

aging is beautiful

## BAA ニュース (2020.7月号)

美術館・博物館や映画館も再開し、県外の観光も解除され、プロ野球やJリーグも無観客ではありますが始まりました。徐々にですが、待ちわびた日常が戻ってきました。しかし、東京都では新型コロナウイルスの新規感染者が連日100人を超え、全国では200人を超える日もあります。まだまだ感染防止を第一に考え行動する必要があります。BAAでは定時総会も電磁的方法も取り入れて書面による決議で実施いたしました。また、7月から3密を回避しながらセミナーやイベントの開催準備を進めてきましたが、残念ながら延期することにいたしました。参加を予定されていた皆様にはお詫び申し上げますとともに、事態の終息を祈るばかりです。梅雨に入り、集中豪雨での被害が心を痛めます。寒暖の差も大きく、新型コロナウイルスの感染リスクも継続しております。皆様には、くれぐれもご自愛の程お願い申し上げます。

### 特別寄稿「コロナ禍と職場」

2020年度のライフデザイン・アドバイザー養成講座が残念ですが中止になりました。長年にわたり指導いただいている、廣川先生に寄稿いただきました。with コロナ時代への提言です。(本稿は新型コロナウイルスの影響でさらに1ヶ月の緊急事態宣言の継続が発表された5月4日に書かれました。)

#### 「コロナ禍と職場」

法政大学キャリアデザイン学部 廣川 進

- コロナ禍にさらされる職場の従業員のメンタルヘルスを考える際に必要な視点を考えてみたい。世に広まる「コロナ〇〇」と名付けられるものを上げてみれば「コロナ鬱」「コロナストレス」「コロナハラスメント」「コロナ疲れ」「コロナ太り」「コロナ差別」「コロナ格差」・・・。「Covid-19」そのものに対する感染の恐怖から始まり、その対応策を行う行政や政治への不満や不信感、怒り。医療従事者などへの差別。それらが職場に持ち込まれたときに、どんな影響がでるのか。
- 今回のような災禍の類似の経験は、閉鎖空間での生活を余儀なくされるという点では震災や台風のような災害による避難所生活の経験がある。また目に見えない物質によるものとしては原子力発電所の事故による放射性物質への恐怖が上げられる。しかし災害や事故がどんなに重大なものであっても、発災直後が最悪であって、その後は基本的には時間の経過に伴って、それが数年単位の復旧復興であったとしても少しずつ状況は良くなっていく経験だった。しかし、今回の災禍はどの時点が最悪なのかは収束してみないと予測がつかないという点において、あまり経験したことがない。出口が見えず、数週間、数



ヶ月、あるいは第2波、第3波と繰り返し数年がかかる、との見方まであるなかで、容易には希望的観測を持ちにくい。ウイルスが目に見えないという恐怖と終息が見えない不安という心理社会的な構造が今回の災禍の根本にある。また社会的な隔離、補償に裏付けられない自粛の長期化に伴う経済、雇用への打撃など、経済面での対策はもちろんのこと、顕在化する差別や格差など今後の社会心理的な人心の沈静化、安定化に向けてのケアは長期的に求められるだろう。

- パンデミックの心理社会的影響がどんな属性の集団にどんな影響を及ぼし、どんなケアが必要なのか。感染者、感染リスクの高い人、高齢者、年少者などいわゆる社会的災害弱者とされているグループ。すでにメンタル疾患を抱えている人、医療関係者、その人たちの家族、関係者。影響の大きい業界、業種、業務についている人。声が小さく届きにくい人たちの声を聞き取り、支援につなぐことが社会に求められている。

