

参加費  
無料

保護者様  
への  
お知らせ

主催



一般社団法人  
日本ライフサステナビリティ協会



家計にムリせず



教育費や老後資金を  
らくらく準備しませんか？

子供にも教えたくなる

# 年金とお金の勉強会



弘前市・藤崎町  
教育委員会後援



子どもの未来とわたしの老後  
両方叶える“お金のキホン”が学べます

## 教育費や老後資金

一体いくら必要なのか？教育費  
や老後2000万円問題など老後資  
金の現状とは？

## 新NISA？iDeCo？

知らずにはじめて 後悔しない！  
代表的な国の制度の『仕組みと  
その特徴』とは？

## 将来の年金

いくらの年金がもらえるの？  
ねんきん定期便であなたの年金  
額をその場でズバリ計算！

## 物価高に勝つ！

足りるはずが足りなかった…に  
ならないために、インフレに負  
けないための具体策とは？

## お金が増えない原因

貯めているつもりでもなぜお金  
は貯まらない？「お金が貯まら  
ない本当の理由」とその解決策

## リスクって何？

お金は増やしたいけどリスクは  
怖い方におススメ！リスクを味  
方につけてお金を増やす方法

# こんな“お金のモヤモヤ”をスッキリ解消！

貯蓄は増やしたいけど  
節約や我慢はしたくない

毎日忙しくてお金のことが  
後回しになっていた

教育費はいくら必要？  
自分たちの老後は？

貯蓄はしているけど  
本当に足りるのか心配…

新NISA？iDeCo？  
興味はあるけど  
よくわからない

何から手をつけていいか  
よくわからない



## 参加者の声

自分の年金があんなに少ないとは思いませんでした。その場で計算できてよかったです。  
弘前市 30代会社員・女性

今ある貯蓄を上手に増やせば老後も安心できる！ムリせず今からできる方法がわかつて安心しました。  
弘前市 50代会社員・男性

取りあえずNISAをはじめていましたが、もっと早く知っておけばよかったです。  
藤崎町 40代会社員・女性

色々なマネーセミナーがありますが、教育委員会の後援だったので思い切って参加してよかったです。  
弘前市 40代パート・女性

私が講師をさせていただきます



日本ライフサステナビリティ協会  
認定講師  
ファイナンシャルプランナー  
**石澤 枝美子 (いしざわえみこ)**

青森県学校教育センター

黒石市出身。子供が小学生になる頃に離婚をしシングルマザーに。子育てと仕事を必死に頑張る中、指輪を売ってお米を買う生活も経験。この状況から抜け出るためにFPの資格を活かし「お金との付き合い方」を模索。現在では『明るい未来を築くお手伝い』をモットーに、自らの人生経験も交えた笑いあり涙ありのセミナー・講演活動や、年間300件の個別相談も行う。資産運用や教育費・老後資金のアドバイスを得意としている。

2026年  
**日時 2/4 (水)・8 (日)**  
**各10:00～12:00**

**会場 ヒロ口3階 多世代交流室D**  
住所：弘前市大字駅前町9-20

**定員 各回先着10名** **参加費 無料**

\*会場での勧誘行為はありません。お気軽にご参加ください。  
\*当日の詳細はお申込みの方へメールでお送りいたします。  
\*複数人でご参加の場合は各自でお申込みください。

今すぐ下記のQRコードからお申込みください（各回2日前締切り）

24時間受付



お電話でも  
お申込み頂けます

**担当直通：090-4044-3045**

受付時間／月～金9:00～20:00（担当：石澤）

### ■当日お持ちいただくもの

- \*メモ用紙、筆記用具、電卓（スマホアプリでも可）、ねんきん定期便をご用意ください
- \*最新のねんきん定期便でなくても構いません。見当たらない場合も問題ありませんのでそのままご参加ください。

※お客様から頂いた個人情報は国が定める個人情報取り扱いに関する法令、指針に従い遵守いたします。

【主催・お問い合わせ】 全国50市区町村の教育委員会様の後援をいただいたき『年金とお金の勉強会』開催中！



一般社団法人  
日本ライフサステナビリティ協会

あなたの『持続可能な人生設計』をサポートします

【後援：弘前市・藤崎町教育委員会】

青森支部：石澤枝美子 電話：090-4044-3045

