

aging is beautiful

## BAA ニュース

各地から、梅やはや桜の便りがよせられ、春が近くなりました。みんなの嫌われ者の杉花粉警報も出されています。会員の皆様にはお元気でお過ごしのことと思います。年明けから、世界経済はアメリカの金利引き上げ、中国経済の減速、資源価格の下落などから、株価の下落、為替の乱高下など市場が混乱しています。G20で決まった世界経済安定に向けた処方箋がどこまで有効でしょうか。世界が注目しており、市場が安定してくれることを願うばかりです。

## シニアのための賢い資産運用術（講座報告）

2月3日（水）星陵会館会議室で開催された「第39回お話の会」で行われた、ファイナンシャル・プランナーの浦田健一郎さんによる講演概要を報告します。足元の資産運用環境は不透明で大変難しいですが、世界情勢と経済、そして我々の財布にどのように影響するのかについてのお話がありました。単に「資産運用を学ぶ」を学ぶのではなく、世界情勢を知り頭の体操にもなります！ ご参考にしていただければ幸いです。

## 1. 資産運用とは何か

- お金に働いてもらい、増やすこと。タンス預金では、収益を生まないばかりか、盗難にあう危険性もある。
- 投資とは安く買って、高く売ることだが、実践するのはなかなか難しい。
- 運用（投資）の世界は「運を用いる」ことで、過去の実績から将来を予測することは難しい。チャンスもあるがリスクもある。
- 資産運用の効率を測る手段として、期待収益率（利回り）とリスク（元本割れになる確率）を測定し、使われている。
- 運用で最も重視すべきはリスクである。運用商品を決める場合には、投資家がまずリスクをどの程度とれるかを考える。どれくらい損しても大丈夫か。

## 2. 運用リスクとは何か

- 運用結果のバラツキをリスクという。運用利回りの分布（プラスからマイナス）をいう。特に最大損失額がどの程度になるかを予測することが重要。投資家として損失に耐えられるかどうかを確認する。利回りを最初に考えてはいけない。
- リスクはどのように表せるか。株式の場合は1年間で利回りが、マイナス30%からプラス50%になる可能性がある。バラツキが大きいので、リスクが高い商品の代表。
- リスクの種類には次のものがある。価格変動リスク：景気、金利、企業業績により価格が変動する。為替リスク：為替の変動で円建価格が変動する。信用リスク：国や企業の財政状態で元本の返済や利払いが不能になる。

流動性リスク：運用資産を換金できなくなる。

### 3. 投資家はリスク許容度に応じて投資する

- どの程度損しても大丈夫か（損失が生じた場合の耐久力）をリスク許容度という。
- 投資家が保有している純資産（資産－負債）を把握する。住宅は運用資産ではないので除いて考える。
- 収支（収入－支出）のバランスを考える。不足額があれば金融資産から取り崩していくので、将来（平均余命）の取崩額を推計し、これを資産から控除して残った額がリスク許容額になる。その金額の範囲で株式などリスク資産へ投資する。
- 分散投資の勧め。いろいろな資産に投資することが大切（卵は同じかごにいれない）。
- インフレ対策も考えておく必要がある。国のインフレ目標は2%、年金生活者にとっては実質年金額の引き下げになる。

### 4. 金利・株価・為替はなぜ動くのか

- お金の流れによって決まる。水と異なりお金は収益の低いところから高いところへ流れる。アメリカの金利引き上げにより、中国をはじめ新興国からアメリカへ資金が流出している。
- 成長率が高く、インフレ率が低く、失業率が低い国へ資金が動く。企業業績が好調で、資金需要が増加し、企業収益も増加し、株価が上昇する。
- 国の財政状態が悪くなると国の債務が増加し、資金が海外に流出し、その国の通貨が売られる。わが国の財政は先進国では最悪だが、個人の保有している資産が大きいため、今のところ資金が海外へ流出していない。将来的には流出する可能性がある。
- 世界的な金融緩和政策により投機資金が増加し、巨額の資金が世界をめぐるため、金利・株価・為替の変動が激しくなった。
- 政治的・経済的なイベント（選挙・国際紛争・テロなど）により資金が動く。
- 最近注目されているのが、投資家心理による金利・株価・為替の変動。例えば、悲観と楽観、恐怖と期待など投資家の心理状態が市場価格に大きな影響をあたえる。強気・弱気一辺倒になりやすい。

