

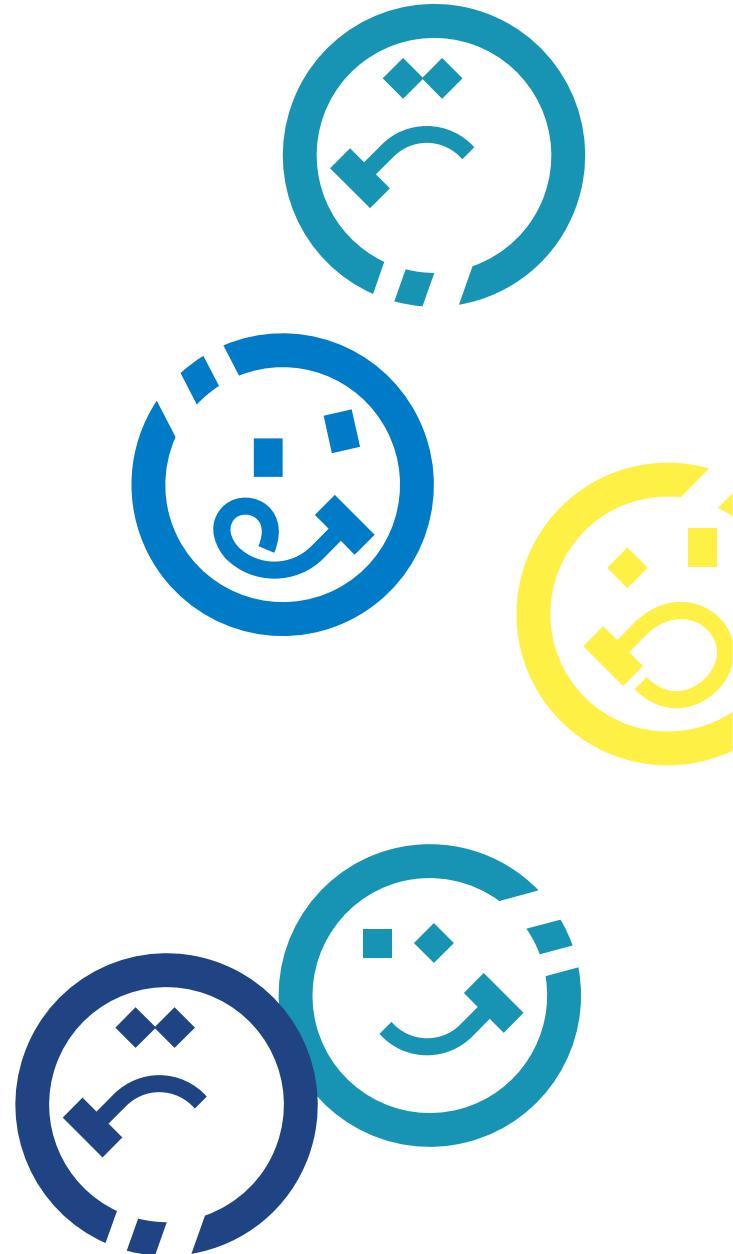
# 【高等学校 ～家庭基礎・家庭総合1-①～】

## 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

2

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

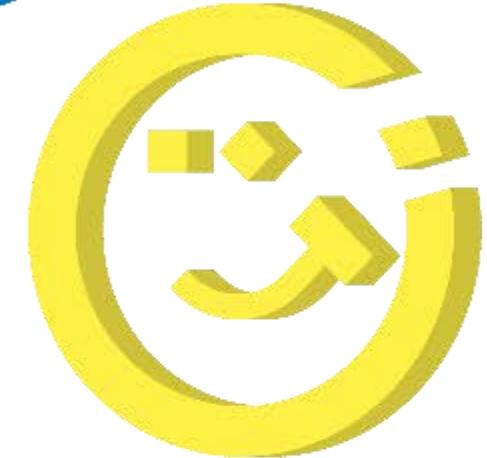
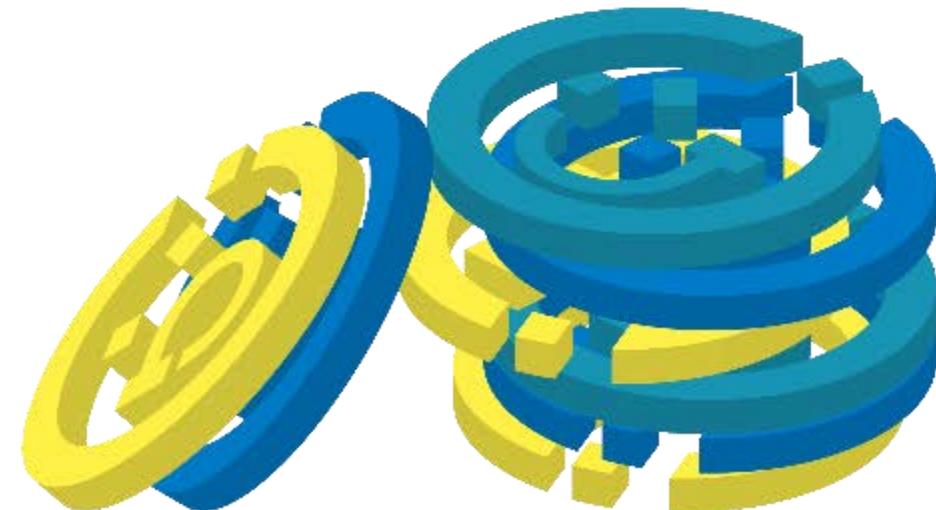
【借りる】  
ローン・クレジット、  
奨学金

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？



○ 当てはまるものがありますか？



一人暮らし  
がしたい



大きな家  
に住みたい



海外留学  
がしたい



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とっている。
- 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歳になつたらできること

