

aging is beautiful

BAA ニュース (2026.1月号)

新 年 御 挨 捶

一般社団法人 ビューティフル エージング協会

会長 隅 修三

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひ申し上げます。

世界の秩序が大きく変わり始めている中で、日本では初めての女性総理が誕生し、その行動力に対する期待感が持たれていますが、会員の皆様におかれましては本年が平穏で、充実した明るい年となりますようお祈り申し上げます。

さて、ChatGPT の利用が広がり始めたと思っている間に、更なる AI エージェントの普及により深刻な雇用問題が懸念され始めています。こうした中での人生100年時代。現役からシニアまでの方々にとって多様な「生き方、学び方、働き方」を考え実践していく事の大切さが実感されます。

BAA はそういったビューティフルエージングを目指される方々のお役に立つべく活動内容を充実し、皆さんに魅力ある機会を提供し続けてまいります。

人生経験豊かな皆様からも是非様々なアイディア・ご意見をお聞かせいただき、また活動にご参加いただければと思います。引き続きのご支援を宜しくお願ひ申し上げます。



今 月 の B A A ス ケ ジ ュ ー ル

BAA ではリアルだけでなく、**地域や時間に縛られないオンラインや録画視聴での開催**もしておりますので、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 はテレワークで業務を行う場合もあり、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。

<1月> (*印：本号に詳細を記載しております)

- ◆ 1月 10 日 (土) BAA 第3回「マイライフデザイン研修」 (10:00~11:30) *
- ◆ 1月 10 日 (土) BAA ファイナンシャルプランナーによる無料相談会 (13:00~17:00)
- ◆ 1月 14 日 (水) BAA 三鷹ネットワーク大学講座
- ◆ 1月 15 日 (木) ~ 28 日 (水) BAA 1 Day 3 0 0 0 *
- ◆ 1月 17 日 (土) BAA 人生100年時代の実践セミナー (相続研究会 オープンセミナー) *
(10:00~11:30)
- ◆ 1月 17 日 (土) BAA 新年会 (15:30~17:30) *
- ◆ 1月 20 日 (火) BAA 第14回 太極拳教室*
- ◆ 1月 22 日 (木) LDA の会 投資研究会

- ◆ 1月23日（金）BAA 第60回 大相撲観戦会*
- ◆ 1月24日（土）BAA エクステンションセミナー*
- ◆ 1月28日（水）LDAの会 4水会*

<2月>

- ◆ 2月 7日（土）BAA ファイナンシャルプランナーによる無料相談会
- ◆ 2月10日（火）BAA 第90回 お話の会*
- ◆ 2月14日（土）BAA 第3回「マイライフデザイン研修」（10：00～11：30）*
- ◆ 2月14日（土）BAA 人生100年時代の実践セミナー（相続研究会 オープンセミナー）*
- （14：00～15：30）*
- ◆ 2月17日（火）BAA 太極拳教室（補講）*
- ◆ 2月18日（水）BAA 三鷹ネットワーク大学講座*
- ◆ 2月21日（土）BAA 第24回 ぶらり街歩き*
- ◆ 2月25日（水）LDAの会 4水会*

☆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ひいたします。

<各担当連絡先>

- ◆ 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）
⇒ 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、シンポジウム、講演会
⇒ 堀 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

「2026年新年会」のお知らせ

2025年も変化の激しい年でしたが残すところ1ヶ月弱となりました。つきましては2025年を振り返るとともに2026年の新年を迎え会員の皆様で一堂に会して新春を寿ぎる新年会を以下の要領にて開催いたします。今回も会場とオンラインのハイブリッドで開催いたしますので遠隔地の会員の皆様もご参加いただけます。是非とも多くの会員の皆様にご出席いただきよろしくお願い申し上げます。

・日 時 2026年1月17日（土）15：30～17：30

・開催方法 会場とオンライン（ZOOM）のハイブリッド開催

・会 場 レストラン（コリーナ・デラ・ステラ）

住 所 東京都千代田区永田町2-16-2

星陵会館4階（日比谷高校隣）

・参加費 会場参加 5,000円

オンライン参加 無料

（各自飲食物をご用意願います）

・申込締切 1月9日（金）

・申込先 事務局 大庭宛

メール：ooba@baa.or.jp

FAX：03-3437-2510

※こちらからも申し込みます

⇒ <https://forms.gle/8JtiZq7UAVuNMokp8>



2026年度 第37期 LDA 養成講座のご案内

2026年度のライフデザイン・アドバイザー（LDA）養成講座をご案内いたします。誰もが豊かで充実した人生を送りたいと思っていますが、幸せで充実した人生は一人ひとり異なります。しかも働き方（キャリア）だけではなく、多様で幅広い視点から自分自身で人生をデザインすることが必要になっています。本講座は一人ひとりがそれぞれに望むライフデザインづくりをサポートするアドバイザーを養成する講座です。

