◇いきいきプランシート◇

作成日　令和　　年　　月　　日

項目																										
	令和	2																								
	年齢																									
テーマ																										
いきいき	余暇・趣味																									
	地域活動等																									
	夫婦・家族																									
ヘルス	食生活																									
	運動																									
	ストレス対策																									
マネー	総収入																									
	自分に関する出費																									
	夫婦に関する出費																									
	家族に関する出費																									
	収支差																									
家族についての行事																										

現在の課題	すぐ実行すること

上記の部分は、日常生活チェックシート（令和２年度ゆとりＰ15～Ｐ16）から記入してください。