ライフプランから始めよう〈第1回〉

「ライフプラン」が資産をふやす

飯村　久美
ファイナンシャルプランナー

【いいむら　くみ】東京都大田区在住。FP事務所アイプランニング代表。金融機関在職中にFP資格を取得。生活に関わるお金の知識を分かりやすく伝え、一人ひとりのその人らしいライフプランを応援したい！と独立したFPとして活動。2006年起業。これまでの家計診断は200件、保険証券診断は500件を超える。相談業務のほか、企業や行政主催のセミナー講師、セミナー企画などにも力を注いでいる。
http://www.fp-iimura.sakura.ne.jp

今月より六回にわたって、「ライフプラン」の様々な事例をご紹介していきます。ライフプランの理解と興味を深めていただければ幸いです。

今月は「ライフプラン」のもたらす効果について検証してみたいと思います。

家計診断の現場から

突然ですが、次の二つの家計状況から、将来、経済的にゆとりがありそうなのはどちらだと思いますか？

Aさん（公務員三六歳）年収約五〇〇万円
家族構成：妻（パート三五歳）年収約一三〇万円
長女（七歳）次女（三歳）
住宅：持ち家　住宅ローン月八万円
貯蓄残高：約四八〇万円

Bさん（会社員三八歳）年収約八七五万円
家族構成：妻（会社員二八歳）年収約五〇〇万円
子どもはいない
住宅：賃貸　家賃月一五万円　二年後に購入予定あり
貯蓄残高：約一八〇〇万円

収入や貯蓄状況だけを見ると、Bさんの方が将来的にも余裕があるように見えます。

しかし、ライフプランのカウンセリングをし、それぞれの希望を叶えたプランを作成してみたところ、将来の貯蓄を表すグラフの結果は図1（「貯蓄残高の推移」）のようになったのです！

結果が分かれたAさんとBさんの原因は？

なぜ、現状で貯蓄残高の少ないAさんの方が、将来優位な結果となったのでしょうか。

その答えはAさんの夢にありました。

Aさん一家には夢があり、「ライフプラン」を立てて実践していました（表1）。ご夫婦の夢は海外長期滞在をすることで、実施する時期や貯蓄の目標額も決めていました。また、子どもの教育費がかさむ前に、住宅ローンを返す目途を立てました。そのため、早い段階からお金が貯まっては繰り上げ返済を行い、借金を減らしていった結果、現時点での貯蓄が少なかったのです。

一方、Bさんは、その時々を楽しむライフスタイルをとっており、将来の

イベントに対する準備を全くしていませんでした。図2のグラフから見る大きな要因としては、住宅購入で無謀な返済計画を立てていたことや、妻が仕事を辞めても、高い生活レベルをそのまま維持していきたい希望があったことなどがあげられます。

収入の多さは関係しない

ファイナンシャルプランナーとして多くの家計を拝見していますと、収入の多さと将来の貯蓄残高は、必ずしも関係するわけではないように思います。

将来、安泰な家計になりそうなケースには、ひとつの共通点があります。それは、「ライフプラン」を意識しているかどうかです。すでにライフプランを立てて家計管理を始めている方は、Aさんのように現在の収入と貯蓄をベースに、将来にわたってお金が不足することがないような対策をあらかじめ立てることができます。しかし「ライフプラン」を持たず、その時々の感覚で無計画に出費を続けていると、十分にあると感じていた貯蓄も途中で底をついてしまう危険性をはらんでいます。それは、現在の十分な収入からは全く予想がつかなかったBさんの図1の結果を見ても分かります。

これからは昔と違う

「ライフプラン」という言葉が定着したのは、ここ一〇年くらいでしょうか。昔は、一度就職をすると年功序列、終身雇用、十分な年金……と一生涯の収入は確保され、ライフプランを立てな

