

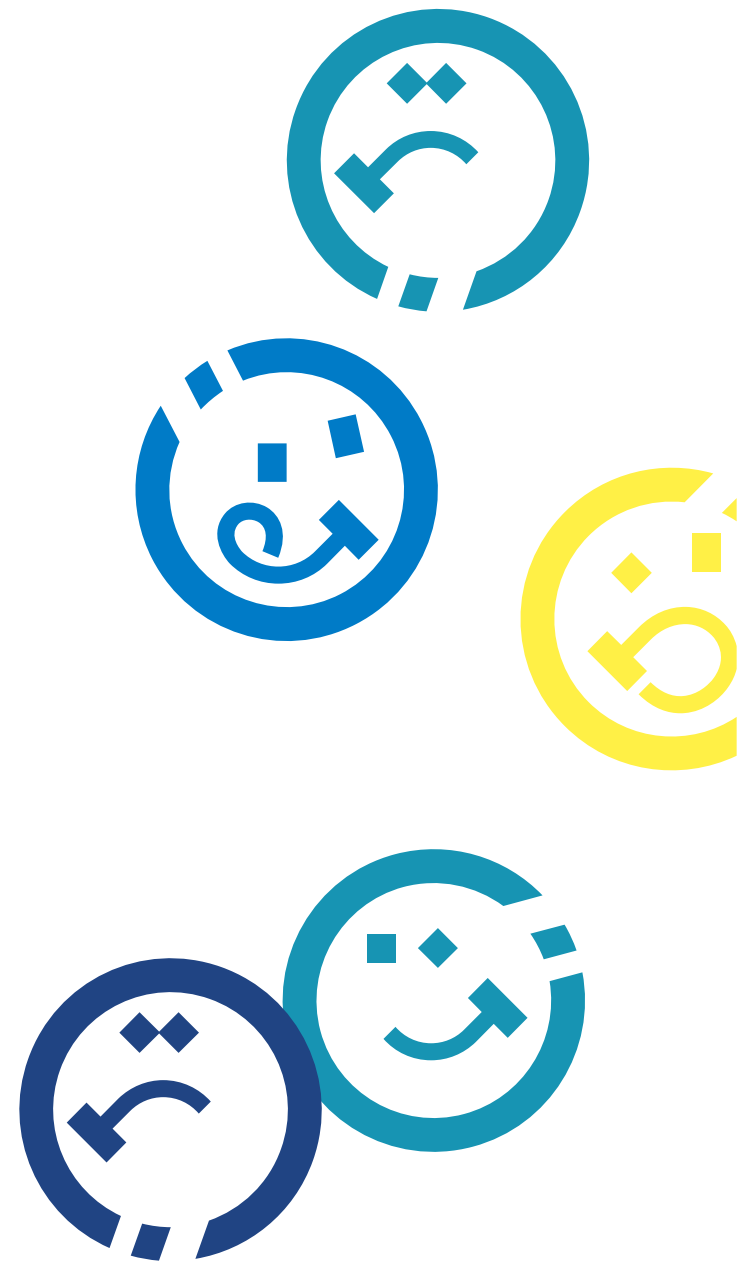
【高等学校 ～家庭基礎・家庭総合1-①～】

未来を築く 生活設計と家計管理の実践 (スライド構成例)

<講師のみなさまへ>

◆本資料は、「J-FLEC『標準講義資料』による授業実践のための学習指導案」をもとに作成したスライド構成例です(全3回の連続講義の実施を想定しています)。

◆実際の講義資料を作成される際は、「J-FLECのご紹介」スライドを必ず追加し、ご説明を行ってください(連続講義を実施される場合、全体を通じて1回ご説明ください)。



目次

1

【はじめに】
金融リテラシー
ってなに？

2

【使う】
生活設計
(ライフプランニング)

3

【使う】
家計管理と
キャッシュレス

4

【貯める・増やす】
資産形成の基本
(長期・積立・分散)

