

aging is beautiful

BAA ニュース (2026.5月号)

「LDAの会」のメンバーであるライフデザイン・アドバイザーの第1回養成講座は1994年に「人生設計アドバイザー養成講座」として20講座で開催されましたが、資格取得者により1999年3月に「人生設計アドバイザーの会」として設立されました。設立の趣旨は「資格認定者が自主的に組織を作って交流し、情報交換を行い、相互の親睦を深めながら資質の向上を図り、会員の活躍する機会を創出すること」でした。その後、規則の改定を重ね、今年度から「本会の活動はBAAと一体的に行い、BAAの趣旨に賛同し、BAA活動のサポートを通じて経験を積み資質向上を図る」ことが追加改定されました。まさに「LDAの会」はBAAの活動を支えなくてはならない会になっています。今年も今月号で紹介していますが、第37回養成講座が開催されます。豊かで充実した人生の実現に寄与したいという方には是非受講していただき、BAAの活動を通じて自己の資質向上を図り、アドバイザーとして活躍していただきたいと思っております。また、「BAA会員・講師からの耳寄りなお知らせ」欄も会員の皆様のビューティフルエージングの実現に寄与するものと考えています。今後もBAAの研修・セミナーやイベントを是非活用していただけますと有り難いです。

今月のBAAスケジュール

BAAではリアルだけでなく、**地域や時間に縛られないオンラインや録画視聴での開催もしておりますので**、多くの方のご参加をお待ちしております。尚、「オンラインが初めての方」には操作方法などをご案内いたします。メールでお気軽にご連絡ください。

★ BAAはテレワークで業務を行う場合もあり、電話でお受けできないこともございます。その時はメールでのお問い合わせをお願い致します。

<5月> (*印: 本号に詳細を記載しております)

- ◆ 5月 2日 (土) BAA ファイナンシャルプランナーによる無料相談会
- ◆ 5月 9日 (土) BAA 第3回「マイライフデザイン研修」
- ◆ 5月 11日 (月) LDAの会 相続研究会例会
- ◆ 5月 13日 (水) BAA 三鷹ネットワーク大学講座*
- ◆ 5月 14日 (木) BAA 人生100年時代の実践セミナー*
- ◆ 5月 18日 (月) BAA 2026年度第1回理事会
- ◆ 5月 19日 (火) BAA 第16回 太極拳教室*
- ◆ 5月 27日 (水) LDAの会 4水会*
- ◆ 5月 30日 (土) BAA 第26回 ぶらり街歩き*
- ◆ 5月 31日 (日) BAA エクステンションセミナー*

<6月>

- ◆ 6月 2日 (火) BAA 第90回「お話の会」*
- ◆ 6月 4日 (木) BAA 第111回囲碁大会*
- ◆ 6月 6日 (土) BAA ファイナンシャルプランナーによる無料相談会*

- ◆ 6月11日（土）BAA 2026年度定時総会
 - ◆ 6月11日（木）BAA 人生100年時代の実践セミナー
 - ◆ 6月13日（土）BAA 第3回「マイライフデザイン研修」（10:00～11:30）＊
 - ◆ 6月16日（火）BAA 太極拳教室（補講）＊
 - ◆ 6月19日（金）BAA 第37期ライフデザイン・アドバイザー養成講座（1日目）＊
 - ◆ 6月20日（土）BAA 第37期ライフデザイン・アドバイザー養成講座（2日目）＊
 - ◆ 6月24日（水）BAA 三鷹ネットワーク大学講座
 - ◆ 6月24日（水）LDAの会 4水会
 - ◆ 6月26日（金）BAA 第37期ライフデザイン・アドバイザー養成講座（3日目）＊
 - ◆ 6月27日（土）BAA 第37期ライフデザイン・アドバイザー養成講座（4日目）＊
- ☆状況につきましては、下記担当者にメールでお問い合わせを頂きたく宜しくお願いいたします。

<各担当連絡先>

- ◆ BAA イベント（大相撲観戦、お話の会、ぶらり街歩き、囲碁大会、観劇会 除く音楽祭、太極拳）
⇒ 北村 満：kitamura@baa.or.jp
- ◆ BAA 実践セミナー、三鷹ネットワーク大学講座、太極拳教室 ⇒ 大庭 和夫：ooba@baa.or.jp
- ◆ BAA エクステンションセミナー、LDA 養成講座、マイライフデザイン研修、シポジウム、講演会
⇒ 埴 猛：hanawa@baa.or.jp
- ◆ 音楽祭、4水会、LDA 分科会・研究会等 ⇒ 濱田 俊一：hamada@baa.or.jp

2026年度 第37期 LDA 養成講座のご案内

- ◆ 大学、企業で豊富な経験を持つスペシャリストの豪華講師陣による受講者満足度100%の講座です。
- ◆ キャリアだけでなく多様なライフステージでサポート、アドバイスできる知識やスキルを幅広く学び、経験する極めて実践的な講座です。
- ◆ 講座終了後も継続学習、スキル向上、講師経験を積むシステムがあります。
- ◆ 資格取得者には様々な業種、年齢、経験のある方との交流の場を提供します。
- ◆ 会場とオンラインによるハイブリッドで開催。録画視聴も可能。場所や時間の制約を受けずに受講することができます。

