

# 1ch「家計の見直しセミナー」配信スケジュール(2022年4月~2023年3月)

※配信スケジュール、セミナータイトル、講師等は変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

2022年	<b>WEB公開日</b> <b>4/5</b> <small>AM10:00</small>	<b>早く知りたかった！一生役立つお金の構造</b> 株式、債券、投資信託を広く学ぶためのセミナーです。ただし、運用のものではなく、勤労者向けの投資の基本を押さえ、その過程で、資産形成に必須となる「お金の構造」をマスターします。	市川
		<b>ライフプランと貯蓄の基礎知識(新入組員向け)</b> 入社間もない時期に「一生で貯められるお金」を計算し、当初からハイペースで貯蓄する必要性を理解します。ライフプランからお金が貯められる時期を知り、上手にお金をコントロールする術を学びます。	宮下
	<b>WEB公開日</b> <b>4/19</b> <small>AM10:00</small>	<b>子育てにかかるお金の備え(教育費の準備と保障)</b> 子どもにかかるお金の話として、教育費と保障(個人賠償、医療保障)を学びます。効率的なお金の貯め方、売れ筋の医療共済・医療保険を比較することで、自らが考えて行動に移せるようにします。	関口
		<b>確定拠出年金運用セミナー(基礎編)</b> 職場で自分の退職金を運用しなければならないけれど、どうしたらいいかわからないという方向けのセミナーです。エクセルを使って投資信託の良し悪しを自分で評価できるようになります。	中山
	<b>WEB公開日</b> <b>5/17</b> <small>AM10:00</small>	<b>記憶力UP!やる気UP!脳の使い方講座</b> 「もの忘れが激しくなってきた」「人の顔と名前が覚えられない」「記憶力が悪い」...それは「やり方」を知らないからです。あなたの記憶力やモチベーションを飛躍的に向上させる正しい脳の使い方をお伝えします。	菱田
		<b>確定拠出年金運用セミナー(中級編)<sup>※1</sup></b> 複数の投資信託に分散投資すると、株式や債券の騰落によってバランスが崩れます。その際のバランス調整(リバランス)の手法を知り、リスクを抑えつつ収益をより上げやすくする方法を学ぶセミナーです。	塚原
	<b>WEB公開日</b> <b>5/31</b> <small>AM10:00</small>	<b>講師が回答!視聴者から寄せられたご質問(1)</b> 皆さんから寄せられたご質問を、講師が直接回答するセミナーです。単に頻出質問に回答するだけでなく、各回の動画で取り上げ切れなかった周辺知識なども併せてお伝えしていきます。	宮下
		<b>生命保険証券の見方・考え方(2022年度版)</b> はじめての方でも生命保険証券を読めるようにします。いくら掛金を払い込んで、どのくらい給付を受けられるのか、加入保険の良し悪しやあなたのセールスが良心的かどうかを見極めます。	中山
	<b>WEB公開日</b> <b>6/21</b> <small>AM10:00</small>	<b>ライフステージに応じた火災保障の掛け方</b> 年齢に伴い変化する生活段階(ライフステージ)を、①社会人・シングル時代、②夫婦時代(子どもがいない世帯)、③子育て時代、④子どもが独立に区分し、変化する住まいの保障(共済・保険)を詳細に考えます。	市川
