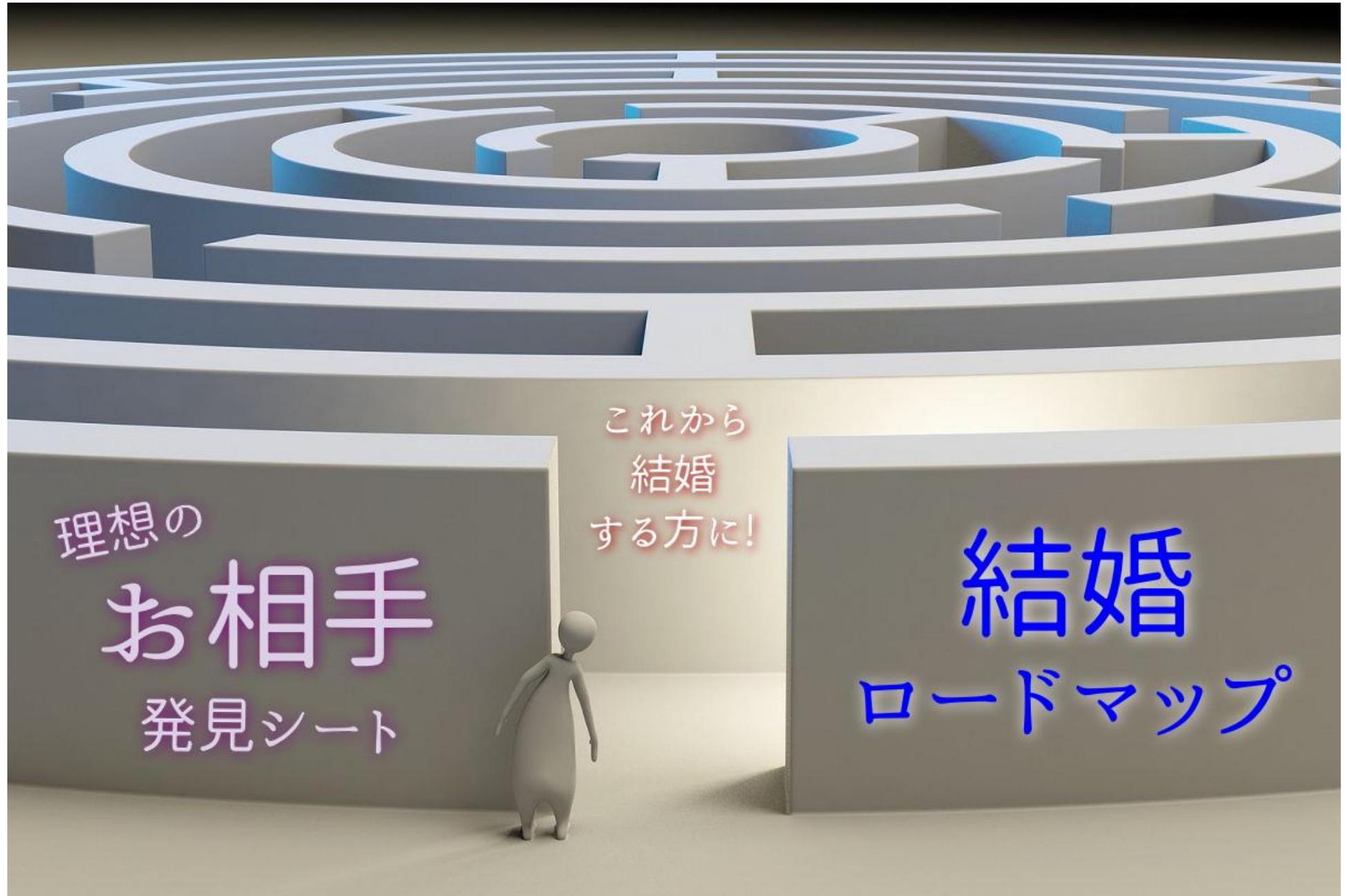


マッチングアプリ用のProfileもスイスイ書ける！





夢はかなわない！

いつか結婚したいと思っているだけでは

その「いつか」は来ないし

あなたにふさわしいお相手にも出会えません。

夢が「通過点」となったときにかなうんです。



そもそも **なぜ結婚したいと**

思っているんですか？



なぜ結婚したいのですか？



☞ 文書でも
キーワードでも
絵でもOK！



《ヒント》頭の中で考え込むと、堂々巡りになって答えが出てきません。
まずは書く！連想ゲームのように、思い浮かんできたことをどんどん書く！
こうしていると「アッ！」と「本当の答え」がひらめきます。



