

# 18歳からの家計管理セミナー



一般社団法人 NTSセーフティ家計総合研究所

 SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS	<b>1</b> 貧困をなくそう 	 家計教養
<b>4</b> 質の高い教育をみんなに 	<b>5</b> ジェンダー平等を実現しよう 	

私たちは、生活困窮者の方々や、より良い家計管理に向き合おうとする全ての方々に、「家計教養」をキーワードとした質の高い教育をご提供することを、持続可能な開発目標に据えて取り組んでいます。

## 本日のテーマ「家計管理」とは

- なぜ、お金を大切にしなければいけないの？
- なぜ、お金のことを学ばなければいけないの？



**家計管理は、  
生き抜くための大切な習慣。**



考えてみよう



今、あなたが欲しいものは、ななに？

SAMPLE



考えてみよう



東京都の最低賃金はいくら？

① 928円

② 1,012円

③ 1,013円



考えてみよう



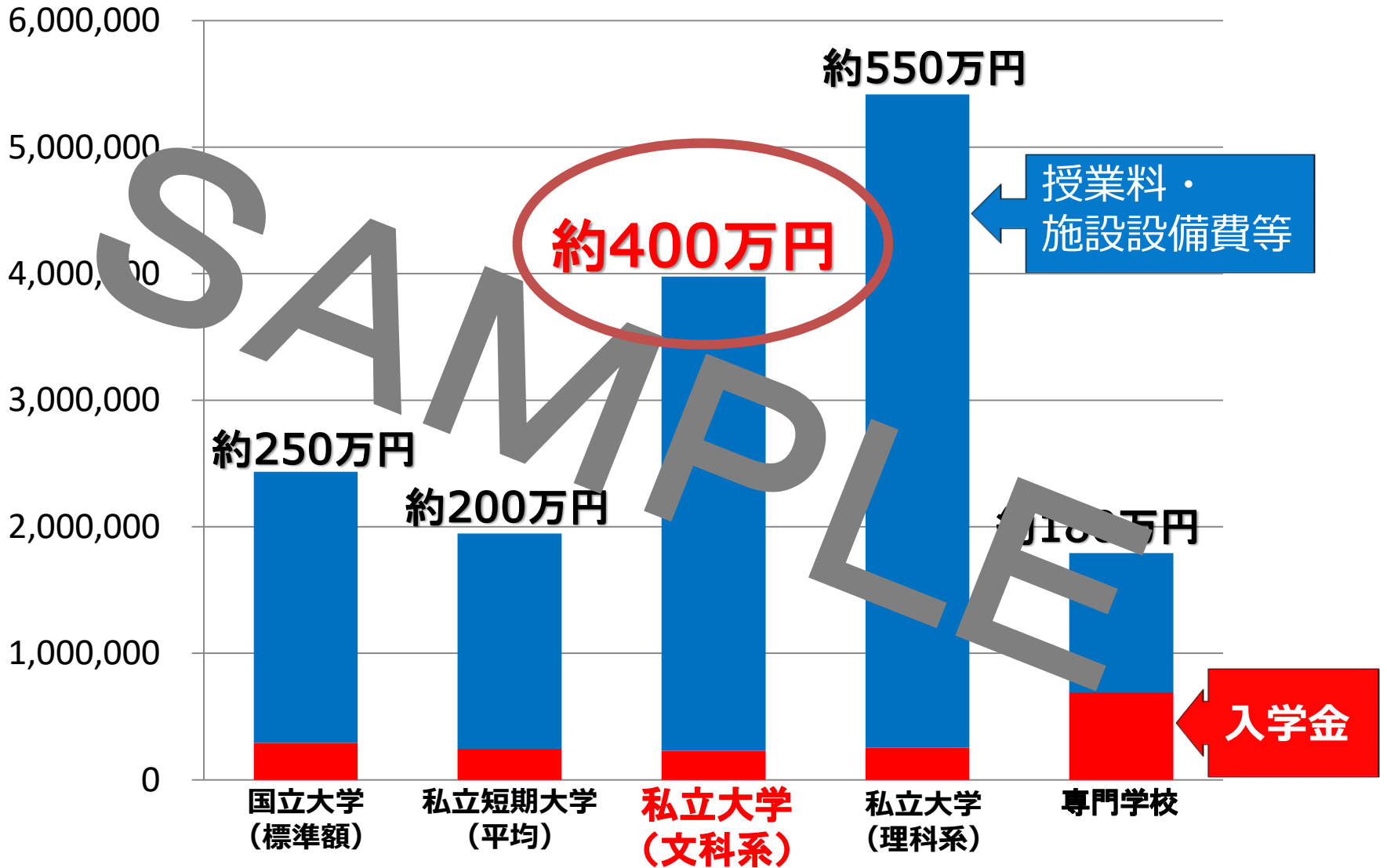
私立大学【文系】の「入学金」と「4年間の授業料・施設設備費」を合わせた金額は、おおよそいくら？

