

ぐんま版消費者教育教材

18 人生設計を考える お金の使い方

群馬県 生活こども部 消費生活課

令和7年3月改訂

**質問：高校生の今後の人生で
かかる費用はどんなもの
があるのでしょうか？**



《主なライフイベントにかかる費用の目安》

高校生

進学にかかる費用※1

専門学校(2年間)	約284.0万円
私立短大(2年間)	約366.5万円
私立大学文系(4年間)	約689.8万円

就職活動費※2

約7.0万円

内訳: スーツ、交通費、かばん・PC
など備品代等

結婚費用(結納・婚約～新婚旅行まで にかかった費用(茨城・栃木・群馬)※3

約416.5万円

子供の教育費 (幼稚園～大学)※4

すべて公立	約822.5万円
すべて私立	約2307.5万円

住宅購入費※5

土地付注文住宅	約4903万円
建売住宅	約3603万円
マンション	約5245万円

老後の1ヶ月あたりの生活費※6※7

	ゆとりある生活費	最低限の生活費
夫婦	約37.9万円	約25.1万円
独身	約29.1万円	約14.5万円

緊急資金※9 生活費の3ヶ月分～1年分
(1ヶ月の生活費が20万円なら60万円～240万円)

生涯未婚率(50歳までに結婚しなかった人)の
割合は男性は約3割、女性は約2割※8

将来どんなことをしたいのか、
例えば：車を買う、海外旅行に行く、大学に行く、
留学する… これからやりたいことを考えて
人生を設計することをライフプランと言います

ライフプランを立てると、いつ（何年後）、どん
なライフイベントを迎え、いくらくらいのお金が
必要になるのかが分かってきます…

まとまった金額が必要なライフイベントを予測して、早めに費用の準備をするためには…

「収入 > 支出」にして、
計画的に目標の金額を
積み立てる必要があります

支出が多い場合の、改善方法

- ①支出を減らす（節約）
- ②収入を増やす（労働）
- ③預金や投資でお金を増やす

支出を減らす方法

1. ニーズとウォンツを区別し、優先順位を付ける

◎必要なもの・こと (Needs: ニーズ)

生活に必要な支出

=家賃・水道光熱費・食費・医療費など

◎欲しいもの・やりたいこと (Wants: ウォンツ)

楽しみのための支出

=娯楽費(ゲーム)・おやつ・外食・衝動買いした服や小物など

支出を減らす方法

2. 固定費を減らす

収入－先取り貯蓄－固定費＝生活費（変動費）

・固定費：住宅費、住宅ローン、通信費、自動車関連費用、保険料、水道光熱費など

《考え方》

例) スマホや電気の基本料金が自分の使い方にあっているか

例) あまり使っていないサブスクを解約する

⇒固定費は毎月決まった金額を支払うので、一度減らせばずっと効果が続く

・生活費（変動費）：食費、被服費、レジャー費、小遣いなど⇒毎月金額が変動する

あなたはひとり立ち出来そうでしょうか？

☒ 自由になるお金が少ない。

☒ 生活費が足りない。

こんなときどうしますか？

質問： 欲しいものがあります。
でも、買うお金がないとき
どうしますか？

???



例えば

① 給与やお小遣いから少しずつ貯めて買う



② 保護者や家族に頼んで買ってもらったり、友達にお金を借りて買う



③ お金がない、借金したくない場合、あきらめて買わない



④ クレジットカード、ローン、キャッシングで借金して買う



クレジットカードに関する注意点

- 借りる前に返せるかどうか、よく考えましょう。
- クレジットのキャッシングやリボ払いの金利は12～18%で高金利。返済が滞るとあっという間に多重債務になる。(18%の場合4年で元金の2倍に)
- 絶対に他人に貸さない!暗証番号を教えない!
- 利用明細の確認は頻繁に!(最低でも月に1回以上)
 - ・身に覚えのない請求がないか
 - ・請求内容が自分の使った額と同じかどうか
 - ・解約したはずなのに、請求が続いていないか

☆消費生活センターで借金の相談ができます☆

大切なお金の上手な 使い方を考えてみよう！



例えば

① お小遣い帳 ・家計簿をつける

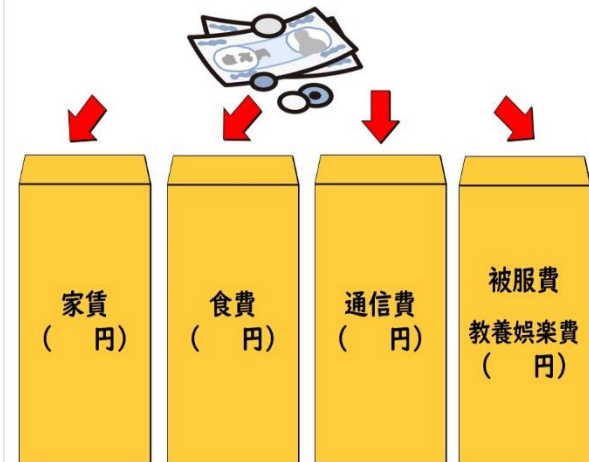


② 買い物リストを作る

今日買うもの

1. 靴下
2. Tシャツ
3. ノート
4. ...

