

くらしに役立つお金と生活の知恵を学ぶ

知るぽると

金融広報中央委員会

くらし塾

vol.51

2020冬号

きんゆう塾

インタビュー デヴィ・スカルノ タレント

お金は敬いながら、楽しく豊かに生きるために使う

投資を始めた後に行うリバランスとリアロケーションとは？

わたしはダメサレナイ!! キャリア決済を不正利用する新手のフィッシング詐欺

災害時の公的支援と保険による備え

ウユニ塩湖 (ボリビア)





# くらし塾 きんゆう塾

## 02 インタビュー

- 06 教えて！知るぽると  
投資を始めた後に行く  
リバランスとリアロケーションとは？
- 10 マンガ「わたしはダマサレナイ!!」  
携帯電話会社を装ったSMSに注意！  
キャリア決済を不正利用する新手の  
フィッシング詐欺

- 13 連載・エッセイ③  
野菜と暮らす春夏秋冬ー冬野菜  
榎原道子  
野菜料理家・フードコーディネーター

- 16 そこが知りたいくらしの金融知識  
災害時の公的支援と  
保険による備え

- 21 知るぽるとNEWS  
「家計の金融行動に関する世論  
調査」(2019年)の結果を公表しま  
した！

- 22 金融教育の現場レポート  
特別支援学校が取り組む生徒の  
「QOL向上」をめざした金融教  
育と継続教育とは？

- 26 誌上セミナー  
親の認知症に備えた三つのマネー対策  
財産の「把握」、「管理&運用」、「相続」

- 29 まなびや訪問  
滋賀県長浜市立余呉小中学校

- 30 おたよりコーナー  
漢字矢印パズル

- 31 都道府県金融広報委員会一覧  
編集後記

### 表紙写真

ウユニ塩湖 (撮影：上田優紀)

ウユニ塩湖は、南米・ボリビアの南西部にある町、ウユニから車で1時間ほどの場所に位置する広大な塩原です。塩湖全体の高低差がわずか50cmほどしかない「世界で一番平らな場所」としても知られています。「天空の水鏡」、「奇跡の絶景」と称される、白く輝く鏡面の大地は、雨季に複雑な条件が揃って初めてその姿を現します。とくに夕方は、太陽が空と雲を色鮮やかに染め、大地がその色を忠実に映し出し、まるで雲の中を歩いているような神秘的なスポットになります。

## 波乱万丈の人生 三つのターニングポイント

現在79歳、2020年2月には80歳を迎えるデヴィ夫人のこれまでの人生は、「ひと言でいえば波乱万丈」とご本人もおっしゃるほど、濃密なものでした。

19歳でインドネシアのスカルノ大統領に見初められ、単身でインドネシアに移り住み、22歳で大統領夫人に。世界各国の元首や要人と交流を持ち、10年間にわたりスカルノ大統領を支えました。その後、インドネシアの政変により、デヴィ夫人は一人娘のお嬢さまとともにフランスに亡命。パリの社交界では「東洋の真珠」とたたえられ、王侯貴族や各界の著名人とも交流を持ったといえます。

「普通では行けない場所に行き、会えない人に会い、さまざまな体験をしてきました。人の何百倍も生きてきたんじゃないかしら」とデヴィ夫人は笑います。再び

インドネシアに戻り、事業をスタートし、その後、ニューヨーク滞在中に日本のテレビ番組から声がかかるようになったのが2000年前後。以降、テレビで見ない日はないほど大活躍されているのはご存知の通りです。

メディアを通して見るデヴィ夫人の姿は、「優雅に生きるセレブ」というイメージですが、戦中・戦後を挟んだ幼少期、家は貧しく、生活は苦しかったといえます。その生い立ちから現在までを語っていたくには誌面が足りません。そこで、「これまでの人生におけるターニングポイント」を三つ挙げてもらいました。

「私の家は霞町（現在の港区西麻布）にありました。父は大工でしたが、目を患い、母は足が悪く、暮らしは貧しいものでした。私は小さいころから絵を描くのが得意で、周りからは天才だといわれていたんです。貧しい中でも母が内職でお金を貯め、藝大の先生につけて絵を習わせてくれまし

## インタビュー

# デヴィ・スカルノさん

タレント

ゴージャスな衣装を華麗に着こなし、

きらびやかなアクセサリーにも負けないオーラを放ち、

テレビをはじめ多数のメディアで大活躍するデヴィ・スカルノさん。

貧しかった幼少期を経てインドネシア大統領夫人となった波乱の人生から

タレント「デヴィ夫人」としてさまざまな挑戦を続ける意義、お金に対する哲学まで、  
思う存分に語っていただきました。

た。ある日、学校から帰ると、母が私のクラスメイトの母親にしきりに頭を下げていて、どこか出ていきました。障子越しに話を聞いていたら、どうやら私を学校に通わせる月謝が払えなくて、その方にお金を借りていたようです。それを知ったとき、大きな衝撃を受けました。『母にそんな思いをさせてまで学校に通うことなんてできない。私が母を支えなければ』と思ったんです。それが子ども時代のターニングポイントでした。

中学を卒業したら働こうと決心したデヴィ夫人は、高い倍率をくぐり抜けて千代田生命（現在のジブラルタ生命）に入社。都立三田高校の定時制に通いながら、学業と仕事に明け暮れる日々を送ります。やがて赤坂にあった伝説の高級クラブで働くことになり、縁あってスカルノ大統領夫人へ、というシンデレラストーリーにつながるのですが、二つ目のターニングポイントはそこではありません。



「インドネシアに渡り大統領夫人となった直後、母と弟を立て続けに亡くしました。私は母と弟を支えるためにそれまで頑張ってきたわけですから、大変つらく、悲しい出来事でしたが、これは神様が私に与えた

啓示だと思いました。もう家族から自由になつて、スカルノ大統領1人のために尽くしなさい、と。私はそれまで母と弟のために日本国籍を保持していたのですが、それを機にインドネシア国籍になりました。こ

れが、もう一つのターニングポイントではないか。」

三つめのターニングポイントは、現在の活躍にもつながるエピソードです。

「30年ほど前のことですが、日本のホテ

ルに宿泊していたときにテレビを見ていたら、『100歳以上の日本人が4500人いる』と聞いていました。現在、100歳以上の方は7万人を超えていますが、今から30年前には、4500人でも驚きの数だ

挑む気持ちをなくしたときが  
自分が老いたとき



# お金は敬いながら、 楽しく豊かに生きるために使う



ったのです。当時、私は50歳。100歳まで生きられるのだとしたら、これまでの人生と同じ時間をもう一度生きることができると。これからは『スカルノ大統領夫人』という肩書きから切り離された自由な生き方がしてみたいと思ったのです。ここからまた私の新しい人生が始まるのだとしたら、新しい目標や目的、使命感があってもいいんじゃないかと思えた瞬間でした。これが、三つめのターニングポイント。50歳から79歳の現在に至る大きな転換点でしたね。

以降、日本のテレビ局から声がかかるようになり、デヴィ夫人はバラエティ番組などにあまた出演することになります。

「当時、私はニューヨークに住んでいたのですが、東京とニューヨークを往復しながらテレビなどの仕事をするようになりました。あるとき、スポーツ新聞を見ていたら、『タレントのデヴィ夫人』と書かれていて大変びっくりしました。『え、私ってタレントなの?』と。でも、これまで人の何百倍も濃密な経験をして生きてきたわけですから、これから先は人生の余剰として、楽しく生きたらいいんじゃないかと思ったのです。よし、これからの人生は楽しく『タレント・デヴィ夫人』として全うしようという気持ちになったんですね。」

## 挑戦を成し遂げた達成感は何ものにも代えがたい

現在も数々のテレビ番組やCM、イベン

トに出演され、さまざまな挑戦を続けているデヴィ夫人。あるときはイルカに乗ってサーフィンをしたり、あるときはスカイダイビングをしたり、またあるときは無人島でサバイバル生活をしたり。79歳の今もさまざまなことに挑む姿に私たちはいつも驚かされます。

「よく芸人の方たちから、『デヴィ夫人にそこまでやられると自分たちの仕事がない』と冗談めかしていわれます(笑)。私は、基本的に『あの人も人間だし、私も人間。あの人にできて私にできないことはない』と考えるんです。そう思っ、イルカのサーフィンに挑んだら、3日でできてしまいました。実は私、高所恐怖症なので高いところは苦手なのですが、それでも地上4000mからのスカイダイビングに挑戦してみたら、上空からの眺めがあまりにも美しく、思わず2回も飛んでしまいました(笑)。未知のことに挑んで、それが成し遂げられたときの達成感には本当に得難いものです。一度、その達成感を味わうと、あれもできるんじゃないか、これもできるんじゃないかという気持ちになります。挑む気持ちを失くしたときが、自分が年老いたときなんだと思いますね。」

メディアを通じ、さまざまな物事に対して本音で斬るデヴィ夫人の発言にも常に注目が集まります。私たちが目こぼししているような口に出せないことをスバツというさまに留飲を下げる人も多いのではないのでしょうか。



「ブログなどでも、皆さまから『よくぞいつてくださいました』というコメントを多数いただきました。日々、世界では理不尽なことが起きますが、それに対して私は素直に怒り、考えを述べているに過ぎません。『怒り』は私の原動力ですね。私が本音で物をいえるのは、これまでの経験や体験から得た自信と誇りがあるからだと思います。そして、精神的にも物理的にも経済的にも完全に独立、自立した人間ですから、誰かに義理立てすることも、忖度する必要もないのです。どんな人でも、こういうことをいったらあの人に影響があるんじゃないか、これはあの人にお世話になっているからいえないということがあると思いますが、私にはそれが一切ありません。精神的にも物理的にも経済的にも独立していることが、本当の意味での贅沢なので。私は、そうした自由を勝ち得た数少ない人間の一人なのかなと思いますね」。

## 人生は「生活」のためではなく「生きる」ためにある

芸能界での華やかな活動の一方、デヴィ夫人は芸術文化の支援や慈善事業にも積極的に取り組んできました。1990年には世界各国の音楽家を支援する「イブラ国際音楽財団」を設立。毎年、多くの国々のアーティストをイタリアのシチリア島（イブラ地区）に集めてコンクールを開催し、入賞者をアメリカのカネギーホールなどでのコンサートに招きます。2006

年に設立したNPO法人アース・エイド・ソサエティでは、理事長として「日本赤十字社」とNGO「難民を助ける会」とともにさまざまな慈善活動を行ってきました。また、自身も10匹の犬を飼う愛犬家として動物愛護活動にも尽力しています。

「若き芸術家の支援とともに、私が最も心を寄せるのは、難民のように政治の犠牲となつてつらい暮らしを強いられている方たちです。私たちのNPO法人は、『戦いをやめ、許しあい、地球に平和を／あらゆる命に思いやりを／青い海と緑の大地を永遠に』をモットーにチャリティーや難民支援などを行ってきました。この地球上から戦争や紛争をなくすのは難しいかもしれませんが、その犠牲になった方たちの役に少しでも立てればと思っています。動物愛護活動も、人間の犠牲になった生き物たちを手助けしたいとの思いから始めたものです。『あらゆる命に思いやりを』は、私の一貫したテーマですね」。

ところで、多方面で日々精力的に活動されるデヴィ夫人の食生活や健康管理、体力づくりも気になるそうです。

「夜はパーティーや会合などでフレンチやイタリアンをいただくことが多いため、お昼はなるべく和食を食べるように心がけています。気をつけているのは、『まごわや・さ・し・い』。マメ・ゴマ・ワカメ・野菜・魚・シイタケ・イモをかたよりなく食べることです。白米は大好きなのですが、太るのが怖いので玄米などを混ぜて少量いただいて

います。お酒も毎晩いただきますが、至って健康。よほど体が丈夫にできているのでしょうかね（笑）。睡眠時間が3時間という日もよくありますが、そんなときは『昨夜は10時間たっぷり眠れた』と自分にいい聞かせています。もともと体が丈夫だったことでもあると思いますが、精神力も強いのだと思います。体力づくりは特別していませんが、日舞や社交ダンス、冬はスキー、夏はスキューバダイビングと、体を動かすことが好きなので自然に体力が維持されているのかもしれない」。

今回、取材をさせていただいたデヴィ夫人のご自宅の一室は、自身の審美眼で選び抜かれた高級な調度品や美術品が彩る豪華なサロンといった趣です。そんな空間で、お金や資産についてもデヴィ夫人らしい哲学を語ってくれました。

「私は、お金は『敬う』ことが大切だと思っています。そのためには、お金を貯めるのではなく、使うことが大事。好きなところにいき、好きな物を買ひ、好きな物に囲まれて暮らす。この部屋にある物にもすべてに愛着がありますし、一つひとつが私の人生を豊かにしてくれています。お金は、人生の豊かさを実感するためにあるのではないのでしょうか。ただ、私の場合、あまりにも物が多くなり過ぎてしまったので、この先、私が死んだら娘とその家族たちも困るでしょうから、今から少しずつ断捨離をしていくつもりです。とはいえ、すべて愛着のある物ですから、何を残して何を捨てるのかを判断するのも膨大な時間がかかるでしょうね。断捨離が、私の人生で最も難題だと思っています（笑）」。

50歳のとき、すでに人生100年を視野に、第2の人生を歩む決意をしたデヴィ夫人ですが、80歳を目前に、100歳、あるいはその先までも、このままエナメルギッシュに突き進まれていくことでしよう。

「私は仕事も精一杯しますが、遊ぶときも徹底的に遊びます。今のこの一分一秒が次々と過去になっていくのですから、そのときどきを精一杯楽しく生きたいのです。私はよく、『あなた方は毎日、生活をしているんでしょ？ 私は毎日を生きているの』というんです。『生活をしていることと生きていることの違い、分かる？』と。人生100年時代といわれるようになりましたが、この先、さらに医学が発展して、人生120年、130年の時代が訪れるかもしれません。たとえそうなったとしても、私は、楽しく、豊かに『生きて』いきたい。そう思っています」。



デヴィ・スカルノ

1940年、東京生まれ。1959年、インドネシアのスカルノ大統領と出会い、結婚。政変により、1970年、一人娘を連れてパリに亡命。インドネシアで事業に専念した後、1991年にニューヨークへ移住。その後、日本を拠点にタレント活動を行う。著書に『デヴィ・スカルノ回想記 栄光、無念、悔恨』『選ばれる女におなりなさい デヴィ夫人の婚活論』など。



# 投資を始めた後に行う リバランスとリアロケーションとは？



今回の質問

投資を始めた後は、定期的な見直しが必要だと聞きました。見直しはどのようなタイミングで、どのように行うのがよいのでしょうか。

最近、「ほったらかし投資」という言葉をよく耳にします。誤解されやすいのですが、これは「完全に放置しても大丈夫」ということではなく、「市場の値動きに一喜一憂せず、長期的な視点に立って投資する」という意味です。資産運用を始めた後も、市場が変動する中で、基本ポートフォリオが適切に維持されているか、適宜確認を行う必要があります。そこで今回は、基本ポートフォリオの確認や具体的なメンテナンスの方法についてご紹介していきます。

