

■短期組合員等の方はこちらの制度は適用されません。

令和
5年度

生涯生活充実型ライフプランセミナー開催のお知らせ

人生100年時代 早い段階から一度ライフプランを考えてみませんか!

開催要綱

参加対象：40歳以上の組合員(短期組合員を除きます)

令和5年度に60歳到達者は60歳のライフプランセミナー、勤奨退職予定の方は退職者説明会にそれぞれ参加対象であるため、対象外とさせていただきます。

内容及び日程(変更する場合があります。)

9:30~	受付
9:50~	開会
10:00~12:00	講演①:「生涯生活設計について(仮題)」
12:00~13:00	昼食・休憩
13:00~14:30	講演②:「健康と笑い~人生100年時代楽しく・おもしろく~(仮題)」
14:30~15:00	実演:「職場でできるストレッチ」
15:00~15:10	休憩
15:10~16:10	説明:「年金制度について」
16:20~	年金等に関する個別相談

年金個別相談

55歳以上の方を対象に年金に関する個別相談を実施します。

参加費は無料

日時

令和5年9月21日(木)
午前10時~午後4時50分(予定)
※受付開始9時30分

場所

シティプラザ大阪(本組合の福利厚生施設)
大阪市中央区本町橋2番31号 ☎06-6947-7888

講演① 生涯生活設計について(仮題)

講師：新田 陽一氏(明治安田ライフプランセンター株式会社専任講師)
(講演内容)

ライフプランの三要素の一つである家庭経済をテーマとし、生涯にわたるライフイベント(資金運用、老後に必要な費用住宅ローン、教育費用、介護費用等)に対する収支面からの予測や備え方等について

講演② 健康と笑い ~人生100年時代 楽しく・おもしろく~(仮題)

講師：中井 宏次氏(NPO法人健康笑い塾代表 薬剤師・日本笑い学会理事)
(プロフィール)

大学卒業し、製薬会社に入社。会社では秘書室長、学術研修部長、支店長など歴任、3度の合併を経験。50歳の時ガンを患い、それを機に、笑いは免疫力を上げることや笑いの不思議な力に興味を持ち、「薬での社会貢献も良いが、残りの人生『笑い』で社会貢献を」と一念発起。2007年「医笑同源:笑い(ユーモア)でこころ豊かな喜びのある生活を!」をテーマに「NPO法人健康笑い塾」を設立。現在、全国の皆様に、講演・研修を通じて、仕事や生活における笑い(ユーモア)の重要性(楽しさ)を啓蒙し、「笑いとしあわせ」を届けている。

(講演内容)

「笑う門には健康来る」を信条に、これからの人生 100年時代楽しく・おもしろく生きるための予防医学から予防笑学について
(講演キーワード:ストレスとは、こころが笑うとは、笑いの3大効用とは)

参加方法及び参加者の決定

参加希望の方は、下記の参加申込書に必要事項を記入し次の宛先に直接郵送でお申込みください。

(参加申込書送付先)

〒540-0029 大阪市中央区本町橋2-31 シティプラザ大阪5階
大阪府市町村職員共済組合総務課 宛

参加者の決定は、先着順とし会場の関係で約150名で締め切らせていただきます。また、参加決定者には、セミナー参加決定通知を本組合からご自宅にお送りさせていただきます。

申込期限:9月8日(金)必着

生涯生活充実型ライフプランセミナー参加申込書				(申込日 令和5年 月 日)
所属所名				
ふりがな				
組合員氏名				
住所	〒			
電話番号	組合員証番号			—