

生活困窮者への 支援とアドバイス

FPだからこそできる支援を、共に

新型コロナウイルス感染症拡大により、経済的な影響を受ける人が増えている。生活困窮者自立支援制度によって様々な取り組みが広がり、徐々に成果を挙げてきた矢先で起きたコロナ禍。さらなる支援のニーズが高まる中、今回の特集では社会的意義も大きい生活困窮者への支援やアドバイスのあり方を考えていきたい。



※今回の特集はSDGsの17の目標のうち、上記の目標に関連しています。

CONTENTS

Part 1	今、日本の「貧困」の実態はどうなっているか P4 阿部 彩氏 東京都立大学人文社会学部教授 西垣千春氏 神戸学院大学総合リハビリテーション学部教授
Part 2	支援の現場から見るFPのニーズ P8 1. 押さえておきたい生活困窮者自立支援制度 2. FPに期待される役割・ニーズとは
Part 3	テーマで学ぶ 生活困窮への効果的なアドバイス P10 テーマ1 病気で収入が大幅ダウン 辻本由香氏 CFP®認定者 P10 テーマ2 仕事を失った非正規夫婦 仲井間美穂氏 CFP®認定者 P12 テーマ3 精神疾患によるひきこもり 浜田裕也氏 CFP®認定者 P14 テーマ4 多重債務で生活困窮 藤具圭介氏 CFP®認定者 P16

記事の内容は、取材・執筆時点(2020年10月上旬~11月中旬)のものであり、本特集は取材対象者と執筆者の見解を掲載したものであり、当協会の意見・方針等を示すものではありません。また特定の金融商品の勧誘等を目的とするものではありません。当協会は本特集に掲載されている情報等に起因する損害等について責任を負う立場にはありません。本特集に掲載されている内容に関して、資格・認可が必要となる業務が含まれている場合があります。そのような業務を行う場合、当該資格や認可を得るか、もしくはそれらを有する専門家と協働して実行することが必要になります。「有価証券の価値等」または「金融商品の価値等の分析に基づく投資判断」に関し、報酬を得ることを約したうえで、口頭、文書その他の方法により助言を行うことを業として行う場合は、金融商品取引業(投資助言・代理業)の登録を受ける必要があります。また証券会社等の委託を受けて、有価証券の売買の媒介等の行為を行う場合には、金融商品仲介業の登録を受ける必要があります。

今、日本の「貧困」の実態はどうなっているか

住宅購入、教育費や老後資金の準備など、ライフプランの実現などに寄与するのが、FPの大きな役割である。一方で、夢や目標を描きにくい貧困状態にある人も少なくない。日本の貧困はどのような状況にあるのか。Part1では、その実態や支援の現場を知る専門家に話を聞いた。

全体では6人に1人、子どもの7人に1人が「貧困」

日本の相対的貧困率は15.7%と高水準 OECD加盟国中10位と国際的にも貧困率が高い

貧困率の定義には、「絶対的貧困」と「相対的貧困」がある。世界銀行では1日1.9米ドル未満で生活する人々を絶対的貧困としており、2020年には全世界で7億人以上と推計している。対して相対的貧困は、世帯可処分所得（世帯内の所得の合計）を世帯人数で調整した値（等価可処分所得）の中央値の50%を「貧困線」とし、それを下回る世帯に属する人を指す。

可処分所得とは、稼働所得や財産所得などから、所得税、住民税、固定資産税、社会保険料を差し引き、公的年金、児童手当、生活保護などの社会保障給付を加えた額である。これはOECD（経済協力開発機構）などでも用いられ、国際的にも普及している相対的貧困率の推計方法となっている。

図表1はOECD加盟国の相対的貧困率を示したデータである。日本の相対的貧困率は15.7%で、35カ国中、10番目に貧困率が高い。G7（主要7カ国）では、アメリカ（17.8%）に次ぐ2番目の高さである。日本は国際的にも高い生活水準を維

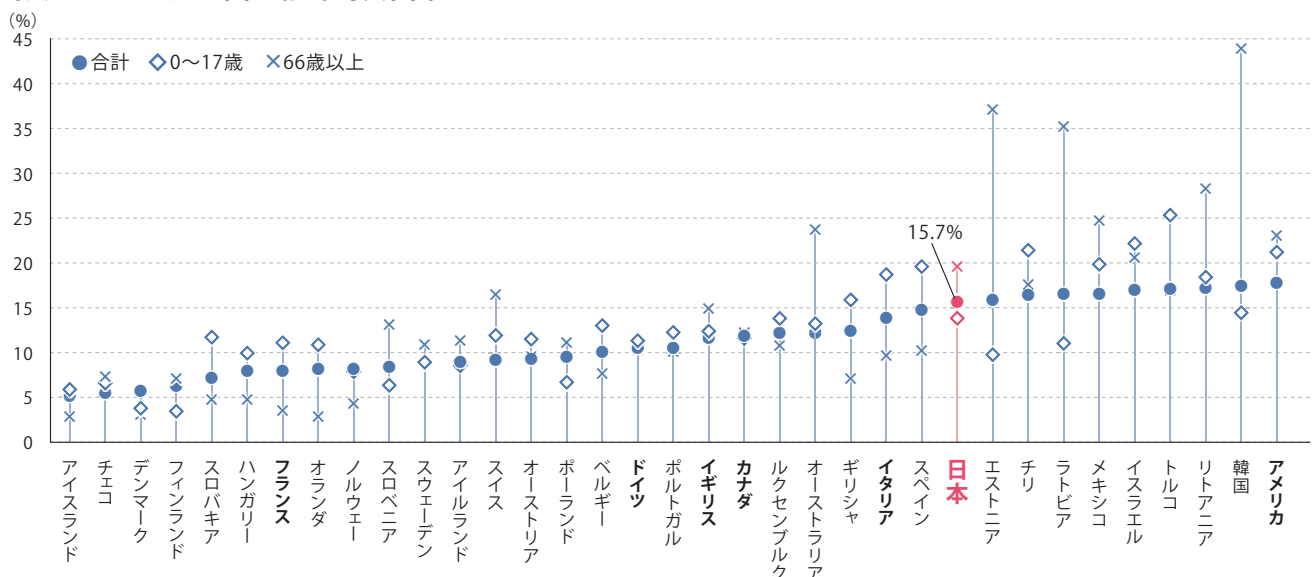
持しているイメージもあるが、相対的貧困率は高い水準だ。

1985年からの推移（図表2）では、日本の相対的貧困率は1985年の12%から2018年には15.4%、子ども（17歳以下）では同10.9%から13.5%に上昇している。東京都立大学人文社会学部人間社会学科社会福祉学教室教授で、子ども・若者貧困研究センター長の阿部彩氏は、こう話す。

「1985年以降で貧困率が最悪の水準だったのは、リーマン・ショック後の2012年でした。景気回復で15年までに貧困率は改善しましたが、景気が良くなっているわりに2015～2018年は改善の度合いが鈍化しました。全体では6人に1人、子どもでは7人に1人が相対的貧困の状況にあり、貧困率は高いといえます。学校では1クラスに数人は貧困の子がおり、部費を負担できず部活動ができない、給食費を滞納している、課外学習の負担金が払えない、などは珍しいことではありません。月末にはお財布の中に1,000円しか残っておらず、それで3日間暮らさなければならぬ。子が病気になったらどうしようか、といったことに悩んでおり、教育費のことまで考えられない状況です」

年齢別に見ると（図表3）、とくに65歳以上の高齢者で

図表1 ■ OECD加盟国の相対的貧困率



出所：OECD (2020)、Poverty rate (indicator)、加盟国のうちコロンビア、ニュージーランドはデータなし、2020年11月13日現在、太字はG7

お話を伺った方

阿部 彩氏 (あべ・あや)



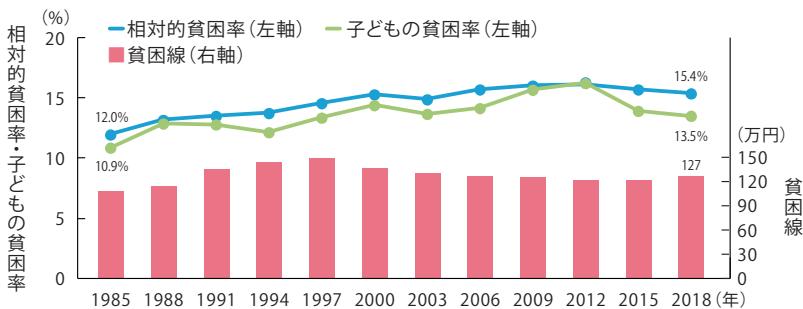
東京都立大学人文社会学部人間社会学科社会福祉学教室教授／子ども・若者貧困研究センター長。MIT卒業、タフツ大学フレッチャー・法律外交大学院修士号・博士号取得。国際連合、海外経済協力基金を経て、国立社会保障・人口問題研究所に勤務。2015年4月より現職。厚生労働省社会保障審議会生活保護基準部会委員、内閣府男女共同参画会議等の委員を務める。研究テーマは、貧困、社会的排除、生活保護制度。著書に『子どもの貧困』『子どもの貧困II』(岩波書店)、『弱者の居場所がない社会』(講談社)など多数。

西垣千春氏 (にしがき・ちはる)