5

【備える】
社会保険と
民間保険

6

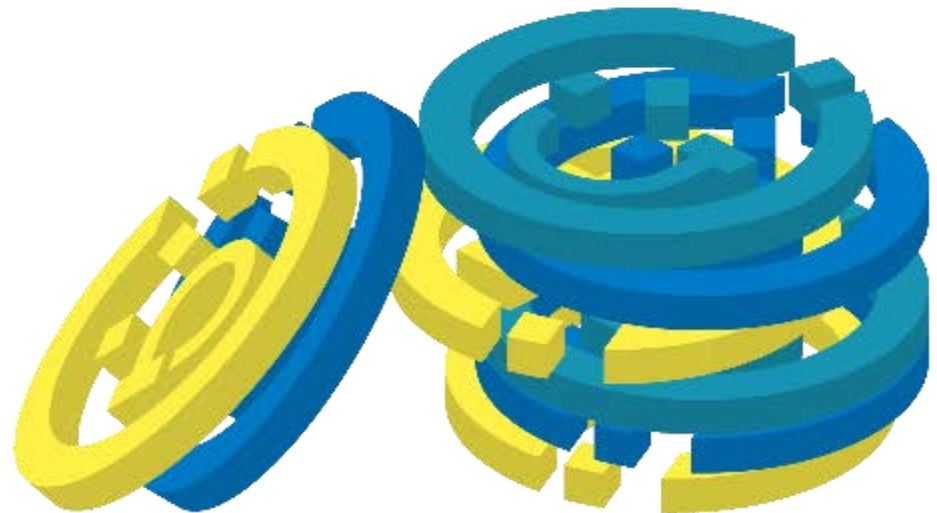
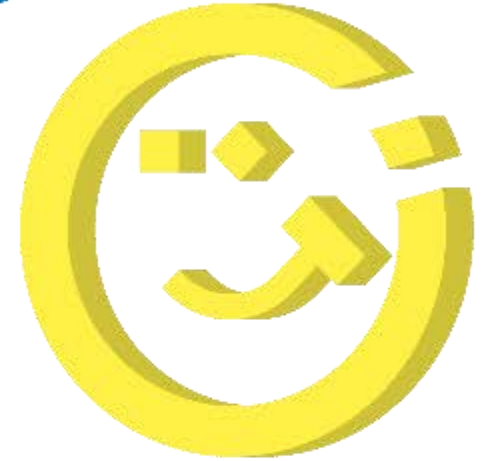
【借りる】
ローン・クレジット、
奨学金

7

【注意】
金融トラブル

1【はじめに】

金融リテラシーってなに？



○ 当てはまるものはありますか？



一人暮らし
がしたい



海外留学
がしたい



大きな家
に住みたい



起業して
社長になりたい



やりたい仕事
がある



- 金融リテラシーとは、経済的に自立し、より良い生活を送るために必要な『**お金に関する知識や判断力**』のことです。
- 金融リテラシーを育むことは安心した生活に繋がります。

金融リテラシーが高い人の特徴

- 家計管理がしっかりしている。
- 計画を立ててお金を準備しているので、やりたいことを実現しやすい。
- 緊急時の備えがあるので、危機(自身のケガや病気、不景気による収入減など)に強い。
- 詐欺や多重債務などの金融トラブルにあうことが少ない。
- **経済的に自立し、より良い暮らしを送ることができる。**



あなたの夢は何ですか？

いつごろどんな夢をかなえたいかライフプランを考えてみよう

夢をかなえるために必要な力「金融リテラシーって何？」

経済的に（ ）し、よりよい生活に必要な

「お金に関する（ ）や（ ）」のこと。

金融リテラシーを身につけることは（ ）に繋がる。

○ 18歳(成年)になると、未成年のときと何が変わるでしょうか。

18歳になったらできること

保護者の同意がなくても契約可能

- 携帯電話を契約する
- 一人暮らしの部屋を借りる
- クレジットカードをつくる
- ローンを組む



以下の行為は20歳から！

- 飲酒や喫煙
- 競馬、競輪などの投票券を買う



重要!

18歳(成年)からは、未成年を理由とする契約の取消しはできない(未成年者取消権は使えない)。

悪質商法や詐欺のような契約には注意。

正しい金融リテラシーを身につけることが重要です！

- 『契約』とは、『法律上の責任がともなう約束』のことです。
- 契約は、自分と相手が合意すれば成立します。

(例) 売買契約

- 皆さんがお店で商品を買ったり、お店が商品を売ったりするときの約束を、売買契約といいます。
- 契約が成立すると、買う人と売る人はお互いにお金を支払ったり、商品を渡したりしないといけません。

