

2018年4月号

一般社団法人 ビューティフル エージング協会(BAA)

aging is beautiful

BAA ニュース

今年の桜は開花から満開そして散り始めまであわただしく、アッという間に終わった感じがします。皆様にはそれぞれに桜を堪能されたことと思います。私どもビューティフルエージング協会は昨年創設25年の節目を無事に過ごすことができました。ひとえに会員の皆様のご支援のおかげと深く感謝申し上げます。先日開催の理事会で2018年度活動方針を審議し決定いたしました。「人生100年時代のビューティフルエージング」実現に向けて、現役世代からシニア世代までの全世代の皆様にお役にたてる活動に取り組んで参ります。現役世代の皆様には、長い人生を展望して、自律的なキャリア開発のお手伝いをして参ります。シニア世代の皆様には、ビューティフルな人生を送るための啓蒙や交流企画をご提供いたします。今年度も、法人会員、個人会員の皆様の一層のご支援をいただきますよう、お願い申し上げます。

2018年度 個人会員年会費 納入のお願い

春色のなごやかな季節になりました。平素はBAAに格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。さて、2018年度がスタートしました。今年度も講座とイベント開催、社会貢献を通じてビューティフル エージングを皆様とご一緒させていただきたいと思っております。以下要領にて今年度会費の納入をいただきますようお願いいたします。また一口（1000円）以上のご支援をいただける方がとても多くなってまいりました。大変嬉しく存じます、どうぞよろしくお願い申し上げます。

☆ 銀行名：ゆうちょ銀行

☆ 口座名：一般社団法人 ビューティフル エージング協会

〈ゆうちょ銀行から〉口座記号：00110-8、口座番号：571691（6桁右揃え）

〈他行からゆうちょ銀行へ〉：店名：〇一九（ゼロイチキュウ）、店番：019

当座預金：0571691（フルネーム記載、連絡下さい）

☆ 通信欄には必ず金額明細、フルネーム、電話番号などを明記下さい。

「三鷹ネットワーク大学講座」のご報告

3月14日（水）三鷹ネットワーク大学において「今こそ必要！ 自律的なキャリア(ライフ)デザインを考える」をテーマに、埴 猛氏（ライフデザインアドバイザー、キャリアコンサルタント）に講師をお願いしました。

『今こそ必要！ 自律的なキャリア(ライフ)デザインを考える』

～ 知的好奇心を持つことで可能性が広がる ～

1. はじめに

今や人生100年時代と言われるほど超長生き時代を迎えているが、あるアンケートでは100歳まで生きたい人は15%しかいない。平成28年度の生命保険文化センター調査では老後に不安を持っている人は実に85%いる。これは、今年のダボス会議でカナダのトルドー首相が「今ほど変化のペースが速い時代は過去になかった。だが、今後、今ほど変化が遅い時代も二度とこないだろう」と発言したように、これから益々急激に変化し今より更に不確実になる時代を、長く生きる不安の表れかもしれない。



2. 何故、自律的なキャリア (ライフ)デザインが必要か

3. 変化を把握し対応するために必要な知的好奇心

個人会員に入会いただきますと、上記詳細をご欄いただけます

2018年度 (第30期) ライフデザイン・アドバイザー養成講座 募集のご案内

AAが24年の歴史を持ち、過去575人を輩出したライフデザイン・アドバイザー(LDA)養成講座のご紹介です。人生100年時代を迎え、この社会で適応するには、組織内でのキャリアだけでなく自律的なキャリア開発を行うことが重要になりました。若いうちから働き方、学び方、生き方を自身で考える力を蓄えることが大切です。またそれをファシリテートする人材も求められております。本講座は豊かで有意義な人生を送る「ビューティフルエイジング」(aging is beautiful)を支援し、実現するアドバイザーを養成いたします。この機会に是非受講されることをお願いいたします。



☆ メールでお問合せいただきますとパンフレットをお送りいたします。

【内容】

第1日 6月22日(金)

「人生90年時代のライフデザイン」 宮城 まり子 (キャリア心理学研究所代表)

