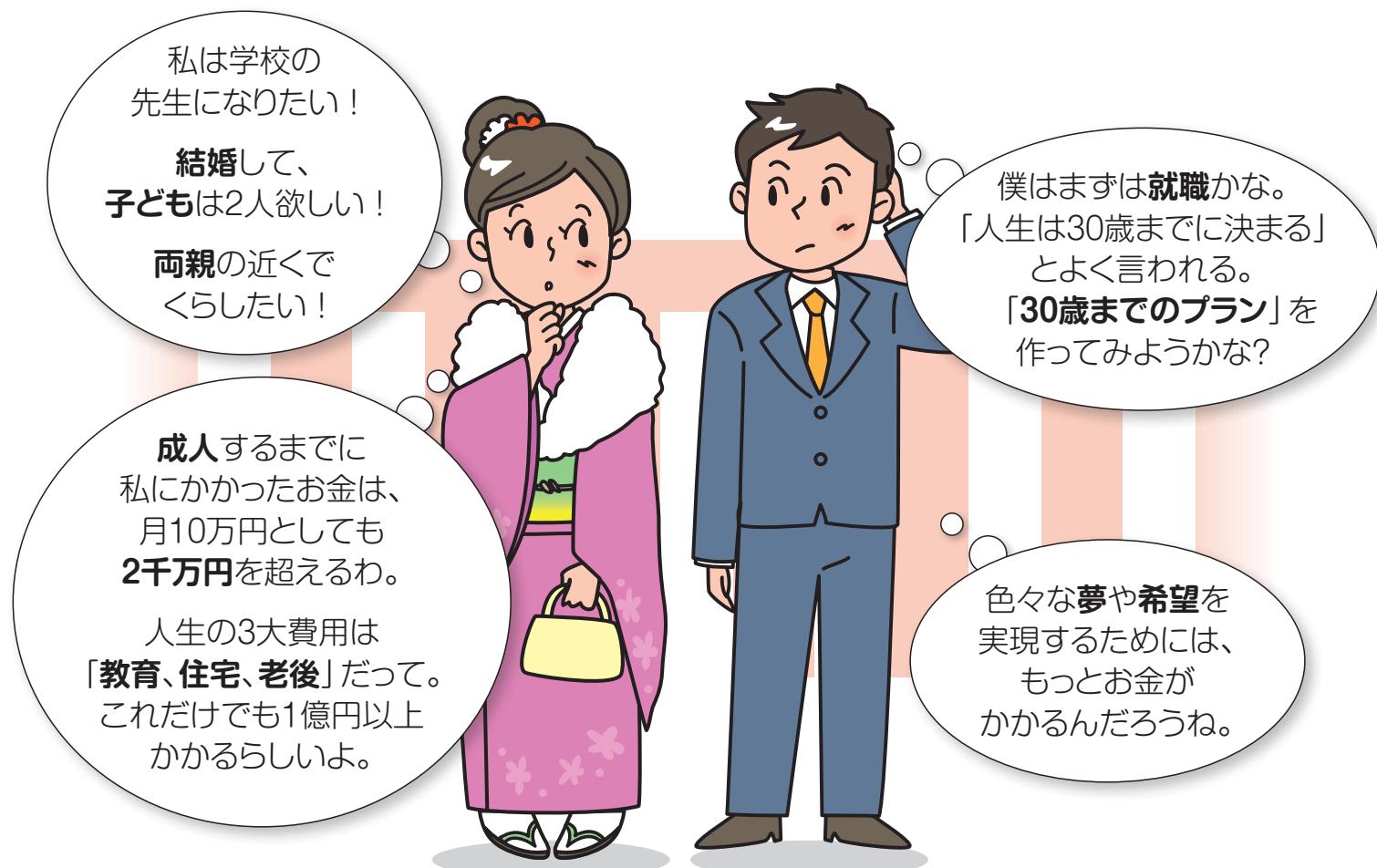


# 新成人 のための 人生とお金の知恵

出発点

人生のデザインを  
描きましょう！



# ① 「支出<収入」にしましょう！

- 自立するためには、「支出<収入」とすることが必要です。
- 「収入を得る」、「収入を増やす」ことができるよう、**働く能力**を高めましょう。



- 支出の見直しをしましょう。とくに**4つの支出**を見直しましょう。

「**金利**がかかる支出」……クレジットカードの分割払いなど  
「**固定的**な支出」………スマートフォン料金、家賃、車、保険など  
「**特別**な支出」………お金のかかる趣味、レジャーなど  
「**習慣**になった支出」……たばこ、酒、コーヒー店通いなど

