

GOLDEN RULES 04
FOR
MONEY



30年後も安心して暮らせる!

お金の 鉄則

ファイナンシャル・プランナー

岩城みずほ

GOLDEN RULES 04
FOR MONEY

30年後も安心に暮らせる！

お金の鉄則

ファイナンシャル・プランナー
岩城みずほ



著者プロフィール

岩城みずほ (いわき・みずほ)

オフィスベネフィット代表。ファイナンシャル・プランナー。CFP®認定者。DCプランナー。日本FP協会会員。

愛媛県生まれ。慶應義塾大学卒。NHK松山放送局を経て、フリーアナウンサーとして14年活動。報道番組、パブリシティ番組、選挙特番などのほか、BS、ラジオ、各種司会、リポーターを務める。その後、セミナー講師に。大手銀行、保険会社などのコミュニケーション研修のためにファイナンシャル・プランナーの資格を取得。生命保険会社を経て、2009年に独立。

得意分野は、保険と資産運用。「未来の『安心』と『豊かさ』を一緒に考え、共に成長していくこと」をモットーに、セミナー、執筆、個人相談を通して、さまざまな情報、サービスを発信しつづけている。

マネー女史の資産運用研究所、WEB事典「ほけんべでいあ」主催。サムライズプロジェクトジャパン主催。

●WEB事典「ほけんべでいあ」(火曜ブログ「わたしのほけんABC」、金曜ブログ「わたしの資産形成ABC」更新中)

<http://www.hokenpedia.com/>

●オフィスベネフィット

<http://www.officebenefit.com/>

30年後も安心に暮らせる！

お金の鉄則

2012年1月12日 初版第1刷

著者	岩城みずほ
発行者	石崎 孟
発行所	株式会社 マガジンハウス 〒104-8003 東京都中央区銀座3-13-10 受注センター 049-275-1811 書籍編集部 03-3545-7030
デザイン	萩原弦一郎 (デジタル)
編集プロデュース	糸井 浩
印刷・製本	中央精版印刷株式会社

©2012 Mizuho Iwaki. Printed in Japan

ISBN 978-4-8387-2384-3 C0095

乱丁本・落丁本は購入書店明記のうえ、小社製作部宛にお送りください。送料小社負担にてお取り替えいたします。定価はカバーと帯に表示してあります。

本書の無断複製（コピー、スキャン、デジタル化等）は禁じられています（但し、著作権法上での例外は除く）。断わりなくスキャンやデジタル化することは著作権法違反に問われる可能性があります。

マガジンハウスのホームページ <http://magazineworld.jp/>

お金の鉄則・目次

はじめに

002

第1章

あなたは「お金の正体」を知っていますか？

鉄則1

いつか後悔しないためにも、正しい「お金の勉強」を

010

鉄則2

ギャンブルが原因で、お金を失ってしまうケース

014

鉄則3

金銭感覚がおかしくなって、お金を失ってしまうケース

018

鉄則4

自分を高めようとして、お金を失ってしまうケース

022

鉄則5

「お金で買えないもの」が人生を狂わせる！

026

鉄則6

「ムダ使いをする人の本音」に触れてみよう

030

鉄則7

人を惑わせる「お金を失う4つの理由」

034

鉄則8

「浪費のサイクル」から抜け出そう！

038

【第1章のまとめ】

042

第2章

なぜ思いどおりに、
お金が貯まらなかったのか？

鉄則 9	「投資」「消費」「浪費」の違いを理解する	044
鉄則 10	「ムダ使いにつながる言葉」がお金を遠ざける！	048
鉄則 11	気軽に始める「暇つぶし」こそ、注意が必要	052
鉄則 12	「タバコ」と「お酒」のうまいやめ方	056
鉄則 13	「ギャンブル」をやめられなかった原因は？	060
鉄則 14	「もし、別のことをしたら？」と考える（機会費用）	064
鉄則 15	予想外の収入を、ムダ使いしない習慣	068
鉄則 16	「借金」の返済に苦しまないためには……	072
【第2章のまとめ】		076

