

aging is beautiful

## BAA ニュース (2024.3月号)

先日 2,000 人近い方を看取った緩和ケアドクターの「死ぬときに後悔すること」という講演を聴きました。後悔することは健康面、生活面、人間関係、人生観など実に様々で広範囲でした。逆に豊かで充実した人生を送るためには後悔を極力少なくするように、元気な時から意識して自分のライフデザインを作り実践していくことが必要だと痛感しました。BAA は正にこのような生き方の実現を目指して活動しております。自律的なライフデザインのサポートをするライフデザイン・アドバイザーの養成講座や充実した人生を送るための知識・情報やスキルを習得する講演会やセミナーなどを開催しております。更には、温かい人間関係や居場所づくりの場の提供、誰かの役に立ちたいと願う方の社会貢献などの活動もしております。今月号では今年の「ライフデザイン・アドバイザー (LDA) 養成講座」のカリキュラムをご案内しております。また、ご自分の自律的なライフデザインを考えている方の「マイライフデザイン研修」もご案内しておりますので是非受講を検討していただきたいと思います。また周囲に受講していただきたい方がいらっしゃいましたらご紹介いただければ幸いです。他にも会員の皆様に役立つセミナーや気軽に参加できるイベントもご案内しております。是非引き続き BAA をご活用いただきたくお願い申し上げます。

### 今月の BAA スケジュール

BAA ではリアル及びオンラインでの開催を考えておりますので、多くの方のご参加をお待ちしております。尚、「オンラインが初めての方」には操作方法などをご案内いたします。メールでお気軽にご連絡ください。

★ BAA はリモートワークで業務を行っております。電話でお受けできないこともございます。その時はメールでのお問い合わせをお願い致します。

< 3月 > (\*印: 本号に詳細を記載しております)

- ◆ 3月 5日 (火) BAA 太極拳教室
- ◆ 3月 7日 (水) BAA 第102回囲碁大会
- ◆ 3月 9日 (土) BAA 第1回「マイライフデザイン研修」(第5日目) \*
- ◆ 3月13日 (水) BAA シニアセミナー\*
- ◆ 3月23日 (土) BAA エクステンションセミナー\*
- ◆ 3月26日 (火) BAA 2023年度第3回理事会
- ◆ 3月27日 (水) BAA 三鷹ネットワーク大学講座\*
- ◆ 3月27日 (水) LDAの会 4水会\*
- ◆ 3月29日 (金) LDAの会 相続研究会
- ◆ 3月31日 (日) BAA ぶらり街歩き\*

< 4月 >

- ◆ 4月 9日 (火) BAA お話の会\*
- ◆ 4月11日 (木) BAA 人生100年時代の実践セミナー
- ◆ 4月13日 (土) BAA 第1回「マイライフデザイン研修」(第6日目)
- ◆ 4月13日 (土) LDAの会 LDS分科会

- ◆ 4月17日（水）BAA 三鷹ネットワーク大学講座
- ◆ 4月24日（水）LDA の会 4水会
- ◆ 4月25日（木）LDA の会 投資研究会
- ◆ 4月27日（土）BAA エクステンションセミナー

☆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く、宜しくお願い致します。

<各担当連絡先>・・・「初めてのオンライン」の方は、以下メンバーに連絡ください。

- ◆ BAA イベント（大相撲観戦、お話の会、ぶらり街歩き、囲碁大会、観劇会 除く音楽祭、太極拳）  
⇒ 埴 猛：[hanawa@baa.or.jp](mailto:hanawa@baa.or.jp) 又は 北村 満：[kitamura@baa.or.jp](mailto:kitamura@baa.or.jp)
- ◆ BAA シニアセミナー、三鷹ネットワーク大学講座、太極拳教室 ⇒ 大庭 和夫：[ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp)
- ◆ BAA エクステンションセミナー、LDA 養成講座、マイライフデザイン研修、シポジウム、講演会  
⇒ 埴 猛：[hanawa@baa.or.jp](mailto:hanawa@baa.or.jp)
- ◆ 音楽祭、4水会、LDA 分科会・研究会等 ⇒ 濱田 俊一：[hamada@baa.or.jp](mailto:hamada@baa.or.jp)