- 災害心理学では被災者の心の経過を以下の4段階で説明する。

①直後の「茫然自失期」、②続いて「ハネムーン期」では高揚感、躁的になることで不安や恐怖から防衛する、みな同じ被災者だから、という一体感が生まれる。③しかしそれも長くは続かず「幻滅期」。支援の遅れや行政の失策への不満。焦り、倦怠感、無力感などストレスが溜まる。飲酒問題や対人関係でもトラブル、集団の連帯感が薄れることもある。④やがて復旧の目処が立ち、「再建期」がくると、いち早く回復できた人と、諸事情により取り残された人との格差（ハサミ状格差）、2極化が広がるとされる（デビット・ロモ「災害と心のケア」）。

災害をコロナにそのまま当てはめることもできないが、現在は「幻滅期」とやがてくるであろう「再建期」のさまざまな格差の問題へは準備をしておくべきだろう。

- 職場での「テレワーク」の影響を考えてみよう。

まず、自宅での勤務のオンライン化、テレワークへの移行がスムーズにできた人、できなかった人。業界、会社、職位、業務、雇用形態、WEBへの知識理解度、適応度などの特性から移行が難しい、スムーズに行かない人など、職場でのメンバーの実態について個別に確認が必要だろう。スムーズに導入できた人も、在宅オンライン勤務の便利さについて肯定的な印象を持って初めは適応しても、やがて出てきやすい「オンライン疲れ」「オンラインストレス」も見落とせない。自宅勤務も長期化すると、人との直接コミュニケーションを得られないことへの飢餓感を強く感じる。一人暮らしの場合も注意が必要だろう。孤独感、疎外感、ネガティブ思考に陥りかねない。

- リモートワークの長所、利点はもちろんあって、そのことも十分、認識して新たな仕事のスタイルに適応していくことは大事だろう。一方では以下のようなネガティブな側面にも目を向けるべきだ。

- ・ 家での仕事になると公私の境目がつけづらく、気がつくときと昼夜、机でPCに向かって仕事ばかりしている。
- ・ 直接対面のコミュニケーションとはやはり違いがあるので、ちょっとしたときにすぐ話しかけられない、
- ・ 上司同僚との間の微妙なニュアンスが伝わらない、本心が読み取れないので、すごく疲れ

る。

- ・ 少しずつズレが大きくなって、成果物にも影響する。
- ・ 上司からしても、在宅メンバーがちゃんと働いているのか確認しづらくて心配だ。
- ・ 直接対面ではないので、指導の仕方にも気を使う。遠回しに言っても伝わらないのでイライラする。
- ・ チームとしての一体感、目標に向かってカンバルぞ、というモチベーションをどうやって上げたらいいいのかわからない。

●考えられるいくつかの対策

- ・ オンライン画面だけだと、リアル場面よりは細かな情報が落ちてしまう。場の雰囲気、ニュアンス、表情の微妙な変化など。なので、リアルより2割増し程度のテンションで意識して伝える。発言の内容は短く、明確に、誤解の余地のないように。表情や身振り手振りもアクセントをつけて。
- ・ 補うツールを並行して使う。文字や写真、図などの資料を同時に見る、チャットでも伝える。
- ・ 周囲の環境や本人の適性などから、オンラインのコミュニケーションが取りにくい人について、見落としがちだがフォローの方法を考える。メール、電話、ライン、直接対面の機会の工夫。
- ・ 仕事の伝達、報告、指示といったビジネスライクなやりとりの前後に少しパーソナルでエモーショナルな話題、家族のことやどんな気持ちでいるか、といった事柄も共有できるといい。こうした一種の局所的な状況においては意識的に「感情の共感」を心がけることはメンタルヘルスにも大切だ。もちろん、それまでの関係性があるので、急にあれこれ聞きすぎてハラスメントなどと言われない節度も必要だろう。