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



など

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

- 皆さんがあで商品を買ったり、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。

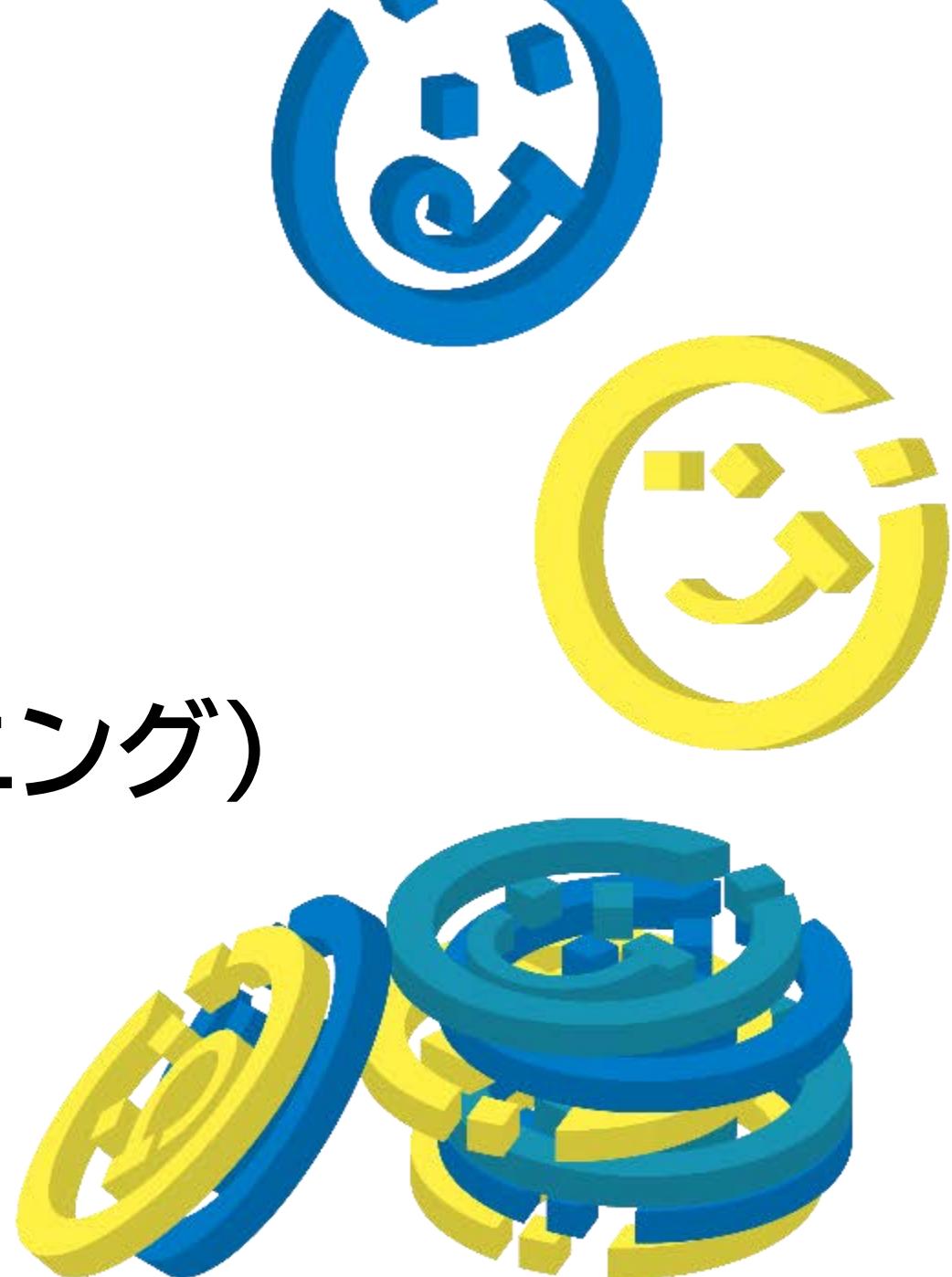


**売買契約が成立！**

『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?

50代  
60代  
70代  
80代  
90代  
100代

30代  
40代  
50代  
60代  
70代  
80代  
90代  
100代

いま

実現したいこと、ほしいものは?

どこに住む? どんな暮らしをしたい?

- ライフイベントによって大きな支出を伴うことがあります。
- 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

