

重点テーマ： 資産形成

(+生活設計・家計管理、金融トラブル)

本資料は、【標準講義資料_若年層社会人向け】をベースに、上記テーマを組合せた60分の講義モデル例です。ベースとなる標準講義資料は、受講者の年齢層に合わせて適宜変更いたします。

本資料は、金融経済教育推進機構(J-FLEC)が作成したものです。本資料は、中立・公正な立場から金融リテラシー・マップに沿った金融経済教育を実施することを目的としており、特定の金融商品の勧誘を意図しておりません。J-FLECは、インターネットを通じて提供されている情報を含め、信頼性が高いとみなされる情報等に基づいて本資料を作成しております。しかしながら、当該情報が正確である事を保証するものではありません。また、当該意見・見通しは、将来予告なしに変更される事があります。本資料の無断転用・転載・使用を禁じます。



- J-FLEC(ジェイフレック)は金融経済教育を推進するため、法律に基づいて『2024年に設立された中立・公正な認可法人』です。
- 幅広い年齢層に向けて、一人ひとりのニーズに応えた金融経済教育の機会を官民一体で届けています。

J-FLECについて

- 正式名称: 金融経済教育推進機構

(英)J-FLEC: Japan Financial Literacy and Education Corporation

- 根拠法: 金融サービスの提供及び利用環境の整備等に関する法律
(2024年2月1日施行)

- 出資団体: 政府、日本銀行、全国銀行協会、日本証券業協会



- ① 【導入】 金融リテラシーとは
- ★ ② 【使う】 生活設計(ライフプランニング)
- ★ ③ 【使う】 家計管理(収入と支出のバランス)
- ★ ④ 【貯める・増やす】 資産形成の基本(長期・積立・分散)
- ★ ⑤ 【貯める・増やす】 資産形成の制度(NISA、私的年金制度等)
- ⑥ 【備える】 社会保険と民間保険(生命保険・損害保険)
- ⑦ 【借りる】 ローン・クレジット、奨学金
- ★ ⑧ 【注意】 金融トラブル、相談窓口



①【使う】

生活設計(ライフプランニング)
・家計管理

○「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150万円
～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500万円
～2,000万円
※公立か私立か
で差が大きい

自宅購入

郊外での
新築戸建て
約2,000万円
～5,000万円



老後の 生活費

個人差が
非常に大きい
平均約24万円

望まない 想定外の 緊急支出

病気やケガ、
身内の不幸、
被害者への
賠償など



自分が実現したいライフイベント
(+望まない緊急支出)には
いくらかかるのかをイメージしましょう。

『**収入・支出のバランス**』を意識し
「家計を管理する」ことが大切です。

将来的に必要となるお金は、計画的に
『**資産形成(貯蓄・投資)で準備**』しましょう。

- 家計は収入と支出のバランスで成り立っています。
『支出は収入の範囲内に収める』ことが重要です。

収入と支出のバランスをとるためには

収入

支出

①収入と支出を把握する
－給与明細・家計簿 等

見直しのポイントは
「ニーズ」と「ウォンツ」
を区別し、優先順位を
つけることです。

②支出を見直す
－住居費・通信費・遊興費 等

③お金を貯める・増やす仕組み化

④お金を3つ※に整理する

※「日常生活に必要なお金」「近い将来に使う予定のお金」
「当面使う予定のないお金」の3つ



- 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	支給額計
	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
	4,000	7,000	介護保険は40歳から納付開始	11,000

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 + 11,000) = **178,000円**

○「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「給与天引き」「口座引き落とし」などを活用して、『お金を貯める・増やす仕組み化』が重要です。