		<b>不妊治療にかかるお金の話</b> 不妊治療の実施件数は増え続け、いまや17人に1人が体外受精による新生児です。仕事との両立ができず16%が離職するなど、時間と費用が大きな負担となっています。不妊治療の費用とその対策を考えます。	塚原
	<b>WEB公開日</b> <b>7/12</b> <small>AM10:00</small>	<b>相続を争族にしないための5つのポイント</b> 相続に対する備えを怠ると、親族間でトラブルが発生し「争族」に発展するケースがあります。そうならないために、事前に備えておくべき5つのポイントをお伝えします。	宮下
		<b>企業内保障と賢い保障の掛け方</b> 生命保障(共済・保険)は、万一の際に必要なお金の「全額」を自分で準備する必要はありません。公的保障と企業内保障・職域保障でまかなわれる部分、すなわち、ご自身で準備しなくてもよい部分があるからです。公的保障は丁寧に解説し、企業内保障・職域保障を徹底活用します。	中山
	<b>WEB公開日</b> <b>8/2</b> <small>AM10:00</small>	<b>住宅取得の基礎知識(ローン編・2022年度版)</b> 住宅取得はいかに借入額を適正に設定するかが成功と失敗の分岐点。銀行に頼らずご自身で適正額を求めて、住宅ローンを有利に活用する方法をマスターします。	関口
		<b>悪質商法の手口と騙されないための対策</b> 多様化、巧妙化し続ける悪質商法の被害は、高齢者ばかりではなく誰もが被害者となり得るものです。単に手口の実態と対策を知るだけでなく、なぜ人は騙されるのか、本質の理解が大切です。	市川
	<b>WEB公開日</b> <b>8/23</b> <small>AM10:00</small>	<b>講師が回答!視聴者から寄せられたご質問(2)</b> 皆さんから寄せられたご質問を、講師が直接回答するセミナーです。単に頻出質問に回答するだけでなく、各回の動画で取り上げ切れなかった周辺知識なども併せてお伝えしていきます。	塚原
		<b>知って得する:年金セミナー(2022年度版)</b> 「わたしはもらえるの?」「いくらもらえるの?」老後の年金を基礎から学び、退職後の生活を疑似体験します。退職時に貯蓄はいくら必要なのか、そのためにはどうすればいいかが学べます。	中山
	<b>WEB公開日</b> <b>9/6</b> <small>AM10:00</small>	<b>はじめてのキャッシュレス決済:得する活用術</b> 乱立したキャッシュレス決済の仕組みを一から解説します。また、主力商品の徹底比較、今後の動向を踏まえ得する活用方法にも触れます。	宮下
		<b>実践!わが家の家計を格付けチェック</b> 世の中には困ってから慌てて考える人と、困らないように備える人がいます。まずは現在の家計格付けチェックからスタートし、貯め体質になるためのノウハウを身に付けましょう。	市川
	<b>WEB公開日</b> <b>9/20</b> <small>AM10:00</small>	<b>知って備える:介護の基本</b> いつご自身に降りかかってくるかわからない老親介護。公的介護保険は事前に備えておけば有利に活用できるため、体系立てて学び、いまから準備するセミナーです。	中山
		<b>確定拠出年金:マッチング拠出の選択</b> 確定拠出年金は会社が掛け金を拠出しますが、自分のお金を上乗せできる「マッチング拠出制度」があります。メリットとデメリットを押さえ、制度利用の向き不向きをご自身で判断できるようにします。	関口

