

「やりたい」「なりたい」から 始めよう

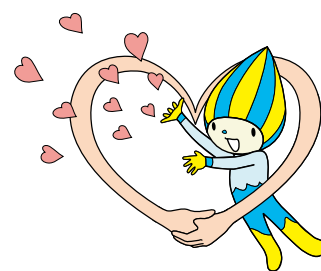
ーライフデザインを知る・考えるー

岐 阜 県

みんなの意見で、
よりよい岐阜県に！



みなさんがふだん思っていることや
感じていることをきかせてください
きかせていただいた意見は、
岐阜県をよりよくするためにいかします



自分らしい ライフデザインを えがこう

10年後、20年後…の未来の自分を想像したことはありますか？

どこで、だれと、どんなことをしているのでしょうか？

これからの人生の中で、進学、仕事、結婚、子育てなど、ライフステージごとに選択をしなければならない様々な場面に出会います。その際自分が「こうしたい」と思う選択をできるようにするためにも、どのような生き方をしていきたいか「ライフデザイン」をあらかじめ考えることが大切です。

例えば、旅行ではじめての場所へ出かけるとき、どんな準備が必要でしょうか？その場所までの行き方を調べたり、名所やお勧めのお店をチェックしたり…。楽しく充実した旅行になるよう、情報を集め、旅行の計画を立てると思います。ライフデザインにおいても同じで、情報を集め、計画を立てることが重要です。ルートの選択肢は多様にあり、それぞれがどういうルートを選ぶかは自由です。また、その時々で自分の歩みたいと思うルートも変わるものです。

この冊子は、ライフステージに関連するデータや情報を掲載し、皆さんがライフデザインを考えるヒントを示しています。

より多様な考え方、生き方を感じるためにも、この冊子を使って友達と話し合ってみましょう。

皆さんが自分らしい未来をつくっていくための一歩となれば幸いです。

岐阜県はライフデザインを実現する場として、さまざまな魅力があります。



森林率 全国 **2** 位

持ち家率 全国 **6** 位 住宅の広さ 全国 **10** 位

森林や長良川をはじめとする清流など自然の豊かさは随一です。持ち家率も高く、マイホームを実現しやすい環境です。

進路・仕事



有効求人倍率

全国 **6** 位

有効求人倍率の高さは全国でも高い水準で、豊富な就職先の中から自分に合った仕事を探せます。

家庭



共働き世帯割合

全国 **13** 位

※共働き世帯は全国に見ると比較的高両立しやすい環境です。世帯のうち、夫・妻とも就業している割合

妊娠・出産・子育て



保育所待機児童数

※5 **1** 人

保育所等の待機児童数が少なく、働きながら子育てしやすい環境です。

中高年



健康寿命

男性：全国 **9** 位
女性：全国 **3** 位

健康寿命は全国でも高い水準。多くの人が年齢を重ねても健康な暮らしを送っています。

※1：林野庁(2017年)、※2：住宅・土地統計調査(2023年)、※3：一般職業紹介状況(2024年11月時点)、※4：国勢調査(2020年)

※5：岐阜県(2024年4月1日)、※6：厚生労働省「健康日本21(第三次)推進専門委員会資料(2022年)」

目次

1 はじめに	
自分らしいライフデザインをえがこう	P1
目次・冊子の使い方	P3
2 ライフデザインについての情報を学ぼう	
仕事1:将来を考える上で大切なことは？	P4
仕事2:働くことについて考えてみよう	P5
結婚:いまどきの結婚って？	P7
家庭:将来どんな家庭をつくりたい？	P9
家庭・仕事:家庭と仕事のバランスは？	P11
妊娠・出産1:子どもを持つ人生について考えてみよう	P13
妊娠・出産2:妊娠・出産の適齢期は？	P15
子育て1:子どもが生まれたらどう変わる？	P17
子育て2:岐阜県の子育て支援	P19
中高年:中高年期をどう生きる？	P21
3 ライフデザインを考えよう	
最初のライフデザイン作成及び各章で気づいたこと	P23
ライフデザインシート	P24

冊子の使い方

STEP1

まず巻末の「最初のライフデザイン」にそれぞれの場面ごとの現在の自分が考える将来イメージを書いてみましょう。

該当ページ P.23

STEP2

ライフデザインを描くための情報を読み、それぞれの問いかけについて考えてみましょう。

該当ページ P.4~22

STEP3

巻末の「各章で気づいたこと」に、それぞれ気づいたことを書いてみましょう。

該当ページ P.23

STEP4

ライフデザインシートに、より具体化したかたちで、自分のライフデザインを考えて書いてみましょう。

該当ページ P.24~25

ライフデザインは今後変わっていくものです。時々で見直し、より自分に合ったライフデザインにしていきましょう。

仕事1



将来を考える上で大切なことは？

☒ 自分の将来のために、今できることをイメージして実践してみよう

将来について気がかりなことは？

全国の高校2年生を対象に、将来について気がかりなことがあるかと尋ねたところ、全体の7割が「ある」と回答しています。

その内容は、就職や仕事への不安、職場の人間関係に対する不安、将来への夢や働き方に対する不安など、様々な不安を抱えていること分かります。

図1 高校生の将来について気がかりなこと(全国)

- 1位 就きたい職業に就くことができるか(58.6%)
- 2位 十分な収入が得られるか(50.6%)
- 3位 職場の人間関係がうまくいくか(44.3%)
- 4位 就きたい職業が思いつくか(39.8%)
- 5位 そもそも就職することができるか(30.7%)

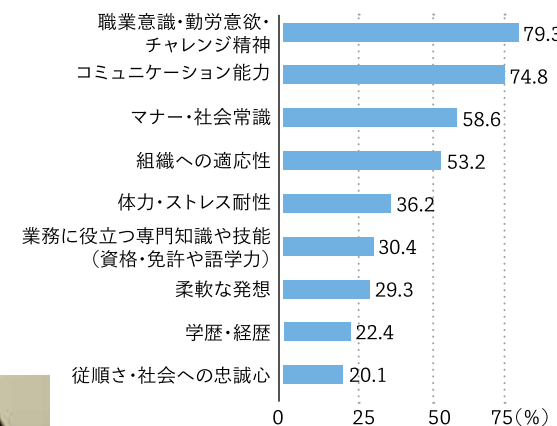
出典:(一社)全国高等学校PTA連合会(株)リクルート調べ
「高校生と保護者の進路に関する意識調査(2023年)」

企業が求める人材って？

企業は、採用選考で、「学歴」より、職業意識・勤労意欲・チャレンジ精神といった「やる気」「自ら考え実行できる積極性」、周囲の人たちとの関わり合いの中で円滑に業務を遂行できる「コミュニケーション能力」を重視しています。

しかしこれらは、すぐに身につくものではありません。日々の生活の中で意識していくことが大切なのです。求められる人材になるために、今できること、これから取り組んでいきたいことを考えてみましょう。

図2 正社員の採用選考にあたり重視した点別事業所割合(全国)



出典:厚生労働省「若年者雇用実態調査(2023年)」
(注)数値は新卒者に対して重視した点の割合

INTERVIEW

かたちに残るものづくりという仕事

イビデン株式会社 国枝 賢治さん(取材時)
(岐阜県大垣市)



高校で理系の楽しさを感じ、物理学の専攻のある県外の大学に進学を決めました。地元の大学に進学する人が私の周りに多く、不安もありましたが、新しい環境でチャレンジできることへの期待も大きかったです。

その後、就職活動ではかたちに残るものづくりに関わりたいという想いを胸に、先進技術を扱う今の会社に魅力を感じ、就職しました。地元に戻ってきて、昔の友達などと再度つながり、大学進学させてくれた家族に恩返しもできて良かったです。

仕事では、スマートフォンを中心とした電子機器の基板開発を担当しており、自分の考えた通りに開発ができたときは達成感があります。海外のグループ会社と連携して開発を進めており、今後は海外で仕事をしてみたいという想いもあります。

岐阜県におけるサポート情報

Uターンの方の奨学金制度があります

清流の国ぎふ 大学生等奨学金

将来、岐阜県にUターンし、岐阜県で活躍する意志のある方に奨学金を貸与します!詳しくは県のホームページをご覧ください。



働くこと について 考えてみよう

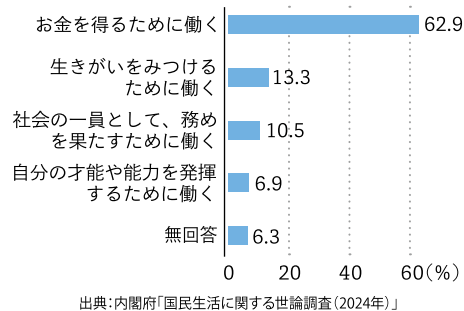
- ☑ 周りの働いている人に、働く意義について尋ねてみましょう
- ☑ 仕事を取り巻く現状と、今働いている人たちの直面している問題点について考えてみましょう

働く目的・将来の職業を考えよう

全国の18歳以上の方を対象に「働く目的」を聞いたところ、働くことに対して、「お金を得ること」に次いで、生きがいを見つけることなど「働く意義そのもの」を考えている人が多いことが分かります。

職業選択は、長い社会人生活のスタートです。自分に合った職業や職場を見つけるため、業種や職種に先入観を持たず、視野を広く持つことが大切です。

図3 働く目的は何か(全国)



正規雇用と非正規雇用の違いってなに？

非正規雇用の割合は、雇用者全体の4割近くを占めており、20年前と比較すると、高い水準にあります。

それぞれの平均給与を比較すると、非正規雇用の平均給与は正規雇用の半以下になっていることが分かります。また、非正規雇用には、柔軟で多様な働き方ができるというメリットがある一方で、低賃金、不安定な雇用、能力アップの機会が少ないなどの課題があります。

【雇用形態とは？】

雇用形態には、雇用期間の定めがなく定年まで働く「正規雇用」とパートやアルバイト、契約社員など雇用期間を定めた「非正規雇用」があります。非正規雇用者の中には、正規雇用としての就職を望みながらもかなわなかった人(不本意非正規雇用)も多くいます。

非正規雇用の課題

- ◆ 正規雇用に比べて賃金が低い
- ◆ 定期昇給がない事が多い
- ◆ 社会保障制度や福利厚生が不十分
- ◆ 雇用が不安定
- ◆ 職業訓練などを受ける機会が少ない
- ◆ 非正規雇用から正規雇用に変わることが難しい

図4 年齢階級別非正規雇用比率の推移(全国)

