



年代別で考えるライフプラン 第1回

20代のライフプラン

20代は家計管理デビュー年代



豊田 真弓

ファイナンシャル・プランナー
住宅ローンアドバイザー、相続診断士

【とよだ・まゆみ】

F P ラウンジ代表。小田原短期大学非常勤講師。マネー誌・女性誌等のライターを経て1994年より独立系F P。「家計の永続性」をテーマに、個人相談や講演会、雑誌や新聞、サイトへの寄稿や監修などを行っている。6カ月かけて家計を見直す「家計ブートキャンプ」も好評。『50代家計見直し術』（実務教育出版社）、『住宅ローンは55歳までに返しなさい』（アニモ出版）など著書多数。座右の銘は「笑う門には福もお金もやってくる」。

はじめに

3つのアンカリングメソッド

はじめまして、ファイナンシャル・プランナーの豊田真弓です。今回から4回にわたり、「年代別で考えるライフプラン」を担当させていただきます。今回は20代を取り上げますが、各回、それぞれの年代ごとのライフプランの特徴を整理しつつ、家計運営やリスクマネジメント上の課題などを浮き彫りにしていく予定です。

少々自己紹介させていただくなら、妊娠中にF P（ファイナンシャル・プランナー）の資格をとり、誕生した息子がすでに社会人になろうとしています。相談業務や雑誌などの企画で多くの家計を拝見してきた経験や、ライフプランの前提が大きく変化する社会環境下で、95歳、100歳まで永続できる家計を実現することの難しさを実感しています。

平均所得額や生涯賃金の低下、長寿化、医療・介護の受益者負担増、公的年金の縮小（受給開始年齢が70歳以上になる可能性も）、超低金利をはじめ、**ライフプランの前提となる要素に大きな変化の波**が押し寄せています。日本の財政問題の深刻さから考えても、社会保障は今後も悪化し、自助努力なしでは人生を全うできなくなっています。**従来の発想のライフプランでは、すでに持続が困難になっている**と言っても過言ではありません。

そんな中、少しでも永続できる家計を実現するため、ライフプランの基本的な考え方として、**3つのアンカリングメソッド**を提唱しています。「アンカリング」は、**礎**を下すことを言いますが、**新たな目標を設定**することで家計運営の固定観念を破っていきたいと考えています。

その3つとは次のとおりです。

個人的に提唱している

【3つのアンカリングメソッド】

- ・ 子どもの教育資金は末子が中3までに貯め終える。
- ・ 住宅ローンは55歳までに完済する。
- ・ 末子が高校に入ったら、自分たちの老後資金を本格的に貯め始める。

内容や理由については関連する年代で解説をしたと思いますが、この3つが実現できれば、家計の永続可能性はかなり高まると信じています。一部は10年ほど前から提唱し続けていますが、いずれも「できるわけがない！」と言われることが多かったのも事実です。しかし最近、少しずつ受け入れられつつあるように思います。



