

# 我が家（一人ひとり）の 復興計画づくりのすすめ

## 被災者の皆様のための ライフプラン策定マニュアル

### 「2 ライフプラン・シミュレーション」編



岩 手 県

NPO法人日本FP協会

# 目 次

1	ライフプラン・シミュレーション作成手順（概略）	3
2	各項目の入力方法	5
	ステップ1	5
	ステップ2	7
	ステップ3	8
3	現実に即した見直しや修正	9
4	ファイナンシャル・プランナー（FP）との相談	10

◆ ライフプラン・シミュレーションの前に、「生活設計」の基本的な考え方をお知りになりたい方は、下記マニュアルをご参照ください。

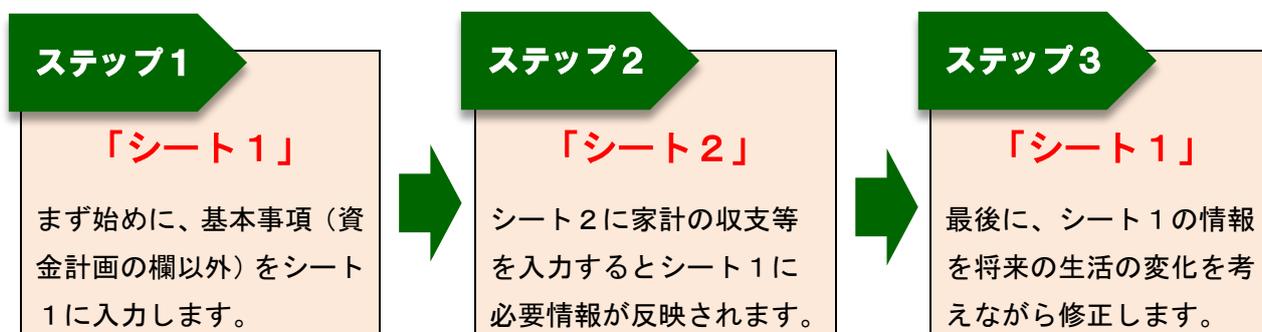
**被災者の皆様のためのライフプラン策定マニュアル**

**「1 生活設計の考え方」編**

# 1 ライフプラン・シミュレーション作成手順（概略）

このライフプラン表の作成手順は、大まかには次のとおりです。

※ 詳しくは、[次ページ以降をご覧ください](#)。



## (1) シート1の入力

まず、「我が家の復興計画（一番表のシート 以下：シート1）」のシートから基本事項（資金計画の欄以外）を入力します。入力できる場所は「薄い黄色」の部分（セル）です。「灰色」のセルは、直接入力できませんが、「薄い黄色」のセルを入力することで数値が反映されたりします。どのような生活を望むか、家族と良く話し合って計画を立てることが、最も重要です。

## (2) シート2の入力

その後、「年間収入・支出集計表（以下：シート2）」により、現状の家計の収支等を入力します。シート2への収支の入力は、シート1の初年収支欄（資金計画の収支欄の1行目）に反映されます。収支の入力数値（2年目以降）は、後で、将来の変動を想定し変更しますので、現状分は概算でも構いません。

