

BOOK  
REVIEW  
人生のヒント  
Vol.11

当協会職員が、  
人生やライフプラン  
を考える上でヒント  
となる本をご紹介します。



「20代で知っておきたい  
お金のこと」

岡村 聡 著

[KADOKAWA、2011年5月、  
1,404円]



20代で、結婚直前に読むとすごく役に立つだろうなあ、と既に20代の子どもを持つ小生の感想である。40代、50代、60代で、小生のように20代の子どもを持つ読者にも読んでもらいたいし、30代、40代の方々が、ご自身の金融リテラシーを高めるために初めの一歩として読むのにもふさわしい本である。

お金に関する本は、オブラートを被せながら、ある商品を生る立場で書かれた本や「〇〇必勝法」のようなタイトル本では、投資ソフトの販売につなげようとするような本がよく見受けられる。

同書は、「お金リスク」「お金センス」「貯金のルール」「仕事とお金」「結婚とお金」「保険とお金」「老後とお金」「投資の仕組み」「投資入門」「投資と世の中の流れ」が、各章のタイトルである。キャッシュフローの観点で考えることの重要性についても触れており、各論においては、商品を利用する側の立場で書かれている。初版から少し時間が経っているので、改訂版が望まれる時期ではあるが、類書の中では秀逸と思われるので、取り上げた次第である。

(執筆：協会職員 竹内 敦)

「継続こそ力なり」。

当協会の事務所は、ビルの6階にある。朝・夕の出退勤時にエレベーターを使わないことにはない。原則として毎日だ。4階くらいまでは、歩いて上がっても、駆け上がってもさほど苦しくはない。各階踊り場には、階数表示があり、「4」の数字が目前に迫ると、急に腿が上がりにくくなる。そして、5階半くらいで「6」の字が見え始める頃には、心拍数がかなり増大する。最大心拍数は、各種計算法があるが、簡易計算式では、220 - (年齢)、だそうだ。昨今、スマートウォッチを購入し、一定の心拍数(130でセット)になると振動が来て知らせてくれるようにしてある。そこまでは上昇しないが、元々やや頻脈気味の心拍数が、100くらいまで上昇し、事務所に到着する頃には、呼吸が乱れる。

しかし、今年の人間ドックは楽しんだ。スパイロメーターでどこまで改善しているか。そして、「継続こそ力なり」となるか、あるいは「継続は現状維持なり」となるか。結果は数か月後だ。(タ)

幼稚園の頃、将棋教室をやっていた祖父の影響で将棋を覚えた。とは言っても、駒の動かし方がわかっただけで満足し、その後、続けることはなかった。今号のインタビュアーで登場いただいた谷川浩司九段は、将棋と出会ってすぐ夢中になったという。私には不向きだったと言えはそれまでだが、続けていければ、熟考する力くらいは身に付いたかも…。少し後悔している。(R)

ご意見をお待ちしております

ご意見、ご質問、ご感想などをお寄せください。皆様の声を、積極的に活かしていきたいと考えております。

E-mail : [alps2@lifeplan.or.jp](mailto:alps2@lifeplan.or.jp)

協会への交通案内

- 東京メトロ銀座線・半蔵門線・都営大江戸線／青山一丁目駅4番出口より徒歩3分
- 東京メトロ千代田線／乃木坂駅3番出口より徒歩7分

ALPS Vol.135  
平成30年10月発行

発行 ●一般財団法人地域社会ライフプラン協会  
〒107-0052 東京都港区赤坂8丁目5番26号  
住友不動産青山ビル西館6階

TEL.03-3470-8711 FAX.03-3470-8759

ホームページ <http://www.lifeplan.or.jp>

E-mail [alps@lifeplan.or.jp](mailto:alps@lifeplan.or.jp)

編集協力・印刷 ●株式会社丸井工文社

本書からの無断複写・転載を禁じます。  
本誌は再生紙を使用しています。