## 2024年度第35期 LDA 養成講座のご案内

BAA の主力事業であるライフデザイン・アドバイザー（LDA）養成講座の2024年度開催要領をご案内いたします。幸せで充実した人生を送るためには、働き方（キャリア）など限られた視点ではなく、多様で幅広い視点から自律的なライフプランづくりが必須になっています。今月号では多様で幅広いカリキュラムについてご紹介いたします。

### 第35期ライフデザイン・アドバイザー(LDA)養成講座・内容

開講日	時間	講座名 講師名（敬称略）	内容
第1日 6月21日 (金)	9:00~10:00	オリエンテーション	講座進行説明、受講者自己紹介
	10:00~12:30	ビューティフルジーンと自己育成 埴 猛 (BAA 専務理事)	変化が激しく不確実な時代に豊かで充実した人生を送るために多方面から考察します。LDA のベース“人間力”についての理解を深め、自己育成の重要性、生き方の指針を学びます。
	13:30~17:00	人生100年時代のライフキャリア 木村 勝 (リスタートサポート木村勝事務所)	人生100年・現役80歳時代、長い将来を展望して各個人が自律的に自らのキャリア戦略を描いていく必要があります。今後の働き方を見通し、その中でミドルシニア（40歳以上ビジネスパーソン）が意識して実践すべき「日本版 LIFE SHIFT 実践術」について解説します。また、ミドルシニアからの新たなキャリアの選択肢として業務委託による働き方（個人事業主）に関して解説いたします。
第2日 6月22日 (土)	9:00~12:30	働く人のメンタルヘルス 山本 晴義 (横浜労災病院 医師)	自分も家族も職場も日本も元気にする「ストレス1日決算主義のすすめ」の明快な講義。心と身体の健康を維持、活動するのが、LDA としてメンタルマネジメント知識と実践を習得します。
	13:30~17:00	“自分らしさ”を活かして輝く LDA をめざす 板谷 和代 (株式会社タンタビーバ共同創業者)	ライフ・キャリアデザインの研修講師、ファシリテーター、アドバイザーとしての活躍を支えるのは、自らのライフ・キャリアデザインや価値観の基盤となる“自分らしさ”を知り、活かすことだと考えています。その上で、伝えたいことを伝えたいように伝えるコミュニケーションスキルも磨く時間です。

第3日 6月28日 (金)	9:00~12:30	豊かな人生のためのマネープラン 奥村 彰太郎 (“キャリアとお金”のアドバイザー)	ライフプランを考えるうえで、マネープランは大切です。公的年金などの社会保障制度や住宅ローン、生命保険、資産運用などの基礎知識とマネープランの作り方を習得、適切なアドバイスに役立てます。
	13:30~17:00	個々の成長をサポート ～実践！コーチングコミュニケーション～ 櫻井 悦子 (研修オフィス SAKURA 代表)	生き方や仕事に対する価値観が多様になっている中、個々の特性を捉えた対話型コミュニケーションが求められています。この講座では、コーチングの人間観を踏まえた上で基本スキルを習得し、成長を支援できる LDA として実践力をつけていきます。
第4日 6月29日 (土)	9:00~12:30	キャリア・カウンセリングの理論と実際 廣川 進 (法政大学 教授)	キャリア理論、キャリアカウンセリング理論の基本的な考え方から、キャリアカウンセリングの実際までを学びます。知識と自己理解を深め、基本の傾聴リスニングをロールプレイングにより体験します。援助技法を学ぶ講座です。自らの癖を知り、実践のカウンセリングができる LDA を目指します。
	13:30~17:00		
第5日 7月19日 (金)	9:00~12:30	組織と個人が協働で取り組む「キャリア自律」 の実践 立花 一元 (ICHIGEN CAREER BRIDGE 代表)	ミドル&シニア社員の「キャリア自律」を応援する企業の事例を中心に、グループワークによる気づきや学びを深めて、LDA としての実践力を高めます。
	13:30~17:00	ダイバーシティとインクルージョン 櫻井 香織 (NPO 法人アーチ・キャリア)	これからの社会の中でのダイバーシティの重要性を理解します。更に女性活躍の方向性とあるべき姿を洞察します。グローバル企業で実践してきた経験を含めて現状と将来を提言します。
第6日 7月20日 (土)	9:00~15:00	豊かな人生と交流分析 下平 久美子 (株) REFINE 代表取締役社長)	「私はOK、あなたもOK」を哲学とする心理学「交流分析」はコミュニケーション学の集大成です。自他の心の特性を知る「自我状態・対話分析・人生態度・ドライバー」などの理論と分析があります。心の呪縛を解き、自らが書き上げた人生脚本に気づき書き換える、WIN/WIN の人生を歩むための講座です。
	15:00~17:00	修了証書・資格認定証授与式	資格認定スピーチと授与式

