

浜松ではじめる



主催：浜松市子ども若者政策課

# ライフデザイン

あなたはこれから先、どんな未来を思い描いていますか？



結婚

妊娠



子育て

働き方



これから起きるライフイベントや「将来はこうなりたい」という思いをいつ、どのように実現するかを考えたことはありますか？

10年後・20年後の未来、あなたは誰とどんな生活をしているのでしょうか。その先を、思い描いてみる時間を持ってみませんか。

# 講師紹介

## 株式会社IBJ 地域創生部 岡野碧依

### 【株式会社IBJ】

婚活サービス&ライフデザインサービスを提供。  
2024年は日本の結婚組数の30組に1組を創出。

#### < 講師紹介 >

- ・ 結婚相談所や婚活アプリのカウンセラー業務、その後広報・秘書を経て、自治体の結婚支援やライフデザイン支援の担当へ
- ・ 自身もライフデザインを行う30代。経済産業省事業でもセミナー講師を担当し、リアルな意見を発信

# 目次

## section1 : ライフデザインセミナー

- ーライフデザインとは？
- ーライフデザインの考え方と目的
- ー各ライフイベントについて

- ①結婚編      ②妊娠・出産編
- ③子育て編    ④働き方編

## section2 : 子育て中の方の声を聞いてみよう

- ー浜松の自然豊かな環境で子育てをしている夫婦の声

## section3 : 浜松市の制度紹介

## section4 : 質疑応答

## section5 : まとめ&アンケート

# ライフデザインセミナー

ライフデザインと聞いて  
何を思い浮かべますか？



## ライフデザインとは？

結婚、出産などのライフイベントや「将来こうなりたい」という思いを、  
いつどのように実現するかを考える「**人生設計**」のこと

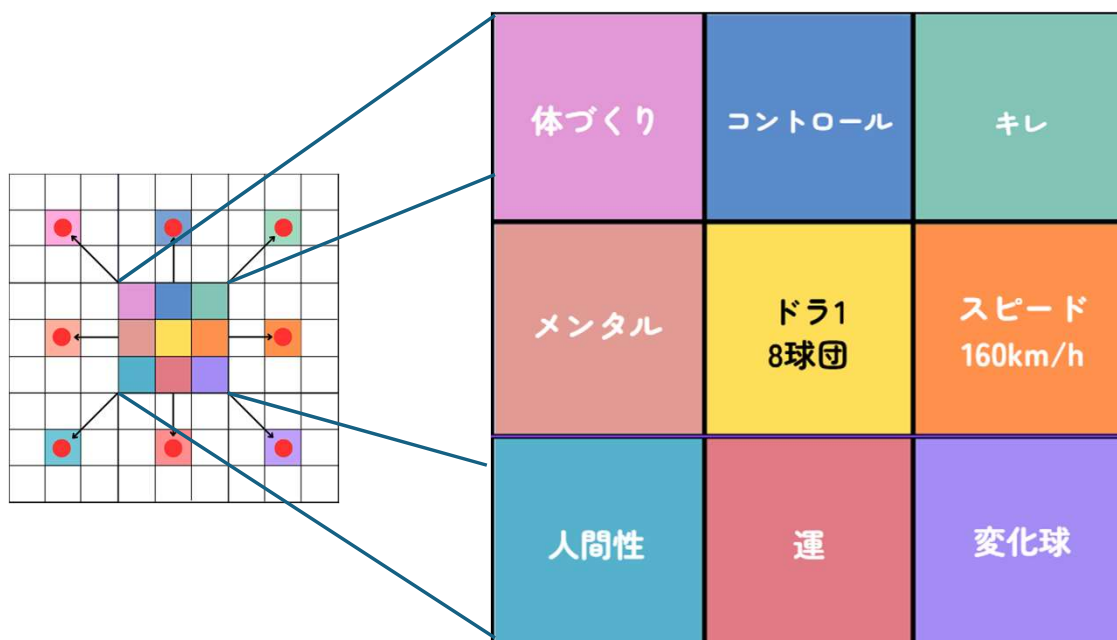


○歳までには結婚したいな  
こどもは2人くらい授かりたい！  
10年後の理想の姿は...

# ライフデザインとは？

あの世界で活躍する”大谷翔平”選手も・・・？

高校生の時に、「マンダラチャート」と呼ばれる  
目標達成シートを使って、**計画的に人生を設計していた！**



# ライフデザインとは？

## 様々な人生設計

Life design example 01

家族を一番大事にしたい！

小さい頃  
思い描いた理想の  
家族を作りたい！

22歳 岡山県の手機メーカーに就職

Start!

28歳 結婚

同窓会で再会した  
高校の同級生と結婚

32歳 第一子誕生

1年間育児を取得して  
夫婦で子育てに励む

36歳 妊活

2年の不妊治療の末、体外受精  
により38歳で第二子誕生

56歳 長女の結婚式に出席

両親への手紙で  
これまでの思い出を綴る

70歳 親子三代でハワイ旅行

子どもや孫に囲まれて  
古希を祝ってもらう

Life design example 02

将来の為に仕事を頑張る！

結婚して  
2人でバリバリ働いて、  
早期FIREしたい！

22歳 東京都の広告代理店に就職

Start!

28歳 転職

ステップアップの為に転職し  
年収100万円アップ

30歳 婚活

マッチングアプリと結婚相談所を  
並行してお相手探しスタート

31歳 結婚

結婚相談所で出会った2歳年上の  
年収800万円の男性と  
交際3ヶ月で結婚

35歳 高層マンション購入

郊外の高層マンションを  
8,000万円で購入

52歳 早期FIRE

マンションを売却しブークットへ移住

Life design example 03

仕事も趣味も全力で！

好きなことを  
仕事にして、  
独身を満喫したい！

20歳 福岡県の営業事務職に就職

Start!

22歳 習い事

ヨガとダンスを習い始める

24歳 積み立てNISA・iDeCoスタート

毎月5万円の積み立てを開始

31歳 インド旅行

趣味のヨガを本場インドで体験。  
得たヨガインストラクターに  
なりたくて強く思い始める。

45歳 起業スクールへ通う

開業を見据えて経営のイロハを学ぶ

55歳 ヨガスタジオをオープン

念願だった自分のスクールで生徒に  
囲まれ充実した日々を過ごす

Life design example 04

地方移住で夢を叶える！

自然豊かな場所で  
のびのび  
子育てしたい！

18歳 大阪府の飲食店に就職

Start!

25歳 授かり婚

大好きな彼女との間に  
子どもを授かる

28歳 第二子誕生とともに移住を決意

自然豊かな場所で子育てするために  
大分県に移住

30歳 のびのび子育て

家族4人で自然に  
囲まれた生活を楽しむ

33歳 副業として家族で民泊をスタート

様々な人との交流を  
子供たちに体験してもらう

60歳 自家農園をスタート

セカンドライフとして  
夫婦で自家農園を始める

## ライフデザインとは？

10年後、皆さんが思い描く理想の姿はどのようなものでしょうか？



結婚はしているかな？



マイホームは持っている？



仕事は順調かな？



選択肢が多い多様化の時代だからこそ、  
ライフデザインは、皆さんの理想を叶える「道しるべ」になります。

## ライフデザインの考え方と目的

- ライフデザインは変わるもの
- 大小や早い遅いはなく、やり方も様々
- 選択肢が広がる分、自分で選択する意味は強まる

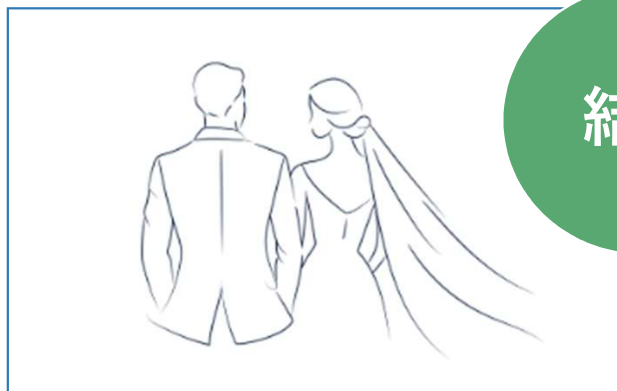
### 【ライフデザインを考える際の例】

- ービジョン(なりたい自分から逆算)
- ー価値観(これまでの自分の考え方に基づいて想定)
- ー興味関心(経験してみたいことなどから組み立てる)

# 各ライフイベントについて

# 各ライフイベントについて

今回触れるライフイベントは・・・



結婚



妊娠  
出産



子育て



仕事

## 各ライフイベントについて



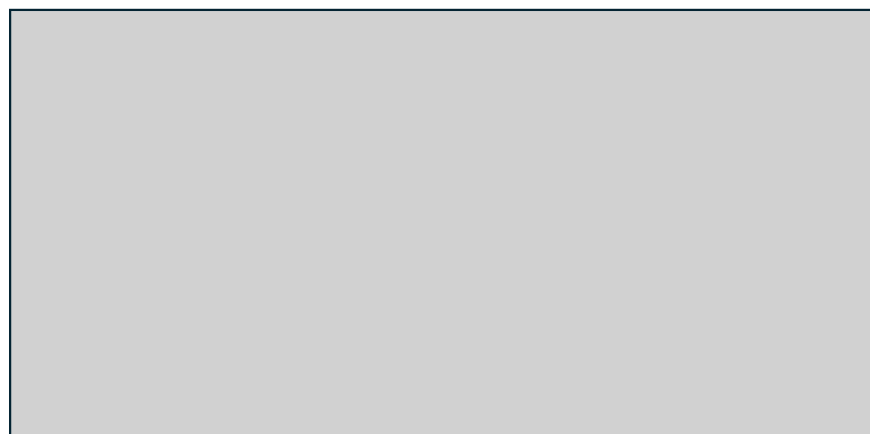
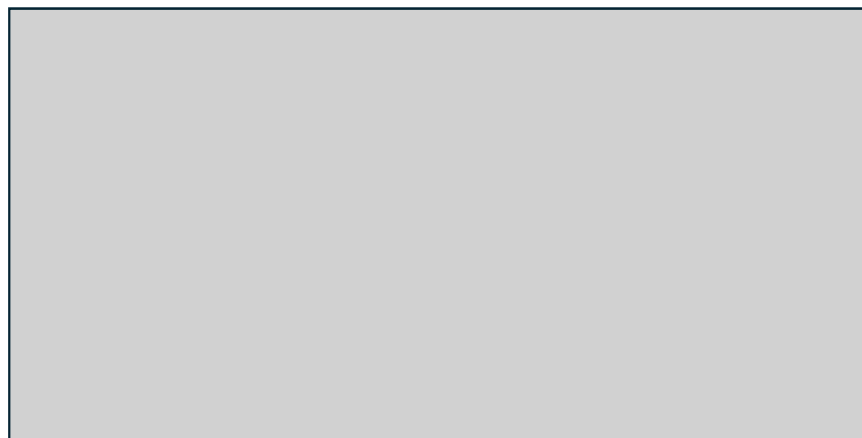
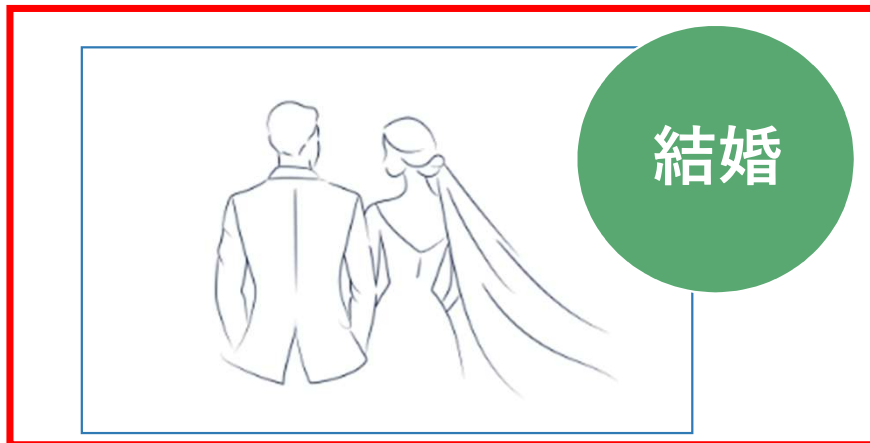
それぞれのライフイベントを迎えるに当たって  
皆様がライフデザインをしやすいような  
**役立つヒントや情報**を提供します！

