



# ワーク・ライフ・デザイン

Wellness & Money

より良い未来の準備と心構えを

# Life Money

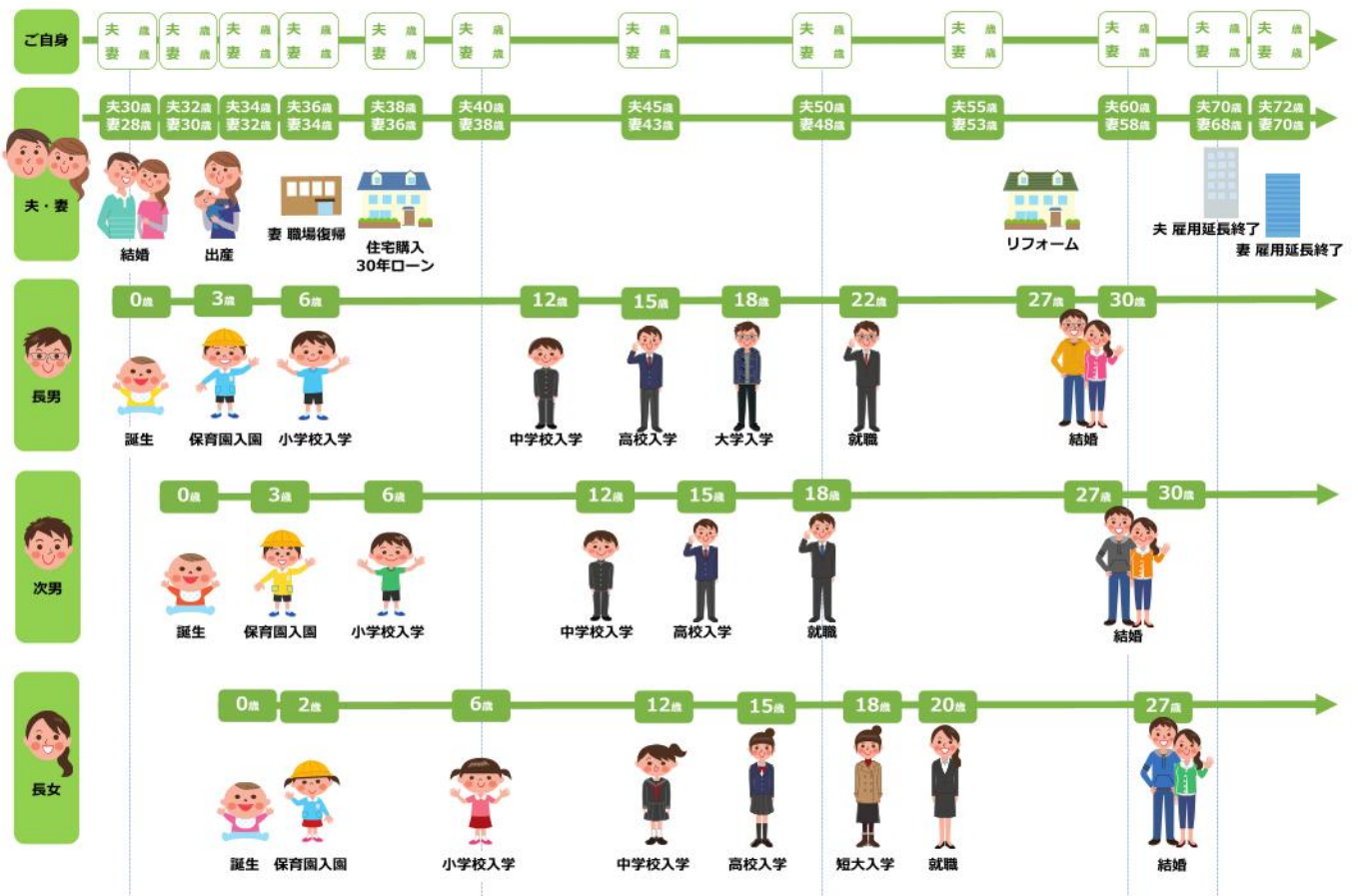
## 「お金がないから結婚、子育てができない」とあきらめてしまう前に

結婚や子育てを断念してしまう理由の大きなものに経済的な「お金がない・お金がかかりすぎる」というものがあります。当然のことながら私たちが暮らしをより豊かにする上でお金は重要な要因の一つです。結婚、妊娠、子育てと今後の人生の節目において、いつ頃どのようなお金が必要なのか、学生時代は意識しないとなかなか目に留まらない情報も知っていただき、これからのライフプランをお金の観点から見通す参考にさせていただければと思います。



