

ライフプランセミナー(退職準備型)

対象者：50歳以上の組合員

高齢社会の進展に伴い、人生80年時代に対応した社会システムの確立が求められる中、個人においても健康で豊かな生活を送るための努力が求められています。今セミナーは退職後の生活を迎えるにあたり必要な知識や情報を提供し、考えるきっかけとさせていただく目的で開催します。



開催日時等 第1回：平成27年10月9日(金) [9:00～16:00]

第2回：平成27年10月16日(金) [9:00～16:00]

開催地 奈良県市町村会館 8F (橿原市大久保町 302-1)

ライフプランセミナーとは…?

職場を退かれますと、これまでの「仕事中心の生活」が反転、収入は減少することになりますが時間には余裕がでることになることでしょう。ですが、“限られた収入”や“時間的な余裕”による生活の変化について将来のビジョンを明確にするには疑問や不安を多くの方が持たれる傾向にあります。

この疑問や不安を少しでも解消していただくため、本組合では3つの基本テーマ(1. 生きがい、2. 生活設計、3. 健康)を定めライフプランセミナーを開催しています。今セミナーでは、担当講師から次の3項目についてわかりやすくお伝えいたします。

1. **「生きがい」** 自分にあった趣味等を活かして、将来にわたって楽しく日々を過ごすことについて
2. **「生活設計」** 退職前後の収入格差についての認識や、今後の生活をどう設計するかについて
3. **「健康」** 今後の生活における基盤となるカラダについて、年齢にあった健康保持、健康づくりについて

※ライフプランセミナーの開催通知については、7月下旬に所属所へ案内する予定です。

担当講師からのメッセージ



株笑 ファイナンシャルプランナー
須原 光生 講師

生きがい

講演「“喜び探し”が大事！ハッピーライフの心得帳」

充実した「生きがい=喜び」ある人生を歩んでいきたい!!と言うのは簡単ですが、意識と行動が伴わなくてはなかなか実現しないものです。「生きがい」をどう考えるかは人によって違いますが、「生きがい」の大きな柱は、職場や仕事の間・家庭(家族)や身近に過ごす場・趣味やスポーツ、ライフワークなどで感じるのではないのでしょうか。意識してやりたいこと(積極性)を増やし、少しでも実現して喜びを得ることが、これからの生活の大きなチカラになること間違いなしです。明るい未来を作る“喜び探し”旅に出発しましょう!

生活設計

講演「目からウロコが！豊かな暮らしへのマネー大作戦」

お金に困らない悠々自適の生活を送りたい!!は全員の理想です。しかし、消費税・社会保障費等の掛け金は増加、給与・退職金・年金等は減少傾向で、多くの人が将来の生活に不安を感じているのが現状です。少しでも豊かになる心得は、「心の赤字」を解消し、「やればできる!」の自信を持ち、「実践」することです。家庭株式会社での現状と未来の収入・支出を予想し、運用・ローン・保険等と向き合い、いろいろなお金の知識を身に付けることが得策です。どんと来い生活設計!未来永劫、しっかり家計と心の黒字を目指しましょう!



健康サポートステーションWIN
河野 光雄 講師

健康

講演「ホルモンバランス調整体操」

見逃していませんか?ホルモンバランスの乱れ!

「ホルモンバランス」という言葉ってよく耳にしませんか?でも、それって何?と思いませんか?大切だってことはなんとなくみなさん分かっているのですが、意外と知らない部分も多いものです。現代人の身体の不調のほとんどは「ホルモンバランス」の乱れによるものから始まっていると思います。今回のセミナーではホルモンバランスについて勉強して行きたいと思います。意外なことがみなさんの体調を良くするかも知れません。おたのしみに!