

平成二十一年度 退職準備講習会 を開催しました

三月末退職予定者を対象として、昨年十一月から十二月にかけて保養所「大洗嶋松亭」において「退職準備講習会」を開催し、一〇班編成で総勢八九〇名の退職予定の方に参加いただきました。

一日目は、退職後の医療保険、年金、退職手当、福祉事業などについての講習を行い、二日目は退職後の健康管理について講演をお聴きいただきました。



「東洋医学の不思議な話から」
講師 藤井 弘泰氏

◆退職準備講習会に 参加して◆



常陸太田市役所
根本 洋治様

退職準備講習会への参加通知をもらい、「いよいよ退職なんだ」という思いで講習会に参加しました。

私たちの世代はいわゆる団塊の世代で、経済が著しく成長した社会の中で仕事をしてきました。バブル崩壊後は、財政状況が厳しくなるなど行政の進め方も大きく変わり、その変化の対応に誰もが苦慮をしてきたのではないかと思います。

講習会一日目は、「退職後の医療制度・福祉事業」「退職共済年金」「退職手当」について担当者から懇切丁寧な説明を受けました。また、個々の年金額などについて具体的な提示があり、これからの生活設計を考える上で、より具体的に考えることができました。

説明会後の懇親会では、参加者がいままでの長い役所生活を振り返る中で、これからの生き方を語り合うなど楽しく懇親を深めることができました。

二日目は、藤井弘泰先生の東洋医学に基づく「長生きの十カ条」についての話があり、参加者全員が先生の絶妙な話し方に引き込まれ、現在の

の食生活の反省など退職後の生活における健康保持について考えを新たにしたところではないかと思えます。私自身も食についてあまり深く考えての生活ではなかったため、今後の食を含めた健康管理を考える上で大変参考となりました。できれば、農業を通してこのことが実現できればと考えています。

今後、健康に留意し、できる範囲で地域との関わりを持ちながら悔いのない第二の人生を送っていきたいと思います。

最後に、このような有意義な講習会の機会を設けていただきました。共済組合の皆様には厚くお礼を申し上げます。

◆退職準備講習会を 受講して◆



つくばみらい市役所
堤 有三様

今回の講習会に参加して、これまで他人事に思っていた定年退職が、自分のことであることをしみじみと実感しました。

振り返ってみますと、これまでの公務員生活四十余年、失敗と挫折の繰り返しで、その度多くの周りの人たちに助けられて、お陰で今があるものと感謝しています。

【退職準備講習会内容】

一日目	退職後の医療制度について 退職後の福祉事業について 退職共済年金等について 退職手当について 個別相談(医療・年金)
二日目	講演「東洋医学の不思議な話から」 —長生きの十カ条— (中高年齢者雇用福祉協会 藤井 弘泰氏)

講習では、第二の人生を快適に過ごしていくための医療、福祉等ライフプランの説明、特に藤井先生の講演での「長生きの十カ条」を拝聴し、生活のバランスを大事にし、常に暮らしの中に「気」を取り込むことを心がけていく話に強く感じるものがあり、これからの人生に、多いに実践していきたいと思いました。

今、先行き不透明なこの時勢、また私ども公務員を取り巻く環境も厳しさを増す中、いい時期に退職できること、そして、何とかここまで辿り着けたことに感謝し、今後の人生においては、過去は忘れ、生きがいを探しながら自然体で過ごしていければと思っております。

最後に、有意義な講習会を開催していただきました共済組合の皆様にお礼申し上げます。有難うございました。