- お金を貯めるためには、「**天引き貯金**」が効果的です！

給料をもらったら「天引き貯金」を始めましょう。



「最初に差し引いて  
貯金してしまう」方が、  
「毎月、余ったお金を貯金する」より  
貯まりやすいだろうね。

毎月3万円貯めたかつたら、  
銀行に頼んで、  
3万円を**毎月の手取り収入**から  
**最初に差し引いて (=天引き)**  
積立口座\*に入れてもらうの。

給料が上がったたら  
天引き額も増やしたい。



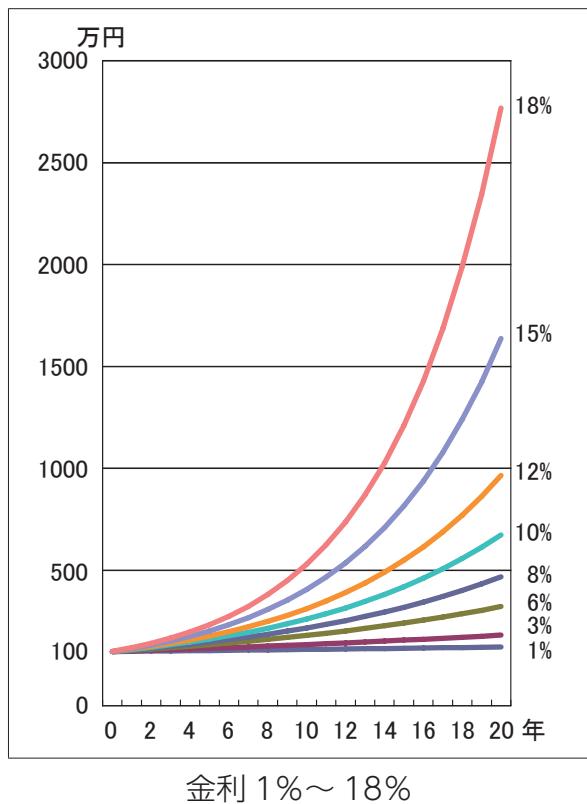
## ② 「複利の力」を知りましょう！

- お金には、**利子**（金利）がつきます。「利子にもまた利子がつく」ことを**「複利」**といいます。

- 100万円を年利3%で銀行に1年預けると→103万円になる。
- 103万円を年利3%でもう1年預けると→106万円ではなく、106万900円になる。  
(理由) 1年目の利子3万円にも2年目に3%の金利がつき、これが900円になる。

- 金利が高いほど、また期間が長いほど、「複利の力」が大きく働きます。**

### 複利の力



- お金を「**運用する**」ときだけではなく、「**借りる**」ときも複利によって金額が増えることに注意！



- お金を**運用する**とき、**借りる**とき、「複利の力」を意識しましょう。

### 「72の法則」を使いましょう！

- お金が2倍になる年数、がすぐにわかる**便利な算式**です。
- 「 $72 \div \text{金利}$ 」を計算すれば、元のお金が2倍になる年数が出てきます（概算です）。

$$72 \div \text{金利} \approx \text{お金が2倍になる年数}$$

\* ここで「金利」は複利です（1年ごとに利子にも利子がつく、と想定）

金利3%でお金を運用できたら、  
 $72 \div 3 = 24$ だから  
24年で2倍にできる。  
金利18%でお金を借りたら、  
 $72 \div 18 = 4$ だから  
4年で2倍になってしまう。



### ③ 「お金を増やしたい」とき

① 「**仕事からの収入を増やす**」のが一番です。

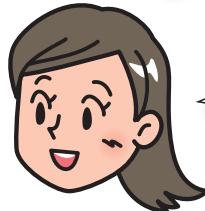
② 「**天引き貯金**」は、お金が貯まりやすい方法です(前述)。

収入が増えたら、「**天引き額**」も増やしましょう。

(例) 手取り収入が25万円 → 天引き額5万円



手取り収入が20万円 → 天引き額3万円



若者は、**働いて  
お金を稼ぐのが  
基本**でしょ。

頑張って働けば  
収入が増える。  
貯金も増える。

③ お金の運用は、**余裕資金**を作ったうえで！

- 生活費の最低3か月分(失業への備え)、できれば1年分以上を貯め、**心の余裕**を確保しましょう。そのうえで、お金の価値を「**守る**」こと(インフレが進むと預金の価値は通常低下します)、将来の夢の実現や老後に備えてお金を「**増やす**」ことも考えていきましょう。

④ 「**安全で、収益性の高い金融商品**」は、**ありません**!!

