

ポスト「いちかわ都民」の ジブン経営戦略

「ライフマネジメント入門講座」の
ご案内

エンジョイライフ・リサーチャー
山内 剛

自己紹介

- ◆ 典型的な「いちかわ都民」
- ◆ 資産運用業界での一貫したキャリア
- ◆ 確定拠出年金の立ち上げ期に商品開発
- ◆ ファイナンシャルプランナー、
証券アナリスト
- ◆ 生活習慣としてのFM思考（成長への拘り）
- ◆ 最近独立した2人の息子

さらば ライフプランニング①

【消せなかった不安】

- ◆ 20代から積極的に資産運用
- ◆ ライフイベントを意識した家計運営
- ◆ 周りに流された見栄消費も



結局、いくらあれば安心なのか？

さらば ライフプランニング②

【霧が晴れた黄昏研修】

- ◆ 50代で勉強するセカンドライフ
- ◆ 定年後のライフプラン、収支計画



- ◆ 3つの気付き：自分の問題は解決！
 - ✓ 金額ではなく、収支が問題だ
 - ✓ おカネの心配が減れば選択肢は広がる
 - ✓ 若い時に知っていればもっとうまくやれたのに

さらば ライフプランニング③

【改めて考えてみると・・・】

- ◆ ライフイベント：「木を見て森を見ず」だった
- ◆ 生き方を積極的に考える：「好く暮らす」
- ◆ セカンドライフは隣の芝生ではない：ずっと繋がっている

⇒これって
「ライフマネジメント」だ



※ 58歳で転職しました！

ライフマネジメント 事始め

【コンセプト】

- ◆ 20代のための新しい金融リテラシー
- ◆ 親子で話せるおカネのこと
- ◆ 上手におカネと付き合い、人生を楽しむための知恵

【効用】

- ◆ 市民生活の満足度上昇
- ◆ 経済的自立レベルの向上

人生にはおカネが必要だ！

稼ぐおカネ



使えるおカネ

使うおカネ

- ◆ 生きるために必要なウォータージャグみたいなモノ
- ◆ 問題は、一生涯でどれだけ飲むのかわからないことだ

(ライフプランニングの答え)

- ◆ 大きなタンクに、たくさんの水があれば安心だ

ライフマネジメント入門

稼ぐおカネ



使えるおカネ

使うおカネ

- ◆ タンクの大きさは問題ではない。
- ◆ どれだけの水が必要か見当がつく！
- ◆ 注水の増やし方がわかる！
- ◆ タンクにうまく貯める方法がわかる！
- ◆ 水を無駄なく使えるようになる！

でも、ウォータージャグの
ために生きるなかれ！

脇において、人生を楽しもう！

ジブン経営戦略とは

- ◆ ジブンにとって「好い暮らし方」
(好：ジブン、良：比較、善：道德)
- ◆ 消費者だけではないジブン
- ◆ ジブンの市場価値を高める
 - ✓ 土俵（資本主義）を知る
 - ✓ サバイバル人財への知恵
 - ✓ 投資対象としてのジブン

⇒ 「ライフマネジメント活用講座」

※ コーチング付き！

コンテンツ一覧

I .知っておきたいおカネのキホン

- ✓ ライフイベントと生涯収支のイメージ
- ✓ 働き方と収入パターン（公的年金の基礎知識）
- ✓ おカネとの付き合いは「稼ぐ、貯める、取り崩す」
- ✓ 銀行預金の誤解（あなたのおカネは運用されている）
- ✓ 投機と投資の違い

II .おカネとうまく付き合うコツ

- ✓ 人生設計の基本公式とは
- ✓ おカネを使う意義（経済活動の基本）
- ✓ 投資情報よりも家計簿アプリ
- ✓ 転ばぬ先の杖（保険と社会保障）
- ✓ 資産運用と複利効果（72の法則）