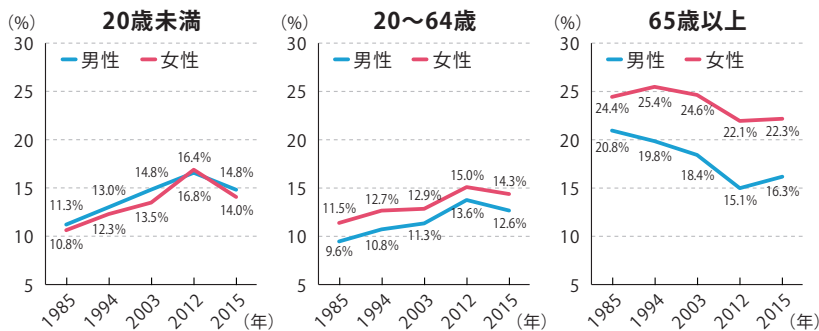
神戸学院大学総合リハビリテーション学部社会リハビリテーション学科教授／学生の未来センター所長。大阪大学大学院医科学研究科博士課程修了、医学博士(大阪大学)。大阪大学医学部助手、四天王寺国際仏教大学助教授を経て2005年から現職。研究テーマは地域保健福祉・生活困窮の原因と予防。地方自治体・社会福祉協議会などからの調査分析等・講演の依頼多数。著書に『老後の生活破綻 身近に潜むリスクと解決策』(中公新書)、『SDGs時代のESDと社会的レジリエンス』(分担執筆、筑波書房)等。

図表2 ■ 日本の相対的貧困率と子どもの貧困率の推移 (旧基準)



出所:厚生労働省「2019年国民生活基礎調査の概況」を基に編集出版課で作成

図表3 ■ 年齢3階層別の貧困率の推移



出所:阿部彩(2018)「相対的貧困率の長期的動向:1985-2015」貧困統計ホームページ

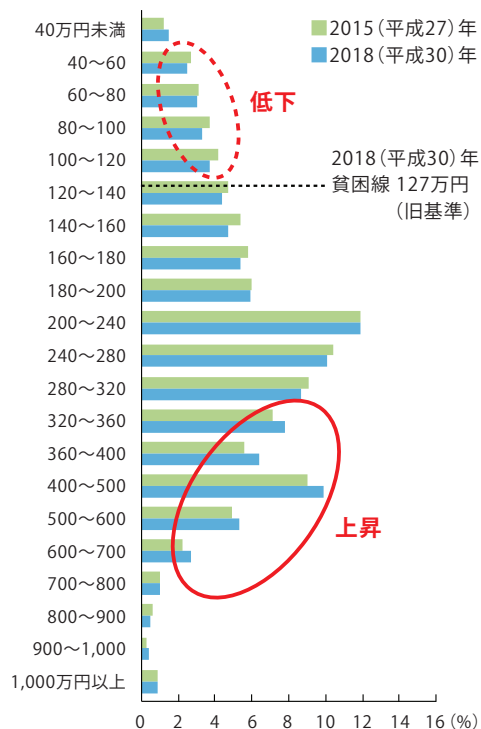
貧困率が高く、2015年では男性が16.3%、女性が22.3%となっている。20歳未満および64歳以下では2012年まで急増し、その後減少がみられるものの、まだ高い水準にある。

「さらに長い期間で見ても、皆年金ではなかった1950～1960年に比べて、高齢者の貧困率は下がってきています。過去には非加入、加入でも納付期間が短いなどで年金額が少なかったのに対し、現在の高齢者、とくに男性は終身雇用、加えて高度成長期に保険料を納めてきた世代なので、年金額も多い。しかし夫を早く亡くしたり、離婚したりしている单身女性の高齢期の貧困率は高いといえます」(阿部氏)

さらに阿部氏は、「80年代以降は若者と子どもの貧困が増えてきた」と話す。

貧困率は厚生労働省の発表では最新が2018年であり、現状では、新型コロナウイルス感染症の拡大により失業者が増加したほか、収入が減っている人も少なくない。図表4を見ると、2018年の等価可処分所得ベースで貧困線は超

図表4 ■ 等価可処分所得金額階級別世帯員数の相対度数分布 (全世帯員)



出所:厚生労働省「2019年国民生活基礎調査の概況」を基に編集出版課で作成

えないまでも、その水準に近い人も少なくない。

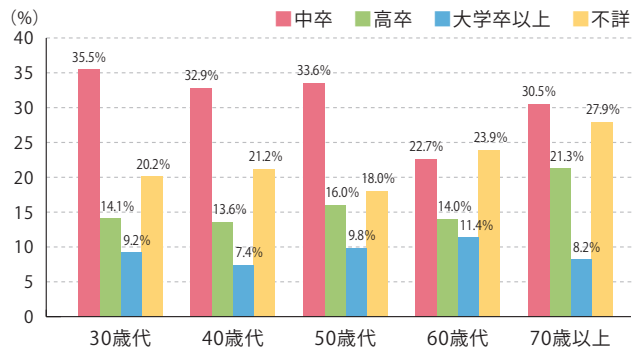
神戸学院大学総合リハビリテーション学部社会リハビリテーション学科教授の西垣千春氏は、大阪府の総合生活相談「生活困窮者レスキュー事業」の活動に参加している。「2018～2019年は人手不足によって、女性の就業率や最低賃金が引き上げられましたが、コロナ禍で雇用情勢が悪化し、今後が心配されます。リーマン・ショック以上の景気悪化であり、2012年より貧困率が悪化する可能性は十分にあります」と指摘する。

子どものあらゆる問題に貧困が関係 奨学金を背負ったまま大学を退学する学生も

前述のとおり、子どもの貧困率は高い水準にある。

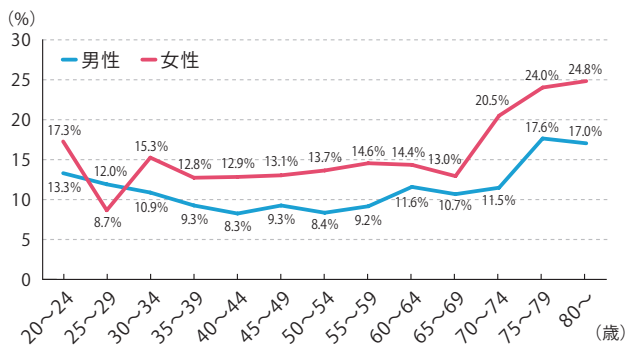
「学力、体力、健康、自己肯定感、友だちの数、いじめにあう確率、不登校やひきこもりになる確率、うつ病など、子どもの生育や暮らしにおけるあらゆる問題で所得と関係しないものはないのではないか。お金がすべてではないも

図表5 ■ 学歴別(10歳階級別)女性の貧困率(2015)



出所:阿部彩(2018)「相対的貧困率の長期的動向:1985-2015」貧困統計ホームページ

図表7 ■ ワーキングプア率



出所:阿部彩(2018)「相対的貧困率の長期的動向:1985-2015」貧困統計ホームページ

の、お金によって課題が解決できることも多い。例えばコロナで休校を余儀なくされた際もテレワークなどで対応できたのは経済的余裕がある世帯が多く、貧困世帯では子どもが家に1人であるケースもありました。家計状況によって子どもがおかれる環境に差が生じたのです(阿部氏)

昨今では大学への進学率も高く、大学を卒業して好条件で就職、というプランを描く人も多い。たしかに図表5でも、学歴が高いほど貧困率が低いことが見て取れる。40歳代女性では大学卒以上の貧困率が7.4%にとどまるのに対し、高卒では13.6%と、倍近い。男性でも大学卒以上では4.9%、高卒では12.1%とさらに差がある。

しかし、奨学金を利用して卒業後に返済負担に悩む例もあるほか、退学する学生が少なくないことも注視したい。

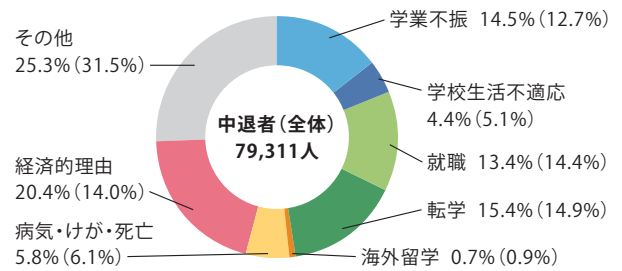
2012年度の文部科学省の調査では、大学を退学した学生は年間約8万人近く、全学生数の約2.65%にのぼる(図表6)。調査では経済的理由が20%を占める。西垣氏が所属する神戸学院大学では、退学を考える学生などの相談に乗る「学生の未来センター」を2019年4月に設置した。

「医師や看護師などが参加するNPOが行ったホームレス調査に関わった際、若年層の路上生活者も多く、大学中途退者も少なくないことがわかりました。本学でも、離学した学生の3分の2は、学費が払えないためにやむなく就職、社会適応が困難でアルバイト生活、非正規就労を転々、という状況です。過半数が奨学金を利用しているため、債務を負ったまま退学する学生も多く、非正規雇用で収入が不

図表6 ■ 大学中途退学者の状況(2012年度)

年間の中退率は2.65%(2007年度は2.41%)

中退者数(79,311人)を、全学生数(中退者、休学者を含む2,991,573人)で除した数



※()内は2007年度

出所:文部科学省「学生の中退学や休学等の状況について」

安定な場合は困窮につながりやすいといえます(西垣氏)

これまで100人以上と面談しており、中にはアルバイトで20万円程度の収入を得て実家で豊かに暮らす学生もいるという。しかし、本人・家族が病気や景気低迷で仕事を失った場合は、貧困状態になる危険が伴う。

「40代後半からは非正規でも仕事が見つけにくい傾向があり、就職も難しい。社会保険の知識や、将来を見据えてライフプランを考えることの重要性などについて、学生のうちから理解を促す必要があります(西垣氏)