## (3) シート1の修正

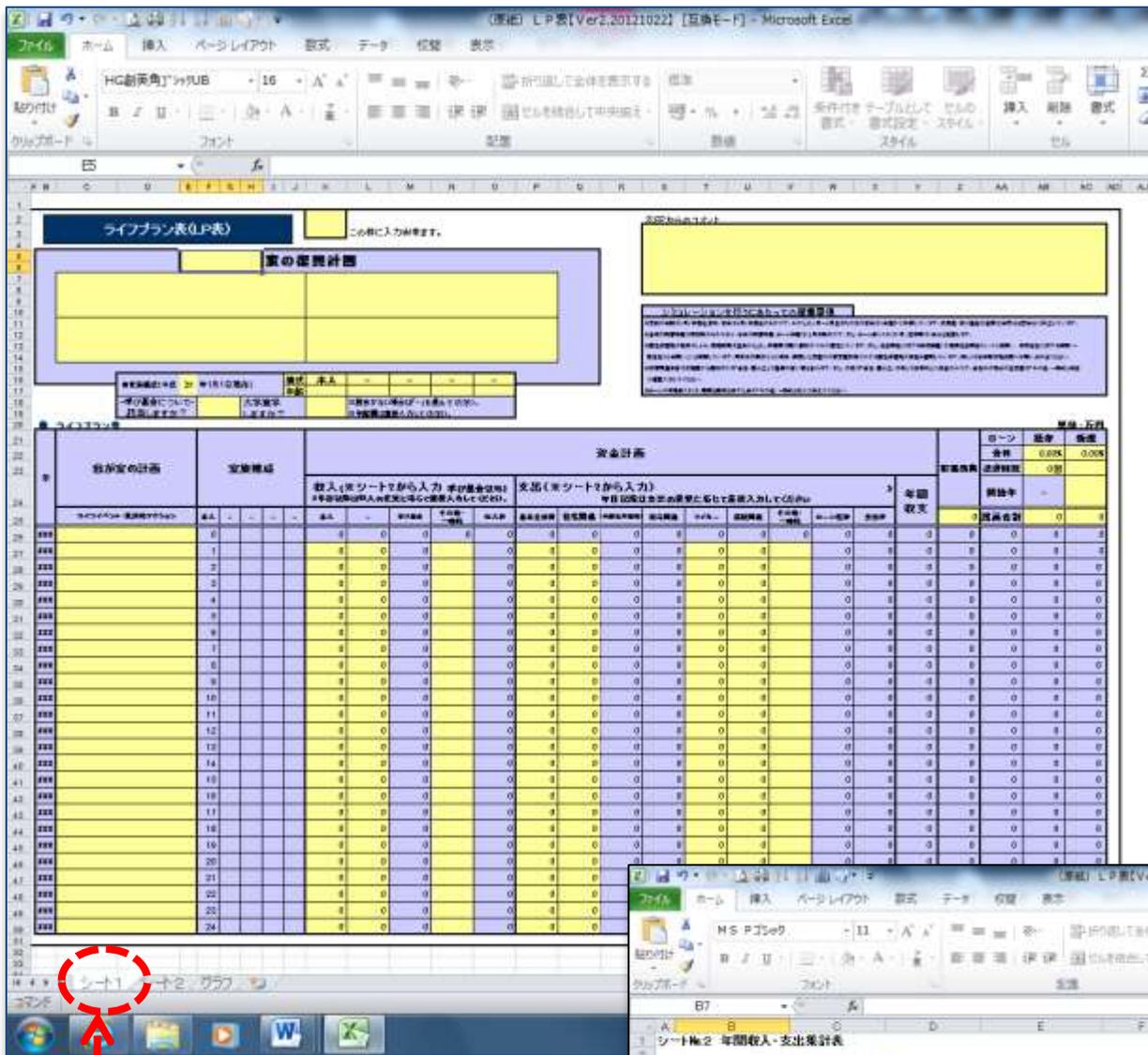
上記の入力により、基本的なライフプラン表であるシート1「我が家の復興計画」ができていきます。シート1のいくつかの項目については、あらかじめ必要な情報を入力することにより、「灰色」のセルの数値が計算され、2年目以降の数値も自動的に変化していきます。

また、収支の欄の「薄い黄色」のセルは、初年（現状）の収支がそのまま続くと仮定して、2年目以降も初年と同じ数字が、表示されます。

## (4) 将来の生活の変化等の反映

収入・支出は、年齢や家族構成の変化、就職・転職・退職などで変化します。この変化をシート1の2年目以降の収支欄の「薄い黄色」のセルへの直接入力での修正します。特に、現役で給与収入や事業収入を得ていた人が年金収入になる場合など、大きく変化する収支は、確実に変更をする必要があります。