「自身の目標」を達成するために  
情報を知った上で、行動をしてみましょう！



# 各ライフイベントについて

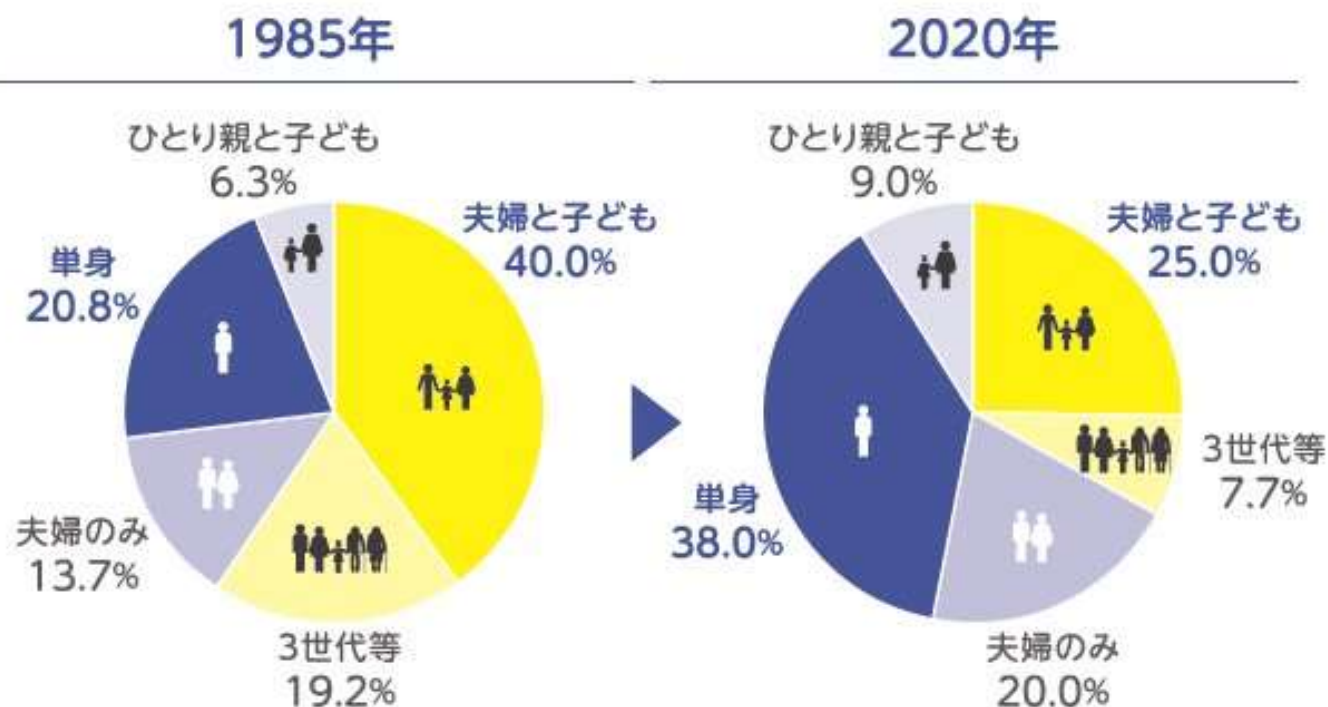
## 結婚編



## ①結婚編

### 大きく変わる「家族」の在り方

単身世帯・夫婦世帯が増え、家族構成は大きく変化  
自分の理想とする「家族」がどんな形なのか思い描くことも重要



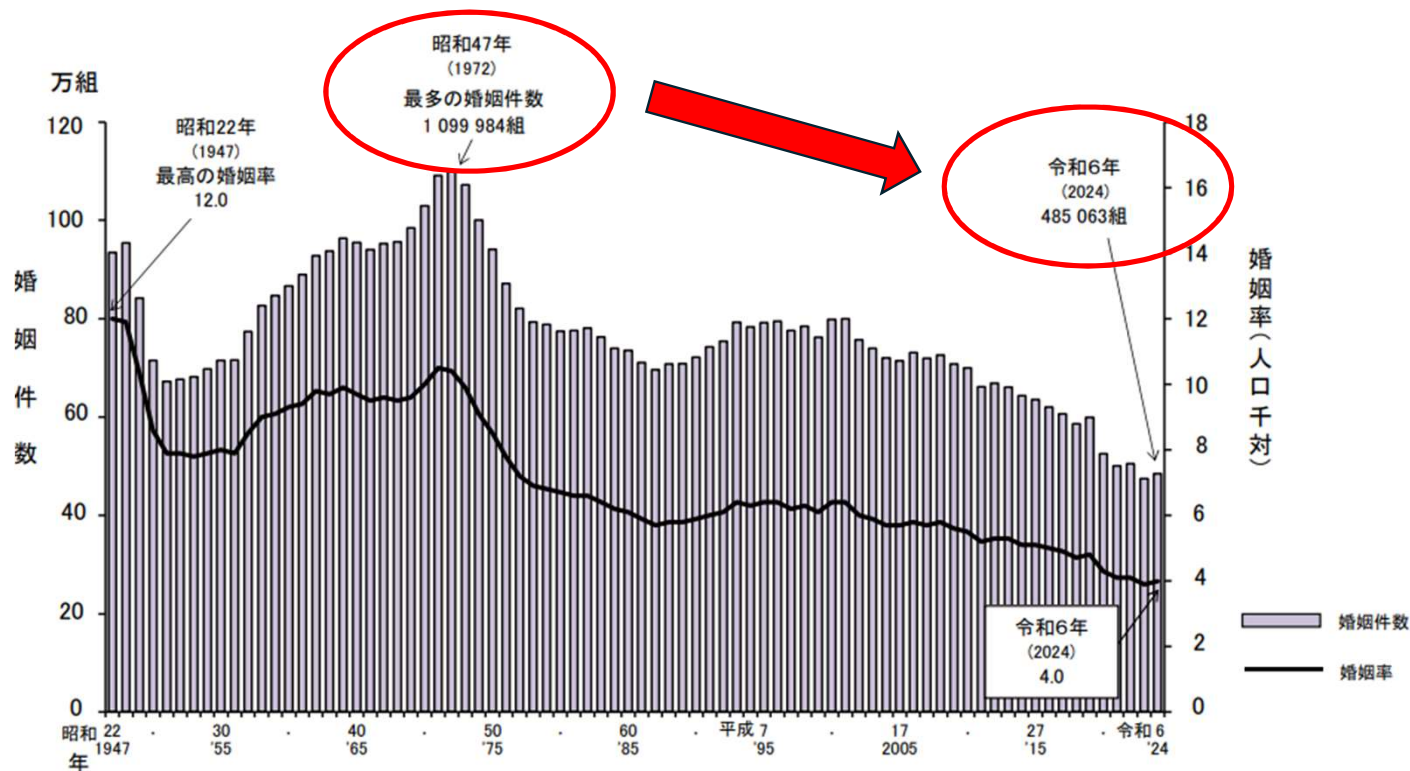
出典元:内閣府男女共同参画局 令和4年度「男性の家庭・地域社会における活躍について」