### 5. 投資家心理はどのようなものか

- 代表性のバイアス：高収益をあげている企業が今後も優良企業と考えてしまう。投資の世界では過去の実績が将来を決めることはほとんどない。
- 保守性のバイアス：人間はすでに持っている情報に影響されやすい。マスコミ情報等に影響される。
- 損失回避のバイアス：損失を過度に恐れ、結果的に損失を拡大する（狼狽売り）。
- トレンド追従行動のバイアス：人は自分の行動を正当化しがちで、将来の後悔を回避したいと思う。後悔しても他人のせいにする。
- 自信過剰なバイアス：誤った認識が繰り返しにより信念にまで高まる。自信過剰になると、取得した情報に影響されやすくなる。

○同調行動のバイアス：他人の決定を観察し、それに倣って行動する。評判の高いアナリスト・投資家の投資行動に同調する。（ちょうちん買い）

○以上の要素から、投資家が心理的に狼狽売り、天井買いをする危険性がある。

## 6. 投資家はこのような市場にどのように向き合えばよいか

○短期的な視点で投資しない。商品の入れ換を行うと手数料が大きくなり、投資家に不利益になる。

○投資方針を明確にする。金融資産全体を増やすことが目的であり、個々の商品の利回りにこだわらない。短期的に利益を上げようとすると、リスクを取りすぎてしまい、損失が大きくなる危険性が高い。

○のんびり、ゆったり投資をする。企業業績に関係なく、市場の雰囲気株価が下がることも多いが、いずれ株価がもどる可能性が高い。

## 7. 金融商品選択のポイント

○広告や金融機関の売り込みによって決めてはいけない。自分のリスク許容度により自分で決める。人に勧められて損すると悔しい。

○運用商品のリターンは、商品別の市場リターン+運用者のスキルによるリターン+手数料からなる。投資家が自身で決められるのは手数料だけ。運用スキルによるリターンはあまりないし、あっても投資家には評価できない。

○リターンを高くするためには、運用報酬、手数料が安い商品を選ぶことが必要。

○非課税商品（NISA、確定拠出年金、教育資金生前贈与信託）を優先的に使う。収益に対する20%の税金は極めて大きい。

○商品の仕組みや条件が理解できないものには絶対投資してはいけない。

## 8. 金融機関との付き合い方

○金融機関を下記のとおり適切に疑う。

○金融機関の職員もノルマのある会社員である。金融機関の利益も考えている。

○営業マンは顧客の自尊心をくすぐるようなセールスを行う。（自信過剰は大敵）

○銀行の窓販では、銀行員が預金情報を利用できる立場にあることに注意する。窓口に行くと売り込まれやすい。

○金融機関の販売戦略に注意する。手数料の高いものを売りたいがる。乗換を推奨する（手数料を必要以上に取られる）。

○銀行・証券会社など売手に運用商品の選定を相談してはいけない。

## 9. 名作文学にみるマネーの教訓

○井原西鶴「始末により金銭たむべし」、十返舎一九「儉約とケチとはスイセンとネギのごとし、その型等しけれどもケチにはにくむべき臭みあり、儉約には愛すべき花あり」と述べている。

○福沢諭吉「財産保存増殖の最も安全なるものを求めんと欲する者は、決して資産の金額を挙げて唯一の事物に投入すべからず」と分散投資の必要性を述べている。

## ヒューマン・ライフキャリア研究会（報告）

2月17日（水）講師：勝田新一（NPO法人）キャリア・コンサルタンツ・ファーム理事長をお招きして「私のキャリア支援」について、ご経験や現在の仕事、外部環境について学び、懇親会で忌憚ないお話をうかがいました。以下に概略をご報告いたします。

