

☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*2023. 6. 7\*\*☆

60 歳からの人生を準備するための  
【人生の添乗員 (R)】からのワンポイントメッセージ

## 物価上昇の対策を考える

発行者：牧野 F P 事務所合同会社代表社員 牧野寿和

牧野 F P 事務所公式サイト：<https://www.makino-fp.com>

☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*通算第 549 号\*\*\*☆

### <目次>

- ◆ 今週のテーマ
- ◆ 今週のポイント
- ◆ 編集後記
- ◆ 「人生の添乗員 (R)」牧野寿和のプロフィール

\*:\*

### ◆ 今週のテーマ

## 物価上昇の対策を考える

\*:\*

ここのところ、なにを買うにしても、  
以前に比べて価格が上昇しています。

そこで、今回は、  
この物価上昇に対応する対策を考えます。

お伝えする記事の構成は次のとおりです。

- ・物価が上昇する問題点
- ・収入を増やす
- ・金融資産を長期的に増やす
- ・1 万円ずつ 15 年間積立てる
- ・物価上昇の対策を考える

---

物価が上昇する問題点

---

まず、基本的なところから、  
物価が上昇すると、  
何が問題となるか考えます。

たとえば、今まで、  
1,000 円で買えた、家庭の必需品の値段が、  
10%上昇すれば、100 円値上がり  
1,100 円になります。

すると、価格が上昇する前は、  
1,000 円札 1 枚で買えたものが、  
買えなくなり、

家計からの支出が、  
100 円余分になることです。

また、毎月 1 万円ずつ積立て貯蓄をしていて、  
この 100 円支出が増えれば、

1 万円の貯蓄額を維持するために、  
ほかの支出項目から 100 円支出を削るか、

または、家計支出から減らす項目がなければ、

100 円、貯蓄をする金額を減らし、  
積立目標額になるまでの期間が長くなるか、  
積立額が減ることです。

この 2 点が問題になります。

ただ、この問題点は机上では、  
収入が 100 円増えれば解決できることです。

しかし、これだけでは、  
物価上昇の対策として現実的ではありません。

そこで、その対策として、  
まず、お金を増やす方法を考えます。

-----  
収入を増やす  
-----

お金を増やす対策の常道は、  
収入を増やすことです。

働くことで、また直近の収入を増やすには、

勤務先で副業が認められていれば、  
副業で収入の上乗せをすることも  
可能でしょう。

また、今の勤め先から、  
給与の高いところに転職する。  
起業をする、といった方法もあるでしょう。

-----  
金融資産を長期的に増やす  
-----

次に、株式や投資信託といった金融商品に、  
資金を投資することを考えてみます。

株式や投資信託で、  
毎月一定額を積み立てていけば、

短期的には、  
配当金や分配金（※）で、  
収入を得ることができる商品もあります。

長期的には、  
目標とした株価や基準価格（※）になれば、  
売却して収益を得ることもできます。

しかし、銀行に預金をするのとは違い、

投資した資金（元本：がんぽん）は、  
保証はされません。

また、銀行のように現在はささやかですが、  
どのくらいの利息が付くのか、  
収益が確定した金融商品に預けるのではなく、  
収益がぶれるリスクもあります。

そこで、つぎにリスクを見ていきます。

(※) 投資信託の名称

---

1 万円ずつ 15 年間積立てる

---

3 つの方法で、毎月 1 万円ずつ 15 年間、  
税金や手数料は考慮しないで、  
積立てるシミュレーションをしてみます。

銀行の定期預金に、  
年利 0.002% で積立てをした場合、

受取額は 180 万 272 円、利息 272 円です。

ある株式 A に投資して、  
年利 1.0% で運用できた時、  
受取額は 194 万 2,075 円、収益 2,075 円です。

また、株式 B に投資して、  
年利 3.0% で運用できた時、  
受取額は 226 万 7,674 円、収益 46 万 7,974 円です。

ただし、株式は順調に運用できた場合で、  
運用次第では、  
投資した元本を割込むことも考えられます。

従って、株式 B の場合は、  
投資した元本 1 万円 × 15 年 = 180 万円  
に対して、

収益が 46 万 7,974 円になる半面、  
元本の 180 万円を 46 万 7,974 円割込むことも、  
考えられます。

この幅のぶれがリスクです。

つまり、  
ぶれは少ないが収益も少ない  
(ローリスク・ローリターン)  
ぶれが大きくて収益の変動も大きい  
(ハイリスク・ハイリターン)