### 《 2024年度 第35期 LDA養成講座募集要領 》

- ・ 期間：6月21,22日、6月28,29日、7月19,20日 [金・土曜日 6日間]
- ・ 開催：会場とオンライン（ZOOM）でのハイブリッド方式で開催します  
都合により受講できない講座は録画にて聴講していただきます
- ・ 会場：東京都港区機械振興会館
- ・ 定員：25名
- ・ 受講料：121,000円(税込) 法人会員は110,000円(税込) 個人会員は115,000円(税込)
- ・ 申込・お問合せ：塙 (hanawa@baa.or.jp) or 大庭 (ooba@baa.or.jp)

申込・お問合せ：塙 (hanawa@baa.or.jp) or 大庭 ([ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp))

詳細（案内パンフレット）はこちらをクリックしてご参照下さい⇒ [【 https://x.gd/1haNz 】](https://x.gd/1haNz)

※お申込みはこちらから⇒ [2024年度第35期ライフデザイン・アドバイザー（LDA）養成講座受講申込書 \(google.com\)](#)

※LDA 資格をすでに取得されている皆様には、受講を希望されている方を是非ご紹介ください。

## LDA会員向け「第35期 LDA 養成講座」の分割受講のご案内

一昨年から LDA の皆様にも LDA 養成講座の講座毎の分割受講ができるようにいたしました。

これは LDA 養成講座が世の中の動きに対応して内容が変化しており、LDA の皆様から継続教育（学び直し、学び加え）として 講座単位の分割受講を希望する声が多く、そのニーズに応えるものです。

尚、LDA の新規取得を目指す養成講座受講者には LDA 有資格者と共に学ぶことは刺激を受け、LDA の活動に触れる良い機会でもあると考えます。

実施要領は以下の通りです。LDA の皆様には継続学習の場として是非活用をお願いいたします。

1. 第 35 期 LDA 養成講座のスケジュール

上記 2024 年度第 35 期 LDA 養成講座のご案内をご覧ください。

2. 実施要領 会場と ZOOM のハイブリッドで実施（どちらかを選択してください）

3. 申込期限 ①第 1 日、第 2 日 : 6 月 17 日（月） ②第 3 日、第 4 日 : 6 月 24 日（月）  
③第 5 日、第 6 日 : 7 月 12 日（金）

4. 受講料 ①「ビューティフルエージングと自己育成」 3,000 円  
②「キャリア・カウンセリングの理論と実際」 10,000 円  
③「豊かな人生と交流分析」 7,500 円  
④上記以外の講座 5,000 円

5. 受講人数 LDA 養成講座の募集枠（25 名）内とし、新規取得を目指す養成講座受講者を優先します。

※お申込みはこちらから⇒ [2024 年度第 35 期 LDA 養成講座分割受講申込書 \(google.com\)](https://www.google.com)

## 新企画 マイライフデザイン研修（第 5 日目）のご案内



こんな不安（問題）を課題に変えて自分らしいライフデザインを作りませんか。

【日 時】 3月9日（土） 14:00~16:00

【講師紹介】 池上 義雄 米国NLP（神経言語学）マスタープラクティショナー、年金アドバイザー、CFP、産業カウンセラー



現実の生活で、充実したセカンドライフを目指してもなかなか理論通りにはいかないという自身の体験から、その目標実現に向け、「知識の吸収・活用や活動の継続が必要である」ことをモットーに活動しています

【講座名】 ミドル・シニアに求められるコミュニケーションとは

【講座概要】 毎日の生活でも、仕事の上でも欠かすことのできないものがコミュニケーションです。話し手と聞き手の双方が意思の疎通を滑らかにし、相手の伝えたい本心を受け止めることによって成り立ちます。今回は、「相手がどのように受け止めるのか」そして、そのためにはどのような点に留意していけばよいのか、いくつかポイントをお伝えして、これからの充実した人生に向かっていただければと思っています。