また、「その他・一時的」収入、「その他・一時的」支出欄には、将来の各年に予定されている一時的な収入・支出を入力します。



シート1



シート2



なります。（この選択により、「学び基金」も「大学」か「高校」卒業までの分が反映されます）

なお、反映される「教育関連」支出は、幼稚園から高校までは「自宅・国公立」で、授業料の他、塾等の習い事の費用を含みます。また、大学は「自宅・国公立・文系」で、授業料と入学金のみです。

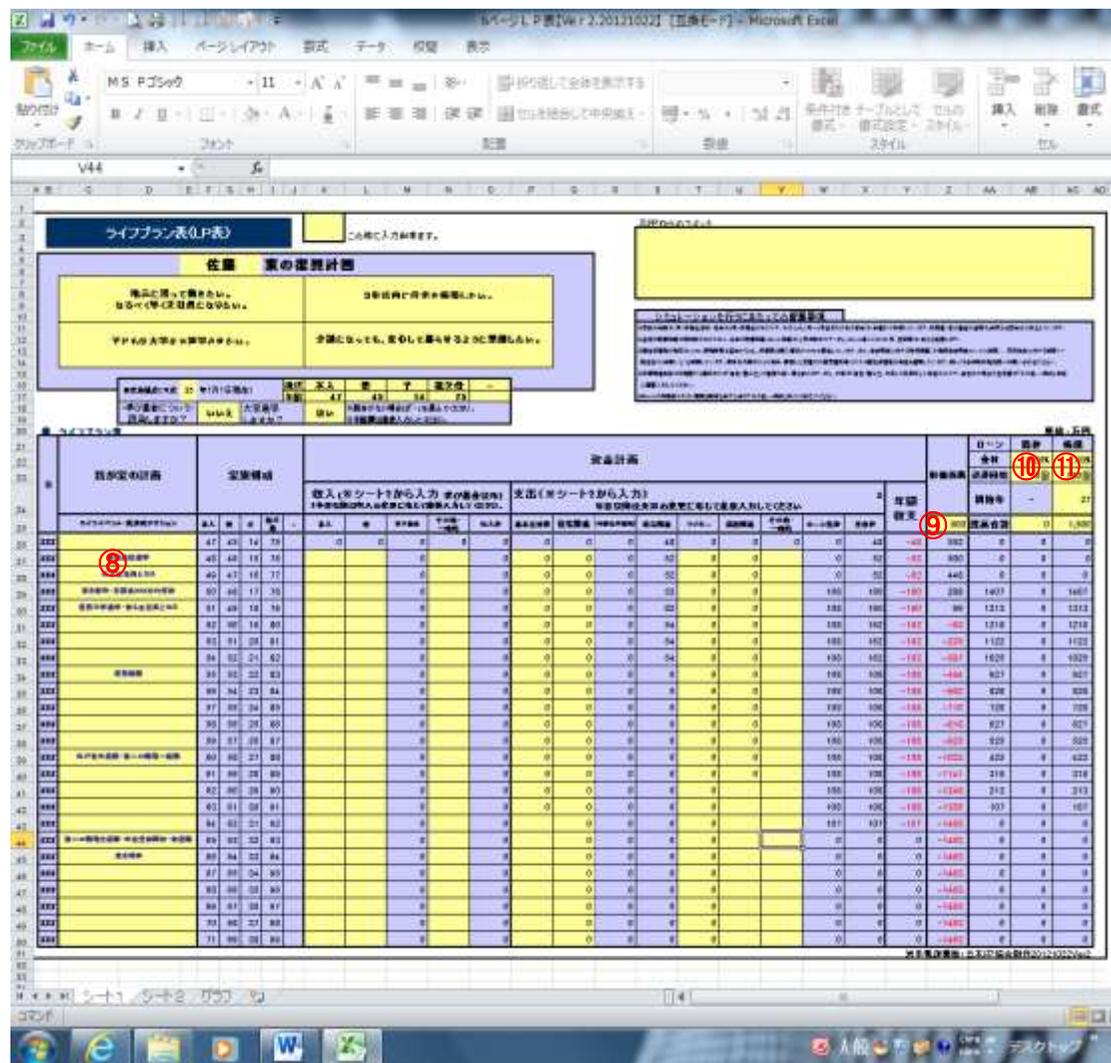
⑧ 中段左端に、各年の「ライフイベント・具体的アクション」欄があります。例えば、大学進学は18歳、年金受給開始は65歳など、各年の家族の年齢（自動的に各年毎に年齢が反映）を見て、例にならって予想されるイベント等を入力しましょう。

