



世代別ライフプラン講座〈第1回〉

二〇歳代の ライフプラン

はじめまして。今回から六回シリーズで《世代別ライフプラン講座》を担当させて頂く、白鳥光良と申します。私は、二〇〇〇年に「住まいと保険と資産管理」という独立系FP会社を設立。当初はFPの認知度も低かったのですが、現在は住宅購入や売却、保険見直し、資産管理や運用などの相談だけでなく、最初から「ライフプラン」の相談を希望されるお客様も一年間に数十件という水準になりました。この一〇年間で、ファイナンシャルプランおよびライフプランの重要性が着実に認知されてきていることを感じます。

このシリーズでは、「二〇歳代」「三〇歳代男性」「三〇歳代女性」「四〇歳代」「五〇歳代」「六〇歳代以降」の六つに分けて、各世代における《ライ

フプラン》を中心として《住まい・保険・資産管理》の三領域に関する特徴や注意点をお伝えして参ります。また、これまでに私がFPとして担当したことのある各世代のお客様に効果のあったアドバイスも可能な限りご紹介いたします。

今回は、二〇歳代のライフプランです。「二〇歳代は若かりし日の思い出……」というあなたも、職場の新人社員や、お子様に分かりやすく伝えると「さすが！」と言われるネタが満載ですので、期待しながらこの先をお読みください。

二〇歳代からスタートすれば、一億円も夢じゃない？

若い時から一日一〇〇〇円を節約するか余計に稼げる人なら、特別に幸運でなくても一億円を作れる可能性がある、という話題からお伝えします。



白鳥 光良

(株) 住まいと保険と資産管理
代表取締役社長

【しらとり みつよし】外資系コンサルティング会社勤務を経て2000年に独立系FP会社を設立、現在に至る。武蔵大学経済学部金融学科非常勤講師（「ファイナンシャルプランナー演習」担当）。著書に「金融資産運用計算ドリル」（インデックスコミュニケーションズ）など。

Q 大学卒業後、就職して生活が落ち着いた二五歳から「毎月三万円」の積立投資をスタートして、六五歳までずっとこれを続けたとします。そして、積立投資に回したお金が上場株式の平均リターンで複利運用できたとする、四〇年後には、どうなるでしょうか？

正解：約一億円（税引前）の資産を築くことができます。毎月三万円をタンス預金するだけの場合は、三万円×一二ヶ月×四〇年間＝一四四〇万円にしかありませんが、二〇世紀の一〇〇年間における世界先進国の上場株式の平均リターン（約八％）で運用できた場合についてシミュレーションすると、月々の複利計算で一億四七三万二〇五

一円(税引前)という数字になりました。ちなみに、このケースでは、年5%の運用でも四五七八万二三五円(税引前)と、三〇〇〇万円以上の資産で老後を迎えることができます。

実際には、これよりも低い金額になるかも知れませんが、二〇歳代から長期のライフプランを意識して資産形成をスタートすればお金の不安が少ない将来に向かっていけることは、ご理解いただけたと思います。

二〇歳代のキャッシュフロー分析

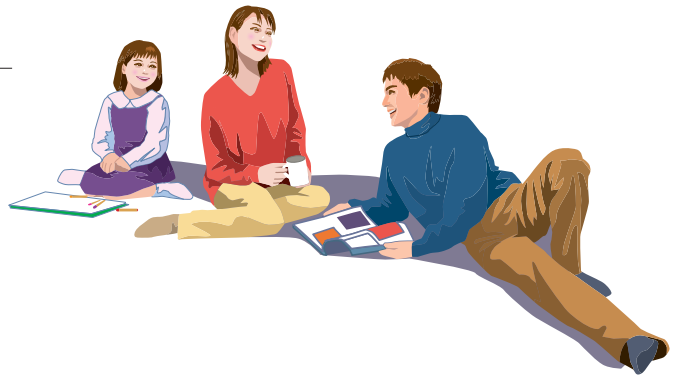
ここでは、図1「二〇歳代のキャッシュフロー表」をご覧ください。

人口動態統計によると、平均初婚年齢(二〇〇八年)は夫三二・二歳、妻二八・五歳と晩婚化が進んでいます。ここではギリギリ二〇歳代での結婚を前提としました。昔は二〇歳代の代表的なライフイベントだった「結婚」も、今後は三〇歳代が標準的なタイミングになっていきそうですね。