学校では教えてくれない「お金の基礎知識」

鉄則 17	親のアドバイスに、耳を傾けてはいけない理由	078
鉄則 18	会社を信じすぎると、必ず後悔する！	082
鉄則 19	お金を確実に貯める3つの手段	086
鉄則 20	まずは「お金を貯める目的」を明確に	090
鉄則 21	「お金を貯める目的」が見つからないときは……	094
鉄則 22	やってはいけない「自己投資」もある！	098
鉄則 23	「年金」は本当にもらえるのか？	102
鉄則 24	たまには「給与明細」をしっかり見る	106
鉄則 25	会社勤めでもできる「節税」テクニク	110
【第3章のまとめ】		114

第4章

「お金の未来予想図」をつくってみよう！

鉄則 26	大きなお金の使い方が、小さなお金の使い方を決める	116
鉄則 27	自分の「資産状況」を確認する	120
鉄則 28	「バランスシート」で資産を見える化	124
鉄則 29	「キャッシュフロー（お金の流れ）」を見直す	128
鉄則 30	自分に合った「予算」を立ててみる	132
鉄則 31	「固定費」と「変動費」を予算に組み込む	136
鉄則 32	毎年100万円以上も捻出できる可能性が……	140
鉄則 33	「ブレない生き方」で、出費をコントロール	144
鉄則 34	「出産費用」や「教育費」の正しい知識	148
鉄則 35	マイホームと借家、どっちがお得？	152
【第4章のまとめ】		156

お金を使って、お金を増やそう！

鉄則 36 昇給や転職より、「投資」を考えたい時代 ————— 158

鉄則 37 初心者でも手軽に始められる投資法があった！ ————— 162

鉄則 38 「インデックスファンド」を買って、のんびり運用 ————— 166

鉄則 39 「分散投資」でさらにリスクを軽減 ————— 170

鉄則 40 長期国際分散投資で、資産形成ができる理由 ————— 174

鉄則 41 「資産配分」を考える（ポートフォリオ） ————— 178

鉄則 42 「外貨運用」は、細かな出費がかさみやすい？ ————— 182

鉄則 43 スタートが早いほど、あなたはお金から自由になれる！ ————— 186

【第5章のまとめ】 ————— 190

おわりに ————— 191



GOLDEN RULES 04
FOR MONEY

30年後も安心して暮らせる！

お金の鉄則

ファイナンシャル・プランナー
岩城みずほ



はじめに

シヨッピングやギャンブルに大金をつぎ込んでしまう「お金とのつき合い方がおかしな人」や、地道に暮らしているのに生活が楽にならない「お金とのつき合い方が下手な人」は、たぶん多いと思います。

私が「たぶん」と言ったのは、お金について詳しく話したがない人がほとんどなので、いまひとつ実状がわからないからです。

勉強や仕事で悩みを抱えたときは、先生や先輩に相談して、解決のヒントをもらうこともできました。ところが、お金はそうはいきません。先ほども言ったように、お金の話は、ほとんど誰ともしないのですから。

あなたはお金とのつき合い方を、ちゃんと学んだことがありますか？

私はいまでこそファイナンシャル・プランナーをしていますが、かつてはフリーのアナウンサーでした。

アナウンサーという職業は、洋服代や化粧品代、美容院代などを、経費として計上できます。そのせいで一時期は、「次の収録に必要なだから」「来週の番組で身につける

から」と、ファッションに大金をつぎ込んでいました。

もちろん、経費として計上できても、タダで手に入るわけではありません。

リボ払いで買いきっていった私は、常に返済に追い回されていました。それなのに性懲りもなく、さらにお金を使ってしまおうのです。

いったい、お金ってなんなのでしょう？

私たちは少子高齢化や財政難、デフレなど、厳しい現実と直面しています。かつてのように、「コツコツと働けば、幸せな人生が送れる」といった時代ではなくなりました。一歩間違えれば、貧しい生活が待っています。