監修／小松原幸明（イボットソン・アソシエイツ・ジャパン株式会社 チーフ・インベストメント・オフィサー）

## 投資の結果を左右する アセット・アロケーション

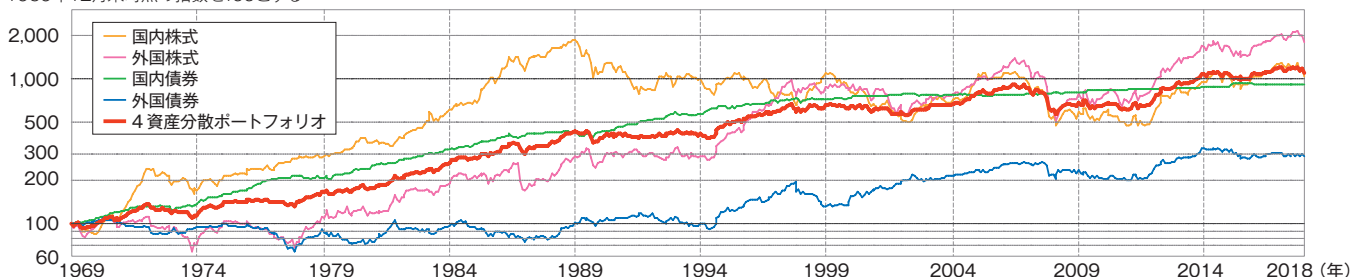
投資をする際、運用資金を国内外の株式や債券といった資産クラスに振り分ける配分のことを「アセット・アロケーション」といいます。アセットは「資産」、アロケーションは「配分」を意味し、その人の資産状況やリスク許容度、運用目的などによって適切なアセット・アロケーションは異なります。投資のパフォーマンスは9割方このアセット・アロケーションで決まってしまうといっても過言ではなく、投資をするうえで重要なポイントです。

そもそも資産を配分する理由は、「分散」が投資にとって重要な要素だからです。「卵を一つのカゴに盛るな」という投資の格言がありますが、卵をすべて同じカゴに入れてしまうと、カゴを落としてしまったときに全部が割れてしまいます。資産運用においても、同一の銘柄に集中投資するのではなく、期待リターンやリスクが異なる資産クラスに分散投資することにより、万が一インフレや金融危機などが起こった際に、ダメージを小さくすることを期待できるのです。

【図表1】は、代表的な4資産クラス（国内株式、外国株式、国内債券、外国債券）の過去50年の値動きです。とくに株式の値動きが大きくなっていますが、4資産を組み合わせた場合、値動きが緩やかに

【図表1】4資産分散ポートフォリオの資産額の推移（1969年12月末～2018年12月末）

1969年12月末時点の指数を100とする



（注1）利益、配当などは再投資し、取引費用、税金などは一切かからないと仮定。

（注2）国内株式：東証一部時価総額加重平均収益率。外国株式：MSCIコクサイ（グロス、円ベース）。国内債券：野村BPI総合。外国債券：1984年12月以前はイボットソン・アソシエイツ・ジャパン外国債券ポートフォリオ（円ベース）、1985年1月以降はFTSE世界国債（除く日本、円ベース）。4資産分散ポートフォリオ：国内株式、外国株式、国内債券、外国債券の4資産に25%ずつ投資したポートフォリオ、毎月末リバランス。

Copyright ©2019 Ibbotson Associates Japan, Inc.



なり、一定のリターンも確保できています。このデータからも、値動きの違う複数の投資対象に分散投資することで、効率よくリターンを得られることが分かります。

## 基本ポートフォリオを決めるポイント

アセット・アロケーションを踏まえて、各資産クラスの具体的な配分を決めたものを、「基本ポートフォリオ」といいます。実際に投資をする際には、まず、アセット・アロケーションおよび基本ポートフォリオを決める必要があります。以下のステップを踏むことになります。

①自分の目標リターンとリスク許容度（耐えることのできる年間最大損失率など）を知る

②選択可能な複数の資産配分のうち、同じリターンではリスクが最小に、同じリスクではリターンが最大になるような組合せがどれかを把握する

なお、リターンとは資産から得られる収益率のことであり、リスクは将来のリターンがどの程度の大ききでバラつくかを示すものです。

③前記の①と②を踏まえて、自分の目標リターン、リスク許容度に見合ったポートフォリオを選択する

では、具体的にしていきたいと思います。まずは、目標リターンを把握します。例として、今後、20年間で2000万円の資

金を貯めることを目標にするケースを考えます。毎月8万3500円ずつ貯蓄をすれば、20年間で目標の2000万円を達成することができます。しかし、毎月5万円ずつを貯蓄とした場合には、20年後の残高は1200万円となり、目標の2000万円に800万円足りません。

そこで、資産運用をすることで足りない800万円を作ることを考えていきます。毎月5万円という積立額を変えずに20年後に2000万円を達成するには、年率5%程度のリターンで運用する必要があります。という計算になります。

また、自分の「リスク許容度」を理解しておくことも大切です。リスク許容度とは、リターンがマイナスに振れてしまった場合に、短期的にどれくらいまでならマイナスになっても受け入れられるか、という度合いのことです。日本人の場合は2〜3割、つまり100万円が70万〜80万円に減るくらいまでなら耐えられるという人が多く、それ以下になつてしまうと、将来値上がりする可能性があっても、その時点で解約（損失確定）をしてしまう人もいます。

次に、どの資産の組合せにするべきかを考えていきます。投資対象となる資産と構成比率を組み合わせる複数の資産配分のうち、「リスクが同じならリターンは高い方がいい」、「リターンが同じならリスクは低い方がいい」といった観点

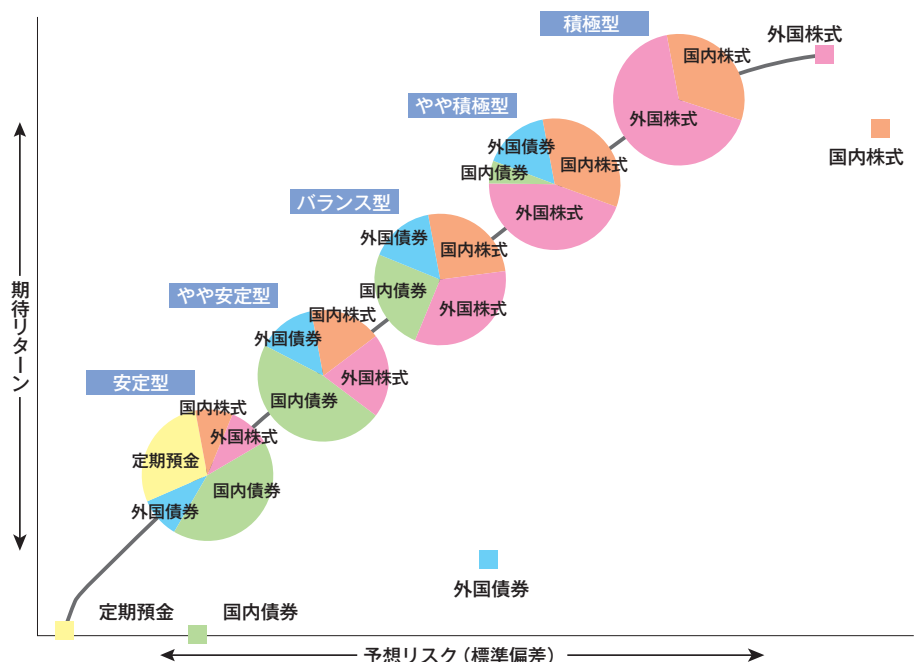
から検証していくと、一定のリスクの範囲でリターンを最大化させる組合せを導き出すことができます【図表2】。先ほどの例のように、年率5%のリターンをめざすならば、それを達成するため

に最も投資効率のよい組合せはどれかという観点で選ぶわけです。このように、自分の目標リターン、リスク許容度を把握して、それに見合う基本ポートフォリオを決めていきます。

## 資産運用の最適化には定期的な「リバランス」が必要

基本ポートフォリオが決まって投資をスタートさせたら、基本的には「果報は寝て待て」ということになります。とはいえ、市場は常に変動しているため、しばらく放置すると、ある資産クラスは値上がりすることもあり、別の資産クラスは値下がりすることもあります。

【図表2】 期待リターンと予想リスク（標準偏差）別の基本ポートフォリオのイメージ



（出所）イボットソン・アソシエイツ・ジャパン株式会社

運用資産全体のうち、ある特定の資産クラスだけが突出して増えてしまうと、その資産クラスの構成比率が高まり、保有資産全体の構成比率のバランスが崩れます。構成比率の高くなった資産クラスがそのままずっと値上がりしてくればよいのですが、暴落することもあり得ます。こうした場合、自分のリスク許容度を超え、大きな損失を被ることを避けるた



めに、崩れたバランスを元の構成比率に戻す必要があります。構成比率を戻すために、資産の一部を売却したり、買い足したりする作業のことを、「リバランス」といいます。リバランスの方法はいくつか考えられます。

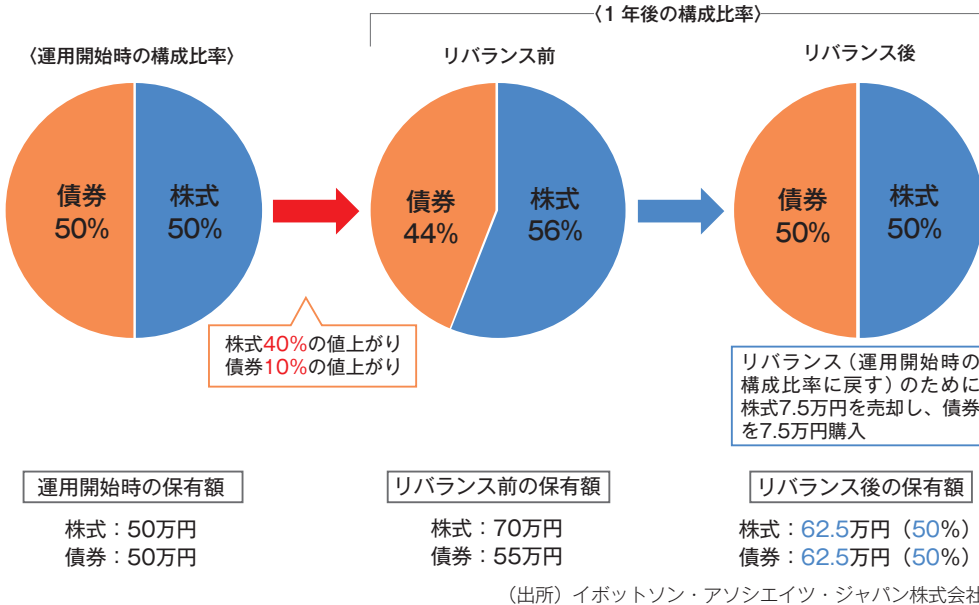
具体的なケースで見えていきましょう。

【図表3】の例では、当初、100万円を半分ずつ株式と債券に投資するというポートフォリオを組んでいます。1年後、株式は40%値上がりして70万円に、債券は10%値上がりして55万円になりました。全体の構成比率で見ると株式は50%から56%に増え、債券は50%から44%に減っています。

そこで、構成比率が高くなった株式を7万5000円分売却し、その売却資金を構成比率が低下している債券の購入に充てます。これにより、株式と債券の投資額はいずれも62万5000円となり、構成比率は当初の50%ずつに戻ります。

しかし、中にはこうしたリバランスに抵抗を覚える人もいるかもしれません。値上がりした資産クラスは

【図表3】リバランスの一例



さらに上がっていき、一方で、値下がりした資産クラスはますます下がるように感じることもあるからです。【図表3】のケースであれば、「なぜ儲かっている株式を売って、あまり儲かっていない債券を買わなければならないのか」と考えってしまうわけです。

それならば、価格が上昇した分だけ売って、元の構成比率に戻すという方法もあります。【図表3】のケースなら、株式を15万円売却することで、株式55万円、債券55万円というポートフォリオになります。売却分の15万円は待機資金にすれば、仮にこの先、株式が値下がりしたとしても、買い増しすることができます。

売却にも抵抗があるという人には、売却なしで、構成比率の低下した資産クラスを追加購入する「ノーセル・リバランス」という方法があります。【図表3】のケースでは、債券を15万円追加購入することで、株式70万円、債券70万円というポートフォリオになり、当初の配分比率の株式50%、債券50%に戻ります。

リバランスは投資のプロも定期的に行っているリスク管理対策の一つで、資産運用における重要なプロセスです。ただし、投資している資産クラスが一本調子に値上がり、もしくは値下がりしている時期には、リバランスしない方が、パフォーマンスが高くなる点には注意が必要です。

とはいえ、これまでの市場動向を振り返ると、ある資産クラスが何年にもわたって上昇あるいは下落し続けることは滅多にありません。つまり、短期的にはリバランスしない方がいい時期があるかもしれません。長期的にはリバランスによって保有資産全体のリスク水準を一定に保つ効果が期待できるということになります。

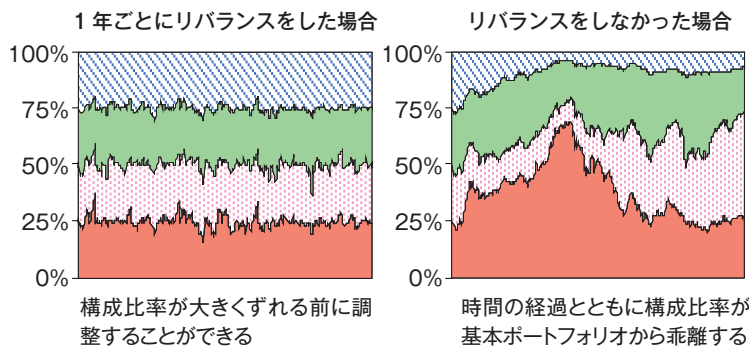
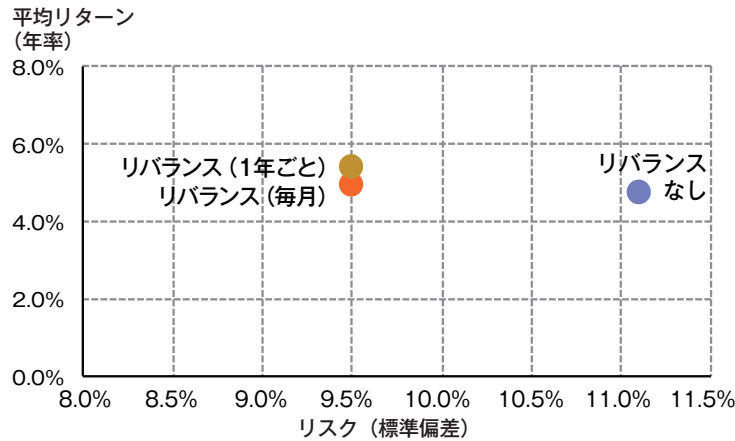
では、どの程度の頻度やタイミングでリバランスをするのがよいのでしょうか。リバランスには、定期的に運用資産の構成比率を見直す方法（定期型）と当初の構成比率からの乖離幅がある程度大きくなったら見直す方法（乖離型）という二つの方法があります。どちらの方法がよいかは人にもよりますが、乖離型は、資産クラスの構成比率の変化を小まめにチェックする必要があるため、一般の個人投資家の場合は、定期型のほうが向いているといえるでしょう。

【図表4】では、過去のデータを元に、毎月リバランスした場合、1年ごとにリバランスをした場合、リバランスをしなかった場合の3パターンを比較しています。これを見ると、毎月リバランスをするのとリバランスしなかった場合のリターンは、あまり変わりません。これに対し、1年ごとにリバランスをした場合は、基本ポートフォリオの構成比率を保ちつつ、価格変動リスクが抑えられています。しかし、リバランスをしなかった場合は、基本ポートフォリオの構成比率が崩れ、価格変動リスクも上がっています。

言い換えれば、小まめに毎月リバランスをする必要はないといえます。頻繁なリバランスはコストもかさむため、年1度、誕生日や年末など決まったタイミングで資産の残高と構成比率を確認し、その時点で当初の基本ポートフォリオから5%以上の乖離が生じていたらリバラン



【図表4】 リバランスの有無とリスク・リターンの関係  
(1969年12月末～2018年12月末)



Copyright ©2019 Ibbotson Associates Japan, Inc.

