きままにライフプラン

Kimama-ni Life Plan

・・・ 利用マニュアル ・・・

動作環境

OS：Windows7/8/8.1/10
Office：Excel2010/2013/2016
※ご利用の際は、エクセルのマクロ設定を有効にしてください

目次

- はじめに ―― 3
- ライフプラン作成の準備 ―― 10
- 初期設定 ―― 21
- ライフイベント表 ―― 23
- キャッシュフロー表 ―― 24
- 長期グラフ（各種） ―― 29
- 中長期グラフ ―― 36
- 単年度グラフ ―― 37
- ライフプラン・レポート ―― 38
- 未来に向けてのアクション ―― 51
- おわりに ―― 52

はじめに

❖ 「きままにライフプラン」とは

このたびは、ダウンロードしていただき、本当にありがとうございます。
「きままにライフプラン」は、エクセルで作られた、ライフプラン *1 が作成できるソフトウェアです。

❖ ライフプランを作る目的（1）

未来を見通すことは誰にもできませんが、未来に備えて計画を立てることはできます。
ライフプランを作るのは、人生設計を考えることで、理想の未来へ向けて動き出すためです。

あなたには、人生における夢がありますか？

「将来、独立したい」だとか、「資格をとって新たな仕事に挑戦したい」だとか…
あるいは、「庭付きで書斎のあるマイホームが欲しい」だとか、
「子どもが行きたがっている私立の学校へ行かせてあげたい」だとか…
「引退後に旅行三昧の生活を送りたい！」だなんていうのもあるかもしれませんね。

---

*1 ライフプラン：人生設計（主にお金の面での生活設計）のことです

はじめに

❖ ライフプランを作る目的（2）

そういった夢や希望をきちんと叶えられるようにするためには、
どうしても経済的な裏付けが必要になってきます。

「起業に必要な資金は用意できるだろうか？」
「住宅ローンの支払いに、子どもの学費、老後の資金は大丈夫かな？」
そういった個々の問題や心配事をクリアした上で、
全体の整合性もとれた、しっかりした未来の計画を立てるためには、
実際にライフプランをつくってみて、試行錯誤しながらブラッシュアップしていくのが
結局は一番の近道です。

❖ ライフプランニングについて（1）

とはいえ、実際にライフプランを作成するためにファイナンシャル・プランナーに相談するとなると、
通常、数千円～数万円程度の料金がかかります。
プロに相談するわけなので当然なのですが、ちょっと敷居が高いですよね・・・。

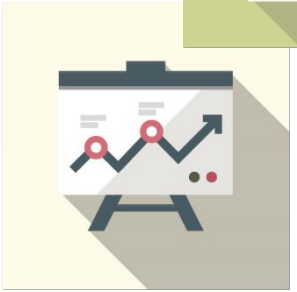
はじめに

❖ ライフプランニングについて（2）

もう少し気軽に、自分でいろいろ試せるものってないのかな…というわけで、
「きままにライフプラン」では、家族構成や収入・支出の金額などのデータを入力すると、
ライフプランを自動で作成してくれます。

具体的には、
「ライフイベント表 *2」・「キャッシュフロー表 *3」・「資産や収支の推移がわかる各種グラフ」
の作成、さらに、作成されたライフプランに対する判定結果が入ったレポートも自動で生成してくれます。

本格的にファイナンシャル・プランナーへご相談される前段階として、
まずは「きままにライフプラン」を活用して、
自分なりのライフプランを作成してみてはいかがでしょうか？



*2 ライフイベント表：現在から未来にかけての人生における出来事を表にまとめたものです

*3 キャッシュフロー表：現在から未来にかけてのお金の流れを表にまとめたものです

はじめに

❖ 「サンプル版」と「製品版」の違いについて

「きままにライフプラン」には、「サンプル版」と「製品版」が存在します。両者の機能の違いは以下の通りです。

機能名	サンプル版（無料）	製品版（有料）
初期設定	○	○
ライフイベント表	○	○
キャッシュフロー表	○	○
長期グラフ（各種）*4	○	○
中長期グラフ	○	○
単年度グラフ	○	○
ライフプラン・レポート *5	×	○

○ … 機能あり　× … 機能なし

*4 長期グラフ（各種）：資産・収支、収支、収入内訳、収入詳細、支出内訳、支出詳細、資産内訳の計7つのグラフ

*5 ライフプラン・レポート：ライフプランのサマリー、収入・支出・資産の規模と内訳、収入・支出の推移と円グラフ分析、収入・支出のバブルチャート分析、収入・支出の面グラフ分析、中長期の対象期間別ライフイベント、中長期の対象期間別収支と内訳、資産状況の判定とコメント、ライフプランのレーダーチャート分析の計9つからなるレポート

はじめに

ファイルについて

ダウンロードしていただいた圧縮ファイルの中には、以下のファイルが含まれています。

ファイル名	説明	料金
kmm***.zip	ダウンロードしていただいた圧縮ファイル	—
きままにライフプラン_Ver.*.**_サンプル版.xlsm	サンプル版（本体）	無料
きままにライフプラン_Ver.*.**_サンプル版（入力例）.xlsm	サンプル版（入力例）	無料
きままにライフプラン_利用マニュアル.pdf	利用マニュアル（本マニュアル）	無料
きままにライフプラン_補足情報・更新履歴.txt	補足情報と更新履歴	無料
きままにライフプラン_Ver.*.**_製品版.zip	製品版が入っているパスワード圧縮ファイル	—
きままにライフプラン_Ver.*.**.xlsm	製品版（本体）	有料
きままにライフプラン_Ver.*.**（入力例）.xlsm	製品版（入力例）	有料

※ファイル名の「*」には、バージョンが入ります

はじめに

❖ インストール方法

お使いのパソコンについて、OSがWindows7以降で、
Excel2010以降がインストールされていることをご確認ください。

ソフトウェア本体はエクセルファイルですので、インストール作業は不要です。
圧縮ファイルを解凍していただければ、そのまますぐに使えます。

❖ アンインストール方法

エクセルファイルですので、ファイルを削除していただくだけで結構です。

❖ ご利用時の注意点

ご利用の際は、エクセルのマクロ設定を有効にしてください。

サンプル版は、無料でお使いいただけます。

製品版をご利用の際は、ベクターのレジサービスにて料金をお支払いください。
ベクターから送信されたライセンスキーをパスワードとして入力すると、製品版が入ったパスワード圧縮ファイルが解凍できます。

はじめに

❖ 本マニュアルについて

このマニュアルでは、「きままにライフプラン」の利用方法について説明しています。
一通り目を通していただければ、おおよその使い方は理解できるようになっているかと思います。

※本マニュアルに出てくる表や図は、あくまで「例」です　ご自身のライフプランに置き換えてお考えください

❖ ライフイベントを考えよう

ライフイベントとは、進学、就職、結婚、出産、車や住宅の購入、定年などの
人生における出来事のことです。
今後どのようなライフイベントが起こるか考えてみましょう。

❖ ライフプランを作ってみよう

ライフイベントに基づき、将来必要となるお金や、それをまかなうための
収入について考えながら、ライフプランを作成してみましょう。

※具体的なイメージが湧かない場合には、次ページからの考え方を参考にしてみてください

ライフプラン作成の準備

ライフイベントの洗い出し

ライフプラン作成の準備段階として、まずは、ライフイベントから考えていきましょう。

単位：歳

▼イマココ

世帯主

35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90

住宅　車　就業期間　車　定年　再雇用　引退　旅行　引退生活　介護　葬儀

配偶者

29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84

住宅　就業期間　開業　フラワーアレンジメント教室（自宅）　引退　旅行　引退生活

第1子

5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60

小学校　中学　高校　受験　大学　就職　結婚　就業期間　定年

第2子

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55

保育園　小学校　中学　高校　受験　大学　就職　結婚　就業期間

★ ご家族の年齢を時系列で並べてみて、何歳のときに「何が起こるのか」または「何をしたいのか」をイメージしてみましょう！

ライフプラン作成の準備

❖ 「生涯収入」と「生涯支出」の把握

ライフイベントのイメージができたら、次はお金の面について考えてみましょう。 最初は「生涯収入」・「生涯支出」のおおまかな金額を把握しましょう。

※ 先ほど考えたライフイベントに対応する金額がもれなく反映されているか確認しましょう

生涯収入

生涯年収

世帯主が23～65歳の
43年間働く場合

平均手取り年収465万×43年
＝ 約 **2億 円**

＜ 平均手取り年収 ＞
世帯主385万
配偶者 80万
(非就労期間を含めた平均)

退職金
1,000万

公的年金

90歳まで生きる場合

・世帯主年金170万
・配偶者年金 80万
・遺族年金　40万

170万×6年
+250万×19年
+120万×6年
＝約 **6,500 万**

生涯支出

生活費

生涯収入-生活費外費用
(2億7,500万 - 1億)
＝**1億 7,500 万**

年金・保険料
500万

教育費
2,000 万

住宅費
4,000 万

介護費
1,500万

車
1,500万

イベント＊
500万

＊イベント
結婚・葬儀・旅行等

ライフプラン作成の準備

❖ 「既に得た収入」と「既に支払った支出」の把握

「生涯収入」・「生涯支出」の金額が把握できたら、そこから「既に得た収入分」・「既に支払った支出分」を差し引いてみましょう。

※「既に得た収入分」-「既に支払った支出分」＝「現在の資産額」となります
※この図では、約8,400万 - 7,600万（5,000万+200万+500万+1,000万+900万）＝**800万** です

生涯収入

生涯年収
世帯主が23～65歳の
43年間働く場合
平均手取り年収465万×43年
＝ 約 **2億 円**
世帯主が現在40歳の場合
平均手取り年収465万×18年
＝ 約 **8,400 万**

退職金
1,000万

公的年金
90歳まで生きる場合
・世帯主年金170万
・配偶者年金 80万
・遺族年金　40万
170万×6年
+250万×19年
+120万×6年
＝約 **6,500 万**

生涯支出

生活費
生涯収入-生活費外費用
(2億7,500万 - 1億)
＝**1億 7,500 万**
世帯主が現在40歳の場合
平均生活費280万×18年
＝約 **5,000 万**

年金・保険料
200万

教育費
2,000 万
500 万

住宅費
4,000 万
ローン返済分
100万×10年
＝ **1,000 万**

介護費
1,500万

車
1,500万
900 万

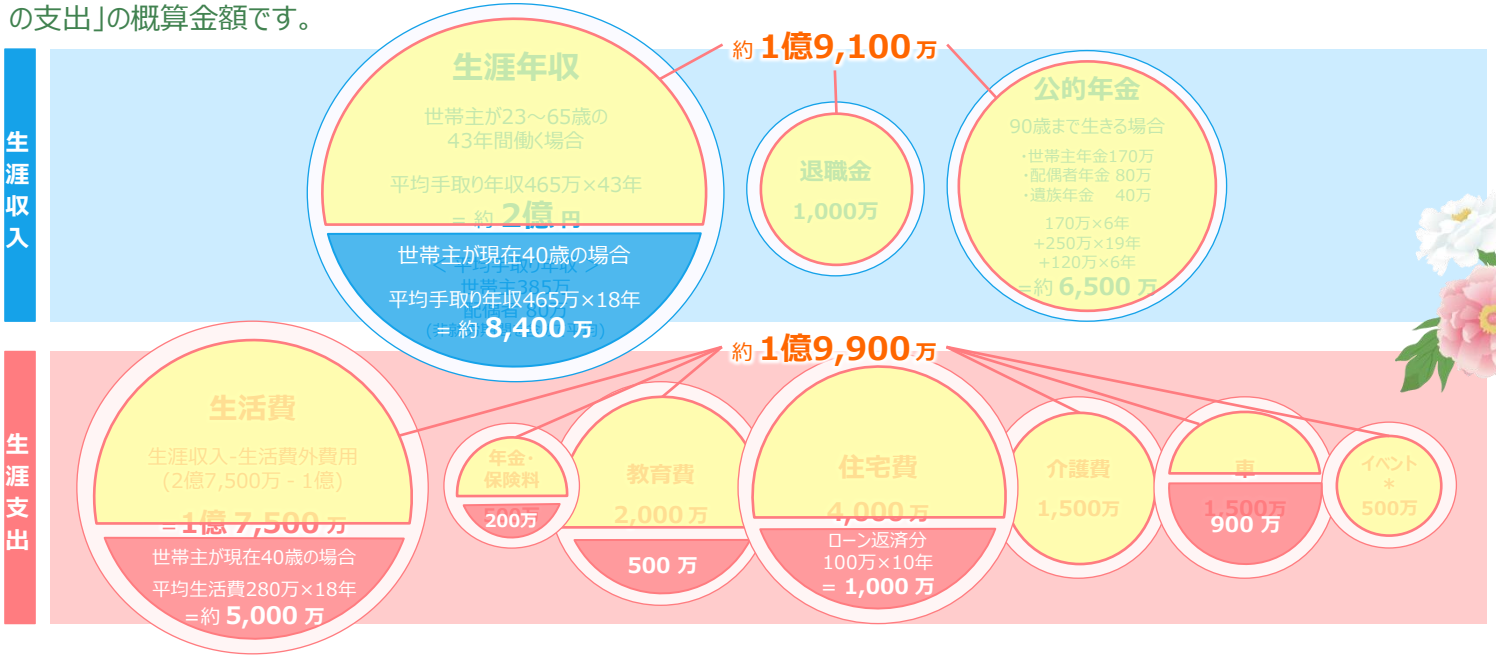
イベント＊
500万

＊イベント
結婚・葬儀・旅行等

ライフプラン作成の準備

❖ 「今後得られる予定の収入」と「今後支払う予定の支出」の把握

「生涯収入」・「生涯支出」から「既に得た収入分」と「既に支払った支出分」を差し引いた残りが、「今後得られる予定の収入」と「今後支払う予定の支出」の概算金額です。



＊イベント
結婚・葬儀・旅行等

ライフプラン作成の準備

❖ 「今後得られる予定の収入」について

「今後得られる予定の収入」について、もう少し具体的に考えていきましょう。 最初に算出した概算金額と多少変わっても構いません。

収入	現役時代		老後	
	定年までの収入総額	再雇用期間の収入総額	退職金	公的年金
世帯主	現在40歳で60歳が定年の場合 手取り年収420万×20年＝8,400万	61歳～65歳まで再雇用の場合 手取り年収200万×5年＝1,000万	退職金制度がある場合 60歳時点で1,000万	90歳まで生きる場合 厚生年金90万・国民年金80万 年金170万×25年＝約4,300万
配偶者	現在34歳で60歳が定年の場合 手取り年収100万×26年＝2,600万	61歳～65歳までの再雇用がない場合 手取り年収0万×5年＝0万	退職金制度がない場合 60歳時点で0万	90歳まで生きる場合 国民年金80万（第3号） 年金80万×19年＝約1,500万 年金+遺族年金120万×6年＝約700万