# ①結婚編

## 年々減少していく“婚姻件数”と“婚姻率”

婚姻件数：最多の1972年から約56%減少

婚姻率：最多の1947年から約67%減少

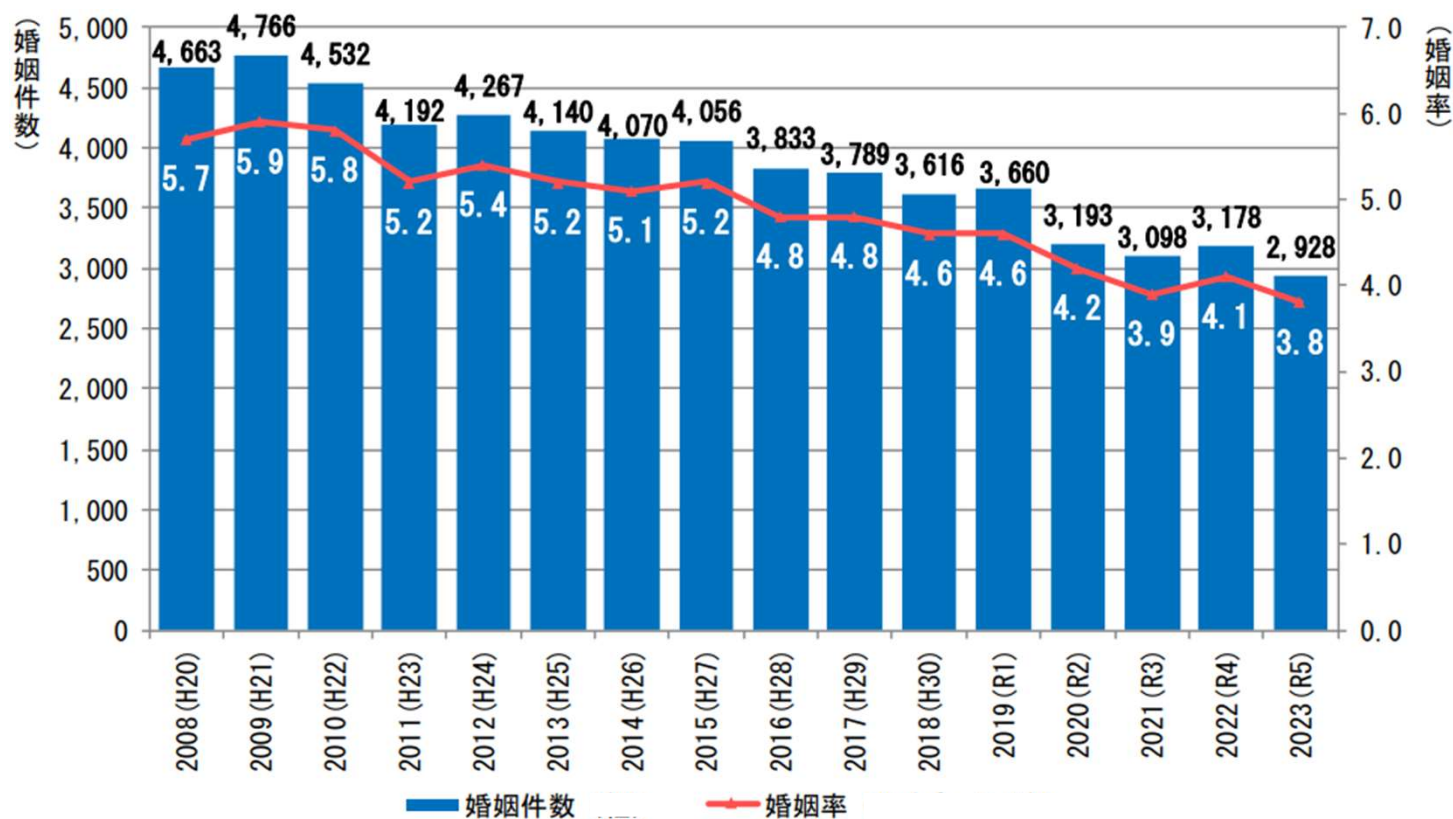


出典元：厚生労働省「人口動態統計（令和6年）婚姻に関する統計」

# ①結婚編

## 浜松市の“婚姻件数”と“婚姻率”の推移

婚姻件数・婚姻率共に右肩下がりの状況にある

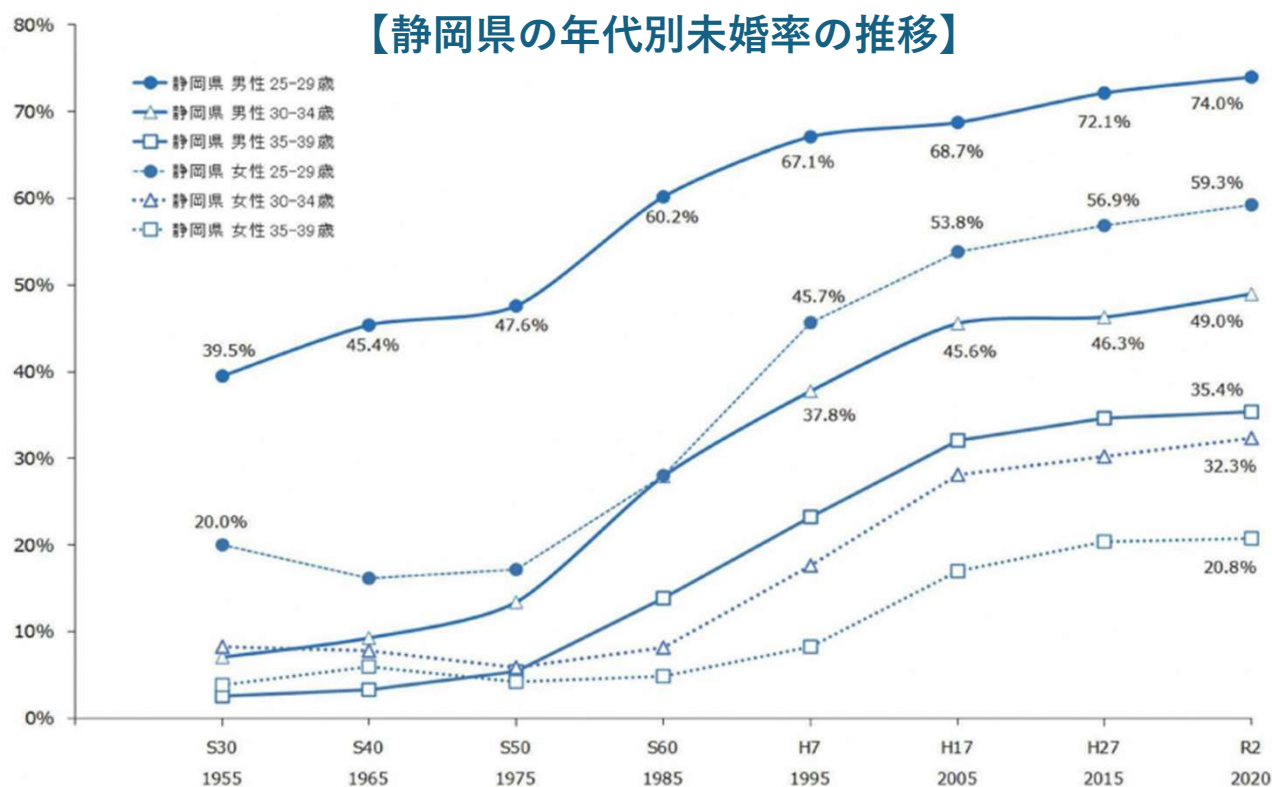


出典元：浜松市地方創生総合戦略「浜松市の婚姻件数と婚姻率の推移」

# ①結婚編

## 静岡県の“未婚率”の推移

全年代未婚率が増加してるが、特に50歳時の未婚率は近年急激に上昇している。



【50歳時未婚率】

男性：26.9%

約4人に1人

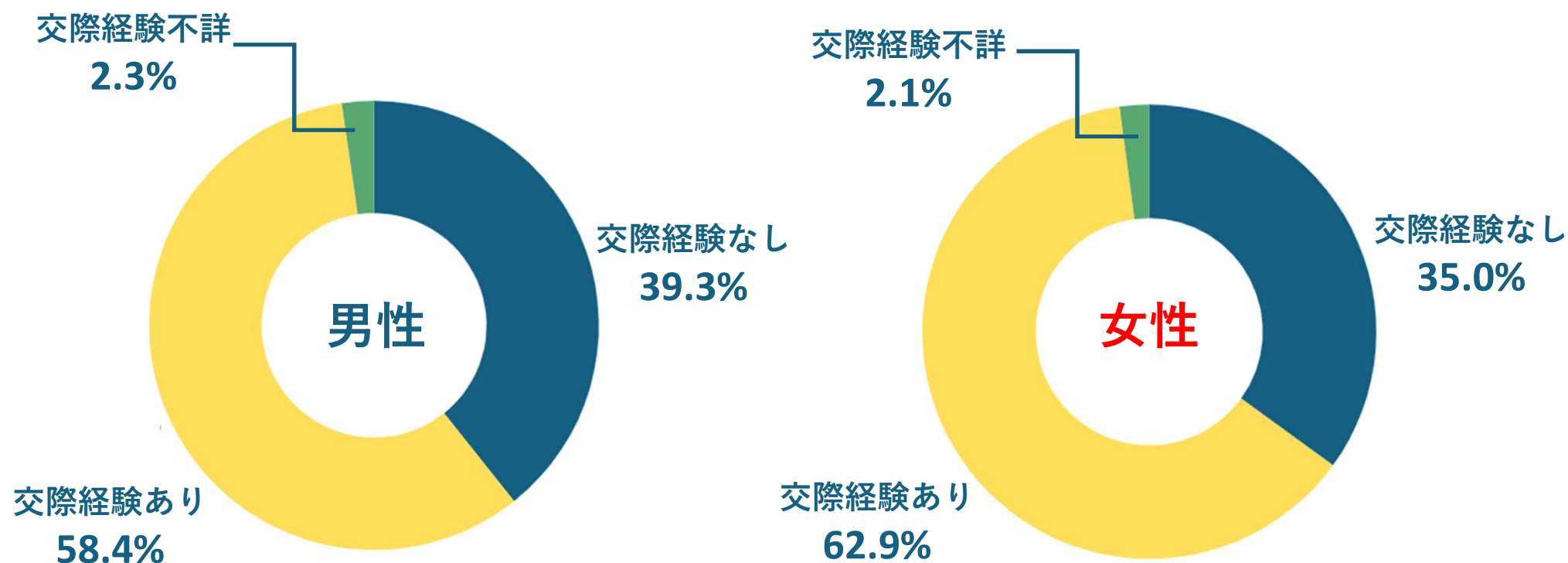
女性：14.7%

約7人に1人

## ①結婚編

18歳～29歳の男女で交際相手がいない**男性は71.5%、女性は64.3%**  
未婚者で交際経験がない**男性が39.3%、女性は35.0%**

【異性との交際経験を持つ未婚者の割合】



## ①結婚編

### ✔ Quiz

全国の18～34歳の男女で、  
「いずれは結婚したい」と考えている人の割合はどれくらいでしょう？

**A**  
**20%**

**B**  
**40%**

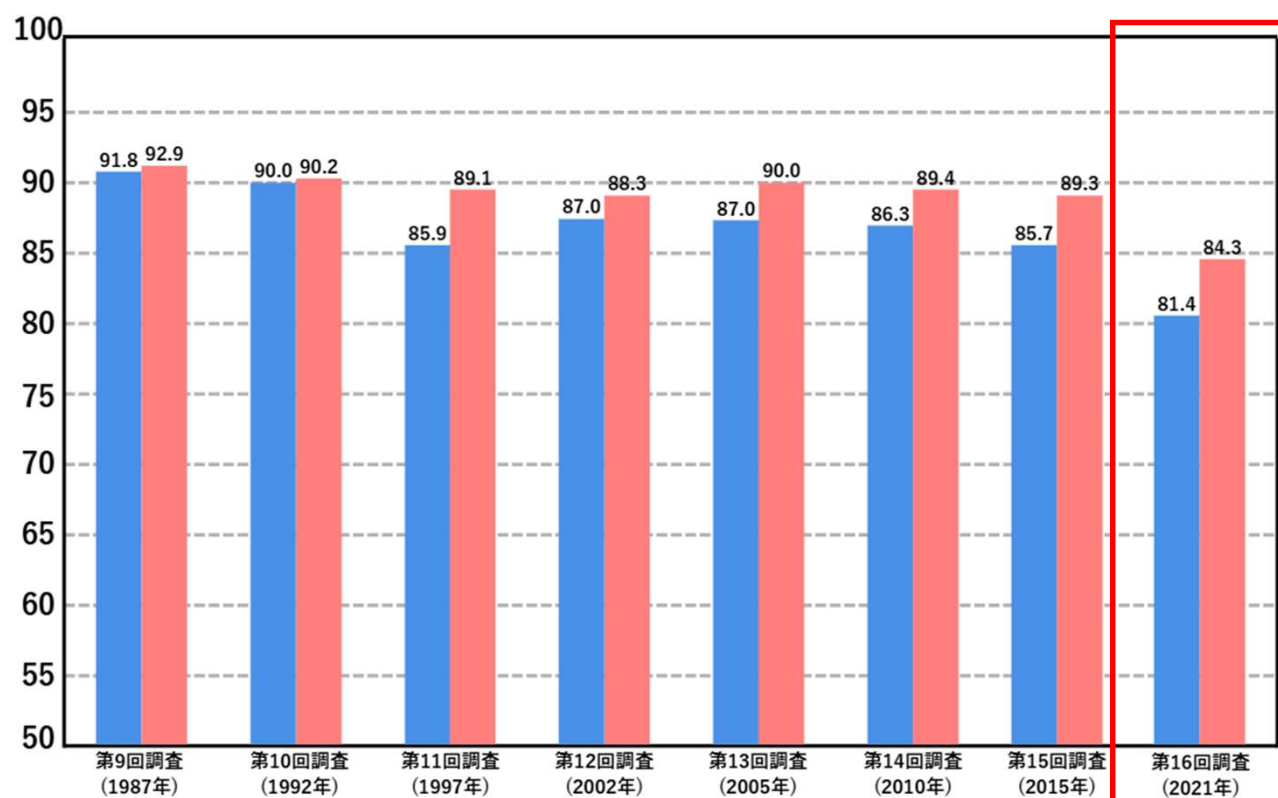
**C**  
**60%**

**D**  
**80%**

## ①結婚編

**答え D 80%**

全国的に見て、18歳~34歳の結婚意欲は高い

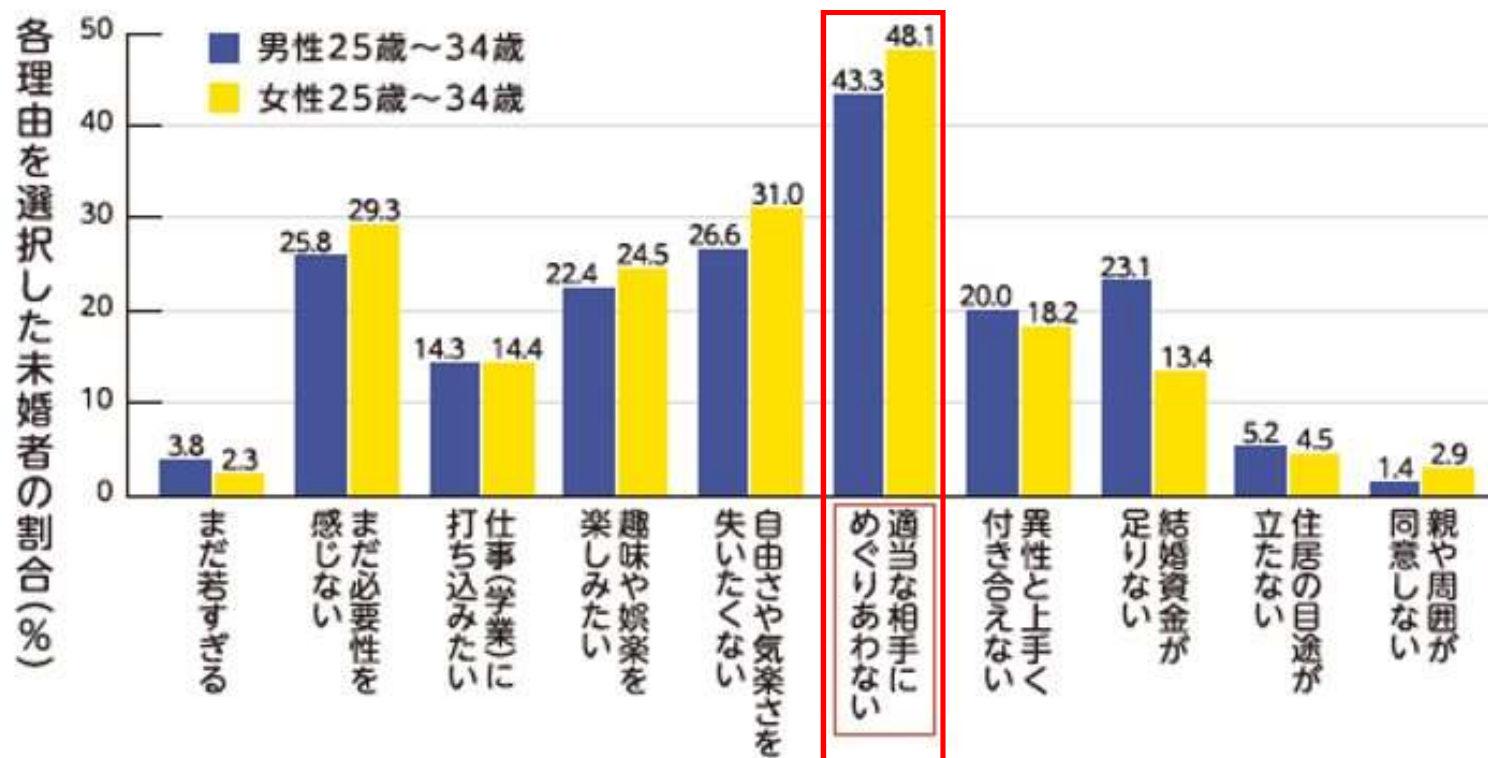


出典元：国立社会保障・人口問題研究所「出生動向基本調査」独身者調査(2021年)

# ①結婚編

若者が結婚しない理由としては、  
「**適当な相手にめぐりあわない**」が最多

若者が結婚しない理由（複数回答あり）



出典元：国立社会保障・人口問題研究所「出生動向基本調査」（独身者調査）



皆様に質問です。  
ぱっと思いつく”出会いの場”ってありますか？



## ①結婚編

出会い方は多様化している

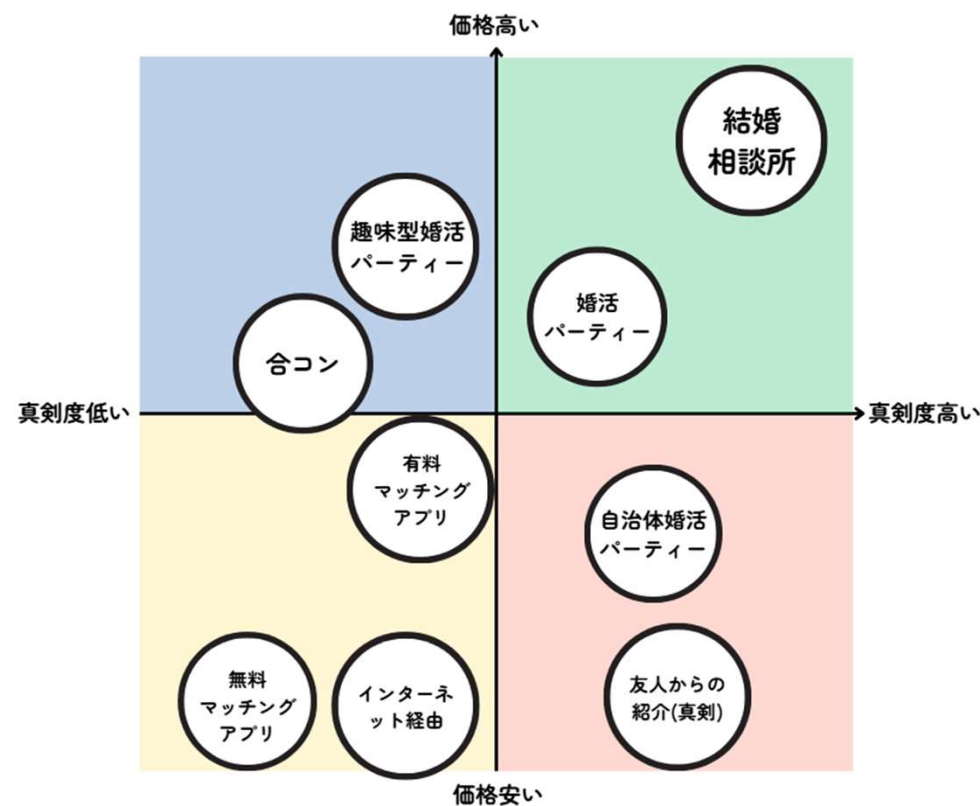
自分に合った方法で、出会いの機会を増やす

### 【無料】

- 無料マッチングアプリ
- 友人の紹介
- SNS・ゲームなど

### 【有料】

- 結婚相談所
- 婚活パーティー
- 有料マッチングアプリ
- 合コン



# ①結婚編

## 代表的な婚活サービス



マッチングアプリ



婚活イベント/街コン



結婚相談所

特徴	スマホで完結	対面で会話 リアルな出会い	専門のサポーター がいる婚活
メリット	手軽でスキマ時間 に使える	その場で印象が 掴みやすい	真剣度が高く、 証明書の提出が必要
デメリット	真剣度に差がある	人数が限られ 選択肢が狭い	費用が高め

# ①結婚編

## 代表的な婚活サービス



マッチングアプリ



婚活イベント/街コン



結婚相談所

特徴	スマホで完結	対面で会話 リアルな出会い	専門のサポーター がいる婚活
メリット	手軽でスキマ時間 に使える	その場で印象が 掴みやすい	真剣度が高く、 証明書の提出が必要
デメリット	真剣度に差がある	人数が限られ 選択肢が狭い	費用が高め

# ①結婚編

## 代表的な婚活サービス



マッチングアプリ



婚活イベント/街コン



結婚相談所

特徴	スマホで完結	対面で会話 リアルな出会い	専門のサポーター がいる婚活
メリット	手軽でスキマ時間 に使える	その場で印象が 掴みやすい	真剣度が高く、 証明書の提出が必要
デメリット	真剣度に差がある	人数が限られ 選択肢が狭い	費用が高め



