

aging is beautiful

BAA ニュース (2024.4月号)

昨年度に新たに企画した「マイライフデザイン研修」は4月で第6日目になります。その受講者から豊かで充実した人生を送るには課題解決も大事だが、私は「こうありたい、こうなりたい」という夢と希望のあるライフデザインが大事でないかご指摘いただきました。これは各人が自律的にライフデザインを考える時に非常に大切なことだと思います。6月から開催のBAA ライフデザイン・アドバイザー (LDA) 養成講座では支援・助言する方達が前向きなライフプランを作成・実践できるようなアドバイザーの養成を目指してまいります。今月号では更にLDAの資格を取得してからのスキルアップ、実績づくりに役立つBAAとのかかわりをご紹介します。是非とも資格を取得してからもエクステンションセミナーや「人生100年時代の実践セミナー」の受講、BAA開催セミナーなどの講師担当、「LDAの会」への参加などBAAを活用していただきたいと思います。また、会員の皆様の交流の場・居場所づくりに役立つイベントもご案内しております。2024年度は新たに導入しました会員システムでもセミナー、イベントのご案内をしておりますが、このシステムを利用していただけますと申し込みも簡単にできます。今後も会員の皆様へのサービス向上に努めてまいりますので引き続き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しておりますので、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。

<4月> (*印:本号に詳細を記載しております)

- ◆ 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 22日 (月) LDAの会 世話人会
- ◆ 4月 23日 (火) BAA 監事会計・業務監査
- ◆ 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*

<5月>

- ◆ 5月 9日 (木) BAA 人生100年時代の実践セミナー
- ◆ 5月 10日 (金) BAA 2024年度第1回理事会
- ◆ 5月 11日 (土) BAA 第1回「マイライフデザイン研修」(第7日目)*
- ◆ 5月 17日 (金) BAA 第3回音楽祭*

- ◆ 5月19日（日）BAA 第16回ぶらり街歩き＊
- ◆ 5月21日（火）BAA 第4回太極拳教室＊
- ◆ 5月22日（水）LDAの会 4水会
- ◆ 5月24日（金）BAA 第55回大相撲観戦会＊
- ◆ 5月29日（水）BAA 三鷹ネットワーク大学講座

☆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 又は 北村 満：kitamura@baa.or.jp
- ◆ BAA 実践セミナー、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
- ◆ 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
- ◆ 音楽祭、4水会、LDA 分科会・研究会等 ⇒ 濱田 俊一：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。そのライフプランづくりのサポートをするのがLDAですが、今月号ではそのLDAを取得した後のBAAとのかかわりをご紹介します。

- ①講座終了後も継続して学習するエクステンションセミナーなどでスキルを向上できるシステムがあります。
- ②自己育成を図り、実務知識の習得や居場所をつくることが可能な「LDAの会」の研究・分科会を設けています。また、自ら研究・分科会を立ち上げることも可能です。
- ③「LDAの会」に加入することで、様々な業種、年齢、経験のある方との交流を持つ場が提供されます。それぞれの同期会で交流を継続できます。
- ④BAAが主催する講座・セミナーの講師を担当していただくことで実践力を養います。
- ⑤企業・団体の要請に応じてBAAから講師としてLDAを派遣することがあります。
- ⑥企業内外の課題についてLDAの要請に応じてBAAの会員にサポートを依頼することがあります。

《 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：埴 (hanawa@baa.or.jp) or 大庭 (ooba@baa.or.jp)

申込・お問合せ：埴 (hanawa@baa.or.jp) or 大庭 (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> 】
※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](https://x.gd/1haNz) ([google.com](https://x.gd/1haNz))
※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

こちらをクリックしてご参照下さい⇒ 【 <https://x.gd/1haNz> 】

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「ビューティフルエイジングと自己育成」 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](https://x.gd/1haNz) ([google.com](https://x.gd/1haNz))

