

Contents

§1. Introduction P.7

～お金の知識の有る無しで人生雲泥の差～

1-1. これからの人生、常にお金を意識せざるを得なくなるP.8

■自分で自分を養う新たな人生の始まりP.8

《経済的自立とは》P.9

■お金を大切に人はお金のほうから寄ってくる.....P.10

《これから予想される出費はいろいろある》P.11

《意外に多い「無貯蓄世帯」P.12

1-2. 人生で避けたい「お金の失敗」P.13

■失敗を克服するために必要な「4つの力」P.13

■お金の失敗が致命傷になることもP.14

《あなたのお金に対する感覚をチェック！》P.15

1-3. あなたのお金は間違いなく狙われているP.16

■情報を鵜呑みにすると格好のカモになるP.16

《本当の話はどれ？》P.17

1-4. サラリーマンという恵まれた立場を活かすためにP.18

■知識と意識があれば「十分豊かな人生」が送れます...P.18

《将来の不安の原因は「準備不足」P.19

§2. 「お金の価値」とは何だろう P.20

2-1. お金はどんな役割を果たしているのか

.....P.21

■「お金」は3つの機能を持っているP.21

2-2. お金の価値を「どのくらい買えるか」で計るP.23

■物価が上がるとお金の価値は目減りするP.23

《物価とお金の価値》P.24

■物価が上下する理由とはP.25

《需要供給の数量と価格の関係P.26

■インフレとデフレP.27

2-3. 「金利」で考えるお金の価値P.29

■金利はお金の貸し借り料P.29

《金利を計算してみよう》P.30

■「いまの1万円の価値」と「1年後の1万円の価値」 P.31

《「1年後の1万円」は「いま現在」のいくら？》P.32

2-4. 為替レートが示す「通貨としての価値」P.33

■他国の通貨の価値を日本円に置き換えるP.33

■「円高」「円安」とはP.34

《米ドルの対円レートの長期的推移》P.35

《「1米ドル=360円」が「1米ドル=80円になるとどうなる？」

.....P.36

Contents

《円高・円安が暮らしや経済に与える影響を考えてみよう》
.....P.37

2-5. 物価と金利と為替レートの関係P.39

■物価が上昇傾向にあるときは金利も上昇傾向P.39

■低金利の国のお金は高金利の国に移動するP.40

《お金は「低きから高き」に流れる》P.41

■物価の上昇は通貨の価値を下げる要因にP.42

《金利も物価も高い場合はどうなる?》P.45

§3. 景気の正体を探る P.47

3-1. お金は天下を巡り巡っているP.48

■経済を構成する主体は「家計」「企業」「政府」P.48

《お金は経済の中を回っている》P.49

■「好景気」「不景気」とはP.50

3-2. 景気と物価と金利の関係P.52

■景気がよいと物価も金利も上がりやすくなるP.52

3-3. 「金融は経済の血液」と言われる理由...P.53

■金融機関はお金の流れの仲介役P.53

《金融機関の2つの役割》P.54

■金融機能が悪化すると経済活動がマヒするP.55

《日本銀行の役割は経済と金融を支えること》P.56

3-4. GDPは国内の経済を測る尺度P.57

■GDP=国内経済の総所得=国内経済の支出総額P.57

《単純モデルのGDP計算》P.58

■GDPは生産物の付加価値の合計でもあるP.59

3-5. 名目GDPと実質GDPP.60

■物価が上がるとGDPはどうなる?P.60

《日本のGDPを見てみよう》P.62

3-6. なぜ景気は変動するのかP.64

■重要な経済指標を統合しあつた「景気動向指数」P.64

《景気にはサイクルがある》P.65

■景気が循環する理由P.66

■経済を安定化させるための政策P.67

3-7. 景気サイクルと「信用創造」の関係 ...P.68

■重要な役割を担う銀行の融資P.68

《信用創造で世の中に出回るお金の量が増える》P.69

■信用創造が収縮すると景気は後退するP.70

<Column>信用創造とバブル経済P.71

3-8. 「インフレ」「デフレ」はなぜ起きる...P.72

■「インフレ=好景気」とは限らないP.72

■デフレのスパイラル化が恐ろしいP.73

