

# 1ch「家計の見直しセミナー」配信スケジュール(2024年4月～2025年3月)

※配信スケジュール、セミナータイトル、講師等は変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

2024年	4/2火 AM10:00 配信開始	初心者のための効率的な資産づくり ～ お金を育てる準備を始めよう ～ 資産形成を始める投資初心者を対象とした「種銭づくり」にフォーカスします。実践的な家計の収支改善策(収入力アップと支出の最適化)も取り上げます。	中山
	4/16火 AM10:00 配信開始	<b>NEW</b> 変わる火災保障(共済・保険) ～ 改定から見るリスクの変化と対応 ～ 自然災害の増加とともに値上がりが続く火災保障。改定の背景や直近の動向をおさえるとともに、共済と保険の違いを浮き彫りにしていきます。	関口
	4/16火 AM10:00 配信開始	不安が吹き飛ばす!ひとりで生きる老後戦略～三大不安(お金・健康・孤独)からの脱出大作戦～ <b>単独世帯向け</b> 退職後を健やかに過ごすために、「お金」「健康」「孤独」の三大不安から脱却する方法を取り上げます。誰にでも起こりうる将来に備えるためのセミナーです。	塚原
	5/14火 AM10:00 配信開始	セカンドライフを楽しむための高齢年金活用法～世帯構成別にみる年金額と対策～ <b>世帯構成別に解説</b> 老後の年金を世帯構成別にマスターします。働くか損なのか?繰上げ、繰下げ受給の損益分岐は?頻出する疑問にもお答えします。	中山
	5/28火 AM10:00 配信開始	エクセルで学ぶ投資信託の基礎 ～ NISA・DCと共に運用パフォーマンスを向上～ NISAやDC運用に際し、エクセルを使って投資信託の良し悪しを自分で評価し、運用効率を向上する手法をマスターします。	塚原
	6/18火 AM10:00 配信開始	講師が回答!視聴者から寄せられたご質問(1) 皆さんから寄せられたご質問を、講師が直接回答します。頻出質問への回答だけでなく、これまで取り上げていない周辺知識なども併せてお伝えします。	中山
	7/9火 AM10:00 配信開始	ありがたうを伝えるエンディングノート ～ 最後に残す大切な言葉～ 自分が伝えたいこと、遺しておきたいことを伝えるエンディングノート。自分の最後を真正面からとらえることで、豊かに生きる術を考えます。	塚原
	7/30火 AM10:00 配信開始	後悔しない住宅ローンの選び方 ～ 正しいローンの借り方・返し方～ 銀行を頼らずに自分で適正額を求め、住宅ローンを有利に活用する方法をマスターします。	中山
	8/13火 AM10:00 配信開始	<b>NEW</b> 光回線で節約ライフスタイル ～ 高品質な通信を手頃な価格で実現する秘訣～ 現在提供されている光回線は主に3種類あります。ライフスタイルや用途に合わせて、通信品質を確保しながら価格を抑える方法をお伝えします。	塚原
	9/3火 AM10:00 配信開始	賢くお金を使うための行動ファイナンス入門～なぜ私たちはお金について冷静になれるのか～ お金には人間の心理が大きく影響します。人の意思決定にはどのような傾向があるのかを知り、日常や資産運用に活かすためのセミナーです。	中山
	9/17火 AM10:00 配信開始	実りあるセカンドライフをめざして ～ 充実と満足を得るための準備と対策～ 公的年金に対する誤解、退職金の活用、資産運用、住宅ローン返済など、退職後の不安に向き合い、解消に向けて「いまからできること」を考えます。	塚原
	10/1火 AM10:00 配信開始	未来を支える!奨学金の調べ方 進学に役立つ奨学金は、情報自体に触れる機会が少ないのが現状です。最新情報だけでなく、情報収集の方法や有利な活用方法などを取り上げます。	中山

2024年	10/1火 AM10:00 配信開始	ひとり親世帯のための子育て・就業・教育・経済支援 <b>ひとり親世帯向け</b> ひとり親世帯に対する、「子育て・生活支援」「就業支援」「養育費確保」「経済的支援」を体系立ててお伝えするセミナーです。	関口
	10/22火 AM10:00 配信開始	電気代半減計画のススメ ～ 毎月の請求を減らす秘訣～ 自由化により選択肢が増えた電力会社を活用し、劇的に電気料金を減らす方法をお伝えします。具体的な料金比較を通じ、最適プランを自分で選べます。	塚原
	11/5火 AM10:00 配信開始	<b>NEW</b> 失敗しない変額保険の活用法 ～ 保険の特性を知り、正しく使うために～ 運用目的で勧められる機会が多い変額保険。投資信託と比較されるケースも増えています。運用目的としての検証と、運用以外の活用法を考察します。	中山
	11/19火 AM10:00 配信開始	税金の基礎と節税対策 ～ 住宅ローン減税、医療費控除、ふるさと納税、iDeCoなど～ 日常生活で関わる身近な税金を取り上げて解説します。税金のしくみがわかるようになると、生活の知恵として自分の生活に有利に活用できるようになります。	塚原
	12/10火 AM10:00 配信開始	男性も知っておくべき!不妊治療の費用と選択～未来を築くためのパートナーシップ～ <b>単身世帯・夫婦のみ世帯向け</b> 保険適用が始まって、時間や精神面での負担が大きいのが不妊治療です。二人の問題として協力して向き合う重要性和、必要な知識を学びます。	中山
	12/24火 AM10:00 配信開始	住宅ローン:減額の実践ガイド ～ 金利コストを賢く削減する戦略～ いま返済している住宅ローンはどう見直すのが良いか?現在借入中のローンによって変わる見直しの戦略を解説し、実践をサポートします。	塚原
	1/21火 AM10:00 配信開始	<b>NEW</b> 自然災害に備えるお金と公的制度 ～ 公助・共助を理解し自助防災で備える～ 災害時の公助や共助には、申請しなければ受けられない制度やメリットもあります。いざという時の手助けとなるよう、必要な知識を備えておきます。	市川
	2/4火 AM10:00 配信開始	がんに備える!がん保障の基本と活用法～自分にあった保障を見つける～ <b>単身世帯・夫婦のみ世帯向け</b> 日本人の死因の第1位であるがん。治療費等の備えとして活用できるがん保険について、ご自身で最適な商品を選択できるようになるためのセミナーです。	中山
	2/25火 AM10:00 配信開始	介護と仕事の両立対策 ～ 家族を支え、自分を守る3つのポイント～ 現役世代がいかに老親介護とかわかればかき、介護と仕事の両立を実現するために必要な3つのポイントをお伝えします。	関口
	3/11火 AM10:00 配信開始	住宅保障の考え方と商品知識(2025年版)～最新トレンドと賢い保険・共済の選び方～ 増加する水災・風災・雪災・地震といった自然災害に対する備え方を学びます。共済と保険の違いも含め、ご自身に有益な制度・商品を選ぶようになります。	塚原
	3/11火 AM10:00 配信開始	投資信託(ファンド)の評価と選び方(2025年版) 勤労者向けの金融商品として利用が高まっている投資信託。著名な投資信託をデータから分析し、その特性を解説します。	市川
	3/11火 AM10:00 配信開始	はじめての生命保険ガイド ～ 基本を知り、保険証券から保障内容を読み取る～ はじめて目にする保険証券でも、保障内容を図解できるように、保険証券分析の正しい手順を体系立てて学ぶセミナーです。	中山

