aging is beautiful

# ＢＡＡ　ニュース（2025.４月号）

寒い日が三日ぐらい続くと，そのあと四日間ぐらいは暖かい日が続く三寒四温は２月から３月初めの時期をさす言葉ですが、今年は４月になっても当てはまりそうです。天候だけでなく世界では大規模山火事や大地震が連続して発生しています。紛争の終結も見通せない上に、貿易紛争までも勃発しそうで将来を見通すのが困難な不確実な時代になっています。このような時代だからこそ自分の価値観を大切にして自分の価値を発揮して社会に貢献したいものです。それを実践するための一助として６月から開催されるライフデザイン・アドバイザー（LDA）養成講座があります。初日の講座では６年振りに宮城まり子先生がご登壇されます。LDA 有資格者には分割受講が可能ですので是非受講をご検討いただけますと有り難いです。また、同じく６月から企業のシニア社員向けに社内で引き続き知識と経験を活かしてビューティフルエージングを実現していただく研修を開始します。今後も各企業毎のご要望に応じてカスタマイズした研修をご提案してまいりますので是非ご活用ください。更に４月から月１回の頻度で豊かな人生を支える「お金」に関する疑問や悩みについて、ファイナンシャルプランナーによる無料相談も開始しました。個人会員の皆様、法人会員の社員・OB・OG の方には一人で悩まず気軽にご相談ください。今後も会員の皆様のご要望にお応えする各種セミナーやイベントを様々な機会を通じてご案内してまいります。多くの会員の皆様のご利用、ご参加をお待ちしております。

## 今 月 の Ｂ Ａ Ａ 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。

＜４月＞（＊印：本号に詳細を記載しております）

- ◆４月　５日（土）BAA　ぶらり街歩き
- ◆４月　５日（土）BAA　ファイナンシャルプランナーによる無料相談
- ◆４月１０日（木）BAA　お話の会＊
- ◆４月１２日（土）BAA　第２回「マイライフデザイン研修」（５日目）＊
- ◆４月１４日（月）LDA の会　世話人会
- ◆４月１６日（水）BAA　三鷹ﾈｯﾄﾜｰｸ大学講座＊
- ◆４月１７日（木）BAA　人生 100 年時代の実践セミナー＊
- ◆４月２３日（水）LDA の会　４水会＊
- ◆４月２４日（木）LDA の会　投資研究会
- ◆４月２６日（土）BAA　エクステンションセミナー＊

＜５月＞

- ◆５月　８日（木）BAA　人生 100 年時代の実践セミナー


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

◆５月１０日（土）BAA　第２回「マイライフデザイン研修」（６日目）＊
◆５月１０日（土）BAA　ファイナンシャルプランナーによる無料相談＊
◆５月１３日（火）BAA　第８回 太極拳教室＊
◆５月１６日（金）BAA　2025 年度第 1 回理事会
◆５月１７日（土）LDA の会　「JZZ を聴く会」＊
◆５月２３日（金）BAA　大相撲観戦会＊
◆５月２５日（日）BAA　「ぶらり街歩き」＊
◆５月２８日（水）BAA　三鷹ﾈｯﾄﾜｰｸ大学講座
◆５月２８日（水）LDA の会　４水会
◆５月３１日（土）BAA　エクステンションセミナー＊

☆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）
  ⇒塙　猛：hanawa@baa.or.jp　又は　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、ｼﾝﾎﾟｼﾞｳﾑ、講演会
  ⇒ 塙　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

## ２０２５年度第３６期 LDA 養成講座のご案内

2025 年度のライフデザイン・アドバイザー（LDA）養成講座をご案内いたします。急激な環境変化で不確実な現代でも、誰もが豊かで充実した人生を送りたいと思っています。しかし、**幸せで充実した人生は一人ひとり異なります。しかも働き方（キャリア）など限られた視点だけではなく、多様で幅広い視点から自分自身で人生をデザイン（計画し、実践し、変化に適応）することが必要になっています。**

**豊かで充実した人生をサポートしたい人のための講座です**

**本講座は一人ひとりがそれぞれに望むライフデザインづくりをサポートするアドバイザーを養成する講座です。企業内外において豊かで充実した人生を望んでいる人をサポートしたい方、自分自身のライフデザインを考えたい方にお勧めの講座です。**

今回は**宮城まり子先生の講義で始まり、下平久美子先生の講義まで豪華な講師陣**による６日間全１０講座で開催します。実施方法は**会場とオンラインのハイブリッド方式に加え、録画視聴も可能です。**場所と時間にこだわることなく受講できますので是非多くの方に受講していただきたいと思います。