現役時代の収入総額
世帯主（定年迄の収入+再雇用期間収入）＋配偶者（定年迄の収入+再雇用期間収入）
（8,400万+1,000万）＋（2,600万+0万）＝**1億2,000万**

老後の収入総額
世帯主（退職金+公的年金）＋配偶者（退職金+公的年金）
（1,000万+4,300万+）＋（0万+2,200万） ＝**7,500万**

ライフプラン作成の準備

❖ 「今後得られる予定の収入」について

前ページで考えた「今後得られる予定の収入」について、時間軸を意識してまとめ直してみましょう。

	現役時代			老後	
収入 世帯主	8,400 万 定年までの収入総額	1,000万 退職金	1,000万 再雇用	4,300 万 公的年金	
収入 配偶者	2,600 万 定年までの収入総額			1,500 万 公的年金	700万 遺族年金

・定年までの収入総額は、昇給や賞与等の変動により金額が変わってきます　様々なパターンを想定してみましょう
・退職金や再雇用期間中の賃金は、会社の制度を確認して算出しましょう
・公的年金は、現行法に基づいた厚生年金・国民年金・遺族年金の金額を試算しましょう　年金定期便などが参考になるでしょう

収入総額　世帯主（定年迄の収入＋再雇用期間収入＋退職金＋公的年金）＋配偶者（定年迄の収入＋公的年金＋遺族年金）＝**1億9,500万**

ライフプラン作成の準備

❖ 「今後支払う予定の支出」について

「今後支払う予定の支出」について、もう少し具体的に考えていきましょう。 最初に算出した概算金額と多少変わっても構いません。

支出

		現役時代		老後	
		現役時代（子育て中）	現役時代（子育て後）	老後（世帯主･配偶者）	老後（配偶者のみ）
生活費	世帯主	現在40歳で第2子大学卒業が57歳の場合	58歳～ 65歳（再雇用終了）の場合	66歳～ 90歳まで生きる場合	—
	配偶者	現在34歳で第2子大学卒業が51歳の場合	52歳～ 59歳（引退）の場合	60歳～ 84歳	85歳～ 90歳まで生きる場合
	—	生活費280万×17年＝約4,800万	生活費200万×8年＝1,600万	生活費200万×25年＝5,000万	生活費150万×6年＝900万
年金保険	世帯主	現在40歳で60歳払込完了の掛け捨て終身保険に入っている場合（個人年金は無し） 生命保険･医療保険15万×20年＝300万		—	
教育費	世帯主	第1子大学費用500万＋第2子大学費用500万＋ その他費用500万＝1,500万	—	—	
住宅費	世帯主	現在40歳で65歳支払完了の住宅ローンを組んでいる場合 住宅ローン100万×25年＝2500万 その他保険料等500万		—	
介護費	世帯主	—		介護保険･施設料250万×3年＝750万	—
	配偶者	—		—	介護保険･施設料250万×3年＝750万
車	世帯主	車購入費300万×2回＝600万		—	
イベント	世帯主	引退後の海外旅行50万		葬儀100万	—
	配偶者	引退後の海外旅行50万		—	葬儀100万
	子	第1子結婚100万、第2子結婚100万		—	

現役時代の支出総額

4,800万＋1,600万＋300万＋1,500万＋3,000万＋600万＋300万＝**1億2,100万**

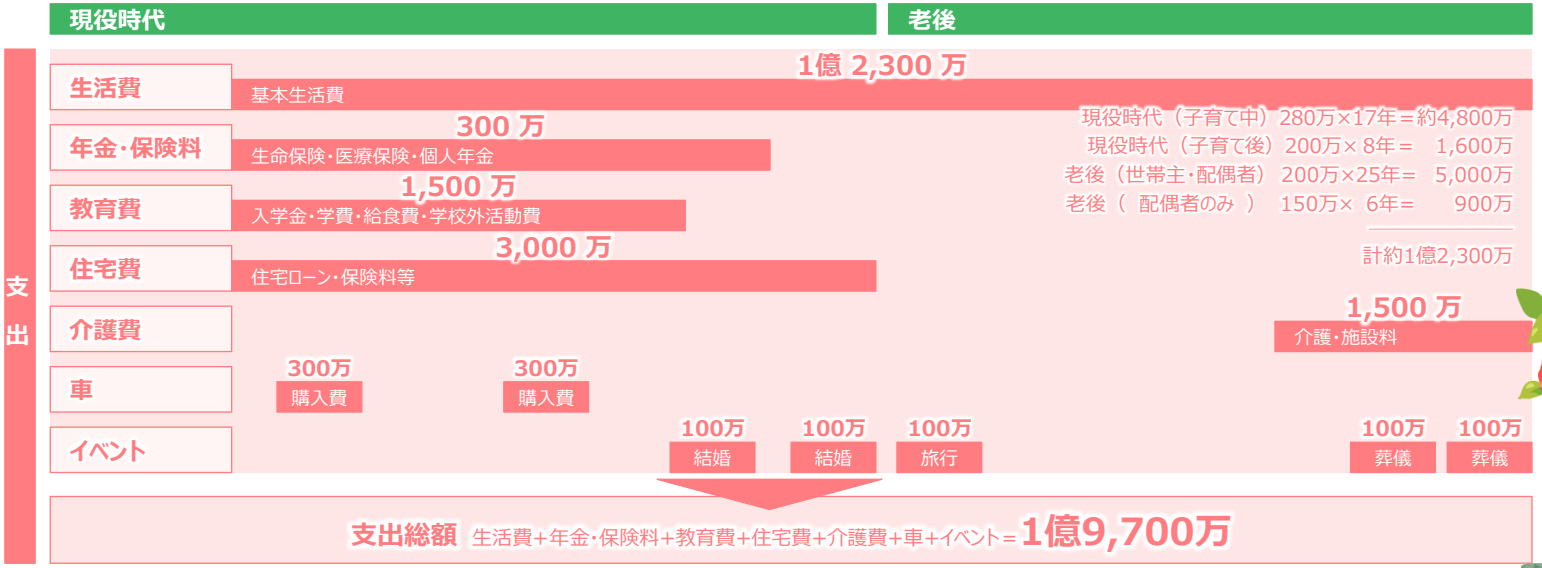
老後の支出総額

5,000万＋900万＋1,500万＋200万＝**7,600万**

ライフプラン作成の準備

❖ 「今後支払う予定の支出」について

前ページで考えた「今後支払う予定の支出」について、時間軸を意識してまとめ直してみましょう。



ライフプラン作成の準備

❖ 「最終資産総額」の試算

ここまでで、ライフプラン作成の事前準備はほぼ整ったと考えて良いでしょう。
試しに、今まで考えてきた「今後得られる予定の収入」と「今後支払う予定の支出」から、最終の資産総額を算出してみましょう。

現在資産総額		収入総額		支出総額		最終資産総額
800万	＋	1億9,500万	－	1億9,700万	＝	600万

上の図の例では、試算上は最終プラスの結果となりました。
ただし、ここでの試算はあくまで概算です。実際にライフプランを作成した上で最終結果を確認してみましょう。

ライフプラン作成の準備

❖ 精度向上へ向けての考え方

もし余裕があれば、少しでも精度の高い収入額・支出額を把握するために、ライフイベントのイメージを頭に入れた上で、
生涯収支等から考えるトップダウン（演繹法）の他に、家計簿等から考えるボトムアップ（帰納法）でも金額を試算してみると良いでしょう。

生涯収支（未来の予測）

精度の高い収入額・支出額

ここでの試行錯誤を繰り返すことで、精度が高まっていきます

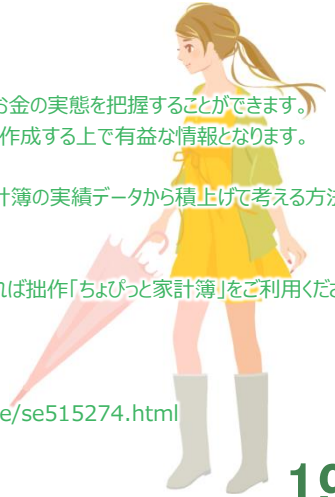
家計簿（過去の実績）

家計簿は過去の実績データです。
家計簿があれば、１年間に入ってくるお金と出ていくお金の実態を把握することができます。
過去における実際の収入額・支出額はライフプランを作成する上で有益な情報となります。

今まで説明してきた生涯収支から考える方法と、家計簿の実績データから積上げて考える方法の両方を組み合わせてみると良いと思います。

なお、もし家計簿ソフトがご入り用でしたら、よろしければ拙作「ちょぴっと家計簿」をご利用ください。
フリーソフトですので、無料でお使いいただけます。

下記URLからダウンロードできます
https://www.vector.co.jp/soft/winnt/home/se515274.html



いよいよ次のページから、実際のライフプランの作成・確認手順の説明に入っていきます。
今まで説明してきた考え方をベースに、具体的な期間や金額を割り出し、必要な情報を入力できるようにしておきましょう！

ライフプラン作成の準備

❖ ライフプランの作成・確認手順

「きままにライフプラン」で実際にライフプランを作成・確認する手順は、以下の通りです。

ライフプランの作成 【3ステップ】

ライフプランの確認

手順	基礎情報の入力	ライフイベント表の作成	キャッシュフロー表の作成	各種グラフの確認	ライフプラン・レポートの確認	未来に向けてのアクション
	・家族構成 ・収入 ・支出 ・資産	・ライフイベント ・コメント	・収入(年額) ・支出(年額) ・資産(移動・調整)	・長期グラフ(各種) ・中長期グラフ ・単年度グラフ	・ライフプランのサマリー ・分析結果(各種) ・判定結果(各種)	・専門家への相談 ・ライフプランの見直し
シート	①初期設定	②ライフイベント表	③キャッシュフロー表	長期グラフ(各種) ④資産・収支 ④収支 ④収入内訳 ④収入詳細 ④支出内訳 ④支出詳細 ④資産内訳 ⑤中長期 ⑥単年度	⑦レポート	⑧アクション

ライフプランの作成は、3ステップで完了です
- 「①初期設定」シートに基礎情報を入力
- 「②ライフイベント表」シートの修正・追記（基礎情報をもとに自動生成されたものを編集）
- 「③キャッシュフロー表」シートの修正・追記（基礎情報をもとに自動生成されたものを編集）

※未来の方向性はひとつとは限りません　想定するケース別に何パターンも作成してみましょう

※レポートの種類は、6ページ *5 の注釈参照

※レポート内容の詳細は、38～50ページを参照

初期設定

❖ 「①初期設定」シート

ライフプランを作成するための基礎情報を入力します。

ライフプランの対象期間を入力します
※長生きリスクも考慮し、長めの期間を設定しましょう

初期設定

対象期間	西暦	2018	年 ～	2079	年	62	年間

memo
・小中高は公立を想定　大学は私立でも良いが、自宅から通う
・車は維持費がかかるため持たない
・住宅ローンは30～64歳までの35年間で返済する

家族構成・収入・支出・資産の各項目について
年齢や金額（年額）を入力します

※年度は、4/1～翌年3/31を1年とします
※年齢は、誕生日が来た後の年齢とします
（例：小学校の入学年齢は、年度開始時点での年齢が6歳であっても、「7」と入力します）

どのように入力したら良いかわからない場合には、
（入力例）のファイルを参考にしてみてください

家族構成

	表示名	続柄	生年月日	年齢	保育/幼稚園入園年齢	保育/幼稚園卒園年齢	小学校入学年齢	小学校卒業年齢	中学校入学年齢	中学校卒業年齢	高校入学年齢	高校卒業年齢	大学入学年
1人目	野原　ひろお	世帯主	1982/09/21	36	4	6	7	12	13	15	16	18	
2人目	野原　みさこ	配偶者	1988/10/10	30	4	6	7	12	13	15	16	18	
3人目	野原　しんすけ	第1子	2012/05/05	6	4	6	7	12	13	15	16	18	
4人目	野原　ひまり	第2子	2017/09/27	1	4	6	7	12	13	15	16	18	
5人目													
6人目													

収　入

本業収入

※個人事業主の場合は、事業所得から税金を引いた手取り額を入力

	表示名	続柄	仕事1				仕事2				仕事3			
			開始年齢	終了年齢	手取年収	昇給額	開始年齢	終了年齢	手取年収	昇給額	開始年齢	終了年齢	手取年収	昇給額
1人目	野原　ひろお	世帯主	36	50	3,500,000	50,000	51	60	4,200,000	36,000	61	65	2,000,000	0
2人目	野原　みさこ	配偶者	30	60	1,000,000									
3人目	野原　しんすけ	第1子												
4人目	野原　ひまり	第2子												
5人目														
6人目														