預金 「安全性」高い「収益性」低い ↔ 株式 「安全性」低い「収益性」高い

- 「**安全性**」と「**収益性**」が、ともに高い金融商品は存在しません。
- 「**安全で、収益性の高い金融商品**」は、**投資詐欺**でよく使われる誘い文句です。

「世の中に、うまい話は  
ない!」ってことね。  
だまされないようにしよう。



⑤ 「**長期・分散・積立**」**投資を低成本**で行う、という運用方法を知りましょう。

#### 「長期」

- 長期間**、運用するほど、**複利の力**が大きく働きます(左頁のグラフ)。
- 短期間で大きく増やそうとして(例:半年で5割、1年で2倍)、投機的な取引をすると、大きなリスクをとることになり、せっかく貯めたお金が大きく減ってしまう可能性も高まります。
- とくに老後資金は、長期的な視野に立ち、時間をかけて増やしていく、という姿勢が大切です。**「72の法則」**を使って、お金の長期的な増え方を計算してみましょう。  
-年平均3%で増やせれば、24年で約2倍、48年で約4倍です。  
-もし年平均6%で増やせれば、12年で約2倍、24年で約4倍、36年で約8倍、48年で約16倍です<sup>1)</sup>。

1) 金融広報中央委員会『これであなたもひとり立ち』指導書の「ワーク12 人生にかかるお金、資産形成の視点」には、参考資料として長期的な株価の動き(日本70年、米国120年)も掲載しています。

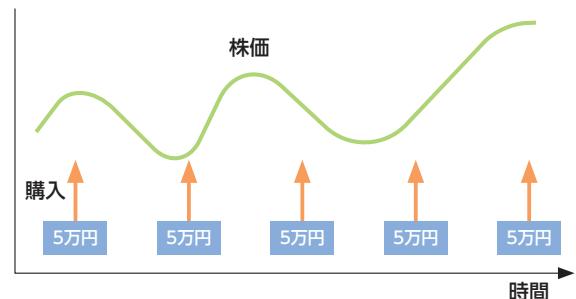
## 「分散」

- **分散**は、有効な方法です。たとえば、**預金**（安全性が高く、収益性は低い）と**株式**（安全性が低く、収益性は高い）にお金を分散し、その割合を調整すれば、「**安全性**」と「**収益性**」のバランスをとり、自分の希望や性格に合ったものにできます。
- **海外**の債券や株式に分散するのも有効です（公的年金の積立金の運用でも、そうしています）。
- **株式**で運用する部分についても、保有銘柄を増やしていく（1→5→10銘柄など）ことにより、**リスク**が低減します（価格の動きが打ち消し合うためです）。なお、老後資金形成のために**長期（30～50年）・分散**運用する場合には、個別企業の株式よりも、株価全体（株価指数）に連動する**インデックスファンド<sup>2</sup>**を利用して国際分散投資するのが一般的です。

## 「積立」（定額投資）

- **積立投資**とは、給与から毎月一定額を投資していく方法などのことです。

- 給与からの**天引き**で積み立てると効果的です。
- 定期的に定額を投資すれば、株価が高いときには少なめ、安いときには多めの数量を買うことになり、平均購入価格が下がりやすくなります。
- 積立投資をコツコツと長期間続ければ、短期的な相場変動の影響を軽減するかたちで資産形成を行えます。長期的に価格が上昇していく優良な資産を選ぶことが大切です。



## ⑥ 資産形成を支援する**国の税優遇制度**を知りましょう。

	新しいNISA（2024年～）		iDeCo（イデコ）
<b>税の優遇</b>	<b>運用益が非課税</b> になる		<b>運用益が非課税</b> になる 毎年の <b>所得税や住民税</b> が減る 受取時に支払う税金が減る
対象層	<b>18歳以上</b>		<b>20歳以上</b>
年間投資枠	<b>つみたて投資枠</b>	<b>成長投資枠</b>	<b>14.4万円～81.6万円</b> (働き方によって金額に違いがある)
	120万円	240万円	—
非課税保有限度額	<b>1,800万円<sup>3</sup>（再利用が可能<sup>4</sup>）</b> うち1,200万円		—
対象商品	<b>長期の積立・分散投資に適した投資信託</b> (金融庁の基準を満たすもの)	<b>上場株式・投資信託等</b> (一部の商品を除く)	<b>投資信託 保険 定期預金など</b>
買い方	積立（毎月など）	自由	積立（毎月、年1回、年2回など）
受け取り	<b>いつでも自由に引き出せる</b>		<b>60歳以降</b> に、受け取りを開始する

