

グランドキャリア チャレンジプログラムのご案内

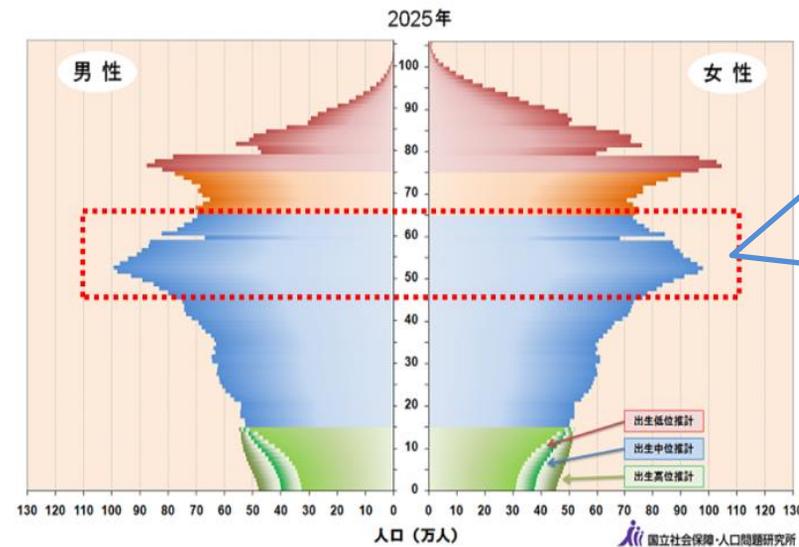
中高年社員の皆さんの更なる活性化
に向けた新しい研修プログラム



株式会社 星和ビジネスリンク

当研修プログラムの開発背景

- ✓ 人生100年時代の長寿社会において、労働人口のボリュームゾーンである中高年層（45歳以上）をフル活用することは、日本企業の大きな課題となりつつあります。
- ✓ 一方で社員側から見ても、40代後半は、職場や家庭環境の変化、心身における老いの顕在化など、人生の大変化期であり、低意欲化やストレスによる「こころの危機」に直面する中高年社員も増加しています。
- ✓ そこで、キャリア人生の後半戦で2度目の新人研修として「こころのエネルギーを高め」「やる気を具現化し」「社内で使命をまっとうする」新しいキャリア開発プログラムを提供。



2025年（約10年後）の姿です。労働人口のボリュームゾーンである「中高年層（45歳以上）をどうフル活用するか」は、もはや先送りできない課題ではないでしょうか？

資料：1920～2010年：国勢調査、推計人口、2011年以降：「日本の将来推計人口（平成24年1月推計）」。

当研修プログラムの概要

対象者	会社人生総仕上げ世代 定年までの残り10～15年のモチベーションを上げ、 社命をまっとうして生涯現役を指向する人
第一部 3時間	「こころのエネルギー源を高める」 ～守りから攻めモードへ～
第二部 7時間	「人生100年時代のキャリア・ビジョン」 「何を目標として」「自分は何が出来て」 「何をしたいのか」を具体的に作る

第一部：こころのエネルギー源を高める ～守りから攻めモードへ～

本研修の持つ「側面」とは？

- 側面①：中高齢版「新人研修」である
「中高齢入門研修」であり、ビジネス人生の折り返し点での「2度目の新人研修」のようなものと考えています
- 側面②：「2つの危機」に備える
中高齢期に訪れる「立場の変化」等からくる「危機」を防止します
強いストレス⇒(慢性化)⇒心身へのダメージ(=危機①)
⇒低意欲化・意欲喪失⇒人材価値へのダメージ(=危機②)
- 側面③：意識とイメージを変える
「中高齢期の持つ可能性」に目を向けていただくことで、中高齢期に対する受講者の「意識とイメージ」の変革をめざします
- 側面④：「自分事」にしていただく
本研修では、研修テーマを「自分事」にする「装置」として「自己診断テスト」を中心とした演習を行います

研修資料（抜粋）

守りモードの発生

- ・中高齢期に入ると「人生の時間の有限性」を意識するようになります
⇒「もう半分以上が過ぎてしまった…」
- ・この認識をもとに、完全燃焼をめざす人もいますが多くの人は、ここから「自己限定」「守り」へと進みます

自分にはもう「やり直し」の時間はない
⇒「今やっていること」以外に、自分にできることはない
⇒「今の状態」を変えたくない（守りたい）

守りモード

「攻めモード」の人とは？

「攻めモード」の人は、時間の捉え方が、普通の人はすこし異なります
【攻めモードの考え方】

- そもそも「有限性」を意識しない
⇒まだいくらでも時間はある
- 「有限」だからこそ「いまやらねば」と考える
⇒時間があるかどうかは関係ない
（「ある」と信じるしかない）

