

あなたが安心なセカンドライフを送るための計画シート

氏名 : _____ 様
作成日 _____ 年 _____ 月 _____ 日
更新日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

今、心配なこと:	
----------	--

こうなりたいという理想:	
--------------	--

あなたが安心なセカンドライフを送るために必要な8つのチェックリスト

項目	記入欄	具体的行動リストNo.	質問・相談内容
家計の整理		1 2 7 8	
資産の把握		3 4 24	
保険の見直し		5 6 11 12	
公的年金の確認		9 10	
老後の住まいの確認		13 14 15	
介護の知識の確認		16 17 18	
キャリアプラン確認		19 20 21 23	
健康状態の把握		22	

記入欄 ◎ :完了済 ○ :開始中 △ :これから

あなた安心なセカンドライフを送るために必要な24の具体的行動リスト

No.	記入欄	内容	No.	記入欄	内容
1		不要な預金口座・証券口座を解約する	13		住宅ローン残高・完済年齢を把握している
2		不要なクレジットカードを解約する	14		今後、住宅にかかるコストを把握している
3		資産一覧表を作る	15		高齢者施設についての知識を持っている
4		負債(ローン)一覧表を作る	16		公的介護保険について理解している
5		世帯全員の保険証券をファイリングする	17		親が認知症になったら場合の準備をしている
6		加入保険の内容を整理した一覧表を作る	18		介護と仕事を両立できよう準備している
7		毎月の家計支出を把握している	19		何歳まで働くか計画を立てている
8		不定期に出ていく支出が年間どれくらいか把握している	20		定年後のキャリアプランを考えている
9		「ねんきん定期便」でもらえる年金額を把握する	21		仕事以外の趣味や過ごし方を持っている
10		公的年金をいつからもらうか、計画を立てる	22		定期的に健康診断や人間ドックを受けている
11		不要な保険を解約する	23		ライフプラン表を作っている
12		新たに必要な保険を契約する	24		100歳まで生きる場合のマネープランを立てている

記入欄 ◎ :完了済 ○ :開始中 △ :これから × :不要