男性を上回る女性のワーキングプア率 精神疾患で貧困に陥るケースも

働きながらも貧困状態にあるワーキングプア率も高い(図表7)。男性では20~24歳から40代に向けて減少し、50歳以上から再び上昇する。女性はほとんどの年代で男性を上回り、8~25%近くが働きながらも貧困の状態だ。

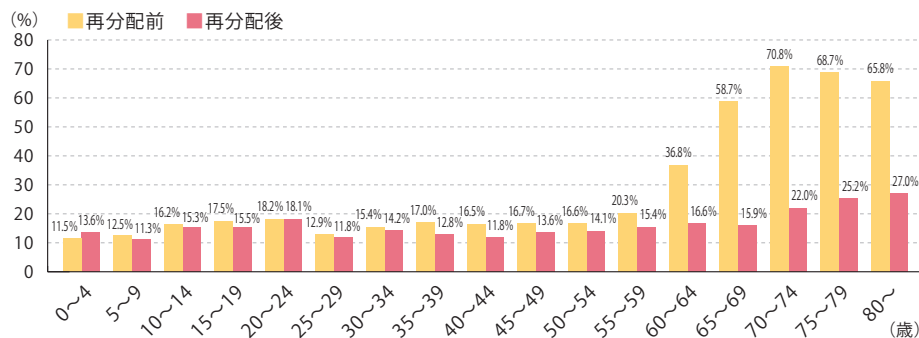
「女性の貧困では雇用が大きな要因です。高学歴であっても正規の仕事に就くことができなかった、結婚・出産などで正規雇用の仕事を辞め、その後、離婚して、再就職が難しい、などのケースがあります。キャリアが途絶えると、看護師など一定の職業を除くと正規の仕事に就くのはかなり難しく、結婚・出産、介護などでも辞めなくていい環境が必要です(阿部氏)

さらに西垣氏は、産業構造の変化も貧困に影響している、と分析する。

「60年前には3分の1を占めていた第一次産業の従事者が、現在は約3%まで減少。増えたのはサービス業など第三次産業従事者で、とくに非正規雇用が多い。第一次産業では多世代が同居することが多かったが、現在では核家族化が進み、夫死亡後は女性の単身世帯となる。未婚率も高く、男性の単身者も多い。多世代同居では二世帯が収入を得る時期があったり、物資が共有できて生活コストが抑えられたりしますが、そうした家庭内のセーフティネットが機能しなくなっています。第一次産業従事者が減り、同じところに住み続ける人が減ったため、地域のセーフティネットも機能しにくいといえます」

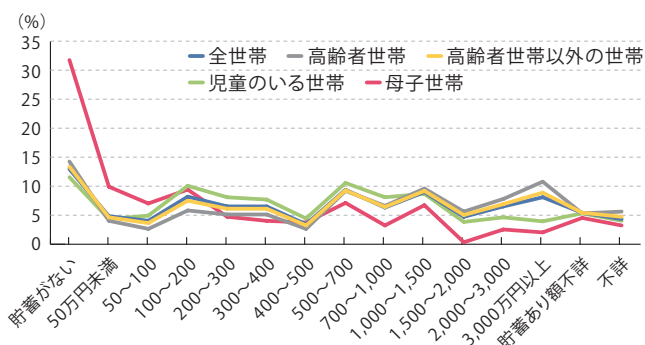
最近では、精神的な疾患で貧困に陥る人も少なくない。「病は命に関わることでですからいったん会社は辞めて、

図表8 ■再分配前と再分配後の貧困率(女性)



出所: 貧困統計ホームページ「日本の相対的貧困率の動向」(阿部彰 2018)を基に編集出版課で作成

図表9 ■各種世帯の貯蓄額階級の構成割合



出所: 厚生労働省「2019年国民生活基礎調査の概況」を基に編集出版課で作成

早期に治療を始め、再就職を目指すのが望ましいといえます。その間に、生活に困ったら生活保護制度など公的支援を使うことは何の問題もありません」(阿部氏)

社会保障の知識やライフプランの重要性などFPが寄与できることも多い

貧困層への支援は足りているのだろうか。

図表8は、再分配前、再分配後の女性の貧困率を年齢別に見たものである。再分配前は就労や金融資産によって得られる所得で、そこに児童手当や年金などの社会保障を加えたものが再分配後となる。高齢者においては再分配によって大きな改善が見られるが、勤労世代において改善度は大きいとはいえない。男性についても傾向は同じだ。これについて阿部氏は、「子どもがいる貧困世帯などの税や社会保険料負担が多すぎ、児童手当、児童扶養手当、生活保護などの給付が少なかつたため」と指摘する。

国は2013年に「子どもの貧困対策の推進に関する法律」を制定し、2014年に大綱の策定、2019年にはその改正を行った。貧困の連鎖を断ち切り、すべての子どもが夢や希望を持てる社会を目指す、親の妊娠・出産期から子どもの社会的自立まで切れ目のない支援体制を構築する、支援が届いていない・届きにくい子どもや家庭に配慮する、地方公共団体による取り組みの充実を図る、などの基本方針が打ち出されている。教育費の支援も増えており、2020年4月からの高等教育の修学支援新制度もその1つだ。

しかし、生活費の困窮に対する支援は拡充されていない。ひとり親世帯に対する児童扶養手当の増額などが望まれるが、コロナ禍で、財政支出も膨らんでいる。

「貧困対策としての支援策は、財政と併せて考えなければなりません。画一的な支援ではなく、新型コロナの影響を受けなかった人には財源に貢献していただき、生活困窮世帯にはピンポイントで支援する必要があるのでは

ないでしょうか」(阿部氏)

受けられるはずの支援が受けられていない、という課題もある。阿部氏は、「生活困窮者自立支援法により、全市区町村に包括的な窓口が設置されており、自治体によってサービスの質が異なるものの、生活保護に陥る前の段階で家計相談も含めた支援が行われている」と話す。また民間の団体や、政府の委託で行われている「よりそいホットライン」(電話相談)などの利用も促す。ただし、「仕事に追われて役所に相談に行けない、行ったらけれど支援が得られなかったという人もいますし、誰もが情報収集に長けているわけではなく、PCを持たない人も多いため、情報発信にも工夫が必要」(阿部氏)と言う。

西垣氏も、「病気や景気悪化などで仕事が途絶えると一気に困窮するという人でも、生活に必死な状況では、中長期のプランを考えるのは難しい。就労支援で給付金を受けながら学ぶ制度もありますが、参加は女性が多く、単身男性は相談相手がいない、相談しないという傾向があり、支援の情報も伝わりにくいように思います。相談することができれば道は見つかりやすいので相談の場は増えるべきですし、貧困者を孤立させないことが重要です。FPの方々には、病気、失業、介護、災害など、様々なきっかけで困窮状態になりうることを知っていただきたいです」と話す。

「日本において恒常的に生活を支援する制度は生活保護と貸付制度しかなく、貸付では返済義務が生じるため、我慢してしまう人もいます。ハードルは高いですが、一時的に生活保護を受け、生活改善したら保護を解除する、という選択肢があっていいと考えます。高額療養費など、知ることによって安心感が得られる制度についても、広く知られることが望ましいと思います。かわいそうという目線にならないこと、また情報が多いと受け止められない場合もあるので、丁寧な対応が求められます」(阿部氏)

ライフプランニングや、リスクマネジメントの観点からは、生活費の数カ月分以上の額を緊急資金として確保するのが理想だが、貯蓄がない世帯が母子世帯では30%以上、その他の世帯でも15%近くにのぼる(図表9)。病気、コロナ禍による収入ダウンなどで貧困に陥る可能性がある世帯が少なくないことを念頭においておきたい。

Part 2

支援の現場から見る FPのニーズ

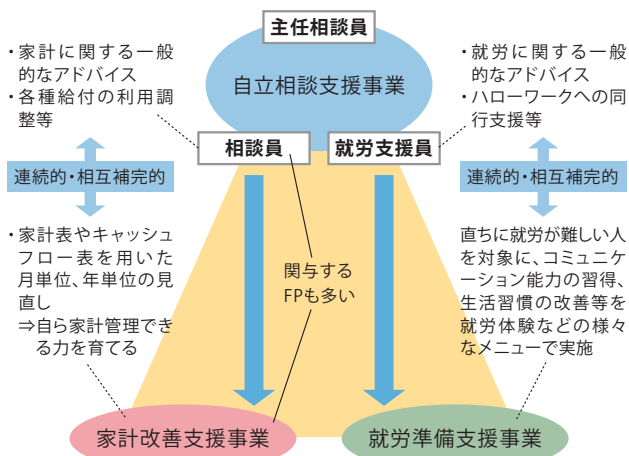
生活困窮に陥った人、または生活困窮に陥らないためにFPはどのような支援ができるのか。Part2では、根幹となる生活困窮者自立支援制度の内容を確認したうえで、実際に現場の声を聞き、どのような役割が期待されているのかを探った。

1. 押さえておきたい生活困窮者自立支援制度

FPの知見も活用される 「家計改善支援事業」

2015年から始まった国・厚生労働省による生活困窮者自立支援制度は、生活に困りごとや不安を抱えている人に対し、生活困窮者自立支援法に基づき就職や住居、家計、子どもの学習サポートといった支援を行う。中心となる事業が「自立相談支援事業」だが、とくにFPの関与が考えられるのは「家計改善支援事業」だろう。同事業では相談

図表1 ■生活困窮者自立支援制度における
自立相談支援事業のイメージ



出所：厚生労働省資料「令和元年度生活困窮者自立支援制度ブロック会議説明資料」を基に編集出版課で作成

員が家計の見直しと家計状況の「見える化」を行い、課題を把握し、相談者が自ら家計を管理する力を育て、早期の生活再建を支援する。見直しには家計表（家計簿）やキャッシュフロー表が用いられる（図表1）。

