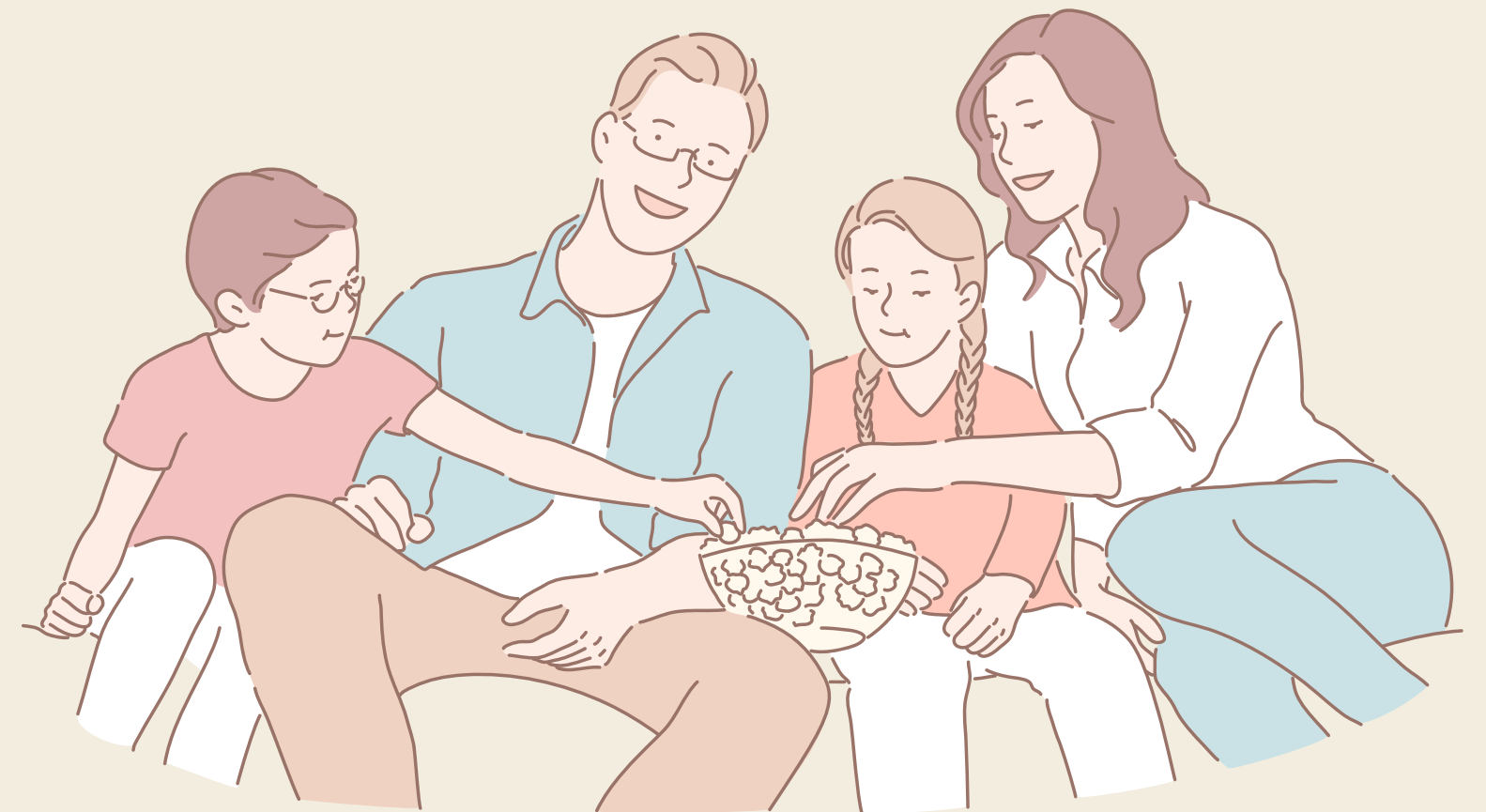


人生100年時代の マネーデザイン



自己紹介

福谷直美 ～お金の苦手を解消するマネーコーチ～

金融機関で約20年以上、お金の現場に携わる。

住宅・教育資金・車など個人向けローンを通じて、約11年間で5,000名近くのご家庭の家計と向き合い、高額なローンを前にした不安や迷いに寄り添う。

また、企業の資金運用を担当し、億単位の運用とマーケットリスクに向き合う中で、相場観を養う。現在、お金に対する不安を抱える女性や自分らしいライフスタイルを大切にしたい方向けにセミナー開催・コーチングを提供中。

趣味はフラメンコ（踊り・歌）、フラメンコ公演などにも出演。

好きなことを続けながら、仕事も人生も大切にすることを実践中。

ファイナンシャルプランナー（2級FP技能士）

日本手帳マネージメント協会認定コーチ(手帳コーチ養成講座1期卒業)

