

## わらい

- 社会人1年生や学生がどれくらいの収入と支出で暮らしているかを知り、費目ごとの経費を考えることにより、生活と支出を見つめ直す。
- ひとり立ちのかなめは、収支の合う暮らし方であることを自覚する。
- 非消費支出の額を把握し、任意保険加入の決断・預貯金への配慮など、経済的な意思決定の演習をする。
- 自分の将来を見通しながら、限られた収入を上手に配分して最大の満足が得られる金銭管理能力を養う。

## 使い方

- (1) **その1** で金銭管理能力チェックを行い、現在の自分の力を自覚する。  
Yesが多いほど管理能力が高い夢野貯男君である。一般的に高校生では5つ以上をNoと答えている。したがって、今輪駄目男君となる。
- (2) **その2** では学生の収支の実態を、**その3** では社会人の初任給の差や支出の実態を把握し、**その4** につなげる。
- (3) **その4** では収支の合った楽しい生活になるよう支出を配分する。
  - ① 経常収入は、次のように記入する。
    - ・学生の仕送り費用は、未決定の場合は **その2** の数値あるいは **資料1**、**資料2**、**資料3** を使用する。
    - ・アルバイトや奨学金については **その2** か **資料1**、**資料3**、**資料4** の数値を記入するか本書17ページの **資料8** を参考にする。
    - ・社会人1年生は、**ワーク4** の **その2** 給与明細の支給額合計を記入する。
  - ② 単身世帯における標準生計費の食費は、月当たり30,060円である(令和3年4月、人事院調査)。  
表の⑤に記入する食費は、30,060円から **その3** の家計調査の数値までのものを使用するとよい。
  - ③ 住居費⑥は **ワーク3** か **ワーク6** で決定した家賃に管理費(車を所有する場合は駐車場代も含む)をプラスして算出する。
  - ④ 消費支出の光熱水道費⑦から、その他⑩までは、**その4** の消費支出等の参考資料および **資料1**、**資料3**、**資料5**、**資料6** を参考に記入する。「自分の生活スタイル」を考えながら意思決定し記入する。
  - ⑤ 所得税⑭は **ワーク4** の給与明細書や求人票の数値を使用する。
  - ⑥ 国民年金⑮は学生のみ金額を記入する(令和6年度は16,980円)。
  - ⑦ 社会人は各種社会保険料欄には **資料8**、**資料9** を参考に記入するか、求人票の数値を⑯～⑳に記入する。
  - ⑧ 預貯金⑰に少額でも金額を入れる。クレジットで購入したいものがあれば㉑に記入する。クレジットの返済月額は月収の15%以内になるよう計画する。任意保険料については、**資料10**、**資料11** を参照する。
  - ⑨ 表のそれぞれの合計が  $A=B+C+D$  となるよう収支を合わせる。
  - ⑩ シミュレーション後の感想、経済生活の展望を記入する。

## 指導上の留意点

- (1) 住居費については手取り収入の3分の1以下を目安にするようアドバイスする。  
住宅情報誌や地元の新聞折り込み広告などを使って楽しく選択させる。
- (2) 給料から天引きされる税のうち、住民税は新卒の場合、前年度収入がないので徴収されていないことを補足する。
- (3) 国民年金については保険料の未払い者が多い実態について考えさせる。その際、①学生も20歳から保険料を支払うこととなっているが、申請すれば支払いを猶予されること、②猶予期間中にケガで障害を負った場合には、未払いのケースとは違って、障害基礎年金を受けることができることなどについても教える。
- (4) 誘惑の多い消費社会の中で「欲しいモノ」と「必要なモノ」を考えながら経済生活を送ることの重要性について考えさせる。  
支出が収入を超える生活が常態化することは、生活破綻をきたし多重債務予備軍となりやすいことに気づかせる。
- (5) 16ページの学生の支出費目と17ページの支出費目は一致しない(出典が異なるため。後者は「家計調査」の支出費目)。

## 発展

- (1) 進路室やハローワークなどから地元の求人票をもらい実際にシミュレーションをしてみよう。
- (2) **資料7**～**資料9** を参考にし、求人票の所得税額や社会保険料を検証してみよう。
- (3) 生活スタイルは人により違いがある。配分した生活費を発表しあうことにより、生活のしかたや生き方を学びあおう(**資料5**、**資料6**)。

