

生き抜く力
2024

ひとり親のための ライフデザインと家計術

【労働者組合センター事業団 いたばしひとり親家庭相談窓口】

一般社団法人 NTSセーフティ家計総合研究所
カウンセリングセンター長
有田 宏美

2024年8月23日（金）



当法人のスコットキャラクター
ゆきち



私たちは、生活困窮者の方々や、より良い家計管理に向き合おうとする全ての方々に、「家計教養」をキーワードとした質の高い教育をご提供することを、持続可能な開発目標に据えて取り組んでいます。

ライフデザインの目的は 「自分の幸せを実現する」こと

ただ、**「偶然と生きて、なんとかかなる時代ではありません。」**

人は、目指す方向が決まっていないと、
環境や情報に流されてしまいます。



ライフデザインとは、あなたが「どんな人生を送りたいか」
について考え、具体的に計画することです。ありたい未来を
具体的に描くことで、「幸せ」の実現を目指します。
そのためには、自分の価値観や夢（希望）を明確にすることが
大切です。



未来に必要なお金を知る (子どもの進学に必要なお金)

日々の生活費だけでなく、子どもの入学・進学、マイホームの購入・リフォームなど、備えて、今頃からの準備は大切です。

ここからは、進学に必要なお金について学びましょう。

一人ひとりの可能性を現実のものとし、
子どもが経済的に自立できるよう、支援し見守るのが
「親の役割」です。

◇ お金の問題で悩んだときは！

早く相談する。

お金の問題は、解決できる問題です。
迷いを抱けるから、恥ずかしいから「自分で何とかしよう」という思いが、状況を悪化させます。

◇ お金に関する問題を相談できる機関

相談内容	相談場	連絡先
マルチ商法・詐欺被害等	消費生活センター	ホットライン（188）いやや
借金・離婚・養育費等	法テラス	0370-078374
生活・家計・離婚前後の困りごと	いたばしひとり親相談窓口	03-6009-6205



一般社団法人NTSセーフティ家計総合研究所

よくみなおし

フリーダイヤル：0120-49-3704

Mail：nts_kskn@nts-hd.co.jp

