

結婚前すりあわせシート

年収(ボーナス込)	貯蓄	相手の好きな所
奨学金やローン	月に自由に使う額	相手への(小さな)不満
転職や起業の意向	事業継承見込み	共通で楽しめる事柄
転居見込み	子どもの希望・人数	1人でこれからやりたいこと
許せないこと		2人でこれからやりたいこと
譲れないこと		仲直りする方法
弱み、欠点		子どもの育て方の理想

◆実務編◆

生活能力(仕事をしながら家事や身の回りの主観評価)

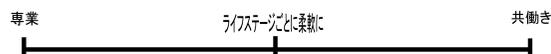


ギャップはどうすべき?

1人暮らし経験(≒生活能力信憑性)について



夫婦の理想の働き方

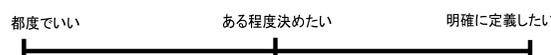


すり合わせ結果

平日の帰宅時間

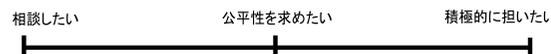


家事の役割分担



すり合わせ結果

家事分担意向



すり合わせ結果

平日食事感



すり合わせ結果

食事の費用感



すり合わせ結果

食味の好み



すり合わせ結果及び好みの傾向

偏食度合い



すり合わせ結果・注意点

◆価値観編◆

自分の性質

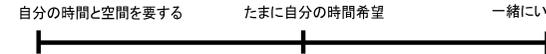


察する力



対策

パーソナルスペース



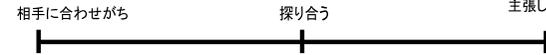
すり合わせ結果

怒った時の対処方法



すり合わせ結果

ギャップがあった時のスタンス



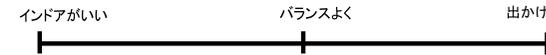
すり合わせ結果

不満を持つと



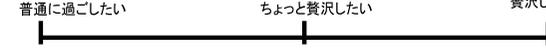
お互いの対策

休日の過ごし方



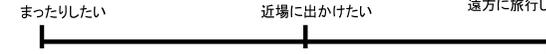
すり合わせ結果

記念日の過ごし方



すり合わせ結果

長期休暇の過ごし方



すり合わせ結果

飲み頻度(仕事含む)



すり合わせ結果

部屋の清潔感

気にしない 多少の散らかりは平気 適度な綺麗さ希望 常に綺麗が良い



すり合わせ結果

[Empty box for cleaning results]

清掃頻度

月1 気になったら 数日おき〜週1 毎日



すり合わせ結果

[Empty box for cleaning frequency results]

洗濯頻度

週1 溜まったら こまめに 毎日

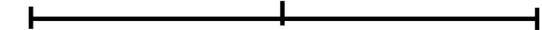


すり合わせ結果

[Empty box for laundry frequency results]

食器を洗うタイミング

翌日でも可 時間や気分次第 食後すぐに



すり合わせ結果

[Empty box for dish washing timing results]

家計の管理

どちらかが担当 相手を信じて互いに不干渉 二人で管理



すり合わせ結果・準備すべきこと

[Empty box for household management results]

生活リズム

夜型 朝に強い



起床就寝にかかわる注意点

[Empty box for sleep/wake rhythm results]

時間の価値観

多少遅れても可 間に合えばいい 時間厳守



すり合わせ結果

[Empty box for time value results]

ペットについて

飼いたくない どちらでも 飼いたい



すり合わせ結果・ペット種類・世話役割

[Empty box for pet results]

<メモ欄>

相手のプライベートの遊び・交友頻度への価値観

状況次第で相談 月1程度 週1迄 ご自由に



すり合わせ結果

[Empty box for partner's leisure results]

自分の交友頻度について

状況次第で相談 月1程度 週1迄 頻繁に会いたい



すり合わせ結果・家に呼ぶかどうか？

[Empty box for social frequency results]

自分の最も好きな趣味・推しコンテンツ

ノータッチ 話したい 興味を持ってほしい 共有したい



すり合わせ結果

[Empty box for own hobbies results]

相手の最も好きな趣味・推しコンテンツ

ノータッチ 触れてはみたい 共有したい



すり合わせ結果

[Empty box for partner's hobbies results]

お互いの趣味への傾倒度合い

ノータッチ 予算や頻度は決めたい 内容もお互いの了解を



すり合わせ結果

[Empty box for mutual hobby interest results]

政治や思想について

興味ない 話したくない 一般的話題程度に話したい 議論したい



すり合わせ結果

[Empty box for politics/opinion results]

相手の親と一緒にいる時

緊張しない 気が抜けず身構える 緊張しやすく



相手の実家とのかかわりはどうする？

[Empty box for partner's family results]