

2018年6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

梅雨のはしりでしょうか、はっきりしない天気が続いております。こういった環境の中、BAAの定時総会も終わり、2018年度の活動が本格化します。公益法人から、一般社団法人に移行し、5年が経過しBAAの活動の在り方がはっきりと見えてきたように思われます。一方、わが国の社会情勢は激変しており、これからの社会の在り方が見えないのが現状です。このような状況下においては、個人が自ら学ぶことが大切であり、国や企業に与えられるのではなく、自律的に学び・働き・生きることが必要なのです。そして、グローバルで複雑化している社会では、自分で考える時代なのです。BAAでは人々が自律的に学ぶためのお手伝いが出来ればと考えております。皆様とご一緒に取り組んでまいります。

## 「BAA定時総会のご報告」

BAA2018年度定時総会が5月31日(木)10:30から、東京都港区芝公園機械振興会館において開催されました。総会では、2017年度事業報告・決算および公益目的支出計画実施報告、2018年度事業計画・収支予算、任期満了にともなう役員選任が行われました。昨年度はBAA創立25周年を迎え、11月3日(土)に記念シンポジウムを、「自律的なキャリア開発と人材育成」(副題:個人の成長は企業の成長)をテーマに開催いたしました。宮城まり子氏に基調講演をお願いし、各界の専門家をシンポジストにお迎えし、「心豊かに・美しく年齢を重ね自分を活かすとは」をテーマに貴重なお話をお聞きしました。受講者は現役世代の方が多く、BAAの知名度が若い世代に広がっております。企業会員OBや個人会員の生きがいがづくりや交流の場づくりとして、各種のセミナー、講演会、囲碁大会、大相撲観戦、観劇など多様な活動を行い、喜ばれております。



わが国は、労働人口が急激に減少しており、働き方改革が国の成長戦略と位置付けられております。一方、世界有数の長寿国であるわが国は、遠くない将来「人生100年時代」が到来します。BAAは「人生100年時代のビューティフルエイジング」実現に向けて、幅広い視点で社会貢献、会員企業支援、個人会員への啓蒙などに全力で取り組んでいくことが、2018年度活動方針として承認されました。企業会員、個人会員およびご支援者の皆様の、一層のご支援をお願い申し上げます。なお、任期満了にともなう役員改選が行われ、代表理事(会長)山口輝雄、理事(副会長)宮城まり子、専務理事浦田健一郎、理事田中啓之、理事向後和弘、監事奥村彰太郎の諸氏が再任されました。

## 「三鷹ネットワーク大学講座」のご報告

三鷹ネットワーク大学において、「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

ついでに「新しい視点」をテーマに、浦田健一郎氏に講師をお願いしました。

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～

わが国は急速に進む高齢化により、年金制度を始め社会保障制度（医療・年金・介護など）の持続性が難しくなっている。65歳以上の総人口に占める割合（高齢化率）は、1990年12.1%、2000年17.4%、2016年27.3%と急速に上昇している。世界的にも例をみない速さである。高齢化率の上昇と人口減少時代には、年金問題だけでなく社会経済制度全体の在り方を見直さなければならなくなる。経済政策（低成長の定着）、雇用政策（雇用の多様性実現）、社会政策（世代間でバランスのとれた社会保障政策実現）などの問題を考える必要がある。これらの論点を検討しながら、これからの公的年金制度の在り方を新しい視点で考えてみたい。



1. 今後も総人口は減少し、高齢化割合は高くなる
2. 労働人口の減少と非正規雇用の増加
3. 租税・社会保険料の国民負担率の国際比較
4. 公的年金制度の問題点
5. 現役世代が高齢世代を支えることの限界
6. 公的年金制度を維持するための条件
7. 公的年金制度を持続させるための新たな視点

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がスタートします

BAA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「ビューティフルエージング」(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。



☆ **大至急お申込み下さい!** 担当：横山 メール：yokoyama@baa.or.jp

私のビューティフルエージング ～LDAの資格取得～

ライフデザイン・アドバイザー養成講座（第30期）が今月22日から開始されます。過去575名を輩出して各界で活躍しています。また勉強会も活発化しています。今月は現在、大和ライフネ

