



気になる大きな問題点

- ① 16年後に貯蓄残高が底をつきる
- ② 老後資金が完全に不足している

(単位：万円)

16年	17年	18年	19年	20年	21年	22年	23年	24年
2034年	2035年	2036年	2037年	2038年	2039年	2040年	2041年	2042年
54歳	55歳	56歳	57歳	58歳	59歳	60歳	61歳	62歳
51歳	52歳	53歳	54歳	55歳	56歳	57歳	58歳	59歳
17歳	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳	23歳	24歳	25歳
14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳
第1子 大学入学			第2子 大学入学					
第2子 高校入学								
8,224	1,127	830	833	1,036	839	1,641	550	550
574	577	580	583	586	589	1,391	300	300
250	250	250	250	250	250	250	250	250
	300			200				
927	854	1,123	903	1,074	1,096	876	771	851
260	261	263	264	265	267	268	269	271
68	68	51	51	51	35	35	7	7
205	205	205	205	305	205	205	205	205
151	151	151	151	151	151	151	151	151
54	54	54	54	54	54	54	54	54
				100				
50	50	50	50	50	50	50	50	50
209	210	418	274	266	480	180	180	180
136	60	137	60	137	60	138	60	139
-103	273	-293	-71	-39	-258	766	-221	-301
-90	183	-110	-181	-219	-477	289	68	-233

私立中学に行かせたことで年間収支がマイナスの年が続いている

赤字が続き貯蓄を食いつぶした結果、家計破たん。子どもは2人とも奨学金を借りなければならなくなる

老後資金を貯めるところか家計破たん!?

「キャッシュフロー表」の活用方法

わたしの未来予想図

キャッシュフローのビフォー&アフター 第1回

希望のライフプランを叶えるために



鈴木 さや子

株式会社ライフヴェーラ代表取締役

【すずき・さやこ】

ファイナンシャルプランナー (CFP)・1級FP技能士・住宅ローンアドバイザー。慶應義塾大学環境情報学部卒業。損害保険会社出身。家族が笑顔になれるための生活に役立つお金の知識を、主に女性向けにセミナーやコラム記事などを通じて情報発信。保険などの商品を一切販売しないFPとして活動中。専門は教育費・保険・住宅ローン・マネー&キャリア教育。

キャッシュフロー表とはなんぞや

こんにちは。ファイナンシャルプランナーの鈴木さや子です。キャッシュフロー表は、自分の希望のライフプランを叶えるために、今できることは何かを考えられるツールです。この連載では、「キャッシュフロー表」の作り方とポイントをお伝えし、実際のキャッシュフロー表を用いてライフプランの対策を考えていきます。未来予想図を描く大切さがお伝えできると嬉しいです。

家計管理のツールと言えば、やはり家計簿が代表格ですね。それでは家計簿をきちんとつけているという方にキャッシュフロー表は不要でしょうか。いいえ、この2つのツールは目的がちがうため、家計簿をつけている方にもぜひ作っていただきたいです。家計簿の目的は「今」のお金の使い方を見直し、毎月の収支を把握しバランスをチェックすること。一方キャッシュフロー表の目的は「これから」の家計を知り、さまざまなライフイベントややりたいことを実現できるかをチェックすること。家計簿で把握している「今」のお金情報を長い時間軸に延ばして予想するものがキャッシュフロー表なのです。



【図表1】

「30代共働き、子育て世代のキャッシュフロー」

- 家族構成：夫 会社員 38歳
妻 派遣社員 35歳
子 1歳
- 2年後にはもう1人子どもが欲しいと思っている
● 近所のモデルルームで勧められた物件が気になっている