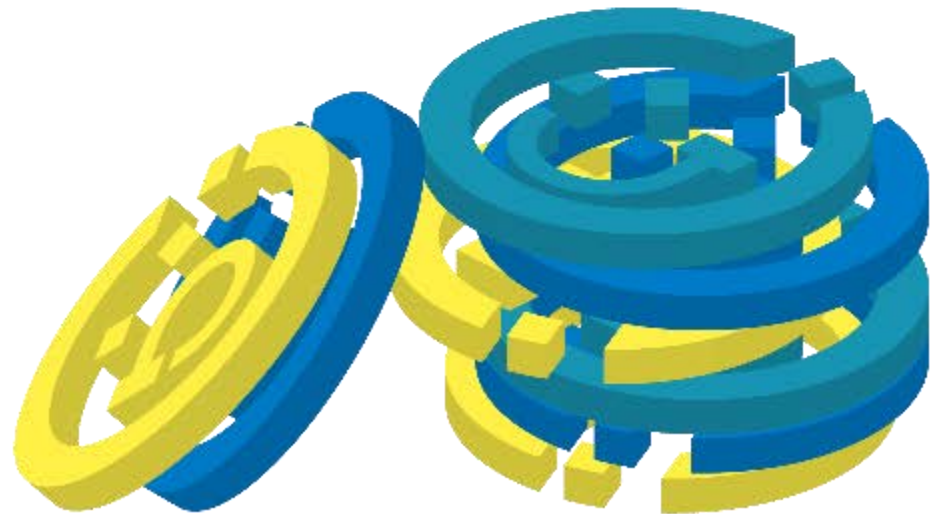


売買契約が成立！

『一方的にこの約束をやめることはできない』ので、
買い物をするときにはよく考えることが重要です！

②【使う】

生活設計
(ライフプランニング)



- 「将来どんな人生を送りたいか」についての構想を描くことを『生活設計(ライフプランニング)』といいます。

どんな仕事をしたい？

独身？ 結婚？

子どもは？

何歳まで働く？

どこに住む？

どんな暮らしをしたい？

いま

実現したいこと、ほしいものは？

20代 30代 40代 50代 60代 70代 80代 90代 100代

- ライフイベントによって大きな支出を伴うことが多くなります。
- 将来のライフイベントにかかる『必要金額をイメージ』しましょう。
- また、『想定外の支出もあり得ることをイメージ』しましょう。

