

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 きんゆう塾

vol.49

2019夏号

インタビュー 畠山愛理 元新体操選手・タレント

自分らしく、背伸びせず。凛とした生き方を

「キャッシュレス」って何？ 上手な利用法

わたしはダマサレナイ!! フリマサービスの消費者トラブルが急増!

相続法が大きく変わる! 知っておきたいポイント

ナミブ砂漠 (ナミビア共和国)





# 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  
「キャッシュレス」って何？  
上手な利用法

10 マンガ「わたしはダマサレナイ!!」  
「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！

13 連載・エッセイ①  
野菜と暮らす春夏秋冬ー夏野菜  
榊原道子  
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  
相続法が大きく変わる！  
知っておきたいポイント

22 知るぽるとNEWS  
金融リテラシー啓発用共通教材  
「コアコンテンツ」を「知るぽ  
ると」WEBサイトに公開しま  
した

24 特別企画  
「暮らしのデジタル化」で毎日  
をもっと便利に、快適に。  
税金・公共料金の支払いは  
6つの電子決済でスマートに！

26 誌上セミナー  
家庭で行う金銭教育「おこづかい」。  
お金と上手に付き合う力を養う  
小学生のためのおこづかいのあ  
げ方とは？

28 「知るぽると」の刊行物  
18歳が、変わる！  
アキラとマモル バンド編

29 まなびや訪問  
三重県大紀町立錦小学校

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

ナミブ砂漠（撮影：上田優紀）

ナミビア共和国の大西洋側、南アフリカ共和国北端からア  
ンゴラ共和国との国境付近まで、約5万kmにわたって広が  
る砂漠です。約8,000万年前に形成され、現存する世界最  
古の砂漠と考えられています。現在では、多くの旅行者が  
訪れる貴重な観光資源となっていて、夕日に染められたア  
ブリコット色の砂丘の姿は「世界で一番美しい砂漠」とも称  
されています。

## 6歳で新体操と出会い オリンピックをめざす



小さなころから活発で体を動かすこと  
が大好きだったという畠山愛理さん。2  
人の兄と一緒にサッカーをしたり、男の子  
に交じって遊ぶことも多かった」といいま  
す。新体操との出会いは小学1年生、6  
歳のときでした。

「母が私に、バスケットボールやバレエボ  
ール、水泳など、いろいろなスポーツの体  
験入会をさせてくれたのですが、その一つ  
に新体操がありました。それまでは兄がす  
るスポーツの後ろを付いていく感じだった  
のが、新体操のリボンに触ったとき、初め  
て自分だけのものを手にした気がしてうれ  
しかったことを覚えています。リボンがき  
れいで、踊ることが楽しくて、自分から『や  
ってみたい』と思いました。」

こうして新体操を始めた畠山さんです  
が、「体が硬くて、決して新体操に向いて

いるわけではなかった」そうです。「それ  
でも、『新体操が好き』という気持ちだけ  
は誰にも負けないと思っていました。何を  
していても新体操のことしか考えられな  
い。好きという気持ちだけで、どんどん上  
達していきました」。

ところが、中学生になって初めて大きな  
ケガを経験。思うように練習できない苦し  
い日々が続きます。「後輩たちにどんな  
追い抜かされていくような焦りを感じまし  
た。気づいたら、あんなに好きだった新体  
操の練習に行くことが苦痛に。もう、この  
ままやめてしまおうかなとも思いました」。

もし、そこでやめていたら、後のオリ  
ンピック選手・畠山愛理は生まれなかったわ  
けですが、そのとき背中を押してくれたの  
は、中学校体育連盟の全国大会を引率して  
いた保健室の先生の言葉だったそうです。

「先生は『あんなに新体操が好きだったの  
だから、嫌いになってやめるのはもったい  
ない。誰のためでもなく自分のために全国

## インタビュー

# 畠山愛理さん

元新体操選手・タレント

新体操日本代表「フェアリー ジャパン」の一員として

2012年のロンドンオリンピック、

2016年のリオデジャネイロオリンピックに出場した畠山愛理さん。

現在はスポーツキャスターとして、また抜群のスタイルでモデルとしても活躍中です。

新体操との出会いから、苦難を乗り越え勝ち取った栄光、そして新たな挑戦、

今もなお持ち続ける新体操への愛まで、存分に語っていただきました。

大会に出場して、新体操が好きだった気  
持ちを思い出してからやめたら？」とい  
ってくれました。思うように練習もできず、  
こんな状態で大会に出ても……と周りの目を  
気にしていたのですが、先生の言葉で吹っ  
切れて、とにかく自分自身が楽しもうとい  
う気持ちで大会に出場しました」。

その結果、種目別で2位、総合で8位  
を記録。それでも、まだ続けるべきか迷っ  
ていた畠山さんを励ましたのは、小学校の  
卒業文集につづった自身の言葉でした。「そ  
こには、新体操が大好きな気持ちと、『オ  
リンピックに出場する』という強い決意が  
書かれていました。自分の言葉が、忘れか  
けていた夢をもう一度思い起こさせてくれ  
たのです」。

## ロシア合宿で学んだ 新体操の美と表現



そんな矢先、中学3年生のときに新体  
操日本代表「フェアリー ジャパン」のメン



バー選抜オーディションに応募し、見事合格してナショナル選抜団体チーム入りを果たします。「全国のクラブチームから選ばれた選手がオーディションを受けに来ていたのですが、その時点で、私はほかの選手に比べて何か特別な強みを持っていたわけ

ではありませんでした。今思えば、技術よりも熱意を感じ取って選んでもらえたのかなと思います」。

選抜チーム入りをした直後からロシアでの合宿がスタート。新体操にのめり込む日々が本格的に始まりました。

『JAPAN』と書かれたジャージに初めて袖を通したときの感動は今でもよく覚えていて、張り切ってロシア合宿に向かいました。ただ、いざ現地で練習が始まると、レベルの差をまざまざと見せつけられました。ロシアは新体操王国なので、年下の選

手でもレベルが高い。でも、いきなり世界を相手にしようと思うのではなく、まずは自分自身を高めていくことが大事だと気持ち切り替えました。自分と戦って『今の自分』を超えていくこと。そして、世界を怖がるのではなく、むしろ自分のなかに

自分らしく、背伸びせず。凛とした生き方を







取り入れよう、と」。

かつて新体操のトップ選手だった山崎浩子新体操強化本部長の指導の下、合宿では1年のうち350日、練習中も練習後もチームの選手とともに過ごします。ロシ

ア人コーチによる厳しい練習のなか、大きなカルチャーショックも受けたそうです。

「日本の場合、国民性もあると思いますが、ミスなく、正確な演技を重視する傾向にあると思います。もちろんそれも大事です

が、ロシアでは『技術に勝るくらい見ている人に感動を与える、何か心を動かす演技をしなさい、ミスのない演技が成功ではなく、会場を自分色に染められてやっと成功』と教えられました。そこが、スピードや距離を競うほかの競技とは違う新体操の魅力でもあると、あらためて気づかされました。

さらに、「恋愛も美しい演技につながるから、どんな方がいい」というコーチの言葉も中学生の畠山さんを驚かせました。

「日本ではアスリートに恋愛は邪魔という雰囲気があるなか、ロシアでは『恋愛をすることで女性らしさや美が磨かれる』という考え方をするので。新体操の選手は演技を通して物語を演じたりします。例えば、好きな男性を振り向かせる演技をする場合、恋愛をしたことのない女の子には、その気持ちがすんなり理解できません。表現の幅を広げる意味でも、恋愛は必要なのだと思います。恋愛に限らず、オフの日は部屋で過ごすのではなく、『外に行つて太陽から力をもらいなさい。花を見なさい。美しいものを見なさい。感受性が豊かになって演技にも生きるから』とコーチにはよくいわれていました」。

## ロンドン、リオデジャネイロでついに夢の舞台へ



そして、17歳で出場した2012年のロンドンオリンピックでは、日本の新体操と

しては12年ぶりの決勝進出を果たし、団体7位を記録。低迷期ともいわれていた新体操を盛り返すフェアリー（妖精）たちの活躍に日本中が沸きました。

「ロンドンでは、チーム最年少でのオリンピック出場だったこともあって、周りが見えなくなるほど緊張しました。でも、山崎浩子先生に『こんなに緊張することは人生のなかでもめったにないこと。だからこそ緊張を楽しみなさい』といわれて、緊張するのも悪いことじゃないとプラスに考えられるようになりました」。

さらに2016年のリオデジャネイロオリンピックでは2大会連続出場を果たし、団体8位を記録。日本の新体操復活を決定づけました。しかし、畠山さんにとってリオ大会は、大会終了後の引退をあらかじめ決めての出場でした。「もともとケガの問題もありましたし、モチベーションの問題もあつて引退を決めていました。リオが終わってまた4年間、毎日厳しい練習をし続けられるのか、ロンドンやリオと同じ気持ちで挑めるのかと自分の心に聞いたときに、『選手としてはリオまでかな』と。誰にも相談せず、自分で答えを出しました」。

リオ大会では、ロンドン大会と比べて周りが見える余裕が生まれた一方で、現役最後の大会ということから別の緊張感もあったといいます。「徹底的に練習を積んで悔いのない演技をしたかったですし、その姿を後輩たちにも見せたいと思いました。そ



して、最高の演技で、今まで応援してくれた方たちへの感謝を伝えたい。そう思って臨みました」。

## 引退後の新たな挑戦 変わらない新体操への愛

現役引退後、畠山さんはスポーツキャスターをはじめ、ファッションモデルやバラエティ番組への出演など、多彩な活動に取り組んでいます。

「漠然とスポーツを軸にした仕事ができばとは思っていましたが、今はこれと決めずに、いろいろなことに挑戦して自分の可能性を広げたいと思っています。ファッションモデルの仕事も、とても楽しいです。新体操は全身を使って物語を演じますが、モデルの仕事も自分なりにテーマを設定し演じるという意味では似ています。体で表現をしながら一つの世界をつくるのが好きなのだと思います。踊ることも大好きなので、ミュージカルのような舞台にも興味があります。そういうお話があれば、ですけど（笑）」。

畠山さんには、現役時代からモットーにしている言葉があります。それは、「自分らしく、背伸びせず」。アスリートというと、自らの可能性を引き出すために、むしろ背伸びをしながら極限まで自分を高めていくイメージがあります。それとは逆の考え方のようにも思えますが…。

「練習では極限まで自分を高めるべきだと思いますが、試合で欲が出過ぎてしまうと、うまくいかないことが多いものです。結局、練習をした以上のものは試合では出せません。徹底的に準備をしたからこそ、本番では自分らしく、そのときの自分を見てもらう気持ちで臨んだ方がよい結果につながる。その考え方は、今の仕事にも生きていると思います」。

現在、スポーツキャスターとして、さまざまなアスリートを取材し、発信する機会も多くありますが、2度のオリンピックを経験したからこそ、その言葉にも説得力が生まれるのではないのでしょうか。

「そう思ってもらえたらうれしいですし、そこが自分の強みだとも思っています。ただ話を聞くだけではなく、その選手に共感できるからこそ引き出せるものもある。例えば、ケガをした選手に対して、『ほかの選手が練習しているのを見ると、早く自分も出たくてウズウズしますよね』というように、その人の気持ちに寄り添って話ができるのは元選手ならではのかもしれません。そうしたアスリート同士の共感を視聴者の方にどう分かりやすく的確に伝えるのが今の課題です。自分の思いと言葉がピタッと一致するのが理想ですが、なかなか難しいですね（笑）」。

さて、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの開催がいよいよ迫ってきて

ました。オリンピック関連のイベントなどにも多数参加されている畠山さんですが、出場するフェアリージャパンの後輩に対して、このような思いでいるといいます。

「みんな必死に頑張っていると思います。『みんな必死に頑張っている』という思いでいるので、『頑張る』というより、とにかく『楽しんでほしい』という気持ちが強いんですね。自国での開催ということで、そこに懸ける思いは全員強いはずですが、だからこそ楽しんでほしいと思います。観客席からも日本人の声援が圧倒的に多いと思うので、むしろ緊張してしまうかもしれませんが、その声を味方にして存分に楽しんでもらいたい」。

現役を引退すると、選手たちがとてもキラキラして見えます。選手たちが泣いている姿すら『ああ、いいなあ』と、うらやましくなることがあります。私も新体操に対して全力で向き合っていたからこそ、悔しいときは一晩中泣いたこともありましたが、うれしいときは心底喜ぶことができました。頑張っている後輩たちには、今しかない気持ちを大切にしてほしいですね。これから5年後、10年後の畠山さんは、一人の女性としてどんな成長を遂げていくのか、興味は尽きません。

「いくつになっても、凛とした女性でいたいなと思います。常に何かに夢中になって、頑張っている人は、自信に満ちあふれています。私もそういう女性でありたいですね」。

これから先、結婚や子育てを経験するかもしれないですが、いつか教える立場としてまた新体操に戻りたいという気持ちもあります。まず、新体操を好きだと感じてもらわないと、なかなか続かない。私もそうでしたが、好きだと思えると、頑張っている感じがしないものです。ですから、選手を育てることにはこだわらず、私が小学生のときに感じていた新体操の楽しさを子どもたちに伝えられる環境がくれたらいいなと思っています。