住宅ローンは
4100万円、
35年ローン、
金利1.5%で設定

	現在	1年	2年	3年	4年	5年	6年	7年	8年	9年	10年	11年	12年	13年	14年	15年	
	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年	2030年	2031年	2032年	2033年	
① 本人	38歳	39歳	40歳	41歳	42歳	43歳	44歳	45歳	46歳	47歳	48歳	49歳	50歳	51歳	52歳	53歳	
配偶者	35歳	36歳	37歳	38歳	39歳	40歳	41歳	42歳	43歳	44歳	45歳	46歳	47歳	48歳	49歳	50歳	
第1子	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	
第2子			0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	
ライフイベント			第2子 誕生	家購入			第1子 小学校入学		第2子 小学校入学		第1子 中学入学				第1子 高校入学	第2子 中学入学	
			親から400万円の贈与を受けられる予定				住宅ローン控除										
② A：収入	変動率	730	1,173	674	776	828	830	832	833	835	837	838	810	813	816	818	821
夫の収入	0.50%	530	533	535	538	541	543	546	549	552	554	557	560	563	566	568	571
妻の収入	0.00%	200	200	100	200	250	250	250	250	250	250	250	250	250	250	250	250
その他の収入			440	39	38	37	36	35	34	33	32	31					
③ B：支出		669	1,255	726	704	777	889	768	685	763	750	825	776	954	847	951	1,171
基本生活費	0.50%	240	241	242	244	245	246	247	249	250	251	252	254	255	256	257	259
生命保険料等		51	51	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
住居費		150	805	205	205	205	205	205	205	205	205	205	205	205	205	205	205
住宅費（家賃・更新料）		150															
住宅取得費（頭金・諸費用・転居）			600														
住宅ローン返済			151	151	151	151	151	151	151	151	151	151	151	151	151	151	151
修繕・維持費・固定資産税等			54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54
リフォーム																	
自動車費		50	50	50	50	50	250	50	50	50	50	50	50	50	50	50	300
教育費		48	48	30	78	78	60	66	54	58	116	117	140	242	208	236	280
その他の支出		130	60	131	60	131	60	132	60	133	60	134	60	134	60	135	60
④ C：年間収支（A - B）		61	-82	-51	72	51	-59	63	148	72	87	13	34	-141	-31	-133	-350
⑤ D：貯蓄残高	0.01%	320	238	187	259	310	251	314	462	534	621	634	668	527	496	363	13

マイホーム購入の自己資金としては少々心もとない貯蓄残高

キャッシュフロー表の間違いがちなポイント

① 家族全員の年齢

将来の自分の年齢から、そのときの働き方や生活環境をイメージすることができる大切な項目です。

★ 間違いポイント：

作成日ベースで年齢を記載すると、誕生日によって子どもの学年がズレてしまうことも。年度末時点で揃えておくとう安心。

② 収入

就労収入や退職金の他、iDeCo掛金や生命保険料控除による所得控除分、住宅ローン控除など、確定申告や年末調整で返ってくる金額、個人年金保険や学資保険の満期金やiDeCo受取予想額、老後の公的年金についてもわかる範囲で記載します。

教育資金の積立目的で入った終身保険がある場合には、使う予定時期に解約返戻金予定額を。昇給が見込める場合は、就労収入分には変動率を設定します。

★ 間違いポイント：

- ・ 額面ではなく社会保険料・税金を除いた手取り金額（可処分所得）を書く。
- ・ 自営業の場合は、事業収入のうち生活費として使える金額を書く。
- ・ 給与から財形や社内預金、生命保険料、iDeCo掛金等が天引きされている場合でも、記載するのは天引き前の可処分所得。天引き分も収入としてカウントし、生命保険料やiDeCo掛金等すぐに引き出せない性質のものは支出欄に書く。

③ 支出

人によって項目は異なりますが、主に基本生活費と生命保険料、住居費、自動車費、教育費、その他の支出（旅行・帰省・家具家電買替え等）で構成されています。物価上昇を考慮して、基本生活費には変動率を設定します。

★ 間違いポイント：

- ・ 毎月の生活費だけではなく、旅行や家具家電買替え、冠婚葬祭費などのその他の支出を入れること。使途不明金がある場合は、その他の支出に入れる。
- ・ 毎月の貯金は支出欄には入れない。
- ・ 保険料や自動車費や教育費など、いずれ支払いが終わる項目は、基本生活費に入れずに、別項目にする。

