

キャリアデザイン研修

～ライフプラン・ワークプランから考える～

問題

あなたは100万円を持っています。

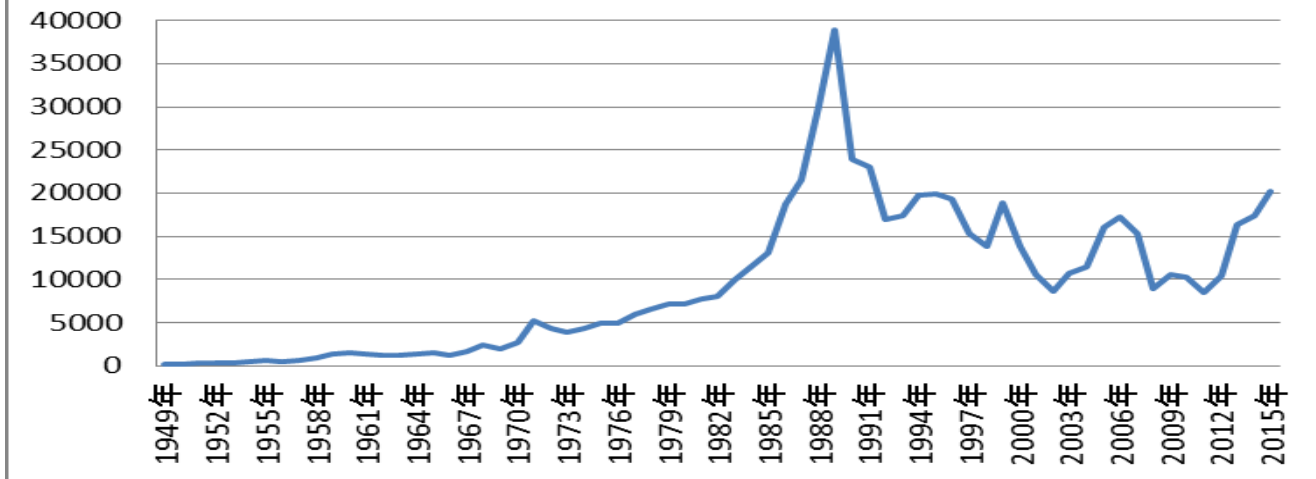
普通預金に預けました。

2倍になるのに

何年かかるでしょう？

株価・金利

日経平均株価の推移



72の法則!?

政策金利の推移



参考) 日本銀行HP

時流を知る

	昔(1989年)	今
人口	約1億2320万人	約1億2696万人
高齢化率	()	()
株価	38,915円 (1989年12月29日)	()
金利	()	()
仕事	年功序列	能力主義へ
公的年金(受給額・年齢)	()	()
65歳の人の平均寿命	男性: 女性:	男性: 女性:
その他		人工知能(AI)・インターネットオブシンキング

ライフプランの代表例

20代

30代

40代

50代

60代～

社会的自立期

世帯形成期

家族成長期

家族成熟期

定年退職・老後期

- ・社会人生活がスタート

- ・貯蓄の仕組み作りや習慣を付ける第一歩

- ・結婚や子供の誕生
妻の勤務形態はどうするか

- ・ライフプランを考え始める時期

- ・老後資金の準備をスタートさせる時期

- ・子どもが成長し独立。夫婦だけの生活へ

- ・少しずつ健康への不安がでてくる

- ・親の介護

- ・定年退職を迎える

- ・住宅ローンの完済や、自宅のリフォームをする

- ・介護への備えや相続対策に関心をもつ時期

ワークプラン！

人生の三大資金(+ONE)