初期設定

❖ 「①初期設定」シート

資産額を入力する際に、想定年利も入力しておきます。

資 産

安全資産

	表示名	続柄	資産管理開始年	資産額	年利
1人目	野原　ひろお	世帯主	-	3,500,000	-
2人目	野原　みさこ	配偶者	-	1,500,000	-
3人目	野原　しんすけ	第1子	-	0	-
4人目	野原　ひまり	第2子	-	0	-
5人目			-		-
6人目			-		-
合計			2018	5,000,000	0.001%

リスク資産

	表示名	続柄	資産管理開始年	資産額	年利
1人目	野原　ひろお	世帯主	-	1,000,000	-
2人目	野原　みさこ	配偶者	-	0	-
3人目	野原　しんすけ	第1子	-	0	-
4人目	野原　ひまり	第2子	-	0	-
5人目			-		-
6人目			-		-
合計			2018	1,000,000	1.000%

・安全資産
銀行預金・郵便貯金等の貯蓄
（運用に回していない資産）

・リスク資産
株式・債券・投資信託等で運用している資産

安全資産の想定年利（税引き後）を入力します
※現在預けている銀行預金や郵便貯金等の金利を参考に入力しましょう

リスク資産の想定年利（税引き後）を入力します
※運用が成功するとは限りませんので、なるべく保守的な数値を入力しておきましょう

※リスク資産の金額は、外貨建ての金融商品で運用している場合でも、円換算した金額で入力してください

※預金や金融商品等によって年利は異なると思いますが、安全資産・リスク資産それぞれ全ての預金・全ての金融商品をならしたトータルでの想定年利を入力してください

ライフイベント表

❖ 「②ライフイベント表」シート

未来年表のような表が自動生成されますので、必要に応じてライフイベントやコメントを修正・追記します。

ライフイベント表　西暦 2018 年 ～ 2079 年

単位：円

	経過年数	年度	年齢 野原 ひろお 世帯主	野原 みさこ 配偶者	野原 しんすけ 第1子	野原 ひまり 第2子			ライフイベント	コメント	収入	支出	収支	資産
★	1	2018	36	30	6	1				※子どもが小さいうちが貯め時なので、この時期にしっかりお金を貯める	4,800,050	4,390,000	410,050	6,420,050
	2	2019	37	31	7	2				〃	4,			
	3	2020	38	32	8	3				〃	4,			
	4	2021	39	33	9	4				〃	4,			
	5	2022	40	34	10	5				〃	4,			
	6	2023	41	35	11	6				〃				
	7	2024	42	36	12	7				※世帯主の昇給と、子供の生活費の伸びが拮抗する時期				
	8	2025	43	37	13	8				〃	5,			
	9	2026	44	38	14	9				〃	5,			
	10	2027	45	39	15	10				〃	5,			
	11	2028	46	40	16	11			第1子高校入学	※第１子の高校進学により、収支が悪化し始める時期	5,			
										〃	5,			
									第1子高校卒業	〃	5,			
									第1子大学入学	※第１子の大学進学により、学費の支払いで教育費がピークに！！	5,270,056	6,970,000	-1,699,944	5,055,313

未来に起きる出来事（進学、就職、結婚等）や、やりたいこと、夢などがあれば、入力してみましょう

セル内の数式をつぶして構いませんので、直接ライフイベントやコメントを入力してください

※数式をつぶした場合、「①初期設定」シートの情報を基にしたライフイベントは、表に反映されなくなりますのでご注意ください

右側に、収入・支出・収支・資産の金額を表示してありますので、参考にしてください

※金額の詳細については、「①初期設定」・「③キャッシュフロー表」シートをご確認ください

年齢欄での色付けの意味については、表の下に説明がありますのでご確認ください

キャッシュフロー表

❖ 「③キャッシュフロー表」シート

収入・支出・資産の金額推移がわかる表が自動生成されますので、必要に応じて修正・追記します。

キャッシュフロー表　西暦 2018 年 ～ 2079 年

▼イマココ

経過年数				1	2	3	4	5	6	7			
年度				2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024			
年齢		野原 ひろお	世帯主	36	37	38	39	40	41	42			
		野原 みさこ	配偶者	30	31	32	33	34	35	36			
		野原 しんすけ	第1子	6	7	8	9	10	11	12			
		野原 ひまり	第2子	1	2	3	4	5	6	7			
ライフイベント		-	-										第1子高校入学
仕事による収入	本業収入	野原 ひろお	世帯主	3,500,000	3,550,000	3,600,000	3,650,000	3,700,000	3,750,000	3,800,000	3,850,000	3,900,000	3,950,000	4,000,000
		野原 みさこ	配偶者	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000
		野原 しんすけ	第1子	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		野原 ひまり	第2子	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				4,500,000	4,550,000	4,600,000	4,650,000	4,700,000	4,750,000	4,800,000	4,850,000	4,900,000	4,950,000	5,000,000
	副業収入	野原 ひろお	世帯主									0	0	0	0
		野原 みさこ	配偶者									0	0	0	0
		野原 しんすけ	第1子									0	0	0	0
		野原 ひまり	第2子									0	0	0	0
												0	0	0	0
												0	0	0	0
												0	0	0	0
	退職金	野原 ひろお	世帯主									0	0	0	0
		野原 みさこ	配偶者									0	0	0	0
		野原 しんすけ	第1子									0	0	0	0
		野原 ひまり	第2子									0	0	0	0
												0	0	0	0
												0	0	0	0
				0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

実態に即していない部分などがあれば、セル内の数式をつぶして構いませんので、直接金額を入力します

※数式をつぶした場合、「①初期設定」シートで入力した情報は反映されなくなりますのでご注意ください

「①初期設定」シートは、初期値を入れてくれるだけのものです
詳細を整えるには、キャッシュフロー表を直接修正する必要があります

また、対象期間の開始が過去の年になっており、過去の実績を入力する場合には、セル内の数式をつぶして直接金額を入力してください
その際、資産残高を変更する場合は、移動・調整欄をご利用ください

キャッシュフロー表

❖ 「③キャッシュフロー表」シート

安全資産の利息については、「利息・配当」欄に自動で表示されます。

キャッシュフロー表　西暦 2018 年 ～ 2079 年

▼イマココ

経過年数				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
年度				2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028
年齢		野原 ひろお	世帯主	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46
		野原 みさこ	配偶者	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
		野原 しんすけ	第1子	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
		野原 ひまり	第2子	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ライフイベント		-	-											第1子高校入学
資産運用	売却益	野原 ひろお	世帯主	0	0	0	0	0						
		野原 みさこ	配偶者	0	0	0	0	0						
		野原 しんすけ	第1子	0	0	0	0	0						
		野原 ひまり	第2子	0	0	0	0	0						
				0	0	0	0	0						
				0	0	0	0	0						
				0	0	0	0	0						
	利息・配当	野原 ひろお	世帯主	50	54	58	61	62	63		65	63	62	62
		野原 みさこ	配偶者	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		野原 しんすけ	第1子	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		野原 ひまり	第2子	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				50	54	58	61	62	63	65	65	63	62	62
その他		野原 ひろお	世帯主	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		野原 みさこ	配偶者	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		野原 しんすけ	第1子	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		野原 ひまり	第2子	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

便宜上、安全資産の利息は世帯主の欄に表示しています

※利息は、「①初期設定」シートで入力していただいた、
安全資産の想定年利をもとに算出しています

キャッシュフロー表

❖ 「③キャッシュフロー表」シート

資産運用を行ったり、運用資産の取り崩しを行う場合には、「移動・調整」欄に金額を入力してください。

キャッシュフロー表　西暦 2018 年 ～ 2079 年

▼イマココ

経過年数				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
年度				2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028
年齢		野原 ひろお	世帯主	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46
		野原 みさこ	配偶者	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
		野原 しんすけ	第1子	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
		野原 ひまり	第2子	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ライフイベント		-	-											第1子高校入学
支出	旅行	野原 ひろお	世帯主	0	0	0	0	0	0	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000
		野原 みさこ	配偶者	0	0	0	0	0	0	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000
		野原 しんすけ	第1子	0	0	0	0	0	0	25,000	25,000	25,000	25,000	25,000
		野原 ひまり	第2子	0	0	0	0	0	0	25,000	25,000	25,000	25,000	25,000
				0	0	0	0	0	0	0				
				0	0	0	0	0	0	0				
				0	0	0	0	0	0	150,000				
	その他	野原 ひろお	世帯主	0	0	0	0	0	0	0				
		野原 みさこ	配偶者	0	0	0	0	0	0	0				
		野原 しんすけ	第1子	0	0	0	0	0	0	0				
		野原 ひまり	第2子	0	0	0	0	0	0	0				
				0	0	0	0	0	0	0				
				0	0	0	0	0	0	0				
				0	0	0	0	0	0	0	0		0	0
	支出合計	-	-	4,390,000	4,510,000	4,510,000	4,810,000	4,810,000	4,810,000	5,080,000	5,240,000	[illegible]	5,240,000	5,305,000
収支		-	-	410,050	340,054	360,058	80,061	130,062	180,063	-39,935	-149,935	[illegible]9,937	-49,938	-184,938
資産	金融資産 安全資産	移動・調整	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	金融資産 リスク資産	移動・調整	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	金融資産 安全資産	残高	-	5,410,050	5,750,104	6,110,162	6,190,223	6,320,285	6,500,348	6,460,413	6,310,478	6,210,541	6,160,603	5,975,665
	金融資産 リスク資産	残高	-	1,010,000	1,020,100	1,030,301	1,040,604	1,051,010	1,061,520	1,072,135	1,082,856	1,093,685	1,104,622	1,115,668
	資産合計	-	-	6,420,050	6,770,204	7,140,463	7,230,827	7,371,295	7,561,868	7,532,548	7,393,334	7,304,226	7,265,225	7,091,333

運用、取り崩し、調整等にご利用ください

・安全資産 → リスク資産（資産運用）
・リスク資産 → 安全資産（取り崩し）

キャッシュフロー表

❖ 資産運用の開始（リスク資産の購入）

資産運用（リスク資産の購入）を行う場合には、以下の手順で入力してください。

経過年数				3
年度				2020
年齢		野原　ひろお	世帯主	38
		野原　みさこ	配偶者	32
		野原　しんすけ	第1子	8
		野原　ひまり	第2子	3
ライフイベント		-	-	
その他		野原　ひろお	世帯主	0
		野原　みさこ	配偶者	0
		野原　しんすけ	第1子	0
		野原　ひまり	第2子	0
				0
				0
				0
支出合計		-	-	4,510,000
収支		-	-	360,058
資産 金融資産	安全資産	移動・調整	-	-500,000
	リスク資産	移動・調整	-	494,900
	安全資産	残高	-	5,610,162
	リスク資産	残高	-	1,525,201
資産合計		-	-	7,135,363

※ここで記載しているのは、あくまで「例」です。
実際には、金融商品によって、かかってくるお金は異なりますので、
購入を検討されている金融商品の目論見書等をご確認の上、入力してください

1.リスク資産を購入する場合、
購入金額(元本)分を安全資産からマイナスします

購入時点で元本割れとなりますが、
この時点ではあくまで含み損であり、
実際の損失(支出)ではありません

2.リスク資産には、購入金額(元本)から購入時手数料分
を差し引いて初年度運用益を足した金額をプラスします

＜例＞
494,900 ＝ 500,000(元本) － 10,000(購入時手数料) *6 ＋ 4,900（初年度運用益）*7

*6 購入時手数料：¥500,000の金融商品の購入時手数料が2%だった場合、¥500,000×2%＝¥10,000となります

*7 初年度運用益：購入時手数料を差し引いた金額¥490,000を年利が1%で運用した場合、¥490,000×1%＝¥4,900となります

キャッシュフロー表

❖ 運用資産の取り崩し（リスク資産の売却）

運用資産の取り崩し（リスク資産の売却）を行う場合には、以下の手順で入力してください。

経過年数				7
年度				2024
年齢		野原　ひろお	世帯主	42
		野原　みさこ	配偶者	36
		野原　しんすけ	第1子	12
		野原　ひまり	第2子	7
ライフイベント		-	-	
その他		野原　ひろお	世帯主	0
		野原　みさこ	配偶者	0
		野原　しんすけ	第1子	0
		野原　ひまり	第2子	0
				0
				0
				0
支出合計		-	-	5,080,000
収支		-	-	-24,946
資産 金融資産	安全資産	移動・調整	-	500,000
	リスク資産	移動・調整	-	-514,994
	安全資産	残高	-	6,475,387
	リスク資産	残高	-	1,072,137
資産合計		-	-	7,547,524

売却益

	表示名	続柄	売却期間1			売却期間2			売却期間3			売却1	
			開始年齢	終了年齢	金額	開始年齢	終了年齢	金額	開始年齢	終了年齢	金額	年齢	金額
1人目	野原　ひろお	世帯主										42	14,994
2人目	野原　みさこ	配偶者											
3人目	野原　しんすけ	第1子											
4人目	野原　ひまり	第2子											
5人目													
6人目													

1.リスク資産を売却する場合、
元本+売却益分をリスク資産からマイナスします

＜例＞
514,994 ＝ 500,000(元本) + 14,994(売却益) *8

2.安全資産は、元本分をプラスします

（元本分は、利益ではないので収入ではありません
その為、そのままリスク資産から安全資産へ移動します）

3.「①初期設定」シートの売却益欄に、
売却益（税引き後の手取り額）を入力します

経過年数				7
年度				2024
年齢		野原　ひろお	世帯主	42
		野原　みさこ	配偶者	36
		野原　しんすけ	第1子	12
		野原　ひまり	第2子	7
ライフイベント		-	-	
資産運用 売却益		野原　ひろお	世帯主	14,994
		野原　みさこ	配偶者	0
		野原　しんすけ	第1子	0
		野原　ひまり	第2子	0
				0
				0
				14,994
利息・配当		野原　ひろお	世帯主	60
		野原　みさこ	配偶者	0
		野原　しんすけ	第1子	0
		野原　ひまり	第2子	0
				0
				0
				60