# 参考資料

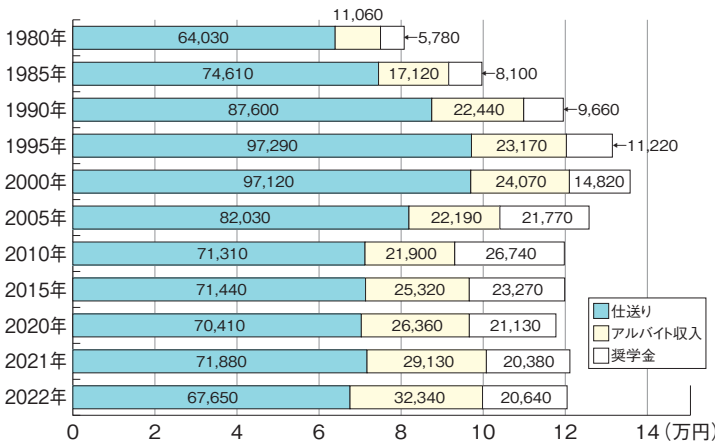
## 資料1 ひとり暮らしの生活費（1カ月平均、自宅外生〈寮生除く〉）

（単位：円）

	全国	北海道	東北	1都3県	北甲	東海	京都	北陸	阪神	中四	九州	
収入	仕送り	67,650	55,370	57,650	82,630	51,960	63,110	68,850	61,910	70,800	52,400	60,470
	奨学金	20,640	26,670	27,990	17,340	29,300	18,790	19,150	17,560	18,270	25,580	22,890
	アルバイト	32,340	32,850	25,770	35,690	31,030	34,270	34,830	36,110	36,360	32,510	33,600
	定職	490	630	490	2,210		400	470		520	470	170
	その他	3,180	3,320	4,120	4,460	2,390	3,520	3,080	3,250	2,510	3,460	3,120
合計	124,290	118,830	116,030	142,340	114,680	120,090	126,380	118,830	128,460	114,420	120,250	
支出	食費	24,130	22,250	22,320	26,350	20,430	22,620	24,600	23,580	24,400	21,940	23,430
	住居費	53,020	47,000	48,650	64,380	47,820	49,780	53,780	47,630	54,030	45,860	49,620
	交通費	4,210	3,360	2,840	6,310	3,620	3,870	4,760	3,400	5,720	2,280	4,220
	教養娯楽費	13,270	12,100	10,740	13,550	11,950	12,960	13,760	12,540	13,300	12,020	12,510
	書籍費	1,540	1,530	1,590	1,730	1,160	1,470	1,730	1,510	1,510	1,290	1,440
	勉学費	1,430	1,210	1,640	1,610	1,850	1,430	1,350	1,520	1,270	1,410	1,670
	日常費	7,430	7,370	7,680	7,870	7,490	7,140	7,510	7,250	7,740	7,700	7,480
	電話代	3,460	3,630	3,780	4,380	3,280	3,310	3,570	3,820	3,450	3,860	3,500
	その他	2,170	2,150	1,940	2,490	2,350	1,530	2,090	2,020	2,480	2,310	2,060
	貯金・繰越	12,970	16,690	13,830	14,370	15,030	16,320	12,650	15,030	14,250	14,310	13,430
合計	123,630	117,290	115,030	143,050	114,980	120,440	125,800	118,300	128,150	112,980	119,360	