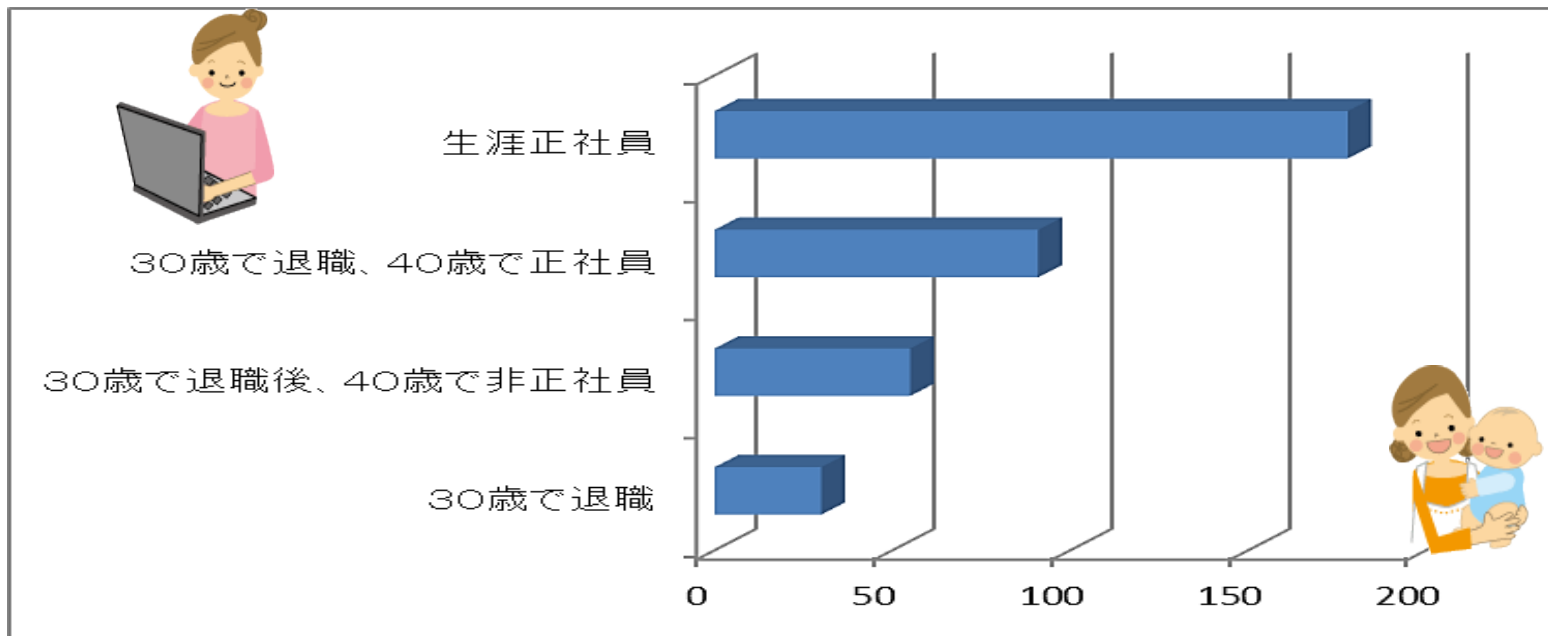
三大資金

	結婚資金	約	万
}	教育資金	約	万
	マイホーム購入資金	約	万
	リタイア後の資金 ※夫婦2人の場合	約	万

働き方の違いによる収入の違い

女性の働き方別 平均生涯賃金

単位:百万円



参考:OCNマネー 家庭のマネー学

- 雇用環境の変化
- 転職のリスク!?
- 専業主婦は贅沢な時代!?

これからは・・・

女性活躍社会へ!

～グループディスカッション・発表～

テーマ

「ライフプラン・ワークプランについて」

- ①「ライフプラン・ワークプラン」の男女の違いは？
- ②「
」のメリット・デメリット？
- ③今後の男女の生き方ってどうなる？
- ④将来、仕事はどうしたい？働き方は？目指すものは？
- ⑤将来のお金の準備はいつから始める？
- ⑥何のために働く!?

今と昔の
違いは？

どんな人生を
送りたい？



福岡家のライフプラン

キャッシュフロー表

現在 1年後 2年後 3年後 4年後 5年後 6年後 7年後 8年後 9年後 10年後 11年後 12年後 13年後 14年後 15年後 16年後 17年後 18年後 19年後 20年後

2014 2015 2016 2017 2018 2019 2020 2021 2022 2023 2024 2025 2026 2027 2028 2029 2030 2031 2032 2033 2034

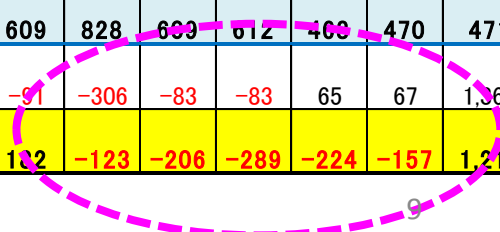
福岡 貴博	40歳	41歳	42歳	43歳	44歳	45歳	46歳	47歳	48歳	49歳	50歳	51歳	52歳	53歳	54歳	55歳	56歳	57歳	58歳	59歳	60歳
留美子	36歳	37歳	38歳	39歳	40歳	41歳	42歳	43歳	44歳	45歳	46歳	47歳	48歳	49歳	50歳	51歳	52歳	53歳	54歳	55歳	56歳
美香	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳	23歳	24歳	25歳

ライフイベント	貴博	・マイホーム購入 ・車買換え ・海外旅行 ・車買換え ・車買換え ・定年退職																			
	留美子																				
	美香 (変動率)	・小学校入学 ・中学入学 ・高校入学 ・大学入学 ・就職																			

収入	給与	0.7%	470	473	477	480	483	487	490	494	497	500	504	507	511	515	518	522	525	529	533	537	540
	退職金																						1,300
収入計			470	473	477	480	483	487	490	494	497	500	504	507	511	515	518	522	525	529	533	537	1,840

