

受講のしおり

これから二人で新生活をスタートさせようとしている新婚夫婦などを対象に、結婚、妊娠・出産、子育てと仕事の両立など、これからのライフプランについて二人で考えていただく機会とするため、ライフプランセミナーを開催します。

（岩手県委託事業、公益財団法人いきいき岩手支援財団が受託）

1 ライフプランセミナーの内容

（１）内容

- ア 結婚、妊娠・出産、子育てと仕事の両立を含めた将来のライフプランを構築するにあたって、その前提となる知識・情報を提供し男性女性の二人で考えていただく機会とするもの。
- イ 出産直後の男性の休暇や育児休業取得・男性の家事・育児への参画を促進するきっかけとなるもの。

（２）講師

ファイナンシャル・プランナー、助産師、大学教授、社会保険労務士の方々を予定しています。

2 実施方法

実用的なことを中心に学ぶ回と、今後の夫婦二人の人生の中で実現したいことを考える上で必要な材料を学ぶ回とで構成しています。

受講する回の選定は自由です。会場受講のほか、オンライン配信も実施しますので、複数の講師のセミナーを受講されることをお勧めします。今年度は、第1～4回を会場受講形式（オンライン同時配信も実施）により開催し、その内容を録画して、第5～12回をYouTubeによる期間限定の録画配信形式により実施しますので、都合がよい日程でご視聴ください。視聴用アドレスは、受講申込者の方に当財団から直接連絡します。

そのほか、受講方法についてご不明な点等ありましたら、下記連絡先へお問い合わせください。

お問い合わせ先

“いきいき岩手” 結婚サポートセンター ライフプランセミナー事務局

電話番号: [019-625-7530](tel:019-625-7530) メール: i-saponls@ikiiki-iwate.com

（対応時間…平日 8:30～15:30）

3 参加申込方法

下記ホームページ内の入力フォームから直接申し込みください。

ライフプランセミナーHP アドレス <http://nls.ikiiki-iwate.com>



4 セミナーで使用する資料について

受講申込後、講義に必要な資料のダウンロード用 URL を、ご登録のメールアドレス宛にお送りいたします。各講師はその資料に基づいて講義を行いますので、事前にダウンロードしてご活用ください。印刷を希望され、ご家庭に印刷環境がない場合はお手数ですがお早目に当財団までご連絡くださいますようお願いいたします。このほか、ホームページには夫婦の今後の新生活に参考となる内容の資料を掲載しますので、ぜひご一読ください。

5 アンケートの提出について

受講申込時にご記入いただいたメールアドレス宛に、Web アンケートフォームの URL をお送りいたします。受講後は、速やかにアンケートのご回答・送信をお願いいたします。
※アンケート提出締切日にご注意ください。

6 受講証の発行

本セミナーを受講された方が、5に記載するアンケートを提出された後に、当財団から「ライフプランセミナー受講証」を発行します。

7 結婚新生活支援事業の補助金受給をされる方へ

各市町村が定める申請書や添付書類に6に記載している受講証を添えて、各市町村の担当窓口にご提出ください。

8 講師紹介

ファイナンシャルプランニング

今後のライフイベントと費用

未来の家計予測

講師 大久保 名美 氏（日本ファイナンシャルプランナーズ協会岩手支部）
テーマ ライフプラン（新生活を始める二人のための夢と人生、そしてお金の計画）を考える。

開催日時 第 1 回 令和 7 年 5 月 25 日（日）14:00～15:00
（盛岡市：盛岡農林会館大会議室）【同時オンライン配信実施】
第 5 回 令和 7 年 9 月 13 日（土）～9 月 21 日（日）【録画配信】
第 9 回 令和 8 年 1 月 10 日（土）～1 月 18 日（日）【録画配信】

講演概略 将来の夢や目標を叶えるために、お金の計画は必須です。新婚生活を始める今こそ、夫婦二人で始めて欲しい「ライフプランニング」について、その大切さと簡単にできる方法をお伝えします。

講師紹介 セミナーや研修、講演を通して、働く大人の学び直し（リカレント）を支援しています。ファイナンシャル・プランナー歴 20 年、キャリアコンサルタント歴 13 年。「内容が分かりやすい」と好評です。合同会社福々舎代表。

育児介護休業法

産後パパ育休

家庭で活用できる制度

講師 星野 麻記 氏（社会保険労務士）
テーマ 新婚夫婦のライフプラン（仕事と家庭の両立のコツ）を考える

開催日時 第 2 回 令和 7 年 6 月 15 日（日）14:00～15:00
（盛岡市：盛岡農林会館大会議室）【同時オンライン配信実施】
第 6 回 令和 7 年 10 月 11 日（土）～10 月 19 日（日）【録画配信】
第 10 回 令和 8 年 2 月 7 日（土）～2 月 15 日（日）【録画配信】

講演概略 フツアの OL から転勤族の妻、それから社労士として仕事をしながら高齢出産を経験した星野が、夫婦の将来の人生の選択肢を増やすための、今だから知っておいた方がいいこと、今だから笑える私の失敗談などヒントになるお話をいたします。

講師紹介 平成 22 年社会保険労務士事務所開業、千葉県出身、元転勤族（東京—盛岡—大阪—盛岡）。三人の娘の母。AFP、ホームヘルパー 2 級。
転勤でうつ一步手前になったり、保育園が閉鎖になったりと、山あり谷あり。案ずるより産むがやすし。