全米NLP協会認定マスタープラクティショナー

証券外務員一種

住宅ローンアドバイザー

日商簿記2級

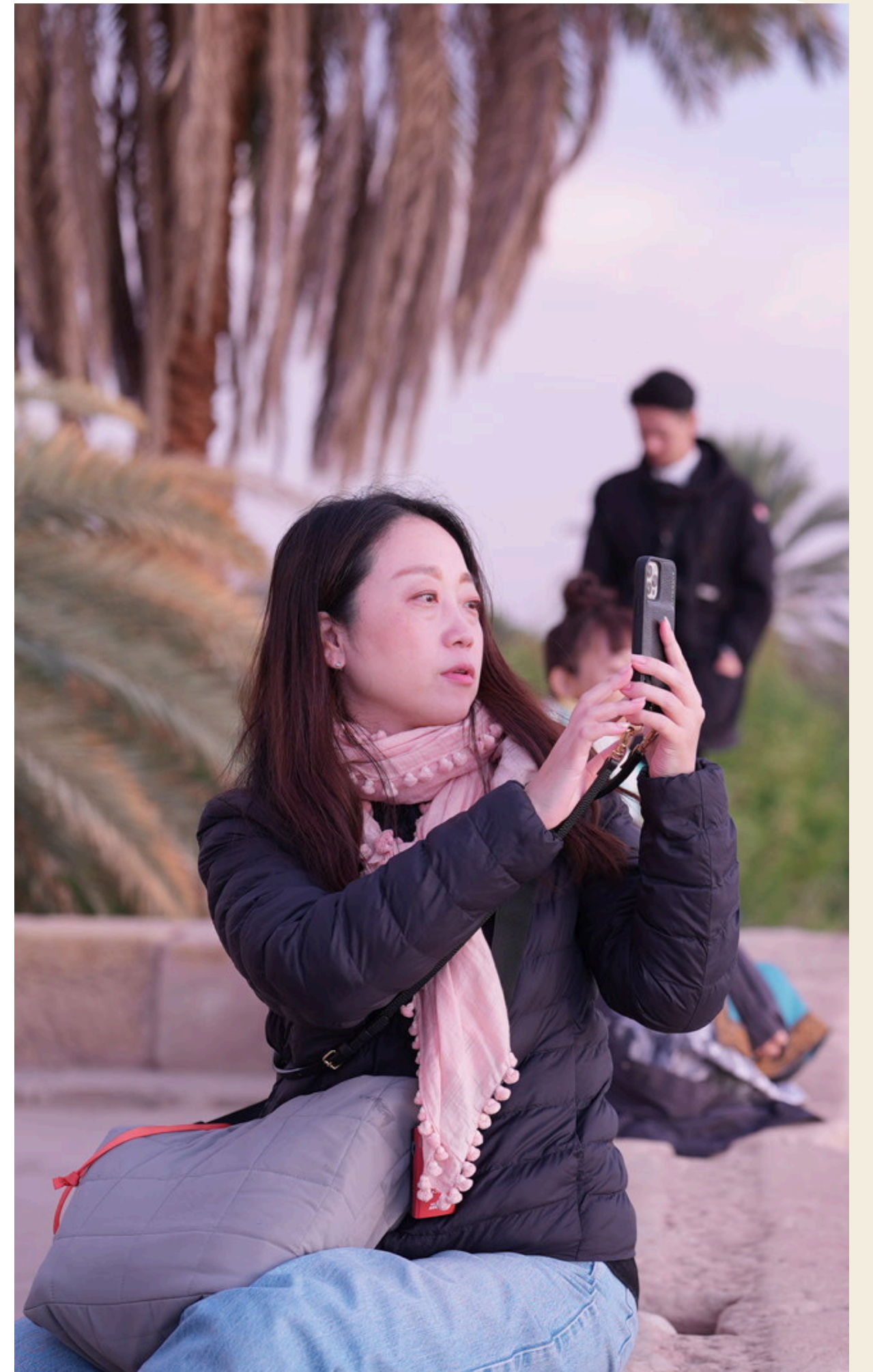


ミッション

女性たちがマネーリテラシーを高め、
経済的自由と安定した未来を実現できる
よう支援する。

ビジョン

女性が経済的に自立し、
人生を自由に楽しみながら、お金の知識と
次世代に継承できる社会をつくる。
そして、豊かさが広がる文化を築く。



こんなお悩みありませんか？

- ・ 漠然としたお金の不安を解消したい
- ・ 老後の資金・・・うちは大丈夫かな？
- ・ お金のこと気がなって、本当にやりたいことに踏み出せない。

どれも、日々を安心して暮らしたいと願う中で、誰もが自然と出てくる悩みです。

こうした悩みは、
将来に対して「なんとなくの不安」が
あるからこそ生まれるもの。

この動画は、
「お金を増やす方法」を学ぶためのものではありません。

人生100年時代、これからをどう生きたいか
お金の視点から考える時間です。