出所：全国大学生生活協同組合連合会「CAMPUS LIFE DATA 2022」（2023年3月）より作成

## 資料2 仕送り・アルバイト収入・奨学金の推移



出所：全国大学生生活協同組合連合会「CAMPUS LIFE DATA 2022」（2023年3月）より作成  
 (注)全国平均、自宅外生(寮生除く)。

## 資料3 自宅生の1カ月の生活費

（単位：円）

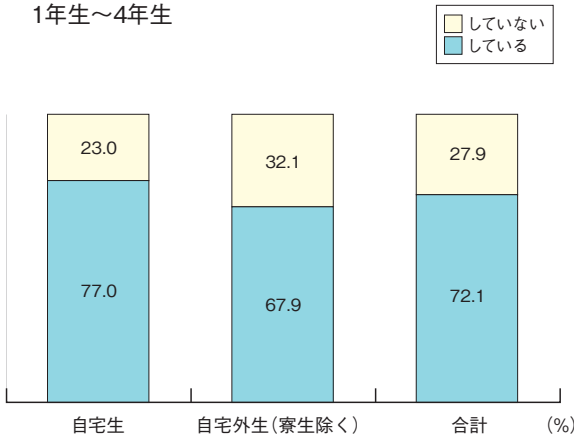
収入		支出	
合計	64,350	合計	63,580
小遣い	10,980	食費	11,390
奨学金	10,220	住居費	330
アルバイト	40,910	交通費	9,340
定職	110	教養娯楽費	13,410
その他	2,130	書籍費	1,520
		勉学費	1,290
		日常費	5,720
		電話代	1,710
		その他	1,920
		貯金・繰越金	16,950

出所：全国大学生生活協同組合連合会「CAMPUS LIFE DATA 2022」（2023年3月）より作成

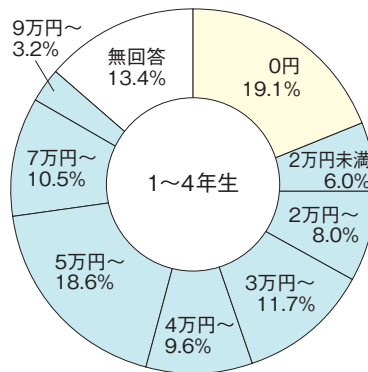
## 資料4 アルバイトの収入

### ○アルバイトをしている人

1年生～4年生



### ○アルバイト収入の分布



### ○月々のアルバイト収入

※アルバイトをしている人の有額平均
1年生の平均 43,360円
全学年の平均 46,320円

出所：全国大学生生活協同組合連合会「CAMPUS LIFE DATA 2022」（2023年3月）

資料5 大学生の生活の例

### 1カ月の家計簿

**収入**

- 仕送り ..... ¥150,000
- 合計 ¥150,000

---

**支出**

- 家賃 ..... ¥62,100
- 駐車場 ..... ¥7,000
- 電気・ガス・水道代 ..... ¥8,000
- 食費 ..... ¥30,000~¥40,000
- 学用品・書籍代 ..... ¥1,000~¥2,000
- 飲み代 ..... ¥3,000~¥6,000
- 交遊費 ..... ¥10,000~¥20,000
- 合計 ¥130,000~¥150,000

### 間取り1K(居室10畳+キッチン)

家賃 ¥62,100

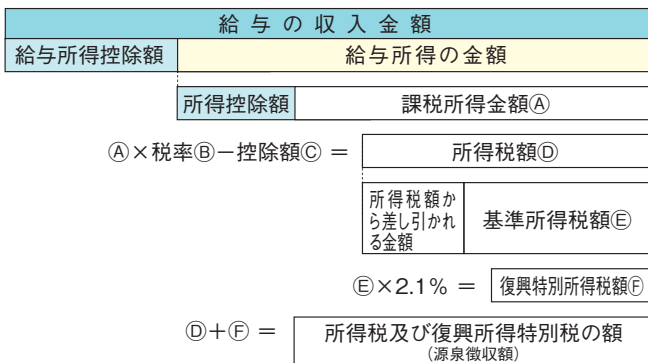
- 場所/K県A市
- アクセス/最寄駅へは徒歩15分、キャンパスへは自転車で20分
- 築年数/2年

