

5 ライフプランとお金

最後に、キャッシュフロー表を通して中・長期の具体的なお金の流れをつかみ、前もって資金計画を立てることの大切さを実感してみましょう。



キャッシュフロー表を
作ると
どんないいことがあるの？

難しそうだけど、
ぼくにもできるかな？

楽しそう～。
やってみようよ。

できるかな？



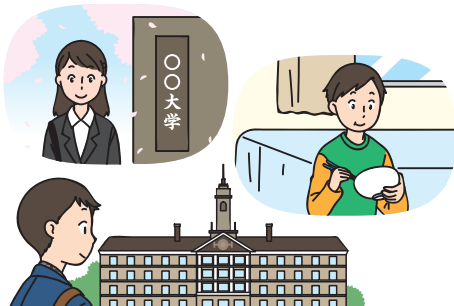
I 10年後の自分を思い描いてみよう

1 自分らしい10年後を迎えるために

今、みなさんにとって、一番近い将来のライフイベントは、卒業後の進路でしょう。進学を希望する人は、どんなことを学んでいきたいか考えていますか。また、就職を予定している人であれば、どんな仕事に就くかイメージを持っていますか。

そして、その先の自分を思い描いたことがあるでしょうか。例えば10年後の自分は何をしているか、それまでの10年をどんなふうにご過ごすか、といったことです。中期的、長期的に将来を予想するのはなかなか難しいことですが、お金の準備ができるかどうかをシミュレーションするために、将来を思い描いておくことはとても有効な作業です。この機会にぜひ考えてみましょう。

2 そのライフイベントにいくらかかる？



みなさんが現在18歳だとすると、10年後は28歳。その間にありそうなライフイベントには、大学や専門学校への進学、海外留学、就職、一人暮らしのスタート、結婚、子どもの誕生などが考えられます。また、海外旅行や自動車の購入など、お金の準備が必要な高額な買い物も、ライフイベントに入れておいたほうがよいでしょう。

ライフイベントにかかる金額の例

私立大学の初年度学生納付金	文科系学部：約119.5万円 理科系学部：約153万円	文部科学省「令和5年度私立大学入学者に係る初年度学生納付金等平均額」より
国立大学の初年度学生納付金	81.78万円(標準額)	文部科学省省令(令和6年)より
留学費用 短期：在籍大学等のプログラムで留学した場合	授業料：15万～50万円/月 滞在費：5万～15万円/月 渡航費：10万～20万円 合計：30万～150万円程度	文部科学省「トビタテ！留学JAPAN 大学生の留学準備ガイド」より
一人暮らし	初期費用：約43万円※ 生活費：17万円/月	総務省「家計調査年報2023年」より
結婚費用	挙式、披露宴・ウエディングパーティ 総額：327.1万円	リクルート ブライダル総研「ゼクシィ 結婚トレンド調査2023調べ」より
出産費用	約47万円 全施設の出産費用(室料差額等除く)	厚生労働省「出産費用の実態把握に関する調査研究(令和3年度)の結果等について」より

※1カ月の家賃7万円×4カ月分、引っ越し費用5万円、家電などの購入費10万円として算出



Think!

10年後はどうなっていたいか考え、あなたが希望するライフイベントを表に書き入れてみよう。

	例えば…	希望するライフイベント
どんな働き方をしたい？	勤める(会社員・公務員)、独立して働く(自由業・自営業・起業して経営者になるなど)、専業主夫・主婦、など	
どんな仕事をしたい？	飲食業、小売業、金融・保険業、不動産業、IT関連業、出版業、医療・福祉、教育、製造業、建設業、農業、など	
結婚したい？	したい、したくない	
子どもは欲しい？	1人欲しい、2人以上欲しい、欲しくない	
それまでにやってみたいコト、欲しいモノは何？	〇〇の資格を取りたい、△△に行ってみたい、□□を買いたい	
社会のためにどんなことをしてみたい？	ボランティア活動をする、寄付をする、プラスチックごみを出さない消費行動をする、生活に自然エネルギーを取り入れる	