ライフイベントに必要な金額(費用)の例



結婚

挙式・披露宴
新婚旅行等
約300万円
～500万円

自動車

国産大衆車
約100万円
～400万円
※数年程度で
乗り換えあり



教育費

幼稚園～
大学生まで
約800万円
～2,500万円
※公立か私立か
で差が大きい

自宅購入

新築戸建て
約3,500万円
～5,000万円



老後の生活費

個人差が
非常に大きい
月額平均
約26万円

望まない 想定外の 緊急支出

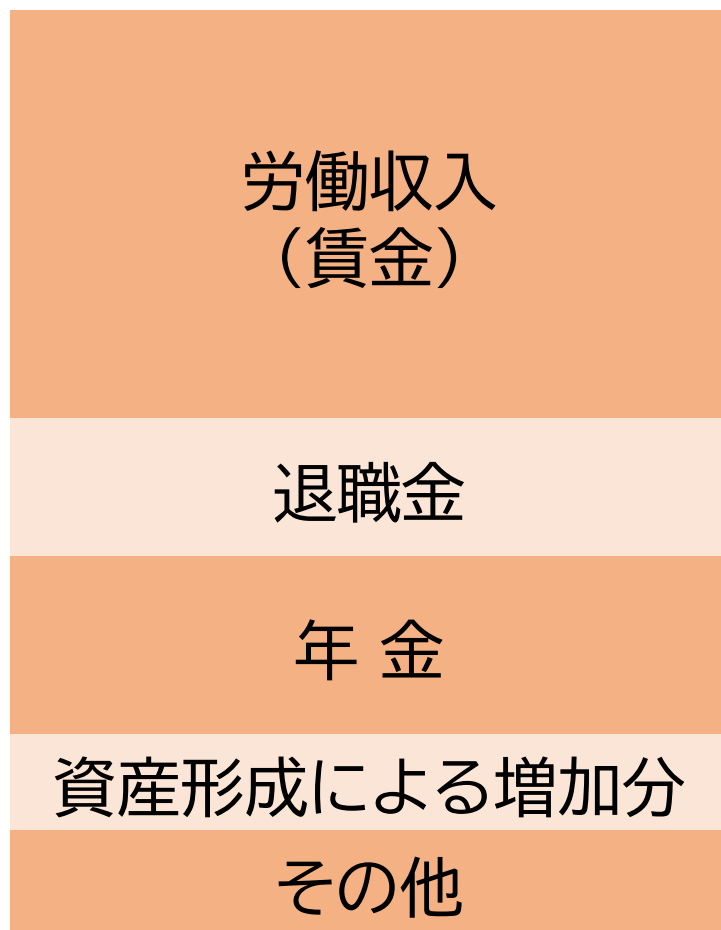
ケガや病気、
身内の不幸、
被害者への
賠償など



※無償化・減税・補助などの各種制度は考慮していません。

○『生涯の収入と支出のバランスをとる』ことが大切です。

<生涯総収入>



<生涯総支出>



※図は生涯総収入と生涯総支出の一例です

○『職業や働き方、稼ぎ方は多種多様』です。

雇用される

- 会社員
(正社員、派遣社員など)
- 公務員
- アルバイト、パート など

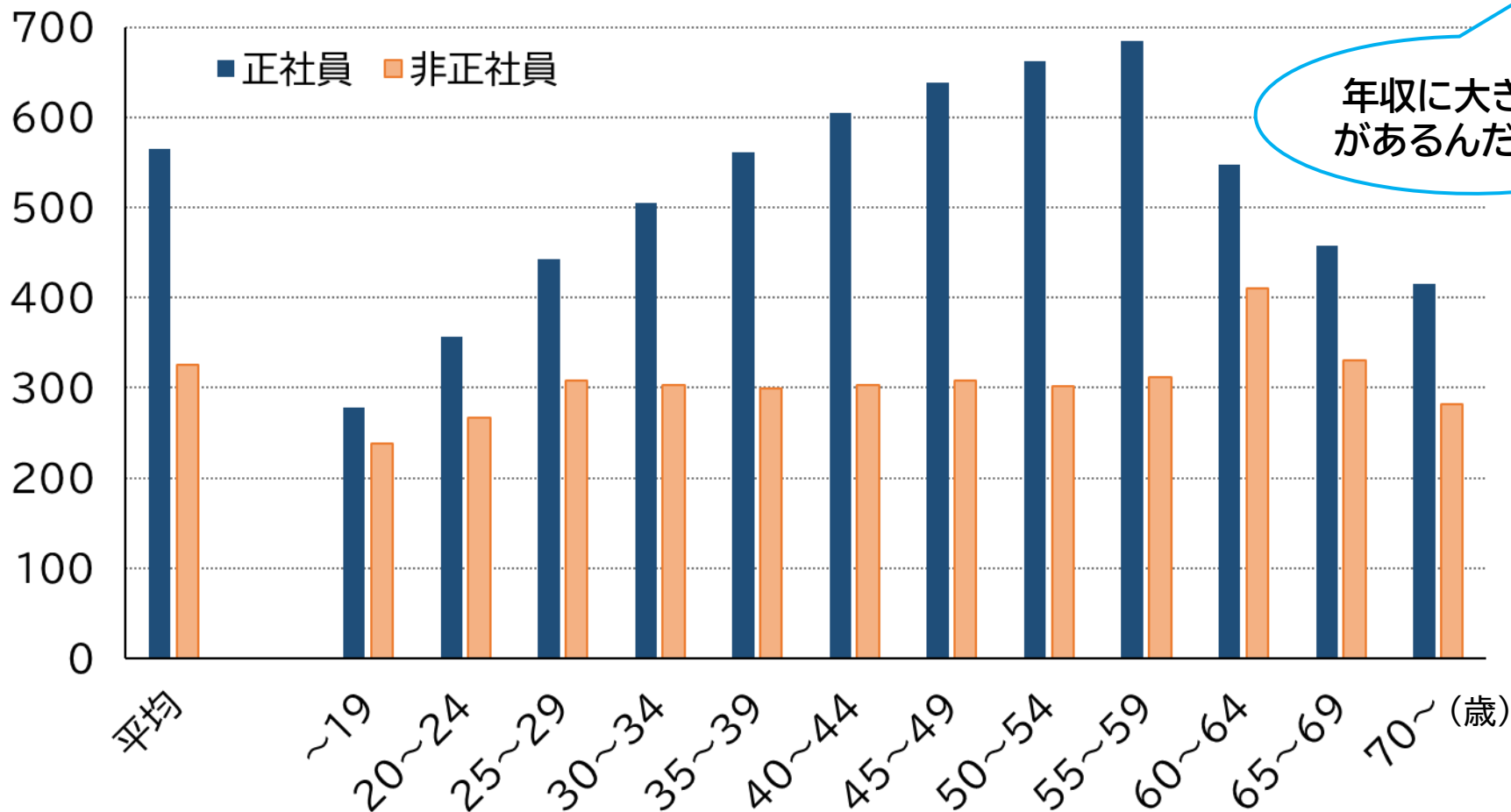
それ以外

- 家業などを継ぐ
 - 起業する
 - フリーランス^(※) など
- (※)自身の経験や知識、スキルを活用し、
案件ごとに収入を得ている人
デザイナー、YouTuber、プログラマーに多い