スを検討するとよいでしょう。それも面倒だという人は、リバランスも含めてプロが管理・運用してくれるバランス型ファンドに投資するというのも一案です。

## iDeco・つみたてNISAのリバランス

最近では、iDeco（個人型確定拠出年金）やつみたてNISAなどを利用して積立投資を行う人が増えています。老後資金の準備などを目的として、毎月一定額の積立によって運用することで、長期的な資産形成を行うための制度です。掛け金が限度額（非課税投資枠）の

範囲内なら、利益に課税されないなどの税制優遇措置が設けられています。

iDecoとつみたてNISAの場合、「配分変更」または「スイッチング」という方法でリバランスを行います。前者は毎月購入している金融商品の種類や配分割合を変更することを、後者はこれまで積立をしてきた金融商品を売却し、ほかの金融商品を購入して入れ替えることを指します。

なお、つみたてNISAでスイッチングを行う場合、新規で購入するのと同様に非課税投資枠が必要になります。そのため、その年の非課税投資枠（40万円）

を使い切っていると、スイッチングはできません。

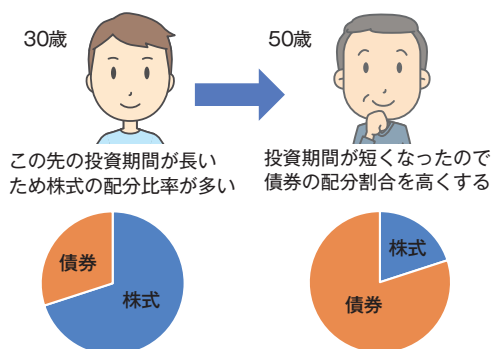
しかし、実は、積立投資の場合は、リバランスをそれほど気にする必要はありません。なぜなら、積立投資では毎月基本ポートフォリオに沿って購入していくため、それまで積み立てた資産の構成比率が多少基本ポートフォリオから乖離していても、その後の毎月の購入によって徐々に基本ポートフォリオの資産構成比率へと戻ってくる可能性が高いからです。積立投資は、リバランス機能の一部を内包した、非常に優れた投資手法だといえます。

## 目標やリスク許容度が変化したら「リアロケーション」を考える

老後資金のための積立など投資期間が長いと、運用期間中に昇進や転職で収入がアップしたり、退職一時金の受取りや親からの遺産相続などで金融資産が大きく増加することがあります。それだけでなく、家族構成が変化したり、投資を重ねることで経験値が上がり、リスク許容度が変わることもあるでしょう。

そうしたときには、アセット・アロケーションを再検討する機会を設けましょう。これを「リアロケーション」といいます。通常のリバランスとは異なり、リアロケーションでは基本ポートフォリオを決めるための前提そのものを見直すことになり、これによって基本ポートフォリオが大

【図表5】 リアロケーションの一例



(出所) イボットソン・アソシエイツ・ジャパン株式会社

きく変化する可能性があります【図表5】。プロは相場環境を見ながら機動的にアセット・アロケーションを変えていくこともあります。投資上級者でないと頻繁なリアロケーションが逆に投資効率を下げてしまう可能性もある点には注意が必要です。

このように、資産運用に際しては適切な基本ポートフォリオを決めることが非常に大切ですが、その後のメンテナンスも将来的なリスクやリターンの動向を大きく左右します。投資期間が長ければ長いほど、リバランスなどのメンテナンスは欠かせません。忙しくてなかなか時間が取れないという人でも、例えば、「年に1度、誕生日に」といったルーティンをつくってしまえば、毎年の恒例行事として継続しやすいのではないのでしょうか。



わたしは

# ダマサレナイ!!

第47話



ATTENTION

## 携帯電話会社を装った SMS に注意！ キャリア決済を不正利用する新手のフィッシング詐欺

このコーナーで紹介するマンガは、実際に起きた事件を基に、「だましのシーン」を再現したものです。  
「私だけは大丈夫」なんて甘く考えていませんか？ 実はそう考える人こそ被害にあいやすいのです。

監修／大井菜子 NACS（公益社団法人日本消費生活アドバイザー・コンサルタント・相談員協会）消費者相談室 マンガ／まきのこうじ



POINT!

1

新手のフィッシング詐欺  
キャリア決済が不正に利用される！

金融機関などを装ったメールで偽サイトに誘導し、クレジットカード番号などの重要な個人情報盗み出すフィッシング詐欺。最近、新たな手口として、キャリア決済を不正利用される被害が増えています。キャリア決済とは、スマートフォンやパソコンなどで購入した商品などの代金を、月々の携帯電話の利用料金とまとめて支払うことのできる決済サービスです。特別な申込みをしなくても、自分が契約している電気通信事業者（以下、携帯電話会社）でふだん用いているIDやパスワードなどを入力するだけで簡単に利用できるため、誰しもが、この手口のターゲットになり得るのです。

POINT!

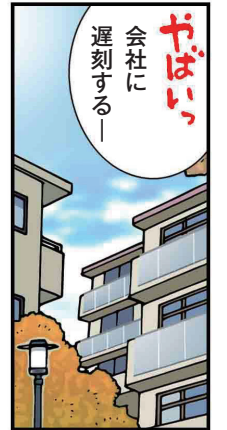
2

携帯電話会社そっくりのSMSと  
サイトで巧妙に個人情報を探取

手口は、携帯電話会社を装ったショートメッセージサービス（以下、SMS）を消費者に送り、偽の携帯電話会社サイトへ誘導。そこでIDやパスワードなどを入力させ、キャリア決済に必要な情報を搾取したら、デジタルコンテンツやショッピングサイトでの商品購入で、消費者のキャリア決済を不正利用します。

単純な手口ですが、文面や差出人の情報が少ないため、偽物と判断しにくいSMSを使用するなどの巧妙な仕掛けにより、ふだん注意している人でもだまされやすいのです。さらに、SMSに記載されているリンク先のURLには、携帯電話会社名が入っていることもあるほか、中には、携帯電話会社の公式SMSが届く正式なスレッドに、偽のSMSが入り込んでくるケースもあり、こつなると見破るのはきわめて困難です。具体的な事例をご紹介します。携帯電話会社の公式SMSが届くスレッドに、「利用料金が高額になっ





ているので確認してください、「期間限定でクーポンプレゼント」といった偽のSMSが届きます。記載されているURLにアクセスすると、携帯電話会社サイトにそっくりの偽サイトが開き、IDやパスワードなどの入力求められます。入力すると、画面が真っ白になったり、エラー画面が表示されたりします。この時点でキャリア決済に必要な情報を搾取されているので、そのまま放っておくと、キャリア決済を不正利用されてしまいます。

この手口のもう一つの特徴が、不正利用に気づくタイミングです。携帯電話会社から、キャリア決済利用通知やキャリア決済利用の限度額に達したという通知が届いて初めて、不正利用されたことに気づくことが多いため、限度額まで不正利用されてしまい、被害額が大きくなりやすいのです。

### POINT! 3 キャリア決済不正利用の補償は 携帯電話会社の利用規約に基づく

キャリア決済についての規制内容や消費者保護は、基本的に各携帯電話会社の利用規約に基づいています。以前は、フィッシング詐欺によるキャリア決済不正利用への補償を、どの携帯電話会社も利用規約に記載していませんでした。そのため、不正利用による不正購入であっても請求を止めることは難しく、泣き寝入りする人も多かったのです。

現在は、キャリア決済が可能なるすべての携帯電話会社が利用規約を改定し、フィッシング詐欺による不正利用の被害補償制度を導入しています。

### POINT! 4 トラブルを避けるための対策と いざというときの対処法

こういった手口は無視することが一番なのですが、見分けがつかないことも多いため、いくつかの効果的な対策をお伝えします。





## （例） キャリア決済詐欺の流れ

※ニセのSMSのイメージ⇒

①携帯電話会社を装って  
ニセのSMSを送ってくる



ニセのSMS

ID、パスワードなどを入力



③入手したID、  
パスワードなどを使用し、  
キャリア決済を不正に利用

ID、パスワードなどを  
不正利用  
商品などを購入

身に覚えが  
ありませ〜ん!!

④決済利用の通知  
(代金の回収)

代金請求

SAGI MOBILE

消費者(キイチロウ)  
が契約している  
携帯電話会社

代金請求

代金立替払い

ネットショップ  
通販サイトほか



## ■記載されたURLに安易にアクセスしない

WEBサイトに誘導するSMSは、まず怪しみ、記載されたURLから安易にアクセスしないようにすること。携帯電話会社の公式WEBサイトに直接アクセスするか、事前にマイページをブックマークしておくなど、すぐに問合せや確認ができるように、あらかじめ備えておきましょう。

## ■セキュリティの強化

2段階認証(IDとパスワードに加えて、ほかの方法での本人認証が必要となる仕組み)の設定やセキュリティソフトの導入、迷惑SMSなどの対策サービスを活用しましょう。

## ■キャリア決済の設定変更

キャリア決済の利用限度額を低額に設定するほか、必要が無ければ、キャリア決済を利用しない設定にしましょう。

こうした対策をしていても、トラブルにあつてしまふ可能性はあります。少しでも怪しいと感じたり、身に覚えのないキャリア決済利用通知や2段階認証の通知が届いたら、すぐにパスワードを変更して、キャリア決済を停止。携帯電話会社や決済利用通知に記載されている購入店に連絡しましょう。偽のSMSやキャリア決済利用通知などは、不正利用された証拠になるので、必ず保存しておきます。ご自分で判断できなかったり不安に思ったら、消費者ホットライン(188)や警察にご相談ください。

## 万一の相談先

- ・消費者ホットライン  
☎188 (「いやや!」と覚える)  
※最寄りの消費生活センターや消費生活相談窓口につながります。相談受付時間は相談受付先によって異なります。

## 参考情報

- ・国民生活センター  
「携帯電話会社をかたる偽SMSにご注意!-あなたのキャリア決済が狙われています-」  
[http://www.kokusen.go.jp/pdf/n-20190905\\_1.pdf](http://www.kokusen.go.jp/pdf/n-20190905_1.pdf)



## 野菜と暮らす春夏秋冬

体においしい季節の野菜をもっと知って食べて、毎日を健康に

文・料理レシピ制作・料理撮影／榊原道子

## 冬野菜

免疫力を高める養生根菜

## 大根

豊富な消化酵素が胃腸を健康にするとともに、寒さに負けない免疫力もアップ。旬の冬の大根はとくにみずみずしく、甘味もたっぷりです。

冬の食卓の万能選手  
大根の栄養効果とは？

大根は、古くは『古事記』にも登場するほど、昔から日本人に親しまれてきた食材です。味が淡泊なので、肉にも魚にも合わせやすいうえに、焼く、煮る、炒めるなど、どんな調理の仕方でもおいしく味わたるのが魅力です。旬の冬の大根は、水分と甘味をたっぷり含み、皮にえぐみも少ないので、1年で最もおいしくいただけます。安くてボリュームがあり、料理の主役にも脇役にもなれる万能選手の大根は、冬の食卓を支えてくれる心強い味方です。



冬の大根は1年で最もおいしい

大根には、ジアスターゼという消化を助ける酵素や、ビタミンCがたっぷり含まれています。このジアスターゼは胃の

消化を助けるだけでなく、免疫機能を持つ腸の調子も整えるので、免疫力アップが期待できます。腸は第2の脳といわれ、腸内環境の改善は体と心の健康につながりますから、寒さや忘年会などのイベント続きで体調を崩しやすい冬にこそ、腸を元気にする大根を食していただきたいと思います。

さらに葉の部分には、βカロテン、ビタミンCやEも含まれています。とくにβカロテンは、老化を防ぐ抗酸化作用や、免疫力を高める働きがあり、積極的に取りたい栄養素です。大根は皮も根も葉も残さず丸ごと食べたい、とても優秀な野菜なのです。

## 江戸の長生き指南書『養生訓』で紹介される大根の養生パワー

現代では科学的に証明されている大根の健康効果ですが、300年も昔の世に、自らの経験によって大根の健康効果を知った人物がいます。江戸時代の儒学者で、長生き指南書とつたわれるベストセラー『養生訓（ようじょうくん）』の著者・貝原益軒（かいげん）です。

養生とは、現代では「病気の回復に努める」というような意味で使われますが、江戸時代では「健康」と同じような意味で使われていました。貝原益軒が生きた江戸前期から中期は国が統一され、世の中が平和になり、人々が豊かになっていった時代です。「長く生きて健やかに人



生を楽しみたい」という考えが広がったことも、『養生訓』が人気を博した理由の一つと思われます。

貝原益軒は、平均寿命が40歳前後といわれる時代に、80歳過ぎて天寿を全うした長寿の人です。しかも、60歳を超えてからも旅をするなど、晩年まで健康で充実した生活を送りました。亡くなる前年に完成させた『養生訓』には、「食事は腹八分目」、「夏は冷たい物を食べ過ぎない」など今でもよく耳にする生活習慣の注意点に始まり、長生きするための心の持ち方まで、貝原益軒自身が実践した「健康寿命を延ばす秘訣」がまとめられています。またそこには、「脾胃（ひい）」という言葉が繰り返し使われています。「脾」とは今でいう腸のことです。貝原益軒が胃腸の健康の大切さを強く感じていたことがうかがえます。そして、「脾胃」によい食べ物として、「菜の中で一番上等である。いつも食べるのがよい」と高く評価している食材が、大根なのです。