## 〈これからのマイライフデザイン研修講座内容〉

開講日	講師名	講座名	内容
第6日目 4月13日(土)	米本 昌史	超高齢時代に充実したライフプランを作成するために考えるべきものは	マネープラン以外でこれからのライフプランを考える時に考慮すべきものについて学ぶ。
第7日目 5月11日(土)	松倉 壯典	ミドル・シニアのストレスマネジメント	ミドル・シニアには様々なストレスがかかる。ストレスチェックの必要性とストレスマネジメントを学ぶ。
第8日目 6月8日(土)	大庭 和夫	人生100年時代のマネープランの必要性	年金、資産形成、相続など幅広い視点から対策を考える。

《 2023年度 第1回 マイライフデザイン研修募集要領 》

- ・ 開催：全講座ともオンライン（ZOOM 14:00～16:00（2時間））開催
  - ・ 受講料(税込)：1講座受講 2,500円（会員 2,000円）
  - ・ 申込・お問合せ： 埴 ([hanawa@baa.or.jp](mailto:hanawa@baa.or.jp)) or 大庭 ([ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp))
- こちらからも申込できます [BAA マイライフデザイン研修申込書（第5日目）\(google.com\)](#)

## 講 座 案 内 「 エ ク ス テ ン シ ョ ン セ ミ ナ ー （ E S ） 」

企業内外のいろいろな場で活躍するライフデザイン・アドバイザー（LDA）の継続学習講座のご案内です。現在活躍中のプロの講師と一緒に、時代に対応するライフデザインに必要な知識やスキルの幅を拡げ変化し成長することを目指します。BAA 認定 LDA の継続学習セミナーですが、学びたい方ならどなたでも参加できるオープン講座です。

### 3月『輝けるLDAのためのインストラクター・パワーアップ法』

#### 【講座概要】

人生100年、そして時代はダイバーシティの只中において、一人一人が「幸せの探求」を模索する際、このLDAという立場で活動できることは、自らも自分の幸せの一部になっているのではないのでしょうか。アドバイザーという仕事は、「支援する」立場にあると考えると、支援される人との関係性においてエンゲージメントな関係性（信頼）が必要かと思えます。そのためには、「相互信頼&相互共生」を構築していくことが重要かと考えます。そこで今回は、LDAが、講演やセミナー&「研修」の中で、そのインストラクターとして信頼され、注目されてアドバイスを受け入れていただくためにも、欠くことが出来ない「アドバイザーとしての信頼性や魅力」の構築の一助となる 1. 「伝わる話し方」 2. 「声の出力」 3. 「ノン・バーバルコミュニケーション」 4. 「自らのイメージアップ」 5. 「服装のカラーコーディネート」などについてお話をさせていただきたいと存じます。是非この機会に「自らの魅力」のパワーアップをしてみませんか。

【講師】 岸田 良子 先生【有限会社キャリア開発実践研究所 代表取締役／女性活躍推進支援コンサルタント、人材育成コンサルタント、財団法人生涯学習開発財団コーチ メンタルヘルス心理カウンセラー】

#### 【講師紹介】

北海道テレビ放送株式会社・住宅産業研修財団を経た後、1994年に人材育成事業&キャリア開発を主軸とする人材育成事業にて創業し、令和5年度に30年目を迎える。その間、企業・行政機関の人材育成戦略支援・研修・講演・コンサルティング、EAP支援などで活躍中。

- ◆ 開催日時：2024年3月23日（土）14：00～16：00・オンライン（ZOOM）開催
- ◆ 申込締切：3月18日（月）
- ◆ 会 費：2口以上会員（LDA含む）：無料、1口会員1,000円、会員以外1,500円  
前払をお願いします。

- ◆ 申込先：北村 ([kitamura@baa.or.jp](mailto:kitamura@baa.or.jp)) 又は 埴 ([hanawa@baa.or.jp](mailto:hanawa@baa.or.jp))  
記入：①名前（ふりがな）②メールアドレス③その他（会社・所属・LDA・紹介者・入会など）  
こちらからも申込できます ⇒ [BAA 3月エクステンションセミナー申込書 \(google.com\)](https://www.google.com)

## 講座案内「シニアセミナー」

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。

学びを始めるには年齢は関係ありません。同世代を生き抜いて来たシニアの方が楽しく学ぶ場です。

ニューノーマル時代、これからの充実した人生を過ごすための情報を提供いたします。

### 3月講座 【行動経済学から日々の活動のヒントを得る】

#### 【講座概要】

行動経済学という言葉が最近耳にすることはありませんか？従来の経済学では説明できない行動は日常に溢れていますが、これらの行動を人間の心理面から理論化しているのが行動経済学です。日々の活動に影響を与えていることは何かを知ること、より満足度の高い生活に活かすこともできます。どのように活用できるかを一緒に考えていきましょう。

