

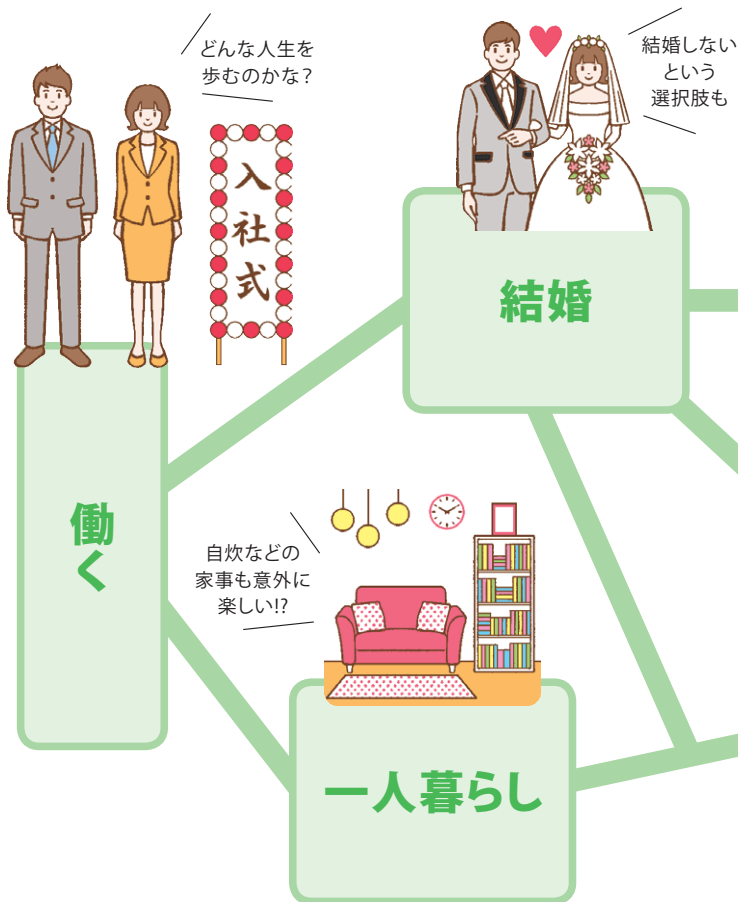
1. 卒業後の人生をイメージ。何にいくら

いつ、いくらかかるか。イメージをつかんで計画的に準備しよう

親からの独立や結婚、住宅購入、転職や起業など、やりたいことや幸せのカタチは人それぞれですが、どんな人生を送るにしても「お金」がかかります。

お金を得るには働く必要があります。楽しく充実して働くためにも、たくさん学んで、選択肢を増やしておきましょう。

いつ、どんなお金がかかりそうかのイメージがあれば、「したいことをかなえるためにお金を貯めよう！」というモチベーションも高まりそうですね。



会社員は傷病手当金（病休休業時に支給される）や、**基本手当**※など保障が充実。フリーランスは民間の保険などでカバー。

会社員とフリーランスの違い

	会社員	自営業・フリーランス
健康保険	勤務先が所属する健康保険 ● 医療費の自己負担3割 ● 高額療養費 ● 傷病手当金	国民健康保険(自治体) ● 医療費の自己負担3割 ● 高額療養費
年金	国民年金と厚生年金の2階建て	国民年金のみ
雇用保険	● 失業等に対する保険給付 ● 資格取得などへの支援	なし
労災保険	● 勤務中に生じた病気やケガの補償	なし

