

名前

のライフデザイン

作成年月日

年 月 日

① 最初のライフデザイン

それぞれのキーワードからイメージすることを記入しましょう。

ライフデザインを見直す時期

結婚・家庭

妊娠・出産

子育て

仕事

将来の夢

中高年

② 気づいたこと

各章を学んで気づいたことを記入しましょう。

③ これからの私

②について、これからできることを記入しましょう。

仕事

結婚・家庭

妊娠・出産

子育て

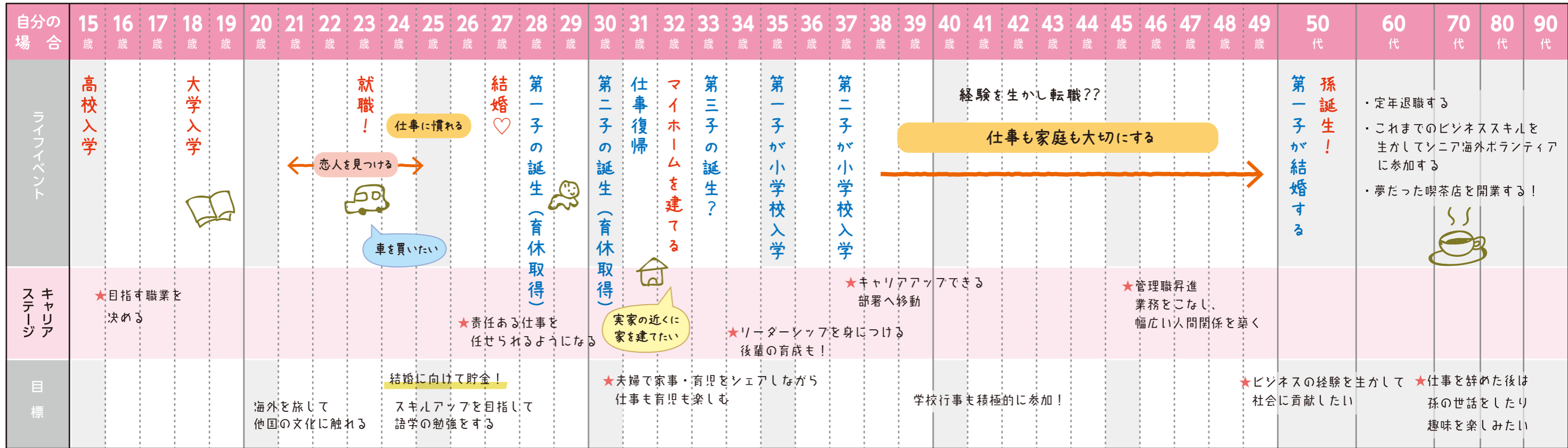
中高年

ライフデザインシートの記入例

1回目/作成年月日 ○○○○年 ×月 △日

ライフデザインを見直す時期 結婚を考える頃

- 0歳 誕生
- 6歳～ 小学校入学
- 12歳～ 中学校入学



マネープラン～ライフイベントにかかるお金のはなし

これから迎える様々なライフイベントとお金は連動しています。例えば就職や転職によって収入が増えたり、減ったりします。また、結婚や子育て、旅行や住宅購入等においては出費が伴います。同じライフイベントであってもどれくらいお金を投資するかは自分自身や家族とともに検討し、選択することが可能です。そのため、まずは平均的な支出等について把握しておきましょう。

初任給

	大学卒	高専・短大卒	高校卒
全国平均	237,300円	214,600円	186,800円

出典:厚生労働省「賃金構造基本統計調査(2023年)」
*通勤手当を含む新規学卒者の所定内給与

年代別貯蓄額

年代	単身世帯		2人以上世帯	
	平均	中央値	平均	中央値
20代	121万円	9万円	249万円	30万円
30代	594万円	100万円	601万円	150万円
40代	559万円	47万円	889万円	220万円

出典:金融広報中央委員会「家計の金融行動に関する世論調査(2023年)」

結婚費用

	結納式の費用	挙式・披露宴・パーティ	新婚旅行(2人分)
全国(推計値)	20.6万円	327.1万円	43.4万円
東海	34.0万円	332.5万円	42.0万円

出典:リクルートプライダム総研「ゼクシィ結婚トレンド調査2023」

出産費用

	平均値	中央値
全国	482,294円	470,650円
岐阜県	466,542円	468,880円

出典:社会保障審議会医療保険部会「全施設・正常分娩 都道府県別出産費用(令和4年度)」

出産後、出産育児一時金として50万円が給付されます。

こどもの教育費(幼稚園～高校まで)

区分	高校まで合計(12年間)	学習費総額		
		小学校(6年間)	中学校(3年間)	高校(3年間)
すべて公立	5,744,201円	公立	公立	公立
高校だけ私立	7,357,486円	2,112,022円	1,616,317円	1,543,116円
小学校だけ公立	10,496,864円	私立	私立	私立
すべて私立	18,384,502円	9,999,660円	4,303,805円	3,156,401円

出典:文部科学省「令和3年度子供の学習費調査」

住宅購入費

	全国	東海圏
建売住宅 購入価格	3,719.0万円	3,151.1万円
マンション 購入価格	4,848.5万円	4,434.9万円

出典:住宅金融支援機構「2022年度フラット35利用者調査」

老後の生活にかかる費用

(夫婦2人で暮らす場合)

	月額
最低日常生活費	23.3万円
ゆとりある老後生活費	38.4万円

出典:公営財団法人生命保険文化センター「生活保障に関する調査(2022年)」

1 回目

- 0歳 誕生
- 6歳～ 小学校入学
- 12歳～ 中学校入学

名前 _____

のライフデザインシート

1回目 / 作成年月日 _____ 年 月 日

ライフデザインを見直す時期

自分の場合	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳	23歳	24歳	25歳	26歳	27歳	28歳	29歳	30歳	31歳	32歳	33歳	34歳	35歳	36歳	37歳	38歳	39歳	40歳	41歳	42歳	43歳	44歳	45歳	46歳	47歳	48歳	49歳	50代	60代	70代	80代	90代										
ライフイベント																																																		
キャリアステージ																																																		
目標																																																		

2 回目

- 0歳 誕生
- 6歳～ 小学校入学
- 12歳～ 中学校入学

2回目 / 作成年月日 _____ 年 月 日

ライフデザインを見直す時期

自分の場合	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳	23歳	24歳	25歳	26歳	27歳	28歳	29歳	30歳	31歳	32歳	33歳	34歳	35歳	36歳	37歳	38歳	39歳	40歳	41歳	42歳	43歳	44歳	45歳	46歳	47歳	48歳	49歳	50代	60代	70代	80代	90代												
ライフイベント																																																				
キャリアステージ																																																				
目標																																																				