この先の10年間でどのように過ごすかがイメージできたら、ライフイベントに必要なお金の準備ができるかどうかをシミュレーションするために、お金の出入りの年表「**キャッシュフロー表**」を作りましょう。これはお金の流れを確認するのに、とても有効なツールとなります。

将来のライフイベントまでにお金が貯まるか、確認できますよ。



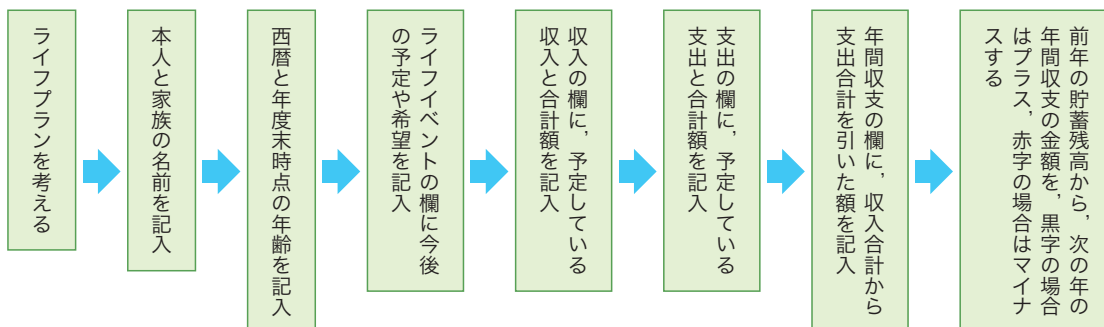
II キャッシュフロー表の作り方

1 キャッシュフロー表の作成手順

キャッシュフロー表の具体的な作成手順は、以下のとおりです。

具体的な数字を目にすることで金の流れが確認でき、前もって対策を考えることの大切さを実感できるはずです。

キャッシュフロー表の作成手順



アオイさんのキャッシュフロー表(単位：万円)

項目/年度	20X0	20X1	20X2	20X3	20X4
アオイ	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳
未来のパートナー	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳
1人目の子ども					
ライフイベント	高校卒業 現在もらっているお小遣いやお年玉	大学入学 一人暮らしのスタート	月額7.5万円のアルバイト収入と、月8万円の仕送りを予定		大学卒業 海外へ卒業旅行
収入	アオイの収入	0	90	90	90
	保護者からのお金	15	120	96	96
	未来のパートナーの収入	0	0	0	0
	収入合計	15	210	186	186
支出	生活費	0	84	84	84
	住居費	0	72	72	72
	趣味・娯楽費	14	36	36	36
	その他	0	25	0	0
支出合計	14	217	192	192	212
年間収支	1	-7	-6	-6	-26
貯蓄残高	1	-6	-12	-18	-44

1万円貯蓄ができた

月7万円の生活費、家賃は6万円、好きなことに月3万円くらい使いたい、そのほかは一人暮らしの初期費用

卒業旅行の予算は20万円

2 キャッシュフロー表のモデル

実際のキャッシュフロー表を、アオイさんをモデルにみていきましょう。なお、このキャッシュフロー表はお金の出入りを単純に足し引きする簡易なものとしています。また、通常は暦年単位(1月～12月)で作成しますが、ここではみなさんにイメージが伝わりやすいよう、今後10年間の年度単位(4月～3月)のものにしています。

アオイさんが希望しているライフプラン

- 高校卒業後は、自宅から通えない大学に進学予定。一人暮らしをスタートする
- 大学在学中の収入は、アルバイト収入と保護者からの仕送りの予定
- 生活費や家賃以外にも、趣味やレジャーにお金を使いたい
- 卒業前に、海外へ卒業旅行に行きたい
- 就職と同時にもう少し広い部屋に引っ越したい
- 8年後に結婚、9年後に子どもが誕生するといいな