年収に大きな差
があるんだなあ。

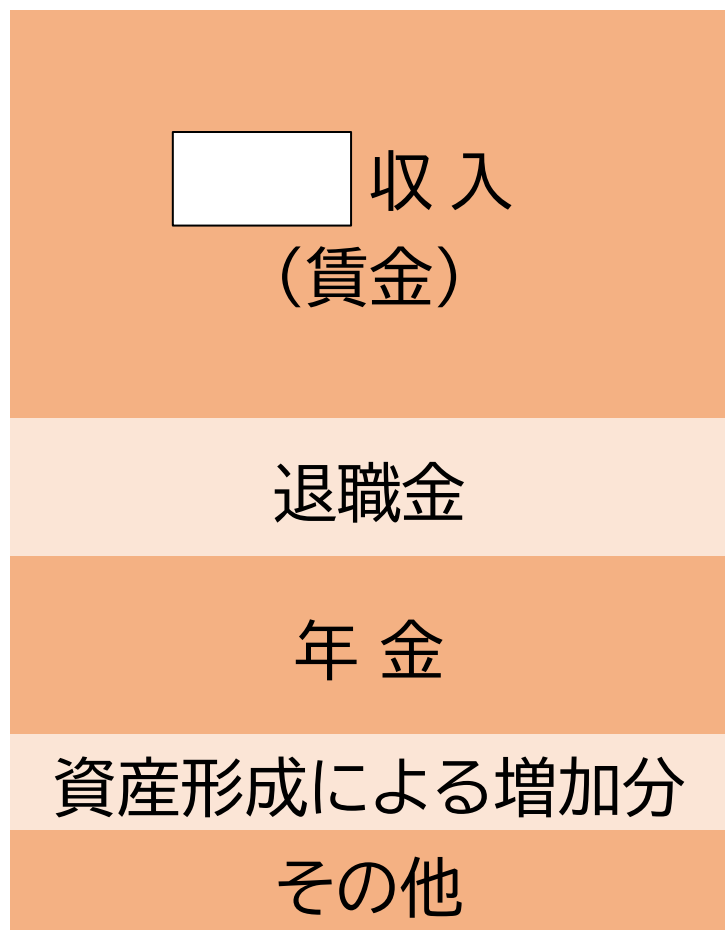
年額(万円)



推定年収＝「きまって支給する現金給与額」×12ヶ月＋「年間賞与その他特別給与額」として試算
(出所)厚生労働省「令和6年賃金構造基本統計調査」

生涯の収入、支出のイメージをつかみましょう。

<生涯総収入>



<生涯総支出>



※図は生涯総収入と生涯総支出の一例です

○ シミュレーションを使って実際にライフプランを立ててみましょう。

金融庁提供 ライフプランシミュレーター

現在のご自身やご家族の収入・支出などの情報や将来の計画を入力することで、将来の家計収支をシミュレーションし、結果をグラフで確認することができます。

金融庁 ライフプランシミュレーター

検索



ご自身について教えてください

年齢

30

歳

■ 次の4/1時点の年齢を入力してください。まだ、就労していない場合は就労開始年齢を仮定して入力してください。

職業

会社員・公務員（契約社員含む）

■ まだ就労していない場合は就労を仮定して入力してください。

年収 または
年金額（年額）

400

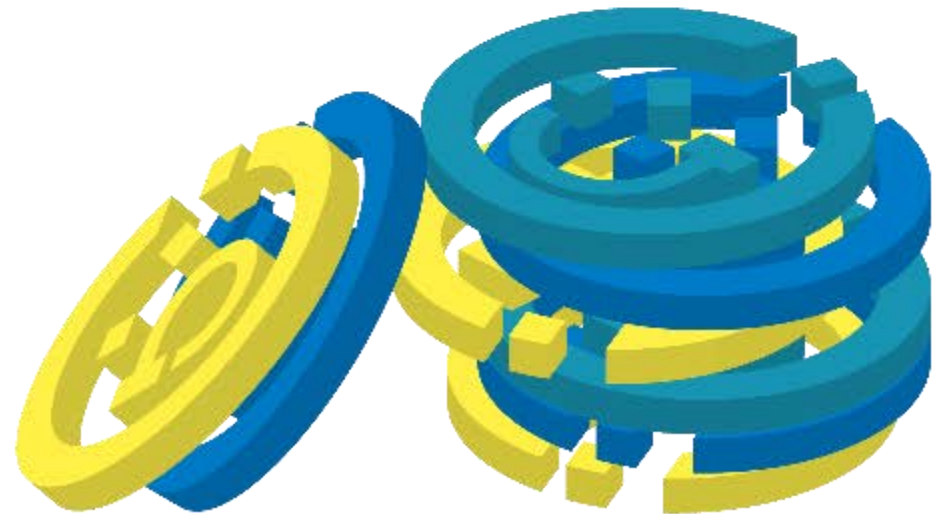
万円

■ 保険料や税金を差し引く前の総支給額を入力してください。年金の場合は手取り額を入力してください。（65歳以降も働く場合、その収入は「その他（継続）収入」へ入力してください。）



