

令和6年度KKRセカンドライフセミナー カリキュラム

時間	講義内容	講師
9:30	開会・オリエンテーション (5分)	第一生命経済研究所
9:35	「家庭経済（マネーデザイン）」 前半 (115分) <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を作成しよう ・ 使えるお金（収入）の確認 ・ 国民年金・厚生年金の基本的な仕組み 加給年金 ・ ねんきん定期便・年金試算書の確認 ・ 年金の繰上げ・繰り下げ・遺族年金 ・ 収入合計額の確認 	第一生命経済研究所
11:30	※適宜休憩を入れます	
昼食 (60分)		
12:30	「家庭経済（マネーデザイン）」 後半 (60分) <ul style="list-style-type: none"> ・ 退職後の社会保険料と税金・日常生活費と可処分所得の比較 ・ リスクへの備えその他予想される出費額 ・ 家計対策・資産の管理 	第一生命経済研究所
13:30		
休憩 (10分)		
13:40	「健康（ヘルスデザイン）」 (50分) <ul style="list-style-type: none"> ・ 50代からの健康 ・ 50代からの食生活 ・ 健康維持のための身体活動 ・ 筋トレ、ストレッチの実践 	第一生命経済研究所
14:30		

アンケート記入後解散

特定事業部