図1　貯蓄残高推移

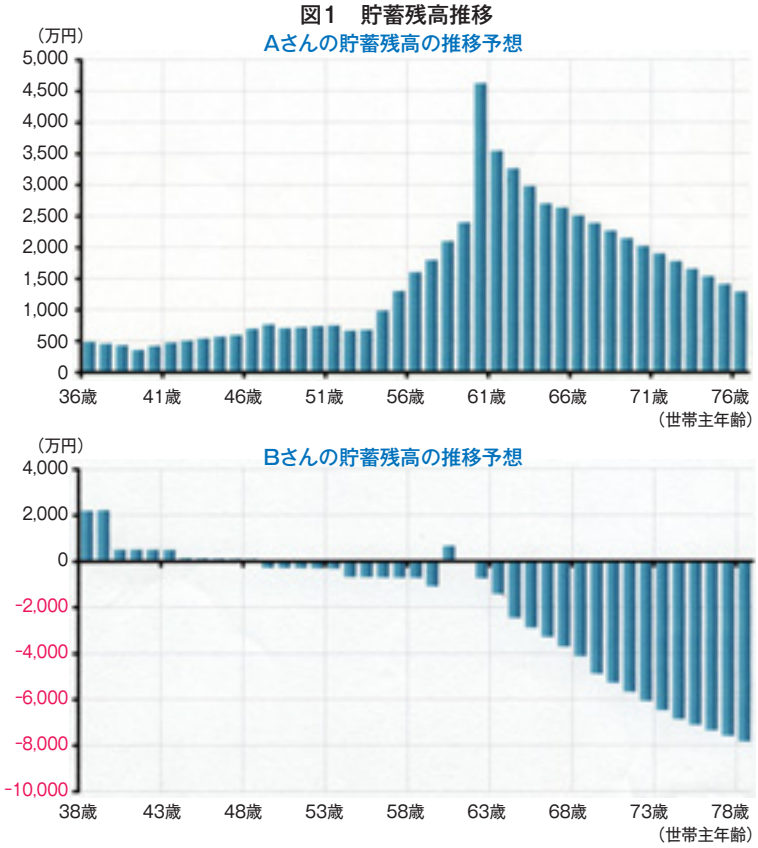
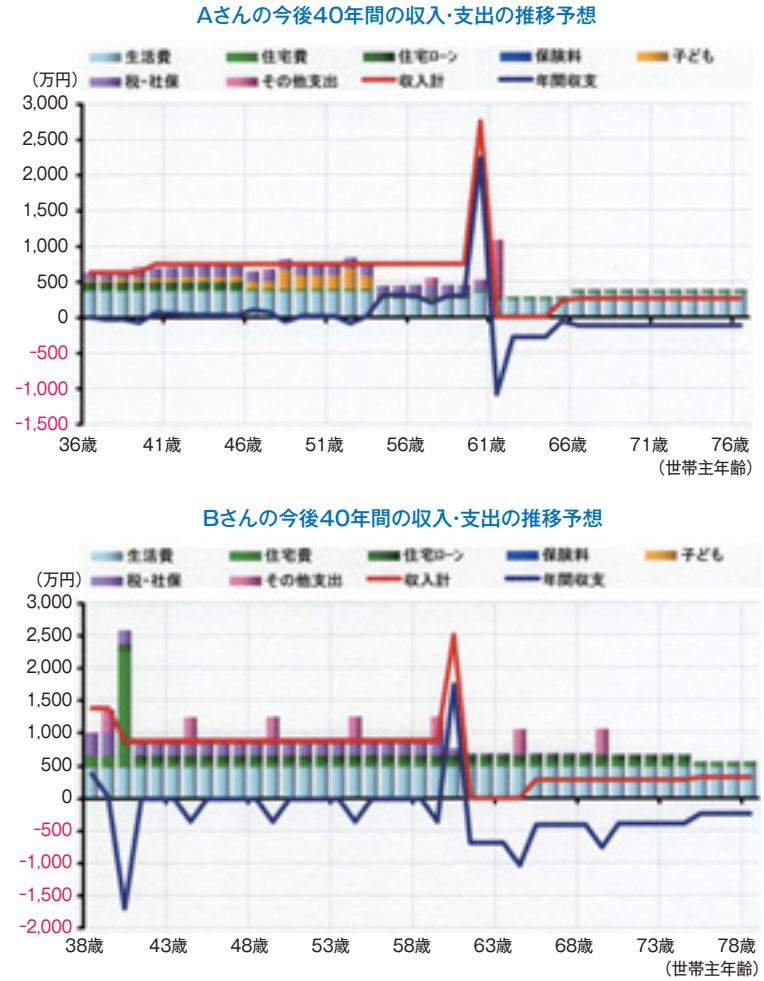