《日銀のインフレ・デフレ政策》P.74

■日銀の新たな金融緩和策P.75

Contents

§4. 知らないでは済まない「税」と「財政」

P.76

4-1. 税金は社会で生活するうでのコスト ...P.77

■使われ方には大いに関心を持つべしP.77

4-2. 税金には3つの分類方法があるP.78

■税金はありとあらゆるところで徴収されているP.78

4-3. サラリーマンが徴収される「所得税」「住民税」P.80

■課税される所得、非課税の所得P.80

■所得が多いほど税率が高くなる「累進課税」P.81

■源泉徴収と年末調整P.82

■住民税は「均等割」と「所得割」の二層構造P.83

《源泉徴収票の見方を覚えておこう》P.84

4-4. 消費税増税は生活にどう影響するのか...P.89

■消費税は「国税4%+地方税1%」P.89

《消費税がかからない取引もある》P.90

■消費税増税でどれだけ値上がりするのかP.91

4-5. 国の財政事情を覗いてみるP.92

■国の支出は税収の2倍以上P.92

《平成24年度の一般会計・歳入》P.93

《平成24年度の一般会計・歳出》P.94

《国の収支と同じ構造の家計があるとしたら...》P.95

<Column>ギリシャの経済危機と日本の財政事情P.97

§5. 社会保険制度も重大な関心事 P.98

5-1. 社会保険制度は人生のリスクに備えるベースP.99

■「健康」「労働」「老後」のリスクを保障P.99

《財源は税金と社会保険料》P.100

5-2. 医療費の負担を軽減「医療保険制度」...P.101

■小学生から69歳までは自己負担は3割 ... P.101

《国の医療保険制度にはこんな給付もある》P.102

5-3. 老後資金の第1の柱「公的年金制度」...P.103

■「世代間の支え合い」がしくみの根幹P.103

《着実に増えている高齢者の人口割合》P.104

■サラリーマンと自営業者の年金制度の違いP.105

《保険料と給付額の現状》P.106

5-4. サラリーマンのリスクをカバーする「労働保険制度」P.107

■失業したり、仕事でケガをしたときには給付がある ...P.107

《勤続年数や退職理由によって失業給付額は異なる》 ...P.108

5-5. 高齢化社会を支える「介護保険制度」...P.109

■サラリーマンは40歳から加入P.109

Contents

《「社会保障と税の一体改革」とは》P.110

§6. 稼いだお金を「貯める」「増やす」方法

P.111

6-1. 貯蓄の習慣を身につけている人は強い…P.112

■「負担増時代」の2つの対策P.112

《あなたの“貯蓄力”をチェック》P.113

■アバウトでOK。お金の出入りを記録するP.114

6-2. 金融商品はそれぞれ性格が異なるP.115

■「流動性」「安全性」「収益性」P.115

■金融商品の「リスク」と「リターン」P.116

6-3. お金がお金を生む「金利」の基礎知識...P.117

■「金利」はお金を貯める・増やす基本P.117

■金利の計算方法には「単利」と「複利」があるP.118

《単利の元利合計額を計算してみよう》P.119

《複利の元利合計額の計算方法》P.121

《指数の計算は電卓でも簡単にできる》P.122

《パソコンならもっと計算がラク》P.123

【練習問題】単利と複利の元利合計額を計算してみよう P.124

6-4. 日本は超低金利。それでもお金は増えるのか

.....P.126

■名目金利と実質金利P.126

《金利と物価上昇率を比べてみると...》P.127

6-5. まずは積み立てで100万円を目指す ...P.128

■給与天引きで“半強制的”に貯めるのが王道P.128

■財形貯蓄にはいろいろなメリットがあるP.129

《月1万円ずつ、複利で30年間積み立てたら...》P.130

6-6. 30歳までにいくら貯められる？P.131

■1年ごとに貯蓄額を増やすよう頑張ろうP.131

《毎年積立額を増やすとスゴイことに》P.132

6-7. 100万円以上貯まったら「投資」も選択肢に

.....P.133

■「預ける」と「投資する」はここが違うP.133

6-8. 個人が投資できる金融商品はいろいろある

.....P.135