●最後に、社内の健康管理スタッフができることをいくつか上げる。

- ・ 従業員向けに「ストレスマネジメント」「セルフケア」や「レジリエンス」などの知識を発信する。自宅でする心身のコンディションを整えるために参考となるHPを紹介する。一斉送信のメールとか社内のイントラで定期的に発信し続ける。産業医や看護師、保健師、カウンセラーらの顔と名前を出して発信する。つながりがより感じられて、会社への帰属感、安心感が増すだろう。相談できる窓口の紹介も有効。
- ・ 6月まで延期可能とされている定期健康診断もさらなる延長が予想される。どこかのタイミングでオンラインでの従業員の心身のストレスチェックを行う必要も出てくる。健康相談、心理相談、キャリア相談などを電話やメール、ライン、チャット等のSNSやWEBを使ったオンラインで行うサービスも増えている。社内、社外のEAPとしてこうしたツールを活用しながら従業員の健康と安全を守る新たなしくみを作ることも検討してみてもどうか。

「コロナ後」の世界は国際情勢、経済から個人の働き方まで激変することも考えられる。会社も個人も適応力をつけて乗り越えていけるといいのだが。

●おまけのミニ知識。

ニュートンはロンドンでペストが大流行した時期、ケンブリッジ大学が閉鎖となり故郷へ疎開していた。その1年半の間に、万有引力の法則や微分積分など「3大業績」といわれるすべてを着想したので「創造的休暇」と呼ばれたそうだ。当時25才の天才には及ぶべくもないが、日常の雑事損得から転じて長期的巨視的視野でこれからの仕事や人生や社会のことを考えるいい機会なのかもしれない。

## B A A か ら の お 知 ら せ

新型コロナウイルス感染の影響によりセミナーやイベントが延期され、またテレワークなどで皆様に十分な対応が出来ず、ご迷惑をお掛けしていることをお詫び申し上げます。

7月から始動を開始しようと準備しておりました矢先に、東京都では再び感染者が急増しており、延期を余儀なくしております。

今後の状況変化につきましては決定次第、ホームページ「お知らせ」覧にて逐一アップいたしますのでよろしくお願いいたします。

### <7月>

- ・7月 4日(土) ぶらり街歩き (中止になりました、落ち着き次第再開します)
- ・7月 6日(月) シニアセミナー (12月7日に延期になりました)
- ・7月13日(月) エクステンションセミナー (9月14日に延期になりました)
- ・7月15日(水) 三鷹ネットワーク大学講座 (状況により検討中です)
- ・7月16日~18日 夏の「尾瀬ヶ原と至仏山ハイキング」(中止になりました)
- ・7月22日(水) 4水会 『Web (ZOOM) により開催します』

### <8月・9月以降>

- ・ 検討中：シニアセミナー、エクステンションセミナー、三鷹ネットワーク大学講座、ぶらり街歩き、観劇会、4水会
- ・ 中止：お話の会(8月)、囲碁大会(9月) 次回については検討中

\*状況につきましては、下記担当者にメールでお問い合わせを頂きたい、宜しくお願い致します。

### <各担当連絡先>

- ・ 埜 猛 [hanawa@baa.or.jp](mailto:hanawa@baa.or.jp) ・ 北村 満 [kitamura@baa.or.jp](mailto:kitamura@baa.or.jp)  
大相撲観戦、お話の会、ぶらり街歩き、囲碁大会、観劇会
- ・ 横山 出 [yokoyama@baa.or.jp](mailto:yokoyama@baa.or.jp) エクステンションセミナー、LDA養成講座
- ・ 大庭 和夫 [ooa@baa.or.jp](mailto:ooa@baa.or.jp) シニアセミナー、三鷹ネットワーク大学講座、4水会

## 特別企画『ライフデザイン・アドバイザーの活躍』

新しい生活と仕事スタイルへの変化を求められています。With コロナ時代、どのようにお過ごしでしょうか。

人生 100 年ビューティフルに生きる、ライフデザイン・アドバイザー（LDA）としてご活躍の皆さまからメッセージをいただきました。

### 「明るい未来に向かって」

#### 飯端 里香（LDA第27期）

LDA 養成講座を終えて、早くも5年の月日が経ちました。同期の皆さまと楽しく学習していた姿が昨日の事のように思い出されます。

私自身5年前に、とても魅力的な若手起業家と運命的な出会いを果たし、女性活躍推進事業を支援するため旗揚げしたベンチャー企業に参画し現在に至ります。

設立当初から「毎日がワクワクするような体験」を合言葉に、真面目にコツコツと全員が努力した結果、わずか5人でスタートした会社も急成長を遂げることができ、今では約270人と仲間が増えました。