企業内外において豊かで充実した人生を望んでいる人をサポートしたい方、自分自身のライフデザインを考えたい方にお勧めの講座です。

もっと人生を豊かにしていい！その力は誰にでもある！
あなたはそんな方のサポートをしませんか！！

前回の受講者満足度 100%

- ◆ 大学、企業で豊富な経験を持つスペシャリストの豪華講師陣による講座です。
- ◆ キャリアだけでなく多様なライフステージでサポート、アドバイスできる知識やスキルを幅広く学び、経験する極めて実践的な講座です。
- ◆ 講座終了後も継続学習、スキル向上、講師経験を積むシステムがあります。
- ◆ 資格取得者には様々な業種、年齢、経験のある方との交流の場を提供します。
- ◆ 会場とオンラインによるハイブリッドで開催。録画視聴も可能。場所や時間の制約を受けずに受講することができます。

《 2025年度 第36期 LDA養成講座募集要領 》

- **期間：6月 20,21日、6月 27,28日、7月18,19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（東京タワーの隣）
- 定員：25名
- **受講料：121,000円(税込) 法人会員及び個人会員は99,000円(税込)**
- 申込・お問合せ： 堀 (hanawa@baa.or.jp) or 大庭 (ooba@baa.or.jp)

申込はこちらから⇒



第37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19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	組織内キャリアから生涯キャリアへの転換 宮城 まり子 (キャリア心理学研究所代表)	人生100年時代迎え、単に組織内だけのキャリアから生涯キャリアを考えることが大切です。人は生きている限り死ぬその日まで成長発達し変化する存在です。今後どのように自分を活かし豊かな人生を送るか、そのための準備とは何かについて考えます。
	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)に関しても解説いたします。
第2日 6月20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。
	13:30~17:00		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。
第3日 6月26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 悅子 (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27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、活動するのか、LDAとしてメンタルマネー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5日 7月10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 岡野 洋美 (一般社団法人 日本リフレクティング協会 代表理事)	DE&I(ダイバーシティ、エクイティ&インクルージョン)は、多様な違いを認め合い、誰もが活かし合える関係性を築くこと。これからの社会の中で重要なダイバーシティとインクルージョンの本質を学び、考えます。LDAとして相互支援する対話を通して体感します。
第6日 7月11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

LDA会員限定「第37期LDA養成講座」の分割受講のご案内

LDAの皆様にもLDA養成講座の講座毎の分割受講ができます。今や世の中の動きは急激に変化しています。その動きに対応してLDA養成講座の内容も変化しております。また、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もあり、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。

1. 第37期LDA養成講座のスケジュール 詳細は上記をご参照ください。
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15日（月）
②第3日、第4日：6月22日（月）
③第5日、第6日：7月6日（金）
4. 受講料 ①「組織キャリアから生涯キャリアへの転換」 2,000円（2.5時間）
②「キャリア・カウンセリングの理論と実際」 6,000円（7時間）
③「豊かな人生と交流分析」 4,000円（5時間）
④上記以外の講座 3,000円（3.5時間）
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⇒ <https://forms.gle/VgiZUj6KkbjtQyGB8>

第3回「マイライフデザイン研修」のご案内

今年度で第3回となります。今回は豊かな人生を送るためにより実践的で役立つ内容にいたしました。既に始まっていますので、単一講座の受講となりますが多くの方に受講いただければと思います。

あなたの人生の主人公はあなた自身です。どんなシナリオも描けるし、どんな演出もできます。人生100年時代を迎える今こそ、あなたの豊かで充実した人生を送るための課題を明確にして、解決するための実践的な知識やスキルを身に着けませんか！

【研修の狙い】

- ・自分の望む人生を送るための課題は何かを学ぶ
- ・自分にあったキャリアに必要な支援やノウハウを学ぶ
- ・豊かな人生を支えられる賢い資産形成の仕方を学ぶ
- ・公的な支援制度を知り、上手く活用する仕方を学ぶ
- ・資産承継時の争族対策、節税対策のポイントを学ぶ

- オンライン開催なので以下のような受講が可能です。
 - 距離に関係なく、どこからでも受講できます。
 - 各講座とも開講の3日前まで申込可能です。
 - 定員枠に拘らず、定員を超過してもお受けいたします。
- 全8講座を受講することも、学び直し・学び加えとして1講座だけを受講することも可能です。
- 業務都合などで受講できない場合は、録画で視聴できるようにいたします。