資料6 ひとり暮らしの生活費(社会人)例

愛知県 A・Jさん(22歳)		神奈川県 H・Mさん(23歳)		神奈川県 S・Yさん(26歳)	
新聞社勤務。遠距離恋愛中の彼氏がいる。		病院勤務。最近、自分の浪費グセに気づき始めた。		幼稚園教諭として、忙しい日々を過ごしている。	
<b>収入</b>	200,000円 手取りの平均額。	<b>収入</b>	190,000円 いつもほぼこの金額。	<b>収入</b>	170,000円 いつもこれくらい。
家賃	50,665 約13畳の1LDK。	家賃	68,000 8畳のワンルーム。	家賃	56,000 2Kなのでゆったり。
食費		食費		食費	
自炊費	26,125 ふだんは自炊が多い。	自炊費	10,000 朝食用のパンや果物など。	自炊費	15,000 1週間の予算は3,000円。
外食費	13,839 友達との食事代。	外食費	35,000 おもにコンビニで消費。	外食費	20,000 飲み代がかさみがち。
水道光熱費		水道光熱費		水道光熱費	
電気代	2,721 いつもこれくらい。	電気代	3,500 いつもこれくらい。	電気代	2,500 3,000円は超えない。
ガス代	3,984 自炊するので高め。	ガス代	3,000 ほぼ変動なし。	ガス代	2,500 いつもこれくらい。
水道代	4,000 2カ月分、あまり変化なし。	水道代	3,000 2カ月分。	水道代	3,000 2カ月分。
電話代		電話代		電話代	
自宅	2,700 IP電話なので、ほぼ基本料金のみ。	携帯	8,500 メールが多いと7,000円前後。	携帯	12,000 15,000円は超えないように。
スマホ	7,000 できるだけ抑えている。	プロバイダ料	3,000 あまり使っていない。	新聞・雑誌・書籍代	3,000 仕事から、絵本を買う。
プロバイダ料	5,250 IP電話+ADSL	新聞・雑誌・書籍代	10,000 テレビ雑誌と女性誌。	洋服・美容代	12,500 平均するとこれくらい。
新聞・雑誌・書籍代	2,500 新聞代が会社持ちなので、本が買える。	洋服・美容代	15,000 2カ月に1度の美容院代。	交際費	10,000 映画は月2本見たい!
洋服・美容代	9,250 おもに洋服代。	交際費	5,000 友人とのディナー代。	日用品代	1,500 安いドラッグストアに行く。
交際費	20,000 彼氏の誕生日プレゼントを購入。	日用品代	5,000 ヘアケア剤は高めのものを購入。	趣味・娯楽費	2,000 雑貨やグリーンなどの購入。
日用品代	2,000 消耗品を購入。	各種保険・年金	20,000 30才になると30万円のボーナスが。	交通費	9,000 定期券や外出時の移動に。
交通費	15,000 彼に会いに行くので、どうしても必要。	カード支払い	50,000 おもに洋服。ボーナスで補填。	各種保険・年金	8,000 生命保険。
貯蓄	30,000 最近は月々一定額を預金。	貯蓄	25,000 給料天引きの財形貯蓄。	貯蓄	10,000 銀行の積み立て預金。
その他	10,000 通信教育の学費を親に返済中。				
<b>支出合計</b>	205,034円 彼氏関係の出費は割れない。	<b>支出合計</b>	264,000円 赤字の原因がわからないことも。	<b>支出合計</b>	167,000円 欲しいものがたくさんあって…。

出所：主婦の友社「Rooms ひとり暮らしの部屋づくり」(2004年VOL.11)

資料7 給与所得と所得税及び復興特別所得税のしくみ



〈給与所得控除額〉

年収	給与所得控除額
162万5,000円以下	55万円
162万5,000円超 ~ 180万円以下	年収 × 0.4 - 10万円
180万円超 ~ 360万円以下	年収 × 0.3 + 8万円
360万円超 ~ 660万円以下	年収 × 0.2 + 44万円
660万円超 ~ 850万円以下	年収 × 0.1 + 110万円
850万円超	195万円

〈所得控除〉

基礎控除が48万円(合計所得2,400万円以下の場合)。その他、配偶者控除、配偶者特別控除、扶養控除、社会保険料控除、生命保険料控除、地震保険料控除、医療費控除等15種類がある。要件に当てはまる場合に控除を受けることができる。

〈令和5年分所得税の税額表〉〔求める税額=(A)×(B)-(C)〕

A 課税所得金額	B 税率	C 控除額
1,000円から 1,949,000円まで	5%	0円
1,950,000円から 3,299,000円まで	10%	97,500円
3,300,000円から 6,949,000円まで	20%	427,500円
6,950,000円から 8,999,000円まで	23%	636,000円
9,000,000円から 17,999,000円まで	33%	1,536,000円
18,000,000円から 39,999,000円まで	40%	2,796,000円
40,000,000円以上	45%	4,796,000円