事業展開も順調に進み、合言葉通り本当に刺激的な日々を送っております。

年始早々に新型コロナ禍という大きな壁にぶつかりました。思い起こせば大変な数か月ではありませんでした。

STAY HOME 期間中は、初めてのリモートワーク、研修や面談、会議など「オンライン」と名がつくものは、すべて経験いたしました。オンラインでも支障はなかったように感じますが、やはり私は実際に会って交流を深められる方が良いと感じました。6月に入り厚生労働省より新しい生活様式の実践例が公表されました。制限が多い中「人間万事塞翁が馬」ありのままを大切に、スーパーポジティブシンキングの私ならではの楽しみ方を見つけて、人生初の危機を乗り越えていきたいと考えております。人生100年時代といわれている昨今、私はゴールするまでに達成しなくてはならない夢があります。一つは社会的弱者の地位向上のために尽力していくことです。今そのために、研修や講演会を通じて多くの皆さまに伝えられるよう新しい分野の知識を深めております。もう一つはプライベート話ですが、世界一周をして見聞を広めることです。知らない街で目の中に入ってくるものは、すべてが新鮮で目新しく自分自身の感性を豊かにし磨くことができます。相変わらずの猪突猛進、今は立ち止まって振り返ることはなく前進あるのみです。どうぞ LDA 会員の皆さまも新型コロナ禍に打ち勝てるようにパワフルな毎日をお過ごしください。

.....

### 「新型コロナウイルス感染拡大下の第二の人生の船出」

#### 守谷 広司（LDA第24期）

この3月末で、8年間在籍した関連会社を退任した。お世話になった工場に挨拶に行く予定だったが、感染拡大を受けて出張禁止、懇親会禁止、会社の送別会も中止。淡々と仕事を引き継ぎ、最後はそっと第一の人生、41年間を終えることになった。

第二の人生をいろいろ思案していたところ、「社史を編纂したいので、やってもらえないか」と元の親会社から打診があり、二つ返事で引き受けた。



3月最終日は挨拶を終え、帰宅。さすがにかなり疲れていて、明日は休みたいと思ったが、休みなく第二の人生に入った。

初日、64歳の新入社員として入社してみると、職場は原則テレワークで、ガラーンとしている。一人ぽつんと座って、オンラインで入社諸手続を実施する。新しい仕事は社史編纂と決まっているが、それ以外何もない状態。ゼロから計画作成することにして同業へのヒヤリング、制作会社の情報収集を開始したが、世の中は面談禁止のため会ってもらえない。ようやく会えることになりお土産を持参しようとしたら、緊急事態宣言でお土産店が休業中。仕事環境が整っていない、資料もないのでテレワークができず、やむを得ず毎日出社するが通勤風景は一変、バスも電車がガラガラ。2週間経ち、テレワーク環境が整い資料も少しずつ揃い、ようやくオンライン会議も自宅で可能になった。

今は新型コロナウイルスとの共存の時代だ。接触を避けて、テレワークで仕事をする世界になった。会社に殆ど人がいない。3カ月経過し、ようやく適応できるようになった。第二の人生は、環境の激変で慣れるのに精一杯である。しかし仕事ができることに幸せを感じながら、取り組んでいる毎日だ。仕事と家族、共生しながらどのように生きて行くか、ライフデザイン・アドバイザーとしてビューティフルエイジングを常に考えつつ・・・。

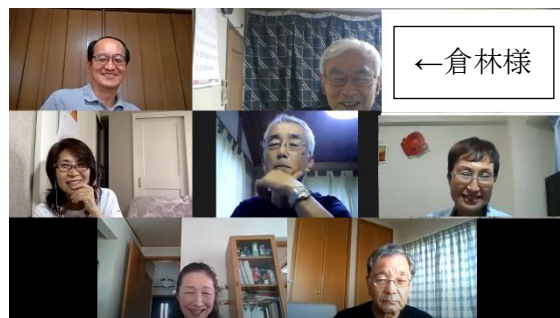
.....