※基本手当（失業給付）の受給には、退職日以前の2年間に雇用保険に12カ月以上加入など一定の要件あり



一人暮らし

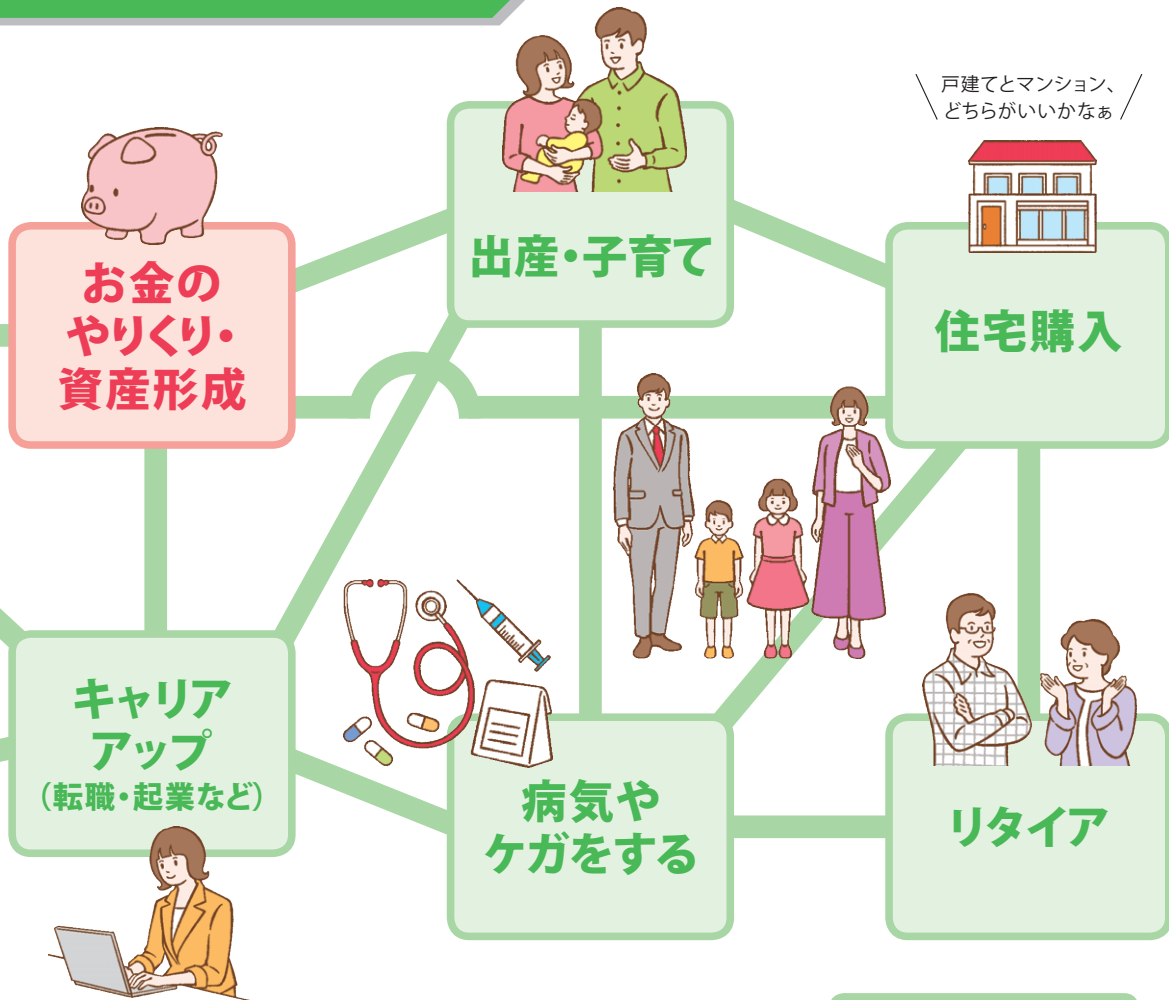
家を借りる費用のほか、初めての一人暮らしなら家具・家電の購入費も。就職後は給与で上手にやりくりしよう。

賃貸住宅に住む際の初期費用
約50万円

※1カ月の家賃、約7万2,000円(全国賃貸管理ビジネス協会「全国家賃動向」2023年8月、東京都総平均)を基に、諸経費、引っ越し費用、家電購入費などを考慮し日本FP協会にて試算