POINT

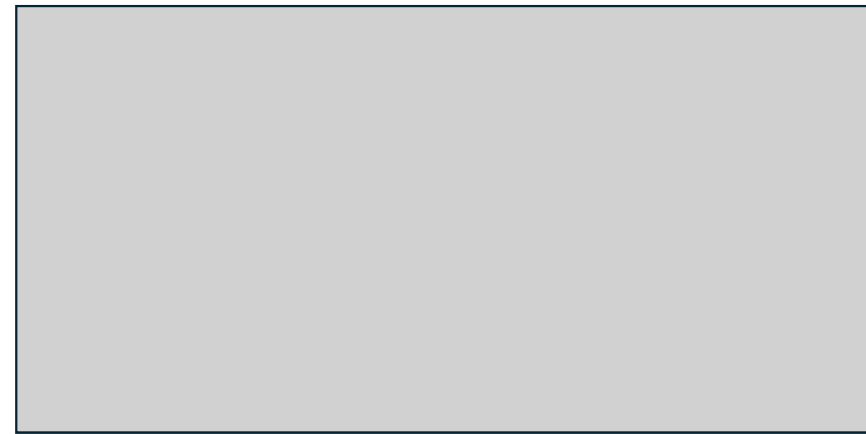
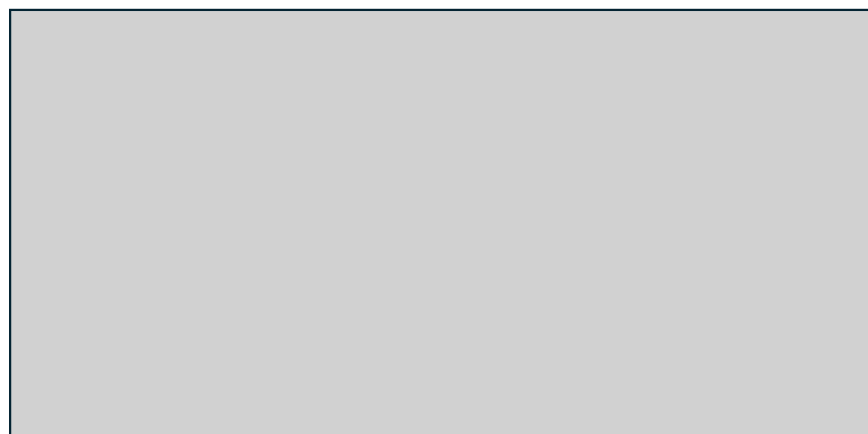
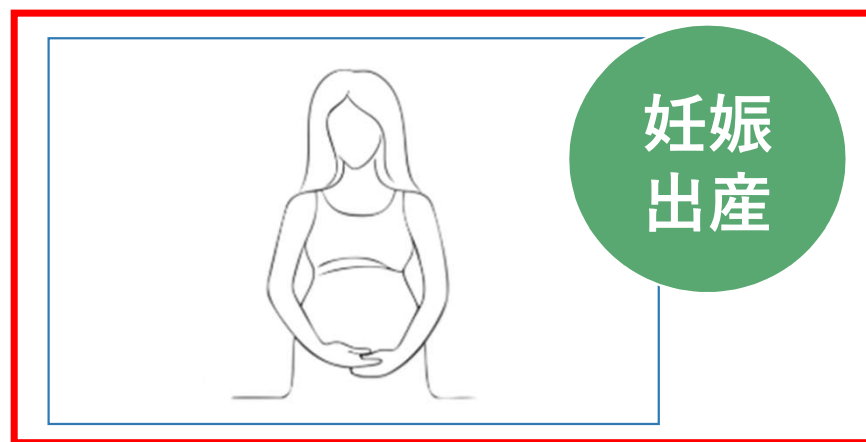
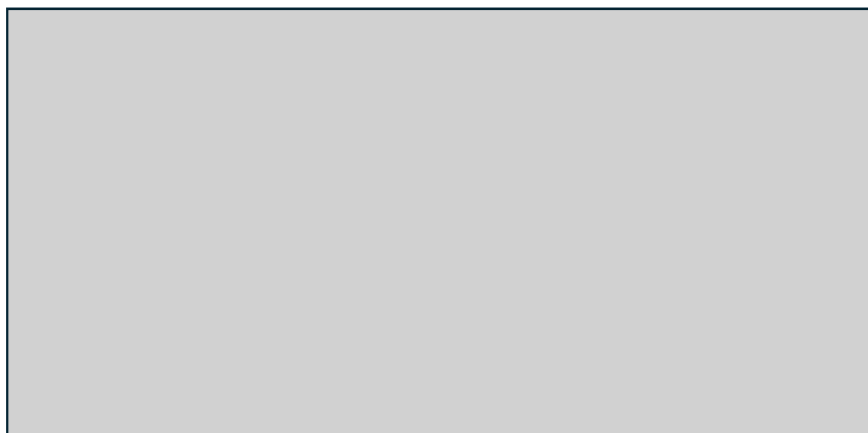
家族の在り方は変化している  
未婚化の中でも、多くの若者が結婚を希望  
出会い方も多様化している



家族の在り方も多様化する時代。  
結婚はゴールではなく、人生の選択肢のひとつです。  
自分らしい幸せの形をまずは考え、  
それに向けた情報を知ることが重要です。

# 各ライフイベントについて

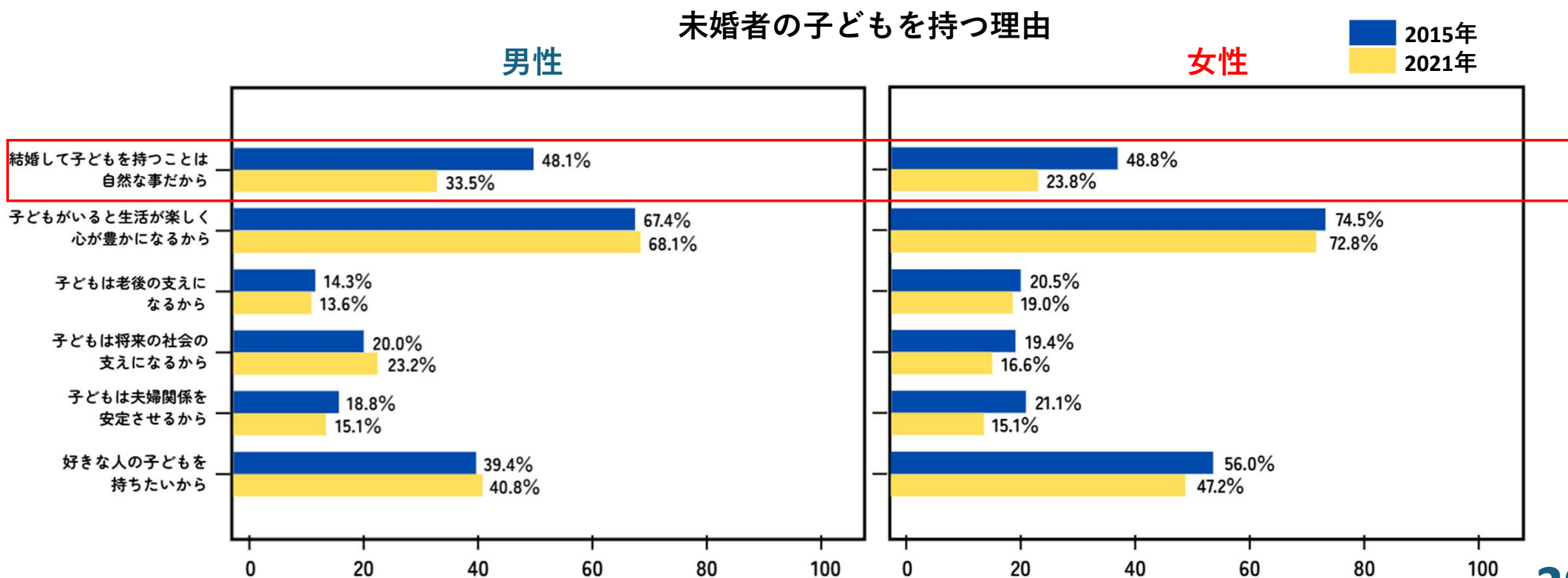
## 妊娠・出産編



## ②妊娠・出産編

「結婚し、子どもをもつことは自然」ではなくなっている

結婚をして子どもを持つことは自然なこと→15%減少



出典元：国立社会保障・人口問題研究所「2021年社会保障・人口基本調査」

## ②妊娠・出産編

第一子の出産年齢は、年々上がっている

年齢を重ねるにつれ、妊娠の可能性は減少していく

	1985年	2021年	増減
20~24歳	247,341	59,894	-187,447
25~29歳	682,885	210,427	-472,458
30~34歳	381,466	292,435	-89,031
35~39歳	93,501	193,173	99,672
40歳以上	8,468	50,133	41,665
計	1,413,661	806,062	-607,599

大幅に低下

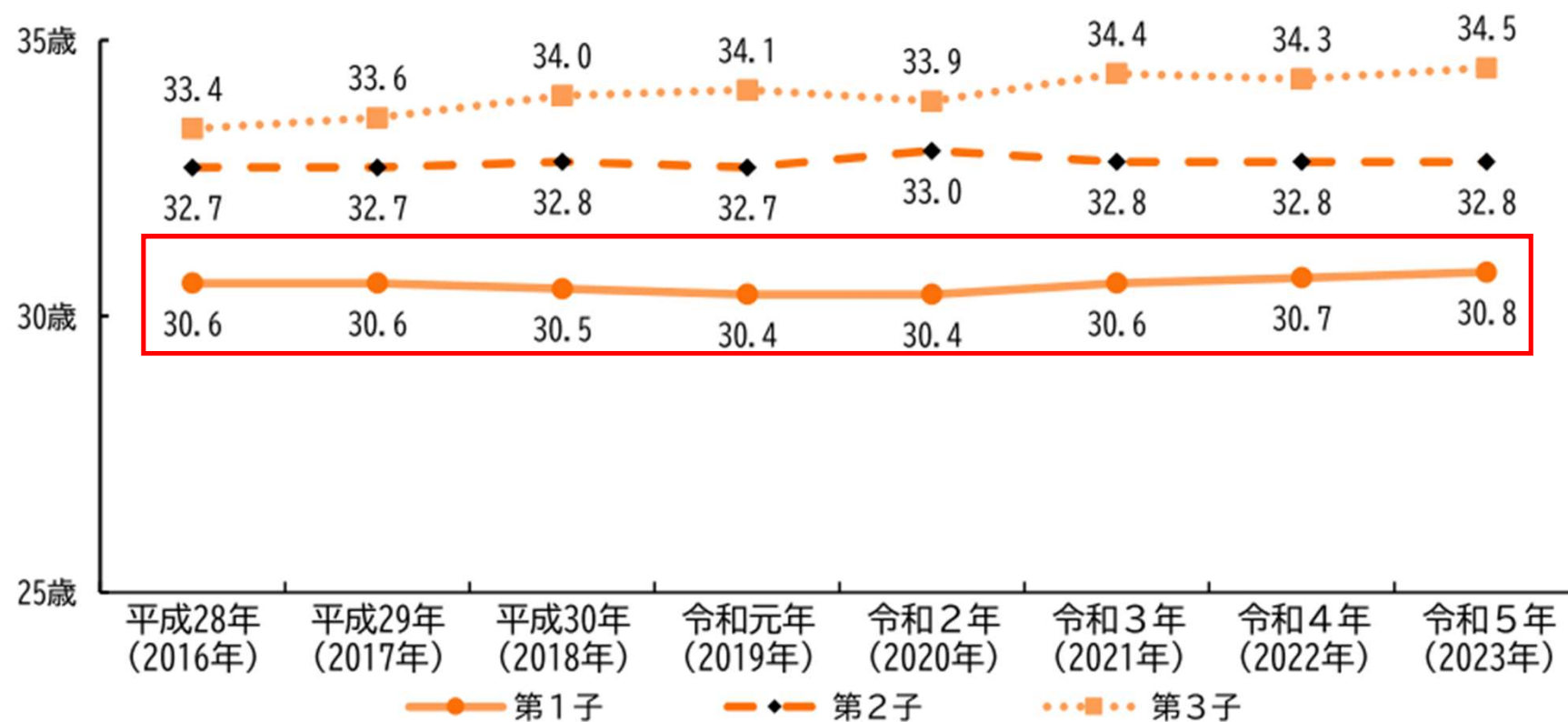
上昇傾向



「何歳までに何人欲しいと思うか」を考え、  
逆算することも重要

## ②妊娠・出産編

浜松市の第一子出産平均年齢は、**2023年で30.8歳**

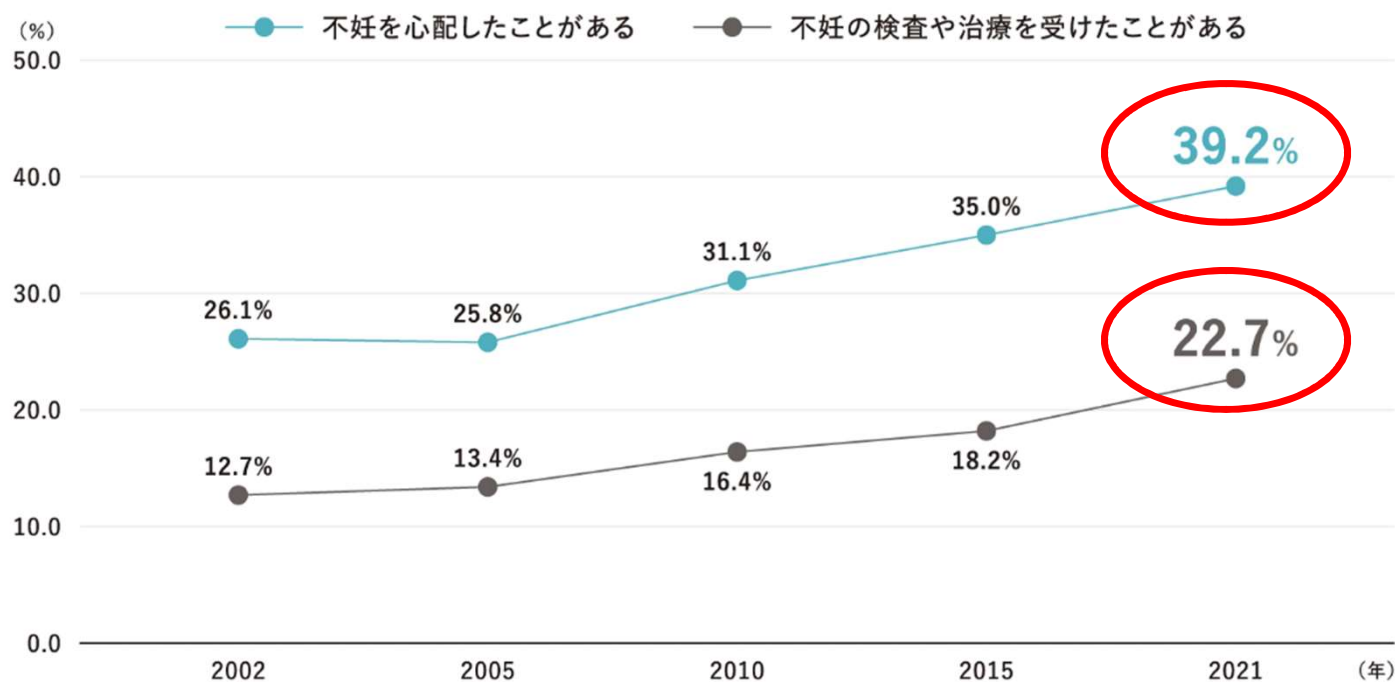


出典元：浜松市こども若者政策課／厚生労働省「人口動態統計」令和5年

## ②妊娠・出産編

### 不妊治療を行う人が増えている

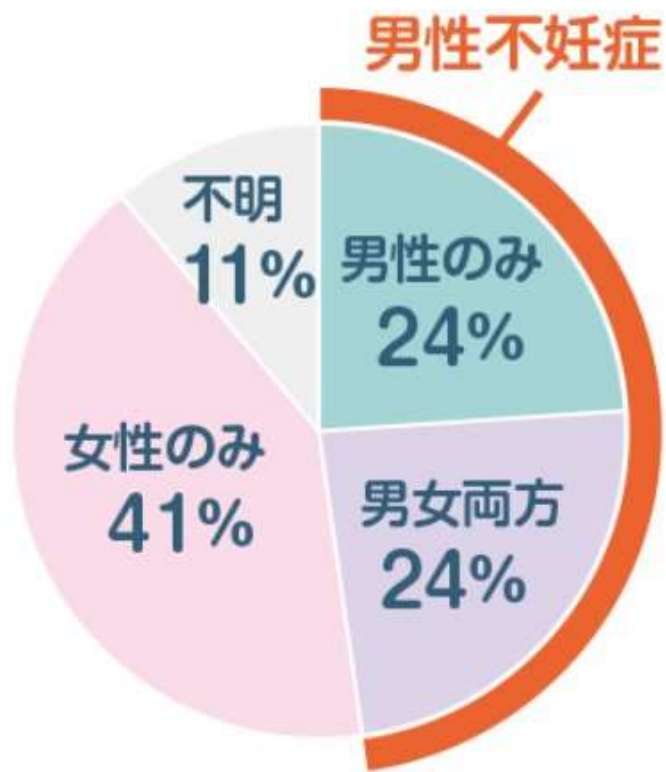
夫婦の**3組に1組以上**が不妊について心配し、  
**4組に1組**が実際に不妊検査や治療を受けたことがある。