### 「With コロナはオンラインミーティングで」

倉林 孝明 (LDA第20期)

BAAの三鷹ネットワーク大学寄付講座を受講したり、講師を務めさせていただく中で“受講生も意見や感想を言いたいのだ”と強く感じるようになりました。最初のうちは講座の中に、受講者同士の話し合いを取り入れたのですが、90分という短い時間での限界を感じました。2018年から三鷹市近在の受講生が月1回集まり、テーマを決めずに、2時間ほどワイワイガヤガヤ交流し、その後近くの居酒屋で懇親を深める楽しい場を今年の2月まで19回開いてきました。ところが新型コロナの影響で3月は中止、この状態が長引きそうです。地域、ボランティア、コミュニケーション、家族などのことを話すことで“放ち、助言され、自分で整理”する話し合いが出来なくなりました。stay homeでストレスがたまり、健康に良くないという思いから、オンラインミーティング(ZOOM)に挑戦することにしました。

ホスト役は初めての経験で、「ミーティングに参加したいけど会場はどこなのか」から、「案内に従って途中まで入り込んだが参加できない」とか、「自分の声が届かない」、「相手の声が聞こえない」、「画面が映らない」等の問い合わせが寄せられるたびに、ドキドキです。幸いなことに参加者の協力が得られ「ZOOMミーティングの練習と雑談」というテーマで3か月9回開催し、最近では参加者がZOOMのいろいろな機能やホスト役に挑戦し、リアルな



話し合いと遜色ない運営が出来るようになりました。台湾にコロナのため足止めされた人も参加出来た時は、また盛り上がりました。

3密を回避、10～20名程度の話し合いをZOOMミーティングを行い、感じたことは、

1) 移動がいない。

家から出掛ける必要も無く、普段着で参加でき、移動時間も考えなくて良い。遠距離の人とも交流できる。

2) 参加人数を気にしなくてもよい。

参加人数が少なければディープな話し合い、多ければ少人数に分けてグループワークも可能。

3) 会場費がいない、40分間の刻みで、無料で開催できる。

4) 会議の記録動画が簡単に撮れる。

等々とメリットも多く、今後は with コロナの状態、リアルな会議とZOOMミーティングの並存を楽しんでいこうと考えています。

## 「エクステンションセミナー」ご案内

**\* 7月13日は中止、9月14日(月)に延期になりました。**

学ぶことも新しい生活様式、ニューノーマルに進みます。新しい時代の人生戦略では今までの知識を生かしての働き方、生き方が大切です。この講座は、変化し成長することを目指す講座です。一緒に学びたいと思います。

### 「人生を豊かにするアンガーマネジメントセミナー」

アンガーマネジメントは1970年代にアメリカで生まれたとされている心理トレーニングです。怒らないようになるためのものではなく、怒る必要のあることは上手に怒り、怒る必要のないことは怒らなくて済むようになることを目指しています。ついイライラして怒ってしまい後から後悔した、または本当は腹が立っていたのに我慢してしまい、後から思い出してモヤモヤしている…そんなことはありませんか？アンガーマネジメントを身につけ、後悔しない「なりたい自分」を目指しましょう。人生100年時代、アンガーマネジメントは素敵なライフキャリアをデザインする力にもなります。

➤ 日時：9月14日(月) 18:30～20:00

➤ 定員：12名の予定

➤ マスク着用のこと、健康状態良好の方、座席50%以下の使用で行います

➤ 会場：新橋・生涯学習センター「ばるーん」304号室(予定)