**詳細は右記の QR コードで LDA 養成講座サイトをご覧ください。**

また、**本講座にご登壇いただく山本先生が講義されるエクステンションセミナーを今月号でご案内しております。会員だけでなく非会員の方も含めてどなたでも無料で受講できます。LDA の継続学習を経験する絶好の機会ですので多くの皆様の参加をお待ちしております。**


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

《 2025年度 第36期 LDA養成講座募集要領 》

- **期間：6月 20,21日、6月 27,28日、7月18,19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)
- 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： 塙（hanawa@baa.or.jp) or 大庭（ooba@baa.or.jp）

受講していただきたい方

- 企業の人事・総務・人材開発、OB会・社友会・労働組合（リーダー、担当の方）
- キャリアコンサルタント、研修講師、産業カウンセラー、ファイナンシャル・プランナー
- 社会保険労務士、中小企業診断士の方で、更に知識を拡げ、幅広く活動したい方
- 異業種交流で多方面の知己を拡げたい方
- 生きがい、ライフキャリア、人生など自己理解を深め、人間成長を求める方

## ＬＤＡ会員向け「第３６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でもあると考えます。実施要領は以下の通りです。

１．第３６期 LDA 養成講座のスケジュール　　上記２ページのＱＲコードから記事をご参照ください。

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１６日（月）
　　②第３日、第４日　：　６月２３日（月）
　　③第５日、第６日　：　７月１１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」　３，０００円
　　②「キャリア・カウンセリングの理論と実際」　８，０００円
　　③「豊かな人生と交流分析」　６，０００円
　　④上記以外の講座　４，０００円

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/HagNGARa9GzWcfEZ8

## 第　２　回　「　マ　イ　ラ　イ　フ　デ　ザ　イ　ン　研　修　」　の　ご　案　内

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、自律的なライフデザインの重要性を学びます。

５日目テーマ「自分らしく生きるための居場所づくりを考える」



Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

【日　　時】　４月１２日（土）　１４：００～１６：００

【講師紹介】倉林　孝明　氏【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イアを 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。

☆　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　残り４講座 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　塙　　又は ooba@baa.or.jp　大庭

こちらからも申込できます　https://forms.gle/u4d6VJcfnZFrH9fu9

本研修は１２月～翌年７月まで毎月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（６日目）のご案内】　５月１０日（土）　１４：００～１６：００**

講　師：池上　義雄　氏【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）】

講座名：ミドル・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。

**＜５日目以降の講座内容＞**

| 開講日 | 講師名 | 講座名 | 内容 |
|---|---|---|---|
| **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　座　報　告　『三　鷹　ネ　ッ　ト　ワ　ー　ク　大　学　講　座　』

今回は３月 26 日に開催しました三鷹ネットワーク大学講座からの報告です

**『「セカンドライフの生きがい」のためのお金と健康のハナシ』**

**～人生 100 年時代、ビューティフルな人生を送るためのヒント～**



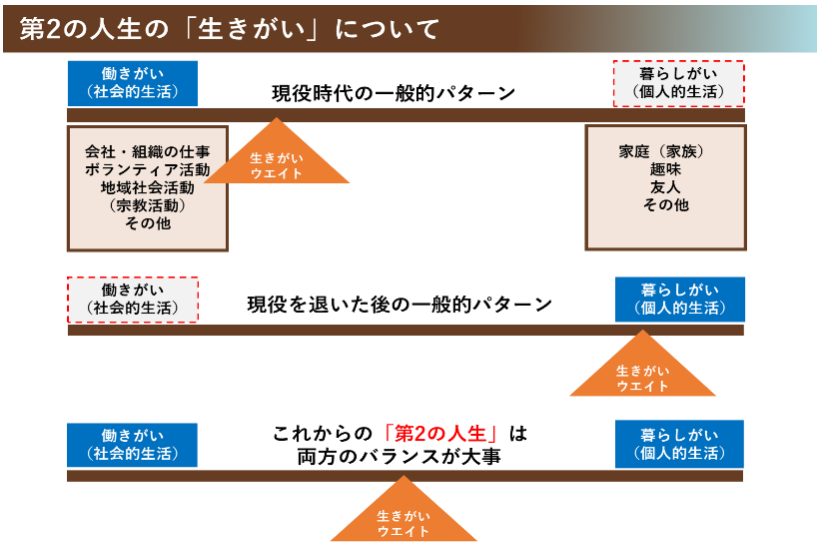
Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

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

## 1　セカンドライフ（第 2 の人生）とは？

一般的な会社員や公務員などは 60 歳の定年を迎えた後、自営業・経営者や大学の先生などは 80 歳くらいで引退した後、また医者や専門的な仕事をしている方などは生涯現役でセカンドライフがない方も。その人によってセカンドライフの時間は違います。私が思うセカンドライフとは、①仕事中心のキャリアをやめた時点からはじまる　②自分の好きなことを行い、人のために毎日役立っていると実感する、ことだと考えます。