《 2026年度 第37期 LDA養成講座募集要領 》

- 期間：6月19,20日、6月26,27日、7月10,11日 [金・土曜日 6日間]
- 開催：会場とオンライン（ZOOM）でのハイブリッド方式で開催します
都合により受講できない講座は録画にて聴講していただきます
- 会場：東京都港区機械振興会館（東京タワーの隣） 申込はこちらから⇒
- 定員：25名
- 受講料：121,000円(税込) 法人会員及び個人会員は99,000円(税込)
- 申込・お問合せ：埴 (hanawa@baa.or.jp) or 大庭 (ooba@baa.or.jp)



第 37 期 ライフデザイン・アドバイザー(LDA)養成講座・内容

開講日	時間	講座名 講師名 (敬称略)	内容
第1日 6月19日 (金)	9:00~10:00	オリエンテーション	講座進行説明、受講者自己紹介
	10:00~12:30	組織内キャリアから生涯キャリアへの転換 宮城 まり子 (キャリア心理学研究所代表)	人生100年時代迎え、単に組織内だけのキャリアから生涯キャリアを考えることが大切です。人は生きていく限り死ぬその日まで成長発達し変化し存在する存在です。今後どのように自分を活かし豊かな人生を送るか、そのための準備とは何かについて考えます。
	13:30~17:00	人生100年時代のライフキャリア 木村 勝 (リスタートサポート木村勝事務所)	人生100年・現役80歳時代、長い将来を展望して各個人が自律的に自らのキャリア戦略を描いていく必要があります。今後の働き方を見通し、その中でミドルシニア(40歳以上ビジネスパーソン)が意識して実践すべき「日本版LIFE SHIFT実践術」について解説します。また、ミドルシニアからの新たなキャリアの選択肢として業務委託による働き方(個人事業主)についても解説いたします。
第2日 6月20日 (土)	9:00~12:30	キャリア・カウンセリングの理論と実際 廣川 進 (法政大学 教授)	キャリア理論、キャリアカウンセリング理論の基本的な考え方から、キャリアカウンセリングの実践までを学びます。知識と自己理解を深め、基本の傾聴リスニングをロールプレイングにより体験します。援助技法を学ぶ講座です。自らの癖を知り、実践のカウンセリングができるLDAを目指します。
	13:30~17:00		
第3日 6月26日 (金)	9:00~12:30	豊かな人生のためのマネープラン 奥村 彰太郎 (“キャリアとお金”のアドバイザー)	ライフプランを考えるうえで、マネープランは大切です。公的年金などの社会保障制度や住宅ローン、生命保険、資産運用などの基礎知識とマネープランの作り方を習得、適切なアドバイスに役立てます。
	13:30~17:00	個々の成長をサポート ~実践! コーチングコミュニケーション~ 櫻井 悦子 (研修オフィスSAKURA代表)	生き方や仕事に対する価値観が多様になっている中、個々の特性を捉えた対話型コミュニケーションが求められています。この講座では、コーチングの人間観を踏まえた上で基本スキルを習得し、成長を支援できるLDAとして実践力をつけていきます。
第4日 6月27日 (土)	9:00~12:30	働く人のメンタルヘルス 山本 晴義 (横浜労災病院 医師)	自分も家族も職場も日本も元気になる「ストレス1日決算主義のすすめ」の明快な講義。心と身体の健康を維持、活動するのか、LDAとしてメンタルマネージメント知識と実践を習得します。
	13:30~17:00	“自分らしさ”を活かして輝くLDAをめざす 板谷 和代 (株式会社タンタビーバ共同創業者)	ライフ・キャリアデザインの研修講師、ファシリテーター、アドバイザーとしての活躍を支えるのは、自らのライフ・キャリアデザインや価値観の基盤となる“自分らしさ”を知り、活かすことだと考えています。その上で、伝えたいことを伝えたいように伝えるコミュニケーションスキルも磨く時間です。
第5日 7月10日 (金)	9:00~12:30	組織と個人が協働で取り組む「キャリア自律」 の実践 立花 一元 (ICHIGEN CAREER BRIDGE 代表)	ミドル&シニア社員の「キャリア自律」を応援する企業の事例を中心に、グループワークによる気づきや学びを深めて、LDAとしての実践力を高めます。
	13:30~17:00	ダイバーシティ&インクルージョン 岡野 洋美 (一般社団法人 日本リフレクティング協会 代表理事)	DE&I(ダイバーシティ、エクイティ&インクルージョン)は、多様な違いを認め合い、誰もが活かし合える関係性を築くこと。これからの社会の中で重要なダイバーシティ&インクルージョンの本質を学び、考えます。LDAとして相互支援する対話を通して体感します。
第6日 7月11日 (土)	9:00~15:00	豊かな人生と交流分析 下平 久美子 (株)REFINE代表取締役社長)	「私はOK、あなたもOK」を哲学とする心理学「交流分析」はコミュニケーション学の集大成です。自他の心の特性を知る「自我状態・対話分析・人生態度・ドライバー」などの理論と分析があります。心の呪縛を解き、自らが書き上げた人生脚本に気づき書き換える、WIN/WINの人生を歩むための講座です。
	15:00~17:00	修了証書・資格認定証授与式	資格認定スピーチと授与式

<第36期 LDA 養成講座の受講感想>

講座が始まってみると、誰かの役に立つためにスキルを磨くというよりも、物事のとらえ方や考え方を学び、これまでの自分を棚卸し、自分の強みを受け入れ、自分自身の今後のライフデザインを見直す時間となりました。まさにLDA養成講座そのものが、私のライフデザイン・アドバイザーでした。そして、この「気づき」を与えられるのが、ライフデザイン・アドバイザーの役目の一つであることを実感しました。今回のLDA養成講座で学んだマインドをしっかりと根付かせて、今までの私のキャリアにライフデザイン・アドバイザーという看板をもう一つプラスし、知識を広げ、一人でも多くの方に「気づき」を与えていきたいと思えます。
(36期・廣川 聡子)