— 講座の目的 —

「なんとなく不安」を言葉と数字で整理し、
自分に合ったお金の選択肢を選べる自分になる。

— 講座の内容 —

第 1 回 ① マネーデザインの全体像

第 2 回 ② 現在地の把握

③ お金と価値観

第 3 回 ④ リスクを正しく知る（ドルコスト平均法）

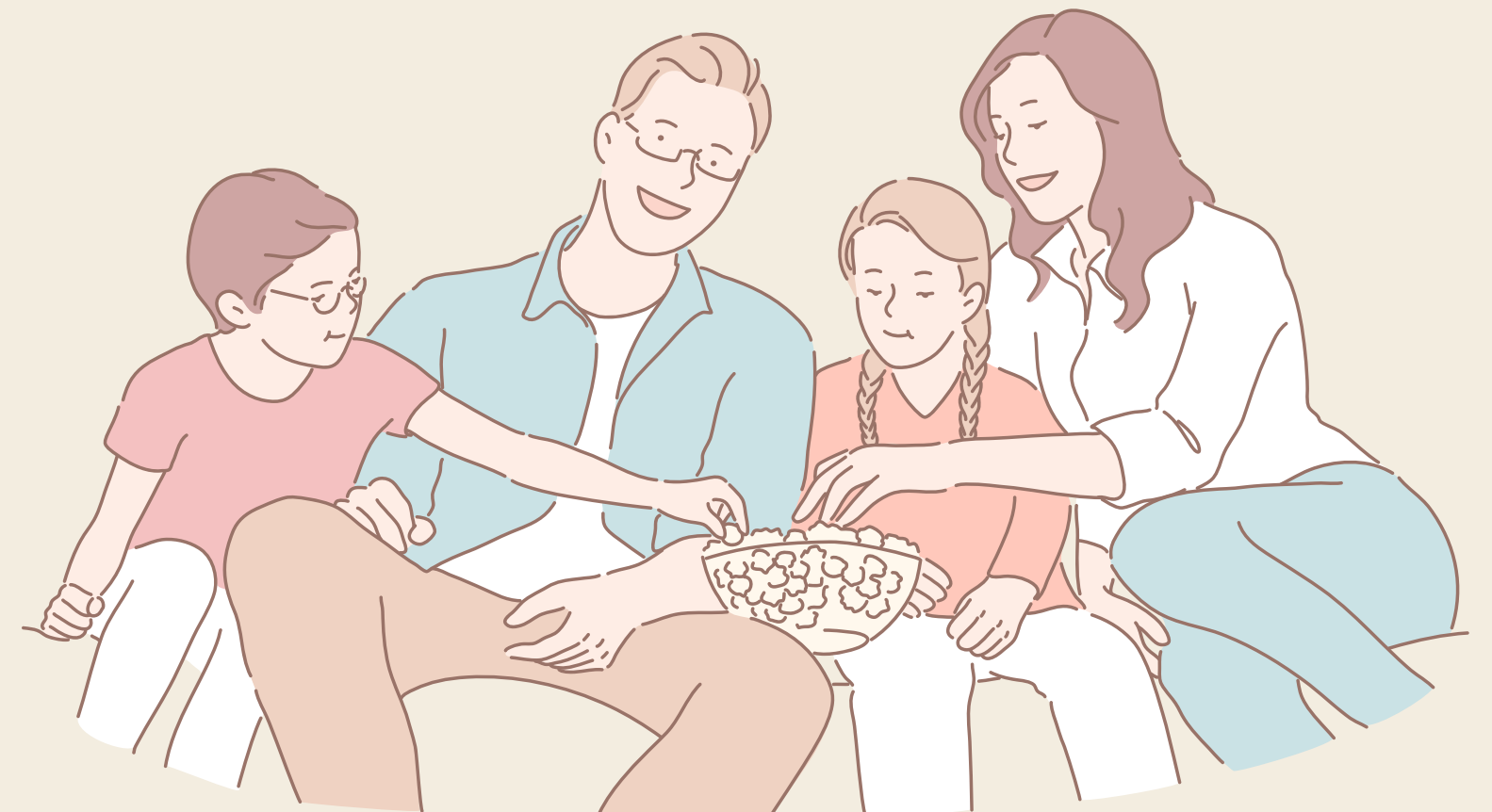
第 4 回 ⑤ 投資信託

第 5 回 ⑥ NISA

⑦ iDeCo

人生100年時代の マネーデザイン①

— マネーデザインの全体像 —



お金の不安を減らすために、まずやってほしいこと。

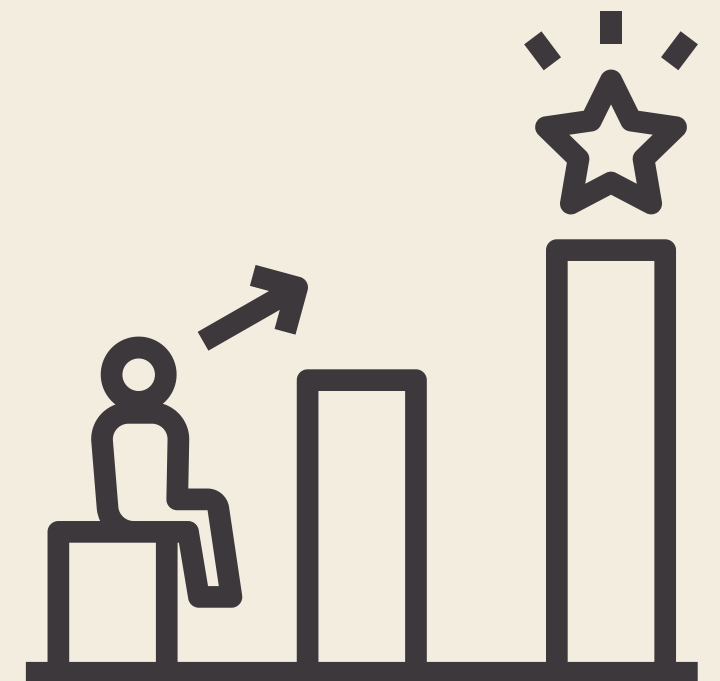
⇒ 「ライフプランを立ててみること」

- ・自分がどう生きていきたいかを考えると、必要なお金の目的が見えてくる。

(= ゴール設定)

- ・目的がわかると、それに向けてどう準備すればいいのかがわかる。

(= プロセス)



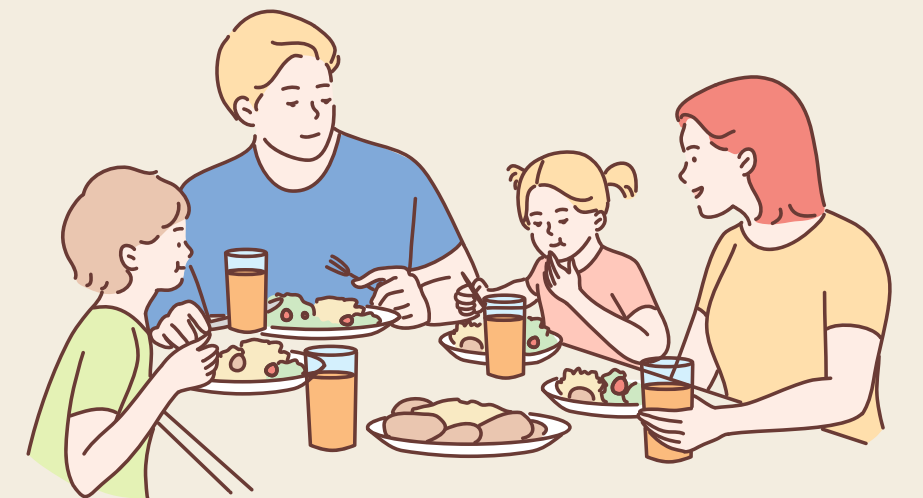