4.売却益の手取り額が収入として表示されます

（「③キャッシュフロー表」シートに直接金額を入力しても
構いません）

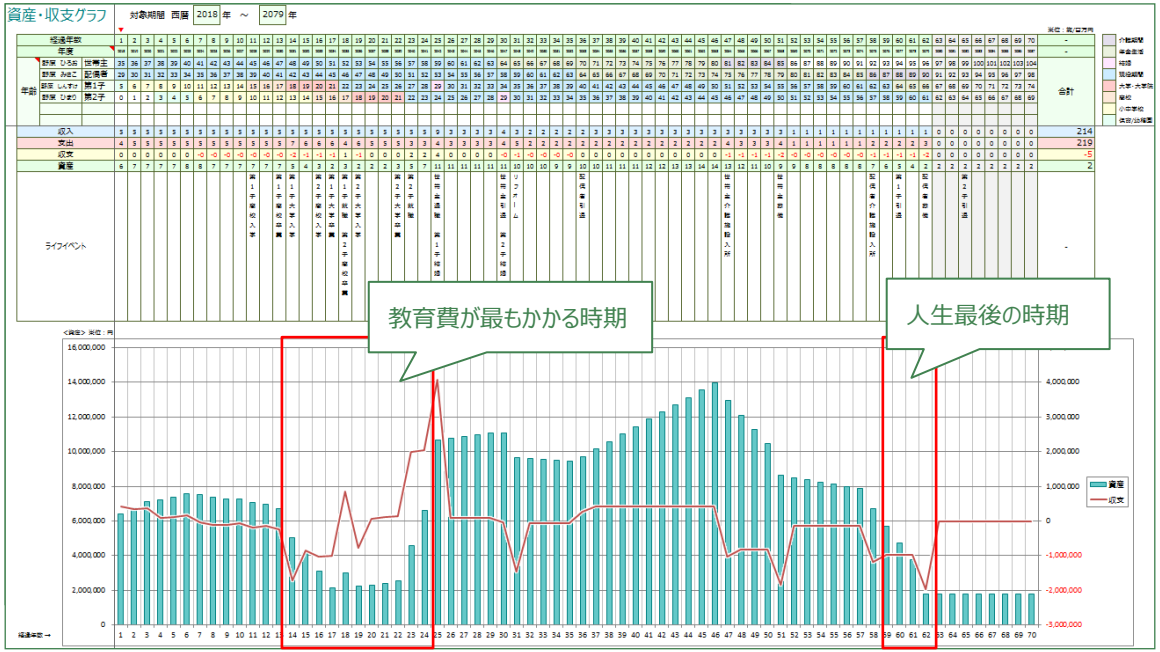
*8 売却益：¥490,000を年利1%(税引き後)で5年間複利運用した場合、¥514,994になります

そこから、¥500,000(元本)を差し引いた¥14,994が売却益となります

長期グラフ（各種）

❖ 「④資産・収支」シート

対象期間を通した資産と収支の推移をグラフで確認します。



【収支】 折れ線グラフ
収支の結果が、資産残高へ影響を与えます

収支のプラス（マイナス）が大きい年はいつか、収支のプラス（マイナス）が続くのはいつか等、よく確認してみましょう

【資産】 棒グラフ
教育費や住宅ローンがかさむ時期などに、

「途中で資産残高がマイナスになる」

あるいは、

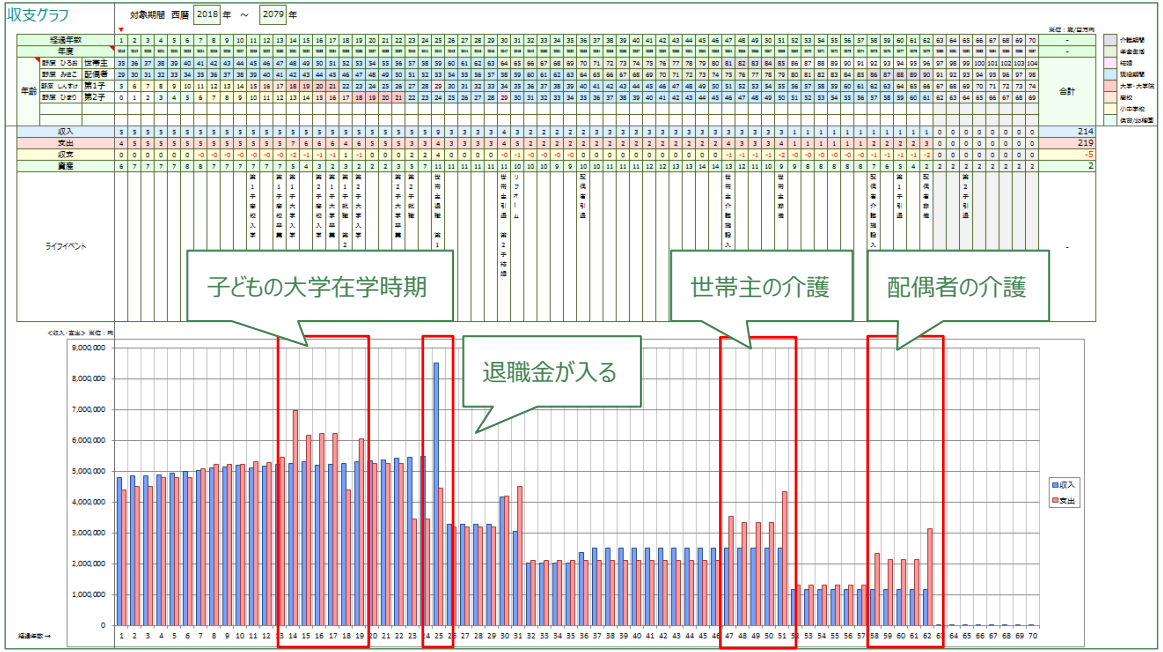
「老後に資産が尽きてしまう」

などということはありませんか？
大事なポイントなので、特によく確認しましょう

長期グラフ（各種）

❖ 「④収支」シート

対象期間を通した収入と支出の推移をグラフで確認します。



【収入】青色棒グラフ・【支出】赤色棒グラフ

・収入が支出を上回る年がどのくらいあるか？
確認してみましょう

→ **お金の貯め時がわかります**

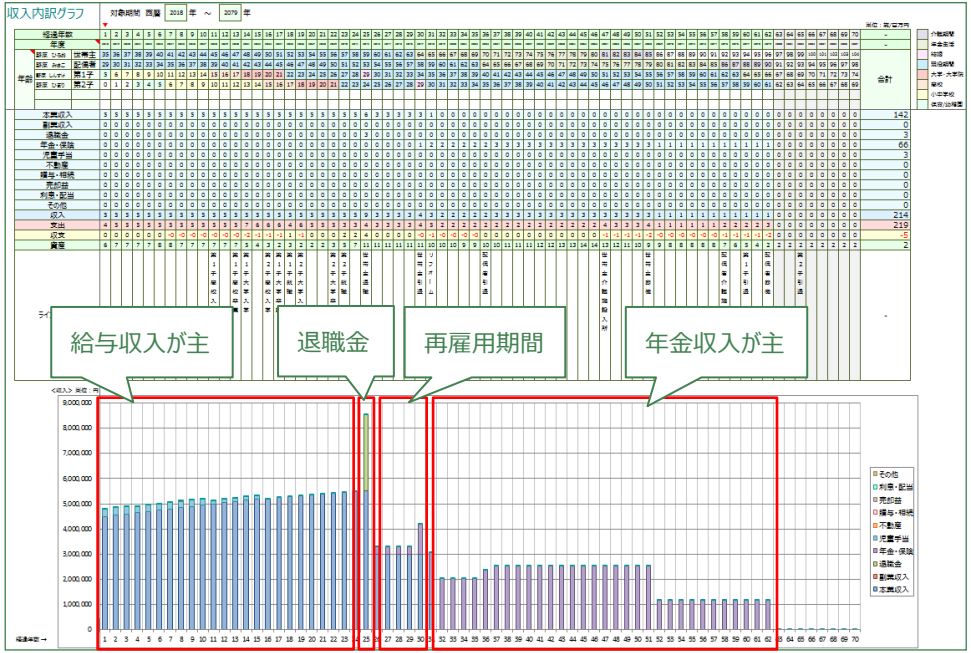
・支出が収入を上回る年がどのくらいあるか？
確認してみましょう

→ **家計が苦しくなる時期がわかります**

長期グラフ（各種）

❖ 「④収入内訳」シート

対象期間を通した収入の内訳をグラフで確認します。



【収入の内訳】 積上げ棒グラフ

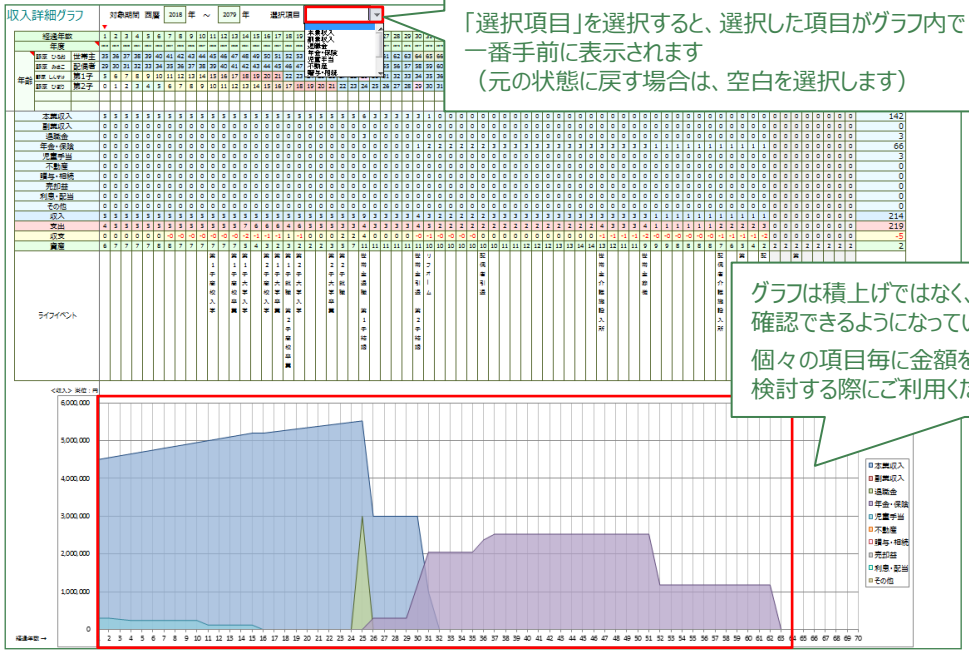
・収入に占める要素で大きいのは何か？
・他に増やせるものはないか？
・要素の変更があるのはいつか？