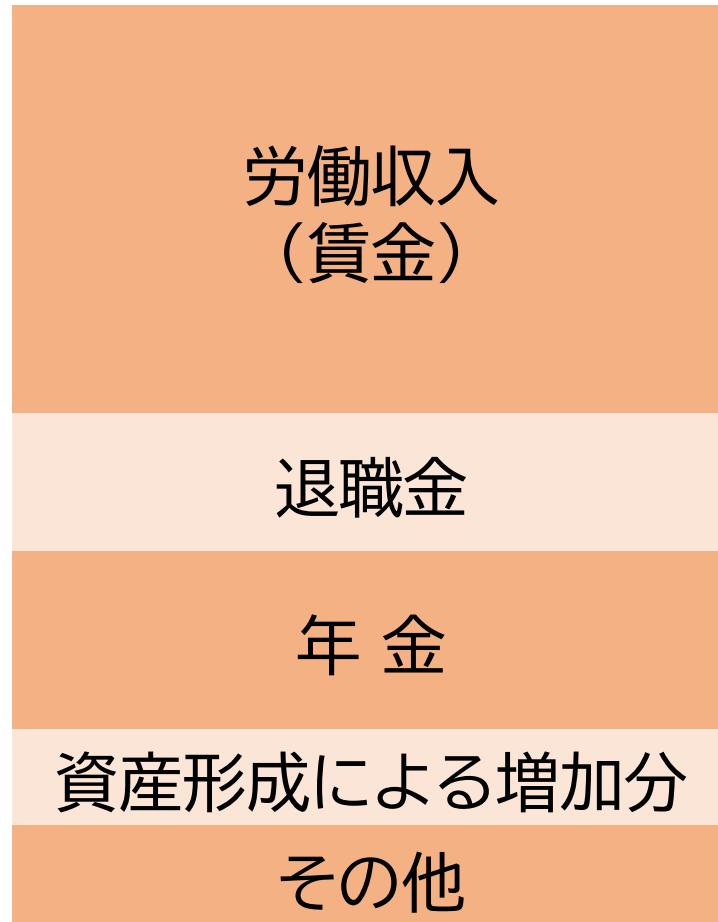
#### 望まない 想定外の 緊急支出

ケガや病気、  
身内の不幸、  
被害者への  
賠償など



○『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

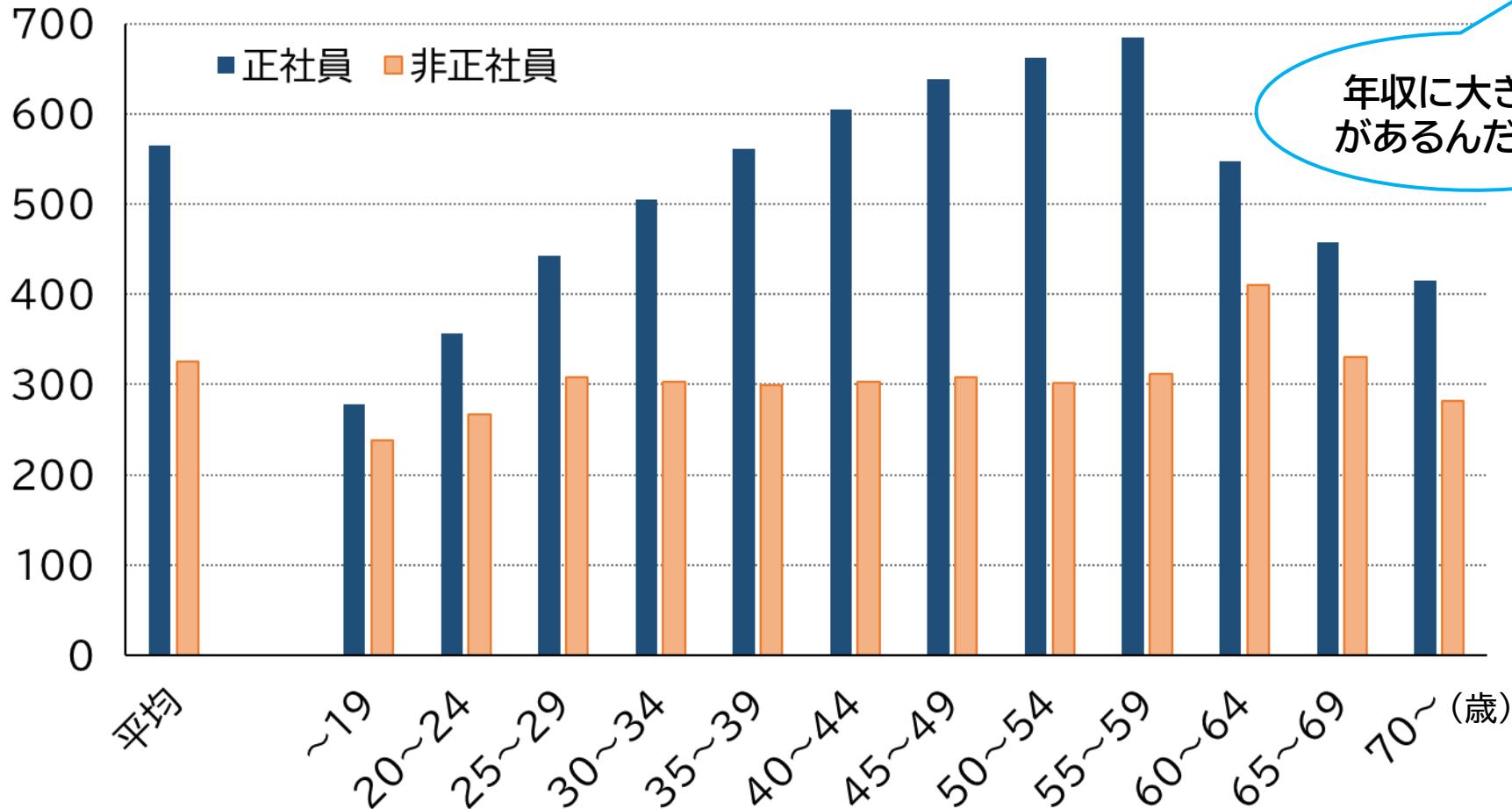
- 会社員  
(正社員、派遣社員など)
- 公務員
- アルバイト、パート など

それ以外

- 家業などを継ぐ
  - 起業する
  - フリーランス<sup>(※)</sup> 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



年額(万円)

