



いま知りたい！

# みんなの 「ミライ」と「お金」

三井住友信託銀行



三井住友トラスト・資産のミライ研究所は、一人ひとりが将来を安心して過ごすための  
**資産形成・資産活用のあり方(ファイナンシャル・ウェルビーイング)**について、  
生活者の目線から調査・研究し、情報発信することを目的として、  
2019年に三井住友信託銀行内に設立されました



## 調査・研究組織

独自テーマを掲げた  
アンケート調査の実施



## 金融教育組織

年代に応じた  
金融リテラシーセミナーの実施



## 情報発信組織

書籍やWEB、YouTubeでの  
情報発信



資産のミライ研究所  
ホームページ



三井住友トラスト・資産のミライ研究所 所長 丸岡 知夫

1990年に三井住友信託銀行に入社。確定拠出年金業務部にてDC投資教育、継続教育のコンテンツ作成、セミナー運営に従事。2019年より現職。主な著作として、『安心ミライへの「資産形成」ガイドブックQ&A』(金融財政事情研究会、2020)、『安心ミライへの「金融教育」ガイドブックQ&A』(金融財政事情研究会、2023)、『「金利がある世界」の住まい、ローン、そして資産形成』(金融財政事情研究会、2024)がある。

# 1 好きなことにはいくらかかる？

---

いま、みんなが  
一番、欲しいものは何ですか？



考えてみましょう！

欲しいものを手に入れるには？

ミライ研

三井住友トラスト・資産のミライ研究所

# 欲しいものが買えない金額だった時 みなさんであればどうしますか？



<自身の考え方>

<他の人の考え方>

## 金銭管理

収入と支出がどのようなバランスになっているかを管理すること

収入



支出  
(モノの購入)