第2日 6月23日(土)

「キャリア・カウンセリングの実際」 廣川 進 (法政大学教授)

第3日 6月29日(金)

「ライフデザインを描く」 横山 出 (デル・ライフキャリア研究所代表)

「ミドルのパラダイムチェンジ働き方・学び方」 若月 誠 (アクティブ・ユニット代表)

第4日 6月30日(土)

「働く人のメンタルヘルス」山本 晴義 (横浜労災病院 医師)

「部下を活かし上司が育つ会話力」谷岡 賢一 ((財)生涯学習開発財団認定コーチ)

第5日 7月13日(金)

「豊かな人生のためのライフ&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)

「人生90年時代における社員活性化のための処方箋」木村 勝 (リスタートサポート木村勝事務所)

「LDAの自己育成・活動と将来」浦田 健一郎 (BAA 専務理事)

第6日 7月14日(土)

「交流分析と人生脚本」下平 久美子 ((株)REFINE代表取締役社長)

2018年度

関西セミナーのご案内

『自律的キャリア開発と人材育成』

～個人の成長は企業の成長～

変化の激しい労働環境に上手に適応しながら、自分の力を最大限発揮し、納得のいくキャリアを形成するには、どのように向き合っていけばよいのでしょうか。そのためには、若い時から単なる組織内キャリアだけではなく、長い人生を展望し、自律的キャリア開発を行い、今後の自分を活かす働き方や生き方を積極的にデザインすることが大切です。一方、組織は経営戦略に基づき人材を育成すると共に、個をさらに活かし組織を活性化するためのキャリア支援が欠かせません。個人の成長は同時に企業の成長でもあるからです。本セミナーでは『自律的キャリア開発と人材育成』をテーマに個人と組織が協働し相互にWIN-WINの関係性をいかに構築するかについて考えます。(パンフレットをご請求ください)

宮城まり子氏略歴：キャリア心理学研究所 代表、元法政大学 キャリアデザイン学部教授、臨床心理士、ビューティフルエイジング協会 副会長、日本産業カウンセリング学会 名誉会長など。
主著：「キャリアカウンセリング」「聴く技術」「ナラティブ・キャリアカウンセリング」など著書多数。

- 講話：宮城まり子先生
 - ◆ キャリア自律、キャリア自立とは
 - ◆ 企業と個人はキャリア開発のパートナー
 - ◆ 生涯発達とキャリア発達
 - ◆ 企業でのキャリア開発支援 (キャリア相談室の役割と機能、上司の役割、人材育成)
- グループディスカッション (参加者の交流、話し合い)
- 懇親会 (宮城先生を囲みます。17:30 より)
- ◆ **日時：2018年 6月 9日(土) 13:40～16:40**
- ◆ **会場：大阪科学技術センター 7階 702号室**
(地下鉄四つ橋線本町駅下車 28号出口、北へ徒歩5分)
- ◆ **会費：4,000円/人 (BAA個人会員 3,000円) ★定員：50名 (先着順)**

- ・ Eメールでお申込み下さい。担当：九鬼・横山 (kuki@baa.or.jp 又は yokoyama@baa.or.jp)

「エクステンションセミナー」ご案内

4月 「60歳からモチベーションをもって働く」－Ⅱ

～研修、相談での伝え方を考える～

60歳再雇用、定年延長企業が増加しています。その中で社員は役職定年や給料の減少にモチベーションを無くし、仕事効率が低下、そして企業は悩みます。今回は社員の不安を考え、どのように考えを変えるか、を皆さんで共有しました。社員・相談者のエンカレッジが目的です。今回は相談者との対応を考え、また企業での研修ワークの具体的・効果的な手法を体験します。研修講師、人事関係、ライフデザイン・アドバイザー、キャリアカウンセラーの方々のご出席を期待します。

- 日時：4月9日（月）18：30～20:00
- 会場：新橋・生涯学習センター「ばるーん」 304号室（予定）
- 講師：横山 出 氏 [デル・ライフキャリア研究所 代表]



