



Contents


はじめに マネー難民女子になっていませんか? 2

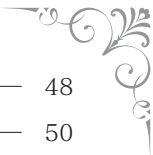
第1章 まず起きて洗顔するように

【レッスン1】	夢を書き出してみましょ	10
【レッスン2】	あなたは残りの人生で今日が一番若いんです	12
【レッスン3】	ポケットの中に10年後の自分を入れておきましょう	14
【レッスン4】	20年後までの人生ストーリーを作りましょ	16
【レッスン5】	一瞬の勇気を持ってください	18
【レッスン6】	腹が立ったらその気持ちを飲みこみましょう	20
【レッスン7】	お金とともにだちになりましょ	22
【レッスン8】	自分の身の丈に合った生活をしてましょ	24
【レッスン9】	スマホを触る時間を半分にしましょ	26
【レッスン10】	スキルアップを目指しましょ	28
【レッスン11】	本と触れ合いましょ	30
【レッスン12】	知らない世界を楽しもう	32
【レッスン13】	今日できることを精一杯やましょ	34
【レッスン14】	一生にかかる経費を知りましょ	36
【レッスン15】	お金の知識とともに成長しましょ	38
【レッスン16】	毎日財布に感謝しましょ	40

第2章 洗顔のあとのスキンケア

【レッスン17】	家計簿をつけましょ	44
【レッスン18】	レシートを必ずもらうようにしましょ	46






【レッスン19】	いつ、何に一番使っているのかを知りましょう	48
【レッスン20】	いつもの引き落とし、本当に必要？	50
【レッスン21】	あなたが生んだお金を守りましょう	52
【レッスン22】	銀行に積立口座を作りましょう	54
【レッスン23】	住居費を見直しましょう	56
【レッスン24】	つもり貯金をしましょう	58
【レッスン25】	駅前に貯金箱を置きましょう	60
【レッスン26】	タンスから通帳を引っ張り出しましょう	62
【レッスン27】	クレジットカードは2枚にしましょう	64
【レッスン28】	無駄なものを断舍離しましょう	66
【レッスン29】	捨てるだけでなく売ることも考えましょう	68
【レッスン30】	携帯電話をSIMフリーにしましょう	70
【レッスン31】	欲しいと思ったら3日間考えましょう	72
【レッスン32】	投資か消費かを考えましょう	74

第3章 ベースメイクで肌を整え

【レッスン33】	目と目があったら挨拶をしましょう	78
【レッスン34】	一日100回ありがとうを言いましょう	80
【レッスン35】	住宅ローンは必ず使いましょう	82
【レッスン36】	自分がどんな健康保険に入っているか調べましょう	84
【レッスン37】	所得税、住民税を支払いましょう	86
【レッスン38】	将来国民年金をもらいましょう	88
【レッスン39】	市役所、区役所に行ってみましょう	90
【レッスン40】	図書館に行ってみましょう	92
【レッスン41】	お墓参りに行きましょう	94
【レッスン42】	親戚と会いましょう	96
【レッスン43】	昔の友人と会ってみましょう	98





【レッスン44】	必ず見るニュースサイト、ニュース番組を決めましょう	100
【レッスン45】	選挙に必ず行きましょう	102
【レッスン46】	新しいコミュニティーに入りましょう	104
【レッスン47】	無駄話ができる大人になりましょう	106
【レッスン48】	駅前でつじだちしている人の話を聞いてみましょう	108

第4章 ポイントメイクをして顔を華やかに

【レッスン49】	お金に働いてもらいましょう	112
【レッスン50】	合コンのつもりでセミナーに行きましょう	114
【レッスン51】	常に利回りを意識しましょう	116
【レッスン52】	積立貯金、積立投資をスタートいたしましょう	118
【レッスン53】	意識して不動産を見てみましょう	120
【レッスン54】	ワクワクする投資から始めましょう	122
【レッスン55】	うさん臭いセミナーにも参加しましょう	124
【レッスン56】	ご自身のブランドを作りましょう	126
【レッスン57】	趣味だってビジネスになるんです	128
【レッスン58】	ビジネスの基本「安く買って、高く売きましょう」	130
【レッスン59】	あなたの会社を作りましょう	132
【レッスン60】	会社の作り方教えます	134
【レッスン61】	毎年毎年黒字経営を目指してください	136
【レッスン62】	簡単な不動産経営をやってみましょう	138
【レッスン63】	がむしゃらにお金を稼いでください	140



第5章 最後に髪を整えて

【レッスン64】	あなたの肩書は何ですか？	144
【レッスン65】	出来ないことを楽しみましょう	146
【レッスン66】	発信し続けてください	148
【レッスン67】	人とのつながりを大事にしていきましょう	150
【レッスン68】	専属占い師さんも持ちましょう	152
【レッスン69】	一人旅に出ましょう	154
【レッスン70】	10年前に見た映画をもう一度見ましょう	156
【レッスン71】	元カレの幸せを祈りましょう	158
【レッスン72】	あなたより上を生きる人と一緒にいましょう	160
【レッスン73】	何をやっている時が一番楽しいのかを考えましょう	162
【レッスン74】	今日一日、新しいことを一つ実行しましょう	164
【レッスン75】	若者・ばか者・よそ者であり続けましょう	166
【レッスン76】	外見と心、両方美しくなりましょう	168
【レッスン77】	明日が来ないと思って生きましょう！	170
【レッスン78】	愛する心を持ち続けましょう	172
【レッスン79】	あなたのストーリーを作りましょう	174
【レッスン80】	人生自由化計画を目指しましょう	176