

名前

のライフデザイン

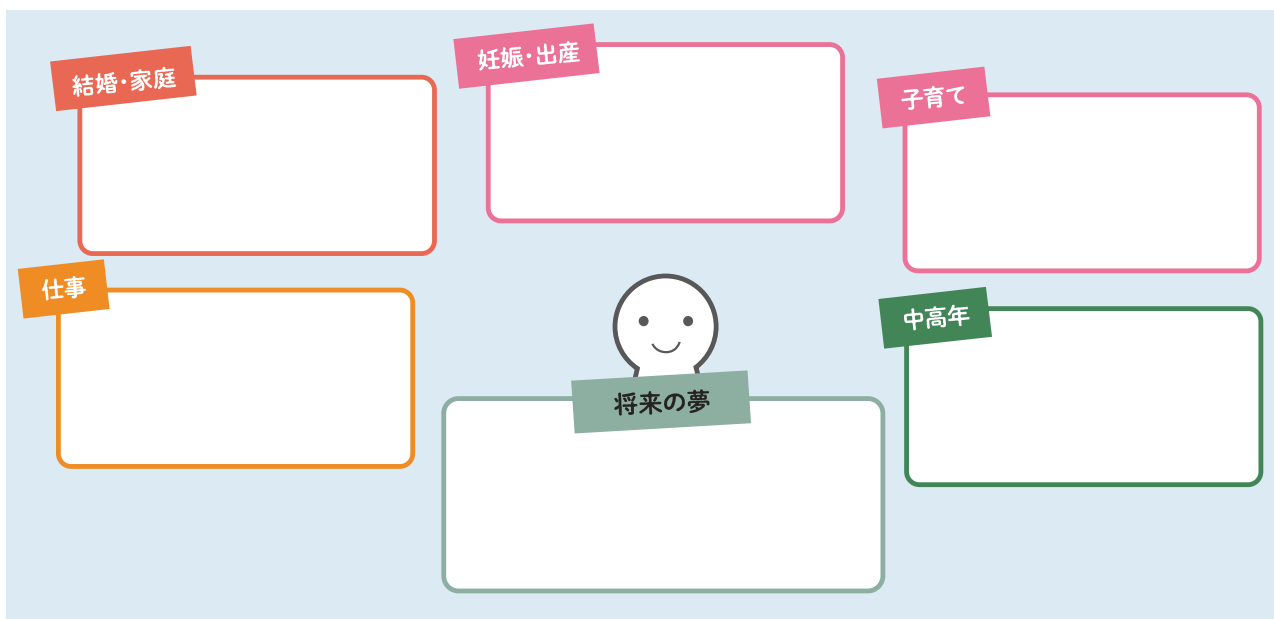
作成年月日

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。

仕事		➡	
結婚・家庭		➡	
妊娠・出産		➡	
子育て		➡	
中高年		➡	

- 0歳 誕生
- 6歳～ 小学校入学
- 12歳～ 中学校入学

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

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	恋人を見つける	結婚！ 第一子の誕生（育休取得）			第二子の誕生（育休取得）	仕事復帰 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																		孫誕生！ 第一子が結婚する					
キャリアステージ	★目指す職業を決める												★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！													★管理職昇進業務をこなし、幅広い人間関係を築く							
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！	スキルアップを目指して語学の勉強をする					★夫婦で家事・育児をシェアしながら仕事も育児も楽しむ																		★ビジネスの経験を生かして社会に貢献したい			★仕事を辞めた後は孫の世話をしたり趣味を楽しみたい			

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	学式・披露宴・パーティ	新婚旅行（2人分）
全国（推計値）	43.9万円	343.9万円	61.6万円
東海	10.3万円	348.0万円	73.2万円

出典：リクルートブライダル総研「ゼクシィ結婚トレンド調査2024」

出産費用

	平均値	中央値
全 国	506,540円	497,420円
岐阜県	498,670円	501,150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5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	5,963,096円	公立	公立	公立
高校だけ私立	7,253,003円	2,017,378円	1,626,213円	1,787,328円
小学校だけ公立	10,804,289円	私立	私立	私立
すべて私立	19,761,305円	10,974,394円	4,671,589円	3,077,235円

出典：文部科学省「令和5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	3,603.2万円	3,055.1万円
マンション 購入価格	5,245.4万円	4,732.3万円

出典：住宅金融支援機構「2023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

● 6歳～

● 12歳～

誕生

小学校入学

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

● 6歳～

● 12歳～

誕生

小学校入学

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																																								