⑨ 中段右側に、「貯蓄残高」欄があります。貯蓄残高（預貯金、貯蓄性の保険、投信等有価証券など金融資産残高）の概算を万円単位で入力します。

⑩ 「ローン・既存」の欄です。ローンがある場合は、3カ所の入力が必要です。まず「金利」欄には、今借りているローンの金利を入力します。複数のローンをお持ちの方は、平均（加重平均）の金利を概算で入力します。「返済回数」の欄には、今借りているローンの残りの返済月数（＝返済年数×12）を入力します。複数のローンをお持ちの場合は、平均した返済月数あるいは最も借入額の大きいローンの返済月数を入力します。「残高合計」欄には、今借りているローンの合計額を万円単位で入力します。概算でかまいません。

⑪ 次に、「ローン・新規」欄です。これからローンを検討している場合に入力が必要です。これは4カ所の入力項目があります。まず「金利」欄には、ローンの金利を入力します。途中で金利の変更が行われる場合（段階金利）は、平均の金利を入力します。「返済回数」の欄には、予定返済年数×12回の回数（＝返済月数）を入力します。「開始年」には、借り入れを予定している年（暦年）を入力します。「残高合計」欄には、借入予定額を万円単位で入力します。これらの入力により、開始年から、年間の「ローン返済」額が反映されるほか、ローン「残高合計」欄に年末のローン残高が反映されます。

※ 支出欄の「ローン返済」額は、「ローン・既存」は初年1月に借り入れし、「ローン・新規」は開始年の1月に借り入れしたものと、合算して反映されます。



## ステップ2

## シート2「年間収入・支出集計表」

このシートは、「固定資産税」の項目以外は、現状の数値を入力します。「固定資産税」の項目は、今後、取得予定の家屋・土地の購入価格を入力します。既存の固定資産税は含みません。

① まず、収入欄です。左上「収入1」の「収入金額」欄に、主に収入を得る方の年収を入力します。給与所得者であれば、源泉徴収票の「支払金額」欄の金額です。「所得税」の欄へは、源泉徴収票の「源泉徴収税額」と年間の住民税納付額を入力します。「社会保険料」の欄へは、健康保険料、介護保険料、年金保険料などの金額を入力します。給与所得者であれば、源泉徴収票の「社会保険料等の金額」を入力します。

② 「収入2」の「収入金額」欄へは、「収入1」とは別の家族の年収等を入力します。その家族が複数いる場合で収入を合算したい場合は、合計して入力しても構いません。「所得税」と「社会保険料」の欄は、「収入1」と同じ考え方で入力します。

※ 所得税、住民税、社会保険料が分からない場合は、手取収入を確定させ、収入金額からの差し引き分を「所得税」「社会保険料」欄で調整します。

③ 次に支出欄です。収入欄は、年間分を入力しましたが、支出欄は「毎月支出」と「年数回の支出」（例えば、お歳暮・お中元、家族旅行、年払いの保険料など）に分けて入力します。これは、年間の総支出額を正しく導くためのものです。

現状の「基本生活費」、「住宅関連費」、「マイカー関連費」、「保険関連費」、「その他」の項目を入力します。なお、ローンの支払いがある場合は、シート1「ローン・既存」に入力することで反映させていますので、この支出項目には含めないでください。また、これらの数値の入力も、概算で結構です。