かかるかを知る

大学を卒業すると自立した大人としての生活が始まります。どんなことが起き、お金はどのくらいかかるかイメージしてみましょう。



キャリアアップ

雇用保険の加入状況など、条件を満たせば費用の一部を国が補助してくれる

何度か転職をする、2つ以上の仕事を持つなど働き方も様々な時代。
仕事を続けながらスキルアップしたり、教育機関で知識を得るなど学びを続けよう。

**仕事に役立つ資格を取るための勉強
専門学校の学費など**

教育訓練給付制度 (特定一般教育訓練)

※一定条件を満たした人が対象講座を受講・修了すると、受講費用の40% (上限20万円) が支給される。

〈例〉A社FP講座の場合:

$6万4,000円 \times 40\% = 2万5,600円$ 支給

**さらなるステップアップを目指して勉強
専門学校や大学院の学費など**

教育訓練給付制度 (専門実践教育訓練)

※一定条件を満たした人が対象講座を受講・修了すると、最大で受講費用の70% (年間上限56万円、最長4年) が支給される

〈例〉B社AIプログラミング講座の場合:

$52万8,000円 \times 50\% = 26万4,000円$ 支給

終了後1年以内に雇用保険の被保険者として雇用された場合:

$52万8,000円 \times 20\% = 10万5,600円$ 追加で支給



結婚

共働きのカップルが増えており、家計においてはプラスの要素に。結婚後のお金の管理の仕方なども2人で相談しよう。

結婚費用
約304万円

(自己負担額の平均 約147万円)

※株式会社リクルート「ゼクシィ 結婚トレンド調査2022」調べ。
挙式、披露宴・ウエディングパーティー総額、全国平均(1万円未満四捨五入)
ほかに新居を借りたり、家具・家電などを購入する費用も必要

プランによって
金額はそれぞれ



住宅購入

住宅ローンを組むなら、将来にわたり返済に無理のない金額に抑えたい。火災保険や地震保険の保険料、毎年の固定資産税、修繕費用などもかかる。

平均購入価格(全国)
建売住宅 3,719万円
新築マンション 4,848万円

※住宅金融支援機構「2022年度 フラット35利用者調査」

地域差が
大きい



出産・子育て

様々な費用がかかるが、国などによる支援策も多い。教育費は公立か私立かによっても差があるので、しっかり検討、計画的に準備。

幼児教育・保育の
無償化が拡充

出産

入院・出産費用など
約47万円

※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

健康保険組合や自治体から〈**出産育児一時金**〉〈**出産手当金**〉〈**妊婦健診費用助成**〉〈**妊産婦医療費助成制度**〉などが受け取れる

育児休業

雇用保険に加入していると
給付される

育児休業給付金

※休業前の1日当たり賃金の67%×日数(181日目からは50%)

雇用保険から〈**出生時育児休業(産後パパ育休)給付金**〉が給付される

教育費

子ども1人当たりの総額
(幼稚園から高校まで公立、
大学のみ私立文系の場合)

約1,018万円

※文部科学省「令和3年度子供の学習費調査」、「私立大学等の令和3年度入学者に係る学生納付金等調査結果について」より



病気やケガをする

公的医療保険もあるので、不足分を貯蓄や民間保険で補う。勤務先に独自の保障がある場合も。

1人当たり医療費の自己負担限度額

月額 約9万円

※所得によって異なり、約9万円は一般的な所得(年収約370万円~770万円)の場合。別途、食事代など。

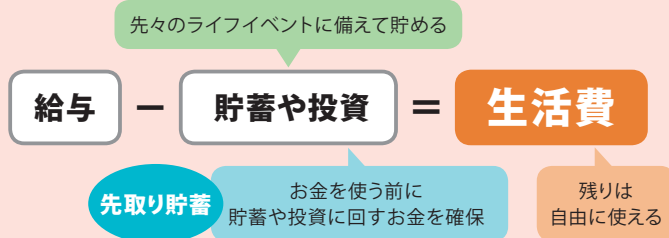
- 健康保険の〈**高額療養費**〉で医療費がひと月の自己負担限度額を超えた場合に給付される
- 仕事を休んだ間の収入→健康保険から〈**傷病手当金**〉が支給される





