

「インフレ」「デフレ」は、私たちの生活にどう関わってくる?

キャッシュフロー表で「インフレ」の影響を比べてみよう(変動なし)

将来の物価変動などは「変動率」として考慮する

キャッシュフロー表は、長期間にわたる家計の収入金額や支出金額、貯蓄残高の推移を表形式でまとめ、ひと目でわかるようにしたものです。現時点での金額を前提に作成しますが、数年後、数十年後も同じ金額とは考えにくいでしょう。物価変動などの影響を受け、金額は高くなったり、安くなったりす

ると考えるのが自然です。この変化を年率で予想した数値が「変動率」です。

ただし、支出の中には住宅ローンや奨学金のように物価変動などの影響を受けない支出もあります。各項目の個別事情を考えながら設定することで、将来のお金をよりリアルに試算することができます。

大学卒業後は就職して、30歳までには結婚、子どもは2人欲しいな

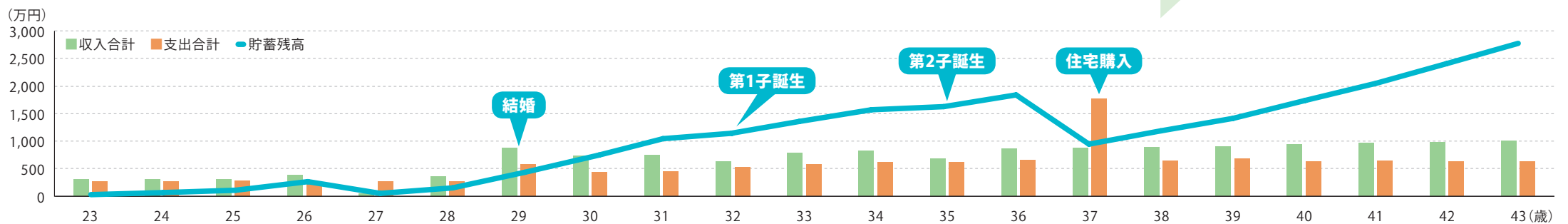


大学生A子さんのライフプランは? お金は大丈夫?

下表はA子さんのライフイベント表&キャッシュフロー表です。就職後4年目に退職して資格を取得。29歳で結婚、32歳、35歳で出産、住宅も購入します。年間収支は赤字の年もありますが、43歳(20年後)には約2,800万円の貯蓄ができています。A子さんはまだ大学生で、これらはあくまでも想定ですが、書き出すことでやりたいことが整理でき、将来についてイメージを膨らませることができます。

変動率

0%
の場合



ライフイベント表&キャッシュフロー表の例

★の費目は物価変動の影響を受けにくい

(単位:万円)

ライフイベント表	西暦	変動率	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年		
	経過年数		卒業	1年後	2年後	3年後	4年後	5年後	6年後	7年後	8年後	9年後	10年後	11年後	12年後	13年後	14年後	15年後	16年後	17年後	18年後	19年後	20年後	
家族構成・年齢	A子さん		23歳	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	
	配偶者								29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	
	第1子											0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
	第2子														0	1	2	3	4	5	6	7	8	
ライフイベント			就職		国内旅行	退職		再就職	結婚		国内旅行	第1子誕生		海外旅行	第2子誕生		住宅購入	国内旅行	第1子小学校入学		国内旅行	第2子小学校入学		
キャッシュフロー表	収入																							
	A子さんの手取り収入		300	306	312	318	0	360	367	375	382	234	390	420	257	428	437	446	455	464	473	482	492	
	配偶者の手取り収入																							
	その他(児童手当等)																							
	収入合計(A)		300	306	312	398	50	360	867	735	749	626	790	828	685	864	880	892	909	948	966	985	1,004	
	支出																							
	基本生活費	0%	156	156	156	132	132	156	216	216	216	240	240	240	264	264	264	264	264	264	264	264	264	264
	家賃・管理費等	0%	84	84	84	84	84	84	168	168	168	168	168	168	168	168	1,000	36	36	36	36	36	36	36
	住宅ローン	★															173	173	173	173	173	173	173	173
	奨学金	★	18	18	18	18	18	18	36	36	36	36	36	36	36	36	36							
教育費	0%																							
保険料(子ども保険含む)	★																							
旅行・帰省・交際費等	0%	6	6	16	6	6	6	12	12	22	20	20	70	20	20	20	35	20	20	35	20	20	20	
一時的な支出	0%																							
支出合計(B)		264	264	274	240	260	264	582	432	442	532	574	624	616	658	1,769	648	683	633	648	633	633	633	
年間収支(A-B)		36	42	38	158	-210	96	285	303	307	94	216	204	69	206	-889	244	226	315	318	352	371		
貯蓄残高		36	78	116	274	64	160	446	748	1,055	1,150	1,366	1,569	1,638	1,844	955	1,199	1,424	1,739	2,057	2,409	2,781		

※キャッシュフロー表においては、単位未満の端数を四捨五入しています。端数処理の関係で合計額が一致しないことがあります。

「インフレ」「デフレ」は、私たちの生活にどう関わってくる?