- ✧ キャリア：日本コカ・コーラ㈱で生産設備エンジニアからエンジニアリング総括部長。全世界でのジョブカットに伴い、社員削減に立ち会った後、1年後に退社。マンパワー、高齢者雇用開発協会、戸塚公共職業安定所で個別面談を7年。途中、NPO法人を立ち上げ理事長。
- ✧ 現在①：㈱Decent Work 就労移行支援事業所でカウンセリングとキャリア研修。精神障がい者（うつ、発達障害）の求職者支援を行っている。体調不安定、目標設定をできない、依存心が強い人たちと向き合う中、就職していく人たちを見て喜びを感じる。（所感：産業カウンセラー資格を持つメンバー故に、その大変さがよく伝わってきた）
- ✧ 現在②：助成金（20万円）を利用、ジョブカード活用した中小企業社員へのキャリアカウンセリングを行っている。社会保険労務士から委託会社に、それを作成アドバイザーが行う。（所感：一同、耳新しい仕事に興味を持った）
- ✧ 現在③：GCDFが受付けた希望者へのキャリアカウンセリングを無報酬で行っている。相談内容は多岐にわたり今までの経験が生きている。（所感：勝田氏の幅広い知識・経験が職業選択と人生への洞察力となつての支援になっている）
- ✧ キャリアコンサルタントの国家資格：この4月から「キャリアコンサルタント国家資格」について活発な意見交換が行われた。①今まで取得した人は登録が必要②登録しないとこの名称は使えない③類似した名称でも使うと罰せられる④5年後までに更新のため試験をクリアすることが必要。（所感：一同、昨秋の法律通過とその内容に、びっくりした）

所感：勝田氏の豊富な経験、また臨場感あふれる現業での支援状況が肌で感じる事が出来た。また淡々とお話になる姿にメンバー感激しての3時間は、あっという間に過ぎた。（横山記）

## 第28期ライフデザイン養成講座（2016年度）

内容を年齢対象を広げ、企業内で活躍するライフデザインアドバイザーの養成を目指します。企業の人事総務の方、キャリアコンサルタント、自立して起業される方々のご参加をお待ちいたします。

〈2016年度 28期募集要領〉・・・詳細パンフレットを請求ください

- ・ 期間：6日間（6月10、11日、6月24、25日、7月8、9日・・・金曜、土曜開催）
- ・ 会場：機械振興会館 B-3研修室（港区芝公園3-5-8 機械振興会館）
- ・ 受講料：97,200円（税込）、定員：30名

## BAA プロフェッショナルセミナー（2015 年度）

キャリア・コンサルタントとして“キャリアカウンセリングから希望の就職、定着まで”の実践講座です。面接場面や職場ですぐに役立つ講座です。申込、お急ぎください。

### 〈募集要領〉

- ・ 開催日時： 3月5日（土） 9:30～17:00
- ・ 会場： 機械振興会館 会議室
- ・ 受講料： 7,000円 （定員:40名）

## 三鷹ネットワーク大学3月講座のご案内

BAAが三鷹ネットワーク大学に提供している「これからの生き方を考える」講座のご案内です。3月講座では、ガン治療の最先端医療のご紹介と夫婦のコミュニケーションがテーマです。ご興味のある方は是非ご参加ください。受講料500円、この講座は三鷹市民でなくても受講できます。三鷹ネットワーク大学 URL <http://www.mitaka-univ.org/>

### ◇ 3月9日（水）午後3時～4時30分

テーマ：「がんでは死なせない～免疫が切り拓く最先端のがん治療～」

がんを克服するためには治療法の選択が最も重要であると言っても過言ではありません。今回は世界的に研究開発が盛んにおこなわれているがんの免疫治療、特に「樹状細胞ワクチン」や「抗PD-1抗体薬」を中心に、がん治療の最前線をお話いたします。（講師：阿部博幸氏 医学博士、アベ・腫瘍内科・クリニック理事長）

### ◇ 3月23日（水）午後3時～4時30分

テーマ：「共感を求める女、結論を急ぐ男～夫婦のすれ違いについて考える～」

普段、疑問に思っている男女の行動や考えについて、受講者の皆様と、一緒に考え、今よりちょっとでもパートナーを理解し、夫婦生活をより快適に過ごせるヒントが得られたらと思います。（講師：倉林孝明 BAAライフデザインアドバイザー20期、ファイナンシャルアドバイザー）

