



令和3年度セミナー実施報告

健康管理係
(082)513-4956

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。初めてのオンライン開催でしたが、どちらのセミナーも大変好評でした。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！

ころとからだのリフレッシュセミナー

【日時・場所】 8月21日(土) オンライン(ZOOM ウェビナー)
【講座】 RIZAP ウェルネスセミナー
RIZAP メンタルヘルスセミナー

満足度100%でした！
大変盛り上がりました！

参加者の声

- 運動とメンタルヘルスの関係がよく分かり、運動へのモチベーションが上がりました。
- 実際に運動もあったのが良かったです。久々によい汗をかけました！
- 紹介された内容も取り入れやすい運動でした。最後の質疑応答でより良くわかりました。
- 定期的開催していただきたいです。とても分かりやすく、あっという間に時間が過ぎました。本当に良かったです。
- 今まで参加したくてもなかなか参加できませんでしたが、今回はオンラインでしたので参加できました。嬉しかったです！

ライフプランセミナー

【日時・場所】 8月10日(火) オンライン(ZOOM ウェビナー)
【講座】 株式会社エフピー研究所による
ライフプランセミナー
●生活充実型コース(30～40代)
●退職準備型コース(50代)

早く知りたかったという
声を多くいただきました！

参加者の声

- 講師のユーモアも交えた解説がとても面白かったです。一連のことが一気に頭の中で整理でき、今後やるべきことが定まりました。
- ライフプランについて全く考えたことがなかったので、50歳になったことを機に学んでみたいと思いました。かなり分かりやすく、具体的で良かったです。
- 漠然と考えていた年金の受け取り方、固定費や保険の見直しについて具体的に教えていただき、参考になりました。資産運用の考え方も理解できました。
- 誰も教えてくれないことは自分から情報を集めなくてはいけないなと痛感しました。