図2　CFグラフ



（単位：万円）

17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035	2036	2037	2038	2039	2040	2041
52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69
23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41
19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37
500	500	500	500	500	500	500	500	2,500										
250	250	250	250	250	250	250	250	250										
													222	183	183	183	183	183
														79	79	79	79	79
750	750	750	750	750	750	750	750	2,750					222	262	262	262	262	262
360	360	252	252	252	252	252	252	336	240	240	240	240	240	336	336	336	336	336
34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
289	190																	
153	153	153	153	164	164	164	164	116	8	8	8	8	11	14	14	14	14	14
					100			36	800									
836	737	439	439	450	550	450	450	522	1,082	282	282	282	285	384	384	384	384	384
−86	13	311	311	300	200	300	300	2,228	−1,082	−282	−282	−282	−63	−122	−122	−122	−122	−122
652	665	976	1,287	1,587	1,787	2,087	2,387	4,615	3,533	3,251	2,969	2,687	2,624	2,502	2,380	2,258	2,136	2,014
第一子就職 第二子大学進学		第二子就職			第一子結婚？（援助資金100万円） 結婚三十周年			定年退職 妻慰安旅行	海外長期滞在←（準備費用700万） 第二子結婚？（援助資金100万円）	海外長期滞在	海外長期滞在	海外長期滞在	夫老齢年金開始 海外長期滞在→	妻老齢年金開始				

くても国や企業に守られた安泰だった時代もありました。

しかし、時代は社会的にも経済的にも大きく変化しています。

例えば日本の人口は、二〇〇四年をピークに減少し、二〇二五年には三人に一人が六五歳以上の高齢者になるとされています。日本の社会保障は世代間の扶養で成り立っているため、働き手である生産年齢人口が減り、高齢者の割合が増えると、社会保障の負担が大幅に増大します（図3）。

また国の財政も厳しく、借金は約七八〇兆円（平成二〇年末）に上ります。（財務省「日本の財政を考える」より）。これは国民一人当たり約六〇〇万円、四人家族で約二四〇〇万円の計算になります。

一方で、個人のライフスタイルや働き方も大きく様変わりしてきました。昨今の金融危機では、「派遣切り」という言葉が注目を浴びましたが、正規社員が減少し非正規社員が増加しています。非婚や晩婚化も進んでおり、これまでは子供が巣立ってから準備できていた老後の資金も、十分に貯める時間がないまま老後を迎えるケースも少なくありません。貯蓄率の低下も著しく、ほんの二〇年前には一五％程度あった貯蓄率が現在では三％に留まっています（図4）。

表1　今後のライフプラン表

経過年数		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
西暦		2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
年齢	世帯主	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51
	配偶者	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
	第1子	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	第2子	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
収入	世帯主収入	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500
	配偶者収入	129	129	129	129	250	250	250	250	250	250	250	250	250	250	250	250
	世帯主年金																
	配偶者年金																
	その他																
	収入計	629	629	629	629	750	750	750	750	750	750	750	750	750	750	750	750
支出	生活費	360	360	360	360	360	360	360	360	360	360	360	360	360	360	360	360
	住宅費	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
	ローン返済	96	96	96	96	96	96	96	96	96	96						
	子供関連費	29	30	54	54	61	62	78	78	79	90	107	108	271	195	197	199
	税・社保	108	109	110	111	137	147	148	149	150	147	148	148	148	144	144	144
	ライフイベント費用		30		50								30				
	支出計	627	659	654	705	688	699	716	717	719	727	649	680	813	733	735	737
年間収支		2	−30	−25	−76	62	51	34	33	31	23	101	70	−63	17	15	13
貯蓄残高		482	452	427	351	413	464	498	531	562	585	686	756	693	710	725	738
主なイベント		第一子小学校入学	結婚十周年旅行	第二子幼稚園入園	地デジ対応TV購入	妻パートから契約社員へ 第二子小学校入学		第一子中学入学			第一子高校入学	第二子中学入学	結婚二十周年旅行	第一子大学進学	第二子高校入学		

※相談時（2007年）の計算値による。物価上昇、給与上昇、運用率は加味せず。教育費は1.04%の上昇率で算出。万円未満四捨五入。

このように、家計を取り巻く環境は大きく変わりました。個々の家計は自分たちで守らなければならなくなった自己責任時代の今、「ライフプラン」は限られた資産を活かしていく上で重要な羅針盤的なツールなのです。