「収入」や「支出」が増えるについて、  
より細やかな「金銭管理」が大切になります



「支出」には大きく分けると…

日々の生活を送るための「支出」

長い人生で実現したいことへの「支出」

の2種類があります



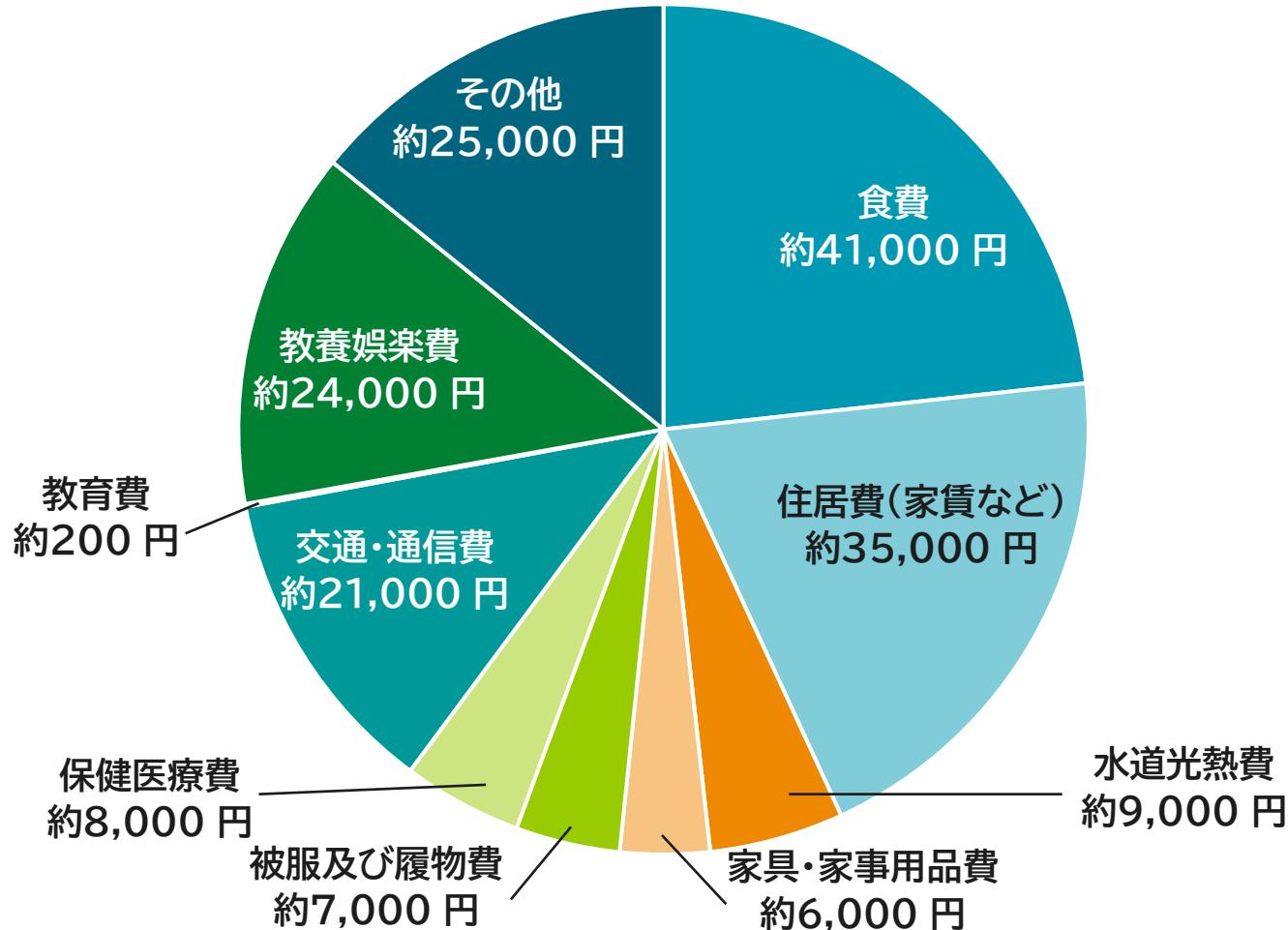
## 日々の生活を送るための「支出」



日々の生活を送るための「支出」については、

- 「何にいくらお金を使っているか」について、毎日、きちんと管理する必要があります
- 「収入の範囲内でやりくりできているか」を確認し、支出が収入と同じくらい、もしくは収入を上回るようであれば、「支出の項目」を見直す必要があります

