

aging is beautiful

## BAA ニュース

先日行われた米国の大統領選挙は、トランプ氏が次期大統領に決まる想定外の結果になりました。専門家の間ではほとんどがクリントン氏優位のなかで、この結果に世界が驚きました。原因はいろいろ分析されていますが、人間の予想などあてにならないものが多いようです。

東日本大震災、多くの自然災害が起きるたびに想定外という言葉（言い訳）が使われますが、いずれも人間の限界を感じます。トランプ氏勝利の報に、世界の株式市場は大きく下げましたが、翌日には急上昇しました。減税、公共投資など、景気にプラスと判断したようです。しかし、今後は不透明というのが正直なところでしょう。トランプ氏が想定外の現実的な政策をおこなうことを祈るばかりです。

## BAA エクステンションセミナー「部下を活かし上司が育つ会話力」 講座報告

BAAエクステンションセミナーは学びの機会を多くしたい！そのような気持ちを込めて開催しています。一流の先生の講義を、企業現役の方たちが参加できる、夕方からJR新橋駅近くです。参加費用も安く、講師とアットホームな雰囲気です。どなたでも、ぜひご参加ください。[JR新橋駅烏森口徒歩4分「ばるーん」、18:30~20:00、500円（申込後参加下さい）]

今回はコーチとしてご活躍の谷岡賢一講師（産業カウンセラー、中小企業診断士）に、日常使っている“会話”について深掘りしていただきました。コーチになってから朝5時起床、禁酒、マラソンを開始するなど、自分が変わったそうです。また「人を元気にするにはまず自分が元気であること」がモチベーションになっていらっしゃるそうです。講義では我々との会話を通して理解を深めると共に、説得力と奥深い知識に引き込まれた90分でした。

## 1. いままでの会話

- ・ 一般に、会話の重要性が言われていても、会話についてきちんと学習することはなく、自己流で会話をしているだけです。
- ・ 会話の中には①コンテンツと②気持ちがあるが、ビジネスではコンテンツだけが重視されることが多い。

## 2. ミスコミュニケーションが起こる理由

## 3. “会話を考える”ことは、“人との関わり方”を考えること

## 4. そんな関わり方ができるのは、“コーチ型”の上司

## 5. コミュニケーションに影響する自分の性格、傾向に気づく

## 6. コーチ型の会話の特徴



個人会員にご入会いただき、続きをお読みください

11月11日（金）、秦 正英氏（東京海上アセットマネジメント債券運用部長）をお招きし、「マイナス金利下の金融市場」についてお話を伺った。日銀は2016年2月から銀行が新たに預ける日銀当座預金の一部金利をマイナス0.1%へと引き下げる政策を実施した。これと従来から行ってきた巨額国債買い入れ（年間80兆円）との併せ技で、市中金利を引き下げ、経済を刺激することになった。日銀は9月に、政策の実施状況を総括（総括的な検証）し、その結果を受けて、金融政策の軸足を量から金利に移している。今回の勉強会は一連の金融政策を理解し、今後の課題を考える貴重な機会となった。

## 1. マイナス金利政策の概要

日銀は1月29日、「マイナス金利付き量的・質的金融緩和」の導入を決定した。具体的には、金融機関が日銀に預けている当座預金を3段階の階層構造に分割し、それぞれの階層に応じてプラス金利0.1%、ゼロ金利0.0%、マイナス金利▲0.1%を2月16日から適用した。

① 基礎残高（2015年1月～12月期間の日銀当座預金平残）➡206兆円程度（0.1%）

② 所要政策関連残高➡24兆円程度（0.0%）

③ ②を上回る部分➡23円程度（▲0.1%）

「量」国債の年間80兆円の買い入れ、「質」株式、不動産の購入を行う。

日銀は、当座預金の一部をマイナス金利化することで、短期金利や長期金利をマイナス化している。足元では、銀行間の貸し借り資金のレート▲0.05%、10年国債利回り0.0%程度で推移している。金融機関業態別マイナス金利適用残高の推移を見ると、9月末現在では、都市銀行、地方銀行はほぼゼロで、信託銀行、信用金庫、ゆうちょ銀行、外銀が多い。都市銀行、地方銀行では資金需要が多く、日銀当座預金から引き出され、市場で運用されているからである。マイナス金利が適用されている日銀当座預金残高は10%程度である。

