

# 第1回 毎月の投資金額の計算

はじめに.....	2
1. 現状の把握.....	2
2. 退職後（老後）の生活費を計算.....	5
3. 退職後に必要な資産と毎月の投資金額を計算する .....	8
4. 毎月投資金額を決める .....	9
Q&A.....	9

## はじめに

### ■FMS とは？

お金の計算、資産運用スタート、お金の価値観を変えることを目的とし、知識を得るだけでなく、実践するスクール

### ■注意事項

- ・スクールの時間は大体、土曜日の14 - 16時  
※見逃した方は、動画で受講を。
- ・受講中はミュート。発言する際には解除。
- ・質問時は、zoomのチャット機能を利用。  
なるべく思ったときにすぐ質問を！分からない事を分からないままにしない
- ・遅刻厳禁。遅れる時は連絡を！
- ・遅れる事で、遅れが生じ、他人の時間を奪を奪うことになるので相手のことを尊重！
- ・聞く時間が多い為、無表情になりがち気持ち大きめのリアクションをお願いします！

### ■毎月の投資額を計算しよう！

毎月の投資金額を決める前に現状の資産状況、収支を確認。

「収支－投資額＝生活費」になるのが理想

計算シートを使用して計算する

下記よりダウンロードして使用

- [Windows用エクセルシート](#)
- [MAC用 numbers シート](#)

## 1. 現状の把握

現状の資産、負債がどれくらいあるか入力し、純資産を計算する。

①～④の順番に入力していく。

※赤枠内は計算式が入っているので入力しない！

純資産				
実物資産 (国内)		金融資産 (国内)		
不動産 ※1	¥33,000,000	国内株式	¥0	①現在の国内資産を入力
絵画	¥0	国債	¥0	
時計		預貯金	¥5,000,000	
車 ※2		VC	¥1,200,000	保険や iDeCo などは空白に追加する
計	¥33,000,000	計	¥6,200,000	
実物資産 (海外)		金融資産 (海外)		
不動産	¥5,000,000	海外株式	¥5,000,000	②現在の海外資産を入力
金	¥0	外国債	¥0	
		外貨預金 (fx)	¥0	
		貸付	¥2,000,000	
計	¥5,000,000	計	¥7,000,000	
実物資産合計	¥38,000,000	金融資産合計	¥13,200,000	
資産合計	¥51,200,000			
負債				
不動産ローン	¥24,000,000			③現在の負債を入力
自動車ローン	¥500,000			
教育ローン	¥500,000			
クレジットローン	¥0			
負債合計	¥25,000,000			
純資産	¥26,200,000			④純資産が計算される

### ■入力の際の Point

#### ※1 不動産

売却するとしたらの金額。査定してもらおうとより正確な金額がでる。

参考目安としては以下の通り。

- ・新築の場合・・・ざっくりとした価値は購入時の半額と考える。築年数にもよる。
- ・中古の場合・・・7割くらいの価値。

#### ※車

購入した時の3割の価値で計算。

次に、現在の生活費とキャッシュフローの①②を入力。

現状の月々の生活費、年間通して、黒字か赤字かをチェックする。

現状の生活費を把握することで、投資をするお金があるか判断でき、

捻出できない場合（赤字）、まずはこの生活費から見直しが必要となる。

※赤枠内は計算式が入っているので入力しない！

現在の生活費とキャッシュフロー			
①現在の収入を入力			
	月	年	
給与収入	¥300,000	¥3,600,000	
	¥0	¥0	
不動産収入	¥100,000	¥0	
事業収入		¥0	年2回合計÷12か月 を入力
ボーナス	¥40,000	¥480,000	
その他		¥0	
収入合計	¥440,000	¥4,080,000	
②現在の固定費を入力			
	月	年	
家賃（住宅ローン、管理費含む）	¥80,000	¥960,000	マンションの場合 修繕費も含む
水道光熱費（電気、ガス、水道）	¥15,000	¥180,000	
食費 ※↑平均値	¥40,000	¥480,000	
ローン返済	¥10,000	¥120,000	
保険	¥30,000	¥360,000	年2回合計÷12か月 を入力
固定資産税	¥12,500	¥150,000	
通信費（スマホ&WiFi）	¥15,000	¥180,000	
車検代（2年分の場合半分入力）	¥8,333	¥100,000	
交通費（定期やガソリン代）	¥10,000	¥120,000	
学費（塾含む）	¥41,666	¥500,000	
継続サービス（Amazonプライムなど）	¥2,000	¥24,000	
（自分で入力）	¥0	¥0	
固定費の合計	¥264,499	¥3,174,000	

