

☆***☆***☆***☆***☆***☆***☆***2023. 12. 6**☆

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

「家計ドック」のおすすめ
～年に 1 回家計の総点検～

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 574 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

「家計ドック」のおすすめ
～年に 1 回家計の総点検～

:

体の健康を維持するため、
また、悪くなっているところがないか、
チェックするために、
人間ドックを受ける方もいるでしょう。

同様に、家計の健康を維持するために、
また、悪いところはないか、
ご自身で年に 1 回は、
家計の総点検をされてもいいでしょう。

今回は、
「家計ドック」の簡単な方法をお伝えします。

お伝えする内容は次のとおりです。

- ・ 準備するもの
- ・ 年間収支の状況をチェック
- ・ 原因と対策
- ・ 根拠ある目標数字の設定
- ・ 「家計ドック」を定期的に行う意義

準備するもの

「家計ドック」をおこなうのに必要なものは、給与が振込まれる銀行口座の残高がわかる通帳などです。

夫婦共働きのご家庭で、家計の財布用の口座を開設してみえる方は、その通帳も必要です。

ほかに、家計簿など、家計の収支がわかるものがあれば、そちらも用意してください。

個人事業主の方は、確定申告書や青色申告決算書など、家計の収支がわかるものを用意してください。

年間収支の状況をチェック

準備ができたなら、たとえば、毎年大みそかの給与が振込まれる銀行口座の残高を確認して、

1年前の大みそかの口座残高との差を比較します。

この残高の差が、年間収支です。
プラスなら黒字、マイナスなら赤字です。

年間の収入は、
手計算で1年間の収入を足します。

年間の収支から収入を引いた値が、
年間の支出です。

それぞれの値を確認します。

できれば、今回初めて実施される方は、
10年近く前まで振り返ってもいいでしょう。

原因と対策

そして、大幅な黒字や赤字の年は、
その原因も追究し、
単年のことであればいいのです。

しかし、特に原因がわからないのに
赤字が続いているときは、

定期的に支出している、
食費や水道光熱費などの
支出額を抑える方法を考えて実行します。

また、この1年間は黒字であっても、
その前の1年間と比較して、
黒字の額が増えたか減ったか、
その原因も確認します。

この時、家計簿を定期的に付けていると、
この確認をする手助けになるでしょう。

さらに、ここ数年黒字が続いていても、

その黒字の原因は、
単に収入より支出が少なかったためか、
意図的に支出を減らすようにして、
その成果が出ているのか、
この確認も必要です。

根拠ある目標数字の設定

そのために、単に1年間を振り返り、
黒字だった、赤字だったではなく、

たとえば、

- ・1年間で水道光熱費を〇〇%減らす
- ・5年間で住宅購入のための頭金を
〇〇〇万円貯める
- ・10年間で子どもの教育費を
〇〇〇万円貯める
- ・退職するまでに老後の生活費を
〇〇〇〇万円貯める

といった目標の数字を決めます。

そして目標達成のために、
毎月の生活費を減らすして貯める。

貯める方法は、給与天引きの積立預金や
税制優遇制度を活用してNISAやiDeCoで、
運用していくのもひとつの方法です。

ただし、多少生活費が減ることは、
致し方ないとしても、

まったく実現が不可能な目標を掲げても、
それは絵に描いた餅で終わりかねません。

根拠ある目標数字の設定が必要です。

「家計ドック」を定期的に行う意義

目標額の貯蓄をしようにも、
家計収支が赤字の時、
収入を増やすことができなければ、

支出を減らすことで、
赤字が増えるのを抑えて
家計が黒字になるように改善していきます。

そのためには、
定期的な家計収支の検証が必要です。

そこに、
「家計ドック」を行う意義があるのです。

「家計ドック」では、
収支が黒字で、
定期的に目標のための貯蓄ができていれば、
健康体です。

..*.*.*.*.*.*.*.*.*

◆ 今週のポイント

..*.*.*.*.*.*.*.*.*

「家計ドック」で

健康体以外の原因のひとつは、

家計に関心を持たないから、

お金からも関心を持ってもらえない!?

..*.*.*.*.*.*.*.*.*

◆ 編集後記

..*.*.*.*.*.*.*.*.*

家計簿のをつける意義も

今回の記事で

再認識されることでしょう！

:

◆「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 F P 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

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