やってみたいと思い、気づいたらリボンやボールなどを触っていて、いつの間にかそれが練習になっている。好きだから、楽しいからこそ、続けられる。そういう感覚を子どもたちにも伝えられたらいいなと思っています」。



畠山愛理 はたけやま・あいり

1994年生まれ、東京都出身。6歳で新体操を始め、2009年、15歳でフェアリー ジャパンオーデションに合格して新体操日本ナショナル選抜団体チームに入団。2012年、ロンドンオリンピック代表に選出。2013年から2014年までフェアリー ジャパンの主将を務める。2015年、ミス日本コンテスト特別賞「和田静郎特別顕彰ミス日本」を受賞。同年、世界新体操選手権団体リボンで日本人として40年ぶりの銅メダルを獲得。2016年、リオデジャネイロオリンピック代表に選出。出場後、引退を表明する。現在、スポーツキャスターやモデル、タレントとして活躍。2017年、ベストドレッサー賞(スポーツ部門)を受賞。

オリンピックに出場する後輩には「頑張って」より「楽しんで」といいたい



# 「キャッシュレス」って何？ 上手な利用法

今回の質問

キャッシュレス決済サービスを使って  
みようと思うのですが、どのようなサ  
ービスがあるのでしょうか？

最近、「キャッシュレス社会」という言葉を耳にすることが多くなってきました。実際、新たなキャッシュレス決済サービスが続々と登場しています。「〇〇payを利用すれば、決済額の▲▲%還元」といった大規模なキャンペーンを目にする機会が増え、「自分も利用した方がよいのかも」、「でも、よく分からないし…」などと、気になっている人も多いでしょう。本号では、そんな「キャッシュレス決済」の基本を解説するとともに、安全かつ上手な利用法をご紹介します。

監修／山本正行（明治学院大学法学部講師）

※ 本記事は、特定のキャッシュレス決済サービスの利用を推奨するものではありません。また、各サービスの内容については、サービスの提供会社に照会していただくをお願いします。

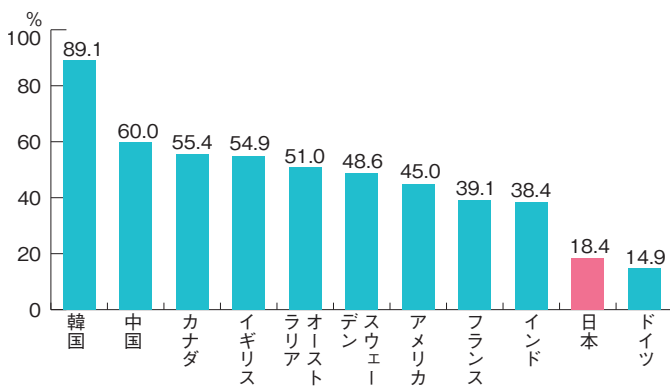
「キャッシュレス決済」とは、クレジットカードをはじめとするカード決済、インターネットショッピングなどのオンライン決済、スマートフォンで行うモバイル決済など、広い意味で「現金でのやりとりを行わない決済手段」のことを指

しています。

日本でもクレジットカードや交通系電子マネーなど、キャッシュレス決済は相応に浸透しているように見えますが、世界各国のキャッシュレス決済比率を見ると、韓国は89・1%、中国は60・0%となるなか、日本は18・4%にとどまっています【図表1】。

韓国では、クレジットカードについ

【図表1】各国のキャッシュレス決済比率の状況（2015年）



（出所）経済産業省「キャッシュレス・ビジョン」平成30年4月

いよいよ日本でも  
「キャッシュレス社会」到来？

一方で、日本では、治安のよさに加え、偽造通貨がほとんど出回らないともいわれており、現金の信用度が高いことから、利用者側のキャッシュレス決済のニーズは相対的に低いといわれています。加えて、①年間利用額の20%の所得控除、②利用により高額宝くじの参加権付与、③一定の年商以上の店舗における取扱義務化などの施策が実施され、キャッシュレス化が一気に進んだといわれています。また、中国でも、少額な買い物から高額な買い物まで、キャッシュレス決済が進んできているようです。

一方、日本では、治安のよさに加え、偽造通貨がほとんど出回らないともいわれており、現金の信用度が高いことから、利用者側のキャッシュレス決済のニーズは相対的に低いといわれています。加えて、①年間利用額の20%の所得控除、②利用により高額宝くじの参加権付与、③一定の年商以上の店舗における取扱義務化などの施策が実施され、キャッシュレス化が一気に進んだといわれています。また、中国でも、少額な買い物から高額な買い物まで、キャッシュレス決済が進んできているようです。

て、「キャッシュレス決済」を受け入れる事業者側の負担（専用リーダーの設置）やキャッシュレス決済サービスの提供会社への手数料支払いなどのコスト構造の問題もあり、いまだに支払い手段の主流は現金となっています。

しかし、世界的なキャッシュレス化の流れを踏まえ、政府は「2025年までにキャッシュレス決済比率を40%にする」という目標を掲げています。また、2019年10月の消費増税後には、中小・小規模事業者がキャッシュレスで支払いを行った消費者に9カ月限定で、2~5%のポイント還元を行うことを決めています。

「今の生活に不便を感じていないのに、どうしてキャッシュレス決済が必要なの？」と感じる人もいるでしょう。利用者にとっては、現金を持ち歩くことによる「スリ」、「ひったくり」といったリスクが減り、財布から小銭を取り出す煩雑さや長時間の会計待ちから解放されるのは大きなメリットです。事業者側から見ても、現金の受け渡しやレジ締め作業、現金の管理負担が減少するのは大きなメリットであるほか、利用者の購買情報を用いてマーケティングを高度化することも可能になります。

また、国全体としても、現金の管理は、輸送面など見えないところでコストが相応にかかっているともいわれていますが、それも軽減されます。昨今の訪日



【図表2】 代表的なキャッシュレス決済の種類（5月20日時点で各社より確認できた情報）

決済形態	決済サービスの例	支払い形態（精算方法）		
		前払い (プリペイド)	即時払い (デビット)	後払い (クレジット)
カード決済 (磁気・ICチップ型)	Visa Mastercard JCB	  	○	○
タッチ決済	交通系	 	○	—
	流通系	  	○	—
	ポストペイ	 	○	○
	プラットフォーム系	 	○	○
QR・ バーコード決済	Origami Pay		—	○
	d払い		○	○
	LINE Pay		○	○
	楽天ペイ		—	○
	PayPay		○	○
	メルペイ		○	○

※限度額等の利用条件は、各サービスで異なる。

(出所) 監修者作成

外国人旅行者の増加や、東京オリンピック・パラリンピックに向けて、キャッシュレス化による利便性の向上が急務となっているようです。

こういったことから日本人の生活にも、いよいよ「キャッシュレス社会」が到来しようとしているのは事実のようです。

**決済形態と支払い形態の組み合わせで各サービスの違いを把握**

キャッシュレス決済と一言でいっても、実はさまざまな種類があります。ここで、改めてキャッシュレスの決済手段にはどういったものがあるのか、詳しく見てみましょう【図表2】。

キャッシュレスの決済手段は、店舗における決済形態とお金の支払い形態（精算方法）で分類することができます。まず、決済形態としては、①クレジットカードの代名詞となっている「カード決済

（磁気・ICチップ型）」、②電子マネーなどの「タッチ決済」、③新しく登場した「QR・バーコード決済」の3種類があります。また、支払い形態として、①現金や金融機関の預貯金口座などから

## 無人店舗でキャッシュレスを新体験

いずれ財布を持たずに、しかも店員もいない店舗で買い物をする日がやってきます。そんな未来のイメージを実験的に実践している無人コンビニエンスストアで、買い物を体験してみました。





チャージする「前払い（プリペイド）」、  
②金融機関の預貯金口座からの「即時払い（デビット）」、③同「後払い（クレジット）」の3種類があります。

なんらかのキャッシュレス決済サービスを利用したことのある人であればお気づきかもしれませんが、実は、決済形態と支払い形態の組み合わせは一通りではないのです。

「カード決済（磁気・ICチップ型）」というと、「後払い」のクレジットカードのイメージがありますが、なかには、「前払い」のプリペイドカードも「即時払い」のデビットカードもあります。「タッチ決済」でも、交通系（Suica、PASMOなど）や流通系（WAON、nanaco、楽天Edyなど）は「前払い」ですが、最近では、「前払い」「即時払い」「後払い」のいずれの支払い形態にも対応するポストペイ（QUICPay、iDなど）やプラットフォーム系（Apple Pay、Google Payなど）も登場しています。これが、「QR・バーコード決済」となると、各サービスによって、「前払い」「即時払い」「後払い」の選択肢が変わってきます。この前提をまず理解することが、自分に合ったキャッシュレス決済選びには欠かせません。

## スマートフォン決済普及の立役者は「タッチ決済」

自分はスマートフォンで決済をしてい

るけれど、「QR・バーコード決済」ではないな、と疑問に思われている人もいるかもしれません。実は、日本では、スマートフォンを活用した決済として、先に「NFC」という近距離無線通信技術を活用した「タッチ決済」が普及しました。カードをかざすと「ピコン」などと言音のする「おサイフケータイ」とよばれているものです。交通系や流通系をこうした形態で使われている人もいるでしょう。「タッチ決済」は、ICカードやスマートフォンを店舗に設置されている専用リーダーにかざすだけで、手軽に支払いが完了します。使いやすさが魅力の「タッチ決済」ですが、おサイフケータイに対応していないスマートフォンでは決済できない、専用リーダーを導入した店舗でしか使えないという制約があります。

## 「QR・バーコード決済」には消費者提示型と店舗提示型がある

その点、「QR・バーコード決済」は、利用者がダウンロードしたアプリに、クレジットカード情報や銀行口座情報を紐づけておくことで決済する仕組みです。スマートフォンのアプリを立ち上げるというひと手間は必要ですが、店舗側に専用リーダーは必要ありません。こうした手軽さから、今後は「QR・バーコード決済」の普及が進むのではないかと予測されています。

なお「QR・バーコード決済」には、「消

費者提示型」と「店舗提示型」の2種類の方法があります【図表3】。「消費者提示型」は、利用者がアプリを立ち上げて、生成されたQRコード、バーコードを提示します。店舗側がそれをPOS端末（QRコードリーダー、バーコードリーダー）で読み取り、決済を行う仕組みです。利用者は、QRコードやバーコード画面さえ用意すれば、自ら金額を入力する必要がないので、手軽です。この「消費者提

【図表3】QR・バーコード決済の分類

消費者提示型 (消費者がQRコード・バーコードを提示)	店舗提示型 (店舗がQRコードを提示)
一度限り有効なコードを生成するタイプ。QRコード型とバーコード型が存在。	店舗のタブレットなどに提示されたQRコードを利用者が読み込むタイプ。
	

(出所) 経済産業省「キャッシュレス社会の取組み」を基に監修者作成

示型」は、主にコンビニエンスストアなどのようにPOS端末にQRコードリーダーやバーコードリーダーが備わっている店舗で用いられます。

「店舗提示型」も、利用者がアプリを立ち上げるまでは共通ですが、店舗のタブレットなどにQRコードが提示され、それを利用者がカメラで読み込みます。表示された設定画面で利用者が支払金額を入力し、店員が入力金額に間違いがないか確認した後、利用者が支払いボタンを押すことで、支払いが完了します。この「店舗提示型」はシステム導入費用の負担が軽く、街の小さな飲食店や美容院などでも導入する店舗が増えています。

## 安全かつ上手に利用するために気にかけておきたいこと

最近では、「QR・バーコード決済」を中心にさまざまな会社がキャッシュレス決済サービスを開始しており、既存の「カード決済（磁気・ICチップ型）」、「タッチ決済」の提供会社も巻き込んだ利用者還元キャンペーンが展開されています。

こうした積極的なキャンペーンの影響で、キャッシュレス決済サービスの利用者が増加している一方、セキュリティのリスクが気になる人も多いようです。

実際、一部のサービスで、悪意ある第三者が不正入手した他人のクレジッ



トカード番号などをスマートフォンに登録し、「QR・バーコード決済」を利用して、商品を不正購入するという事件がありました。その後、当該サービスでは、保有者本人のみが知るパスワード入力が必要といった仕組み「3Dセキュア（本人認証サービス）」導入などの対応策が取られました。「QR・バーコード決済」のアプリにクレジットカードを登録する際は、この「3Dセキュア」を利用すると安心度が増します。利用にあたっては、事前登録により、ID・パスワードの発行を受ける必要がありますので、登録方法をカード会社にお問い合わせるとよいでしょう。

それでもやはりデータの流出などが気になる人は、個人情報利用履歴と結びつかない無記名の「タッチ決済」を利用するという選択肢もあります。

ほかにも利用者自身が気を付けなければならぬことはあります。まず、スマートフォンでの生体認証や暗証番号の設定、紛失時には遠隔ロックする機能の設定など、セキュリティ機能を有効にしてより安全な状態にしておく必要があります。不正利用の被害から身を守るため、クレジットカードの利用履歴のWEBサービスを頻繁にチェックするなどの管理も徹底しましょう。使っていないクレジットカードは処分し、必要最低限の枚数を保有するといったことも自己防衛になります。