④ 「固定資産税」の欄です。これは、今後取得する予定の家屋・土地の購入予定価格を入力します。〔固定資産税の税率は1.4%、課税時期は翌年からとし、評価額は購入価格の70%で固定しています。また、住宅用地に対する特例措置（小規模住宅用地で1/6に減額）、新築住宅に対する減額（一般住宅で3年間1/2）を減額しています。東日本大震災により滅失・損壊した家屋の代替家屋取得にかかる固定資産税の減免も適用しています。詳しくは各市町村税務課へお問い合わせください〕

収入欄 (単位: 万円)				
	収入金額	-所得税	-社会保険料	=1年間の手取り収入
収入1	250	10	10	230
収入2	100			100
その他の一時所得				0
			合計	330

支出欄 (単位: 万円)				
項目	内容	毎月支出	年数回の支出	1年間の支出
基本生活費	食費	12		144
	水道光熱費	2		24
	通信費			24
	日用品費			24
	娯楽費			24
	趣味関連費	2		24
			10	10
				0
				0
				0
			小計	250
住宅関連費	公営住宅等家賃			0
				0
	(固定資産税) ※ 税率は1.4%で算出	1500		18
	土地	300		3.6
	建物(特価)	1800		21.6
			取得年	27
			小計	0
マイカー関連費	駐車場代			12
	ガソリン代			12
				0
			小計	24
保険関連費	車の保険			24
	家の保険			12
	こども保険			0
			小計	36
その他	旅行			0
				0
			小計	0
			合計	310

### ステップ3

## シート1「我が家の復興計画」2年目以降の修正

ステップ1・2の入力により、シート1の「我が家の復興計画」の原型ができました。これから2年目以降の修正を行います。修正は、次のような観点で行っていきましょう。

- ① 収入は、例えば「パートや臨時職員から正社員になる」「転職する」「昇給する」など収入が変わる場合は、新たな収入額に修正します。また、役職定年を迎え「再雇用」となる場合、退職し「年金生活」になる場合等、収入の減額が予測される場合も修正します。年金収入は、既に受給している方は、年金証書、まだ現役の方は年金定期便を参考にしましょう。
- ② 収入の「その他・一時的」の欄には、今後受給予定の支援金（例えば加算支援金など）、ローン借入額（借入分が形式上収入になります）、退職金、相続・贈与を受ける予定金額などを入力します。
- ③ 支出の「基本生活費」は、現役を退くと一般的には減少します。また、家族の増減（子供の独立など）による変動も修正します。「住宅関連」欄は、新規に家屋や土地を購入した分の固定資産税相当分は自動的に計算しております。もし、賃貸の場合は、この欄に年間の家賃等を直接入力します。（基本的に、持ち家は固定資産税のみ、賃貸の場合は年間の家賃を想定しています）また、この欄には、住宅ローンの返済額は含みません。（「ローン返済」の欄に計上されます）
- ④ 「マイカー」欄も必要に応じて、変更します。
- ⑤ 「保険関連」欄は、見直しや、払込期限が到来した場合は、その分を修正します。
- ⑥ 支出の「その他・一時的」の欄には、家屋・土地の購入代金、持ち家の大規模修繕予定額、車の購入費用、子供が自宅外の大学等に進学する場合の生活資金としての仕送金額（つまり、入学金・授業料を含まない金額）などを入力します。