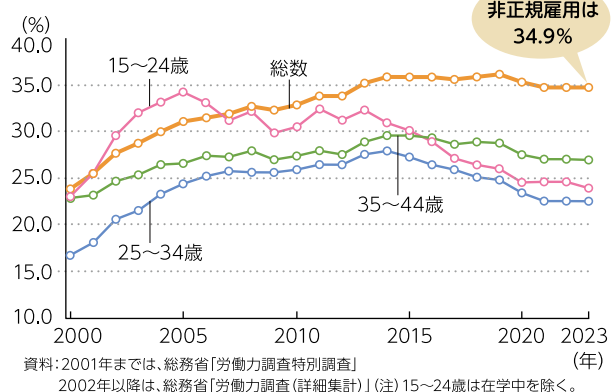
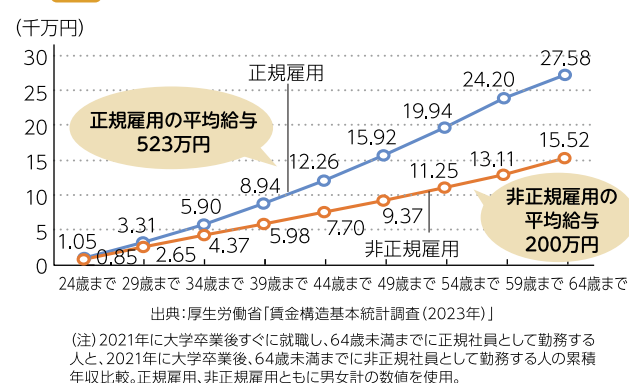


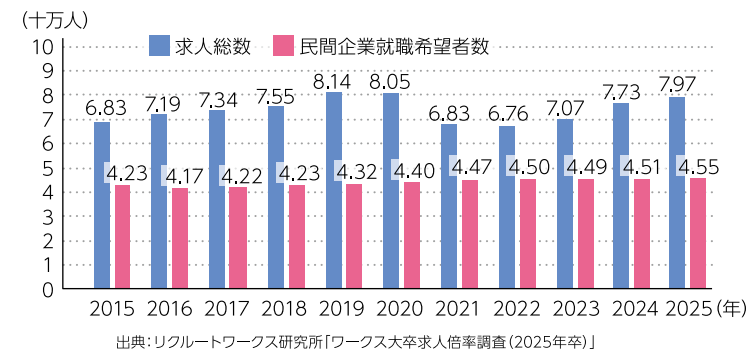
図5 正規雇用と非正規雇用の累積年収比較(全国)



雇用のミスマッチが生じているってホント？

非正規雇用者が増えている背景には、会社側の求人数と就職希望者数との間にギャップが生じる「雇用のミスマッチ」があります。これは、全国でも岐阜県でも同じ状況です。

図6 求人総数と民間企業就職希望者数の推移(全国)



【雇用のミスマッチとは？】

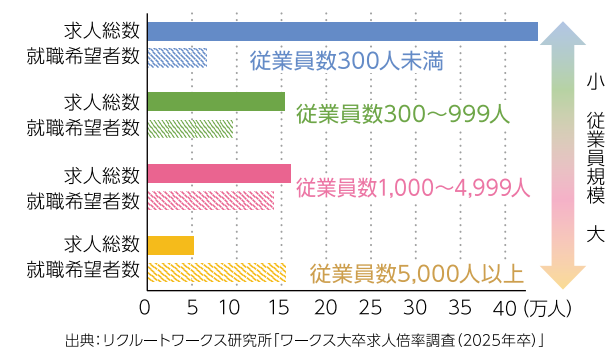
● 企業間ミスマッチ

主に従業員規模の大きな企業に就職希望者が集中する反面、規模の小さな企業では人材不足が起きている状況

● 職業間ミスマッチ

事務系の職業では就職希望者数が求人を上回る傾向にある反面、専門・技術的な職業やサービス業では人材が不足している状況

図7 従業員規模別求人総数と民間企業就職希望者数(全国)(2014年～2024年の平均)



コラム

多様化する働き方

昨今「働き方の多様化・働き方改革」は、社会的テーマになっています。雇用・勤務形態が多様化し、正社員、契約社員、派遣社員、パートタイム、アルバイトなど様々な働き方とともに、フレックスタイムや時短勤務、テレワークなど時間や場所にとらわれない働き方により、働く形の選択肢が広がっています。

サポステ (岐阜県若者サポートステーション)

サポステは、15歳～49歳までの就労を目指す無業状態の方、学校卒業見込み、中退された方またはその保護者の社会的・職業的自立をサポートする窓口です。キャリアカウンセリング、メンタルカウンセリングその他のプログラムにより、一人ひとりの状況に応じた支援を提供しています。



岐阜県におけるサポート情報

就職相談や就労支援などお手伝いします

ジンチャレ！ (岐阜県総合人材チャレンジセンター)

岐阜県内で就職・就労を希望する方の相談に経験豊富なキャリアカウンセラーが対応します。その他にも就活に役立つセミナーの開催など様々な求職者支援を提供しています。若年から中高年の方まで、どなたでも無料でご利用いただけます。



ハローワーク(公共職業安定所)

職業紹介や就職支援サービスのほか、雇用保険に関する手続きや助成金の支給、公共職業訓練のあっせんなどを無料で行っています。





いまどきの結婚って？

- ☑ 晩婚化・未婚化など、結婚を取り巻く現状を知り、豊かで希望にあふれたライフデザインづくりにつなげていきましょう
- ☑ 多様性を認め合う社会における結婚のあり方について考えてみましょう

岐阜県民の結婚についての考え方は？

岐阜県内男女に尋ねたところ、全体の7割以上が「結婚するかどうかは個人の自由である」と答えながらも、約8割は「いずれは結婚したい」と回答しています。

一方、岐阜県内で、50歳時点で結婚していない人は、男性で約4人に1人、女性で約8人に1人います。結婚していない理由について、男女とも1位は「適当な相手にまだめぐり会わないから」、次いで経済的な事情や、仕事や自分の時間をまだ優先したいという理由を挙げています。

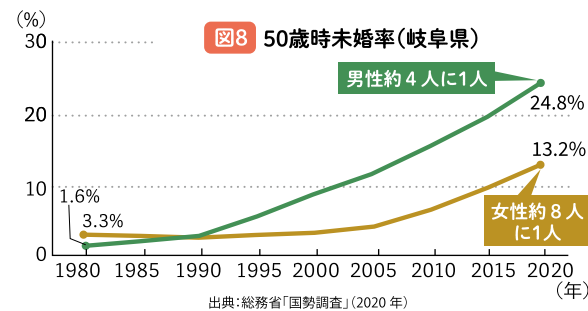


図9 未婚者が結婚していない理由(岐阜県)

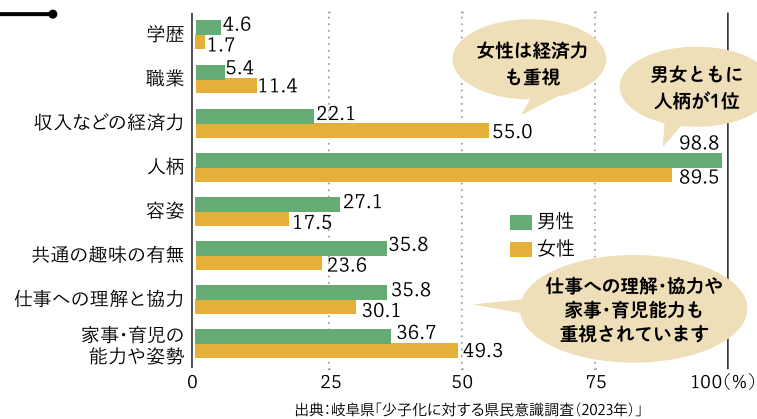
男性	女性
1 適当な相手にまだめぐり会わないから (44.8%)	1 適当な相手にまだめぐり会わないから (46.2%)
2 経済的な余裕がないから (38.5%)	2 今は、趣味や娯楽を楽しみたいから (27.1%)
3 結婚する必要性を感じないから、独身の自由や気楽さを失いたくないから (24.6%)	3 結婚する必要性を感じないから (25.0%)

出典：岐阜県「少子化に関する県民意識調査(2023年)」

理想の結婚相手ってどんな人？

岐阜県内の独身男女が結婚相手の条件として重視することの1位は、男女ともに「人柄」です。それ以外にも、どのような結婚生活をイメージしているか、何を大事にしたいかで、相手に求めることは変わってくるようです。

図10 独身男女が結婚相手の条件として重視すること(岐阜県)



コラム

多様性を認める社会に ～パートナーシップ制度を知っていますか？～

あなたは「LGBT」という言葉を聞いたことがありますか？
LGBTとは、Lesbian、Gay、Bisexual、Transgenderの頭文字をとって組み合わせた言葉で、性的少数者(セクシュアルマイノリティ)を表す言葉の一つとして使われています。性的少数者(セクシュア

ルマイノリティ)には、LGBT以外にも、男女どちらにも恋愛感情を抱かない人や、自分自身の性を決められない・分からない人など、さまざまな人々がいます。
世界中の約22%の国・地域で法律上の同性婚が可能となっており、日本国内でも、お互いを人生のパートナーとして、

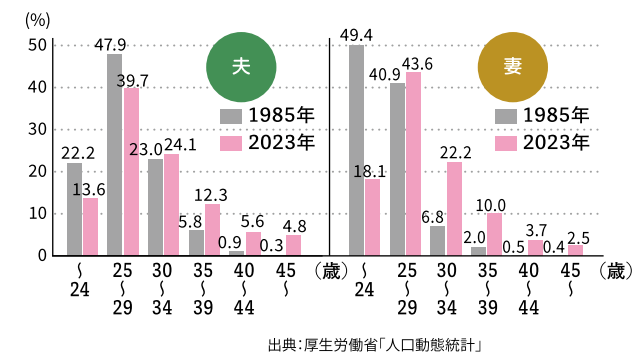
相互に協力し合う関係である性的少数者や事実婚の方に対して、結婚に相当する関係と認める「パートナーシップ(宣誓)制度」の導入を進める自治体が広まりつつあります。

みんな何歳ぐらいで結婚しているの？

岐阜県の平均初婚年齢は男性30.8歳、女性29.0歳となっており、男女ともに年々上がっています。

このような現象を「晩婚化」といい、同時に出生年齢も上がる傾向にあることから、少子化の一因とも言われています。

図11 初婚時年齢の割合(全国)