新企画 マイライフデザイン研修（第7日目）のご案内

急激に変化し予測が困難な現代は、個人が自律的に自分らしい充実した人生（働き方・生き方）を考え、決めていく時代です。長い人生において、今までの自分自身を振り返り、これからのキャリアを自ら選び取り、実践してみませんか。

「悠々自適」って
たいくつだな…

自分に合った
仕事はあるの
だろうか？



今日は家族以外
と「しゃべって」い
ないな？

定年になったら
急に「さびしく」
なったな…

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】 5月11日(土) 14:00~16:00

【講師紹介】 松倉 壯典 生きがいづくりパートナー



建設機械メーカーで経理、営業、マネージメント、人材育成に携わり、定年再雇用後、キャリアコンサルタントとして現在埼玉しごとセンターでキャリア相談員、セミナー講師を務めています。年間延べ1000人近くと面談し、約20数回のセミナー講師に取り組んでいます。東京しごとセンターや三鷹ネットワーク大学で主にシニア向け講師の経験もあります。

【講座名】 ミドル・シニアのストレスマネジメント

【講座概要】 終わりの見えないウクライナやガザでの戦争、低迷する日本経済、目まぐるしく進展するデジタル技術などシニアを取り巻く環境は激変しています。そんな中、様々なストレスに囲まれ働きずらさや生きずらさを感じて暮らしている方も多くいらっしゃるのではないのでしょうか。人生100年時代、ストレスフリーで、より自分らしく、豊かなライフキャリアを謳歌できるよう、ストレス対処法(7つの習慣)を通し、皆さんと共に考えたいと思います。

＜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。

《 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) or 大庭 (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7日目）\(google.com\)](#)

講座案内「エクステンションセミナー（ES）」

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。

4月『キャリアカウンセリングの現場から考える「聴く」価値』
～わかれようとする行為から生まれるもの～

【講座概要】

昨今言われるキャリアオーナーシップ（キャリア自律）とは、「自らのキャリアについて主体的に考え、学び、行動すること」。キャリアを他人任せにせず、自分のものという意識を持ち、生涯を通して自身のキャリアを発達させようという考え方です。

一方、価値観、働き方、年代やジェンダーなど多様な人が共に働く職場では、お互いにさまざまな葛藤が生まれています。自身のキャリアに向き合えず、悩みを抱えている人は多くいます。一人一人が充実したキャリアをつくるためにどんなサポートができるのか？「聴くこと」、「他者をわかろうとする」ことの価値と実践のポイントは何か？他者をわかろうとする行為は、組織全体の活性化にもつながります。ケーススタディを使ったワークを通して普段の自分の「聴く」を見直していきましょう。

【講師】 垂水 菊美先生【株式会社キャリアンサンプル 代表取締役、一般社団法人あしたの働き方研究所 理事、東京大学 教育・学生支援部学生相談支援課キャリアサポートチーム特任専門職員/LDA 養成講座第 25 期修了生、キャリアコンサルタント】

【講師紹介】

「多様な人が共に成長する社会（D&I）」と「キャリア自律」をテーマに、2つの組織運営を通し、①年間100回程度の講師業務、②大学生をはじめ、企業の若手社員から経営層までを含めた年間400名程のキャリアカウンセリング、③様々な専門家の方を集めた自治体におけるキャリアデザインプロジェクト運営を主軸に活動中。個人・組織・専門家の”三方良し”を目指しています。

◆ 開催日時：2024年4月27日（土）14:00～16:00・オンライン（ZOOM）開催

◆ 申込締切：4月22日（月）

◆ 会 費：無 料（今回の講座はLDA会員以外の方も無料です）

◆ 申込先：北村 (kitamura@baa.or.jp) 又は 埴 (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 4月エクステンションセミナー申込書 \(google.com\)](https://www.baa.or.jp/entry-form)

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～

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。2024年度から新たに内容を刷新し、全年齢層を対象に「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）」など幅広いテーマを取り上げ会員の皆様のビューティフルエイジングの実践に役立つ情報を提供いたします。