## 2　セカンドライフの「生きがい」について




「生きがい」には働きがい：社会的生活と、暮らしがい：個人的生活に分けられ、一般的に現役時代は働きがいにウエイトが、現役を退いた後は暮らしがいにウエイトが置かれるパターンが多かったのですが、人生 100 年時代の今、長いセカンドライフを過ごすためには、働きがい（社会と繋がる）と暮らしがい（自分らしく生きる）のバランスが大事になっています。

## 3　本講座でお伝えしたい事

セカンドライフとは、バランス良く社会的生活と個人的生活を行うこと。また自らが切り開いていかなければならないこと。そして好きなことをやること。そのためには 3 つのキーワードについて明確にすることが大切です。必要なのは、「ありたい姿」「ライフワーク」「ネットワーク」です。そしてこれらを実現するためには、「お金」と「健康」について安心できることが大事です。

## 4　大切な 3 つのキーワード

**「ありたい姿」**

・自分のこれまでの人生を振り返り棚卸しをして、これからの人生で自分はどうありたいのかを明確にする。「ありたい姿」＝自分の人生の存在意義

**「ライフワーク」**

・仕事について：100 歳まで生きる時代、いつまで働くのか決める。75 歳まで働くことが一つの目安。サラリーマンの場合、再雇用終了後の 66 歳から 75 歳までの 10 年間をどういう仕事をしたいのか、できるのか、こだわるのかを考える。2 つ目の仕事を見つけることが大事。

・家庭について：夫婦で協力するネタが年々歳を取っていくと無くなる。でもお互いを理解しあう。会話は必要。イベントも大切にする。「ライフワーク」＝死ぬまで誰かの役に立つこと

**「ネットワーク」**

・友人や知人・親戚などと、どう付き合っていくのか決める。ただ地域や愛情のネットワークはとても大事。周りに人がたくさんいるほど健康でいられる。「ネットワーク」＝人とどれだけ関われるか。

## 5　健康について

データによると、認知症の有病率は 80 歳～84 歳の平均で 20%程度、85 歳～89 歳の平均で 40%程度となっています。また要介護に認定される割合も 75 歳以上で約 30%、85 歳以上で約 57%となっています。また要介護に認定される割合も 75 歳以上で約 30%、85 歳以上で約 57%となっています。思ったよ


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

りも認知症の有病率、要介護の認定率は高くありません。人間がいつまでも「健康」で元気に生きていくためには、「食事」　「水分」　「運動」「排泄」の４つが大切だと言われています。認知症や介護に無縁な人生をおくることは不可能ではありません。健康であればいつまでも働いてお金を稼ぐこともできますし、行きたいところにも行けます。活き活きと楽しい人生を過ごすことが出来ます。認知症にならないために大切なことは、脳の「前頭葉」を働かせることです。老いを遠ざけ、いつまでも元気で若々しくいるためには、「感情」を動かすことが大切です。人の老化は「知力」や「体力」よりも、まず「感情」の衰えから始まります。「思い、考え続けること」、つまり感情を動かすことが老化予防につながります。

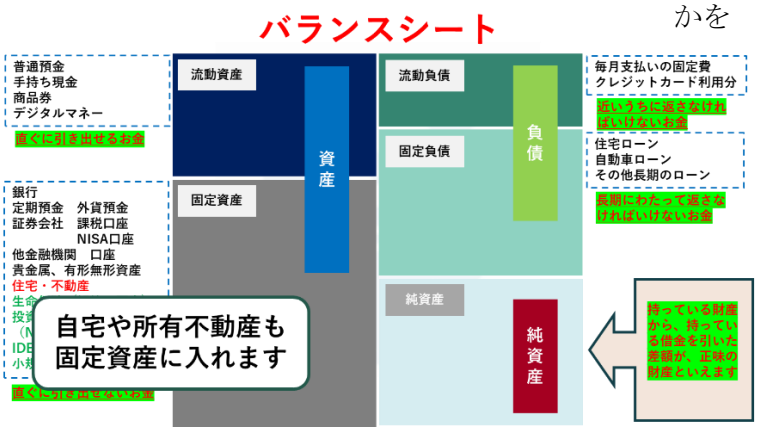
## 6　お金について

セカンドライフのお金の管理には、「家計を棚卸しし、我が家の財産はどうなっている」の明確にするための「バランスシート」を作ることをお勧めします。そして、このバランスシートは定期的に作成し、定点観測することが重要です。総資産が縮小していないか、資産と負債のバランスが崩れていないかなどを定期的にチェックすることが大切です。