出典：国立社会保障・人口問題研究所「2002年社会保障・人口問題基本調査」、「2005年社会保障・人口問題基本調査」、「2010年社会保障・人口問題基本調査」、「2015年社会保障・人口問題基本調査」、「2021年社会保障・人口問題基本調査」

## ②妊娠・出産編

不妊は女性だけの問題ではない



実は不妊の原因の約48%は男性側にもあると言われています。



男性も考える必要がある問題



皆さんに質問です。

”プレコンセプション”って知っていますか？



## ②妊娠・出産編

### プレコンセプション⇒妊娠をするための準備

#### プレコンセプションケア

若い男女が将来のライフプランを考えて、日々の生活や健康と向き合うこと

「結婚をする・しない」「子どもを希望する・しない」に関わらず、**将来の選択肢を増やすための知識**として知っておくといいでしょう。

#### 【具体的な活動】



## ②妊娠・出産編

今からでも参考にできる「**チェックシート**」もあります！

### 【プレコン・チェックシート】

男性

- バランスの良い食事を心がけ、適正体重をキープ
- たばこや危険ドラッグ、過度の飲酒はやめよう
- ストレスをためこまない
- よい睡眠をとろう
- 生活習慣病やがんのチェックをしよう
- ワクチン接種をしよう(B型/C型肝炎・性感染症)
- HPVワクチンを打とう
- 自分と家族の病気を知っておこう

女性

- バランスの良い食事を心がけ、適正体重をキープ
- 禁煙をする。受動喫煙を避ける
- 1日60分以上からだを動かそう(1日8000歩目安)
- よい睡眠をとろう
- 生活習慣病やがんのチェックをしよう
- ワクチン接種をしよう(B型/C型肝炎・性感染症)
- かかりつけの産婦人科医をつくろう
- 歯のケアをしよう



POINT

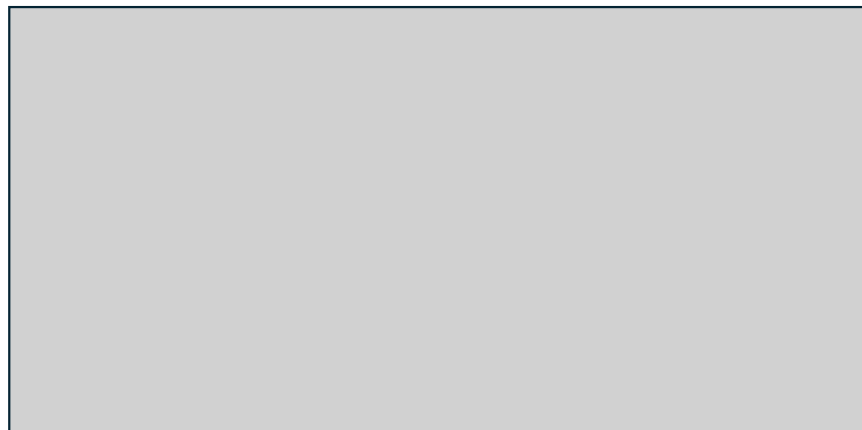
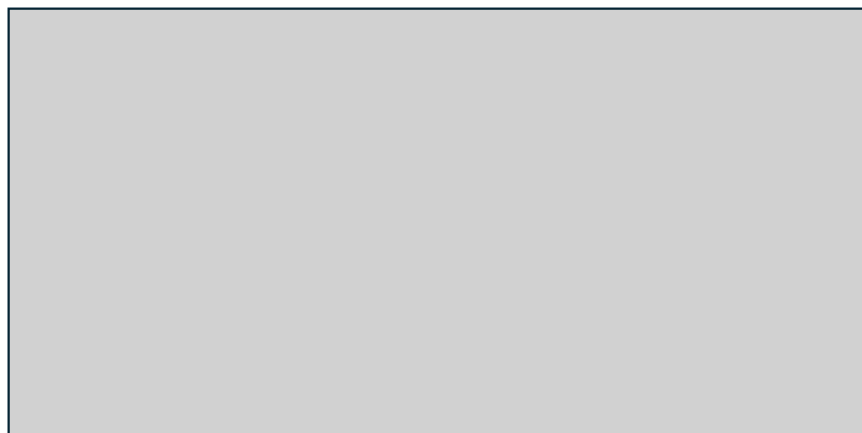
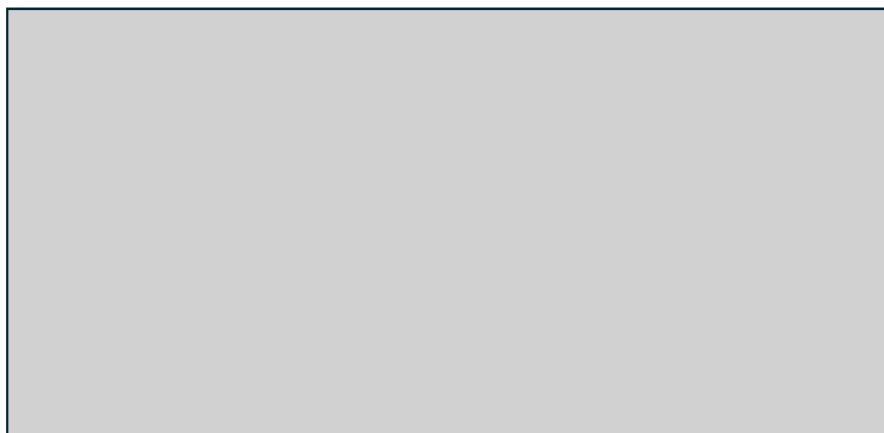
出産年齢も高齢化している  
不妊・プレコンセプションについて  
今からでも備えることは出来る



こどもを「産まないこと」と  
「産めないこと」は全く違います。  
選択肢が多い時期、選ぶことが出来る時期に、  
自分が主体的にどうしたいかを考える事が大切

# 各ライフイベントについて

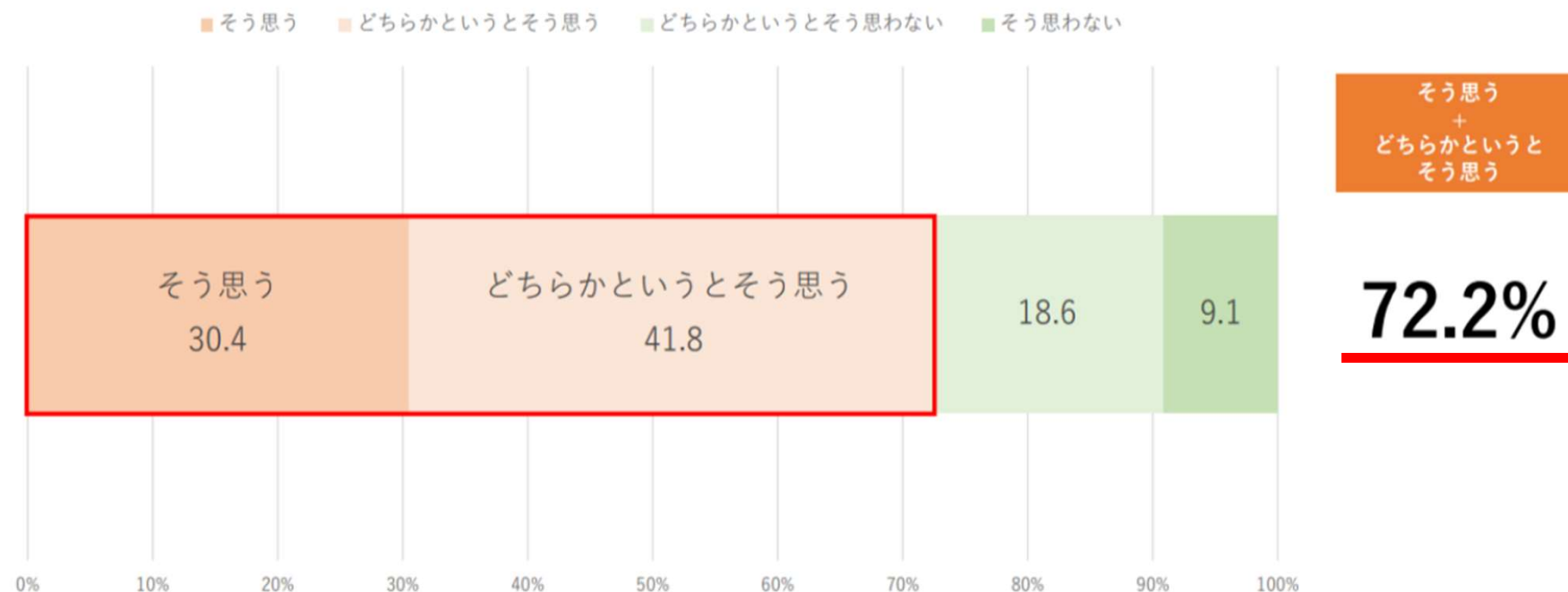
## 子育て編



### ③子育て編

## 「仕事と育児の両立に不安がある」と感じる若年層は**72.2%**

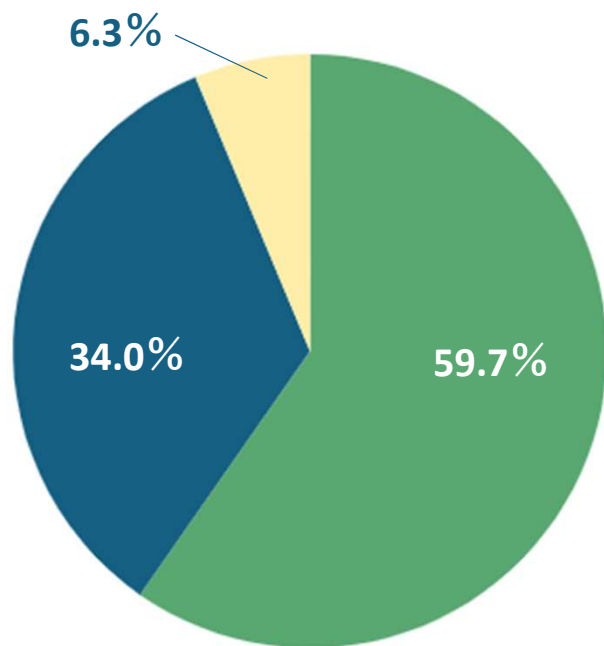
■あなたの仕事や育児に対しての想いのうち、以下に対してどのように思いますか。  
「私は、仕事と育児の両立に不安がある」