攻めモード

自分にはまだ時間がある
⇒新しいことにどんどん挑戦し、
「今とは違う状態」へと突き進んでいきたい

伊能 忠敬



エネルギー源を探る

- ①：大切なもの
✓家族 ✓友人 ✓同僚
✓ナンバーワンの誇り

- ②：目標・ビジョン
✓成果目標 ✓会社・社会・人生のビジョン

- ③：探究心
✓専門分野 ✓仕事以外 ✓クリエイティブ



【講師】得丸 英司氏

株式会社星和ビジネスリンク
執行役員 FPコンサルティング部長

1980年 日本生命入社、1995年CFP®資格取得。日本生命において20年にわたり、法人・個人分野のFPコンサルティング部門を歴任。2015年度まで慶応大学講師を務める。現在、日本FP協会常務理事

第二部：人生100年時代のキャリア・ビジョン

研修の全体像

「何を目標として」

「自分は 何が出来て」

「何をしたいのか」

7時間
決める！

<9時 ~17時>

目標を明確に認識、
仕事に全力投球し
成果を上げる！
余勢を駆って生涯現
役を実現する！

【やる気の具現化:その1】

- 「何を目標として」 ……定年到達時点の仕事目標を決める
- 「自分は何が出来て」 ……仕事目標達成に必須の能力を知る
- 「何をしたいのか」 ……自身の仕事目標と組織の期待に整合を図る

I 定年到達時点の仕事目標を決めるために…

- ・平均余命を知る
- ・セカンドキャリア発想のS字カーブとは
- ・キャリアとキャリアビジョン
- ・キャリア・ビジョン四つのタイプ
- ・求められる「自立型人材」
- ・**能力開発**とは 5PのA 参照

II 仕事目標達成に必須の能力を知るために…

- ◆社会人基礎力準拠「**職務遂行能力測定(ASA)**」受検
- ◆職業興味検査受検 5PのB 参照
- ◆自分の”ウリ”のを見つけ方と売り込み方法
 - ・時系列業務経歴書をつくる
 - ・専門分野別職務経歴書をつくる
- ◆自分の”ウリ=専門”の決め方
- ◆定年到達時点の仕事目標を決める
 - ・**天職探索ワークシート**をつくる 6PのC 参照

III 仕事目標と組織の期待に整合を図るために…

- ・自己啓発目標設定/**自己開発計画策定シート**をつくる
- ・「やる気具現策」上申を承認させるための 6PのD 参照
上長との面談を成功させるコツ

【講師】白根 陸夫氏 株式会社キャリア・ブレン 代表取締役

日系大手化学メーカー、外資系コンピュータ商社等で活躍後 平成7年キャリア・カウンセラーとして独立。翌年、株式会社キャリア・ブレン設立。エイジング・アドバイザー®（NPO/日本エイジング・アドバイザー協会）、メンタルヘルス・カウンセラー等各種資格取得。

