

ライフデザインシート

現役期 18~65歳

西暦		2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035	2036	2037	2038	2039	2040	2041	2042	2043	2044	2045	2046	2047	2048	2049	2050	2051	2052	2053	2054	2055	2056	2057	2058	2059	2060	2061	2062	2063		
年齢		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	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65		
個人イベント	けんた																																																		
	しおり	18	19	20																																															
	第一子																																																		
	第二子																																																		
家族イベント	生活費																																																		
	住居関連																																																		
	車																																																		
	娯楽																																																		
	支出合計																																																		
給与	けんた																																																		
	しおり																																																		
収入合計																																																			

お小遣い3.5万円/月と車の維持費2万円/月の12ヵ月分の合計(万円)

ご家族の名前・年齢を書き込みましょう!

子どもの教育費(万円)

年間の想定支出を見える化!(万円)

項目で分けて整理◎

個人・家族の年間支出の合計(万円)

収入予測を入れてください

将来の趣味や習慣を想像するの◎

イベント実施のタイミングを想定◎

楽しむイベントも忘れずに!

教育過程や習い事の想定など

わくわくする未来を自由に描きましょう!

20代の目標

新婚生活を楽しもう！
ひとりめ出産の準備を万全に。
2年後にふたりめ前向きに検討！

30代の目標

子育てを楽しみつつ、仕事も頑張る！
夢のマイホーム購入!!!

40代の目標

一番お金がかかる時期。
管理職に昇進し年収アップを狙う！
健康第一！運動をサボらない。

50代以降の目標

自分たちの時間を大切に！
仕事以外の趣味（キャンプや旅行!）を
充実させる！

ライフデザインシート

★ 現役期 18~65歳

西暦	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	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	
個人イベント																																																	
家族イベント																																																	
支出合計																																																	
給与																																																	
収入合計																																																	

20代の目標

30代の目標

40代の目標

+

50代以降の目標

ライフデザインシート

🌸 シニア期 66～100歳

西暦	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
個人イベント																																			
家族イベント																																			
支出合計																																			
給与																																			
収入合計																																			

人生で成し遂げたい目標