クスト株式会社人材開発部の教育部門で活躍中の第26期田中和美さんから投稿をいただきましたので紹介します。

私はBAAライフデザインアドバイザー第26期生です。現在社内の人材開発部の教育部門で研修担当をしております。対象は新入社員からセカンドキャリアのシニア層まで幅広く、カリキュラムも業務によって様々です。弊社は建物管理（マンション、ビル、学校、商業施設等）を主たる業務として事業展開しています。そのため、定年退職前後のシニア層の方々も正社員として多く雇用しています。71歳が定年で希望者は80歳まで延長可能です。そのため『60歳からの1年生』の社員教育が日常的に実施されています。教育メニューも現場派遣前研修に始まり、現地研修など導入研修に1か月。その後、6か月、1年とフォローアップ研修、2年目にはリフレッシュ研修までしっかり組まれています。なぜ、セカンドキャリアのシニア層を正社員として雇用し、手厚く教育するかというとフロントスタッフは、お客様と一番多く接し、勤務態度や人となり当社が品質評価に大きな影響を与える最も大切な人財だからです。一方でシニア層の方々には『三つ子の魂百まで』という諺があるように、これまでの職業経験や価値観、その方本来の資質などもあり、これまでのソーシャルスタイルを変え難いという課題もあります。個人の特性を教育で何とかしようというのは至難の業だと実感しております。そんな中で、ライフデザインアドバイザー資格講座での学びを活用して、シニア層にも効果的な研修プログラムを構築、展開しています。シニア新入生達が生き活きとして、楽しそうな笑顔で受講して下さる姿に、日々励まされています。また人生の先輩たちが『人生100年時代、生涯現役！！楽しく生きる』と、プライベートも、旅行や、趣味を充実させるなど、まさにビューティフルエイジングな生き方の実践を間近で教わり、私自身の『生涯発達』を目指すモチベーションとなっています。



フロントマネージャー（マンション管理員）の実技研修の様子です。この笑顔ヤラセではありません。ちなみに私は実技は教えてません。（マインドセット、マナー、コミュニケーション等のビジネススキルのみです）



LDA26期 田中 和美

### 「実践キャリアカウンセリング・事例検討」 宮城先生特別講座

カウンセリングの学びには「もうこれで十分」と言う終わりはありません。キャリアカウンセリングの多様な事例をロールプレイを通して一緒に学び、カウンセリングのスキルアップをし、カウンセラーとしての質をさらに向上しましょう！

- 講師：宮城まり子先生（BAA副会長、キャリア心理学研究所代表）
- 日時：7月7日（日）10:00～16:30
- 場所：機械振興会館 ・募集人員：32名（先着順）
- 参加費用：7,000円（BAA個人会員6500円）



【内容】いろいろなキャリアカウンセリングの事例を実際に取り上げ、グループでロールプレイを行うことを通して、皆さんと一緒にキャリアカウンセリングのスキルアップを行うことを目的とし

ます。進め方は、グループに分かれて事例検討を行い、その後、実際にその事例のキャリアカウンセリングのロールプレイを行い練習をします。その後、一緒にカウンセリングの振り返りを行い、カウンセリングの良かった点、改善点などをオープンにありのまま話し合い、互いに切磋琢磨し合いキャリアカウンセリングの腕を磨きます。

☆ 募集中です、お申込みお待ちしております！

(申込担当：九鬼・横山)

## 「エクステンションセミナー」ご案内

### 6月「今から備える・60歳以降を幸せにする仕事とお金の話」

会社の定年は、人生の定年ではありません。もちろん、社会人としての終わりでもありません。リンダ・グラットン著の『ライフ・シフト』が有名になる前から、人生100年時代を話題にしていました。幸せの基準はさまざまですが、60歳以降を自分らしく生きていくためにはどのように準備したら良いかを、お話してまいります。



- 日時：6月11日（月） 18:30～20:00
- 会場：新橋・生涯学習センター「ばるーん」205号室
- 講師：高伊 茂 氏：高伊FP社労士事務所代表 [帝京大学 非常勤講師 (NPO)ら・し・さ 理事・終活アドバイザー、(一社)話力総合研究所 理事 (一財)ゆうちょ財団 金融教育支援員]

### 7月「こころの弾力性増進と行動の活性化」

～行動科学の先端理論「ACT」が切り開く能力開発の新しい世界～

今回は『ACT』理論、最新情報のご紹介です。1990年代にH.C.ヘイズらによって開発された新しい心理療法で、第三世代の認知行動療法とも呼ばれています。昨年度「マインドフルネス」講座を紹介しましたが、欧米では職場のメンタルヘルス、活性化、リーダーシップ研修として多くの企業が取り入れています。今後ライフ・キャリア研修への展開も期待されます。



- 日時：7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：干場 進 氏：[NPO 法人日本キャリアカウンセリング研究会理事、東京電子専門学校教師（論理的思考）兼「こころとキャリアの相談室」カウンセラー、「対話の会」代表]

