

# セカンドライフ講座

開催概要

【主催】多摩らいふ倶楽部  
【対象】定年退職前後のプレシニアの方々  
(基本的に全4回参加可能な方)  
【定員】20名(先着順)  
【参加費用】4,500円、多摩らいふ倶楽部会員4,000円

## 講座スケジュール

### 第1回

5月10日(土)【会場】たましん事業支援センター

#### 講座① 「セカンドライフ～地域で輝く～」

退職後の環境の変化や地域に戻ることに對する心構え等を中心とする、セカンドライフ第一歩を踏み出す基本を学びます。

【時間】13:30～15:00

【講師】好齡ビジネスパートナーズ/多摩CBネットワーク 世話人 堀池 喜一郎氏

#### 講座② 「セカンドライフのマネープラン」

退職後の主な支出や年金についての知識と、余裕を持ったマネープランの必要性とマネープランの立て方を学びます。

【時間】15:15～16:45

【講師】多摩信用金庫 価値創造事業部 すまいるプラザスタッフ

### 第2回

6月14日(土)【会場】Winプラザ多摩センター

#### 講座③ セカンドライフに向けて「自分を知る」

これまでのキャリアを振り返り、「価値観」「興味」「自信」を自覚することでセカンドライフにおいて活躍する手がかりを探します。

【時間】13:30～15:00

【講師】キャリアカウンセラー(CDA) 滝井 元視氏

#### 講座④ 地域活動の実例1

「多摩草むらの会」の取り組みの話と、サラリーマンを経て障がい者とともに社会貢献を目指すNPOの事務局長として働く感想、やりがいについて伺います。

【時間】15:15～16:45

【講師】「多摩草むらの会」事務局長 藤田 修作氏

### 第3回

7月12日(土)【会場】たましん事業支援センター

#### 講座⑤ セカンドライフ世代の創業・起業について

近年の創業、NPO、CBに関する話や、個人事業主・株式会社・NPOの違い、実際に起業したケースの紹介などを行う講座です。

【時間】13:30～15:00

【講師】多摩信用金庫 価値創造事業部 創業担当

#### 講座⑥ 地域活動の実例2

企業のOBや専門知識を持つ方々が集まり、自らの知識や経験を地域産業の活性化に向けて活動する「ビジネスお助け隊」の取り組みを、ビジネスお助け隊のリーダーより伺います。

【時間】15:15～16:45

【講師】「ビジネスお助け隊」リーダー 前川 勲氏

### 第4回

7月26日(土)【会場】たましん事業支援センター

#### 講座⑦ 講座修了式・懇親会 ※懇親会費が別途かかります

参加者による講座を終えての感想の報告、多摩信用金庫の地域に関する取り組みの発表を行います。その後、参加者同士による懇親会を行います。

【時間】14:00～18:00

お問い合わせ・お申込み

多摩らいふ倶楽部事務局

〒190-0012 立川市曙町2-8-18  
東京建物ファール立川ビル1F

TEL:042-526-7777 FAX:042-521-2225

受付時間/9:00～16:00(土・日・祝日を除く)電話番号はお間違いのないようにお願いします

<http://www.tamalife.co.jp>

多摩らいふ倶楽部は多摩信用金庫が企画し、(株)多摩情報メディアが運営しています。