5月 「組織内の精神弱者への対応」

企業の中で精神に病む方が増えています。原因は様々です。最近話題になるのは、そううつ病に加えて発達障害と愛着障害です。薬をできるだけ少なくして、自分で復元することを目指して心理カウンセリングが大切です。今回は企業内での実際例を知り、その症状、上司と周りの人たちの対応の留意点についての具体例をお話いたします。今回は皆様のご質問にもお答えいたします。キャリア相談者の3割が精神弱者と言われることがあります。正しい知識と対応はキャリアカウンセラー、企業人事職の方々には必須です。

- 日時：5月14日（月）18：30～20:00
- 会場：新橋・生涯学習センター「ばるーん」 304号室
- 講師：金澤 ゆく子 氏 [金澤横浜カウンセラールーム・心理カウンセラー]



各種講座の申込

- ☆ 会費：1000円（BAA個人会員は500円）・・・当日支払です。
- ☆ 各種講座のお申込み：メール、FAXで下記項目を明記してお申し込みください。
 - ① 申込講座名（開催月日）
 - ② お名前（ふりがな）
 - ③ メール
 - ④ 電話番号
 - ⑤ 企業名

- ⑥ 紹介者または情報入手先
- ⑦ 個人会員（一般、LDA、なし）
- ⑧ その他（連絡事項など）

➤ 事務局：九鬼・横山 メール：kuki@baa.or.jp yokoyama@baa.or.jp
FAX：03-3437-2510

「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寄付講座は、2018年度から「人生100年時代のビューティフルエイジングを考える」を講座タイトルに変更し開催してまいります。地域の市民から好評を頂いています。ご興味のある方は是非ご参加してください。4月講座は「公的年金制度を知り、人口減少時代を乗り切る」がテーマです。

4月「公的年金制度を知り、人口減少時代を乗り切る」

～制度の持続性についての新しい視点～

公的年金制度の持続性については、楽観から悲観まで多数の意見が出されています。国民は、高齢者世代の急激な増加や国の財政状態の悪化により、年金制度の将来に漠然とした不安感を抱いています。現実はどうのように見ればよいのでしょうか。

公的年金制度の財政方式は賦課方式です。現役世代が負担する保険料で高齢者の年金を払う仕組みです。高齢者の増加と現役世代の減少により、財政が悪化するだけでなく、現役世代と年金世代の間で不公平感が強まっています。これは正しい認識なのでしょうか。人口動態、国の経済・財政、年金財政、年金制度等から検証してみたいと思います。公的年金制度は全世代が全世代を支える制度であることを再認識する必要があることをご説明し、新しい視点で公的年金制度の持続性についてご提案します。

➤ 4月18日（水）15：00～16：30

➤ 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）

➤ 講師：浦田健一郎氏「ファイナンシャル・プランナー、ライフデザイン・アドバイザー」

5月「安心の老後には今からの準備が必要」

～思い立ったら始めよう大切な家族へのメッセージ～

日本の少子高齢化は、世界主要国でも突出して進行しており、2020年には日本の総人口に占める高齢者（65歳以上）の割合は、29.1%になり2030年には31.5%、2060年には39.9%になると予測され、超長生きの時代になっています。

そういった背景を踏まえて、家族に迷惑をかけずに人生を終わるための準備する必要性が増しています。元気なうちに自身のための葬儀やお墓などの準備や、残された者に迷惑がかからぬよう生前整理、残された者が自身の財産の相続を円滑に進められるための計画を立てておくことなどが必須になります。

