

ライフスタイル別

ファイナンシャルプランニング

人は誰でも、「こんな人生を送りたい」という夢や希望を持っているもの。

それを実現できるか、

資金面から考えてみるのがファイナンシャルプランです。

今回は、「シングル」「\*DINKS」

「ファミリー(子どもあり)」の3つのライフスタイル別に、

家計設計のポイントを見ていきましょう。

\*DINKS = Double Income No Kidsの略で、共働きで子どもがいない夫婦のこと。

**お金に対する不安の解消**  
そして  
**夢をかなえるために**

「とりあえず貯蓄はしているけれど将来が不安」「うちの家計はこのままで大丈夫かしら?」などという声をよく聞きます。こうした将来へのお金の不安を持っている人におすすめるのが、ファイナンシャルプランの作成です。

ファイナンシャルプランとは、それぞれの家庭の夢や希望をまとめ、た計画表(ライフイベント表)に基づいて、未来の収支状況や貯蓄残高などをシミュレーションし、資金計画を立てるもの。簡単に言えば、人生の設計図です。シングルやDINKSなどのライフスタイルごとに、家計設計の大まかなポイントを手エクすることもできますが(次ページ参照)、ファイナンシャルプランを作成すれば、さらに各家庭それ

**人生の三大資金・費用の目安**

●住宅

マイホーム新築(土地購入代含まず)	2,969万円
建売住宅購入	3,820万円
マンション購入	3,541万円

資料:住宅金融支援機構「平成18年度フラット35利用者調査」

●教育

	公立	私立
幼稚園	25万1,324円/年	53万8,406円/年
小学校	33万4,134円/年	137万3,184円/年
中学校	47万1,752円/年	126万9,391円/年
高等学校	52万0,503円/年	104万5,234円/年
大学(昼間部)*初年度のみ	81万7,800円/年	130万8,300円/年

資料:(幼稚園から高校)文部科学省「平成18年度子どもの学習費調査」  
(大学初年度納入金)文部科学省調べ

●老後

老後に必要な最低生活費(夫婦2人)	23.2万円/月
ゆとりある老後の生活費(夫婦2人)	38.3万円/月

資料:生命保険文化センター「平成19年生活保障に関する調査」

女性の高齢単身世帯の平均消費支出	15万5,959円/月
男性の高齢単身世帯の平均消費支出	16万5,923円/月

資料:総務省「平成16年全国消費実態調査」

●監修  
ファイナンシャル・プランナー  
**新倉由紀**

にいくら・ゆき  
有限会社ストックアンドフ  
ロー所属。証券会社、商品  
先物取引会社の営業職を  
経て、1995年にファイナ  
ンシャル・プランナーの資  
格を取得。著書に『日本一  
やさしいネット株の学校』『か  
んたん袋分け いきいき家  
計簿』など。

それぞれの事情や方針に即した、効率のよい家計運営が可能になります。

実際に未来の家計をシミュレーションしてみたら20年後の家計は赤字続きだった…なんてケースも実は少なくありません。しかし、将来の家計の赤字号を予測し、そのための対策を早目に立てておけることこそ、ファイナンシャル・プランを作る最大のメリット。自分や家族の夢や希望を実現させるためにも、ファイナンシャル・プラン作りは欠かせないので。

## ライフイベント表 作りで 未来が見えてくる

まずは、ファイナンシャル・プラン作りのベースとなるライフイベント表を作ってみましょう。特に決まった書式はありませんが、下の表のように自分や家族の年齢の推移を書いて、子どもの進学やマイホーム購入、海外旅行、退職など、自分や家族に起きる(起こしたい)イベントを該当年齢のところに記入してい

ばOKです。できれば30年後ぐらいまで書いてみてください。はつきりしない部分は願望でもいいのです。逆に、ある程度詳しいことが予測できる数年後のイベントについては、細かく書き出しておきます。

子どもがいる家庭なら、その成長に合わせて考えていくと分かりやすいですね。進学予定を中心に、習い事や塾など考えているプランがあれば、それも含めてできるだけ具体的に書いていきます。将来子どもがほしいと考えている場合は、その時期に子どもが生まれたと仮定して書きましょう。そして、最後に「人生の三大資金・費用の目安」などを参考にしながら、各イベントに必要な資金額を書き込んでいけば完成です。