### エクステンションセミナーの申込

☆ 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 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

## 「三鷹ネットワーク大学講座」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年度から講座タイトルを「人生100年時代のビューティフルエイジングを考える」として開催しています。

### 6月「キャリアの折り返し40歳から考える自律的キャリア育成術」

リンダグラットンの「LIFE SHIFT」が日本でもベストセラーになっています。「人生100年時代、80歳現役時代」には、時代の変化に合わせて常に新しい自分のキャリアを再構築していく必要があります。キャリアというとシニア世代というイメージがありますが、これからの時代は、あらゆる年齢で自分なりのキャリア戦略を持つことが重要です。30年間のサラリーマン生活を経て独立業請負人（インディペンデントコントローラー）として働く講師が、自らの体験をベースに「日本版 LIFE SHIFT 実践」について解説します。“「エンドレスな働き方」から「エイジレスな働き方」”をテーマに実践的なキャリアのお話をしたいと思います。

➤ 6月20日（水）19：00～20：30

➤ 講師：木村 勝氏「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」

### 7月「地域でユル～イ関係の居場所をつくり、楽しもう！」

家と会社の往復だけで地域とは無縁の生活から、一転、近所で挨拶する人は誰もいない定年後の生活へ。あれから10年、無趣味な人間が自分のやりたいことを見つけ、地域で仲間を作り、楽しく、充実した日々を過ごしています。これには、地域先輩の連れ合いの後押しや、いろいろな地域の方々との出会いと支えがあったお蔭です。この講座では、私の地域での模索や「居場所づくり」の最近の活動などをご紹介します。受講生一人ひとりがご自身の「やりたいこと・欲しい居場所」のアイデアを出し合い、講座後の交流会までの時間で、地域でやりたいことや仲間作りのスタートができればいいなと思っています。

➤ 7月18日（水）15：00～16：30

➤ 講師：倉林 孝明氏「ライフデザインアドバイザー、ファイナンシャル・プランナー」

➤ 交流会：講座終了後、講師との情報交換交流会を開催します。（参加費無料）

### 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

➤ 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）

➤ 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に電話で申し込んでください。

➤ TEL：0422-40-0313

「BAAからの講師派遣」 ご利用のお願い

BAA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、プロの講師として様々な分野

で活躍しています。BAAでは企業、公的機関、研究会などに講師を派遣いたします。またBAAに出講いただいた講師のご紹介もいたします。BAA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。(担当：大庭)

(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 「梅沢富美男劇団特別公演」

- 出演：梅沢富美男、研ナオコ、小松政夫等
- 日時：8月31日(金) 11時開演
- BAA料金：S席11,500円(お弁当付き)
- 応募締切：7月20日



### 2. 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します、4,000円です

#### ◇ 6月「消えゆく昭和の風景」 ～東京オリンピックを前にして～

東京オリンピックを前に、都内で歴史的な建物が取り壊されていきます。古き良き東京、講師がとらえた失われつつある歴史的な建造物の姿をご紹介します。

- 日時：6月19日(火) 10:00～11:30(講話) 11:40～13:00(会食)
- 講師：木村 勝氏：LDA、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

#### ◇ 8月「香りの話」 ～その感性と科学～

香りとは何だろう？香りをもっと楽しみたいけど？香りはどうやって作るの？

香りにまつわるよもやま話も加え、五感を駆使する時間です。

- 日時：8月7日(火) 10:00～11:30(講話) 11:40～13:00(会食)
- 講師：平山 良一氏：LDA、花王株式会社香料研究室を経て人材開発部門に勤務
- 場所：星陵会館(永田町)
- 応募締切：7月31日(火) 定員：22名

### 3. 大相撲(両国国技館9月場所)

- 9月21日(金)(13日目)は満席になりましたので受付を終了させていただきました。

## BAA各種イベントの申込

☆ 各種講座の申込み：メール、FAXでお願いします。

☆ お申込みの際には、参加メンバーすべての名前を記入下さい。

- ⑥ 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

FAX：03-3437-2510

**会員会社とその親族の方と個人会員の方が参加できます。**

## 私のビューティフルエージング②

LDA第20期の倉林孝明さんから、定年後の活動として地元（三鷹市）で、活動サークル（VL21）を立ち上げ、御自身やメンバーの方々とのすてきな「ビューティフルエージング」活動の投稿をいただきましたのでご紹介します。

