

ポーラ幸せ研究所発“定年後もワクワク生きたい！”  
現役の再雇用シニア社員が実践的プログラムを紹介  
書籍『人生後半 幸せ資産の増やし方』 11月18日に発行

株式会社ポーラ（本社：東京都品川区、代表取締役社長：及川美紀）内の「ポーラ幸せ研究所」に所属する現役の再雇用社員が、定年後の人生の不安をワクワクに変えるための実践的プログラムを紹介する書籍『人生後半 幸せ資産の増やし方』を2024年11月18日に発行します。

ポーラは、激変するライフスタイルや環境など、将来の予測が困難な時代において、働く仲間やその家族、組織の幸せ・ウェルビーイングの追求こそが社会全体の幸せに繋がると考え、企業理念である「美と健康を願う人々および社会の永続的幸福を実現する」のもと、2021年にポーラ幸せ研究所を設立しました。

本書の著者は、63歳の現役のポーラ再雇用社員であり、幸せ研究所の研究員です。自らの失敗・反省・学び、そして定年を迎える前に不安を感じた経験を活かし、定年後につくった「シニアの幸せを増やす」研修が社内の20～60代の社員に「老後へのモヤモヤがなくなった」「どう生きたいかを考えるのは大切だと気づいた」など予想以上の評判となりました。

そこで、人生100年時代といわれる今、いつまで働く？何がしたい？居場所はある？老後のお金は足りる？など、人生後半に向けた不安を漠然と抱える方に向けて、年齢や環境に捉われずに自らの可能性を広げ、幸せに生きられるような提案をしたいと考え、本書の制作に至りました。3つのステップで、人生後半の不安を解き、ワクワク生きるための行動戦略を作る実践的研修、「人生ワクワクプログラム」の進め方を徹底紹介します。



ポーラ幸せ研究所発 定年後もワクワク生きたい！  
『人生後半 幸せ資産の増やし方』

<目次>

- CHAPTER1 定年後の「不安」を「ワクワク」に変えよう  
CHAPTER2 「幸せ資産」を増やす「人生ワクワクプログラム」  
CHAPTER3 「人生ワクワクプログラム」実践編(1)  
「仕事力」「生きる力」「つながり力」の現状を知る  
CHAPTER4 「人生ワクワクプログラム」実践編(2)  
老後の「お金の安心」を発見する  
CHAPTER5 「人生ワクワクプログラム」実践編(3)  
未来のために「やりたいこと」が見える化する  
CHAPTER6 座談会 年を重ねるほど幸せになる人はココが違う！  
前野隆司×及川美紀×佐野真功  
CHAPTER7 70代以上の50人に聞きました！  
ポーラ ビューティーディレクターたちがワクワクと働き続けられる理由

定価 ¥1,650 (10%税込) / 発行：日経BP 2024年11月18日 発行 ISBN 978-4-296-20647-6

<著者プロフィール> 著者インタビューが可能です



佐野 真功 (さの まさのり)

ポーラ幸せ研究所 研究員 / ポーラ人事戦略部「ミドルシニア」担当

1984年ポーラ化粧品本舗（現・ポーラ）入社。会社人生の大半を営業畑で歩み、「数字の鬼の営業部長」の異名を取る。

60歳定年直前に出した新規事業企画案をきっかけに、再雇用後に人生初の人事部配属。ポーラ幸せ研究所研究員を兼務し、シニアの幸せを増やす「人生ワクワクプログラム」を作成したところ社内でも人気講座となり、現在、社外でもワークショップを行う。愛称は「ワクワクまーくん」。

セカンドキャリアアドバイザー、健康管理士一般指導員、ファイナンシャルプランナー（AFP）。