「キャッシュレス決済」については、「便利そうだけれど、何にどれだけお金を使ったか、お金の流れが把握しにくいのでは」、「現金と違って支払う感覚が薄いため、金銭感覚が麻痺してしまうのでは」といった不安を持つ人もいます。しかし、「キャッシュレス決済」では、現金とは異なり、「いつ」、「どこで」、「いくら」利用したかという履歴が残るため、収支状況を管理しやすいというメリットもあります。合わせて、オンライン家計簿アプリなどを利用するのも一案です（下記コラム参照）。

それでも、やはり使い過ぎが不安という人は、使用した分が即時に口座から引き落とされる「即時払い」の利用や、「前払い」でも、オートチャージは控え、都度、現金をチャージし、その範囲内で「キャッシュレス決済」を利用するといった工夫も考えられます。

キャッシュレス化の波は確実に広がってきていますが、キャンペーンに踊らされて「よく分からないけれど使ってみよう」と安易に利用することはおすすしません。各キャッシュレス決済サービスの決済形態や支払い形態を理解したうえで、自分に合ったサービスを選択し、収入や預金残高に見合った範囲で、節度ある利用を心がけるようにしましょう。

## 家計簿アプリで

**現金も電子マネーも  
まとめて管理。  
使い過ぎ防止にも！**

最近、お金の流れをまとめて可視化してくれる便利なアプリが増えています。あるオンライン家計簿アプリの例をご紹介します（当該アプリの提供会社からは画像掲載の許諾を得ています）。

### お金を「見える化」できる

銀行やクレジットカードの口座情報をアプリに登録すると、利用履歴をアプリが自動で取得。口座残高や引落とし金額が、チェックできるようになります。連携しているのは、金融機関、クレジットカード、電子マネー、プリペイド、通販サイト、ねんきんネット、マイレージのポイントなど多岐にわたっています。

現金の利用履歴は手入力やレシートの撮影で、品目や金額、日時などのデータを読み取ることができます。複数口座の利用履歴が一覧表示で確認できるため、いつ、何にいくら使ったかが一目瞭然です。



### 通知機能で使い過ぎを防ぐ

家計簿画面では、「食費」、「日用品」、「光熱費」など費目ごとにデータが自動的に分類され、1カ月の支出に占める割合をグラフで表示。分かりやすいビジュアルで、使い過ぎや節約ポイントの判断に役立ちます。

また、利用金額が大きい、高額な支払いが発生したときには、メールやアプリ上で通知が来るので、使い過ぎ防止はもちろん、不正利用の早期発見にも効果的です。

このアプリの場合、基本機能は無料ですが、有料プランにアップグレードすることで「家計診断」や家計の節約ポイントを解説する「家計資金レポート」などのサービスも利用できます。



さらに口座名をタッチすると、月ごとの収支履歴が表示され、過去の1年間の数字の推移をグラフで比較することもできます。



キャッシュレスの家計管理が心配な人は、こういったアプリを試してみるのも一案です。その際、個人情報などのように使われているのかを確認し、納得してからサービスを利用することが大切です。なお、本コラムについても特定のアプリの利用を推奨するものではありません。



わたしは

# ダメサレナイ!!

第45話

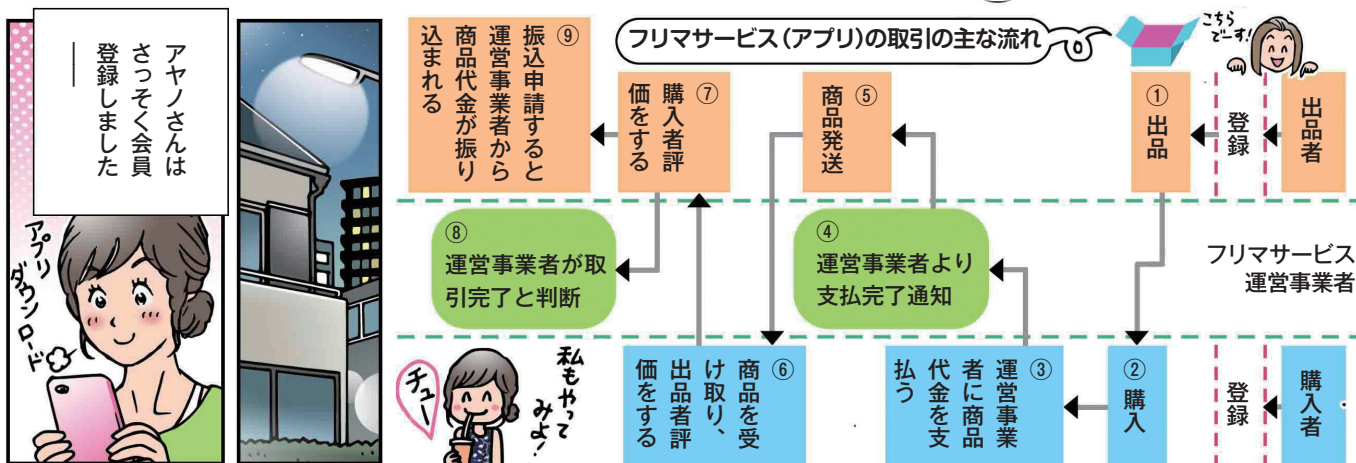


ATTENTION

**「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!**

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



フリマサービスを利用するには、まず会員登録が必要です。そして運営事業者の仕組みに合わせて、出品したいなら商品登録を、購入したいなら購入手続きを行います。購入者は商品が届いた後、出品者評価をし、出品者も購入者評価をしたら取引完了。代金が出品者に支払われます。こうしたやりとりは運営事業者のシステム内で行われ、簡単な操作で誰もが参加できる仕組みが、急成長した要因の一つと思われます。

ここで理解しておきたいことは、フリマサービスは、通販のように消費者と事業者間の取引ではないため、運営事業者の基本スタンスは「利用者への取引の場の提供」であり、「トラブルは利用者同士で解決」が前提となる、ということです。さらに、消費者を保護する法律(消費者契約法など)が適用されないケースも多く、悪質なトラブルが生じても、利用者の自己責任になっ



**POINT! 2**  
誰でも簡単に行える仕組みには  
自己責任というリスクも

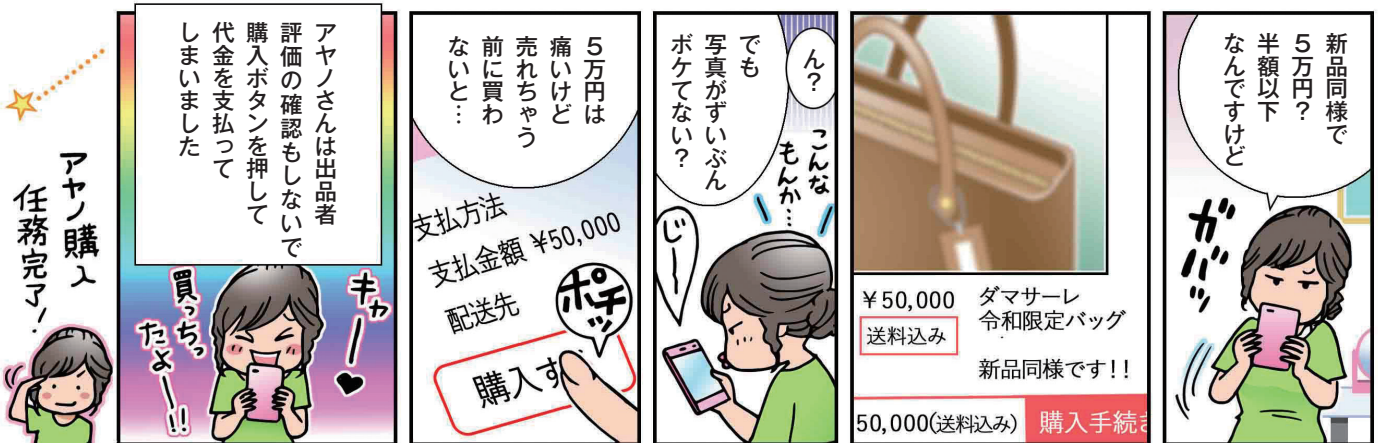
相談の多くは、利用者のマナー違反やルール違反による商品取引トラブルです。しかし最近では、フリマサービスの仕組みを巧妙に利用した、悪質な詐欺的手口も目立ってきています。

インターネットを通じて、個人間で商品やサービスを取引できるフリマアプリやフリマサイトなどの「フリーマーケットサービス」(以下、フリマサービス)。フリマアプリの市場規模は2012年の登場からわずか5年間で、5000億円弱にまで成長するなど急拡大しています。国民生活センターの調べによると、市場拡大に伴い、全国の消費者センターに寄せられたフリマサービスに関する2017年度の相談件数は、3000件を超えています。



**POINT! 1**  
急拡大するフリマサービス  
トラブル相談には悪質な詐欺的手口も





てしまつこともあり得るのです。



**3 購入者にも、出品者にも 悪質な消費者トラブルの可能性が**

フリマサービスの悪質な消費者トラブルは、その仕組みを悪用した手口が多く、購入者と出品者のどちらにも起こり得ます。

**(1) 購入者が被る悪質な消費者トラブル**

出品者から、「商品が届く前に出品者評価をしないと取引をやめる」と強要されたり、「値引きするから個人口座へ入金して」と直接取引を誘導されるなど、運営事業者の利用規約に違反する行為をそのかされることもあります。それに応じてしまつと、「届いた商品が偽物だつたり破損している」、「商品が届かない」という事例が報告されています。利用規約に違反しているため、運営事業者はトラブルに対応してくれず、泣き寝入りになってしまう場合も。

**(2) 出品者が被る悪質な消費者トラブル**

送つた商品について購入者からクレームを付けられ、返品に応じると、偽物にすり替えられていた事例も報告されています。また、購入者から「商品が届かないから取引のキャンセルを」としつこく求められ、配送事業者が配送済みであることを確認しつつも、根負けしてキャンセルしてしまい、購入者には代金が返金される一方、出品者には商品が戻らないという事例も見られます。

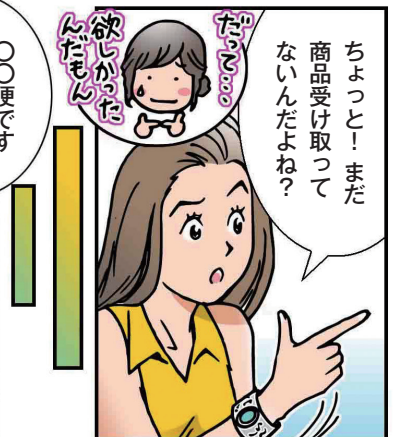
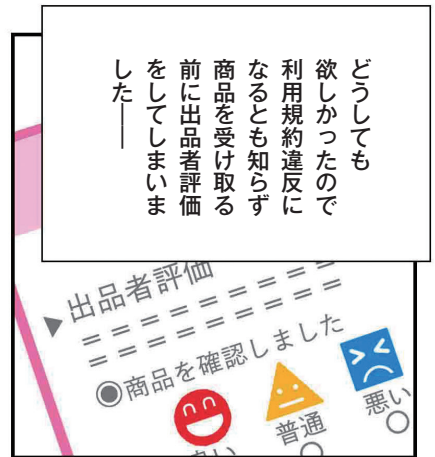


**4 利用は規約厳守! トラブルは深刻になる前に相談を**

前述のように、フリマサービスは、トラブル解決が難しいのが現状です。利用者同士の取引であることを強く意識し、必要に応じてリスク予防策も講じながら、賢く利用することが求められています。

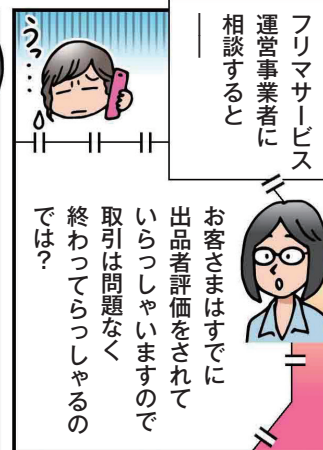
最も重要なことは、利用規約をよく確認し、禁止行





## 購入者評価

途中、お取引が不安でした。すみませんが、普通評価としました。



**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**

- 消費者庁  
「消費者が「売手」となる取引に関するトラスル」  
[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_research/white\\_paper/2018/white\\_paper\\_113.html](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_research/white_paper/2018/white_paper_113.html)
- 国民生活センター  
「相談急増! フリマサービスでのトラスルにご注意-個人同士の取引であることを十分理解しましょう-」  
[http://www.kokusen.go.jp/pdf/n-20180222\\_1.pdf](http://www.kokusen.go.jp/pdf/n-20180222_1.pdf)

為は絶対に行わないこと。規約違反によるトラブルは、運営事業者の対応範囲外となる場合がほとんどです。規約は変更されることもあるので、定期的に確認をしましょう。

取引相手を見極めることも大切です。商品説明が詳しく書かれているか、写真は鮮明かなどを確認すると共に、過去の取引履歴や評価、質問への対応などをしっかりと読み、信用できるかどうかを判断してください。出品情報に「ノークレーム・ノーリターン」(苦情、返品不可という意味)と書くことは規約違反とする運営事業者が多く、この記述がある場合は取引を避けるべきでしょう。これ以外にも、利用していて気になることがあれば、取引を控えるなど慎重になることも必要です。