日本FP協会の取り組み

日本FP協会では、様々な行政機関との連携事業を行っているが、その1つに生活困窮者自立支援法に基づく「生活困窮者家計改善支援事業」がある。各地域の支部の協力のもと、自治体等へ講師や相談員を派遣し、2019年度の相談件数は234件、11自治体に及んだ。2020年度も定期的に相談員の派遣を行っている（図表2）。

図表2 ■生活困窮者家計改善支援事業
2020年度の実施状況

自治体名	開始時期	頻度
敦賀市(福井県)	2020年8月	月1回
愛知県	2020年4月	各センター毎月1~3回
亀岡市(京都府)	2019年4月	月1回
舞鶴市(京都府)	2016年4月	月1回
和泉市(大阪府)	2017年4月	月1回
大東市(大阪府)	2017年4月	月1回
高石市(大阪府)	2019年4月	月1回
堺市(大阪府)	2020年4月	月4回
泉大津市(大阪府)	2020年4月	月1回
総社市(岡山県)	2016年6月	隔月1回
赤磐市(岡山県)	2018年6月	隔月1回

※社会福祉協議会での実施も含む

2. FPに期待される役割・ニーズとは

何が必要なのかを的確に把握し、 提供する「対応力」が求められる

自立相談支援の現場では、FPに何を期待しているのか。シングルマザーにとってお金の問題は「本当に切実」と訴えるのはシングルマザーの支援活動を行うNPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ理事長の赤石千衣子氏。

「就労収入は平均で月10万～11万円程度で、これと公的支援がシングルマザーの命綱。最近は新型コロナウイルスの影響で収入が減少し、さらに困窮する方が増えています」（図表3）

赤石氏らはシングルマザーの生活向上のための様々な取り組みを行っている。その1つがライフプランセミナーだ。FP資格を持つメンバーを講師として東京で年に1～2回実

図表3 ■ 就労収入の変化(2020年2月と5月)

(単位:人)

	2020年2月	2020年5月
就労収入なし	239	372
5万円未満	130	159
5万円～7万5000円	111	137
7万5000円～10万円未満	184	171
10万円～12万5000円未満	231	204
12万5000円～15万円未満	207	166
15万円～17万5000円未満	163	141
17万5000円～20万円未満	192	155
20万円～22万5000円未満	107	84
22万5000円～25万円未満	66	52
25万円～27万5000円未満	42	29
27万5000円～30万円未満	43	32
30万円～35万円未満	30	18
35万円～40万円未満	13	12
40万円以上	15	15
無回答	43	69

出所:認定NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ&シングルマザー調査プロジェクト「新型コロナウイルスの影響によるシングルマザーの就労・生活調査」

施しており、地方からも講師派遣の依頼がある。

「とくに関心が高いのは教育費。いくらかかるのか、公的支援がどれくらい受けられるのか、皆さんなかなかわからない。私たちは『教育費サポートブック』という冊子を毎年作成し、これを使ってお話をしています」

キャリアコンサルティングなど就労収入を上げるためのアドバイスも行っているが、その際にネックになるのが児童扶養手当についての思い込みだと話す。

「以前は児童扶養手当の全部支給が受けられる収入の上限は130万円(子ども1人の場合)でしたが、2018年に160万円に上がり、それを超えても徐々に減額されながらも受け取れる仕組みに改められています。しかしいまだに130万円の壁に縛られている人が多い。この誤解を解いて皆さんの収入を引き上げていくことが大きな課題です」

公的支援制度は複雑でわかりづらいだけに外部のFPにも期待したいと赤石氏。ただし1つ要望があるという。

「気を付けていただきたいのは、一般的な資産形成のラ

図表4 ■ ライフデザインが提供する自立促進型共同住宅利用料

月額 家賃35,000円、
食費36,000円、管理費19,000円
計90,000円



イフプランとシングルマザーのそれとでは、求める内容が全然違うということ。一般的なお話ではなく、シングルマザーというターゲットに合わせた情報提供をしていただけたらと思います」

新潟で自立促進ビジネスを展開する一般社団法人ライフデザインの雪井幸太郎氏は、生活困窮者を対象にした自立促進型共同住宅(図表4)を運営。世間では入居者の生活保護費の大半を収益にし、「貧困ビジネス」と揶揄されるケースも散見されるが、同法人では通帳を預かることはせず、住居と食事の提供のみを行い、金銭管理については社会福祉協議会から派遣された支援者に委ねている。

「それでも生活が安定してくると、入居者から金銭面での不満が出てきます。元々自分で金銭管理ができず困窮した人たちですから計画的に使うという概念がなく、多重債務を抱えている人も多い。支援者もお金の専門家ではないため苦労しているのが実情です」(雪井氏)

だからこそ単なる金銭管理だけでなく、返済計画のサポート、社会保障制度の知識、多重債務にならないための知識、将来に備えるための資金作りなど、「生活自立に必要なお金の知識を本人にわかりやすく話してくれるFPのような専門家が必要」と雪井氏は語る。

生活困窮者に対する家計相談支援は、単なる知識だけでなく人生経験を含めた幅広い人間力も試される難しい仕事だが、FPとして幅を広げ、対応力を広げるには、またとないフィールドといえるのではないだろうか。

Column フードバンク、クラウドファンディングなど様々な支援の形

生活困窮者の支援として早くから行われてきた活動の1つにフードバンクがある。製造・流通過程における破損などで販売できなくなった食料品を企業から譲り受けて困窮者に無償提供するもので、食品を提供する企業にとっても食品ロスの削減、企業イメージ向上などのメリットがある。また家庭で余った食材を支援に活用するフードドライブや、それらの食材を調理して提供する子ども食堂も普及しつつある。現在、国内に約120のフードバンク団体が存在する(農林水産省調べ)。日本生活協同組合連合会によると、全国60の生協がフードバンク・フードドライブを実施・協力しているとのこと。

もう1つ、最近増えてきているのがクラウドファンディングを活用する方法だ。運営主体はNPOや個人など様々だが、地方自治体が取り組むケースもある。例えば東京都板橋区では2019年度から「児童養護施設卒園者住まい応援プロジェクト」を開始した。児童養護施設出身者は高校卒業と同時に施設を出て自活しなければならず大学進学が困難。そこで住居費の半分(上限月3万円)を給付し、進学を支援する。そのための資金をふるさと納税制度を活用したクラウドファンディングによって集めるというものだ。

公的な制度だけでは手が届かなかった部分を知恵と工夫でカバーする試みであり、その広がり注目したい。

Part 3

テーマで学ぶ 生活困窮への 効果的なアドバイス

Part3では、FPが実際にできる支援を考えていく。通常のFP相談で寄せられることがあるケースから、より福祉的な意味合いが強まる困窮者支援まで、4つのテーマを取り上げる。実際には様々な原因が複雑にからみ、生活困窮のリスクが高くなる。FP個人としてできることも限られるが、連携、調整力を発揮して社会貢献につなげたい。

テーマ 1

病気で収入が大幅ダウン

治療計画やメンタル面も配慮。各支援制度を最大限に利用した家計再建プランを

治療と仕事との両立支援で困窮に陥るのを防ぐ

いわゆる三大疾病の患者は現在約463万人（図表1）、仕事を持ちながら治療している人も少なくない。例えば悪性新生物（がん）で通院している人は32.5万人（図表2）。平均余命を考えれば仕事との両立の期間が長く、それらを考慮したライフプランが必須になる。国は両立支援コーディネーターなどを配置し、仕事と治療の両立を支援する取り組みを行っている（図表3）。

図表1 ■ 主な疾病の総患者数

(単位:万人)

	総数	男性	女性
悪性新生物〈腫瘍〉	178.2	97.0	81.2
胃	19.6	13.5	6.1
結腸および直腸	28.8	16.4	12.4
肝臓および肝内胆管	5.6	3.8	1.9
気管、気管支および肺	16.9	10.2	6.7
乳房	23.2	0.3	22.9
心疾患(高血圧性のものを除く)	173.2	96.3	77.5
脳血管疾患	111.5	55.6	55.8

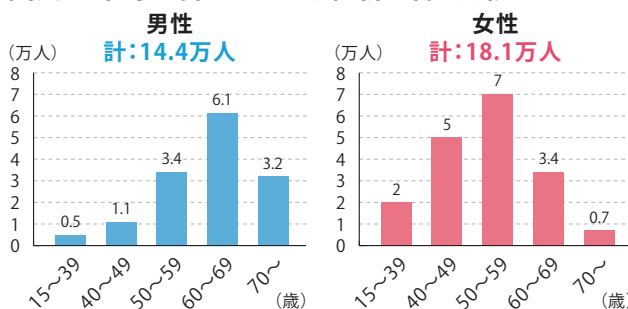
出所:厚生労働省「平成29年(2017)患者調査の概況」を基に編集出版課で作成

生活が困窮する主な要因

- 万が一に備えた医療保険の加入や十分な預貯金がない
- 仕事との両立が難しく退職に至る
- 仕事と両立できても収入減
- 治療がどれくらいの期間、どの程度必要か見通しを立てにくいいため、かかる治療費も予想できない

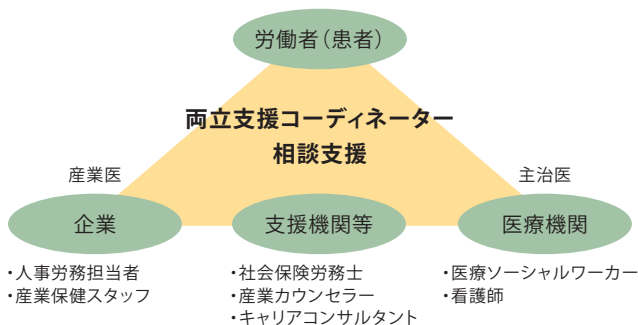
ネーターなどを配置し、仕事と治療の両立を支援する取り組みを行っている（図表3）。