●●●● 29歳以下の世帯の支出例 ●●●●

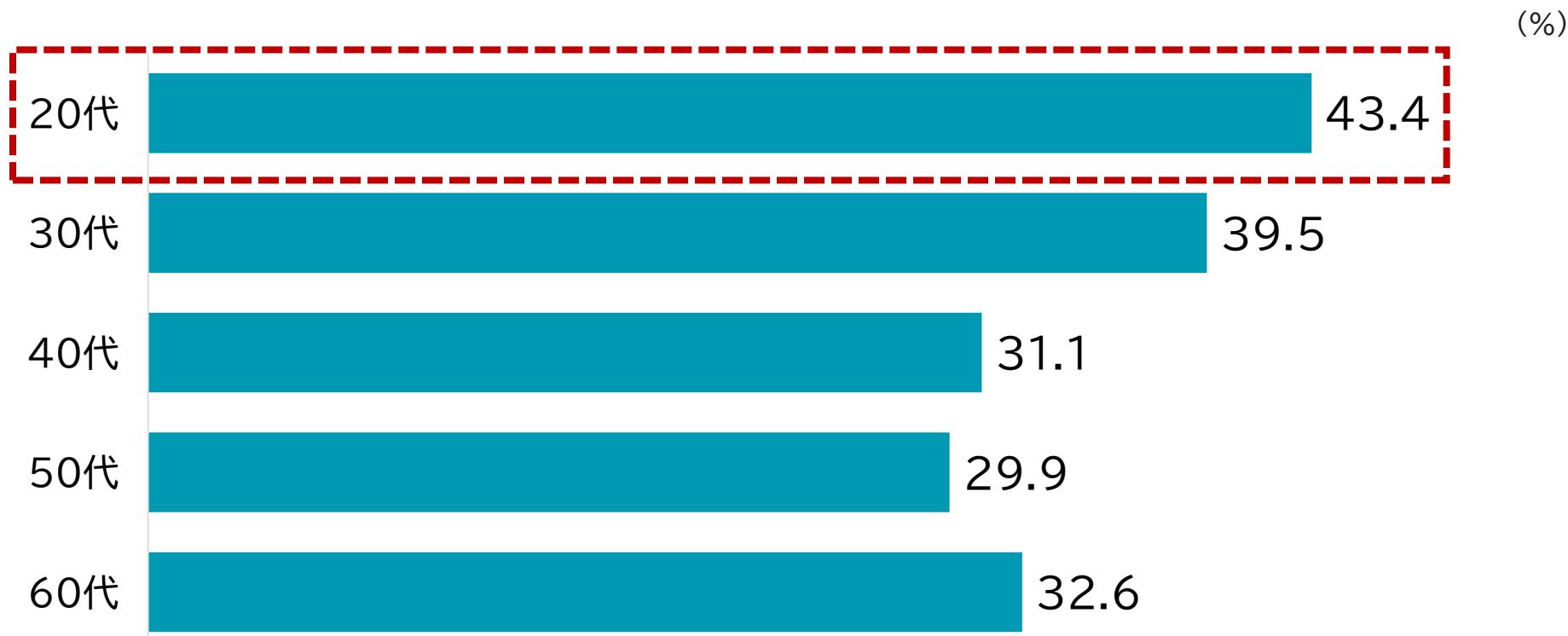


(出所)総務省「家計調査(2024年)」より、総世帯のうち勤労世帯かつ世帯主の年齢29歳以下のデータをもとに作成。教育費以外は千円未満、教育費は百円未満四捨五入

※教育費:学校教育法で定められた学校(小学校・中学校・高校・大学など)で受ける授業や、補習に必要なモノやサービスに使ったお金を指します

## 「家計簿」(お金に関する記録)をつけましょう！

家計を把握するために家計簿をつけている(家計簿アプリを含む)人の割合



(出所)三井住友トラスト・資産のミライ研究所「住まいと資産形成に関する意識と実態調査」(2022年)より作成

## 長い人生で実現したいことへの「支出」

長い人生で実現したいことへの「支出」については

- 「どのような人生が送りたいか、どのようなことを実現したいか」「それらを叶えるためには、どれくらいお金が必要となるか」を、一人ひとりが考えることからスタート
- 必要となる金額が明確になつたら、計画的にコツコツと準備していく必要があります