こうしてライフイベント表を作ってみると、何年後に、いくらぐらい必要かが分かり、そのための貯蓄目標も立てやすくなります。なお、家族がいる場合は、将来やりたいことを話し合っておくことが大切。独りよがりな計画では家族の協力は得られませんし、みんなで話し合うことでお互いの考えも分かり、計画もより具体的なものになるはず

## ライフスタイル別 家計設計のワンポイント

### ●シングル

<一人暮らし>一人暮らしの場合、家賃が手取り月収の30%を超えていることも少なくありません。家賃負担が厳しくても毎月貯蓄する習慣は付けておきたいところですが、どうしても難しい人はボーナス時に半年分(賞与が年1回なら1年分)まとめて貯蓄する方法も検討しましょう。

<親と同居>親と同居している人は、今が人生で一番貯蓄できる時代。好きなことにお金を使うことも大切ですが、将来結婚して家を出る、または一人暮らしをすることを考えて、月収の30%(家賃相当額)は貯蓄に回しましょう。

### ●ファミリー(子どもあり)

<子どもが小学生以下>教育資金は、子どもの年齢が高くなるほど負担額も大きくなるので、小学生までが貯蓄のチャンス。公立と私立、どちらに進学させるかで費用もずいぶん違ってくるので、早めに夫婦で話し合い対策を立てましょう。

<子どもが中学生以上>教育資金の負担が大きくなるこのころは、老後資金、人によっては住宅資金と「人生の三大資金」のすべてが重なってくるようになります。家計が厳しいときには、その中で優先順位を付けながら対応しましょう。

### ●DINKS

<子どもを持つ予定>いずれ子どもを持つ予定ならば、DINKS時代の今が絶好の貯めどき。今のうちにできるだけ貯蓄しておくのが楽です。いずれ妻(または夫)が退職する予定なら、早めに夫(または妻)の収入だけで生活する練習をしておくといでしょう。

<生涯DINKS>子どもを持つ予定がない場合は、自分たちの老後を自力で乗り切るために多めの老後資金が必要になることを視野に入れ、早めに準備を始めることが大切。夫婦の財布を一つにして、お互いの収入と支出を一括して管理すると無駄を減らしやすくなります。

### ●全スタイル共通

<緊急予備資金>自分や家族が病気で入院するなど、いざというときのために備えておく資金です。金額の目安は、生活費の6カ月程度。銀行やゆうちょ銀行の預貯金、元本保証はありませんがMMFなど安全性が高く、いつでも引き出せるもので貯蓄しておきます。

<老後資金>老後資金は、どのライフスタイルの人も準備が必要な資金。まず、自分がもらえる年金額を確認し、退職後の生活に必要な金額を考えて、用意すべき金額を計算しましょう。

## ライフイベント表の例

西暦	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
夫の年齢	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
妻の年齢	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47
子どもの年齢	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
家族のイベント (予算:万円)		幼稚園 入園 (20)	七五三 (10)		小学校 入学 (20)	家を購入 (頭金800)					中学校 入学 (20)			高校 入学 (100)
やりたいこと (予算:万円)	車購入 (250)	TVの 買替え (20)		海外 旅行 (60)			車の 買替え (200)					車の 買替え (200)	学習塾 (50)	海外 旅行 (60)

# シングルA子さんの 将来の資産状況を シミュレーション

シングルのA子さんは、食品メーカーに勤める会社員。最近「ずっとシングルで暮らす」という選択肢をかなり意識するようになり、マイホーム購入を真剣に考えるようになりました。

A子さんの年収は400万円(月収25万円、ボーナス100万円/年、いずれも税込み)。今の会社では60歳で一旦退職になりますが、その後、65歳までは継続雇用で働くことができます。退職金は1000万円程度の見込みです。

先日、住宅広告で見つけたのは、以前から住みたいと思っていたエリアに建つ3000万円の新築マンション。さっそくモデルルームを見学し、営業担当者からは住宅ローンを組むことは可能と言われましたが、きちんと返済できるかどうかや、老後資金を確保できるのかが気になります。

