

最近物覚えが悪くなった、飽きっぽくなったと嘆いている方々、ご安心ください！人生100年時代に、40代から伸ばせる能力があること、ご存知ですか？この動画で学びましょう。

KK<sup>2</sup>で無料動画公開中

産業ジェロントロジーの専門家が明かす

# 「40歳からの結晶性能力の伸ばし方」 ～ミドル世代の生き残り術～

\* 産業ジェロントロジーとは

ジェロントロジーは「老年学」と訳されています。加齢による人間の変化を、心理・教育・医学・経済・労働・栄養・工学など実に様々な分野から学際的に研究する学問です。今までは、主に医療・福祉・美容という分野で生かされてきました。「産業ジェロントロジー」は、産業分野に特化したものです。

## 【動画INDEX】

1



- ①「人生100年時代」何が起きているのか？(16分55秒)
- ・定年後という言葉は死語になる？
  - ・高齢者が働かなくてはならない背景
  - ・ミドル世代の特徴とメンタルヘルス
  - ・自分の心身の変化に気付く

2



- ②産業ジェロントロジーの基礎知識(12分47秒)
- ・「ジェロントロジー」とは何か？学ぶメリット
  - ・歳をとると衰える「流動性能力」と衰えない「結晶性能力」
  - ・「結晶性能力」の伸ばし方

3



- ③結晶性能力の伸ばし方：実践編(2019年10月31日公開予定)
- ・「結晶性能力」の伸ばし方のポイント
  - ・できなくても大丈夫！SOC理論で切り抜けよう
  - ・40歳からの「SOC理論」トレーニング

## 講師 崎山みゆき

一般社団法人日本産業ジェロントロジー協会代表理事  
／ 株式会社自分楽 代表取締役／ 東京都セカンドキャリア塾講師  
桜美林大学国際学研究科修士，サンフランシスコ州立大学学術博士

企業のキャリアデザイン・職場レクリエーション研修の企画担当・講師を経て、個人事業主として独立。2000年桜美林大学大学院にてコミュニケーション能力開発の研究に従事。老年学と出会う。同時期厚生労働省所轄の助成事業にて中高年のライフキャリア開発講座を全国で実施。2003年株式会社自分楽を設立、代表取締役就任。2009年より静岡大学大学院講師・客員教授としてビジネスコミュニケーションを担当。2015年一般社団法人日本産業ジェロントロジー協会設立、代表理事就任、産業ジェロントロジーアドバイザー・インストラクター資格養成講座開始。

産業カウンセラー・健康管理士一般指導員の資格を活かし、内閣官房「ミドル世代のためのメンタルヘルス研修」の企画・講師としても活動中

★著書に『ジェロントロジーで学ぶ 40代、50代からの働き方』  
(令和元年7月、日経BP社発行)



霞が関ナレッジスクエア (KK<sup>2</sup>) Webサイトでご覧いただけます！

※視聴にはKK<sup>2</sup>Web会員への登録が必要です(無料)

「しごと力向上ライブラリ」は社会で活躍するために必要な「しごと力」を学べる動画プログラムを掲載しています。

KK<sup>2</sup>



一般財団法人高度映像情報センターの公益目的事業として、無料でご提供しております。



できていますか？信頼される職場づくりのための「報告」  
～情報セキュリティ事故が起きて慌てないために～

日本の財政を考える

40歳からの結晶性能力の伸ばし方  
～ミドル世代の生き残り術～

心に響くプレゼンテーション

みんなちがってすてきな～自閉症の理解ははじめの一歩～

あなたの「話力」でビジネスコミュニケーション力UP！  
実務に役立つI S M Sの基礎  
～情報セキュリティマネジメントシステムとは～  
基礎から学ぶ 仕事に活かすインターネット  
育てて増やそう！わたしのお金  
～つみたてN I S Aを活用した資産形成のすすめ～  
チームで成果を引き出すための強み引き出し術  
これだけは知っておきたい「個人情報保護」  
(2017年度版)

帰宅困難者問題に備える  
知って役立つ労働法  
現場でリーダーシップを発揮するために必要な10項目  
ビジネスパーソンのための情報セキュリティ基礎講座  
新ビジネスパーソン必見！大丈夫？あなたのことばづかい

