

令和5年度セミナー参加者の声を紹介します

今年度のセミナーもたくさんの組合員の方に参加いただきました。昨年に引き続きオンラインでの開催でしたが、どちらのセミナーも大変好評でした。今年度は当日参加できなかった方等のために録画配信も行いました。今後も、組合員の方の御意見を参考に、より良いセミナー実施に努めてまいります。

来年度も多くの方の参加をお待ちしております！



こころとからだのリフレッシュセミナー

- ルネサンスセミナー～Renaissance Active Move（基礎編）～ 8月19日(土)
- ルネサンスセミナー～機能改善ストレッチ（肩こり・腰痛予防編）～ 8月27日(日)
- ルネサンスセミナー～スリープタフネスセミナー（睡眠編）～ 12月23日(土)

参加者の声

- ・ 夏休み最後の日曜日、大変充実した時間でした。心も体もほぐれて、あたたかくなりました。明日からの仕事の合間に早速生かせそうです。講師の先生、企画された共済組合の方々、ありがとうございました。
- ・ 講師の方がとてもさわやかで、あんな風になりたいなと思いました。背伸びや肩回りの運動は、デスクワークの途中に取り入れ、職場の人にも勧めたいと思います。
- ・ どこでも、短時間でできるストレッチを教わったので、時間が無いことを理由にしないで継続させたいと思います。
- ・ 健康管理の職員研修を担当していますが、とても勉強になりました。ありがとうございました。
- ・ 本当にリフレッシュできたのでうれしかったです。このような機会をいただき、感謝します。
- ・ よい睡眠が確保できたらいいな、と思います。ありがとうございました。



ライフプランセミナー

一般財団法人教職員生涯福祉財団によるライフプランセミナーをオンデマンド配信により実施しました。令和5年度は20～30歳代向けのセミナーを新たに追加しました。

配信期間：令和5年8月1日(火)～8月28日(月)

- 経済生活設計型（20～30歳代向け）
- 生活設計型（40～50歳代半ば向け）
- 退職準備型（50歳代半ば以降向け）



参加者の声

- ・ とても勉強になったので、制度が変わったりした時は、必ず開催して欲しい。
- ・ AFPを取得し20年以上経過しましたが、なかなかブラッシュアップの機会がないため、少しずつブラッシュアップできればと思い視聴しました。事務職員であり、職員から（特に退職を控えた年代）質問される事項も多いので、業務にも生かしていきたいと思います。
- ・ オンデマンドはいつでも視聴できて観やすいので、ぜひ続けてほしい。