

# 生活

## つぶやき「がんちゃん」の 知恵袋

Vol-08



せいかつ  
ちえふくろ



### 今月のつぶやき

皆さんには生活設計(ライフプランニング)という言葉を  
使ったことはあるだろうか?「生活を設計する」「人生を  
設計する」。何じゃそりやー多分ほとんどの人が「……?」で  
はないだろうか。これまでに、多くの方の相談にのってきた  
が、生活設計の出来ている方は貴無に近い状況だ…だから  
相談に来るのかもしれないが…。

何だか、すこし古い面倒くさそうな感じでいて  
る方もいるだろうが、実はすごく楽しいことであり、将来  
の生活の安定や円満な家庭を築くためにも、とても大事な  
ことだ。「人生は筋書きのないドラマだ」なんて声も聞こえ  
てきそうだが、先の見えないことがどんなに不安なのかを  
皆さん知っていますよね…

旅は、「行き当たりばったり」が楽しかったり、「迷いもま  
た楽し」で先々の出会いや思わぬ発見があつたりすること  
でワクワクもするが、生活のこととなるとそれは行かな  
い。旅行に出かける時、ほとんどの方は余分にお金を持っ  
ていくでしょ?多少のアクシデントにも対応できるし、食  
べたいものも食べられるし、だから楽しいんですよね。もし、  
旅先のそこにお金がなかつたらどうですか?…?助けてく  
れる人も当てもなかつたら…。おー怖つー!「いつ、また骨  
かしやがって」と、お怒りの声も聞こえてきそうだが、ここ  
はひるまずに声を大にして、生活設計の必要性を叫ばな  
ければならない。

人生という旅が楽しいものであるためにも…

生活知恵袋

### わんポイントアドバイス

#### ~年末調整で戻る人と戻らない人~

年末恒例で年末調整の結果、戻わぬ金額が戻ってニンマリとしている人がいれば、わが家には何故少ないのでがっかりしている人もいる。中には、戻るどころか逆に徴収されたりするケースもある。

そもそも年末調整は、給与所得者がその年に暫定的に収めた所得税の過不足を精算することだが、その差額の変動理由は次のようなケースがある。

- 1.年の途中で給与の額が増減した場合
- 2.結婚したり子供が産まれたりして、扶養家族等が増減した場合
- 3.生命保険料、地図保険などに加入した、等々の場合
- 4.要件を満たす住宅ローンを返済中の場合

還付金を計算する上で注意したいのが、1~3までの部分は税額として戻るのではない。例として生命保険料控除(上限5万円)があるが、控除とは言っても5万円が戻される訳ではないので、誤解されないように。また、その年に払った税金の中から還付されるものであるので、扶養家族などが多かったりして、もともと所得税を納めていない場合は、当然戻るものもない。

一生懸命  
つぶやきます

■プロフィール  
さいとう ひろかつ  
**齋藤廣勝**

株式会社  
トータルライフサポート代表取締役  
日本FP協会会員

■CFP®サードファイブファイナンシャルプランナー  
■1級ファイナンシャルプランニング技術士  
■日本商工会議所 年金・退職金等認定講師  
■住宅ローンアドバイザー

### 無料相談会 受付中!

好評  
RECEPTION

保険と暮らしの相談センター  
まるごと診断致します。

**TLS**  
total life support

株式会社  
代理店 トータルライフサポート

〒010-0916 秋田市東北3丁目17-22

●営業時間：9:30~18:00 ●定休日：水曜日

**018-827-7611**

**FAX 018-827-7610**



SL09-541-061

生活設計のイメージ

生活設計って「一体どんな」とをするのがイメージできない方でも、小学校時代に誰もが経験している夏休み・冬休みの計画を思い出して欲しい。一日の時間割・宿題の順序と期限、お小遣いの使い道などの目標や計画を立てた記憶はあるに違いない。その考え方には共通することが多いが、決走的に違うのは夏休み・冬休みが期間限定なのに對し、生活設計は工