また、出品者が購入者に「商品が届いていない」とクレームを付けられるトラブルを防ぐためには、自分に落ち度がないことを証明できるように、配達記録が確実に残る配送方法を選びましょう。

万が一、トラブルに巻き込まれたと気づいたら、取引相手の言動に惑わされず、事態が深刻になる前に運営事業者へ連絡を。それでも解決が難しいときは、消費者ホットラインに相談しましょう。



## 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

## 夏野菜

元気野菜の代表格  
ゴーヤー

蒸し暑く疲れやすい日本の夏。栄養の宝庫「ゴーヤー」は、独特の苦みが特徴的ですが、夏を乗り切る栄養がたっぷり含まれており、健康維持の強い味方です。

## 毎日の食事を楽しむことが健康への第一歩

健康と食事の関係を表す際、よく「医食同源」という言葉が用いられます。これは、日ごろからバランスの取れた食事をすることで病気を予防し健康を維持する、という考え方です。体は毎日の食事によって支えられていますから、その重要性を端的に説いた格言だと思っています。人生100年時代といわれる今、長く元気で充実した生活を送るためにもますます食事の重要度は高まっています。でも、毎日の生活のなかで、常にバランスの取れた食事や健康維持を意識して過ごすことはなかなか至難の業。そこで、「楽しみながら」ということが一つの重要な要素となります。

食事の楽しみ方は、まず、食材を知ることから始まります。食材には、それぞれ



れ旬があり、また、地域や気候風土に合ったバラエティーに富んだ食べ方や調理法もあります。食事は、健康を維持する大切な役割はもちろんのこと、コミュニケーションの場でもありますから、旬の食材の豊富な栄養や特徴を生かした食卓を、家族や友人と共に囲むことは、心の健康を支えてくれる豊かな時間になるでしょう。そうした旬の食材の魅力を生かした調理法を知ったうえで日々の食事に取り入れ楽しむこと、それが健康への第一歩となるのではないのでしょうか。

今回から始まるこのエッセイでは、4回にわたり、季節の野菜にまつわるエピソードや調理法などをお伝えしていきます。旬の野菜は、原産地に近い気候や環境で育つことから、本来の生命力と栄養素も最大限期待できます。さらに、旬であるからこそ比較的安価に購入でき、とても合理的といえます。

これからの長い健康人生に日々お役立っていたために、季節の野菜料理と共に、食卓がさらに楽しくなる野菜の世界をご紹介します。

幼き日の  
ゴーヤーの思い出

今回ご紹介する季節の野菜はゴーヤーです。ゴーヤーの炒め物やあえ物など、その苦味は冷えたビールともよく合い、今や夏の食卓によく登場する食材となっています。ですが、私が幼少期を過ごし



た西九州では、食材としてはあまり一般的ではなく、庭の隅や学校の裏庭などに日除けとして植わっている身近な植物でした。どちらかというと、緑陰から涼風をもたらししてくれる、ヘチマやアサガオと並ぶ夏の風物詩だったように思います。

もともと、幼いころの私にとって、ゴーヤーは摩訶不思議で、口が裂けた恐ろしい怪物のように目に映ったものです。というのも、熟すにつれて緑色から黄色に変色し、完熟すると爆発したように四方八方に裂けてしまい、その中からは真っ赤な種が露出するからです。スーパースーパーに並んでいるゴーヤーの見た目とは似ても似つかない姿に、おそらく初めて見る方は同様に驚かれるのではないのでしょうか。実はその真っ赤な種（正確には種の周り）は甘いのです。緑色の実をあえて



完熟してはじけたゴーヤー



ゴーヤーの陰干し

収穫せずそのままにしておくと、自然と実が緑から黄色になり熟成します。実が黄色になると、その中の種も成熟している証拠ですから、そのときが種取り時期です。ただし、その甘い実と種をおいしく知って狙っているのがグルメな野鳥たち。野鳥たちが食べに来る前にと急ぎ、来年度の種を採取したものです。

また、私の家庭では、ゴーヤーは食材というよりも夏バテ予防など「お台所のお薬」という扱われ方をしていました。祖母は、庭に実っている青い実を採っては、種ごと薄い輪切りにし、一つひとつザルに並べて日陰に干していました。その干したゴーヤーは、同様に乾燥させた青柚子と共に保存しお茶として用いていたのです。程よく乾燥したゴーヤーを香ばしく土鍋でから煎りをして煮出すと、

番茶のような色と味わいになります。ほろ苦さはあるものの、少々甘みが出てきて子どもでもお茶として飲めるようになります。たっぷりと汗をかけた日には、蜂蜜入りの冷えたゴーヤー茶、それはよくある盛夏の午後の風景でした。

### 苦みとビタミンCこそ 夏を乗り切る元気の素

祖父がよく好んでいたゴーヤーの取り方も印象的で、今でも覚えています。真夏の盛り、食事の前に飲むお酒として、ゴーヤーの絞り汁を焼酎に注いで飲んでいたので。薩摩切子の小さなグラスに、梅焼酎や芋焼酎にゴーヤーの青い汁を注いで飲む組合わせが、祖父の真夏の定番。「体にいいから飲んでごらん」といわれて絞り汁をなめてみましたが、幼い私にとってはとても苦くて飲めるものではなく、なぜそんなに苦いものを飲むのか不思議で仕方ありませんでした。今思えば、それも一つの「医食同源」だったのでしょう。

ゴーヤーの苦味成分は、モモルデシンといいますが、心臓や小腸の働きを助けて熱を冷まし、尿や便で余分なものを排泄してむくみを取る助けをしてくれます。水分を取り過ぎてしまったり、体に熱がこもってしまいがちな夏には、ゴーヤーはとても効果的といわれています。さらに、ゴーヤーに豊富に含まれるビタミンCは、夏の暑さで低下し

がちな免疫力を高めてくれる働きもありますから、積極的に取りたい栄養素の一つです。

ゴーヤーの故郷・沖縄が長寿県なのは、ゴーヤーには特筆すべき成分モモルデシンと豊富なビタミンCなどうれしい効果がたくさん詰まっているからかもしれませんね。

ゴーヤー独特の苦みには健康によい栄養素が含まれていることが分かっても、やっぱりちよつと苦手だと思う方もいるかもしれません。ゴーヤーのビタミンCは、熱を加えても壊れにくいという特徴がありますので、苦みを和らげるためにゆでるという方法もあります。ですが、ゆでた後に絞ってしまうとせっかくの栄養素が流れ出てしまいます。そこで、苦味が苦手な方には、油を使って和らげる調理法をお勧めします。少量の油と合わせることで苦味がコーティングされ、コクもプラスされて、まろやかに感じるようになります。今回ご紹介するレシピは、油を上手に使い栄養効果を引き出せる料理となります。食欲が落ちがちな盛夏でもおいしく食が進み、調理も簡単なので、ぜひお試しください。今やその栄養価が目まぐるしく、夏の食卓には欠かせない存在となってきた元気野菜のゴーヤー。苦味を味わいつつ、日本の夏を健やかに暮らしていただきたいと思います。





## 健康積立レシピ♪

# 油を上手に使ってゴーヤーの苦みも味方に！

栄養豊富なゴーヤーと夏野菜を  
おいしく食べる3品。  
全部作れば1本丸ごと使い切りで、  
健康にもお財布にもうれしい！



※写真は1人分です。

### ①ゴーヤーと丸ごとピーマンのじゃこ煮

じゃこのうま味がしみ込んだゴーヤーが絶品。一晩おくとさらにおいしい。

#### ■材料（2人分）

ゴーヤー 1/3本  
ピーマン 6個（小さめ）  
ちりめんじゃこ 20g  
青じそ 4枚  
ごま油 少々  
白いりごま（A） 少々  
みりん 大3  
しょうゆ 大2  
酒 大2  
タカの爪 適宜

#### ■作り方

- ①ゴーヤーは縦半分に切ってワタを取り短冊切りに、青じそは千切りにしておく。
- ②ピーマンを丸ごとごま油で炒め、ゴーヤー、ちりめんじゃこを加えて炒め、Aを加え、ふたをして5〜6分煮る。
- ③青じそを加えてふたをずらし、強火で煮汁が少なくなるまで煮詰める。
- ④器に盛りつけ、お好みで白いりごまを散らす。

1人分 約197kcal  
約105円

### ②ゴーヤーキムチのせ冷奴

暑い日も、つい箸がすすむ一品。冷たい麺と合わせてもGood！

#### ■材料（2人分）

ゴーヤー 1/3本  
絹ごし豆腐 1/2丁  
（150g）  
塩 少々  
切り干し大根 50g  
塩昆布 10g  
生妻のみじん切り 小1  
ごま油 小1  
（A） 小1  
コチュジャン 大1  
切り干し大根の戻し汁 小2  
しょうゆ 小2  
豆板醤 小1/2  
蜂蜜 小1/2

#### ■作り方

- ①ゴーヤーは縦半分に切ってワタを取り薄くスライスし、塩を振る。しんなりしたら軽く水分を絞り、ごま油をからめておく。切り干し大根は、大きじ3〜4の水で戻し、軽く絞って食べやすい長さに切っておく。戻し汁は捨てずに取っておく。
- ②コチュジャンを切り干し大根の戻し汁で伸ばし、残りのAを混ぜ合わせ、①と塩昆布と生姜のみじん切りをあえてなじませる。
- ③切り分けた絹ごし豆腐の上に②をのせる（ご飯や冷やした麺類にも合います）。

1人分 約121kcal  
約67円

### ③ゴーヤーとトマトの夏サラダ

酸味と苦みがマイルドな刺激となって、元気をフル充電。

#### ■材料（2人分）

ゴーヤー 1/3本  
塩 少々  
ミディトマト 4個  
玉ねぎ 1/4個  
パプリカ 1/4個  
ゆでた枝豆 少々  
オリーブ油 大2  
酢（A） 大2  
粒マスタード 小3  
蜂蜜 小1  
レモン汁 小1  
にんにく（おろし） 小1/2  
塩こしょう 各少々

#### ■作り方

- ①縦半分に切ってワタを取ったゴーヤーと玉ねぎを薄くスライスして塩を振り、しんなりさせる。ミディトマト、パプリカは食べやすい大きさに切る。
- ②①のゴーヤーと玉ねぎの水分を軽く絞り、オリーブ油をからめ、Aをよく混ぜ合わせる。
- ③①と②をあえて器に盛りつけ、ゆでた枝豆を散らして冷蔵庫で冷やす。

1人分 約177kcal  
約95円

●材料の「大」は大きじ、「小」は小さじを表します。

●材料費には、調味料などを含まない。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、野菜のおいしさや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

【図表1】相続法の改正ポイント

施行日	内容
2019/1/13	自筆証書遺言の方式の緩和
2019/7/1	夫婦間の自宅贈与は相続の対象外に
	預貯金の仮払い制度の創設
	遺留分の金銭での請求が可能に
	特別寄与料の新設
2020/4/1	配偶者居住権の新設
2020/7/10	自筆証書遺言の保管制度の創設

(出所) 監修者作成

民法の相続に関する規定（相続法）が、前回、大幅に改正されたのは1980年。配偶者の相続分が3分の1から2分の1に引き上げられました。それから40年近い歳月が流れ、平均寿命は当時に比べて男女とも8歳程度延び、残された配偶者の生活保障がより一層必要になっていきます。そこで、残された配偶者が安心して余生を過ごせるよう、不安な部分を法的

## 相続法が大きく変わる！ 知っておきたいポイント

相続なんて「自分は関係ない」と思っていないでしょうか？実は、2015年の税制改正で相続税の非課税枠が4割削減され、改正前に比べて相続税を支払うケースが増えています。そうしたなか、約40年ぶりに大幅改正された民法の相続に関する規定（相続法）がいよいよ施行されます。一部はすでに今年1月からスタートしましたが、大半が来年7月までに施行される予定です。本号では、改正のポイントを押さえて、いざというときになって慌てないよう、実際の相続手続きの流れや留意点についてご紹介します。

に手当てしようというのが今回の改正の趣旨です。改正ポイント【図表1】を、一つずつ紹介していきましょう。

### 1. 配偶者居住権の新設

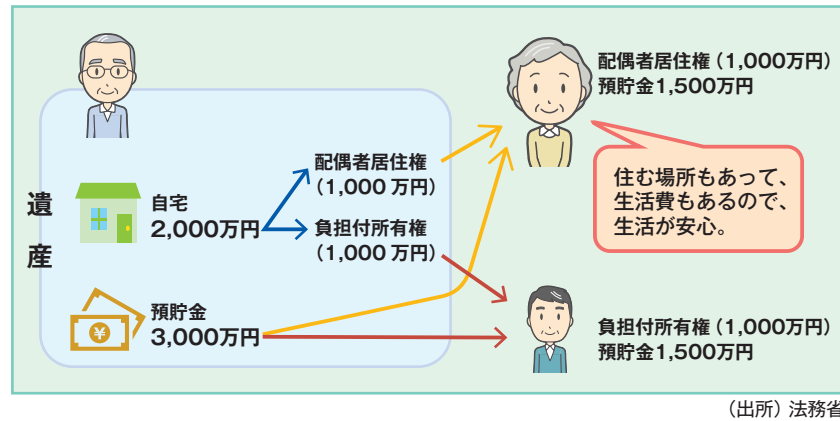
現行制度では、残された配偶者が自宅で暮らすためには、配偶者自身が自宅を相続するか、自宅を相続した人（子どもなど）と賃貸借契約などを結ぶかを選択する必要があります。「住み慣れた家でこのまま暮らしたい」と配偶者自身が自宅を相続すると、預貯金はほとんど受け取れず、以降の生活に不安が残るといったこともありました。また、賃貸借契約なども、相続した子どもが自宅の売却を考えているため応じてくれないなど、必ずしもうまくいくとは限りませんでした。

