

一般社団法人 ビューティフル エージング協会 (BAA)

マイライフデザイン研修 第6日目 (4月13日)

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。

定年後は
何しよう...

友達と会えない
さびしいなあ



健康で長生き
したいけど!

充実した
老後って何?

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。

【日時】 4月13日(土) 14:00~16:00

【講師紹介】 米本 昌史 ミライズクリエイションラボ 代表



40年間企業人事に携わるなか、多くの社員の第二の人生に向けた支援を行うことになり、国家資格キャリアコンサルタント、メンタルヘルスマネジメント検定2種、BAAライフデザインアドバイザーの資格を取得、より充実した第二の人生のスタートをサポートしてきました。現在は中小企業の採用・定着など人材マネジメント支援を行っています。

【講座名】 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

【講座概要】 人生100年時代「充実した人生にしたい!」と思っても、充実した人生とは何? そのために自分自身にとって必要なものは何? わからないことだらけ! だから今「新しい長寿時代の新しい生き方」について考え、プランを作っていきましょう。変化の激しい時代の中でも有意義な人生を送ること(ビューティフルエージング)の実現にむけて語り合しましょう。

☆ 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3講座受講7,500円(会員6,000円):1講座受講2,500円(会員2,000円)

☆ 申込:hanawa@baa.or.jp 埴 [又はaooba@baa.or.jp](mailto:aooba@baa.or.jp) 大庭

こちらからも申込できます👉

[BAAマイライフデザイン研修申込書\(第6日目\)\(google.com\)](#)

【次回の案内】5月11日(土) 14:00~16:00

講師:松倉 壮典 キャリアコンサルタント(国家資格)

講座名:ミドル・シニアのストレスマネジメント

内容: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和ストレスマネジメントを学ぶ