第3回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2日目 1月10日(土)	新倉 昭彦	50歳からのキャリアデザインを考える	ミドル・シニアこそ、きちんと自身のキャリアデザインを考え、これから「ワクワク」人生を手に入れるための考え方を学び、行動変容のきっかけをつかみます。
第3日目 2月14日(土)	木村 勝	できるだけ現役を続けるための実践的ノウハウを学ぶ	多様な働き方を知り、働きたいうちは働くためのノウハウを学びます。
第4日目 3月14日(土)	今辻 俊郎	ミドル・シニアが活用できるキャリア支援策を知る	自己の強みを活かし、これからのキャリアアップにつながる支援策とは何かを学びます。
第5日目 4月11日(土)	荒武 誠	豊かな人生を支えられる賢い資産形成を考える	長い人生を安心して豊かに過ごせるために、何歳からでも始められる具体的な賢い資産形成方法を学びます。
第6日目 5月9日(土)	池上 義雄	相続・贈与など賢い資産承継を考える	親からの資産承継又は子への資産承継を賢く行うことで相続時の争族対策や節税対策のノウハウを学びます。
第7日目 6月13日(土)	塙 猛	介護で困らないために	長寿社会では親や配偶者などを介護する可能性が高くなっています。介護で困らないために、何をすれば良いかを考えます。
第8日目 7月18日(土)	三井 礼子	いざという時に生活を支える公的保険について考える	公的保険（年金・健康保険・介護保険、雇用保険等）の仕組みを知り、どのように利用するのが良いかを学びます

<受講していただきたい方>

- 働く環境が変化している中でも、変化に対応して生き活きと長く働きたい方
- 自分の生きがい、ライフキャリア、人生などを確認し、人間成長を求める方
- 自己のライフデザインに活用できる広範囲な知識・情報、人的ネットワークを得たい方
- 自律的なライフデザインの必要性と実践の仕方を知りたい方

《2025年度 第3回 マイライフデザイン研修募集要領》

- 開催日：2026年 1月10日(土)、2月14日(土)、3月14日(土)、4月11日(土)
5月9日(土)、6月13日(土)、7月18日(土)
- 開催：毎月第2土曜日 オンライン (ZOOM 10:00~11:30 (1.5時間)) 開催
- 受講料：1講座受講 会員は1,000円(税込) 非会員は2,000円(税込)
- 申込・お問合せ：塙(hanawa@baa.or.jp) or 大庭(ooba@baa.or.jp)
こちらからも申込できます ➡ <https://forms.gle/1k19aGaFrkBKTkDF8>

いざという時に備えて 生前・死後の必要な手続きのポイントを学ぶ 知らないと困るオープンセミナーのご案内

2024年度、相続研究会では相続に備えた手続きについて生前・死後に必要な手続きのポイントを8分野について纏めました。

会員の皆様に紹介したくオープンセミナーを下記のとおり開催し解説します。

いつ発生するかわからない相続の準備を進める手掛けりを掴んでいただきたいと考えています。

全8分野を3回に分け、必ずいつかは対応が必要になる相続に備え、その手続きにつき、多くの方に必要不可欠となるポイントを確認していただきます。

さらに、各回3名の相続研究会会員が、皆様からの質問にできる限りお答えすることで、皆様に相続へ向けた実務的な準備をすぐにでも進めていただこうという内容です。是非ご参加をお願いします。

開催日程：開催月及び内容は以下の通り

第1部 1月17日開催 概要説明、役所、日常生活での手続き

第2部 2月14日開催 社会保険、年金、税金の手続き

第3部 3月 7日開催 金融、不動産、相続の手続き

講 師：相続研究会 メンバー

開催時間：1月17日、3月7日は10:00～11:30

2月14日は14:00～15:30

開催方法：ZOOMによるオンライン開催です。（どこからでも参加できます）

録画視聴も可能です。

参加費用：BAA会員【個人会員、法人会員（社員・OB・OG）は無料です】

会員以外の方は、各回1,000円

次の口座にお振込みください

三菱UFJ銀行 虎ノ門支店 普通0696750

みずほ銀行 東京営業部 普通4114807

三井住友銀行 日比谷支店 普通5918396

ゆうちょ銀行 口座記号：00110-8 口座番号：571691

口座名：一般社団法人ビューティフルエージング協会

申込み方法：ooba@baa.or.jp（大庭）までご連絡ください。

又はこちらから申込できます

⇒ <https://forms.gle/x86dC2AHfY4fNwuz7>

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ナー（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キャリアデザインに必要な知識の幅を広げ変化し成長することを目指します。LDAにとって自己理解はとても重要ですが、感情知能が深くかかわっています。今回はこの感情知能についてワークも交えながら基礎から学びます。そして、人生の満足度や、仕事での成功確率を高めるために、どのように感情知能を磨いていったらいいのかについて皆で考えます。