けっこうお金がかかるなあ。



5年後			10年後			
20X5	20X6	20X7	20X8	20X9	20Y0	
23歳	24歳	25歳	26歳	27歳	28歳	
23歳	24歳	25歳	26歳	27歳	28歳	
				0歳	1歳	
就職			結婚	子ども誕生	職場復帰	
手取りの年収240万円を期待		毎年10万円のアップを期待	共働き、結婚資金の援助を予定	夫婦で育休、収入ダウン		
240	250	260	270	180	280	
0	0	0	100	0	0	
0	0	0	270	180	280	子どもの誕生でかかる費用
240	250	260	640	360	560	
120	120	120	200	250	250	
90	90	90	120	120	120	
48	48	48	48	48	48	
35	0	0	200	0	0	
293	258	258	568	418	418	
-53	-8	2	72	-58	142	
-97	-105	-103	-31	-89	53	

就職で生活費がアップ、部屋も引っ越した。家賃は月7.5万円

結婚関係の費用は200万円

Ⅲ キャッシュフロー表の見直し方

1 キャッシュフロー表でわかること

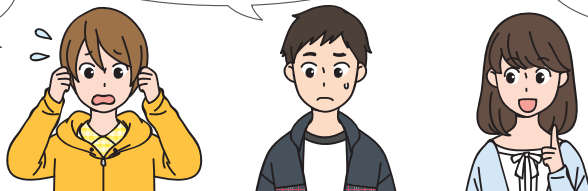
アオイさんのキャッシュフロー表は、
少し問題があるようですね。



あれあれ～、
毎年の収支が
ずっと赤字続きだよ～!

ほんとだ。これじゃあ
毎年お金を借りないと、
全然足りないってことになるね。

今のうちにわかって
良かったじゃない!



希望しているライフイベントにお金が足りるか、キャッシュフロー表で年ごとのお金の出入りをシミュレーションしてみると、確認できることがわかりましたね。

毎年の収支が黒字で推移すれば問題ありません。また、単年では赤字になってもそれまでの貯蓄でカバーできれば大丈夫です。その後また貯蓄を増やしていけるようなら、次のライフイベントも問題なくクリアすることができます。キャッシュフロー表を作ることで、前もって資金不足などの問題を発見でき、早めに対処法を考えることが可能となります。

2 問題はどこにあるだろう？

アオイさんのライフプランには、必要なお金が準備できない問題があることを、早い時点で発見できました。では、具体的な問題点は何かを考えてみましょう。

Think! A 赤字続きになってしまう原因は何だろう？

B 収入はどのくらい必要？ そう考える理由も書こう。

C 支出の内容について、見直したほうがよいことは何だろう？

3 キャッシュフロー表を見直すポイント

キャッシュフロー表から具体的な問題点が発見できたら、その対策を考え、貯蓄残高がプラスで推移するよう改善します。

対策としては、

- ①収入を増やす方法を考える
- ②ライフイベントの予算を減らす
- ③ライフイベントそのものを取りやめるか延期する

などが考えられます。

アオイさんの場合、①アルバイト収入のアップ、②趣味・娯楽費の予算を縮小、③就職時の引っ越しを結婚まで延期などが対策としてあてはまるでしょう。

アオイさんの見直し例

		見直し前	見直し後
項目/年度		20X1	20X1
アオイ		19歳	19歳
未来のパートナー		19歳	19歳
1人目の子ども			
ライフイベント		大学入学 一人暮らしの スタート	大学入学 一人暮らしの スタート
収入	アオイの収入	90	96
	保護者からのお金	120	120
	未来のパートナーの収入	0	0
	収入合計	210	216
支出	生活費	84	84
	住居費	72	72
	趣味・娯楽費	36	30
	その他	25	25
支出合計		217	211
年間収支		-7	5
貯蓄残高		-6	6

アルバイト収入を月額5,000円増やす

黒字になったね!