① 約300万円

② 約400万円

③ 約500万円

# 大学・専門学校にかかるお金(目安)



国立大学・私立短期大学・私立大学(文科系 理科系)は、「文部科学省平成30年度入学者に係る学生納付金調査結果」を参照。  
専門学校は「公益社団法人東京と専修学校各種学校協会 気になるお金のこと学費と生活費」を参照。

# 奨学金のメリット

家庭の経済環境に関わらず、進学のお機会が得られる。

毎月、確実に貸与金額が振り込まれるので、安心して学べる。

職業の選択肢が増える。



**夢や目標へのはじめての一步になるね！**

## 奨学金のデメリット①

給付型以外の奨学金は、  
未返の「**あなたの借金**」です。

借金ですから、返さなければなりません。

短い人で10年、長い人では20年、  
経済的な負担が長期間続きます。



**奨学金の借入れは最小限にしよう！**



## 奨学金のデメリット②

奨学金が返せなくなると  
あなたの「**信用情報**」に影響します。

クレジットカード  
住宅ローン  
自動車ローン  
契約が制限されます。

実際は

賃貸住宅  
携帯電話  
契約にも影響が。

もちろん!!  
きちんと返済できていれば問題ありません。





考えてみよう



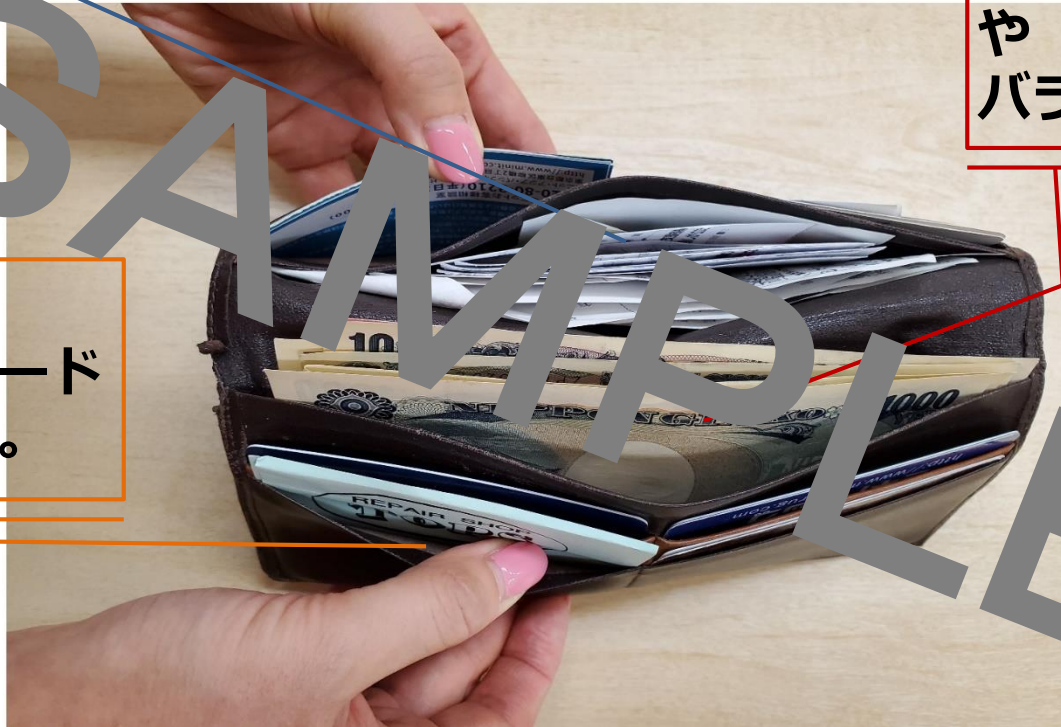
財布の中には潜む「密」ってなあに？

SAMPLE

■数日前や、それ以前のレシートが  
財布の中に入ったままになっている。

■お札の「向き」  
や「種類」がバラ  
バラ。

■使わない  
ポイントカード  
でいっぱい。



お金も人間も、大切にしてくれる人が大好きです♪  
お金を丁寧に扱わないと・・・



# 家計管理のポイント① 「家計の基本を身に付ける」

- ただ漠然と生きていれば、なんとかなる時代ではありません。

貯金の目的と目標額の設定

元現金 1か月分の生活費の確保

貯金の習慣づけ