例えば…

手取り収入
17.8万円

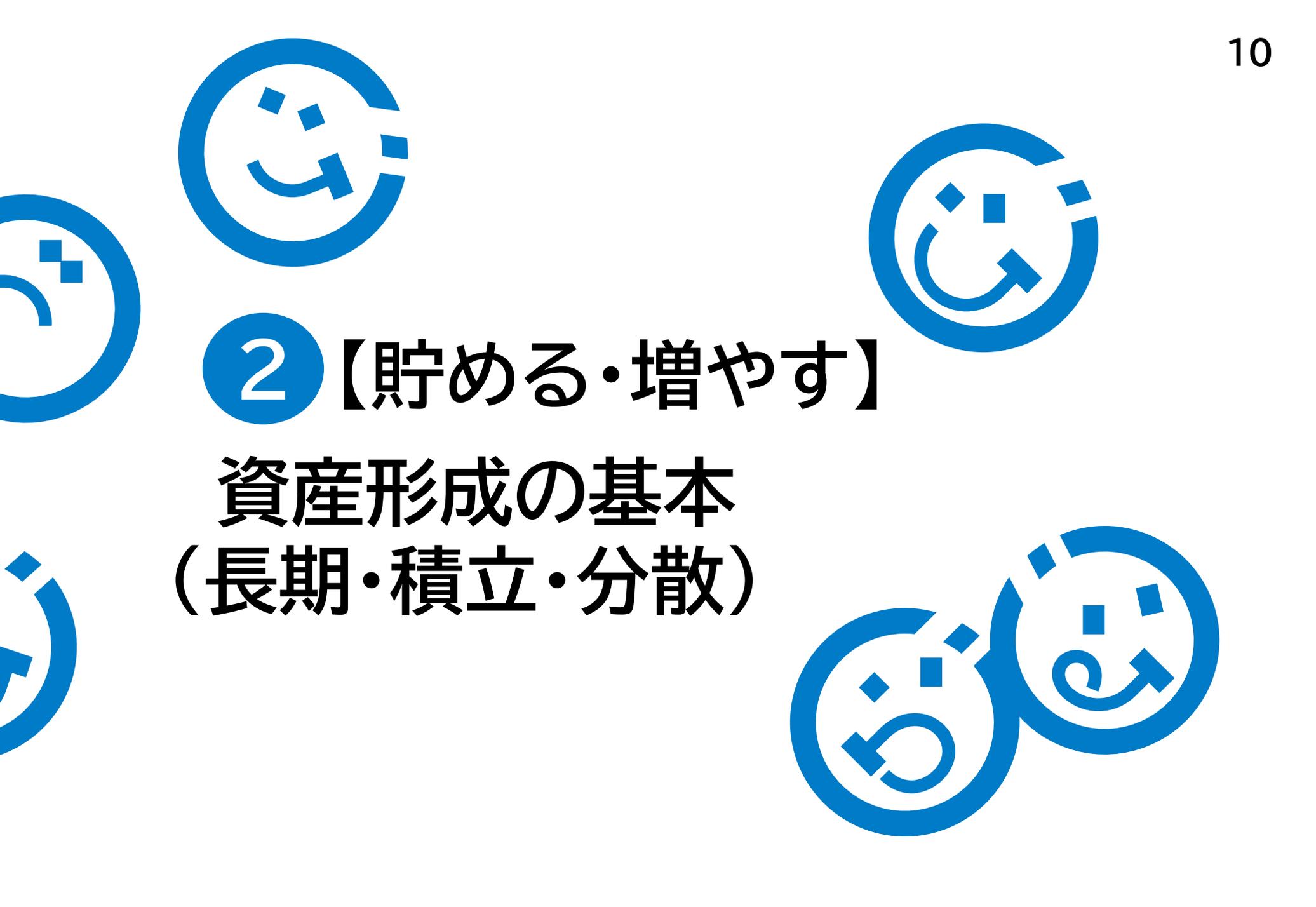
—

仕組み化

給与天引きや口座
引き落としなどで
1万円引いてしまう

=

支出÷生活費は
最大16.8万円
でやりくり

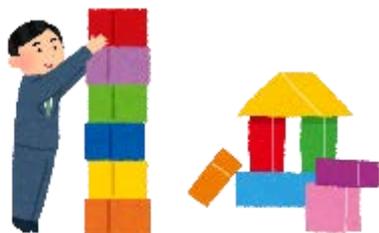
The page features several blue circular icons with abstract shapes inside, scattered around the central text. These icons include various geometric patterns like squares, lines, and curves, some resembling stylized faces or symbols.

2【貯める・増やす】

資産形成の基本
(長期・積立・分散)

○金融商品による資産形成の方法としては、「預貯金」と「投資」があり、『**目的に応じた金融商品を選択**』することが重要です。

預貯金



- ◆ 確実性重視(元本保証あり)
- ◆ 運用成果(結果)は商品選択時に決まっている*
- ◆ 原則、手数料はかからない

投資



- ◆ 増やすこと重視(元本保証なし)
- ◆ 運用成果(結果)は商品選択時に決まっていない*
- ◆ 株式・投資信託の購入などには手数料がかかることがある

主な金融商品

普通預貯金

定期預貯金

積立定期預貯金

株式

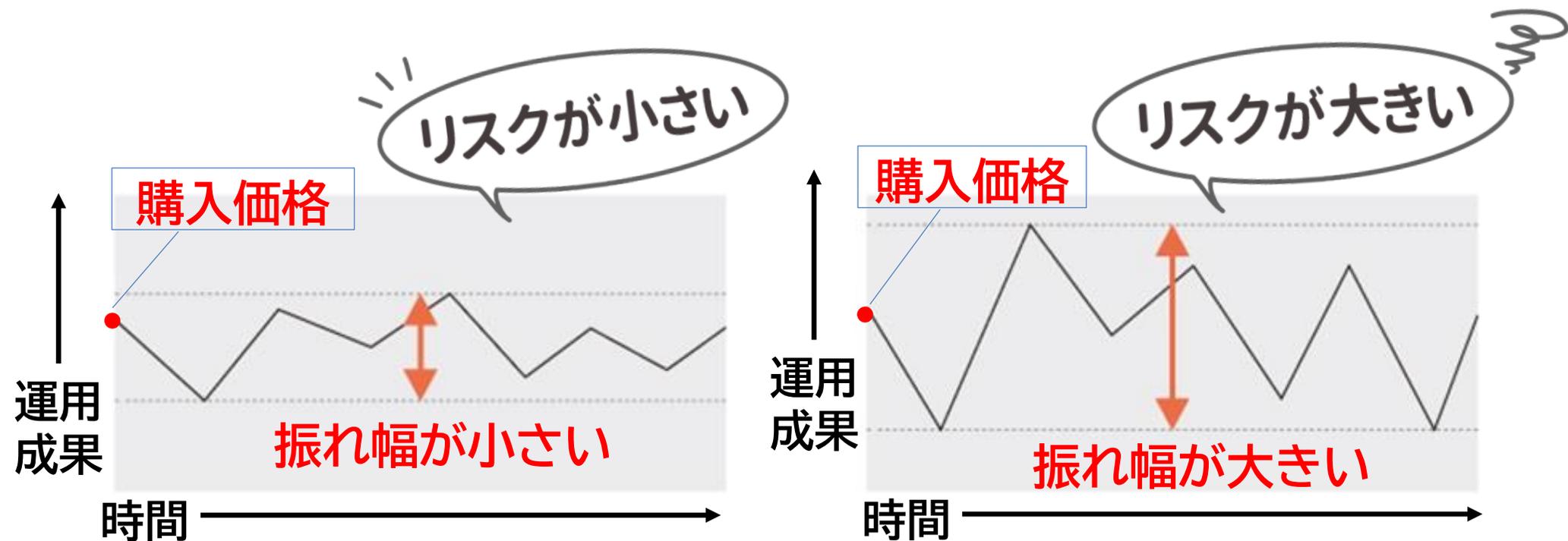
投資信託

債券(国債・社債など)