## 横浜市今井地区センターライフデザイン講座

横浜市今井地区センターでのBAA提供講座です。3月と4月は羽根先生の仏像のお話です。どなたでも参加できます。

### ◇ 3月7日（月）13:00～14:30 「趣味による仏像観照 パート 1」

### ◇ 4月4日（月）13:00～14:30 「趣味による仏像観照 パート 2」

- ・ 講師：羽根 義先生（Dr.）  
「歴史的建築・日本庭園の東洋史」非常勤講師、NPO 歴史建築保存再生研究所理事
- ・ 会場・申込先：横浜市今井地区センター 〒240-0035 横浜市保土ヶ谷区今井町 412-8  
電話 045-352-1183 でお申し込みください。ホームページ参照【今井地区センター】
- ・ 受講料：300円

## B A A イベント情報

### 1. 観劇会・・・まだ席に余裕があります。

- ◇ 4月13日(水) 明治座「四月花形歌舞伎」出演:尾上菊之助 中村勘九郎 中村七之助  
・11:00開演・BAA料金:13,300円(食事付)(通常一等席14,000円+食事1,650円)
- ◇ 5月12日(木)国立劇場「文楽鑑賞教室」曾根崎心中 11時開演・・・10名限定です  
・BAA料金:5,300円(食堂でお弁当付)(一般3,900円+食事1,800円)
- ◇ 5月26日(木)明治座「御宿かわせみ」出演:中村橋之助 紺野美沙子 高島礼子他  
・11:30開演 BAA料金(食事付):11,600円(通常:S席12,000円+弁当・加茂1,650円)
- ◇ 6月14日(火)新橋演舞場「熱海五郎一座」出演:渡辺正行、ラサール石井、小倉久寛他  
12:00開演 BAA料金:10,300円 地下食堂 東 お弁当・竹河(お吸い物付)  
(通常一等席11,000円+食事1,500円)

2. 囲碁大会: 次回は3月24日(木)日本棋院有楽町囲碁センターです。10時から4時、手合い時計を使って4番打ちます。弁当、賞品付き2800円です。約80名が参加、いろいろな方との対戦を楽しんでいます。新人のご参加、まだ間に合います、大歓迎。

3. 大相撲: 初場所50名で13日目、琴奨菊を応援しました。2階椅子席から大きな声で声援します。5月20日(金)13日目募集中です。現在44名がエントリー、残6名です。お急ぎください。

4. お話の会: 皆様のご参加を期待いたします。星陵会館(永田町)で講話、レストランでの昼食、4000円でビューティフルな時間を過ごします。(10:00~13:00)

- ◇ 4月18日「日本と中国、文化の違いを考察する」(仮題) 2007年から復旦大学客員研究員、中国の経営、状況を知り尽くす、最も中国がよく見えていると評価されているお一人です。(講師:吉田浩二)
- ◇ 6月15日(水)「男と女 科学はどこまでせまれている」  
昼食での歓談が楽しくなるテーマです。講師:向井 恒夫氏(大手生命保険会社OB)

5. カラオケ会: それぞれ約15名の元気な淑女・紳士が、仲良く、得意の歌を披露し合って、楽しいひと時を過ごしています。人数に余裕があります。

①BAA目黒カラオケ会: 恒例のコートダジュール目黒西口店です。毎月 第4金曜日 12時~17時開催会費 2,500円(昼食・飲み物 込)です。名称 BAA目黒カラオケ会

②BAA 吉祥寺カラオケ会: 奇数月第4月曜開催です。吉祥寺友友(ゆうゆう)で13時~17時半)です。歌曲数は、一人4曲を基本とします。昼食や飲み物などを用意、会費は、4,000円です。

6. ハイキングツアー: 70歳代の方も参加、自然を楽しんでいます。黒木名ガイドとともに健歩を楽しみください。いつも早めに定員に達しています。2016年開催ツアー、早めのお申し込みをお願いいたします。(各コース、詳細はチラシを請求ください)