お金のやりくり・資産形成

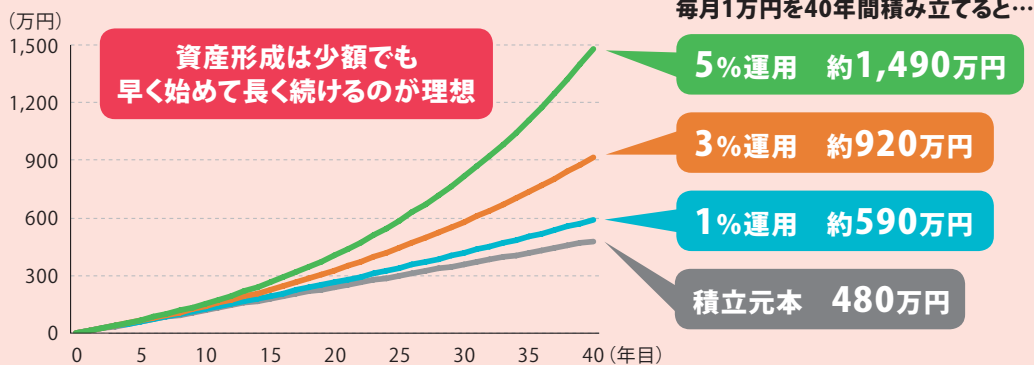
給与から貯蓄や投資するお金を確保して残ったお金で生活する「先取り貯蓄」は、資産形成の王道。少しの金額でも長く積み立てれば大きなお金になる。積立方式で様々な資産に分散投資し、長期保有すればリスクも小さくできる。



投資の鉄則とは？



積立投資をしていれば老後の心配も小さくなる



※年複利で運用した場合。手数料、税金等は考慮していない



リタイア

年金では足りない分を老後資金として準備。定年以降も働いたり、好きな仕事を始めるのもいい。要介護になれば公的介護保険のサービスを利用することもできる。

定年

60歳か、65歳か…？
退職金の有無を確認
再雇用で働く
or
別の仕事をする
or
リタイア

年金

夫婦高齢者無職世帯の
社会保障給付
月額 約20万円
※総務省「家計調査報告(家計収支編)2022年」より

介護

介護保険受給者
1人当たり介護費用
月額 約17万円
→介護保険からの給付により、
本人負担は1～3割
(所得などにより異なる)
※厚生労働省「令和3年度 介護給付費等
実態統計の概況」より。保険給付額、公
費負担額および利用者負担額の合計額