人生の**伴侶**だと感じた (48.6%)

お互いの**愛情**が確認できた (43.2%)

一緒に**暮ら**したいと思った (40.5%)

出典：全国の30～60代の
既婚男女800名に聞いた
「結婚生活に関する
アンケート調査」
(第一生命保険 / 2006年)

●男性に顕著な理由

社会的**信頼**を得たいと思った (14.4%)

●女性に顕著な理由

適齢期になった (31.4%) **経済的ゆとり**を求めた (11.4%)



結婚して**よかった** (56%) + どちらかといえばよかった (32%) = **88%**

子供を産んで**よかった** (75%) + どちらかといえばよかった (21%) = **96%**



直線的な時間軸

結婚～出産～マイホーム購入～子供たちの独立～孫の誕生～
そして再び2人に戻る……最終的に**どんな夫婦**でいたいのか？

女性の幸せは4ステージで考える

- ①娘さん時代
- ②お嫁さん時代
- ③ママ時代
- ④ばあば時代



循環的な時間軸

日々の暮らし……大きな変化はないけれど、
ていねいに暮らすと小さな幸せが積み上がっていく



目的地はどこ？



直線的な時間軸…人生の設計図

京都に行こうと思うから



京都に到着できる！ → あなたの京都とは？

50年後にどんな夫婦でいたい？



人生は選択の連続！ ゴールが明確なら、あらゆる分岐点を迷わずに進めます。

どんなパートナーを望む？



循環的な時間軸…日々の行動…パートナーの特性



先にナポリタンと注文するから

ナポリタンが出てくる→あなたの注文は？

パートナーに望む特性は？



思いつく限り書き出してから、優先順位を付けてみましょう。



●離婚原因・男性

- ① **価値観**の違い (39.6%)
- ② 人生観の違い (37.0%)
- ③ 性格の不一致 (33.6%)

●離婚原因・女性

- ① **価値観**の違い (53.2%)
- ② **金銭感覚**の違い (46.2%)
- ③ 人生観の違い (44.8%)

出典「離婚に関する調査2016」(リクルートブライダル総研調べ)



「価値観」が合わないとうまくいかない



というわけで…まずは**あなたの価値観**を
明確にしていきましょう

Step① 《あなたの価値観を知る…人生の設計図編》

Q ONとOFFのバランスは？

Lifestyle 

- ・バリバリ
- ・しっかり
- ・ほどほどに
- ・軽く

働いて

- ・バリバリ
- ・しっかり
- ・ほどほどに
- ・軽く

遊ぶ

Q 望む生活スタイルは？



上流 (世帯年収1,000万円超) or 中流 (同400~850万円) 贅沢 or 質素 or メリハリ

都会 or 地方都市 or 農漁村 遊び方：家族で _____ % + 1人で _____ %

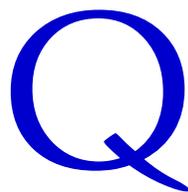




お仕事は？

Job 

- 今の会社は定年まで安泰 or _____ 年後に転機を迎える
- 今の会社で働き続ける / 出産後に復職する
- _____ 年後に _____ に転職する
- _____ 年後に起業して _____ を始める
- _____ 年後に副業として _____ を始める
- 奥様には？……働いて家計を豊かに！ or 意思に任せる or 主婦を望む



社会貢献（ボランティア）は？



- 自治会・祭り・子供会等……積極的に or 周囲と同等に or 最小限に
- _____ 年後に _____ を始める（ボランティアガイド等）



遊びは？

●現在の趣味や研究

ひとりで楽しむもの _____

夫婦で楽しめるもの _____

家族で楽しめるもの _____

●これから始めたい趣味や研究

_____年後に _____

_____年後に _____



- 参考…スポーツ ●旅（温泉・100選・寺社・写真・海外・ドライブ・食べ歩きなど）
 ●アウトドア（キャンプ・登山・スキー・スキューバダイビング・サーフィン・自転車など）
 ●ファッション（観る・装う・買う） ●映画 ●音楽（聴く・奏でる・歌う）
 ●美術（観る・描く・彫る・買う） ●演劇（観る・演じる） ●伝統芸能&工芸（観る・舞う・創る・買う）
 ●俳句・和歌 ●料理・お菓子作り ●手芸 ●ゲーム ●ペット
 ●調査研究（歴史・文化・教育・生活→ブログで発信） ●講師活動 etc.