1. 「スノーシュー in 尾瀬ヶ原2泊3日」(定員22名)、オプション「至仏山中腹までのスノーシュー登山」  
(4月22.23.24日参加費@35,000円)
2. 「尾瀬沼のミズバショウと帝釈山のオサバグサ1泊2日」(定員22名)(6月10.11日[金土])  
参加費@26,000円
3. 「尾瀬ヶ原・裏燧林道と会津田島の祇園祭り2泊3日」(定員22名)、オプション「三条の滝コース」  
(7月21.22.23日参加費@36,000円)
4. 「デラックス夏の尾瀬2泊3日」(定員22名) 尾瀬沼ハイキングコースか燧ヶ岳登山コースか  
を選択 (7月28.29.30日参加費@34,500円)
5. 「富岡製糸場と水上温泉名所めぐり 1泊2日」(定員22名)谷川岳・天神峠からの大パノラマが  
楽しめます (8月5.6日参加費@29,000円)
6. 「大内宿・桧枝岐歌舞伎と帝釈山・田代山縦走1泊2日」(定員22名) オプション「ミニ尾瀬公園、  
夏の思い出歌碑、武田久吉記念館見学」コースを選択(9月3.4日、参加費@26,000円)
7. 「紅葉の安達太良山登山1泊2日」(定員22名) (10月14.15日参加費@29,000円)

<参加申込・問合せについて>

観劇会・囲碁大会・お話の会などFAX、メールで事務局横山迄お申し込みください。

## 会 員 か ら の 投 稿

### 「生きていること」について考える

ライフデザイン・アドバイザー(10期) 中里 宏

私たちは「ビューティフルエイジング」に思いを馳せる時に、その前提として「生きている事」を考える必要があると思いますので、少し考えてみたいと思います。

私も80歳になりましたが、年によって社会的な役割が違うように感じます。ここで対象に考えているのは、私たちに近い年代の人の「生き方」についてであります。

まず「生きる」という言葉ですが、私には不遜の響きがある様に感じ、使いたくありません。

「生かされている」であり「生きている」ではないかと思えます。別紙の図に考え方の概念を示します。

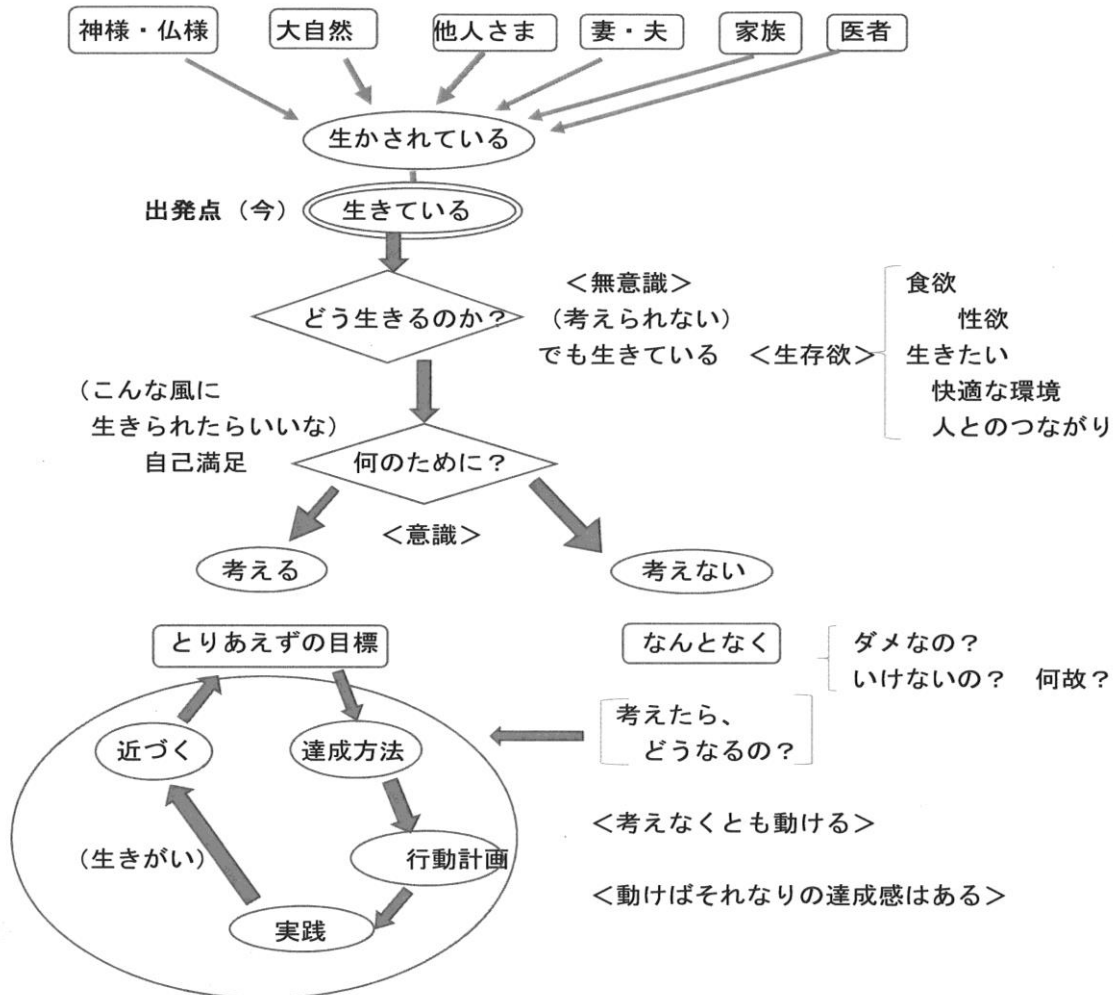
神様・仏様をはじめ、諸々のおかげさまで私達は「生かされている」、そして今「生きている」と言う事ではないでしょうか？