4月講座 【人生100年時代の財産活用と次世代への承継を考える】

【講座概要】

日本銀行の統計「家計の金融資産残高」によると、2023年3月末時点で、個人が保有する金融資産は2,043兆円になっています。また、国立国会図書館による2019年統計（高齢者の保有金融資産の現状及び課題）では、50歳から59歳の金融資産保有額は一人当たり平均1,596万円、60歳から69歳は2,129万円、70歳以上では、2,059万円になっています。人生100年時代といわれるようになってきた現在、こういったミドルシニア層以上が保有する財産の活用方法および承継方法についてどのような制度があるのか確認していきます。一般的な財産管理の方法としては、委任契約、成年後見制度（法定・任意）、民事信託などがあ

ります。また、財産の承継につきましては、遺言、生前贈与、民事信託等が考えられますが、自分に合った承継方法は何かいいのか？皆様と一緒に考えたいと思います。

【講師】大庭 和夫 先生【KNR 大庭 FP 事務所 代表】

- ◆ 日 時：4月11日（水）19：00～20：30
- ◆ 開催方法：オンライン（ZOOM）で開催します
- ◆ 申込締切：4月9日（火）
- ◆ 申 込 先：事務局大庭宛てメール「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 実践セミナー（4月回）申込書 \(google.com\)](#)**
 - 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。

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。

4月講座 【人生100年時代を自分らしくエンジョイするためのライフプラン】

【講座概要】

人生100年時代と言われる超高齢社会に突入した現代社会において、現代を生きる我々はできる限り長く働き続ける事が求められ、またそれが社会の持続的活性化には必要不可欠と考えます。

そのような超高齢社会における現状をデータで具体的に認識するとともに、国や公益団体などが実施している具体的なセカンドキャリアの支援策について紹介致します。

また、セカンドキャリア形成に向けて、転職含め新たに就労を考えているシニアに対して、求職活動のポイントを紹介するとともに、職場でシニアとしてどういう心構えで臨むべきかについても一緒に働いている人達の意見を紹介しながら考えていきます。更に、充実した100年ライフを送るヒントについて、ポイントをまとめながらわかりやすくお伝えしたいと思います。

【講師】今辻 俊郎 先生 【株式会社ライフ・デザイン・ファクトリー（最高意思決定権者）】

- ◆ 日 時：4月17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 \(mitaka-univ.org\)](http://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

2023年度第3回理事会を開催

3月26日に2023年度第3回理事会が全理事・監事が出席し開催されました。今回は2024年度

事業計画、2024年度予算などの7件の議案について審議しました。

事業では、2023年度に開催した「マイライフデザイン研修」の継続に加え、新しく企業のニーズに応えられるカスタマイズした「ライフデザイン研修」の開催が提案され、理事からはLDAの人財を積極的に活用して欲しいとの意見が出されました。また、現役の方達も参加できるようにした「人生100年時代の実践セミナー」や会員システムの導入、SNS活用による広報などが提案されました。

また、予算では事業収益の増加や経費の更なる削減を推進しますが、残念ながら収支面では赤字になる予算編成となりました。理事からは物価上昇、賃金引き上げなど費用の増加はあるが、提案された収益改善策を実行して赤字解消に努めるよう要望がありました。その他、人材委員会委員長人事など4件の議案が審議され全議案が承認されました。

今後も会員の皆様のニーズにお応えしながら、更なる収支改善を推進してまいります。会員の皆様のご理解と引き続いてのご支援を宜しくお願い致します。

B A A イ ベ ン ト の ご 案 内

今回はクラシックをお贈りする第3回音楽祭や東京下町の不思議を辿り、謎を解き明かすミステリー散歩の「ぶらり街歩き」、第103回を数える囲碁大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3回 BAA 音楽祭

<初夏のクラシックコンサート>午後5時、美しい歌声をあなたに

- ・日 時：2024年5月17日（金）15:00～16:30
- ・出 演：加藤麻子（メゾソプラノ） 武蔵野音楽大学声楽科卒 二期会会員
池上義雄（テノール） BAA 音楽グループクラシック部門代表
- ・場 所：ノア田園調布ピアノサロン 大田区田園調布3-5-10 TEL03-5483-0082
東急東横線・田園調布駅より徒歩2分
- ・会 費：2000円(税込)
- ・募集人員：40名（先着順で受け付けております）
- ・申込先：BAA 濱田まで hamada@baa.or.jp