# 講師陣

全国各地で活躍中の講師陣が丁寧にわかりやすく解説いたします。



マイホームと住宅ローンのプロフェッサー  
**市川 貴博**

1998年より住宅会社のトップセールスとして活躍する傍ら、顧客の住宅ローンとライフプランを真剣に考えFP資格を取得。300件を超す労働者のマイホーム取得をサポート。2011年に生活経済研究所長野に参画。全国で労働組合コンサルタントとして活動中。



損害保険の柔術士  
**関口 輝**

住宅メーカーから損害保険会社への転職を経て、顧客にお金の真実が全く伝えられていない現状を目の当たりにし、生活経済研究所長野に参画。2004年日本FP協会長野支部副支部長就任。非営利活動団体を中心にお金の真実を伝えるべく活動中。



保障設計運動の  
エグゼクティブ  
**塚原 哲**

精密機器メーカーに入社後、労働組合役員に就任。「組合員の可処分所得の最大化」を目的としてライフサポート活動を展開。2001年生活経済研究所長野を設立。労働組合業界でライフサポート活動専門の代行援助コンサルタントとして全国で活動。現在、日本経済新聞等で執筆中。



生活防衛のマスター  
**中山 浩明**

大学卒業後、ゴルフクラブ職人を経て外資系生命保険会社の代理店を創業。年間数百件の保険見直し相談を受ける傍ら、AFP、CFP資格を取得。2014年からは大型保険代理店の営業教育担当として人材育成に尽力。2017年生活経済研究所長野に参画。労働組合等への支援を開始。



記憶術のスペシャリスト  
**菱田 雅生**

大学卒業後、大手証券会社に入社。2008年にライフアセットコンサルティング株式会社を設立し、個人顧客向け相談業務や年間200回超の講演業務に従事。2015年からは、記憶力イメーჯを向上させるアクティブ・ブレイン・セミナーの認定講師としての活動も開始。



弁護士  
**黒崎 隆**

弁護士法人フロンティア法律事務所の代表弁護士。個人の生活にかかわる法律問題や企業活動における法律問題を多く手掛けている。2023年には東京弁護士会副会長に就任するなどして弁護士会のマネジメントにも注力している。




弁護士  
**棚橋 桂介**

2013年フロンティア法律事務所入所。日本弁護士連合会憲法問題対策本部委員、東京弁護士会憲法問題対策センター副委員長、東京弁護士会法制委員会親子・家族法部会副会長、早稲田大学大学院法務研究科アカデミックアドバイザー等を務める。



弁護士  
**佐藤 勇**

損害保険会社勤務を経て2017年に弁護士となる。交通事故被害者側の損害賠償請求、著作権関係の契約書作成、各種紛争対応をはじめ、相続など個人の生活にかかわる法律問題や、企業におけるコンプライアンス問題などを通じ、依頼者の問題解決に奮闘している。



## 受講者の声

セミナーを受講された方から、たくさん感想をいただいています。

競合が想定される共済団体および保険会社の商品性の特徴を、複数のケースから比較して示していただき、情報が整理できてとても有益だった。

今まで自身である程度保険について深く考えた事はなかったが、実際モデルを出して頂く事で今後のライフプランについて考えるきっかけが出た。

・セミナー内で使用する用語を説明していたため内容が頭に入りやすい。  
・図表を多用した説明で、色も使いわけていたため理解しやすかった。

始めから終わりまで聞きやすく分かりやすいセミナーでした。事前に送って頂いた資料に目を通せたので少し前準備もできました。一番大きかったのは、自分でも出来る!実際にやってみたく感じられたところです。あつという間の時間でしたが参加出来て嬉しく思います。ありがとうございました。

基本的なことから、効率の良いふるさと納税の求め方(計算)など細かい点まで丁寧に教えていただきました。途中の所得税・住民税についても図でイメージができるように説明いただいた点がわかり易くよかったです。