

企業セミナーのカリキュラム例

「お金」「つながり」「健康」バランス型（2日コース）

マネープランをしっかりと把握しながら定年後（または定年延長）の人生、ライフプランを2日間にわたって考えていただきます。

メニュー組み合わせ例

※あくまで一例になります。ご要望によりオーダーメイドで構成いたします。



マネーデザイン
(公的年金) (家計経済)



タイムデザイン
(生きがい)



ヘルスデザイン
(生活習慣病予防)

【1日目】

時間	講義内容	講師
11:30 ↓ 11:55	開会の挨拶	(5分) ○○○○株式会社
11:55 ↓ 12:00	オリエンテーション	(5分) 第一生命経済研究所
昼食 (45分)		
12:45 ↓ 14:20	タイムデザイン編 <ul style="list-style-type: none"> ●ライフデザインの必要性 ●セカンドライフの5つのキーワード ●働く、趣味、社会参加活動、家族・仲間、介護 ●新しい生活バランスの構築 など 	(95分) 第一生命経済研究所
休憩 (10分)		
14:30 ↓ 17:15	マネーデザイン編 <ul style="list-style-type: none"> ●公的年金制度の仕組み ●「ねんきん定期便」の見方 ●在職老齢年金 ●年金の繰上げ、繰下げ ●遺族年金 など 	(165分) 第一生命経済研究所
※適宜休憩をとります		
休憩 (10分)		
17:25 ↓ 17:55	マネーデザイン編2 (家計経済) 前半 <ul style="list-style-type: none"> ●マネーデザインの考え方 ●マネーデザインプランシートの説明 など 	(30分) 第一生命経済研究所
17:55 ↓ 19:00	個別相談 懇親会	

「お金」「つながり」「健康」バランス型（2日コース）

マネープランをしっかりと把握しながら定年後（または定年延長）の人生、ライフプランを2日間にわたって考えていただきます。

メニュー組み合わせ例

※あくまで一例になります。ご要望によりオーダーメイドで構成いたします。



マネーデザイン
(公的年金) (家計経済)



タイムデザイン
(生きがい)



ヘルスデザイン
(生活習慣病予防)

【2日目】

時間	講義内容	講師
09:00 ↓ 09:30	社内制度について	(30分) ○○○○株式会社
09:30 ↓ 11:30	マネーデザイン編2（家計経済）後半 ●退職後の健康保険 ●退職前後の税金 ●マネーデザインプランの作成と対策 ●資産の運用と管理 など ●介護のポイント ※適宜休憩をとります	(120分) 第一生命経済研究所
	昼食（60分）	
12:30 ↓ 13:40	ヘルスデザイン編 ●生活習慣病予防 ●簡単なストレッチ など ※適宜休憩をとります	(70分) 第一生命経済研究所
	休憩（10分）	
13:40 ↓ 13:50	閉講にあたって アンケート記入後、解散	(10分) ○○○○株式会社

社内制度重視型（1日コース）

貴社の退職金制度も含め、今後のマネープランをしっかりと把握することを目的としたプランです。

メニュー組み合わせ例

※あくまで一例になります。ご要望により
オーダーメイドで構成いたします。



マネーデザイン
(公的年金) (家計経済)



タイムデザイン
(生きがい)

時間	講義内容	講師
9:30 ↓ 10:00	受付	(10分) ○○○○株式会社
10:00 ↓ 10:05	開会の挨拶 スケジュール/業務連絡	(5分) ○○○○株式会社
10:05 ↓ 10:40	○○○○の退職給付制度I<制度全体>	(35分) ○○○○株式会社
休憩 (5分)		
10:45 ↓ 11:35	○○○○の退職給付制度II<企業年金>	(50分) ○○○○企業年金基金
昼食 (45分)		
12:25 ↓ 12:55	ライフデザイン総論 ●ライフデザインの必要性	(30分) 第一生命経済研究所
12:55 ↓ 14:30	マネーデザイン (公的年金) ●マネーデザイン総論 ●公的年金制度の仕組み ●「ねんきん定期便」の見方・受取金額の確認 ●「年金の繰上げ・繰下げ」・遺族年金など ●退職金・企業年金・公的年金等収入の確認 ※適宜休憩をとります	(90分) 第一生命経済研究所
休憩 (10分)		
14:40 ↓ 16:15	マネーデザイン (家庭経済) ●ライフサイクルの変化と収入・支出の関係 ●退職後の健康保険・税金など ●マネーデザインプランシートの作成 ●退職後の収支、マネーデザインの課題と対策 ※適宜休憩をとります	(95分) 第一生命経済研究所
16:15 ↓ 16:20	閉講にあたって アンケート記入 (アンケート提出後解散)、個別相談 (希望者)	(5分) ○○○○株式会社

退職直前型（1日コース）

ご定年退職前に、貴社退職金制度・公的年金制度、金額を把握し、
定年後のマネー・ライフプラン（生きがい）を考えていただくことを目的としたプランです。

メニュー組み合わせ例

※あくまで一例になります。ご要望により
オーダーメイドで構成いたします。



マネーデザイン
(公的年金) (家計経済)



タイムデザイン
(生きがい)

時間	講義内容	講師
09:20 ↓ 09:25	開会の挨拶 オリエンテーション	(5分) ○○○○株式会社
09:25 ↓ 10:25	社内制度説明	(60分) ○○○○株式会社
休憩 (10分)		
10:35 ↓ 10:55	ライフデザイン総論 ●ライフデザインの必要性	(30分) 第一生命経済研究所
10:50 ↓ 12:00	マネーデザイン (公的年金) 前半 ●マネーデザイン総論 ●公的年金制度の仕組み・「ねんきん定期便」の見方	(65分) 第一生命経済研究所
昼食 (60分)		
13:00 ↓ 14:00	マネーデザイン (公的年金) 後半 ●公的年金受取金額の確認 ●公的年金以外の収入 (雇用保険等) ●年金の繰上げ・繰下げ・遺族年金など	(60分) 第一生命経済研究所
休憩 (10分)		
14:10 ↓ 16:25	マネーデザイン (公的年金) 後半 ●ライフサイクルの変化と収入・支出の関係 ●退職後の健康保険・税金など ●退職後のその他支出について ●マネーデザインプランシートの作成 ●資産運用について ●退職後の収支、マネーデザインの課題と対策	(135分) 第一生命経済研究所 ※適宜休憩をとります
休憩 (10分)		
16:35 ↓ 17:25	タイムデザイン (生きがい) ●5つのキーワード ●退職後の健康保険・税金など ●働く、趣味、社会参加活動、家族・仲間、介護 ●新しい生活バランスの構築など	(50分) 第一生命経済研究所
17:25 ↓ 17:35	閉講にあたって アンケート記入 (アンケート提出後解散)、個別相談 (希望者)	(10分) ○○○○株式会社