収入は、二〇〇九年三月大卒初任給二〇・八万円(日本経団連)、給与に対する賞与割合の平均一八・三%(民間給与の実態調査、国税庁)を元に、初年度二九五万円から三〇歳まで年六%上昇が続く前提としています。支出に関しては平均値にこだわらずに現実的な数字を入れました。住宅コス

図1 20歳代のキャッシュフロー表

経過年数		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
西暦		2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
年齢	世帯主	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
	配偶者							27	28	29	30	31
	第一子									0	1	2
収入	世帯主収入	295	313	331	351	372	395	418	444	461	479	499
	その他											
	収入計	295	313	331	351	372	395	418	444	461	479	499
支出	基本生活費	156	157	158	159	161	162	163	164	165	166	168
	住宅費	36	36	78	78	78	78	120	120	120	120	120
	ローン返済											
	保険料		6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
	税・社保	48	53	58	61	67	74	80	87	89	95	103
	その他	20	20	35	20	20	21	121	21	21	21	21
	支出計	260	272	335	324	332	341	490	398	401	408	418
年間収支		35	41	-4	27	40	54	-72	46	60	71	81
金融資産残高合計		55	96	92	119	159	213	141	187	247	318	399
ライフイベント等		就職(自宅通勤)		一人暮らし開始				結婚費用・引越		第一子誕生		



トは、親元から通勤している間は月三万円、一人暮らしを始めてからは月六・五万円、結婚後は月一〇万円としました。食費・光熱費・通信費を始めとした基本生活費は月一三万円、旅行等の予算で年二〇万円としています。

このキャッシュフロー表では、二〇歳代では自動車を購入しない前提としていますが、もし一五〇万円前後の車をローンで買った場合は「結婚費用で貯蓄を使い果たして少し不安な三〇歳代を迎える」ことが容易に計算できます。

二〇歳代の収支と貯蓄の実際

さて、二〇歳代の収支と貯蓄は、実際にはどのように変化するものでしょうか？

まず、収入については、仕事の経験やスキルの向上に伴って増加していくのが一般的です。しかし、二〇歳代は消費の誘惑も多いので収入の増加と連動するように支出も増えて、貯蓄が増えない方も多いです。そんな「収入の増加のペースに合わせて支出を増やしてしまい、貯蓄ができない」という状態に陥らないためには、三つのポイントがあります。

一つめは、収入が増えても家にお金を掛けすぎないこと。二〇歳代は、親元で生活する人以外は「賃貸」の生活となると思いますが、住居コストは月

一〜二万円の違いでも中期的な貯蓄額に（五年で六〇〜一二〇万円、十年で二二〇〜二四〇万円というレベルで）無視できない影響を及ぼします。住まいに関しては「広さ」「間取り」「アクセス」「利便性」「セキュリティ」「向き」「新しさ」など賃料以外の比較要素のうち、一番目と二番目に重視する要素以外はすべて妥協するつもりで物件を選択すると、割安感のある家賃でも満足感を得られやすくなります。

二つめは、自動積立の活用。普通預金に入っているお金を残っているだけ使ってしまう人は、まずは月一万円の積立貯蓄からスタートするのがいいでしょう。その後は「収入が一万円増えたら、積立金額を五〇〇〇円増やす」くらいのバランスで月額を増やしていけば理想的です。まず習慣にすることが最も大切ですので、最初はどんな積立でも構いません。金融機関によって「一般財形貯蓄」「自動積立定期預金」「定期積金」など、様々な積立貯蓄商品がありますが、現在の金利水準には大きな違いがありません。そして、積立貯蓄の習慣ができたなら、投資信託の自動積立投資（ファンド積立）も並行して始めると、資産形成のスピードがさらに上がります。冒頭の「一億円も夢じゃない？」で解説したように、世界株式ファンドへの毎月積立投資を続

