

暮らしから考える住宅購入 住まいとお金との向き合い方

～安心を描く生活設計～

🔊 J-FLEC講師・認定アドバイザー

亀谷さおり（かめがい さおり）

都市銀行で総資産営業を経験。保険会社・代理店勤務を経て、2024年よりJ-FLEC講師・認定アドバイザーとして活動。企業研修やイベント登壇、子育て世代に寄り添う家計相談を行う。



不安が消えない時代に

近年、家計相談の現場では、住宅購入に関するご相談が増えています。オンライン相談でも、「今、買っても大丈夫か」「どのくらいまでなら借りてよいのか」といった不安を多く耳にします。

一方で、高校での投資教育の開始やNISA制度の拡充など、資産形成を後押しする環境は整いつつあります。住宅購入においても同様に、子育て世帯への支援や高性能住宅への補助、税制優遇など、制度面での後押しは充実してきています。しかし、制度が整うことと不安が解消されることは同じではありません。実際には、不安を抱えたままの方も多いと感じます。

お金の全体像をとらえる

私は、その背景に「お金の全体像が見えていないこと」があると感じています。

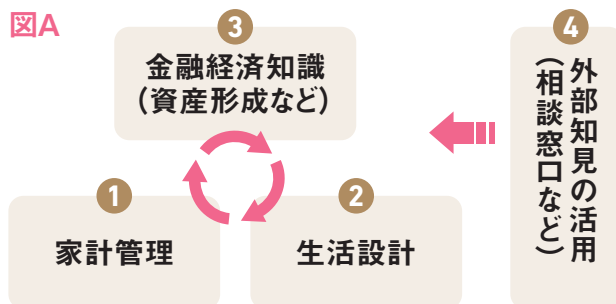
図Aの①家計管理、②生活設計、③資産形成。この三つは別々ではなく、つながり合っています。一見すると個別の問題のように思える不安も、この全体像の中で整理することで、状況を冷静に見つめ直すことができます。

私は、住宅購入などの大きなライフイベントを迎えるときこそ、家計を見直し、生活設計を描くという基本に立ち返ることが大切だとお伝えしています。

金融リテラシーを育むために学ぶこと

金融リテラシー（お金に関する知識や判断力）を育むには、以下のことを学ぶことが重要です（＝『金融経済教育』）。

図A



出典：【標準講義資料_中堅層社会人向け】 将来に向けて知っておきたいお金の話 P7

知識は簡単に得られる時代ではありますが、本当に重要なのは、「自分や家族の場合にはどうなのか」という視点です。

わが家にはどのような選択肢があるのか。利用できる制度は何か。将来の見通しの中で、どのような判断が無理のないものなのか。必要に応じて専門家の客観的な意見を取り入れることで、自分では気づきにくい選択肢が見えてくることもあります。

制度が整ってきた今だからこそ、それを適切に理解して活用するために、寄り添いながら支える存在の重要性が高まっていると感じます。

生活設計から考える住宅購入

図Aの①「家計管理」の基本は、収入と支出のバランスを整えることです。支出を収入の範囲内に収めること。そのために、私は次の四つの視点をお伝えしています。

・第一に、収入と支出を把握すること。

収入は給与明細などで正確に確認。支出は固定費と変動費に分けて、何にいくら使っているのかを把握。

・第二に、支出を見直すこと。

「必要な支出(ニーズ)」なのか、「あればうれしい支出(ウォンツ)」なのかを整理し、優先順位を考える。また、固定費や習慣的な支出の見直しも効果的。

・第三に、お金を貯める・増やす仕組みをつくること。

給与天引きや自動積立などを活用し、収入から先に一定額を確保することで無理なく資産形成できる。

・第四に、お金を三つに整理すること。

使えるお金を「今」「近い将来」「もっと先の将来・備え」の三つに分けて考える。大切なのは、この三つのバランスをどう取るか。正解はない。自分や家族にとって納得できる配分か、定期的に確認することが重要。

図A①家計管理が「今」の収支を整える作業だとすれば、図A②生活設計は「これから」を描く作業です。

進学、就職、結婚、出産、住宅購入、子どもの独立、セカンドライフなど、人生にはさまざまなライフイベントがあります。これらを時系列で整理し、自分が実現したい出来事には「いつ」「いくら」必要になるのかをイメージすることが、図A②生活設計の第一歩です。

その際、将来やりたいことや手に入れたいものについて、できる限り計画し、金額を把握することが大切です。「毎月いくら準備すればよいか」を逆算することができます。

また、計画通りに家計管理や資産形成が進んでいるか

を確認するため、資産と負債を定期的に洗い出すことも有効です。預金をはじめとした金融商品や不動産などの「資産」と、住宅ローンや奨学金などの「負債」を整理し、その差額である純資産を把握します。年に一度でも純資産の推移を確認することで、自分の家計がどの方向に進んでいるのかを客観的に見ることができます。

「借りられる額」より「返せる額」

住宅購入は、多くのご家庭にとって人生で最も大きな支出の一つです。住宅ローンは長期間にわたる契約であり、教育費の負担が大きくなる時期やセカンドライフと重なることも少なくありません。だからこそ、大切なのは、「いくら借りられるか」ではなく「いくらなら無理なく返せるか」という、支出を“点”ではなく“線”でとらえる視点です。

一般的な目安として、年間返済額は年収の25%以内に収めるのが一つの基準とされています。また、将来のお金の動きを一覧できるキャッシュフロー表を作成することも有効です。未来を「見える化」することで、将来の出費が無理のないものかどうかを確認することができます。

住宅購入は、単に「家を買う」という行為ではなく、これからの暮らし方を選ぶことでもあります。まずは自分たちの家計の現状を正しく把握すること。そして、これからどのような住まいや生活を実現したいのかを家族で話し合うこと。そのうえで、無理のない返済額はいくらかなのか、どのような購入方法が自分たちに合っているのかを検討していくことが大切です。

借りられる金額を基準にするのではなく、「自分たちらしく安心して暮らし続けられるか」という視点で選択すること。それが、将来まで安心して暮らせる住まい選びにつながります。

お金を3つに整理する

お金を「使う」「貯める」「増やす・備える」の3つに分類して、『仕組み化で確保したお金を目的に応じて振り分け』ましょう。

