

詳細は、所属所長  
あて通知でご確認  
ください！

## 令和8年度ライフプラン第1期セミナー 「人生100年時代の備え」

～今から始めるセカンドライフのための準備～

今、わたしたちは人生100年といえる時代を迎えています。

長寿という言葉のとおり、「退職後も健やかで豊かな人生を送りたい」と多くの  
方が願うのではないのでしょうか・・・。

そこで、今年度は、長いセカンドライフを楽しくイキキと過ごすために、知識・  
経験豊富なプロのFPによる「セカンドライフに向けたマネーセミナー」と、講演  
などの経験も豊富な健康運動指導士による「健やかな身体をめざすためのきっか  
けとなる実技のレクチャーを交えた講演、」をご用意しました！！

日々の業務でお忙しいとは思いますが、皆様のご参加をお待ちしてします！！

### ◆ 日程&会場 (いずれも 受付開始 9:30 開会 10:00)

- ① 令和8年7月24日(金) 公立学校共済組合津宿泊所「プラザ洞津」
- ② 令和8年7月31日(金) 三重県松阪庁舎
- ③ 令和8年8月3日(月) 三重県四日市庁舎

### ◆ 講演テーマ

- ・午前 物価高を見据えた「人生100年時代のライフプラン」  
～ 定年後の豊かなセカンドライフに向けたマネーセミナー ～  
講師 東京海上日動あんしんコンサルティング株式会社  
水谷 恒夫 氏 (ファイナンシャルプランナー、大学教員)
- ・午後 今が肝心！いつまでも健やかな身体をめざして  
講師 株式会社アクトス (健康運動指導士) 様

昨年のリフレッシュ  
セミナーで大人気の  
講師です！