けることができれば、それだけで六五歳までに三〇〇〇万円以上の金融資産を作ることも現実的です。

三つめは、クレジットカードの賢い利用法。これについては次の項目で詳しくお伝えしていきます。

クレジットカードを使って「二〇〇万円損する」方法とは？

ここでは、クレジットカードの理解を深めるためのクイズから始めます。

Q 下記のクレジットカードの利用方法のうち、金利や手数料が掛からないのは、いくつあるでしょうか？

- 一回払い 二回払い 三回払い
- 六回払い リボ払い キャッシング
- ボーナス一回払い ボーナス二回払い

いくつあるか、わかりましたか？

正解は後回しにして、一つずつ順番に解説をしていきましょう。

まず、通常の分割払いに関しては「二回払い」までは手数料が掛かりませんが「三回払い」以上の分割をすると手数料が掛かります。ボーナス払いは、通常「ボーナス一回払い」までは手数料が掛かりません。

そして、キャッシングは「クレジットカードでお金を借りる」ことですので、

実質年利一五%〜一八%前後の手数料が掛かってきます。消費者金融でキャッシングする（お金を借りる）のとき基本的には同じです。

最後に、「リボ払い（リボルビング払い）」はご存知でしょうか？ これは、クレジットカードの残債金額にかかわらず、「毎月二万円」などと決めた定額を返済するもので、手数料が掛かります。

結局、カード利用手数料が掛からないのは「一回払い」「二回払い」「ボーナス一回払い」の三つが正解です。

クレジットカードは、お金を使う時の「心理的な痛み」が現金と比べて少ないだけでなく、一万円使うと平均五〇円相当の価値があるポイントがつくこともあって、貯蓄が少ない二〇歳代のうちはカードを使い過ぎてしまう方も多いので注意が必要です。

例えば、いつもリボ払いを使って、カードの残債が六〇万円ある状態が一〇年以上続いた場合、「六〇万円×一五%×一〇年＝九〇万円（実質年利一五%の場合）」と、一〇〇万円近くの金利を余計に払う可能性さえあります。

二〇歳代から貯蓄を着実に増やしたい方は「衝動買いは現金で、計画的な支出はカードで」というルールを守ってみることをオススメします。これは私自身も実行して効果を実感しています。

結婚するまで保険はいらない？

二〇歳代の保険について考察しましょう。独身のうちに保険に加入する必要性やメリットはあるのでしょうか？

まず、独身のうちに大きな金額の生命保険（死亡保障）に入る必要は原則としてありません。しかし、一生にわたる死亡保障がある「終身保険」は、貯蓄性があって、若いほど保険料の負担感も少ないので、保険金額三〇〇万円〜五〇〇万円程度の加入であれば検討する余地があります。また、「変額終身保険」は解約返戻金変動しますが、同じ保険金額に対する保険料が割安というメリットがあります。

次に、医療保険です。いわゆる医療保険は、ケガや病気による入院や手術などがあつた場合に「入院日額五〇〇〇円」「手術給付金二〇万円」というような給付がなされるものです。このような医療保険には、独身のうちからでも最低限の水準（日額五〇〇〇円程度）は加入しておいた方が安心と思います。なぜなら、二〇歳代のうちに、もし手術を伴う大きな病気になって数十万円の自己負担（差額ベッド代を含む）をした場合、結婚や車購入などのために予定していた貯蓄が大きく減ってライフイベントが狂ってしまう可能性があるからです。ちなみに私は、二