本講座では、終の棲家、エンディングノートの必要性、遺言書、お墓等についての実用知識を学んでいただきます。

➤ 5月9日（水）15：00～16：30

➤ 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）

➤ 講 師：大庭 和夫氏「ファイナンシャル・プランナー、ライフデザイン・アドバイザー」

三鷹ネットワーク大学講座の申込

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

➤ 受講料：500円

三鷹市民でなくても受講できます。電話で申し込んでください。TEL：0422-40-0313

私のビューティフルエージング ① LDA 第28期 浅見大輔

ライフデザイン・アドバイザー養成講座（28期）を修了し、定年後の生き方に大きな影響を与えたとの感想を浅見大輔さんから投稿して頂きましたので紹介します。

私は、昨年11月に60歳定年を迎え、現在、再雇用契約で働いている。継続雇用のため、仕事への不安は何もなかったが、「60歳はこれからの自分の生き方を考える大きな節目である」と強く感じた。そんな折、2年前のLDA養成講座を受講、宮城まり子先生から『人生90年時代を迎えて』でいただいた言葉が、私の視点・視野を大きく広げてくれた。

- ・どのような働き方、生き方をしたいのか
- ・働きがい、生きがいとは何か
- ・これからどのような自分でありたいのか、どのような自分になりたいのか
- ・人生における責任、役割、使命はなにか
- ・人生で大切にしたい価値（観）とは何か
- ・1回しかない人生において、何を通して自分を表現したいのか
- ・そのために、やるべきこと、行動すべきことは何か

これからの私の生き方、やりがい、責任・役割・使命、大切にする価値観、やるべきこと、ありたき姿……。それらを凝縮して言うと「人のお役に立つこと」「人の幸せを願うことこそが、自分にとって一番の幸せであると思うこと」。

現在、私は人権啓発・コンプライアンス研修、キャリアプラン・ライフプラン研修の講師をしている。また農業、地域サークル、小中学校の同級生、10代の時のアルバイト仲間、そしてLDA28期（二八の会）、BAAニューマンスキル研究会などに参画して「仲間のつながり」の幹事役を



57歳ではじめたマラソンは通算67大会に出場



子供たちにプレゼントを届けるサンタのボランティア

している。これらを通じて、人の幸せを願いながら人のお役に立つことを「私の存在価値」にして、私の魂が輝くようなビューティフルエージングを描き、実践して行きたいと思う。

「B A Aからの講師派遣」 ご利用のお願い

B A Aでは575名のライフデザイン・アドバイザーを輩出しております。プロの講師として様々な分野で活躍しています。企業、公的機関、研究会などに講師を派遣いたします。またB A Aに出講いただいた講師のご紹介もいたします。

B A Aの講座、研修などの講師をご活用いただきたく、お願い申し上げます。

講師登録者の名簿など事務局で用意しておりますので、お気軽にご相談ください。

〈内容〉

- ライフプラン・人生設計
- キャリア・ライフキャリア
- ファイナンス
- 相続・贈与、終活
- コミュニケーション、趣味など

B A A イ ベ ン ト 情 報

1. 観劇会

◇ 明治座 5月公演 仮縫 (かりぬい)

- 日時：5月22日(火) 11時00分開演
- B A A料金：S席 11,100円 (お弁当付き)
 - ・定価：S席 12,000円 お弁当 1,650円
- 応募締切：4月16日

☆ 国立劇場 歌舞伎鑑賞教室 歌舞伎のみかた

- 日時：6月8日(金) 14時30分開演
- B A A料金：1等席 3,600円
 - ・定価：1等席 4,000円
- 応募締切：4月20日(金) 16時

◇ 三越劇場 新派130年 6月花形新派公演 「黒蜥蜴 -全美版-

- 日時：6月15日(金) 13時開演
- B A A料金：7,650円
 - ・定価：一律 9,000円

- 応募締切：4月24日（火）

◇ 新国立劇場 7月オペラ公演 「トスカ」

- 日時：7月1日（日） 14時開演
- BAA料金（食事なし）：S席21,400円、B席11,700円
 - ◆ 定価（食事なし）：S席23,760円、B席12,960円
- 応募締切：5月24日（木）

2. 囲碁大会：「第86回BAA囲碁大会」

- 日時：6月14日（木） 10：00～16：00（3ヶ月毎・第2木曜日開催）
- 場所：日本棋院・有楽町囲碁センター
- 住所：東京都千代田区有楽町2丁目101 東京交通会館9階
- 参加費用：2,800円 ※当日支払いは 3,000円
- 応募締切：6月7日（木） 定員：80名