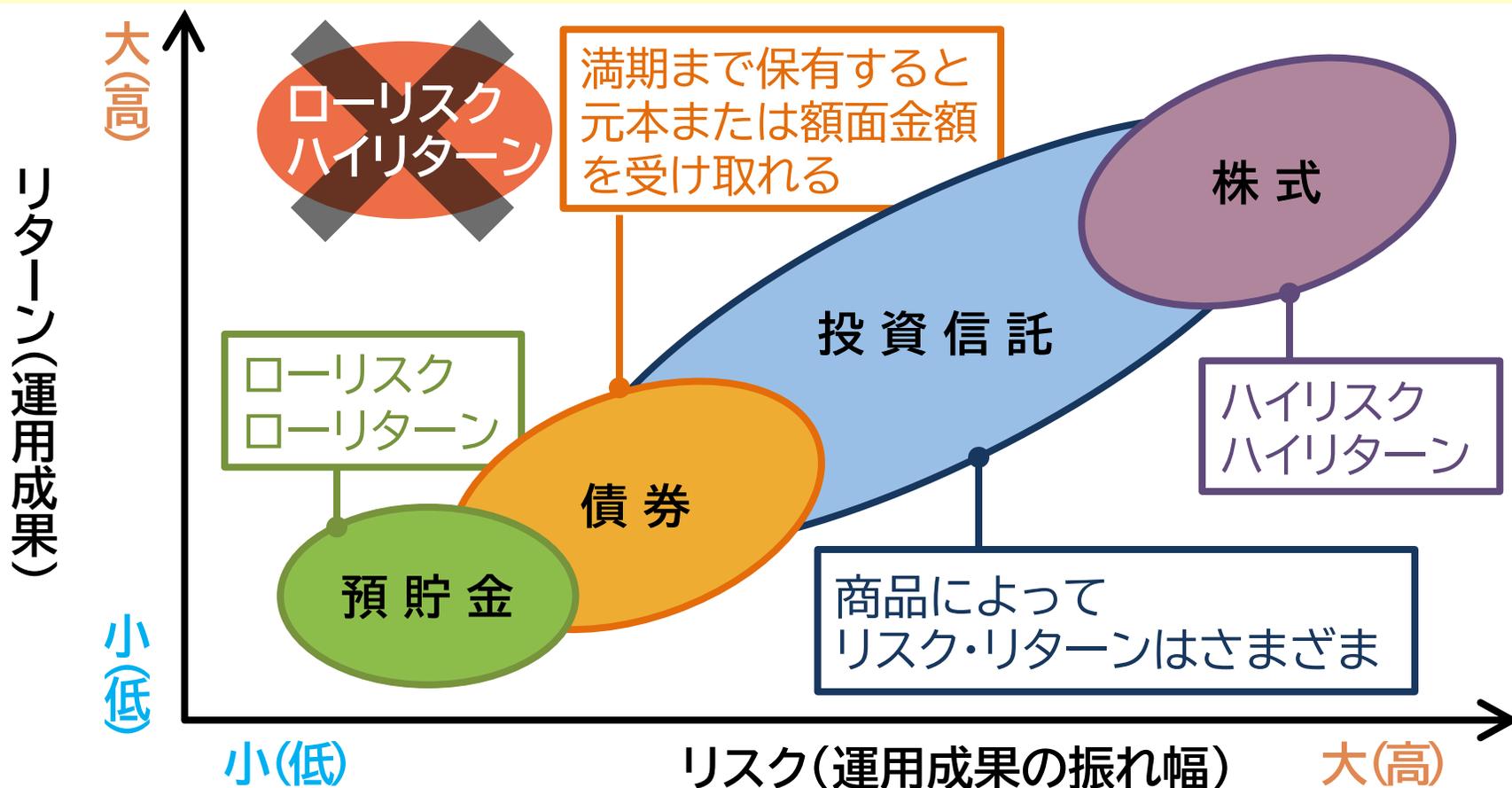
○ 金融商品は3つの観点(安全性・収益性・流動性)で整理できますが、『3つとも◎の金融商品はありません。』

	安全性 元本や利子の支払いが確実か	収益性 大きい収益が期待できるか	流動性 必要なときにすぐに換金できるか
預貯金	◎	△	◎
株式	△	◎	○
債券	○	○	△
投資信託	△ ~ ○	○ ~ ◎	○

- 資産運用におけるリスクとは『**運用成果の振れ幅**』のことを指します。「リスクが大きい」とは、「とても危険」という意味ではなく、「大きく儲かるかもしれないし、大きく損をするかもしれない」(運用成果の振れ幅・不確実性が大きい)という意味です。
- 『**保険で備えるリスク(危険)**』とは意味が異なります。



○原則、リスク(運用成果の振れ幅)とリターン(運用成果)は比例関係なので、『**ローリスク・ハイリターンの金融商品はありません**』。



※一般的なイメージ図であり、すべての金融商品があてはまるものではありません。

○投資は、リターン(運用成果)を期待して行いますが、
以下の『**リスク(運用成果の振れ幅)もあることを理解**』して、
無理のない範囲(当面使う予定のないお金)で行いましょう。

投資の主なリスク

リスク

運用成果
の振れ幅

つまり

様々な要因により
資産価値が増減
する可能性・不確
実性のこと

価格変動
リスク

株式や債券などの価格変動
(上昇・下落ともに)



信用
リスク

投資先企業の財務状況や
経営状況(不祥事・倒産など)



為替変動
リスク

外貨建て取引の換金時に
適用する為替レート変動



カントリー
リスク

国・地域の政治・経済環境
(天災や戦争など)