③ 使う目的別にお金を分ける



質問：

**絶対にもうかるという投資を紹介された。
でも手元にはお金がない。**

**「必ず儲かって、すぐに返済できるから、
投資資金は消費者金融で借りればいい」
と言われた。**

あなたならどうする？



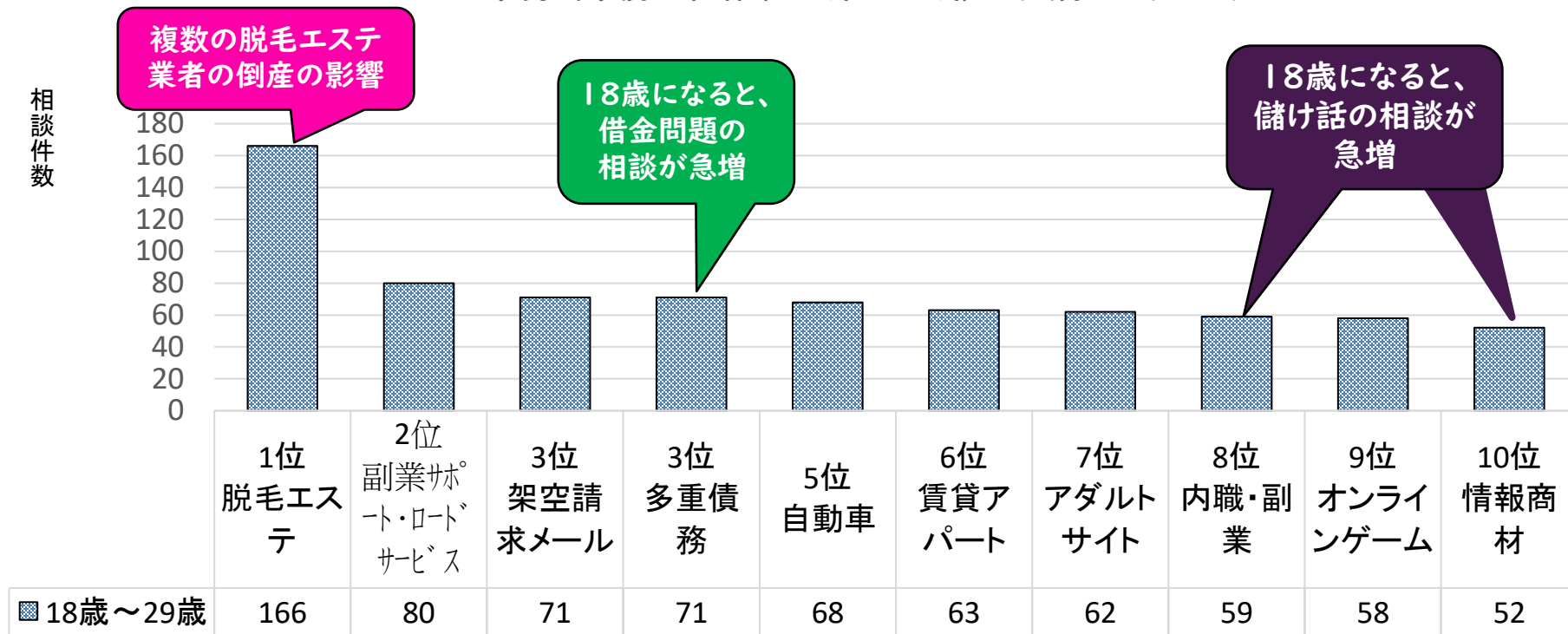
お金を増やしたい・投資したいと 考える前に注意してほしいこと…

ネットでお金もうけの方法を調べて
詐欺被害にあったとの
相談が増えています



若者の相談の傾向

2023年度成年後の若者（18歳～29歳）の相談の上位10位



※比較:2023年度未成年者（18歳未満）の相談の上位10位



全国的にもうけ話の相談は増えている

図表 I-1-3-9

若者の消費生活相談の商品・サービス別上位件数(年齢区分別・2023年4-12月)