七歳の時に入院日額五〇〇〇円の「終身医療保険」に加入して最低限の安心感を確保しました。

二〇歳代から運用を始めるメリット

基本的な運用の話をする前に、またクイズから入りましょう。

Q 以下の四種類に、それぞれ一〇〇万円を投資すると、平均的には、いくら返ってくるのでしょうか？

- 一. 日本ダービー（二レース）
- 二. 外国債券（米国一〇年債、一年間）
- 三. 外国株式（上場株式、一年間）
- 四. パチンコ（一回）

平均的な儲けである「期待収益率」を、高い順に並べてみてください

一の「日本ダービー」の還元率はJRAのホームページで公開されていますが、約八〇%（ちなみに通常のレースは七五%）なので八〇万円。

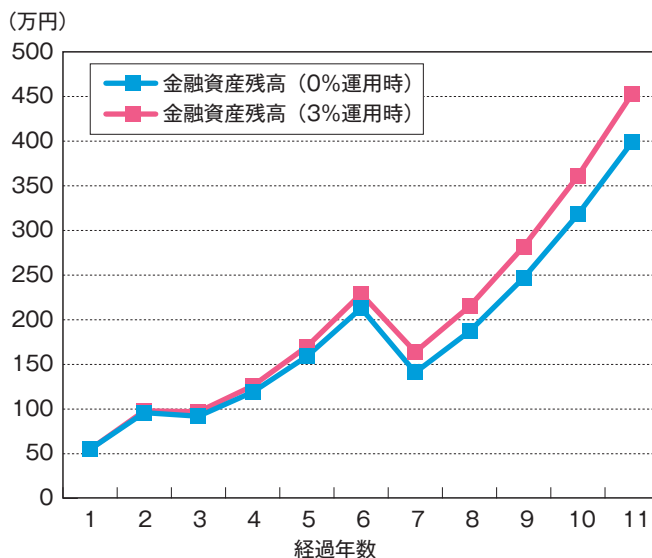
二の「外国債券」ですが、二〇一〇年三月四日現在、一〇年後に満期が来る米国債の利回りは年三・六三%なので、為替を考慮せず約一〇四万円。

三の「外国株式」は、二〇世紀の世界先進国の上場株式のリターンが年八%前後なので、これを基準に一〇八万円。

四の「パチンコ」の還元率は諸説あ



図2 「20歳代のキャッシュフロー表」で3%運用ができた場合の貯蓄残高の推移比較



りますが、九割をやや割り込むという情報が多いので、約八八万円とします。よって、答えは「三→二→四→一」となります。

この結果を見て分かるのは、競馬やパチンコなどのギャンブルは「投資」ではなくて明らかに「消費」だということことです。

一方、上場株式も一年で倍になったり半分になったりすることがあるので、全銘柄の長期の平均は八%に近い数字になっていますので「平均点を取る」ことさえできれば、健全な投資として成立することになります。米国債券も、為替レートが変動するリスクはありますが、世界的に低金利が続いて

いる現在でも年平均三%台後半のリターンが期待できるのです。

では、二〇歳代から資産運用を行うメリットはあるのでしょうか？

率直に言うと「短期的に資産を増やす」という意味では二〇歳代から資産運用を行うことのメリットは少ないです。一〇〇万円の金融資産の運用率を三%高めることができても年三万円しか効果がありません。実際に、四七ページ図1の「二〇歳代のキャッシュフロー」で年三%運用ができた場合の貯蓄残高推移(図2)見ても、一〇年で五〇万円程度の差しかついていません。これを見ると、資産運用に過剰な時間を使うよりは、本業の仕事のスキルを上げて収入を増やしたり、ムダ遣いを減らしたりした方が、貯蓄は増えやすいと言えるでしょう。

しかし「投資の知識を増やす」という意味では、二〇歳代から資産運用にチャレンジする価値は十分にあります。

投資を真剣に学び始める方法としては、《自分の「投資教育費」として一〇万円を用意する》という方法をオススメします。一〇万円の余裕資金を準備したら、数万円で買える個別株や、一万円単位で買える投資信託を、あまり損得を気にせずに三種類くらい購入します。それだけで、日々の経済ニュースやマーケットの情報に自然とアン

テナが立つようになり、投資の知識が高まっていきます。

投資の知識が増えても、貯蓄が少ない二〇歳代のうちはあまりメリットがありませんが、三〇歳代〜四〇歳代にかけてまとまった資産ができた段階では、実践的な知識があれば「リスクを取りすぎて失敗する」「価格変動のリスクを怖がって何もできない」などを避けて健全な運用がしやすいメリットが生じてきます。

二〇歳代は「実践的な投資の勉強をスタートする」をゴールの一つとしてがんばってみましょう。

まとめ
理想的な三〇歳代を迎えるために

収入と支出が同時に上がっていく二〇歳代は、カードの使いすぎやキャッシングの利用を避けながら貯蓄の習慣をつけて、必要最低限の保険に加入して、住宅や車に過剰なお金を掛けず、運用の勉強を始めつつ、月一〜二万円以上の積立投資をスタートする。

仕事の能力を高めながらここまで実行できれば、一定の貯蓄がある状態で、理想的な三〇歳代を迎えることができるでしょう。

次回は、ビッグイベントが目白押しとなりやすい三〇歳代男性のライフプランのポイントをお伝えします。どうぞ楽しみにお待ちください。