- NISA や iDeCo は、「**長期・分散・積立**」投資を**低コスト**で行うことに向くしくみです<sup>5</sup>。
- iDeCo は、老後資金の形成に向きます。60 歳までは引き出せません。
- NISA は、自由に引き出せます。老後資金のほか、子の教育資金などにも向きます。

2 インデックスファンドには、日本の株価（日経平均、東証株価指数）、米国の株価（S&P500ほか）、世界の株価に連動するものなどがあります。国際分散投資には、これらを利用するのが一般的です（NISAやiDeCoでも利用できます）。

3 つみたて投資枠だけで「1,800万円」の限度額を使い切ることもできます。成長投資枠の限度額は1,200万円です。

4 非課税保有限度額は、買付額の残高で管理されます。売却すると、買付残高が減少し、その分の枠を翌年以降に再利用できます。

5 成長投資枠も、「長期・分散・積立」投資を低コストで行うために利用することができます。

## ④ 「お金を借りる」前に

- ① **返せるかどうか、よく考えましょう。**
- ② **クレジットカードや消費者金融の金利は高いと知りましょう。**
  - ・ クレジットカード …… カードを使うことは、お金借りることです。

### ▼金利の例

1回払い…なし

分割払い(12回) …… 年15%  
リボ払い\* ……… 年15%  
キャッシング ……… 年18%

\*毎月「一定額」を支払う方式など



- ・ **消費者金融** …… 無担保・小口・短期・緊急の資金ニーズに柔軟に応じます。その分、金利は高くなっています(年18%など。下表の上限金利で貸すのが通例です)。
- (注意)若者に、**消費者金融**で強引に借金させて、**マルチ商法**や**投資・副業関係**の商品・サービス(投資ソフト、副業講座等)を買わせる手口が頻発しています。「借りればよい」と言われても、断りましょう!

- ③ **お金を返せない場合、どうなるか知りましょう(奨学金を含む)。**

・返済期限が来ているのにお金を返せない状態(延滞)が2~3ヶ月以上続くと⇒個人信用情報機関に延滞情報が登録され、クレジットカードや住宅ローンなどを利用できなくなります。延滞金利も発生します。**奨学金の返済、スマホ本体代金の分割払いの延滞でも同じです。**

- ④ **金利には上限があります。**

100万円以上	年 15%
10万円以上 100万円未満	年 18%
10万円未満	年 20%



(注意)「ヤミ金融」…「10日で1割(トイチ)」、「10日で5割(トゴ)」などの金利で貸します(年利では365%、1825%)。これは**犯罪**です。暴力的な取り立ても行われ、家族などにも被害が及びます。ヤミ金融には決して近づくべきではありません!

- ⑤ **「自己破産」についても知っておきましょう。**

・どうしても借金を返せないときは⇒思い詰めた行動(自殺、犯罪など)に走ってはいけません。裁判所に申し立てれば、**破産**が宣告され、通常は**借金がなくなります(免責)**。これを**自己破産**といい、**個人を再出発させるためのしくみ**です。

・自己破産すると、正規の業者から借りることはできなくなります。収入の範囲内に支出を抑える(「支出<収入」の原則に戻る)ことが必要となります。

# ⑤ リスクを管理しましょう！

## ① 人生のリスクを知り、管理していきましょう (2タイプのリスクがあり、対応も異なります)。

損失だけを発生させるリスク* ⇄ チャンスと一緒にリスク**	
けが 病気 死亡 事故 火災 自然災害 犯罪被害など	受験 就職 恋愛・結婚 出産 起業 住宅購入 資産運用など
損失を回避すること、予防・軽減することをまず考えましょう。 損失に備え、貯蓄をしましょう。 必要に応じ、保険に入りましょう。	自分の夢や希望をかなえるためには避けて通れません。しっかりと準備をして臨みましょう。もし失敗した場合にダメージをどうコントロールするかも予め考えておきましょう。