#### 【講師】天野 富夫 先生【office エーエム 代表】

- ◆ 日 時：3月13日（水）15：00～16：30
- ◆ 開催方法：オンライン（ZOOM）で開催します
- ◆ 申込締切：3月11日（月）午前中
- ◆ 申 込 先：事務局大庭宛てメール「[ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp)」（後日、URLをご案内いたします）
  - ◆ こちらからでも申込できます⇒ [BAA シニアセミナー（3月13日）申込書 \(google.com\)](https://www.google.com)  
①名前（ふりがな）②メールアドレス③その他（会社・所属・LDA・紹介者・入会など）
- ◆ 受 講 料：会員1,000円、会員外1,500円

※シニアセミナーは2024年度から名称を【人生100年時代の実践セミナー】～人生を自分らしく豊かにするために～に改称し、より沢山の方に参加して頂く内容にいたします。次項で説明します。

## 新講座案内「人生100年時代の実践セミナー」 ～人生を自分らしく豊かにするために～

「シニアセミナー」の見直しについてお知らせします。2023年度まで毎月第二水曜日、15時から開催しておりました本セミナーは、現役世代の方々から平日では参加しにくいとのご意見がありましたので、2024年度より実施要領を下記の通り変更いたします。

### 【セミナーの変更趣旨】

引退後のシニア層だけでなく、現役の方々や定年後も働くシニア層の方々にも広く参加していただけるよう、テーマおよび実施時間を変更し、参加しやすくする。

### 【テーマ】

「働き方」「学び方」「生き方」「資産形成・運用」「相続・贈与」「キャリアデザイン」「ライフデザイン」「地域活動(人的交流)」など全世代の方々に関心がある、幅広いテーマを取り上げる。

### 【開催日時】

現役の方々に参加しやすくするため開催時間を毎月、**第2木曜日の19時から20時30分の90分間とする。**  
尚、第二水曜日は、他の企画とバッティングすることが多いので木曜に変更する。

(テーマにより会場開催の場合は日程・時間とも柔軟に対応する)

### 【開催方法】

原則として、オンライン(ZOOM)で開催する。

(テーマにより会場開催の場合も可能とする・また、ハイブリット開催も考慮する)

### 【受講料】

会員 1000 円、会員以外 1500 円の有料セミナーとして開催する。

## 講座案内「三鷹ネットワーク大学」

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。

### 3月講座 【豊かなシニアライフのための、上手な金融資産の取り崩し方】

～ 貯めるだけでなく、使い方も大事です ～

#### 【講座概要】

「人生100年時代」「老後2000万円問題」などを背景に、投資や資産運用などに注目が集まっています。ただ、その殆どは「お金や資産の増やし方(=資産形成)」の内容に集中し、更に重要な「手持ちの資産の活用」の話は殆どありません。また、従来は投資リスクと年齢によるリスク許容度の違いを考慮して、年齢と共に高リスク資産を減らし、定年後は運用を止め、現預金化した資金を老後資金に充てる事が勧められていました。豊かなシニアライフを目指すとき、この様なやり方、考え方は、本当に適しているのでしょうか？ 今回の講座ではこの様な問題に触れ、シニアライフにおける「手持ち資産を運用しながら取り崩し」のメリットを考え、更にそれを具体的に実現する方法について、筆者自身の確定拠出年金での経験も紹介しながら解説します。

#### 【講師】三好 正信 先生 【FP オフィス三好 代表】

- ◆ 日 時：3月27日(水) 15:00～16:30
- ◆ 開催場所：オンライン(ZOOM)で開催します。
- ◆ 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 [三鷹ネットワーク大学\(mitaka-univ.org\)](https://www.mitaka-univ.org)
- ◆ 事前に申し込みが必要です、上記URLから登録し申し込み下さい。TEL：0422-40-0313

## B A A イ ベ ン ト の ご 案 内

今回は新宿御苑を中心に春を満喫する「ぶらり街歩き」、最新のツールを活用した旅の思い出記録を紹介する「お話の会」などを企画しましたので多くの会員の皆様のご参加をお待ちしております。

