

新パンフレット 「大人のための お金と生活の知恵」の ご紹介〈前編〉

金融広報中央委員会では、「大人のための お金と生活の知恵」という新しいパンフレットを作成しました。大人の方に身につけていただきたいお金や生活の知恵を紹介しています。ぜひお読みください。

■新パンフレット表紙



お金と生活の知恵

お金のことで、悩みはないでしょうか？

日々の「生活」と「お金」とは、切っても切れない関係にあります。お金のことで心配したり悩んだりするのは当然のことです。

では、これほど大切な「お金と生活」のことに、これまできちんと学ぶ機会があったでしょうか？

今は、学校でも、子どもたちの「生きる力」を育むため、お金と生活の基本を学ぶようになってい

ます。私も金融広報中央委員会も、そのお手伝いをしています。しかし、すでに学校を卒業された方にとっては、お金と生活についてきちんと学ぶ機会はありません。そこで、当委員会では、「大人のための お金と生活の知恵」というパンフレットを作成し、希望される方に無償で配布することといたしました。

このパンフレットは、大人の方に身につけていただきたいお金や生活の知恵を紹介したものです。金融リテラシー（お金の知識・判

断力）に関する私どもの調査や、金融庁「金融経済教育研究会」、当委員会「金融経済教育推進会議」の検討結果を踏まえた内容です。主に中高年の方を対象としています。若い方にも役立ちます。

出発点は、「今後の人生を描いてみる」ことです。まず、「今後の人生をどのようになりたいか」、そして「いま、お金はいくらあるか。今後の見通しはどうか」を考えてみましょう。

この2つを考えあわせると、「課題」が見えてきます。例えば、お金が足りなくなる可能性が高い場合、今後の生活や支出について見直す必要があります。

お金の問題と「向き合う」

パンフレットの内容を紹介させていただきます（今回は前編です）。

「知るぽると」(http://www.shiruponto.jp/)の「生活設計診断」を利用することをお勧めしています。空欄に数字（手取り収入、生活費、貯金額など）を入れれば、将来のお金の見通しを表や

断力）に関する私どもの調査や、金融庁「金融経済教育研究会」、当委員会「金融経済教育推進会議」の検討結果を踏まえた内容です。主に中高年の方を対象としています。若い方にも役立ちます。

グラフで見ることができ、老後の生活診断などが簡単にできます。参考となる老後の生活費なども掲載しています。

「大きなお金」の見直しなど

生活やお金の見直しが必要な場合、「大きなお金」の見直しが有効です。

一般に、人生の3大費用は、**教育・住宅・老後**とされます。このうち、どうしてもかかるのが**老後**で、**住宅と教育は、考え方次第**といわれます。老後資金が不足しそうな場合、住宅や教育について考え直してみることは重要な選択肢です。

例えば、「住宅」では、家族構成の変化などを踏まえ「大きな一戸建てを売り、手頃な広さの賃貸住宅に引越す」とか、「地価・家賃の高い地域から安い地域に引越す」ことで、生活費を見直すことができます。「思い込み」を排し、冷静に将来を考えてみましょう。

「日常生活のお金の見直し」も紹介しています。お金を貯めるためには「**天引き貯金**」が有効です。これは、日常生活で使用する預金

口座とは別の口座（積立口座、財形貯蓄口座など）に、毎月の手取り収入から一定額を自動的に貯金していく方法です。

日常生活で使用する口座でも、「引き出す回数を月に2回と決め、**半月分の生活費だけを引き出す**」方法、引き出したお金を目的別

【コラム】生活設計相談も、ご利用ください
金融広報中央委員会「知るぽると」のホームページには、「生活設計相談」のコーナーがあります。
空欄に、数字を入れてみるだけで、あなたの暮らしの現状や老後を見据えます。
—— 入るお金、出るお金、貯蓄額、生活費、年金受給額、学費額、収入増額額などです。
参考となるグラフも出ています（老後の生活費など）。ぜひご利用ください。

【知るぽると】で検索
知るぽると
知るぽると 動画

【知るぽると】ホームページ（トップページ）へ
暮らしのお役立ちツール「生活設計相談」があります

こちらです

3. 見えてくる課題

- 課題を発見（p23）したら、書き出してみましょう（見える化）。計画や行動に結びつけやすくなります。例えば以下のような課題が考えられます。

【課題の例】

- お金が足りなくなる可能性が高い。
- 今後の生活や支出について見直す必要がある。
- お金を増やしたい。運用のノウハウを知りたい。
- だまされないようにしたい。
- 次世代に渡したい。

- 本書では、このような課題について、考え、行動するとき、ヒントとなるような知識をご紹介します。
- 例えば、お金が足りなくなる可能性が高い場合、今後の生活や支出について見直す必要があります。その手法などについてご紹介します（p5～9）。
- お金を運用して増やそうとする前に、お金の管理や運用について身につけておくべき知識があります。その内容をご紹介します（p8～21）。
- また、お金に関する取引でだまされないためのポイントをご紹介します（p8～21）。
- 次世代への貢献などをお考えの方に、参考となる材料をお伝えします（p21～23）。

【コラム】「収入を増やす」こと

- 「お金が足りなくなる可能性が高い」場合の対策として、「収入を増やす」ことが考えられます。
- 高齢の方でも、健康や体力を維持し、なるべく長く働いて収入を得ることができれば、収支の改善に非常に大きな効果があります。
- ただし、定年後の雇用や健康・体力の問題は、後継者や他人への依頼も大いいため、本書では省略します。

（家賃、食費など）に「**封筒**」に入れ、目的外で使うことを避ける方法などを紹介しています。

ほかにも、預金通帳の**残高を確認**すること、貯金に目的を設けると、「金利がかかる」支出・「固定的な」支出・「習慣になった」支出を見直すことなどを紹介しています。

本パンフレットをお読みいただくには

本パンフレットは、前記の知るぽるとホームページでご覧いただくことができます。冊子をお読みになりたい場合には、左記の宛先にメールまたはファックスにてご連絡ください。

次回（後編）は、お金の管理や運用などについてご紹介いたします。

宛先：金融広報中央委員会 刊行物担当

● メールアドレス
books@saveinfo.or.jp

● FAX 番号
03-3510-1373

件名：刊行物請求

記載事項：①申込者氏名、②郵便番号、③送付先住所、④電話番号、⑤本パンフレットの名称（「大人のための お金と生活の知恵」）、希望部数、⑥利用目的・利用日、⑦その他連絡事項