③【使う】

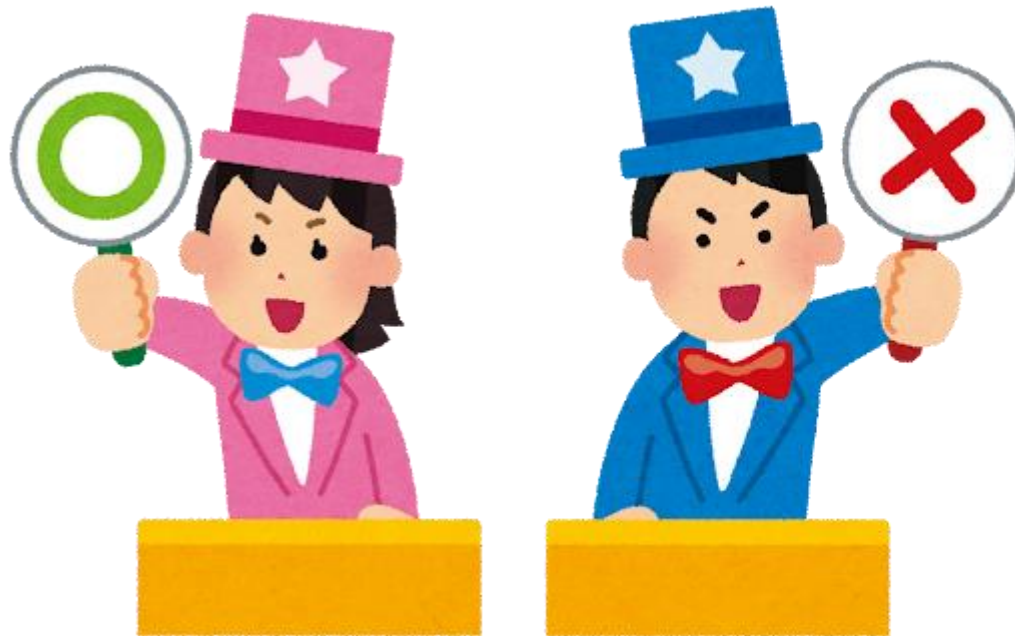
家計管理とキャッシュレス



クイズ



就職先から給料は月20万円と言われた。毎月20万円までなら使って良い。○か×か？



答え

×

月のお給料が20万円でも、そこから税金や社会保険料が引かれるため、20万円がまるごと使えるわけではありません。
社会保険料の仕組み、実際にいくら使えるかについて
このあと学んでいきましょう。



- 給与明細から『**手取り収入** ÷ **可処分所得**』を把握し、その範囲内に支出を収めることが基本です。

給与明細の例

金額は概算 千円未満四捨五入(単位:円)

支給	基本給	時間外手当	通勤手当	総支給額
	200,000	10,000	10,000	220,000
控除	雇用保険	健康保険	厚生年金保険	社会保険料計
	1,000	10,000	20,000	31,000
	所得税	住民税	介護保険	税額計
	2,000	7,000	介護保険は 40歳から納付開始	9,000

社会保険
の仕組み
については
詳細後述

非消費支出

可処分所得

総支給額 - (社会保険料 + 税金) = **手取り収入**

220,000 - (31,000 + 9,000) = **180,000円**

- 普段生活をするうえで、収入と支出のバランスを管理することを『家計管理』といいます。
- 『支出は収入の範囲内に収める』ことが重要です。

高校生の場合

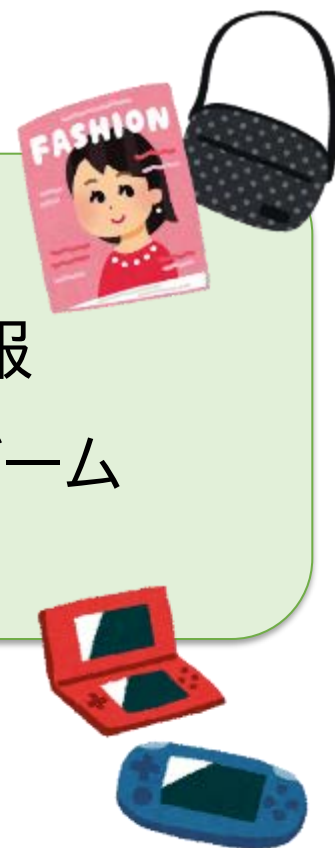
収入

小遣い
お年玉
アルバイト代



支出

参考書・雑誌 洋服
友人との遊び ゲーム
など



大学生の場合

収入

仕送り
アルバイト代
奨学金





社会人の場合

収入

給与
賞与(ボーナス)



