

『体にやさしい味噌づくり』

『暮らしにやさしいライフプラン』



講師 かとう としのり
加藤寿典



- ・心と体とお金を整えるファイナンシャルプランナー
- ・令和6年より畑（自然農）や醗酵食品作りに取り組む
- ・醗酵食品生活で基礎体温は約1℃上昇、体重は約8kg減少
- ・健康や自然農、醗酵食品、右脳活性化等について勉強中

様々なことを学ぶ中で、お金は心と体への影響も大きいと感じるようになり、お金の不安を解消することで心と体を整えることができると考えてFPに転身

開催概要

日時：令和8年5月30日（土）10:00-12:00

限定
8名

会場：岡山済生会昭和町健康管理センター（駐車場有）

参加費：1,650円（別途、材料費2,000円当日支払い） 持ち物：エプロン

前編

『体にやさしい味噌づくり』（60分）

初心者の方でも、日常生活中に短時間で簡単に作れる方法をご紹介します
味噌をはじめとした醗酵食品の魅力や健康に関することもお伝えします

※持ち帰り味噌：800g程度（保存容器はこちらでご準備いたします）

※材料は、無農薬大豆・生米糶・天日塩を使用予定

後編

『暮らしにやさしいライフプラン』（60分）

味噌づくりに習うライフプラン作成の重要性についてお伝えします
ライフプランとは「人生の設計図」のことを指します

人生の出来事（結婚、子育て、老後等）を考慮し、人生設計に必要な資金計画を行います
漠然としたお金の不安を具体的な数字で「見える化」し、「改善方法」を見つけます

主催／お申込み

岡山済生会フィットネス&カルチャークラブ

☎ 086-252-1101 📍 〒700-0032 岡山市北区昭和町12-15



お申込みサイト

『じっくり育てる味噌づくり』

× 『コツコツ育てる資産運用』



かとう としのり
講師 加藤寿典



- ・心と体とお金を整えるファイナンシャルプランナー
- ・令和6年より畑（自然農）や醗酵食品作りに取り組む
- ・醗酵食品生活で基礎体温は約1℃上昇、体重は約8kg減少
- ・健康や自然農、醗酵食品、右脳活性化等について勉強中

様々なことを学ぶ中で、お金は心と体への影響も大きいと感じるようになり、お金の不安を解消することで心と体を整えることができると考えてFPに転身

開催概要

日時：令和8年6月30日（火）10:00-12:00

限定
8名

会場：岡山済生会昭和町健康管理センター（駐車場有）

参加費：1,650円（別途、材料費2,000円当日支払い）持ち物：エプロン

前編

『じっくり育てる味噌づくり』（60分）

初心者の方でも、日常生活の中に短時間で簡単に作れる方法をご紹介します
味噌をはじめとした醗酵食品の魅力や健康に関することもお伝えします

※持ち帰り味噌：800g程度（保存容器はこちらでご準備いたします）

※材料は、無農薬大豆・生米糀・天日塩を使用予定

後編

『コツコツ育てる資産運用』（60分）

味噌づくりに習う資産運用の考え方についてお伝えします
投資の三原則は「長期」「積立」「分散」と言われています
三原則に基づいて投資を行うことで、将来の資産を安定的に増やせる可能性があります
資産運用が初めての方向けの内容でお話いたします

主催／お申込み

岡山済生会フィットネス&カルチャークラブ

☎ 086-252-1101 ☎ 〒700-0032 岡山市北区昭和町12-15



お申込みサイト