## ■家計の基本式を身につける

収入合計

固定費  
(使えないお金)

貯金

変動費  
(使えるお金)

手取り  
収入

まず  
仕分ける

残ったら貯金  
は、NG

計画的に  
暮らす

## 家計管理のポイント②「お金の流れを把握する」

### <ワーク>

あなたは、4月から一人暮らしをすることにしました。

あなたがイ...する一人暮らしに必要なお金は、ひと月どのくらいですか？空欄を埋めてみましょう。

固定費（毎月支払わなければならないお金）		変動費（自由に使えるお金）	
費目	金額	費目	金額
家賃	円	食費	円
水道・ガス・電気	円	教養・娯楽費	円
通信費	円	日常費	円
貯金・繰越金	円	交通費	円
	円	書籍・勉強費	円
	円	美容費	円
	円	その他	円
	円		円
		合計	円

## ＜参考＞ 進学して1人暮らしした場合の生活費

		一人暮らしの大学生	あなた
固定費 (使えないお金)	家賃	53,930	
	公共料金 (ガス・電気・水道など)	8,000	
	通信費	10,000	
	貯金・繰越	13,470	
		85,400	
変動費 (使えるお金)	食費	20,390	
	教養娯楽費	12,800	
	日常費	7,120	
	交通費	4,170	
	書籍・勉学費	3,760	
	その他	3,430	
	58,140		
<b>合計</b>		<b>143,540</b>	

注1) この表は、全国大学生生活協同組合連会「第55回学生生活実態調査」を参考にしています。

注2) 貯金・繰越費は、毎月の貯金と繰越金を合わせた金額です。

注3) この表には、大学の授業料・施設維持費などは含まれていません。

# 「幸せの基準」

- 周りの人と比べない。
- 自分が「何を大切に生きたいのか」を明確にする。



## 考えてみよう

欲しいものがあつたとき、  
欲しいものは我慢できないから「先にカードなどで購入し  
て、あとで返済する？」  
それとも「まず貯金して、貯まってから購入する？」

