

実践！役立つライフプランづくり〈第1回〉

ライフプランは 基礎が大事

社会は常に変化し続けます。その変化は目に見えず、知らない間に変わっていたりします。

また、変化は急に起こったり、大半は気付かないうちに変わっていたりします。社会の仕組みや制度が変われば、なんらかの形で、私たちの生活に影響を及ぼします。年金制度の改正や定年延長のように、ライフプランそのものに直接影響を及ぼすものもあります。

常に変化し続ける社会に備えるには、一体どうしたらいいか？ 理想としては、どのような変化があっても困らないよう、日頃からしっかりとしたライフプランをつくり実践する一方で、変化が起きれば上手に対応することです。

では、役に立つライフプランとは、どのようなものでしょうか。それは「まず、基礎がしっかりしていること」です。

基礎がしっかりとするためには、現状を

正確に把握することです。現状把握にあたっては、家計については収入と支出を知ること、財産については具体的な数値でつかむことが必要です。家計の収支は、家計簿

でお金の流れをきっちり把握することがポイントです。財産には借金も含めて考えます。財産状況を知るためには、会社で使う貸借対照表を家計に応用した「バランスシート」をつくりまします。

これら家計の収支と財産状況を前提に、収入支出の増減、結婚・子どもの誕生、子どもの成長・独立、住宅取得、老後資金の確保などに対応していくこととなります。

それでは、より詳しく家計簿とバランスシートについて考えてみましょう。

家計把握に最適な家計簿とは

私がファイナンシャル・プランナーとして



井戸 美枝
井戸美枝事務所代表

【いど みえ】社会保険労務士、ファイナンシャル・プランナー、キャリアカウンセラー。講演や執筆、テレビ、ラジオ出演などを通じ、資産運用、ライフプランについてわかりやすくアドバイスしている。経済エッセイストとしても活動中。社会保険事業運営評議会委員（平成16年9月～平成21年12月）、財団法人神戸勤労福祉振興財団「女性の生活設計に関する調査報告書」調査研究メンバー。『定年前後 困らないお金の使い方』（PHP研究所）など著書多数。

個別相談を受けると、「家計簿をつけたいのですが、どうしても続かないんです」とおっしゃる方が結構います。途中で投げ出した方の話をよく聞いてみると、原因の大半は、家計簿をつける理由と、家計簿で何がわかればいいのかというポイントをつかんでいないことにあるようです。そのため、面倒な作業を要する正確な記帳に気持ちがあえてしまうのでしよう。

家計簿をつける目的は、お金がどこから入ってきて、どこへ出ていっているのか把握することです。把握は1円単位でする必要はなく、100円とか500円単位で十分です。家計簿も「DIY (do it yourself) 家計簿」といって、方眼紙と封筒、銀行通帳で手づくりすることもできます。封筒にはレシートやメモを入れておき、月に1回、方眼紙のマスを利用した収支チェック表に