男性								
15-19歳			20-24歳			25-29歳		
順位	商品・サービス	件数	順位	商品・サービス	件数	順位	商品・サービス	件数
	総件数	5,230		総件数	13,016		総件数	13,754
1	インターネットゲーム	611	1	賃貸アパート	776	1	賃貸アパート	1,432
2	商品一般	342	2	商品一般	744	2	商品一般	770
3	出会い系サイト・アプリ	248	3	他の内職・副業	612	3	フリーローン・サラ金	679
4	役務その他サービス	156	4	フリーローン・サラ金	588	4	医療サービス	514
5	アダルト情報	141	5	役務その他サービス	578	5	普通・小型自動車	463
6	他の内職・副業	135	6	出会い系サイト・アプリ	467	6	役務その他サービス	448
7	他の健康食品	132	7	普通・小型自動車	426	7	他の内職・副業	349
8	他の娯楽等情報配信サービス	122	8	医療サービス	346	8	修理サービス	257
9	賃貸アパート	110	9	金融コンサルティング	310	9	出会い系サイト・アプリ	234
10	普通・小型自動車	94	10	脱毛エステ	282	10	電気	223
10	脱毛エステ	94						

女性								
15-19歳			20-24歳			25-29歳		
順位	商品・サービス	件数	順位	商品・サービス	件数	順位	商品・サービス	件数
	総件数	5,758		総件数	18,273		総件数	17,257
1	脱毛エステ	763	1	脱毛エステ	3,606	1	脱毛エステ	2,454
2	商品一般	286	2	他の内職・副業	1,220	2	賃貸アパート	1,369
3	他の内職・副業	247	3	商品一般	847	3	他の内職・副業	815
4	他の健康食品	237	4	賃貸アパート	802	4	商品一般	813
5	出会い系サイト・アプリ	185	5	役務その他サービス	754	5	役務その他サービス	522
6	医療サービス	166	6	医療サービス	490	6	医療サービス	472
7	コンサート	148	7	出会い系サイト・アプリ	471	7	フリーローン・サラ金	368
8	インターネットゲーム	127	8	金融コンサルティング	405	8	出会い系サイト・アプリ	295
9	賃貸アパート	106	9	フリーローン・サラ金	402	9	金融コンサルティング	268
10	役務その他サービス	91	10	電気	274	10	スポーツ・健康教室	218

黄色 : 娯楽に関するもの

黄緑色 : 暮らしに関するもの

紫色 : 内職・副業

緑色 : 借金に関するもの

青色 : 自動車に関するもの

ピンク色 : 美容に関するもの

(備考) 1. PIO-NETに登録された消費生活相談情報(2024年3月31日までの登録分)。

2. 品目は商品キーワード(下位)。

3. 色分けは相談内容の傾向を消費者庁で分類したもの。

4. 2023年4月から同年12月までの消費生活相談情報を集計。

投資は戻ってこなくても困らない 余裕資金で…

1. 借金をして投資するよう勧誘されたら詐欺！

思ったように投資出来ず、借金だけが残ります

2. お金を借りるときに、嘘の年収や勤務先を申告するよう指示されたら詐欺！

嘘の年収を申告させて、より沢山のお金を借金させ、被害金額が増加します

3. ネットでお金もうけの方法を調べない

検索内容や閲覧した広告から闇サイトに誘導され、名前も住所も知らない相手にお金を渡し、その後連絡が取れないなど、詐欺被害にあうだけでなく、個人情報をとられて犯罪に協力させられる可能性があります

投資を始めるのは、3ヶ月分～1年分の生活費（緊急資金）を貯めてから…

- ✓ ライフプランを考え、今後の収入・支出を確かめた後でなければ、自分の**余裕資金＝投資にまわせるお金**がどれくらいなのか分かりません。
- ✓ 当面必要な生活費、緊急資金は投資しない。
- ✓ お金を借りて投資しない。⇒**絶対にダメ**
- ✓ 安全で収益性の高い金融商品はないので詐欺を疑う。
- ✓ 短期間で無理して投資しようとせずに、「長期・分散・積立・低コスト」投資を考える。

【解説】

18 人生設計を考えるお金の使い方

①3頁 「※1 進学にかかる費用」

(株)日本政策金融公庫「令和3年度教育費負担の実態調査結果」より

②3頁 「※2 就職活動費」

(株)ディスコ「キャリアタス就活2023 学生モニター調査結果」(2022年10月発行)