ライフステージと健康

結婚と出産の状況

生殖に関する人生設計

講 師 アンガホッフア 司寿子 准教授（助産師・岩手県立大学看護学部）
テ ー マ ライフプラン（産む・産まない、を含めた生殖の人生設計と女性の健康）を考える。

開催日時 第 3 回 令和 7 年 7 月 20 日（日） 14:00～15:00
（盛岡市：盛岡農林会館大会議室(予定)）【同時オンライン配信実施】
第 7 回 令和 7 年 11 月 8 日（土）～11 月 16 日（日）【録画配信】
第 12 回 令和 8 年 3 月 14 日（土）～3 月 22 日（日）【録画配信】

講演概略 将来子どもを持つ？持たない？持つならいつ？何人？といった夫婦の希望する家族のプランの実現のため、女性のこころとからだ、妊娠しやすさ（妊孕性）とプレコンセプション（受胎前）ケア、を中心とした健康支援について、わかりやすくお話しします。妊婦・出産・子育てに関わる助産師の視点から、男性女性ともに知っておきたい知識やサポート情報をお伝えします。

講師紹介 看護師/助産師として、産婦人科・周産期センター・高度不妊治療センターで臨床を経験。その後渡米し、米国看護師免許取得。帰国後は大学で研究教育に携わり、母性看護学・助産学の講義を担当。地域では不妊カウンセラーとしての不妊相談・自助グループ活動や小学生～高校生を対象に思春期講話を实践。盛岡市出身、看護学博士。専門は、有職既婚女性のリプロダクティブライフプランの支援。

夫婦関係の変化

家事・育児の分担

子どもの有無と幸福感

講 師 福島 朋子 教授（岩手県立大学 教職教育センター/高等教育推進センター）
テ ー マ ライフプラン（家事・育児・仕事）を考える。

開催日時 第 4 回 令和 7 年 8 月 24 日（日） 14:00～15:00
（盛岡市：盛岡農林会館大会議室(予定)）【同時オンライン配信実施】
第 8 回 令和 7 年 12 月 6 日（土）～12 月 14 日（日）【録画配信】
第 11 回 令和 7 年 2 月 21 日（土）～3 月 1 日（日）【録画配信】

講演概略 新しく家庭を築いていく中で、夫婦間で考え調整しなければならないことがあります。仕事をどうするのか、家事・育児はどうするのか、などです。夫婦の家事分担の実状や夫婦関係の変化など、さまざまな調査結果を示しながら、これから先の結婚生活について、ご夫婦で考えるきっかけになればと思っています。

講師紹介 専門は「生涯発達心理学」です。人生の始まりから終わりまでの心身の変化を考えていく学問で「心理学」の一領域です。最近では、成人期の幸福感は何に支えられているのかについて興味を持ち、研究を進めています。ひとときの幸せだけでなく、一生の幸せを叶えるためには何が大切になるのか、と一緒に考えていきたいと思っています。

令和7年度 ライフプランセミナー

配信方法	回	開 催 日 程	アンケート提出 締切日	講 師	内 容
会場受講 オンライン同時配信	1	5月25日(日) 14:00~15:00 場所: 盛岡農林会館7階 大会議室	5月27日(火)	日本FP協会岩手支部 大久保名美氏	ライフプラン(新生活を始める二人のための夢と人生、そして お金の計画)を考える。
会場受講 オンライン同時配信	2	6月15日(日) 14:00~15:00 場所: 盛岡農林会館7階 大会議室	6月17日(火)	社会保険労務士 星野麻記氏	ライフプラン(仕事と家庭の両立のコツ)を考える。
会場受講 オンライン同時配信	3	7月20日(日) 14:00~15:00 場所: 盛岡農林会館7階 大会議室(予定)	7月22日(火)	助産師 岩手県立大学看護学部 アンガホッフア司寿子准教授	ライフプラン(産む・産まない、を含めた生殖の人生設計と女 性の健康)を考える。
会場受講 オンライン同時配信	4	8月24日(日) 14:00~15:00 場所: 盛岡農林会館7階 大会議室(予定)	8月26日(火)	岩手県立大学高等教育推進センター 福島朋子教授	ライフプラン(家事・育児・仕事)を考える。
録画配信	5	9月13日(土)~9月21日(日)	9月22日(月)	日本FP協会岩手支部 大久保名美氏	ライフプラン(新生活を始める二人のための夢と人生、そして お金の計画)を考える。
録画配信	6	10月11日(土)~10月19日(日)	10月20日(月)	社会保険労務士 星野麻記氏	ライフプラン(仕事と家庭の両立のコツ)を考える。
録画配信	7	11月8日(土)~11月16日(日)	11月17日(月)	助産師 岩手県立大学看護学部 アンガホッフア司寿子准教授	ライフプラン(産む・産まない、を含めた生殖の人生設計と女 性の健康)を考える。
録画配信	8	12月6日(土)~12月14日(日)	12月15日(月)	岩手県立大学高等教育推進センター 福島朋子教授	ライフプラン(家事・育児・仕事)を考える。
録画配信	9	令和8年1月10日(土)~1月18日(日)	1月19日(月)	日本FP協会岩手支部 大久保名美氏	ライフプラン(新生活を始める二人のための夢と人生、そして お金の計画)を考える。
録画配信	10	2月7日(土)~2月15日(日)	2月16日(月)	社会保険労務士 星野麻記氏	ライフプラン(仕事と家庭の両立のコツ)を考える。
録画配信	11	2月21日(土)~3月1日(日)	3月2日(月)	岩手県立大学高等教育推進センター 福島朋子教授	ライフプラン(家事・育児・仕事)を考える。
録画配信	12	3月14日(土)~3月22日(日)	3月23日(月)	助産師 岩手県立大学看護学部 アンガホッフア司寿子准教授	ライフプラン(産む・産まない、を含めた生殖の人生設計と女 性の健康)を考える。