そこで、今回の改正で所有権は子どもにも相続させつつも、残された配偶者には、「配偶者居住権」を与えることで、自宅に住み続けることが可能になります。



した【図表2】。配偶者居住権には、残された配偶者にとっては、自宅に住み続けながら法定相続分のなかで預貯金なども受け取り、今後の生活の糧にできるというメリットがあります。

【図表2】 配偶者居住権の仕組み



(出所) 法務省

一方、自宅を相続した子どもは、自由に自宅を処分（賃貸や売却）することができなくなりますが、一定の要件を満たすと相続の際に「小規模宅地等の特例」の適用を受け、自宅の土地の評価額を最大8割減らすことも可能となる方向です。

## 2. 夫婦間の自宅贈与は、原則として特別受益の対象外

結婚20年以上が経過した夫婦の間で、自宅（居住用不動産「居住用建物またはその敷地」）の遺贈または贈与があった場合、原則として「特別受益（遺産の先渡し）」にあらず、自宅の取得を配偶者の相続分から差し引く必要がなくなりました。例えば、夫が生前に自宅を妻に贈与した場合などが典型例です。従来は、生前贈与された自宅も「特別受益」として、原則として、相続分から差し引くこととされてきました。今回の改正で、妻は、夫が亡くなった後も自宅を確保でき、そのほかに、法定相続分に応じた遺産を相続することができるようになりました。

なお、結婚20年以上の夫婦には、自宅やその取得資金に関して2000万円までの贈与が非課税になる特例（特定贈与財産）もあり、この特例との併用が可能です。

## 3. 「自筆証書遺言」の見直し

さて、1. 2. は、いわば「夫婦の財産を認め、それを守るための改正」です。そしていずれの項目も、確実に実行するためにしっかりと遺言を書き残しておくことが有用なため、遺言書の重要性も増しています。そこで、今回の改正では「自筆証書遺言」の見直しも行われています

【図表3】 自筆証書遺言の変更点

	改正前	改正後
作成者	本人	
作成方法	全文直筆	本文は直筆、財産目録はワープロ・パソコン入力可（通帳などのコピー添付も可）
保管場所	自宅など	自宅などに加え法務局で保管可
書式	自由	特定の様式（無封）*
不備があった場合	無効	保管の際に法務局が不備を指摘する可能性もあり*
紛失・改ざんリスク	あり	なし*
裁判所の検認	必要	不要*

※は法務局で保管した場合

(出所) 監修者作成

### (1) 自筆証書遺言の方式の緩和

自筆証書遺言とは、本人が直筆で書いた遺言のことです。今回の改正により、「全文直筆」が必須だった自筆証書遺言のうち、財産目録については、全ページに本人の署名・押印をすれば、パソコンで作成したり、銀行の預貯金通帳・証券会社の取引報告書のコピーや登記事項証明書などの添付で代用することが可能になりました。

高齢者にとって、全文直筆はかなりの負担になりますし、取引先金融機関が多

岐にわたる場合や複数不動産を所有する場合など手間がかかります。今回の改正で、こうした負担が大幅に軽減されるほか、財産に変化があったときも修正しやすいといったメリットが生まれます。

### (2) 自筆証書遺言の保管制度の創設

自筆証書遺言というと、自宅の仏壇や書斎の引き出しなどにこっそり隠しておくイメージがあります。書いた本人にしてみれば容易に見つかると思われるわけですが、他方で、いざというときに発見されず、実際の相続には故人の遺志が反映されないことも少なくないようです。

そこで、今回の改正により、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るようになります。

これまでの自筆証書遺言は「発見されないリスク」に加え、紛失や第三者による隠匿・改ざんの危険性もありましたが、法務局なら、そうした心配は無用です。また、保管官のチェックが入るので、作成日付や押印の漏れなどで遺言が無効になるのを防ぐ効果も期待できます。遺族は最寄りの法務局で遺言書があるかどうか検索することができ、写しの請求や画像データの閲覧も可能です。

なお、通常は自筆証書遺言が発見されたら封を切る前に家庭裁判所で検認を受ける必要がありますが、改ざんなどの恐れがないため、法務局で保管する場合はこの検認が不要になります。



#### 4. 預貯金の仮払い制度の創設

口座名義人が亡くなったことを知ると、金融機関はその預貯金口座を凍結します。結果として、遺産分割協議が終わるまで預貯金は下ろせず、葬式費用や相続人の生活費などに支障をきたすこともありました。しかし、今回の改正で預貯金の仮払い制度が創設され、遺産分割前でも葬儀代などの必要資金が引き出せるようになります。

仮払い制度は2通りあります。まずは、①家庭裁判所を通さない方法です。相続人1人につき「口座ごとの残高×3分の1×自分の法定相続分」かつ、「1金融機関につき最大150万円まで」を引き出すことができます。それでも必要資金が足りなかった場合は、②家庭裁判所に「預貯金債権の仮分割の仮処分」を申し立てる方法があります。従来、「仮分割の仮処分」における「急迫の危険を防止する」という要件は非常に厳格で、裁判所で認められるケースは多くありませんでした。今回の改正により、仮処分にいては、「相続財産に属する債務の弁済、相続人の生活費の支弁その他の事情」がある場合と、要件が緩和されたため、遺産分割前の預貯金の払い戻しが認められやすくなりました。

#### 5. 遺留分の請求は金銭に統一

遺留分とは法定相続人の「最低限の取

り分」を確保する制度で、遺言があっても遺留分の権利を侵害することはできません。遺留分が認められているのは亡くなった人の配偶者、子ども（すでに亡くなっている場合は代襲相続人）、父母などの直系尊属のみ。該当者は、それぞれの法定相続分の2分の1（相続人が直系尊属の場合3分の1）となる遺留分について、ほかの相続人に請求することが可能です。

例えば、経営者である父親が亡くなり、後を継いだ2人兄弟の兄に遺言で自社株をすべて相続させたとします。これまでは、弟が遺留分減殺請求をすると、父名義の自社株すべてについて、兄4分の3、弟4分の1の準共有となり、後継者である兄の円滑な事業承継が阻害されるケースがありました。

今回の改正では、遺留分の権利を持つ相続人が、被相続人から遺留分を侵害する遺贈または贈与を受けた者に対して、遺留分侵害額に相当する金銭の支払いのみを請求できるようになり、自社株や不動産などを共有することで起きる不都合を回避することになりました。

#### 6. 特別寄与料の新設

例えば、長男夫婦の献身で、要介護状態の親が天寿を全うしたとしましょう。長男には遺産分割の際に介護の「寄与分」が認められますが、相続人でない長男の妻は、義理の親の遺言がない限り、相続財産からは何も受け取ることができません。今

回の改正により、相続人以外の親族が、被相続人に無償で療養看護などの労務を提供した結果、相続財産が維持されたり増加した場合には、当該親族を「特別寄与者」として、相続人に対し、金銭（特別寄与料）を請求できるようになりました。

特別寄与者となり得るのは、「被相続人の相続人でない親族」。民法上の親族とは、6親等内の血族と3親等内の姻族（子どもの配偶者、甥や姪、相続人とならない兄弟姉妹など）を指します。

特別寄与料を請求するためには「貢献の証拠」として、例えば介護の詳細な記録を残しておくといったことが考えられます【図表4】。実際の特別寄与料の金額は、まず民間業者に同じ内容の介護を依頼した場合の費用を基準に考えます。

## 相続手続きの スケジュールと注意点

配偶者や親など大切な人を失った直後は、頭のなかが真っ白になって、しばらく何も手に付かなくなる人が多いことでしょう。しかし、残された家族が行うべき行政上や相続関係の手続きは多数あり、故人を悼みながらも粛々と進めていく必要があります。2019

年春号の「教えて！知るぽると」では、配偶者が亡くなった際の、「社会保障」や「金融資産」に関わる手続きを中心に

【図表4】 特別寄与料の請求に必要な記録作成のポイント

- ・介護について記した日記などを残しておく
- ・電子メールなどのやり取りの記録を残しておく
- ・おむつ代や送迎費用（タクシーなど）の領収書、薬代のレシートなどを残しておく
- ・兄弟姉妹などの近親者と介護について、記録の共有などを小まめにしておく

（出所）監修者作成

これに、親族の介護であることなどを勘案し、最終的に遺産総額や相続人の遺留分などを考慮して決められます。なお、特別寄与料は相続税法上の「遺贈」とみなされ、相続税額が2割増になるので注意が必要です。

に紹介しました。本号では、それ以外の主に相続関連の手続きをお伝えします。

最終的には、相続の開始があった日（被相続人が亡くなった日）の翌日から10カ月以内に、相続税を申告・納税する必要がありますが【図表5】、具体的にどのような手続きを踏んでいけばよいのか、重要なものを、順を追って紹介しましょう。



## 1. まず必要となる届け出

まず必要となるのは、住所地の市区町村役場に「死亡届」を提出することです。期限は亡くなった日から7日以内。これを基に、税務署は相続税の申告の可能性がある人を調査します。また、死亡届提出後には「火葬許可証交付」の申請もしておく必要があるほか、「世帯主変更届」も14日以内に提出が必要です。

## 2. 相続をしないかの判断 (3カ月以内)

葬儀・告別式や1.の届け出を終えると、遺産相続の手続きがスタートします。相続の開始があったことを知った日の翌日から3カ月以内にしなければならぬのが、相続をしないか、つまり、「相続の承認または放棄」を決定することです。そのために、次の手続きが必要となります。

### (1) 遺言書の有無を確認

相続の手続きをスタートするにあたり

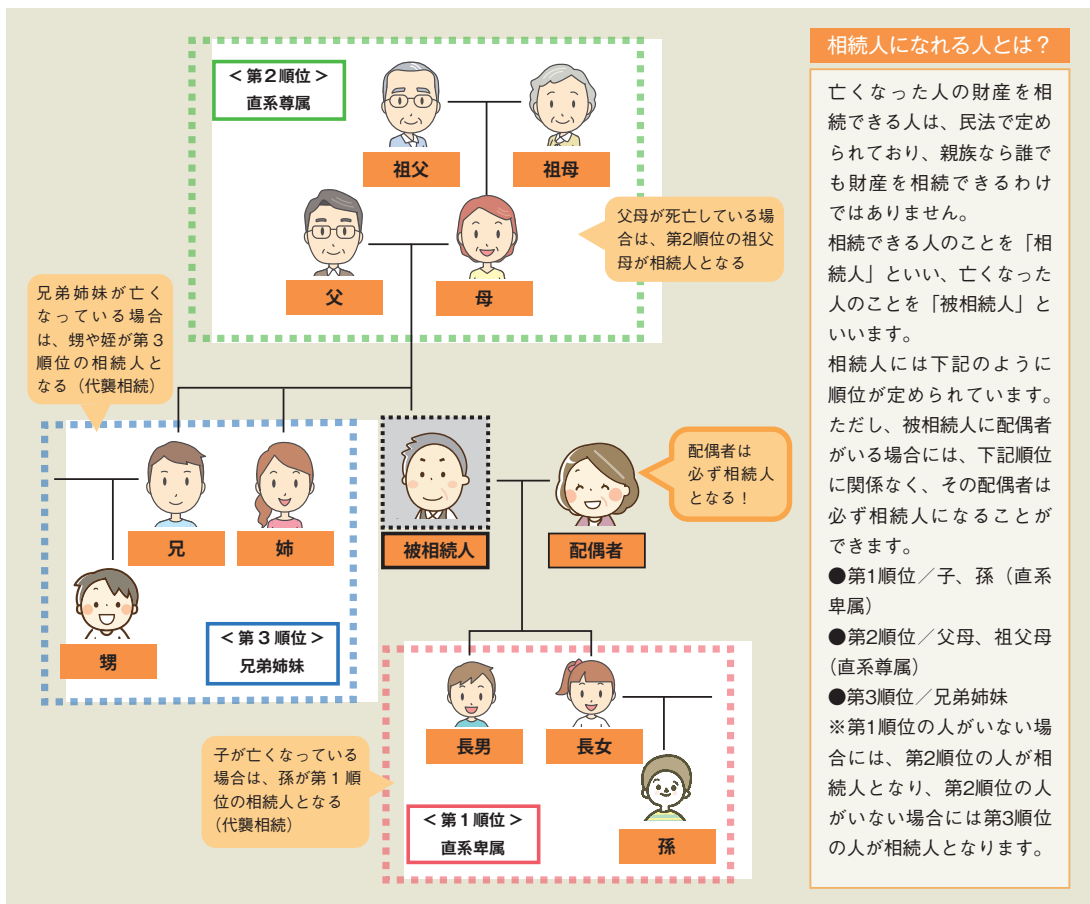
7日以内③は14日以内	死亡時の各種届け出 ① 死亡届の提出 ② 死体火(埋)葬許可証交付申請 ③ 住民異動届(世帯主変更届)の提出
3カ月以内	遺言書の確認 相続人の確認・調査 相続の承認または放棄
4カ月以内	遺産の調査 準確定申告
10カ月以内	遺産分割 遺産の名義変更 相続税の申告