VL21（Viva Life 21）の100回を記念して、BAA浦田専務理事の「人生100年時代のビューティフルエージングを考える」の講演をいただきました。まさに100回記念に相応しい素晴らしい内容で会員がそれぞれ自分のこれからの人生を深く考えるきっかけになったのではないかと思います。浦田さんには感謝申し上げます。VL21は、活動メンバー現在21名、三鷹ネットワーク大学のBAA寄付講座「これからの生き方を考える」の講師、受講生と、そのメンバーの紹介された自分の生き方に関心ある人により構成されています。

活動内容は、月1回、メンバーが自分でテーマを決め30分間お話をし、その後15分間メンバーで意見交換をします。1回2名のお話を聞くことができます。終わり次第、付近の居酒屋で懇談となります。

ここで、VL21の歩みを少し振り返りますと三鷹ネットワーク大学でBAAの寄付講座「これからの生き方を考える」が始まったのは2008年1月です。私（倉林）はその翌月2月（5回目）から受講を開始しました。何回か受講するうちに、BAAの講座を聞くだけではなく、受講後、より自分のこととして考えるために自分の生き方に関心ある人たちが集まり、話し合い、飲んで楽しむ会をつくりたいと思い、三鷹市在住のBAAの先輩である向井さんや丹生さんと相談し、翌年2009年4月から「生き方を考える会」を試行的に立ち上げました。

「自分を語る」というテーマで受講生が講師になり、30分の自己紹介をする場として、スタートしました。毎回10名前後が参加し、かつ、楽しい会になりました、それではと、翌年の2010年1月から正式な会として発足しました。

名称はVL21（Viva Life 21）と決め、毎月第一水曜日、各人30分のお話と、15分の質問や感想を述べる場とし、90分で2名の方に発表いただき、完了後付近の居酒屋で1時間懇親を深める、そんなVL21方式と言われる会を立ち上げました。30分という時間は、発表者にとって、そこそこ発表に準備が必要となる時間でもあり、日ごろから関心あるテーマを探し、調べ、自分の考え

をまとめる良いチャンスでもあり、発表する場があるということで作業のモチベーションも維持できるメリットがあります。聞く方にとっては、その時まで関心のないテーマでも、発表者の熱のこもった話で関心を持つようになったとか、発表者の人となりを知ったとか等の感想を言われる方がおりました。

しかし、何と言っても講座後の約1時間、美味しいお酒と肴で懇親を深められるのに魅力を感じている方も多いようです。当初は30分話すのは発表者の負担になり、参加者が減るのではと危惧していましたが、三鷹講座のたびに会員を募り、1年に数名の出入りがありながら現在46人が登録されています。常時15名程度が参加する会となりました。この講座が続くおかげで、新しい人脈の発掘が継続的に出来ています。講師陣や受講生のレベルの高さによりVL21も100回という長きにわたり活動を続けてこられたと、関係各位に深く感謝申し上げます。BAAの三鷹講座の一つの成果として位置付けて頂ければ大変うれしく思います。

第20期LDA 倉林孝明

## L D A の 会 活 動 報 告

LDAの会、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を紹介します。

### 1. LDAの会活動報告会と懇親会の開催

2018年5月25日（金）18時30分から東京海上日動ビル新館2階の食堂において、LDAの会会員19名が参加し、活動報告会および懇親会を開催しました。報告会は、代表挨拶に続き、2017年度活動および2018年度活動方針について報告がありました。報告会終了後は、2期の寺門隆夫様の挨拶と乾杯の音頭により、懇親会がスタートし、こじんまりとした雰囲気の中でしたが、皆様方の思い思いの話題が盛り上がり、和気藹々のうちに、時間は過ぎ、中締めは13期の後関悦久様の音頭による関東一本締めでお開きになりました。



### 2. 4水会（第4水曜日の気楽なお話し会）

2018年5月23日（水）15時から第2回4水会を新橋「ぼるーん」で開催しました。「気軽な街歩きのスズメ」を東京の風景写真を見ながら街歩きの楽しみ方を木村勝さんに語っていただきました。実際に使っていたライカやローライの懐かしいカメラを手に、何冊もの写真集の解説をして頂きました。また、6月に予定の楠本渉さんからは、海外勤務期間中の裏話の予告がありました。その後16時から近くの居酒屋で楽しい時間を過ごすことができました。



### 3. 自由研究会例会の開催

平成30年5月11日（金）自由研究会(111回)では日本橋の「貨幣博物館」を見学しました。また、お金の歴史やお金にまつわる展示物等、写真や印刷物でしか見られない「和同開珎」の現物を見られたことは感激でした。その他にも歴代の大判・小判、現在使われているものを含めた歴代の日本銀行券も見るに値するものでした。