結婚の良さってなんだろう？

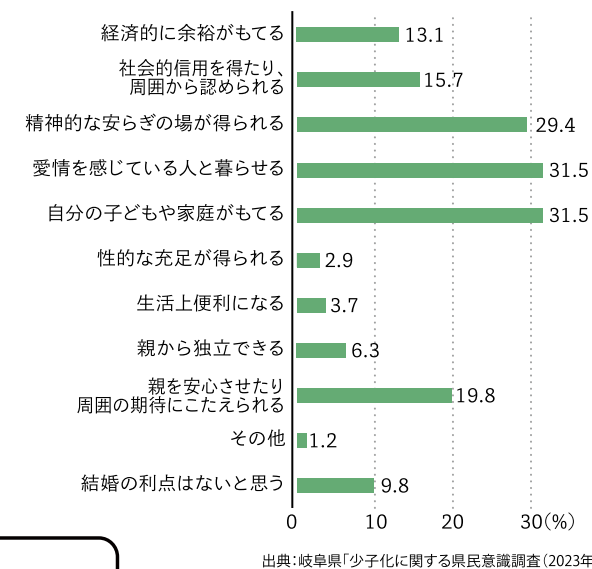
結婚に前向きな人もそうでない人もいますが、「結婚の良さ」について考えてみましょう。

県内の独身者では、

- ・好きな人と暮らせる
- ・子どもや家庭が持てる
- ・精神的な安らぎの場が得られる など

家庭や家族を持つことで、心豊かな生活を送ることができると考えている人が多いことが分かります。

図12 独身者が考える結婚の良さ(岐阜県)



INTERVIEW

ぎふマリッジサポートセンターを通してご結婚された方たちの声

●40歳女性

ぎふマリッジサポートセンターのお見合い事業で出会いました。何度かデートする中で、1回ではわからなかった良さ、考え方、優しい点がわかってよかったです。
ドラマチックな出会いを夢見た事もありましたが、誠実で私のことを大切にしてくれる夫を、私も大切にしていきたいと思います。結婚を決めるうえでいろいろ悩みもありましたが、親身になって相談にのってくれた相談員の皆さんのおかげです。ありがとうございました。

●35歳男性

いつまでに結婚したいという目標があったので、積極的にお見合いを申し込み、運命の人と出会いました。
結婚の決め手は、優しく気持ちの線がちょっと細い彼女を守ってあげたい気持ちが強くて、生涯をかけてそばにいたいと思ったからです。日常見せてくれる彼女のしぐさが大好きです。これからは、お互いに楽しく支えあっていけたらと思っています。
市が運営している結婚相談所は、費用もかからず、安心・安全でした。ありがとうございました。

岐阜県におけるサポート情報

岐阜県での出会いの場を提供します

ぎふマリッジサポートセンター

1対1のマッチング(お見合い)やイベント・セミナーの開催・情報提供により、出会いや結婚を希望する独身の男女を応援しています。





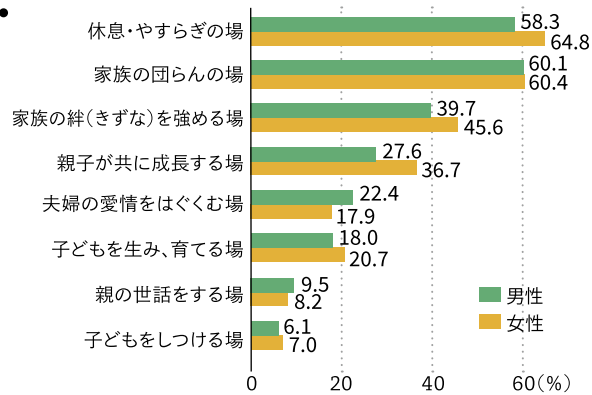
将来どんな家庭をつくりたい？

- ✔ いろいろな家族のかたちを知り、自分が将来どんな家庭を作りたいかイメージしてみましょう
- ✔ 家庭でお互いが協力してどう役割を果たすべきか、周りと話し合ってみましょう

家庭を持つ意味ってなんだろう？

全国の18歳以上の人に家庭はどのような意味をもっているか聞いたところ、男女ともに「休息・やすらぎの場」「家族の団らんの場」「家族の絆を強める場」と答えた人が多くなっています。

図13 家庭の役割(全国)



出典：内閣府「国民生活に関する世論調査(2024年)」

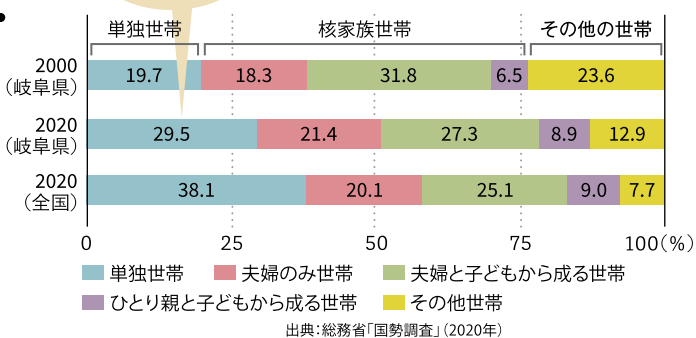
現代の家族のかたち

現代では、結婚観や家族観が多様化し、家族や夫婦のあり方が変化してきています。

若い世代が地元(地方)を離れて都市部で就職する「都市への集中化」が進み、若い世代、親世代ともに家族を構成する人数は少なくなっています。

単独世帯や夫婦のみの世帯が増加

図14 世帯構成割合



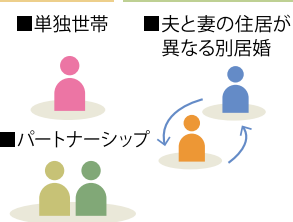
出典：総務省「国勢調査」(2020年)

図15 様々な家族の例

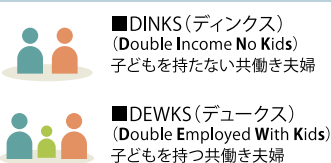
家族構成による例



住まい方による例



生活の仕方による例

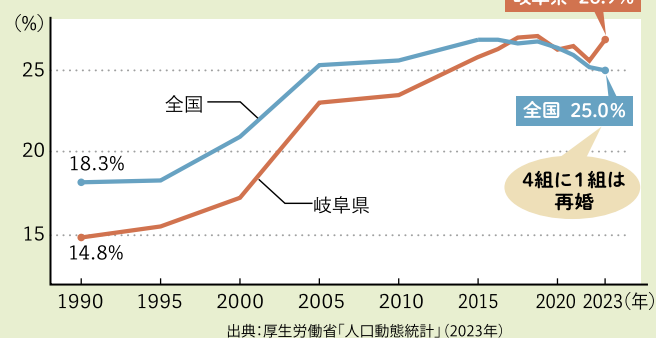


コラム

家族のかたち ～ステップファミリー～

再婚などによって、血縁関係のない親子がいる家族のことをステップファミリーと言います。結婚する夫婦の4組に1組は再婚家庭という時代。血がつながっていないくても新しい家庭で幸せに暮らしている人たちが増えています。

図16 婚姻における再婚の割合



出典：厚生労働省「人口動態統計」(2023年)

家庭での「男女共同参画」は進んでいるの？

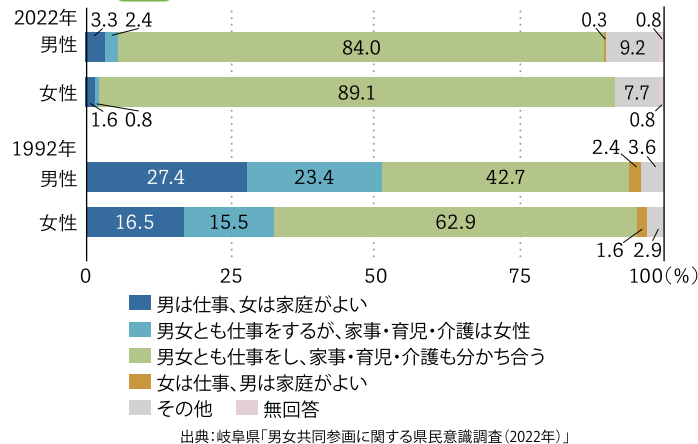
岐阜県では、「男女とも仕事をし、家事・育児・介護も分かち合う」と考える人は、男女ともに8割以上となっています。家庭での「男女共同参画」の考え方が浸透していることが分かります。

しかし、実際の状況をみると、家事・育児を主に担っている人は、妻である家庭が多いようです。パートナーとともに家庭生活を営んでいく上では、性別による固定的な役割分担の考え方にとらわれることなく、お互いの考え方を良く知り、それぞれの意見を尊重しあえる関係が理想的です。

ポイントは男女共同参画

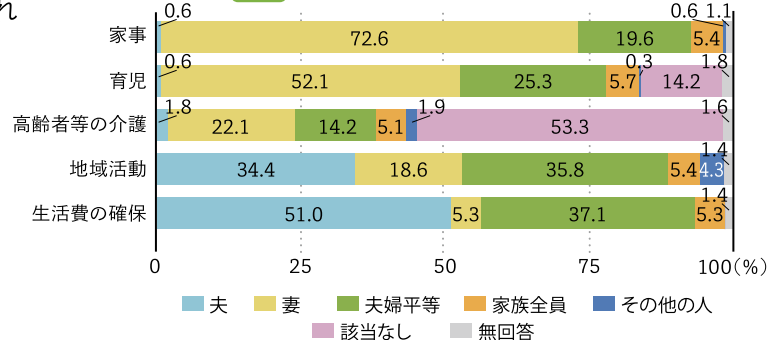
男女共同参画とは、「男性だから」「女性だから」といった考え方にとらわれることなく、男女が平等に人として等しく尊重され、自らの選択によって生き生きと活躍でき、能力と個性を発揮できることをいいます。

図17 性別によって男女の役割を決める考え方(岐阜県)



出典：岐阜県「男女共同参画に関する県民意識調査(2022年)」

図18 家事などを主に担っている人(岐阜県)



出典：岐阜県「男女共同参画に関する県民意識調査(2022年)」

コラム

アンコンシャス・バイアスって何？

アンコンシャス・バイアス(unconscious bias)は、日本語で「無意識の偏ったモノの見方」のことです。過去の経験や見聞きしたことに影響を受けて自然に培われていくため、アンコンシャス・バイアスそのものに良し悪しはありません。しかし、悪意がなくても知らず知らずのうちに相手を傷つけていることがあります。また、性別や属性で進路や仕事を決めることで、成長やキャリアに影響を及ぼすことがあります。

アンコンシャス・バイアスに関するエピソード事例 妻の誕生日に気づいたこと

妻の誕生日、いつものようにテーブルに着き、食事が始まるのを待っていました。すると、キッチンに立つ妻が、寂しそうな表情でぼつり。「今日ぐらいいは、食事の準備をしなくてもいいのかなと思っていた」家計を助けるためアルバイトを掛け持ちし、食事作りも掃除も洗濯も行う妻。僕たち家族は、それに疑問を持たず、彼女の行為に甘えてきました。「妻だから」「母親だから」、そして「女だから」と。