ライフプランは、「今の延長線上」で
なんとなく将来を予測する・・・のではなく、

- ・ こういう暮らしがしたい
- ・ 本当はやってみたい
- ・ 欲しいもの、行きたかった場所 など

そういった「**自分の中の大切な想い**」を丁寧に
掘り起こし、「**私はどんな人生を歩みたいのか**」
考えることが大切です。

お金は、その「自分らしい幸せ」を形にするためのツール。

目指すべきは、
「なんとなくの不安」を解消するために、
ただ「お金を増やすこと」ではありません。



大切なのは、自分の価値観に沿って、
納得のいく「お金の使い方」をしながら増やす
ということ。

「お金持ちになる」よりも、
自分にとっての豊かさを実現することが、
本当の意味での「自由な人生」に繋がります。

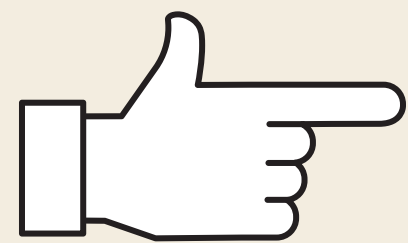
- ✓ 毎月の生活水準は？
- ✓ 結婚してる？
- ✓ 子どもは？もう1人？
- ✓ 住まいは？賃貸？持ち家？→何年後？
- ✓ 趣味は？
- ✓ いつまで働く？