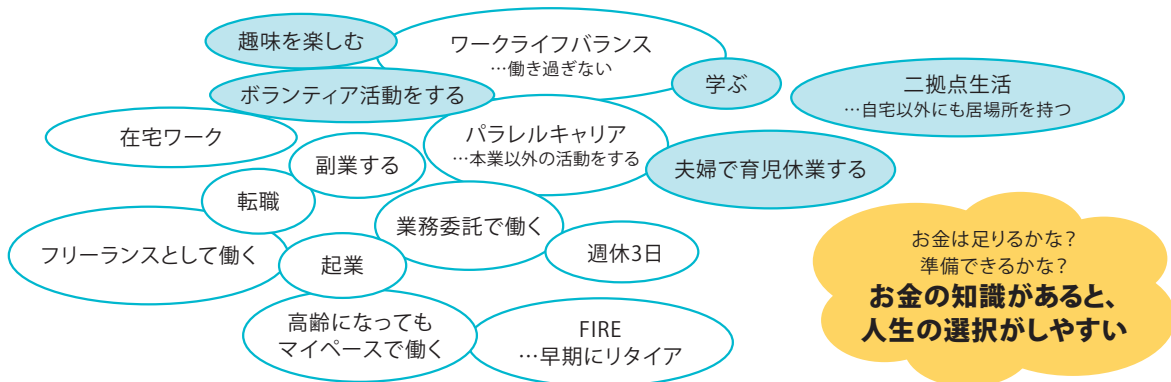
2. 「お金の知識」を活用して未来を自分

働き方・ライフスタイル

働き方や立場、生き方も多様・多彩に。自由に生きるにはお金の準備も必要で、大事な選択をする際には経済的に無理がないかを考えることも大切です。

これまで 終身雇用、1つの会社で昇進を目指すなど

これからは…? 多様な働き方・多彩な生き方

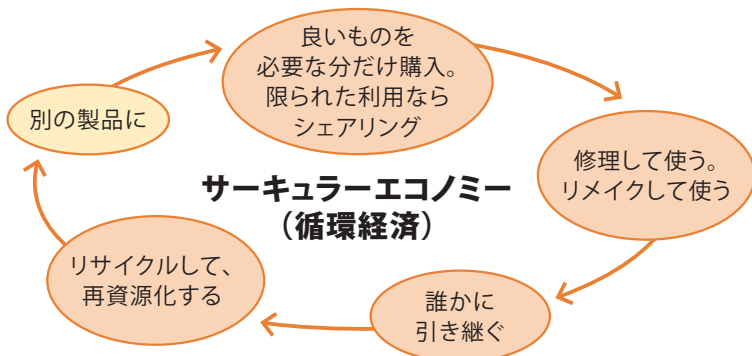


消費生活

本当に必要なものを買ひ、修理しながら使い、原料に戻して再利用するといった「循環経済」が環境配慮に。消費は社会づくりに直結します。

これまで 大量購入・大量所有・大量消費

これからは…? 必要な分だけ。大切に使う。よみがえらせる



で切り開いていこう!

働き方も消費の形も大きく変化しています。生き方が多様化する中、未来は自分で切り開いていくもの。「お金の知識」を役立てましょう。

ライフプラン

ライフプランとは、将来のライフイベントや実現したいこと、すべきことについて考える計画。費用も想定すると貯蓄の計画も立てやすく、実現に近づきます。

これまで 人生設計をしなくても、なんとか生活できた

これからは…?

人生100年。ライフプランがより重要に



収入は
いくらくらい?

5年後、
自分は何をしてる?

家族の年齢は?

いつまで働く?

何歳のとき、
どんなイベントが
ある?

そのイベントには
お金がいくらかかる?

ライフプランを意識して
計画的に
稼ぐ、使う、貯める、増やす

選択肢の多い時代。お金の知識を味方にしよう

学びは仕事につながり、仕事はお金につながり、お金は夢の実現や人生の選択肢を広げることに繋がります。大切なのは、たくさん稼いでとにかく増やすことではありません。お金を上手に使い、将来に備えて計画的に資産を築き、準備できたお金の範囲で、工夫して、自分らしく生きることです。そして、病気やケガ、職を失った際などには社会保険があること、消費者トラブルに遭ったり、奨学金が返せない、生活が困窮した、そんなときも相談先があり、支援があることも忘れないでください。お金の悩みであなたの人生にブレーキがかからないように。一生使えるお金の知識を味方に、将来へ進んでいきましょう。



やりたいことを実現するために、将来を具体的にイメージしてみよう

3. ライフイベント表&キャッシュフロー表で未来を見てみよう!

将来、どんなこと(イベント)があり、収入、支出、貯蓄はどうか。具体的に考えてみましょう。未来を描いてみて!

ライフイベント表、キャッシュフロー表とは?

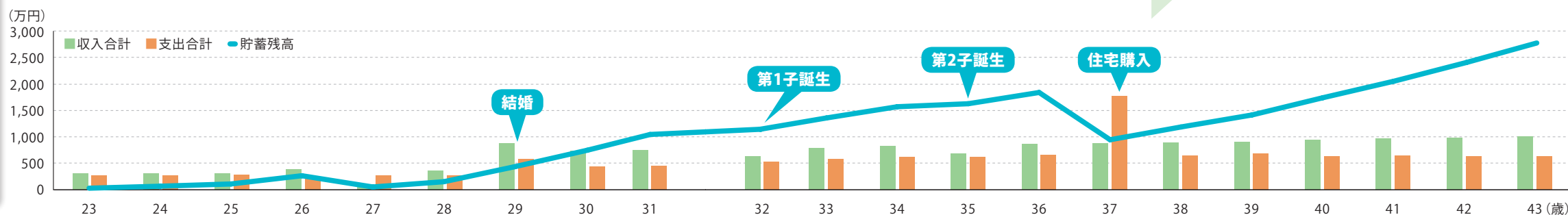
お金について計画を立てるのに役立つのが、「ライフイベント表」と「キャッシュフロー表」です。ライフイベント表とは、自身や家族の年齢、予定するイベント(旅行、結婚など)を書き込んでいくものです。キャッシュフロー表は、収入と支出の見込み額を記入していくもので、年間の収支(収入-支出)がプラスならそれが貯蓄に回ります。大きなイベントがあると貯蓄残高は増減しますが、プラスをキープできていればお金は足りている、ということです。