私がライフデザイン・アドバイザー（LDA）養成講座を受講した動機は、自己のキャリアを見直し、人生100年時代にふさわしいライフデザインを追求したいと考えたからです。講座では、キャリア自律やキャリアアカウンティング、交流分析、マネープランなど幅広いテーマに触れ、豊かな人生を送るための具体的な方法や知識を学びました。特に、未来を肯定的に捉えることの重要性や、人生100年時代におけるキャリアデザインの必要性についての理解が深まりました。今後はLDAとして、社内外でのキャリア支援や心身の健康維持に努め、周囲の人々が自分らしいビューティフルエージングを実現できるようサポートしていきたいと考えています。
(36期・宮城 達哉)

LDA会員限定「第37期 LDA 養成講座」の分割受講のご案内

LDAの皆様にもLDA養成講座の講座毎の分割受講ができます。今や世の中の動きは急激に変化しています。その動きに対応してLDA養成講座の内容も変化しております。また、LDAの皆様から継続教育（学び直し、学び加え）として講座単位の分割受講を希望する声もあり、そのニーズに応えるものです。

尚、LDAの新規取得を目指す養成講座受講者にはLDA有資格者と共に学ぶことは刺激を受け、LDAの活動に触れる良い機会にもなりますので、LDAの皆様を受講をお待ちしております。

1. 第37期 LDA 養成講座のスケジュール 詳細は前ページをご参照ください。
2. 実施要領 会場とZOOMのハイブリッドで実施（どちらかを選択してください）
3. 申込期限 ①第1日、第2日 : 6月15日（月）
②第3日、第4日 : 6月22日（月）
③第5日、第6日 : 7月6日（金）
4. 受講料 ①「組織キャリアから生涯キャリアへの転換」 1,000円（2.5時間）
②「キャリア・カウンセリングの理論と実際」 5,000円（7時間）
③「豊かな人生と交流分析」 3,000円（5時間）
④上記以外の講座 2,000円（3.5時間）
5. 受講人数 LDA養成講座の募集枠（25名）内とし、新規取得を目指す養成講座受講者を優先します。

※お申込みはこちらから⇒ <https://forms.gle/VgiZUj6KkbjtQyGB8>

第3回「マイライフデザイン研修」のご案内

今年度で第3回となりますが、今回は豊かな人生を送るためにより実践的で役立つ内容にいたしました。

<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
- ・自分の生きがい、ライフキャリア、人生などを確認し、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

【研修の狙い】

- ・自分の望む人生を送るための課題は何かを学ぶ
- ・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賢い資産形成の仕方を学ぶ
- ・公的な支援制度を知り、上手く活用する仕方を学ぶ
- ・資産承継時の相続対策、節税対策のポイントを学ぶ

1. オンライン開催なので以下のような受講が可能です。
 - ①距離に関係なく、どこからでも受講できます。
 - ②各講座とも開講の3日前まで申込可能です。
 - ③定員枠に拘らず、定員を超過してもお受けいたします。
2. 全8講座を受講することも、学び直し・学び加えとして1講座だけを受講することも可能です。
3. 業務都合などで受講できない場合は、録画で視聴できますので開催時間にこだわることはありません。

第3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7日目 6月13日(土)	埴 猛	介護で困らないために	長寿社会では親や配偶者などを介護する可能性が高くなっています。介護で困らないために、何をすれば良いかを考えます。
第8日目 7月18日(土)	三井 礼子	いざという時に生活を支える 公的保険について考える	公的保険(年金・健康保険・介護保険、雇用保険等)の仕組みを知り、どのように利用するのが良いかを学びます

《 2025年度 第3回 マイライフデザイン研修募集要領 》

- ・開催日：2026年 6月13日(土)、7月18日(土)
- ・開催：毎月第2土曜日 オンライン(ZOOM 10:00~11:30(1.5時間))開催
- ・受講料：1講座受講 会員は1,000円(税込) 非会員は2,000円(税込)
- ・申込・お問合せ：埴(hanawa@baa.or.jp) or 大庭(ooba@baa.or.jp)

こちらからも申込できます → <https://forms.gle/mm9mKPY1ZhfcQ8BS8>

講座報告 『三鷹ネットワーク大学講座』

今回は、3月に開催しました三鷹ネットワーク大学講座の報告です。

テーマは『シニア世代における必要な資産』～有形資産と無形資産の活かし方～と題しまして、法人会員である一般社団法人かながわFP生活相談センター（KFSC）の理事である山田講師にお話を頂きました。

