

ライフデザイン企業研修 実施レポート⑩

(みやまの森学園)

2026 年9月26日、みやまの森学園様にて「ライフデザイン企業研修」を開催しました。

本研修は、社員一人ひとりが自らの価値観や人生設計について考え、結婚、子育て、働き方、健康、老後など、人生におけるさまざまなライフイベントを見据えながら、自分らしい将来像を描くきっかけづくりを目的として実施しています。

今回の研修では、ジブラルタ生命保険株式会社のセミナーインストラクターを講師としてお迎えし、「人生 100 年時代に備えて、今から知っておくこと・しておくこと」をテーマにご講義いただきました。研修では、結婚や子育て、仕事、健康、老後など人生におけるさまざまなライフイベントに加え、近年の少子化の現状や AI の普及による社会の変化などにも触れながら、自分らしい将来設計について考える内容となりました。

講義では、人生 100 年時代を見据えたキャリア形成や資産形成の重要性について分かりやすく解説いただくとともに、将来起こり得るライフイベントを具体的にイメージしながら、自らの価値観や生き方について考える機会となりました。また、少子化や AI 技術の発展など、社会環境が大きく変化する中で、一人ひとりが主体的に人生設計を行うことの大切さについても学びました。

研修中にはグループワークや意見交換の時間も設けられ、参加者同士で将来の目標やライフプランについて活発な意見交換が行われました。参加者の皆様は熱心にワークに取り組まれ、和やかな雰囲気の中で学びを深める姿が見られました。

参加者からは、「将来について改めて考える良い機会になった」「ライフプランを考えることの大切さを実感した」「資産形成や働き方について今後の参考になった」といった声が聞かれ、大変有意義な研修となりました。

長崎県子ども未来課では、今後も企業や団体と連携しながら、若い世代が希望するライフデザインを実現できるよう支援を進めてまいります。



研修の様子

和やかな雰囲気の中、将来のライフプランについて考える機会となりました。

■ 受講者の感想 職員 松尾様・原田様



年齢を重ねるにつれて将来のお金や人生について考える機会が増え、不安を感じることもありましたが、今回のお話を聞いて、将来のために早めに行動することの大切さに気付くことができました。また、自分から積極的に学び、正しい知識を身に付けようとする姿勢の重要性を学ぶことができ、大変有意義な研修となりました。

■ 担当者の声（実施企業） みやまの森こども園（主幹保育教諭） 山下様

今回長崎県が取り組まれているライフデザインに関する研修に参加させて頂き、資産形成を通して自分自身の人生について考えるきっかけとなりました。私だけでなく参加者全員がライフプランを見つめなおすことにつながったと思います。各自の人生満足度が上がり、これまで以上に皆が笑顔で過ごせるよう、今後も同様の研修を開催し、職場としての支援を継続していきたいとの思いを強くしました。

■ 講師より（研修担当）



今回は「人生 100 年時代に備えて、今から知っておくこと・しておくこと」をテーマにお話ししました。その他にも少子高齢化で教育現場の環境の変化や AI の進化に伴い私達の仕事の変化の話もお伝えさせて頂きました。人生 100 年時代と言われる今、自分のライフデザインを考えるワークの時間も取り入れて参加者の考えを共有する有意義な時間になりました。大切なのは、将来を必要以上に不安に思うことなく、「自分はこれからどんな人生を送りたいのか」を考え、そのために今から何を知り、何を準備しておくのかを明確にすることだと思います。セミナーでは、難しい金融知識だけではなく、日々の生活や将来のライフプランに結びつけながら、知っておきたいお金の考え方や、今からできる準備について、具体的な事例を交えてお伝えしました。

ジブラルタ生命保険株式会社
エグゼクティブライフプランコンサルタント
長崎支社 荒瀬 様

（お問い合わせ先）

長崎県 福祉保健部子ども政策局 子ども未来課子ども企画班 濱松、有井

TEL：095－895－2683（直通）FAX：095－895－2554

E-mail：k-k-ouen@pref.nagasaki.lg.jp