など、時間軸と金額との両方から改善策を検討してみましょう

長期グラフ（各種）

❖ 「④収入詳細」シート

対象期間を通した収入の項目毎の詳細をグラフで確認します。



「選択項目」を選択すると、選択した項目がグラフ内で一番手前に表示されます
（元の状態に戻す場合は、空白を選択します）

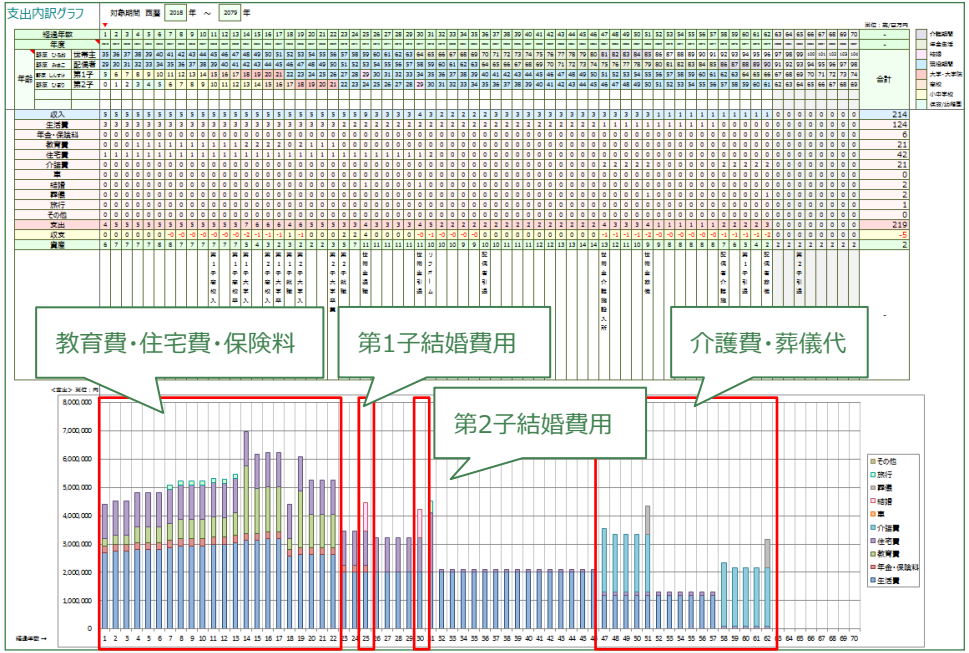
グラフは積上げではなく、項目毎の金額推移を個別に確認できるようになっています

個々の項目毎に金額を確認し、収入の改善について検討する際にご利用ください

長期グラフ（各種）

❖ 「④支出内訳」シート

対象期間を通した支出の内訳をグラフで確認します。



【支出の内訳】 積上げ棒グラフ

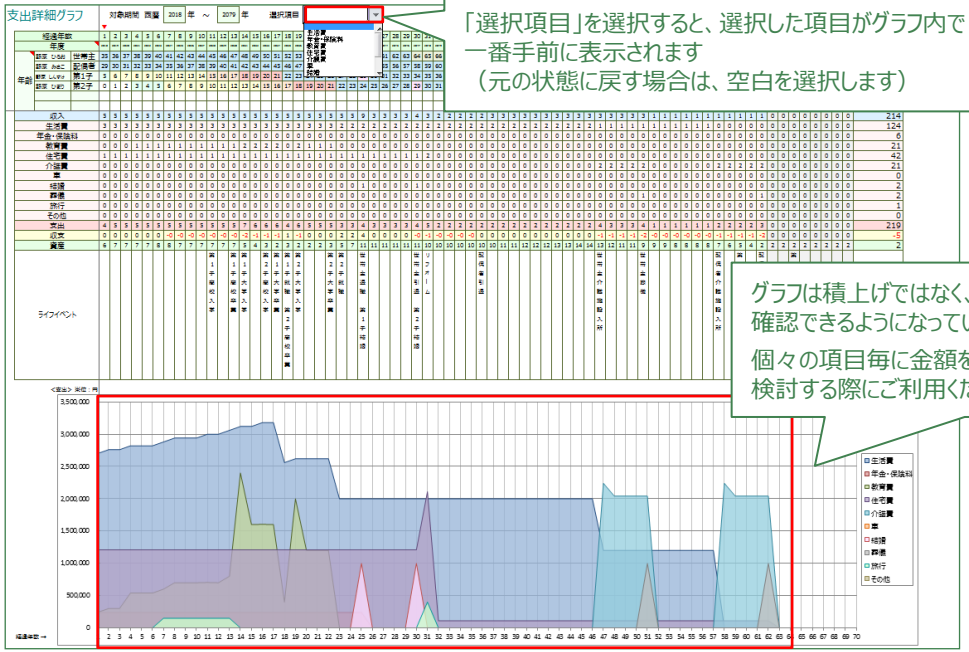
・支出に占める要素で大きいのは何か？
・減らせるものはないか？
・要素の変更があるのはいつか？

など、時間軸と金額との両方から改善策を検討してみましょう

長期グラフ（各種）

❖ 「④支出詳細」シート

対象期間を通した支出の項目毎の詳細をグラフで確認します。



「選択項目」を選択すると、選択した項目がグラフ内で一番手前に表示されます
（元の状態に戻す場合は、空白を選択します）

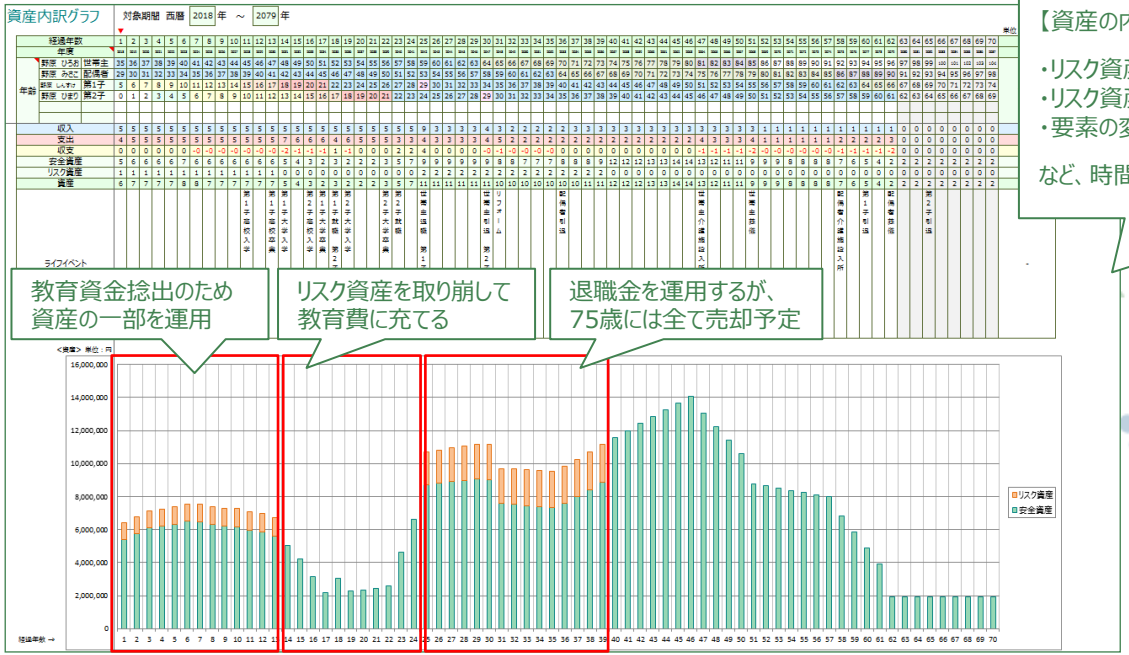
グラフは積上げではなく、項目毎の金額推移を個別に確認できるようになっています

個々の項目毎に金額を確認し、支出の改善について検討する際にご利用ください

長期グラフ（各種）

❖ 「④資産内訳」シート

対象期間を通した資産の内訳をグラフで確認します。



【資産の内訳】 積上げ棒グラフ

・リスク資産・安全資産のどちらが要素として大きいか？
・リスク資産と安全資産のバランスは適切か？
・要素の変更があるのはいつか？

など、時間軸と金額との両方から改善策を検討してみましょう

中長期グラフ

「⑤中長期」シート

人生を3つの期間に分け、それぞれの期間について詳細を確認します。

3つの期間の開始年・終了年を調整し、教育資金や老後資金の貯め時はいつか、資金の不足がないか等を確認します

対象期間	2018 ～ 2030	13年間の収支
経過年数	1 年 13 年	605,783

収入内訳

項目	金額
本業収入	62,400,000
副業収入	0
退職金	0
年金・保険	0
児童手当	2,910,000
不動産	0
贈与・相続	0
売却益	0
利息・配当	783
その他	0
収入合計	65,310,783

支出内訳

項目	金額
生活費	37,440,000
年金・保険料	3,120,000
教育費	7,365,000
住宅費	15,730,000
介護費	0
車	0
結婚	0
葬儀	0
旅行	1,050,000
その他	0
支出合計	64,705,000

対象期間	2031 ～ 2039	9年間の収支
経過年数	14 年 22 年	-4,148,695

収入内訳

項目	金額
本業収入	47,506,000
副業収入	0
退職金	0
年金・保険	0
児童手当	240,000
不動産	0
贈与・相続	0
売却益	0
利息・配当	305
その他	0
収入合計	47,746,305

支出内訳

項目	金額
生活費	25,640,000
年金・保険料	2,160,000
教育費	13,205,000
住宅費	10,890,000
介護費	0
車	0
結婚	0
葬儀	0
旅行	0
その他	0
支出合計	51,895,000

対象期間	2040 ～ 2079	40年間の収支
経過年数	23 年 62 年	-991,341

収入内訳

項目	金額
本業収入	32,464,000
副業収入	0
退職金	3,000,000
年金・保険	65,861,112
児童手当	0
不動産	0
贈与・相続	0
売却益	0
利息・配当	3,547
その他	0
収入合計	101,328,659

支出内訳

項目	金額
生活費	61,200,000
年金・保険料	720,000
教育費	0
住宅費	15,200,000
介護費	20,800,000
車	0
結婚	2,000,000
葬儀	2,000,000
旅行	400,000
その他	0
支出合計	102,320,000

※開始年・終了年は、直接数値を入力することをお奨めします（スピンボタンは動作が遅い為）

3つの期間＜例＞
1.第1子高校卒業迄
2.第1子大学入学～世帯主定年迄
3.世帯主定年以降

単年度グラフ

❖ 「⑥単年度」シート

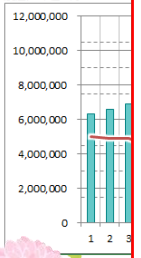
単年度ごとの収支や資産状況の詳細を確認します。

対象年度を入力し、
個々の年度ごとに、収入・支出・資産残高
などの面で問題がないか、詳細を確認します

単年度グラフ　対象期間　西暦 2018 年 ～ 2079 年

経過年数			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
年度			2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035	2036	2037	2038	2039	2040	2041	2042	2043	2044	2045	2046	2047	2048	2049	2050	2051	2052	2053
年齢	野原 ひろお	世帯主	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
	野原 みさこ	配偶者	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64
	野原 しんすけ	第1子	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
	野原 ひまり	第2子	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
収入			5	5	5																																	
支出			4	5	5																																	
収支			0	0	0																																	
資産			6	7	7																																	

<資産> 単位：円



対象年度 2028
経過年数 11 年

収入内訳

項目	金額
本業収入	5,000,000
副業収入	0
退職金	0
年金・保険	0
児童手当	120,000
不動産	0
贈与・相続	0
売却益	0
利息・配当	62
その他	0
収入合計	5,120,062

支出内訳

項目	金額
生活費	3,000,000
年金・保険料	240,000
教育費	705,000
住宅費	1,210,000
介護費	0
車	0
結婚	0
葬儀	0
旅行	150,000
その他	0
支出合計	5,305,000

ライフイベント

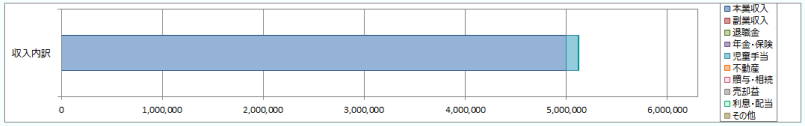
第1子高校入学

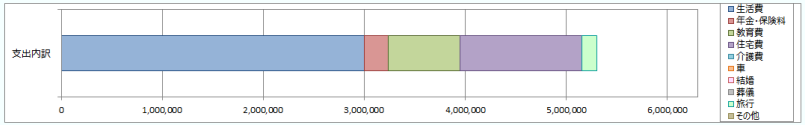
単年度収支

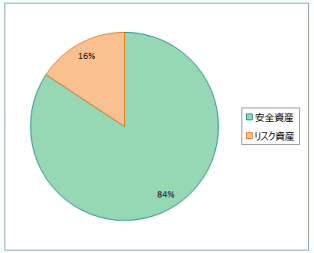
項目	金額
収支合計	-184,938

資産内訳

項目	金額
安全資産	5,975,665
リスク資産	1,115,668
資産合計	7,091,333



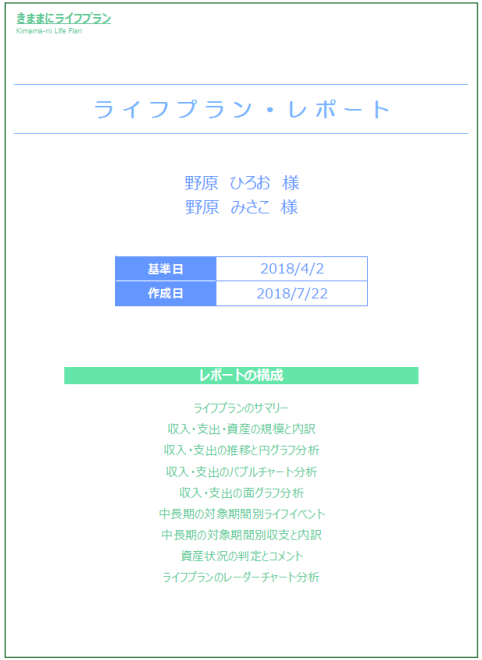




ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

作成したライフプランのレポートが自動生成されますので、サマリー（要約）を確認します。



きままにライフプラン
Kimama-ni Life Plan

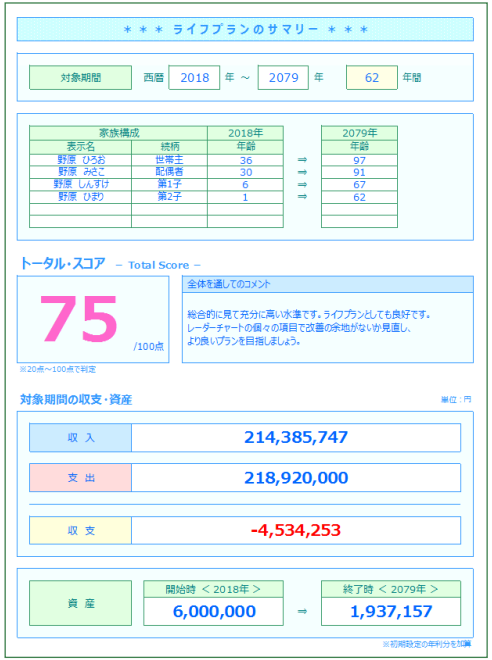
ライフプラン・レポート

野原 ひろお 様
野原 みさこ 様

基準日	2018/4/2
作成日	2018/7/22

レポートの構成

ライフプランのサマリー
収入・支出・資産の規模と内訳
収入・支出の推移と円グラフ分析
収入・支出のバブルチャート分析
収入・支出の面グラフ分析
中長期の対象期間別ライフイベント
中長期の対象期間別収支と内訳
資産状況の判定とコメント
ライフプランのレーダーチャート分析



＊＊＊ ライフプランのサマリー ＊＊＊

対象期間 西暦 2018 年 ～ 2079 年 62 年間

家族構成		2018年		2079年
表示名	続柄	年齢		年齢
野原 ひろお	世帯主	36	⇒	97
野原 みさこ	配偶者	30	⇒	91
野原 しんすけ	第1子	6	⇒	67
野原 ひまり	第2子	1	⇒	62