## 2. 日銀金融政策の変化

### 3. 総括検証後の国内債券市場

### 4. 今後の日銀の金融政策

### 5. 出口が見えない日銀金融政策

### 6. ハイパーインフレ・リスク

### 7. トランプ当選と市場の動き

個人会員にご入会いただき、続きをお読みください

「お話の会」は、90分の講座とその後の講師との昼食歓談を行っています。2か月毎に行う会は10月で43回になりました。12月5日はプロのシャンソン歌手の池澤彩さんをお招きして「シャンソンの歴史と心〜素敵な唄声も」です。また2月7日は「池波正太郎と鬼平犯科帳の世界」です。皆様のご参加をお待ちいたします。大変好評だった10月開催の「話しの会」は聞いて、観て、触れる五感に訴える体験講座でした。

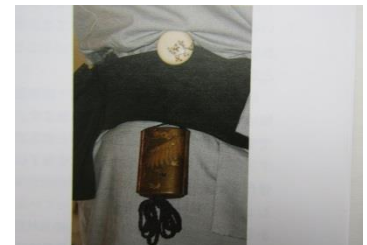
「根付で楽しむ」～ 自分なりの楽しむ“コト（体験）”を探してみませんか ～

根付蒐集家 埴 猛

「いつまでも人生を楽しみたい」という方が参加されるBAAの「お話の会」で、殆どの方が知らない根付の話をして、果たして満足して戴けるのか非常に悩みました。そんな時に、「人生を楽しむ秘訣」は楽しめる“コト”をできるだけ多く持つことだという言葉に出会いました。そこで今回は、私が多様に楽しむ“コト”ができる根付(私の収集した数十点の根付を含めて)で、どのように楽しんでいるかを参加者に知って戴き、実物を観て、触れる体験を通して、自分にとっての「楽しむ“コト”」を見つけられる機会になればと思い引き受けました。

## 1. 根付とは

根付は日本の三大美術の一つと言われることもありますが、右写真のようにポケットがない着物文化で、物を入れた提げ物が落ちないように帯にひっかけて滑り止めにした工芸品です。通常は根付と緒締と提げ物(印籠、煙草入れ、巾着 等)がセットになって使用されます。根付は工芸品ですから実用品としての機能が不可欠です。



## 2. 根付との出会い

## 3. 根付で楽しむ

個人会員にご入会いただき、続きをお読みください

## B A A エ ク ス テ ン シ ョ ン セ ミ ナ ー の ご 案 内

### ○ 12月12日(月) 「90分でわかるメンター、コーチング・NLP」

企業内コミュニケーション、メンター、キャリアカウンセリングにはコーチング・NLPは必須スキルです。

目的・基礎理論について体験して学びます。 \*12,1月はお休みです

➤ 講師:横山 出 [デル・ライフキャリア研究所代表、ライフデザイン・アドバイザー、キャリアカウ

セラ、産業カウンセラーなど]

### 三鷹ネットワーク大学講座のご案内

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。毎回20～30名の盛況です。ご興味、ご関心のある方は、受講をお待ちします。

【会場】三鷹ネットワーク大学推進機構 三鷹駅前協同ビル3階 JR三鷹駅南口徒歩3分

【申込】三鷹ネットワーク大学推進機構 <http://www.mitaka-univ.org/>

三鷹市民でなくても受講できます。電話が便利です。TEL：0422-40-0313

【受講料】500円

\*12、1月はお休みです。

#### ○ 11月30日(水) 15:00～16:30 「健康寿命を延ばすには」

わが国の平均寿命は男女とも世界最高水準ですが、健康寿命はこれを下回ります。健康寿を延ばすためのヒントを提供します。他人の支援を受けずに自立して生活できる健康寿命を延ばす方法を考えてみましょう

➤ 講師:林 義彦氏 BAAライフデザイン・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のご案内

横浜市今井地区センターへBAAが提供している社会講座です。どなたでも参加できます。テーマは「ライフデザイン」で、生きがい、健康、趣味、経済、コミュニケーションなどを取り上げております。(受講料は無料)

