

2026 年 10 月 7 日

フードバンク山梨主催「Lachic^{ラシック}」にて ライフプラン・マネープラン講座およびヨガ講座を開催しました

株式会社山梨中央銀行(頭取 古屋 賀章)は 9 月 11 日(金)、認定 NPO 法人フードバンク山梨が主催する「Lachic[※]」のプログラムとして、ライフプラン・マネープラン講座およびヨガ講座を開催しました。

当日は 13 名が参加し、ライフプラン・マネープラン講座では、当行のライフプランアドバイザーが、人生設計に応じた資金準備の考え方や家計管理のポイントなどについて分かりやすく説明しました。参加者からは、「今後の必要なお金について具体的な金額を例示されていて現実味があった」「子どもの進学でお金がかかるので、改めて家計の見直しをしようと思った」などの声が寄せられ、今後の生活設計について考える機会となりました。

また、ヨガ講座では、ヨガのインストラクターの資格を持つ当行職員が、心身のリフレッシュや健康づくりを目的としたプログラムを実施し、無理なく体を動かしながらリラックスした時間を過ごしました。参加者からは、「普段、体を動かさないののでリフレッシュできた」「初めてだったが楽しく体験できた。家でも少しやってみようと思った」などの声が寄せられました。

当行は、今後も地域の皆さまの豊かな暮らしや健康づくり、金融リテラシーの向上に資する取り組みを通じて、地域社会の持続的な発展に貢献してまいります。

※ 食料支援でつながったシングルマザーが、自分らしく生きる力を育む場。家事・育児・仕事に追われる日々の中でほっと一息つき、交流や学びを通じて前向きな一歩を応援するもの。

関連する SDGs



以 上

イベントの様子



1

Lachic

フードバンク山梨が開催する「Lachic」は、シングルマザーが自分らしく生きる場を育む場として、月1回程度開催。当行では初めて開催しました。

2

ライフプラン・マネープラン講座

5年後、10年後の教育資金や、老後資金に必要な資金や、今から始めるお金の準備についてお話をしました。



3

ヨガ講座

初心者でも楽しめるヨガのプログラムで、無理なくゆっくり体を伸ばし、リラックスした時間を過ごしました。



4

LUNCH-Vent CAFE

名物のカレーや富士桜ポークのピザなどのランチを食べながら、リラックスや情報交換の場を提供しました。