さらに貝原益軒は、薬用植物について書いた著書『大和本草』でも、大根について詳しく書いています。貝原益軒にとって大根は、健康長寿の力ぎを握る重要な食材だったのでしょうか。

## 「おばあちゃんの知恵」に感じた 今に伝わる『養生訓』の精神

生活の中で気軽に取り組める健康法を

紹介する『養生訓』は、今も現代語訳や解説書が出版されるロングセラー本でもあります。私が『養生訓』と出会ったのは、本格的に料理の道に進んだばかりのころでした。初めて読んだときに、とても驚いたことを覚えています。本の内容と、私が祖母から受け継いだ「おばあちゃんの知恵」ともいえる「わが家の健康法」に、相通じるものを感じたからです。

幼いころ体が弱かった私に、祖母はいろいろな民間療法をしてくれ、その中には大根を使った「知恵」も数々ありました。冬に風邪をひいたとき、祖母がいつも作ってくれたのが「大根蜂蜜」と「大根湯」です。「大根蜂蜜」は、角切りにした大根を蜂蜜に一晚浸したもので、染み出てきた汁を飲むと、喉の痛みや咳が楽になりました。「大根湯」は、大根おろしと生姜にしょうゆを入れ、熱い番茶を注



手作りの大根蜂蜜

いだものですが、熱が出たときに飲むとたつぷり汗が出て、体がすっきりします。どちらも祖母から私に受け継がれた、わが家の「冬の常備薬」のようなもの。私は今でも毎春秋が深まると、大根蜂蜜を作り置きして、冬の風邪に備えます。大根の青臭さが若干あるので、娘には不評なのですが…。

大根に限らず、食べ物による健康法が『養生訓』には数多く記されており、中には人々の間に次第に浸透し、定着したものもあるように思います。健康長寿を願う貝原益軒の思いが、めぐりめぐって祖母へ、そして私へと伝わっているのかもしれない。そう考えると、とてもうれしく感慨深いものがあります。そして、現代に通じる健康法を300年も前に実践し、人々に伝えてくれた人が日本にいたということに、誇らしさを感じています。

## 免疫力を高める料理で 冬を元気に乗り切る

冬こそ食べたい大根ですが、せっかく食べるならおいしい大根を選びたいものです。大根選びのポイントとは、つやと張りがあり、ずっしり重いこと。そして、ポツポツと穴が空いたようにあるひげ根に注目。穴の数が少なく、均一にまつすぐ並んでいるものを選びましょう。葉が付いている大根は、そのままにしておくと、葉が根（白い部分）の水分と栄養素を吸収してしまうので、葉の部分を取り

落とし、根と葉を別々に保存するのがよいでしょう。

ジアスターゼやビタミンCは熱に弱いので、大根の栄養を効率的に得たいなら、大根おろしなど生食がおすすめです。大根おろしは、昔から「医者いらず」といわれ、「おばあちゃんの知恵」の定番の食べ物の一つ。大根をおろしたときに出る辛味成分のイソチオシアネートには、さまざまな健康作用があり、がんを予防する効果があるともいわれています。イソチオシアネートは時間がたつと減少するので、調理や食べる直前におろすのがポイントです。

大根の辛味成分、消化酵素、ビタミンCといった栄養素は、中心部より皮や皮の近くに多く含まれています。料亭などでは、形を整えたり歯触りをよくしたりするために皮を厚めにむいたりしますが、皮付きの方が大根の栄養効果を効率よく吸収できます。冬は夏に比べて皮が柔らかく、えぐみも少ないので、ぜひ皮ごと調理してください。

今回で紹介するレシピは、さまざまな栄養効果があり、どんな食材とも合わせやすい大根の特長を生かした3品です。免疫力アップにこだわり、食材や調理法の組み合わせを工夫しています。3品とも皮をむかずに調理することもポイントです。大根をおいしく味わいながら、栄養効果を丸ごと体に取り込み、冬を元気に乗り切りましょう。





健康積立レシピ♪

## 風邪撃退！大根で手軽に免疫力アップ

発酵食品や体を温める食材と大根を組み合わせると、免疫力アップに効果的。大根料理のなかでも、私がとくにお気に入りの3品です。



※写真は1人分です。

### A 大根ステーキ 蜂蜜生姜おろし添え

大根おろしは天然の消化薬。焼きと生のダブル使いで健康効果倍増。

#### ■材料 2人分

大根	8cm	(蜂蜜生姜おろし)	大3
ごま油	小1	大根おろし	小1
青じそ	2枚	生姜のみじん切り	小1
ゆずの皮	適宜	みそ	小1
(A)		しょうゆ	小1
和風だし	1カップ	酒	小1
塩	少々	蜂蜜	少々
		ごま油	少々

#### ■作り方

- ①大根は皮をむかず半分は輪切りにし、切り口の両断面に隠し包丁を入れたら、Aを合わせただし汁で、竹串がすっと入るまで煮る。
- ②(蜂蜜生姜おろし)のうち、大根おろし以外の材料を小鍋に入れ、焦げないように軽く火を入れる。火から下ろし、粗熱が取れたら大根おろしとあえる。
- ③フライパンにごま油を入れて①を焼き色が両面に付くまで焼く。皿に盛り付け、青じそ、②をのせ、お好みでゆずの皮を添える。

1人分 約93kcal  
約20円

### B 大根粥

生姜と合わせて体の芯からやさしく温めます。風邪のときや回復食にもおすすめ。

#### ■材料 2人分

大根	6cm
刻んだ大根の葉と茎	1/3カップ
生姜	1片
米	1/2カップ
昆布だし	3カップ
塩	小1/2
薄口しょうゆ	適宜
黒ごま塩	適宜

#### ■作り方

- ①大根は皮をむかずひと口大の乱切りにし、生姜は千切りにする。
- ②鍋に洗ったお米と①の大根、昆布だし汁、塩、薄口しょうゆを入れ、中火にかける。沸騰したらすぐに弱火にし、吹きこぼれないように約30〜40分煮る。
- ③米が柔らかくなったなら、刻んだ大根の葉と茎、①の生姜を入れて2〜3分煮る。器に盛り付け、お好みで黒ごま塩をかける。

1人分 約179kcal  
約40円

### C 大根とりんごの甘酒サラダ

発酵食品の甘酒と合わせる最強の腸内環境改善メニューで免疫力アップ。

#### ■材料 2人分

大根	3cm
りんご	1/2個
干しぶどう	10粒
くるみ	6粒
塩	少々
甘酒	大3
りんご酢	小1

#### ■作り方

- ①大根とりんごは皮をむかず、食べやすい大きさにのちよう切りにし、それぞれ少々の塩をしておく。
- ②甘酒とりんご酢をよく混ぜ合わせ、そこにさつと洗った干しぶどうを浸しておく。くるみはから煎りする。
- ③水分を軽く切った①と②をよく混ぜ合わせ、器に盛り付ける。

1人分 約168kcal  
約60円

●材料の「大」は大さじ、「小」は小さじを表します。

●材料費は、調味料などを含んでいません。また、地域や季節によって異なる場合があります。●カロリー数値はカロリー計算・栄養計算センターより。



榊原道子 さかきばら・みちこ  
野菜料理家・フードコーディネーター

長崎県出身。美短大卒業後、広告デザイナー業を経て、生来の野菜好きから食業界に入る。菜食・精進・自然食レストラン、保育園などで調理経験を積み、2011年フードコーディネーターとして独立。食品メーカーの商品開発、レシピ制作、アドバイザー、顧問を務めるほか、雑誌・テレビなどへのレシピ提供、出演、地方公共団体などと共同で商

品開発のアドバイスを行っている。日々、野菜のおいしさと可能性を伝えるべく「心カラダ五感が豊かで健やかに暮らせる野菜生活」をテーマに、料理レシピ制作、エッセー執筆、料理撮影、企画、講演を行っている。また、都内幼稚園で「食」による五感教育も随時開催中。若い世代から親子、子ども、シニア世代までの料理教室「美菜料理教室」を主宰。







そこが知りたい



くらしの金融知識

# 災害時の公的支援と 保険による備え

日本は、地形・地質・気象などの特性から、地震や台風、噴火といったさまざまな自然災害のリスクにさらされており、災害に巻き込まれる可能性は誰にでもあります。そこで、今回は、被災時に利用できる公的支援制度と、災害に対する備えとなる保険について解説していきます。「災害時に知っておくと役立つお金Q&A」も合わせて参考してください。

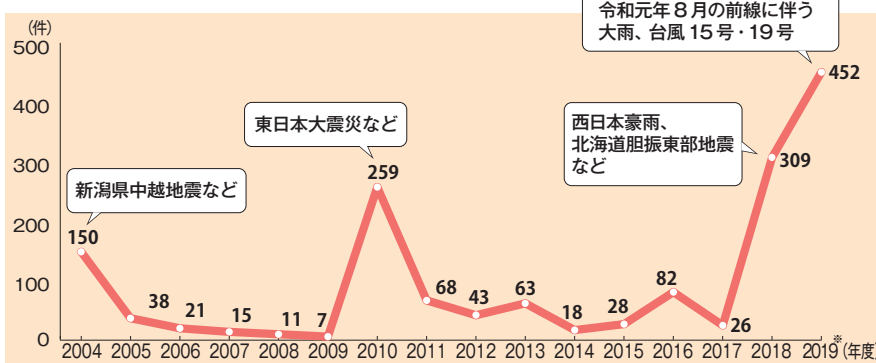
## 増加する自然災害による被害 重要性を増す事前の知識と備え

近年、地震や豪雨など、甚大な被害をもたらす自然災害が増加しています。2019年度も大型台風の上陸が続いており、とくに、2019年10月の台風19号による記録的な大雨は、停電や断水のほか、死者や行方不明者が多数出る事態となるなど、日本列島広域に大きな傷跡を残しました。

「災害救助法」が適用された市区町村数を見ると、2019年度は12月5日時点で452件に上っており、東日本大震災が起きた2010年度を超えて過去最高となった2018年度の309件を、さらに上回る数となっています【図表1】。

国土交通省の資料「安心・安全で持続可能な国土の形成について」によると、日本の人口の73・7%が災害リスクの高いエリアに集中しています。さらに、従来、

【図表1】災害救助法が適用された市区町村数の推移



(出所) 厚生労働省 社会・援護局調べ、および内閣府「防災情報のページ」掲載の情報などを基に監修者作成



地震の発生確率が低いとされていた地域でも大きな地震が発生していることもあり、日本で暮らす限り、自然災害は避けられない問題だといえます。

誰にでも被災する可能性があるからこそ、いざというときのために備えておくことが大切です。

まずは身の安全を確保することが最優先です。避難場所や避難経路を把握しておくほか、家族の安否確認の方法を決めておくこと、自宅に1週間分の食料や飲料、生活必需品の備蓄をしておくことなどが重要です。

もう一つ欠かせないのが、被災時に利用できる「制度」や「お金」の知識を持つておくことです。被災後の生活再建をどのように進めていくのか、また日ごろからどういった備えをしておくべきなのか。自分の暮らしや財産が危機にさらされたとき、できるだけ早く元の生活に戻るよう、事前に準備をしておきましょう。

## 生活再建に利用できる 公的な被災者支援制度

自然災害によって住居や家財などを失ってしまふと、その後の生活を自力で立て直すことは容易ではありません。そこで私たちの助けとなるのが、公的な被災者支援制度です。被災者支援制度にはさまざまな種類があり、支援金などの現金給付や損壊した住宅の応急修理のほか、融資や税金の減免などを受けることも可能

【図表2】罹災証明書の発行手順

### 1 各市区町村へ申請

各市区町村で用意されている申請書に必要事項を記入し、提出する。

### 2 被災した住宅の調査

調査員（市区町村の職員など）が実際に住宅を調べに来る。

#### 住宅の調査項目例



### 3 被害の認定

「全壊」、「大規模半壊」、「半壊」、「一部損壊」の4区分で認定。

被害の程度	全壊	大規模半壊	半壊	一部損壊
損害割合	50%以上	40%以上 50%未満	20%以上 40%未満	20%未満

### 4 「罹災証明書」の発行

（出所）監修者作成

です。こうした被災者支援制度を受ける際に必要となるのが「罹災証明書」です。これは、住宅が災害によってどの程度の被害を受けたのかを証明する書類です【図表2】。

被災者からの申請を受けると、市区町村は調査員を派遣し、被災した住宅を実際に調査します。調査は国が定める調査基準を基に実施され、被災による損壊が全体のどの程度の割合を占めているのか判断されます。被害程度は「全壊」、「大

規模半壊」、「半壊」、「一部損壊」の4区分で認定され、罹災証明書に記載されます。どのような被災者支援を受けられるかは、認定された被害の程度によって変わってきます。

被害の程度が「全壊」または「大規模半壊」と認定された場合には、「被災者生活再建支援制度」（都道府県が相互扶助の観点から拠出した被災者生活再建支援基金を活用して実施される制度）によって、生活を立て直すための支援金が支給されます。

支援金の使い道については制限がないため、自由に活用することができます。所得制限もなく誰でも受け取ることができますが、単身世帯の場合、受け取る金額は2人以上の世帯の4分の3となります。

被災者生活再建支援制度による支援金には、住宅の被害程度に応じて支給される「基礎支援金」と、住宅の再建方法に応じて支給される「加算支援金」の2種類があります。被災者はこれらの支援金の合計額（最大で300万円）を受け取ることができます【図表3】。

【図表3】被災者生活再建支援制度による支援金

#### ●基礎支援金（住宅の被害程度に応じて支給）

住宅の被害程度	全壊※1	解体※2	長期避難※3	大規模半壊※1
支給額	100万円	100万円	100万円	50万円

※1 罹災証明書による区分

※2 住宅が半壊、または住宅の敷地に被害が生じ、その住宅をやむを得ず解体した世帯

※3 災害による危険な状態が継続し、住宅に居住不能な状態が長期間継続している世帯



#### ●加算支援金（住宅再建の方法に応じて支給）

住宅の再建方法	建設・購入	補修	賃借（公営住宅を除く）
支給額	200万円	100万円	50万円

（出所）内閣府「被災者生活再建支援制度の概要」を基に監修者作成



なお、被災者生活再建支援制度は、10世帯以上の住宅全壊被害など、一定規模以上の被害が発生した市区町村に適用されるため、被害を受けた世帯が少ない市区町村では、同支援金の給付を受けられないことがあります。支援制度とは別に独自の支援策を講じている自治体もあるので、あらかじめ自分の住んでいる自治体のWEBサイトなどで、災害時の対応について確認しておくといでしょう。

