から「マイ・ウェイ～あなたの人生をもっとよりよく生きるための終活ノート～」と題しましてお話して頂きました。

最初にセカンドライフにおけるイベントについて、各種（介護・お墓・葬儀・相続・遺言等）準備が必要であることをスライドで講義され、実際に「マイ・ウェイ」終活ノートを使って、項目毎に記入の仕方や考え方を説明して頂きました。参加した皆さんからは、意見や質問等多数出され関心の高さがうかがわれました。

事務局：大庭和夫

## 3. 関西支部

BAA関西では、6月30日（日）14時から16時にセミナーを開催します。皆様の参加をお待ちしています。（懇親・交流会にも参加して下さい）

場所：大阪市立総合生涯学習センター（大阪駅前第二ビル5階 第三研修室）

テーマ：「自分がわかれば相手わかる！ 交流分析心理学」

講師：西川 由喜氏 WINTH代表

会費：会員 1,000円（会員以外の方2,000円）

申込先：「[ito.rt.1974.1123@cube.ocn.ne.jp](mailto:ito.rt.1974.1123@cube.ocn.ne.jp)」世話役 伊藤孝夫宛



## 「2019年度 個人会員年会費納入のお願い」

☆ 2019年度分年会費の納入ありがとうございます。未納の方のご協力をお願い致します。  
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、24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」

## BAA 6月・7月のスケジュール

BAAのこれからのスケジュールをお知らせします。（\*印はBAAニュース本号に詳細有ります）

6月

- 第3週：10日 エクステンションセミナー（ばるーん）\*  
13日 囲碁大会（日本棋院有楽町囲碁センター）\*  
第4週：18日 お話の会（星陵会館）\*  
19日 三鷹NW大学講座（三鷹ネットワーク大学）\*  
21日・22日 LDA養成講座（機械振興会館）\*