図表2 ■ 仕事を持ちながら悪性新生物で通院している人



※ 仕事を持っているとは、調査月に収入を伴う仕事を少しでもしたことをいい、被雇用者のほか、自営業主、家族従事者等を含む
出所:厚生労働省「平成22年国民生活基礎調査」を基に同省健康局にて特別集計

図表3 ■ 両立支援コーディネーターの役割



出所:厚生労働省「治療と職業生活の両立支援についての取り組み」を基に編集出版課で作成

押さえておきたいキーワード

AYA(アヤ)世代…Adolescent & Young Adult(思春期・若年成人)のことを指し、15歳から39歳の患者が当てはまる

高額療養費制度…同一月にかかった医療費の自己負担額が高額になった場合、自己負担限度額を超えた分があとで払い戻される

傷病手当金制度…会社員が業務外の病気やけがで会社を休み、給料が減額されたり支給されなかった場合、加入する健康保険組合から最長で1年6カ月、給料の3分の2程度が支給される

高額療養費の貸付制度…医療費の支払いのための費用が必要な場合、高額療養費が支給されるまでの間利用できる無利子の貸付制度

長期療養者就職支援事業…がん、糖尿病などで長期療養が必要な人へ就職支援相談員をハローワークに配置、職業相談・職業紹介などを行う

国民健康保険料の免除制度…病気や雇災などで所得が減り支払いができない場合、保険料が減免される。条件は各市町村によって異なる

求職者支援制度…雇用保険を受給できない求職者が職業訓練によるスキルアップを通じて早期の就職を目指すための制度

〈FPとしての支援ポイント〉

- ① 毎月の収支状況を確認
- ② 治療費の見える化
- ③ 相談者の体調、メンタル面を考慮した支出の見直し
- ④ 会社等で利用できる支援制度を確認
- ⑤ 必要に応じて相談窓口を紹介
- ⑥ 収支見直しプランを提案

36歳のAさんはAYA世代といわれるがん患者の1人。営業職として働いていたが、肺がんに罹り現在休職中だ。「呼吸機能の低下で体力面の不安もあり、会社からは事務職へ配置転換を打診されている。復職後は歩合給や残業代がなくなり収入が大幅ダウンの見込み。貯蓄もあと数カ月でなくなりそうで不安」というのが相談内容だった。

辻本氏は「こうした相談の場合、通常の家計の収支の確認に加え、おおまかな治療の計画も考慮したい」と話す。

図表4 ■ 治療計画も考慮した収支表

お名前: _____ 年齢: _____ 公的保険: _____

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
経過月数	現在	1 カ月	2 カ月	3 カ月	4 カ月	5 カ月	6 カ月	7 カ月	8 カ月	9 カ月	10 カ月	11 カ月
治療計画												
その他のイベント												
()の収入												
保険金												
診断一時金												
入院・手術												
その他												
傷病手当金												
障害年金												
一時的な収入												
収入合計(A)												
治療費												
基本生活費												
住居関連費												
車両費												
教育費												
保険料												
その他の支出												
一時的な支出												
支出合計(B)												
月間収支(A)-(B)												
貯蓄残高												

出所:辻本氏作成

情報源

支援などの情報を公開しているWebサイト。各名称を入れて検索

〈がん関連情報全般〉

国立研究開発法人 国立がん研究センターがん対策情報センター

〈両立支援〉

厚生労働省 治療と仕事の両立について

治療と仕事の両立支援(独立行政法人 労働者健康安全機構)

一般社団法人 CSRプロジェクト

ネットワーク先

都道府県労働局総合労働相談コーナー 各地域の患者の会など

医療ソーシャルワーカー 社会保険労務士など

辻本由香氏(つじもと・ゆか)

CFP®認定者



つじもとFP事務所代表。証券会社、都市銀行等を経て独立。個別相談のほか、地方自治体や医療機関などでのセミナー講師も務める。自らも乳がんを経験、「がん向き合うFP」として講演や執筆、患者会の運営も行う。NPO法人日本がんサバイバーシップネットワーク 理事、CNUがんナビゲーター、キャリアカウンセラー、両立支援コーディネーター。著書に『がんを生きぬくお金と仕事の相談室』がある。

それを整理したのが図表4のようなフォーマットだ。手術、入院に加え、その後の通院での医療費や高額療養費外の自己負担分などもある程度の見通しが立つ。なお、AさんがかつてFPから医療保険は不要と聞いて解約している。

まず自宅マンションにはこのまま住み続けたいという本人の希望で、家計改善を前提に図表5のプランを持参したうえで、住宅ローンの支払い期間延長交渉を金融機関と行ってもらった。車関連の費用については、Aさんが体調面から自動車での通勤を希望しており、手放すのは難しいと判断した。幸い自宅近くに安い駐車場があることがわかり、契約を変更。さらに車も実家の親の軽自動車と交換し、維持費を抑えることができた。会社の福利厚生で利用できる制度がないか給料明細を確認すると、持株会の積立があり、持株担保融資を利用できることがわかった。

こうして収支の赤字が解消されるめどは立ったが、キャッシュフロー表はあえて1~2年程度の短期で作成する。長期のプランを示すことが治療中の相談者の心理的負担になったり、治療によっては変更が必要なこともあるからだ。

「相談者の気持ちはわからなくても、理解しようと努めることが大切だと思います」(辻本氏)

図表5 ■ 月別収支の現状と提案プラン

(単位:円)

	罹患前	現在 (休職中)	配置換え	シミュレーション
収入				
給料(手取り)	280,000	0	190,000	190,000
傷病手当金	0	230,000	0	0
(社会保険料・住民税)		-75,000		
計	280,000	155,000	190,000	190,000
支出				
住宅ローン	80,000	80,000	80,000	65,000
管理費等	12,000	12,000	12,000	12,000
食費	50,000	30,000	30,000	30,000
水道光熱費	10,000	10,000	10,000	6,000
保険料(死亡保険)	3,000	3,000	3,000	3,000
車関連 (駐車場代)	12,000	12,000	12,000	5,000
(ガソリン代)	5,000	2,000	5,000	3,000
通信費	12,000	12,000	12,000	5,000
衣服費	15,000	0	0	0
日用品・雑費	5,000	3,000	3,000	3,000
医療費	3,000	90,000	50,000	50,000
美容費	15,000	12,000	12,000	5,000
交際費	20,000	3,000	3,000	3,000
貯蓄	30,000	0	0	0
使途不明金	8,000	0	0	0
計	280,000	269,000	232,000	190,000
差額	0	-114,000	-42,000	0

出所:辻本氏作成

新型コロナウイルスの影響で
非正規雇用の状況が悪化

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、雇用の形も大きく変わっている。「労働力調査」によると、緊急事態宣言が発出された2020年4月から非正規職員・従業員が大幅に減少、2020年7～9月期（平均）の非正規労働者の数は2,064万人と前年同期と比べ125万人減少（図表1）、そのうち約63%を女性が占める。かねてから非正規雇用者の不安定な立場が指摘されてきたが、今回の新型コロナの影響でそれがより明確になった形だ。さらに感染拡大がなかなか収まらない現状から当面はこの傾向が続くとみられ、支援のニーズも高い。

生活が困窮する主な要因

- 非正規雇用で収入が不安定
- 新型コロナによる経営悪化で解雇・雇止め
- 固定支出の割合が高く、支出を抑えづらい
- 職種を広げて求職活動ができない
- さらなる家計の見直しの余地がない
- ストレスが重なり、家族の関係性が悪化

図表2 ■ Bさんの収支の把握
(支出の費目はBさんが記入した順番どおり)

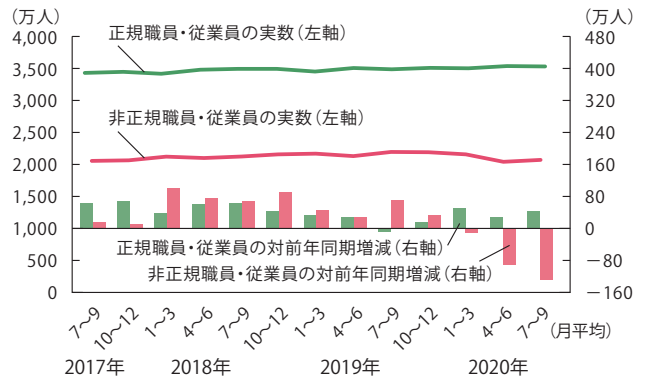
	解雇前	現状	
収入	夫の手取り収入	370,000	190,000
	児童手当	15,000	15,000
	計	385,000	205,000
支出	家賃	85,000	85,000
	駐車場	5,000	5,000
	車(サブスク月額)	65,000	65,000
	医療費(歯の治療、整形外科等)	5,000	5,000
	食費	40,000	55,000
	外食	15,000	2,000
	ガソリン代	10,000	10,000
	水道光熱費、NHK受信料	20,000	20,000
	こづかい	20,000	2,000
	酒、たばこ	35,000	20,000
	預貯金へ	25,000	0
	子ども用貯蓄	15,000	15,000
	通信費	20,000	16,000
	被服・理美容・雑貨	10,000	5,000
	レジャー関連、その他	15,000	0
	計	385,000	305,000
	収支	0	▲100,000

出所: 仲井間氏作成

(単位: 円)

