

一般社団法人 ビューティフル エージング協会 (BAA)

## BAA 第1回 マイライフデザイン研修

急激に変化し予測が困難な現代は、個人が自律的に自分らしい充実した人生(働き方・生き方)を考え、決めていく時代です。

長い人生において、今までの自分自身を振り返り、これからのキャリアを自ら選び取り、実践してみませんか。

何時まで働けるかな..

老後の生活費が心配！

生き生き働きたい！

健康も大事だよなあ..



こんな漠然とした不安(問題)を、解決できる課題に変えて自分らしいライフデザインを作りませんか。

### 【研修の狙い】

- ・企業に依存するだけでなく、自ら学ぶための情報を習得する。
- ・自身のキャリアの棚卸を通して、自分の強み・やりたいことを知る。
- ・自分にあったキャリアチェンジに必要なノウハウを学ぶ。
- ・ライフキャリアに関する社内制度や社外の支援制度を学ぶ。
- ・良好な人間関係を築くための知識・スキルを学ぶ。
- ・ライフプランとお金(マネー)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生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

### 《 第1回 マイライフデザイン研修募集要領 》

- ・ 期日：2023年 11月25日(土)、12月9日(土)  
2024年 1月13日(土)、2月10日(土)、3月9日(土)、4月13日(土)  
5月11日(土)、6月8日(土) (11月開催以外は第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(税込)：全講座受講20,000円(会員16,000円) 1講座受講2,500円(会員2,000円)
- ・ 申込・お問合せ：埴(hanawa@baa.or.jp) or 大庭(ooba@baa.or.jp)

# 第1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 11月25日(土)	埴 猛	自律的な自己育成の必要性	超高齢社会の現状や国の政策を知り、企業に依存するだけでなく、自分で学ぶことが求められる時代に備える。
第2日目 12月9日(土)	板谷 和代	自分らしさと自律的キャリアデザインとは	キャリアの棚卸を通して、自分の強みや価値観を知り自己理解を深め、自分らしさを活かしたキャリアデザインとは何かを考える。
第3日目 1月13日(土)	木村 勝	キャリアチェンジの実践的ノウハウを学ぶ	多様なキャリア選択肢を知り、キャリアチェンジに必要なノウハウを学ぶ
第4日目 2月10日(土)	今辻 俊郎	ミドル・シニアに対するキャリア支援策を知る	自己の強みを活かす社内制度や就職活動プロセスを学ぶ。
第5日目 3月9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	良好な人間関係を築くためのコミュニケーションとは何かを学ぶ。
第6日目 4月13日(土)	米本 昌史	超高齢時代に充実したライフプランを作成するために考えるべきものとは	マネープラン以外でこれからのライフプランを考える時に考慮すべきものについて学ぶ。
第7日目 5月11日(土)	松倉 壮典	ミドル・シニアの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る。ストレスチェックの必要性とストレスマネジメントを学ぶ。
第8日目 6月8日(土)	大庭 和夫	人生100年時代のマネープランの必要性	年金、資産形成、相続など幅広い視点から対策を考える。

<講師略歴> (敬称略 プログラム順、2023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者**)

<b>埴 猛</b>	：【(一社)ビューティフルエイ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。
<b>板谷 和代</b>	：【(株)タンタビーバ共同創業者／元気の種まき担当 産業カウンセラー／国家資格キャリアコンサルタント】37年勤務した航空会社で社員の成長の伴走者となるよるこびに出会う。現在も講師として日本中を飛び回る。
<b>木村 勝</b>	：【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ければ今いる会社で「半」個人事業主になりなさい』(日本実業出版)がある。
<b>今辻 俊郎</b>	：【(株)ライフデザインファクトリー CEO。国家資格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、現在東京しごと財団や三鷹ネットワーク大学などで講師を担当。
<b>池上 義雄</b>	：【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。
<b>米本 昌史</b>	：【ミライズクリエイションラボ代表、国家資格キャリアコンサルタント、GCS認定コーチ、ブレインアナリスト】企業人事経験と専門スキルで、個人のライフキャリア・レインボーのクリエイトをサポート。
<b>松倉 壮典</b>	：【国家資格キャリアコンサルタント、ストレスマネージメントファシリテーター、I種マスターコース】埼玉しごとセンター所属相談員、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。
<b>大庭 和夫</b>	：【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イジング”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」、ライフデザイン・アドバイザーや現役企業人向け「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。会員には毎月発行の「BAAニュース」にて情報を発信しています。

## 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】 22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)、住友化学(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)トキワ、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】 312名

(2023年8月31日現在)