3. お話の会

講話を聞き、レストランにて講師を交えての昼食会で歓談、4,000円です

◇ 4月「人生いろいろ面白きかな人生」80歳で感じる事、思う事、考える事

- 日時：4月17日（火）10：00～11：30（講話）11：40～13：00（会食）
- 講師：エッセイスト 三井化学OB 木澤廉治氏
- 場所：星陵会館（永田町）
- 応募締切：4月10日（火） 定員：22名

◇ 6月「消えゆく昭和の風景」 ～東京オリンピックを前にして～

- 日時：6月19日（火）10：00～11：30（講話）11：40～13：00（会食）
- 講師：木村 勝（きむら まさる）氏
（BAAライフデザイン・アドバイザー、電気通信大学特任講師、行政書士）
- 場所：星陵会館（永田町）
- 応募締切：6月12日（火） 定員：22名

4. 大相撲（9月場所）

- 月日：9月21日（金）（13日目）
- 募集人員：50名
- 席：国技館 2階 椅子B席を予定
- 料金：4,900円
- 場所：両国国技館
- 申込受付：お申込みが多く公平を期すため、5月14日（月）午前10時から受付ます。
メール、FAXでお願いします。
相撲人気が高いため、いつもお申込みが多く、お申込みいただいた皆様

全員にチケットを確保できない場合がございますので、その場合はご容赦ください。

5. BAAハイキングツアー

2018年開催予定のハイキングツアーにつきましては、従来企画運営をお願いしておりました黒木良二さんのご都合でツアーを中止いたしました。BAAとして代替ツアーを検討しておりましたが、7月の「夏の尾瀬ヶ原・尾瀬沼2泊3日」のみ、代替企画をご案内することにいたしましたので、ご参加をご検討ください。なお、今回の企画手配は、東京パワーテクノロジー株式会社です。この会社は、尾瀬の大地主でもある東京電力のグループ会社で、尾瀬の環境保全や観光事業を担当しております。

◇ 夏の尾瀬ヶ原・尾瀬沼

- ▶ 実施日：2018年7月19日～21日（木・金・土）2泊3日
集合時間場所：7時15分、東京駅丸の内南口・東京ビル前
募集人員：20名（最小催行人員）15名
- ▶ 参加費用：@38,000円（上限価格、参加者数が増えればこれより安くなる予定）
- ▶ 宿泊先：7月19日（東電小屋）、7月20日（尾瀬沼山荘）
（宿泊は個室となりますが1部屋「4名様以上」でご利用いただきます）
- ▶ 手配会社：東京パワーテクノロジー株式会社
群馬県知事登録旅行業第2-482号（グリーントラベル尾瀬）
- ▶ 応募締切：6月30日（土）希望者が多いことが予想されますので、出来るだけお早めにお申込みください。

BAA各種イベントの申込

◇ 各種講座のお申込み：メール、FAXでお申し込みください。

◇ お申込みの再には、下記項目を明記してご連絡下さい。

- ① お名前（ふりがな）
- ② メール
- ③ 電話番号
- ④ 紹介者
- ⑤ 企業名
- ⑥ イベント名（観劇・囲碁大会・お話の会・大相撲・ハイキング）
- ⑦ 開催月日
- ⑧ 演 目
- ⑨ 申込人数
- ⑩ 個人会員（一般、LDA、なし）
- ⑪ その他（連絡事項など）

▶ 事務局：九鬼・浦田 メール：kuki@baa.or.jp urata@baa.or.jp

会員会社以外の方は、個人会員にご入会いただき、すべてのイベントがご利用できます。

私のビューティフルエージング ② LDA 第 20 期 丹生大一郎

BAA 会員の皆様

いつもありがとうございます。ご無沙汰しております。

“鶯が鳴き、梅が咲き、桜の開花”が待たれる季節となりました。早くも5月で別府に転居丸4年となります。

お蔭様で機嫌よく元気に過ごしています。今月11日東日本大震災から7年経過いたしました。当地も28年4月の「熊本・大分地震」29年7月の「九州北部豪雨」と2年連続で大きな災害が発生しました。一部地域とはいえ被災地は未だに復興途上で先の