(出所) 監修者作成

### (2) 「法定相続人」の確定

民法では、相続人となる人の範囲を婚姻関係と血族関係に基づいて定めています。これを「法定相続人」といいます。

【図表6】 相続人の範囲



配偶者は常に相続人となり、子や孫、父母、兄弟姉妹は「血族相続人」といって、遺産を受け継ぐ順位が決まっています。第1順位は子、第2順位は父母、第3順位は兄弟で、順位が上の相続人がいる場合、下位の人は相続人になりません。また、同じ順位の相続人が複数いるときは、その全員が相続人です【図表6】。養子や婚外子も含まれるため、故人の戸籍謄本などを取り寄せて精査することになります。



### (3) 遺産相続するか否かの判断

相続人は相続するかしないかを選ぶことができます。ただし、相続の開始があったことを知った日の翌日から3カ月以内に選択の決断をしなければなりません。

相続の承認には、被相続人の財産と債務のすべてを承継する「単純承認」と財産の範囲内で債務を承継する「限定承認」があります。「限定承認」とはプラスの財産で払える限度でマイナスの財産も引き継ぐ方法です。ただし相続人全員の同意が必要となり、家庭裁判所に3カ月以内に申述書を提出しなければなりません。また、一切相続しない「相続放棄」を選ぶこともできます。相続放棄も限定承認と同様に3カ月以内に申述書を提出する必要があります。相続人全員の同意は不要ですが、迷惑をかけることのないように、提出前に自分の意思をほかの相続人に伝えておくのがよいでしょう。

### (4) 遺産の調査

法定相続人の確認作業と並行して、どんな財産があるか、それぞれの財産がいくらあるかを調べます。故人名義の金融商品や不動産、貴金属、美術品などをリストアップして「相続財産目録」を作成していくのです。遺産には財産だけでなく、住宅ローンや連帯保証などの債務もあります。財産と債務の両方を調査したうえで、相続財産の全体像を把握する必要があります。

あります。そして、各相続人が遺産を相続するか否かを最終的に決めることとなります。

相続財産の種類によって相続税計算のための評価方法は異なります【図表7】。以下では、主な財産の調査の方法を紹介します。

#### ●不動産

不動産に関しては、毎年6月ごろに市区町村から送付される固定資産税の納税通知書を確認するとよいでしょう。この納税通知書には、所在地、面積、評価額などが記載されていますので、不動産の大体の内容を把握することができます。

#### ●金融資産

預貯金については通帳で口座番号などを確認したうえで、金融機関に残高証明書を発行してもらいます。有価証券については、配当金の支払通知書や取引明細などを基に、生前に取引があった金融機関から、残高証明書を発行してもらいます。

【図表7】 相続財産の評価方法

財産の種類			簡易計算法
相続財産	土地	宅地	路線価または固定資産税評価額×倍率
		貸宅地	自用地としての価額×(1-借地権割合 <sup>*1</sup> )
		アパートなどの敷地(貸家建付地)	自用地としての価額×(1-借地権割合 <sup>*1</sup> ×借家権割合 <sup>*2</sup> ×賃貸割合)
	家屋	自宅(自用家屋)	固定資産税評価額
		貸家(アパートなど)	固定資産税評価額×(1-借家権割合 <sup>*2</sup> )
	金融資産	現金	死亡した日の残高
		預貯金	死亡した日の残高
		有価証券(公社債、投資信託、株式)	死亡した日の時価など
	その他	自動車	下取り査定価格
		ゴルフ会員権	取引価格×70%
みなし財産	死亡時に入のお金	生命保険金	受け取った保険金-非課税枠 <sup>*3</sup>
		死亡退職金	受け取った死亡退職金-非課税枠 <sup>*3</sup>

※1: 地域ごとに定められており90～30% (路線価図などで確認) ※2: 一律30% ※3: 500万円×法定相続人の数 (出所) 監修者作成

や解約返戻金は相続財産となります。しかし、被相続人が保険の契約者で、受取人が相続人の場合、その保険金は受取人のものになるので、相続財産にはならず遺産分割の対象にもなりません。ただし、税の計算上は、「みなし財産」とされ、一定額が課税対象になる可能性があります。

### 3. 被相続人の税の申告 (4カ月以内)

確定申告の必要がある人が亡くなった場合には、相続人が代わって所得税の確定申告を行う必要があります。相続の開始があったことを知った日の翌日から4カ月以内に、1月1日から死亡日までの所得金額および税額を計算し、申告と納税をしなければなりません。これを「準確定申告」といいます。

### 4. 「最後の難関」相続税申告 (10カ月以内)

相続人が相続の意思決定をした後、「遺産分割協議」を行います。これは、誰が、どの遺産を引き継ぐかを具体的に協議していくもので、相続人全員の参加が絶対条件となります。1人でも欠けたら協議は成立しません。遺言書があればその内容が優先されますが、ない場合は「法定相続分」を基に算定する具体的相続分に沿って分割していくのが一般的です。協議で決まったことを基に「遺産分割協議書」を作成し、相続人全員が署名・押印



【図表8】遺産分割協議書の記載例

遺産分割協議書

最後の住所 東京都●●区1丁目1番1号  
最後の本籍 東京都●●区1丁目1番1号

被相続人●●●●（令和●●年●月●日死亡）の遺産については、同人の相続人全員において分割協議を行った結果、各相続人がそれぞれ次の通り遺産を分割することに決定した。

記

1. 相続人△△ △△が取得する財産

(1) 土地

①所在 東京都●●区  
地番 ●●番●  
地目 宅地  
地積 ●㎡  
持分 ●分の●

(2) 証券投資信託／●●銀行●●支店  
①●●オープン

2. 相続人□□ □□が取得する財産

(1) 預金／○○銀行○○支店  
定期預金 口座番号11111111の全額

以上の通り、相続人全員による遺産分割の協議が成立したのでこれを証する為の本書を作成し、各自署名押印する。  
なお、その後新たに相続財産及び債務が発見された場合には、相続人全員で別途協議して決めるものとする。

令和 年 月 日

協議書の作成日を必ず入れる

住所 東京都●●区●●●●●●●●  
相続人 △△ △△

住所 東京都●●区●●●●●●●●  
相続人 □□ □□

実印

実印

相続人全員が直筆で署名し、実印で押印する。相続人全員の印鑑証明書を添付する

不動産の場合は登記簿通りに。  
預貯金・有価証券の場合、  
金融機関名、支店名まで記入

します【図表8】。その後は遺産分割協議書に基づいて、相続分の名義変更（不動産、有価証券、預貯金など）の手続きを行います。

最後に、相続税の計算を行い、相続税の申告書を作成したうえで、被相続人の住所を統括する税務署に提出します。相続税の申告・納税の期限はともに、相続の開始があったことを知った日の翌日から10カ月以内です（納税は、現金一括が原則です）。

相続税は次のステップで算出します。

(1) 課税価格の計算

まずは、相続財産目録に記載されている財産から債務や葬式費用を控除し、相続開始前3年以内の贈与財産の額を加えて相続税の「課税価格」を計算します。

(2) 課税遺産総額の計算

相続税には、「基礎控除」（3000万

円＋600万円×法定相続人の数）があり、(1)で計算した「課税価格」から基礎控除を差し引き、「課税遺産総額」を計算します。

(3) 相続税の総額の計算

相続財産が(2)の基礎控除を超えた場合は、相続税の申告が必要となるため、相続税の計算をします。相続税の総額は、相続の割合に応じた各自の納税額から算

出します。

(4) 納付税額の計算

各自の納税額から税額控除（配偶者控除、未成年者控除、贈与税額控除など6種類）を差し引いても税額がある場合は申告をして、納税します。

相続人の状況や相続財産によって、申告に必要な書類が異なることには注意が必要です【図表9】。

【図表9】申告書作成のために準備する書類の例

種類	書類
身分・分割に関するもの	被相続人の生まれてから亡くなるまでの戸籍謄本、相続人の戸籍謄本、遺言書、遺産分割協議書、相続人全員の印鑑証明書
土地・建物	固定資産評価証明書、不動産の登記事項証明書、名寄帳、路線価図、公図、測量図など
現金・預貯金	預貯金通帳、銀行残高証明書（相続開始日現在）など
有価証券	有価証券保護預り証、有価証券残高証明書（相続開始日現在）など
保険・年金など	生命保険支払通知書、年金証明書、保険証書など
退職金、弔慰金	退職金支払調書など
債務	借用証書など

（出所）監修者作成



監修

荒巻善宏（あらまき・よしひろ）  
「税理士法人チェスター」代表社員。  
税理士、行政書士、ファイナンシャルプランナー、証券外務員の有資格者。セミナーや講演会、メディア出演のほか、税理士法人チェスター名義で「相続はこうしてやりなさい」（ダイヤモンド社）、「ド素人がよくわかる相続の本」（翔泳社）など著書多数。

細越善齊（ほそごえ・よしひと）  
「CST 法律事務所」代表弁護士（第二東京弁護士会所属）。都内法律事務所勤務を経て、2018年1月に法律事務所チェスター設立。翌2019年2月にCST法律事務所へ改称。日本プロ野球選手会公認選手代理人を務める。著書（共著）に「弁護士が教える相続トラブルが起きない法則」（中央経済社）。

ここまで手続きの流れや注意点を紹介しましたが、実際の手続きには必要な書類も多く、時間がかかります。専門家のアドバイスなども活用しながら、早めに全体の流れを把握し、準備を進めていくのがよいでしょう。



金融広報中央委員会では、金融教育を日ごろより実践している団体や関係官庁、学識経験者からなる「金融経済教育推進会議」の事務局も務めています。今般、同推進会議のイニシアティブの下、金融リテラシー啓発用共通教材「コアコンテンツ」を策定し、「知るぽると」WEBサイトに公開しました。

※金融リテラシー（Literacy）とは、お金の知識・判断力のことをいいます。

詳しくは [https://www.shiruporuto.jp/public/data/lecture/daigaku\\_core/](https://www.shiruporuto.jp/public/data/lecture/daigaku_core/) 検索



金融リテラシー啓発用共通教材「コアコンテンツ」を  
「知るぽると」WEBサイトに公開しました  
大学1コマ90分用の金融リテラシー・モデル講義資料  
「金融経済教育のためのコアコンテンツ」〈金融経済教育推進会議了承〉

この「コアコンテンツ」は、「金融リテラシーの全体像にふれつつ、その基本となる概念を紹介し、人生とお金の関係について関心を持っていただくためのエントリー教材」として、作成されました。

大学生向けとして作成されていますが、多くの部分は若手社会人向けにも活用できるなど、金融経済教育分野で幅広く利用が可能なコンテンツとなっています。

教員の方はもとより、金融業界、関係官庁など、この分野に携わる方が金融リテラシーに関する講義やセミナーを行う際、広くお使いいただける共通教材です。このため、利用しやすいように、パワーポイントによるスライド形式となっています。



## スライドのイメージや具体的な活用法をいくつかで紹介します！

金融経済教育のための  
コアコンテンツ

金融経済教育推進会議コアコンテンツ準拠

赤星(★)付スライド＝「お褒め」(全43枚)

### 金融リテラシーとライフデザイン ～ 人生、お金、金融知識

2019年〇〇月〇〇日  
〇〇〇〇協会  
山田 太郎

できるだけ多くの場面で多くの方に利用していただけるよう、使用条件をシンプルにするなどの工夫をしています。

「知るばると」WEBサイト掲載の「本講義資料の使用に関する留意事項」をよくお読みのうえ、ぜひご活用ください！

人生と、お金と、そして経済のつながりについての金融リテラシーを身に付けられるよう、さまざまな話題を取り扱っています。

## 目次

金融経済教育推進会議コアコンテンツ  
準拠

- 0 はじめに ～ この講義の目的
- 1 家計管理とライフプランニング  
～働いて「稼ぐ」ことと、将来に備えることについて
- 2 「使う」
- 3 「貯める・増やす」 ～ 資産形成
- 4 「備える」 ～ 社会保険制度と民間保険
- 5 「借りる」
- 6 最近のトピックス
- 7 金融と経済
- 8 金融トラブル
- 9 最後に

2

スライド右肩に赤星(★)のあるスライドは、90分の講義を念頭に置いたときの「特にオススメ！」のスライドですが、時間や講義のペースに応じて、さらに枚数を絞り込んでご利用いただくことも可能です。