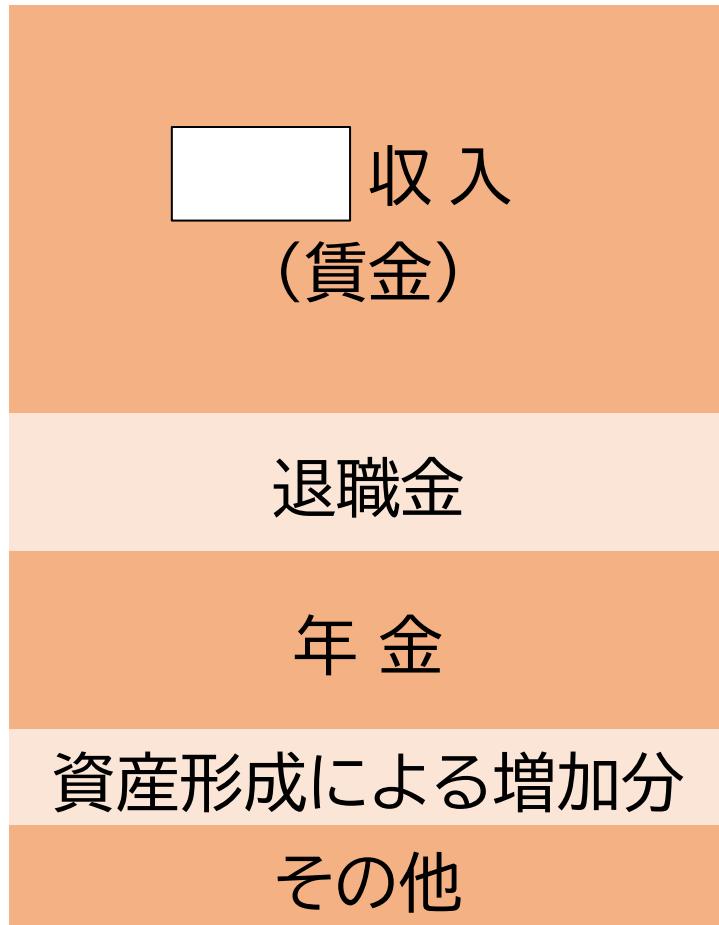


年収に大きな差  
があるんだなあ。

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>



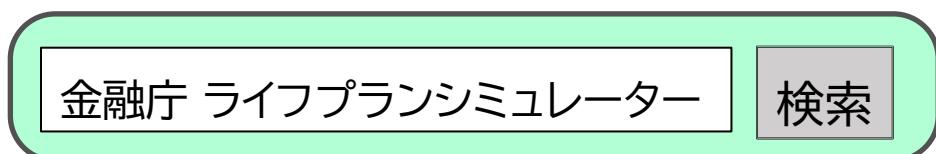
※図は生涯総収入と生涯総支出の一例です

【ワークシート3】

○ 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。

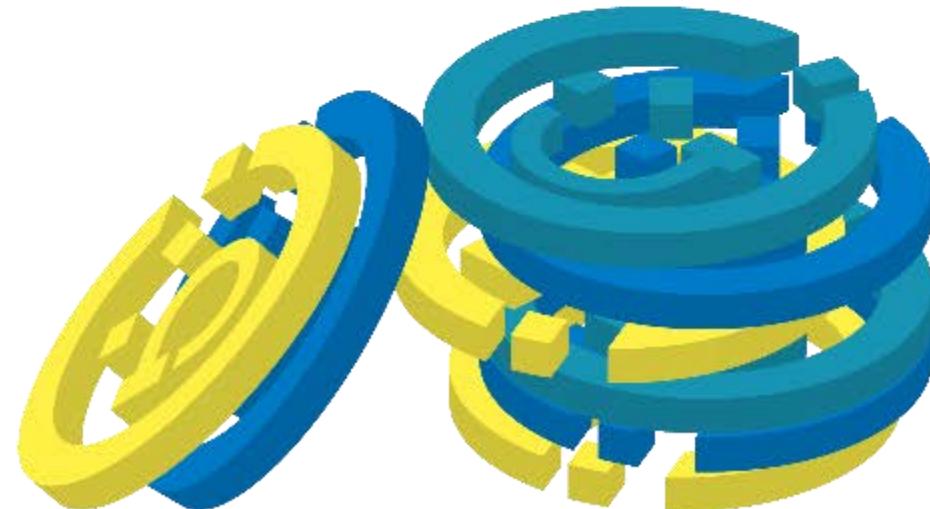


現在のご自身やご家族の収入・支出などの情報や将来の計画を入力することで、将来の家計収支をシミュレーションし、結果をグラフで確認することができます。



### 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。



- 紙与明細から『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

$$\text{総支給額} - (\text{社会保険料} + \text{税金}) = \text{手取り収入}$$

$$220,000 - (31,000 + 9,000) = 180,000\text{円}$$

- 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	