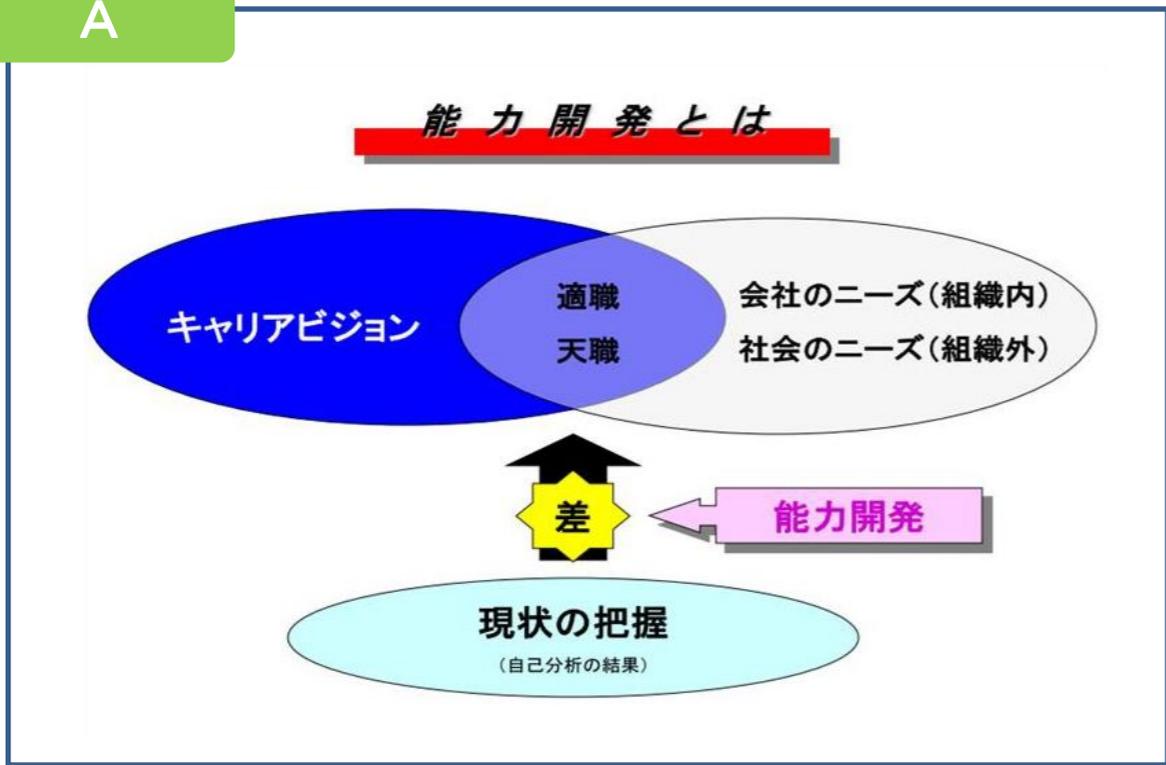
【やる気の具現化:その2】

- ◆定年後、再就職する(社外に打って出る)
 - ・最強の売り込みツールづくりと自分流セルフ・マーケティングのやり方伝授
- ◆定年後、思い切って起業する
 - ・新サービス創出のコツ (こうすれば開業初年度から黒字経営ができる！)

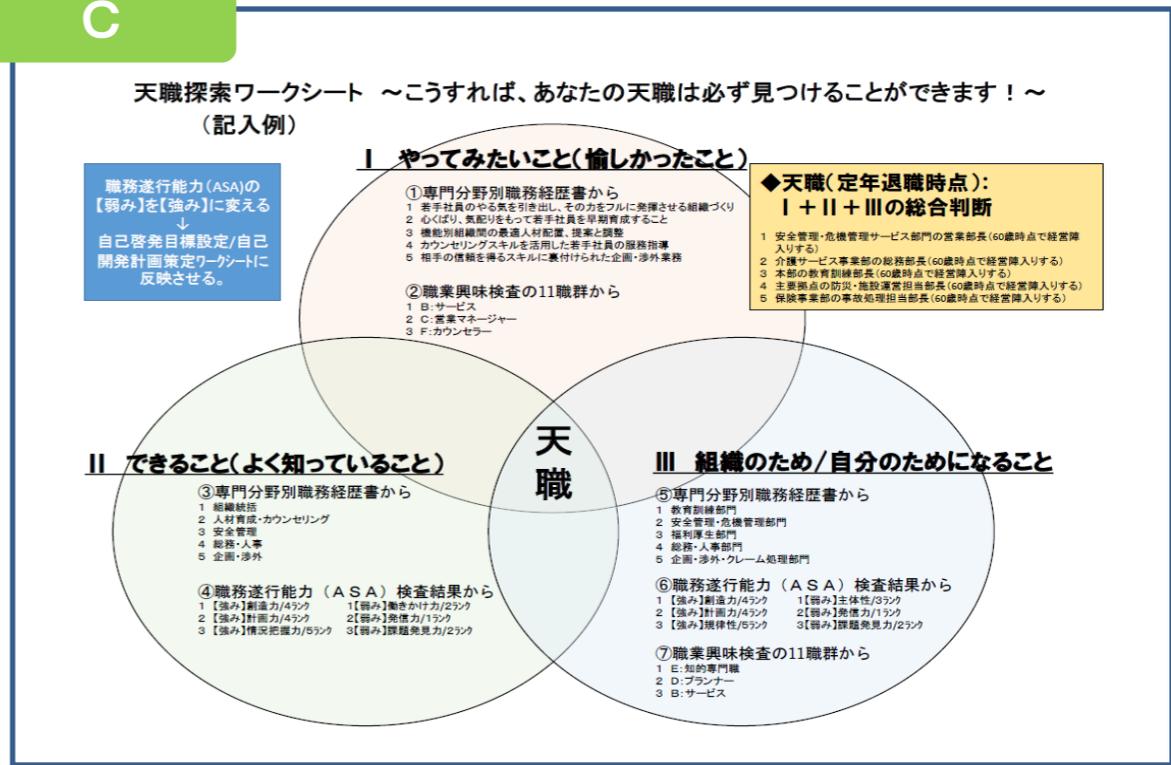
第二部：「人生100年時代のキャリア・ビジョン」

研修資料(抜粋)