図1

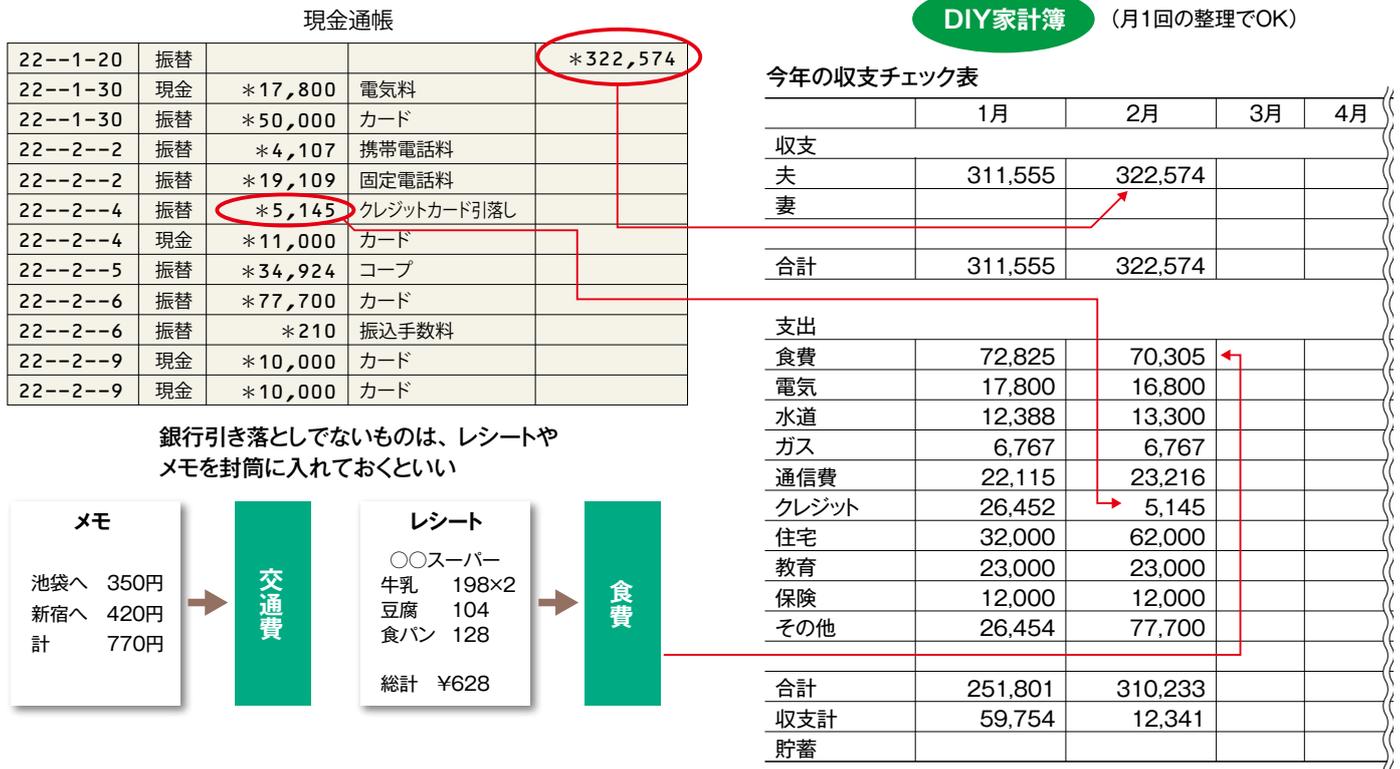


図2

1. 源泉徴収票と給与明細で年間の手取額を把握しましょう

<源泉徴収票>

種別	支払い金額	給与所得控除後の金額	所得控除の額の合計額	源泉徴収税額
給料・賞与	A 円	円	円	B 円
社会保険料の金額	生命保険料の控除額	地震保険料の控除額	住宅借入金等特別控除の額	
C 円	円	円	円	

2. 毎月の給与明細の住民税額を調べる…D

拾ってきた数字をあてはめる

社会保険料	↑ 年収 ↓	支払い金額A	①	円
所得税・住民税		源泉徴収税額B	②	円
手取り年収 (可処分所得)	社会保険料等の金額C	③	円	
	住民税額 D×12ヶ月	④	円	
	手取り年収(可処分所得)	①-(②+③+④)	円	

記入していきます(図1)。
では、お金の流れはどのように把握すればよいのでしょうか。

【収入】

家計の収入については、入ってくるルートがいくつかあるかを考えましょう。

夫が働き、妻が専業主婦というパターンでは、入ってくる収入のルートは一つです。専業主婦がパートに出るようになれば、収入のルートは二つに増えます。公務員の中には共働きの方も結構いらっしゃるのですが、このパターンでは収入のルートが二つです。

毎月決まった給料のサラリーマンの場合、収入の把握は簡単です。なぜなら給与明細があるから。収入把握はほぼ漏れなくできるでしょう(図2)。

その他のパターン、特に配偶者が自営業者の場合には注意を要しますが、詳細は別の機会にしましょう。

【支出】

家計の収支をつかむカギは、支出にあります。人間不思議なもので、お金を得るのは大変なことだとわかっていて、得ることに対しては一生懸命になるのですが、得たお金を自分の裁量で使えるとなると財布の紐はゆるんでしまいがちです。また、日々の生活の中では支出の項目が多すぎて、一つ一つを正確に覚えきれないということもあります。支出については、どの項目にいくら使っ

たかを毎日押さえないければなりません。そのためには、支出項目をどうするか、その証拠をどう残すのがポイントになります。お金の流れをつかむだけなら、支出項目は簡便なもので十分です。支出項目は、大きく月単位で金額が固定される支出と変動する支出に分けられます。例を挙げてみてみましょう。