生活設計の範囲には、「お金」、「生きがい」、「健康」、そして暮らしに觸れる様々な冠婚葬祭などのイベントに関するものがある。生活設計(人生設計)、収支計画(収支設計)をお金の面から考え、トータルな収支状況を把握し、その問題点を明らかにしなければならない。問題点の改善を含めた収支計画は、家計の収入や支出を見直し、お金の動きを再確認することで将来の夢や目標にそなえ、どのようにお金を使い、貯蓄していくかを計画する」とといえる。

生活設計の手順

は未定とばかりに計画倒れが常で、キリギリス生活を続けることに……

つまり、生活設計は将来に予測される出来事(イベント)と計画や目標を時系列に整理することに始まり、それに収入と支出を重ね合わせることでお会の流れを確認し、不足する資金や問題点を明確にすることで、解決の方法を見つけることにある。

**生活設計とは**  
あなたが人生で、やりたいことの夢や目標を実現する為に計画をたてる」と(「人生設計」)が生活設計といえる。生活設計がしっかりと立てられていることにより、迷闇に迷うことなく、あなたが望む夢や目標が現実になりやすくなる。

たくない」と言つたが、結果に対する  
不安を抱えているのは、あなただけではない。  
自分の将来にしつかりと向き合う、少しの勇気  
を持つて欲しい。



多くの方が兩々としている家計のやり取り、家庭どんな改善策があるのか、もっと具体的なテーマを取り上げ、より分かりやすくお伝えします。

生活設計とは

あなたが人生でやりたいことの夢や目標を実現する為に計画をたてること(人生設計)が生活設計といえる。生活設計がしっかりと立てられていることにより、迷闇に迷うことなく、あなたが望む夢や目標が現実になりやすくな

の箱を開けてみないと生態設計自体が立てられない。

わが道を行く

**生活設計とは**  
「あらかじめ、人間のいき方、生き様を計画すること」  
ることに始まり、それに収入と支出を重ね合わせることでお金の流れを確認し、不足する資金や問題点を明確にすることで、解決の方策を見つけることにある。

② ライフイベント表への記入とお金の流れ  
目標や将来の出来事が見えてきたら、実際に  
ライフイベント表(表1)に記入してみると、いつ  
お金が必要になるかはつきりしてくる。それ  
が見えたところで、現状の家計の収入と支出(表  
2)を当てはめ、さらにそれぞれのイベントに  
必要な資金を当てはめてみよう。そこから将来

卷之三

日指す将来の夢、目標、計画などがあつたりし、現状の問題点がわかつたといふやうな見直しが出来るか、改めてマネープランを作成することになる。ここで初めて見直しのスタート地点に立つこととなるが、具体的な見直し方法に関しては、次回以降を取り上げるとしよう。

表2 病史の有り無り別で本邦

収入	給料、手当手当など 年金、不動産収入、一時的収入
支出	・基本的な生活費用 ・住居費 ・社会保険料 ・保険 (生命保険・自動車保 険など) ・ローン ・住宅・マイカーなど
一時的な収支	・車の購入費用 ・結婚資金 ・子供の教育資金 ・耐久消費財購入など

第1章 イベント表(解説)

被扶養 年齢	西暦	ご家族の年齢			個人のイベント			ご家族の イベント		
		夫	妻	一子	二子	夫	妻	一子	二子	イベント
1	2009	35歳	33歳	5歳	2歳			高校		家族旅行
2	2010	36歳	34歳	6歳	3歳				小学	マイカー購入

  

被扶養 年齢	西暦	収入		支出		一時支出	資金調査
		借	貸	支	出		
1	2009	3,115,862		2,786,821		300,000	2,407,951
2	2010	3,162,920		2,828,623		2,000,000	261,538

高トーカルライフサポートまでご一報いただければ、ライフイベントを

何も相手であることを指すわけではない、身の程をわきまえ、それに見合つたそれぞれの恣々自適な生活を送れることではないだろうか。自分流に……