人生 100 年時代の今、資産を運用しながら取り崩す姿勢が大事です。これまでは貯蓄や退職金などを取り崩しながら人生の最期までを過ごすことができましたが、長いセカンドライフを迎える現在では、「使いながら運用」することが必要になってきます。

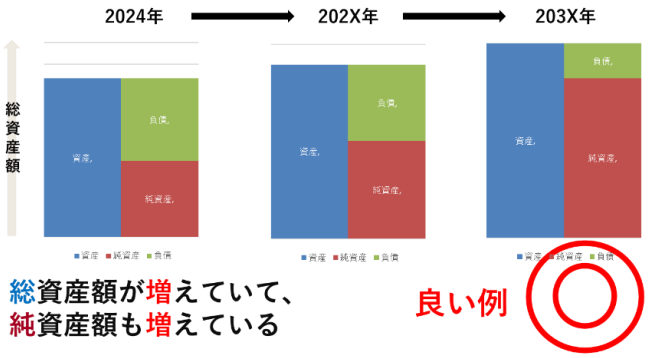
### お金についてのヒント

家計を棚卸しする　我が家の財産はどうなっている？？　かを




家計を棚卸しする　我が家の財産はどうなっている？？

バランスシートは、毎年の推移のチェックが大切です

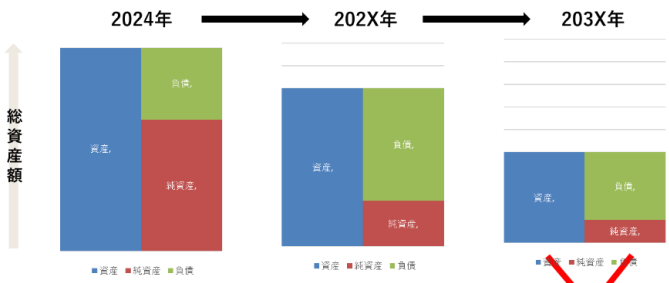



総資産額が増えていて、
純資産額も増えている

良い例

家計を棚卸しする　我が家の財産はどうなっている？？

バランスシートは、毎年の推移のチェックが大切です

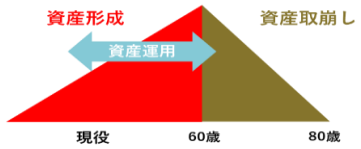



総資産額が減っていて
純資産額も減っている

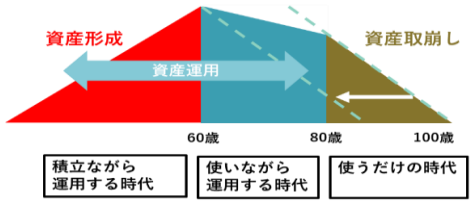
老後破綻の恐れ

### 資産活用について

昔




今






Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

## 講 座 案 内 「 エ ク ス テ ン シ ョ ン セ ミ ナ ー （ Ｅ Ｓ ） 」

企業内外のいろいろな場で活躍するライフデザイン・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デザインに必要な知識やスキルの幅を拡げ変化し成長することを目指します。今回はウェルビーイングを重視して元気に過ごすためのヒントをLDA養成講座講師の山本先生にご講義いただきます。豊かな人生を送るために大切な心身の健康について学びたい方ならどなたでも無料で参加できるオープン講座です。多くの方のご参加をお待ちしております。

### ４月『高齢者のトータルヘルスケア～ウェルビーイングの視点から～』

【講座概要】

高齢期には心身の不調が増え、「フレイル」と呼ばれる虚弱な状態に陥ることが多くなります。フレイルは単なる老化ではなく、適切なケアと予防で改善が可能です。本講演では、ウェルビーイングを重視し、健康に関する新たな視点を共有します。特にメンタルヘルスの重要性を強調し、日々の生活の中で病気を抱えながらも心豊かに元気に過ごすための具体的なヒントを提案します。例として、感謝の気持ちを育むことやポジティブな交流を増やす方法、自分自身を励ます習慣作りなどを挙げます。また、身体的な運動と同時に心のケアのバランスを取ることの必要性についても議論します。この講演を通じて、高齢者自身が自分の健康を主体的に捉え、より充実した日々を送るためのヒントを持ち帰っていただければと考えています。