「ライフデザイン」と「ライフプラン」

「ライフプラン」を考えるには、まず「ライフデザイン」を描くことから始めます。

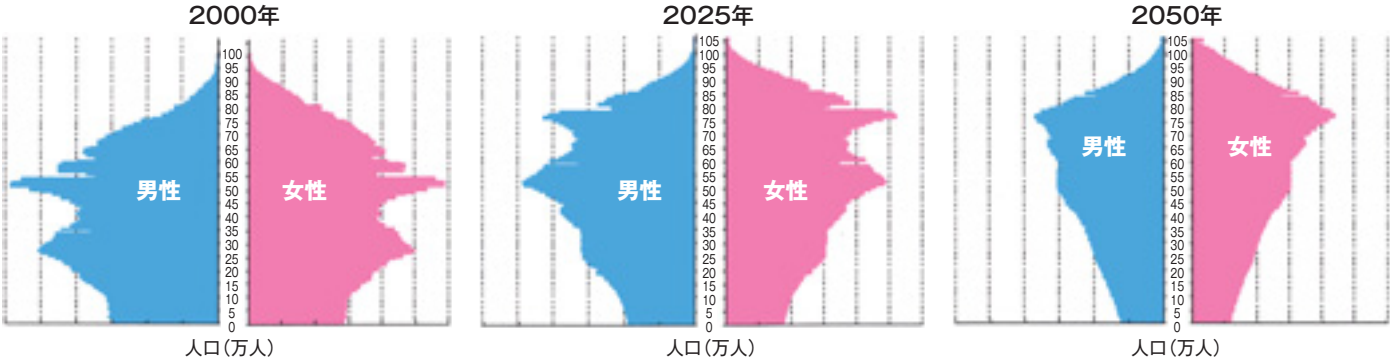
「あなたはなぜ現在の仕事をしているのですか？」「あなたは何のためにそのお金が必要なのですか？」「あなたは今の生活に満足していますか？　その理由は何ですか？」

この「なぜ」に関わってくるのが、ご自身のライフデザインであり、人それぞれの価値観によって違います。「なぜ」を持つことにより、同じ仕事やお金を稼ぐのにも充実感が生まれるのではないでしょうか。

まずは現在の自分を見つめてみましょう。そして、理想のライフスタイルやご自身の夢を描いてみましょう。「自分はどんな人生を送りたいのか。」「誰と、どこで、どんな風に暮らしたいのか。」……

そんな自分の望む生き方＝ライフデザインを前提に、夢や希望するイベントを書き出します。そこに日付や必要となるお金を入れていくと具体的な「ライフプラン」が出来上がります。

図3　「人口ピラミッドの変化」と「20～64歳人口の65歳以上人口に対する割合」



（出典）「国勢調査」（総務省）「日本の将来推計人口（平成18年12月国立社会保障・人口問題研究所）」より

「心」と「体」と「お金」

幸せな人生を送るために必要な要素には、「心の健康」「体の健康」「お金の健康」があげられます。

お金や時間は（場合によっては健康な体も？）有限であり、無限ではありません。その限られたそれぞれの資産をどう有効に使うかが、幸せな人生を導くカギになるでしょう。そして、羅針盤として方向性を指し示し、使い方のバランスをチェックしてくれるのが「ライフプラン」となるのです。

お金はあるにこしたことはありませんが、貯蓄自体がゴールではありません。

先日、イタリアでこんな調査がありました。

「隣人との関係がうまくいっていない人がいました。その人はすでに十分な収入や資産がありましたが、隣人関係が唯一の苦しみであり悩みでした。その人が、隣人とうまくいっている人と同等の満足度を得るためには、さらに年収でいくら必要になるのか」というものでした。皆さんならいくらと考えるでしょうか？

その調査結果では「年収四〇〇〇万円がさらに必要」となったそうです。

この結果を見て、やはり人それぞれの「心」が幸せの尺度となり、その上で、必要なお金があり、健康でいられることが大切であると再確認しました。

これからの時代は一層、「心の充足感」が大切な時代になってくるでしょう。漠然と忙しく感じ、ただ食べるためだけに働くのであれば、心の満足度はおいてきぼりになってしまいます。自分は何をしたいのか。どんな人生にしたいのか。ご自身にとって、満足のいくお金の稼ぎ方、使い方、優先順位は何であるのかを探り、「ライフプラン」をツールとして活用いただければ幸いです。

ライフプランのメリット

次に「ライフプラン」のメリット六カ条をあげてみましょう。

【その壱】ライフプランを立てると、今後、希望する生活を行っていくにはどのくらいのお金が必要になるのかが分かります。

↓将来は目に見えない分、不安も大きくなります。「何に・いつ・いくら」かかるのかを目に見えるようにすることで漠然とした不安は解消されます。一方で、万が一のアクシデントがあった場合、どのくらいの保障を備えておけばいいのかも明確になります。必要な保障額の根拠がはっきりし、無駄な保険が省けるメリットもあります。