また、住宅の一部を修理することで、元の住居に住み続けられる場合、災害発生から1カ月以内であれば、災害救助法の「住宅の応急修理」を受けることができます。住宅が「大規模半壊」「半壊」「二部損壊のうち準半壊（被災による損害割合が10%以上20%未満）」の被害を受け、応急修理を行うことによって、避難所や応急仮設住宅などへの避難を要しなくなる

と見込まれることが要件です。応急修理の対象箇所は、居室、キッチン、トイレなど日常生活に最低限必要な部分で、2019年度は、一世帯当たり59万5000円（準半壊は30万円）を上限に修理が現物支給されます。半壊、準半壊には所得制限がありますが、大規模半壊であれば所得額は問われません。

生活を再建するにあたって、これらの支援だけではお金が不足する場合には、公的な貸付制度を利用する方法もあります。

内閣府が所管する「災害援護資金」は、被災により住宅や家財に一定の損害を受

けた世帯を対象とした制度で、市区町村が、最大350万円を、返済期間10年以内、年利3%で貸し出します（最初の3年間は据置期間として無利子）。ただし、公的な制度とはいえ融資には変わりなく、返済が必要なので、慎重に検討したうえで利用したいところです。

被災の影響で住宅ローンなどの返済が厳しくなった場合には、一般社団法人東日本大震災・自然災害被災者債務整理ガイドライン運営機関の「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」によって、ローンの減免を受けられる可能性もありますので、借入先の金融機関に問い合わせてみてください。

## 大規模な水災の増加で 顕在化する水災補償の不足

2017年7月の九州北部豪雨、2018年7月の西日本豪雨、そして2019年10月の台風19号など、大規模な水災によって人的被害のみならず建物の損壊などの物的損害も増えています。

水災による建物の損壊などに備える手段として、「火災保険」が挙げられます。火災保険というと火災による住宅や家財の損害に備えるものとイメージしがちですが、実は、水災、風災、雪災、落雷といった自然災害による損害もカバーすることが可能です。

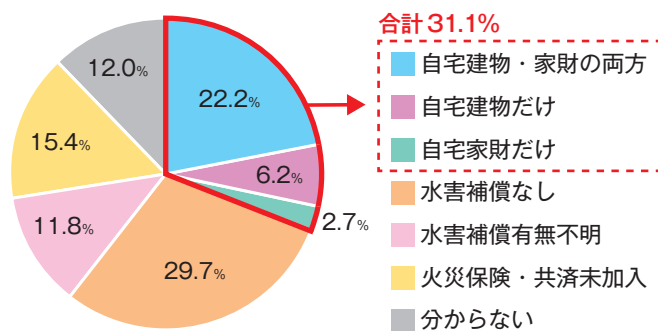
火災保険で補償対象となる水災には、洪水（大雨などによる増水によって河川の

堤防から水があふれ、建物や道路が浸水する災害（外水氾濫）、浸水害（下水道などの排水処理が追い付かず、建物や道路が浸水する災害（内水氾濫）、高潮（海面が大きく上昇することで海岸沿いなどが浸水する災害）、土砂災害（地盤が緩むことで土砂が崩落・流出して起こる災害）などがあります。

ただ、ここで気を付けなければいけないのが、火災保険に加入しているからといって、必ず水災補償が付いているとは限らず、補償の有無を確認する必要があるということです。この点を詳しく検討せず、火災保険に加入しているケースもあるようです。

実際に、内閣府による「水害に対する備えに関する世論調査」（2016年）に

【図表4】水害による損害を補償する火災保険や共済への加入状況



（出所）内閣府「水害に対する備えに関する世論調査（2016年1月）」を基に監修者作成

【図表5】火災保険のパッケージ内容（例）

補償対象	エコノミープラン (シンプルなタイプ)	ベーシックプラン (手厚いタイプ)	ワイドプラン (より手厚いタイプ)
火災、落雷、破裂・爆発	○	○	○
風災、ひょう災、雪災	○	○	○
水濡れ、外部からの 物体落下、騒じょう	×	○	○
盗難	×	○	○
水災	×	○	○
破損、汚損	×	×	○

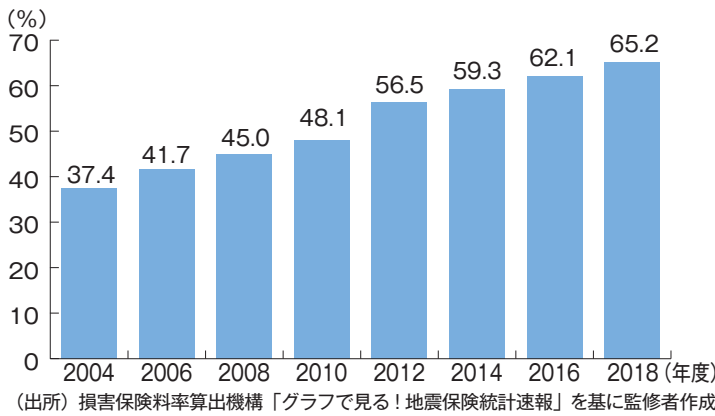
（出所）監修者作成

においても、「自宅建物もしくは家財を対象とした水災補償付の火災保険や共済に加入している」と回答した割合は31・1%に留まっています。さらに、「水害補償なし」（29・7%）、「水害による補償をしているのか分からない」（11・8%）という回答も大きな割合を占めています【図表4】。

火災保険は、パッケージ化したものが多く、例えば、①火災関連のみを対象とするシンプルなタイプ、②水災、水濡れ、盗難など災害・災難全般を対象とする手厚いタイプ、③破損・汚損などを含めたより手厚いタイプ、といったように商品や契約によって補償内容が変わります。



【図表6】地震保険の火災保険新規契約への付帯率



## 地震保険は官民一体の制度 付帯率は14年前の約2倍に上昇

一方、地震や噴火、あるいはこれらによる津波の被害は、火災保険では補償されません。そのため、地震に備えるのであれば「地震保険」に加入することになりますが、地震保険は単独では加入すること

【図表5】はパッケージ内容の一例ですが、シンプルなタイプに加入すると水災がカバーできないことが分かります。補償が手厚いほど保険料は高くなってしまふものの、水災で受けるダメージは深刻です。水災のリスクが高いところに住んでいる場合には、加入を検討したほうがよいでしょう。

【図表7】地震保険の保険金の支払い区分(建物の場合)

下記の項目のどれか一つでも満たしていれば、それに応じた保険金が支払われる。二つ以上の場合は被害の大きい方の基準で支払われる。

損害の程度		全損	大半損	小半損	一部損
認定の基準	主要構造部(軸組、基礎、屋根、外壁などの)損害額	建物の時価の50%以上	建物の時価の40~50%未満	建物の時価の20~40%未満	建物の時価の3~20%未満
	焼失または流失した床面積	建物の延床面積の70%以上	建物の延床面積の50~70%未満	建物の延床面積の20~50%未満	—
	床上浸水	—	—	—	床上浸水または地盤面から45cmを超える浸水を受け損害が生じ、当該建物が全損・大半損・小半損に至らない場合
支払われる保険金		建物の保険金額の100%(時価が限度)	建物の保険金額の60%(時価の60%が限度)	建物の保険金額の30%(時価の30%が限度)	建物の保険金額の5%(時価の5%が限度)

※時価とは、同等のものを新たに建築あるいは購入するのに必要な金額から、使用による消耗分および経年劣化分を控除して算出した金額。

(出所) 日本損害保険協会の資料を基に監修者作成

ができず、火災保険に付帯する形で加入することになります。

2018年度の地震保険の火災保険新規契約への付帯率は65・2%と、14年前と比べると約2倍になっており、地震に備えることの重要性が強くなってきていることを物語っています【図表6】。

地震保険は、地震により甚大な被害が発生した場合に、住宅や家財に損害を受けた人たちの生活再建を支援することを目的とした保険です。保険会社とともに政府も保険金の支払い責任を負うことが「地震保険に関する法律」などの法令で規定されており、万が一、保険会社が破綻し

たとしても、加入者が受け取る保険金については保証されます。

保険料は、住んでいる都道府県(三つの等分に区分)と住宅の構造(鉄骨造・コンクリート造か、木造かなど)によって異なりますが、どの保険会社で加入しても、条件が同じであれば保険料と補償内容は変わりません。保険金額は、火災保険の保険金額の30~50%の範囲で設定します。また、保険の対象となるのは、居住用建物(上限5000万円)と家財(上限1000万円)で、事務所や店舗などの事業用建物は対象外です。

地震が原因で建物に損害を受けた場合、

まず、建物の主要構造部(屋根・柱・梁・壁・基礎など)の損害に着目した損害調査が行われます。それに対して、家財の損害は、一般的に所有していると考えられる品目の損傷状況から、家財全体の損害割合が算出されます。これらの調査によって、「全損」、「大半損」、「小半損」、「二部損」のいずれかに認定されると、それぞれ、契約金額の100%、60%、30%、5%の保険金が支払われます。【図表7】。

分譲マンションに居住している場合、一戸建てとは異なり、専有部分(部屋の中)については、住民が各自で火災保険や地震保険に加入します。その一方で、エントランス、エレベーターなどの共用部分は、マンションの管理組合が一括して保険に加入するのが一般的です。専有部分はもちろんのこと、共用部分についても、火災保険や地震保険に加入しているか確認しておくといでしょう。

自然災害は、いつ自分の身に降りかかって来るかわかりません。今回ご紹介したように、まずは、被災した際に受けられる公的な被災者支援制度について知っておくことが大切です。

加えて、水災、地震をはじめとする自然災害について、自宅周辺の被災リスクを自治体のWEBサイトに掲載されている「ハザードマップ」で確認しましょう。そのうえで、加入している火災保険の補償内容が十分であるか、再点検することをおすすめします。



## 災害時に 知っておく 役立つ お金Q & A



### 税金の負担が重いのですが…

自然災害による住宅や家財の損害については「災害減免法」と「雑損控除」のいずれかを活用することで、所得税の負担が軽くなる場合があります。

災害減免法は、住宅や家財の損害が時価の2分の1以上の場合に、災害にあった年の所得税の免除または軽減を受けられる制度です。所得500万円以下の場合には所得税の全額が免除され、所得500万円超750万円以下の場合には所得税の50%が、所得750万円超1000万円以下の場合には所得税

### 住むところがなくなっていました

まずは各所に設けられる「避難所」に避難することになりますが、避難所にいられるのは、原則、災害発生から7日以内。住宅が全壊、流失するなどして自力での住宅確保が難しい場合、「応急仮設住宅」に移ることになります。

応急仮設住宅には、プレハブなど簡易住宅を中心に建てられる「建設型」と、既存の賃貸住宅を自治体が借り上げる「借上型」の2種類があり、

の25%が軽減されます。

雑損控除は、所得から損失額を控除できる制度です。災害や盗難などで、生活に必要な資産に損害を受けた人が対象となります。控除額は、①「差引損失額(※)ー総所得金額×10%」と②「差引損失額のうち災害関連支出の金額ー5万円」のいずれか金額の多い方となります。

どちらを選んだ場合でも、確定申告による手続きが必要となります。

※「損害金額(損害を受ける直前と直後の時価を基に算出)と「災害関連支出の金額」を加え、「保険金などで補填される金額」を差し引いた合計。

### 通帳もカードも紛失しました

災害によって通帳やキャッシュカードをなくしてしまった場合でも、災害救助法が適用された被災地については、「金融上の措置」が取られます。運転免許証や健康保険証、パスポート、マイナンバーカードなどの本人確認書類により、預貯金の払戻しを受けることができます。

払戻しを受けられる金額は金融機関によって異なりますが、東日本大震災のときには、本人確認が取れた方に対して、1日当たり10万円〜20万円を限度に、払戻しに応じたようです。

### 災害時に現金は必要でしょうか？

災害時には、停電によってクレジットカードや電子マネーが利用できなくなることがあります。そのため、避難の際にはある程度の現金を持っておくことをおすすめします。キャッシュレス化が進み、ふだん、現金をあまり持ち歩かないという方も少なくないと思いますが、いざというときの食料や生活用品の購入のため、日ごろから5万〜10万円程度の現金を用意しておくといでしょう。また、店がおつり不足となっている可能性もあるため、小銭も用意しておく、なお安心です。

「在宅避難」をする場合にも、家族の2〜3日分の食料や生活用品を買い取るお金は用意しておきましょう。

そこが知りたい



くらしの金融知識

監修：清水 香（しみず・かおり）

ファイナンシャル・プランナー（CFP®）、社会福祉士。FP&社会福祉士事務所Office Shimizu代表、(株)生活設計塾クルー取締役。家計の危機管理の観点から、社会保障や福祉、民間資源を踏まえた生活設計アドバイスに取り組む。生活者向け相談業務のほか、執筆、講演など幅広く活躍、テレビ出演も多数。財務省の地震保険制度関連の政府委員を歴任、日本災害復興学会会員。主な著書に「どんな災害でもお金とくらしを守る」(小学館)など。



## 調査の概要

この調査は、①家計の資産などの状況を把握し、これらの公表を通じて金融知識を身に付けることの大切さを広報すること、②家計の金融行動に関する調査データを提供することを目的に、1953年から毎年実施しています。

2019年の調査方式、調査時期、回答世帯数は以下の通りです。

	二人以上世帯	単身世帯
調査方式	訪問・郵送調査	インターネットモニター調査
調査時期	2019年6月14日(金)～7月23日(火)	2019年6月21日(金)～7月3日(火)
回答世帯数	3,222世帯(全国8,000世帯が対象)	2,500世帯

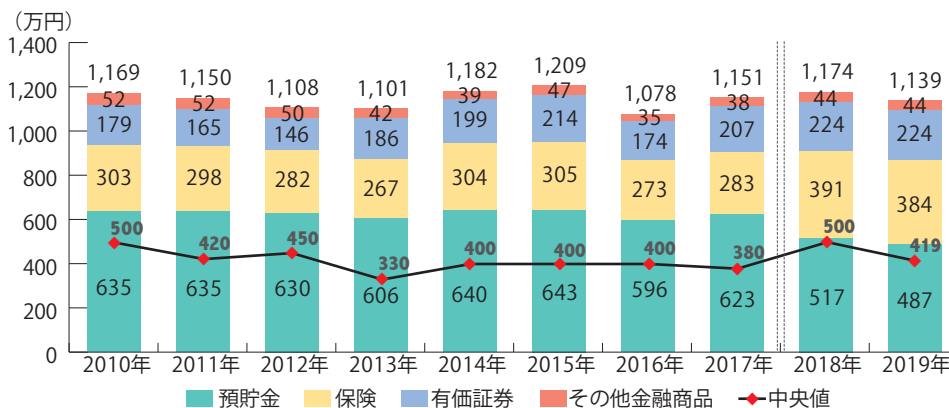
主な設問項目は、金融資産・負債の状況のほか、生活設計、住居計画、決済手段などです。ここでは、調査結果（二人以上世帯調査）の一部を紹介します。

