

ライフイベント表・キャッシュフロー表を作成する



ライフプランを描いてみる

給与明細書・源泉徴収票の見方

消費と貯蓄・投資

お金を借りる、お金を返す

コラム1 インターネットを活用したパーソナルファイナンス

コラム2 消費者トラブルに遭わないために

公的保険と民間保険・共済商品

公的年金とリタイアメントプランニング

コラム3 金融経済の基本を理解する

ライフイベント表・キャッシュフロー表を作成する

みんなのトーク

キャッシュフロー表で計算したら、赤字すぎて落ち込んだ

人生 ライフイベントを欲張りすぎるタイプ!?(笑)

お金、かかるなあ。でも目標がはっきりして、逆にスッキリしたよ

海外旅行が趣味だと、結構キツイんだけど汗

フローは随時見直せばいいんだし、あとはガンガン稼ぐのみ!

Q どうすれば、今後かかるお金の計画を立てられますか?

A 人生において必要なお金は、急には貯められません。あらかじめしっかりとライフプランを立てることが大切です。ライフイベント表やキャッシュフロー表を完成させて、自分の実現したい目標と、その際に必要な金額を整理しましょう。

▶ 人生設計に必須となるパーソナルファイナンス

まずは、ライフプランを実現するために、いつ、いくらお金が必要となるかを明確化する、ライフイベント表(P3~6参照)を作成します。特に人生の三大支出(住宅・教育・老後の費用)は、相当のお金を要するため資金計画が不可欠です。ライフプランにおける金銭面を具体化することをマネープランニングといい、それを表にしたものをキャッシュフロー表といいます。毎月の収支を見るだけの家計簿に対して、キャッシュフロー表は生涯のお金の流れをチェックするものです。

▶ 「フィナンシャルゴール」を目指すために

ライフイベント表をもとに、フィナンシャルゴールを決めましょう。フィナンシャルゴールとは、「自分はこう生きたい」という経済面での目標のこと。例えば、「35歳までにマイホームを購入したい。それまでに頭金を500万円貯める」「家族で3年に1回は国内旅行に行きたい。その費用として30万円ずつ必要」など、具体的な目標をあげましょう。次に、そのフィナンシャルゴールに向かって、キャッシュフロー表を作ります。それにより、「月々あと1万円ずつ積立額を増やす」「投資商品で運用する」「マイホーム購入の時期をずらす」など、フィナンシャルゴールに向かっての具体的な解決策を立てていくことができます。

💡 ワンポイント講座

フィナンシャルゴールを決める際は、「5W2H」の視点で考えてみましょう。そうすることで、自分が本当に求める目標が何かを明確にしやすくなります。

- Why なぜそれを実現したいのか?(理由)
- Who 誰が実現したいのか?(主体)
- When いつまでに実現したいのか?(期限)
- Where どこで実現したいのか?(場所)
- What 何を實現したいのか?(目的)
- How/How much どのくらい時間やお金がかかるのか?(具体的数値)

▶ 「ライフイベント表」「キャッシュフロー表」の作り方

① 「ライフイベント表」を作る手順(P4参照)

- ①「年」の欄を作り、わかりやすいように暦年・元号などを記入します。
- ②「家族」の欄に家族構成を記入します。
- ③「年」に合わせて、家族の年齢(年度末現在)を記入します。
- ④「年」に合わせて、ライフイベントを記入します。
 - ・人生の節目のイベント：結婚・出産・転職・退職予定など
 - ・大きな支出：住宅購入・子どもの入学金、自動車購入・旅行など
- ⑤それぞれのイベントを実現するために必要な金額を調べて記入します。

② 「キャッシュフロー表」を作る手順(P33~34参照)

- ①「収入」欄を作成します。
 - ・給与の場合、給料と賞与それぞれから税金・社会保険料を引いた額(可処分所得)の合計を記入します。定期昇給が見込める場合は加味し、昇給が不明な場合は定額で記入します。
 - ・自営業の人は、事業収入のうち生活費として使うことができる金額を記入します。
- ②「支出」欄を作成します。
 - ・主な項目は、基本生活費(食費・光熱費・被服費などの基本的な家計支出)、住居費(家賃・住宅ローンなど)、教育費、保険料(生命保険料・損害保険料)などを記入します。
 - ・車の買い替えや海外旅行といった一時的な支出、交際費、娯楽費などは、その他支出や一時的支出にまとめて記入します。
- ③年ごとに、収入と支出の合計金額を記入します。
 - ・年ごとに、「年間収支(収入合計-支出合計)」の金額を算出。「収入合計」よりも「支出合計」のほうが多い場合は、マイナスの金額をそのまま記入します。
- ④年ごとの「貯蓄残高」を以下の計算式で算出していきます。