ライフプラン（資産形成）

たとえば、

「**安心して老後を過ごしたい**」という願いは、
多くの方が持っているゴールです。

では、そのためには、実際どれくらいお金が
必要なのか？



ここで、振り返ってみたいのが、
以前、話題になったのが

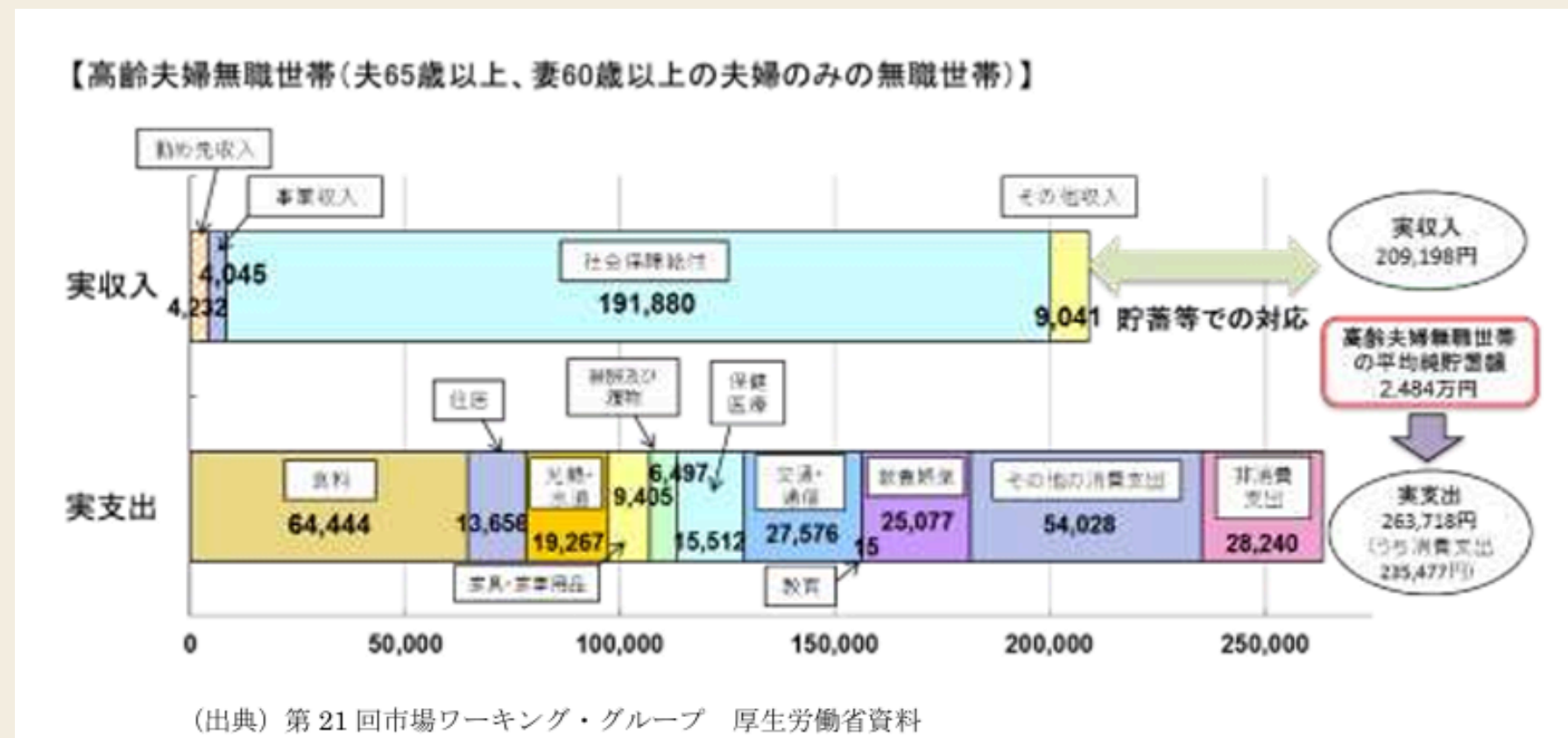
「**老後2000万円問題**」

ライフプラン（資産形成）

2019年に話題になった「老後2000万円問題」。

前提として、**夫65歳・妻60歳の夫婦世帯**で、夫婦ともに30年生存した場合、**年金だけでは毎月5.5万円が不足する。**

（計算式） 毎月5.5万円 × 360か月 = 19,800,000円



⇒ 公的年金以外に
自助努力で老後に備えてね
というメッセージ

（出典）金融審議会 市場ワーキング・グループ報告書
「高齢社会における資産形成・管理」より

ライフプラン（資産形成）

このモデルケースの資金の内訳（計263,719円）

- ・食料 : 64,444円
- ・住居 : 13,658円 ← 「持ち家」でローン完済済みの方が前提
- ・光熱・水道 : 19,267円
- ・家事・家具用品 : 9,405円
- ・被服および履物 : 6,497円
- ・保健医療 : 15,512円
- ・交通・通信 : 27,576円
- ・教育 : 15円
- ・教養娯楽 : 25,077円
- ・その他の消費支出 : 54,028円
- ・非消費支出（税金・社会保険料など） : 28,240円