2. 第16回 ぶらり街歩き「八丁堀・霊岸島ミステリー散歩」

このエリアは七不思議などの伝説が伝わり、不思議な場所ミステリーがたくさんあります。今はない堀や川、ゆかりの人物、歴史の痕跡を辿り、街に残るミステリーを解き明かして魅力を発見していきます。

- ・日 時：2024年5月19日（日）10:30～13:00
- ・コース：水天宮前駅 ～ 高尾太夫を祀る神社 ～ 箱崎の川蒸気と流人船 ～ 河村瑞賢と新川の埋蔵金 ～ 霊岸島七不思議 ～ 於岩稲荷神社 ～ 与力・同心と八丁堀七不思議 ～ 写楽の謎 ～ 広重と市中繁栄七夕祭 ～ 京橋アーティゾン美術館
- ・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：10:30 メトロ半蔵門線「水天宮前駅」1～4番出口方面改札口外
- ・会 費：500円（当日払い）、会員以外：1,000円
- ・申込締切日：5月10日（金）

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。

尚、2024年九月場所については日本相撲協会から正式な団体取り扱いの情報はありますが、以下の要領で実施予定です。参加希望の方は事務局担当までご連絡ください。

- ・日時：2024年9月20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
- ・第1回申込締切日：5月30日（木）

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）

5. 第4回 太極拳教室

- ・日時：5月21日（火） 16:15～16:45
- ・場所：高円寺区民センター（建物名：セッション杉並）レクリエーション室（地下1階）
- ・会費：1,500円（会員1,000円） 会場で集金します。
- ・募集人員：12名（先着順）
- ・申込締切日：5月18日（土）

☆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「61歳からの居場所としてのセカンドキャリア」

今回は今までのキャリアとは全く違ったセカンドキャリアを实践されている前野氏の活動をご報告いたします。寄稿者の大切な人がいる居場所へ会員の皆様も訪れては如何でしょうか。

「61歳からの居場所としてのセカンドキャリア」

LDA26期 前野明子

「人生は一度きり、私という人間に二度と生まれることはない。私がわたしで良かったと思えるところ豊かで、贅沢な人生を生きなさい」私の人生哲学の師と仰ぐ先生からの言葉である。この言葉に背中を押され、一昨年9月に滋賀県草津市にハワイアンカフェを開業した。人生初めての飲食業へキャリアチェンジであり、喜びも多い反面、困難も多いが、今だから始められたと捉えており、ここに至る約30年間、キャリアコンサルタントとして充実した仕事人生を歩んできた自負がある。

結婚後、人材サービスの会社で20年勤務した。子どもに恵まれず仕事が生活の中心で、充実したキャリアを積んでいると思う反面、仕事ばかりの生き方に疑問を持ち、働く人のことを支える仕事をしたいと考え、大学に社会人編入し臨床心理学を学んだ。大学院受験前に夫の癌が発覚し、その後訪れた永遠の別れに、これからの生き方を見失った数年を過ごした。二人で描いた未来を失くし、一度は目標にした臨床心理士の資格取得への決意も揺らぐ中、キャリアコンに復職し、再び自分を取り戻す生活を送った。

60歳を迎える頃、生前に死を意識した夫の言葉をしきりに思い出すようになった。それは夫の51回目、最後の誕生日となった日に「今はもう70歳、80歳迄生きたいとは思わない。でもせめて60歳迄は生きたかった」という言葉である。私自身はセミナー講師として「人生100年時代、セカンドキャリアを持とう」という話をしていたこともあり、60歳から新たなキャリアと、せつかくなら違う生き方をしたいと考えた。