また、赤星(★)のないスライドは、講義される方や受講される方の興味に応じて適宜、取捨選択して、ご利用ください。

### 3. 「貯める・増やす」 ～ 資産形成

金融経済教育推進会議コアコンテンツ  
準拠

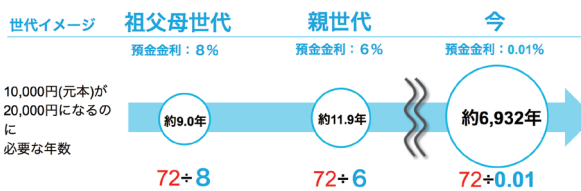


#### 3-3. 金利を実感してみよう (72の法則！)

**72の法則** 「元本が2倍になる金利と年数の関係」

$$72 \div \text{金利} (\%) = \text{お金} \text{が} 2 \text{倍になる期間 (年)}$$

(例) 10,000円(元本)が20,000円になるのに必要な年数



25

### 6-1. Fin Tech

金融経済教育推進会議コアコンテンツ  
準拠



#### 6-1. デジタルイノベーションの進展 ③

##### 主な FinTechサービス

- (1) 決済サービス  
スマホ・Web決済・送金
- (2) 融資サービス  
P2P(個人間)レンディング、ソーシャルレンディング
- (3) クラウド・ファンディング
- (4) 投資・運用サービス  
ロボアドバイザー
- (5) 家計管理サービス (PFM)
- (6) 暗号資産(仮想通貨)  
ブロックチェーン技術



61

各テーマについて、関心を持っていただくだけでなく、より深い学びにつなげたいニーズがある場合には、講義のなかに、受講者間でのディスカッションを盛り込むなどアクティブラーニングを意識した工夫を加え、2コマないし3コマで取り扱うアプローチも考えられます。

「暮らしのデジタル化」で毎日をもっと便利に、快適に。

# 税金・公共料金の支払いは6つの電子決済でスマートに！

「気づいたら支払期限ギリギリだった!」、「忙しくて支払いに行く時間が取れない」、そんな経験はありませんか?『マンガでわかる 暮らしのデジタル化ガイド』は、税金・公共料金の支払いに関する電子決済の種類や手順を、マンガと解説で分かりやすくまとめています。これを読めば、ご自身の生活スタイルに合ったオススメの支払方法がきっと見つかるはずです。各支払方法とそのメリットについて、一部をご紹介します。

## ●対象となる税金・公共料金(例)

申告所得税、法人税、消費税、住民税、固定資産税、自動車税・軽自動車税、国民健康保険料、国民年金保険料、水道料金、電気料金、NHK放送受信料

※支払先によって対応する税金種別が異なりますので、各支払先にご確認ください。

※お取り扱いの可否は支払先によって異なります。

## その3

### クレジットカードなら支払い時間も短縮！

パソコンやスマホからインターネットを利用したクレジットカード支払い。自宅や外出先から24時間、いつでも簡単に支払えるうえにポイントも付きます。利

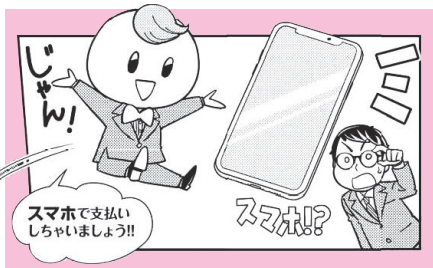


用方法はまず、国税クレジットカードお支払いサイトやお住まいの自治体の納税用WEBサイトにアクセス。納税する税金の種別などの必要事項を選択・入力して、さらに、クレジットカード情報を入力すれば手続き完了です。

## その4

### いつでもどこでも! 外出先のピンチもスマホなら大丈夫!

スマホで簡単・手軽に支払いができる時代になりました。バーコードが印刷された納付書なら、バーコードをス



マホのカメラで読み取るだけ! コンビニや銀行窓口に行かなくても、24時間いつでも支払えます。そのほか「PayB」、「モバイルレジ」など自分に合った支払方法が選べるのも魅力ですね。QRコードにスマホをかざすだけで支払える「QRコード決済」の活用も検討されています。

## その1

### 口座振替なら漏れなし、手間なし、安全確実!

支払期限に預貯金口座から納税資金などが引き落とされるので、自動的な納付が可能に。手数料も無料です。一度の手続きで支払いの手間が省け、支払い漏れも防げます。希望に合わせて期別納付(分納)か全期納付(全納)を選択できるのもうれしいですね(国税は除く)。税務署や自治体などの窓口においてある口座振替依頼書に必要事項を記入し、それぞれの窓口で口座振替の手続きを行います。

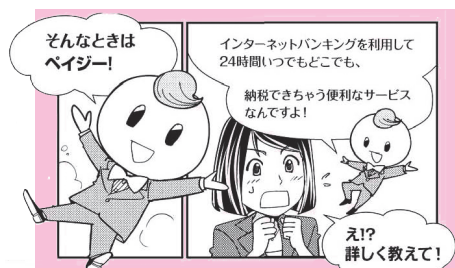


## その2

### 支払いに行けない! そんなとき、Pay-easyが強い味方!



インターネットバンキングやATMで、税金や公共料金などを支払えるサービス。納付書や



請求書にPay-easyのマークが付いていれば、Pay-easyで支払えます。インターネットバンキングなら24時間365日、スマホやパソコンから対応できるので、休日や深夜でも支払いが可能です。ATMからでも現金を引き出す必要がないので手間いらず。支払い手数料は原則無料です。



## マイナンバーカードの申請はお済みですか？

身分証明はもちろん、各種手続きが簡単に！

マイナンバー制度が始まってから3年。2017年には政府運用のオンラインサイト「マイナポータル」が開設され、納税や各種手続きで利便性が向上しています。マイナンバーカードで私たちの暮らしはどのように便利になるのでしょうか？『マンガでわかる 暮らしのデジタル化ガイド』では、マイナンバーカードのメリットについても、マンガと解説で分かりやすくまとめられています。



### 9つのメリット

- 1 身分証明書として使用できます。
- 2 マイナンバー提示が簡単です。
- 3 印鑑証明などをコンビニで取得できます。
- 4 消費増税対策のポイント還元などに活用予定です。
- 5 行政手続きをオンラインでできます。
- 6 介護や相続などに関わる手続きが簡単になる予定です。
- 7 オンライン取引や口座開設の利便性・安全性が向上します。
- 8 健康保険証や母子手帳などの代わりに活用予定です。
- 9 高度なセキュリティ対策で安心です。

**証券口座を開設する場合には、  
マイナンバーの提供が義務づけられています！**

2016年1月より、新たに証券口座を開設されるお客さまは、税法の規定に基づき、お取引される証券会社などへマイナンバーを提供することが義務とされました。

また、マイナンバー制度開始以前（2015年12月以前）から証券口座を開設されているお客さまには猶予期間が設けられており、2022年1月以後最初に上場株式・投資信託などの売却代金や配当金などの支払いを受けるときまでに、マイナンバーを提供することが義務とされました。

お早めにマイナンバーの提供を済ませていただきますようお願い致します。

※マイナンバーの提供義務は銀行で証券口座を開設している場合も同様です。

日本証券業協会 執行役 政策本部共同本部長  
島村 昌征

税金・公共料金の支払いはデジタル化がスマート



JBA 一般社団法人 全国銀行協会 | 銀行名〇〇〇

<https://kurashi-digital.mamafre.jp/>

その5

銀行が大混雑！そんなときは

ATMのPay-easyへ

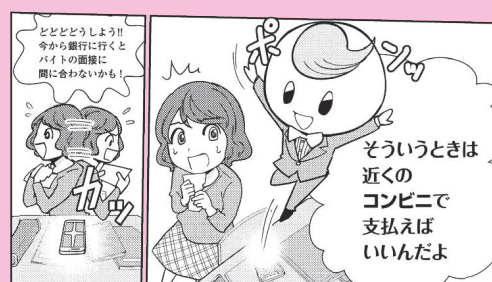
納付書や請求書にPay-easyのマークが付いていれば、銀行の窓口にならなくてもPay-easyのマークが付いているATMで支払えます（キャッシュカードまたは現金）。簡単な操作でスピーディに納付が完了し、手数料も原則無料です。一部地域・金融機関で導入されている新型ATMなら、収納機関番号などの入力が必要なく、Pay-easyマークがない納付書などにも対応していて、さらに時短＆便利！



その6

慌てないで！  
コンビニエンスストアで支払い完了

バーコードが印字された納付書で、支払い期限内（指定期限内）であれば、全国の主要なコンビニで支払いができます。納付書をコンビニのレジに持っていく、料金を支払えば完了（国税はQRコードを利用したコンビニ払いが可能）。コンビニが営業していれば、深夜でも買い物ついでに料金を支払えるのでとても便利です。納付書に記載されている期限までに支払いましょう。



# 家庭で行う金銭教育「おこづかい」。 お金と上手に付き合う力を養う 小学生のためのおこづかいのあげ方とは？

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、家庭で子どもにお金の価値や使い方を学ばせる「おこづかいのあげ方（始める時期・渡し方・金額設定）」。

長年にわたり児童・生徒や教員、PTAを対象に金融教育を実施している大藪千穂アドバイザーに、金銭教育の視点から考えるおこづかいの始める時期や渡し方、金額設定などについてお話をうかがい、家庭で行う金銭教育の意義と重要性についてお伝えします。

第18回

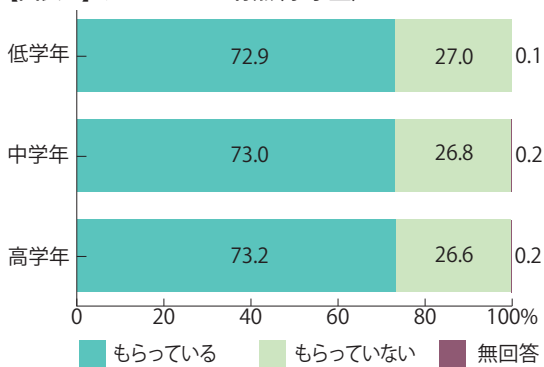
講師：大藪千穂

岐阜県金融広報アドバイザー

## おこづかいを通じて学ぶ 「計画力」、「自制力」、「感謝の心」

金融広報中央委員会が公表している「子どものくらしとお金に関する調査（2015年度）」【図表1】によると、小学生の7割強の子どもたちがおこづかいをもらっていると回答していますが、周りの家庭でもあげているからと、あまり考えずにおこづかいをあげている例も少なくないと感じます。おこづかいは家庭で金銭教育を教える大切な機会であり、金銭感覚を養う教育ツールであると、私は考えています。

【図表1】おこづかいの有無(小学生)



(出所) 金融広報中央委員会「子どものくらしとお金に関する調査（第3回）2015年度調査」を加工して作成

金銭教育におけるおこづかいの大切な役割は、子どもたちにお金の価値を認識させ、お金の上手な付き合い方を学ばせることです。自分でお金を管理しながら使い方を考える「計画力」、買いたいもの

のを我慢する「自制力」が身に付きます。また、家のお手伝いのご褒美などとしてあげれば、お金への「感謝の心」を学べます。どれも金銭感覚を養うのに不可欠な要素であり、そこにはおこづかいのあげ方が大きく影響してくるのです。

## お金と上手に付き合う力を養える おこづかいのあげ方とは？

おこづかいを始める前に決める「始める時期」、「渡し方」、「金額設定」は、お金と上手に付き合う力を養うための重要なポイントとなります。

### ① 始める時期

多くの保護者はおこづかいを、幼稚園に通い出したら始めるべきか、小学生からがよいのかなどと悩んでいるようです。小学校入学前の子どもにいきなりおこづかいを渡して、自分で管理させることは難しいので、私は小学生になってからでよいと思います。小学校入学前には「プレおこづかい」として、子どもと一緒に買い物へ行き、「欲しいモノを自分で買っているよ」と1回100円くらいを渡して、買わせる経験をさせるなど「モノとお金の関係」を体感させましょう。

### ② 渡し方

おこづかいの渡し方も悩むところです。渡し方は主に、「定額制」、「報酬制」、「都度制」があります【図表2】。

決まった金額を定期的に渡す「定額制」は、一定の期間内でお金をやりくりする

【図表2】「おこづかいの渡し方」の比較

	定額制	報酬制	都度性
渡し方	一定期間（毎週や毎月）で、決まった金額を渡す	お手伝いなどの対価としてお金を渡す	子どもが要求してきたときに、必要な金額を渡す
メリット	一定期間のなかでお金を管理することで、計画性や忍耐力が育つ	働くこととお金のつながりを体感し、稼ぐことの難しさを認識する	お金が必要な理由を親に説明するため、プレゼン力が身に付く
デメリット	おこづかいをもらえることが、当たり前かと思ってしまうが、に	お金がもらえないお手伝いはしなくなることも	計画的にお金を使ったり貯金する能力が育ちにくい

ため、「計画力」と「自制力」を養うことにつながります。しかし、何もしくなくもおこづかいが手に入るため、お金のありがたさを感じづらいというデメリットが考えられます。

お手伝いの対価としておこづかいを渡す「報酬制」では、お金の重みや働くことの大変さについて身をもって学ぶことができます。一方、本来お手伝いは家族の一員としてやるべきなのに、お金目当てになってしまうことが懸念されます。

必要なお金を必要ときに渡す「都度制」は、お金を使うことだけが目的になつてしまいがちに。先述した「小学校入学前の子どもと一緒に買い物に行つて、少額のお金でモノを買わせる」といった



【図表3】小学生のおこづかい額(月1回渡す場合)

	最頻値	最も多い金額帯	中央値
低学年	500円	500～700円 未満(22.6%)	500円
中学年	500円	500～700円 未満(25.8%)	500円
高学年	500円	500～700円 未満(37.9%)	1,000円