その他、エピソード事例はこちらから



家族旅行を楽しむ大野さん(前列右から2人目)



家庭と仕事の バランスは？

- ☑ ワーク・ライフ・バランスについて考えてみましょう
- ☑ 男女ともに、生き生きと活躍するためにはどうすればよいか話し合ってみましょう

【ワーク・ライフ・バランスって？】

近頃よく耳にする「ワーク・ライフ・バランス」をご存じですか？「仕事」と育児や介護、趣味や学習、休養、地域活動といった「仕事以外の生活」との調和を図り、その両方を充実させる働き方、生き方のことです。働いている人だけでなく、子育て中の人だけでなく、子どもがいても結婚していなくても、老若男女問わずワーク・ライフ・バランスの実現が個人、企業、社会を豊かにします。

岐阜県におけるサポート情報

毎月8のつく日は
「早く家庭に帰る日」

岐阜県では、毎月「8」のつく日を「早く家庭に帰る日」とし、ワーク・ライフ・バランスを推進しています。

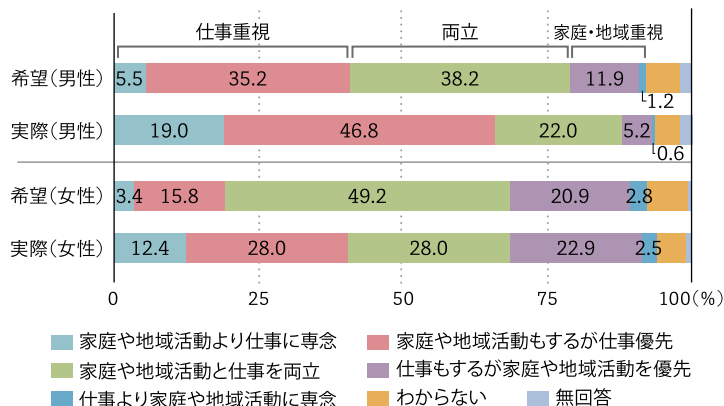


岐阜県民は、家庭と仕事、どっちも大事？

岐阜県内の男女に、家庭・地域活動・仕事についての希望と実際の状況を尋ねたところ、男性の38.2%、女性の49.2%が家庭や地域活動と仕事の両立を望んでいます。

一方で、実際に家庭や地域活動と仕事を両立していると答えた割合は男女ともに20%台にとどまっています。

図19 家庭・地域活動・仕事についての希望と実際の状況(岐阜県)



岐阜県は仕事と家庭の両立を推進しています

ワーク・ライフ・バランスの推進は、企業にとっては人材の確保・定着や、従業員の働く意欲の向上、さらには生産性アップにつながるとともに、従業員にとっては、子育ての時間や地域との関わりを持ちながら、やりがいや充実感を持って働くことにつながります。

岐阜県では、ワーク・ライフ・バランスに先進的に取り組む企業・団体を「岐阜県ワーク・ライフ・バランス推進エクセレント企業」として認定する制度を平成23年度に創設し、令和6年度までに212社を認定しています。



認定企業の具体的な取組の例

- ◆多様な働き方(時短、フレックス制度、在宅勤務等)や休暇制度の導入
- ◆所定外労働時間縮減など業務効率化
- ◆女性管理職登用など女性の活躍推進
- ◆事業所内保育など育児・介護支援

●岐阜県ワーク・ライフ・バランス推進
エクセレント企業



女性の働き方、どう考える？

結婚や子どもができた後にどう働きたいか、考えてみましょう。

全国的に共働き世帯が増えています。岐阜県の共働き世帯率は52.3%(全国47.1%)、全国13位です^(※)。岐阜県内調査では、91%が、「結婚・出産後も何らかの形で働きたい、(女性に)働いてもらいたい」と回答しています。

女性が働くためには、年間労働時間の短縮や休暇の取りやすい職場環境、柔軟な雇用形態など、柔軟な働き方を支える制度整備と、その制度を利用しやすい職場づくりが望まれています。

(※出典：総務省「国勢調査(2020年)」(注)数値は一般世帯に対する共働き世帯の割合)

図20 女性の結婚・出産後の働き方の意向(岐阜県)

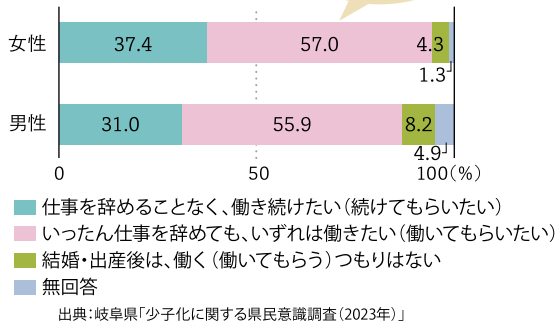
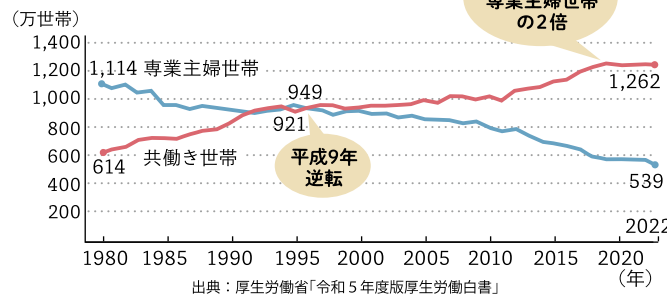


図21 男女が共に仕事と家庭を両立するために必要な条件(岐阜県)

- 1位 年間労働時間短縮、休暇の取りやすい職場環境(48.6%)
- 2位 柔軟な勤務形態(30.9%)
- 3位 社会保障制度や税制の見直し(30.6%)
- 4位 育児・介護休業を利用できる職場環境(26.6%)

出典：岐阜県「男女共同参画に関する県民意識調査(2022年)」

図22 専業主婦世帯数と共働き世帯数の推移(全国)



INTERVIEW

人に合わせたワーク・ライフ・バランスの実現

アース・クリエイト有限公司 代表取締役社長
亀山 雄樹さん(取材時：岐阜県岐阜市)

会社では、男性に対する2週間の育児特別休暇制度や子どもの義務教育が終了するまで無制限に特別休暇が取得できる制度に取り組んでいます。このほか、テレワークや時短勤務、フレックス制の導入などにも取り組んでいます。このような取組を行う前は、社員のほとんどは男性でしたが、今は女性も増やしています。私は会社を経営していく上で、何よりも人を大事にしたいと考えています。社員ひとりひとりがチャレンジ精神を持ち、自分で決断する力をつけ、仕事にやりがいを感じてほしいと思っています。そのためにも社員ひとりひとりの状況を把握し、各々に応じた働き方ができる環境を整えたいと考えています。その人が置かれている立場や状況、時期によって、ライフを重視したいとき、ワークを重視したいときがあり、その想いはライフステージに合わせて変化していくものだと思います。

私自身も息子の出生時に育休を取得しました。家族の重要なタイミングで休暇を取得し、家庭に専念できた経験をしたからこそ、次世代に繋いでいこうと思うことができます。仕事と家庭の調和が図れるよう、弊社では今後も社員さんの働きやすい環境の整備に努めていきます。

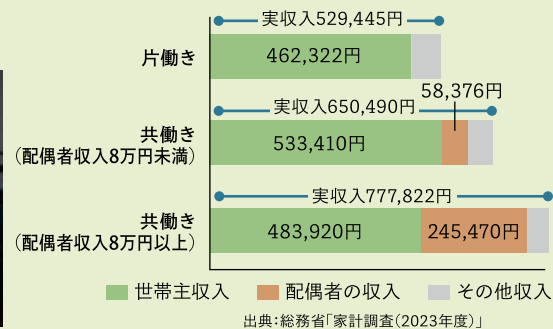


コラム

共働きと片働きで どのくらい収入が変わるの？

共働き世帯は片働きより実収入が多く、配偶者が扶養内の場合で月12.1万円(年間145.3万円)、扶養外では月24.8万円(年間298.1万円)もの差が生まれることになります。人生100年時代と言われる中で、夫婦で家計をささえあうこと、一方だけに家計を頼らないことは、病気や失業などいざというときのリスク分散にもなります。

図23 共働き世帯と片働き世帯の1ヶ月あたり収入(全国)





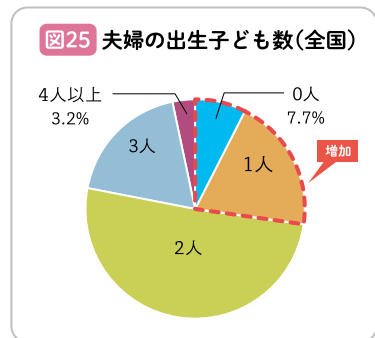
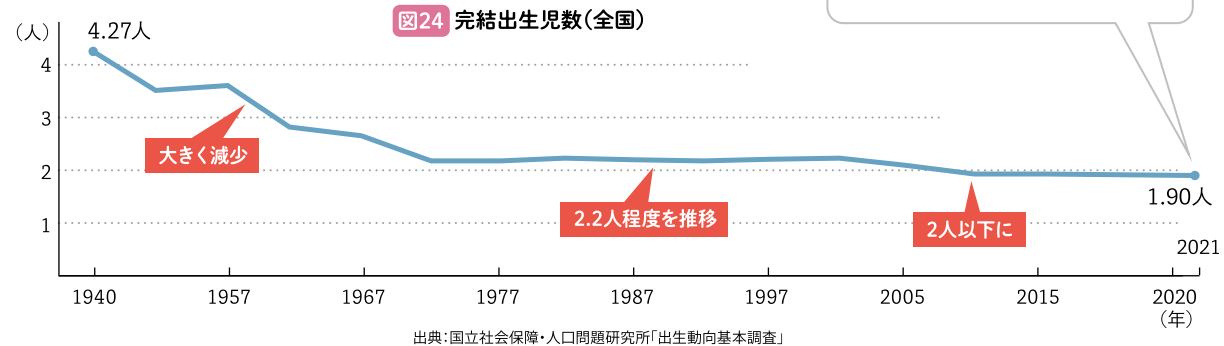
子どもを持つ人生について考えてみよう

- ☑ 周囲の人と子どもをもちたいと思っているか、またその理由を話し合ってみよう
- ☑ 岐阜県の少子化問題について、なぜ起きているか、どんな影響があるか考えてみましょう