金融資産\*の保有額の平均値は、1,139万円と前回（1,174万円）に比べ、若干減少しました【図表1】。

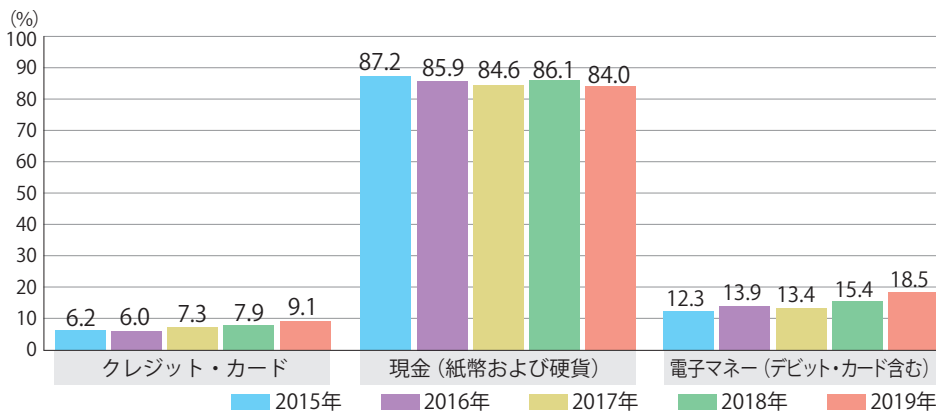
日常的な支払いの資金決済手段については、「クレジット・カード」、「電子マネー」の割合が着実に上昇しており、少しずつキャッシュレス化が進んでいる姿がうかがわれます【図表2】。

※本調査における「金融資産」は、定期性預金・普通預金等の区分にかかわらず、運用の為または将来に備えて蓄えている部分を指します（日常的な出し入れ・引き落としに備えている部分は含みません）。

【図表1】金融資産の保有額平均



【図表2】日常的な支払いの資金決済手段（1,000円以下、2つまでの複数回答）



調査結果の詳細は「知るぽると」WEBサイトをご覧ください。

〔二人以上世帯調査〕

<https://www.shiruporuto.jp/public/data/survey/yoron/futari/2019/>

〔単身世帯調査〕

<https://www.shiruporuto.jp/public/data/survey/yoron/tanshin/2019/>

「家計の金融行動に関する世論調査」(2019年)の結果を公表しました！





東京都立南大沢学園



堀内省剛校長

# 特別支援学校が取り組む 生徒の「QOL向上」をめざした 金融教育&継続教育とは？

「金融教育」は社会の中で生きる力を育むことを目的として行われる教育です。このコーナーでは、金融教育の授業がどのように進められているか、教育現場に立つ先生や授業を受ける生徒の姿をレポートします。今回は、特別支援学校の東京都立南大沢学園で校長を務める堀内省剛先生を取材しました。高い就職率を誇る南大沢学園では、在校中はもちろん卒業後も、生徒のQOL（生活の質）を向上させるために、教科間の連携で構築した金融教育と卒業生への継続教育を展開し、社会生活での自立を促しています。



よりよい人生を送るために  
生徒の「自己効力感」を高める

特別支援学校とは、心身に障害のある児童や生徒が通う学校であり、南大沢学園は、軽度の知的障害のある生徒たちが通う高等部の学校（一般的な高等学校に相当）です。職業教育に重点を置いた「就業技術科」のみを設置する都内唯一の学校として、2010年に創立されました。1学年100名定員で、卒業後に就職を志望する生徒たちが都内全域から通学しています。

南大沢学園がめざすのは、生徒の在学中はもちろん、卒業後の生活の質（以下、QOL）を向上させるための教育の充実です。そのために、卒業後に働くうえで必



学校運営連絡協議会委員も取材に同席。弁護士の関哉直人さん。

要とされる基本的な知識、技能、態度を学び、変化する社会で自立し、主体的に生きる力を養う教育を、さまざまな取組みを通じて実践しています。

まず、専門的な職業能力を育成する「職業に関する教科」では五つのコース（ロジスティクス、食品、ビルクリーニング、福祉、エコロジーサービス）が設定されています。1年生ですべてのコースを体験し、希望や適性に合わせてコースを選択。2年生、3年生では専門的な実習や就業体験を通じて、働くうえで必要な知識や技術を学んでいくのです。

また、職場や社会生活における基礎と基本的なルールやマナーを身に付けることも重視し、「南大沢スタンダード」という指標を導入しました。学習、生活、進路、安全といった各シーンにおいて徹底すべき心得を明文化し、生徒、教員、保護者で共通理解を図り、日々の学校生活の中で



3年生の「職業」の授業風景。2クラス20名で行う。今回はキャッシュレス決済の授業を、プロジェクターを使って進める。

実践しています。

「南大沢スタンダードは生きるための手がかりです。決められたルールをただ守るのではなく、生徒自身がその必要性を考えることが重要であり、そのために、ルールを定めた理由も記載しています。業態や職種によっても、適用されるルールは異なり、それぞれに理由があります。ルールが必要な理由を考えることができれば、卒業後に社会で遭遇するさまざまな状況に、柔軟に対応できるようになるのです」。

保護者や地域の方々などが参加して意見交換を行い、その結果を学校運営に反映する「学校運営連絡協議会（以下、協議会）」において、南大沢学園では、卒業生が委員として参加しています。これもQOL向上の取組みの一つであり、他校では類を見ないとのこと。実際に社会生活を行っている卒業生の意見は、さまざまな改善につながっています。

こういった取組みの成果によって、卒業生の就職率は約95%（2018年度実績）にも達しますが、堀内校長はこう語ります。

「南大沢学園の教育の主眼は就職だけではなく、学びのプロセスを通じて生徒たちがQOLを高めることです。そのために、『自分ならできる』と自己を信頼する力、つまり自己効力感を身に付けることが必要なのです。特別支援学校の卒業生が、社会に出てつまづいてしまう大きな要因は、『自分はダメだ』というあきらめの

気持ちです。困難に遭遇しても、どうにかできると自分を信じる力こそが、自立するうえで重要です。目標に向かって、日々の学校生活のなかでコツコツと努力する。ときには失敗しながらも、努力の積み重ねで得られる達成感こそが、社会での困難を乗り越える力になるのです」。

協議会の委員である藤堂貴代美就労支援アドバイザーは、こう指摘します。

「南大沢学園には、過去の失敗経験による劣等感を抱いたまま入学してくる生徒も多く、失敗に臆病な傾向が見られます。しかし、南大沢学園での3年間で挑戦を繰り返していくうちに変化が表れてくるのです。安心して挑戦と失敗ができる場があることが、生徒たちの自己効力感を確実に高めています。その結果が、高い就職率にもつながっているのではないのでしょうか」。

### 消費者トラブルに備える 新たな金融教育カリキュラム

南大沢学園において金融教育は、非常に重要な位置付けとなっています。

「社会は今、急激に変化しています。金融教育の範囲も劇的に広がっており、従来の教育では対応し切れません。しかし、QOLの面で、お金に関わる部分はきわめて多いため、金融教育は絶対に不可欠なのです」。

知的障害のある人は、在校時、卒業後を問わず、消費者トラブルなどに巻き込



まれやすい傾向にあります。とくに卒業後、悪質商法で大金を支払わされたり、第三者にいわゆるままに社員証を貸してしまい、消費者金融で借金をされたりするなどといったケースも少なくありません。協議会の委員である関哉直人弁護士はこう指摘します。

「知的障害のある方々が卒業後、消費者トラブルにあいやすい理由の一つに、在学中は保護者が必要以上にお金の管理をしてくれていたため、お金を扱う機会が少なく、金銭感覚が身に付かないまま社会に出てしまうということが考えられます。また、お金の関心も低いため、だまされたことに気づきにくい傾向もあり、被害額が数百万円といった高額になってしまう場合があります。社会に出たら自分のお金は自

分で管理するという前提に立って、学校と家庭で連携してしっかりと教育していくことが重要です」。

さらに、2022年4月から成年年齢が引き下げられることにより、消費者トラブルに巻き込まれるリスクがより一層高まると予想されます。生徒たちが抱えるこういったリスクを踏まえて、南大沢学園では2019年度の金融教育のカリキュラムを抜本的に見直しました。

南大沢学園では、家庭科と社会科の中で、卒業後の人生とお金の使い方（生活設計）、年金や健康保険などの社会保障、社会人として支払う義務のある税金などを学びます。また、特別支援学校の高等部には、職業生活に必要な知識を学ぶ「職業」という教科があり、ここでも給与明

細の見方などお金に関して学ぶ授業があります。こういったカリキュラムの見直しとして、複数の教科にまたがる金融教育を別々に教えるのではなく、教科間で連携することを開始しました。例えば、契約書をきちんと読めるように、国語科の授業とも連携を図ります。現実的な状況を想定した金融教育を学ぶことは、卒業後の人生に必ず役立つはずと、堀内校長は確信しています。

## アクティブ・ラーニングで学ぶ 活発な授業風景

2019年度、金融教育の一環として「職業」の授業に、「キャッシュレス決済のメリット・デメリットを知り、自分で稼いだ給料を賢く使う」という3年生対象の単元が、新たに設けられました。施行されたばかりの消費税率の引上げとキャッシュレス決済によるポイント還元制度に関する内容を学びます（図表）参照。

授業では消費税率が8%から10%へ引き上げられたことを説明するとともに、具体的な税額の変化を、実際に計算しながら実感していきます。その差額を理解したうえで、キャッシュレス決済の種類、メリットやデメリットを学んでいきます。

「知的障害のある生徒は、単に授業を聞くだけでなく、活動をしながら学ぶことで、学習効果が上がります。担当教員は、生徒たちにテキストを読ませるだけでなく、問い掛けや話し合いを重視する能動的な

学習方法（アクティブ・ラーニング）を織り込みながら、授業を進めていきます」。

授業中、担当教員がテキストに登場する用語などいろいろと質問をすると、多くの生徒たちが挙手をして答えようとする様子が見られました。

「3年生になると就職活動が本格化し、給与といったお金の話と生活の関連をより実感し始めます。社会に出て自分でお金を稼ぎ、使うようになる時期が目の前に迫っているので、お金に関する授業への関心はとても高いですね」と堀内校長は語ります。

授業で印象的だったのは、教員がテキストの内容を説明し、生徒たちに学習させるだけでなく、リスクについての具体的なアドバイスを行っている点です。例えば、キャッシュレス決済の一つであるクレジットカードについては、後払い方式であることを説明したうえで、「借金」という面を強調。消費者トラブルに巻き込まれる卒業生がいる実態を踏まえて、お金に関するリスクについては、はっきりと印象に残る言葉や例えを使ってアドバイスするのです。

「キャッシュレス決済の内容を扱う職業の授業は、進路指導の教員が担当しており、現状と将来を考慮した具体的なアドバイスをするようにしています」。

キャッシュレス決済の授業は、社会環境の変化に応じて設けられましたが、授業内容の組立ては、試行錯誤の連続だといいます。障害の度合いによっても理解度に差が

【図表】今回の授業で使用した教材

ワークシートでは、消費税の引上げ前と後でどれくらい税額が違つかを計算する。

3年 職業「金融教育」ワークシート

キャッシュレス決済のメリット・デメリットを知り、自分で稼いだ給料を賢く使う

氏名( ) 月( ) 日( )

●エントリースーツ 消費税率について考えてみよう！

1 消費税率が8%→10%になったら、いくら負担が増えたの？空欄を埋めてみよう！

【消費税率を求める計算式】

8%の税金＝商品の金額×0.08

10%の税金＝商品の金額×0.1

品名	商品の金額(円)	税込8%(円)【A】	税込10%(円)【B】	増税後に増えた税金の額(円)【B-A】
1	1,000	1,080	1,100	20
2	2,000		2,200	40
3	5,000	5,400	5,500	
4	10,000		11,000	
5	20,000	21,600		400
6	30,000	32,400	33,000	
7	100,000	108,000		2,000

キャッシュレス決済の  
メリット・デメリットを知り、  
自分で稼いだ給料を賢く使う

高3職業「金融教育」

キャッシュレス決済の  
メリット・デメリットを知り、  
自分で稼いだ給料を賢く使う

(1) 障害のある生徒は、単に授業を聞くだけでなく、活動をしながら学ぶことで、学習効果が上がります。担当教員は、生徒たちにテキストを読ませるだけでなく、問い掛けや話し合いを重視する能動的な

(2) お金を使っている感覚が薄まる。手元に現金がなくても支払いの感覚がつかない。

(3) 使えるのは加盟店のみ。現金がなくても支払いができません。

授業では、キャッシュレス決済ポイント還元制度について経済産業省が消費者向けに配布している資料を活用。



「職業」の授業を担当する松本洋一先生は、進路指導も担当しており、現状と将来を考慮したお金に関する具体的なアドバイスも行つた。



先生の授業を聞きながら、用語についてワークシートに記入する生徒。手を動かして書いていくことも、知識の定着には重要。



身近なお金の話題を扱う金融教育は、生徒の関心が高い。松本先生の問い掛けに、生徒たちは積極的な手を挙げて答える。



生徒たちを回って、ヒントを出しながら自分で考えることを促す松本先生。

生じるなど、一律の授業では生徒全員に内容が伝え切れないという難しさもあります。各教員は、生徒の様子や授業後のアンケート、ほかの教員の助言を取り入れるなど、授業内容や指導方法の改善を日々図っています。

### 継続教育で得た卒業生の課題を在校生が学ぶべき内容に反映

南大沢学園では2019年度より、継続教育という仕組みを作り、卒業生を対象とした「社会人キャリアアップ講座」を開講。卒業後3年間にわたり、年に6回、南大沢学園で社会人として必要な知識やスキルを学べます。堀内校長は、生徒たちが卒業後も金融教育を学び続ける重要性について強調します。

「3年間で学べる内容は限られていますし、経験が少ないので実感も得にくいと思います。しかし、卒業して実際に社会の中で生活すると、『学校で学んだことはこういう意味だったんだ』と納得できるようにになります。卒業後の数年間は、学校で学んだ知識がスキルに転換していく時期。だからこそ、この時期に学べる環境を用意し、学校が関わり続けることが重要です」。

第1回のテーマは「社会人1年生のための人生を助けるお金のしくみ」。2018年度の卒業生を対象とし、社会保険労務士を講師に招いて、初めて受け取った自分の給与明細を見ながら、厚生年金保険、