## 2. 退職後（老後）の生活費を計算

退職後の収入と支出を入力し、算出する。

①～⑤に沿って、入力すると、⑥、⑦が算出させる。

退職後の生活費				
現在の平均的な年金(参考)				
	月	年		
社員の年金（単身）	¥150,000	¥1,800,000		
社員の年金（夫婦共働き）	¥250,000	¥3,000,000		
社員の年金（専業主婦夫）	¥200,000	¥2,400,000		
個人事業主の年金（単身）	¥50,000	¥600,000		
個人事業主の年金（共働き）	¥100,000	¥1,200,000		
退職後の収入				
	年	実際	年金係数	
「年金収入」→	¥3,000,000	¥2,100,000	退職まで10年～15年	1.0 ①自分の年金を選び「年金収入」に入力 ②年金係数を選び入力
	¥0	¥0	退職まで15年～20年	0.9
不動産収入	¥0	¥0	退職まで20年～25年	0.85
事業収入	¥0	¥0	退職まで25年～30年	0.8
ボーナス		¥0	退職まで30年～	0.7
その他	¥0	¥0	年金係数を入力!	
収入合計	¥3,000,000	¥2,100,000		0.70
退職後の支出（固定費）				
	毎年必ずかかるお金	インフレ後の支出	インフレ係数	
	年		退職まで10年～15年	1.2 ③インフレ係数を選び入力
家賃（住宅ローン、管理費含む）	¥960,000	¥1,440,000	退職まで15年～20年	1.3 ④固定費&変動費の中から、退職後にはかからないお金を消去する
水道光熱費（電気、ガス、水道）	¥180,000	¥270,000	退職まで20年～25年	1.5
食費	¥480,000	¥720,000	退職まで25年～30年	1.6 ⑤退職後にかかるお金を入力する
ローン返済	¥120,000	¥180,000	退職まで30年～	1.7
保険	¥360,000	¥540,000		
固定資産税	¥150,000	¥225,000	インフレ係数を入力!	
通信費（スマホ&WiFi）	¥180,000	¥270,000	1.5	
車検代（2年分の場合半分入力）	¥100,000	¥150,000		
交通費（定期やガソリン代）	¥120,000	¥180,000		
学費（塾含む）		¥0		
雑費サービス（Amazonプライムなど）	¥24,000	¥36,000		
（自分で入力）	¥0	¥0		
（自分で入力）	¥0	¥0		
（自分で入力）	¥0	¥0		
（自分で入力）	¥0	¥0		
（自分で入力）	¥0	¥0		
医療費	¥120,000	¥180,000		
固定費の合計	¥2,794,000	¥4,191,000		

④を入力する際の注意点  
赤枠内は計算式が入っているが、削除・減らす場合は年の部分のみ変更する!

40	退職後の支出（変動費）	年で変動があるお金	インフレ後の支出	
41		年		
42	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥120,000	¥180,000	
43	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥60,000	¥90,000	
44	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥200,000	¥300,000	
45	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥50,000	¥75,000	
46	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥12,000	¥18,000	
47	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥100,000	¥150,000	
48	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥60,000	¥90,000	
49	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
50	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
51	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
52	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
53	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
54	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
55	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
56	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
57	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
58	41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58	¥0	¥0	
59	変動費の合計	¥602,000	¥903,000	
60	支出の合計	¥3,396,000	¥5,094,000	◎退職後の年間生活費が計算される。
61	キャッシュフロー	-¥396,000	-¥2,994,000	⑦年金ありとなしの年間の赤字金額が計算される

