



『50歳からのプロティアン! 人生100年時代のライフデザインワーク』

鯖戸 善弘 著
 [22世紀アート、2021年11月
 電子書籍 880円
 ペーパーバック 1,725円
 いずれもAmazonにて販売]

元地方公務員の筆者は、定年退職後、キャリア・コンサルタントとしてワークショップ型のセミナー講師として活躍。以前「ALPS」でも特集で取り上げた、世の中の変化に合わせて自分も変幻自在に進化させていくというプロティアン・キャリアを軸に、欧米の著名な学者の各種理論による筆者が日頃のセミナーで実践しているワークの紹介をしている。具体的には、自己のキャリアデザインを描くなど9つのワークの紹介と実習、および作成したデザインを行動に導くための4つのワークの紹介と実習だ。

このワークを通じて読者は、自分のキャリアをより実践的に分析でき、弱点を強みに変えてゆくポジティブな考え方を身につけることができる。筆者自身も自らワークを実践したうえで、その感想と、どのように活用してゆくかについても述べている。

私も実際にやってみて、これは良いなぁと思ったのはマインドアップのワークだ。将来の自分について、お金、健康、家族、地域、学び、趣味、仕事という切り口で、思いつくことや気になることを樹形図のように連想してゆく作業だ。分野別に思考を整理できる。是非、来年度のセミナーで私も実践してみたい。

(執筆：協会職員 丸 弘之)

今年も桜の季節がやって来た。開花は早いようだ。我が家の近くには桜並木があり、休日ともなると人出でにぎわう。しかしながら昨年秋に老木が数本、幹から切られ今年には雰囲気も少々違うだろう。さて、私は毎年この時期に自宅から近所の遊歩道を約2時間程度ウォーキングする。ソメイヨシノのトンネルや桜の穏やかな雰囲気、近郊農家の野菜の出店などを見物しながら心の中ではキャンディーズの春一番をリフレインし「ちよつと気取って」みたりしている。少し肌寒い中での持参した温かいコーヒーマた格別だ。厄介なのが花粉症だが、コロナ禍でのマスク使用で予防には効果が大きいことも知った。近ごろは温暖化のせいか春が短くなっているようだが、季節に乗り遅れないように大いに楽しみみたい。新しい年度の始まり。満開の桜にならって決意も新たにしている。(T)

新年度がスタートし、お子さんがいらつしやる方は進学や進級で忙しい時期かと思えます。教育費については公的支援も充実してきていますが、学用品の準備や塾の費用など子どもの教育は何かとお金がかかるものです。今回の特集では、子育て世代に向けた教育費に関する記事、これから奨学金を借りようと考えている方や既に返済中の方に向けた記事、さらに大人の学び直しに関する記事を織り交ぜてお届けしています。読者の皆さんそれぞれにとつて、何かしらお役に立つ情報が見つかれば幸いです。(R)

ご意見をお待ちしております。

ご意見、ご質問、ご感想などをお寄せください。皆様の声を、積極的に活かしていきたいと考えております。
 E-mail : alps2@lifeplan.or.jp

協会への交通案内

- 東京メトロ千代田線・日比谷線/霞ヶ関駅 C4 番出口より直結
- 東京メトロ丸の内線/霞ヶ関駅 B2 番出口より徒歩 3 分
- 東京メトロ銀座線/虎ノ門駅 9 番出口より徒歩 3 分
- 都営地下鉄三田線/内幸町駅 A7 番出口より徒歩 3 分

ALPS Vol.161 2025 年 4 月発行
 発行 ●一般財団法人地域社会ライフプラン協会
 〒100-0011 東京都千代田区内幸町 2 丁目 1 番 1 号
 飯野ビルディング 11 階
 TEL : 03-6550-8441 FAX : 03-6206-6401
 ホームページ <https://www.lifeplan.or.jp>
 E-mail alps2@lifeplan.or.jp
 編集協力・印刷 ●株式会社丸井工文社

本書からの無断複写・転載を禁じます。
 本誌は再生紙を使用しています。