【講師】　**山本　晴義　先生**【横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長、医学博士】

【講師紹介】

1948年東京生まれ、1972年東北大学医学部卒業、1991年横浜労災病院心療内科部長、1998年より現職。社会医学系専門医制度専門医・指導医、日本医師会認定産業医、日本心身医学会認定専門医・指導医、日本内科学会認定医、日本精神神経学会認定専門医、社会医学系専門医・指導医、日本温泉気候物理医学会認定温泉療法医など、2018年緑十字賞受賞。主な著書に「Dr山本のメール相談事例集」「メールカウンセリングエッセンス」（労働調査会）、「心の回復6つの習慣」（集英社）、「ストレス一日決算主義」（NHK出版）など多数。

◆ **開催日時：２０２５年４月２６日（土）１４：００～１６：００・・オンライン（ZOOM）開催**

◆ **申込締切：４月２２日（月）**

◆ **会　　費：無　料（今回の講座は会員でない方も含めてどなたでも無料です）**

◆**申込先：北村（kitamura@baa.or.jp）又は　塙（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/2fiU7JDcrvWANBgh9

## 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、世界に例をみない急激な少子高齢化が進んでいるわが国では、社会・経済・生き方が急速に変わりつつあります。全年齢層を対象に「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）」など幅広いテーマを取り上げ会員の皆様のビューティフルエージングの実践に役立つ情報を提供したします。

### ４月講座　【豊かな地元ネットワークで、愉しく元気でご機嫌に生きる❣】


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

【講座概要】

益々人生を豊かにするのはこれからです💖　やっと自由度が高くなった年代の私たち❣この機は誰もがチャンス到来です。私は意識を変えて地元デビューしました！最初のハードルを超えた後は面白い位に広がって、今は30代後半～80代までの幅広い方々と愉しく活動しています。

これまでの道のりを、ありのままお伝えします。

【講師】近藤　九鬼　眞弓　先生【産業カウンセラー、キャリアコンサルタント、ライフデザインアドバイザー】

◆ 日　　時：４月１７日（木）１５：００～１６：３０

◆ 開催方法：オンライン（ZOOM）で開催します

◆ 申込締切：４月１４日（月）

◆ 申 込 先：事務局大庭宛てメール「ooba@baa.or.jp」（後日、URLをご案内いたします）

こちらからでも申込できます⇒　https://forms.gle/A4uWMdbcVFcs9tFL8

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）

◆ 受 講 料：会員　無料、会員外１，０００円

## 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。

### ４月講座　【人生100時代の賢い資産形成術】
### ～新NISAの活用法及び投資詐欺を防ぐための基礎知識や対処方法～

【講座概要】

岸田首相は2022年5月訪問した英国金融街シティーでの講演で「資産所得倍増プランを進めていく」と発言、これを受けて2022年12月に発表となった与党令和5年度税制改正大綱では新NISAの税制優遇制度の拡充策が発表されました。

2024年1月から新NISA制度がスタートし、投資への関心が高まっています。資産運用を行う上ではNISA、企業型DC、iDeCo等の税制優遇制度をいかに上手に活用するかで最終的な利回りに大きな差がでることから、資産形成を効率的に進める上で、税制優遇制度を利用することが極めて重要となります。

今回講座では、人生100年時代において、資産形成の中核となり得る新NISA制度の概要とその活用方法について、独立した立場のファイナンシャル・プランナーが解説を行います。同時にSNS等で頻発している投資詐欺を防ぐための投資の基礎知識や対処方法についても説明します。

【講座日時】４月16日（水）１５時から１６時３０分

【講　　師】荒武　誠　先生　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)

【開催場所】三鷹ネットワーク大学　教室

【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

## 2024年度第３回理事会を開催

３月２４日に２０２４年度第３回理事会が全理事・監事が出席し開催されました。今回は２０２５年度



Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

事業計画、２０２５年度予算などの６件の議案について審議しました。

事業では、第３６期ライフデザイン・アドバイザー養成講座の開催、第３回となる「マイライフデザイン研修」の継続開催に加え、法人会員の個別のニーズに応えたカスタマイズした企業向け「ライフデザイン研修」を６月から開催いたします。また、会員が無料で参加できる「人生 100 年時代の実践セミナー」や三鷹ネットワーク大学寄付講座、公立高等学校に対する社会教育講師派遣などの社会貢献事業の継続、更にかながわ FP 生活相談センターの専門家による会員を対象にした FP 無料相談の月１回の開催、LDA の会と連携したオープンセミナーやイベントの提案がされました。理事からは法人会員や OB 会、LDA を含む個人会員のニーズに応えられる活動を提供し BAA が会員に必要と思われて欲しいとの要請があった。

