

「夢×お金マッピングシート」

「夢に向かって、お金をワクワク整える」

● Step1: 私の夢・やりたいこと

● Step2: それに必要なお金

目安金額

期間

方法

● Step3: 今できること

段階へそくり・小さな一歩・節約アイデアなど

◆ メモ欄

ひとことメッセージ・

気づきなど

「あたしとお金の本音ワーク」

「お金と心で向き合う5つの質問」

1. お金があると、どんな気持ちになりますか？

→ 喜び・安心・罪悪感・自由感...など、どんな感情が湧いてくる？

2. 段落お金が足りないと感じたとき、どんな気持ちになりますか？

→ 焦り・不安・無力感・怒り...など、本音をそのまま書いてみよう

3. 子どもの頃、お金に関して印象に残っていることは？

→ 家族の会話、習い事、我慢したことなど、自由に思い出してOKテキスト

4. 「お金がもたらしたいこと」は何ですか？

→ 自分の“夢や欲”に正直になって書いてみよう

5. そのために、今日からできそうな「小さな一歩」は？

→ ヘソくり、節約、自己投資...なんでもOK

✦「夢のためのひとことメモ」

☐ 今月やりたいこと（1つ書く）

☐ 自分にかけたい言葉（「よくやってるよ」など）

☐ ヘソくりへのひとこと（例：「未来の自分のために♡」）