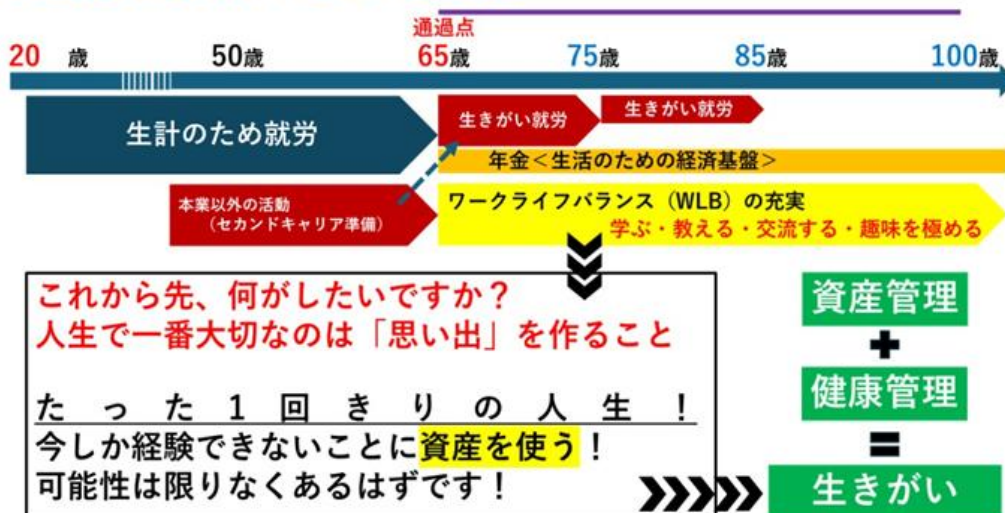
一般社団法人かながわFP生活相談センター
理事 山田 裕之

『シニア世代における必要な資産』 ～有形資産と無形資産の活かし方～



皆様は、「人生100年時代」と聞いて、どう感じますか？「まだまだ先が長いな」と感じる方もいれば、「一体何歳まで生きるんだ…」と戸惑う方もいるかもしれません。でも、考えてみてください。私たちは今、かつてないほど長く、そして充実した人生を送れる時代に生きています。65歳は、もはや「老後」や「余生」の始まりではありません。これまでの経験と知恵を携え、第2の人生の出発点に立つ時なのです。

人生100歳時代の理想の生き方



1 お金だけじゃない！あなたの「本当の資産」

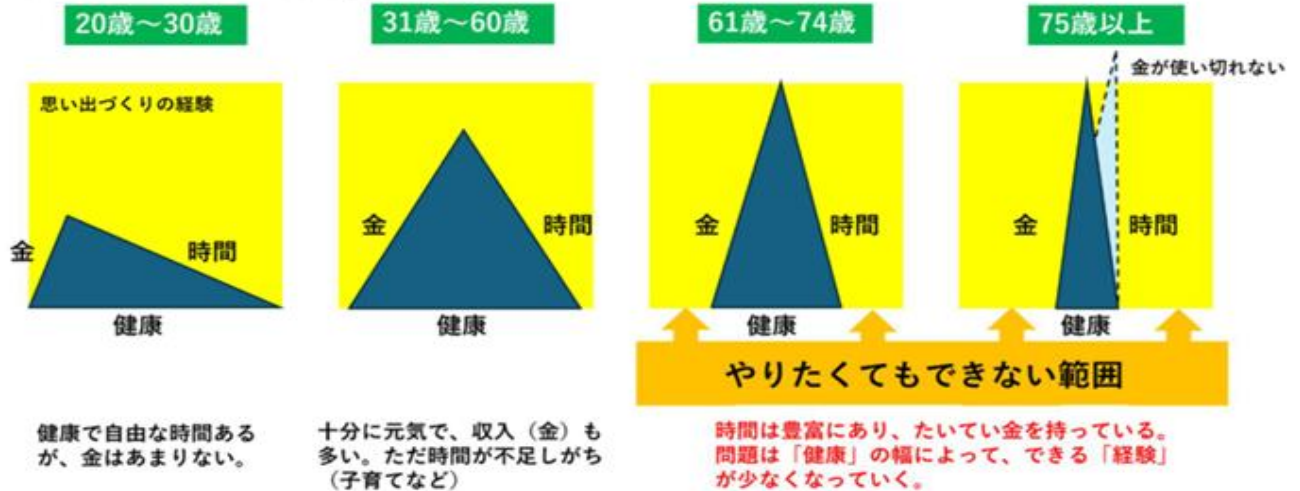
資産と聞いて、まず思い浮かべるのは「お金」かもしれませんね。もちろん、お金や不動産といった「有形資産」は、これからの人生を支える大切な土台です。しかし、本当に大切なのはそれだけではありません。長年かけて培ってきた知識やスキル、健康な体、そして何よりも温かい人間関係。これらは目には見えませんが、人生を豊かにしてくれるかけがえのない「無形資産」です。お金を貯め込むだけでは、人生は豊かになりません。この2つの資産を上手に使いこなし、人生を最大限に楽しむことが、これからのシニアライフを輝かせる秘訣です。

2 「人生を使い切る」という新しい発想

「Die with Zero (ダイ・ウィズ・ゼロ)」という考え方をご存知でしょうか。これは、「人生を終えるときに、資産をゼロにしてしまおう」という大胆な発想です。アメリカの実業家、ビル・パーキンス氏が書いたベストセラー書籍のタイトルでもあります。書籍カバーの表紙裏には「人生で一番大切なのは、思い出をつくることだ」と書かれています。もちろん、本当に貯金をゼロにするわけではありません。急な病気や介護に備えるお金は必要です。しかし、将来への不安から必要以上に貯め込みすぎず、元気なうちに、「今

しかできないこと」にお金を使いましょう、という考え方です。貯金はその世に持っていきません。それよりも、大切な人と旅行に行ったり、新しい趣味に挑戦したり、ずっとやりたかったことを実現する「経験」に資産を変えること。それが、人生を最高に満喫する方法です。「もったいない」と取っておいたお金で、後で「あー、あれやるときゃよかった！」と後悔するのは、ちょっと寂しいですね。