■ 固定的な支出例

- 通勤・通学の交通費
- 教育関連費：学費、塾月謝 等
- 住宅関連費：住宅ローン、家賃・地代、団信保険料、火災保険料、固定資産税 等
- 自動車関連費：駐車場代、自動車税、自動車保険料、車検 等
- 生命保険関連費：夫・定期付終身保険、夫・個人年金、妻・終身保険、子供・学資保険 等

■ 変動する支出例

- 基本生活費：食費、光熱水費、日用品、衣服費、保健衛生費、通信費、交通費（バス、電車）、自動車ガソリン代 等
- 教養娯楽費：レジャー費、交際費 等

支出項目の分類については、あまり考え込まず簡単に決めて構いません。大切なのは、抜けがないように記録することです。とはいっても、完全主義でいくと大変ですから、

面倒な場合は100円、500円単位でもいいから記録を残します。

毎日の記録がむずかしいなら、レシートやメモを袋に放り込んでおき、週末にまとめて整理するという手もあります。週末がむずかしいなら、月に一回の整理でもいいでしょう。目的は家計の支出を知ることです。面倒かもしれませんが、せめて一年間でもいいので続けて、わが家の支出をつかんでください。

一年間のわが家の支出をつかんだら、次は支出のコントロールです。シンプルなのは、家計用の口座を一つもうけ、そこに前もって決めた毎月の支出額を入金する方法です。大型電化製品など高額な支出の場合は、そのつど話し合って決めることになるでしょう。こうすることで、使いすぎを防ぐことができます。

家計簿をつける目的の一つは、使途不明金を明らかにすることにあります。「お金のいつの間にか消えてしまうが、どうしたらいいか」という相談もよく受けます。このようなケースでは、たいてい必要以上の現金を持ち歩くことによる衝動買いが原因です。いつの間にかお金が消えないようにするには、必要なお金以上は持ち歩かないというのが鉄則です。

家計のバランスシート

財産状況をつかむにはバランスシートを使います。家計のバランスシートについては、図3をご覧ください。

バランスシートには左欄と右欄があり、左右の合計は等しくなるようにできています。左欄には資産、右欄には負債と純資産を記入します。資産の項目も、現金から始まり、流動性の高い順に、預貯金、有価証券などの金融資産、有形固定資産、その他資産となり、一番下に総資産が記入されます。右欄の負債は簡単にいえば借金です。個人なら住宅ローンが一番大きな借金となるでしょう。

右欄には純資産という項目もあります。これは企業における資本にあたるようなものです。家計では、資産合計から負債合計を差し引いたものです。純資産がマイナスの場合には「債務超過」といって借金のほうが多い家計ということになります。後ほど触れますが、多額の住宅ローンを抱え住宅価値が著しく低下した場合には、債務超過が発生します。

それでは、このバランスシートがどんな役に立つのでしょうか。第一に、バランスシートによって世帯の財産や借金の正確な状況が見えてきます。すべては、現状を正確につかむことから始まります。第二に、バランスシートは家計の課題を解決するためにどのような戦略を練るべきかの基本枠組みを示してくれます。

図3で示したAさんを例にご説明しましょう。バランスシートの左欄・資産を順番に見ると、「1. 流動性資産」として普通預金が170万円、定期預金が530万円、合計700万円あります。「2. 投資」

図3 家計のバランスシート

資産		負債	
1. 流動性資産	700万円	1. 短期負債 (教育ローン・キャッシング等)	100万円
普通預金(現金)	170万円	2. 住宅ローン	3,200万円
定期預金	530万円	3. 自動車ローン	150万円
2. 投資	200万円	負債合計	3,450万円
株式投資	350万円(取得価格) →200万円(時価)	純資産(資産合計-負債合計)	
3. 住宅	4,700万円(取得価格) →2,400万円(現在市場価額)	▲100万円 *取得価格だと2,500万円のプラス	
4. その他の資産			
絵画	50万円(取得価格) →0円		
自動車	150万円(取得価格) →50万円		
資産合計	3,350万円 *取得価格だと5,950万円		

としては株式を取得価額の350万円を書き込んであります。

最大の資産である「3. 住宅」は取得価額の4700万円、「4. その他の資産」としては150万円で購入した自動車、50万円で購入した絵画3点が記入してあります。これらを合計した資産は5950万円となります。なお、現在使っている冷蔵庫やテレビなどの家財道具は資産項目からはずしています。

