

豊かで充実した人生の実現を目指す

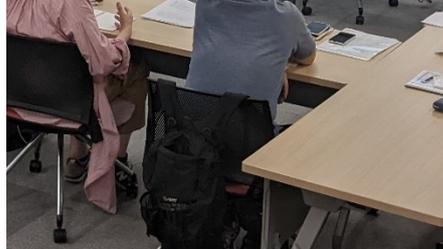
一般社団法人 ビューティフル エージング協会 (BAA)

B A A 2026年度 (第37期)

ライフデザイン・アドバイザー(LDA)養成講座

もっと人生を豊かにしてい！その力は誰にでもある！
あなたはそんな方のサポートをしませんか！！

- ◆ 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
- ◆ 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
- ◆ 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あり
- ◆ 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
- ◆ 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。



受講していただきたい方

- 企業の人事・総務・人材開発、OB・校友会・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

《 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）
- 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)

申込はこちらから⇒



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。人は生きている限り死ぬその日まで成長発達し変化する存在です。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際までを学びます。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する「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、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	ダイバーシティとインクルージョン 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と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

《 資格認定・登録について 》

全講座を修了しますと修了証が発行されます。また課題論文提出などの審査を経て「BAAライフデザイン・アドバイザー」(LDA)として資格認定登録証が授与されます。

講師略歴

(敬称略、プログラム順、2025年11月現在)

宮城 まり子：[キャリア心理学研究所代表、日本キャリアカウンセリング学会名誉会長、臨床心理士]慶應義塾大学文学部心理学科卒業、早稲田大学大学院心理学専攻修士課程修了、法政大学キャリアデザイン学部教授を経て、キャリアコンサルタントの養成、スーパービジョン、キャリア研修、企業内でのメンタルとキャリアの統合的カウンセリングを行っている。また、BAAの副会長を2010年度～2018年度の期間歴任した。

木村 勝：[リスタートサポート木村勝事務所代表、電気通信大学特任講師、LDA(18期)]大手自動車メーカーを経て、人事領域の独立業務請負人(IC)として独立。企業において人事総務アドバイザーとして支援を行うとともにキャリア相談や研修講師としても活躍中。『働けるうちは働きたい人のための教科書』(朝日新聞出版)、『知らないと後悔する定年後の働き方』(フォレスト出版)、『ミドルシニアのための日本版ライフシフト戦略』(WAVE出版)、最新刊に『会社を辞めたいと思った時に読む セカンドキャリアの見つけ方』(ビジネス教育出版)、『老後のお金に困りたくなければ ”半”個人事業主になりなさい』(日本実業出版)がある。

廣川 進：[法政大学キャリアデザイン学部教授、日本キャリア・カウンセリング学会前会長 文学博士、公認心理師、臨床心理士、シニア産業カウンセラー] 1959年生れ、慶応大学文学部卒業後、出版社で編集・人事を経験し大正大学臨床心理学博士課程を修了。カウンセラーや企業研修講師としても活躍中。著書に『心理カウンセラーが教える「がんばり過ぎて疲れてしまう」がラクになる本』(ディスカヴァー・トゥエンティワン)、『キャリア・カウンセリング エッセンシャルズ400』(金剛出版)、『失業のキャリアカウンセリング 再就職支援の現場から』(金剛出版)、『これで解決！シゴトとココロの問題』(労働新聞社)など。

奥村 彰太郎：[ファイナンシャル・プランナー(CFP)、キャリアカウンセラー(GCDF)、LDA(13期)] 1953年生まれ、東京都立大学経済学部卒業、(株)リクルート入社。1995年マネー情報誌を創刊、発行人を務めた後、2004年“キャリアとお金”のアドバイザーとして独立。企業研修の講師や個別相談などで活躍中。『今さら聞けない投資の超基本』監修(朝日新聞出版)。

櫻井 悦子：[研修オフィスSAKURA代表、産業カウンセラー、キャリアコンサルタント、LDA(28期)、PHP認定上級ビジネスコーチ・チームコーチ、NLPマスタープラクティショナー]学校教育に従事した後、数々の博覧会運営に携わる中、「人はそれぞれの輝きを放つ原石である」ことを実感。研修講師として独立し“人財”を活かす組織づくりと個々の成長を支援している。実践力をつける研修には定評があり、リピーターが多いのが特徴。また2020年より浄土真宗光榮寺の住職となりビューティフルエイジングを実践中。「PHPカラット保存版『大人の女性のマナーブック』」監修「クラブ・ドラージュ」(専門学校情報誌)、「商工振興」(大阪府工業協会会報誌)などで連載コーナー執筆

山本 晴義：[横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長、日本医師会認定産業医、日本心療内科学会認定指導医、専門医、日本精神神経学会認定専門医、1972年東北大学医学部卒業、医学博士、専門は心身医学、産業医学、健康教育。1998年より現職。分かり易いメンタルヘルスの研修は企業、協会などで定評がある。『心の回復6つの習慣』(集英社)、『ストレス日決算主義』(NHK出版)、『Dr.山本のメール相談事例集』(労働調査会)など。

板谷 和代：[株式会社タンタビーバ共同創業者／元気の種まき担当、複数の大学の非常勤講師、産業カウンセラー、キャリアコンサルタント、LDA(29期)]短大卒業と同時にJALに入社。「仕事を楽しむ」ために勤務の傍ら大学、大学院で組織行動論を学ぶ。その後、ウィーン営業支店長、意識改革・人づくり推進部担当部長を経て「出会った人の笑顔の役に立ちたい！」と独立。