年	収入		支出		資産		負債		純資産	
	収入	支出	収入	支出	収入	支出	収入	支出	収入	支出
2011	47,451	44,730	230	190	0	0	230	230	0	0
2012	48,481	43,730	190	0	0	0	230	230	0	0
2013	49,471	42,730	190	0	0	0	470	470	0	0
2014	50,461	41,730	190	0	0	0	710	710	0	0
2015	51,451	40,730	190	0	0	0	950	950	0	0
2016	52,441	39,730	190	0	0	0	1,190	1,190	0	0
2017	53,431	38,730	190	0	0	0	1,430	1,430	0	0
2018	54,421	37,730	190	0	0	0	1,670	1,670	0	0
2019	55,411	36,730	190	0	0	0	1,910	1,910	0	0
2020	56,401	35,730	190	0	0	0	2,150	2,150	0	0
2021	57,391	34,730	190	0	0	0	2,390	2,390	0	0
2022	58,381	33,730	190	0	0	0	2,630	2,630	0	0
2023	59,371	32,730	190	0	0	0	2,870	2,870	0	0
2024	60,361	31,730	190	0	0	0	3,110	3,110	0	0
2025	61,351	30,730	190	0	0	0	3,350	3,350	0	0
2026	62,341	29,730	190	0	0	0	3,590	3,590	0	0
2027	63,331	28,730	190	0	0	0	3,830	3,830	0	0
2028	64,321	27,730	190	0	0	0	4,070	4,070	0	0
2029	65,311	26,730	190	0	0	0	4,310	4,310	0	0
2030	66,301	25,730	190	0	0	0	4,550	4,550	0	0