### まとまったお金が必要なのはいつ、どのくらい？

私たちが人生を歩む中で様々なライフステージがあり、またライフステージごとに必要な費用が変わってきます。例えば男性が30歳、女性が28歳で結婚したとすると以下のようなシミュレーションが一つとして考えられます。



## 結婚に関連する費用のかけ方

近年、家族や生活の多様化が進み、結婚時のイベントも人それぞれで、決まった形はありません。以下に結婚にかかる費用を3パターン作りシミュレーションしてみました。結婚を考えたときの経済状態や未来を見据えて等必ずしも資金が多くなくても結婚をすることができるため、ライフスタイルにあった形で進めていくことが大切です。

単位：万円

項目	結納式 ※1	両家の顔合わせ ※1	婚約指輪 または 婚約記念品 ※2	結婚指輪 (2人分)	挙式、披露宴 (招待客：長野県 平均59.1名)	新婚旅行	新婚旅行 土産	総費用
平均的プラン (昔ながら)	10.0	5.7	29.2	23.6	343.4	62.5	11.6	486.0
控えめプラン (昔ながら)	0 実施しない	5.7	15.0 (結婚記念品 のみなど)	18.0	292.8 ビデオ撮影・ブライ ダルエステ・お 色直しなし	20.0	5.0	356.5
節約プラン (近年増加傾 向) ※3	0 実施しない	5.7	0 なし	3.0 (ペアリング)	8.0 (フォト ウェディング)	0	0	16.7

※1.結納式だけ行った1.4%、両家顔合わせだけ行った87.0%、どちらもしなかった1.4%となっており、形式よりも両家の顔合わせはきちんとおこないお互いの家族を知っておくことを優先するというケースも増えてきています。

※2.婚約指輪の代わりに婚約記念品を購入したり、節約型のふたりでは指輪も記念品も購入しないというやり方もあります。

※3.将来への貯蓄や投資を優先するため、挙式や披露宴も実施しないという方法を選択するケースもあります。

<結納・婚約から新婚旅行までにかかった費用(万円)>

結納・婚約から新婚旅行までにかかった費用の平均をまとめたデータ

(出典：ゼクシィ結婚トレンド調査2020 報告書(長野・山梨) リクルートブライダル総研)

・結納式および両家の顔合わせの費用については実施した人の、その他の項目については費用の発生した人の平均金額であり、各項目の平均金額の合計は「総費用」とは一致しない場合があります。

・挙式・披露宴の招待客の長野県平均 出典：ゼクシィ結婚トレンド調査2020 報告書(長野・山梨) リクルートブライダル総研

・結納式・両家顔合わせの長野県平均 出典：ゼクシィ結婚トレンド調査2020 報告書(長野・山梨) リクルートブライダル総研

## 結婚イベントでのお祝い、ご祝儀で結婚の費用は一部まかなえる

挙式、披露宴には様々な方法がありますが、挙式や披露宴をしなくても、親族や過去に披露宴に出席した方等からお祝いはもらえる、というのが一般的です。

### ■一般的な祝儀収入 単位：万円

披露宴のご祝儀総額 (長野県平均)	191.1
友人・同僚・恩師	3.0
上司	3.4
親族	6.1
恩師	3.4

(出典：ゼクシィ結婚トレンド調査2020)

### ■市町村の祝金等

- 一部の市町村には、結婚祝金制度があります。
- 新婚世帯の結婚に伴う新生活のスタートアップ費用(新居の家賃、引越費用など)の一部を補助する市町村もあります。

【2021年度：34市町村で実施】

※補助の対象となる世帯や費用、申請の受付時期などは市町村ごとに異なる

### ■前頁のプランに一般的な祝儀収入で差し引きをした場合

単位：万円

項目 (詳細前ページ参照)	総費用	祝儀総額	差引準備総額	2人で負担の場合の 1人当たり
平均的プラン	486.0	191.1	294.9	147.45
控えめプラン	356.5	191.1	165.4	82.7
節約プラン	16.7	0	16.7	8.4