私は日本人です。自然の万物に精霊が宿ることを感じ、諸々の仏教や異国の神々をも排斥しない神が続べて来られた国の民であることに誇りを感じます。本来は対立せず、包み込む国なのです。

余談なことを、述べたようですが、生き方、考え方のベースになるように思うのです。

(別表)

# 生きていること



「生きること」を、そして「生きて行く」ことを考える原点は「今、生きている」という事実です。

さて、ではこれからどうするのか? 「どう生きて行きたいのか?」「何の為に?」まさにビューティフルエイジングのテーマになってきます。

ただ現在、無視できないのは、このようなテーマについて「考えられない」全く無縁の人々が増えていることです。ただ無意識で生きています。心身の病気になっている人々だから、ビューティフルエイジングの対象から外してもいいものでしょうか?

「どう生きて行きたいのか?」と言うテーマに対して意識はしているが、考えたくない人と、具体的に考えて行こうと言う人に分けられると思います。

具体的に考える人は、目標を設定して、行動の輪をまわし目標に近づいて行く努力をし、そのプロセスを通じて生きがいを感じて行くかもしれません。



「考えたくない人」は「考えても無意味じゃん！」と何となく生きて行くでしょう。それでも日々動くことはあるし、動けばそれなりに達成感もあるでしょう。これで「何がいけないのでしょうか？」

「どう生きて行くのか？」を考える事は、今後の人生においてどうしたら自己満足を得られる人生を送る事が出来るのか？考えることに尽きるのではないか？と思うのですが、如何でしょうか？  
そのように考えますと、色々な選択肢が出て来る様にも思います。時系列的に異なる生き方を考えても良いかもしれません。

これからの人生は自分中心にした考え方で、自己満足を得られる生き方を考えるべきだと思います。

誰でも近い将来に人生を卒業する時を迎える筈です。ガンでなくても、成人病でなくても同じなのです。残り少ない時間をお互い大切にしていきたいものです。

## 会 員 の 活 躍

### 第26回2016年世界らん展(東京ドーム)を観賞

平成 28 年 2 月 12 日 ションなことから、世界らん展を観賞することになった。

アドの会第 26 期生の山田和実さんが世界らん展に出展していることから内覧会に参加することができたものである。内覧会というので、人出は少ないと思っていたが、開催時間の 17 時 30 分に入口ゲートに着くと既に長蛇の列ができており、人気の高さを思い知らされました。並び初めて 20 分ぐらいかけてドーム内に入りましたら、大きな看板が迎えてくれました。(右写真)



「奨励賞」を受賞した山田さんの作品