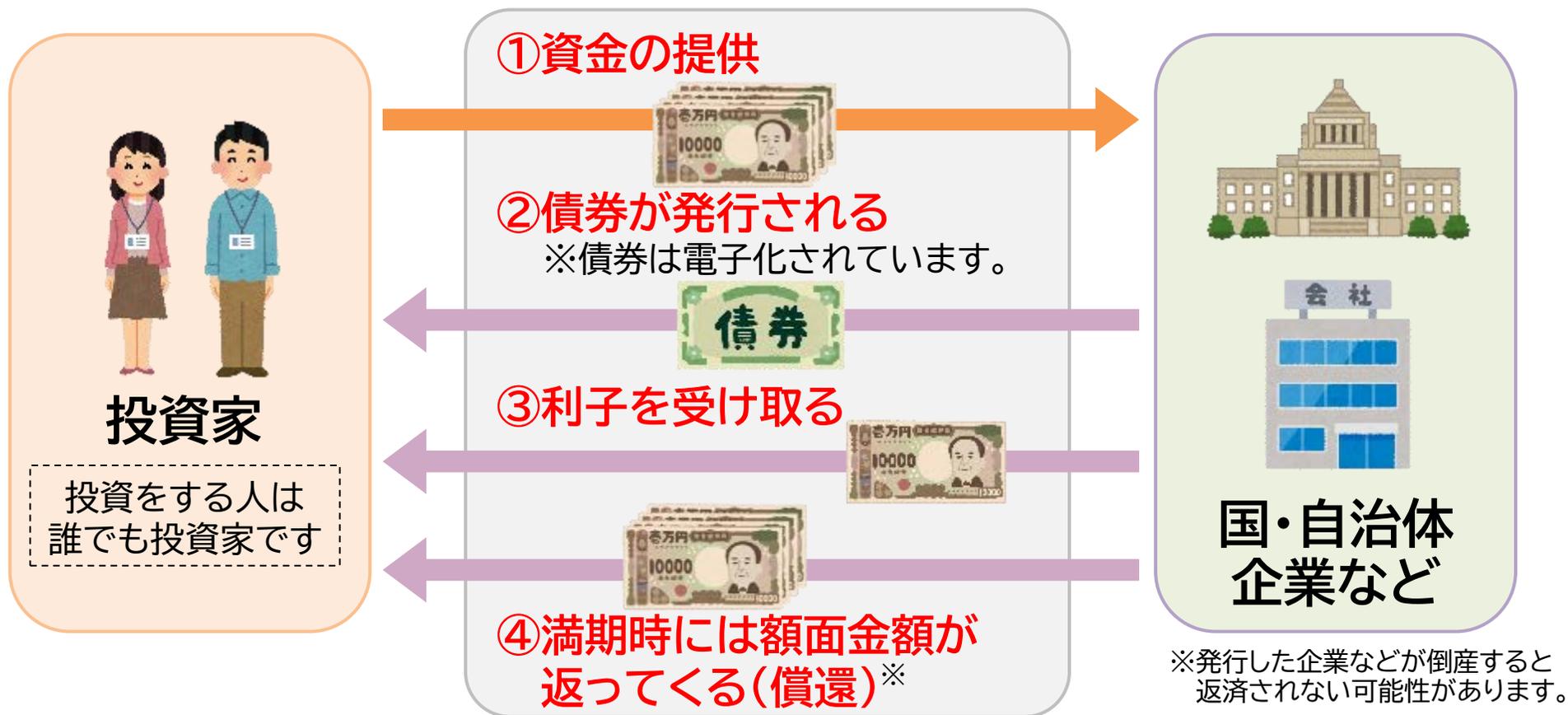


要
因

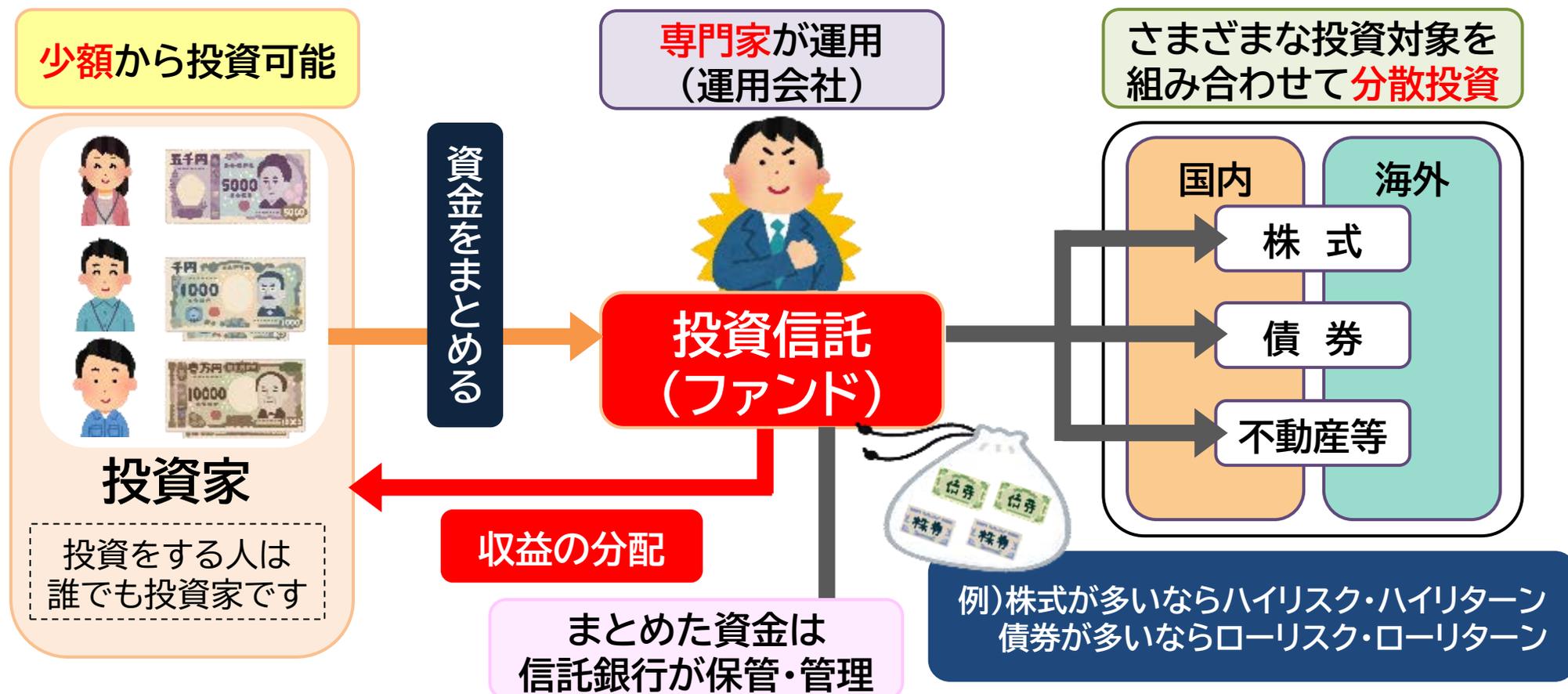
○株式投資の特徴は、『①購入した株式の値動き、②配当金の受取り、③株主優待』の3点です。一般的にリスク・リターンともに大きくなります(ハイリスク・ハイリターン)。