キャッシュフロー表で「インフレ」の影響を比べてみよう (変動あり)

「変動率」を反映すると未来の収支は大きく変わる

では、変動率を3%として支出を再試算してみましょう。物価変動などの影響を受ける基本生活費や家賃などに年3%の変動率を反映させると、支出は年齢を重ねるごとに増加し年間収支は悪化。たとえば、卒業1年後はプラス42万円が35万円 (A) となり、これは貯蓄残高の伸びの鈍化に直結します。

もちろん、人生も経済情勢も変化していくもの。収入が増えることもあれば、突然の支出も発生するでしょう。だからこそキャッシュフロー表は、大きなライフイベントの前後などに見直すことが重要です。また、物価が上昇するインフレの時代には、投資などお金に働いてもらうことも選択肢の一つです。

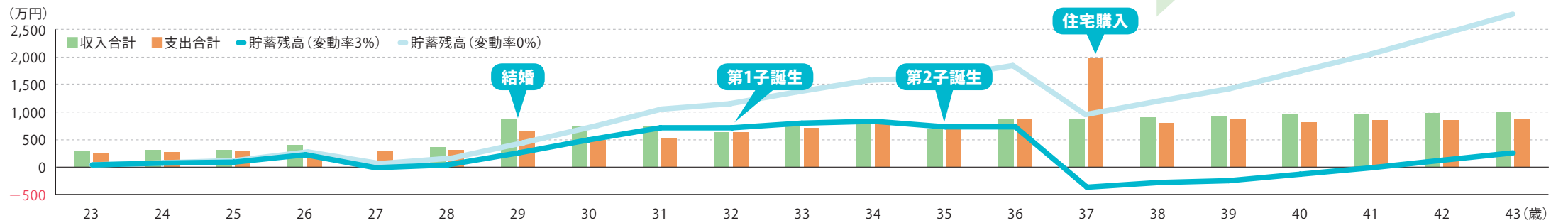
長い期間で見ると
3%の違いって
こんなに大きいんだ!



計画の実行に必要なお金が見えてくる!

卒業3年後には退職し、教育訓練制度を利用してキャリアアップを考えているA子さん。しかし変動率3%の支出状況では、勉強に専念すると貯蓄残高がマイナス (B) です。また結婚後に考えていた住宅購入も、想定予算では貯蓄がマイナス (C) になることもわかりました。キャッシュフロー表を作成することで、ライフイベントの時期や金額の調整、基本生活費の見直しなど、早めに対策を行うことも可能になります。

変動率
3%
の場合



ライフイベント表 & キャッシュフロー表の例

★の費目は物価変動の影響を受けにくい

(単位:万円)

ライフイベント表	西暦	変動率	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	20XX年	
	経過年数		卒業	1年後	2年後	3年後	4年後	5年後	6年後	7年後	8年後	9年後	10年後	11年後	12年後	13年後	14年後	15年後	16年後	17年後	18年後	19年後	20年後
家族構成・年齢	A子さん		23歳	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43
	配偶者								29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43
	第1子											0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	第2子														0	1	2	3	4	5	6	7	8
ライフイベント			就職		国内旅行	退職		再就職	結婚		国内旅行	第1子誕生		海外旅行	第2子誕生		住宅購入	国内旅行	第1子小学校入学		国内旅行	第2子小学校入学	
キャッシュフロー表	Aさんの手取り収入		300	306	312	318	0	360	367	375	382	234	390	420	257	428	437	446	455	464	473	482	492
	配偶者の手取り収入								300	360	367	375	382	390	397	405	414	422	430	460	469	479	488
	その他(児童手当等)					80	50		200			18	18	18	30	30	30	24	24	24	24	24	24
	収入合計 A		300	306	312	398	50	360	867	735	749	626	790	828	685	864	880	892	909	948	966	985	1,004
	基本生活費	3%	156	161	166	144	148	181	240	247	255	288	297	306	336	346	356	367	378	390	401	413	426
	家賃・管理費等	3%	84	87	89	92	95	97	192	198	204	210	216	223	229	236	1,000	36	36	36	36	36	36
	住宅ローン	★															173	173	173	173	173	173	173
	奨学金	★	18	18	18	18	18	18	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36					
	教育費	3%											96	99	51	159	164	112	115	119	122	126	130
	保険料(こども保険含む)	★															68	68	68	68	68	68	68
旅行・帰省・交際費等	3%	6	6	16	7	7	7	14	14	25	26	27	80	28	29	30	50	32	33	55	35	36	
一時的な支出	3%					23		180			40			43		150		80					
支出合計 B		264	271	289	261	291	304	662	495	519	638	710	781	785	868	1,977	806	883	818	856	851	868	
年間収支 (A-B)		36	35	24	138	-241	56	205	239	230	-11	80	47	-101	-4	-1,096	85	26	129	111	134	136	
貯蓄残高		36	71	94	232	-9	47	252	491	721	710	790	837	736	732	-365	-280	-253	-124	-13	120	256	

※キャッシュフロー表においては、単位未満の端数を四捨五入しています。端数処理の関係で合計額が一致しないことがあります。

※変動率の違いが分かりやすいよう、「変動率0%の場合」「変動率3%の場合」とも収入は同額としています。