先に買い物！  
あとで返済

先に貯金！  
貯まったら買い物

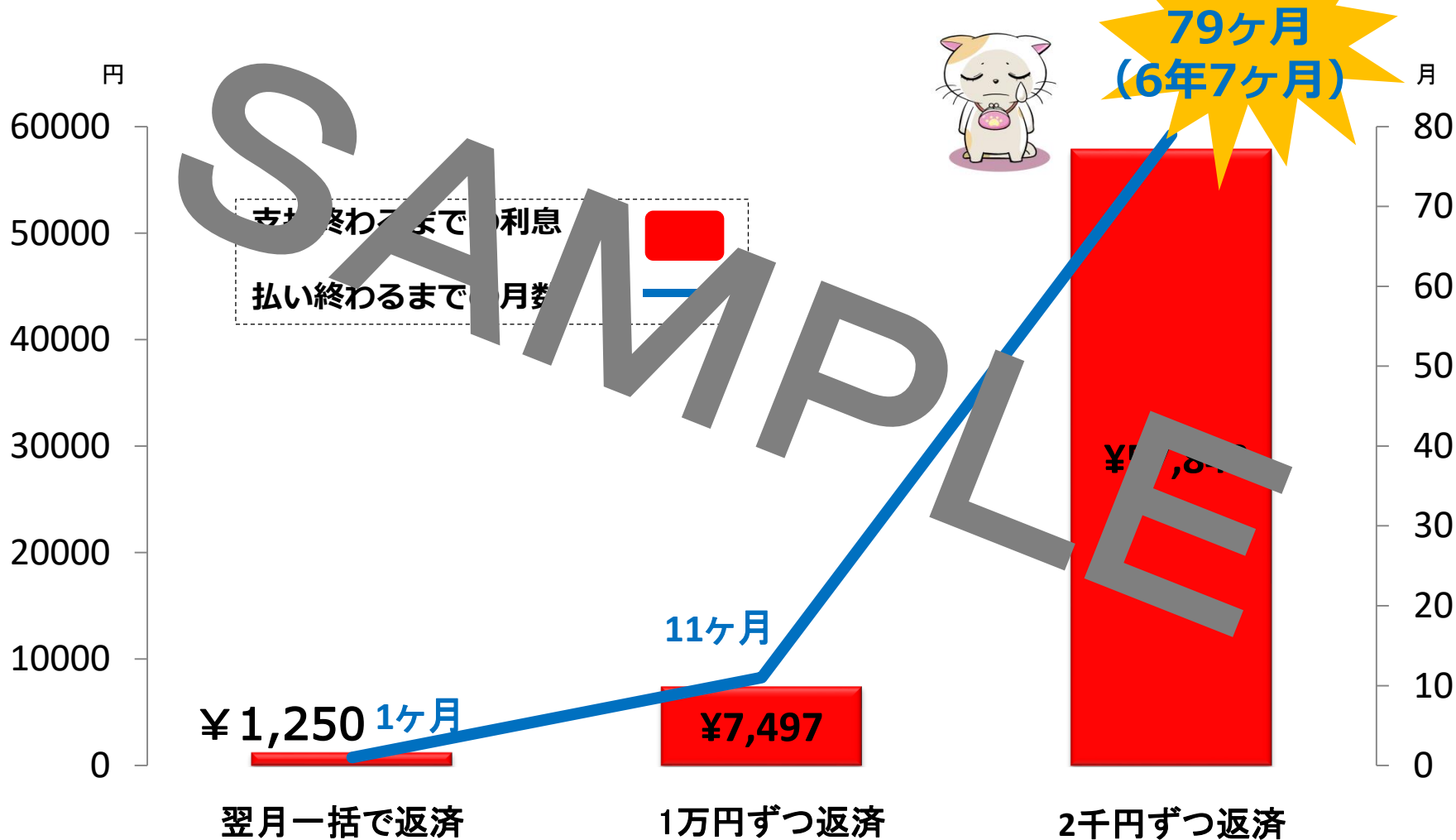


あなたは、どっち？



# 「借金」のココに注意!! 金利の“ワナ”

◆10万円を年利15%で借りた場合



## キャッシュレスとの上手なつきあい方

● 支払い方法は、翌月一括払いで。

● リホ払いとキャッシングは使わない。

● 請求書は、しっかり確認する。

**不要な借金はしない。**



## <参考>家計管理の知恵

家計管理は最初が肝心

生活の幅を広げない

2W1H

- 貯金の目的・目標額を明確にする（目的以外に使わない!!）
- いつ (When) 大学卒業までに
- 何に (What) 奨学金繰上げ返還のため
- いくら (How) 毎月10,000（4年間で約500,000）円

### ■ 貯金の知恵 ■

- ・ レシートをもらう習慣をつける。
- ・ 使ったお金の記録を残す。
- ・ 財布の中の掃除をする。
- ・ カードの利用明細書は毎月確認する。
- ・ 不要なクレジットカードは持たない。
- ・ 安易にリボ払いを利用しない。
- ・ ノーマネーデーを作る。
- ・ 節約上手さんのお金の使い方をまねる。
- ・ 定額or定期貯金を始める。

人生には、  
「貯め時」  
と  
「使時」  
があります。



さいごに・・・

---

# SAMPLE 信頼の貯金

- 自分を「資産」として成長させる。
- 自分を幸せにできるのは自分。

# お金の話、誰に相談したらいいんだろう？

マルチ商法にひっかかったかも。

奨学金について聞きたい。

家計管理やお金の悩みあれこれ。

**困ったことがあったら、いつでも、なんでも！**

一般社団法人 N T Sセーフティ家計総合研究所

safety@nts-hd.co.jp

03-6459-4770