いつまでも“今のまま”ではない！
今しかできない「経験」に投資する



3 75歳までは「中年」！老後なんてまだ早い！

「老後」「余生」という言葉は、もう私たちの時代には似合いません。人生100年時代を生きる私たちにとって、75歳まではまだまだ「中年」。人生は終わりに向かうのではなく、「これから」が本番です。老化の最大の予防策は、社会とのつながりを持ち続けることです。地域活動に参加したり、ボランティアを始めたり、居心地の良い場所で誰かの役に立つこと。「ありがとう」と言われることは、お金では買えない最高の喜びです。そして、その活動は、人口減少が進む日本を救う、大切な社会貢献にもつながっています。

■人生100歳時代 「生涯現役」で成し遂げるために

- 何歳になっても「人生はこれから！」
- 75歳までは中年。「老後・余生」は死語
- 自分が役立つ（ありがとうと言われる）、居心地の良い場所を探す
*自分を変える必要はない
- 老化の最大の予防策は社会とのつながり
- 「社会活動寿命」「社会貢献寿命」を伸ばそう！
*人口減時代の日本を救う

バケッリストを作ろう！

- ・「死ぬまでにやっておきたいことリスト」のこと
- ・「やりたいこと」と「いつやるか」「いくらかかるか」まで考えておけば実現できる確率もアップ

4 最高の思い出を積み重ねよう！

何歳になっても「人生はこれから！」です。これまでの人生で培ってきた知識や経験は、あなたの最大の武器です。自分を変える必要はありません。ありのままの自分で、社会とのつながりを持ち「社会活動寿命」や「社会貢献寿命」を伸ばしましょう。お金も、健康も、知識も、人間関係も、すべての資産は最高の思い出を作るためにあります。さあ、これから何をしたいですか？「いつかやりたい」と心に秘めていたこ

とを、この機会に書き出してみませんか？ あなただけのバケツリストを作って、新しい人生の冒険に出発しましょう！あなたの人生の可能性は、無限に広がっているのです。

講座案内「エクステンションセミナー（ES）」

ライフデザイン・アドバイザー（LDA）の継続学習講座のご案内です。現在活躍中のプロの講師と一緒に時代に対応するライフキャリアデザインに必要な知識の幅を拡げ変化し成長することを目指します。今回もLDA以外の方でも無料で受講できますので多くの方の参加をお待ちしております。

5月『「生涯成長」に向けて！“自分らしい”「プラス1」活動にチャレンジしよう！！』

【講座概要】

今や「VUCA」の言葉に象徴されるように、あらゆるものを取り巻く環境が複雑性を増し、将来の予測が困難な時代になりました。特に、シニア世代にとっては、人生100歳時代・70歳就業時代を見据えて、これから遭遇する大切な「転機」に対する覚悟と準備が求められます。本講座では、『生涯成長』に向けて、「ありたい自分(BE)」を今一度見つめ直し、働く・学ぶ・生きる・遊ぶなど、これからの「自分らしい活動(DO)」をさらに1歩進めるために、どのように行動していくか？私の拙い事例もご紹介しながら、グループワークも交えて皆さまと一緒に考えてみたいと思います。「BE&DO」で人生後半戦をどのようにチャレンジするか？本講座が、これからの皆さまお一人おひとりの「プラス1」活動のきっかけになれば幸いです。

【講師】立花 一元 先生【ICHIGEN CAREER BRIDGE 代表（キャリア・アドバイザー、研修講師）】

【講師紹介】

損害保険会社に入社後、33年間現場業務に従事（営業・営業支援・出向）。55歳から人事部にて15年間、中高年社員のセカンドキャリア支援を担当。60歳定年・65歳再雇用・70歳までの再雇用延長を経て2023年3月末同社を卒業（通算48年間勤務）。現在、BAA・LDA養成講座講師、（一社）中高年齢者雇用福祉協会主任講師・研究員、前勤務先のグループ会社委託キャリア・アドバイザー、JEED研究委員会委員などに携わる。2級キャリアコンサルティング技能士（国家資格）、シニア産業カウンセラー、ライフデザイン・アドバイザー、キャリアデザイン学修士（法政大学）など。

◆ 開催日時：2026年5月31日（日）10:00～12:00・・・オンライン（ZOOM）開催

◆ 申込締切：5月27日（水）

◆ 会費：会員、非会員にかかわらず無料

◆ 申込先：北村（kitamura@baa.or.jp）又は 埴（hanawa@baa.or.jp）

記入：①名前（ふりがな）②メールアドレス③その他（会社・所属・LDA・紹介者・入会など）
こちらからも申込できます ⇒ <https://forms.gle/sFV5pBn4nEJSoyCJ6>

講座案内「人生100年時代の実践セミナー」
～人生を自分らしく豊かにするために～

人生100年時代と言われる現在、これからの人生を自分らしく豊かにするための情報提供を目的に、「働き方」「学び方」「生き方」「資産形成・運用」「相続・贈与」「キャリアデザイン」「ライフデザイン」「地域活動（人的交流）」など毎月幅広い話題を取り上げて開催します。
学びを始めるのに時期はありません。沢山の方の参加をお待ちしています。