また、ベトナムやタイを旅するのが大好きなA子さんにとって、こうした旅行も人生の大切なイベント。

## A子さんプロフィール

- 32歳 会社員
- 年収 400万円(手取り320万円)
- 貯蓄 500万円(年間の貯蓄額:1万円/月、15万円/ボーナス)
- 現在の家賃 7万円/月
- 基本生活費 12万円/月
- 保険料 10万円/年

今後3年に1回は旅行を続けたいと考えているのですが、実現は可能でしょうか? さっそく、現在の家計状況とライフイベント表をもとに将来の資産状況をシミュレーションしてみましょ。

## 試算結果を 見てみよう

【表1】のキャッシュフロー表が、希望する3000万円の物件を購入した場合のシミュレーション結果です。試算では、マンション購入後の

## A子さん家計のキャッシュフロー表

<住宅購入情報> ●頭金:300万円、諸経費:200万円 ●住宅ローン:30年返済、ローン金利3.0%(30年固定)  
※新築マンション購入として頭金払いと入居までのタイムラグを想定

【表1】3000万円の物件の場合

西暦		2008	2009	2010	2011	2012	2013
A子さんの年齢		32	33	34	35	36	37
イベント			旅行	マンション購入	マンション入居	旅行	
収入	手取り年収	320	326	333	340	346	353
	退職金収入	0	0	0	0	0	0
	収入合計	320	326	333	340	346	353
支出	基本生活費	144	145	147	148	150	151
	住居費	84	84	84	167	167	167
	保険料	10	10	10	10	10	10
	その他の支出	40	40	40	41	41	41
	一時的な支出	0	20	500	0	21	0
	支出合計	278	300	781	366	388	369
年間収支		42	27	-448	-26	-42	-16
貯蓄残高		500	532	89	63	22	7

	2021	2022	2023	2024	2025
A子さんの年齢	45	46	47	48	49
イベント				旅行	
収入	404	410	416	422	429
支出	164	166	167	169	171
年間収支	-82	25	29	10	38
貯蓄残高	-92	-68	-40	-30	8

	2030	2031	2035	2036
A子さんの年齢	54	55	59	60
イベント	旅行	リフォーム		退職・再雇用・旅行
収入	435	435	435	435
支出	179	181	188	190
年間収支	10	-47	24	996
貯蓄残高	156	110	200	1198

【表2】2500万円の物件の場合

西暦		2008	2009	2010	2011	2012	2013
A子さんの年齢		32	33	34	35	36	37
イベント			旅行	マンション購入	マンション入居	旅行	
収入	手取り年収	320	326	333	340	346	353
	退職金収入	0	0	0	0	0	0
	収入合計	320	326	333	340	346	353
支出	基本生活費	144	145	147	148	150	151
	住居費	84	84	84	141	141	141
	保険料	10	10	10	10	10	10
	その他の支出	40	40	40	41	41	41
	一時的な支出	0	20	500	0	21	0
	支出合計	278	300	781	340	363	344
年間収支		42	27	-448	-1	-16	10
貯蓄残高		500	532	89	89	73	84

	2021	2022	2023	2024	2025
A子さんの年齢	45	46	47	48	49
イベント				旅行	
収入	404	410	416	422	429
支出	221	141	141	141	141
年間収支	-57	50	55	35	63
貯蓄残高	200	253	310	348	415

	2030	2031	2035	2036
A子さんの年齢	54	55	59	60
イベント	旅行	リフォーム		退職・再雇用・旅行
収入	435	435	435	435
支出	179	181	188	190
年間収支	10	-22	50	1021
貯蓄残高	156	110	200	1198

\*表中の上昇率は、収入や支出の水準の上昇率合いを表わします。本シミュレーションでは、今後の消費者物価が1%程度で緩やかに上昇していくことを前提にしています。  
\*年収については、51歳以降は昇給がないことを想定しています。