子供は？

____人ほしい→

- ・ ____年後に [男・女] の子 誕生
- ・ ____年後に [男・女] の子 誕生
- ・ ____年後に [男・女] の子 誕生



参考：全国の30～60代の既婚男女800名に聞いた
結婚生活に関するアンケート調査（第一生命保険/
2006年）では「子供を産んでよかった」が**96%**！



親御さんとは？

- あなたの親御さんとは……別居 or 同居 or ____ 年後に同居
もし介護が必要になったら……施設 or 在宅（主に____が世話する）
- パートナーの親御さんとは……別居 or 同居 or ____ 年後に同居
もし介護が必要になったら……施設 or 在宅（主に____が世話する）
- 遺産： _____



居住地は？

- 結婚したら住宅を_____に構える（お相手の実家近くに住むのも一案）
- ずっとそこに住む or 転勤等でおおむね_____年ごとに居住地が変わる
- _____年後に_____に引っ越す（Uターン・Iターン・海外移住） or 別荘を持つ



住まいは？

- 戸建て or 分譲マンション



《参考：平均価格》
 建売住宅：3,338万円
 分譲マンション：4,267万円
 中古戸建：2,305万円
 中古マンション：2,797万円

_____年後に建て替え or 住み替え……予算_____万円

- 賃貸 [社宅・借家・マンション・アパート] 想定家賃_____万円

_____年後に戸建て住宅を購入……購入価格_____万円

_____年後に分譲マンションを購入……購入価格_____万円



65歳を超えると賃貸の審査が通りにくくなります。高層階は流産の確率が増します。

Step② 《あなたの価値観を知る…日々の行動編》

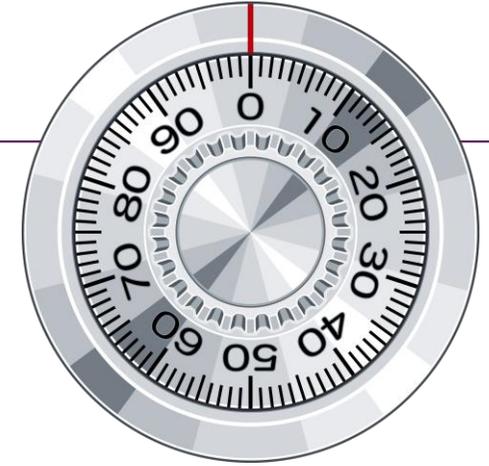


Q 理想の夫婦関係

- パートナーとの関係は？……主従型（ついてこい）・パートナー型（助け合い）
- パートナーからどう見られたい？
優しい・温かい・頼れる・信頼できる・理解者・怖い・ _____
- パートナーのプライベート（友人関係・趣味など）は？
自由・尊重・事前に言ってね・家事を果たせば・ _____
- 1人になれる空間は？……必要・なくてもいい
- けんかは？……したい・したくない・理解し合ういい機会・ _____
- 時間配分……仕事 _____ % 家庭 _____ % 家事 _____ % 遊び _____ %
- 50年後もふたりが笑顔でいるために大切にしたいことは？