といった  
様々なリスクを持つ金融商品があるのです。

---

物価上昇の対策を考える

---

このように考えてきますと、

長期的に、貯蓄を増やすには、  
その人ごとの考え方や、  
家計の状況に応じて、

上記のような、  
金融商品を利用していけばいいでしょう。

それに加えて、収入を増やすことです。

また、ほかに最も効果的な方法として、  
支出を減らすことです。

今までの家計支出の考え方を  
根本的に変えて、

毎月の収入から、

まず、子どもの教育費や住宅購入の頭金、

住宅ローン返済、  
老後の生活資金のためといった、

将来のまとまった支払いの準備のために、  
必要な貯蓄額を計算して、  
積立期間や積立額、

それに、  
銀行の預金、株式や投資信託といった、  
積み立てる金融商品も決めます。

そして、残りの支出できる資金で、  
生活をするのです。

といっても、ここには、  
人生を楽しむ資金も可能な限り、  
入れてもいいでしょう。

収支の額が今までと変わらない家庭では、  
このまま生活を続けていてもいいでしょう。

貯蓄額が増えて、  
生活のための支出額が減る家庭では、  
節約して、無駄にお金を使わない  
生活が始まるのです。

つまり、物価上昇の対策とは、  
物価が上昇するのを好機に、

家計収支を見直し  
無駄にお金を使わない生活をするのです。

\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*

#### ◆ 今週のポイント

\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*

物価が上昇しても

今まで同じものを同じように

買っていては、

物価上昇の思うつぼ！

直近では、お金を使わない

長期的には、お金を増やす

対策をする好機です！

\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:

#### ◆ 編集後記

\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:

買わない勇気も

物価相場対策のひとつ！

\*:

#### ◆ 「人生の添乗員 (R)」 牧野寿和のプロフィール

\*:

日本で唯一「人生の添乗員 (R)」を名乗れる  
公正中立な独立系ファイナンシャルプランナー  
創業 20 年目  
1958 年 名古屋市生まれ、大学 (東海大学卒業)  
以外は、名古屋で居住。

1982 年～2001 年 旅行会社に勤務。  
業務で世界各地を廻っていた時、  
日本の方と他国の方々の  
お金との付き合い方の違いを感じていた。  
そんな時渡米した折に、  
初めてファイナンシャルプランナーの  
存在を知り、  
日本でもこの業務の必要性を認識する。

2003年 牧野FP事務所を創業。  
2018年から牧野FP事務所合同会社を設立。  
これまでに、  
延べ1100件以上の様々な相談に対応。

相談者へのプランニングの助言と提案を  
主な業務とし、  
相談者に、安心できる生活が送れるように、  
丁寧な業務を心がけている。

#### <保有資格>

- ・NPO 法人日本ファイナンシャルプランナーズ (FP)  
協会 CFP (R) 認定者
- ・1級ファイナンシャル・プランニング技能士  
(資産設計提案業務)
- ・福祉住環境コーディネーター
- ・総合旅行業務取扱管理者 など

#### <取材協力>

メ〜テレ (名古屋テレビ) 「UP！」

#### <執筆>

「銀行も不動産屋も絶対教えてくれない!  
頭金ゼロでムリなく家を買う方法」河出書房新社

#### <監修>

「空き家」に困ったら最初に読む本」河出書房新社

現在、相談は、名古屋市内はもとより愛知、岐阜、  
三重県、首都圏や関西にもリモートで  
お会いする機会が増えました。

「人生の添乗員 (R)」は、  
他人を気にすることなく、相談者ご自身にとって  
有益な提案を心がけています。



---

◆ 【人生の添乗員 (R)】からのワンポイントメッセージ

発行：牧野FP事務所合同会社 代表社員 牧野寿和  
〒467-0823 名古屋市瑞穂区津賀田町2-86

◆登録・解除は、ご自身でお願いいたします

こちらから出来ます

<http://www.mag2.com/m/0001575058.html>

◆本メルマガに関するご意見・お問い合わせは

こちらまでお願いいたします

E-MAIL : [makino.fp@beach.ocn.ne.jp](mailto:makino.fp@beach.ocn.ne.jp)

---

牧野FP事務所合同会社

公式サイト : <https://www.makino-fp.com>

◆記事内容に関してのトラブル等について当方では

一切責任を負いかねます

ご自身の責任でご判断下さい

「人生の添乗員」「人生の行程表」は、

牧野寿和の登録商標です

---