



文字サイズの変更 小 標準 大

いきいきと私らしく活躍！  
シニアしごと EXPO 2024

## セミナー

第1回 新宿会場

第2回 八王子会場

「▶」印のついたセミナーは、パソコンまたはスマートフォンにてオンライン 聴  
が可能です。  
ご希望の方は必ず事前申込が必要になりますので、TOPページよりお申し込みくだ  
さい。

事前申込締切	第1回：新宿会場／令和6年10月1日(火曜日) 23:59 第2回：八王子会場／令和6年10月16日(水曜日) 23:59
--------	--

### ■ 第1回 新宿会場 | セミナープログラム ■

#### メインステージ

10:30～11:00

# 東京セカンドキャリア塾 開講式



意欲のある65歳以上のシニアや55歳から64歳までのプレシニアが、「生 現役」を合言葉に、今後のセカンドキャリアに必要な知識を楽しく学べる「東京セカンドキャリア塾」を10月から開講します。また、中高年者を雇用する企業及びプレシニアを対象としたオンライン講座も開講し、シニア雇用への理解促進や、セカンドキャリアを考えるきっかけづくりを支援します。本会場では、「65歳以上対象コース」の半年間の講義に先立ち、開講式を行います。

11:10～12:00

## 東京セカンドキャリア塾 オープンセミナー



「夢まっしぐら」組で働く上で、どのように個人一人ひとりが頑張っていくのか、サッカーというチームスポーツを例にあげ、監督経験を活かした目標設定の仕方、モチベーションを持続させるコツなどについてお話いたします。

**登壇：松木 安太郎氏（元サッカー選手、サッカー解説者）**

1957年（昭和32年）東京生まれ。小学4年生で 売クラブ（現東京ヴェルディ）に入団。高校時代にDFに転向し、16歳でトップチーム（当時日本リーグ2部）に昇格。83年の日本リーグ初優勝をはじめ数々のタイトルを獲得。主将も務めた。日本代表としてメキシコW杯予選、アジア競技大会、ソウル五 予選などに出場。90年に現役引退。 売ユース監督、トップチームヘッドコーチを経て、93年ヴェルディ川崎（現東京ヴェルディ）の監督に就任。同年と翌94年に第2ステージで優勝し、チャンピオンシップを制して2年連続優勝（Jリーグ最年少監督）。98年セレ

ツソ大阪監督、01年東京ヴェルディ監督を歴任。現在はテレビなどで解説者として活躍。

12:15~13:00

## 「愛されシニア」への秘訣： 求められる人材になるための「心のOSアップデート」



老若男女で多様な人材の教育・指導・再雇用支援などを行い、豊富な経験と突き抜ける若さの融合を導いてこられた戸村氏より、「老害」として疎んじられる存在ではなく、「愛されシニア」として 深く経験を活かし、企業・若手・社会に求められる人材となるポイントをお届けいたします。せっかくの経験・知見を建設的に活かすための環境適応と多様化で、企業・若手・社会に味わい深い価値を届けられますように…。

**登壇：戸村 智憲氏（日本マネジメント総合研究所合同会社 理事長、(一社)シニアセカンドキャリア推進協会 顧問）**

日本の人気講師ランキング3位(※)。元・国連の専門官。大手人材派遣会社のエグゼクティブアドバイザーや、岡山大学大学院非常勤講師、経営行動科学学会理事・兼・東日本研究部会長、IT企業の顧問やアドバイザーなどを歴任。著書33冊。NHK「クローズアップ現代」TV出演やドラマ出演・番組監修などや、寄稿・連載も多数。年齢・性別・実績などに関わらず、イキイキと心理的安全性ある職場づくりや、シニアインターンシップの指導などにもあたってきた。※日経産業新聞の特集 事しらべ

13:45～14:15

## 中村 雅俊さんトークショー 「芸能生活50周年！人生という名の旅を、俺らしく。」



芸能生活50周年を迎え、70歳を超えてもなお一層若々しく、第一線で活躍し続ける中村さんに、俳優と歌手、どちらも妥協することなく走り続ける楽しさや努力、また、自分らしさを貫くことの大切さなどについて、ご自身の芸能生活を振り返りながらお話しいただきます。

### 登壇：中村 雅俊さん（俳優、歌手）

1974年、NTV「われら青春！」の主演に抜 され俳優デビュー。挿入歌「ふれあい」で歌手デビューも果たし、売り上げが100万枚を超える。役者として、連続ドラマ34本を含め、主演作品は100本以上にものぼる。歌手としては、コンスタントに曲を発表し、デビューから毎年行う全国コンサートも1,500回を超える。東日本大震災で被災した故郷・宮城県女川町の復興支援にも力を注いでおり、現在もたびたび足を運んでいる。

15:00～15:45

## 働き方の選択肢 シニアのためのテレワーク講座



育児・介護時の就業環境の整備と雇用促進を目指す企業「合同会社ジョイン」のCEOであり、総務省テレワークマネージャーを務める家田氏より、シニアの方々が新しい時代の働き方であるテレワークを始めるためのイロハや、そのメリットについて、自身がテレワークを利用することで介護と仕事を両立できた経験を交えながらお話しいたします。