また、予算では年会費の改定や養成講座の受講者増などによる事業収益の増加や経費の更なる削減を推進しますが、諸経費の高騰などがあり残念ながら収支面では赤字になる予算編成となりました。理事からは物価上昇、賃金引き上げなど費用の増加はあるが、提案された収益改善策を実行して赤字解消に努めるよう要望がありました。その他、企業向けの「ライフデザイン研修」の実施要領など４件の議案が報告・審議され全議案が承認されました。今後も会員の皆様のニーズにお応えしながら、更なる収支改善を推進してまいります。会員の皆様のご理解と引き続いてのご支援を宜しくお願い申しあげます。

## ＢＡＡ　イベントのご案内

**今回は、久し振りの観劇会や LDA の会音楽グループ企画のプロの演奏による「JAZZ を聴く会」、長谷川平蔵の「べらぼう」と勝海舟の父・小吉の「べらんめえ」を楽しむ「ぶらり街歩き」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．観劇会＜新橋演舞場＞

１．１　５月公演　『反乱のボヤージュ』

野沢尚の傑作小説、鴻上尚史による待望の舞台化！

学生寮を舞台に大人社会との狭間で闘う若者たちの葛藤と成長、そこに着任した学生寮の舎監との心の交流を描く青春群像劇！

- 出　演: 石黒　賢　岡本圭人　大内リオン　小日向星一　駒井　蓮　小松準弥　谷口めぐ
  前田隆太朗　財津優太郎　渡辺芳博　葉山　昴　加藤虎ノ介　南沢奈央　益岡　徹
- 日　時：２０２５年５月１１日（日）１６：００開演
  ５月１５日（木）１１：３０開演
- 場　所：新橋演舞場
- 募集人数：各日とも先着６名まで（申込みは一人からでもお受けします）
- 会　費：9,800 円(税込)（一等席 12,500 円(税込)）
- 申込締切日：４月１０日（木）

１．２　６月公演　『熱海五郎一座』新橋演舞場シリーズ第１１回公演

笑いと音楽のエンターテインメント喜劇、「料理」「悲しい過去」「復習」

黄昏のリストランテ　～復讐はラストオーダーのあとで～

出　演: 三宅裕司　渡辺正行　ラサール石井　小倉久寛　春風亭昇太　東　貴博　深沢邦之
ゲスト出演：羽田美智子　剛力彩芽

- 日　時：２０２５年６月　７日（土）１６：００開演


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

６月１７日（火）１１：３０開演

- 場　所：新橋演舞場
- 募集人数：各日とも先着６名まで（申込みは一人からでもお受けします）
- 会　費：9,800 円(税込)（一等席 12,500 円(税込)）
- 申込締切日：５月　２日（金）

**２．第８回　太極拳教室**

**・日　時　：5月13日（火）１６：１５～１７：４５**

・場　所　：高円寺区民センター（建物名：セシオン杉並）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９日（土）

**３．LDA の会　音楽グループ主催　「JAZZ を聴く会」**

・内　容：昨年夏に開催されたトッププロによるジャズライブを聴く会第 2 弾です。
前回大好評だった、日本を代表する今が旬のピアニスト三木成能のトリオ演奏を今回もぜひお楽しみください

・日　時：５月１７日（土）１３：３０開場　１４：００開演

・場　所：ジャズライブハウス「三鷹ナチュラル」
〒180－0006　武蔵野市中町 2－5－3　幸楽ビル（三鷹駅北口より徒歩８分）
☎0422－56－8291

・会　費：4,000 円/人　＋飲み物代

・募集人員：残数僅か！（早めにお申し込みください）

**４．第５８回ＢＡＡ大相撲観戦会　２０２５年五月場所**

**・日　時　：２０２５年　5月２３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

・申込締切日：既に締め切りました。

**５．第２１回 ぶらり街歩き『「べらぼう」と「べらんめえ」の二人の旗本の本所歩き』**

今回は本所ゆかりの二人の旗本を訪ねます。鬼平犯科帳「本所・桜屋敷」の主人公・長谷川平蔵の若いアンチヒーロー時代の「べらぼう」ぶりと、勝海舟の父・小吉の「べらんめえ」を楽しみます。また希望者による懇親会も予定しております。

**・日　時　：5月25日（日）１０：００～１３：００**

・コース　：両国駅　➡　両国公園　➡　大江戸線両国駅　➡　菊川駅　➡　長谷川平蔵・遠山金四郎屋敷跡　➡　時の鐘跡　➡　岡野孫一郎・勝海舟邸跡　➡　大横川親水公園　➡　法恩寺　➡　錦糸町駅

・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　JR「両国駅」西口改札外

・会　費　：５００円（当日払い）、会員以外：1,000 円
別途、都営地下鉄両国駅から菊川駅までの運賃１８０円がかかります。


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

・申込締切日：５月１３日（火）

６．　第１０７回「囲碁大会」

・日　時　：6月5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　：２，０００円（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２３日（金）