ともに非正規で働く相談者Bさん夫婦。新型コロナウイルスの影響を大きく受け、毎月10万円の赤字が続き、切迫した状況で相談に訪れた。夫の解雇以降、こづかいや嗜好品を極限まで減らしており、趣味のアウトドアにも行けないなど夫婦ともストレスが溜まって子どもにも影響が出ていることに悩んでいる。

図表1 ■ 正規・非正規職員・従業員の推移(男女計)



出所: 総務省統計局「労働力調査」2020年(令和2年)7～9月期平均を基に編集出版課で作成

Bさんのケース

相談者: 33歳男性、非正規労働(1年以上就業見込みあり)
(コロナ前: 飲食業店長→現在: スーパーの宅配スタッフ)
家族: 妻/34歳女性(WEB関連の非正規事務→育児のため家事専業中) 子/1歳
実家は同じ都道府県内、共に賃貸、介護等援助不要
住まい: 家賃8.5万円(月末に翌月分支払い、2022年4月に家賃1カ月分で更新)
貯蓄: 2020年3月末時点では250万円、12月末時点で約120万円
収入: 前職は残業多め、手取り月収37万円、賞与なし
現職は手取り月収19万円(交通費除く)、賞与なし
児童手当: 6月、10月、2月(予定)に各6万円
2月に就業促進定着手当約20万円入金見込み

図表3 ■ 現状支出の並べ替え(カテゴリー順)

	現状		
絶対支出	家賃	85,000	現状、 変えづらい支出
	医療費	5,000	
	水道光熱費、NHK	20,000	
	預貯金	0	
固定支出	子ども用貯蓄	15,000	固定的な支出
	通信費	16,000	
	車(サブスク月額)	65,000	
	駐車場	5,000	
管理支出	ガソリン代	10,000	自分で 管理すべき支出
	食費	55,000	
	外食	2,000	
	被服・理美容・雑貨	5,000	
	こづかい	2,000	
	酒、たばこ	20,000	
	レジャー関連	0	
計	305,000		

出所: 仲井間氏作成

(単位: 円)

押さえておきたいキーワード

- サブスクリプション…製品やサービスを一定期間ごとに一定の金額(利用料)で提供するビジネスモデル。略してサブスクと呼ばれる
- 就業促進定着手当…再就職先での6カ月間の賃金日額が離職前の賃金よりも低い場合、低下した賃金日額の6カ月分を支給する(上限額あり)
- 住居確保給付金…仕事がない、住居を失う恐れがある生活困窮者を対象に各自治体が原則家賃の3カ月分を賃貸人などに支給する

ネットワーク先

市区町村社会福祉協議会 ハローワーク(各専用ハローワーク)

〈FPとしての支援ポイント〉

- 1 毎月の収支状況を確認
- 2 支出の整理と優先順位付け
- 3 追加ヒアリングで何を大切にしたいかを確認
- 4 利用できる助成金などを検討
- 5 それぞれの働き方の希望を確認
- 6 収支見直しプランを提案

仲井間美穂氏 (なかいま・みほ)

CFP®認定者

キャリア・コンサルタント、2000年に独立開業。「くらしとお金の相談室」相談員、FP広報センタースタッフ、パーソナルファイナンス教育インストラクター、東京都府中市生活困窮者自立支援家計相談支援員、神奈川県生活再建支援相談員を歴任。神奈川県公共職業訓練校の運営に携わるほか、自らの業務でも生活困窮者、精神疾患患者への対応をしている。



ヒアリングでわかったことは、「子ども用貯蓄は死守したい」という強い思い。節約疲れでこづかいや酒、たばこ、家事をめぐっての夫婦間のいさかいが絶えなくなったことが一番辛いという。また、サブスクリプションで契約している車の費用が大きな負担となっていた。「車のサブスクは支出の標準化の効果はありますが、数千円の違いならと、よりグレードの高い車を契約しがち。解約時期によっては精算金が高額になる点にも注意したい」。

本人たちの気持ちをくみ取る。周囲の協力も大きな力に

仲井間氏はBさんには生活上、車が必要と判断したうえでサブスクを解約し、中古車を購入する提案をした。50万円の追加精算金と新たな車の購入費で貯蓄が大きく減り、家計の大幅見直しが必須となるが、自力再建可能と判断した。幸い、Bさんの同僚の紹介で状態の良い中古車を40万円で購入することができた。

また、住居確保給付金の対象になることがわかり、仲井間氏は書類の不備があると決定や支給が遅れるため、役所で相談しながら作成することを勧めた。

Bさん夫婦は死亡保障も医療保障もなく貯蓄でも備えられないため、夫は死亡保障メイン、妻は医療保障メインのプランで合わせて月掛金3,000円の共済に加入。さらに「妻が収入を得られるようになれば元に戻す気持ち」で

格安スマホに変更した。「最低限の精神的なうるおい」としてたばこ代15,000円は確保し、残りの管理支出の内訳は夫婦で話し合いながら使うことにした(図表4)。

同時に妻の就業を目指し、子育て世代に特化したハローワークであるマザーズハローワークへの相談を勧めた。適性検査やキャリアコンサルティングも無料で受けられる。妻は前職と関連するCADか介護または保育で託児サービスのある職業訓練コースを検討中だ。職業訓練中は育児な

図表4 ■ 妻就業までの収支(案)

		提案後
収入	夫の収入	190,000
	児童手当(月あたり)	15,000
	住居確保給付金(最長2021年10月まで)	36,800
	収入計	241,800
絶対支出	家賃	85,000
	医療費	5,000
	水道光熱費、NHK	20,000
	家賃更新分貯蓄	6,100
固定支出	子ども用貯蓄	15,000
	通信費	7,000
	車(サブスク月額)	0
	駐車場	5,000
	ガソリン代	8,000
	共済	3,000
管理支出	食費	86,000
	外食	
	被服・理美容・雑貨	
	こづかい	
	酒、たばこ	
	レジャー関連	
予備費	1,700	
計	241,800	
収支	0	

出所: 仲井間氏作成

(単位: 円)

図表5 ■ 毎月の資金繰り表

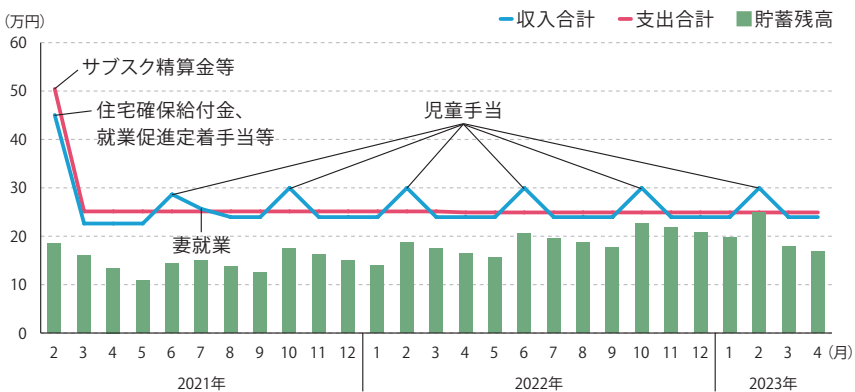
月中	収入		支出	
			医療費	5,000
		水道光熱費、NHK	20,000	
10日	(児童手当)	(60,000)		
	(住居確保給付金)	(36,800)		
15日			共済	3,000
月末	夫給与	190,000	家賃	85,000
			通信費	7,000
			駐車場	5,000
			家賃更新分貯蓄	6,100
			子ども用貯蓄	15,000
随時			ガソリン代	8,000
			食費等	86,000
			予備費	1,700

出所: 仲井間氏作成

(単位: 円)

〈図表6の備考〉2021年7月より慣らし保育をしながら妻就業、以降は保育料を差し引いた金額を収入に計上(夫の前々年の所得から、保育料を高めに見積もり)。妻の職業訓練開始後および就業開始後に支出内訳を見直す。妻の職業訓練受講中、職業訓練受講給付金(月10万円)受給見込み(CF表には未反映)。2022年4月分からの家賃更新分貯蓄は借家人賠償責任保険料を考慮して4,000円に減額した。

図表6 ■ 2023年までのキャッシュフロー表



出所: 仲井間氏作成

どで実家の親の協力も得られることになったという。

今後家計のやりくりは、資金繰り表(図表5)がカギになる。これを基にまとめて買う物と日常的に買う物に分け、日常的に買う物は1カ月を5週に分けて残金管理をするよう提案。さらにキャッシュフロー表を作成(図表6)、「保育料を差し引き妻の収入は最低いくら必要か」を示した。「精神的なうるおいを配慮したアドバイスで、ポジティブに取り組んでもらえることが大切だと思います」。

働く意思があっても体が動かない。
ひきこもり状態の長期化が進んでいる

精神疾患が原因でひきこもりの状態になり、経済的に困窮する、あるいは困窮する危険性がある人もいる。

内閣府では、普段は家にいて趣味に関する用事のみだけ外出する人を「準ひきこもり」、近所のコンビニなどには出かける人や、家や自室からほとんど出ない人を「狭義のひきこもり」、その合計を「広義のひきこもり」と定義している。40歳以上64歳以下のひきこもり推計数は図表1のとおりで、「広義のひきこもり」は61.3万人にのぼる。ひきこもりの状態になってから7年以上という人が半数近くを占め、期間も長期化の傾向にある(図表2)。ひきこもりの子がいる家庭の相談業務に力を入れる浜田裕也氏は、「実際にはさらに多いとも考えられています」と話す。