家計収支は赤字傾向が続き、貯蓄も底をつくという結果になってしまいました。もちろん、これはあくまでも予想なので、必ずこうなると断定できるものではありませんが、かなり厳しい状況が待ち構えていることは確かでしょう。貯蓄は49歳(2025年)でやっとプラスに転じますが、その後もあまり増えていかず、60歳直前(2035年)の貯蓄残高はわずか200万円程度しかないことが予想されます。

この試算数値を見たA子さんは、物件価格を2500万円に下げた試算も行ってみました。その結果が【表2】です。

マンション購入直後の数年とリフォーム等の予定年は年間収支がマイナスになることもありませんが、これは貯蓄から回せば十分収まる範囲。60歳直前の貯蓄残高も900万円超えるものと予想されるので、退職金の額が予定通りであれば、最低限の老後への備えは確保できると言えそうです。また、キャッシュフロー表には出ていませんが、60歳時点の住宅ローン残高も、3000万円のケースと比べて約1000万円近い差が出ているので、60歳時点の貯蓄と合わせると、準備できる老後資金が800万円も違ってくる

A子さんは2500万円以内の予算で物件探しを始めることにしました。なお、老後資金についてはその人の生活水準や老後をどこでどのような暮らしをしたいかなどによって必要な金額が異なってくるため、一概に「このぐらいあれば大丈夫」とは言えません。現状の生活費や6ページにある「人生の三大資金・費用の目安」などを参考にして、自分はいくらぐらい必要かを考え準備を始めることが大切です。

## 支出や資産運用も見直そう

費など銀行口座から定期的に引き落とされている固定費です。その中でも、最も見直しの効果が大きいのが保険料でしょう。一般的にシングルの場合、扶養家族がいないので高額な死亡保障は必要ありません。医療保障を中心に、掛け捨てタイプなど保険料(掛金)の安い商品をチェックしてみましよう。その際には、①1泊2日など短期入院の保障が必要か(預貯金があれば短期入院の心配は不要)、②入院保障の1入院当たりの限度日数と通算限度日数は納得できるか、③女性特定疾病など付けたい特定の保障はあるか、などの点を考慮するといでしょう。

も多いようです。確かに預貯金は元本保証があり安心ですが、今後の経済状況によっては資産の実質的な価値が目減りしてしまうこともあります。これまで長く続いたデフレ時代は、預金の金利が低くゼロに近くても、物価が下がっていた分、資産価値はプラスに保たれていました。しかし、将来日本の経済状況がインフレに転じ、物価上昇率の方が預金金利よりも高くなると、数字的に金額は増えても、実際の貨幣の価値が目減りすることが考えられます。このため、今後は物価上昇率も考慮した資産運用を検討することが望まれます。一般にインフレに強い金融商品としては株式や投資信託などが代表的です。もちろん元本が減る可能性もありますが、長期運用や複数の投資商品に分散投資することでリスクを軽減することは可能です。緊急予備資金や数年後に使うことが分かっているお金は預貯金などに確保した上で、余裕資金がある場合は運用を検討しましょう。上手に運用するためには、さまざまな金融商品について勉強することも必要になります。そうしたことも上手にお金と付き合うためには大切なことです。

A子さんはマイホームの希望物件価格を下げる方法を選びました

が、将来的な家計や資産状況を改善できる方法はほかにもあります。その大きな柱となるのが、支出を減らすこと、キャリアアップや資産運用などで収入を増やすこと。

支出削減と収入増、どちらに重きを置くかは人それぞれの価値観によっても異なりますが、ここではシングルに多く見られる保険の掛け過ぎと、資産運用の方法について考えてみましょう。

### ・支出を減らす(保険の見直し)

家計の支出を見直す際、最初にチェックしたいのが、光熱費や通信

### ・資産の運用

毎月貯蓄はしているけれど、利用しているのは預貯金だけという人

## DINKS、ファミリーの場合は? 各スタイルのよくある見直しポイントはココ!

子どもあり

### ファミリーのよくある見直しポイント

#### ポイント1 保険の入りっぱなしに注意

生命保険の必要保障額は、子どもの成長とともに減っていきます。そのため、契約時から何年もそのままにしておく、余分な保障額のために保険料を支払っていることになるので要注意。子どもの入進学の時期などに保険も見直しましょう。