【図表1】 20代の生活設計・住まい

世帯区分	2人以上世帯 (世帯主 20歳代)	単身世帯
世帯年収 (手取り)	平均 407 万円 中央値 400 万円	平均 198 万円 中央値 200 万円
配偶者の就業	働いていない 44.9% パートタイム 31.9% フルタイム雇用 21.7%	—
生活設計は？	立てている 30.7% 今後立てるつもり 61.3%	立てている 28.7% 今後立てるつもり 49.1%
生活設計を たてている 期間は？	3～5年先まで 34.8% 10年先まで 26.1% 1～2年先まで 21.7% 20年より先まで 13.0%	3～5年先まで 45.3% 1～2年先まで 26.9% 10年先まで 17.4% 20年より先まで 8.5%
マネープランは？	立てている 30.4% 今後立てるつもり 65.2%	立てている 57.2% 今後立てるつもり 36.3%
持ち家率	12.0% (購入 10.7%、相続・贈与 1.3%)	4.6% (購入 1.6%、相続・贈与 3.0%)
非持ち家の人の 住まいは？	賃貸マンション・アパート・借家 66.7% 社宅等 8.0% 親や親族の家 5.3%	賃貸マンション・アパート・借家 73.8% 社宅等 11.7% 公団公営の賃貸アパート 6.6% 親や親族の家 3.4%
非持ち家世帯で マイホーム 取得予定は？	5年以内 23.4% 目下考えていない 23.4% 10年以内 17.2%	目下考えていない 44.1% 将来も取得する考えはない 19.7% 10年以内 16.4%
住宅取得の 必要資金は？	2850 万円 (うち自己資金 615 万円)	2456 万円 (うち自己資金 1007 万円)
老後は心配？	多少心配 52.0% 非常に心配 41.3%	非常に心配 46.1% 多少心配 39.4%
老後が心配な 理由 (複数回答)	十分な金融資産がない 68.6% 年金や保険が十分でない 67.1% 生活にゆとりがなく貯蓄して いないため 41.4%	十分な金融資産がない 66.9% 年金や保険が十分でない 47.2% 生活にゆとりがなく貯蓄して いないため 25.4%

出典：金融広報中央委員会「家計の金融行動に関する世論調査（2016）」

20代は自立と ライフコース選択の年代

ようやく本題に入ります。20代のライフプランということですが、**人生における重要なターニングポイントの多くは20代に集中**しています。この分かれ道の進み方次第でライフコースも異なるわけです。大きなターニングポイントとしては、4つ挙げられます。

20代で迎えるターニングポイントの1つ目として、**就職**があります。学生から社会

人となって、親の扶養を抜けて経済的な自立を果たすためにも、**安定的な収入**が得られることは重要です。

近年、就職率が右肩上がりに良くなり、「安定的な雇用に就いていない者」の割合は大きく減っています。しかし、「正規の職員等でない者」を含む「安定的な雇用に就いていない者」（一時的な仕事に就いた者、進学も就職もしていない者）の割合は、2016年3月期の卒業生でも12.5%（文部科学省「学校基本調査…2016年」

より試算）。2017年3月期の卒業生は過去20年間で最高の就職率となるようですが、**安定的な収入を確保**することは非常に重要です。正規雇用を勝ち取るだけでなく、**転職や起業、独立**などでキャリアを形成することも大事です。

20代で迎えるターニングポイントの2つ目は、**結婚**です。平均初婚年齢は、男性31.1歳、女性29.4歳（厚生労働省「人口動態統計月報年計…2016年」）ですが、早く結婚する人もいます。【図表1】を見

* 金融資産保有世帯

【図表2】 20代の貯蓄・金融資産

世帯区分	2人以上世帯 (世帯主 20 歳代)	単身世帯
手取り年収からの貯蓄割合*	平均 12%	平均 18%
金融資産を保有している割合	54.7%	40.7%
金融資産目標額	平均 2141 万円 中央値 800 万円	平均 1930 万円 中央値 500 万円
金融資産保有額*	平均 385 万円 中央値 215 万円	平均 287 万円 中央値 158 万円
金融資産の内訳*	385 万円＝預金 307、生命保険 33、株式 15、個人年金保険 11、財形貯蓄 7、他	287 万円＝預金 212、株式 35、生命保険 12、投資信託 9、財形貯蓄 7、他
NISA の平均額	30 万円	86 万円
金融資産の保有目的 (複数回答、上位)	子どもの教育資金 58.7% 病気や不時の災害への備え 41.3% 住宅取得・増改築などの資金 26.7% 保有していれば安心 24.0% 老後の生活資金 22.7%	保有していれば安心 42.4% 病気や不時の災害への備え 28.2% 旅行・レジャーの資金 22.3% その他 17.5% 老後の生活資金 15.5%