大学卒業後は就職して、30歳までには結婚、子どもは2人欲しいな



大学生A子さんのライフプランは? お金は大丈夫?

下表はA子さんのライフイベント表&キャッシュフロー表です。就職後4年目に退職して資格を取得。29歳で結婚、32歳、35歳で出産、住宅も購入します。年間収支は赤字の年もありますが、43歳(20年後)には約2,800万円の貯蓄ができています。A子さんはまだ大学生で、これらはあくまでも想定ですが、書き出すことでやりたいことが整理でき、将来についてイメージを膨らませることができます。



ライフイベント表&キャッシュフロー表の例

西暦		20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年		
経過年数		卒業	1年後	2年後	3年後	4年後	5年後	6年後	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	16年後	17年後	18年後	19年後	20年後	
ライフイベント表	家族構成	A子さん																					
	配偶者																						
	第1子																						
	第2子																						
ライフイベント	就職		国内旅行	資格取得のため退職		再就職	結婚		国内旅行		第1子誕生	育休取得収入ダウン	海外旅行	第2子誕生	夫婦で育休取得	住宅購入	国内旅行	第1子小学校入学		国内旅行	第2子小学校入学		
キャッシュフロー表	収入																						
	A子さんの手取り収入	300	306	312	318	0	360	367	375	382	234	390	420	257	428	437	446	455	464	473	482	492	
	配偶者の手取り収入																						
	その他(児童手当等)		手取り300万円を期待		80	50		200			18	18	18	30	30	30	24	24	24	24	24	24	
	収入合計A	300	306	312	398	50	360	867	735	749	626	790	828	685	864	880	892	909	948	966	985	1,004	
	支出																						
	基本生活費	156	156	156	132	132	156	216	216	216	240	240	240	264	264	264	264	264	264	264	264	264	264
	家賃・管理費等	84	84	84	84	84	84	168	168	168	168	168	168	168	168	1,000	36	36	36	36	36	36	36
	住宅ローン															173	173	173	173	173	173	173	173
	奨学金	18	18	18	18	18	18	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36
教育費																							
保険料(こども保険含む)										38	38	38	62	62	68	68	68	68	68	68	68	68	
旅行・帰省・交際費等	6	6	16	6	6	6	12	12	22	20	20	70	20	20	20	35	20	20	35	20	20		
一時的な支出					20		150			30			30		100								
支出合計B	264	264	274	240	260	264	582	432	442	532	574	624	616	658	1,769	648	683	633	648	633	633	633	
年間収支(A-B)	36	42	38	158	-210	96	285	303	307	94	216	204	69	206	-889	244	226	315	318	352	371	371	
貯蓄残高	36	78	116	274	64	160	446	748	1,055	1,150	1,366	1,569	1,638	1,844	955	1,199	1,424	1,739	2,057	2,409	2,781	2,781	

※本来、キャッシュフロー表を作成するときは物価上昇や運用利回り(変動率)を考慮した金額を記入しますが、ここでは計算しやすいように変動率をゼロとしています。
 ※キャッシュフロー表においては、単位未満の端数を四捨五入しています。端数処理の関係で合計額が一致しないことがあります。

こちらでもCHECK!

日本FP協会 ホームページの「ライフプラン診断」では、ライフスタイルを設定し、9つの質問に答えることで将来の家計をシミュレーションできます。

ライフプラン診断