④ 年間収支

収入合計から支出合計を引いて記載します。ここで、実際のところの年間収支とズレていないか要チェック。使途不明金を入れなかったために、実際より多く貯金できているキャッシュフロー表を作っているケースも少なくありません。

⑤ 貯蓄残高

前年の貯蓄残高にその年の年間収支を足しますが、運用利益を見込み、運用率（変動率）をかけて計算します。

$$\text{前年の貯蓄残高} \times (\text{運用率} + 1.0\%) \pm \text{その年の年間収支} = \text{その年の貯蓄残高}$$

このコーナーのキャッシュフロー表では、すべて安全資産で運用しているとし、0.01%の金利で設定しています。

今回の対策案にはないが、私立中学への進学についても要検討。実際は、中学受験するための塾などで、小学生時代にもっとかかる可能性がある

(単位：万円)

16年	17年	18年	19年	20年	21年	22年	23年	24年
2034年	2035年	2036年	2037年	2038年	2039年	2040年	2041年	2042年
54歳	55歳	56歳	57歳	58歳	59歳	60歳	61歳	62歳
51歳	52歳	53歳	54歳	55歳	56歳	57歳	58歳	59歳
17歳	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳	23歳	24歳	25歳
14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳
第1子 大学入学			第2子 大学入学					
第2子 高校入学								
924	1,227	930	933	1,136	939	1,741	650	650
574	577	580	583	586	589	1,391	300	300
350	350	350	350	350	350	350	350	350
	300			200				
865	791	1,060	840	1,011	1,033	812	707	787
221	222	223	224	225	227	228	229	230
68	68	51	51	51	35	35	7	7
181	181	181	181	281	181	181	181	181
127	127	127	127	127	127	127	127	127
54	54	54	54	54	54	54	54	54
				100				
580	580	580	580	50	50	50	50	50
209	210	418	274	266	480	180	180	180
136	60	137	60	137	60	138	60	139
59	436	-130	92	125	-94	930	-57	-137
					816	1,629	1,688	2,124

3つの対策案

- ①基本生活費を月2万円削減
- ②物件価格の予算を500万円削減
- ③妻の働き方を見直し、第2子小学校入学後、年収を100万円アップ

住宅ローンは3460万円に減額35年ローン、金利1.5%

無事、子ども2人とも私立大学に進学することができている

老後資金を貯めることができたが老後のキャッシュフローによっては、まだ貯蓄が底をつく可能性もあるため注意が必要



キャッシュフロー表の活用ステップ

「ステップ1」全体を俯瞰して人生を「感じて」みる

キャッシュフロー表の大きなメリットは、自分の未来を俯瞰できること。どんなライフイベントがいつ発生するか、また、大きな金額がかかる、収入が激減するのはいつかなど、これからの人生をご家族一緒に「感じて」みましょう。全体を見渡すことで、作成時に忘れていたライフイベントや夢を思い出したりすることもありますよ。

「ステップ2」貯蓄残高が底をつかないかをチェック

全体を俯瞰したら、貯蓄残高欄をずっと右に見ていきましょう。マイナスの年は、家計破たんを意味しますので、何かしらの対策が急務です。もし家計破たんしそうな年がないとしても、緊急予備資金として常に「生活費×3〜6ヶ月分」の残高は維持したいところ。ゼロ円ギリギリの年がないかもチェックしましょう。数万円の残高で心穏やかに暮らすのは難しいものです。

「ステップ3」対策を考えよう

全体を眺め貯蓄残高の健全性をチェックし、問題点がある場合は対策を考えます。【図表1】からわかる大きな問題点は、①16年後（第1子高3時）に貯蓄残高が底をつきる②老後資金が完全に不足しているの2点。対策案を一緒に考えていきましょう。

対策案を考え、キャッシュフロー表に反映させる

前ページのビフォーの問題点に対し、3つの対策を反映したのが上記のアフターです。対策には様々な方法がありますので、これはあくまで一例です。実際は、大切にしたい価値観と照らし合わせ具体策に落とし込んでいきます。すべての要望