①債券P.135

《信用リスクの大きさは「格付け」が目安になる》P.139

②株式P.140

《「日経平均株価」とはどんな株価なのか》P.144

③外貨建て金融商品P.146

《米ドル建て預金の為替変動リスクの例》P.148

④投資信託P.150

《金融商品のリスク・リターン度をまとめると...》P.153

<Column> 日本の個人だけが買える「個人向け国債」 P.154

Contents

6-9. 投資のリスクを減らす工夫P.155

- リスクの源泉は「価値の変動」P.155
- 《株式とギャンブル。どこが違う?》P.156
- リスクの高い運用先は「資産額の2割」を上限にP.157
- 《高リスクの運用先の割合による違い》P.158
- 「いつ買えばいいのか」。タイミングの問題P.159
- 「時間を分散させて投資する」という考え方P.160
- 《時間分散投資の2つの方法》P.161
- 会社が導入している「定額買付」P.163

6-10. 投資は「世界的な好景気」のときが好機P.164

- 投資で利益をあげる確率を高める方法P.164
- 世界の景気動向にも注目をP.165
- <Column> 個人金融資産の中身は日米でこんなに違う P.166

§7. 不幸を招かないお金の使い方 P.167

7-1. 「貯めてから買う」か、「買ってから返す」かP.168

- 「欲しい物があるけど、お金が足りない」。さて、どうする?
.....p.168
- 借りる金利と払う利息P.169

7-2. クレジットカードと上手に付き合う ...P.170

- クレジットカードと借金P.170
- 《クレジットカードを作って買い物をすると...》P.171
- クレジットカードのメリットを活かすにはP.172

7-3. 分割払いにすると利息はどのくらい取られるのかP.173

- 「元利均等型」と「元金均等型」P.173
- 《20万円を10回で返済すると利息は合計いくら?》P.174
- 《「リボ払い」はここに注意》P.175

7-4. 要注意！ 金融トラブル多発中P.176

- 多重債務に陥るワナは身の回りにたくさんあるP.176
- 《”自転車操業“でみるみる増えていく借金》P.177
- 安易に「連帯保証人」になってはいけないP.178
- インターネット上で横行する金融詐欺P.179

7-5. 住宅ローンの概要をおさえておこう ...P.180

- “頭金ゼロ”のマイホーム購入は×P.180
- 「固定金利」と「変動金利」P.181
- 返済方法によって払う利息にこれだけの差がP.182
- 返済の負担を軽くする方法P.183
- 「繰り上げ返済」の効果に注目P.184

7-6. 「インフレ」「デフレ」とお金との付き合い方P.185

Contents

- インフレは「借りる」が有利、デフレは「貸す」が有...P.185
《経済情勢とお金との付き合い方を考えてみよう》P.187

§8. “万が一”に備える「自助努力」の大切さ P.188

8-1. 公的な保険制度と民間の保険P.189

- 社会保険の保障には限度があるP.188
- 「自助努力」がますます重要になる時代P.189

8-2. リスクをカバーする「保険の3分野」P.191

- 保険は「相互扶助」の精神で成り立っているP.191
- 保険商品は3つに分類されるP.192

8-3. 保険料を決める3つの要素P.194

- 保険料を左右する「確率」「コスト」「運用見通り」 P.195
- 掛け捨ての保険、貯蓄性のある保険P.197

8-4. 自分にとって必要な保障をどう考えるかP.198

- ライフステージによって備えるべきリスクは変化する...P.198
《自分にとってのリスクを考えてみよう》P.199

8-5. 「保険の失敗」は後々にまで響くP.200

- “入りすぎ”は貧乏の原因になるP.200
- 貯蓄性のある生命保険のリスクP.201

§9. おわりに

～一生お金と仲良く付き合っていくために～ P.202

- 情報の信頼性を見極める力をつけようP.203
《視点を変えると全く違った解釈ができる》P.204
- まず「過去から現在まで」の大きな基調を見るP.205
《「インフレ」「デフレ」のまとめ》P.206
《最後に一言》P.207
【問題の解答】P.208