「お金を管理する」とは…

★ 自分が手にするお金(収入)の範囲内に支出を抑える

「何に」「いくら」お金を使ったか記録する  
支出の項目を上手く工夫する

★ 将来のイベントに向けてコツコツ貯蓄していく

少しずつでも貯蓄をしていけば、必ずお金は貯まります  
そのお金は、みなさんの将来の選択肢を増やすことに  
つながります



# 「先取り貯蓄」を実践しましょう！

収入から「先に」「貯蓄分を」「取り分けて」お金を貯めていく方法です

先取り貯蓄を実践しないと…

$$\text{収入} - \text{支出} = \text{貯蓄}$$



とりあえず使っていいって、  
**残った分を貯蓄しよう！**

先取り貯蓄を実践すると…

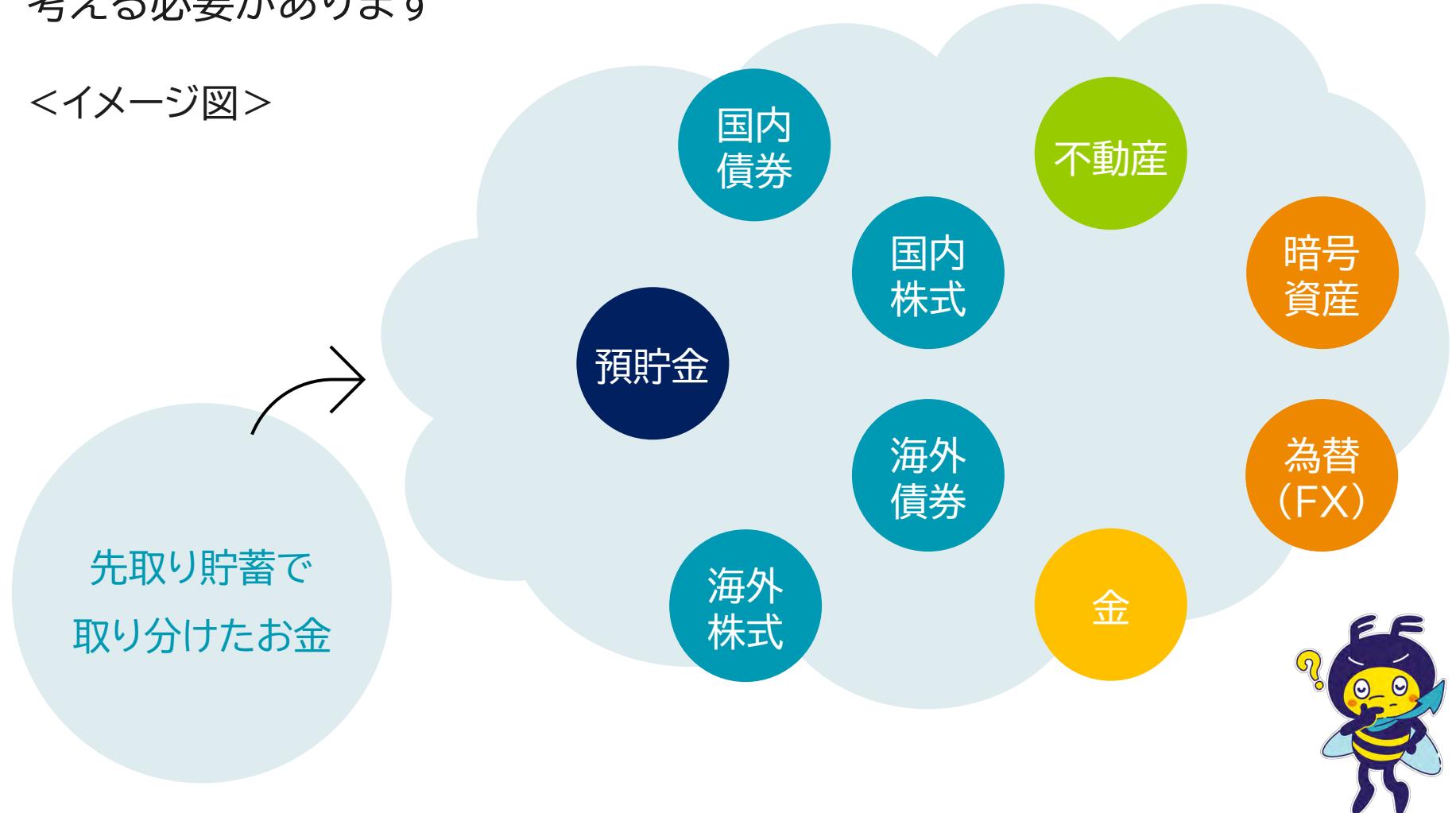
$$\text{収入} - \text{貯蓄} = \text{支出}$$



**先に1万円を貯蓄して、**  
残りのお金でやりくりしよう！

先取り貯蓄で取り分けたお金を「どのような形で」保有しておくかについても考える必要があります

<イメージ図>



## 貯蓄

- 銀行などにお金を預けること
- 基本的にはいつでも自由に引き出せる
- お金をしばらく預けると、銀行などが「利子」をつけてくれる

## 投資

- お金を、「世界経済の成長に沿って成長する資産」に「長期的に」投じることで価値を増やしていくことをすること
- 応援したい会社や人にお金を出す(投資をする)ことで、よりよい世の中をつくるサポートもできる
- 保有している間、価格が変動する



