

～考えるだけで終わらせない。一步踏み出す**50歳台**からの生涯設計～

生涯設計セミナー50のご案内

- ☐ 定年後の生活設計を具体的に考える機会
- ☐ 年金・退職手当・介護などの最新情報を学べる
- ☐ 他府省の職員とのグループ討議で視野が広がる(グループ討議のない1日コースも実施)
- ☐ 他地域での参加も可能
- ☐ オンライン形式でも開催

●アンケート結果(令和7年度)

参加者の**98.2%**が「満足」または「ほぼ満足」

参加者の声

- 定年退職後の生活の変化や収入・支出などに関して確認でき、考えるきっかけとなった。
- 専門講師陣による講義、再任用職員の体験談、班別討議をうまく組み合わせた内容であり、2日間という長丁場にもかかわらず、最後まで飽きることなく真剣に受講できた。
- テキスト「新たなステップを踏み出すために」の情報の濃さに驚いた。

🕒【2日間のスケジュールの例】

●1日目

- 9:00～ 9:15 開講式・オリエンテーション
 9:15～14:15 定年後を考える
 【班別討議1を含む。】
 14:15～15:30 60歳からの仕事の選択肢①
 15:40～16:40 60歳からの仕事の選択肢② ★
 16:40～17:00 民間企業再就職の個別相談★

●2日目

- 9:00～ 9:30 60歳以降の勤務に関する体験談★
 9:40～11:10 定年後の収入と支出①(公的年金制度) ★
 11:20～13:45 定年後の収入と支出②
 【班別討議2を含む。】
 13:55～15:25 特別講演(※) ★
 15:35～16:50 まとめ【班別討議3を含む。】
 16:50～17:00 全般的質疑応答・閉講式

(注1)いずれの日も12:00～13:00は休憩予定。

(注2)特別講演のテーマは、「健康管理」、「家庭経済」、「高齢者介護」等の項目から1項目

(注3)★印は外部講師による講演・講義等

1 対象:原則として**50歳から50歳台半ば**の職員
 (50歳台後半の職員も人数に余裕があれば参加可能)

2 日時:年間**17回全国**で実施予定

※ 対象の開催地の日程で都合がつかない場合には、他の開催地でのセミナーに 参加いただける場合がありますので、所属機関を通じて人事院生涯設計課又は地方 事務局(所)にご相談ください。

対象	開催地	日 程	形式(予定)
中国	広島市	令和8年10月 1日(木)～ 2日(金)	対 面
本府省	東京都	令和8年11月18日(水)【1日コース】※	オンライン
中部	名古屋市	令和8年11月25日(水)～26日(木)	対 面
九州	福岡市	令和8年12月 8日(火)～ 9日(水)	対 面
近畿	大阪市	令和8年12月10日(木)～11日(金)	オンライン
沖縄	那覇市	令和8年12月15日(火)～16日(水)	オンライン
関東	さいたま市	令和8年12月17日(木)～18日(金)	オンライン
北海道	札幌市	令和9年 1月14日(木)～15日(金)	オンライン
東北	仙台市	令和9年 1月21日(木)～22日(金)	対 面
近畿	大阪市	令和9年 1月21日(木)～22日(金)	対 面
中部	名古屋市	令和9年 1月28日(木)～29日(金)	対 面
四国	高松市	令和9年 2月 4日(木)～ 5日(金)	対 面
九州	福岡市	令和9年 2月 4日(木)～ 5日(金)	オンライン
東北	仙台市	令和9年 2月 9日(火)～10日(水)	対 面
本府省	東京都	令和9年 3月 2日(火)【1日コース】※	対 面

※ 日程、内容等は変更の可能性があります。

～人事院HP「職員の生涯設計」～
 セミナー50資料の「新たなステップを踏み出すために」がダウンロード可能

職員が生涯設計を考える際に必要な情報を提供

第1章 定年後を考える

- 1 定年がもたらすもの
- 2 定年後の生活設計
- 3 遺産相続とエンディングノート

第2章 60歳からの仕事の選択肢

- 1 仕事を選択する理由・目的
- 2 公務内で働く
- 3 民間企業への再就職
- 4 求人情報の収集
- 5 起業の仕方

第3章 定年後の収入と支出

- 1 退職手当制度の概要
- 2 年金制度の概要
- 3 退職等年金給付制度
- 4 公的年金等に係る税金
- 5 年金の請求手続と支給時期
- 6 定年後の社会保険制度
- 7 定年後の収入と支出の比較
- 8 資産運用



◀ 詳細はこちらからアクセス
 「職員の生涯設計」ページへ