※1 最頻値は、最も多く回答された値。中央値は、回答金額を多い順に並べた場合に真ん中に位置する値。

※2 ( )内は、当該金額帯の回答者の全体に占める割合。

(出所) 金融広報中央委員会「子どものくらしとお金に関する調査(第3回) 2015年度調査」を加工して作成

プレおこづかいの一例と考えてください。私がお勧めしたいのは、金銭感覚をしっかりと養える「定額制」です。お金のありがたさを感じづらいという「定額制」のデメリットをカバーするために、「報酬制」を組み合わせるのもよい方法かと思えます。ふだんは「定額制」にして、いつもより多くお手伝いをしてくれたら「報酬制」でボーナスとして渡すなど、ご家庭のルールや考え方に合った方法を組み合わせてみるとよいでしょう。最初は2日に1回や週に1回など短い間隔から始め、お金の管理に慣れてきたら徐々におこづかいを渡す間隔を長くするとうまくなります。

### ③ 金額設定

おこづかいの金額設定は、おこづかいに何が含まれるかによって違ってきます。「鉛筆と消しゴムは自分で、参考書とノートは親が買う」というように親子でル

ールを話し合ってから決めると、子どもは納得しやすいと思います。金融広報中央委員会の調査にある「小学生のおこづかい額」【図表3】を見ると、小学校の全学年を通して最も多い金額帯は500～700円です。中央値で見ると、低学年と中学年が500円、高学年は交友関係が活発になるため1000円となっています。こういった調査結果の金額を参考にしてもよいと思います。

### 電子マネーを活用して効率的におこづかいを管理

最近では、電子マネーでおこづかいをあげる人も増えています。「おこづかいは減っていく様子が目の前で見える現金の方が向いている」という意見もありますが、現金も電子マネーもお金であることに変わりはありません。キャッシュレス化が進むなか、電子マネーに関するリテラシーを持たせることも大切な金銭教育ではないでしょうか。チャージタイプの電子マネーなら使い過ぎることもなく、残高や履歴が数字で表示され、具体化されることで効率的におこづかいの管理ができます。金銭教育を行ううえで管理はとて大切なことであり、それができていればどちらであってよいと思います。

### おこづかいの日は親子でお金コミュニケーションを

おこづかいであげ方以上に重要なこと

は、「親子で管理」することです。親の目が届く年齢のときこそ、親子でおこづかいの使用状況を確認し、子どもが何を学んだか、何につまずいているのか、これから何を学んでほしいのか、そういったことを共有してください。そのために、おこづかいの確認や振り返りができるようおこづかい帳を付けさせましょう。親も家計簿と一緒に付けると、おこづかい帳を習慣にしやすいです。おこづかいの日に、おこづかい帳を子どもと一緒にチェックします。その際、使い道などについて、親は口出ししないようにしたいものです。「使い過ぎ」、「お金がすぐ足りなくなる」、そういった失敗は金銭感覚を育てる絶好のチャンスなのです。とはいえ、使途不明金が発生している場合は、おこづかいをストップするなど、親として厳しい姿勢を見せることも大切です。

親子で決めたルールは必ず守り、使い過ぎて増額を希望してきたとしても、自分の管理ミスですから増額はしない。将来お金で苦労しない大人になるための経験の場と、温かく見守ってあげてください。おこづかいは、子どもにお金の管理を学ばせる場であると同時に、親子のこ

ミュニケーションを深める場でもあります。おこづかいの日は、親子でお金についてあれこれ話し合う日にするとういでしょう。家庭におけるお金に対する考え方やルール、わが家の金銭状況などを子どもに伝えることも重要だといえます。常に子どもの声に耳を傾け、ふだんから様子を見てあげることも忘れないでください。

おこづかいは、人生教育そのものだと感じます。おこづかいをきっかけに、金銭教育の枠を飛び越えた学びの場をつくらせてもらいたいと思います。



大藪千穂 (おおぶ・ちほ)

岐阜大学教育学部教授(家庭経済学)。30年にわたり紙面やネットで「家計簿診断」を実施。金融広報アドバイザーとして、児童・生徒や教員、PTA対象の金融教育を担当。教育用の「人生設計ゲーム」や老後用の「エンディング・プランニング・ゲーム」を開発。1,000人以上に実践し、情報活動やリテラシーと教育効果の関係を分析している。著書に『ちほ先生の家計簿診察室』(名古屋リビング新聞社)ほか多数。

★「計画力」、「自制力」、「感謝の心」を身に付けて金銭感覚を養う。

★渡し方は「定額制」をメインに、「報酬制」をボーナスに。

★おこづかいの日は親子でお金コミュニケーションを深める。

## 18歳が、変わる！

## アキラとマモル バンド編

成年年齢引き下げについて、見てわかる動画

2022年4月1日から18歳を成年（成人）とすることが決まりました。

未成年と成年では何か違うのでしょうか。成年になると、自分ひとりでいろいろな契約ができるようになります。

一方で、成年になると未成年者取消権がなくなります。未成年であれば親権者の同意を得ずに行った契約は原則として取り消すことができますが、成年になるとそれはできなくなります。

成年になったばかりの人を狙う悪質な業者もいます。成年年齢が18歳に引き下げられることで、中学生や高校生のうちから契約について正

しい知識を身に付けることがより重要になります。慎重に検討したうえで契約し、消費者トラブルを未然に防ぐこと、トラブルに巻き込まれてしまったときには相談窓口があることを知っておくことがとくに大切です。

金融広報中央委員会では、成年年齢引き下げに対応するための教材として、動画「18歳が、変わる！—アキラとマモル バンド編」を作成しました。難しいと思われがちな「契約」について、楽しみながら、自分との関わりを具体的にイメージしてもらえるようになっています。家庭科や社会科、公民科などの授業の導入部分でご活用いただきやすいよ

う、2分ほどのコンパクトなストーリーになっています。

すでに全国の学校や教育委員会に動画のDVDを配布し、多くの反響をいただいています。動画は、金融広報中央委員会の知るぽるとWEBサイトでも公開しています。

この動画に加えて、契約についてさらに学びたい方向けに「18歳までに学ぶ 契約の知恵」（パンフレット）を用意しています。さらに深く学びたい方には『これであなたもひとり立ち』（ワークブック）もあります。いずれも、知るぽるとWEBサイトに詳しい内容を掲載していますので、ぜひご覧ください。



## 2022年のとある日。

高校3年生のアキラ、マモル、ヒカリ、ダイゴが文化祭について何やら相談しています。成年年齢の引き下げは彼らにとってどんな影響があるのでしょうか。



学校の授業などでご使用いただく場合、無償で送付します（原則として各学校3枚まで）。

郵便番号、住所、氏名、電話番号、希望枚数、使用目的を記載のうえ、(books@saveinfo.or.jp) 宛にお申し込みください。



## まなびや訪問

金融教育研究校・  
金銭教育研究校  
の紹介



4年生による「花苗販売」



錦小学校の校舎と満開の桜



1・2年生の「にしきのやおやさん だいさくせん」



5年生による「からすみ作り」



# 三重県大紀町立錦小学校

錦小学校は、三重県の中南部に位置する大紀町にあります。

隣町との境には、かつて、「伊勢の国」と「紀伊の国」の国境だった世界遺産・熊野古道の「ツツリト峠」があり、多くの人々がこの地を訪れます。

本校は、2018年度から三重県金融広報委員会の支援を受け、金融教育の視点を取り入れた地域学習に取り組んでいます。金融教育の意義である「将来を見通しながら、より豊かな生き方を実現するため、主体的に考え、工夫し、努力する態度」や「社会に支えられている自分と社会に働きかける自分とを自覚して、社会に感謝し、貢献する態度」を身に付けることは、本校の研究主題である「自ら伸びようとする子どもの育成」につながるものです。

2018年度の金融教育の実践では、各学年ごとにテーマを設けて、地域とつながりながら学習を進めました。例えば、1・2年生は、「にしきのや

やさん だいさくせん」をテーマに、野菜栽培を行い、収穫した野菜の価値を相談し、販売を行いました。サルの畑荒らしなどの苦難を乗り越え、やっとのことで実施した野菜販売は、地域で大好評でした。地域の方々からの「また野菜作ってね」などの言葉に、達成感と満足感を得ることができました。また、5年生は、錦の春の特産品である「ぶり」の卵を「からすみ」にすることで、「新たな価値を見出すことでの地域の活性化」を学習しました。

地域の方々からは、「地域の『人・もの・こと』を大切にしながら、教育を進めていることに感心した」、「経済活動とお金の関連性を知ることが、大変意義がある」などの声をいただくことができました。今後とも、金融教育の意義を取り入れた学校教育を展開することで、児童一人ひとりに、たくましく生き抜いていける力を培っていきけるよう取り組んでいきたいと思えます。

読者の皆さまの声ををご紹介します。  
ご愛読ありがとうございます。(敬称略)

「そこが知りたいくらしの金融知識」がとても参考になりました。独り身なので老後の生活に不安があります。「シングル世帯でも老後資金が半分で済むわけではない」というデータは説得力がありました。

(新潟県・アスパラ)

「わたしはタマサレナイ!!」は、まさにびっくり。私の自宅にも総合消費料金未納分訴訟最終通知書が届いていました。読んで、役に立ちました。

(神奈川県・いさびよん)

「インタビュー」は、深い内容で内野聖陽さんを見る目が変わりました。今まで順風満帆に俳優人生を送っていると思い込んでいました。様々なことを乗り越えたんですね。父親とのエピソードもよかったです。

(神奈川県・よん太)

「誌上セミナー」の「他人事ではない多重債務問題」は、今春まで多重債務相談員であった私自身の振り返りになりました。多重債務問題を無くすには、「家計管理」を知るための「金銭教育」が大切だと思います。

(秋田県・金富美子)

## 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。

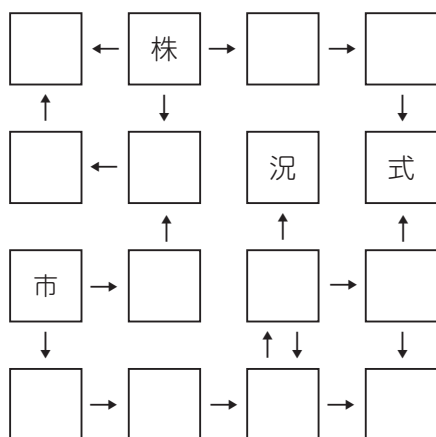
●例 

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

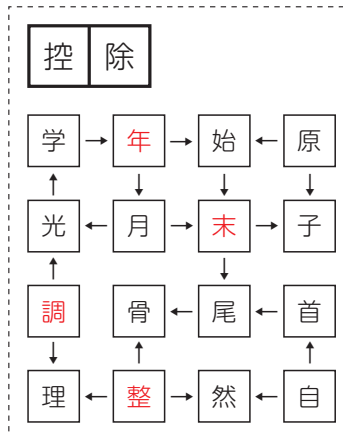
食	売	字	数	民	販	名
格	場	主	券	価	実	上

### ●残った漢字を組み合わせることができる熟語

※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、下記宛先までお送りください。2019年8月31日までに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	宇都宮市塙田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の船入町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.49  
2019夏号

令和元年7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

今号から始まった新コーナー「野菜と暮らす春夏秋冬」はいかがでしたでしょうか。つつい暴飲暴食をしてしまう身としては、いつまでも健康で長生きするために、バランスのよい食事を規則正しく取ることの重要性を改めて認識しました。暑い日が続きますが、読者の皆さまも、是非、ゴーヤーの健康積立レシピをお試しいただき、今年の夏を乗り切っていただければと思います。皆さまのご意見・ご感想をお待ちしています。

※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.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

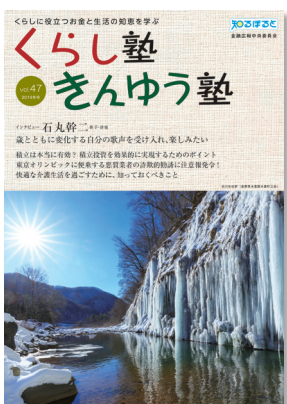
そこが知りたい くらしの金融知識

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



## vol.47 2019年[冬号]

インタビュー

石丸 幹二 さん

教えて! 知るぽると

積立は本当に有効?

積立投資を効果的に実現するためのポイント

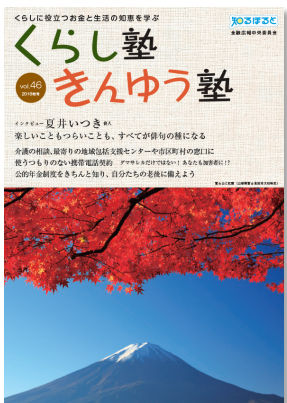
そこが知りたい くらしの金融知識

快適な介護生活を過ごすために、知っておくべきこと

金融教育の現場レポート

茨城県美浦村立木原小学校

児童たちによる起業体験。高い自主性と仲間を思いやる心を養う



## vol.46 2018年[秋号]

インタビュー

夏井 いつき さん

教えて! 知るぽると

介護の相談、最寄りの地域包括支援センターや市区町村の窓口に

そこが知りたい くらしの金融知識

公的年金制度をきちんと知り、自分たちの老後に備えよう

金融教育の現場レポート

東京都立蒲田高等学校

リスクとリターンの関係を学ぶ。

現実の経済の動きを題材に資産運用を疑似体験

**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/>