所得税、健康保険などについて学びました。参加者は約30人で、卒業生の約3割。これまでの講座では、金融教育のほかに英会話やアンガーマネジメント（怒りの予防と制御）といった、社会生活に身近なテーマが取り上げられています。

継続教育は、教員にとっても卒業生が社会で直面するさまざまな課題を理解する、大きな学びの場になります。

「南大沢学園の教育の目的は、在校中はもちろん卒業後のQOLを向上させることです。ですから、卒業生の声にこそ、在校生に実施するべき教育のヒントがあります」と堀内校長。

「変化の激しい世の中となり、10年後はどのような社会になっているか予測できません。そんな社会に生徒たちを送り出すのですから、教育も大きく変わらなければなりません。だからこそ、卒業生の実際の生活から、教員はさまざまな教育の課題を学び、考え続けることが大切。教育に正解はありません。先入観で現状にとらわれず、改善し続けていくことが重要です」。

進化を続ける南大沢学園の金融教育。今後は、卒業生対象の継続教育について3年間にわたるプログラムを構築していきます、そこで得られた卒業生の経験を、在校生の金融教育に反映していきます。南大沢学園では、在校生と卒業生の学びが循環する教育を通じて、さらなるQOL向上に挑戦していくのです。



# 親の認知症に備えた 三つのマネー対策 財産の「把握」、「管理&運用」、「相続」

このコーナーでは全国で活躍している金融広報アドバイザーによる誌上セミナーを行います。今回のテーマは「親の認知症に備えたマネー対策」です。司法書士の木原道雄アドバイザーに、親が認知症になる前に重要な「財産の把握」、「財産の管理や運用方法」、「相続の備え」の三つのマネー対策のポイントや留意点などをうかがいました。また、こうした対策を親とスムーズに話し合えるコミュニケーション方法や、認知症になった後でも行える主なマネー対策も併せてお伝えします。

第20回

講師：木原道雄

愛媛県金融広報アドバイザー

【図表1】 親の認知症によるお金のリスク&トラブル例



**認知症になると起こり得る  
お金のリスク&トラブル**

厚生労働省が「新オレンジプラン」の中で、「2025年には65歳以上の約5人に1人が認知症患者に」と予測しているように、認知・判断能力を低下・喪失させる認知症の発症は誰にでも起こり得ることです。そして、実際に自分の親が認知症になったとき、さまざまなお金のトラブルが発生し、私も相談を受けることが多くあります【図表1】。金融機関や不動産業者では、取引などを行う際に契約者本人の意思を確認する必要がありますが、

認知症になると、本人の意思確認ができないと判断されてしまいます。ですから契約者本人である親が認知症になると、お金の引出し、保険金などの請求、不動産の売却といったことができなくなる可能性が高いのです。

また、こういう事例があります。ふだんは、お金の引出しを金融機関の窓口で行っている親が認知症になったAさんは、親のキャッシュカードでATMからお金を引き出そうとしたができませんでした。実は、金融機関によつては、一定の年齢以上の高齢者が過去1年間ATMによる使用実績がない場合、犯罪防止の観点からATMでの取引を制限しているのです。そのため、Aさんが金融機関の窓口へ行くと、口座名義人である親が「判断能力に乏しい」、「十分な意思表示ができない」と判断され、結局お金が引き出せませんでした。そのほか「財産の全容が分からず遺産分割が進まない」など、お金に係る問題は多岐にわたります。

## 認知症になる前に備えたい 三つのマネー対策

こうしたお金に係るリスクやトラブルを回避・軽減するためには、認知症になる前に対策を講じることが大切です。有効な三つのマネー対策をご紹介します。

### 対策① 親の財産と意向を把握

まず何よりすべきことは、親の財産内

容（負債も含む）と、それについての親の意向を把握しておくことです。そのために、親の「財産リスト」の作成をお勧めします。市販のエンディングノートでもかまいませんが、全国社会福祉協議会が発行している「私の老後の生き方暮らし方ノート」は無料でダウンロードできるうえ、シンプルで気軽に取り組めるため、手始めとしてお勧めします。ノートには、取引のある金融機関や保険会社なども書いてもらい、そのうえで、使っていない金融機関の口座などは早めに解約してもらい、管理がしやすくなることも、オレオレ詐欺や悪質商法などの犯罪防止にもなります。

そのほか、財産の使い方や今後の生活の仕方、趣味や健康状態なども書いてもらうとよいでしょう。財産に限らず、親の情報を幅広く知ることが、さまざまことに

### 私の老後の生き方暮らし方ノート

安心マップ (財産管理)

自らの経済状況を確認し、必要な資金を推測します。

【現在】	【将来】
<p>年間収入・財産の合計</p> <p>給料等勤労所得 万円</p> <p>年金 万円</p> <p>これまでの預貯金 万円</p>	<p>年間収入の合計</p> <p>給料等勤労所得 万円</p> <p>年金 万円</p>
<p>年間支出の合計</p> <p>生活費 万円</p> <p>交際費 万円</p> <p>一時的な費用 万円</p> <p>その他 万円</p>	<p>年間支出の合計</p> <p>生活費 万円</p> <p>交際費 万円</p>

私の老後の生き方暮らし方ノート

地域社会で生きる未来

現在

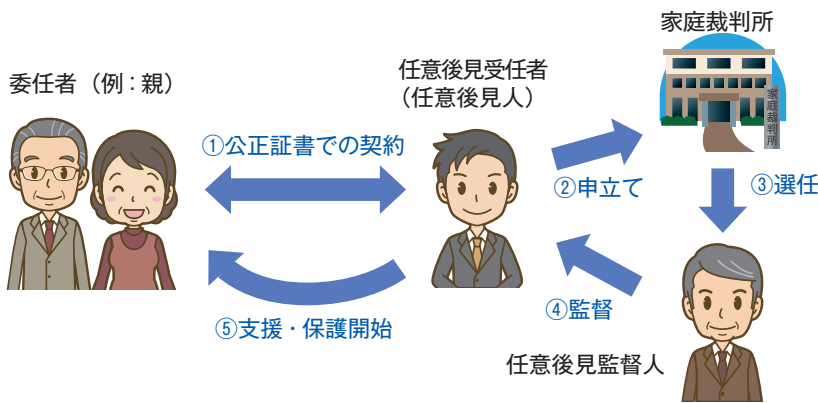
過去

全国社会福祉協議会

<https://www.shakyo.or.jp/news/kako/materials/080411.pdf>

(出所) 全国社会福祉協議会

【図表2】 任意後見制度の流れ



対する親の意向を把握することにつながります。そうした親の意向を、老後の暮らしや介護の方法に反映してあげることが、子どもの大切な役目ではないでしょうか。

**対策② 財産の管理と運用**

財産の管理と運用には、法的効力を持つ制度の利用が不可欠であるため、認知症前に備えたい三つの有効な制度をご紹介します。ただし、認知症前に契約する必要がありますのでご注意ください。

### ●任意後見制度

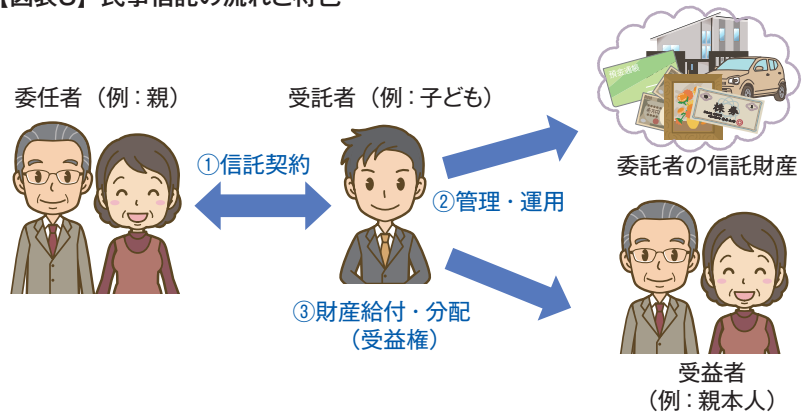
判断能力や意思表示が不十分な人を、支援・保護する成年後見制度の一つです。任意後見人との契約内容に財産の管理や運用などを組み込めば、お金に係るトラブルを回避できます。任意後見人を誰にするか、どのようなことを依頼するのかをすべて親本人が十分な判断能力があるうちに決められるのが特徴です。具体的な手続きとしては、親（委任者）が、希望する任意後見受任者（任意後見人）との間で、代理権（財産管理の手続きなど）を与える契約を、公正証書で結びます。公正証書は、公正役場で作成できます。任意後見人は第三者でもかまいません。親の判断能力が低下したら、家庭裁判所が選任した任意後見監督人の監督の下、任意後見人は契約で決めた事務を代理で行えるようになります【図表2】。ただし、契約が開始されると、正当な事由がない限り契約の解消は難しくなります。

### ●民事信託

2007年9月から施行され、注目が集まりつつある民事信託は、信託法による制度です。委託者である親が受益者（親本人でも可）のために、自分の財産を一定の取決めにしたがって子どもなどの受託者（第三者でも可）に託し、管理や運用をしてもらうものです【図表3】。

民事信託も任意後見制度と同様に、親本人が、自分の財産をどうしたいのかを決めることができます。任意後見制度と

【図表3】 民事信託の流れと特色



なります。私としては、民事信託の実績がある弁護士事務所や司法書士事務所、公正役場などの専門家に一度、相談することを勧めます。

### ●保険会社の指定代理請求制度

認知症などにより自分で保険金や給付金を請求できなくなった場合に、代理人が手続きできる制度です。代理請求できる人の範囲や商品は、保険会社によって異なるため、詳しくは加入している保険会社に確認しましょう。

### 対策③ 相続について

最近は「争族」といわれるほど、遺産相続が家族間の大きなめもめごとの要因となっていますので、遺言書の作成は有効な対策です。代表的な遺言の種類を二つ紹介します。

一つ目は「自筆証書遺言」です。これは親が自分で書いて封をして、自分で保管しておくものです。簡単に作成できる反面、紛失や改ざんされるリスクがあり、親が亡くなった際は、家庭裁判所の検認を受ける必要があります（2020年7月10日より、一定の手続きをすれば、自筆証書遺言を法務局で保管してもらえようになります）。

もう一つは、親が公証人に遺言の内容を伝え、証人を2人以上立てたうえで公証人に作成してもらう「公正証書遺言」です。紛失や改ざんされる心配はありませんが、財産の額により数万円から数

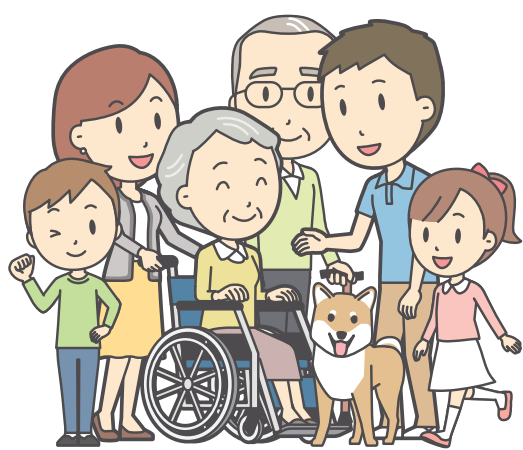


十万円の費用がかかるほか、証人への報酬も発生するのが一般的です。

どちらも法的効力に差はありませんが、様式や記載内容の不備によるトラブル回避を考慮するなら、「公正証書遺言」を利用されるほうがよいと思います。

## 親と円滑に話し合うために ふだんからコミュニケーションを

認知症によるマナー対策を講じる前に、まず家族会議を行うべきと考えます。親の意向を家族全員で共有しておくことは、後でもめないための大切な対策となるからです。そして、できるだけ親に不信感を持たせないように、マナー対策をアプローチしましょう。例えば、親に財産リストの作成をお願いする前に、子ども側から財産リストを作成して親に渡すというのお勧めのアプローチ法です。



「自分に何かあったときのために、共有しておきたい」と伝え、万一時のお金の管理についての必要性を、親に考えさせるきっかけにもなるかと思えます。

とはいえ、認知症やお金の話し合いをしたいと親に伝えても、嫌な顔をされたり、親の意向を把握するために財産リストやエンディングノートを書くように伝えても、積極的に書いてもらえなかったりすることなどは、よくあることです。まして、めったに連絡しないような子どもからいきなりお金について聞かれたら、ためらってしまうのも分かります。そうならないようにするために、ふだんから親とのコミュニケーションを欠かさないようにしておくべきかと思えます。親が遠くに住んでいるなら、ために電話やメールなどで連絡をして近況報告をする。親が近くに住んでいるのなら、ふだんから親の金銭管理の手伝いをしてあげるのはいかがでしょうか。例えば、高齢になると増えがちな医療費の控除手続きなどを手伝えれば、喜ばれるとともに、親の年収が分かります。終活セミナーなどに一緒に行けば、今後についての親の意向を自然に聞きますチャンスになります。また最近では、自然災害が増えていますので、災害対策をきっかけにして話し合いの場を設けるのもよいでしょう。このように信頼関係を築くことが、親とのスムーズなお金コミュニケーションにつながるのではないかと思います。

## 認知症になった後でも できる対策とは

親と離れて暮らしていると、「認知症になったことに気づかず、認知症前のマナー対策ができなかった」という方のほうが、実は多いのではないのでしょうか。その場合、成年後見制度の一つ「法定後見制度」の活用を検討してみましょう。

この制度は、認知症発症後でなければ申請できません。成年後見人には、財産に伴う契約の代理権や同意権、取消権などが与えられ、任意後見人より法的効力の範囲が広いのが特徴ですが、任意後見制度と異なり、成年後見人は家庭裁判所が選任するため、親の意向に沿えない場合もあります。

## マナー対策だけに終わらせない 家族の絆を深めるきっかけに

親が認知症になることを考えてお金について対策するということを、少し不謹慎に感じたり、気が進まない方も少なくないでしょう。しかし、こうした対策を講じることは、マナー対策だけに終わらず、親子関係を見つめ直すよい機会にな

ると、私は考えます。

日本では高齢化対策の一環として、社会全体で高齢者を支える地域包括ケアシステムが構築されています。しかし、どんなにシステムが整ったとしても、最終的な判断は家族が行うこととなります。親が元気なうちに、お金関係を含めた親のふだんの生活や楽しみ、望む生き方などを知ること、親にとって最適な判断をしてあげられます。そして、親を知ることが、家族関係を見つめ直すことにつながり、これをきっかけに、家族の絆を深めていただきたいと思います。



木原道雄 (きばら・みちお)

司法書士、登録手話通訳者。1999年に愛媛県と松山市で手話通訳者登録、2004年に父の在宅介護のため、司法書士事務所を自宅で開業。聴覚障がい者のマルチ商法被害相談をきっかけに、ろう学校での消費者講座を始め。現在は、医療関係や介護関係などの現場と連携を取りながら、高齢者から児童養護施設の子どもまで、年齢や障がいなどの垣根を越えてセミナーや法的な相談、財産管理や後見人就任などの活動を行っている。