将来欲しい子どもの数は？

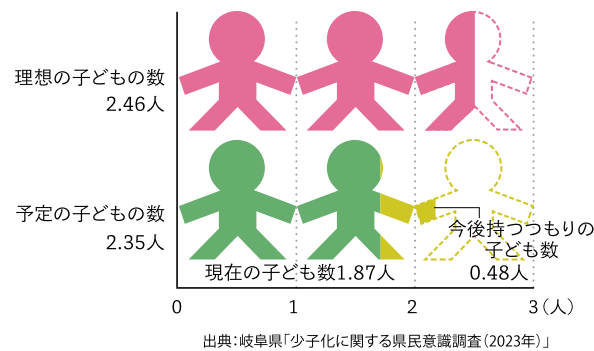
全国における夫婦の最終的な平均出生子ども数^{※1}は2010年にはじめて「2人」を下回り、2021年には1.90人となっています。子どもが2人いる夫婦が半数以上ですが、子どもを持たない夫婦や子どもが1人の夫婦も2割を超えています。

※1 完結出生児数は結婚から15～19年の夫婦の平均出生子ども数。夫婦の最終的な平均子ども数とみなされる。



岐阜県の状況を見ると、結婚(事実婚含む)している人の理想の子ども数は、2.46人です。これに対して、予定の子ども数は2.35人、現在の子どもの数は1.87人となっており、いずれも理想を下回っています。この理由を次で見えていきましょう。

図26 夫婦の理想の子ども数と予定の子ども数(岐阜県)



コラム

家族のかたち

～特別養子縁組で子どもを迎える～

子どもを授かりたい・子育てをしたいと望むカップルがいる一方で、さまざまな事情で養育を受けることができない子どもたちもいます。そういった大人と子どもが家族となるための選択肢として「里親制度」や「特別養子縁組」があります。特別養子縁組とは、子どもの福祉を目的として実の親との親子関係を戸籍上も終了、養親の実子として記載される

制度です。

日本ではまだ馴染みが薄いですが、海外では養子縁組が盛んに行われており、一つの家族のかたちとして浸透しています。日本でも晩婚化等により不妊に悩む夫婦の増加や、同性婚への理解が広がっていることから、将来的に特別養子縁組によって家族となる選択肢が一般的になることも考えられます。

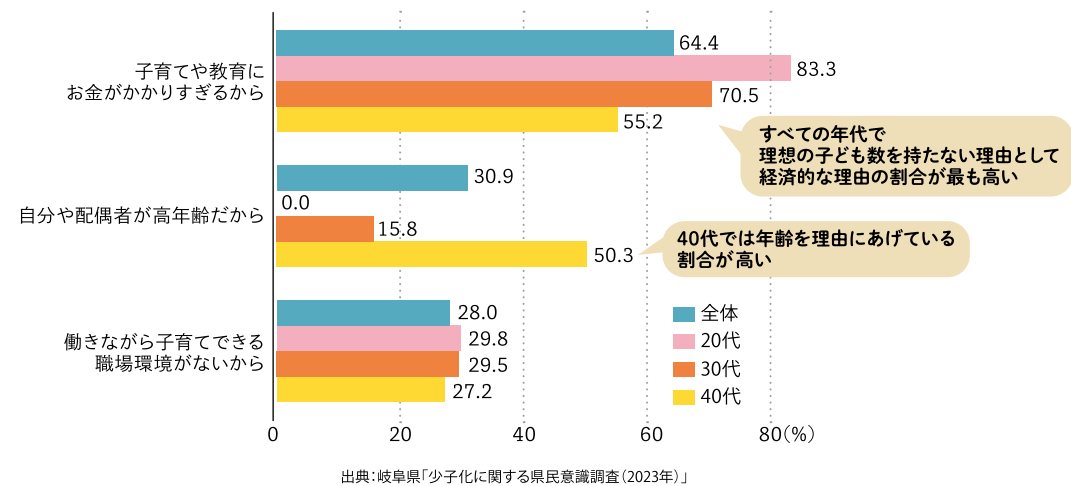
里親制度

さまざまな事情で家族と離れて暮らす子どもを、自分の家庭に迎え入れ、温かい愛情と正しい理解を持って養育する制度です。養子縁組を成立するまでの間、里親として一緒に生活する「養子縁組里親」や、家族と暮らせない子どもを一定期間自分の家庭に迎え入れて養育する「養育里親」などがあります。

理想の子どもの数と実際に出産する子どもの人数に差が生じる理由は？

県民意識調査の結果、すべての年代の1位は、「子育てや教育にお金がかかりすぎるから」です。40代では「自分や配偶者が高齢だから」の割合も高くなっています。これには、近年の晩婚化の傾向も影響していると考えられます。「働きながら子育てできる職場環境がないから」も、どの世代でも割合が高くなっています。子育て世帯への経済的な支援や、子育てしやすい職場環境の整備が求められていることが分かります。

図27 理想の子ども数を持たない理由の年代別割合(岐阜県)



コラム

今後30年で岐阜県の人口は50万人減少!? ～岐阜県の少子化問題を考える～

岐阜県の出生数は減少傾向が続いており、2023年の出生数は約1万人とピーク時(1973年)の4割以下になっています。また、合計特殊出生率も1.31人と人口を維持するために必要とされている水準(日本では2.07～2.08)を大きく下回っており、少子化が進行している状況にあります。そして少子化の影響もあり、岐阜県の人口は2005年頃から減少傾向が続いており、2050年には2020年の人口の3割ほどに相当する約60万人が減少すると推計されています。これは現在の岐阜市の人口(約40万人)を大きく上回る人数です。

また、人口構造にも大きな変化をもたらし、2050年と1950年のデータを比較すると、65歳以上人口と15歳未

満人口の割合が逆転する予想になっています。少子化が進行し人口減少や人口構造の変化が進むと、過疎化による地域活力の低下や労働力不足による経済成長の停滞、社会保障の負担増加など、社会の仕組みや私たちの日常生活に大きな影響を与えることが懸念されます。

私たちの未来に大きな影響を与える少子化や人口減少について「何が原因で起こるのか」、「その原因がなぜ起こるのか」について話し合ってみましょう。

図28 出生数及び合計特殊出生率の推移(岐阜県)

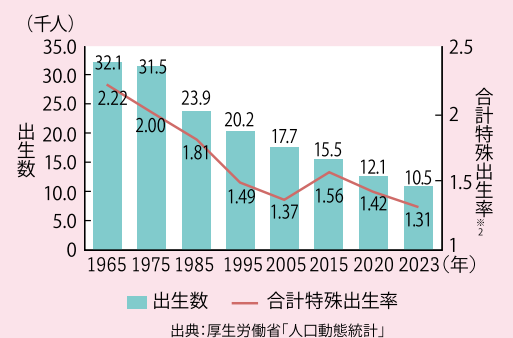
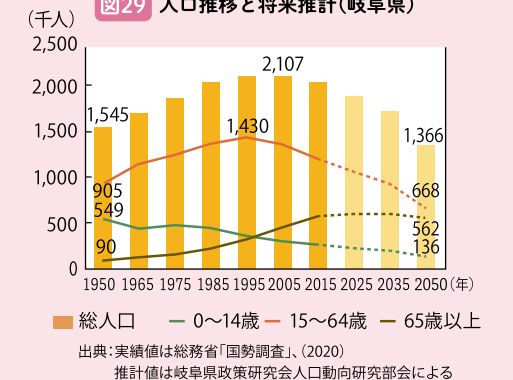


図29 人口推移と将来推計(岐阜県)



※2 15歳から49歳までの女性の年齢別出生率の合計。1人の女性が一生の間に生む子どもの数に相当する。



妊娠・出産の 適齢期は？

何歳くらいで出産しているの？

第2子以降をもうけるかどうかに影響を与えると
われる第1子出産時の年齢は、年々上昇しています。
母の年齢別では、25～29歳で第1子を出産する割
合が大きく減少する一方で、30～34歳が増加して
おり、晩産化の傾向が顕著になっていることが分か
ります。

妊娠しやすいのは何歳くらいまで？

女性の加齢とともに、妊よう性(妊娠のしやすさ)は下
がり、子どもを望んでも、自然妊娠しにくくなり、自然
妊娠が困難な場合などには、不妊治療を受けること
が考えられます。

不妊治療の技術が進んでも、35歳を過ぎたあたりか
ら出産率は低下して、流産率が上昇しています。
そのため、妊娠・出産には時期・適齢期があることを
認識することが大切です。

コラム

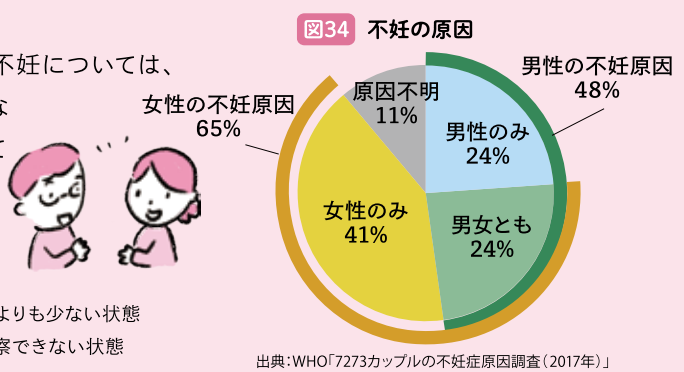
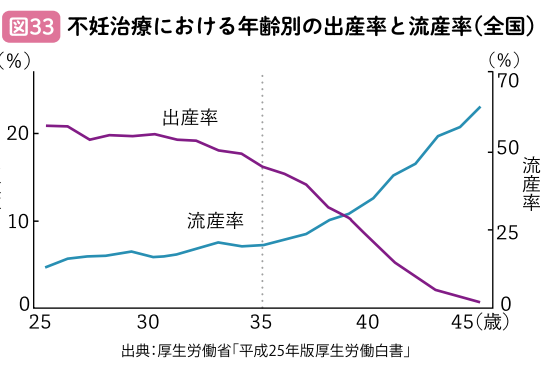
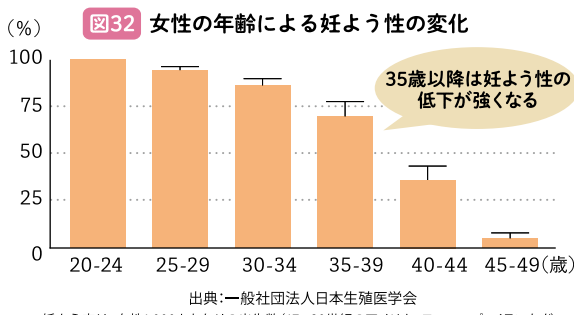
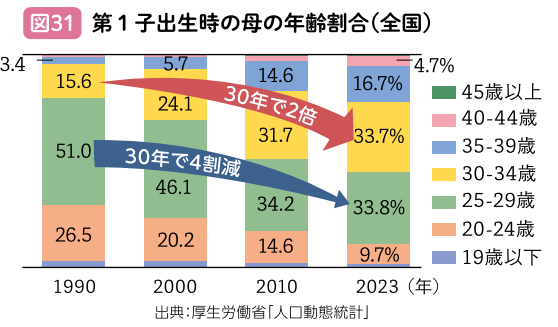
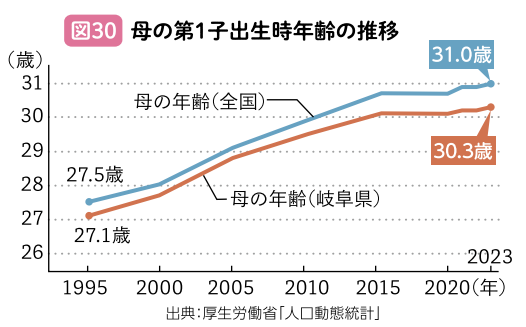
不妊の原因は男:女=1:1