○債券投資の特徴は、『①満期時の償還、②利子の受取り』の2点です。リスクは小さくリターンも小さめですが、基本的に安全性は高めです(ローリスク・ローリターン)。



○投資信託の特徴は、『①専門家が運用、②少額から投資可能、③分散投資でリスク軽減』の3点です。組み合わせる商品によりリスクとリターンの程度が変わります。



○投資スタイルには(リスク・コントロール型とリスク・テイク型)の2種類があります。『リスクを抑えた安定的な資産形成にはリスク・コントロール型投資が向いています。』

	リスク・コントロール型投資 (リスク抑制型の運用)	リスク・テイク型投資 (リスク許容型の運用)
ニーズ	投資で安定的な利益を出したい	投資で大きな利益を出したい
必要なもの	長期の投資観 少額からの定期的な積立金	短～長期の相場観、 まとまった運用資金
投資スタイル	長期・積立・分散投資	個別銘柄への集中投資・積極運用
ポイント	長く続けること ⇒上がっても下がっても焦らない	自分なりの「売り」ルールをもつこと ⇒上下一定の幅を超えたら売る
運用方法	NISA(つみたて投資枠) iDeCo/企業型DC	NISA(成長投資枠) 通常の証券口座

○投資のリスク(運用成果の振れ幅)を軽減(コントロール)するには、『**長期・積立・分散投資**』の視点が重要です。

価格変動リスク

信用リスク

為替変動リスク

カントリーリスク

リスクを抑える方法

長期投資

数カ月や1年などではなく、5年、10年などの長い期間投資を続けることで、より安定的な成果を得ることができます。

積立投資

一度にまとめてではなく、定期的に一定額ずつ、積み立てる形で購入することで価格の急騰や急落の影響を和らげることができます。

分散投資

複数の地域・通貨、特徴の異なる複数の資産(株式や債券など)を組み合わせることで、リスクを抑えることができます。

○積立投資を同じ金額・商品で行った場合でも、『より長期間続けた方が収益が安定し、元本割れの可能性を減らせます』。

長期投資の運用成果

※1989年以降、毎月同じ金額ずつ国内外の株式・債券に積立投資し保有した場合。
積立投資期間は各年1月～12月の一年間。
※年間収益率：資産運用で得られた一年当たりの利益率

保有期間5年



100万円が5年後に
74万円～176万円

保有期間20年



100万円が20年後に
186万円～331万円

○同じ運用方法であっても、保有期間が比較的短い5年間の場合、大きな収益が出ることもあれば、元本割れになることもあります。

⇨ リスク(運用成果の振れ幅)が大きい

○一方、20年間という長い期間運用を続けた場合、平均すると安定して収益を挙げることができましたと言えます。

⇨ リスク(運用成果の振れ幅)が小さい

〔日本株式:TOPIX配当込み株価指数、日本債券:BPI総合インデックス
海外株式:MSCIコクサイインデックス(円換算ベース)、
海外債券:FTSE世界国債インデックス(除く日本、円ベース)〕

※上記はあくまでシミュレーションであり、将来の投資成果を予想・保証するものではありません。また、具体指数・商品への投資を推奨するものではありません。

○預貯金や投資では、『単利』と『複利』という考え方があります。

－単利:元本のみ利息がつく計算方法

－複利:元本と利息を合わせた額に利息がつく計算方法

100万円を利率5%で運用する場合(税金等は考えない)