5月のテーマ：金融市場分析や投資判断に占星術をどのように活用することができるのか

【講座概要】

天体の動きと相場との相互関係の探求は古代文明の時代まで遡ります。それらが発展し、現在は金融占星術という分野を形成して金融市場の分析や投資判断などに活用されています。占星術がどのように市場分析に用いられてきているのかを概観し、天体の動きと市場の動きの照応関係などいくつかの事例と共に実践に役立つ占星術を用いた分析&予想テクニックを紹介していきます。

【講師】 近藤 テ留ミ 先生 占星家、ライフデザインアドバイザー

【自己紹介】



株式会社ジャネット代表取締役で JANet School of Astrology 学長を務め、占星術を教えています。また、『ウルアンナ鳳宮』及び『二代目・近藤千歳』としていくつかの占いコンテンツサービスの監修をするとともに占星家としてのコンサルティングサービスも提供しています。

☆ 日 時：5月14日（木）15:00～16:30

☆ 開催方法：オンライン（ZOOM）で開催します。

☆ 申込先：このメールでご連絡ください。

またはこちらから⇒ <https://forms.gle/caJ9md4uUZRr4od59>

☆ 参加費：会 員 無料、 非会員 1,000円/回 料金は前納でお願いします。

講座案内「三鷹ネットワーク大学」

BAAが社会貢献活動として、三鷹ネットワーク大学に提供している寄付講座です。「人生100年時代を考える」を講座タイトルとして開催しています。

5月講座 「2026年以降のセカンドライフプラン」 ～加速する超高齢社会での前向きな生き方について考える～

【講座概要】

超高齢社会が進む現代社会、昨年は超高齢化社会が加速する初年度であると言われ、いわゆる「2025年問題」といわれる年でした。今後多くの世代が後期高齢者を迎える時代に突入します。

そのような超高齢社会における現状をデータで具体的に認識するとともに、このような時代にミドルシニアが直面する社会保障、健康ケア、雇用の現状と対策などの諸問題について考察します。

また超高齢化社会は“人生100年時代”、“生涯現役時代”などと言われる事も多いのですが、そのような

時代を生きる現代のミドルシニア層が前向きにセカンドライフを送るためのヒントについてもお話し致します。

【講座日時】 5月13日（水）15時から16時30分

【講師】 今辻 俊郎 先生 株式会社ライフデザイン・ファクトリー（最高意思決定権者）

【開催場所】 オンライン（ZOOM）で開催

【申込先】 三鷹ネットワーク大学へ直接申込ください。

こちらから申し込みできます⇒ [三鷹ネットワーク大学](#)

BAA 連携事業 「お金に関する【無料相談会】」のお知らせ

BAA と業務提携をしています一般社団法人かながわ FP 生活相談センター（KFSC）が、BAA 会員向けに毎月 ZOOM を使用したファイナンシャルプランナー（FP）によるお金に関する無料相談サービスを提供しています。一人（または1組）の相談時間は最大40分で、最大4組までのお申し込みを受付けます。

<開催日時>

6月開催 : 6月6日（土曜）13時～17時（第1土曜日開催です）

<お申し込みは以下の専用のサイトから行ってください>

【BAA 会員向け KFSC サイト】 URL : <https://baa.fp-kfsc.com/>

相談を希望される方は、遅くとも一週間前までにお申し込みください。一人で悩まずに気軽に個人会員の皆様及び法人会員の社員、OB、OG の方にご活用いただきたくよろしくお願いいたします。

<相談内容>

皆様が日常生活の中で、困っていること、どうしてもよいか分からない時、迷っている時、相談相手がない場合等なんでも結構ですのご相談ください。

相談事例

- ・遺言書の作成をしようと思っているが、書き方がよく分からない。
- ・相続の資産分割割合で長兄が一番多くもらっている。不公平だ！どうしてもよいか。
- ・父親が認知症になった。相続財産はどうなるのか。
- ・遺産分割協議書の作り方を教えて欲しい。
- ・金融資産の運用商品の選び方を教えて欲しい。
- ・空き家の処分に困っている。どうしてもいいのか教えて欲しい。
- ・NISA を始めたいが（やっているが）購入商品を教えて欲しい。
- ・保険の見直しをしたいがどこに相談すればよいか分からない。
- ・ライフプランを作成したいが、どのようにしたらよいか分からない。 等々

相談者が支援を希望される場合は、別途有料（BAA 会員は割引あり）でサポートいたします。

<相談員>

相談員は独立系の経験豊富な FP 資格保有者で、真の意味で相談者の立場に沿ってご支援いたします。

<守秘義務>

相談員には職務上守秘義務がありますので、相談内容は厳重に管理し、他の目的で使用することはございませんので安心してご相談ください。

B A A イベントのご案内

今回は、昭和を彩った歌手による心に届く歌謡の真髄に迫る「お話の会」、明治から現代までを体験する「ぶらり街歩き」、日本棋院有楽町囲碁センターでの囲碁大会などを企画しておりますので、多くの方のご参加をお待ちしております。

1. 第16回 太極拳教室（奇数月開催）

- ・日時：5月19日（火）16：15～17：45
- ・場所：高円寺区民センター（建物名：セッション杉並）レクリエーション室（地下1階）
- ・会費：1,000円（会員以外1,500円） 会場で集金します。
- ・募集人員：12名（先着順）
- ・申込締切日：5月15日（金）

太極拳教室補講（偶数月に参加者の要請と講師のご好意で太極拳教室の補講を開催）

- ・日時：6月16日（火）16：15～17：45
- ・場所：高円寺区民センター（建物名：セッション杉並）レクリエーション室（地下1階）
- ・会費：補講のため会費はありませんが、会場使用料（1,600円程度）を参加者で負担します。
- ・募集人員：12名（先着順） 補講から始める方でも歓迎です。
- ・申込締切日：6月12日（金）