前年の貯蓄残高+その年の年間収支の金額

 - ・年間収支がプラスの場合は、そのまま貯蓄残高に組み入れることができますが、年間収支がマイナスになってしまった場合は、貯蓄残高を取り崩すことになります。

▶ キャッシュフロー表は、常に“見直す”ことが大切

できあがったキャッシュフロー表を見て、年間収支がマイナスになる年がないか、貯蓄残高が増加しているか、または減少しているかなど、数値の推移をチェックします。年間収支が一時的にマイナスになってしまった場合は、貯蓄を取り崩すことでカバーできますが、何年も連続して(断続的に)マイナスが続く場合は、貯蓄が目減りする一方なので策を講じなければなりません。次の解決策を折り込んで、再度キャッシュフロー表で確認していきましょう。このように、いろいろな可能性を試してみることを「シミュレーション」といい、キャッシュフロー表はシミュレーションを行うためのツールでもあります。

ライフイベント表・キャッシュフロー表を作成する

「キャッシュフロー表」を見直すポイント

- ◆収入を増やす方法を考える。
- ◆支出を減らす方法を考える。
- ◆ライフイベントの時期を見直す。
- ◆ライフイベントの内容(要する金額)を修正する。



ワンポイント講座

「ライフイベント表」「キャッシュフロー表」は、夢や目標の変更はもとより、生活環境や家族構成、収入の変化などに応じて、定期的に見直していきましょう。

「キャッシュフロー表」の例

(単位:万円)

| 西暦 | | 年 | 年 | 年 | 年 | 年 | 年 | 年 | | |
|-----------|-----------|-----------|---------|---------|----------|-----|-----|----------|-----|-----|
| | | 年後 | 現在 | 1年後 | 2年後 | 3年後 | 4年後 | 5年後 | 6年後 | |
| ライフイベント表 | 家族構成・年齢 | 本人 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | |
| | | 配偶者 | - | - | - | - | - | - | - | |
| | | 第一子 | - | - | - | - | - | - | - | |
| | | 第二子 | - | - | - | - | - | - | - | |
| | | 第三子 | - | - | - | - | - | - | - | |
| | ライフイベント | 一人暮らし60万円 | 国内旅行5万円 | 英会話30万円 | 海外旅行20万円 | | | 海外旅行20万円 | | |
| キャッシュフロー表 | 収入 | 私の収入 | 300 | 303 | 306 | 309 | 312 | 315 | 318 | |
| | | 配偶者の収入 | | | | | | | | |
| | | 親からの援助 | | | | | | | | |
| | | ①収入合計 | 300 | 303 | 306 | 309 | 312 | 315 | 318 | |
| | 支出 | | 生活費 | 135 | 138 | 140 | 143 | 146 | 149 | 152 |
| | | | 住居費 | 96 | 96 | 96 | 96 | 96 | 96 | 96 |
| | | | イベント費用 | | 5 | | 20 | | 20 | |
| | | | 教育費 | | | | | | | |
| | | | 保険料 | 0 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| | | | その他 | | | 30 | | | | |
| | 一時的な支出 | 60 | | | | | | | | |
| | ②支出合計 | 291 | 245 | 272 | 265 | 248 | 271 | 254 | | |
| | 年間収支(①-②) | 9 | 58 | 34 | 44 | 64 | 44 | 64 | | |
| | 貯蓄残高 | 9 | 67 | 101 | 145 | 209 | 253 | 317 | | |

※本人・配偶者の収入の上昇率は1.0%で計算しています。
 ※生活費の上昇率は2.0%で計算しています。
 ※貯蓄残高の運用率は考慮していません。

| 年 | 年 | 年 | 年 | 年 | 年 | 年 | 年 | 年 |
|---------------------|-----|----------------|----------|-------------------|----------|-------------------------|----------|----------|
| 7年後 | 8年後 | 9年後 | 10年後 | 11年後 | 12年後 | 13年後 | 14年後 | 15年後 |
| 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 |
| - | - | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| - | - | - | - | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 結婚400万円 引越し100万円 | | 第一子誕生 保険見直し | 国内旅行15万円 | 第二子誕生 車購入150万円 | 第一子幼稚園入園 | 住宅購入頭金800万円 引越し100万円 | 第二子幼稚園入園 | 第一子小学校入学 |
| 322 | 325 | 328 | 331 | 335 | 338 | 341 | 345 | 348 |
| 240 | 242 | 245 | 247 | 250 | 252 | 255 | 257 | 260 |
| 100 | | | | | | 200 | | |
| 662 | 567 | 573 | 578 | 585 | 590 | 796 | 602 | 608 |
| 180 | 184 | 187 | 191 | 195 | 199 | 203 | 207 | 211 |
| 150 | 150 | 150 | 150 | 150 | 150 | 200 | 200 | 200 |
| | | | 15 | | | | | |
| | | 18 | 18 | 30 | 58 | 59 | 60 | 65 |
| 6 | 6 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| 500 | | | | 150 | | 900 | | |
| 836 | 340 | 395 | 414 | 565 | 447 | 1,402 | 507 | 516 |
| ▲174 | 227 | 178 | 164 | 20 | 143 | ▲606 | 95 | 92 |
| 143 | 370 | 548 | 712 | 732 | 875 | 269 | 364 | 456 |