【会場・申込先】横浜市今井地区センターに電話でお願いします。TEL：045-352-1183

横浜市保土ヶ谷区今井町412-8 <http://www.chikusenyokohama.jp/imai/>

○日時:12月5日(月) 13:00～15:00

○テーマ:「心を酔わせるジャズの魅力」～ジャズを通じて音楽を日々楽しむ～

○講師:濱田俊一氏 BAAライフデザイン・アドバイザー

### B A A イベント情報

#### 1. 観劇会

☆ 国立劇場: 国立劇場開場50周年記念・・・締め切り日にご注意ください

☆ BAA料金:10,300円(通常:一等A席10,000円+食堂「十八番」お弁当1,800円)

◇ 1月27日(金) 歌舞伎公演 「しらぬいものがたり」

国立劇場では久々の宙乗りが見られるほか、原作におけるスペクタクルの要素を盛り込んだ歌舞伎ならではの娯楽性に富む華やかな舞台。

出演:尾上菊五郎(鳥山豊後之助)ほか(応募締切:11月30日)

◇ 3月8日(水) 歌舞伎公演 通し狂言「伊賀越道中双六」

演劇界の話題を集め好評を博し、歌舞伎の作品では初めての読売演劇大賞を受賞したあの「岡崎」待望の再演！開場 50 周年記念公演の掉尾を飾るにふさわしい珠玉の舞台。

出演：中村 吉右衛門 ほか(応募締切：1月30日)

☆ 浅草演芸場：1月10日(火)「新春浅草歌舞伎」

BAA 料金：7,800 円(食事無) (通常：一等席 9,000 円)

☆ 三越劇場 1月19日(木) 午前の部：新派『華岡青洲の妻』

出演：水谷八重子、波乃久里子、喜多村緑郎、市川春猿、ほか

BAA 料金(食事付)：6,500 円(食事無) (通常：1 等席 9,000 円)

☆ 明治座：3月15日(水) 公演「細雪」

出演：賀来千香子・水野真紀・紫吹 淳・壮一帆他

BAA 料金：12,400 円(食事付)(通常：一等席 13,000+1,650 円)

2. 囲碁大会：次回は12月8日(木)開催です。(定例日・第2木曜日/3, 6, 9, 12月)

新人大歓迎です。女性の方の参加も5名になりました。10時から4時、手合い時計を使って、4番お楽しみいただきます。お弁当、賞品(美味しい御菓子)もついて2,800円でいろいろな方との対戦を楽しみます。12月懇親会も、お申し込みお待ちしております。

3. 大相撲：待望の日本力士の活躍で人気沸騰中。2階正面椅子席、50名でゆったり飲食を楽しみながらの声援です。1月初場所13日目、20日(金)はキャンセル待ちを含めて64名、申込終了しました。5月場所5月19日(金)13日目、現在25名です。

4. お話の会：星陵会館(永田町)で講話を聞き、レストランで講師との昼食、4000円でビューティフルな時間を過ごします。(10:00～13:00)。もう少し空席あり、皆様のご参加をお待ちします。

◇ 12月5日(月)「シャンソンの歴史と心」～素敵なお声も期待しましょう～

講師：現在ご活躍中のシャンソン歌手“池澤彩さん”です。

◇ 2月7日(火)「池波正太郎と鬼平犯科帳の世界」池波正太郎と当時の江戸、鬼平から学ぶマネジメント、食の世界等々、鬼平の魅力を楽しみます。

講師：後関悦久(ライフデザインアドバイザー、鬼平愛好家)

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。

◇ BAA目黒カラオケ会：毎月第4金曜日、12時～17時、コートダジュール目黒西口店で開催しています。会費は2,500円(昼食・飲み物込)、懇親会もあります。

◇ BAA吉祥寺カラオケ会：奇数月第4月曜が恒例です。吉祥寺友友(ゆうゆう)で13時～17時半、一人4曲を、昼食や飲み物などを用意、4,000円で楽しんでいます。

6. 2017年度ハイキングツアー：(パンフレットを請求ください)

➤ 70歳代の方でもOK、ゆったり行程です。前回の尾瀬は山小屋トイレがウォッシュレット付でした。

➤ BAAに申込み下さい。今年中にお問い合わせいたします。(締切2016年12月27日)