初心者向け！“しごと”がはかどるExcel（エクセル）活用術

超高齢社会：未知の社会への挑戦  
ビジネスパーソンのためのビジネス敬語の時間  
岩手県気仙地域での地域医療実践と復興  
知っておきたい生命保険の基礎知識  
論理的な文章の書き方  
グローバル市場での人材マッチング  
従業員満足（ES）の基本を学ぶ  
～働きがいのある職場づくりのために～  
営業秘密の管理対策 ～不正競争防止法の視点から～  
グローバル人材とは  
苦情・クレーム対応入門編  
～お客様のお申し出に的確に対応できますか～  
スマートフォンのセキュリティ対策  
今すぐはじめるBCPシリーズ  
あなたらしさとは ～強みの構造～  
世界（グローバル）の中で仕事をしていくために  
顧客満足（CS）の基本を学ぶ  
～CSはあなたの身近なところにあります～  
知っておきたい熱中症 ～基礎知識と予防対策～  
被災地支援ボランティアに行く前に知っておきたいこと  
しごとのできる人の行動特性 ～コンピテンシーを学ぶ～  
仕事に役立つ会計の基本 ～管理会計入門編～  
21世紀の日本人に必要なちから  
個人情報保護のための内部監査入門  
復興支援・ボランティア活動（大学・企業）で知っておきたい心のケア  
職場で役立つコミュニケーションスキル【基本編】  
～円滑にコミュニケーションするヒント～  
今こそ知っておきたい「仕事に役立つ会計の基本」  
ビジネス文書の基本  
メンタルヘルスのセルフケア  
～こころすこやかに生きるヒント～

Let's英語で電話応対

ミッションを見失わず～自分のキャリアを振り返って～  
ビジネス基礎力としての問題解決 -問題解決の工具箱-  
すべての命を輝かせる地域づくり  
長寿社会に生きる

社内で信頼される人になる！【NLPコミュニケーション術】  
マネージメント力を高める「幹事力講座」  
グローバル社会と日本人に求められる力  
潜在能力の組織的発揮  
～『働く人の喜び』を中心に据えた経営を目指す～  
ビジネスパーソン必修 マネー講座～貯蓄・保険・投資～  
これだけは知っておきたい個人情報保護  
知価社会とIT産業  
これだけは知っておきたい著作権  
知の地域づくりと市民の自立  
ホスピタリティ向上講座  
会議の達人 効果的・効率的な会議の進め方  
営業力向上講座 IT業界編 提案型営業のツボ  
新入社員研修 ビジスマナーの基本  
ビジネスメールの基本  
ビジネスパーソンIT道場 ～データベース編  
ビジネスパーソンIT道場 ～ネットワーク編  
ビジネスパーソンIT道場 ～ハードウェアとソフトウェア編

人を動かすビジネストーク術  
プレゼンテーション力向上講座  
キャリアデザイン  
～経営シミュレーションからのアプローチ～  
社員研修の基本  
ビデオ撮影上達法！  
COPD どんな病気？予防と治療法は  
電話応対のマナー ～ビジネス電話の基本～  
潜在するS A Sへの対策  
～知られざる社会影響への企業・社会の取り組み～  
オペラ「魔笛」虎の巻！  
今からできる防災マニュアル  
SARS(サーズ) 新感染症を知る  
起業家をめざす人たちへ  
～女性起業家 笠松ゆみさんに聞く～  
やさしいがんの知識  
ユビキタス社会がやってきた  
子供の事故と病気 赤十字幼児安全法  
在宅看護技術 赤十字家庭看護法  
救命救急技術 赤十字救急法  
簡単フラワーアレンジメント教室  
情報セキュリティ ～最近のトピックスから～  
睡眠時無呼吸症候群（SAS）の現状及び生活習慣病との関連  
デジタルの仕組み  
オフィスでできる簡単ストレッチ  
やさしいエイズの知識  
しごとのにほんご（外国の方向け）  
簡単ワイン入門 ～ワインの造り方から選び方まで～  
簡単フランス料理レシピ  
ヒューマンスキルとしてのマナーを磨く  
インターネットの仕組み