☆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）

## 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 643 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

3 月の 4 水会はクラシックからジャズまで幅広い音楽を CD で聴きながら「4 水会を語る」でした。

4 水会の後はカラオケ会が開かれ 12 名の方が参加されました。

4 月の 4 水会は 32 期原泰則氏による、大人気のシナリオシリーズ最高傑作の中から選ばれた

「令和の将軍」～もし政府が幕府だったらいったいどうなるんだろう～　です。

奇想天外・抱腹絶倒の原ワールドをお楽しみください。4 水会後、ごく簡単な飲み会もあります。

・日時：2025 年 4 月 23 日（水）15：00～16：30　対面開催

・会場：港区施設　麻布区民センター　２階会議室（港区六本木５－１６－４５　電話 03-3583-5487）

・参加費：one coin です

・申込先：濱田まで（hamada@baa.or.jp）

### ２．　分科会・支部活動、同期会状況

（1） LDS　　代表　大庭　和夫

①日時：2025 年 3 月 12 日リモート開催、　②参加者：12 名、

③BAA の最近情報・・塙専務理事

・2025 年度の LDA 養成講座の初日に宮城先生に登壇して頂くことになった。LDA の方も分割受講があるので是非参加を検討して頂きたい。

・2025 年度 LDS の方にも講師をお願いしているが、企業へのセミナー（7 回）が 6 月から 11 月まで行うことが決まった。

・第 2 回マイライフデザイン研修も開催している。


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

・4 月から BAA 個人会員等を対象にした KFSC による無料相談会（40 分）を開始する。

④討議・報告事項

・三鷹講座について（報告）

12 月～2 月までの開催結果報告・アンケート内容を確認した。

・実践セミナーについて（報告）

12 月~3 月までの開催結果を報告・アンケート内容を確認した。

・2025 年度のセミナー開催日（討議）

☆三鷹講座（7 月から 3 月）について

事務局提案の内容でほぼ決定した。（12 月・1 月は今後決定していく）

LDS 以外の方については個人毎に確認してから全員へ周知する。

☆実践セミナー（5 月から 3 月）について（討議）

事務局提案の内容でほぼ決定した。

1 月から 3 月は相続研究会が担当し、2024 年度の成果物を周知する内容とする。

**（2） 健康推進グループ**　　代表　山田　清美

**①「太極拳教室」**

・開催日時：2025 年 3 月 4 日　対面開催　・場　所：セシオン杉並　・参加者：12 名（講師 2 名）

**②「歩こう会」**

・開催日時：2025 年 4 月 1 日　オンライン開催　・参加者：10 名

・結果発表：今回は 13 名が参加し、全国対抗で 3 位、都道府県対抗（東京都）で 1 位になり賞状および賞品を頂きました。その配送方法および今後の活動内容について討議した。

## 会員活動報告『ビューティフルエージングの実践を通して』

### 「シニアお仕事フェア　in 羽村市 セミナー」に登壇して

LDA３１期　甲斐　幸一郎

２０２５年２月５日（水）に、羽村市／プリモホールゆとろぎで「強みを活かして再就職してみませんか？」と題して、５５歳以上の参加者２０名×４回=計８０名を対象に講演をいたしました。全体の流れは２０分間当日のガイダンス、３０分間の講演（私が担当）、その後、参加者は別会場に移動して合同面接会に参加します。４回繰り返します。講演は、人生１００年時代の世の中の変化に対応し、ご自分の経験や能力に加え、シニアとしての強みも活かすことが大切で、無理せずバランスを考えれば納得できる就職が出来ると提案しました。今回の様な５５歳以上を求人対象とした会社説明会はもちろん、友人からの紹介も、チャンスを活かすことが大切とお伝えしました。参加の皆様には熱心に聞いていただき、ライフデザインアドバイザーならではの支援が出来たことは幸いです。

生涯現役を支援したい私は、自分自身で生涯現役をめざしています。日頃は予約制でのキャリアコンサルティングを行っています。いろいろの年代への対応も、3000 件を超えると、様々の人生が見えてきます。自己一致出来ていることもあり、自信をもってお話が出来ます。講演準備でも情報収集をするので、自分のアッ