「お金」について正しく学ぶことは  
みんなの「ミライ」を  
豊かにすることにつながります！  
是非、「知って」「学んで」「実践」しましょう！

# これからも「お金」について学び続けるために…

## 資産形成についての学習におすすめする情報サイト

金融経済教育推進機構

<https://www.j-flec.go.jp/>

全国銀行協会

<https://www.zenginkyo.or.jp/>

日本証券業協会

<https://www.jsda.or.jp/>

投資信託協会

<https://www.toushin.or.jp/>

生命保険協会

<https://www.seiho.or.jp/>

信託協会

<https://www.shintaku-kyokai.or.jp/>

三井住友トラスト・アセットマネジメント

「いちばんはじめの金融講座～投信・金融・経済 勉強中！～」

[https://www.smtam.jp/special/kinyu\\_kouza/](https://www.smtam.jp/special/kinyu_kouza/)

「前を向く人の20年後Lab.」

<https://www.amova-am.com/20lab>

<https://money-bu-jpx.com/>

<https://media.finasee.jp/>

アモーヴァ・アセットマネジメント

東証マネ部！

Finasee(フィナシー)

三井住友トラスト・資産のミライ研究所

<https://mirai.smtb.jp/>

～一人ひとりが将来を安心して過ごすための資産形成・資産活用のあり方について、生活者の目線から調査・研究し、情報発信を行っています～



書籍も刊行しています！  
是非、ご覧ください！



## 投資信託についてのご注意事項

- 投資信託は国内外の株式や債券等へ投資しているため、投資対象の価格の変動、外国為替相場の変動等により、損失が生じるリスクがあります。投資した資産の価値が投資元本を割り込むリスクやその他のリスクは、投資信託をご購入のお客さまが負うことになります。
- 投資信託のご購入、換金にあたっては各種費用(申込手数料、信託財産留保額等)が必要です。また、これらの費用とは別に信託報酬と会計監査費用、証券取引に伴う売買委託手数料等その他費用等を毎年、信託財産を通じてご負担いただきます。お客様にご負担いただく費用はこれらを足し合わせた金額となります。
- これらの費用は各投資信託およびその通貨・購入金額等により異なるため、具体的な金額・計算方法を記載することができません。各投資信託の費用の詳細は、最新の契約締結前交付書面(目論見書・目論見書補完書面)等でご確認ください。
- 投資信託は預金とは異なり元本および利回りの保証はありません。
- 預金保険制度ならびに投資者保護基金の対象ではありません。
- ファンドにより、信託期間中にご解約のお申し込みができない場合があります。
- 投資信託をご購入の際は、最新の「契約締結前交付書面(目論見書・目論見書補完書面)」を必ずご確認ください。これらは当社本支店等にご用意しています。
- 当社は販売会社であり、投資信託の設定・運用は運用会社が行います。
- 本資料は三井住友信託銀行が作成したものであり、金融商品取引法に基づく開示書類ではありません。
- 最新のデータについては営業員にお尋ねください。

## 証券(投資信託・国債)口座についてのご注意事項

- 当社では、有価証券のお取引にあたっては、「振替決済口座、保護預り口座、外国証券取引口座、累積投資口座」の開設が必要となります。

# END

- 本資料は、情報の提供を目的として作成したものであり、取引勧誘を目的としたものではありません
- 本資料は、作成日において弊社が信頼できると判断した情報等に基づいて作成したものであり、その情報の正確性・確実性について保証するものではありません。また、今後の金融情勢・社会情勢等の変化により、内容が変更となる場合がございます
- 本資料を使用した結果について、弊社は責任を負いません
- 本資料には、一定の前提に基づく概算数値が含まれる場合がございます。実際の適用に際しては正式な計算を行う必要があり、その場合の結果は差異が生じる可能性ありますのでご留意ください
- 本資料に係る一切の権利は、他社資料の引用部分を除いて三井住友信託銀行に属し、いかなる目的であれ本資料の一部または全部の無断での使用・複製はお断りいたします
- 本資料の内容に関して疑問に思われる点、ご不明な点等ございましたら、弊社にご照会くださいますようお願い申し上げます

商号等「三井住友信託銀行株式会社 登録金融機関 関東財務局長(登金)第649号」

加入協会「日本証券業協会、一般社団法人 日本投資顧問業協会、一般社団法人 金融先物取引業協会」

2025年10月作成  
564-25-2048