出典：金融広報中央委員会「家計の金融行動に関する世論調査 (2016)」

ても20代の単身世帯よりも2人以上世帯の方が、生活設計を立てる割合も高めで、しかも、生活設計を立てる場合の「期間」も長めなのがわかります。

また、後述しますが、持ち家率も、単身世帯より2人以上世帯の方が高めで、マイホーム取得予定も、2人以上世帯では4世帯に1世帯弱(23・4%)が「5年以内」と具体化する傾向が見られます。結婚をしていない単身世帯ではマイホーム取得に関して「目下のところ考えていない」が44・1%と高く、やはり、結婚を機にライフプランを立てたり住宅取得などを考える傾向

が強まるのがわかります。

さらに、最近は結婚後も共働きをする世帯が増えていますが、妻の働き方をどうするののかも重要な視点になっています。

20代のターニングポイントの3つ目として、子どもを持つかどうかが挙げられます。データ的には、第1子出生時の母の平均年齢は30・7歳(厚生労働省「人口動態統計月報年計(2016年)」)ですが、平均よりも早く結婚したり、早く子どもを持つ例もあるでしょう。

単に子どもを持つかどうかだけでなく、子育てや教育にかかる費用を考えると、子

どもの数も1人なのか2人なのか、あるいは3人、4人なのかなど、人数によってもライフプランへの影響が違ってきます。また、末子を何歳で産み終えるかも、細かく見れば重要なポイントです。

4つ目は住まいです。20代の持ち家率は、2人以上世帯で12・0%(自分で購入10・7%)、単身世帯で4・6%(同1・6%)と多くはないものの、一部います。20代で家を買うかどうかという点だけでなく、買う場合はどこに買うか、マンションか一戸建てか注文住宅か、どれくらいの住宅ローンを組むのか、という点によってもライフプランは異なります。

一方、賃貸であっても、マンションやアパートに住むのか、社宅か、あるいは自宅に住むのかなどの選択肢もあります。家賃の規模によっては、家計やライフプランに影響が出る可能性もあります。

20代の貯蓄・金融資産

続いて、20代の貯蓄や金融資産のデータを見てみましょう(図表2)。20代でも、2人以上世帯か単身世帯かで、金融資産にも違いがあります。

まず、手取り年収からの貯蓄割合(金融資産がある世帯)は、2人以上世帯が平均12%に対し、単身世帯は平均18%。子育てなどにお金がかからないからか、単身世帯の方が貯蓄割合自体は高くなっています。

【図表3】 20代のお金の使い方と借入金

*借入金がある世帯

世帯区分	2人以上世帯 (世帯主 20 歳代)	単身世帯
日常的な支払い 方法 (複数回答)	【1000 円超～ 5000 円】 現金 80.0% クレジットカード 21.3% 電子マネー・デビットカード 12.0% 【1 万円超～ 5 万円】 クレジットカード 60.0% 現金 52% 電子マネー・デビットカード 4.0%	【1000 円超～ 5000 円】 現金 77.7% クレジットカード 35.4% 電子マネー・デビットカード 18.5% 【1 万円超～ 5 万円】 クレジットカード 65.0% 現金 48.5% 電子マネー・デビットカード 4.4%
公共料金等 の決済手段 (複数回答)	口座振替 66.7% 現金 46.7% クレジットカード 40.0%	クレジット・カード 46.8% 口座振替 41.8% 現金 38.9%
借入金がある	36.0%	16.1%
借入金残高*	平均 1035 万円 中央値 200 万円	平均 278 万円 中央値 100 万円
借入れの目的 (複数回答)	耐久消費財の購入資金 40.7% 住宅の取得や増改築 37.0% 日常生活資金 18.5% その他 18.5% 子どもの教育資金等 3.7% 旅行・レジャー資金 3.7%	その他 39.8% 日常生活資金 35.4% 旅行・レジャー資金 17.7% 耐久消費財の購入資金 12.4% 医療費や災害復旧資金 8.0%

出典：金融広報中央委員会「家計の金融行動に関する世論調査 (2016)」

金融資産を保有している割合は、2人以上世帯が54・7%で、単身世帯の40・7%に比べて高くなっています。

金融資産の目標額は、2人以上世帯が平均2141万円(中央値800万円)であるのに対し、単身世帯が平均1930万円(中央値500万円)。これに対し、実際の保有額(金融資産がある世帯)は、2人以上世帯で平均385万円(中央値215万円)、単身世帯で平均287万円(中央値158万円)。貯蓄額に関して、理想と現