近年、晩婚化が進み、妊娠・出産のタイ
ミングが遅くなったことなどが影響し、
不妊に悩む夫婦が年々増加しています。
その数は3組に1組ともいわれています。
妊娠のメカニズムはとても複雑で、不妊
の原因は男女比1対1になっています。
男性不妊の原因には**乏精子症^{※1}**や**無精
子症^{※2}**などがあります。

そのため、妊娠・出産、不妊については、
女性だけの問題ではな
く、男女が一緒になって
考えることが重要です。

※1 精子の数が一般的な数値よりも少ない状態
※2 男性の精液中に精子を観察できない状態

☑ 将来健やかな妊娠・出産をするために、正しい
知識を得て、今から心がけることは何かを考え
ていきましょう



男女ともに加齢が妊娠・出産に影響するってホント？

卵子は、女性が胎児の時に作られ、年齢とともに質・量とも
に減少し続けます。35歳頃には25歳頃の約半数になります。
そのため、母が高齢になるほど、生まれた赤ちゃんに染色体
異常など先天的な異常をもたらす確率が高くなったり、流産
や妊娠高血圧症候群^{※1}など母体に影響を及ぼす危険性が
高まるといわれています。
一方、男性の精巣では精子が生涯を通じて新しく作られます
が、加齢とともにその機能は低下し、流産の確率が上昇し
たり、妊娠に至るまでに時間を要したりするようになるとい
った報告がされています。

このように男女ともに妊娠適齢期があることから、誰もが妊
娠・出産に関する正しい知識を得て、自分に合ったライフデ
ザインを考える必要があります。
若い男女が将来のライフプランを考え、日々の生活や健康と
向き合う「プレコンセプションケア」は、「次世代を担う子ども
の健康にもつながる」として、近年注目されているヘルスケ
アです。早い段階から正しい知識を得て健康的な生活を送る
ことは、将来の健やかな妊娠や出産に繋がる可能性を高め
ます。
ただし、性と生殖に関する健康については、自分の意思が尊
重され、自分の身体に関することを自分自身で決められる権
利「セクシャル・リプロダクティブヘルス/ライツ」の理念に基
づくことが重要です。結婚するか、しないか、子どもを産む
か、産まないか等を選択・決定することは女性の権利(自己
決定権)であり、基本的人権のひとつです。

※1 妊娠20週以降、分娩12週までの間に高血圧となる疾患であり、時に
蛋白尿や全身の臓器障害を伴うことがある
※2 1年間の出生1,000に対する周産期死亡(妊娠22週以後の死産と早
期新生児(生後7日未満)死亡の合計)の比率

コラム

若年妊娠について考えてみよう

20歳未満で妊娠することを「若年妊娠」といいます。若年妊娠は予
期せぬ・望まぬ妊娠であることが多く、学業の断念や非正規雇用
にならざるを得ないなど、さまざまな不利益が発生することが予
想されます。また、身体的にも10代では子宮や骨盤の発達が不
十分なことから、母体や胎児にとって妊娠中のリスクが高く、早産や
早産に伴う低出生体重児の出生率が高まる傾向にあります。
予期しない妊娠をした場合に人工妊娠中絶の手術を受けることも考
えられますが、金銭的な負担だけでなく女性にとっては身体的・精神
的負担も大きく、将来的に不妊症の原因になることもあります。
そのため誰かを好きになった時は、男女ともに相手に思いやりを
もち、責任ある行動をとることが大切です。

図35 母の各年齢における卵子の数の変化

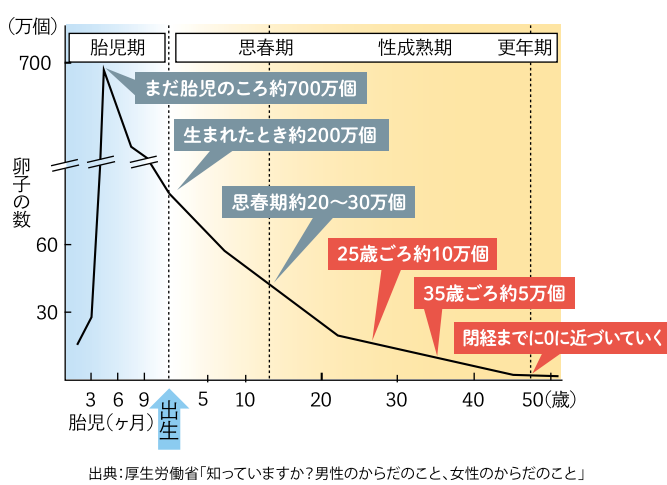
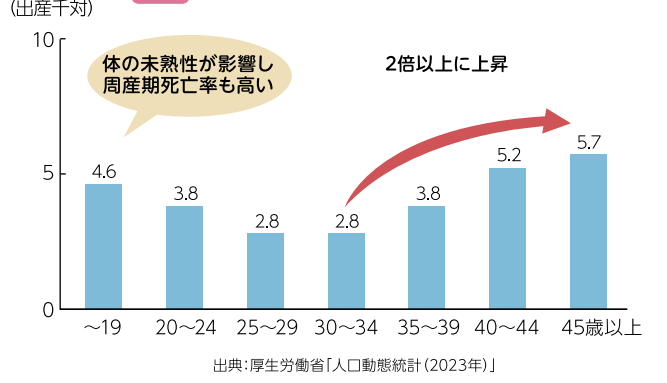


図36 母の年齢と周産期死亡率^{※2}(全国)



岐阜県におけるサポート情報
妊娠や出産で困った時の
相談窓口を設けています

女性健康支援センター

年齢とともに、からだの働きは変化し、そ
の影響から健康状態も変化していきま
す。からだの変化につ
いて不安なことや妊娠・避
妊等に関する相談に応じ
ています。

特に妊娠・出産に関する相談は
「**にんしんSOS**」へも相談できます。
お住いの各地域
岐阜・西濃・中濃
東濃・飛騨

岐阜県不妊・不育症相談センター

不妊に関する相談に、
専門のカウンセラー
が対応してくれます。

子どもが 生まれたら どう変わる？

- ☑ 子育てを取り巻く現状を知り、どのようにしたら子育てしやすい環境を整えていけるのか考えてみましょう
- ☑ 男性が子育て・家事に参加できる時間を増やすにはどのようなことが必要だと思いますか

子育てをして良かったと思うこと・負担に思うことは？

岐阜県内の多くの親が、子育てを通して子どもの成長に喜びを感じ、家庭が明るくなるなど、何ものにも代えがたい幸福を得ており、前向きに子育てに取り組んでいることが分かります。

一方で、子育てには出費がかさむことや自分の自由な時間が持てないことなど、負担に感じることもあるようです。

図37 子育てをして良かったと思うこと(岐阜県)

- 1位 子どもが成長すること(73.9%)
- 2位 子どもを持つ喜びを実感できる(68.1%)
- 3位 家庭が明るくなる(67.5%)
- 4位 子どもから教えられることがある(64.8%)
- 5位 子育てにより自分が成長できる(61.3%)

図38 子育てをして負担に思うこと(岐阜県)

- 1位 子育てに出費がかさむ(62.4%)
- 2位 自分の自由な時間が持てない(48.9%)
- 3位 子育てによる身体的な疲れが大きい(45.0%)
- 4位 子育てによる精神的な疲れが大きい(41.4%)
- 5位 子どもが病気のとき(30.5%)

出典:岐阜県「少子化に関する県民意識調査(2023年)」

子育て中の日々の過ごし方や働き方の変化は？

子育て中は、男女ともに、友人や趣味等の時間を減らし、子ども中心に家族で過ごすようになる傾向にあります。

また、妊娠・出産しても働き続ける女性が増えており、子育て期にあたる年代でも就労している割合が7割を超えています。

出産・育児を中心に変化するライフステージの中で、性別を問わず、自分が望むライフデザイン・キャリアデザインを継続するためには、家庭内の役割分担や働き方をどのように変えていったら良いか考えてみましょう。

図39 子どもが生まれてからの過ごし方の変化(岐阜県)

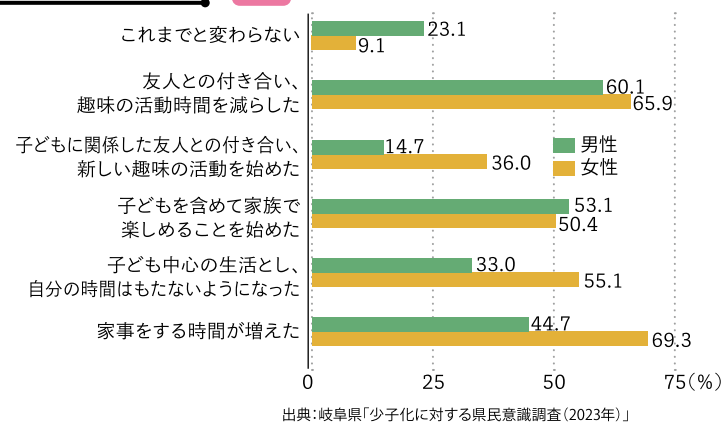
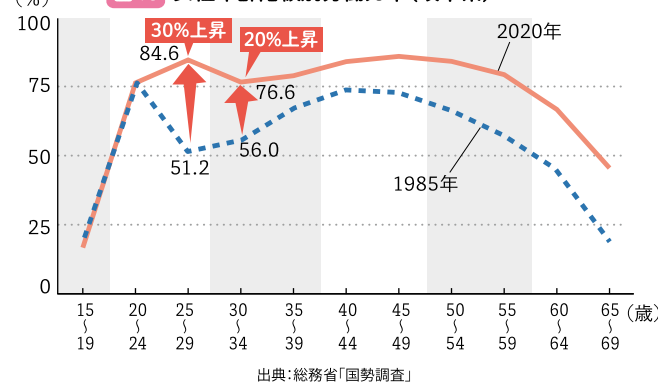


