

シティライフ主催

日々の生活が“もっと”豊かになる プロから学ぶ「生活向上セミナー」

セミナー参加申し込みはこちら

事前お申し込みが優先となります。

応募フォームもしくはお電話でお申し込みください。

※事前申し込みをキャンセルされる場合は必ず前日までにご連絡ください。
※同業者の情報収集、勧誘を目的とした参加はお断りします。
※各セミナーの空席状況によって、当日参加も可能です。

応募フォーム

プロから学ぶ生活向上セミナー

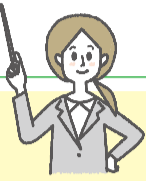
検索



■お問合せ **TEL.06-6338-0640**

※平日10時～17時(生活向上セミナー担当係まで)

※新型コロナウイルスによる感染症の拡大を防止する観点から、イベントや企画を変更、または中止する場合がございます。最新の情報はシティライフホームページをご確認ください。



4.21 火

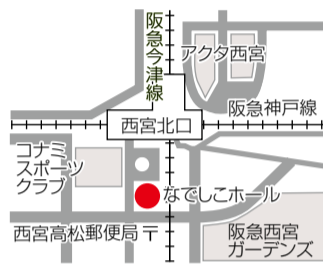
10:00～14:45

4.22 水

10:00～14:45



複数受講可 / 参加無料



会場

なでしこホール 8F

(西宮市高松町5番39号)

阪急西宮北口駅(南西出口)から南へ徒歩1分

※会場に専用駐車場はありません。
車でお越しの際は近隣の駐車場をご利用ください。

4/21(火) セミナー 一覧

セミナー室 A

セミナー室 B

1 病気を防ぐ第一歩! 健康寿命を延ばす食生活

10:00
～
11:00

人間の体は普段口に入れる食べ物から構成されています。そのため普段の食生活が健康の良し悪しに大きな影響を与えます。日本はもちろん世界中の食事、食材を研究してきた食の専門家が病気になるメカニズムや病気にならない食事法・食材を教えます。

講師 株式会社杉本 代表 杉本 勝さん
大阪府和泉市出身。食材研究のため世界各地を周り、調理学校講師や講演会でも活躍。現在は全国各地で「さんざしジュース」を販売。同時に食と健康の専門家として病気や病予防に対するアドバイスも行っている。



2 女性限定!“自分年金”の作り方

セカンドライフに漠然とした不安を持たれている方は多いのではないのでしょうか?今回は、その不安の正体の解決方法と自分年金の作り方、公的年金の落とし穴についても詳しくお話しします。ついつい後回しにしてしまっていた自分のこと。この機会に、ご自身のセカンドライフと真剣に向き合う時間を作ってみませんか?

講師 株式会社ノーダス 赤川 元秀さん
ファイナンシャルプランナー。チーム★ライフプラン研究会所属。現在まで1,000件を超える顧客の相談を担当。全国組織の金融機関の外部講師経験も持つ。



3 体の歪みと痛みの関係

11:15
～
12:15

肩こりは、猫背が原因の一つ。つまり体の歪みです。肩・首・背骨・骨盤・腕・手指・膝・足首・足指などが歪むと真直ぐに立てなくなり、痛みや痺れが起こり、神経や血流も悪くなり内臓機能に影響することも!では正しい姿勢とは?歪みの確認をして、正しい姿勢(座位・立位)、簡単なストレッチを覚えていただきます。

講師 リセット整体 エスコート・芦屋サロン
院長 高岸眞智子さん
「整体だけでは健康にならない人がいる」と、睡眠指導・食育指導・ストレッチ指導・生活習慣指導などマンツーマンで健康をプロデュース。



4 お金との付き合い方、賢い貯め方を学ぶセミナー

金利が上がらないにも関わらず消費税と物価は上がります!使えるお金の量が縮小し、お金の価値は下がっていく一方…。iDeCoや積み立てNISAなどの投資信託、外貨積み立て、何が自分に合うのか、初歩から一緒に考えてみませんか?

講師 ファイナンシャルプランナー
豊福 勝彦さん・松尾 剛さん
資産形成・ライフプランの提案に定評がある豊福さんと、生命・損害保険のプロとして最適なコンサルティングを行う松尾さん。2人合わせ約3,000世帯を担当してきた経験をもとに目からウロコのマネーセミナーを開催する。



5 60代からスタート! 家族2世代わが家の『あんしん未来設計』

12:30
～
13:30

相続・家族信託・成年後見、シニアライフを支える司法書士事務所から資産形成の考え方・プランニングの重要性をお伝えします。「資産・不動産の将来」、「老後生活」のお悩み、その他丸ごと相談できる専門家をお探しの方に最適です。

講師 司法書士法人おおさか法律事務所 夙川オフィス所長 呉静香さん
クローバーコンサルティング(株) 赤坂研史さん(FP技能士会会員)
開設37年、兵庫・京都・大阪を中心に6拠点を構える資産防衛の専門職事務所。不動産オーナーやシニア層向けの講演に多数登壇し、日本経済新聞のランキング1位を獲得するなど、トップランナーとしての評価も高い。



6 女性必聴! 初心者でもわかる30～60代の資産形成

「今ある余裕資金を何とかしたい」「将来に向けて貯蓄したい」「金融商品も会社も多すぎてわからない」そんな人は必聴!株・投資信託をしている人や興味がある人にもオススメします。私立中高6年一貫から大学まで3人の学費を捻出している、講師本人の具体的な運用事例をもとにズバリお悩みを晴らします!※定員20名

講師 ソニー生命保険(株) トップ・オブ・ザ・エグゼクティブ
ライフプランナー 中嶋祥人さん
老後資金を貯めつつ、私立医学部に2人、国立医学部に1人通わせている。HP「丹波通信」でも情報発信中。貯蓄・金融をはじめ顧客からの様々な相談が絶えない。



7 継承を前提としない最近のお墓事情と樹木葬について

13:45
～
14:45

お墓の悩みはありませんか?ライフスタイルの変化で「継承してくれるか不安」「子どもに負担はかけたくない」「お墓の管理が大変」など悩みは尽きません。本セミナーでは最近のお墓事情などを交えて、形式にとらわれない自分らしいお墓とは何か。皆さんと一緒に考えていきたいと思ひます。

関連記事 P.7を
チェック!!
講師 京都の樹木葬 近藤 亮さん
葬送やお墓の専門家との人脈を多く持ち、「京都の樹木葬」運営事務局の案内人として日々活動中。



8 人生をときめかせる～お金の上手な使い方・増やし方～

人生100年時代!まだまだ間に合います!明るい幸せな未来のために。話題のイデコ、ニーサ・資産運用・老後資金・教育資金・住宅ローン・生命保険・ポイント活用法など、年代や家庭環境に合わせて将来安心できる最新のマネー術、お伝えします!

講師 東京海上日動あんしん生命保険 大塚 日出夫さん
・都市銀行勤務9年 東京海上日動あんしん生命18年
・資格:AFP MDRT終身会員
・27年間で5,000人以上の家計相談を解決してきたお金のプロ。