➤ 会費：1,500円(BAA個人会員の方は1,000円)

➤ 講師：小田林 皇江 氏 [株式会社ワークエントリー所属。アンガーマネジメントファシリテーター、ライフデザイン・アドバイザー、国家資格キャリアコンサルタント] 講師：小田林 皇江氏 [株式会社ワークエントリー所属。アンガーマネジメントファシリテーター、ライフデザイン・アドバイザー、国家資格キャリアコンサルタント]

## 「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年時代を考える」を講座タイトルとして開催しています。

※7月予定しておりますが、開催については中止の可能性があります。

### 7月「相続法改正最終章」～法務局における遺言書の保管制度～

2018年7月6日に成立した、民法（相続法）の改正は、2019年1月から順次施行されてきました。2020年4月には、「配偶者居住権の新設」が施行され、最後に残った「自筆証書遺言を法務局で保管する制度」が7月10日に施行されます。

この度「法務局における遺言書の保管等に関する政令」の概要が発表されましたので、その内容および4月に新設施行された「配偶者居住権」の内容につきまして、皆様と一緒に考えてみます。

- 講師：大庭 和夫 [KNR大庭FP事務所代表]
- 開催日： 7月15日（水）15：00～16：30

#### [会場・申込先]

- 会場：三鷹ネットワーク大学推進機構三鷹駅前共同ビル3階（JR三鷹駅南口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 URL <http://www.mitaka-univ.org/>  
TEL：0422-40-0313
- 参加制限：マスク着用のこと、健康状態良好の方等上記ホームページでご確認下さい。

## 「2020年度BAAシニアセミナー」ご案内

人生100年時代急激な高齢化社会の中で、充実し安心して生活してしていくために必要な実用知識を提案するシニア必見の講座です。今年度はコロナウイルスの関係でスケジュールの変更を余儀なくされておりますが年6講座を開催します。講師陣は専門知識と経験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。ご参加をお待ちしています。

※開講日（7月6日が12月7日に）が変更になりました。

### 9月講座 「幸福度を上げたい人のために」

人はだれ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が、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おります。当講座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。

- 講師：天野 富夫氏 ライフデザイン・アドバイザー、キャリアカウンセラー
- 日時：9月7日（月）15：00～16：30



- 定員：限定12名（定員50%以内で使用します。マスク着用のこと）
- 会場：新橋・生涯学習センター「ばるーん」304号室予定

#### <カリキュラム>（出講順・敬称略）

- ◇ 9月7日（月） 「幸福度を上げたい人のために」 天野富夫講師
- ◇ 10月5日（月） 「音楽で人生を豊かに」 濱田俊一講師
- ◇ 11月2日（月） 「認知症で困らないために2」 埴猛講師
- ◇ 12月7日（月） 「国際証券投資の進め方」 荒武誠講師
- ◇ 1月18日（月） 「公的年金の持続性を読み解く」 浦田健一郎講師
- ◇ 3月1日（月） 「健康寿命を延ばすには」 九鬼眞弓講師

#### <募集要領>

- ◇受講料 ①6回全部受講：10,000円（BAA個人会員8,000円）  
②1回単位受講：2,000円（BAA個人会員1,500円）
- ◇会場 港区施設（生涯学習センターまたは青山学習館予定）
- ◇申込先 大庭（ooba@baa.or.jp）
- ◇問合せ メールでご連絡を詳細パンフレットを送付します。

## 「BAA講師派遣」 ご利用のお願い

BAAでは610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。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	☆ コミュニケーション
☆ ファイナンス	☆ 相続・贈与、終活、健康
☆ キャリア・ライフキャリア	☆ 趣味を通じた生きがいづくり