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

プデートも出来ます。お役に立てることで、更に自己肯定感も増します。私にとって、講演の機会をいただけることの効用は大きいです。関係各位には感謝しております。

## 「適応不全で困っている人を支援する方々の勉強会を新たに立ち上げ」

LDA２期　楯　兼次

今日の職場環境、仕事環境の変化の中で、どのような組織・職場にも、そこに適応できない方がいます。発達障害、適応障害などと診断される方もいます。しかし、そうでない方でも職場適応に悩みを抱えている方は多くいます。それは、本人はもとより周囲の人たちにとっても辛いことです。「本人は困っているが周囲は気づかない」、「周囲は困っているのに、本人は自覚していない」、「本人も周囲も困っている」など、適応不全には様々なパターンがあります。そこで、困っている人を支援する方々で企業、医療・福祉、教育、行政などでの組織・職場の困りごとを共有し検討する勉強会を立ち上げることにしました。

勉強会では①最近の適応不全について考える　②組織・職場の適応不全事例とその対応　などを参加者間で一緒に分かち合いたいと思います。今回が第１回で５月３１日（土）１４：００～１６：００に住友化学株式会社参宮寮（東京都渋谷区代々木４丁目 1-3）で開催します。興味のある方は是非ご参加いただきたいと思います。詳細は BAA 事務局（hanawa@baa.or.jp）までお問合せしてください。尚、定員になった場合は受講をお断りする場合がありますのでご了承願います。

また、BAA の「お話の会」や「実践セミナー」などで披露させていただいた朗読を、５月１１日（日）に深川江戸資料館・小劇場において開催される第２０回酒井広朗読研究会の第２部（１４：２０頃開始）で披露させていただきます。今回は竹山道雄作「ビルマの竪琴」を朗読いたします。入場無料ですので興味のある方は是非お越しいただけますと嬉しいです。

## 事　務　局　か　ら　の　お　知　ら　せ

### １．　BAA 連携事業 お金に関する無料相談会のお知らせ

※ファイナンシャルプランナー（FP）による無料相談サービス５月のご案内

BAA と業務提携しており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 を使用した無料の FP 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＞

５月１０日（土曜）１３時～１７時（５月は第２土曜日ですが、原則は毎月第１土曜日開催）

＜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/

最初にパスワードの入力が必要です。パスワードにつきましては会員の皆様には別途ご連絡しておりますが、不明の方は BAA 事務局までお問い合わせください。

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。


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.

＜相談内容＞

家計管理、保険の見直し、老後資金、相続問題、税金問題、不動産の売買、NISA や iDeCo など、お金に関する疑問や悩み事に関するものです。

例えば「NISA を始めたいが投資の経験が無いので不安」、「実家を相続したが空き家のまま。処分したいがどうすれば良いか？」など、友人や知人には相談が難しいことも安心して相談が可能です。

相談者が希望される場合は、別途有料の支援もご案内いたします。

＜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致します。

＜守秘義務＞

相談員には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。

２．２０２５年度個人会員の年会費について

**２０２５年度の個人会員の年会費につきまして、諸経費の上昇、最低賃金改定などを考慮して理事会に提案し承認を頂き下記のように改定いたします。ＢＡＡは会員皆様の年会費で運営しておりますので何卒ご理解いただきたくよろしくお願いいたします。**

【改定額】：個人会員２，０００円／年　（以降１，０００円単位でご支援をお願いいたします）

：ＬＤＡ会員３，０００円／年（以降１，０００円単位でご支援をお願いいたします）

：ゴールド会員：１０，０００円(以降１，０００円単位でご支援をお願いいたします)

【特　典】：２０２５年度からエクステンションセミナーおよび実践セミナーの「参加料」を無料といたします。　また、イベントには従来通り会員価格で参加できます。

※　年会費の納入方法は、会員登録システムを登録された方は、従来の銀行振込以外に手数料ＢＡＡ負担のクレジットカード決済、Pay-easy（ペイジー）決済、コンビニ決済で年会費の納付が出来ます。

※　是非、会員登録システムの活用をお願いいたします。

会員登録方法が分からない方は事務局の大庭（ooba@baa.or.jp）までご連絡ください。

３．個人会員の入会について

BAA では、個人会員の入会を随時受け付けています。入会をご希望の方は事務局までご連絡をお願いいたします。又はホームページ（下記 URL）からも申込ができます。会員の皆様のご紹介をお願いいたします。

当協会へのご入会はこちらから⇒https://www.baa.or.jp/membership.html#sec02　入会金は不要です。

４．寄稿のお願い

皆様と共に充実したＢＡＡニュースを目指してまいりますので、寄稿をお待ちしております。

„ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „
一般社団法人 ビューティフル エージング協会（BAA）
https://www.baa.or.jp/　ＨＰ事務局：塙・大庭
メール：hanawa@baa.or.jp
：ooba@baa.or.jp
〒105-0003　東京都港区西新橋３－15－6　AS ONE 愛宕 402
電話：03‐3437-2525
„ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „ „


Copyright © 2024 BAA All Rights Reserved.