【Careepair】面談時カウンセル内容まとめ

XX　XX 様

この度は、ZOOM面談へご参加いただき、誠にありがとうございます。
アバター相談員の対応はいかがでしたか？　ご期待に沿った面談になりましたか？
この面談が将来にわたる貴殿の検討の一助になったものであれば幸いです。
本面談は生成AiのClaudeCodeを使用してプロミングにより完成しました。私のこれまでの学習知識と支援経験を「CAREEPAIR AI共通知識ベース」として
ZOOM面談の会話ソースにしています。以下に面談時のカウンセル内容から① 主訴 → ② 現状把握 → ③ 本質的課題の特定 → ④ 目標設定
→ ⑤ ギャップ分析 → ⑥ 行動計画 → ⑦ 実行・振り返りにまとめました。貴殿の今後の参考事項としてご査収ください。

■面談概要

STEP 1 主訴を確認する
事前アンケートに基づく主訴として、40歳・妻と子ども3人の5人家族であり、今後子どもが進学（中学・高校・大学）するにあたって学資保険だけでは教育資金が不足することへの不安が挙げられている。妻にも配偶者特別控除の限度まで働いてもらうことを想定し、家計や教育資金、今後の生活設計について相談したい意向がある。なお、面談中の利用者の発話は「どうぞ
話してください」のみであり、面談内での直接的な主訴の肉づけは行われていない。

STEP 2 現状を整理する
・家族構成：本人（40歳）、妻、子ども3人。
・家計・資産状況：子ども3人分の学資保険には加入しているが不足見込み。住宅ローンあり。簡易シミュレーション上は生涯資金を維持できる見通しだが、足元では月1万円程度の赤字が発生しており、手元資金に十分な余裕がない。
・本人の価値観：経済的な安心、信頼できる人間関係、家族との穏やかな日常を重視。仕事への挑戦意欲や投資への関心はあるが、元本割れは避けたい意向がある。

STEP 3 課題を分解する
AI側から以下の3点が整理・提示された。
1. 家計全体の見通しの可視化と足元の収支改善（月1万円の赤字解消）。
2. 教育資金、老後資金、住宅ローン、万一の備えを含めた中長期ライフプランの作成および生活防衛資金の確保。
3. 妻の就労（配偶者特別控除の限度内）の検討と、本人の価値観を踏まえた働き方・キャリアの方向性の具体化。

STEP 4 真の課題を仮説化する
将来的な退職金等に過度に依存せず、まずは直近の明細確認や固定費見直しを通じて月々の家計を確実に黒字化する習慣を定着させること。その上で、元本割れリスクを抑えた生活防衛資金を確保しつつ、家族との対話を通じて持続可能な働き方と家計管理の選択肢を納得して選べる状態をつく

STEP 5 目標を設定する
・足元の家計収支を黒字化すること。
・教育資金や住宅ローン返済、老後資金に対応できる、安心できる中長期ライフプランを策定すること。
・家族との穏やかな日常を守りつつ、やりがいを優先した働き方の方向性を確立すること。

STEP 6 ギャップを明確にする
今後子ども3人の教育費ピークや住宅ローンの負担が控えている一方で、足元の収支が月1万円の赤字となっており、手元資金にも十分な余裕がないため、現状のままでは学資保険だけでは賄いきれなくなるギャップが存在する。

STEP 7 解決策を複数提示する
AI側より以下の方向性が提示された。
・固定費の見直しや直近の明細確認による日々の収支の黒字化。
・生活防衛資金の確保と、教育費・住宅ローン・老後資金の配分の順序立てた整理。
・妻の就労（配偶者特別控除の上限活用）。
・やりがいや価値観を重視した本人の働き方の見直し。

STEP 8 本人が選択する
言及なし（AIからの問いかけに対して利用者からの応答がなく、選択には至っていない）。

STEP 9 具体的行動に落とす
言及なし（具体的なアクションプランの策定には至っていない）。

STEP 10 振り返る
言及なし（面談の振り返りは行われていない）。