#### [最近の主な派遣実績：講座テーマ・講師（敬称略）]

- ◆ 「モチベーション UPキャリア研修」（一部上場企業）・・・木村 勝
- ◆ 「実践型職場のコミュニケーション」（公共団体）・・・九鬼 眞弓
- ◆ 「職場における人権問題を考える」（公共団体）・・・浅見 大輔
- ◆ 「定年後のはたらき方研修」（一部上場企業）・・・木村 勝
- ◆ 「シニア世代活用のポイント」（シニアお仕事フェア・公共団体）・・・横山 出
- ◆ 「シニアお仕事フェア in 目黒」（公共団体）・・・木村 勝
- ◆ 「シニアお仕事フェア in 東陽町」（公共団体）・・・奥村 彰太郎
- ◆ 「シニア採用と活用のポイント」（シニアお仕事フェア・公共団体）・・・横山 出
- ◆ 「人生100年時代のライフプラン」（市民団体・じゃおクラブ）・・・浦田 健一郎
- ◆ 「ライフキャリア研修」（一部上場企業）・・・横山 出

企業様・団体様から大変好評を頂いています。

※ 様々な社会に対応した講師、またボランティア講師も多数おります。

※ 講師のプロフィール、専門内容、名簿など用意しております。気軽にご相談ください。

担当・連絡先：大庭（ [ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp) ）

## B A A イ ベ ン ト 情 報

イベントの開催につきましては、現在検討中です。検討状況につきましては、決定次第ホームページに掲載します。また受講お申込みの方にはメールにてお知らせいたします。宜しくお願い致します。

### 1. お話の会 8月「音楽の持つ底力」

※8月11日は中止、10月13日に延期いたします。

いつかどこかで耳にした懐かしい旋律。CD伴奏をバックにヴァイオリンの生演奏をお楽しみください。中世以後欧米では貴族・大衆を問わず最大の娯楽であるオペラのアリアを中心に、お聞きいただきます。「愛らしいヒロイン」「伝説の悪女」「悲劇のヒロイン」を通して当時の文化に想いを寄せてください。あわせて私が実際に経験した認知症の方々に対する記憶回復への「音楽の持つ底力」についてもお話しいたします。どうぞくつろいでお楽しみください。

- 日時：10月13日（火）10：00～11：30（講話）  
11：40～13：00  
（レストランで講師を交えて会食、ワイン付き）
- 場所：星陵会館（千代田区永田町2-16-2）日比谷高等学校隣
- 会費：4,000円
- 講師：友部 主彦（ともべきみひこ）氏 株式会社コモド音楽事務所代表
- 締切：10月2日（金）
- 参加制限：10名までとし、マスク着用、健康状態の確認を行います。

### 2. 第93回「囲碁大会」

- 9月10日（木）は中止いたします。  
次回は12月を予定していますが、状況を見ながら開催を検討中です。

### 3. ぶらり街歩き（新企画）

- 7月4日（等々力溪谷）は雨天のため中止いたしました。  
次期開催日につきましては、改めてお知らせいたします。  
[名勝、旧跡、施設等をガイド付きでぶらりと巡り、「大東京」の魅力を十分に感じ、堪能する新規イベントです。]

### 4. 夏の「尾瀬ヶ原と至仏山（オプション）ハイキング」

- 7月の開催は中止になりました。次回は来年度の予定です。

☆ 各種イベントの申込み メール又はFAXでお願いします。

- 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）

**B A A 会員会社とその親族の方および B A A 個人会員の方が参加できます**

## L D A の 会 活 動 報 告

同期会・研究会（分科会）・支部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、15時からLDAが集まる「気楽なお話と懇親会」

6月24日（水）15時から16時20分にかけて、今年度第1回目の4水会をオンライン（ZOOM）形式で開催し11名の方が参加しました。

新型コロナウイルスの影響で、2月以降開催することができませんでしたが、初めての試みとして、オンラインによる4水会を開催したものです。

初めて、ZOOMを使用する方もいることから、最初に使用方法の説明をしましたが、経験者の方からも的確な助言がありました。一人ずつ、自粛生活を通じた新生活様式の中で前向きに過ごされてきた経験談などを話しました。