幸せに暮らすには、あなた自身が考えて、なんとかしなくてはならないのです。ここで大きな意味を持つのが、この本のテーマでもあるお金です。

お金の意味がわかったとき、自然と生き方が変わります。精神的にも物質的にも満たされて、理想の人生も送れるでしょう。

この辺りで一度、お金と人生について、ちゃんと考えてみませんか。

お金の鉄則・目次

はじめに ————— 002

あなたは「お金の正体」を知っていますか？

第 1 章

鉄則 1 　いつか後悔しないためにも、正しい「お金の勉強」を ————— 010

鉄則 2 　ギャンブルが原因で、お金を失ってしまうケース ————— 014

鉄則 3 　金銭感覚がおかしくなって、お金を失ってしまうケース ————— 018

鉄則 4 　自分を高めようとして、お金を失ってしまうケース ————— 022

鉄則 5 　「お金で買えないもの」が人生を狂わせる！ ————— 026

鉄則 6 　「ムダ使いをする人の本音」に触れてみよう ————— 030

鉄則 7 　人を惑わせる「お金を失う4つの理由」 ————— 034

鉄則 8 　「浪費のサイクル」から抜け出そう！ ————— 038

【第1章のまとめ】 ————— 042

第2章

なぜ思いどおりに、
お金が貯まらなかったのか？

鉄則 9 「投資」「消費」「浪費」の違いを理解する ————— 044

鉄則 10 「ムダ使いにつながる言葉」がお金を遠ざける！ ————— 048

鉄則 11 気軽に始める「暇つぶし」こそ、注意が必要 ————— 052

鉄則 12 「タバコ」と「お酒」のうまいやめ方 ————— 056

鉄則 13 「ギャンブル」をやめられなかった原因は？ ————— 060

鉄則 14 「もし、別のことをしたら？」と考える（機会費用） ————— 064

鉄則 15 予想外の収入を、ムダ使いしない習慣 ————— 068

鉄則 16 「借金」の返済に苦しまないためには…… ————— 072

【第2章のまとめ】 ————— 076

学校では教えてくれない「お金の基礎知識」

鉄則 17	親のアドバイスに、耳を傾けてはいけない理由	078
鉄則 18	会社を信じすぎると、必ず後悔する！	082
鉄則 19	お金を確実に貯める3つの手段	086
鉄則 20	まずは「お金を貯める目的」を明確に	090
鉄則 21	「お金を貯める目的」が見つからないときは……	094
鉄則 22	やってはいけない「自己投資」もある！	098
鉄則 23	「年金」は本当にもらえるのか？	102
鉄則 24	たまには「給与明細」をしっかりと見る	106
鉄則 25	会社勤めでもできる「節税」テクニク	110
【第3章のまとめ】		114

第4章

「お金の未来予想図」をつくってみよう！

鉄則 26	大きなお金の使い方が、小さなお金の使い方を決める	116
鉄則 27	自分の「資産状況」を確認する	120
鉄則 28	「バランスシート」で資産を見える化	124
鉄則 29	「キャッシュフロー（お金の流れ）」を見直す	128
鉄則 30	自分に合った「予算」を立ててみる	132
鉄則 31	「固定費」と「変動費」を予算に組み込む	136
鉄則 32	毎年100万円以上も捻出できる可能性が……	140
鉄則 33	「ブレない生き方」で、出費をコントロール	144
鉄則 34	「出産費用」や「教育費」の正しい知識	148
鉄則 35	マイホームと借家、どっちがお得？	152
【第4章のまとめ】		156

お金を使って、お金を増やそう！

鉄則 36 昇給や転職より、「投資」を考えたい時代 ————— 158

鉄則 37 初心者でも手軽に始められる投資法があった！ ————— 162

鉄則 38 「インデックスファンド」を買って、のんびり運用 ————— 166

鉄則 39 「分散投資」でさらにリスクを軽減 ————— 170

鉄則 40 長期国際分散投資で、資産形成ができる理由 ————— 174

鉄則 41 「資産配分」を考える（ポートフォリオ） ————— 178

鉄則 42 「外貨運用」は、細かな出費がかさみやすい？ ————— 182

鉄則 43 スタートが早いほど、あなたはお金から自由になれる！ ————— 186

【第5章のまとめ】 ————— 190

おわりに ————— 191



第1章

あなたは
「お金の正体」
を知って
いますか？