の  
め  
回  
と  
今  
ま

★認知症前に対策をすることで、親の意向を反映できる。

★各制度の特徴をよく理解してから利用する。

★対策を円滑に行つたために、ふだんから親子でコミュニケーションを。

## まなびや訪問

金融教育研究校・  
金銭教育研究校  
の紹介



アクセサリーの製作・販売(よごふるさと科)



余呉湖PR動画作り(よごふるさと科)



余呉湖



余呉湖を望む校舎



## 滋賀県 長浜市立余呉小中学校

滋賀県長浜市立余呉小中学校のある余呉町は、滋賀県の北部に位置し、柴田勝家3万と羽柴秀吉5万の軍勢による「賤ヶ岳しずがだけの合戦」の戦場としても有名なです。校舎からは「日本のウユニ塩湖」<sup>※</sup>ともよばれる余呉湖を望むことができます。

本校は、2018年4月に滋賀県としては初となる施設一休型小中一貫教育校(義務教育学校)として開校しました。

そつした中、2018年度からの2年間、滋賀県金融広報委員会から金融教育研究校の委嘱を受け、何事も主体的に考え生き抜く力を身に付けられるように、余呉町への地域貢献などを通じてキャリア教育と金融教育の充実に向けて学校一丸となって取り組んでいます。

義務教育学校では、カリキュラム編成が柔軟に行える利点があることから、「よごふるさと科」という独自のカリキュラムを設け、その中で地元の余呉をテーマとして取り上げ、各学年

で町のよさや直面するさまざまな課題を学んでいます。

例えば5年生では、ゆるキャラのデザインを考えるとともに、缶バッジや顔出しパネルを作り、地元観光を盛り上げることに貢献しました。また、地元企業の協力を得ながらアクセサリーの製作・販売までを行うことで、原価計算などを通じて、お金の動きや価値を知りました。また7年生になると、海外からの旅行客向けに、より一層、町の魅力を分かちてもらえるように工夫しながら英語版のPRコミニシャルを手がけました。9年生では、「余呉を楽しむプロジェクト」と題し、9年

間で学んだ総まとめとして余呉の現状や課題について、地域住民を招いた発表会やSNSを通じて広く発信しました。

こうして余呉のよさや魅力に関する理解を深め、少しでも地域の発展のために行動する生徒の育成をめざして教育に取り組んでいきたいと考えています。

※P2 表紙説明 参照



## おたより コーナー

読者の皆さまの声を紹介します。  
ご愛読ありがとうございます。(敬称略)

『くらし塾 きんゆう塾』を初めて  
手にしました。表紙がキレイで印  
象的でした。50号も出ていたなん  
て!! 次号も読みたいです。

(北海道・あつちゃん)

81歳でプログラマーの若宮正子  
さん。自分史はまだ早い、の言葉  
に私も勇気を頂きました。

(岡山県・平井勝洋)

子供がそろそろ家の購入を考えて  
おり、『くらし塾 きんゆう塾』の  
記事(賃貸それとも購入?)をみせ  
ました。参考にすると思います。

(大阪府・万年青年)

消費税率10%への引上げに併せ  
て実施される軽減税率制度、電子  
マネー等のキャッシュレス決済  
利用によるポイント還元制度は、  
なかなか難解ですが、早く慣れる  
様に頑張ります。

(兵庫県・野口久巳)



「野菜と暮らす春夏秋冬―秋野  
菜」を見て、キノコには旨味が豊  
富に含まれていて、料理に深みを  
与えているなんて、いい事ばっか  
りだなとわかりました。山の王様  
を積極的に取り入れていきたい  
です。

(三重県・岸根一恵)

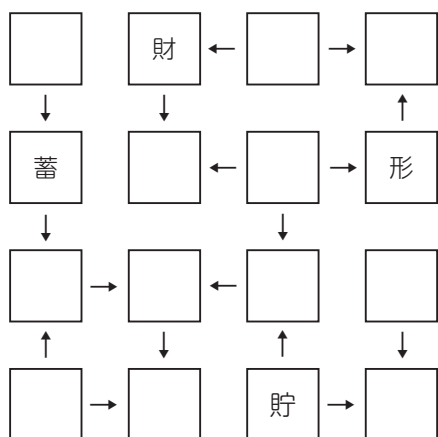
## 知るぽると 漢字矢印パズル

このパズルは、矢印の方向に読む2文字の熟語を作る問題です。

●例 融 ← 金 金融と読みます。

候補の中から熟語を完成させる漢字を選んでください。  
候補の漢字は1回しか使用できません。  
選ばれずに残った漢字を組み合わせることができる熟語を教えてください。

### ●問題



### ●候補

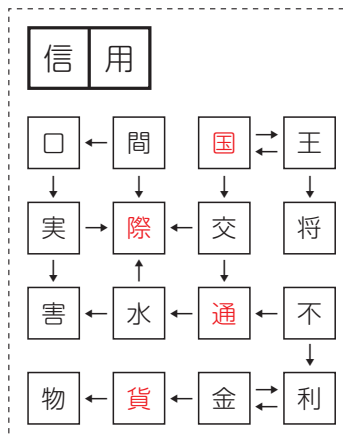
私	源	温	産	蔵	泉	見
原	立	含	積	水	熱	秘

### ●残った漢字を組み合わせ できる熟語

※答えは次号掲載



<前号の答え>



<パズル作成> クイズパズル作家 かみふじこうじ

## おたより募集中

『くらし塾 きんゆう塾』では、皆さまからのおたよりを募  
集します。パズルにお答えいただいたうえで、2020年3月  
31日までに下記まで先までお送りください。ご意見をお  
寄せいただいた方の中から、抽選(※1)で10名の方に、「日  
めくりカレンダー」をプレゼントします。さらに、おたよ  
り(※2)を本誌に掲載させていただいた方には、「知るぽ  
ると特製ボールペン(※3)&メモ帳」もプレゼントします。

(※1)当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせて  
いただきます。

(※2)掲載するおたよりについては、趣旨を変えない範囲で表  
記などを変更させていただく場合があります。

(※3)使い終わった紙幣の裁断片が入っています。

### 記入していただきたいこと

- ①本号で面白かった記事
- ②本号で「もう工夫ほしい」と思った記事
- ③今後、取り上げてほしいと思うテーマ
- ④一言ご感想
- ⑤この広報誌を知ったきっかけまたは場所
- ⑥知るぽると漢字矢印パズルの答え(左記参照)
- ⑦ご住所・お名前・年代・電話番号
- ⑧「おたよりコーナー」への掲載希望の有無  
ペンネーム(ペンネームでの掲載ご希望の場合)

※個人情報、プレゼントの発送、誌面への掲載に関しての  
ご連絡にのみ、使用させていただきます。

### 宛先

郵送：〒103-8660 東京都中央区日本橋本石町2-1-1  
日本銀行情報サービス局内  
金融広報中央委員会『くらし塾 きんゆう塾』担当宛

メール：info@saveinfo.or.jp

FAX：03-3510-1373

金融広報中央委員会『くらし塾 きんゆう塾』担当宛

# 都道府県金融広報委員会一覧

委員会名	郵便番号	住所	連絡先
北海道金融広報委員会	060-0001	札幌市中央区北 1 条西 6-1-1	011-241-5314
青森県金融広報委員会	030-8570	青森市長島 1-1-1	017-734-9209
岩手県金融広報委員会	020-0021	盛岡市中央通 1-2-3	019-624-3622
宮城県金融広報委員会	980-8570	仙台市青葉区本町 3-8-1	022-211-2523
秋田県金融広報委員会	010-0921	秋田市大町 2-3-35	018-824-7814
山形県金融広報委員会	990-8570	山形市松波 2-8-1	023-630-3237
福島県金融広報委員会	960-8614	福島市本町 6-24	024-521-6355
茨城県金融広報委員会	310-8639	水戸市南町 2-5-5	029-224-2734
栃木県金融広報委員会	320-8501	宇都宮市埴田 1-1-20	028-623-2151
群馬県金融広報委員会	371-8570	前橋市大手町 1-1-1	027-226-2273
埼玉県金融広報委員会	333-0844	川口市上青木 3-12-18 SKIP シティ A1 街区 2 F	048-261-0995
千葉県金融広報委員会	260-8667	千葉市中央区市場町 1-1	043-225-7141
東京都金融広報委員会	103-8660	中央区日本橋本石町 2-1-1	03-3277-3788
神奈川県金融広報委員会	221-0835	横浜市神奈川区鶴屋町 2-24-2	050-7506-1128
山梨県金融広報委員会	400-0032	甲府市中央 1-11-31	055-227-2419
長野県金融広報委員会	380-0936	長野市岡田 178-8	026-227-1296
新潟県金融広報委員会	951-8622	新潟市中央区寄居町 344	025-223-8414
富山県金融広報委員会	930-0046	富山市堤町通り 1-2-26	076-424-4471
石川県金融広報委員会	920-8678	金沢市香林坊 2-3-28	076-223-9519
福井県金融広報委員会	910-8532	福井市順化 1-3-3	0776-22-4495
岐阜県金融広報委員会	500-8570	岐阜市藪田南 2-1-1	058-213-9257
静岡県金融広報委員会	420-8720	静岡市葵区金座町 26-1	054-273-4112
愛知県金融広報委員会	460-8501	名古屋市中区三の丸 3-1-2	052-954-6603
三重県金融広報委員会	514-0004	津市栄町 1-954 三重県栄町庁舎 3 階	059-246-9002
滋賀県金融広報委員会	520-8577	大津市京町 4-1-1	077-528-3412
京都府金融広報委員会	604-0924	京都市中京区河原町通二条下ルー之船入町 535	075-212-5193
大阪府金融広報委員会	530-8660	大阪市北区中之島 2-1-45	06-6206-7748
兵庫県金融広報委員会	650-0034	神戸市中央区京町 81	078-334-1129
奈良県金融広報委員会	630-8122	奈良市三条本町 8 番 1 号 シルクア奈良 2 階	0742-33-5454
和歌山県金融広報委員会	640-8319	和歌山市手平 2-1-2 和歌山ビッグ愛 8 階	073-426-0298
鳥取県金融広報委員会	680-8570	鳥取市東町 1-220	0857-26-7160
島根県金融広報委員会	690-8553	松江市母衣町 55-3	0852-32-1509
岡山県金融広報委員会	700-8707	岡山市北区丸の内 1-6-1	086-227-5128
広島県金融広報委員会	730-0011	広島市中区基町 8-17	082-227-4268
山口県金融広報委員会	753-8501	山口市滝町 1-1	083-933-2608
徳島県金融広報委員会	770-8570	徳島市万代町 1-1	088-621-2258
香川県金融広報委員会	760-0023	高松市寿町 2-1-6	087-825-1104
愛媛県金融広報委員会	790-0003	松山市三番町 4-10-2	089-933-6308
高知県金融広報委員会	780-0870	高知市本町 3-3-43	088-822-0114
福岡県金融広報委員会	810-0001	福岡市中央区天神 4-2-1	092-725-5518
佐賀県金融広報委員会	840-0815	佐賀市天神三丁目 2-11 アバンセ 3 階	0952-25-7059
長崎県金融広報委員会	850-8645	長崎市炉粕町 32	095-820-6112
熊本県金融広報委員会	862-8570	熊本市中央区水前寺 6-18-1	096-383-2323
大分県金融広報委員会	870-0023	大分市長浜町 2-13-20	097-533-9116
宮崎県金融広報委員会	880-0805	宮崎市橘通東 4-3-5	0985-23-6241
鹿児島県金融広報委員会	890-8577	鹿児島市鴨池新町 10-1	099-286-2544
沖縄県金融広報委員会	900-8570	那覇市泉崎 1-2-2	098-866-2187

## くらし塾 きんゆう塾

vol.51  
2020 冬号

令和2年1月発行  
編集・発行：金融広報中央委員会  
編集協力：株式会社文化工房  
©金融広報中央委員会  
禁無断転載

### 編集後記

2019年も甚大な被害をもたらす自然災害が多く発生しました。こうした中、『くらし塾 きんゆう塾』でも、前号の「わたしはダマサレナイ!!」、今号の「そこが知りたい くらしの金融知識」で、自然災害をテーマにした記事を紹介させていただきました。やはり自然災害は発生しないに越したことはありませんが、常に備えることが何よりも大事だと改めて思いました。2020年は全国の皆さまが安心して穏やかな生活を送ることができる、そんな1年になりますように。

※本誌は全国の金融広報委員会でお配りしています。個人の方の定期購読は行っておりませんのでご了承ください。  
※なお、既刊号全号をPDFファイル形式で「知るぽると」WEBサイト上に掲載していますのでご利用ください。

<https://www.shiruporuto.jp/public/document/container/kurashijuku/>



『くらし塾 きんゆう塾』のバックナンバー  
「知るぽると」のWEBサイトで  
ご覧いただけます。

<https://www.shiruporuto.jp/>



## vol.50 2019年[秋号]

インタビュー

若宮 正子 さん

教えて! 知るぽると

消費税率10%への引上げに併せて  
実施される経済支援策とは?

そこが知りたい くらしの金融知識

賃貸それとも購入? 50代からの住まいを考える

マンガ「わたしはダメサレナイ!!」

地震、台風、豪雨、豪雪……

自然災害に便乗する悪徳商法が全国で多発



## vol.49 2019年[夏号]

インタビュー

畠山 愛理 さん

教えて! 知るぽると

「キャッシュレス」って何? 上手な利用法

そこが知りたい くらしの金融知識

相続法が大きく変わる! 知っておきたいポイント

マンガ「わたしはダメサレナイ!!」

「商品が届かない」、「偽物や破損」、「返品すり替え」

フリマサービスの消費者トラブルが急増!



## vol.48 2019年[春号]

インタビュー

内野 聖陽 さん

教えて! 知るぽると

知っておきたい

配偶者が亡くなった際の“お金”に関わる手続きとポイント

そこが知りたい くらしの金融知識

どんな点に注意すべき? シングル世帯の人生設計

マンガ「わたしはダメサレナイ!!」

法務省や裁判所から身に覚えのない訴訟告知が!

公的機関を装った「ハガキ架空請求」が急増

# 知るぽると

金融広報中央委員会  
(事務局 日本銀行情報サービス局内)

金融広報中央委員会って?

おかねについての情報を、もっとくらしに役立ててほしい。

そのために必要な情報をわかりやすく届けたい。

そんな思いで活動しているのが、「知るぽると」の金融広報中央委員会。

日本銀行の中に事務局のある、中立・公正な団体です。

「知るぽると」は金融広報中央委員会の愛称です。

くらしに役立つ身近な知恵・知識の「港: Porto」「入り口」です。

知るぽると WEBサイト

<https://www.shiruporuto.jp/>