### 1. 第15回 ぶらり街歩き「桜の新宿御苑を中心に春を楽しみませんか！」

早咲きから遅咲きまで約65種、1,100本の桜がある新宿御苑を中心に春を満喫したいと思います。尚、希望者による懇親会も予定しています。

- ・日 時 : 2024年3月31日(日) 10:00~13:00
- ・コース : JR千駄ヶ谷駅 ~ 駿馬塚 ~ 水道碑記 ~ 新宿御苑大木戸門 ~ 新宿御苑 ~ 新宿御苑 新宿門
- ・ガイド : 東京シティガイド (NPO東京シティガイドクラブ認定者)
- ・歩行距離 : 4km未満のゆったりコースです
- ・集合場所 : 10:00 JR千駄ヶ谷駅 改札口外 (当初の集合時間を変更し10:00にしました)
- ・会 費 : 500円 (当日払い)、会員以外: 1,000円  
別途、新宿御苑入場料が必要 大人500円 (65歳以上250円)
- ・申込締切日 : 3月18日(月)

### 2. お話の会 4月『「私と旅」 ~ ベスト5 + 旅の記録 ~ 』

- ・内 容 : 皆さんはどんな旅の思い出がありますか? 初めての海外旅行、お手軽バスツアー鉄道旅、バックパッカー一人旅…。旅の定義やスタイルは様々。では旅の思い出はどう残されていますか? とりあえず写真やビデオに保存、旅は記憶として心の中だけに留めておく…とか、まあ人それぞれ。とはいえ、せっかくの旅の思い出を忘却の彼方に放置するのはもったいない! 私はふだんから暇を見つけては旅に出歩いています。そして旅の思い出をいろいろな形で記録として残すようにしています。今回は、最近の私的“ベスト5”絶景の旅を話のネタに、今日的“旅の記録”ツール等についてご紹介できればと思っております。旅好きの方、ぜひ奮ってご参集くださいませ!
- ・講 師 : 宮地 剛 氏 [ BAA 個人会員 ]  
学生時代は探検部に所属、アウトドアライフや海外遠征などを経験。卒業後は市場調査会社で国内のみならず海外での生活者研究リサーチに従事。上海赴任や海外出張などを通して異文化対応を学ぶ。退職後は日本語教師のボランティアや地域活動をしつつ、暇を見つけては旅を楽しんでおります。BAAの音楽グループではドラムを担当。
- ・日 時 : 4月9日(火) 10:00~11:30 (11:30~13:00レストランで講師を交えて会食、ワイン飲み放題つき)
- ・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 : 4,500円
- ・申込締切日 : 4月3日(水)

### 3. 第55回BAA大相撲観戦会 2024年五月場所

- ・日 時 : 2024年5月24日(金) 13日目、15時集合
- ・場 所 : 両国国技館、2階椅子B席
- ・会 費 : 4,800円 (通常料金 5,000円)
- ・募集人員 : 50名
- ・申込締切日 : 既に締め切りました。



#### 4. 第103回「囲碁大会」

- ・日 時 : 6月6日(第1木曜日) 12:30~16:30(受付開始 12:00)
- ・場 所 : 日本棋院・有楽町囲碁センター(東京都千代田区有楽町2丁目101 東京交通会館9階)
- ・競技方法: 各自の持ち点数により、上位者からAクラスBクラスCクラスに分け、各クラスの中で3局対局(組合せは籤引)とします。対局時間は80分(1人40分ずつ)とし、全て対局時計を使用します。
- ・会 費 : 2,000円(昼食お弁当はありません)感染防止のため囲碁センター内での食事はできませんので、各自昼食を済ませてからの参加をお願い致します。
- ・募集人員: 50名
- ・申込締切日: 5月17日(金)

☆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 FAX: 03-3437-2510
- ・ 申込み要領: 希望のイベントに参加されるメンバー全ての方の①から⑥を記入下さい。  
①お名前(ふりがな)、②メールアドレス、③電話番号、④イベント名(観劇・囲碁大会・お話の会・大相撲など)、⑤個人会員または会員企業名、⑥その他(連絡事項など)

### 会員活動報告「観光案内ボランティア活動」

今回は第2の故郷で仕事を継続されながら、友人の紹介でボランティア活動をされている田中氏の活動をご報告いたします。地元を更に深く知る勉強と地域の人達との交流を実践されている活動は私たちの参考になると思います。