支出

食費	飲食などに必要なお金	
住居費	家賃など	
水道光熱費	電気・水道・ガスの料金	
通信費	電話やインターネットの料金	
交通費	移動するのに必要なお金	
被服費	洋服代など	
教養娯楽費	学習や娯楽に使うお金	
ローン返済	クレジットやローン・奨学金の返済	
その他	冠婚葬祭費や医療費など	

+

貯蓄

使わずに貯めておくお金

○ お金の使い方を考える時は『優先順位』をつけましょう。

1. ニーズとウォンツを区別する。

ー必要なもの・こと(Needs:ニーズ)

ー欲しいもの・やりたいこと(Wants:ウォンツ)

<ニーズ>



<ウォンツ>



2. お金を使うときには「ニーズ(必要なもの)」を優先しましょう。

3. ウォンツの中でも優先順位をつけてお金を使いましょう。

ニーズとウォンツ

お金の使い方を考えるときは（ ）をつける。

①ニーズの例を考えよう

（ ）

②ウォンツの例を考えよう

（ ）

(1) キャッシュ

物理的な現金(紙幣・硬貨)

現金



(2) キャッシュレス決済

お札や小銭などの現金を使用せずにお金を支払うこと

電子マネー



デビットカード



クレジットカード



二次元コード



※キャッシュカードにデビット機能を備えたものがあります。

電子マネー



デビットカード



クレジットカード



二次元コード



特徴	事前にカード等にお金をチャージしておき、支払いの際はカード等の残高から支払われる	支払いを行うと、銀行などの口座からその場でお金が引き落とされる	支払いを行うと、後日利用した金額がまとめて銀行などの口座から引き落とされる	事前にスマホのアプリ等にお金をチャージしておき、支払いの際はアプリの残高から支払われる(事前にチャージをしていなくても、即時払いや後払いで利用できることもある)
支払い・チャージのタイミング	前払い	即時払い	後払い	前払い(即時払いや後払いのものもあり)

○ キャッシュレス決済には、『**メリットと注意点**』があります。

メリット

- ✓ 現金をたくさん持ち歩かなくてよい
- ✓ ATMに立ち寄る回数が減る
- ✓ お金のやり取りが簡単
- ✓ 何にいくら使ったか、アプリで確認できる など

注意点

- ✓ 使った実感が湧きにくいので、使いすぎてしまいやすい
- ✓ 店舗によって利用できないこともある
- ✓ 停電時などに使えない
- ✓ 不正利用などへの不安 など

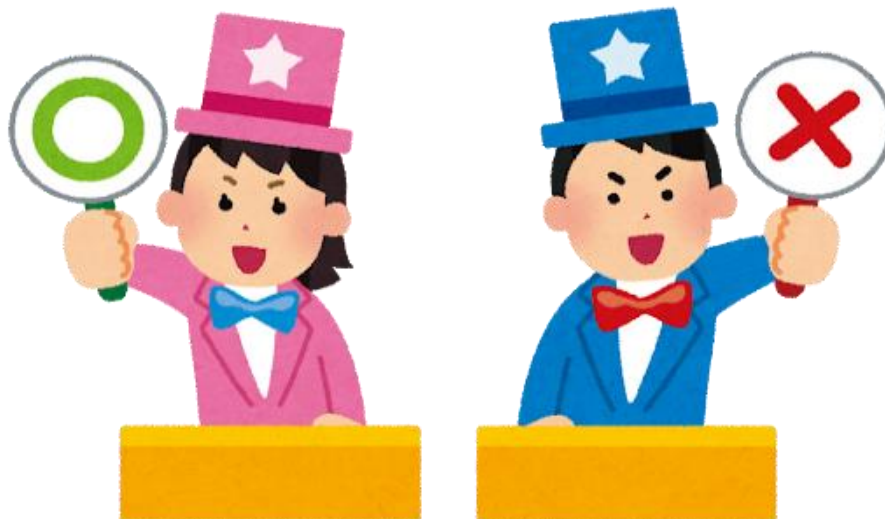
クイズ

?