<披露宴・披露パーティのご祝儀額(万円)>

披露宴・披露パーティのご祝儀額総額の長野県平均。

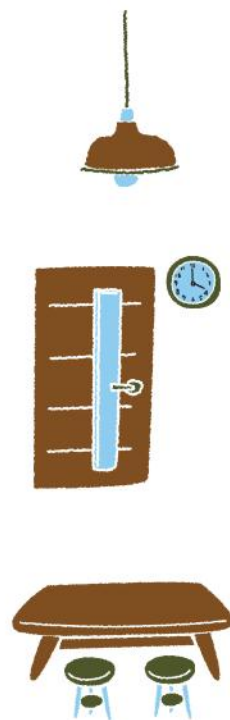
招待客別では、友人・同僚が3万円、親族が6万1000円と2倍近くの差が。(出典：ゼクシィ結婚トレンド調査2020)



# 一人暮らしから同居になると

支出は単純に2倍になるわけではなく、総合的にみると経済的に生活できます。

月平均額 (円)	2人以上の世帯 世帯主の平均年齢26.9歳 平均世帯人員3.15人 平均有業人員1.5 人	単身世帯 平均年齢26.6歳
食料	57,826	41,373
住居	39,110	20,950
光熱・水道	16,504	11,687
家具・家事用品	10,442	5,393
被服及び履物	9,444	4,910
保険医療	10,448	7,129
交通・通信	47,248	18,310
教育	3,586	2.41
教養娯楽	21,227	15,867
その他の消費支出	41,163	24,888
<b>支出合計</b>	<b>256,998</b>	<b>150,506</b>



総務省統計局 家計調査報告(家計収支編)令和2年(2020年)  
 2人以上世帯:第3表 世帯人員・世帯主の年齢階級別 1世帯当たり1か月間の収入と支出(二人以上の世帯のうち勤労者世帯)  
 単身世帯:(品目分類)第3表 1世帯当たり年間の品目別支出金額(単身世帯)  
 単身世帯は年額を月額平均に換算。

## 妊娠・出産から幼児期にかかる費用や給付制度

妊娠から出産に関わるさまざまな給付制度により、自己負担はそれほどありません。



### 休業中にもらえる手当等

- 傷病手当金(妊娠中の傷病で給与が出ない場合に支給)
- 出産手当金 60.9万円/期間中(産前産後の給与代わり)
- 出産育児一時金 42.0万円/期間中
- 育児休業給付金 169.9万円/期間中(育児休業期間の給与代わり)
- 失業給付(産後に失業した場合に支給)  
直近6ヵ月平均賃金の50~80%、加入期間により90~150日間

<モデルの出産手当金、育児休業給付金について>  
 出産予定日2022/11/21、出産予定の子どもの人数1人、勤め先は長野県内、毎月の額面給与(1ヶ月分の交通費込みの金額)が28万円、子どもが1歳の時点で職場に復帰する場合にて試算。

### 主な自己負担軽減の制度

項目	必要となる費用	助成内容	備考
妊婦健診	127,026円※1 (14回分)	健診費用の一部を補助	市町村窓口で、母子健康手帳と合わせて受診票が交付される
出産費用	458,273円※1 (公立病院の目安)	出産育児一時金 42万円	実質負担は3万円に!
児童手当	-	3歳未満 15,000円/月 3歳以上小学校修了前 10,000円/月 中学生 10,000円/月	3歳以上小学校修了前で第3子以降は15,000円/月
子どもの医療費 (通院、入院)	自己負担3割分	自己負担分を助成	中学校卒業まで(市町村で異なる)

※1 厚生労働省 妊婦健康診査の公費負担の状況について(平成30年4月1日現在)より長野県の数値

# 保育園から高校までの教育にかかる費用・軽減制度

保育料は令和元年から無償化、各成長過程において自己負担が増えるものの、軽減制度が利用できる期間もあります。



## <認可保育園>

- 保育料 3歳から5歳 無償化(令和元年10月～)により原則0円  
※園バス代、延長保育代、給食費、行事費等は原則各家庭の負担  
満3歳未満児までは市町村で規定する額がかかる
- 医療費(通院、入院)

## <小学校>

- 学校教育費、学校給食費、学校外活動費(公立月額) 26,773円
- 医療費(通院、入院)

