

一般社団法人 ビューティフル エージング協会 (BAA)

## 第5日目 (4月12日) 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！

人生100年  
ワクワク生きた  
いな！



定年後、地域でどう  
過ごしたらいいの  
かな？

地域でも自分の  
居場所を作りたい  
いな！

地域で何かしたいけど、  
何をすればいいの  
かな？

このような自分の望みを実現したいと思いませんか！！

【日 時】 4月12日(土) 14時00～16時

【講師紹介】 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。


【講座名】 自分らしく生きるための居場所づくりを考える

【講座概要】 リタイア後の長い人生こそが生きがいを感じ、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。

☆ 開催方法:オンライン開催 申込された方には、URLをご連絡します

☆ 参加費 10,000円(会員8,000円) :1講座受講2,500円(会員2,000円)

☆ 申 込 :hanawa@baa.or.jp 埜 [又はtooba@baa.or.jp](mailto:tooba@baa.or.jp) 大庭

こちらからも申込できます 

<https://forms.gle/QtigoEz5RKRJyU98>

毎月1回開催の全8講座の研修です。講座単位の受講も可能です。

【次回の案内】 5月10日(土) 14時00分～16時

講 師:池上 義雄 米国NLP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)

講座名:ミル・シニアに求められるコミュニケーションとは

内 容: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。