※1「確定拠出年金運用セミナー(中級編)」は「確定拠出年金運用セミナー(基礎編)」を受講された方向けの内容です。

2022年	<b>WEB公開日</b> <b>10/4</b> <small>AM10:00</small>	<b>いくらまで掛けてもいい?住宅・教育費・遺族保障</b> 人生の三大支出には相場があります。それをふまえてお金を使う人と、何も考えずにお金を使う人とは人生の豊かさが大きく違います。お金に振り回されない人生を送るためには?	関口
		<b>子育て世帯のライフプランシミュレーション</b> 人生の構想を描くとき、その生き方が実現可能なかどうかを計算シートによりご自身でシミュレーションします。まずは家計の格付診断により現状分析し、次にライフプランシミュレーションの方法を学びます。今後の人生の選択肢として、一度は検討すべき方法を伝授します。	塚原
	<b>WEB公開日</b> <b>10/25</b> <small>AM10:00</small>	<b>ゼロからはじめる株式投資(初級編)</b> 株式投資はリスクが高くて危険だと思っているかもしれませんが、比較的安全に5%超の利回りを得る方法もあります。株式とは何かという基礎から、安全な銘柄選びまでわかりやすく解説します。	菱田
		<b>講師が回答!視聴者から寄せられたご質問(3)</b> 皆さんから寄せられたご質問を、講師が直接回答するセミナーです。単に頻出質問に回答するだけでなく、各回の動画で取り上げ切れなかった周辺知識なども併せてお伝えしていきます。	中山
	<b>WEB公開日</b> <b>11/8</b> <small>AM10:00</small>	<b>電気料金・通信料金の節約術</b> 電力の自由化により選択肢は広がったものの、どこから手を付けたらいいのかわからない人や、大手電力会社でなくなることによる不安を抱く人が一般的です。電気料金の見直し方や比較の方法を学び、ご自身で最適な選択ができるようになるセミナーです。	市川
		<b>相続後のうつす/やめる/もらう手続き</b> 相続税は100人中8人しかかかりませんが、相続後の手続きは100人中100人全員がしなければなりません。このセミナーは相続が発生する前から備えられる要素が満載です。	中山
	<b>WEB公開日</b> <b>11/22</b> <small>AM10:00</small>	<b>はじめて学ぶ:ふるさと納税(2022年度版)</b> 「ふるさと納税は得なのか?」「いくらまで寄付できるのか?」といった疑問を解消し、ご自分で損得が計算できるようになります。また、その過程を通じ税金の基礎知識も身に付きます。	塚原
		<b>帳票から読み解く:年金と税金</b> 社会人になると毎年一度必ず目にするが、その中身を正しく理解しないままになっている帳票が「ねんきん定期便」や「源泉徴収票」です。読み解き方を学び、生活に役立てるためのセミナーです。	関口
	<b>WEB公開日</b> <b>12/13</b> <small>AM10:00</small>	<b>介護と仕事の両立対策</b> 公的介護保険制度を事前に知り、経済的・精神的負担を抑制するとともに、増加する「介護離職」も取り上げます。現代世代がいかに老親介護とかわるべきか、介護と仕事の両立を考察します。	宮下
		<b>保障診断による適正化の実践(自動車補償)</b> ご自身の自動車補償が適正かどうか、自己診断シートで加入状況を見極めます。また、適正な補償を備えるための注意点を、保険証券の読み解きを交えながら学びます。	関口
	<b>WEB公開日</b> <b>12/27</b> <small>AM10:00</small>	<b>シングル世帯のライフプラン</b> おひとり様で不安に感じる収入、老親介護、自身の老後生活等のリスクとそれに対する備えを学び、働き方やライフプランを考えます。	中山
		<b>講師が回答!視聴者から寄せられたご質問(4)</b> 皆さんから寄せられたご質問を、講師が直接回答するセミナーです。単に頻出質問に回答するだけでなく、各回の動画で取り上げ切れなかった周辺知識なども併せてお伝えしていきます。	市川
2023年	<b>WEB公開日</b> <b>1/24</b> <small>AM10:00</small>	<b>失敗しない住宅購入ゴールドルール ~ 建売住宅、マンション編 ~</b> 戸建て注文住宅編に続く第2弾は、建売住宅、マンション編のゴールドルールです。買い手主導のマイホーム購入を実現するための行動指針を、業界構造を紐解きながらお伝えします。	市川
		<b>はじめて学ぶ:行動ファイナンス</b> 資産運用は、技術的な問題だけでなく人間心理が大きく関わります。資産運用に関わる人の意思決定にはどのような傾向があるのかを知り、次なる行動に生かす講演です。	宮下
	<b>WEB公開日</b> <b>2/7</b> <small>AM10:00</small>	<b>火災・地震保障の考え方と商品知識</b> 火災保険と地震保険を体系立てて学び、いざ、災害が発生した時に、きちんと守ってくれる加入方法をおさえます。また、初めての方でもどの保険が有利なのか比較できる力が身につきます。	宮下
		<b>投資信託(ファンド)の評価と選び方(2022年度版)</b> NISA、iDeCo、企業型確定拠出年金など、勤労者向けの金融商品として利用が高まっている投資信託。その選び方によって優劣が決まってしまうというも過言ではありません。このセミナーでは著名な投資信託をデータから分析し、その特性を解説します。	中山
	<b>WEB公開日</b> <b>2/21</b> <small>AM10:00</small>	<b>1から学ぶ:暗号資産(仮想通貨)</b> 近年急速に広がっている暗号資産。大手金融機関や中央銀行が将来の活用を検討する一方、投機的な動きに懸念を抱く意見も絶えません。暗号資産とは何なのか?その仕組みと実態を基本から学びます。	塚原
		<b>がん保障の考え方と商品知識</b> 日本人の死因の第1位であるがん。治療費等の備えとして活用できるがん保険について、商品選択のポイントや加入方法を学び、ご自身で最適な商品を選択できるようになるためのセミナーです。	市川
	<b>WEB公開日</b> <b>3/14</b> <small>AM10:00</small>	<b>講師が回答!視聴者から寄せられたご質問(5)</b> 皆さんから寄せられたご質問を、講師が直接回答するセミナーです。単に頻出質問に回答するだけでなく、各回の動画で取り上げ切れなかった周辺知識なども併せてお伝えしていきます。	関口
		<b>教育費の準備と対策(2022年度版)</b> 子どもの進路を考える際、経済面の視点で甘くなるケースが少なくありません。直面してから事の重大さに気づくのではなく、早くから実態を知り、効率的な資金の貯め方や奨学金の活用方法をマスターします。	中山