LDA以外の方でも受講できますので多くの方の参加をお待ちしております。

1月『人生も、仕事も豊かにする感情知能（EQ）とは？』

【講座概要】

心の知能指数（EQ）としても知られる感情知能（Emotional Intelligence）は、感情を知覚し、活用し、理解し、制御する能力です。開発者サロベイとメイヤーによれば、感情知能の高い人は一般的に、人間関係が良好になり、社会的に成功する可能性が高いとされています。また、ゴールマンは、少し言い過ぎかもしれません、「EQ が仕事の成功を左右する決定的要因になる」とも言っています。今回は、自己理解やリーダーシップとも深いかかわりのある感情知能のお話です。まず感情知能を簡単にご説明した上で、その測定尺度に取り組んでいただきます。そして、セルフワークをして感じたこと、考えたこと、疑問などを皆で話し合い、感情知能についての理解を深めます。まとめは、人生の満足度や、仕事での成功確率を高めるために、どのように感情知能を磨いていったらいいのかについて皆で考えます。

【講師】 干場 進 先生【女性のための対話の会会長、R・リーダーシップ研究会代表】

【講師紹介】

公認心理師、プロソーシャル・ファシリテーター。元々は国際畠の金融マン。49歳で独立起業し、縁あって畠違いの情報系専門学校教師兼心理相談室担当。並行してキャリアカウンセリング研究会理事、目黒区男女平等共同参画審議会委員などを歴任。現在は、セミリタイアし、研修講師（厚労省認定「キャリアコンサルタントのための質問力 UP 研修」など）、および対話の会主催者として活動中。東京大学卒

◆ 開催日時：2026年1月24日（土）10：00～12：00・・オンライン（ZOOM）開催

◆ 申込締切：1月21日（水）

◆ 会 費：LDA・個人会員は無料 非会員は1,000円

◆ 申込先：北村（kitamura@baa.or.jp）又は 塙（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 ⇒ <https://forms.gle/yaeBobvJckrL2Glo7>

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。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ージングの実践に役立つ情報を提供いたします。

1月講座

【いざという時に備えて 生前・死後の必要な手続きのポイント】（1日目） ～ 知らないと困るオープンセミナー～

【講座概要】

昨年、相続研究会では相続に備えた手続きについて、生前・死後に必要な手続の ポイントを 8 分野に纏めました。 いつ発生するか分からぬ相続の準備を進める手がかりを掴んで頂きたいと考えています。今回3回に分け必要不可欠となるポイントについて相続研究会メンバーが 解説します。 皆様の相続へ向けた実務的な準備を早い時期から進めて頂こうという内容になって いますので、是非 3 カ月通じでご参加ください。

【コメントーター】相続研究会メンバー

1. 概 要 説 明：池上 義雄 （相続研究会代表）

2. 役 所 へ の 手 続 き：渋江 文夫 （相続研究会員）

3. 日 常 生 活 で の 手 続 き：木村 勝 （相続研究会員）

◆ 期日：1月17日（土）10：00～11：30

◆ 開催方法：オンライン（ZOOM）で開催します

◆ 申込締切：1月14日（水）（前日でもお受けします）

◆ 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⇒ <https://forms.gle/K8fp35E7dm7LjkfA8>

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 無料、非会員 1,000円**

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。

1月講座 【会社退職後の先を見据えた生涯キャリアづくりを考える】 ～地域コミュニティへの貢献～

【講座概要】

一生懸命に働いてきたシニアのほど、会社と自宅の往復で、地域との関わりが薄く、どう関わっていいかわからず、とまどう方も多くいらっしゃいます。また地域コミュニティは役割が不明確で暗黙のルールも多く、加えて人間関係への不安や健康・生活上の制約が参加を難しくしています。一方、60代以降のシニアにとって地域コミュニティとの関わりは、孤立を防ぎ、自己の存在価値を実感できる場となります。仲間との交流や役割を持つことで社会的つながりが強まり、心身の健康維持にもつながります。また、経験や知識を活かして地域に貢献できること生きがいとなり、人生後半の幸福感を高める重要な要素となります。自身の武道（空手）での体験事例を通じて、地域コミュニティへの関わり方について紹介します。一つの例として興味を感じていただけますと幸甚です。

【講座日時】 1月14日（水）15時から16時30分

【講 師】 渡邊 将樹 先生 キャリアコンサルタント

【開催場所】 三鷹ネットワーク大学 教室

【申込先】三鷹ネットワーク大学へ直接申込ください。

こちらから申し込みできます⇒ [三鷹ネットワーク大学](#)