#### 「観光案内ボランティア活動」

LDA25期 田中 啓之

2021年3月に長年勤めた会社の再雇用が終了し、自宅のある北九州市へ20年ぶりに戻りました。完全にタイアするには時間も体力も余っていると感じていたところ、たまたまグループ会社からお声がかかり、1年半ほど仕事を手伝わせていただいた後、また知人からの情報で縁をいただき、市の外郭団体で産学連携の業務に短日数ですが勤務しており現在に至っています。



北九州へ戻って久しぶりに会った元社同期の友人から、北九州市の観光案内ボランティアの話を知りました。友人も仕事は続けていますがフルタイムではなく、空いた日を活用してボランティアを始めたとのことでした。私も現在の業務をフルタイムにしなかったのは、趣味や地域活動などに組みたいと考えていたところだったので、興味を持ち詳しく話を聞いて早速動き出しました。生まれ育ちは三重県四日市ですが、第二の故郷と言っていいほど長く北九州市に住んでいながら、市のことについてはわずかな知識しか持ちあわせておらず、いつかもっと勉強したいと考えていたところだったので、これ幸いと飛びついた次第です。



門司港レトロ展望室から見た眺望

観光案内ボランティアは手を挙げてすぐなれるというものではなく、まず市の観光市民大学の講義を3ヶ月間(1回/週)、座学だけでなく現地研修を含めて受講し修了しなければなりません。そのカリキュラムは、市の歴史・文化・自然など広範

囲にわたる観光資源についての見識を深めるため、各分野の専門家から講義・現地研修を受けるものです。修了後は希望者を募って登録し、正式に市からの委嘱を受けてボランティアガイドになるシステムです。

ボランティア登録後は、4 地区（門司、小倉、八幡、若松・戸畑）に分かれて配属され、それぞれの地区会で先輩ガイドの指導を受けて勉強を続けることになります。地区会配属後もさらに 3 ヶ月ほど実習指導を受けて、ようやくガイドデビューすることができます。私も昨年 8 月からガイドを始めており、この半年で 10 回ほど経験していますが、覚えなければならないことはまだまだ多く、様々な機会をとらえて勉強を続けています。地区会活動（1 回/週）では、様々な年代・経歴の方と接する機会があり、ガイド関連だけではない交流から学ぶことは多く、ある種の人脈形成になっていると感じています。

ガイド場所としては常駐場所が 2 ヶ所あり、1 つは門司港レトロ地区、もう 1 つは世界遺産に登録されている官営八幡製鐵所（現日本製鉄）の施設眺望スペースで、各地区への割り当てによりほぼ毎日ガイドが常駐して対応します。その他にも観光客が多く訪れる GW や夏祭り時期など、小倉城周辺や城下町歩きなど臨時的観光案内所が設けられ詰めることがあります。また不定期に市の観光コンベンション協会へガイド依頼が入った時に、要請を受けて対応することもあります。



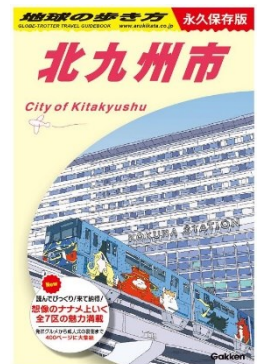
官営八幡製鐵所 日本事務所

ガイドとしてはまだまだ修行中の身ですが、ガイド方法としてその施設や景観について覚えたことを説明するだけではなく、ストーリー性を考えてコースに沿った案内をしなければいけないと学んでおり、常に頭においてガイドすることを心がけています。お客様のガイド終了後に感謝の言葉をいただいた時、こちら喜んでもらえてよかった、ありがとうございましたという気持ちになり励みになります。

最後に北九州市の観光ガイドに関して、トピックスを 2 つほどご紹介します。

まず昨年市制 60 周年を迎えました。1963 年 2 月に当時の 5 市が対等合併して九州初の 100 万人都市が誕生したわけですが、その後高度成長時代から公害などを克服して、世界にもその技術をアピールできる環境先進都市に生まれ変わっています。コロナ禍でどこの観光地も訪問客が減少しましたが、最近ようやく戻りつつあり市としてもますます集客に注力すべく様々な催しなど企画しています。