元々、料理とワイン、ホームパーティが好きでワイン塾に通い、我が家で定期的に料理とワインを楽しむ会や料理教室を開催していた。皆の美味しいという言葉に支えられ、カフェ開業という夢を持った。夫婦でハワイが好きで、フラダンスを趣味としていた事もあり、食事をしながらフラを鑑賞できるハワイアンカフェを開こうと考え、思い立ったら迷う事無く1年半後に開業した。私の大切な人がいる場所という意味を込めて店名は「ラニ（天国の）カフェ」に決めた。



『身体によいものを心に優しい環境で』をコンセプトにし、「ALOHA」が意味する相手への思いやりの心を大切にした健康志向の創作ハワイアン料理を提供している。飲食業は全く素人である自分出来る事は、お客様を大切にするおもてなしの心と居心地の良さを精一杯提供する事に、ひたすら徹する毎日である。

経営的にはまだまだではあるが、人との出逢いと繋がる事の素晴らしさ、ご縁の大切さを実感できる日々を過ごしている。ここに至る迄色々あったが、毎日就寝時に1日を振り返る時、大変なことよりもお客様の笑顔を思い出し「今日も良い1日だった」と思う事ができる「私の居場所」が作れた幸せな選択に感謝するとともに、私がわたしで良かったと思えるところ豊かな毎日を生きて行きたい。

<https://www.lani-cafe.com/>

(お近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄り下さいませ)



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

3月の4水会は榊原敏秀氏（LDA22期）による「人生歌がある！『戦後歌謡流行歌』の変遷」～時代を彩った人と歌～ でした。榊原氏は長年大手レコード会社に勤務。今回は戦後から昭和時代最後まで流行歌の曲名、歌手、作曲・作詞家を、なんと模造紙5枚に手書き！で書いた資料を披露されました。これには参加者もみなびっくり！懐かしい曲、歌手のお話に盛り上がりになりました。

4月の4水会は原泰則氏（LDA32期）による「シナリオ『奇想天外の関ヶ原』」～もし関ヶ原の戦いにスマホがあったらいったいどんな戦いになるのだろう～ です。

もうすっかりおなじみになった原氏のシナリオシリーズです。今回も波瀾万丈、抱腹絶倒のお話です。どうかお見逃し、お聞き逃しの無いようにぜひご参加ください！

なお今回は、4水会後にカラオケ会が開かれます。こちらにもぜひご参加ください！

- ・日 程：4月24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）地下集会室
- ・申込先：濱田まで (hamada@baa.or.jp)

2. 分科会・支部活動状況

(1) 相続研究会 相続に関する勉強会 代表 池上 義雄

- ・開催日時：2024年3月29日（金）19時00分～20時40分
 - ・開催方法：オンライン（ZOOM）
 - ・出席及び人数：（敬称略）浦田、濱田、大庭、山梨、森、木村、池上 7名
- 今回は7名が参加して、「生前・死後の諸手続き」の資料作成につき意見交換をした。誰もが必ず必要となる手続きをあぶりだしてみると、かなりの数になる。これを
- ・役所、日常生活、社会保険、年金、税金、金融機関、住居・不動産、相続8つの分野に分けて整理する
 - ・生前の準備として、あるいは、死亡直後にしなければならない手続き、あるいは死後特に期限の定めのないものと手続き期限別に分類する
 - ・たたき台から、より見やすくすべく、横に時系列化、縦に分野と各項目を記載する
 - ・さらに、各々の手続きで、主に官公庁に提出する所定のフォームの有無や、具体的な提出先を盛り込む
 - ・巻末には、主な提出先のURLをまとめて記載する
- 等、およその構成を決め、次回までにメンバーが各分野を分担して、資料の下書き準備を持ち寄ることとした。次回は2024年6月14日(金)19時00分より ZOOM で開催する。

(2) 健康推進グループ 第3回 太極拳教室 代表 山田 清美

- ・開催日時：2024年3月5日（火）16時30分～18時00分
- ・開催方法：対面
- ・開催場所：高円寺区民センター（建物名：セッション杉並）レクリエーション室（地下1階）