出所：国税庁「暮らしの税情報」(令和5年度版)より作成

資料8 健康保険・厚生年金保険の保険料

(東京都)

(単位：円)

標準報酬		報酬月額		全国健康保険協会管掌健康保険料				厚生年金保険料 (厚生年金基金加入者を除く)	
				介護保険第2号被保険者に該当しない場合		介護保険第2号被保険者に該当する場合		一般、坑内員・船員	
等級	月額			10.00%		11.82%		18.300%※	
				全額	折半額	全額	折半額	全額	折半額
1	58,000	円以上	円未満	5,800.0	2,900.0	6,855.6	3,427.8		
2	68,000	63,000	73,000	6,800.0	3,400.0	8,037.6	4,018.8		
3	78,000	73,000	83,000	7,800.0	3,900.0	9,219.6	4,609.8		
4 (1)	88,000	83,000	93,000	8,800.0	4,400.0	10,401.6	5,200.8	16,104.00	8,052.00
5 (2)	98,000	93,000	101,000	9,800.0	4,900.0	11,583.6	5,791.8	17,934.00	8,967.00
6 (3)	104,000	101,000	107,000	10,400.0	5,200.0	12,292.8	6,146.4	19,032.00	9,516.00
7 (4)	110,000	107,000	114,000	11,000.0	5,500.0	13,002.0	6,501.0	20,130.00	10,065.00
8 (5)	118,000	114,000	122,000	11,800.0	5,900.0	13,947.6	6,973.8	21,594.00	10,797.00
9 (6)	126,000	122,000	130,000	12,600.0	6,300.0	14,893.2	7,446.6	23,058.00	11,529.00
10 (7)	134,000	130,000	138,000	13,400.0	6,700.0	15,838.8	7,919.4	24,522.00	12,261.00
11 (8)	142,000	138,000	146,000	14,200.0	7,100.0	16,784.4	8,392.2	25,986.00	12,993.00
12 (9)	150,000	146,000	155,000	15,000.0	7,500.0	17,730.0	8,865.0	27,450.00	13,725.00
13 (10)	160,000	155,000	165,000	16,000.0	8,000.0	18,912.0	9,456.0	29,280.00	14,640.00
14 (11)	170,000	165,000	175,000	17,000.0	8,500.0	20,094.0	10,047.0	31,110.00	15,555.00
15 (12)	180,000	175,000	185,000	18,000.0	9,000.0	21,276.0	10,638.0	32,940.00	16,470.00
16 (13)	190,000	185,000	195,000	19,000.0	9,500.0	22,458.0	11,229.0	34,770.00	17,385.00
17 (14)	200,000	195,000	210,000	20,000.0	10,000.0	23,640.0	11,820.0	36,600.00	18,300.00
18 (15)	220,000	210,000	230,000	22,000.0	11,000.0	26,004.0	13,002.0	40,260.00	20,130.00
19 (16)	240,000	230,000	250,000	24,000.0	12,000.0	28,368.0	14,184.0	43,920.00	21,960.00
20 (17)	260,000	250,000	270,000	26,000.0	13,000.0	30,732.0	15,366.0	47,580.00	23,790.00
21 (18)	280,000	270,000	290,000	28,000.0	14,000.0	33,096.0	16,548.0	51,240.00	25,620.00
22 (19)	300,000	290,000	310,000	30,000.0	15,000.0	35,460.0	17,730.0	54,900.00	27,450.00
23 (20)	320,000	310,000	330,000	32,000.0	16,000.0	37,824.0	18,912.0	58,560.00	29,280.00
24 (21)	340,000	330,000	350,000	34,000.0	17,000.0	40,188.0	20,094.0	62,220.00	31,110.00
25 (22)	360,000	350,000	370,000	36,000.0	18,000.0	42,552.0	21,276.0	65,880.00	32,940.00
26 (23)	380,000	370,000	395,000	38,000.0	19,000.0	44,916.0	22,458.0	69,540.00	34,770.00
27 (24)	410,000	395,000	425,000	41,000.0	20,500.0	48,462.0	24,231.0	75,030.00	37,515.00
28 (25)	440,000	425,000	455,000	44,000.0	22,000.0	52,008.0	26,004.0	80,520.00	40,260.00
29 (26)	470,000	455,000	485,000	47,000.0	23,500.0	55,554.0	27,777.0	86,010.00	43,005.00
30 (27)	500,000	485,000	515,000	50,000.0	25,000.0	59,100.0	29,550.0	91,500.00	45,750.00