立花 一元：[(一社)中高年齢者雇用福祉協会 主任講師、2級キャリアコンサルタント技能士(国家資格)、シニア産業カウンセラー、LDA(19期)] 1975年安田火災海上保険(株)入社。営業部門など33年間の現場経験を経て、2007年より15年間人事部にて、ミドル&シニア社員のキャリア研修や社外転籍を中心にセカンドキャリア支援に携わる。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月末卒業、独立(通算48年間勤務)。

岡野 洋美：[(一社)日本リフレクティング協会代表、(株)ヒュミング社長、公認心理師、キャリアコンサルタント、リフレクティングファシリテーター、産業カウンセラー]筑波大卒。学生時代・社会人を通し心理学が大好きで学び続ける。カウンセリング、コーチング、リフレクティングの実施、企業研修講師として活躍し(株)ヒュミングを設立。国立大学産学官連携研究員、客員教授を経て、(一社)日本リフレクティング協会を設立。多彩な場に胸に沁みる対話を届けている。

下平 久美子：[(株)リファイン社長、日本交流分析学会評議員、心理カウンセラー、産業カウンセラー、鎌倉市教育委員、女優] JALで国際線乗務後、客室乗務員教官を経て(株)リファインを設立。講師・トータルイメージコーディネーターとして年間250回、講演や研修を全国で実施。また年に数回は女優として舞台出演しビューティフルエイジングを実践中。著書:『コミュカアップ実践講座』(オレンジページ社)、『1日1分30日で人生が変わる「話し方」「聴き方」の法則』(ダイヤモンド社)など多数。

ライフデザイン・アドバイザー（LDA）の活躍

LDA資格認定者は企業の人事・人材開発・活用、教育研修、セカンドキャリア支援等で、幅広い知識とコンサルティングスキルを身につけた専門家「ライフデザイン・アドバイザー」（LDA）として活躍しています。また企業外でも講師やコンサルタントとして自らのライフワークに活用しています。資格認定者にはBAA主催の「エクステンションセミナー」等や「LDAの会」の「研究・分科会」で更なる研鑽を積む機会があり、「同期会」の異業種交流で人脈の幅を広げ、講座講師を担当することで講師経験を積む場が用意されています。

軽い気持ちで申し込んだのですが、実際に受講してみるとその内容は想像以上の濃さと深さ！全てに圧倒されました。講師の方々の強い思いと覚悟がひしひしと伝わり、「もっと人生を豊かにしてい！その力はあなたにもある！」と応援メッセージを受け取ったように感じました。間違いなくこの講座は、暗いトンネルで動けなくなっていた私に光を差し込んでくれる存在でした。これからは学びをじっくり自分の中に染み込ませ、誰もが自分らしい一歩を踏み出せるよう、私だからできる支援の形を見つけて実践したいと思います。
(36期・角野 幸子)

講座では、「問いを立てる力」「感情や価値観の棚おろし」「本来の願いに気づくプロセス」など、多角的かつ実践的な内容を幅広く学ぶことができました。特に、対話やワークを通じて“型にはめない支援”のあり方を体感できたことは、今後、人生を再設計しようとするクライアントに寄り添う上で、大きな糧となりました。人生の“次の章”をデザインする支援ができるという学びは、これからの実践に深く活かせる確かな手応えとなっています。また、他の受講生との対話を通して、“答えではなく気づきを届けること”の本質にも触れ、関わり方の在り方が変化しました。
(36期・黒川 成美)

ミドルシニアからのライフプランの意識と実践、自己理解と他者理解、また、キャリア・カウンセリングの理論など学術的な講義に加え、マネープランや交流分析など含め、豊かな人生とキャリア自律に通じる示唆を多々いただき、ありがとうございます。自身につきましては、これまでの企業人生の中で、“アンフィニッシュド・スタディ”を再認識し、新たなエネルギーをいただけたと思っております。
(35期・大垣 裕子)

私が今まで触れたことのない分野の講師の先生方からは、LDAとして必要な知識をお教え頂きました。大きく変化する社会、人と接することについての心理学や知識、人の身体や心のこと、ジェンダーについて、これからの人生の考え方等、あまりにも多くの内容を頂きましたのでこれからもさらに深めていきたい、今後も知識や情報を増やすべくBAAの講座やBAA関連の講座を受講していきたいと考えております。
(35期・最首 直志)

現在、個人事業主として主に企業の中老年社員を対象としたキャリアデザイン講座講師、キャリアコンサルタント、ビジネスコーチ、等の仕事をしているため、「総合的な知識」の入手や、「今まで勉強してきたことの総復習」をすることができて、実に良いタイミングで実に良い内容の勉強ができました。今後は「キャリア」関連の仕事を増やし、特に対象者を中老年社員だけでなく学生や若年社員にも広げていく予定です。
(34期・新倉 昭彦)

LDA講座はほぼ毎年社内から社員が受講していました。社内の女性社員からの相談事や話を聞く機会の多い私はずっと受講したいと思っておりやっと念願かなって今回の受講の運びとなりました。メンタル面・体制面・制度について様々な分野から人生設計にアプローチすることを体系的に学ぶことができ、また自分を振り返る意味でも大いに意義のある6日間でした。
(34期・佐藤 摩美子)

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ージング”を実現すべくライフデザイン・アドバイザーの養成、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。また、企業向け、個人向けの「ライフデザイン研修」や会員の継続教育も行っています。更に、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「BAAニュース」を発信しています。是非会員にご加入いただき、ご支援の程よろしく願いいたします。

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：塙・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】 17企業・団体

旭化成(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、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】 296名

〈2025年9月30日現在〉