\*下方リスクとも呼ばれます

\*\*上方・下方の両方向があるリスク



## ② 貯蓄と保険の特徴を知り、うまく使い分けましょう。

貯蓄	↔	保険
何にでも使える 大きな損失はなかなかカバーできない		大きな損失もカバーできる(自動車事故など) 保険に入った損失にしか使えない



⇒ (例)・小さな損失には貯蓄で備え、大きな損失には保険で備える。  
・子ができたら生命保険に入り、子が成長し、貯蓄も増えてくれれば、保険を見直す。

## ③ 社会保険(政府が運営する公的な保険)について知りましょう。

社会保険には、年金保険、医療保険、労災保険、雇用保険等があり、“国民年金(皆保険)”です。

⇒民間保険に入る前に、まず社会保険でカバーされる内容を知りましょう。

社会保険、貯蓄などでカバーできない損失は? ⇒ 必要な範囲で、民間保険に入りましょう。

(例) 医療費の自己負担は原則3割。さらにひと月の自己負担に上限があります。

(例) 自動車事故の対人賠償額は、強制加入の自賠責保険だけでは通常足りません。

20歳以上の人には、国民年金の保険料を納める義務があります。ただし、学生や、20歳から50歳未満の人には、納付を猶予(先送り)してもらえる制度があります(所得が一定額以下の場合)。猶予中でも、けがや病気により障害が残れば、年金(障害基礎年金)を受けることができます。猶予してもらうためには、必ず申請する必要があります。

### もっと学びたいとき～目的に応じてご利用ください

#### 悪質商法対策に！

18歳までに学ぶ  
契約の知恵

18歳未満の方(個人)にあります  
個人が、自分ひとりでよくあることがあります。  
だまされたり、うしろめまいをうつすことがあります。

あなたなら、どうしますか?

トラブルは、あらかじめ、こなせるのがいいです。  
トラブルは、あらかじめ、こなせるのがいいです。  
トラブルは、あらかじめ、こなせるのがいいです。  
トラブルは、あらかじめ、こなせるのがいいです。

QRコード  
金融広報中央委員会  
(財團 法人財團法第17条)

ひとり立ちに必要な知識を幅広く学べる!  
「人生にかかるお金、資産形成の視点」の  
ワークと指導書(解説)はとくにおすすめ。

これで  
あなたも  
ひとり立ち  
自立のためのWORKBOOK

QRコード  
知るほど  
金融広報中央委員会  
The General Council for Financial Services Information

大学の「金融リテラシー」の  
授業の副教材。解説が詳しい!

大学生のための  
人生とお金の知恵

一度きりの人生  
一生を実現したい  
おしゃれで自分らしい  
お金が豊富

人生とお金の問題は切り離せません。  
本書は、大学の方に、「人生とお金に関する問題を紹介します。  
いま身につけておけば、人生でよく活用できます。

QRコード  
金融広報中央委員会  
The General Council for Financial Services Information



官庁や業界団体の夢のコラボ

# 専門家から学ぶ お金の基本

## 初心者でも安心

講師はお金の  
**専門家**

講座は全て  
**無料**

1つの講座  
**15 min**



マネビタではお金に関わる **6** 分野を学べます

- ① 金融と経済を学ぶ
- ② ライフプランを描く
- ③ お金を借りる
- ④ お金を増やす
- ⑤ リスクに備える
- ⑥ トラブルを避ける

NISA や iDeCo、企業型DCの  
講座を拡充して  
より充実した講座になりました



マネビタは金融教育に関わる専門家による講座です

消費者庁  
(協力: 国民生活センター)

金融庁

金融広報中央委員会

日本損害保険協会

日本FP協会

生命保険文化センター

全国銀行協会

投資信託協会

日本学生支援機構

東京証券取引所

マネビタ  
MONEY×VITAMIN

日本証券業協会

厚生労働省

マネビタおすすめポイントはこの3つ！

官庁や業界団体の  
夢のコラボ！



中立公正な視点から  
スペシャリストがわかりやすく  
解説

お金の知恵が  
無料で学べる！



お金に関する  
基本的なテーマを網羅。  
受講は全て無料

スキマ時間に  
ピッタリ！



1本あたり10分～15分程度。  
要点をぎゅっと詰め込んでいるから  
わかりやすい、学びやすい！