出典元：厚生労働省 「若年層における仕事と育児の両立に関する意識調査(令和7年)」

### ③子育て編

実際に、子育てを経験した方の**9割が大変と回答**



■ それなりに大変だった

■ かなり大変だった ■ あまり大変ではなかった

#### 【こどもを育てていて感じる負担】

- ・ 子育てによる身体の疲れ
- ・ 仕事や家事が十分にできない
- ・ 自分の自由な時間がもてない

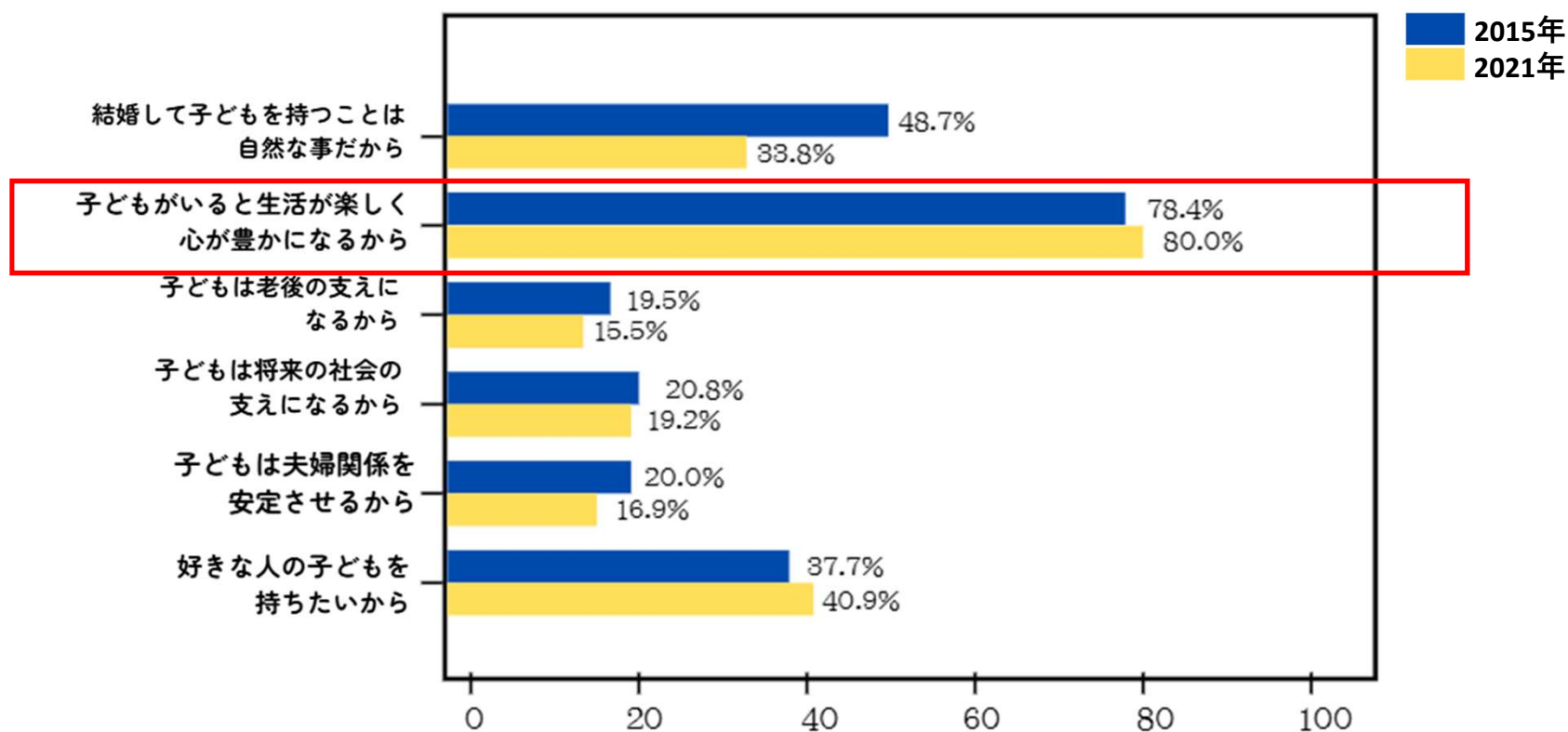


出典元：厚生労働省「出生時縦断調査」

### ③子育て編

「子どもがいると生活が楽しく、心が豊かになる」と回答した夫婦が最多

夫婦が子どもを持つ理由



出典元：国立社会保障・人口問題研究所「2021年社会保障・人口問題基本調査」



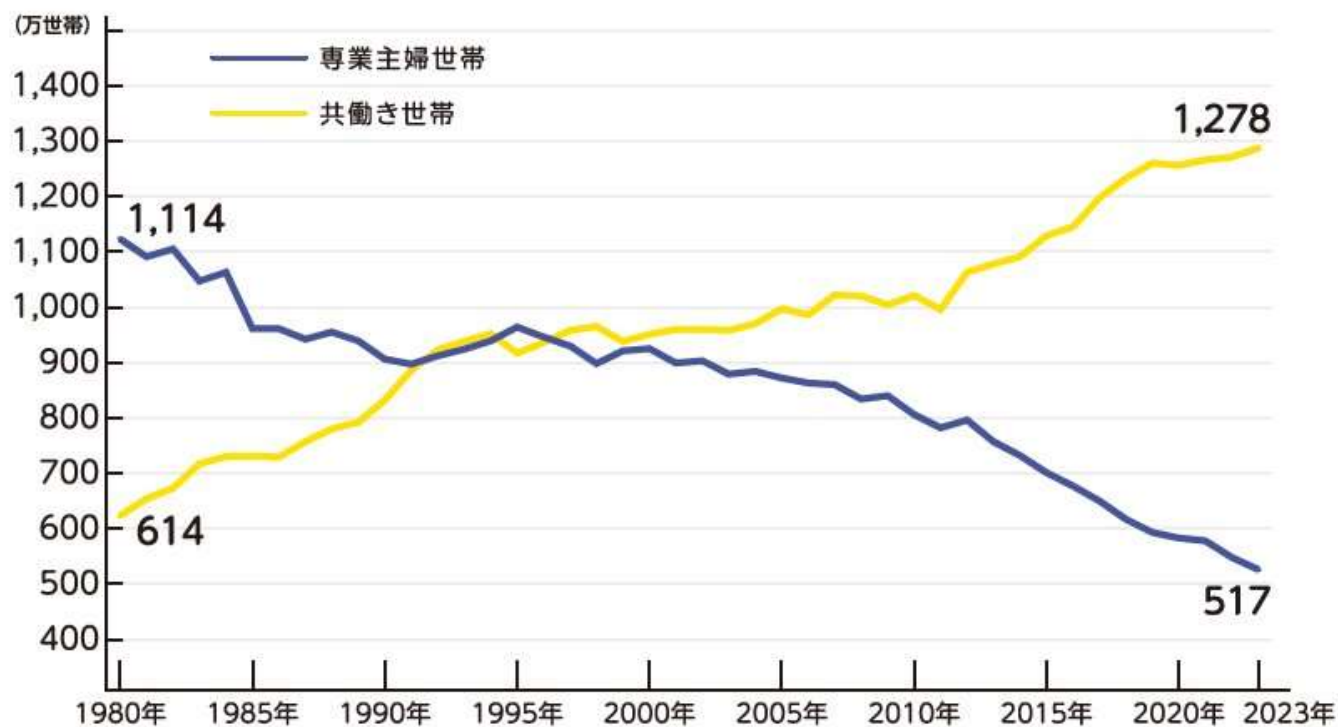
家事・育児の負担を軽くするヒントは、  
近年の子育て事情の中にあります！



### ③子育て編

## 専業主婦世帯が減少、共働き世帯は増加

専業主婦世帯と共働き世帯 (1980年~2023年)