図40 女性年齢階級別労働力率(岐阜県)

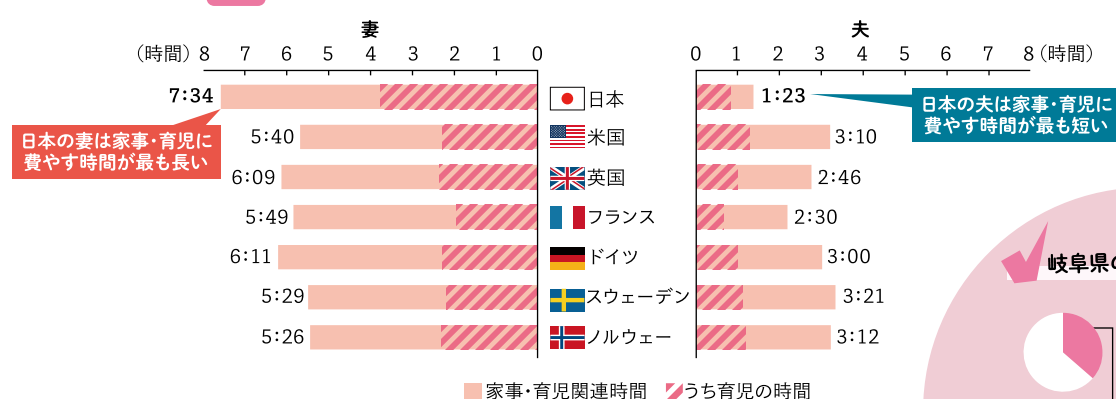


誰がどのくらい家事・育児に関わっているの？

日本の妻の家事関連時間は夫をはるかに上回り、他の先進国と比べてジェンダーギャップが極めて大きくなっています。日本の夫の特徴として、家事関連時間の大部分が育児時間となっていることがあげられます。

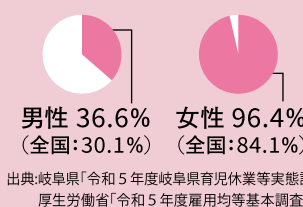
なぜ日本男性は家事・育児関連時間が諸外国と比較してこれほど短いのでしょうか？男女の家事・育児時間の差をさらに縮めるためには、性別による役割分担の意識をさらに変えていく必要があります。

図41 6歳未満の子どもを持つ夫婦の1日あたりの家事・育児関連時間(国際比較)



(備考) 1.総務省「社会生活基本調査」(2016年),Bureau of Labor Statistics of the U.S.,"American Time use Survey"(2016)及びEurostat"How Europeans Spend Their Time Everyday Life of Women and Men"(2004)より作成
2.日本の値は、「夫婦と子供の世帯」に限定した夫と妻の1日当たりの「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」の合計時間

岐阜県の育児休業取得率



男性の育児休業取得率が伸びない原因について考えてみよう

INTERVIEW

育児休業を取得して家族をサポート

(株)イマオコーポレーション 情報ビジネス部 営業グループ
大野 史哉さん(取材時) (岐阜県岐阜市)

次に生まれるのが双子だと分かった時、長女の時には考えつかなかった「育児休業」が頭をよぎりました。会社や上司・同僚から快く受け入れてもらい、出産後の2か月と、一時復帰を挟んでさらに1か月、あわせて3か月の育児休業を取得しました。

育休中は、長女の通園送迎や、おむつ替え・授乳などを主に分担。忙しい毎日でしたが、育児の大変さとともに、日々変化する子どもの成長を実感でき、とても刺激的で充実した時間を過ごすことができました。妻も私のサポートをとても喜んでくれました。

今でも、双子の健診日など有給を取得して付き添うことがあります。会社の制度も整っていますし、社内の雰囲気もアットホームで、家庭を大事にしながら働きやすい環境が整っていると感じます。今では男性社員の半分が育休を取得していますよ。



育児休業制度とは・・・

会社員や公務員に子どもが生まれたときに子が1歳に達するまで(父母ともに育児休業を取得する場合は、子が1歳2か月に達するまでの間の1年間)申出により育児に専念できる休業を取ることでできる制度です。





岐阜県の 子育て支援

妊娠・出産・子育ては、子どもの成長に幸せを感じる一方で、初めて体験することが多く、不安に感じることもあります。

岐阜県では妊娠期から子育て期にわたって切れ目のないサポートを行うことで、安心して妊娠期を過ごし、子育て期は明るい気持ちで子どもと向き合えるように過ごしてほしいと思っています。

こども家庭センター

妊娠から子育てにわたるまでのサポートを行っています。何か困ったことがあれば、ひとまずお住まいの地域のこども家庭センター（あるいは保健センター）へ相談する、と覚えておいてください。



	妊娠前	妊娠期	出産後～新生児	0歳	1歳	2歳	出生～就学前				小学生～
健診等		妊婦健診	産婦健診				乳幼児健診			就学時健診	
相談・学び	不妊・不育症相談	プレママ・プレパパ教室	赤ちゃん訪問				成長・発達段階に応じた相談・教室など				
			産前・産後サポート事業								
			産後ケア								
預かる・集う、サポート			こども家庭センター				保育所、認定こども園、一時預かり、延長保育				放課後児童クラブ
							ファミリー・サポート・センター、病児・病後児保育、地域子育て支援拠点、児童館				

妊娠～出産前

「母子健康手帳」の交付

妊婦健診や出産状況、乳幼児健診、子どもの予防接種などの記録を行う大切な手帳です。



父親向け育児啓発冊子

岐阜県では、父親の子育てをサポートするためのWebブックを作成しています。

妊婦健診

お母さんとお腹の赤ちゃんの健康状態を確認するだけでなく、医師などに悩みを相談し、安心して過ごすための大切な機会です。



プレママ・プレパパ教室

各市町村で、妊娠中から産後にかけてママやパパになるための準備をする教室を開催しています。ふたご・みつごなどを妊娠した時には、県が、先輩ママ・パパなどと交流する場を設けています。

出産後

健診・相談

赤ちゃんの成長・発達の確認、お母さんの育児への不安に対する相談などのサポートを行っています。
・新生児聴覚検査 ・先天性代謝異常検査
・赤ちゃん訪問 ・母と子の健康サポート支援事業



産後ケア事業

産後ケア施設への宿泊や日帰り・訪問などにより、お母さんと赤ちゃんの心身のケアや育児サポートが受けられます。



出産育児一時金(健康保険法等に基づく保険給付)

1児につき50万円(産科医療補償制度に加入していない医療機関等での出産は48万8千円)が支給されます。

「子育て支援手帳」の交付

岐阜県では、体が小さく生まれた赤ちゃんやダウン症、多胎児の保護者をサポートする、子育て支援手帳を配布しています。



子育て

保育所・認定こども園・幼稚園

子どもたちの健やかな育ちを支えます。



ファミリー・サポート・センター

地域で子育てのサポートを受けたい人と、サポートしたい人が会員となって支え合う会員組織です。



病児・病後児保育

仕事や病気などで、家庭で保育を行うことができない病気のお子さんを病院・保育所等に併設した施設でお預りするサービスです。



地域子育て支援拠点

気軽に親子の交流や子育て相談ができる場所です。

児童館

子どもたちの健やかな成長を図り、情操を豊かにするための施設です。



放課後児童クラブ

主に共働き家庭等の小学生に放課後、遊びや生活の場を提供しています。



経済的支援

岐阜県では、多子世帯への支援として、保育料や放課後児童クラブ、病児・病後児保育の利用料などの負担を軽くする取組を行っています。

ぎふ^{もくいく}木育

森と木からの学びを「ぎふ木育」と称し、木に親しみ、森林と触れあう体験を通じて、地域の将来を担う人づくりを行っています。



ぎふ木遊館

ぎふっこカード

岐阜県では、参加店舗で提示すると割引やポイント加算などのサービスが受けられる「ぎふっこカード」を配布しています。



ぎふ子育て応援団(HP)

岐阜県内の子育て支援に関する情報や子育て家庭に役立つ情報を紹介しています。



不妊治療

保険適用

令和4年4月より不妊治療の保険適用範囲が拡大されました。これまで自費診療であった、人工授精等の「一般不妊治療」に加え、体外受精や顕微授精等の「生殖補助医療」が保険適用となり、原則として窓口での負担額は治療費の3割となりました。

相談窓口

不妊に関する医学的・専門的な相談や、心の悩みについて専門相談員や医師が相談に応じています。(詳細はp.16)

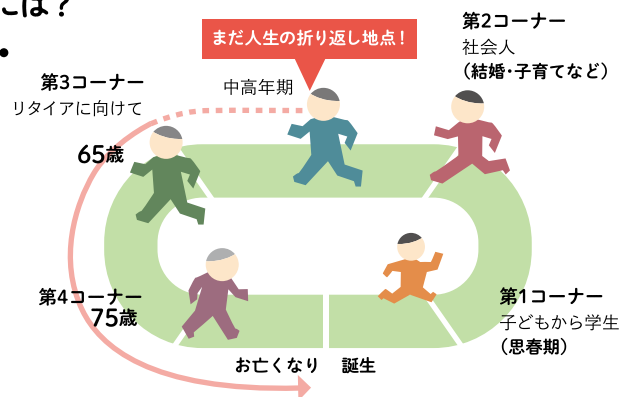
中高年期を どう生きる？

- ☑ 中高年期の人達が生きがいを持って暮らせる社会を作るために必要なことは何か話し合ってみましょう
- ☑ 人生100年時代、あなたが第2の人生で大事にしたいことを考えてみましょう

人生100年時代、自分らしく生き続けるには？

人生100年時代と言われている今、中高年期からまだまだ人生は続き、どう過ごすかは自分次第です。

自分らしく生き続けるためには、どうすることが大切になるのでしょうか？

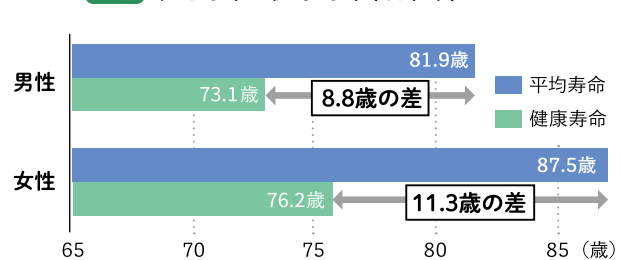


健康寿命を延ばそう

日本は世界でトップクラスの長寿国ですが、せっかく長生きしても不健康な状態では生活の質も低下し、社会的な負担もかかります。

不健康になる時期をできるだけ遅らせ、健康で長生きするためには、今から正しい食生活や運動習慣を身につけ、健康管理に留意することが大切です。

図42 平均寿命と健康寿命(岐阜県)