実のギャップが大きいのは20代に限ることではないかもしれません。

保有している金融資産の内訳では、いずれの世帯も多いのは預金ですが、2人以上世帯の方は生命保険や個人年金保険など「保険で貯蓄」も見られ、単身世帯では株や投資信託も上位に入ってきています。

金融資産の保有目的(複数回答)は、2人以上世帯と単身世帯では明確に違いが現れています。「病気や不時の災害への備え」としていわゆる予備費はいずれも意識して



いるものの、2人以上世帯では「子どもの教育資金」「住宅取得・増改築などの資金」が上位で、単身世帯は「目的はないが保有していれば安心」「旅行・レジャー資金」が上位に入るなど大きな違いが見られます。

20代のお金の使い方と借入金

20代のお金の使い方や借入の状況なども見ておきましょう(【図表3】)。日常的な支払い方法(複数回答)としては、「1000円超～5000円」と小口だと、現金の利用が8割程度と多いものの、クレジットカードも電子マネー・デビットカードも



利用されています。やや単身の方がカードの利用が高めです。「1万円超〜5万円」だといずれもクレジットカードの利用率がぐんと上がります。

なお、公共料金等の決済手段としても2人以上世帯で4割、単身世帯で5割弱のクレジット・カード利用率になっています。2017年から国税もクレジットカード払いが可能になるなど決済手段として広がっています。が、**クレジットカードやクレジットカードでオートチャージする電子マネーの利用は、しっかり管理ができることが前提です。**

ちなみに、借入金がある割合は、2人以上世帯が36・0%、単身世帯はその半分以下の16・1%。2人以上世帯は自力で購入

した持ち家率が1割強のため、借入金がある割合も、借入金残高も高めになっています。それは理解できるのですが、「借入れの目的」（複数回答）を見ると、気になるのが「日常生活資金」を目的とした借入金が上位に並んでいることです。2人以上世帯で18・5%、単身世帯では35・4%を占めていて、不足する生活費をクレジットカードのキャッシング等で埋めているらしいことが読み取れます。

これは由々しき問題でもあります。**20代は家計管理デビュアをする年代でもあり、貯蓄の良い習慣を身に着けないといけない年代です。**クレジットカードは利用時と引き落とし時にタイムラグがあることや、リボ払い、キャッシング等、家計管理を狂わせる要素もあるため、中には、多重債務に陥ったり、悪くするとカード破綻になる場合も。そのため、**家計管理に自信がつかま**では、**20代はクレジットカードではなく、残高以上には使えないデビットカードを使用すべき**と思います。デビットカードでも、ポイントが付いたりキャッシングバックがあるなど特典もあります。

20代こそライフプランが重要

前述のとおり、ファミリー世帯でもシングル世帯でも3割程度しかライフプランを立てていないようですが、**人生のヴィジョンを持つ意味でも20代から中期のライフ**

プランを立てることは大事です。長寿化する一方で社会保障が縮小し、老後に自助努力が求められる中、**人生を全うするための永続家計を実現することの重要度はさらに高まっている**からです。

最近、高校の授業の中で、キャリアプランとセットでライフプラン作成なども行われているようですが、高校・大学時代にそうした機会があることは大切です。

私が受け持っている短大の授業でも、ライフプランを立てる課題を出しています。就職や結婚、子どもの誕生、転職などしか書き込まれませんが、目的はライフプランを作成することをきっかけとした「中期で考える習慣づけ」なのです。内容はどんな変更していけばいいのです。ライフプランの授業の後のミニレポートを見ると、多くの学生が、「学生時代から貯金をしようと思いました」などと書いてきます。