理想の経済状態



●安心できる金額は？

年収_____万円（月給_____万円）

貯金_____万円 資産_____

もし今そうでなければ_____までに達成する

●夫婦の稼ぎ方は？

夫のみ・妻のみ・共稼ぎ（妻の稼ぎは_____％を家計に）

●夫婦のお財布は？

預ける・預かる→理想の小遣い_____万円 / 別々（生活費式・シェア式）

●借金に対する考え方は？

投資・財産のうち・リスク・しない・_____

●私にとってお金とは_____である



理想の仕事



●何のために働く？

生きがい・やりがい・社会貢献・お金のため・

●最優先していることは？

顧客の喜び・会社利益・自分の業績・給与・

●同僚との関係は？

ライバル・パートナー・子弟・

●顧客との関係は？

お客様は神様・教えを頂く・アドバイザー・

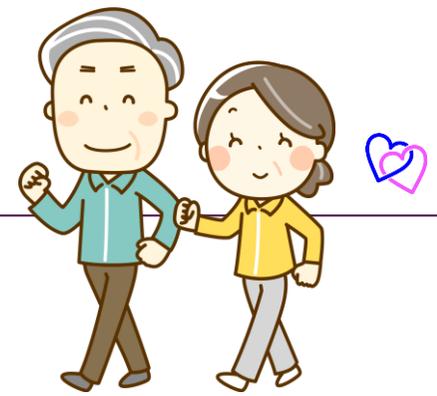
●嫌なことがあったら？

酒を飲む・愚痴る・汗をかく・寝る・遊ぶ・

●私にとって仕事とは _____ である



理想の健康状態



- 何歳まで楽しみたい？……スポーツ_____歳 旅行_____歳
- 理想体重は？……_____kg (現状維持・もっとやせたい・もっと太りたい)
- 理想の睡眠は？……_____時間 (ベッド・布団 / 一緒・個々の寝具・別部屋)
- 理想の入浴は？……朝＝湯舟・シャワー 夜＝湯舟・シャワー (一緒・別々)
- 健康のために_____する
(平均寿命の2倍も生き、16人の子供をもうけた徳川家康は八丁味噌・麦飯・水泳・山歩き・アロマを愛好)
- 「年をとる」イメージは？……人生が面白くなる・内面の美しさがにじみ出てくる・
もっと仲良くなる・どんどん良くなる・_____
- 病気とは？……悪い・良い・排除すべき・仲良く付き合う・_____
- 病気の治し方は？……自然治癒力・医師の力・薬・_____
- 私にとって健康とは_____である



理想の食事（一緒に行く機会がいちばん多いこと）



- 1日何食？…… _____ 食（朝食・昼食・夕食・夜食）
- 誰が作る？……自分・お相手・一緒に・できるほう
- 食事のスタイルは？…… 自炊 _____ % + 惣菜等 _____ % + 外食 _____ %
一緒に食べる（待ってる）・個々に食べる / 食卓はオシャレに・簡素で片付けやすく
健康志向・ガッツリ志向 / 薄味・しっかり味 / TVを見ながら・ラジオ等を聴きながら・静かに
- 理想の品数は？…… 少量多彩・1点豪華主義（おかず主体）・一汁一菜（ご飯主体）
丼物や鍋物でも副菜がほしい・毎回違う料理がいい・同じ料理が続いてもいい
- 好きな料理・食材は？…… _____
- 苦手な料理・食材は？…… _____
- 食器洗いは？……自分・お相手・一緒に・できるほう / 食後すみやかに・できるときに
- 私にとって食事とは _____ である



まぐわい

理想の目合い (SEX)



- 一番大切にしたいのは？

気持ちよさ・一体感（溶け合い感）・愛しさ・信頼感・ _____

- 何歳までむつみあいたい？ …… _____ 歳

- 理想の時間・回数は？ …… _____ 時間 週 _____ 回 / そのとき次第

- 避妊は？ …… しない・する（夫が・妻が _____ で）

- 「女の子の日」になったら？ …… 優しくまぐわう・スキンシップを楽しむ・我慢

- 優先順位は？（コミュニケーションやお金の問題に比べて）

それら以上に大切・それらと同様に大切・それらほどではない・無くてもいいくらい

- まぐわい後にどんな声をかけたい？ …… _____

- まぐわい後に何と言ってほしい？ …… _____

- 私にとってまぐわいとは _____ である



理想の家庭



●どんな親でいたい？

優しい・温かい・友だちみたい・先輩みたい・頼りになる・見本になる

威厳がある・怖い・試練を与える・干渉しない・ _____

●子供の教育を担当するのは？

母親・父親・役割分担→母の役割（_____）父の役割（_____）

●子供の教育で重視するのは？

学力・体力・気力・語学力・判断力・応用力・編集力・ボランティア・

留学経験・挫折から立ち直る力・ _____

●家庭の雰囲気は？

明るい・楽しい・静か・穏やか・にぎやか・ _____

●私にとって家庭とは _____ である

Step③ 《あなたの価値観を知る…信条編》



新たな結婚生活の中で……



- 絶対に捨てたくないものは？（思いっくままに列記してください）
-

- できればほしいけど、適度にあればいいものは？
-

- なくてもいいものは？
-

(各項目の記入例：愛・信頼感・自由・お金・まぐわい・遊び・ひとりの時間・家・車 etc)