見当し予測もできていません。出来る限りの早い復興を願うばかりです。

お亡くなりになられた方々、行方不明になられた方々のご冥福をお祈りいたします。今後も、天災（地震、火山噴火、豪雨等）・電力系災害・交通系災害に常に関心を持ち、想定することが大切と思います。

次に当地の行事、近況等をお知らせいたします。

*平成30年（2018年）の主な行事

：六郷満山（国東半島・神仏習合の聖地）開山1300年祭。

：宇佐神宮（全国八幡宮の総本山）725年（神亀2年）現在地創建1239年目。

・712年（和同5年）八幡大神を祀る 1306年目。

：第20回別府マルタ・アルゲリッチ音楽祭5月6日～6月8日

*平成31年（2019年）の主な行事

：ラグビーワールドカップ2019「予選プール3試合・決勝トーナメント準々決勝2試合」が開催されます。

ラグビーファン、関係者の方々はすでにかなり盛り上がっています。

話は変わりますが、「アフリカンサファリ」を童心に返り始めて見学しました。見学者（人間）が檻付きバスで猛獣他動物が放し飼い、正に動物園の反対です。約1時間で園内を見学、動物の健康維持のため、午前、午後の餌を与える種類が色分けされていました。自分の貰える時間でないと来ないのです。凄い学習効果と思います



つつい「おやつ」や「酒」に手を出す人間？も見習うべきと勉強になりました。又、山地獄の「カピバラ親子の源泉かけ流し入浴姿」も可愛いいで

す。又、昨年の県内観光客の数は、国内569万人「5,6%減」、海外132万人「59%増」、内韓

国「63万人65.8%増・台湾8万人22.8%増・欧州1.6万人45.6%増・米国1.3万人12.6%増」と外国人が大幅に増加。大陸系が増える傾向は喜ぶべきか否か、思案投げ首です。

表面（マスコミ等）にはあまり出ませんが、クルーズ船寄港・出航時（数人から10人程度戻らない観光客）がいるそうです。旅行会社も、船会社も何事も無かったかのように出航するそうです。不法入国滞在者となります。

由々しきことです。何はともあれお陰様で氏神様・KKRの奉仕活動の場所を引き続き頂き明るく生きています。

纏まりのない文面となりましたが、ご容赦ください。皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします。

LDA第20期 丹生大一郎

L D A の 会 活 動 報 告

今月号から、LDAの会の活動状況を発信してまいります。同期会、研究会（分科会）活動状況や会員の皆様の活躍している情報などありましたら紹介してまいります。

簡単な記事に写真を添付してご投稿をお願い致します。

1. 気楽なお話会（4水会）

LDAの会では、今年度から会員の皆様が「気楽に集まり懇談し親睦を深めるための会合を毎月第4水曜日」に開催することにしました。

講師はLDAの会会員の方が、持ち回りで担当して頂き、60分程度で、皆様が実践されているビューティフェージングの話や経験談等を熱く語って頂きます。資料作成も必要ありません。終了後は、近くのお店で懇親会を開催したいと考えています。沢山の方の参加をお待ちしています。

第1回目の講師は、埴 猛（12期）さんに下記のとおりお願いしています。

- ・テーマ：**艶な根付のお話**
- ・日 時：平成30年4月25日（水）15時から16時
- ・参加費：無料
- ・懇親会：終了後近くで懇親会（実費）を開催します。

▶ ・申込先：LDAの会事務局：大庭和夫 ooba@baa.or.jp

2. 同期会の活動報告

「第18期 いいは会」

「第24期 フェニックスの会」

3. 研究会（分科会）の活動報告

「生きがい・生涯学習分科会」

「ライフデザイン（LDS）研究会」

4. LDA会 2017年度活動報告会

