

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

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。

ライフデザインシートの記入例

- 0歳 誕生
- 6歳～ 小学校入学
- 12歳～ 中学校入学

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	高校入学			大学入学				就職！ 仕事に慣れる		結婚！ ♡		第一子の誕生（育休取得）		第二子の誕生（育休取得）		第三子の誕生？		マイホームを建てる		第三子の誕生？		第一子が小学校入学		第二子が小学校入学													第一子が結婚する										
キャリア	★目指す職業を決める								←恋を見つける→				★責任ある仕事を任せられるようになる		★キャリアアップできる部署へ移動					★リーダーシップを身につける後輩の育成も！																											
目標						海外を旅して他国の文化に触れる			結婚に向けて貯金！				★夫婦で家事・育児をシェアしながら仕事も育児も楽しむ																																		

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	228,500円	202,300円	181,200円

出典：厚生労働省「賃金構造基本統計調査（2022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	176万円	20万円	214万円	44万円
30代	494万円	75万円	526万円	200万円
40代	657万円	53万円	825万円	250万円

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（2022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）	16.6万円	303.8万円	29.6万円
東海	17.3万円	295.6万円	28.3万円

出典：リクルートプライダグル総研「ゼクシィ結婚トレンド調査2022」

出産費用

	平均値	中央値
全国	505,759円	493,400円
岐阜県	482,591円	485,660円

出典：国民健康保険中央会「平成28年度 正常分娩の平均的な出産費用について」

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	3,604.9万円	3,138.6万円
マンション 購入価格	4,528.5万円	4,261.9万円

出典：住宅金融支援機構「2021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）」



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



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