好きなことに使うお金を月額5,000円ガマンする

赤字が解消

貯蓄残高が改善

プラス
+ONE

●●● キャッシュフロー表の貯蓄残高を増やすには？

キャッシュフロー表の貯蓄残高が増えるようにする対策として、中・長期的な視点でお金を運用するという方法もあります。金融商品をうまく取り入れる方法も身に付けておきましょう (Lesson3 参照)。



Ⅳ キャッシュフロー表で未来の家計を予測

1 時間の経過とお金の出入りが一目でわかる

キャッシュフロー表を作るメリットをまとめると以下ようになります。

- いつ、どんなライフイベントがあるか、年表のようにまとめられる
- 収入と支出の予定額を具体的に考えることで予算作りにつながる
- 毎年の収支を計算することで、家計が黒字で推移するかどうか確認できる
- 大きな資金が必要なライフイベントまでに、貯蓄ができるかどうか確認できる
- 赤字続き、資金不足などの問題が生じることを発見でき、早めに対策を立てられる

一言でいえば、時間の経過に伴う家計の収支がどう推移するかわかり、未来の家計が予測できるということです。今と未来の家計を、頭のなかだけでつなげて考えるのは難しいですが、キャッシュフロー表にすると一目でわかります。

2 パーソナルファイナンスで学んだ要素を反映させる

アオイさんをモデルにしたキャッシュフロー表は、とても簡略化されたものとなっていますが、ファイナンシャル・プランナー（FP）が業務でキャッシュフロー表を作成する場合は、収入と支出の詳細なデータを調べ、物価の上昇率や貯蓄の運用率を加味して、数十年の複雑なシミュレーションを行います。

キャッシュフロー表を作成する際、このテキストで学んだ税金・社会保険、貯蓄・投資、ローン、保険などの要素を盛り込むと、現実の家計により近付きます。

例えば、アオイさんは9年後に「子ども誕生」というライフプランを描いていますが、子どもが生まれたら出産育児一時金がもらえるので、出産に伴う費用がカバーできます。

現行の税金・社会保険制度や各種金融商品は、時間の経過とともに内容が変わります。これからも新しい情報や知識に興味を持ち、学び続けることが大切です。



家族が増えたり、ライフプランに変更があったり、大きな制度改正があったりしたときなど、キャッシュフロー表を見直すといいですね。

V まとめ

さて、あなた自身のキャッシュフロー表を作ってみたいと感じたでしょうか？

うまくキャッシュフロー表を作れても、人生には何が起こるかわかりません。キャッシュフロー表どおりに進まない可能性のほうが高いでしょう。しかし、家計の収支がキャッシュフロー表から大きく外れないように確認していくことで、あなたの思い描く人生に近づいていけるはずです。

そして、人生で大きな変化が起きたときなどには、キャッシュフロー表を作り直してみることをお勧めします。その作業をつなげていくことで、100年の人生も自分らしく暮らしていけるでしょう。

ライフプランに関わる問題が発生し、自分の手に負えないと感じたときには、まずはファイナンシャル・プランナー (FP) に相談しましょう。専門家に適切なアドバイスを受けることが問題解決への近道です。



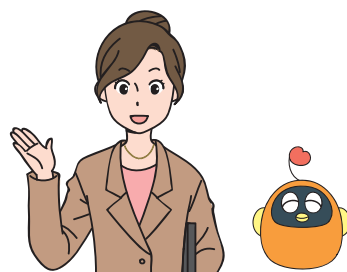
ミニワーク

このテキスト全体で学んだパーソナルファイナンスの知識を活かして、キャッシュフロー表を作成してみよう。

記入用キャッシュフロー表データ▶



パーソナルファイナンスで困ったことがあったら、いつでもファイナンシャル・プランナー (FP) に相談してくださいね。
みなさんが自分らしい人生を歩んでいけるように、いつでも応援します！



私もキャッシュフロー表を作ってみようっと！



今も未来も、いろんなことを楽しみたいね！



前もって計画することは大切なんだね。