※出典元:総務省「労働力調査特別調査」(2001年以前)及び総務省「労働力調査(詳細集計)」(2002年以降)より

夫婦どちらかが働く

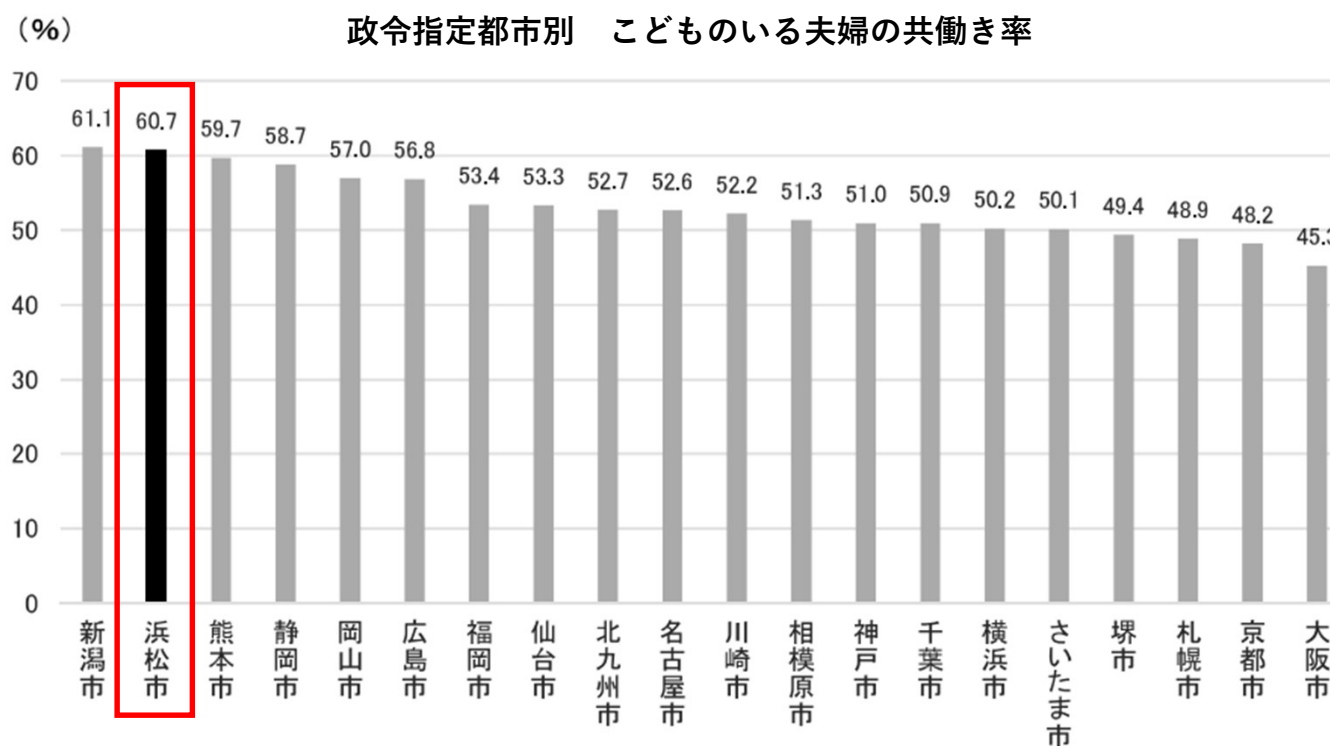


お互いが働き、  
生活をする時代

二馬力

### ③子育て編

浜松市の共働き率は高く**60.7%**  
政令指定都市の中でも**2番目**に高い割合となっている



こどものいる夫婦の共働き率=夫、妻ともに就業世帯（こどもあり）／夫婦のいる一般世帯（こどもあり）×100

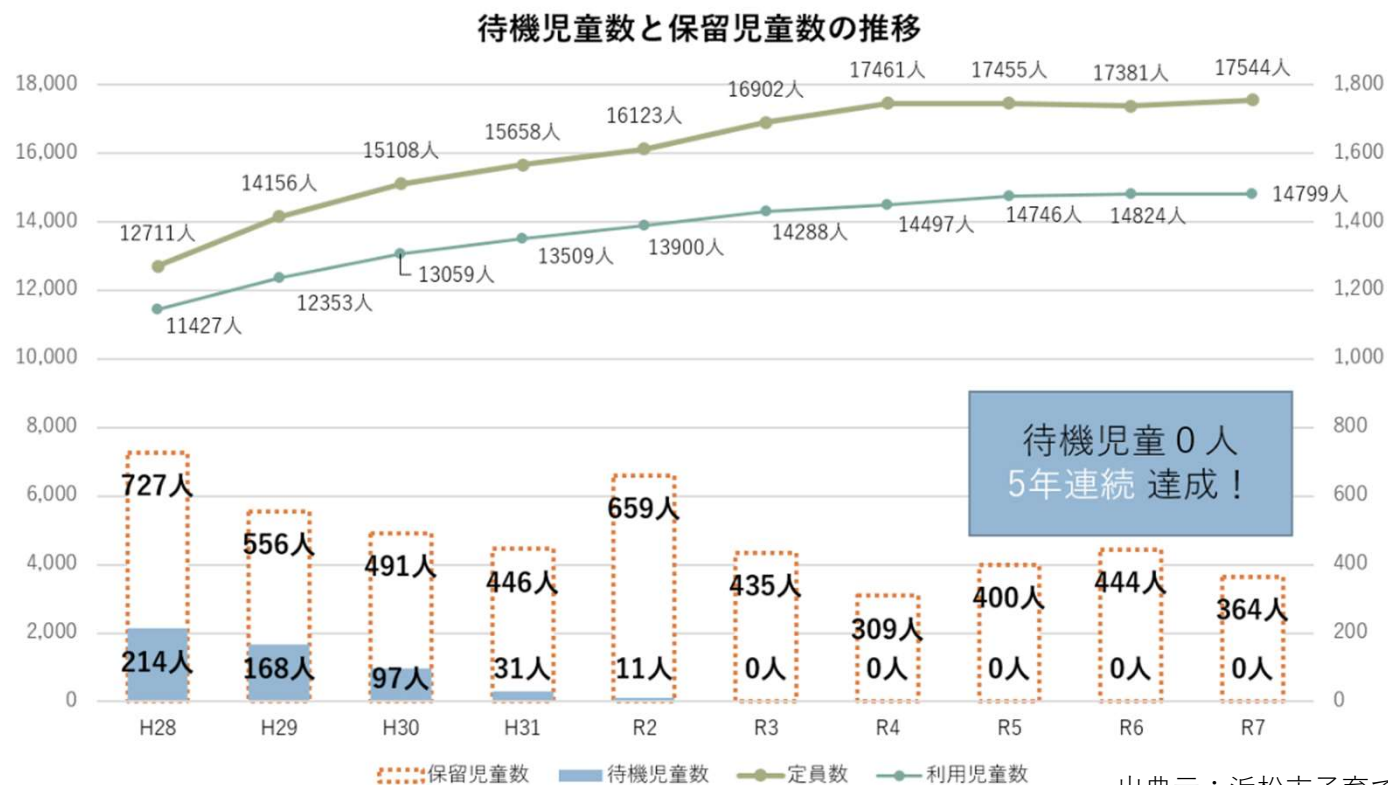
出典元：総務省「国勢調査(令和2年度)」

### ③子育て編

## 共働き世代を支える、浜松市の充実した保育体制

利用児童数に対する、利用定員数にも非常に余裕がある

**待機児童数は5年連続で0人** ⇒ 働く子持ち世代を支える環境が整っている



出典元：浜松市子育て情報サイトぴっぴ

### ③子育て編

## 家事・育児時間では埋まらぬ男女差が

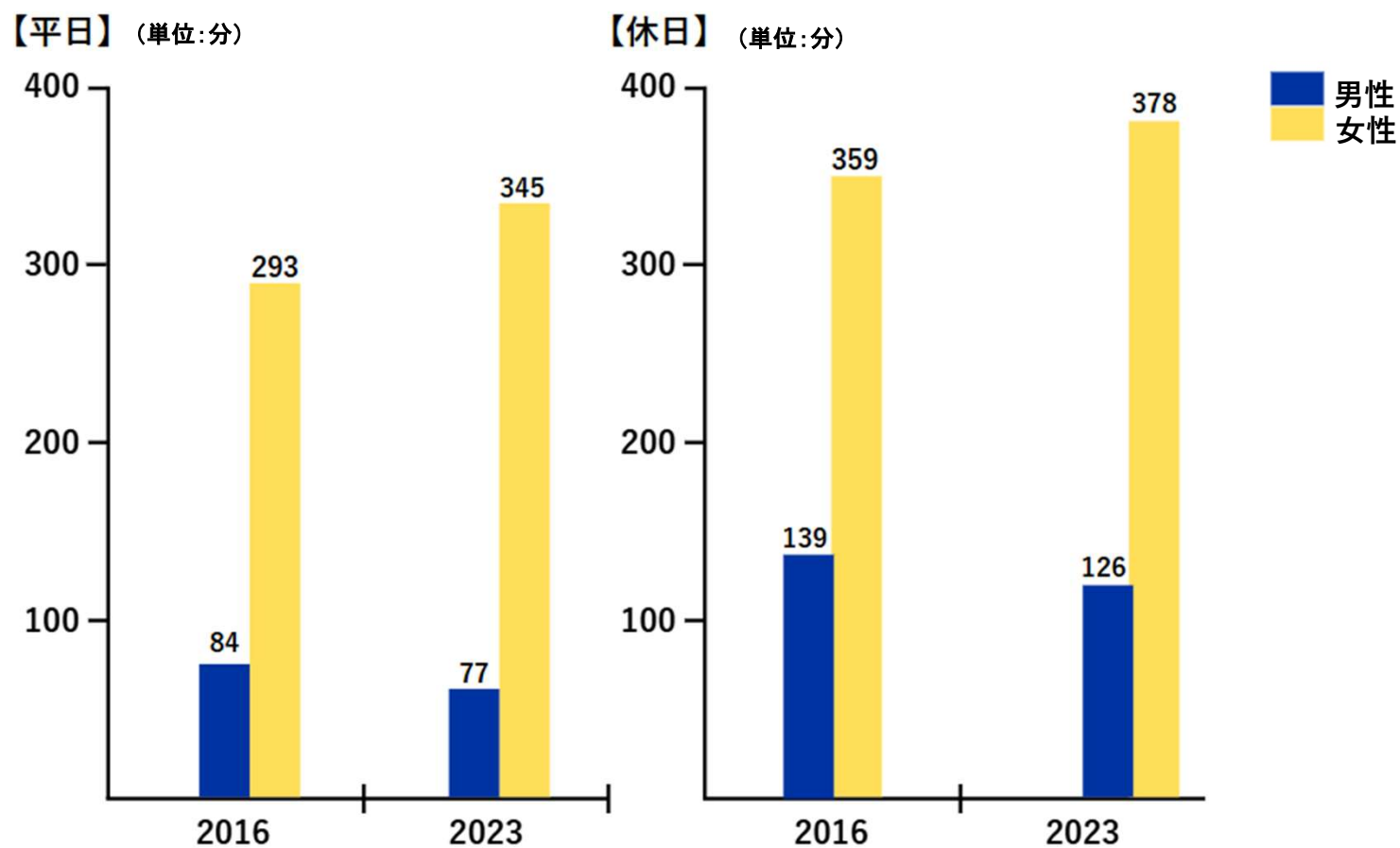
夫・妻の家事関連時間の推移  
※週全体平均、6歳未満の子どもを持つ共働き夫婦



出典元: 総務省統計局「我が国における家事関連時間の男女の差～生活時間からみたジェンダーギャップ～」

### ③子育て編

## 浜松市も同様に、男女の家事関連時間には大きな差が



出典元：浜松市の男女共同参画に関する市民意識・事業所実態調査

### ③子育て編

#### ✔ Quiz

男性の育休取得率。  
2022年は約17%でしたが、2024年はどのくらいでしょうか。

A  
19%

B  
31%

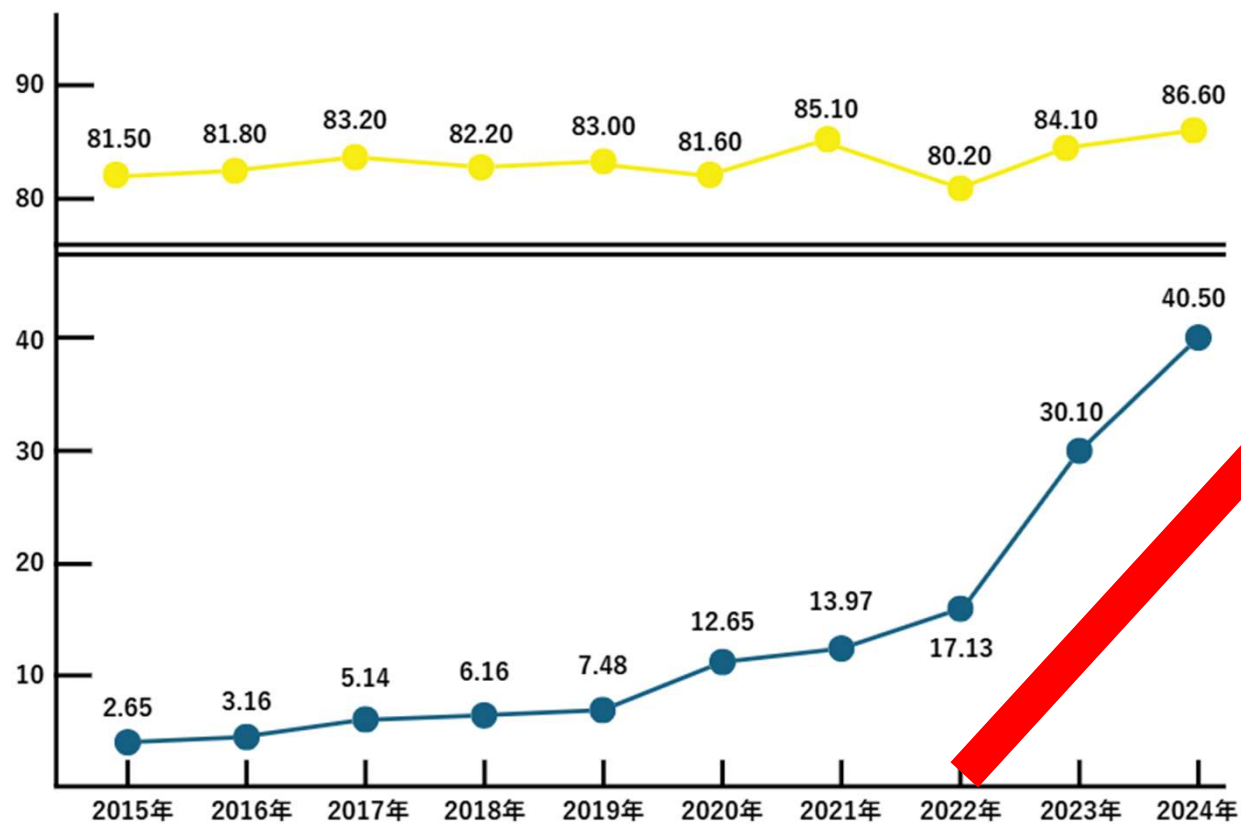
C  
40%

D  
83%

### ③子育て編

**答え C 40%**

育児休業を取得する男性は年々増加中



2015年より  
約15.3倍上昇

出典元：厚生労働省「令和6年度雇用均等基本調査」

### ③子育て編

時代は「イクメン」から「共育」へ

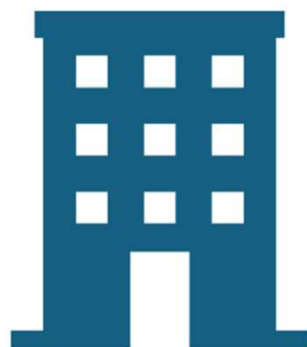
#### 厚生労働省発信「共育プロジェクト」

職場も家庭も、誰かが負担を抱え込む「ワンオペ」から脱却し、  
職場・地域・行政などの社会全体で「共に育てていく」プロジェクト



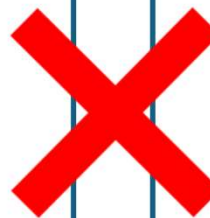
#### 会社

- ・ 育休取得率の向上
- ・ 働き方改革



#### 家庭

- ・ 家事育児の分担
- ・ 共に育てる文化をはぐくむ



出典元：厚生労働省「令和4年度雇用均等基本調査」

### ③子育て編

## さまざまなサービス等を活用して家事・育児の負担減

---

### 【使えるサービス等】

- 家事代行サービス
- 食材宅配サービス
- 夕飯テイクアウトサービス
- 時短家電・便利グッズ

### 家事分担アプリ

家事・育児のタスクを家族で共有・可視化  
家事の内容や負担を「見える化」できる



POINT

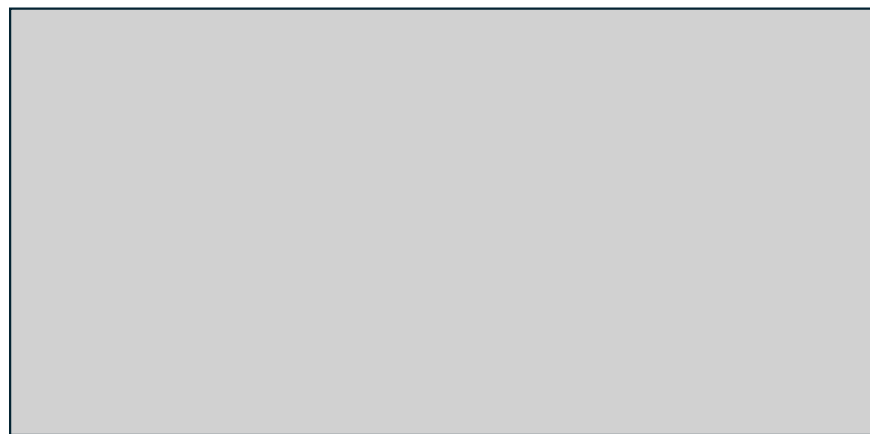
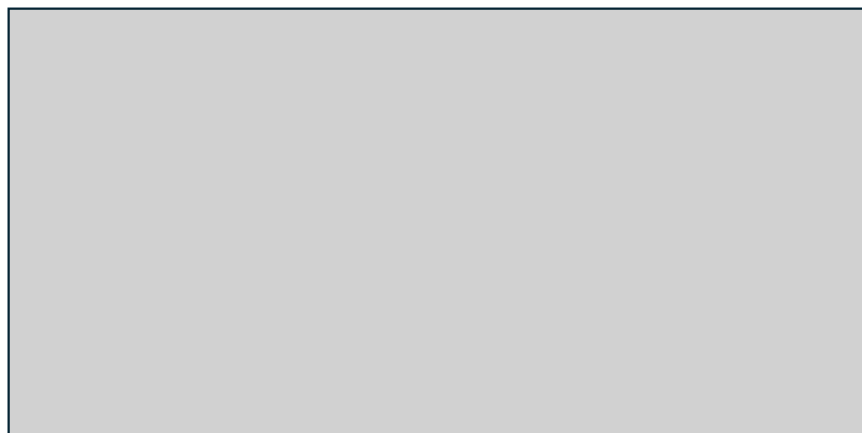
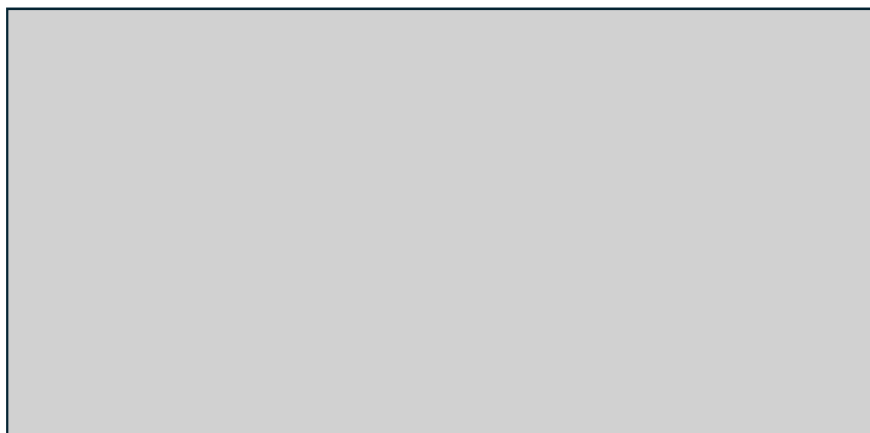
夫婦二馬力で子育てをしていく時代  
整備されている浜松市の保育制度  
家事育児を効率化するサービスは多くある



家事・育児を家族や地域で分かち合いながら、  
さまざまなサービスを活用し、  
家族それぞれの形に合わせたライフデザインを描いていこう

# 各ライフイベントについて

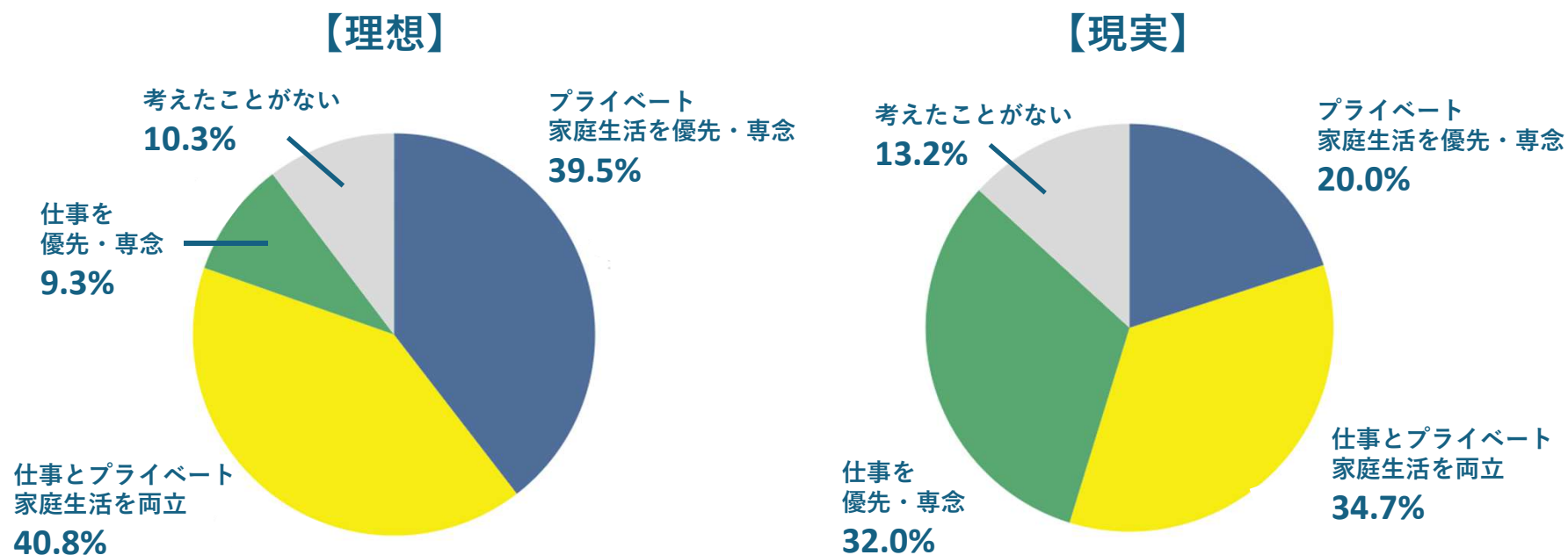
## 働き方編



## ④働き方編

### ワーク・ライフ・バランス、理想と現実のギャップ

理想では”プライベートを優先したい方”が4割、**現実はその半分の2割**  
その代わりに”仕事を優先・専念している方”が**3割以上**



## ④働き方編

### 全国で広がる多様化した働き方

理想の働き方を選択することで、**ワーク・ライフ・バランスを整える**

#### 働く場所

- ・リモートワーク
- ・フリーアドレス

#### 働く時間

- ・フレックスタイム
- ・時差出勤
- ・時間単位の有給
- ・勤務時間インターバル

#### 雇用形態

- ・副業、兼業
- ・ジョブ型雇用
- ・業務契約
- ・勤務地限定正社員

## ④働き方編

浜松市もワーク・ライフ・バランスを重要視している

浜松市ワーク・ライフ・バランス等推進事業所

浜松市が認証する、「誰もが働きやすい環境づくりで多様な働き方を推進し、従業員の仕事と生活の両立を目指している」事業所

現在認証されている企業は**158社**

認証事業所一部抜粋

認証No.	名称	業種（日本標準産業大分類）
2	株式会社第一印刷	情報通信業
3	有限会社伸栄総合サービス	サービス業（他に分類されないもの）
4	第一生命保険株式会社 浜松支社	サービス業（他に分類されないもの）
5	株式会社中村組	建設業
6	株式会社山辰鉱産	建設業