お金が貯まりやすいのはどっちでしょう？

①毎月、給料が残ったら貯金をする

②給料をもらったら、使う前に貯金をする



答え

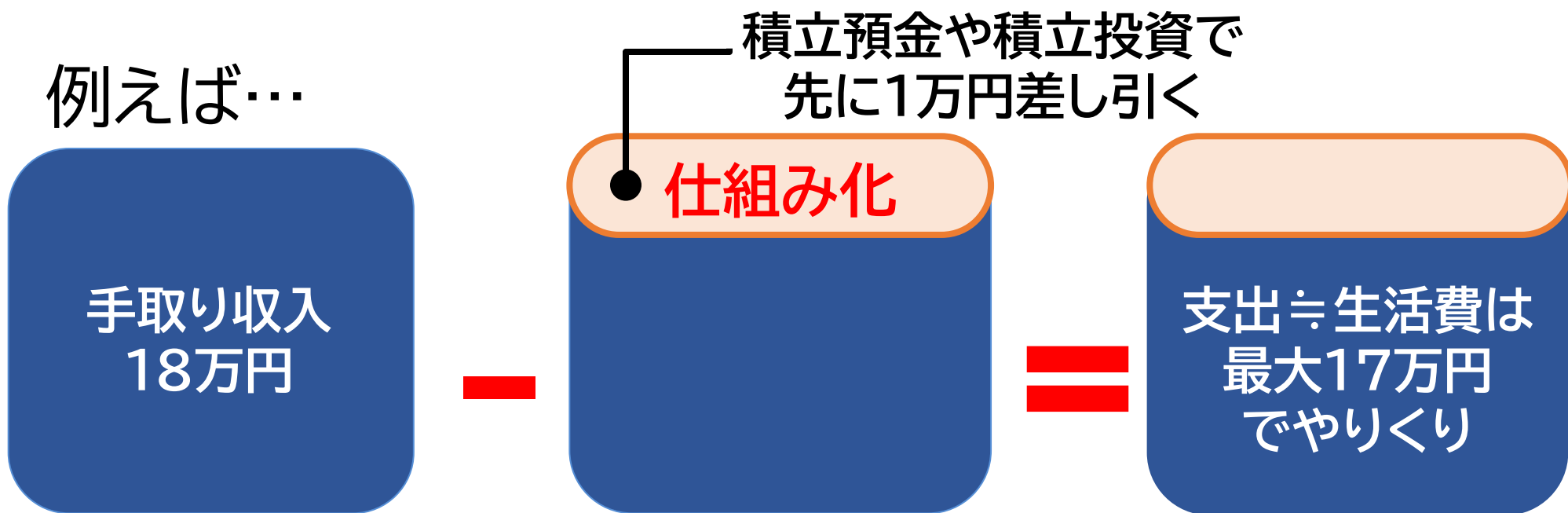
②給料をもらったら、使う前に貯金をする

毎月残った金額を貯めていく方法だと、
人間の心理的に目の前にお金を使ってしまうやすく、
思ったように貯めるのは難しいと言われています。



- 「お金に余裕ができたとき」に貯めるのは案外難しく、
『先に差し引くことがポイント』です。
- 無理のない範囲で「積立預金」や「積立投資」などを活用し、
『お金を貯める・増やす仕組みをつくる』ことが重要です。

例えば…



- お金を「使う」「貯める」「増やす・備える」の3つに分類して、
『仕組み化で確保したお金を目的に応じて振り分け』ましょう。



毎月の手取り収入

優先順位での
支出見直しが重要

仕組み化で確保した
お金を目的別に
「貯める」「増やす・備える」

使うお金＝生活費

水道光熱費、通信費、
遊興費、衣料品代など

日常生活に必要なお金



貯めるお金＝目的あるお金

車購入、住宅購入、
教育費、海外旅行代など

近い将来に使う予定のお金



増やすお金＋備えるお金

老後資金、
大きなケガ・病気に備えるお金など

当面使う予定のないお金



- 家計管理・生活設計などのお金の疑問を自分事として捉えるには、家計簿をつけるなど、『**お金の流れを自身で「見える化」すること**』が役立ちます。
- 『**お金の専門家(ファイナンシャル・プランナー(FP)等)に相談すること**』もひとつの方法です。

お金に関する
様々な疑問(例)

家計管理の方法、教育資金や住宅資金・老後資金の準備、
資産運用の考え方、社会保険と民間保険、相続・贈与 など

- FP相談等では、収入・支出のバランスをとるための家計の見直し方法、**ライフプランを踏まえたお金の見える化(キャッシュフロー表の作成)**などを行ってもらうことができます。
- キャッシュフロー表はライフイベントの変化の際、もしくは**定期健康診断のように定期的に見直す**ことが重要です。

今日の振り返り

(1)わかったこと、身についたこと

(2)今後、自分の生活にどのように活かしていきたいか