



## 国立大学法人奈良先端科学技術大学院大学

### 1

#### セミナー開催の目的、経緯

奈良県内の国立大学法人等に在職する職員を対象に、在職中から退職後を見据えた生活設計の必要性に気づき、日々の意識や行動を変えることができるよう、「生きがい」、「経済」、「健康」を3本柱としたセミナーを、県内3大学の持ち回りにより2年に一度、開催しています。

これまでは、退職を5年以内に控えた職員向けの「退職準備型」セミナーを開催していましたが、参加可能な対象者が限られてしまうことから、対象者の枠を広げるため、平成30年度については、40歳～50歳代前半の職員を対象とした「生活設計型」セミナーを開催しました。

参加人数：16人

日 程：

- 9：30 開会、挨拶
- 9：40 自己紹介タイム  
【実習】生涯生活設計づくりに向けて
- 10：30 休憩
- 10：40 【実習】健康のプラン
- 11：30 【実習】生きがいのプラン①
- 12：00 昼食
- 13：00 【実習】生きがいのプラン②
- 13：50 休憩
- 14：00 【講義】経済生活のプラン  
(公的年金の説明含む)
- 15：40 休憩
- 15：50 【実習】生涯生活設計のまとめ
- 16：20 アンケート記入・解散

### 2

#### セミナーの実施内容

##### (1) ライフプランセミナー

日 時：平成30年11月15日(木)  
9：30～16：30

会 場：奈良先端科学技術大学院大学  
事務局棟大会議室

対 象 者：奈良県内の国立大学法人等に在職する職員でおおむね40歳～50歳代前半の者

- ・奈良先端科学技術大学院大学
- ・奈良女子大学
- ・奈良教育大学
- ・奈良工業高等専門学校
- ・奈良文化財研究所
- ・奈良国立博物館
- ・国立曽爾青少年自然の家



国立大学法人奈良先端科学技術大学院大学では、  
奈良女子大学および奈良教育大学との持ち回りで、  
県内の国立大学法人等に在職する教職員を対象に、  
「生涯生活設計セミナー」を開催しています。



### 3 | 工夫した点や特徴

多くの職員に足を運んでもらえるよう、本学のボリュームゾーンを占める40歳代、50歳代に照準を合わせたセミナーとしました。

生涯にわたる生活設計に興味のある職員であれば、対象年齢以外でも参加可能とし、広く参加を呼びかけたところ、30歳代から60歳代まで幅広い年齢層の職員に参加いただくことができました。

### 4 | 参加者の反応・アンケート結果

参加人数は少人数でしたが、参加者同士や、講師と参加者との距離が近く、和やかな雰囲気の中でのセミナーとなりました。終了後のアンケートでは、「参考になった」、「分かりやすかった」、「退職後の生活設計を考える良い機会となった」、「ぜひ数年おきに受講したい」など、おおむね好評でした。

また、「年金制度や経済生活の話が聞けたことが良かった」との感想が多く寄せられ、退職後の経済生活に対する関心の高さがうかがえました。

開催時期については、「秋の開催」が適当との回答があったほか、「教員が参加しやすい夏季などの休業期間に開催」を望む意見があったため、今後、開催時期を検討する必要があると思います。

### 5 | 今後の課題

セミナーについては、多くの職員に興味を持ってもらい、足を運んでもらえるような通知の方法やプログラム作りが課題となっています。

年齢がいくつであるかに関わらず、「生きがい」、「経済」、「健康」の問題は、誰にとっても重要なテーマですので、職員が在職中や退職後の日々を生き生き過ごすことができるよう、引き続き、セミナーやセミナー以外の形での情報提供やサポートを行っていきたいと考えています。



(国立大学法人奈良先端科学技術大学院大学  
管理部人事課福利厚生係 石川 美和)