BAA 連携事業 「お金に関する【無料相談会】」のお知らせ

BAA と業務提携をしています一般社団法人かながわ FP 生活相談センター (KFSC) が、BAA 会員向けに毎月 ZOOM を使用したファイナンシャルプランナー (FP) によるお金に関する無料相談サービスを提供しています。一人（または1組）の相談時間は最大40分で、最大4組までのお申し込みを受付けます。

<開催日時>

1月開催：2月7日（土曜）13時～17時（第2土曜日開催です）

<お申し込みは以下の専用のサイトから行ってください>

【BAA 会員向け KFSC サイト】URL : <https://baa.fp-kfsc.com/>

相談を希望される方は、遅くとも一週間前までにお申し込みください。一人で悩まずに気軽に個人会員の皆様及び法人会員の社員、OB、OG の方にご活用いただきたくよろしくお願ひいたします。

<相談内容>

皆様が日常生活の中で、困っていること、どうしたらよいか分からない時、迷っている時、相談相手がいない場合等なんでも結構ですご相談ください。

相談事例

- ・遺言書の作成をしようと思っているが、書き方がよく分からない。
- ・相続の資産分割割合で長兄が一番多くもらっている。不公平だ！どうしたらよいか。
- ・父親が認知症になった。相続財産はどうなるのか。
- ・遺産分割協議書の作り方を教えて欲しい。
- ・金融資産の運用商品の選び方を教えて欲しい。
- ・空き家の処分に困っている。どうしたらいいのか教えて欲しい。
- ・NISA を始めたいが（やっているが）購入商品を教えて欲しい。
- ・保険の見直しをしたいがどこに相談すればよいか分からない。
- ・ライフプランを作成したいが、どのようにしたらよいか分からない。 等々

相談者が支援を希望される場合は、別途有料（BAA 会員は割引あり）でサポートいたします。

<相談員>

相談員は独立系の経験豊富な FP 資格保有者で、真の意味で相談者の立場に沿ってご支援いたします。

<守秘義務>

相談員には職務上守秘義務がありますので、相談内容は厳重に管理し、他の目的で使用することはございませんので安心してご相談ください。

企業向けのキャリアデザイン研修を開催

2025年度の新企画として企業のシニア向けキャリアデザイン研修を企画し、BAAの法人会員である東京海上日動火災保険株式会社様で6月から11月まで7講座を開催いたしました。今回の研修名を「キャリアデザイン・シニア研修」として60歳以上のシニア社員を対象に、社内で戦力として活躍していただるために一人ひとりを個人として大切にしているというメッセージを伝えるとともに、会社としてビューティフルエージングの実現をサポートすることを狙いとしました。そして、シニア社員が自身のライフデザインとワークキャリアを改めて未来志向で考え、社内で充実したキャリアを積み重ね、希望ある将来に向けて具体的な行動に繋げていける内容にしました。具体的には①自分の望む人生とは何かを考える ②自分にあったキャリアを活かすノウハウを学ぶ ③豊かな人生を支えられる資産形成の仕方を学ぶ ④良好な人間関係を築くための方法を知る ⑤幅広い視点からライフプランを考える ⑥実現するための具体的な行動を考える 内容にしました。受講者のアンケートでは5段階評価で大変良かった50%、良かった36%の評価をいただきましたが、①充実したライフデザインを実践するために役立つ具体的な知識やスキルの提供をメインにしてほしい、②参加者同士のネットワーク作りや参画意識醸成のために十分な時間を確保したグループミーティングの実施、などの意見、要望が出されました。これらの意見、要望を踏まえて、継続開催に向け更に充実した企画を現在検討しています。引き続き法人会員各社様のニーズに合わせてカスタマイズした研修をご提案してまいりますので是非ともご利用をご検討いただけますと幸甚です。



<東京海上日動火災保険株式会社様のご所感>

当社では、60歳の定年退職を迎えた社員をシニア社員として再雇用しておりますが、1990年代初頭に数多く採用した世代がこの数年間で定年を迎えていくことから、引き続き多くの社員にシニア社員として当社に残って活躍してほしいと考えています。一方で、シニア世代のキャリアに対する価値観は多様化しており、自身の知識やスキルを最大限発揮しながらエンゲージメント高く働く環境を一層整備することも重要と考えています。

そのような中で、当社においてはシニア社員に向けた研修はほとんどなかったため、BAAの塙様はじめ皆様に相談させていただき、シニア社員向けの新しい研修の創設について昨年度から検討していました。同世代が抱く要望や悩みについて何度も意見交換を重ね、講師の皆様の人選も行っていただき、シニア社員向けのキャリアデザイン支援策として本研修を新設するに至りました。その後、シニア社員が主体的にリスクリキングやキャリア自律意識向上につなげることができる支援策と位置付けて社内公募した結果、20名近いメンバーが参加し、無事一連の研修を終えることができました。参加者の声は概ね好評で、各々多くの気づきをえることができたことと思っています。