#### ポイント2 住宅ローンは他資金とのバランスも考慮して

マイホーム購入予定の場合は、教育資金や老後資金を確保することも考慮した上で住宅ローンの金利タイプや返済方法を選んでください。頭金を多めに、できるだけ少額のローンを組むのが理想ですが、手元には必ず予備費を残しておくこと。マイホーム購入後、家計がギリギリになるようなら希望物件のランクを下げるなどの検討を。

#### ポイント3 収入を増やす方法を考える

家計のやりくりが厳しく、また家庭の事情が許す場合は、妻が働きに出ることを検討しましょう。すでに扶養の範囲でパートをしている人なら、扶養をやめて仕事を増やすことも考えてみます。これにより、夫が配偶者控除を受けられなくなったり、社会保険料の負担額が増えますが、それ以上に働いて世帯収入を上げればよいのです。また、妻自身の老後の年金額を増やすことにもつながります。

#### ポイント4 奨学金という選択肢も

子どもの教育費負担で老後資金の準備が難しい場合は、大学の資金は奨学金を利用して、将来子どもに負担させるといった考え方もあります。最近では、家計にゆとりがあっても子どもの自主性を促すために本人に利用させる親もあり、決して珍しい選択ではありません。

\*奨学金は、親の収入や子どもの成績などで利用できない場合もあります。

### DINKSのよくある見直しポイント

#### ポイント1 貯蓄癖のない人は給与から天引きを

世帯収入が多い分、使途不明金が多く、貯蓄額が少なくなる傾向にあるのがDINKS。貯蓄癖が付けられない人は、まず月収から貯蓄額を確保し、残りのお金で生活費やおこづかいを賄うようにします。会社の財形貯蓄を利用すれば、給与から天引きになるので意志の弱い人も安心です。

#### ポイント2 住宅ローンは夫婦のどちらか一方のみで返せる金額に

DINKSは双方の収入を合算して高額な家を購入するケースが少なくありません。生涯DINKSであれば問題ありませんが、子どもができたり、さらに妻が仕事をやめて育児に専念するようなことになれば、大きすぎるローンが家計を圧迫します。出産の可能性がある場合は、どちらか一方のみの収入でも返せるようなローンを組み、DINKS期間に積極的に繰上げ返済を利用する方が安全です。

#### ポイント3 リタイア後とのギャップに要注意

高い収入を得ていた家庭では、リタイア後、年金生活に入っても現役時代と同じ感覚で使ってしまう傾向が強く、家計の危険度が高くなりがち。退職後も生活水準を落とさたくない人は、できるだけ早くから国の年金とは別に、計画的な貯蓄・運用を始めることが大切です。資金準備が早いほど長期運用が可能になるので、リスクを分散して運用すれば上手に増やすことができます。

#### ポイント4 自己投資でリターンを得る

子どもの教育資金が要らないDINKSは、浮いた資金で自己投資をすることも可能です。資格手当てなどのある会社なら、収入アップを目指して、資格取得にチャレンジするのもいい方法です。「教育訓練給付制度」が使える場合はこれも上手に活用しましょう。

## プランは 定期的な見直しも必要

ライフイベント表から未来の家計収支や貯蓄残高を予測し、資金計画を立てるファイナンシャル・プラン。しかし、ファイナンシャル・プランは一度作ったら終わりではありません。人生は予定通りにいかないことが多いもの。予定外の支出が続いたり、考え方が変化してライフイベントが変わってくることもあります。そのため、定期的な見直しが不可欠です。特に、退職金や再雇用後の給与の金額、公的年金の支給額について具体的な金額が見えてくる50歳代にプランを見直すことで、リタイア後の老後生活について現実に近い資金状況を知ることができそうです。実際のリタイアまでには10年程度の時間があるので、支出を減らしたり、収入を増やす方法を考えて、今後の資産状況のある程度改善することも可能です。

近年、老後資金を心配する声は多いですが、ファイナンシャル・プランを定期的に見直すことで、必要以上に不安を感じることはなくなります。自分らしく暮らすために、ぜひファイナンシャル・プランを作ってみてください。