➤ 定員に満たない場合は中止になります。

☆ 「デラックス夏の尾瀬」(山の鼻小屋・2泊):2017年7月13-15日

- ◆ 32,500円(貸切バス・2泊4食・ガイド料金・旅行保険代)
- ◆ 24名先着順(最少催行人数20名)
- ◆ 1日目:東京駅07:30集合→11:45鳩待峠(昼食)山の鼻15:00の入浴迄自由行動 17:00夕食
- ◆ 2日目:終日自由行動 尾瀬ヶ原自由散策 三条の滝など
- ◆ 3日目:山の鼻→鳩待峠→11:45花咲くの湯(入浴と昼食)→17:00頃東京駅到着予定
- ◆ 自由散策を最大の特徴とし、健脚者は2日目に三条の滝まで足を延ばすのも良いでしょう。



☆ 「紅葉の奥只見湖と尾瀬沼」:2017年10月12-14日

- ◆ 30,000円(貸切りバス・1泊2食の宿泊費・入浴料・船賃・旅行保険)
- ◆ 24名先着順(最少催行人数20名)
- ◆ 行程:初級向き 2日目 歩行距離=約8km 歩行時間=約3時間10分、宿泊「御池ロッジ」
- ◆ 10/12(木)東京駅07:30→(道の駅「深雪の里」で各自昼食)奥只見湖(船)→尾瀬口(バス)→御池「御池ロッジ」
- ◆ 10/13(金)御池発→沼山登山口[3.3km]尾瀬沼(散策)三平下(昼食)(3.3km)一之瀬→(バス)→大清水[1,180m]→14:45花咲の湯(入浴)16:15→(関越自動車道)→19:30頃東京駅



「レディス会が発足しました」

(LDAの会 便り)

穏やかな小春日和のお天気にも恵まれ、新江戸川公園内の落ち着いた佇まいの松聲閣でレディス会が発足しました。女性ならではの感性と発想で、豊かな学びと刺激により、希望と潤いを増すことを目指します。会長に20期の谷田恵子さんが就任しました。これからはLDAの会員に限らず、広くメンバーを募ります。午後からは和室に移り、少しのビールと松茸弁当を、そして周辺の芭蕉庵・新江戸川公園庭園・椿山荘のお庭での吟行です。



秋の吟行・句会とお茶会 「錦秋の 池に映るは 山紅葉」

皆で句を詠み、短冊に句をしたため、投句を楽しみました。また庭の躰（つくばい）に秋明菊とツワブキの花が彩る、松聲閣の本格的茶席で山田ゆう子さん亭主のもと、お茶会が進められました。三人の和服姿は秋のお庭にひとときわ、映えておりました。次回は春を予定しております。次回は一人でも多くの方にいらしていただけますことを願っています。（発起人：山田和実・山田ゆう子・九鬼眞弓）



### 「 会 員 か ら の 便 り 」

個人会員の平松さんからBAAニュースの楽しい感想をいただきました。これからも皆様のお声をお待ちいたします。

BAAニュース 10月号、配信くださってありがとうございました。そのボリューム！今日夕方内容を全部じっくり拝読することができました、よかったです！！

大塚先生の講演に出席できなかったのですが、こうして読むことができ、ちょうど現在の(76才)心構えに的中した！思いです。

ウォーキングの記録もよかったです。私も歩くと iPhone にどんどん記録されていくのが楽しみで、時折取り出しながら歩きます。でも夫から「あなたが数字に気を使うの？感心しないなあ・・・」などと言われます。が、、、てへへ、です、やっぱり、ねー！（笑）思った以上に数字が、高いとウレシイ ♪(^\_^)♪大庭さんはとんでもなく健脚ですが、私は今 喘息で不調なのです。しかし低い数字で上下しても歩いた甲斐があります。ではでは、またの機会にお目にかかれるのを楽しみにしています。いつも配信ありがとうございます。（平松道子・個人会員）

### 事 務 局 か ら の お 知 ら せ

- ▶ 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、メールでお申し込みください。事務局：横山・九鬼 メール：[yokoyama@baa.or.jp](mailto:yokoyama@baa.or.jp) [kuki@baa.or.jp](mailto:kuki@baa.or.jp)
- ▶ BAAは、法人会員と個人会員の方々の出資により運営されています。個人会員にご入会いただき、ご支援いただきますようお願い申し上げます。

(一般社団法人) ビューティフル エージング協会

<BAA> <http://www.baa.or.jp/> HP事務局：浦田・横山

〒105-0003 東京都港区西新橋 3-15-6 AS ONE 愛宕 402

電話：03 - 3437 - 2525 ファックス：03-3437-2510 メール：[yokoyama@baa.or.jp](mailto:yokoyama@baa.or.jp)