■ 収入－支出（年）  
 ■ インフレ係数での支出合計（年）  
 ■ 収入－インフレ係数での支出（年）

## ■入力の際の Point

※赤枠内は計算式が入っている注意！

### ①年金について

正確な金額が分かっているならば、正確な金額を入力

年金定期便が届くので、そこから算出する

ただし、税金がひかれるので算出した金額より減ることを覚えておく！

→年金シミュレーションで算出

参照 <https://www.smbc.co.jp/kojin/special/nenkin/simulation/simulation.html>

検討がつかない方、青枠内の現在の平均的な年金を参考にする

※1 単身で、定年まで働いた場合。

※2 社会保険から一時的はいついかなかった場合。定年まで加入した場合は

※1の金額×2

※3 どちらかが専業主婦夫だった場合

※4 単身の個人事業主の場合

※5 夫婦どちらも個人事業主の場合

### ②年金係数

年金は減っていくと念頭に置いていく

若ければ若いほど減っていく

該当する年数の係数を入力する

### ③インフレ係数

物価上昇を念頭に想定する。

退職までの年数を選び、入力する

### ④固定費・変動費から退職後にかからないものを削除もしくは減らす

※現在の生活費とキャッシュフローで入力した数値がそのまま反映されている。

例) 住宅ローンが終わっているものは0

保険の積立が終わっているものは0

### ⑤項目にないものは追加し入力する

※医療非は今よりかかる計算で組み込んである

### 3. 退職後に必要な資産と毎月の投資金額を計算する

①～④に沿って進めていく。

退職後に必要な資産と毎月の投資金額				
退職後の年間の赤字 (年金なし)	退職後の生活年数 (年)	現在の純資産	退職金	退職までに必要な資産
¥5,094,000	25	¥26,200,000	¥1,000,000	¥127,350,000
退職後の年間の赤字 (年金あり)	退職後の生活年数 (年)	現在の純資産	退職金	退職までに必要な資産
¥2,994,000	25	¥26,200,000	¥1,000,000	¥74,850,000
退職後の年間の赤字 (年金&配当あり)	配当を考慮した資産係数	現在の純資産	退職金	退職までに必要な資産
¥2,994,000	15	¥26,200,000	¥1,000,000	¥44,910,000
退職に必要な毎月の投資金額	A.退職後の年間の生活費 (年金なし)	B.退職後の年間の生活費 (年金あり)	C.退職後の年間の生活費 (年金&配当あり)	
	¥0	¥0	¥0	

ここに 82000 と入力

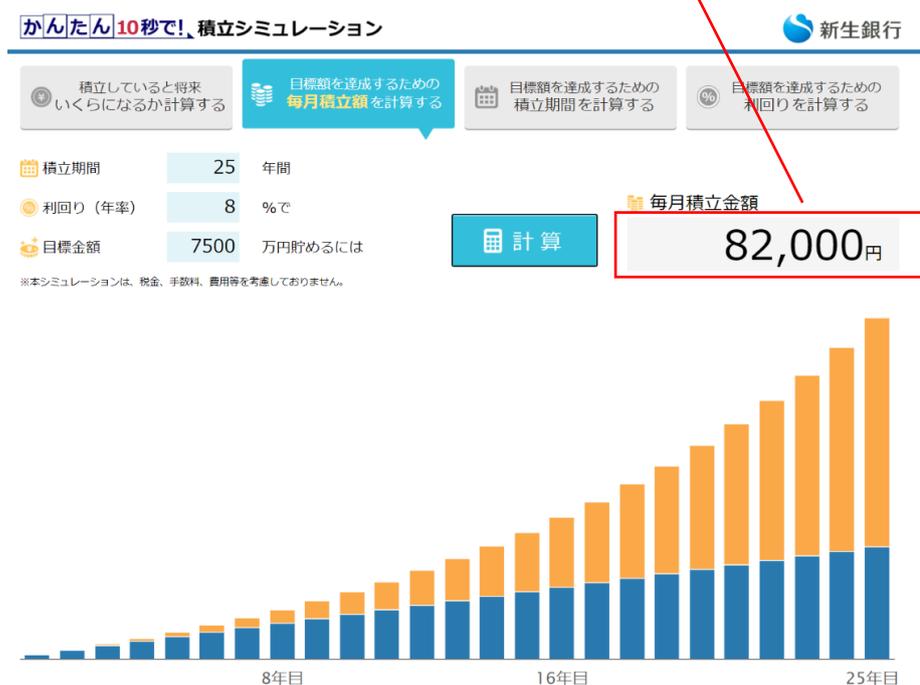
#### ■入力の際の Point

- ①退職金がもらえると分かっている人は青枠内に入力
- ②青・赤・黄色の部分を下記のサイトにて計算する。

計算したらそれぞれの色の部分に入力する

<https://trust.shinseibank.com/shinsei-calc/>で計算する

【例】上記赤色¥74,850,000 の入力の場合



## 4. 毎月投資金額を決める

- ・基本的には黄色に入力した金額を毎月投資していく。
- ・この計算シートでは、少し多めに試算している。  
なぜか？→想定値に届かない場合がある。※投資は絶対ではない。  
足りなかったとならないように！
- ・ライフスタイルが変わっていくときに、再度見直しも必要
- ・もっとゆとりのある生活をしたいと思ったら、老後の生活費のシートを編集して改めて投資金額を算出する。

**Point!** とにかくコツコツ続けていくことが大事!

## Q&A

Q1. 教育資金も資産運用するとしたら、老後資金にプラスして投資したが  
いいか？その場合は、積立シミュレーションを使うのか？

A1. 積立シミュレーションを使用して計算する。  
ただし学費だと運用年数が短いため、8%の利回りではなく6%で考える。  
【例】15年で利回り6%、500万円を貯めるとしたら  
毎月1万8千円を老後資金と併せた金額を投資していく。

Q2. 8%の利回りは高い方だが、本当にそのくらいの利回りになるのか？

A2. 長期運用での利回りは少し違う。毎年8%増えるわけではない。  
長期運用の場合、株価が高くなった時、低くなった時に購入するので平均値をとれ  
15年、20年の平均をとると、8%になる。  
日本の利回りが異常に低いので大丈夫かな？と思ってしまうかもしれないが、  
市場平均率は、6%~9%と言われている。

Q3. 毎月株を購入する金額+で余裕があったら、買った方がいいか？

A3. 投資してもいい。  
ただし、必ずではなくて、老後資金がかつついで計算している人なら投資した方が  
いいが、余裕を持たせているひとは、今使うっていうのもあり。  
将来に使った方がいいのか、今使った方がいいのか考える。