

生きかた名人講座

◆ 研修目的 ◆

私たちを取り巻く環境が、少子高齢化の進行、年金制度に対する不安の増大、雇用形態の多様化など、大きく変化している中、私たち自身は「長い人生をいかに有意義に生きるか」「長い人生をいかに経済的に安定させるか」といった、確かなライフプランの設計が必要になったといえます。

本講座は、「セカンドライフをより豊かに過ごす」をテーマにした50歳代向けコース・現在の仕事に向き合いつつ、「いかにキャリア形成するか」をテーマにした30歳～40歳向けコース・家庭と仕事双方に向き合いつつ、「今後のライフプランをどう組み立てるか」をテーマにした仕事を持つ女性向けコースなど、多彩なコースで構成されております。

◆ 研修概要 ◆

- ・ 最適人数 … 20名～40名（アイランド形式：6グループ程度）
- ・ 対 象 … 定年直前・50歳台・40歳台（対象に応じて内容もカスタマイズ）
- ・ 研修時間 … 1日コース・2日コース

◆ 研修の主な内容とタイムスケジュール案 ◆

9:00	社内制度と社会保険の概要	<ul style="list-style-type: none"> ●退職金と退職年金（社内講師） ●公的年金のあらまし ●退職後の健康保険 ●退職後の雇用保険
12:00		
13:00	基調講演	<ul style="list-style-type: none"> ●生きがいとライフプラン
14:00	長期経済プラン ～セカンドライフの家計プラン～	<ul style="list-style-type: none"> ●セカンドライフの収支を考える ●「使えるお金」の重点投資 ●退職後の上手な資金運用
15:30	生きかた名人プランづくり	<ul style="list-style-type: none"> ●今日までの自分史 ●生きかた名人チェックシート ●VTR
17:00		
9:00	健康管理のために	<ul style="list-style-type: none"> ●健康の3要素 ●日常生活に取り入れられる運動
10:30	生きかた名人プランづくり	<ul style="list-style-type: none"> ●今日からの自分史 ●全体発表
15:30		