やることなく飲食でコロナ太りになった方、健康のためウォーキングにいそしんだ方、今まで読めなかった本を読めた方や再読した方、写真撮影にいそしんだ方、やっと遠出ができた方等々のいろいろな過ごし方を聴くことが出来ました。顔が見えることで話が弾み、時間一杯楽しみました。

次回は、7月22日（水）15時からオンライン形式で行います。

ファシリテーターは埴猛さんの「ふるさと面白発見」を聞いて話題とします。

パソコンの前に、飲み物（ビールやお酒・おつまみなど）など用意し楽しく開催したいと思います。全国、関東圏外の方も参加可能になりますので連絡をお待ちしています。

参加を希望される方は、事務局：大庭 [ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp) までご連絡をお願いします。

招待メールをご案内致します。

LDAの会事務局：大庭和夫

## B A A 総 会 の 開 催 報 告

### 2020年度定時総会開催される

2020年度定時総会は、6月30日（火）午前10時からビューティフルエイジング協会会議室で開催されました。今回は、新型コロナが収束しておりませんので、書面による表決により実施しました。議題は、2019年度事業報告、決算報告、監事監査報告および2020年度事業計画、予算、役員改選等が審議され、いずれも承認されました。審議の概要を下記の通りご報告いたします。

### 1. 2019年度事業報告、決算報告

ライフデザイン・アドバイザー養成講座は、皆様のご支援により21名の方々に参加していただき、全員LDA資格を認定登録されました。認定登録者は累計で610名になり、各界で活躍しておられます。エクステンションセミナー、シンポジウムなども開催され、多くの方々に参加していただきました。OB交流は、今年2月以降コロナの猛威により、一部の企画が中止に追い込まれました。その結果、決算は経常収益1,150万円ー経常費用1,212万円となり、前期より56万円改善したものの、当期経常損益は63万円の赤字となりました。

### 2. 2020年度事業計画、予算

6～7月に開催を予定しましたライフデザイン・アドバイザー養成講座は、新型コロナウイルス感染防止のため、残念ながら中止せざるを得ませんでした。その他のイベントにつきましては、3密の回避など感染防止策を徹底しながら、従来の形式に加え、WEBを利用した講座や交流などの新しい運営方式も導入し、実施して参ります。内容もWithコロナ、ポストコロナ時代にふさわしいものにして参ります。収支予算は、養成講座が中止になりましたので、経常収益1,019万円ー経常費用1,205万円で、当期経常損益は186万円の赤字となる見込みです。積立金の取り崩しにより補填する予定です。また、収益の改善には引き続き全力で取り組んで参ります。なお、2021年度から個人会費の見直しをお願いいたします。BAAは会員の皆様のご支援により支えられております、何卒ご理解とご支援をお願い申し上げます。詳細は改めてご案内させていただきます。

### 3. 役員改選

今年度、任期満了となる役員・監事の選任が行われ、下記の方々が就任いたしました。

代表理事（会長）	浦田健一郎	東京海上日動火災保険出身
理事（専務理事）	埴 猛	日立製作所出身
理事	奥村彰太郎	リクルート出身
理事	向後和弘	ジェンパクト
理事	野尾睦彦	東京ガス
監事	後関悦久	リクルート出身
顧問	石井威望	東京大学名誉教授
顧問	隅 修三	東京海上日動火災保険相談役
顧問	池田徳三	

## 「2020年度 個人会員年会費納入のお願い」

平素から、BAAの社会貢献とビューティフル エージング啓発活動へのご理解とご協力をいただき感謝申し上げます。「2020年度分 年会費の納入のお願い」を送付させていただいております。諸状況厳しい中、皆様のご支援を心からお待ち申し上げます。

[個人会員 ご入会・継続のお願い]