そのほか	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。

– 必要なもの・こと(Needs:ニーズ)

– 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、即時払いや後払いを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

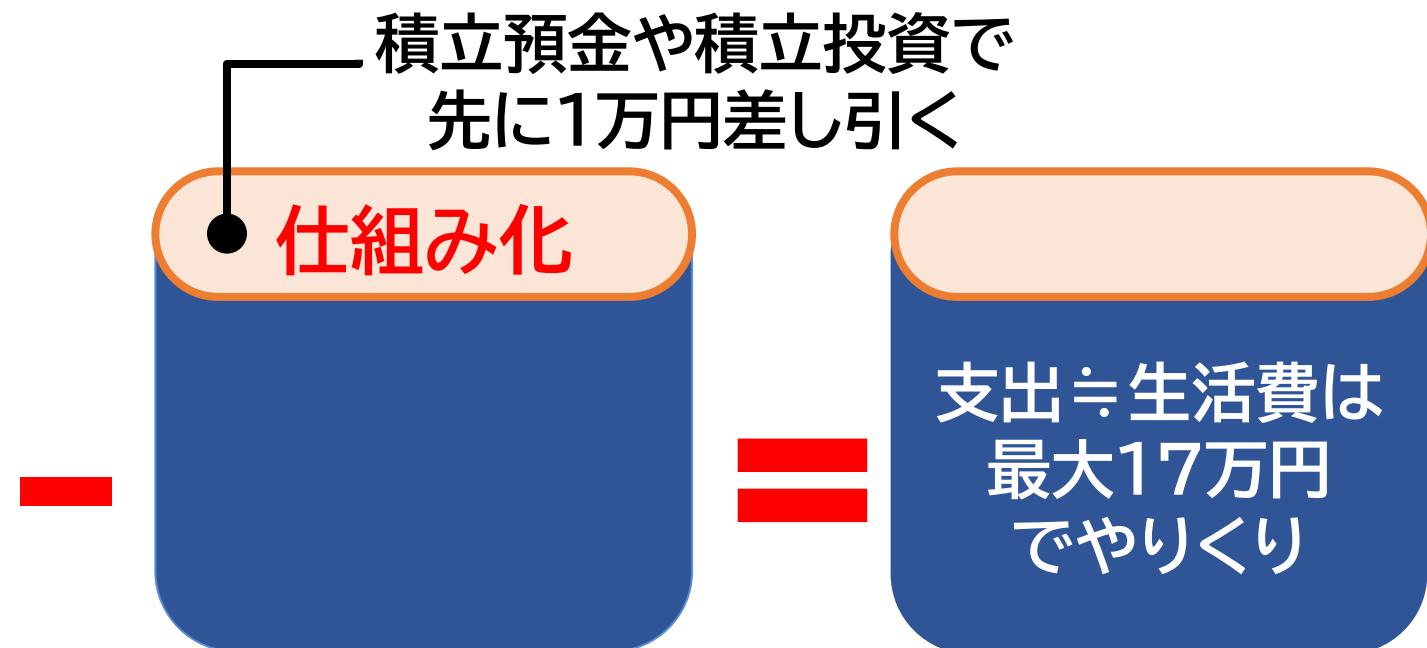
毎月残った金額を貯めていく方法だと、  
人間の心理的に目の前にあるお金を使ってしまいやすく、  
思ったように貯めるのは難しいと言われています。



- 「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…

手取り収入  
18万円



○ 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

### 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



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」

### 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』もひとつ的方法です。

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