2026年度も継続開催の方向で、これからBAAの皆様とコンテンツや運営要領についてブラッシュアップしていく予定です。毎年定期開催し、多くのシニア社員に受講機会を提供していきたいと考えています。

2025年度第2回理事会を開催

12月9日に2025年度第2回理事会が全理事・監事が出席し開催されました。今回は2025年

度上半期事業活動報告、2025年度上半期収支決算及び2025年度収支見込、2025年度下半期事業活動計画、「2026年度第37期LDA養成講座」について審議しました。

事業では、第36期となるLDA養成講座をハイブリッド（会場とオンライン）で開催しました。また新しい企画として法人会員様のニーズに対応した「キャリアデザイン・シニア研修」を開催したことなどにより、延べ参加者数は前年同期比66%増となりました。しかし、養成講座の参加者は前年増となりましたが目標未達となりました。尚、OB交流事業の参加者は前年同期比並でした。上半期の事業費を含む経常費用は予算通りでしたが、経常収益が養成講座受講者の目標未達、有料セミナーの受講者減、受取会費の減により大幅減となつたため2025年度の収支見込は予算よりも更に赤字額が増える見込みとなり、事務局より養成講座受講者増の施策など収支改善策が提案されました。それに対し理事・監事から新企画の企業向けの研修を他企業向けにカスタマイズして提案・採用を図るなど多くの収支改善提案が出されました。また、下半期の事業活動計画では秋の講演会や第3回「マイライフデザイン研修」、「LDAの会」の研究会によるオープンセミナーなどについて報告がなされました。

最後に2026年度第37期LDA養成講座の内容について審議がなされましたが、今回の議案について理事・監事の意見をとりいれた内容で全て承認されました。

今後も収支改善のために養成講座やセミナーの質の向上などにより受講者増を図り事業収益増を目指すと共に、更なる経費の削減を推進してまいります。会員の皆様のご理解と引き続いでのご支援を宜しくお願い致します。

BAAイベントのご案内

今回は、好評だった1度目の地球一周クルーズ船の旅体験に続き2度目の旅を語っていただく「お話の会」、浜離宮恩賜公園で初春の梅に親しみ、グルメのまち築地場外市場を巡る「ぶらり街歩き」、どこからでも参加でき健康維持・増進を目的とした「1Day3000」、補講も含めて毎月開催の太極拳教室などを企画しておりますので、多くの方のご参加をお待ちしております。

1. 1Day3000（第13弾）

このイベントは、「会員の運動習慣のきっかけ作り」や「企業・団体として社会貢献活動への参加」を目的として、多様な企業や団体がチームで参加し競い合いながら、参加者は、14日間のイベント期間中、**1日3,000歩の目標を毎日達成する事を目指す**イベントです。前回のBAAの成績はソーシャルウォーク部門で全国3位、東京都で1位でした。

参加方法は、スマホにアプリ「Aruk&（あるくと）」をダウンロードするだけで、全国から参加できます。前回は大阪と福岡から参加いただきました。今回も沢山の方の参加をお待ちしています。お申込みいただいた方にはアプリのダウンロードの仕方をお教えいたします。

- ・開催日程：2026年1月15日（木）から1月28日（水）の14日間
- ・参加申込：ooba@baa.or.jp 担当大庭までご連絡ください。

又はこちらから⇒ <https://forms.gle/TRNUrCKqSuwazG9j9>

- ・申込締切日：2026年1月5日（月）

2. 第14回 太極拳教室（奇数月開催）

- ・日 時：1月20日（火）16:15～17:45
- ・場 所：高円寺区民センター（建物名：セシオン杉並）レクリエーション室（地下1階）
- ・会 費：1,000円（会員以外1,500円）会場で集金します。
- ・募集人員：12名（先着順）

