

令和 7 年 6 月 1 3 日

各所属所長 様

公立学校共済組合三重支部長

令和 7 年度「ライフプラン第 1 期セミナー」の追加募集について（通知）

令和 7 年度ライフプラン第 1 期セミナーについては、令和 7 年 6 月 9 日に申し込みを締め切りましたが、申込者数が当初の募集人数に満たなかったため、下記のとおり追加募集を行います。

つきましては、貴所属所組合員にお知らせいただくようお願い申し上げます。（市町教育委員会、市町こども園管轄部局におかれては、各幼稚園、各こども園にもご周知願います。）

記

1 開催日・会場等：

開 催 日	会 場	住 所	募集人数※ ¹
7 月 24 日（木）	三重県総合文化センター 大研修室	津市一身田上津田 1 2 3 4	4 0 名
7 月 29 日（火）	三重県松阪庁舎 大会議室	松阪市高町 1 3 8	5 0 名
8 月 1 日（金）	三重県四日市庁舎 大会議室	四日市市新正 4 - 2 1 - 5	5 0 名

※ 1 セミナー開催日までの期間が短いため、追加募集分については先着順で決定し、順次決定通知を送付させていただきます。

2 開催講座：

① **【生活設計講座】**

「人生 100 年時代を楽しむ！夢のセカンドライフに向けて今から準備できること」
（10：00～11：50）

人生 100 年時代を迎え、長いセカンドライフを楽しく生き活きと過ごすために
もリタイア前までにライフプランを具体的に考えておくことが必要です。
セカンドライフに向けたライフプランを考える上で、知っておきたいテーマにつ
いて、知識・経験豊富なプロのファイナンシャルプランナーが講師登壇します。
この機会に是非ご参加ください。

② **【健康づくり講座】**

「楽しく学ぶ！ 教職員のためのストレスマネジメント講座」

（13：00～15：00）

教職員メンタルヘルス相談現場での多くの相談者との実際の診療経験から知り
得た、ストレス対処法のキーポイントについて解説します。

また、ストレス疲労を軽減させるマインドフルネス瞑想法についても紹介し、
参加者の皆さんと一緒に体験していただくことを予定しています。

3 対象者 ※² : 45歳～55歳（令和7年4月1日時点）の組合員及びその配偶者 ※³

※² 上記対象年齢以外の年齢層の方でも参加していただけます。
ただし、50歳前後の方を対象とした内容であることをご承知おきください。

また、短期組合員の方もご参加いただけますが主に一般組合員を対象とした講演内容となっていることをご了承ください。

※³ 配偶者のみの参加はご遠慮いただいております。

4 参加費 : 無料

5 申込方法 : 別紙「令和7年度『ライフプラン第1期セミナー』参加申込書【追加募集】」に必要事項を記入のうえ、**令和7年7月17日（木）17時**までに公立学校共済組合三重支部（以下「共済組合」といいます。）宛にお申込み下さい。（先着順・FAX可）

6 決定通知 : 先着順にて決定し、順次所属所長宛で決定通知を送付します。（市町費支弁職員の方については、所属の市町教育委員会所属所長宛に決定通知を送付します。）

なお、第1希望の会場が定員に達した場合は、第2希望会場での決定とさせていただきます場合やご参加いただけない場合がありますので予めご了承ください。

締切前に定員に達した場合には、ホームページ上でお知らせします。

7 勤務上の取扱い : 県費職員のうち、会計年度任用職員を除いた公立学校職員は「公立学校職員の勤務時間、休暇等に関する規則」に基づき特別休暇が、三重県教育委員会事務局職員については「職務に専念する義務の特例に関する規則」に基づき職務専念義務免除がそれぞれ認められます。

なお、市町費職員については、当該市町の規程の定めるところによります。

8 注意事項 : 「セミナー参加に係る注意事項」をご覧ください。

事務担当：福祉班	中道 ・ 世古口
	TEL：059 - 224 - 2989
	FAX：059 - 224 - 2990

ライフプラン第1期セミナー参加に係る注意事項

1. 会場までの交通手段について

各会場とも駐車場に限りがあり、混雑が予想されます。

会場にお越しの際はお車の乗り合わせ又は公共交通機関の利用にご協力願います。

2. 昼食について

県内各庁舎では、庁舎管理の規定により、会場内で食事をとることができません。

昼食を持参された場合でも食事スペースはありませんので、庁舎内食堂や近隣飲食店の利用を検討いただくようお願いします。

なお、三重県総合文化センターについては、会場内での食事が可能です。

3. その他

- (1) 当日、会場の所在する地域に、朝7時の時点で特別警報、暴風警報が発令されている場合は開催を中止とします。また、会場の所在する地域以外の地域においても大雨、洪水その他災害の影響が予想される場合は、開催を中止する場合があります。

開催日前日以前に、当日の開催が困難と判断される場合は、当支部ホームページ等でお知らせしますのでご確認ください。

- (2) 当セミナーは午前、午後ともに長時間着席して講演をお聞きいただくという内容になっています。体調を万全にご参加いただくようお願いします。
- (3) 当セミナーは午後に講演に加え、軽い運動を行います。運動をしやすい服装と、水分補給用の飲み物を持参いただくようお願いします。
- (4) 当セミナーは午後の講演に、QRコードを利用したライブ投票アプリの使用を予定しています。スマートフォンをお持ちの方は、ぜひご持参ください。
(スマートフォンをお持ちでない方も、当セミナーに申込み可能です。)