出典元：「浜松市ワーク・ライフ・バランス等推進事業所」認証事業所一覧 から一部抜粋



皆様に質問です。  
働く上で、何を大切にしたいですか？

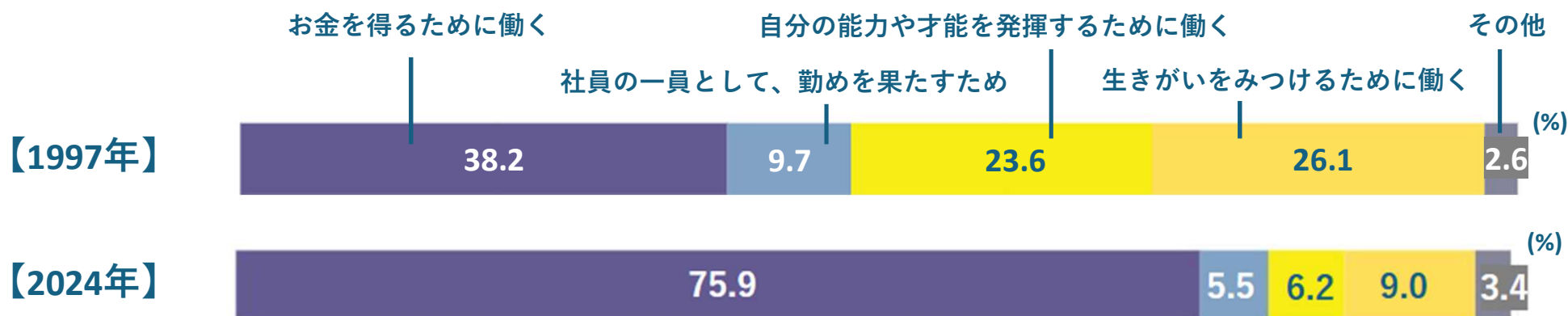


## ④働き方編

### 若い世代の働く理由も大きく変化

“自分の能力や才能を発揮するために働く”

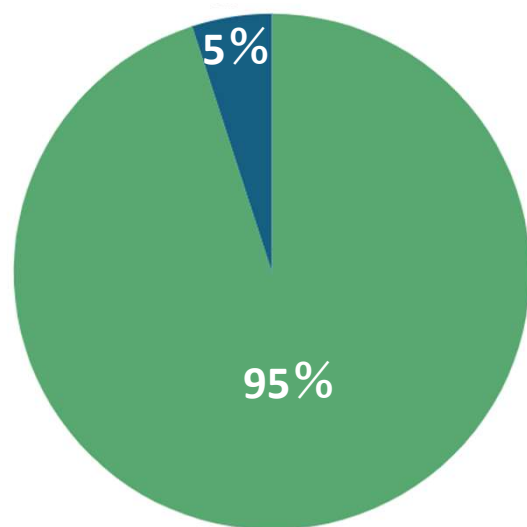
“生きがいを見つけるために働く”は減少し、**お金を得るために働く方が増えている**



## ④働き方編

### その中でも重要視される“やりがい”

仕事において、「やりがい」は必要だと思いますか



必要だと思う

必要ではない

出典元：エン株式会社の記事を引用しております  
『エン転職』ユーザーアンケート（令和7年）

「仕事にやりがいを感じる時」  
ランキング



1位 努力や成果が収入に反映されること



2位 お礼や感謝の言葉を貰うこと



3位 仕事の成果を認められること

出典元：内閣府「満足度・生活の質に関する調査」



POINT

多様な働き方を通じて  
ワーク・ライフ・バランスを実現する



「仕事」と「プライベート」  
どちらかを諦めるのではなく、  
それぞれを大切にしながら  
“自分らしい働き方”を見つけることが重要。

## 子育て中の方の声を聞いてみよう

## ■section2 : 子育て中の方の声を聞いてみよう

## 浜松市の制度紹介

お住まいの地域の制度・情報を知ること  
自身ライフデザインを  
有利に進められるかもしれません！

## 浜松市の制度紹介

### ふじのくに出会いサポートセンター(しずおかマリッジ)

静岡県および県内35市町が運営する“**公的な結婚支援拠点**”

- 自治体主催の 婚活イベント・セミナー
- 結婚相談・ライフデザイン相談
- 婚活お助け情報

【会員優待サービス】(一部サービス抜粋)

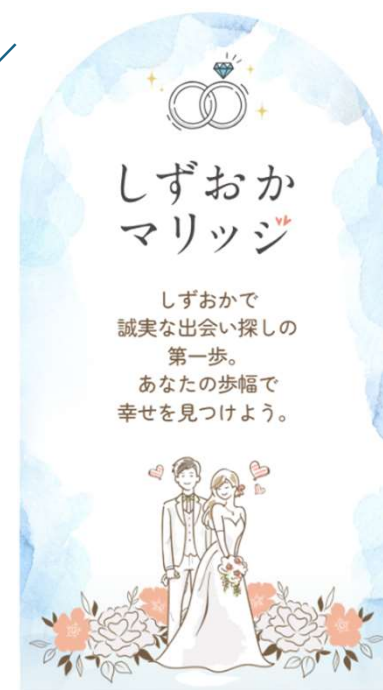
飲食店：お飲み物1杯サービス

結婚式場：最大100万円割引

フォトスタジオ：10%割引

美容院：20%割引

最新情報はコチラ



**20歳以上39歳以下の浜松市民は入会登録料半額助成があります！**

# 浜松市の制度紹介

## 自治体主催の婚活イベント

浜松市では婚活イベントを開催し、若者の出会いの機会を創出しています。

### 【開催事例】



浜松市主催で総勢100名が集うBigなクリスマス婚活パーティーを開催します。ちょっぴり背伸びしたパーティー会場で運命の出会いをX'masに!

＼その他にも様々なイベントを開催／

- ・はままつ餃子づくり婚活
- ・婚活初心者向け！ミニセミナー＆出会いマッチング

最新の情報はQRコードからご確認ください



# 浜松市の制度紹介

## 子育て情報サイト ぴっぴ

妊娠・出産、子育てに関する制度を手軽に検索できる、  
**浜松市の子育て情報サイト。**

### 【確認できる情報】

- 子育て相談窓口や緊急連絡先を掲載
- 子育てに関わるさまざまな情報を提供



 妊娠・妊婦健診	 病気・けが・発達	 健診・予防接種	 24h OK!!
 保育園・幼稚園・こども園	 一時的な子どもの預け先	 小学校	 保育について聞く
 放課後の子どもの居場所	 手当・助成・手続き	 教室・講座	 保育書類ナビ
 子育て家庭支援			

# 浜松市の制度紹介

## 子育て情報サイト ぴっぴ

子どもの遊び場だけじゃない、子育て中の親子交流を促進する支援も！



### 【子育てサークル】

遊びや交流、学習まで様々な活動を通じて、子育てをしている親子と繋がれます

**中央区** **オーケストラあんふあん**

子育てママの笑顔あふれるオーケストラあんふあん

日時 日休日で2時間程度  
場所 あいホール等、浜松市内の協働センターにて  
会費 演奏会ごとに実費を徴収 対象 楽器演奏の経験がある方  
連絡先 鈴木 090-7315-0291  
          mamaokeenfant@gmail.com

HP      X  
Facebook  
Instagram

音楽芸術  
交流仲間づくり

**中央区** **親子英語ひろば Little Stars**  
秋丘

英語とリトミックで仲間と一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

日時 火曜  
場所 浜松市立青少年の家  
会費 1回600円～ 対象 0歳～就園前  
連絡先 桂 littlestars\_hamamatsu@yahoo.co.jp

BLOG  
Instagram

語学・国際  
交流仲間づくり

**中央区** **いっしょにあそぼう あいうえお**  
入野

遊びをとおして子どものコミュニケーション能力を大きくみます。

日時 主に第4土曜  
場所 入野協働センター  
会費 500円 対象 2歳頃～幼児  
連絡先 宮本

Instagram  
LINE

親子遊び  
交流仲間づくり

# 浜松市の制度紹介

## 公式LINEもあります！

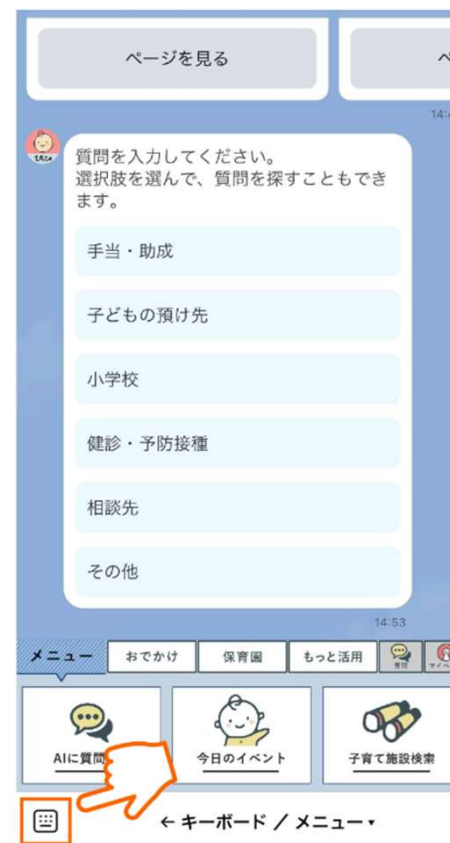
### 子育て施設の検索やイベントの検索



### 保育園の情報も網羅



### AIに質問では様々な情報を手軽に取得できる



# 浜松市の制度紹介

## 浜松市結婚新生活支援事業補助金

---

浜松市では、結婚した世帯を対象に、新生活に伴う費用を補助します

### 【補助の上限】

- 夫婦ともに婚姻日における年齢が29歳以下の世帯・・・60万円
- 夫婦ともに婚姻日における年齢が39歳以下の世帯・・・30万円

### 【対象費用】

- 婚姻に伴う新居の取得費用
- 婚姻に伴うリフォーム費用
- 婚姻に伴う住宅の「賃料」「敷金」「礼金」「共益費」「仲介手数料」
- 婚姻に伴う引越費用

※上記補助金の内容は令和7年度のもので  
詳しくは浜松市HPをご確認ください。

# 浜松市の制度紹介

## 経済的不安を解消する支援

### ■ 出産育児一時金

国民健康保険の被保険者が出産したときは、出産育児一時金として**50万円支給**

### ■ 児童手当

高校生年代までの子どもを療育する家庭へ支給されます

#### 一 対象者

高校生年代までの児童を養育している人

#### 一支給額

児童の年代	第1子・第2子 月額	第3子以降 月額
0～2歳	15,000円	30,000円
3歳～小学生	10,000円	30,000円
中学生	10,000円	30,000円
高校生	10,000円	30,000円

※詳細・最新の情報は子育て情報サイト「ぴっぴ」をご確認ください。

# 浜松市の制度紹介

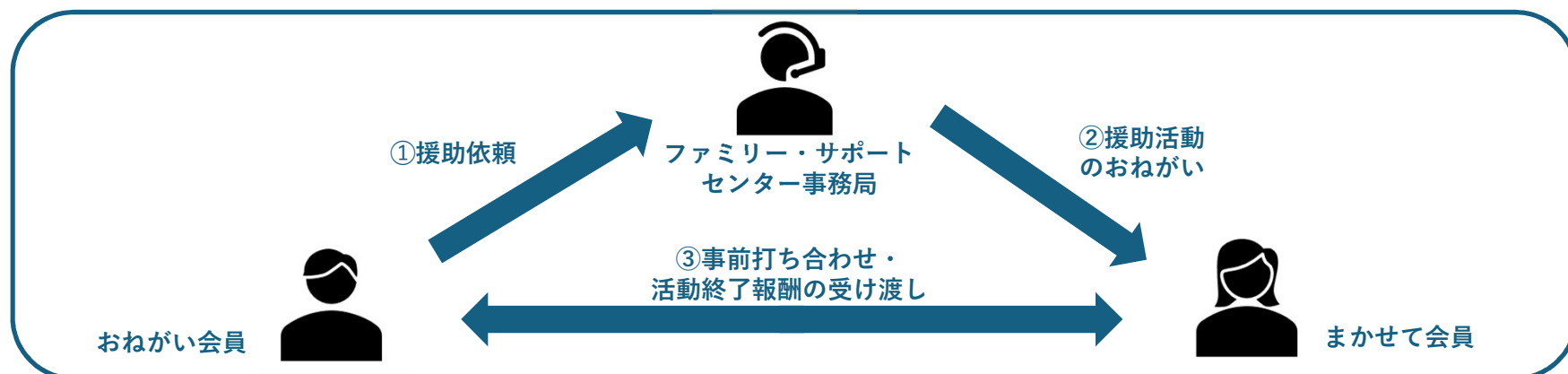
## 子育ての負担を解消する支援

### ■ 幼児教育・保育の無償化

認定こども園、保育園、幼稚園などを利用する  
3歳児から就学前のこどもを対象に利用料の無償化を実施しています

### ■ ファミリー・サポート・センター

子育てを援助して欲しい人と、子育てを援助したい人がお互い会員となり、  
子育てを助けあう組織です



※詳細・最新の情報は子育て情報サイト「ぴっぴ」をご確認ください。

# 質疑応答

## ■section4 質疑応答

事前にいただいた質問に講師が回答します！

---

Q.ライフプランの立て方や、それに対しての姿勢や取り組みについて教えて欲しいです。

Q.保育園や幼稚園に入園できるのでしょうか。

Q.人付き合いが苦手なところや、自分のことで精一杯になることがあるため、  
こどもを育てられる自信がありません。

しかし子供は欲しいのですが、そういう場合はどういうことを判断材料にして選択すればいいのか、  
育てることに自信がない人へのサポートなどでどのようなものがあるかお伺いしたいです。

Q.会社が人員不足で妊娠中や育児中に急なお休みが取れないことや、管理職を担いながら妊娠や  
育児の両立が可能なのかを教えてください。

義理の両親が外国や遠い県外のため、体調不良や休みの時に助けてくれる人が身近にいないのも、  
悩みのひとつとしてあります。

## ライフデザインに正解はありません

選択肢によっては準備次第で  
実現可能性が高まるものも多いです。  
自分の未来や可能性を狭めないためにも  
ライフデザインは定期的に見直してみてください！