[以下省略]

※厚生年金基金に加入している方の厚生年金保険料率は、基金ごとに定められている免除保険料率(2.4%~5.0%)を控除した率となる。

- (注) 1. 健康保険料率は令和5年3月分より適用、厚生年金保険料率は平成29年9月分より適用。  
 2. 「介護保険第2号被保険者」とは、40歳から64歳までの方。  
 3. 等級欄の( )内の数字は、厚生年金保険の標準報酬月額等級。  
 4(1)等級の「報酬月額」欄は、厚生年金保険の場合、「93,000円未満」と読み替える。

【話題】マイナンバー(個人番号)

2016年1月から、社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)がスタートし、国民一人ひとりが12ケタのマイナンバー(個人番号)を持つことになった。マイナンバーは、社会保障・税・災害対策の分野において、行政の効率化、国民の利便性向上、公平・公正な社会の実現のために使われる。国民がマイナンバーを提供した場合、その取り扱いや管理は厳格に行うことが法令で定められているが、個人としてもしっかり管理するようにしよう。公共機関や金融機関の名をかたってマイナンバーや個人に関する情報を聞き出そうとする不審な電話、メール等が報告されている。

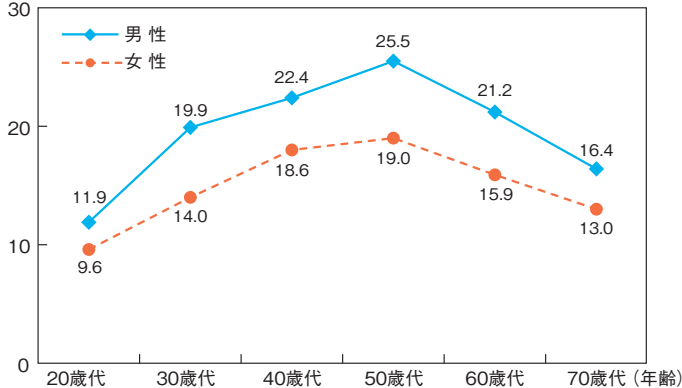
資料9 雇用保険の保険料率

事業の種類	令和5年4月1日適用		
	雇用保険料率	事業主負担	労働者負担
一般の事業	15.5/1000	9.5/1000	6/1000
農林水産・ 清酒製造の事業	17.5/1000	10.5/1000	7/1000
建設の事業	18.5/1000	11.5/1000	7/1000

出所:厚生労働省ホームページ(https://www.mhlw.go.jp/)

資料10 生命保険の年間払込保険料

(万円)

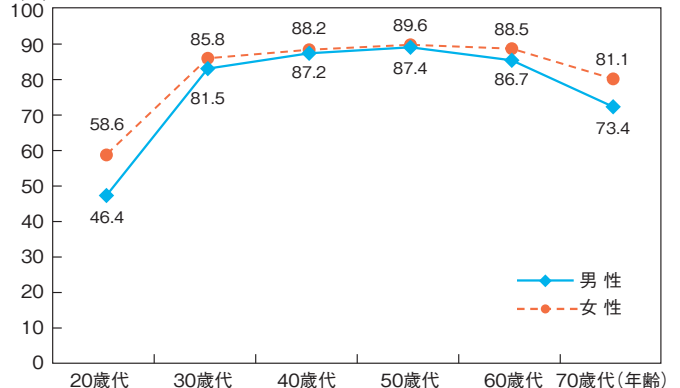


出所:生命保険文化センター「生活保障に関する調査」(令和4年度)

(注) 民間の生命保険会社や郵便局、JA(農協)、県民共済・生協等で取り扱っている生命保険や個人年金保険の加入者のうち実際に保険料を支払っている人の年間払込保険料(一時払や頭金の保険料は除く)。

資料11 生命保険加入率(全生保)

(%)



出所:生命保険文化センター「生活保障に関する調査」(令和4年度)