## 講師陣

全国各地で活躍中の講師陣が丁寧にわかりやすく解説いたします。



マイホームと住宅ローンのプロフェッサー  
**市川 貴博**

1998年より住宅会社のトップセールスとして活躍する傍ら、顧客の住宅ローンとライフプランを真剣に考えFP資格を取得。300件を超す労働者のマイホーム取得をサポート。2011年に生活経済研究所長野に参画。全国で労働組合コンサルタントとして活動中。



損害保険の柔術士  
**関口 輝**

住宅メーカーから損害保険会社への転職を経て、顧客にお金の真実が全く伝えられていない現状を目の当たりにし、生活経済研究所長野に参画。2004年日本FP協会長野支部副支部長就任。非営利活動団体を中心にお金の真実を伝えるべく活動中。



保障設計運動の  
エグゼクティブ  
**塚原 哲**

精密機器メーカーに入社後、労働組合役員に就任。「組合員の可処分所得の最大化」を目的としてライフサポート活動を展開。2001年生活経済研究所長野を設立。労働組合業界でライフサポート活動専門の実行援助コンサルタントとして全国で活動。現在、日本経済新聞等で執筆中。



生活防衛のマイスター  
**中山 浩明**

大学卒業後、ゴルフクラブ職人を経て外資系生命保険会社の代理店を創業。年間数百件の保険見直し相談を受ける傍ら、AFP、CFP資格を取得。2014年からは大型保険代理店の営業教育担当として人材育成に尽力。2017年生活経済研究所長野に参画。労働組合等への支援を開始。



記憶術のスペシャリスト  
**菱田 雅生**

大学卒業後、大手証券会社に入社。2008年にライフアセットコンサルティング株式会社を設立し、個人顧客向け相談業務や年間200超の講演業務に従事。2015年からは、記憶力やイメージ力を向上させるアクティブ・ブレイン・セミナーの認定講師としての活動も開始。



財務コンサルティングの  
極み  
**宮下 貴博**

大学卒業後会計事務所に入所。AFP、CFP資格を取得し、2000年に日本FP協会長野支部幹事に就任。2001年生活経済研究所長野設立。全国でFPセミナー講師、FPコンサルティング、労働組合コンサルティング、金融システムコンサルティングを展開中。



### 受講者の声

セミナーを受講された方から、たくさん感想をいただいています。

分かり難い年金制度を、誰にでも理解出来る様に工夫されたり、草組へ戻り、組合員への説明に参考とさせて頂きたいと感じた。  
労組役員(神奈川県)

セミナー等、定期的に開催していただく事で説明のポイントとしてどう話しているか良いのと同時に知りたかったです。自分も今後職場でいましていけばいいと思います。  
労組役員・FP(東京)

すごく今後の為になった。今日身に付けたことを実行するだけでなく、是非展開して、個人としてだけでなく、組織としてもスキルアップで自分も役にしたいと思った。  
労組役員・FP(東京)

「お金をためる家計簿のつけ方」をこれほど体系的に学んだことはありませんでした。自分でも教わった方法で家計簿をつけてみようと思いました。

保険会社のセールストークではない本当の保険の中身の話が聞けてよかったと思います。数千円のセミナー料で一生分の保険料を削減する方法を考えられそうです。

とても具体的・数値がわかりやすく、とても参考になりました。以前のセミナーと合わせ、大変充実しました。ありがとうございました。

保険をすすめるときに、どのくらいの保障が必要か知りたいたい聞かれるので、今日のセミナーは大変参考になりました。これからは自信を持ってお伝えして行けます。