- ・申込締切日：1月15日（木）

<太極拳教室補講（偶数月に参加者の要請と講師のご好意で太極拳教室の補講を開催）>

- ・日 時：2月17日（火）16:15～17:45

- ・場 所：高円寺区民センター（建物名：セシオン杉並）レクリエーション室（地下1階）

- ・会 費：補講のため会費はありませんが、会場使用料（1,600円程度）を参加者で負担します。

- ・募集人員：12名（先着順）補講から始める方でも歓迎です。

- ・申込締切日：2月14日（土）

3. 第60回BAA大相撲観戦会 2026年初場所

- ・日 時：2026年 1月23日（金）13日目、15時集合

- ・会 費：5,300円（通常料金 5,000円+諸経費）

日本相撲協会の団体割引は無くなっています。

- ・募集人員：50名限定（既に締め切りました）

4. 第88回 お話の会 2月「2度目の地球一周クルーズ109日間」

- ・内 容：1度目のクルーズは頑張って来た自分へのご褒美と思って乗って来ました！その時の収穫が余りにも大きく、期待以上に有意義でした。その後、大桟橋までクルーズから戻って来る友達をお迎えに行く事が多くなりました。行く度に思う事は、降りて来る人のこぼれんばかりの豊かな笑み、友人の話を聞くと出遅れた感じがドンドン募って来ます。出来たらもう1度乗りたいという気持ちが膨らみ、ついに2度目のクルーズに乗って来ました😊

1度目以上に、あるがままの私でよい！感じるままに、自然の流れに身を委ねて、軽やかに楽に生きて行こうと思わされています❤️

今回はスエズ運河は通行できませんでしたが、なかなか行けない南アフリカ経由!!寄港地は14か国（16都市）。憧れていた天空の都市マチュピチ遺跡にも行って来れました。

南アフリカの最南端にも楽に行けた事が、私のお年頃にはとても優しく、嬉しいです。

こんな風に自分をより元気にしてくれる経験を、他の方にも伝えたい。そんな気持ちが溢れています。共有する事で、再び幸せな世界が蘇ってくるので、とても嬉しいです。

- ・講 師：九鬼 真弓 氏 [BAA ライフデザイン・アドバイザー&キャリアコンサルタント]

生産管理技術者として10年、子育て専業主婦期間5年、ベンチャー企業人事部で主に採用からマネージャー22年、60歳で産業カウンセラー、キャリアコンサルタント資格を取得し、生活保護者への就労支援4年、BAA事務局3年、現在フリーでキャリアコンサルタント講習運営サポート。

- ・日 時：2月10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：2月6日（金）

5. 第24回 ぶらり街歩き『初春の浜離宮と食のまち築地場外市場を巡る』

都会のオアシスとして親しまれる名庭園「浜離宮」で初春の梅を楽しみ、食のプロにも支持され、観光客に

も親しまれ賑わう食のまち築地場外市場周辺を巡ります。また希望者による懇親会も予定しております。

- ・日 時 : 2月21日(土) 10:00~12:30
- ・コース : 新橋駅 → 旧新橋停車場駅舎 → カレッタ汐留4~6階展望場 → 浜離宮恩賜公園
→ 築地場外市場 → 波除神社 → 築地魚河岸海幸橋棟
- ・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 : 4 Km未満
- ・集合場所 : 10:00 JR 新橋駅 銀座口改札外
- ・会 費 : 1,000円 (当日払い) (非会員の方も同額です)
- ・申込締切日 : 2月10日(火)

6. 第110回「囲碁大会」

- ・日 時 : 3月5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 : 2,500円 (当日払い 参加賞・全勝賞有)
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 : 2月20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)

L D A の 会 活 動 報 告

ライフデザイナー・アドバイザーの認定者 660 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。

1. 4水会

12月の4水会はLDAの会世話人山田清美さん (LDA33期) による「ライブハウスの片隅から見えてくる人間模様」～ライブハウスに出入りする個性的なプレーヤーと聴き手たち～でした。

都内150店を超えるジャズライブハウスを訪れた経験のある山田清美さんによる、特徴のあるお店の紹介、さらには変わったマスターとお客様のお話など、普段知ることのない話題に大盛り上がり。お話の間にはジャズの映像と音楽もあり、すっかりライブハウス気分に浸ったひと時でした。

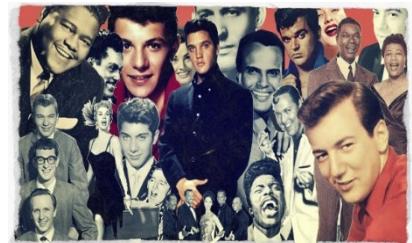
1月の4水会はBAA会員、高村俊朗さんによる

「オールディーズのポップスを楽しむ (仮題) 」

～1950年代、60年代に当時の若者を熱狂させたポップスをとっておきのオーディオで紹介します～ニールセダカ、ポールアンカ・・・などなど忘れられない青春の一曲を、自慢の手製オーディオを持ち込んでお聴かせします。お聞き逃しの無いようぜひぜひご参加下さい！

