

Ⅱ 見えた「課題」に向き合う

- 今後の生活やお金の見直しは、「**大きなお金**」の見直しと、「**日常生活のお金**」の見直しの、2つの方向から行いましょう。より効果が大きいののは前者です。

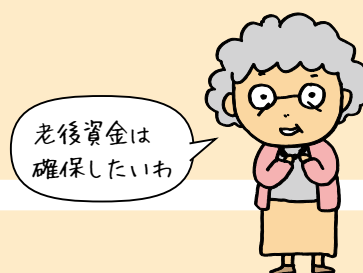
1. 「大きなお金」の見直し

(1) 3大資金

- 一般に、人生の3大資金は「**教育・住宅・老後**」とされます。
- 「**大きなお金**」を見直す場合、この3つから検討しましょう。
- 3つのうち、どうしてもかかるのが「**老後**」です。「**住宅**」と「**教育**」は、“**考え方次第**”といわれます。

① 「老後」

- **老後費用を左右する**のは、何歳まで生きるかと、日常的な生活費です。寿命は長めにみておきましょう。生活費は、どこで誰と（何人で）暮らすかや、生活水準に依存します。生活費はコントロールできます。
- **老後資金が不足しそうな場合**には、「住宅」や「教育」について考え直してみることも大切です³。



② 「住宅」

- **住宅に対するニーズ**は、人生の局面（退職、子の独立・結婚、親の介護、自分や配偶者の健康状態の変化など）で**変化**します。自分や家族の今後のニーズの変化は、事前に予測できることも多いため、あらかじめ想定しておきましょう。
- **新たに住宅を購入する**場合は、無理のないローンを心がけ、金利や住宅価格の動きにも目配りしましょう。新築物件を買う場合、資産としての価値（売却できる価格）は購入後数年間で通常はかなり低下することに注意しましょう（とくに数年内に売却する可能性もある場合）。購入後は、住宅の税負担、管理費、リフォームなどに大きなコストが発生することもあります。
- **すでに住宅を保有し、住宅ローンが残っている**場合は、「繰り上げ返済」や「借り換え」によって、負担がかなり軽減されることがあります。
- 住宅について**柔軟な考え方**をとることができれば、支出を削減しやすくなります。例えば、「子の独立を機会に、大きな一戸建てを売り、手頃な広さの賃貸住宅に引っ越す」「地価・家賃の高い地域から、安い地域に引っ越す」などです。

³ 例えば、自分の「老後」の生活を少々犠牲にしても、子や孫の「教育」を優先したい、といった考え方もあり得ます。ご自身の価値観やライフプラン次第です。

③ 「教育」

- 必ずかかるお金（学用品費、学級費、見学・修学旅行費、高校教科書代など）のほか、さらに「どこまでお金をかけるか」をよく考えてみましょう（公立か私立か、塾代・稽古代ほか）。大学生などは、「本人にどれだけ負担させるか」といった問題も出てきます。

- 「お金を多くかけるほどよいというものではない」「奨学金などを利用させる方がよい」との考え方もあります。本人とよく相談しましょう。奨学金を利用させる場合は、計画的に準備させましょう⁴。



(2) 3大資金以外

- 「医療費」…3大資金に迫りつつあるといわれます。健康や体力を維持できるよう努めれば（食事、運動など）、医療費を抑制できる効果が大きいといわれます。長く働くことができれば、人生の収支改善にも大きな効果があります（p4 コラム）。

- 「保険」…保険は、必要な額に入ることと、必要以上の額を見直すことの両方が大切です。社会保障（公的年金、公的医療保険など）や企業保障でカバーされる費用などを確認し、不足するものについて民間保険に入る（または貯蓄でまかなう）ことを考えましょう。自分は何に備えているのか、もう一度よく確認しましょう。

一般に、生命保険で必要な保障額は、子ができたときに最も大きくなるといわれ、子の成長や独立、本人の退職や資産形成に伴い減少します。医療保険は、公的医療保険⁵でカバーされる費用を確認したうえで検討しましょう。自動車保険も使用状況などに応じて見直すことができます。

(3) 優先順位を付け、行動に移す

- 支出を見直す場合、人生設計に基づき優先順位を付けましょう（例：住宅より老後を優先する）。
- 優先順位の低いものを見直し、高いものにお金を回すことが大切です。



⁴ 例えば、大学や専門学校に通う学生の約3人に1人が日本学生支援機構の奨学金の貸与を受けています。無利子で貸与を受けるためには、家計の収入基準に加え、「高校での成績が5段階評価で3.5以上」との基準があります。高校入学時から早めに目標として意識させましょう。

⁵ わが国は“国民皆保険（皆医療保険）”とされ、医療費の自己負担は1～3割です。また、ひと月あたりの自己負担には、年齢と所得に応じた上限があります。例えば70歳未満で年収360万円の場合、上限は6万円弱です。100万円の医療費がかかり窓口で30万円を支払ったケースでは、申請すれば後で24万円強が戻ってきます。このしくみを「高額療養費制度」といいます。

2. 「日常生活のお金」の見直し～効果大きい3つの方法

① 「天引き貯金」をする

- 「天引き貯金」とは、収入（給与、年金など）のうち、貯めようと決めた一定額を、「日常生活で使用する口座」とは「**別の口座**」（積立口座、財形貯蓄口座など）に毎月自動的に入れるよう、金融機関と契約して、貯金していくことをいいます。

- ➔ 「日常生活で使用する口座」にあるお金だけで、何とかやりくりしましょう。**「別の口座」**にお金が貯まっていきます。
- ➔別の口座で貯まりはじめたお金を、わざわざ手間をかけて引き出すことには、心理的な抵抗感も生まれます。
- ➔何年後にいくら貯まるかも簡単にわかり、はげみになります。

- この原理は、「**日常生活で使用する口座**」でも活用できます。例えば、引き出す日を**月2回**と決め（例：給与日とその半月後、1日と15日）、毎回、**半月分の生活費**だけを引き出す方法があります。

- 引き出したお金を**目的別**（家賃、水道光熱費、食費、娯楽費など）に分けて「**封筒**」などに入れる方法もあります。こうすれば、目的外（計画外）の“ムダな”支出に使ってしまうことを避けやすくなるといわれます。



② 残高を管理し、貯金に「目的」をつける

- 家計簿で、収入・支出・残高を管理することが基本です。しかし、家計簿の記入はめんどろだ、という方は、**預金通帳の残高**を月に1回（給料日など）定期的に確認するだけでも、貯まりやすくなるといわれます。
- 貯金には、「**目標額**」だけでなく、「**目的**」を設けましょう（子どもの進学資金、住宅資金など）。はげみになります。

③ 支出の見直し

- 「**金利がかかる**」支出（クレジットカードの分割払い・リボ払い）を避け、「**固定的な**」支出（スマホ料金など）・「**特別な**」支出（お金のかかる趣味など）・「**習慣になった**」支出（タバコ、酒、コーヒーなど）を少しずつでも見直せば、積み上げると大きな節約になります。