### 3 現実に即した見直しや修正

全体的な見直しや修正が必要となるのは次の場合です。

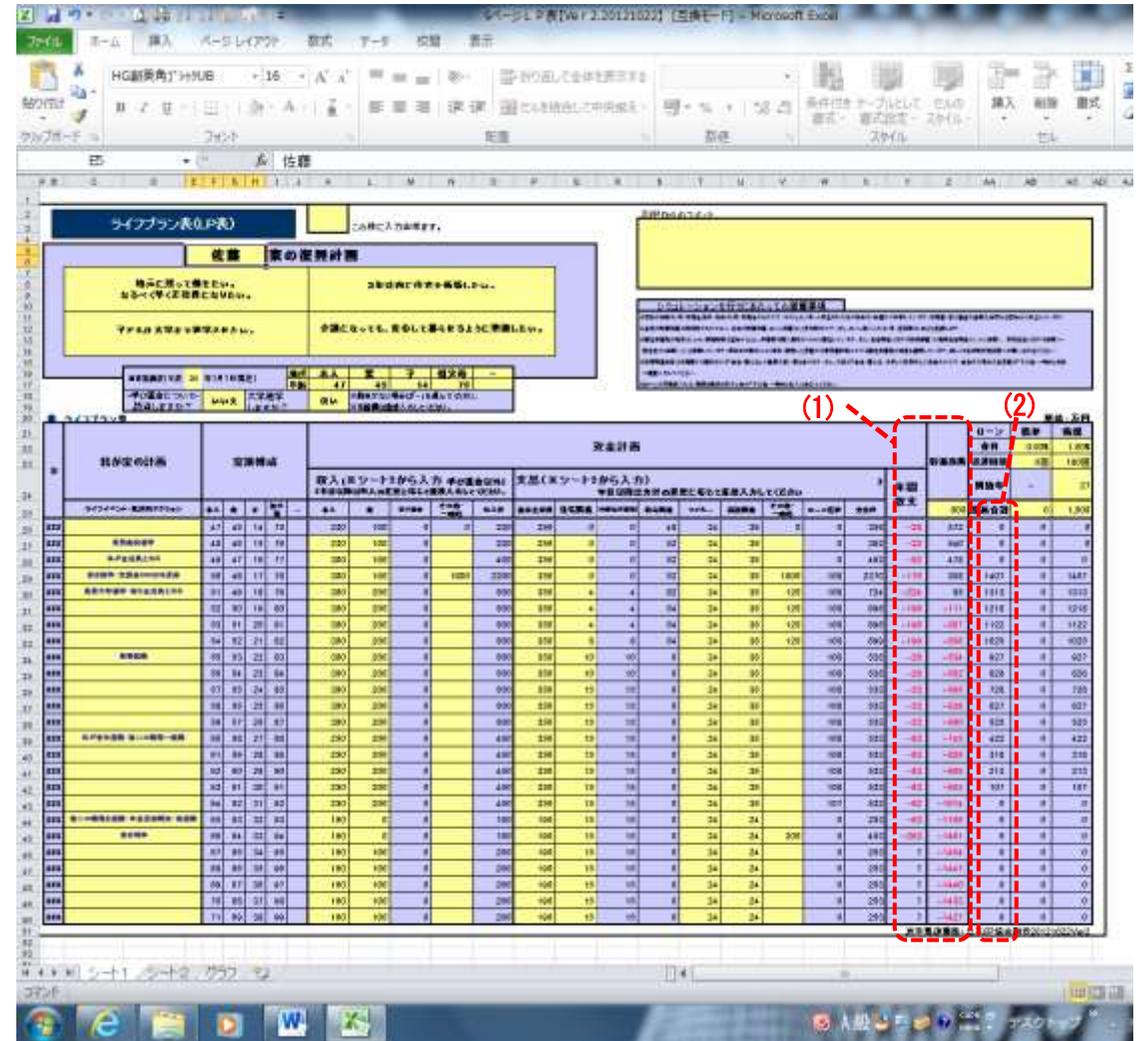
(1) 「年間収支」欄の赤字と「貯蓄残高」欄の赤字の場合

「年間収支」が赤字と言うことは、1年で見れば、収入より支出が多いことを示します。この不足分は、貯蓄がある場合は、それを取り崩して充てますが、毎年不足が続くようであれば、貯蓄がなくなる時期を把握し、早めに収入を増やすか、生活費を見直し節約することが必要です。

また、「年間収支」が赤字で貯蓄がない場合は、シート1の「貯蓄残高」も赤字となり、一時的にローンを利用しなければなりません。その場合、借入が可能か(=返済が可能か)を考える必要があります。一時的な赤字であればローンの利用は問題ありませんが、そうでない場合は、収入の増加(具体的には、夫のみでなく妻も働く、賃金の高い仕事を選ぶ、身内から援助を受ける、など)か、生活費の見直し(生活費の削減、節約)を考える必要があります。これを踏まえ、シート1の収入と支出の修正を行いましょう。

(2) 年金収入のみの生活になっても、ローン「残高合計」が残っている場合

住宅ローン等のローンは、基本的には勤労収入を得ている間(サラリーマンであれば退職前まで)に完済することが望ましいと考えられます。それは、老後は公的年金が収入の大部分である人が多く、しかも、その公的年金のみでは生活費が十分とは言えない人が多いからです。



そのため、不動産収入や勤労収入等、年金以外の収入が見込めない場合や、住宅ローンであれば、親子リレーローンを利用しローンの返済を子供に引き継ぐ場合、あるいは、勤労収入を得ている別の家族が借入する以外は、借入額や返済期限の見直しが必要です。借入額を減らす具体例は、①購入する住宅価格の減額、②新築から中古住宅への変更、③頭金を親族から贈与してもらう、④持ち家ではなく賃貸住宅への入居を検討する、など見直しが必要です。これらを踏まえ、再度、シート1の「住宅関連」の部分やシート2の「家屋」「土地」の購入額の見直しを行なって下さい。

## 4 ファイナンシャル・プランナー（FP）との相談

上手にシミュレーションができたでしょうか？

- ① 1人ではこのライフプラン・シミュレーションが作れなかった方
- ② 作ってはみたものの、そのシミュレーションをどう理解したらよいか分からなかった方
- ③ 収入や支出の見直しの具体的なアドバイスを相談したい方など

各地区の被災者相談支援センターなどで開催している、無料のFP相談会で、ぜひご相談ください。

### 【マニュアル・シートのダウンロードについて】

このマニュアルとライフプラン・シミュレーションに使用するシートは、岩手県庁のホームページからダウンロードすることができます。

我が家の復興計画

サイト内検索

クリック