③3頁 「※3 結婚費用(結納・婚約～新婚旅行にかかった費用(茨城・栃木・群馬))」

(株)リクルート ブライダル総研「ゼクシィ結婚トレンド調査2023」

④3頁 「※4 子供の教育費(幼稚園～大学)」

(株)日本政策金融公庫「教育にかかる費用は？シミュレーション」(※出典:文部科学省「令和3年度子供の学習費用調査」、「令和3年度、私立大学入学者に係る初年度学生納付金平均額(定員1人当たり)の調査結果について」、「2021年度学生納付金結果」、「公立短期大学授業料について」、「平成十六年文部科学省第十六号 国立大学等の授業料その他の費用に関する省令」、「公立大学基礎データ」公益社団法人東京専修学校各種学校協会「令和3年度 学生・生徒納付金調査」)

⑤3頁 「※5 住宅購入費」

住宅金融支援機構「フラット35利用者調査」住宅購入資金調達内訳(2023年度)

⑥3頁 「※6 ゆとりある生活費」

(公財)生命保険文化センター「2022(令和4)年度生活保障に関する調査」

⑦3頁 「※7 最低限の生活費」

総務省 2023年(令和5年)家計調査報告〔家計収支編〕
65歳以上の無職世帯の家計収支(2人以上世帯・単身世帯)

⑧3頁 「※8 生涯未婚率」

生涯未婚率とは、45～49歳の未婚率と50～54歳の未婚率の平均。

国立社会保障・人口問題研究所 「人口統計資料集(2022年)」2020(令和2)年の「50歳時の未婚率」は男性が28.25%、女性は17.81%であり、増加傾向が続いている。

⑨3頁 「※9 緊急資金」

病気やけがで働けなくなったとき、急なリストラにあったときなど、緊急時のために備えるお金のこと。生活費の3ヶ月分～1年分程度を備えておく。

⑩3頁 「ライフイベント」

「進学」「就職」「結婚」「住宅購入」など、人生で起こりうる様々な出来事を「ライフイベント」といいます。いつどのようなライフイベントを迎えるかは人によって違いますが、将来の夢・目標をイメージして自分の将来の計画を立てることをライフプランと言います。高校生がこれから起こりうるライフイベントにかかる費用を知って、これからのお金の使い方を考えるきっかけになれば良いと思います。

⑪3頁 住宅購入費 「注文住宅」

土地を購入してから、または持っている土地に、自由に設計して建てる一戸建て住宅のことを「注文住宅」といいます。

⑫3頁 住宅購入費「建売住宅」

「建売住宅」とは、不動産会社などが土地を仕入れて住宅を建設し、土地と住宅をセットで販売するもの。

⑬5頁 「ライフイベントを予測して、早めに費用を準備」

ライフイベントに必要なお金は高額なので、早めに準備はじめる必要がある。家計の現状の収入と支出を把握することから、「計画的に備える(貯蓄する)」ことが始まります。

⑭6頁 「収入を増やす(労働)」

収入を増やす方法としては、「労働＝働くこと」が基本です。働いて得られる収入を増やすためには、「働く能力」を高めるための日々の地道な努力が必要です。

⑮8頁 「収入-先取り貯蓄-固定費=生活費(変動費)」

お金を貯めるには収入から最初に貯蓄額と固定費を差し引いて、生活費にすることが効果的です。

他に支出を減らす方法として、「金利がかかる支出」クレジットカードの分割払い・リボ払い・ローンの利用。「特別な支出」お金のかかる趣味・旅行・レジャー・交際費。「習慣になった支出」喫茶店の利用、100均などでの必要のない雑貨品の購入などを見直してみる方法もあります。

⑩18頁 「投資は余裕資金で」

全財産を投資に使って失敗すれば生活が出来ません。決して短期間で利益を得ようと考えてはいけません。十分な知識を持ち、生活資金とは別に余裕資金が出来てから、リスクを受け入れられる範囲で投資してください。

⑩18頁 「借金をして投資をする」

借金をして投資した被害事例は、「9 相談事例④マルチ商法」、「10 相談事例⑤情報商材」をご参照ください。

⑩19頁 「長期・分散・積立・低コスト」投資

投資は預貯金と異なり、利益が確約されるものではなく、投資したお金(元本)が必ず戻ってくるものでもありません(元本割れのリスク)。投資には必ずリスクがあり、大きなもうけが期待できる投資は大きく損をする危険があり(ハイリスク・ハイリターン)、損する危険が小さい投資は期待できるもうけも小さい(ローリスク・ローリターン)。つまり、リスクとリターンは比例の関係です。

リスクを抑えて、堅実にお金を増やすための投資の基本的な考え方は、「長期」「分散」「積立」「低コスト」投資と言われています。

※ 投資については、J-FLEC「新成人のための人生とお金の知恵」、「これであなたもひとり立ち」指導書「ワーク12 人生にかかるお金、資産形成の視点」などを参照ください。