なお当日、会の後は、カラオケ会です。こちらにもぜひご参加ください。

- ・日時：2026年1月28日（水）15:00～16:30 対面開催
- ・会場：港区施設 麻布区民センター地下一階 集会室
(港区六本木5-16-45 電話 03-3583-5487)
- ・参加費：one coin です
- ・申込先：濱田まで (hamada@baa.or.jp 携帯：080-3522-7222)



2. 分科会・支部活動、同期会状況

（1）LDS分科会 例会の開催

代表 大庭 和夫

開催日時：2025年12月8日（月）19時00～20時30分

開催場所：オンライン（ZOOM）開催 参加者数：11名

【BAA活動の近況】 BAA塙専務理事

【議題・報告事項】

1. 2025年度実践セミナーについて
2. 2025年度三鷹講座について
3. 2026年度三鷹ネットワーク大学講師選定について
4. 2026年度講師募集について
5. 九鬼会員の洋上生活を紹介したYouTubeの画像紹介

（2）レディス会 2026年イベント「神奈川県立四季の森公園散策」を企画 九鬼 眞弓

2026年レディス会のイベントとして「神奈川県立四季の森公園散策」を計画しました。四季の森公園は1980年代の市街化の波から貴重な樹林地を守るために整備され、市街地にありながら日本の原風景

「里山」が残る公園です。園内には夏にはホタルが舞う湿地や水田、周囲を囲む雑木林など、どこか懐かしい



い風景が広がっています。自然のスポットを散策しながら季節ごとの花々を愛するひとときは、まさに癒しの時間です。男女問わず大歓迎ですので、多くの方の参加をお待ちしています！！

☆日時：2026年2月23日（月）祭日 10:00～14:00頃

☆集合場所：10:00 JR横浜線中山駅南口《交番前付近》

☆申込先：九鬼眞弓：arigatosan939@gmail.com

山田 ゆう子：yukoyamada1203@gmail.com

又はこちらからでも結構です：<https://forms.gle/PBy5KsP8JbedPQut5>

☆申込締切日：2月9日（月）締め切り日後参加ご希望の方はご相談ください。

☆参加資格：BAA個人会員、BAA法人会員（社員・退職者）会員以外の方も可です。

また、散策後は、希望者によるランチ懇親会も予定していますので参加してください。尚、ランチ懇親会は各自、実費となります。

3. LDA世話人会

事務局担当 濱田 俊一

開催日時：2025年12月19日（金）19時00分～20時00分

開催場所：オンライン（ZOOM）開催

参加者数：10名

【議題】

- ## ①2025年度上期 LDA の会活動報告（濱田）

- ## ②中間会計報告（BAA 大庭総務部長）

- ### ③2026年度以降の「LDA の会」の活動について（自由討議）

- ・今年度中に LDA の会の会則を見直し、実情にあった内容にすることを目的とし、そのたたき台を早期に作成することとした。 (担当 濱田)

事務局からのお知らせ

1. 2026年度個人会員の年会費について

BAAは会員皆様の年会費で運営しておりますので何卒ご理解いただきたくよろしくお願ひいたします。

ご案内は、2月上旬に発信いたしますのでお振込みをお願いいたします。

個人会員：2,000円／年 (以降1,000円単位でご支援をお願いいたします)

： L D A 会員： 3, 000 円／年 (以降 1, 000 円単位でご支援をお願いいたします)

・ゴールド会員：10,000円／年（以降1,000円単位でご支援をお願いいたします）

【特典】 : 2026年度もエクステンションセミナーおよび実践セミナーの「参加料」を無料としています。また、イベントには従来通り会員価格で参加できます。

※ 年会費の納入方法は、会員登録システムを登録された方は、従来の銀行振込以外に手数料 B A A 負担のクレジットカード決済、Pay-easy（ペイジー）決済、コンビニ決済で年会費の納付が出来ます。

※ 是非、会員登録システムの活用をお願いいたします。

※ 会員登録方法が分からぬ方は事務局の大庭 (ooba@baa.or.jp) 宛てご連絡ください。

2. 個人会員の入会について

BAA では、個人会員の入会を随时受け付けています。入会をご希望の方は事務局までご連絡をお願いいたします。又はホームページ（下記 URL）からも申込ができます。会員の皆様のご紹介をお願いいたします。

当協会へのご入会はこちらから⇒ <https://www.baa.or.jp/membership.html#sec02> 入会金は不要です。

3. 寄稿のお願い

皆様と共に充実したBAAニュースを目指してまいりますので、寄稿をお待ちしております。

一般社団法人 ビューティフル エージング協会 (BAA)
<https://www.baa.or.jp/> H P事務局：塙・大庭
メール：hanawa@baa.or.jp
:ooba@baa.or.jp
〒105-0003 東京都港区西新橋 3-15-6 AS ONE 愛宕 402
電話：03 - 3437-2525