出典：厚生労働省「都道府県別生命表」、厚生労働省「健康日本21(第三次)推進専門委員会資料」
※平均寿命：2020年、健康寿命：2022年

【健康寿命とは？】

WHOが提唱した新しい指標で、平均寿命から寝たきりや認知症など介護状態の期間を差し引いた期間のこと。

〈例〉

自分(17歳)
家族：父(49歳)、母(45歳)

50年後

自分(67歳)
家族：父(99歳)、母(95歳)
妻(62歳)、娘(30歳)

自分も中高年期だけど、父母も健在。健康寿命も延びて、元気に過ごしているかも？

様々な進化が更に進み、高齢者でも健康に暮らし、働き、遊ぶことができるかも！

2030年代に実現したい未来の姿

- ・健康100年ボディ：頭や身体の衰えはハイテクでカバーし、元気に活躍
- ・お節介ロボット：人間とロボットが、会話や生活サポートを通じ共生
- ・いつでもドクター：医療が24時間見守り、病気は予防・早期発見で治療も超進化
- ・クルマヒコキー：自動運転の空陸両用タクシーが過疎地の高齢者の足となり事故や渋滞も大幅解消 など

総務省 情報通信審議会 情報通信政策部会(第55回)配布資料「第五次中間報告書」より

コラム

未来の世界はどうなるだろう？

40～50年後の未来には、あなたやあなたの家族は何歳になっているでしょうか。その頃は、技術革新で生活は大きく変わり、社会の在り方や高齢者の生き方も変化していることが予想されます。能力や意欲など様々な面で個人差がある高齢者に対して、多様な選択肢が用意されることが望めます。

いつまで働きたいと思う？

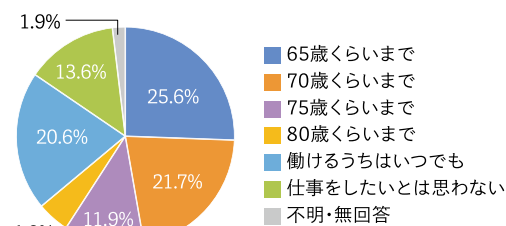
2013年に「高齢者雇用安定法」が改正され、希望すれば全員が原則65歳まで継続して働けるようになり、実際に60歳以上の約6割が、65歳以上になっても働くことを希望しています。働き、社会とのつながりを持ち続けることが、生きがいの一つになっていると言えます。

図43 仕事をしている理由(全国)

- 1位 収入がほしいから(45.4%)
- 2位 働くのは体によいから、老化を防ぐから(23.5%)
- 3位 仕事そのものが面白いから、自分の知識・能力を生かせるから(21.9%)

出典：内閣府「高齢者の経済生活に関する調査結果(2019年)」

図44 就職希望年齢(全国)



出典：内閣府「高齢者の経済生活に関する調査結果(2019年)」

中高年期の生きがいは？

60歳以上の方に調査した結果によると、生きがいを感じるのは「子どもや孫など家族との団らんの時」が最も多く、皆さんと同じように趣味などに対して生きがいを感じているようです。年齢を重ねても、いろんなことに楽しみを見つけて生き生きと暮らしていきたいですね。

図45 生きがい(喜びや楽しみ)を感じる時(全国)

- 1位 子どもや孫など家族との団らんの時(55.3%)
- 2位 おいしい物を食べている時(53.8%)
- 3位 テレビを見たり、ラジオを聞いている時(48.5%)
- 4位 友人や知人と食事、雑談している時(45.5%)
- 5位 趣味に熱中している時(45.3%)

出典：内閣府「第9回高齢者の生活と意識に関する国際比較調査結果(2020年)」

INTERVIEW

常に誰かが家にいるという 安心感のある暮らし～三世代同居～

美濃加茂市在住 Kさん一家

20年前、祖父母世代の家が老朽化してきた時期と若夫婦世代が結婚後暮らしていた賃貸住宅からの住み替えを考えていた時期が重なったことから、新しく家を建てて同居するようになりました。

●祖父母世代

三世代で暮らすことは、何かがあった時にすぐ近くに頼れる人がいるという心強さがあります。また、同居後に2人の孫が誕生し、近くで孫の成長を見守ることが出来るのが、日々の喜びにつながっています。それに三世代集まると、話す話題も豊富なので、食卓がいつも賑やかで生活に張りがありますね。



●若夫婦世代

私達は共働きなのですが、日中勤務している時でも誰かが家に居てくれるという安心感があります。特に子どもたちが学校から帰宅した際に、家で迎えてくれることに感謝しています。子どもたちにとっても、家に帰った時に待っていてくれる人がいるのは嬉しいですね。



岐阜県におけるサポート情報 「子育てガイドブック」 の発行

祖父母が孫や両親といい関係を築きながら、子育てのサポーターとなってもらうためのWebブック「子育てガイドブック」を発行しています。詳しくは県のホームページをご覧ください。



名前

のライフデザイン

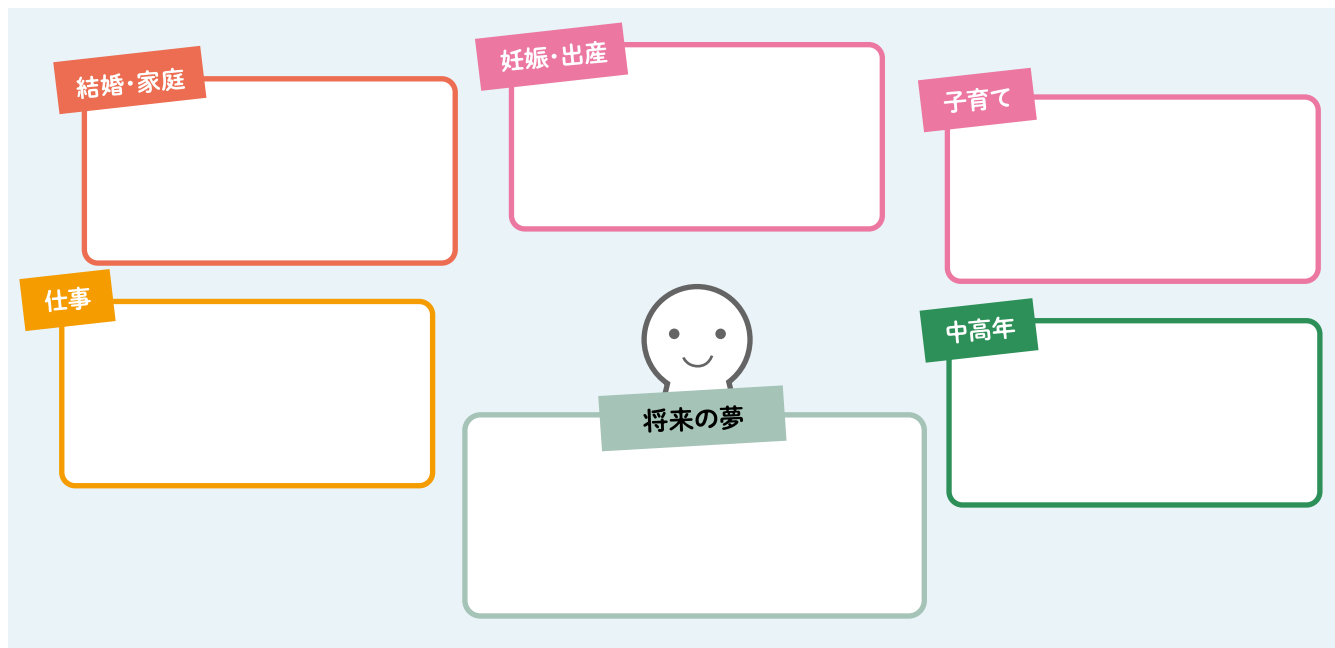
作成年月日

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。

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

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。

- 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			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			経験を生かし転職??									第一子が結婚する	孫誕生！					
キャリアステージ	★目指す職業を決める							恋人を見つける						★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！												★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	挙式・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																																								

おわりに

今回ライフデザインを知り・考え、あなたのライフステージごとに考えるべき、多くの課題があることがわかったのではないのでしょうか。これから、人生の節目ごとにライフデザインを見直し、あなたが希望する生き方をかなえるための参考にしてください。

最後に、これから社会に出て、人生を生きていくみなさんに、岐阜県出身の佐藤一斎が著した「言志四録」の言葉をご紹介します。



恵那市教育委員会提供

しょう まな すなわ そう な あ
少にして学べば、則ち壮にして為す有り。

そう まな すなわ お おとろ
壮にして学べば、則ち老いて衰えず。

お まな すなわ し く
老いて学べば、則ち死して朽ちず。

江戸時代の岩村藩(現恵那市岩村町)出身の学者で教育者の佐藤一斎著「言志四録」に見られる言葉です。

若いときに「知・徳・体」で生きる力の基礎を身につけ、働き盛りの壮年になって変化の激しい世の中を生き抜くために常に学び続けられ、老人になっても気力や体力は衰えません。老人になっても明るく楽しく趣味や習い事に熱中すれば、死んだ後もその人の生き方や功績はいつまでも人の心の中に生き続けます。「学ぶことは生きること」であり「生きることは学ぶこと」です。

佐藤一斎は幕府の昌平坂学問所などで全国から集まる多くの若者を教育しました。その教えは明治維新を成し遂げた志士に大きな影響を与えたと言われています。「学び」の原点は「志」であるとも言志四録に書いています。「志」とは、職業を通じて自分のためだけでなく家族や社会を明るく幸せにしたいと強い決意を持ち続けることです。そのために私たちは「学ぶ」のです。

寄稿：NPO法人いわむら一斎塾

本冊子の作成をするにあたり、多くの皆様にご協力をいただきました。

多大なご協力に心から感謝申し上げます。(敬称略・順不同)

<取材協力>

イビデン株式会社／鍋屋バイテック株式会社／丸新製陶有限公司／アース・クリエイト有限公司／株式会社イマオコーポレーション

貴重な体験談やご意見を伺った皆様

<監修協力>(妊娠・出産2)

岐阜県医師会

<寄稿>

NPO法人いわむら一斎塾

<制作協力>

岐阜県教育委員会