※実際は、賃貸暮らしやマンション管理費、修繕などで、もっと高額な住居費がかかる可能性もあります。

ライフプラン（資産形成）

更に、最近では「老後には4000万円足りない」という話も・・・

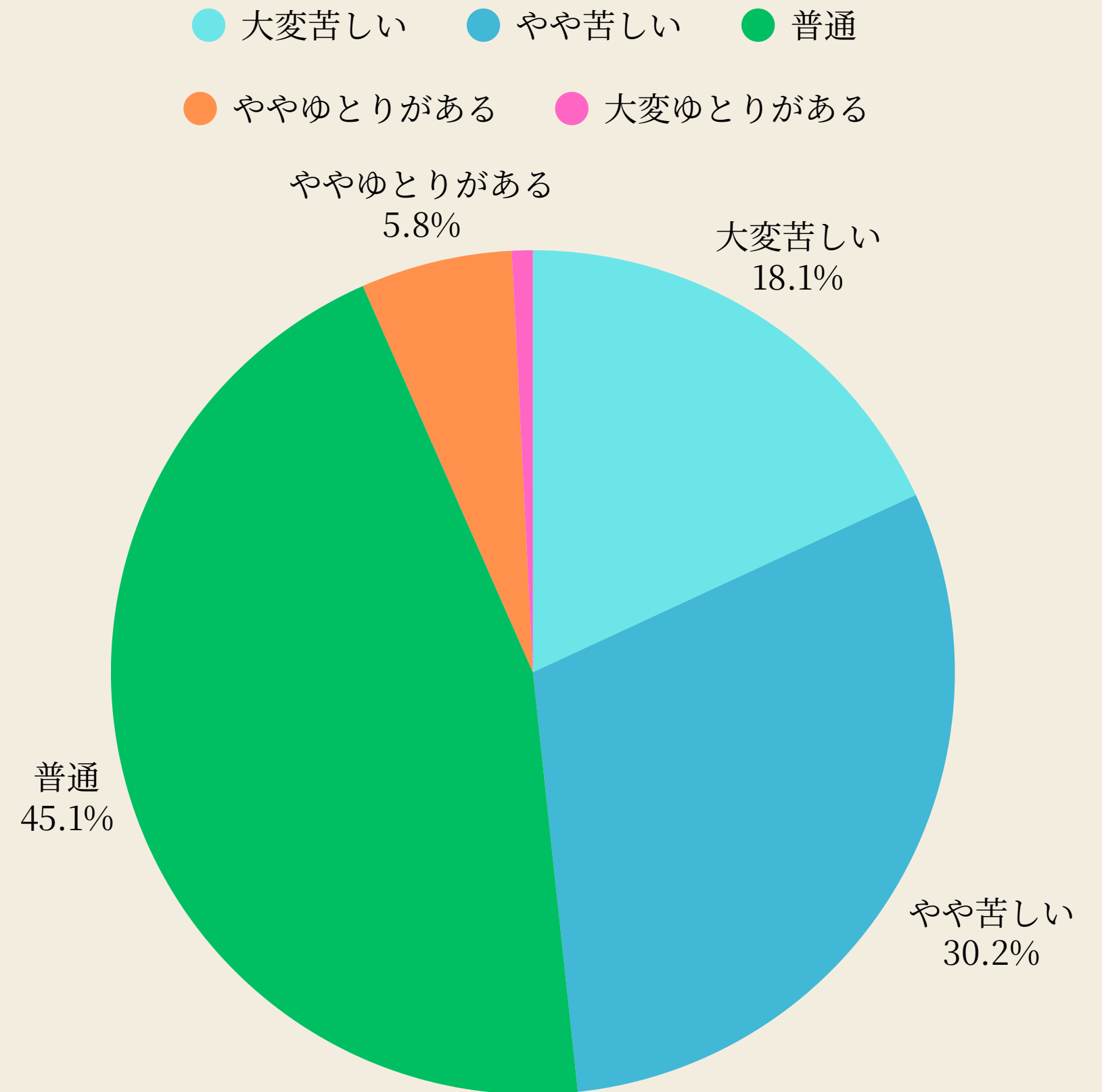


毎年3.5%の物価上昇率が20年続いた場合、
老後資金の不足額は、2000万円ではなく **4,000万円**

ライフプラン（資産形成）

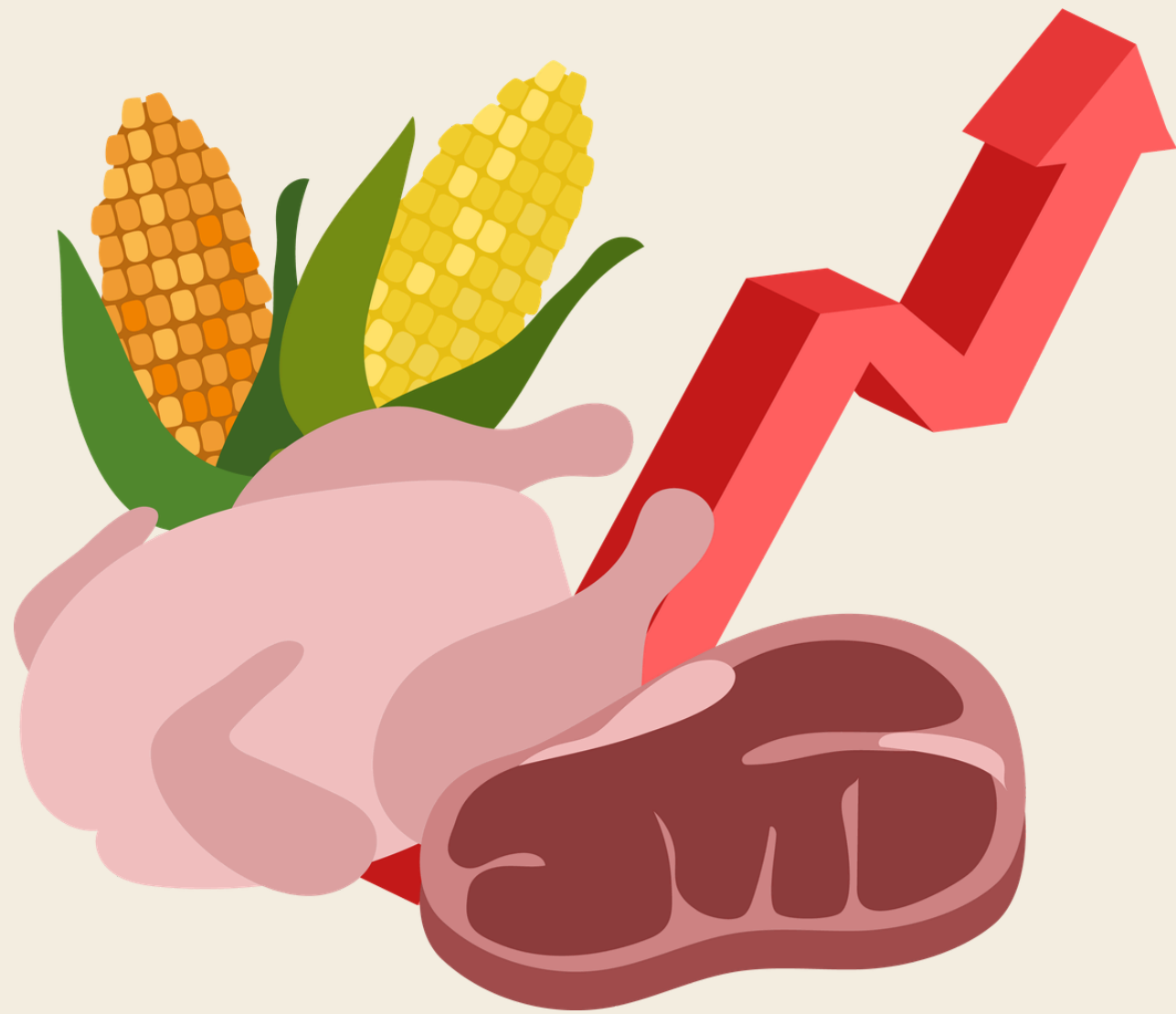
厚生労働省の
「2022（令和4）年 国民生活基礎調査の概況」
高齢者世帯の意識調査より

高齢者の半数が生活に苦しい状況・・・



物価上昇（インフレ）

インフレとは？



モノやサービスの値段が上がる



お金の価値が下がる

物価上昇（インフレ）

主要各国の中央銀行は、**おおむね2%**の物価上昇率を目指している。

仮に、**2%ずつ物価が上昇するとなると、**

現在1,000万円の価値は

5年後には906万円

10年後には820万円

となります。

これが、通貨の価値が減っているということ。

そして、物価が上がる以上に、資産を増やしていかないと資産は目減りする一方。

物価上昇（インフレ）

～2025年問題～

「2025年問題」とは、超高齢化社会の到来（世界で初めて）。
団塊世代(1947~49年生まれ)が後期高齢者となり、
社会保障が限界に達して、社会全体に負の影響がもたらされる問題
日本人の約5人に1人が75歳以上。