III .「好い暮らし」のためのジブン経営戦略

- ✓ 収支改善のための3つポイント
- ✓ ジブンこそ最高の投資対象だ（資本主義はサバイバル）
- ✓ 運用なんかしなくても、投資家のマインドを持とう（脱コモディティ）
- ✓ 時間とおカネの不思議な関係（行動経済学：機会費用と sunk・コスト）
- ✓ 人生ビジョンを描く（QOLとは）

とは言うものの。。。

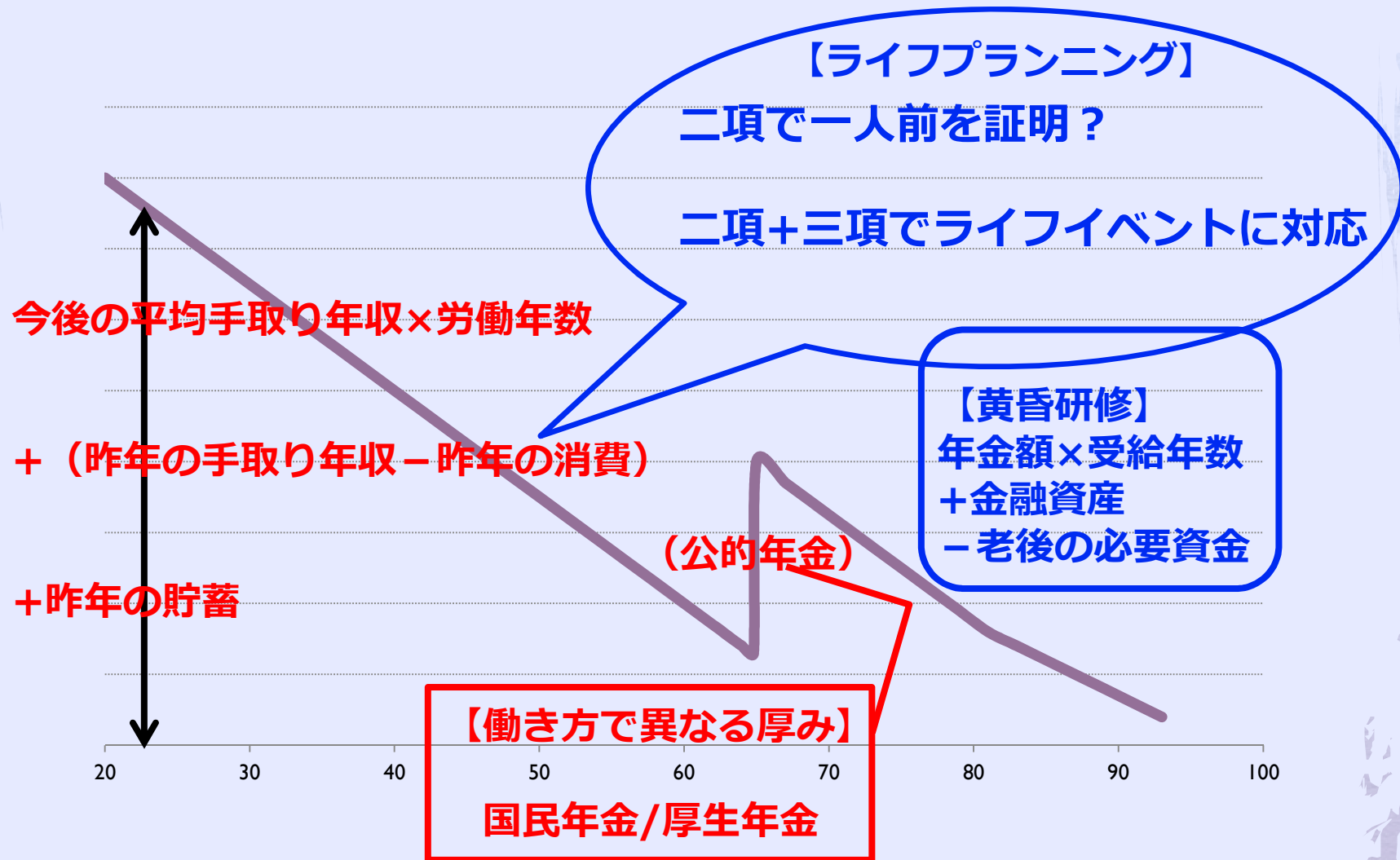
- ◆ ジブンの「経営戦略」なんて面倒だ。
- ◆ まずは「おカネ」のことを知りたい。
- ◆ 「おカネ」の不安を減らしたい。