一方、負債ですが、「1. 短期負債」ではお子さんの学費として借りた教育ローンが100万円、「2. 住宅ローン」が3200万円、「3. 自動車ローン」が150万円あり、合計すると負債は3450万円となります。資産から負債を控除すると、純資産は2500万円になるといわけです。

このバランスシートを見て「まあ普通に健全な世帯かな」と思われるかもしれませんが、ところが、ここには大きな落とし穴があります。問題は取得価額で資産に計上している点です。財産状況を正確につかむため、バランスシートには住宅や株式を転売価格、時価で評価しておく必要があります。20年前に4700万円で購入した住宅も、現在の市場価額では大きく値下がりがしているのです。

それでは、Aさんの家計の貸借対照表を時価でもう一度見直してみましよう。

4700万円で購入した住宅は現在の転売価格で2400万円、株式は時価で200万円、自動車は50万円、絵画は0円

で計上します。その結果、家計の純資産は2500万円のプラスから一転し、100万円のマイナスとなります。債務超過の状態です。このような状況でも家計が存続できるのは、住宅ローンの貸し手である金融機関が返済可能だと判断して、資金の引き上げをしないためです。

このように、正確な数値を用いると家計の現況が明らかになります。正確な数値をもとに、課題を洗い出し、対処していくことが家計管理の目的です。

ライフプランのしくり方

以上がライフプランづくりの基礎で、具体的には家計の収支と財産状況の把握という毎日起こることを、月単位でまとめ、それを1年通じて数値を用いて整理します。この基礎があつて、人生というより長い期間で考えることができるようになります。

ライフプランとは、充実した人生を送るための人生設計図です。車や住宅の設計図を考えていただければわかるとおり、何度も検討や実験を重ねる中で設計図は書き換えられていきます。製造過程に入ってからでも、現場で変更が加えられたりします。つまり、設計図は何度も変更することが当たり前なのです。

ライフプランも同様、一度つくったら終わりではなく人生の変化、家族の変化にあわせてどんどん変更していきましょう。

ライフプランの作成にあたっては、次の手

図4 キャッシュフロー表の例

西暦		2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
和暦		平成22年	平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	平成31年	平成32年
年齢	夫	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
	妻	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51
	長女	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
	長男	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
家族のイベント		住宅購入			長女高校入学		長男高校入学	長女大学入学		長男大学入学		車の買替え
				家族旅行								家族旅行
収入	夫収入	680	680	680	680	680	680	680	680	680	680	680
	妻収入	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
	収入合計	780	780	780	780	780	780	780	780	780	780	780
支出	基本生活費	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
	住居費	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150
	教育費	73	73	88	147	147	156	167	124	219	169	98
	保険料	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
	一時支出	1,000		50								200
	その他	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
	支出合計	1,571	571	636	645	645	654	665	622	717	667	796
収支		-791	209	144	135	135	126	115	158	63	113	-16
金融資産残高		609	818	962	1,097	1,232	1,358	1,473	1,631	1,694	1,807	1,791

- 順で考えてみましょう。
- ①夢や目標をはっきりさせる。
 - ②ライフイベントを書き出す。
 - ③キャッシュフロー表を作成する。

①夢や目標をはっきりさせる
 これまでの生き方を振り返り、これからの暮らし方を考えながら夢や目標をはっきりさせていきます。

家族のライフプランを考える場合、ご夫婦だけでなく子どもたちにも参加してもらうことで、家族間の情報共有を図ることができます。

②ライフイベントを書き出す

住宅の購入や子どもの進学、車の買替えなど、家族のライフイベントを具体的に書き出していきます。定年退職や子どもの結婚など、まだまだ先に思えることも記入しておきましょう。

③キャッシュフロー表を作成する

キャッシュフロー表は家計の収支と貯蓄を年次別にシミュレーションしたもので、20〜30年にわたる収支状況と貯蓄残高の推移を確認するものです。ここには住宅の購入や進学など、ライフイベントに必要な金額も記入していきます。そうすることで、ローンの返済推移や子どもへの教育費がどの時点でいくら必要になるかなどが明らかになっていきます。

例えば、図4の例では平成32年に車の買替えと家族旅行を同時に行くと、年間の収支が赤字になってくることがわかります。

以上、今回はライフプランづくりの基礎と道具について述べてきました。次回以降は、子育て、住宅取得、老後という、人生にとって大切な3つのライフステージを取り上げて、実践的なライフプランづくりを考えていきます。