



# 岩手県教育委員会

## 1 ライフプラン総合講座の 開催状況

岩手県教育委員会では、教職員ならびに被扶養配偶者を対象とし、年1回2日間の日程で夏季休業中にライフプラン総合講座を開催しています。



## 2 講座の実施内容

日 時：平成28年8月4日(木)～8月5日(金)

会 場：公立学校共済組合盛岡宿泊所「サンセール盛岡」

参加人数：1日目202人 2日目157人

講座内容：

### 1日目「基礎研修」

時 間	内 容
10:15～11:45	「 <b>公的年金と個人年金</b> 」 公的年金の基礎、個人年金保険のしくみ
13:15～14:15	「 <b>歯科衛生と全身の病気について</b> 」 口腔ケア、歯と病の関係
14:30～16:30	「 <b>生命保険の基礎知識</b> 」 保険の種類、契約・見直しのポイント

### 2日目「選択研修」 ※次の4講座から1講座選択

【午前(10:00～12:00) 午後(13:30～15:30)】

<b>①健康管理講座</b>	
午前	「 <b>健診結果の見方・活かし方</b> 」+ <b>体組成測定</b> 数値の意味、生活習慣病予防の食生活
午後	「 <b>家庭でできる簡単リンパ施術</b> 」 セルフケアマッサージ、肩こり・腰痛解消法
<b>②介護講座</b>	
午前	「 <b>介護と住まいの工夫</b> 」 自立・介護がしやすい住宅、介護保険制度
午後	「 <b>家族介護に役立つ とこずれケア</b> 」 床ずれ予防・除圧ケア実技、介護用品説明
<b>③生涯生活設計講座</b>	
午前	「 <b>ライフプランの重要性と資産管理</b> 」 経済情勢、資産運用、生涯生活設計の基礎
午後	「 <b>ころばぬ先の杖～ご自分の家計をシミュレーションでチェックしましょう～</b> 」 iPadを使った家計シミュレーション実技
<b>④ライフスタイル充実講座</b>	
午前	「 <b>ヨガ入門</b> 」 健康講話、ヨガ実技
午後	「 <b>寄せ植え入門</b> 」 ガーデニング基礎講話、プランター寄せ植え実技

岩手県教育委員会では、公立学校共済組合岩手支部および一般社団法人岩手県教職員互助会との共催により、教職員の生涯生活の充実を目的として、生涯生活設計確立の支援や情報提供のための「ライフプラン総合講座」を開催しています。

## 3 工夫している点

基本は2日間の研修ですが、どちらか1日のみの参加も可とし、職員が参加しやすいようにしています。

また、2日目は「健康」「介護」「生涯生活設計」「ライフスタイル充実」と、テーマごとに4講座企画し、その中から希望の講座を受講する「選択研修」の形をとっており、座学のほかに実技も交え、さまざまな視点から教職員に情報を提供できるようにしています。

なお、毎年を受講もできるよう、講座内容はできるだけ連続して同じものにならないように企画しており、今年度も、参加者のうち約3割が2回以上参加したことがあるリピーターとなっています。

## 4 アンケート結果

セミナー終了後のアンケートでは、

- ・具体例が多く、とてもわかりやすかった
- ・もう少し若い時に聞いておけば良かった
- ・実技があり、とても良かった
- ・ライフプランの大切さがわかった
- ・体を動かし、リラックスできた
- ・今度は別の講座を受講したい

など、おおむね好評でした。

一方で、

- ・受講者層（50代）に合わせた内容にしてほしい
- ・一般論ではなく教員を想定した話が聞きたかった
- ・実際もらえる年金額や退職金について知りたかった
- ・若い人への周知方法を検討すべき

などの意見もあり、今後の検討課題となりました。

## 5 今後について

ライフプラン総合講座は退職者向けという認識が強く、参加者の大半が50代ですが、アンケートでは「もう少し若いうちに受講すれば良かった」「若い人たちにも受けさせたい」との声が多数寄せられており、若い時からライフプランは必要であるということを周知するための工夫や、参加に向けた働きかけが大きな課題となっています。

また、本県では参加対象年齢を指定せず、幅広い年齢層に向けた講座内容であることから、「自分に置きかえた場合どうなるか具体的に聞きたかった」などの声もあり、参加者のニーズを的確に捉えた内容や開催方法の検討も必要となっています。



(岩手県教育委員会事務局教職員課  
厚生福利担当 主任 阿部 由香理)