支出	基本生活費	0.7%	216	218	219	221	222	224	225	227	228	230	232	233	235	237	238	240	242	243	245	247	248	
	住居費	0.0%	96	627	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127
	教育費	1.0%	51	51	41	31	31	32	32	32	63	52	53	68	57	58	172	143	144	146				
	保険料	0.0%	48	48	48	48	48	72	72	72	72	72	72	72	72	72	72	96	96	96	96	96	96	96
	一時的な支出	0.7%					206		21			213						222						

支出計			411	944	435	427	634	455	477	458	490	694	484	500	491	494	609	828	609	612	469	470	471
年間収支			59	-471	42	53	-151	32	13	36	7	-194	20	7	20	21	-91	-306	-83	-83	65	67	1,369
貯蓄残高		0.8%	800	334	379	435	287	321	337	376	386	195	217	226	248	271	132	-123	-206	-289	-224	-157	1,212



MYライフプランを作成しよう！

手順1. 家族の名前、年齢を入力する。

手順2. ライフイベントを入力する。

手順3. 収入を入力する。※可処分所得(手取り)で！

手順4. 支出(基本生活費、住居費、教育費、
車の購入費、その他)を入力する。

手順5. 現在の貯蓄額を入力する。

賢いお金の増やし方・育て方

①

目指す

②

スリム化

③

働いてもらう

①

目指すには？

で変化を巻き起こす

夫婦の働き方、協力体制について

の働き方

②

スリム化するには？

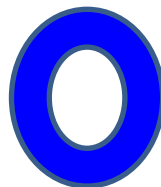
していますか？



収入

—

=



収入

—

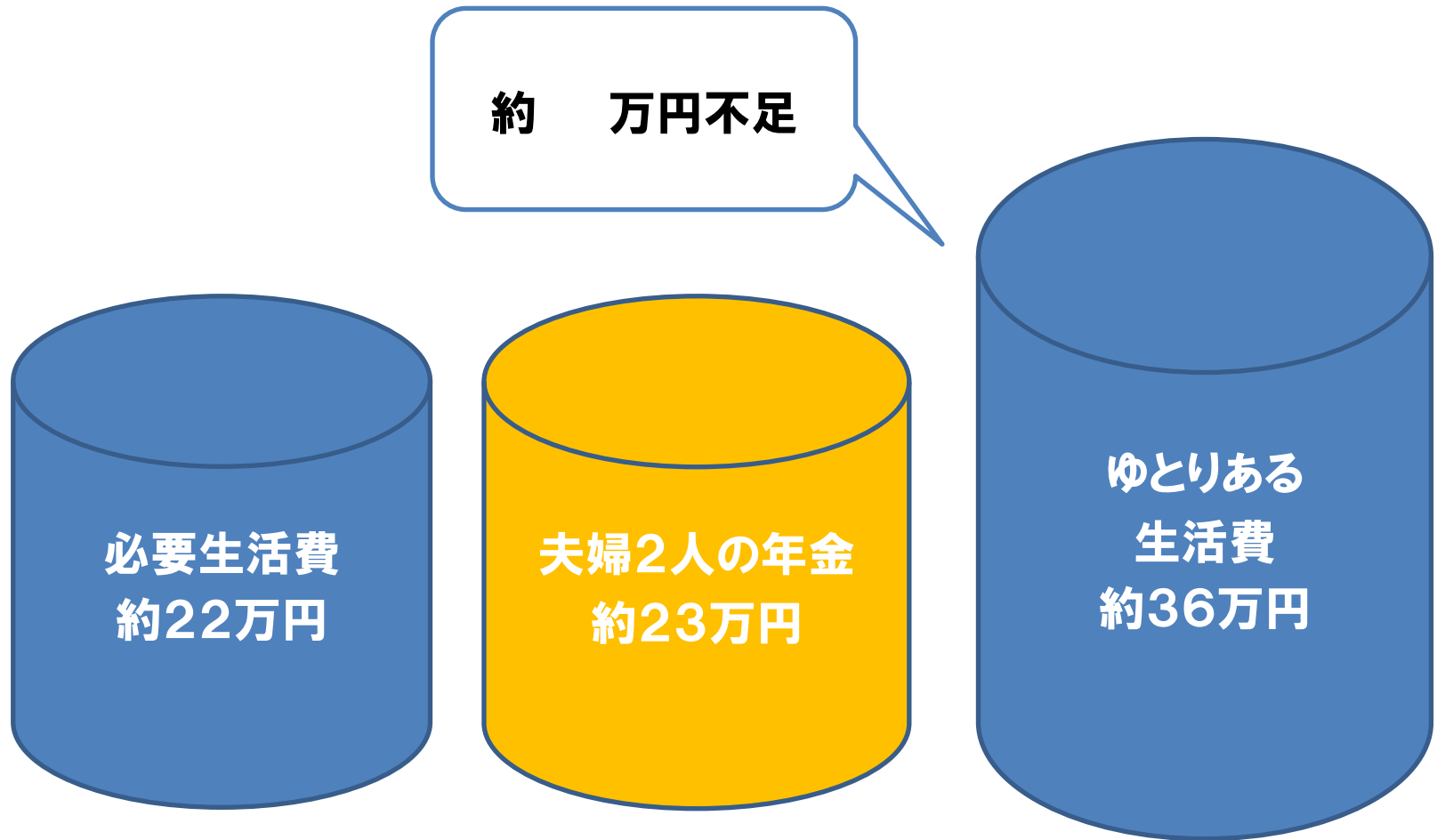
=

毎月2万円の積立

※1年複利

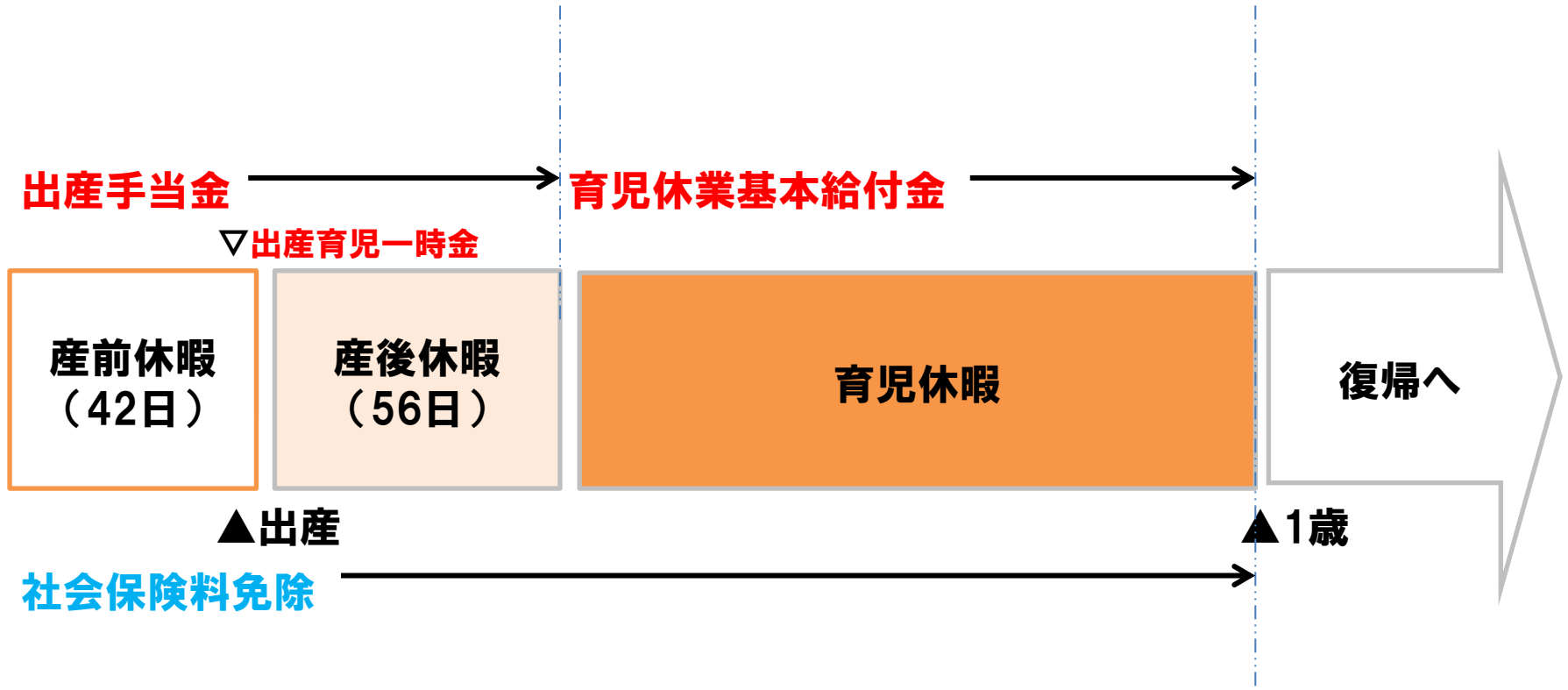
利回り・年数	10年後	20年後
積立額	240万	480万
0.02%	240.2万	481.0万
3%	280.2万	621.5万
5%	311.9万	825.5万

リタイア後の月々の生活費



生命保険文化センター平成22年度「生活保障に関する調査」
厚生労働省HP「報道発表資料」平成24年度より

出産前後の給付



未来の自分のために・・・

10年後の自分は？

5年後の自分は？

今やっていること、今後すべきことは？