

# 私と家族の「人生の見取り図」

経過年数		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	～15	～20	～30	～40	～50
西暦		2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2042	2047	2057	2067	2077
私	年齢																
	学年																
夫	年齢																
	学年																
子1	年齢																
	学年																
子2	年齢																
	学年																
子3	年齢																
	学年																
ライフイベント (進学・就職・退職・住宅購入など家族の行事)																	
その他																	
大切にしたいこと・やりたいこと	「母」として																
	「妻」として																
	「自分」として																

# 私と家族の「人生の見取り図」 記入例

経過年数	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
西暦	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	
私 春子	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	
夫 隆	50	51	52	53	54	55	56	57	58		60	61	62	63	64	
子1 太郎	年齢	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
	学年	大1	大2	大3	大4											
子2 次郎	年齢	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	学年	高1	高2	高3	大1	大2	大3	大4								
子3 ー	年齢															
	学年															
ライフイベント (進学・就職・退職・住宅購入など家族の行事)	仕送りスタート			長男就活 2人暮らしへ			次男就活							夫定年退職	世界1周旅行	
その他				東京オリンピック												
大切にしたいこと・やりたいこと	「母」として	次男が卒業するまでの6年は仕送りを頑張る—————→						母卒業!								
	「妻」として	夫との関係を見直す	2人での生活を楽しむ→													
	「自分」として	やりがいを見つけたい				働き方を減らして趣味を重視										