### 登壇：家田 佳代子氏（総務省テレワークマネージャー、デジタル庁デジタル推進委員）

自身が介護のために退職した経験や、子どもを保育園に預けられなかった経験から発起し、自身が利用するために当時の会社でテレワークシステムを導入。より働き方改革・テレワーク・女性活躍推進に特化したコンサルを行うべく合同会社ジョインを設立。現在は、様々なセミナーや講演を開催。育児・介護・働き方改革・セキュリティ事情等を分析し、テレワーク導入の動きについて積極的に講演する。

## サブステージ

11:30～12:15

## ファイナンシャルプランナーに学ぶ、定年後の賢い資産形成



ファイナンシャルプランナーとしての豊富な実績から、わかりやすく「お金」「経済」「キャリア」をえている八木氏より、「セカンドライフに必要な資金はどの程度か」「どのように資金管理をすればよいか」といった定年後の賢い資産運用術や、シニアの方々に寄り添った立場で「大切なお金を守る方法」などについてお話しいたします。

### 登壇：八木 陽子氏（株式会社イー・カンパニー 代表取締役、ファイナンシャルプラン

## ナー)

「お金と向き合うことは、人生を考えること」をポリシーに活動中。ファイナンシャルプランナーやキャリアカウンセラーとしての10年以上の仕事実績と消費者の視点から、わかりやすく「お金」「経済」「キャリア」を伝える。主な講演内容は「人生」「シニアライフ」「経済」など暮らしに密接するテーマや、「断然差がつく！老後資金の準備の方法」「自分のお金は自分で守る！ライフプランと資産運用術」など、お金にまつわるテーマを得意とする。

13:00～13:35

## アクティブシニア就業支援センターによる就職事例紹介



都内10カ所に設置されている高齢者向けの無料職業紹介所「アクティブシニア就業支援センター」での就職事例をわかりやすくご紹介します。

**登壇：アクティブシニア就業支援センター  
わくわくサポート三鷹：中里氏（国家資格1級キャリアコンサルティング技能士）**

アクティブシニア就業支援センターとは、ね55歳以上の方を対象にした無料職業紹介所です。東京都・区市および（公財）東京しごと財団の支援と厚生労働省の許可を受けて、都内10カ所に開設しております。各センターでは地域に密着したシニア向け求人情報を豊富に取りえ、就業相談から職業紹介、再就職セミナー・就職面接会等を開催しており、細やかなサポートが好評です。

詳細は、ホームページにてご確認ください。

<https://activesenior-tokyoshigoto.jp>



14:15～15:00

## 健康寿命を延ばす！ 脳と体を鍛えるウォーキング＋靴選び＆履き方



人生100年時代、健康寿命を延ばす重要ポイントは「ケガとケガの予防と対策」です。正しいウォーキングで脳と体を鍛え、転倒予防やメンタルヘルスケアに役立つ知識、さらに運動効率を高め、姿勢改善や転倒予防、ストレス対策に効果的な逆転発想のウォーキングテクニック、疲れにくいシューズ選び＆履き方を学び体験していただける楽しい講座です。

**登壇：池田 ノリアキ氏（ウォーキングトレーナー、日本転倒予防学会認定 転倒予防指導士）**

スポーツメーカー（株）アシックスに35年勤務。在職中はランニングやウォーキングシューズ等の企画開発、シューズやウォーキング講師、CSR活動等に従事。1996年世界初シェイプアップ用ウォーキングシューズ「シェイプウォーカー」を企画開発、大ヒット商品へとプロデュース。自治体や教育機関、企業等の講演は2,000回以上、TVや新聞、雑誌等マス媒体にも多数登場。健康運動実践指導者・転倒予防指導士等の知見を土台に健康づくり講演で活動中。講師歴29年。

シニア就職面接会ステージ

13:15～14:00

# 面接の決め手は会話力 採用側の心を動かす話し方



日常ですぐに活用できて役立ち度も高く、実践的で楽しい指導を得意とする 井氏より、1on1などにも求められる対話力の基本「3つのアイ」を始め、「聞く・聴く・訊く」の傾聴力・質問力や心を動かす話し方の「ク・ス・リ」メソッド、会話のマル秘テクニック等についてお話しいたします。

## 登壇：櫻井 弘氏（株式会社櫻井弘話し方研究所 代表取締役）

コミュニケーションに関する研修・講演を手がけて30年以上。話し方研究所インストラクター第1期生となり、コミュニケーションスキルについて学び始める。製薬、金融、サービス、IT関連等の民間企業をはじめ、人事院、各省庁、JMAなどの官公庁・各団体で、研修先は約2,000以上。説明力強化トレーニングやプレゼンテーション等のわかりやすい研修には定評があり、著書出版も80冊以上、累積売上180万部超。主な著書としては「話す力が面白いほどつく本」（三笠書房）、「大人のモノの言い方サクッとノート」（永岡書店）他多数。

[トップページへ戻る](#)



Copyright © 2024 Senior Shigoto Expo All Rights Reserved.