2. 第61回BAA大相撲観戦会 2026年五月場所

- ・日時：2026年 5月22日（金） 13日目、15時集合
- ・会費：5,300円（通常料金 5,000円＋諸経費）
日本相撲協会の団体割引は無くなっております。
- ・募集人員：50名限定
- ・申込締切日：既に締め切りました。

3. 第26回 ぶらり街歩き『文豪を偲び、平和を考え、世界に誇る日本のアニメの街を巡る』

雑司ヶ谷霊園で明治の文豪を偲び、極東国際軍事裁判により平和に対する罪で処刑された地で平和を考え、現代の世界に誇る日本のアニメも体験できる池袋を巡ります

- ・日時：5月30日（土）10：00～12：30
- ・コース：東池袋駅 ➡ 雑司ヶ谷霊園（夏目漱石、小泉八雲） ➡ サンシャインシティ ➡ 東池袋公園（処刑跡地） ➡ 乙女ロード ➡ 中池袋公園 ➡ としま区民センター ➡ アニメイト本店 ➡ アニメ東京ステーション
- ・ガイド：東京シティガイド（NPO東京シティガイドクラブ認定者）
- ・歩行距離：4Km未満
- ・集合場所：10：00 東京メトロ有楽町線「東池袋駅」西改札外
- ・会費：1,000円（当日払い）（非会員の方も同額です）
- ・申込締切日：5月19日（火）

4. 第90回 お話の会 6月「人生、歌がある…昭和歌謡の真髄に迫る」

～ 時代を彩った歌手による、心に届く珠玉の数々 ～

- ・内 容：昭和の初期は、外国からの影響を受け素晴らしい映画と音楽が多く輸入されました。その中で日本の歌謡曲が登場、ヒット曲が誕生しました。同時にレコード会社を中心としたプロ集団（作曲家・作詞家・歌手）の台頭により音楽が産業として確立されました。それは誰が作り、どう歌われたか、ヒット曲を手掛かりに、実際に音楽を聴いていただきながら音楽業界のウラ話も交えてお伝えしましょう。
- ・講 師： 榊原 敏秀氏 氏 [音楽療法カウンセラー・メンタル心理ミュージックアドバイザー、ライフデザイン・アドバイザー、キャリアコンサルタント]
1947 東京都出身。大卒後レコード会社に入社、邦楽・洋楽各部門の制作を皮切りに楽曲の販売に全国を駆け巡る。芸能部門でスカウト及びタレント育成を主としライブ・オーディション・歌謡ショーの企画プロデュースに従事。音楽著作権・労務人事などにも携わる。
- ・日 時：6月2日（火）10：00～11：30
（11：30～13：00レストランで講師を交えて会食、ワイン飲み放題つき）
- ・場 所：星陵会館（千代田区永田町2-16-2）日比谷高等学校隣
- ・会 費：4,500円
- ・申込締切日：5月29日（金）

5. 第111回「囲碁大会」

- ・日 時：6月4日（第1木曜日）12：30～16：30（受付開始 12：00）
- ・場 所：日本棋院・有楽町囲碁センター（東京都千代田区有楽町2丁目101 東京交通会館9階）
- ・競技方法：各自の持ち点数により、上位者からAクラスBクラスCクラスに分け、各クラスの中で3局対局（組合せは籤引）とします。対局時間は80分（1人40分ずつ）とし、全て対局時計を使用します。
- ・会 費：2,500円（当日払い 参加賞・全勝賞有）
昼食お弁当はありません。感染防止のため囲碁センター内での食事はできませんので、各自昼食を済ませてからの参加をお願い致します。
- ・募集人員：50名
- ・申込締切日：5月21日（木）

6. 第6回 BAA 音楽祭 ～秋の JAZZ コンサート～

土曜日の午後のひと時、JAZZ の演奏をお楽しみください

- ・日 時：10月17日（土）14：00～16：30（開場 13：30）
- ・場 所：西荻窪 COCO PALM（杉並区西荻北3丁目1-9 TEL 03-3396-9751 JR 西荻窪北口）
- ・出演：①The Beautiful Aging SESSION—T（BAA 会員による JAZZ Band）
②Rihabili Band
- ・会 費：2,500円（1,000円分のフード・ドリンク券付き）
- ・募集人員：30名（**残数僅か**）
- ・申込締切日：7月31日（金）お早めにお申し込みください！
- ・連絡先：BAA 音楽グループ代表 濱田俊一
hamada@baa.or.jp 03-3437-2525

☆各種イベントの申込み メール又はFAXでお願いします。

- ・ 申込先：事務局 北村宛 メール： kitamura@baa.or.jp FAX：03-3437-2510

- ・ 申込み要領：希望のイベントに参加されるメンバー全ての方の①から⑥を記入下さい。
① お名前（ふりがな）、②メールアドレス、③電話番号、④イベント名（観劇・囲碁大会・お話の会・大相撲など）、⑤個人会員または会員企業名、⑥その他（連絡事項など）