トータル・スコア － Total Score －

75 /100点

※20点～100点で判定

全体を通してのコメント

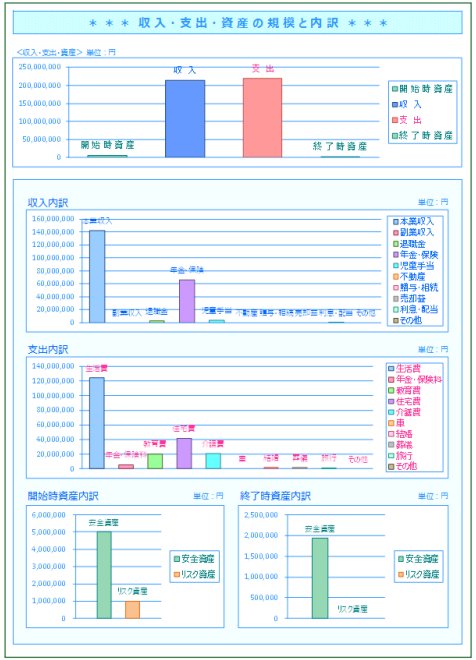
総合的に見て充分に高い水準です。ライフプランとしても良好です。
レーダーチャートの個々の項目で改善の余地がないか見直し、
より良いプランを目指しましょう。

対象期間の収支・資産 単位：円

収 入	214,385,747
支 出	218,920,000
収 支	-4,534,253

資 産	開始時 ＜ 2018年 ＞		終了時 ＜ 2079年 ＞
	6,000,000	⇒	1,937,157

※初期設定の年利分を加算



＊＊＊ 収入・支出・資産の規模と内訳 ＊＊＊

<収入・支出・資産> 単位：円

収入内訳 単位：円

支出内訳 単位：円

開始時資産内訳 単位：円

終了時資産内訳 単位：円

※Ａ４で印刷可能です
画面での確認が
しづらい場合には、
印刷したものを
ご確認ください

ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

「トータル・スコア」と「対象期間の収支・資産」を確認します。

トータル・スコア　– Total Score –

75 /100点	全体を通してのコメント 総合的に見て充分に高い水準です。ライフプランとしても良好です。 レーダーチャートの個々の項目で改善の余地がないか見直し、 より良いプランを目指しましょう。

※20点～100点で判定

対象期間の収支・資産　　単位：円

収　入	214,385,747
支　出	218,920,000
収　支	-4,534,253

資　産	開始時 ＜ 2018年 ＞ 6,000,000	⇒	終了時 ＜ 2079年 ＞ 1,937,157

※初期設定の年利分を加算

トータル・スコアは、作成したライフプランの総合評価です
20点～100点の範囲で点数がつきます

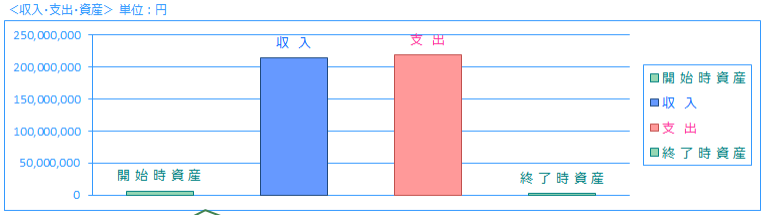
※判定基準は、レポートの最後に記載されています

対象期間の収支・資産は、対象期間トータルでの収支、
および、対象期間終了時の資産残高を確認できます

ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

収入・支出・資産の金額規模や、その内訳を確認します。



収入・支出・資産のおおまかな金額規模が確認できます

※上図の例では、資産（ストック）は少ないが、収入・支出（フロー）は多いということが直感的にわかるかと思います

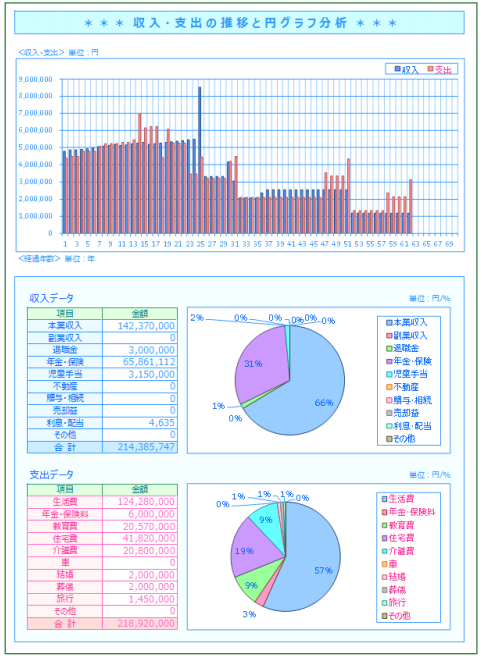
収入・支出・資産の内訳について、項目別の金額規模が確認できます

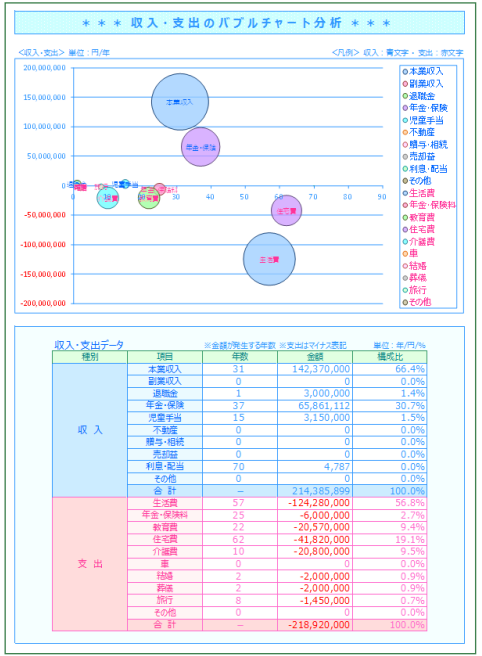
※右図の例では、収入は本業収入と年金・保険、支出は生活費と住宅費、次いで教育費と介護費のボリュームが大きいことがわかるかと思います

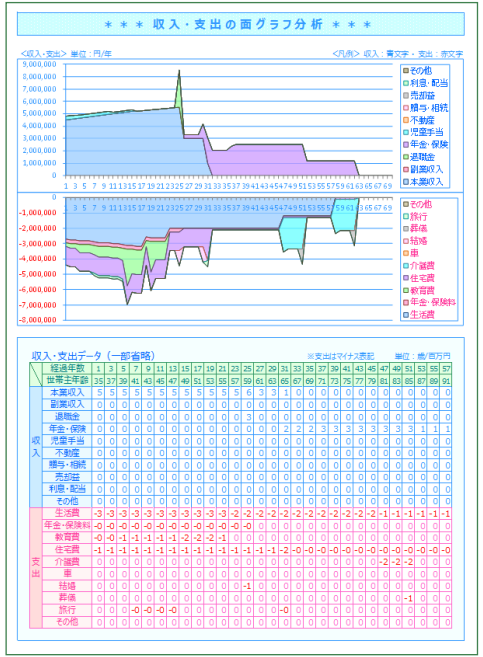
ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

作成したライフプランの収入・支出の分析結果を確認します。



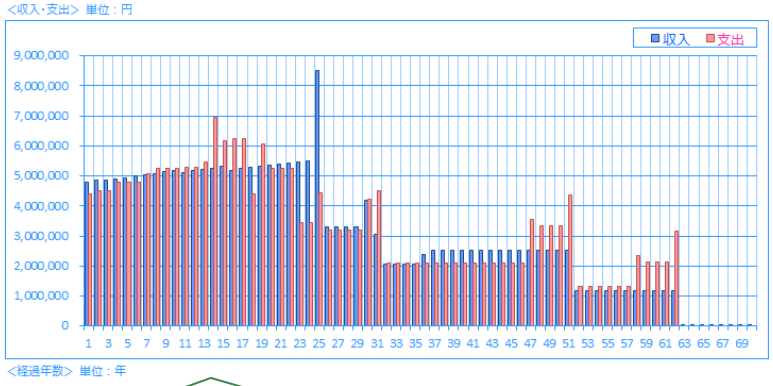




ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

収入・支出の金額推移や、その内訳を確認します。

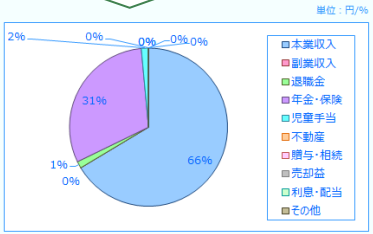


「④収支」シートと同じグラフです
収入と支出の金額推移が確認できます　※見方は、30ページを参照

収入と支出の内訳金額と、円グラフで構成比が確認できます
（40ページの棒グラフのさらに詳細な情報です）

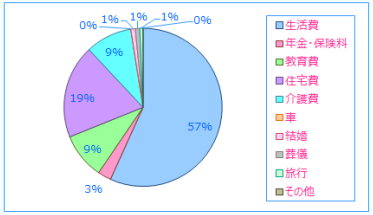
収入データ

項目	金額
本業収入	142,370,000
副業収入	0
退職金	3,000,000
年金・保険	65,861,112
児童手当	3,150,000
不動産	0
贈与・相続	0
売却益	0
利息・配当	4,635
その他	0
合　計	214,385,747



支出データ

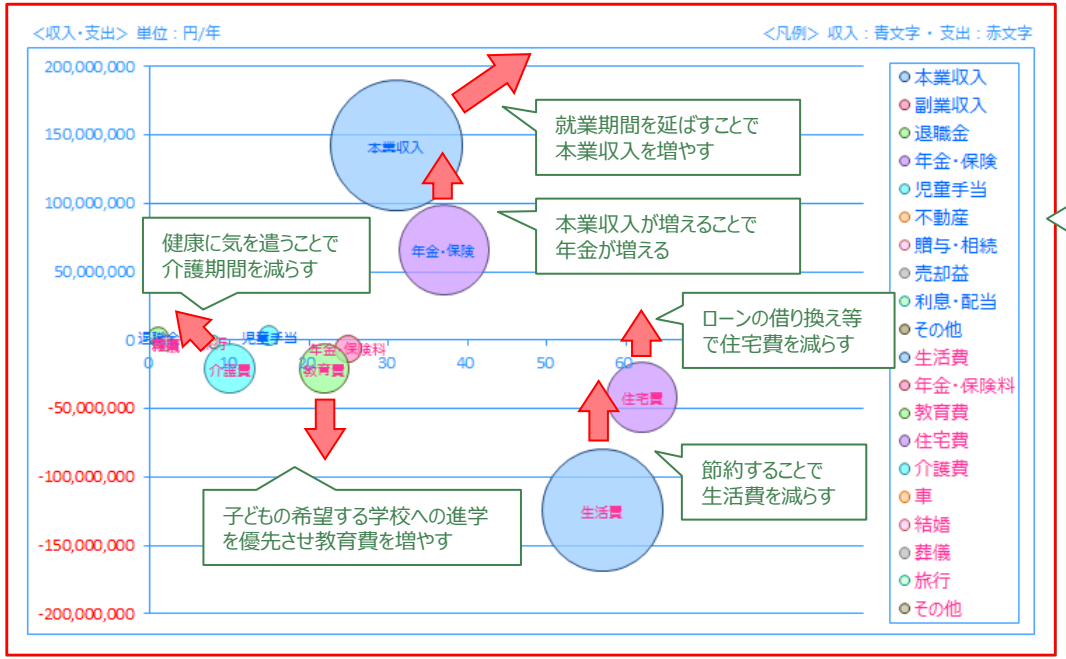
項目	金額
生活費	124,280,000
年金・保険料	6,000,000
教育費	20,570,000
住宅費	41,820,000
介護費	20,800,000
車	0
結婚	2,000,000
葬儀	2,000,000
旅行	1,450,000
その他	0
合　計	218,920,000



ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

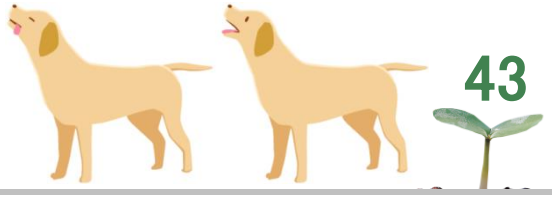
収入・支出のバブルチャートによる分析結果を確認します。



・バブル（丸）の大きさ …… 構成比
・縦軸（バブル（丸）のある高さ）…… 総金額
・横軸 …… 発生年数

収入のバブル（丸）がより高くなれば収入が増え、
支出のバブル（丸）がより高くなれば支出が減ります

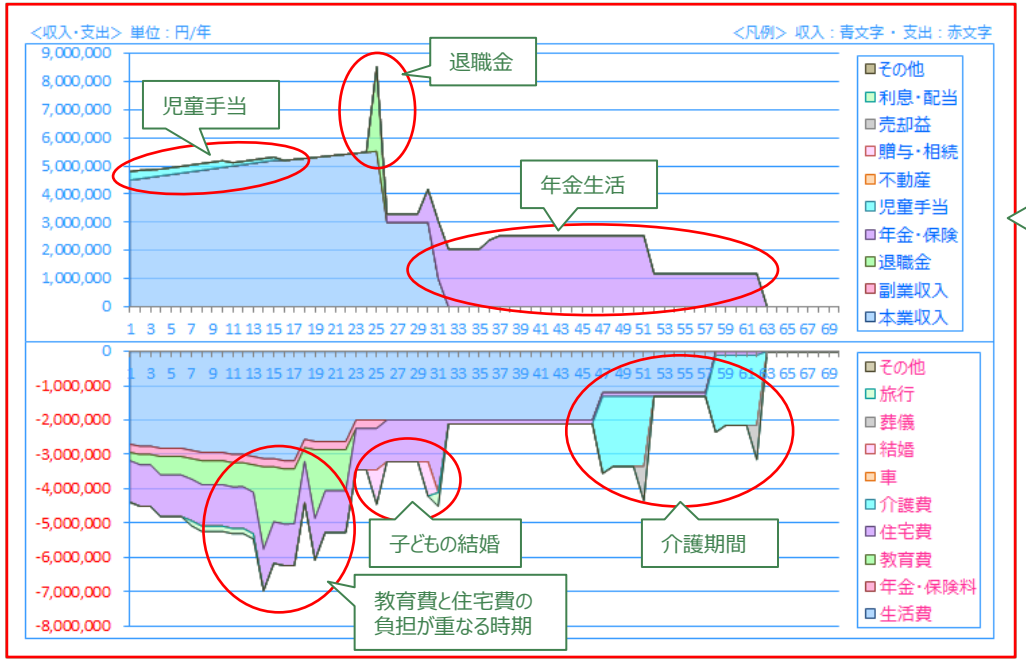
また、右へいくほど年数が増え、左に行くほど年数が減ります



ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

収入・支出の面グラフによる分析結果を確認します。



・色の面積 …… 各収入・支出項目の総金額
・縦軸 …… 単年度金額（積上げ）
・横軸 …… 経過年数

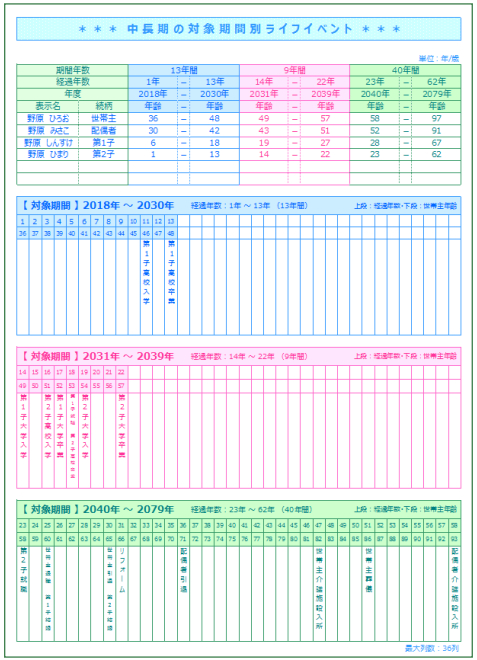
各収入項目の面積が大きくなれば、収入の総額が増え、
各支出項目の面積が小さくなれば、支出の総額が減ります

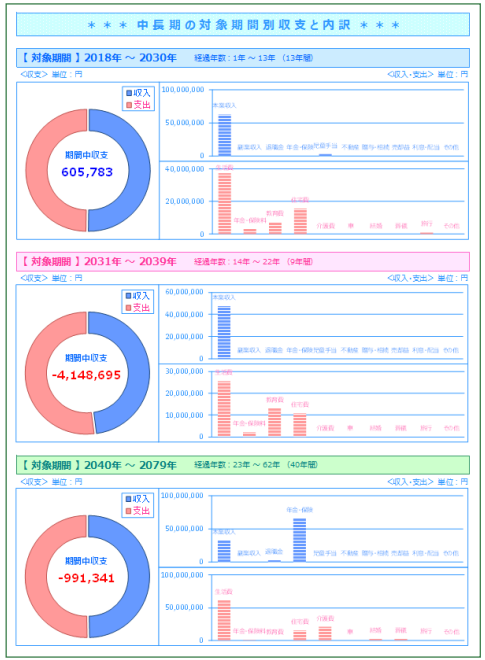
また、右へいくほど先の未来の状況を表しています

ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

作成したライフプランの3つの対象期間毎のライフイベントや収支を確認します。



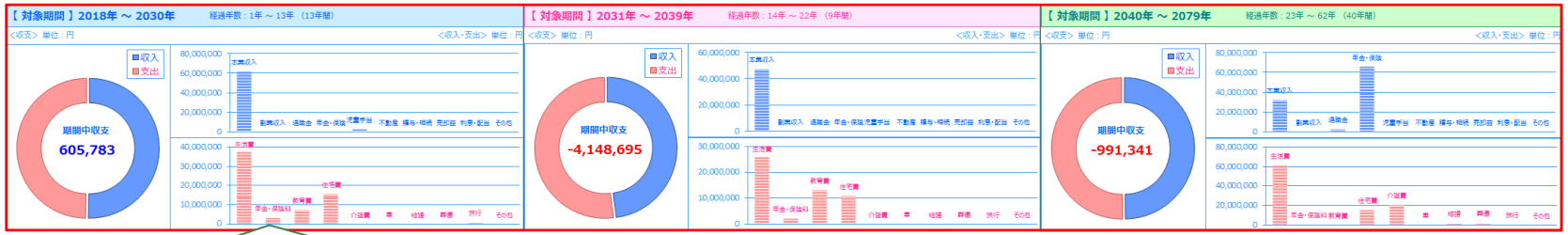


ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

「⑤中長期」シートで入力した3つの対象期間について、対象期間毎のライフイベントや収支・内訳を確認します。

対象期間毎のライフイベントが確認できます



対象期間毎の収支、および、その内訳が確認できます
左が収支のドーナツグラフ、右上段が収入の内訳、右下段が支出の内訳です

※上図の例では、子どもが小さいうちは黒字ですが、大学在学中の期間は大きく赤字になっています
　また、老後は貯蓄を取り崩しながらの生活となるため、赤字となっています

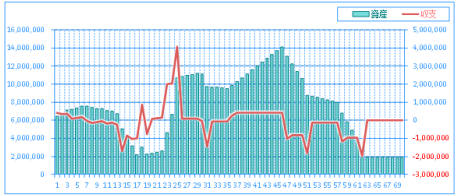
ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

作成したライフプランに対する判定結果を確認します。

＊＊＊ 資産状況の判定とコメント ＊＊＊

<資産> 単位：円　　<収支> 単位：円



<経過年数> 単位：年

B 判定

※S・A・B・C・D・E・Fで判定

対象期間中の資産推移

対象期間全体を通じて、安定した資産状態です。
ライフプランとして良好です。

B 判定

※S・A・B・C・D・E・Fで判定

対象期間終了時の資産残高

対象期間終了時点で、ある程度余裕のある資産が残ります。
ライフプランとして良好です。

【 判定基準 】

■ 対象期間中の資産推移

対象期間中の資産最小額が、
対象期間中の資産最高額に占める割合

・S … 30%以上
・A … 20%以上 ～ 30%未満
・B … 10%以上 ～ 20%未満
・C … 5%以上 ～ 10%未満
・D … 0%以上 ～ 5%未満
・E … -5%以上 ～ 0%未満
・F … -5%未満

■ 対象期間終了時の資産残高

対象期間終了時の資産額が、
対象期間中の資産最高額に占める割合

・S … 30%以上
・A … 20%以上 ～ 30%未満
・B … 10%以上 ～ 20%未満
・C … 5%以上 ～ 10%未満
・D … 0%以上 ～ 5%未満
・E … -5%以上 ～ 0%未満
・F … -5%未満

＊＊＊ ライフプランのレーダーチャート分析 ＊＊＊

単位：点

収支バランス ★★★
収支はマイナスですが、
問題ないレベルです。

資産残高の安定性 ★★★★
安定した資産推移です。
状態としては良好です。

就労期間の長さ ★★★★
公的年金受給まで収入があり、
充分な就労期間です。

長生きリスクへの備え ★★★★
長生きリスクへの備えとしては、
充分なレベルです。

収入の安定性 ★★★
収入源の数としては、
問題ないレベルです。

支出コントロール ★★★
生活費以外の支出について、
精査してみましょう。

分析データ

項目名	判定	説明
収支バランス	60 点	トータルの収支が大き(マイナスにならないか
就労期間の長さ	80 点	世帯主と配偶者の引退年齢を高めに設定しているか
収入の安定性	60 点	収入源が複数存在するか（給与・退職金・副業・年金・不動産・標与・相続等）
支出コントロール	60 点	生活費以外（教育・住宅・車・旅行 等）の支出比率が高過ぎないか
長生きリスクへの備え	80 点	死亡年齢を高めに設定した上で、最終の資産残高がマイナスにならないか
資産残高の安定性	80 点	対象期間中の資産残高が途中でマイナスにならないか

※20・40・60・80・100（点）で判定

【 判定基準 】

■ 収支バランス

対象期間終了時の収支が、
対象期間中の最高資産額に占める割合

・100点 … 0%以上
・ 80点 … -30%以上 ～ 0%未満
・ 60点 … -60%以上 ～ -30%未満
・ 40点 … -100%以上 ～ -60%未満
・ 20点 … -100%未満

■ 就労期間の長さ

世帯主と配偶者の引退年齢の平均
（配偶者がいない場合は、世帯主の引退年齢）

・100点 … 70歳以上
・ 80点 … 65歳以上 ～ 70歳未満
・ 60点 … 60歳以上 ～ 65歳未満
・ 40点 … 50歳以上 ～ 60歳未満
・ 20点 … 50歳未満

■ 収入の安定性

世帯主と配偶者の収入源数
（配偶者がいない場合は、世帯主の収入源数）

・100点 … 9つ以上
・ 80点 … 7つ以上 ～ 9つ未満
・ 60点 … 5つ以上 ～ 7つ未満
・ 40点 … 3つ以上 ～ 5つ未満
・ 20点 … 3つ未満

■ 支出コントロール

対象期間中の生活費以外の支出が、
対象期間中の支出総額に占める割合

・100点 … 20%以下
・ 80点 … 20%超 ～ 35%以下
・ 60点 … 35%超 ～ 50%以下
・ 40点 … 50%超 ～ 65%以下
・ 20点 … 65%超

■ 長生きリスクへの備え

「世帯主と配偶者の死亡年齢の平均」
（配偶者がいない場合は、世帯主の死亡年齢）
と「対象期間終了時の資産額が、対象期間中
の最高資産額に占める割合」の判定平均

<死亡年齢の平均>
・100点 … 90歳以上
・ 80点 … 85歳以上 ～ 90歳未満
・ 60点 … 80歳以上 ～ 85歳未満
・ 40点 … 75歳以上 ～ 80歳未満
・ 20点 … 75歳未満

<対象期間終了時の資産残高>
・100点 … 20%以上
・ 80点 … 10%以上 ～ 20%未満
・ 60点 … 5%以上 ～ 10%未満
・ 40点 … 0%以上 ～ 5%未満
・ 20点 … 0%未満

■ 資産残高の安定性

対象期間中の資産最小額が、
対象期間中の資産最高額に占める割合

・100点 … 20%以上
・ 80点 … 10%以上 ～ 20%未満
・ 60点 … 0%以上 ～ 10%未満
・ 40点 … -10%以上 ～ 0%未満
・ 20点 … -10%未満

【 トータル・スコアの判定基準 】

◆ <資産状況>と<レーダーチャート分析>の判定平均

<資産状況>
「対象期間中の資産推移」と
「対象期間終了時の資産残高」の判定平均

・S … 100点
・A … 90点
・B … 80点
・C … 65点
・D … 50点
・E … 35点
・F … 20点

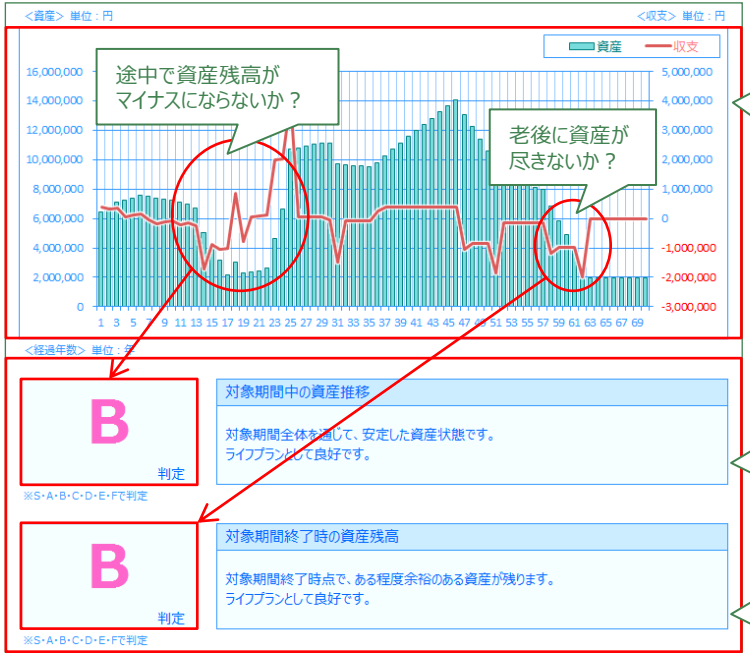
<レーダーチャート分析>
レーダーチャート全6項目の判定平均

・100点
・ 80点
・ 60点
・ 40点
・ 20点

ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

資産状況の判定とコメントを見て、作成したライフプランに問題がないか確認します。



「④資産・収支」シートと同じグラフです
資産と収支の金額推移が確認できます

※見方は、29ページを参照

対象期間中の資産推移の安定性に対する評価です
S・A・B・C・D・E・Fの7段階で判定されます

※判定基準は、判定結果の下に記載されています

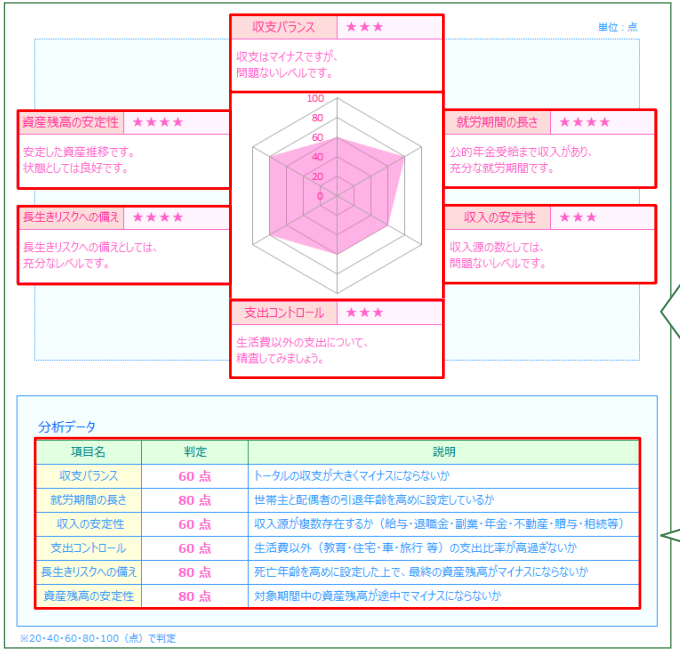
対象期間終了時の資産残高に対する評価です
S・A・B・C・D・E・Fの7段階で判定されます