働く人・納税者の減少
税金の使い方や負担の
バランスの見直しが課題



医療・介護サービスの
需要が爆発的に増加
介護人材・看護師不足が深刻化



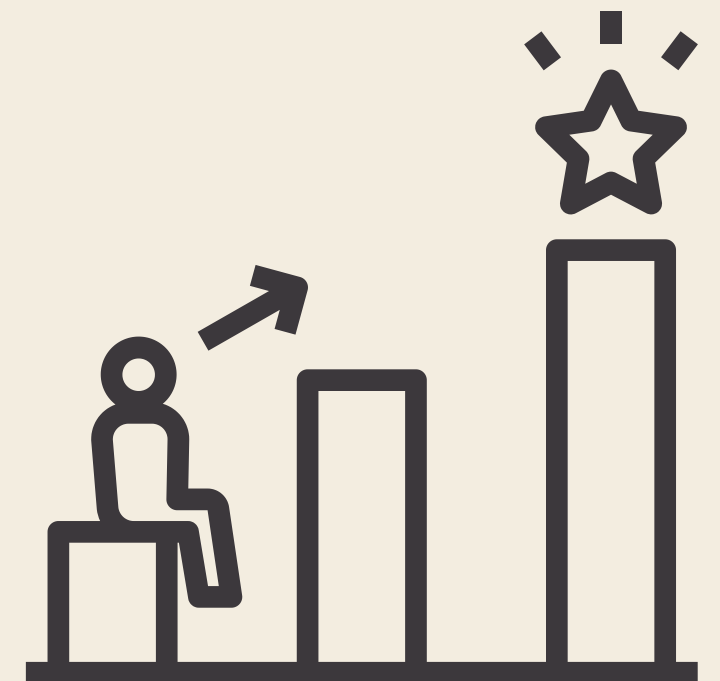
病院や施設中心ではなく、
地域で高齢者を支える体制づくり

ゴールの明確化

あらためて、
どんな生活をしたいですか？
その生活はいくらあれば、叶いますか？ ⇒ 目標

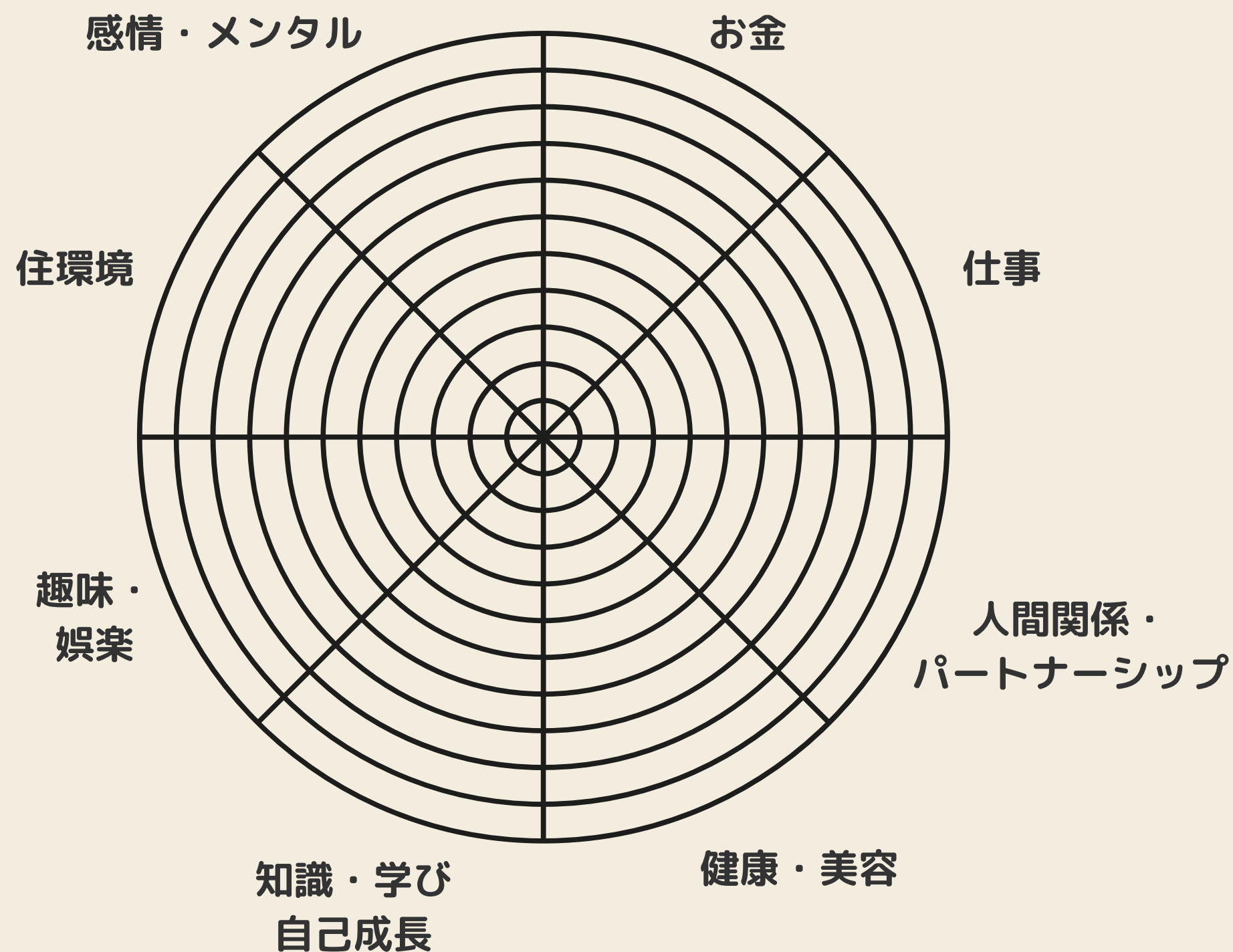
目標（ゴール）がないと
→いくらあれば安心かわからない。
→いくら毎月貯蓄・投資すればいいのかわからない。
→行動することできません。

目標（ゴール）があれば、
→何をすべきかわかる
→行動することができる。



ワーク①

どんな人生を過ごしたい？



- ①まず、今の満足度を自己採点してみよう。
理想が10として、どのくらい満たされている？
その理由も含めて書き出してみよう。
- ②各分野における10点満点の状態はどんな状態？
制限をとっばらって書き出してみよう。
- ③その理想の人生を送るには、いったいいくら必要？ざっくりでいいので考えてみよう。
- ④その理想は価値観にありますか？
何年後までに達成したい？

ワーク②

理想の生活の家計簿 ざっくり書き出してみよう

支出	金額	メモ
住居費		
水道光熱費		
通信費		
保険料		
食費		
日用品		
交際費		
趣味		

支出の項目は自由。
他に、教育費・衣服・美容
なども・・・