もう一つは、地球の歩き方「北九州市」が都市版第 1 号として今年 2 月に発刊され、「キタキュウの底力!! 想像のナナメ上いく 大反響!!」という帯付きで、市内書店では売り上げ 1 位を続けるほど話題になっています。ぜひ皆さんも一度お手に取って見ていただければありがたく、北九州市のことをより深く知ることができるガイドブックです。昨年の 60 周年に呼応して、NHK 番組「ブラタモリ」では 2 週にわたり北九州市の特集が組まれました。ご覧いただいた方もおられると思いますが、観ていただき、感じていただき、また味わっていただくものが豊富にある北九州市へぜひお越しください。機会があればガイドとしてご案内させていただきます。いつかお会いできる日を楽しみにしてお待ちしております。



## L D A の 会 報 告

ライフデザイン・アドバイザーの認定者 626 名の活躍の紹介欄です。同期会・分科会（研究会）・支部活動状況や会員の皆様の情報などを紹介します。

### 【LDAの会活動報告】

#### 1. 4 水会

2 月の 4 水会は山田清美氏（LDA33 期）による「人生 100 年を生きるヒント・楊名時太極拳とともに」でした。山田氏は健康推進グループの代表を務めており隔月で BAA 太極拳教室を開いています。今回の 4 水

会では番外編として、山田氏が太極拳に出会い怪我から立ち直ったお話と太極拳の歴史と意義についての説明がありました。後半 30 分は楊名時太極拳の入門として立禅、八段錦などの実技指導がありました。

### 3 月の 4 水会は榊原敏秀氏 (LDA22 期) による「レコード業界の話・ギターで楽しく！」(仮題)

です。榊原氏がレコード会社の最前線で活躍されていた当時のエピソードを披露していただき、後半はギターで音楽を楽しみます。皆様の参加をお待ちしております！

・日 程：3 月 27 日 (水) 15:00~16:30

・開催方法：対面開催

・会場：港区麻布区民ホール (港区六本木 5-16-45) 2 階会議室

・申込先：濱田まで ([hamada@baa.or.jp](mailto:hamada@baa.or.jp))

## 2. 分科会・支部活動状況

### (1) レadies会 横浜市 大倉山梅園を訪ねて」 報告 九鬼 眞弓

開催日時：2024 年 2 月 23 日 (金)

開催場所：大倉山梅園

参加者氏名及び参加数 (敬称略)：埴、大庭、石川、高村、山田ゆ、九鬼 6 名

報告事項：大倉山公園の、春を告げる恒例行事「大倉山観梅会」のタイミングで計画しました。天気予報が最悪だったので、急遽ランチ会からスタート！イタリアンレストランでワインを嗜みながら、初めてお目にかかる方とも、最初から和むことができました。その後は大倉山記念館の見学から始まって、46 種類、約 220 本の梅のある梅林を、ユックリ散策しました。流石、見頃の梅も多くタップリ楽しんでいただけた様でした。お祭りで、心配された混雑も小雨で緩和され、結果的にはシットリ趣のあるレadies会らしい観梅会となりました。



### (2) 同期会 LDA24 期フェニックスの会 代表 矢藤 博

開催日時：2024 年 2 月 24 日 (土) 11:00~12:00

開催場所：対面 (BAA 事務所) およびオンライン (ZOOM) 開催

参加者氏名及び参加数 (敬称略)

対面参加：山田ゆ、守屋、西村、網本、吉田、6 名 リモート参加：三根、米本 2 名

報告事項：12 年前からの 振り返り・・・

・アドバイザー養成講座の講義レポートの紹介・フェニックスの活動を写真で振り返る・松村さんを偲ぶ フェニックスの写真・米本さんへのサプライズ&BAAの活動・三根さん「生涯育自」午後的人生スタート・米本さん、三根さん中心に 近況報告 18 回目 5 年ぶりの再会、12 年前の養成講座の原点から振り返り、時の流れを感じ“人恋しく、居心地が良い、居場所を求めて・・・”そんな年頃になったメンバーの絆を感じて時間を過ごした、フェニックスでした。



### (3) 健康推進グループ (歩こう会) 【1Day3000 第 10 弾に参加する】 幹事 大庭 和夫

株式会社 ONE COMPATH (ワン・コンパス) が主催する【1Day3000 第 10 弾】に 9 名が参加しました。BAA がこのイベントに参加するのは今回が 3 回目になります。