BAA 会員・講師からの耳寄りなお知らせ

今月号ではLDA会員の楯 兼次氏の勉強会と個人会員でBAA主催の講座で何度も講師を担当いただいている干場 進氏の「対話の会」のお知らせです。

【楯 兼次氏からのお知らせ】

<第2回 組織・職場における適応不全の方を支援する方々の勉強会>

内 容 第1部 山本晴義先生（LDA 養成講座講師）の講義と質疑応答

テーマ：「臨床の現場から、組織・職場での環境調整への提言」

第2部 参加者の経験交流（グループ討議）

テーマ：「組織・職場での環境調整の事例交換・検討」

日 時 5月23日（土）13:30～16:30

会 場 住友化学株式会社参宮寮（渋谷区代々木4-1-3）

参加費 3,000円（当日現金にてお支払いただきます）

申込先 適応支援研究会事務局 tekiou.shien@gmail.com

（お名前、ご所属、当日のご連絡先を明記の上、メールでお申し込みください。）

申込締切り 5月15日（金）（定員になり次第締め切ります）

【干場 進氏からの「2026年度対話の会」お知らせ】

対話の会は、レクチャー、ワーク、対話からなる楽しくてチョッピリ真剣な話し合いの会です。テーマや話し合いにご興味のある方であれば、どなたでも自由に参加できます。

テーマ：あなたらしい豊かな人生の扉を開く魔法の鍵

自分らしく生きるというのは、幸せを呼び込むとてもシンプルな生き方です。そんなシンプルライフを私たちはどうしたら実現できるのでしょうか？

4回に分けて一緒に考えていきます。

開催スケジュール：

第1回 7月18日（土） 第1部

第2回 9月23日（水祭） 第2部

第3回 11月28日（土） 第3部

第4回 来年1月予定 第4部とまとめ

時 間：開場 10:30、開講 11:00、閉講 16:30

（今年度は1日講座になっています）

会 場：東京ウイメンズプラザ、渋谷区神宮前 5-53-67

<https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/twp>

2026年度対話の会メインテーマ：

あなたらしい豊かな人生の扉を開く魔法の鍵

第1部 あなたらしい豊かな人生

1. 豊かな人生とは
2. なぜ日本人の幸福感は低いのか
3. 幸せを呼び込む行動とは
4. あなたの行く手を阻むもの

第2部 豊かな人生の扉を開ける

1. 魔法の鍵を手に入れる
2. 豊かな人生へのマインドセット
3. 豊かな人生への戦略

第3部 魔法の鍵を手により一日一日を生きる

1. 目標を立てて行動を起こす
2. 習慣化の威力を利用する
3. コミュニケーション力を磨く

第4部 私たちはよき祖先になれるだろうか

1. 「あなたらしさ」が起こす社会変革
2. 短期的な思考から長期的な思考へ
3. 私たちはよき祖先になれるだろうか

(渋谷駅徒歩 12 分、東京メトロ表参道駅徒歩 7 分)
参加費：2,000 円 (当日会場にて申し受けます)
申込み：対話の会幹事 干場 進 宛にメールでお願いします。
hoshiba@multus.co.jp 090-8728-1430

L D A の 会 活 動 報 告

ライフデザイン・アドバイザーの認定者 660 名の活躍の紹介欄です。同期会・分科会（研究会）・支部活動状況や会員の皆様の情報などを紹介します。

1. 4 水会

4 月の 4 水会は、昨年、LDA 会員になられた、角野幸子氏 (LDA36 期) による「アロマの香りをきっかけに思い出を語り合いましょう」～香りと思い出を共有するとどんな感じに？～でした。お持ち頂いた各種の香料を嗅ぎ分けながら、各自の思いを語るという画期的なお話に、参加者みな感動のひと時でした。

5 月の 4 水会は、昨年大好評だった北原譲氏 (LDA35 期) による

「日本酒よもやま話」～日本酒の歴史・造り・味わい・嗜み～の**第 2 弾!**です。

貴重な銘酒を試飲しつつ、北原氏のお話をお楽しみください。

なお 4 水会のあとはカラオケ会がありますので、こちらにもぜひご参加下さい!

日程・時間：2026 年 5 月 27 日 (第 4 水曜日) 15:00～16:30

開催方法・参加費：対面開催・ONE COIN

場所：港区麻布センター 2 階和室

港区六本木 5 - 16 - 45

電話番号：03-3583-5487

地下鉄日比谷線・大江戸線:六本木駅 下車 3 番出口徒歩 7 分

お申込み・お問合せは濱田 (080-3522-7222) まで

2. 分科会・支部活動、同期会状況

(1) 投資研究会例会

代表 荒武 誠

開催日時：2026 年 4 月 23 日 (木) 19:00～20:30

開催場所：オンライン (ZOOM) 開催

参加者数：7 名

内 容

今年度第 1 回目の例会にて、議題 1～7 に関して荒武より説明。

1. 2026 年 1Q 主要資産クラス利回り実績レビュー
2. 2026 年 2Q～4Q の投資方針
3. 2026 年 2Q～4Q ドル円相場見通し
4. NISA 口座の利用状況調査(2025 年 12 月末時)_金融庁
5. 2 つの「リレー投資」の進め方
6. (ご参考)確定申告しない株式譲渡所得等の後期高齢者医療制度の保険料等への反映_大和総研
7. 新 NISA 投資信託対象商品資産規模上位 5

次回は、2026 年 7 月 23 日(木)19 時～ に決定した。

(2) LDA 世話人会 (2 回目)

事務局 濱田 俊一

開催日時・場所：2026 年 4 月 17 日 (金) 19:00～20:15 オンライン (ZOOM)

参加者数：10 名

- ・ 2025 年度活動報告、会計及び会計監査報告
- ・ 2026 年度活動計画報告