単利の場合

1年後:100万円+100万円×5%=105万円

2年後:105万円+(100万円×5%)=110万円

複利の場合

1年後:100万円+100万円×5%=105万円

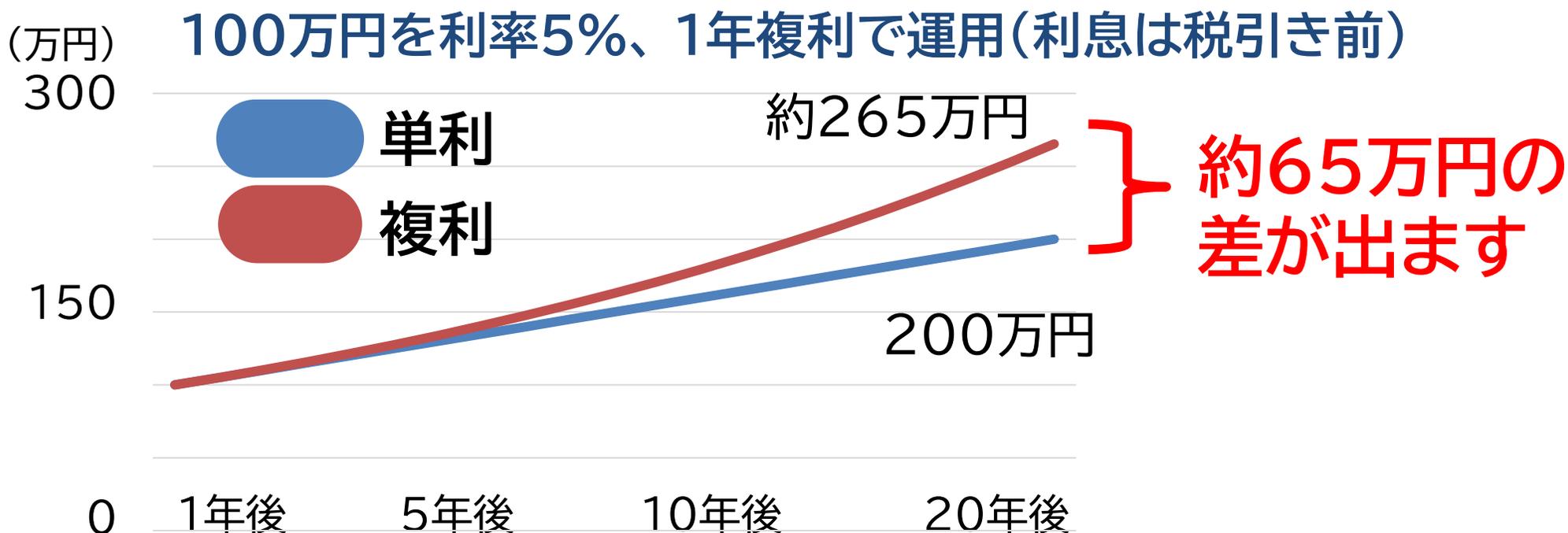
2年後:105万円+(105万円×5%)=110万2500円

複利の場合は元本の100万円だけではなく、利息の5万円にも利息がつくため、より多く資産が増えることになります。

○『単利と複利では長期間で考えると大きな差』が出ます。

－単利:元本のみ利息がつく計算方法

－複利:元本と利息を合わせた額に利息がつく計算方法



複利の効果を得るためにも、資産形成は長い時間コツコツ続けていくことが重要です。

○投資は一括購入だけでなく、少額積み立ても可能です。
投資方法として『**定額購入(ドル・コスト平均法)**』があります。

一括購入

手持ち資金
全額で一度に購入



定額購入 (ドル・コスト平均法)

一定金額を
定期的に購入



例 毎月1万円ずつ購入

○購入時期を分散して積み立てを行うことで、『**値上がり・値下がりのリスクを抑える(平準化)効果**』があります。

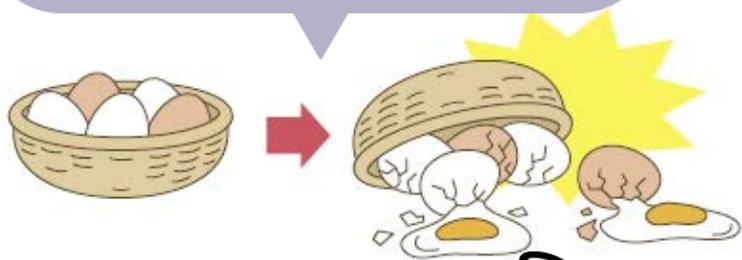
○また、定額購入は少額のため、負担感を抑えることができます。

株価の 値動き	価格					合計 株数	1株あたりの 購入単価
		1,000	1,500	500	1,000		
一括購入	株数	40	0	0	0	40	1,000
	価格	40,000	0	0	0	40,000	
定額購入 (ドル・コスト 平均法)	株数	10	6.6	20	10	46.6	858.3
	価格	10,000	10,000	10,000	10,000	40,000	

※上記値動きの場合、定額購入(ドル・コスト平均法)が最も1株あたりの購入単価を抑える効果がありますが、値動きによっては必ずしも定額購入(ドル・コスト平均法)が最適解とは限りません。

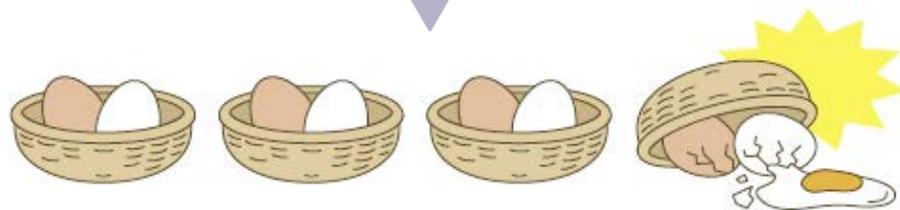
○投資を行う際の合言葉に『**ひとつのカゴに卵を盛るな**』という言葉があります。

卵を1つのカゴに
全部入れた場合
(投資先が1つ)



カゴを落とした時に
全てがダメに…

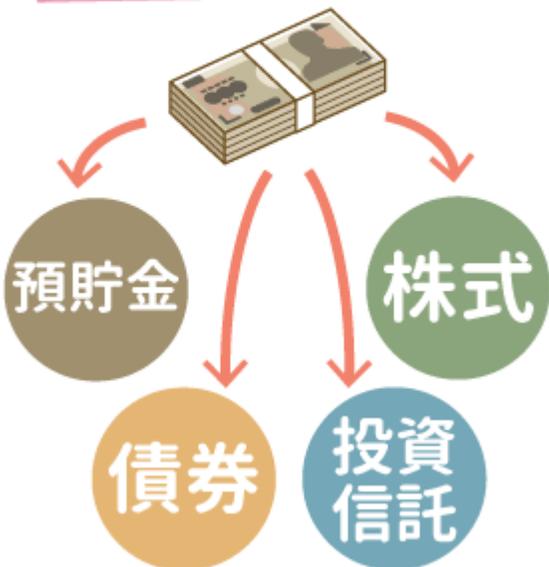
卵を複数のカゴに
分けて入れた場合
(投資先が複数)



1つを落としてしまっても
残りは大丈夫!