⇒ 「ライフマネジメント入門講座」で基本を学ぼう！

講座のご案内（予定）

- ◆ ライフマネジメント入門講座
 - ✓ ウォータージャグの使い方
（コンテンツ赤字）部分を抜粋
 - ✓ 受講料：5千円（2時間）
- ◆ ライフマネジメント活用講座
 - ✓ 人生を楽しむためのジブン経営戦略
 - ✓ コンテンツ全項目講義
 - ✓ 4回の個別コーチング（四半期毎）
 - ✓ 受講料：検討中

(I) 生涯収支のイメージ



(Ⅱ) 人生設計の基本公式

$$\text{必要貯蓄率 } S = \frac{\text{老後生活費率 } X \times \text{平均手取り年収 } Y - \text{年金額 } P - \frac{\text{現在資産額 } A}{\text{老後年数 } b}}{\left(\frac{\text{現役年数 } a}{\text{老後年数 } b} + \text{老後生活費率 } X \right) \times \text{平均手取り年収 } Y}$$

出所：OfficeBenefit
山崎元、岩城みずほ

【必要貯蓄率Sの解釈】

10%未満：優秀

20%未満：健全

30%以上：危険水準

【公式理解のヒント】

$$S = \text{分子} / \text{分母} = (b \times \text{分子}) / (b \times \text{分母})$$

$b \times \text{分子}$ = 老後に不足する資金の総額

$b \times \text{分母}$ = 現役時代の手取り総額

+ 老後の生活資金総額

人生設計の基本公式(計算例)

年金種別	厚生年金	厚生年金	厚生年金	厚生年金	国民年金
年齢	25歳	35歳	35歳	35歳	30歳
平均年収	400万円	500万円	500万円	700万円	800万円
年金額	200万円	200万円	200万円	200万円	74万円
A (資産額)	100万円	500万円	750万円	250万円	2,000万円
X(老後生活比率)	70%	60%	70%	70%	50%
a	40年	30年	30年	35年	45年
b	35年	35年	35年	30年	25年
必要貯蓄率	10.5%	11.8%	16.5%	21.6%	13.4%
年間貯蓄額	41.9万円	58.8万円	82.6万円	150.9万円	107.0万円
b×分子	2,700万円	3,000万円	4,500万円	8,450万円	6,150万円

- ✓ 金額ではなく「暮らし方」を考える！
- ✓ 何度も計算する！

付録

【ライフマネジメントの参考書】（おススメの書籍。自習用）

- LIFE SHIFT:リンダ グラットン、 アンドリュー スコット
- 現代経済学の直感的方法：長沼伸一郎
- 僕は君たちに武器を配りたい：滝本哲史
- 投資家みたいに生きろ：藤野英人
- ファスト&スロー：ダニエル カーネマン
- 人生にお金はいくら必要か：山崎元、岩城みずほ
- 知っておきたい年金のはなし（小冊子）：厚労省、年金機構

ありがとうございました

【ご参考】 「好く」を考えるヒント：

WHO QOL26が示す 4つの領域 （全般満足度を除く）

◇身体的領域

日常生活動作／医薬品と医療への依存／活力と疲労／
移動能力／痛みと不快／睡眠と休養／仕事の能力

◇心理的領域

ボディ・イメージ／否定的感情／肯定的感情／自己評価／
精神性・宗教・信念／思考・学習・記憶・集中力

◇社会的関係

人間関係／社会的支え／性的活動

◇環境領域

金銭関係／自由・安全と治安／健康と社会的ケア：利用の
しやすさと質／居住環境／新しい情報・技術の獲得の機会／
余暇活動への参加と機会／生活圏の環境／交通手段