

一般社団法人 ビューティフル エージング協会 (BAA)

BAA 第2回 マイライフデザイン研修

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、豊かで充実した人生を生きるためにあなた自身のライフデザイン(計画し、実践し、変化に適応)を実現してみませんか！

何時までも働きたい！



老後を心配しない資産をつくりたい！

生き活きと生きたい！

素敵な人間関係を築きたい

このような自分の望みを実現したいと思いませんか！！

【研修の狙い】

- ・自分の望む人生とは何かを考える
- ・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資産形成の仕方を学ぶ
- ・良好な人間関係を築くための方法を知る
- ・幅広い視点からライフプランを考える

＜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
- ・生きがい、ライフキャリア、人生など自己を深め、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

《 2024年度 第2回 マイライフデザイン研修募集要領 》

- ・ 期日：2024年 12月14日(土)
2025年 1月11日(土)、2月8日(土)、3月8日(土)、4月12日(土)、
5月10日(土)、6月14日(土)、7月12日(土) (毎月第2土曜日)
- ・ 開催：全8講座ともオンライン(ZOOM 14:00~16:00(2時間))開催
- ・ 定員：25名
- ・ 受講料：全講座受講20,000円(税込) 会員は16,000円(税込)
1講座受講は2,500円(税込) 会員は2,000円(税込)
- ・ 申込・お問合せ：埜(hanawa@baa.or.jp) or 大庭(ooba@baa.or.jp)
こちらからも申込できます → [2024年度第2回「マイライフデザイン研修」受講申込書](#)



第2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1日目 12月14日(土)	埴 猛	自分の望むライフデザインを考える	自分が大切にしたい生き方(ライフ)をデザインする必要性や、それを計画し実践し再構築するために考えるものとは何かを学びます。
第2日目 1月11日(土)	木村 勝	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3日目 2月8日(土)	今辻 俊郎	生涯現役時代のキャリア支援策とリスキング	生涯現役時代といわれる現代におけるミドルシニアのキャリアアップにつながる支援策を紹介しつつリスキングの重要性を学びます
第4日目 3月8日(土)	松倉 壯典	ミドル・シニアに必要なストレスマネジメント	ミドル・シニアには様々なストレスがかかります。ストレスのメカニズムを知り、その対処法を交えた効果的なストレスマネジメントを学びます。
第5日目 4月12日(土)	倉林 孝明	自分らしく生きるための居場所づくりを考える	リタイア後の長い人生こそ生きがいを感じ、安心していられる居場所が必要になります。その作り方のノウハウを学びます。
第6日目 5月10日(土)	池上 義雄	ミドル・シニアに求められるコミュニケーションとは	職場でよい人間関係を築くためにも、そのポイントとなる、相手の気持ちをどう感じ、受け止めているのかを考えた対応ができるコミュニケーションについて学びます。
第7日目 6月14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8日目 7月12日(土)	大庭 和夫	人生100年時代を見据えたライフプランとは	これからのライフプランを作成するときに欠かせないイベントを幅広い視点から考え、事前に準備することは何かを学びます。

<講師略歴> (敬称略 プログラム順、2024年9月現在 講師は全員BAA認定のライフデザイン・アドバイザー資格取得)

埴 猛	：【(一社)ビューティフルエージング協会 専務理事、プロフェッショナル・キャリア・カウンセラー、メンタルヘルスマネジメント検定資格1級】企業内でEAPシニアエキスパートとして活動、企業内外で各種セミナー講師を担当。
木村 勝	：【リスタート木村勝事務所代表 電気通信大学特任講師、行政書士】キャリアに関する著作多数。最新刊に『老後のお金に困りたくないならば 今いる会社で「半」個人事業主になりなさい』(日本実業出版)など多数の著作がある。
今辻 俊郎	：【(株)ライフデザインファクトリー CEO。キャリアコンサルタント・AFP】2019年よりミドルシニア向けのキャリア開発セミナーを企画開催し、東京しごと財団や三鷹ネットワーク大学などで講座を担当。
松倉 壯典	：【キャリアコンサルタント、ストレスマネジメントファシリテーター、I種マスターコース】埼玉しごとサポート所属相談員、セミナー講師として活動中、講師歴：年間平均30回×7年間=約210回経験。
倉林 孝明	：【NPOみんなのみたか会長、VL21(ビバ！ライフ21世紀)代表、みたか昔あそびの会代表】地域の多世代交流と絆作り推進のため、子ども達相手の各種ボランティアを17年間、地域参加のキッカケや居場所づくりのミドルシニア向けセミナー講師として活動中。また、携わった地域活動が内閣府の高齢者社会参加活動事例に認定された。
池上 義雄	：【米国NLP(神経言語学)マスタープラクティショナー、産業カウンセラー、年金アドバイザー、CFP®(日本FP協会)】20年以上各種セミナー講師として活動中。
荒武 誠	：【エムエムウェイ合同会社 顧問、ファイナンシャル・プランナー(CFP)、J-FLEC認定アドバイザー】大手銀行で市場部門経験15年以上、FP資格取得後金融リテラシー普及の活動に注力、2024年9月J-FLEC認定アドバイザー登録
大庭 和夫	：【KNR大庭FP事務所 代表、1級ファイナンシャル・プランニング技能士、宅地建物取引士、】企業でライフプランセミナー講師歴15年、FP団体で個人相談業務・セミナー講師として活動中。

BAAは1992年に公益法人として設立され、現在は一般社団法人として法人会員および個人会員からのご支援により運営されております。“人生100年時代のビューティフルエージング”を実現すべくライフデザイン・アドバイザーの養成、また社会貢献事業として講演会、シンポジウム、講師派遣を行っています。知識を深掘りする「特別講座」、現役企業人向け「エクステンションセミナー」、シニア生活を豊かにする「シニアセミナー」が好評です。また囲碁大会・大相撲観戦・観劇などのイベントも開催しております。個人会員向けには毎月「BAAニュース」を発信しています。法人会員・個人会員にご加入いただき、ご支援の程よろしくお願いいたします。

一般社団法人 ビューティフル エージング協会 (BAA)

〒105-0003 東京都港区西新橋3丁目15-6 AS ONE愛宕402

電話：03-3437-2525 Fax：03-3437-2510

講座担当：埴・大庭 (ooba@baa.or.jp)

ホームページをご覧ください： <https://www.baa.or.jp/>

【法人会員】 21企業・団体
旭化成(株)、アサヒビール(株)、(株)アトックス、(株)エムシー・ビジネスサポート(三井化学100%出資)、(一社)かながわFP生活相談センター、(株)キャプティ、ジェンパクト(株)、日本製鉄(株)、住友電気工業(株)、損害保険ジャパン(株)、東京海上日動火災保険(株)、(株)トキウ、東京ガス(株)、(株)日立製作所、(株)日立マネジメントパートナー、三菱重工業(株)、三菱UFJ信託銀行(株)、公益社団法人経済同友会、日本商工会議所、公益社団法人関西経済連合会、(一社)いわし普及協会、
【個人会員】 303名

(2024年9月30日現在)