## <中学校>

- 学校教育費、学校給食費、学校外活動費(公立月額) 40,699円
- 医療費(通院、入院)

## <高等学校>

- 学校教育費、学校外活動費(公立月額) 38,115円
- 医療費(通院、入院)

学校教育費、学校給食費、学校外活動費：文部科学省「平成30年度子供の学習費調査」の結果を基に試算  
 学校教育費：修学旅行費、PTA会費、学用品費、部活動費、通学費、制服、通学用品費、授業料・教科書代(高校のみ) など  
 学校外活動費：参考書・問題集等購入費、学習塾費、習い事費用 など

## 主な自己負担軽減の制度

項目	助成内容	備考
保育料	3歳から5歳まで保育料無償化 多子世帯の場合、減免あり	多子世帯の場合、減免規定は市町村による
児童手当	子ども1人につき 10,000円/月 15,000円/月 ※所得制限以上の場合、一律5,000円	3歳～小学校修了(第1子・第2子)、中学生 3歳～小学校修了(第3子)
医療費	自己負担分を助成	中学校卒業まで(市町村で異なる)

## 子どもの進学(大学)にかかる費用

子どもの大学進学時の学費の負担に備え、計画的な貯蓄や資産運用など十分な備えをしておく必要があります。仮に経済的に難しい状態になる可能性も鑑み、奨学金制度などについて把握しておくことで備えとなります。

### 大学入学



	大学の学費(昼間部)		
	国立大学	私立大学	
		文系	理系
入学金①	282,000円	228,262円	255,566円
授業料②	535,800円	793,513円	1,116,880円
施設設備費・ 実習費等③	-	150,807円	177,241円
1年次 ①+②+③	817,800円	1,172,582円	1,549,687円
2年次以降 ②+③	535,800円	944,320円	1,294,121円
<b>4年間合計</b>	<b>2,425,200円</b>	<b>4,005,542円</b>	<b>5,432,050円</b>

文部科学省「国立大学等の授業料その他の費用に関する省令」、「令和元年度私立大学入学者に係る初年度学生納付金平均額(実質1人当たり)の調査結果について」

下宿生の1か月の生活費(支出)	
食費	24,570円
住居費	52,910円
交通費	3,370円
教養娯楽費	10,990円
書籍費	1,850円
勉学費	1,870円
日常費	7,120円
電話代	3,370円
その他	2,140円
貯蓄・繰越し	12,990円
<b>合計</b>	<b>121,180円</b>

全国大学生生活協同組合連合会「第56回大学生生活実態調査の概要報告」

経済的に困難を抱えていても、学びたい意欲を応援する奨学金などの支援制度があります。

### 大学進学支援制度(長野県内)【給付型】

	県内大学進学のための 入学金等の給付	(ルートイングループ高附金等活用) 飛び立て若者奨学金給付
対象者	市町村住民税非課税世帯等で、高等学校等の学習成績の評定平均値が3.5以上など	満16歳から満18歳に達する年度の間に、児童養護施設等に入所していて、満21歳に達するまでに大学等に入学した学生など
支援内容	受験料、入学金 30万円以内	月額 50,000円+入金一時金 100,000円

ほかにも、日本学生支援機構奨学金(無利子、有利子)【貸与型】をはじめとする、さまざまな奨学金等があります。



# Life まとめ Money



結婚 ～ 出産 ～ 子育てに必要なお金のイメージは持てましたか？

お金を上手に使い、子どもが独立したら・・・  
自身の老後・・・年金は足りませんか？  
定年後を見越した資産形成計画も必要ですね。

## より良い未来のために

- ・ 人生の節目について考えてみる
- ・ それぞれ必要な費用について知る
- ・ 将来に向けて、資産形成について考えてみる



## 様々な金融商品について 知ることも大切!

- ・ 預貯金、財形貯蓄
- ・ 外貨建て預金
- ・ 投資信託
- ・ 公社債投信
- ・ 保険
- ・ 株式
- ・ 外国為替取引
- ・ NISA
- ・ 確定拠出年金（企業型、個人型）など



ワーク・ライフ・デザイン  
Wellness & Money



長野県

令和3年 若者のライフスタイル希望実現事業  
Copyright © Nagano Prefecture. All Rights Reserved.