生活が困窮する主な要因

- 仕事による収入がない
- 傷病手当金が終了した
- 障害年金などの社会保障給付を受けていない
- 親が他界して収入が途絶える(あるいは減る)
- 親が介護施設に入居した
- うつ病などが原因で離婚した
- 貯蓄がない
- 本人の老齢年金が低額

ひきこもりの状態では仕事ができず、経済的な問題が生じる。病気で仕事を休職したものの、傷病手当金が終了し、障害年金は出ない、貯金がないなどで生活困窮に陥ることがある。親と同居して生活が成り立っていても、親が要介護状態になって高齢者施設に入所したり、死別したりすると、状況は厳しくなる。浜田氏は「働きたい、働かなければという気持ち強い人も多いが、気持ちとは裏腹に体がいうことをきかないケースが少なくない」と話す。

本人も親も、ひきこもりの期間が長引いたり、年齢を重ねたりするうちに気力体力が低下し、社会との接点がなくなっていく。家族からのSOSがなければ支援が届きにくく、孤立しかねない。

押さえておきたいキーワード

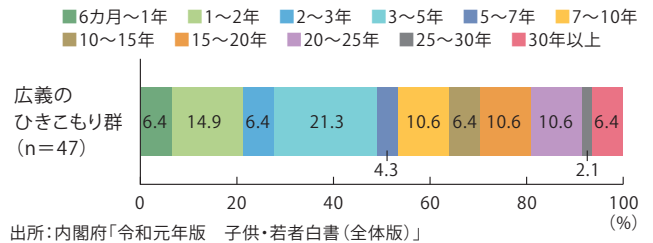
- 国民年金の免除制度**…収入が低い場合などに申請。審査がある。受給資格期間に算入され、年金額にも一部反映される。追納も可能
- 障害年金**…一定の障害が認められた場合に給付される。障害基礎年金は2級の場合で年額78万1,700円+子の加算。障害厚生年金もある
- 自立支援医療**…精神疾患などで通院による継続的な治療が必要な人が、指定の医療機関・薬局を利用する場合、医療費負担が軽減される
- 就労支援**…職業訓練などを行い、就労を支援。民間団体などが行っているものもある
- 精神障害者保健福祉手帳**…精神疾患で日常・社会生活に制約がある人が利用できる。税の控除、公共交通機関の運賃割引など、支援内容は地域による

図表1 ■ 40歳以上64歳以下のひきこもりの者の推計数

	該当人数※ (人)	有効回収数 に占める 割合(%)	全国の 推計数 (万人)	
ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のみだけ外出する	19	0.58	24.8	準ひきこもり群 24.8万人
ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける	21	0.65	27.4	
自室からは出るが、家からは出ない又は自室からほとんど出ない	7	0.22	9.1	狭義の ひきこもり群 36.5万人
計	47	1.45	61.3	広義の ひきこもり群 61.3万人

※調査回答人数(3,248名)のうち
出所:内閣府「令和元年版 子供・若者白書(全体版)」

図表2 ■ ひきこもりの状態になってからの期間



いくらあれば暮らしていけるか。
具体的な数字を示し、就労や受診を促す

相談内容で多く見られるのが、ひきこもりの子を抱える親からの、子の将来についての相談だという。

「本人は、仕事をして収入を得なければいけないと思う反面、少額では意味がないと考えがちです。アルバイトも、障害者雇用枠での就職も嫌で、就労支援にも消極的。現実を受け入れたくない、認めたくない、自分は障害者ではないという思いが強く、障害年金、自立支援医療、障害者手帳などの活用に拒否反応を示すことも少なくありません」

浜田氏はそうした傾向も踏まえながら、「親が資産を遣わせるか、子の年金など収入はどの程度か、手続き面で必要なことは何かを探りながら、具体的な提案を行います」。

〈FPとしての支援ポイント〉

- ①親の資産・負債を確認
- ②家計から、親がいくら金融資産を残せるか確認
- ③親が要介護になった場合の住み替えの必要性を確認
- ④子(本人)の収入と住まいを確認
- ⑤相続について他の相続人との調整や準備
- ⑥親の死亡後の子のサポートについて検討
- ⑦子の老後をプランニング

図表3 ■ 親なき後のお金の見通しの立て方

①親なき後のひとり暮らしの年数は？

	現在の年齢	平均余命	想定存命年齢
父	59歳	24.83年	(あ)84歳
母	56歳	32.86年	(い)89歳
長男	32歳	50.09年	(う)82歳

※想定存命年齢は小数点以下四捨五入とする

長男のひとり暮らしは今から(え)33年後に始まるものとする
 ⇒ 長男が(お)65歳の時
 長男のひとり暮らしの年数は(か)17年間となる

②親なき後の収入は？

老齢基礎年金と年金生活者支援給付金の合計で月額6万円とする

③親なき後の支出は？

費目	金額(月額)
食費	50,000円
水道光熱費	10,000円
通信費(スマホ・プロバイダ)	9,000円
社会保険料	4,000円
NHK受信料	1,200円
医療費	5,000円
日用品・雑費	6,000円
住居費(固定資産税等または家賃)	50,000円
合計	13万5,200円

④不足額の試算

ひとり暮らしの年数は(き)17年
 収入は月額 (く)6万円
 支出は月額 (け)13万5,200円
 月の赤字額 (こ)7万5,200円
 不足額 (さ)7万5,200円×12ヵ月×17年≒1,534万円
 仮に月4万円を30年間貯金した場合、
 4万円×12ヵ月×30年=1,440万円になる

ネットワーク先

〈ひきこもりについて〉

親の会、ひきこもり地域支援センター

〈就労支援について〉

地域若者サポートステーション、ハローワーク

〈障害年金について〉

社会保険労務士

〈お金に関して〉

ひきこもり支援に実績のあるFP

〈生活保護に関して〉

市区町村役場の福祉課

生活保護の申請に同行支援してくれるNPO法人

〈高齢者虐待(親への暴力)について〉

地域包括支援センター

〈親に介護が必要になった場合

(認知症など)

社会福祉協議会

浜田裕也氏 (はまだ・ゆうや)

CFP®認定者



浜田SP事務所、社会保険労務士。2011年からひきこもりの子どもを持つ家庭の生活設計のアドバイスに携わる。社会保険労務士の資格、活動も活かし、利用できる社会保障制度の検討もするなど、双方の視点からのアドバイスを心がける。有志による「働けない子どものお金を考える会」メンバーとしても活動。「内閣府ひきこもり支援者読本」を共同執筆。

図表3は、32歳男性(Cさん)の相談例。平均余命を基に、本人がひとり暮らしする年数(親の助けなしで生きる年数)を計算。親なき後の収入は、障害年金、老齢基礎年金、年金生活者支援給付金などを想定し、不足額を算出する、という流れだ。親が遺せる預金や死亡保険金などがあれば考慮する。

このケースでも約1,500万円が不足するが、「月4万円を30年間貯蓄すれば、元本だけで約1,440万円が準備できる。そうした具体的な数字を示すことが重要です。アルバイトで月40時間程度働けばなんとかなる、といった具体的なプランを提示することで、目標を持ちやすくなります」。

公的年金については、未納のまま、あるいは免除を受けるというケースが多いが、「老後の柱になるものなので、可能な限り、保険料を納めたい」。また現状の家計については、「不安が膨らんだり、家庭内暴力を受けたりしてストレスが重なり、親が買い物依存症になっている例もあります。家計から、隠れた問題に気付くことも重要です」。

相続や資産管理、他の子との関係にも留意。事前にできることを勧める

親の相続や、親の死後の資産管理にも留意したい。

「親はひきこもりの子に自宅や金融資産を優先的に遺したいと考えますが、他の子が納得してくれるとは限りません。早めに協議することを勧める、必要があれば資産の管理を頼んでおく、民事信託や生命保険信託の活用を提案するなど、対策についても助言するのが望ましいところです」

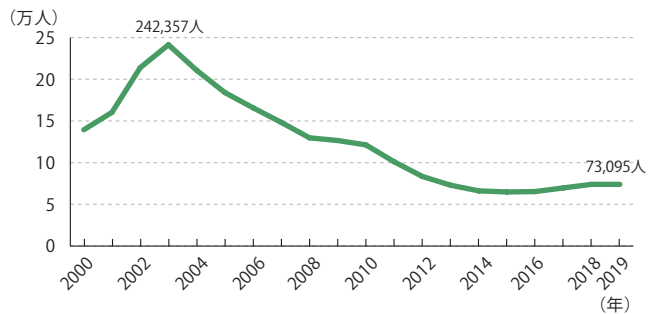
ひきこもりに対して、社会の理解が十分とはいえない。

「甘えや怠けからひきこもっていると決めつけないこと、また適切なプランを提案しても必ず受け入れられるとは限らず、家族を追い詰めてしまうことがあることを認識し、本人や家族の状況を踏まえて対応することが大切です。お金の見通しを立てることは、本人や家族が動き出すきっかけの1つになります。少額でも働いて収入を得る、あるいは医師の診断を受けて障害年金を受給するなど、なんとかなるかも、といったポジティブなイメージを持ってもらうことを目指しています」