※判定基準は、判定結果の下に記載されています

ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

レーダーチャートによる分析・判定結果を見て、作成したライフプランに問題がないか確認します。



以下6項目に対する評価です
20・40・60・80・100（点）の5段階で判定されます

- **・収支バランス** ……「収支」に関する項目
- **・就労期間の長さ** ……「収入」に関する項目
- **・収入の安定性** ……「収入」に関する項目
- **・支出コントロール** ……「支出」に関する項目
- **・長生きリスクへの備え** ……「資産」に関する項目
- **・資産残高の安定性** ……「資産」に関する項目

※判定基準は、判定結果の下に記載されています

※結果が正六角形に近い形であるほど、バランスのとれた良いライフプランということになります

各項目がどのようなものであるかは、レーダーチャートの下にある説明文をご確認ください

ライフプラン・レポート

❖ 「⑦レポート」シート

ライフプランに問題がある場合には、「①初期設定」・「②ライフイベント表」・「③キャッシュフロー表」シートに戻って、ライフプランを修正します。

■ 収入の安定性

世帯主と配偶者の収入源数
（配偶者がいない場合は、世帯主の収入源数）

- ・100点 … 9つ以上
- ・ 80点 … 7つ以上 ～ 9つ未満
- ・ 60点 … 5つ以上 ～ 7つ未満
- ・ 40点 … 3つ以上 ～ 5つ未満
- ・ 20点 … 3つ未満

■ 支出コントロール

対象期間中の生活費以外の支出が、
対象期間中の支出総額に占める割合

- ・100点 … 20%以下
- ・ 80点 … 20%超 ～ 35%以下
- ・ 60点 … 35%超 ～ 50%以下
- ・ 40点 … 50%超 ～ 65%以下
- ・ 20点 … 65%超

■ 長生きリスクへの備え

「世帯主と配偶者の死亡年齢の平均」
（配偶者がいない場合は、世帯主の死亡年齢）
と「対象期間終了時の資産額が、対象期間中
の最高資産額に占める割合」の判定平均

＜死亡年齢の平均＞

- ・100点 … 90歳以上
- ・ 80点 … 85歳以上 ～ 90歳未満
- ・ 60点 … 80歳以上 ～ 85歳未満
- ・ 40点 … 75歳以上 ～ 80歳未満
- ・ 20点 … 75歳未満

＜対象期間終了時の資産残高＞

- ・100点 … 20%以上
- ・ 80点 … 10%以上 ～ 20%未満
- ・ 60点 … 5%以上 ～ 10%未満
- ・ 40点 … 0%以上 ～ 5%未満
- ・ 20点 … 0%未満

■ 資産残高の安定性

対象期間中の資産最小額が、
対象期間中の資産最高額に占める割合

- ・100点 … 20%以上
- ・ 80点 … 10%以上 ～ 20%未満
- ・ 60点 … 0%以上 ～ 10%未満
- ・ 40点 … -10%以上 ～ 0%未満
- ・ 20点 … -10%未満

【 トータル・スコアの判定基準 】

◆ ＜資産状況＞と＜レーダーチャート分析＞の判定平均

＜資産状況＞
「対象期間中の資産推移」と
「対象期間終了時の資産残高」の判定平均

- ・S … 100点
- ・A … 90点
- ・B … 80点
- ・C … 65点
- ・D … 50点
- ・E … 35点
- ・F … 20点

＜レーダーチャート分析＞
レーダーチャート全6項目の判定平均

- ・100点
- ・ 80点
- ・ 60点
- ・ 40点
- ・ 20点

♪♪♪ May Your Life Be Happy ♪♪♪

N S
Comical Design Works

【 おことわり 】

本レポートにおける判定基準は、作成者の独断と偏見によるものであり、
なんらかの客観的な指標に基づいて作成されたものではありません

Copyright © 2018 Naga All Rights Reserved.

１回で完璧なライフプランが完成するとは限りません
納得がいくまで何度でも作り直してみてください

また、ライフプランはひとつである必要はありません
想定する未来ごとに、複数のパターンを作成してみましょう

未来に向けてのアクション

❖ 「⑧アクション」シート

作成したライフプランを確認した上で、次のアクションへとつなげましょう。

■■■ 未来へ向けてのアクション ■■■

ご自身が立てたライフプランを確認し、次のアクションへつなげましょう。

計画	**ファイナンシャル・プランナーへ相談する** このライフプランで本当に大丈夫だろうか？抜け漏れがないだろうか？ 心配になった方は、ファイナンシャル・プランナーへご相談を。
保証	**無料保険相談サービスで相談する** 生命保険や医療保険等、保険に関するご相談は、無料保険相談サービスのご検討を。 ※たくさんの会社があり、相談員の質も様々ですので、ご自分に合ったところを探してみましょう。
教育	**銀行などの金融機関や無料保険相談サービスで相談する** 子ども名義の口座等での積立は銀行などの金融機関へ、学資保険等に関するご相談は、銀行などの金融機関もしくは無料保険相談サービスなどへご相談を。
住宅	**銀行などの金融機関で相談する** 住宅ローンなどに関するご相談は、銀行などの金融機関へ。 ※金利だけでなく手数料・保険料などの諸費用も含め、よく比較して検討しましょう。
年金	**日本年金機構が運営する年金事務所へ相談する** 年金に関するご相談は、お近くの年金事務所へ。 ※将来もらえる年金額の概算が知りたいのであれば、まずは年金定期便を確認しましょう。

介護	**市区町村の役所・役場や、地域包括支援** 介護サービスに関する各種ご相談は、市区町村の介護保険担 センターなどの窓口へ。
運用	**銀行や証券会社などの金融機関で相談する** 資産運用に関しては、ご自身で行う、もしくは、銀行や証券会社などの金融機関へご相談を。 ※元本保証のない金融商品の購入は慎重に検討しましょう。

※ライフプランは定期的に見直して修正することで、精度を高めていくことができます。
今後もＰ-Ｄ-Ｃ-Ａ（Plan-Do-Check-Action）のサイクルを回していきましょう。

作成したライフプランに不安がある場合には、
各分野の専門家に相談しましょう

※相談には、信用できる人を選びましょう

～ ライフプランのさらなる改善に向けて ～

例えば、以下のようなことを考えてみましょう

- **収入を増やす算段をする**
- **節約して支出を減らす**
- **資産運用を行う**

※ただし、全て自己責任でお願いします

おわりに

❖ ライフプラン作成の意味（1）

最後までお読みいただき、ありがとうございました。

ここまで、ライフプランの作成・確認方法について、いろいろと説明をしてきました。

しかし、こう言ってはなんですが、ライフプランを作成したところで、未来がその通りになることは、実際にはほとんどないでしょう。

なぜなら、未来は不確定な要素で満ちているからです。

もしかしたら、災害や事故、病気などに見舞われるかもしれませんし、今の仕事はＡＩに取って代わられ、10年後には全く別の仕事をしているかもしれません。

おわりに

❖ ライフプラン作成の意味（2）

また、過去を振り返ってみても、
例えば、インターネットのインフラ化やスマホの普及で今のような通信料金が
発生するようになるなんて、昔は全く想像できなかったと思います。

せっかくライフプランを作成しても、将来は、今の常識とは全く異なる
収入や支出の構造になっているかもしれません。

では、ライフプランをつくることは全くのムダなのか？…私はそうは思いません。

あなたの中に理想の未来像があるのであれば、それに向けて計画を立て、
状況が変われば、都度修正し、少しずつでも理想に近づけていく。

もしかしたら、理想そのものが途中で変わってしまうこともあるかもしれませんね。

おわりに

❖ ライフプラン作成の意味（3）

でも、それはそれでいいと思うのです。

時代や価値観の変化の波にさらされながら、その都度、喜びや悲しみを味わい、
噛みしめ、試行錯誤をし、ときには悪戦苦闘しながら、あなたらしい人生を歩んでいく。

そのプロセスそのものに意味があると私は思います。

後で振り返ってみたら、「あれ？当初はこういう想定だったのに、気づいたら
こんなところに来ちゃったよ。」などということになっているかもしれません。

それでも、結果的に計画通りにいかなかった場合と、初めから計画そのもの
がなかった場合とでは、人生は全く違ったものになるのではないでしょうか。

あなたのつくったライフプランが、あなたの人生の方向性を示す、
羅針盤のような存在になれば幸いです。

おわりに

❖ おことわり

「ライフプラン・レポート」における判定基準は作成者の独断と偏見によるものであり、
なんらかの客観的な指標に基づいて作成されたものではありません。

作成者はファイナンシャル・プランナーではなく、資格も有しておりません。

本ソフトウェアの機能は、作成者自身がライフプランを作成する際に、
「あったらいいな」と思った機能を実装したものとご理解ください。

■ バージョンアップについて

機能に不備や不足等があるようでしたら、ご連絡いただければ、
次回のバージョンアップでの対応を検討させていただきます。
検討の結果、ご希望に添えない場合もございますので、その点はご容赦ください。

■ ご意見・ご要望について

ライフプランニングやソフトウェアに関するアドバイスは有難く頂戴致しますが、
必ずしも本ソフトウェアの改修に反映されるものではないことを、あらかじめご了承ください。

おわりに

❖ シェアウェアの送金について

本ソフトウェアは、シェアウェアです。継続して使用される場合には送金をお願いします。
原則として、送金後のご返金は致しかねます。送金前に、サンプル版にて動作に問題がないかよくご確認ください。

■ 本体価格：800円（税抜）

※別途、消費税 及び ベクターのレジ手数料（100円+消費税）がかかります

■ お支払方法

お支払いは、ベクターからの送金でのみ可能となっています。

以下のURLにアクセスしてください

http://shop.vector.co.jp/service/servlet/NCart.Add?ITEM_NO=SR439520

レジサービスの申し込み手続きをおこなっていただくと、ベクターからライセンスキーが送られてきます。
パスワード付きの圧縮ファイルを解凍する際に、送られてきたライセンスキーをパスワードとして入力してください。

おわりに

❖ 免責事項

本ソフトウェアの利用は、利用者の自己の責任と費用によりおこなってください。本ソフトウェアの利用もしくは利用不能に関して生じた損害につき、作成者はいかなる責任も負わないものとします。

❖ 著作権

本ソフトウェアのレイアウト、デザインおよび構造に関する著作権は作成者に帰属します。
本ソフトウェアの著作権は作成者に帰属します。

❖ 謝辞

いつも私の人生に刺激を与えてくれるGOROman氏、そして休日にソフトウェア作成の時間を与えてくれる家族に心より感謝します。最後に、皆様の人生がより良いものとなりますように。

❖ 作成者への連絡先

http://n-sakagami.hatenablog.com

※不具合等のご報告をいただければ、出来る限り対応いたしますが、修正をお約束するものではありません

おわりに

作成者近影
（いつの写真やねん…）

作成者プロフィール

Naga

早稲田大学 社会科学部 卒
経済産業省認定 ソフトウェア開発技術者

GOROman氏の幼馴染。彼の影響で中2でパソ通にハマる。GORO-NETs 会員番号003。
高校で落ちこぼれ、大学受験に失敗。浪人し、予備校の寮で1年間缶詰めになった後、進学。
大学在学中はコンピュータ研究会と漫画研究会に所属（あ～はい、非リアな方ね…）。

内気な性格からか就活では面接で落とされまくり、内定は1社のみ（もぅ察してください…）。
新卒で某ソフトウェア開発企業にてプログラマとして勤務するも、ブラックな環境に耐えきれず退職。
転職後、某上場企業にて社内SEとして勤務するも、上司と先輩のパワハラに耐えきれず退職。

ピーク時、月200時間残業。トラブル発生時36時間連続勤務等、無理がたたって喘息を発症。
咳き込み過ぎて肋骨を骨折し、以降、毎月の通院と、朝晩の吸入薬が欠かせない日々を送る。
なお、今までに結石で3回入院している（なんの情報だよ…）。
現在、別の上場企業にて事務職として勤務。地頭が悪く、空気が読めない。永遠の窓際族。

Comical Design Works

独りソフトハウス的な何か（？）。
会社員をしながら休日に独りでソフトをつくっているため、法人でもなんでもない。
そのため、名前は何でもよかったが、せっかくなので語呂の良い感じのものをつけてみた。

ちなみにロゴの「Ｎ」・「Ｓ」は、Naga’s Software の略でもあり、
作成者のイニシャルでもある。
また、磁石のN極とS極は引かれ合うことから、「作成したソフトに関わった人達みんなが
惹かれ合うようなソフトがつくれたらいいな…」なんて、こっそり思っている。

Comical Design Works

Thank you for
girlysozai.com
flat-icon-design.com

Copyright © 2018 Naga All Rights Reserved.