After
アフター

【図表2】

「30代共働き、子育て世代のキャッシュフロー」

- 家族構成：夫 会社員 38歳
妻 派遣社員 35歳
子 1歳
- 2年後にはもう1人子どもが欲しいと思っている
- 近所のモデルルームで勧められた物件が気になっている

基本生活費を月2万円減らす

妻の働き方を見直し、第2子小学校入学後に年収アップ

	現在	1年	2年	3年	4年	5年	6年	7年	8年	9年	10年	11年	12年	13年	14年	15年	
	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年	2030年	2031年	2032年	2033年	
本人	38歳	39歳	40歳	41歳	42歳	43歳	44歳	45歳	46歳	47歳	48歳	49歳	50歳	51歳	52歳	53歳	
配偶者	35歳	36歳	37歳	38歳	39歳	40歳	41歳	42歳	43歳	44歳	45歳	46歳	47歳	48歳	49歳	50歳	
第1子	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	
第2子			0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	
ライフイベント			第2子 誕生	家購入			第1子 小学校 入学			第2子 小学校 入学		第1子 中学入学				第1子 高校入学 第2子 中学入学	
A：収入	変動率	730	1,173	674	776	828	830	832	833	835	937	938	910	913	916	918	921
夫の収入	0.50%	530	533	535	538	541	543	546	549	552	554	557	560	563	566	568	571
妻の収入	0.00%	200	200	100	200	250	250	250	250	250	350	350	350	350	350	350	350
その他の収入			440	39	38	37	36	35	34	33	32	31					
B：支出		633	1,195	666	644	717	828	707	624	702	688	764	715	892	785	889	1,109
基本生活費	0.50%	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	216	217	218	219	220
生命保険料等		51	51	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
住居費		150	781	181	181	181	181	181	181	181	181	181	181	181	181	181	181
住宅費（家賃・更新料）		150															
住宅取得費（頭金・諸費用・転居）			600														
住宅ローン返済			127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127	127
修繕・維持費・固定資産税等			54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54
リフォーム																	
自動車費		50	50	50	50	50	250	50	50	50	50	50	50	50	50	50	300
教育費		48	48	30	78	78	60	66	54	58	116	117	140	242	208	236	280
その他の支出		130	60	131	60	131	60	132	60	133	60	134	60	134	60	135	60
C：年間収支（A - B）		97	-22	8	132	111	1	124	209	133	248	174	195	21	131	29	-188
D：貯蓄残高	0.01%	320	298	306	438	550	551	675	884	1,017	1,265	1,440	1,635	1,656	1,787	1,816	1,629

を叶えるのは難しいので、優先順位を考えることが大切です。

【支出を減らす】

対策1…基本生活費を1ヶ月2万円減らしました。たった2万円とあなごるなかれ。それだけで、キャッシュフロー表は劇的に改善します。この対策だけで、資金が底をつく時期が、16年後から26年後まで延びました。

対策2…購入予定の物件予算を500万円下げました。諸費用も減りローン借入額も640万円減。家賃と同じ返済額になるよう設定した予算でしたが、維持費など加えると負担となるものに。毎月のローン返済額は約2万円減りました。

【収入を増やす】

対策3…現在派遣社員で働いている妻の収入を、第2子が小学校に入学したタイミングで、年100万円増やしました。ただし、子どもがいる家庭の場合、思うように収入アップ（キャリアアップ）を見込めないこともあるので注意が必要です。収入アップできなかった場合でも問題点を解決できる対策案も考えるほうが安心です。

【運用をする】

今回の例では反映していませんが、老後のための資産形成など長期的に準備できるお金は、運用の力を借りてお金を殖やす案も選択肢の一つです。

まとめ

今回の例では、3つの対策案を実行できれば、家計破たんする時期がなくなり、24年後の貯蓄を2854万円確保できることがわかりました。もちろん、人生には何があるかわかりませんのでこの通りにはならないでしょう。しかし、未来をより良く過ごすために、今から何ができるかを考えるヒントが見つかることがわかりただけかもしれません。

今回は「子どもの教育費」について取り上げます。