○分散方法は主に3つあります。『**資産・地域・時間の分散**』を通じてリスク(運用成果の振れ幅)を抑えることが重要です。

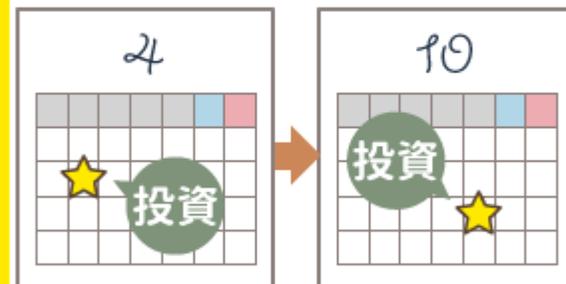
資産の分散



地域の分散



時間の分散



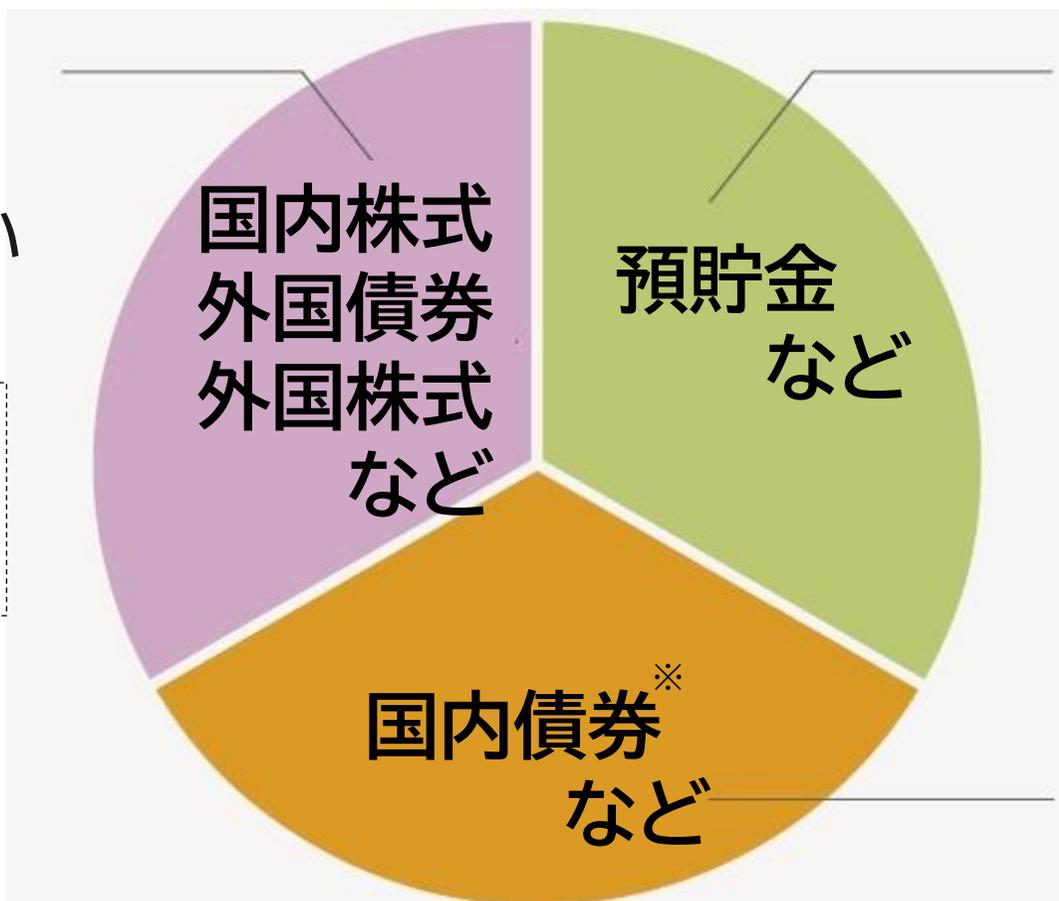
ドル・コスト平均法

○自身に合った『**金融商品の組合せ(ポートフォリオ)≒分散投資**』を考えましょう。その人・その時の状況・相場などによって最適なポートフォリオは変わります。

リスク資産

収益性が高い
金融商品

外国債券・外国株式も
為替リスクがあるため
リスク資産に分類



流動性・安全性
が高い金融商品

安全資産

比較的安全性が
高い金融商品

※国内債券でも一部リスク資産に
該当する場合があります。

○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、『お金の専門家(ファイナンシャル・プランナー(FP)等)への相談を活用して、お金の見える化を行うこと』も選択肢のひとつです。

お金に関する
様々な疑問

例えば、家計管理・教育資金・社会保険・住宅資金・資産運用・
税制・民間保険・老後資金・介護・相続・贈与 など

専門家への相談

- FP相談等では、収入・支出の整理・バランスをとる為の見直し方法、
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。

The page features several blue circular icons with stylized symbols, including a smiley face with a plus sign, a plus sign with a smiley face, and a plus sign with a circular arrow. These icons are scattered around the central text.

3【貯める・増やす】

資産形成の制度(NISA、
iDeCo)

○ NISAとは、『「少額投資」による利益が「非課税」』になる制度です。

通常は

税金
約2千円

税率
約20%

手元に残るお金
約8千円

投資で
得た利益
1万円

NISAなら

税金が
かからない

手元に残るお金
1万円

Check!