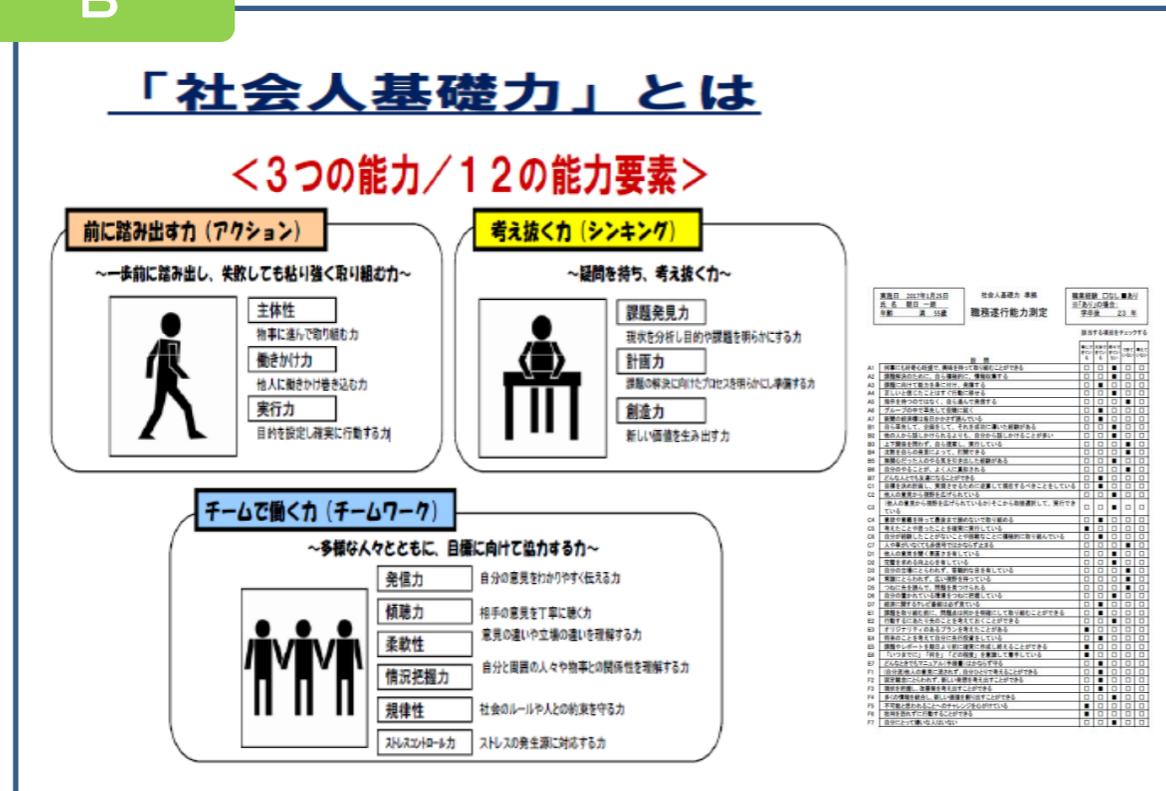
A



C



B



D

自己啓発目標設定/自己開発計画策定ワークシート (記入例)

自己啓発目標設定/自己開発計画策定ワークシート

作成日: 所属: 氏名: [ワークシートの]

現状の把握	これからの私
1. なかむ疲弊した業務はなんですか? 業務の課題と適年経験年数は? (時系列業務経歴書参照)	これからの私
2. あなたの専門分野はなんですか? その「好き」(自己評価) (専門分野別職務経歴書参照)	これからの私
3. あなたのやってみたい仕事はなんですか? (1) 部署/所属部門で(仕事の内容と部門など)	これからの私
4. (1) 部署/所属部門で(仕事の内容と部署など)	これからの私
5. 自己啓発目標をどのように設定しますか? (1) 個人より実現しているものを参考に設定するために	これからの私
6. あなたの天職(社外)の職名を何としますか? (1) 職名を具体的に設定し、具体的な業務内容を記載する	これからの私

① 経済的かつ時間的な余裕をつくり、今度で仕事をやめて海外旅行へ進出した行く60代になるまでにこの目標を達成する。
② “あはれ”と“あはれ”を好きになる。...と社外にも“あはれ”の心がある、それを見つけてあげれば好きになる。先天的に仕事も、楽しい生活するために必要なこと。



<お問合せ先>
株式会社星和ビジネスリンク