尊敬している人は？



尊敬して
いる理由

尊敬して
いる理由

尊敬して
いる理由



好きな言葉は？



Q こんなとき、どんな言葉を掛ける？



●朝、起きたとき _____

●ご飯をいただくとき _____

●出勤するとき _____

●帰宅したとき _____

●夜、寝るとき _____

◆お葬式で故人に _____

Q 生きることを一言でいうなら？



(例：幸せになるのが最大の社会貢献・波乱万丈どんと来い！・終わり良ければ総て良し)

Step④ 《自分の願望を満たすお相手とは？》



Q 理想のお相手とは？

- 容姿： _____
- 生活スタイル（On/Offのバランス）： _____
- 夫婦関係（縦型or 横型）： _____
- 仕事： _____
- お金： _____
- 遊び： _____
- 健康： _____
- 家庭（子供 / 親との同居）： _____
- 上記以外： _____

Step⑤ 《理想のお相手から見たあなたは？》



あなたのアピールポイントは？

→マッチングサービス向けのPROFILEに落とし込む

- 容姿： _____
- 生活スタイル（On/Offのバランス）： _____
- 夫婦関係（縦型or 横型）： _____
- 仕事： _____
- お金： _____
- 遊び： _____
- 健康： _____
- 家庭（子供 / 親との同居）： _____
- 上記以外： _____

Step⑥ 《さあ、動き始めましょう》



あなたにキャッチフレーズを付けるなら？



……キャッチフレーズが定まり、そういう自分を鮮明にイメージできれば「あなたの京都＝望む未来」がどんどん近付いてきます。そして、あなたにふさわしいパートナーの存在にも気が付き始め、「京都」への旅路の程よいタイミングで結婚に至るでしょう。
……その意味では、このキャッチフレーズが未来への鍵になります。何度でも修正しながら、じっくりとくるキャッチフレーズ（アイデンティティ）を探し出してみてください。



理想のお相手に出会うために、今日から何をしますか？

《参考資料》50年後も笑顔でいるための Life Plan (結婚ロードマップ) 【記入例】



年齢	年収	資産	住宅	子供	親	義親	遺産	仕事	副業	妻仕事	社会貢献	趣味 + Memo
50年後：80歳												
			修繕									
40年後：70歳	年金?											
			完済	孫誕生								
				孫誕生								
				結婚								
30年後：60歳	850	退職金		結婚								
				就職								
			修繕	就職								
				大学								
20年後：50歳	700			大学								
				高校								
				高校								
			修繕	中学校								
		貯金500		中学校								
				小学校								
10年後：40歳	550			小学校								
				小学校								
				第二子								
				第一子								
《結婚》												
現在：30歳	400	貯金100			50代			正社員		正社員		温泉旅行・テニス

年収×5倍が目安

経済的にきつい時期

旦那さんのサポートが必須な時期

夫婦関係が難しくなりがちな時期

《参考資料》50年後も笑顔でいるための Life Plan (結婚ロードマップ)



年齢	年収	資産	住宅	子供	親	義親	遺産	仕事	副業	妻仕事	社会貢献	趣味 + Memo
50年後： 歳												
40年後： 歳												
30年後： 歳												
20年後： 歳												
10年後： 歳												
現在： 歳												



将来の目標に希望を持てなかったら

人生や結婚のスタイルに正解はありません。

他人に迷惑をかけず、ふたりが幸せなら、それでOK！

周囲や次世代のために何かをできたら、さらに幸せになっていきますね。

ただし、育ってきた環境や信念などによって「自己評価が低い」レベルにとどまり、

「こんなものかな」などと自分に言い聞かせて

本当に望む目標をあきらめてしまっているケースもあります。

もし様々なQに答えてきた結果、**わくわく**しない（将来に希望が持てない）のなら

本当の願いを封じ込めている可能性が高い！

そんなときには相談してください。

「あなたにふさわしい豊かで楽しい人生を送る」ための

お手伝いをさせていただきます。

愛と信頼で結ばれ
50年後も愛し続けられるパートナーとの
出会いを応援しています♪



 結婚しあわせ相談所

<https://shinrai-kon.com>