

参加  
無料

11月 2025年 2月 2026年

渋谷・北千住・新宿・立川

# 人生100年時代の マネープランと働き方セミナー ミドルエイジから考える安心のライフプラン

対象者

概ね35歳以上 60歳未満の方

●これからの生活設計を考えたい ●年金の基礎知識を知りたい ●家計のことを把握したい ●人生100年時代を自分らしく過ごしたい



講師

やま ぎし ひろ ゆき  
**山岸 博幸**

国家資格 / キャリアコンサルタント 他

生命保険会社での営業管理職や人材紹介を経て、キャリアコンサルタントに転身。これまで約5,000名の就労支援や370回の就職支援セミナーに登壇。近年はライフシフトラボでミドルシニアの複業人材を育成し、自らの介護経験を活かして「シニアライフ相談サロン」を運営。仕事と介護の両立支援に注力している。

## セミナー実施内容

人生100年時代の  
現実と可能性

家計シミュレーション・  
年金の基礎知識

心の健康を保つ  
セルフケア術

job tagで自分に合った  
仕事を探す

次の一步を  
踏み出すための行動計画

実施内容は変更になる  
場合がございます

[日時]  
2025年 11/12  
水曜日  
14:00~15:30  
住所  
〒150-0031  
東京都渋谷区桜丘町23-21

渋谷会場 会場へのアクセスは、各施設の公式ホームページもあわせてご覧ください。  
渋谷区文化  
総合センター大和田  
2階学習室1  
渋谷駅 徒歩12分  
会場

[日時]  
2025年 12/2  
火曜日  
14:00~15:30  
住所  
〒120-0034 東京都足立区千住  
3-92千住ミルディスI番館10F、11F  
北千住駅直結  
マルイ10階

北千住会場 会場へのアクセスは、各施設の  
公式ホームページもあわせてご覧ください。  
シアター1010  
センジュ講義室  
北千住駅直結  
マルイ10階  
会場  
3番出口  
2番出口  
北千住駅  
東京電機大学

[日時]  
2026年 1/20  
火曜日  
14:00~15:30  
住所  
〒160-0022  
東京都新宿区新宿6丁目14-1

新宿会場 会場へのアクセスは、  
各施設の公式ホームページもあわせてご覧ください。  
新宿文化センター  
第1会議室  
新宿駅徒歩11分  
東新宿駅A3徒歩5分  
新宿三丁目駅E1徒歩7分  
会場  
新宿駅  
東新宿駅A3出口  
新宿三丁目駅E1出口  
伊勢丹・  
紀伊國屋書店。

[日時]  
2026年 2/2  
月曜日  
14:00~15:30  
住所  
〒190-0022  
東京都立川市錦町3丁目3-20  
立川駅徒歩13分  
西国立駅徒歩7分  
会場  
立川駅  
ルミネ立川  
立川駅  
立川市通り  
たちかわ競輪場  
立川病院  
西国立駅

求職活動の  
実績になる!!

雇用保険受給者には  
参加証明書を  
発行いたします

Webでの参加受付フォームはこちらから

<https://middleyellproject.mhlw.go.jp/>

上記URLもしくは右記二次元コードからアクセスしてください



お電話でのお申し込みはこちらから

**【TEL】03-3503-5032** 平日9時30分~17時30分

お電話の際は、〇月〇日セミナーの申し込み、と伝えてください

「令和7年度中高年世代活躍応援プロジェクト」運営事務局

〒100-0011 東京都千代田区内幸町2-2-3日比谷国際ビル1F / TEL:03-3503-5032 / E-mail:middle-yell@career-bank.co.jp

主催 厚生労働省東京労働局・都内各ハローワーク 運営 キャリアバンク株式会社 東京オフィス