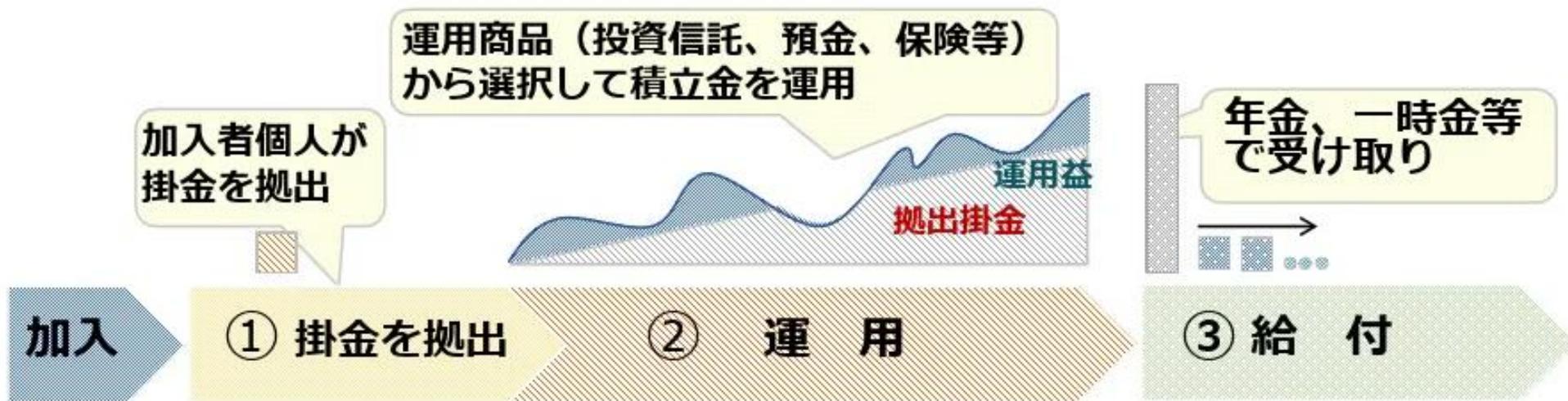
制度を利用するには、銀行や証券会社などでNISA口座※を開設する必要があります。

※原則1人1口座のみ。年単位で利用する金融機関を変更することができます。

○つみたて投資枠、成長投資枠では、『**対象商品、年間投資枠、保有限度額**』など利用方法に違いがあります。

	つみたて投資枠※	併用可	成長投資枠※
投資対象商品	長期の積立・分散投資に適した一定の投資信託 (金融庁の基準を満たした投資信託に限定)		上場株式、投資信託等 (①整理・監理銘柄②信託期間20年未満、毎月分配型の投資信託及びデリバティブ取引を用いた一定の投資信託等を除外)
年間投資枠	年間 120 万円		年間 240 万円
非課税保有限度額(総枠)	1,800万円 (うち成長投資枠は 1,200万円) ※購入商品を売却した場合、(購入時の買値分だけ翌年以降)枠の再利用が可能		
非課税保有期間	無期限		
買付け方法	「1カ月に1回」など定期的に一定金額の買付けを行う方法(積立投資)に限る		特に制限なし

○iDeCo(個人型確定拠出年金)は、『**個人で加入**』し、『**一定額を毎月拠出**』します。『**加入者自らが資産を運用**』し、最終的に拠出額と運用益により受取額が決定されます。(原則60歳まで引き出しできません。)



iDeCo
普及推進
キャラクター
イデコちゃん

詳しくは

iDeCo 公式

検索

○ iDeCoは、『①掛金拠出時、②運用時、③受給時の3つの税制優遇』があります。

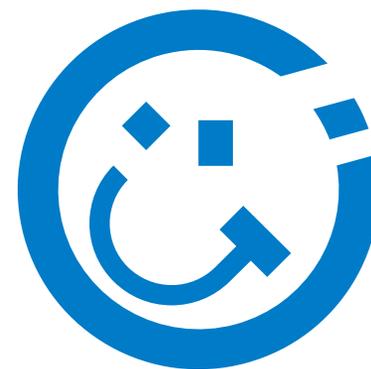
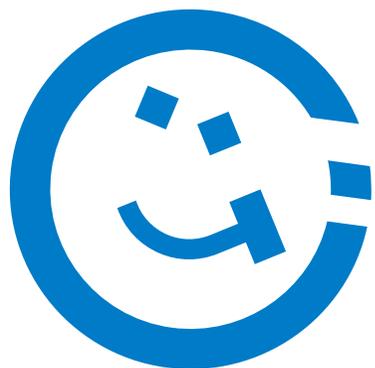
①拠出した『掛金全額が所得控除の対象』となり、所得税、住民税が軽減されます。

－例えば、所得税率20%・住民税率10%の方が毎月1万円ずつ拠出した場合、年間3.6万円の軽減効果があります。

②『運用益は非課税』です。

－通常は運用益には約20%が課税されますが、iDeCoは非課税です。
－積立金には別途特別法人税が課されますが、現状は課税が停止されています。

③受取り時に税制優遇があり、『年金として受給：公的年金等控除、一時金として受給：退職所得控除』の対象となります。



4 【注意】

金融トラブル、相談窓口



悪質商法や金融トラブルを防止するための鉄則

1. 「簡単に儲かるビジネスや投資」は存在しません

－例えば金融商品でも、リターンが高いものはリスクも高いものです。頭ではわかっているのに、「仮想通貨・NFT・AI」等といった流行のワードを組み合わせられたり、「あなただけに特別な話」と特別感を演出されたりすると、騙されやすくなってしまいます。

2. 投資は借金をして行うものではありません

－投資は余裕資金で行うものです。「お金がないなら借金をしよう」といった勧誘をしてきたら、確実に詐欺です。

3. 少しでも「怪しい」と感じたら近づかないようにしましょう

－詐欺師は人を騙すマニュアルやノウハウを持っています。「友人を助けるため」「やめさせるため」といった目的で近づいた結果、自分が被害に遭うこともあります。

4. SNSの投稿には注意しましょう

－「お金を持っている」アピールをする人や、「お金を無償で配る」といったアカウントは、詐欺勧誘の入り口です。近年はSNS経由での被害が増えています。

○金融トラブルに限らず、消費者トラブルで困った際は、
『独りで悩まずに相談』しましょう。

<p>契約や商品について困ったときは ⇒ 消費者ホットライン (全国共通)</p>	<p>188(いやや)</p>  <p>消費者庁 消費者ホットライン188 イメージキャラクター いやヤン</p>
<p>警察に相談したいときは ⇒ 警察相談専用電話 (全国共通)</p>	<p>#9110</p>
<p>金融サービスについて困ったときは ⇒ 金融庁 金融サービス利用者相談室</p>	<p>0570-016811</p>