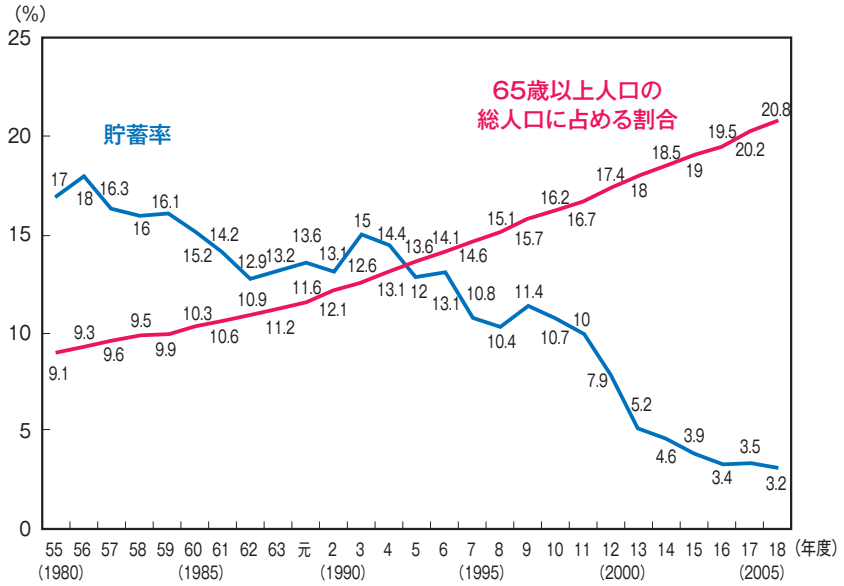
【その弐】ライフプランを立てると、大きな出費の失敗を防げます。

↓先の例で、途中で貯蓄が底をつい

てしまったBさんのように、大きなイベントを実行する前に、ライフプラン表で確認しておくことで失敗を防げます。ライフプランは一度立てても外的内的に様々な変化を受けます。ガチガチに固定されるものではなく、次の節目までの目安と考え、柔軟に対応できるプランにするとよいでしょう。

【その参】ライフプランを立てると、必要以上に資産運用でリスクを取る必要がありません。

図4　「高齢化の進行」と「貯蓄率の低下」



(出典)「国民経済計算」(内閣府)、「人口推計」(総務省)

→将来、必要とするお金が十分足りそうであるならば、あえてリスクを取らずに元本が減らないような守りの資産運用でよいからです。

【その四】ライフプランを立てると、夢がふくらみます。

→体感時間は年々短く感じられるものです。あっという間に年を取っていく中で、本当にしたいこと・やりたいことを未来年表（ライフプラン）に入れていくと、夢を叶えるためにイキイキとした生活に生まれ変わるかもしれません。夢は描くものではなく、叶えるためにあるものです。

【その五】ライフプランを立てると、ライフプラン実現に向けた家族の理解やコミュニケーションが深まります。

→ライフプラン実現のため、家計管理を家族で協力するようになります。家計簿を奥さんに任せっぱなしにしていませんか。

【その六】ライフプランを立てると、お金が貯まり夢の実現が近づきます。

→お金の価値を意識化することにより、満足度の高い使い方に変わる結果、無駄遣いが省けるでしょう。また、「お金が貯まったらいつか海外旅行に行きたいね～。」と言うよりも、「三年後に家族でハワイに行こう！」と日付を決める。さらには「三年後にハワイに行くためには、毎月これだけの金額を貯金しよう！」とお金のプランも具体的にしていくほど、夢は実現しやすくなります。

地図を持って旅に出よう！

旅に出る時、地図を持たずに行くと自由気ままに楽しめますが、何が起こるか分からない不安があります。大きな出費を予定する際、ライフプランを立てずに行うことも同じことです。方向性がないまま行くと、自分の目指す目標やゴール（夢）にたどりつくのに大回りして、そのうち資金がショートしてしまうことも考えられます。

「ライフプラン」は一度しか無い自分の人生を、希望に満ちた心豊かなものにするために有効なツールとなるのです。

私が現在の仕事を独立してやっていこうと決意したのは、「ライフプラン」の大切さを身にしみて感じ、ライフプランを人それぞれの幸せな人生に導くツールとして広めていきたかったからです。FPはお金に関するアドバイザーですが、人それぞれのライフプランが根幹にあり、ライフプランの実現＝その方の人生を丸ごと応援するような職業だと思っています。

あなたはどんなライフデザインを描き、どんな人生を旅してみたいですか。ご自身のライフプランから始めてみませんか。