多重債務に陥る人が増加の兆し。
新型コロナウイルスの影響が

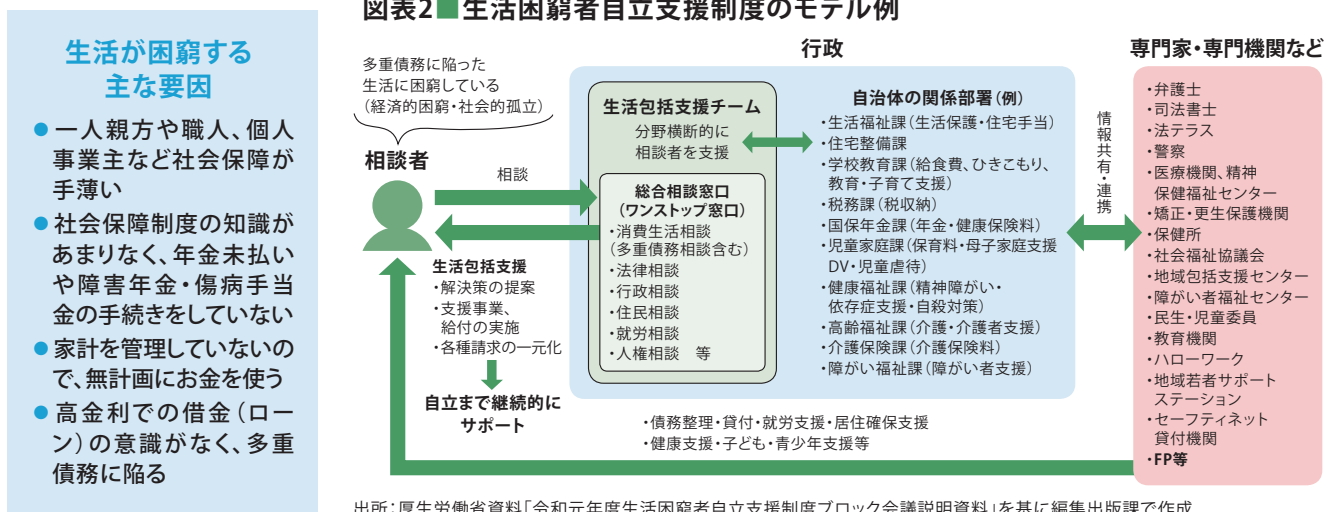
生活困窮の原因の1つに「多重債務」がある。自己破産は2003年をピークに減少してきた（図表1）。これは2006年改正貸金業法が成立、年収の3分の1を超える借金ができなくなったこと、上限金利の引き下げ、過払い金の返還請求が認められたことが理由として考えられる。しかし2016年からは銀行カードローンの増加、過払い金請求が順次時効になってきたことなどが影響して微増傾向に転じた。新型コロナウイルス感染症拡大の影響で今後も増加が予想されている。

図表1 ■ 自己破産の推移



出所:裁判所/司法統計より「全地方裁判所の破産新受事件数」を基に編集出版課で作成

図表2 ■ 生活困窮者自立支援制度のモデル例



自立相談支援事業の総合相談窓口での相談員として活動する藤具圭介氏は、多重債務を抱える人の相談にも数多く乗ってきた。「中高年の一人親方などでもともと社会保障が手薄なうえ、収入があればあるだけ使ってしまう人が多い。仕事道具をカードローンで買った、などがきっかけで借金が膨らんでしまうようです」。

さらに困窮に陥る原因として藤具氏が感じているのが、社会保障制度について学ぶ機会や場がなかったことが影響

している点だ。例えば仕事で負傷したが障害年金の対象になることを知らず手続きしていない、消費者金融など返済の催促が強いほうを優先して返済し、税金や国民年金が未払いのままになっている、というケースだ。

支援の第一歩は家計の把握から。まずは聞き取りをしておおまかな収支状況を把握する。家計表（家計簿）をつけたことがない、という人がほとんどだが、負担に感じない方法で「まずは1カ月収支をつけてみましょう」と、その

押さえておきたいキーワード

自己破産…債務の返済ができなくなった個人・法人が裁判所へ申し立て、決定を受けて開始される破産手続き。免責許可の決定が確定すると、破産手続開始後の借金や、子どもの養育費、税金、罰金などの例外を除き、債務を返済する必要がなくなる。財産の処分や職業、資格が制限される。信用情報機関に事故情報として登録される

個人再生…民事再生法に基づき債権者の多数の同意と裁判所の認可を得て借金を大幅に減額する手続き。住宅ローンは対象とならず今までどおりの支払い継続が必要となるが、家を失わない点がメリット。約5～10年、信用情報機関に事故情報として登録される

任意整理…貸金業者や金融機関などの債権者と私的に交渉して、借金を無理なく返済できるように整える手続き。金利の引き下げができたり、月々の返済額を見直して最大で5年程度の期間で返済が可能となるようにすることができる場合もある

ネットワーク先

- 自治体の生活困窮相談窓口(公的窓口)
- 市区町村社会福祉協議会
- 都道府県弁護士会などの法律相談窓口
(債務整理、労務相談、貸金未払い相談など)
- 年金事務所・健康保険組合(障害年金・傷病手当金など)
- 日本司法支援センター(法テラス)
- 弁護士・司法書士
- 〈ヤミ金融についての通報・相談先〉
- 警察 消費生活センター 日本弁護士連合会
- 日本司法書士会連合会
- 〈登録貸金業者に関する苦情・相談先〉
- 日本貸金業協会 国民生活センター

〈FPとしての支援ポイント〉

- ① 毎月の収支状況を確認
- ② 債務の状況を確認
- ③ 関係する行政機関での手続きサポート
- ④ 必要に応じて法的手続き
- ⑤ 最低限必要な社会保障制度の知識を伝える
- ⑥ 家計改善への励まし・継続的な見守り

人に合うやり方を提案する。家計簿アプリを使ったり、ノートに収支をメモしてもらうほかにも、写真のようなカレンダーにレシートを入れてもらい、後で集計することもある。

家計表をつけて、それについての感想から家計改善のヒントを得ていく。「家計を見るとその人の生活が見えてきます。『思ったより〇〇に使っていた』という感想が多く、この差異に着



100円ショップで売っているレシートが入るカレンダーを使うなど、家計簿が無理なくつけられるよう工夫も

目し、どの支出を軽く見ていたかを推察します」。そしてどこから解決していくか優先順位をつけていく。家計の費目については平均値も頭に入っているため、それが多いか少ないかはわかっているが「ここが多い」とは指摘しない。

「『どうすればお金が足りるようになりますか?』と問いかけて、まずは本人に考えてもらいます。『お酒を減らしてみようかな』『携帯の通信費を下げてみようかな』といった答えが返ってくるとかなりの確率で動いてもらえるが、与えられた答えだと動いてもらえないからです」

藤具氏が留意しているのは「この人もわかってくれないな、と感じさせないこと」だという。

「生活困窮者への支援は、通常のFPの相談に比べ、よりカウンセリング力が問われると感じています。その人の立場に立って一緒に悩む姿勢が大切です。また、傷病手当金など利用できそうな社会保障制度の情報提供をするのも大切な役割。とくに障害年金についての知識は必須です」

多重債務が明らかになることもあり、改めて「債権者聞き取りシート」に整理することをアドバイスする(図表3)。「家計の安定という目的から債務の免責や軽減も1つの手法として有効だと判断すれば情報提供をしています」。「債権者聞き取りシート」は法的手続きによる債務整理が必要になった際に弁護士等が書類作成をする基礎資料にもなる。法テラスや弁護士会、自治体の窓口などに相談や手続きに同行しサポートすることも多い。「通訳のような感じで、法律用語など難しいと思われる言葉はなるべくわかりやすい言葉にして説明しています」。

法的手続きには半年ほど時間がかかるため、家計改善にも並行して取り組んでいく。多くの人が返済額が減り、精神的な負担も軽くなることで家計改善にも前向きになるといえる。ただし、自己破産や個人再生をすると官報に氏名が

藤具圭介氏 (ふじとも・けいすけ)
CFP®認定者



社会福祉士・精神保健福祉士。大学卒業後、大手金融機関を経て、2015年海外NGOから中米ホンジュラスに派遣され、マイクロファイナンス業務や金融経済教育などにあたる。2018年に帰国後、生活困窮者の自立支援などを行う「中高年事業団やまて企業組合」に入職、家計改善支援員として活動中。

図表3 債権者聞き取りシート

債権情報						
債権者(会社名)	金額	契約の開始日	最終返済日	返済	主たる債務者or保証人	資料の有無
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
会社	Y	-				

確認事項

- ・債権者(会社名) ・金額 ・契約日(最初)
- ・最終返済日 ・使途
- ・主たる債務者or保証人 ・資料の有無

【備考】

出所: 藤具氏作成

図表4 収支改善シート

収入	現状	感想	改善プラン
給与収入	¥200,000	転職は考えていない	¥200,000
収入計	¥200,000		¥200,000
支出	現状	感想	目標
家賃	¥60,000	引越したくない	¥60,000
電気	¥5,000	量はもっと多い	¥5,000
ガス	¥3,000	毎月これくらい	¥3,000
水道	¥3,000	2月に一度	¥3,000
通信費	¥15,000	プラン変更したい	¥10,000
債務支払い	¥70,000	督促がきつい	¥30,000
食費	¥50,000	思ったより高い	¥30,000
日用品	¥3,000		¥3,000
たばこ代	¥10,000	減らせたい	¥10,000
交通費	¥3,000	必要経費	¥3,000
交際費	¥10,000	減らしたくない	¥10,000
支出合計	¥232,000		¥167,000
今月の家計は	(¥32,000)	改善後は	¥33,000

出所: 藤具氏作成

記載されるため、それを狙うヤミ金業者から新たな融資の勧誘がある可能性もあり、これには注意を払う必要がある。本人にも折に触れ必要最低限の社会保障や金利の知識などについても根気よく説明を心掛ける。

「また同じようなことにならないように、しっかりとした家計を作り上げなければなりません。それにはゴールはこちらからは決めず、『これで終わりの関係ではないので、何かあったらいつでも来てください』と声をかけています。いろいろな支援に支えられながらも自分でやれている、という自信を持つことができれば、自立といえるのではないのでしょうか」