直近で20代の独身男性6人の誌上家計診断を担当しましたが、数年働いていても貯蓄がほとんどない人もいました。特に、自宅に住んで家賃がかからないにも関わらず、貯蓄できないほど使い切っている状態は、支出過多で、将来、結婚などで家を出たときに問題になる可能性が大了。ファミリー世帯は必要に迫られるためライフプランやマネープランを立てやすいものの、独身だと立てる機会も少なく、そのため貯蓄のモチベーションも低くなりがちです。妄想でもいいので、**独身時代からライフプランを立て**

【図表4】 20代のライフプランの例（24歳独身男性）

年度		2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	
年齢	本人	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
	配偶者						27	28	29	30	31	
	第1子							0	1	2	3	
	第2子										0	
ライフイベント							結婚 引越し 家電購入	第1子誕生 妻産休・育 休	妻復職 子ども保 育園	住宅取得 (2800万円+ 諸費用80万 円。ローン 1800万円、 25年、金利 1.5%、ボーナ ス払いなし)	第2子誕生 妻産休・育 休	
私 の 計 画	仕事関係	関連資格A取得（教育訓練給付活用）										
	趣味	関連資格B取得（教育訓練給付活用）										
	健康づくり	テニス→→→→→ ゴルフ→→→→→ 食べ歩き→→→→→ 2駅歩く、週末ジム→→→→→										
収 支 バ ラ ン ス	収入											
	本人の給与（手取り）	0.5%	266.0	267.3	268.7	270.0	271.4	272.7	274.1	275.5	276.8	278.2
	家族の収入							230.0	115.4	200.0	230.0	115.4
	住宅ローン控除										17.4	16.8
	児童手当								18.0	18.0	18.0	30.0
	一時的収入								100.0		1000.0	100.0
	合計(A)		266.0	267.3	268.7	270.0	271.4	502.7	507.5	493.5	1542.2	540.4
	支出											
	日常生活費	0.5%	144.0	144.7	145.4	146.2	146.9	221.5	222.6	223.7	224.8	225.9
	家賃（2年更新、更新料1ヶ月）	0.0%	72	78	72	78	72	117	108	117		
	住宅頭金・諸費用等										1080	
	住宅ローン	0.0%									84	84
	固定資産税、管理費・修繕積立金	0.0%									34	34
教育関係費（保育料等）	0.0%								54	54	48	
保険料	0.0%	3	3	3	3	30	30	42	42	42	54	
その他(特別支出)	0.0%						300	50			50	
合計(B)		219.0	225.7	220.4	227.2	248.9	668.5	422.6	436.7	1518.8	495.9	
年間収支(A-B)		47.0	41.6	48.2	42.8	22.5	-165.7	84.9	56.8	23.4	44.5	
預貯金合計(前年度残30万円)	0.5%	77.2	119.1	168.0	211.6	235.2	70.6	155.9	213.4	237.9	283.6	

結婚費用 出産費用

20代のリスクマネジメント
 最後、20代のリスクマネジメントについて少し触れておきます。20代・30代は男性よりも女性の方が入院率が高い年代です。出産期にあることから、妊娠・出産の合併症や帝王切開などの異常分娩、婦人科系の病気になりやすいのです。がん罹患率も男性より女性の方が高めです。そのため、女性は婚約をしたら医療保険やがん保険に加入しておきたいもの。もちろん、男性も医療・がん保険は必要です。
死亡保障はリスクに合わせてカバーします。 独身なら葬儀費用や死後事務・後片付けなどの費用として300万円程度（奨学金やカードローンなど債務が残る場合はその分を上乗せする）あればいいですが、共働き会社員夫婦で子ども1人、住宅は賃貸という場合、お互いに2000万円程度の死亡保障を付けておきましょう。詳しくは触れませんが、夫婦の一方が亡くなったとき、葬儀費用のほか、子どもを抱えて生活するにはどれくらい必要か試算してみるといいでしょう。遺族年金と自分が働く分だけ生活費がまかなえるのであれば、教育資金だけ備えればよいことになります。

次回は30代のライフプランについて取り上げます。