



お金の スタートレーニング☆



なぜ「金トレ」？

高校生になる前に 将来のために・・・



本当にあった(?)**こわい話**



- 高校生になってバイトでお金が入ったら・・・
- 退学してニートに。後になってこうかい・・・
- 社会人になって、好きになった人にお金を貸したら、詐欺(さぎ)だった・・・

金トレの流れ

- パート 1 : 危険をさける
- おまけパート
- パート 2 : 上手にお金を使う
- パート 3 : 働く・お金をかせぐ





東京スター銀行は、カラフルでユニークな銀行

**東京スター銀行は お客さまが
お金の心配をしなくてもいいように
お手伝いをしています**

かせいで、貯金もできる人。困ったことがあっても乗り越えられて、幸せに生活できる人

将来のお金持ちシンダン



ワークブック 2-3 ページ

パート1

危険をさける



どんなトラブルがあるかを
知っておくと
さけることができる！



たくさんのトラブルがあります！



デート商法や
マルチ商法で
多額のお金をはらう



ブラックバイトで
心も体もダメになる



ニートになり、
収入がなくなる



ケータイのゲームで
お金をつかいすぎる



インターネット
詐欺(さぎ)にひっかかる



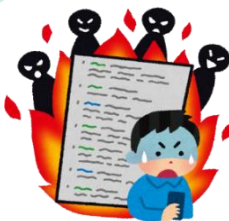
インターネットの
買いものでお金を
つかいすぎる



自転車で人に
大ケガさせる



クレジットカードで
お金をつかいすぎる



いたずらや悪口を
SNSでアップして
炎上(えんじょう)



お金を
かして返して
もらえない



万引き、ドラッグなど
はんざいをおかす



投資のリスクを考えず
お金を失う

ランキング投票！

**ランキングを作るため、
投票をお願いします！**

12個の中で、きけんだなと思うものに、
2つ投票してください。（大人は1つ）

たとえば・・・

ワークブック 4 ページ

なにがきけん？？？

- ゆだん度・・・いちばんゆだんしてしまいそうなもの
- 重大度・・・お金の損害や心身が傷つくなど、
いちばん重大なもの
- 迷わく度・・・周りの人に迷わくをかけるもの



ランキング投票！

4分

では、投票してください！

ワークブック 4 ページ

若者に多いトラブルは？？？

見えないお金！！



クレジットカード

魔法のカードとかんちがい！

後ばらい

つまり

借金！

よく間違えてしまうのがリボ払い！

たとえば **リボばらい**で12万円のを
毎月1万円はらって返していくと...

返す合計は、130,824円

リボばらいの利息はとっても高い！！

ワークブック 6 ページ

ワークブックに書いてみよう

1分

借りたお金

120,000円

レンタル料

10,824円

ワークブック 6 ページ

危険をさけるには…

ワークブック 6 ページ

だまされないためには

危険・トラブルを知る

すぐに **判断** しない

契約書(けいやくしょ)をよく読む

就職ができない！をさけるには

悪いこと をしない

最悪の状態をさけるには
こまった時、大事な時は

相談 する

最悪の状態をさけるには

相談先 を調べておく

にげる こともできる

ワークブックに書いてみよう

1分

だまされないためには

危険・トラブル

を知る

すぐに

判断

しない

就職ができない！をさけるには

悪いこと

をしない

最悪の状態をさけるには

こまった時、大事な時は

相談

する

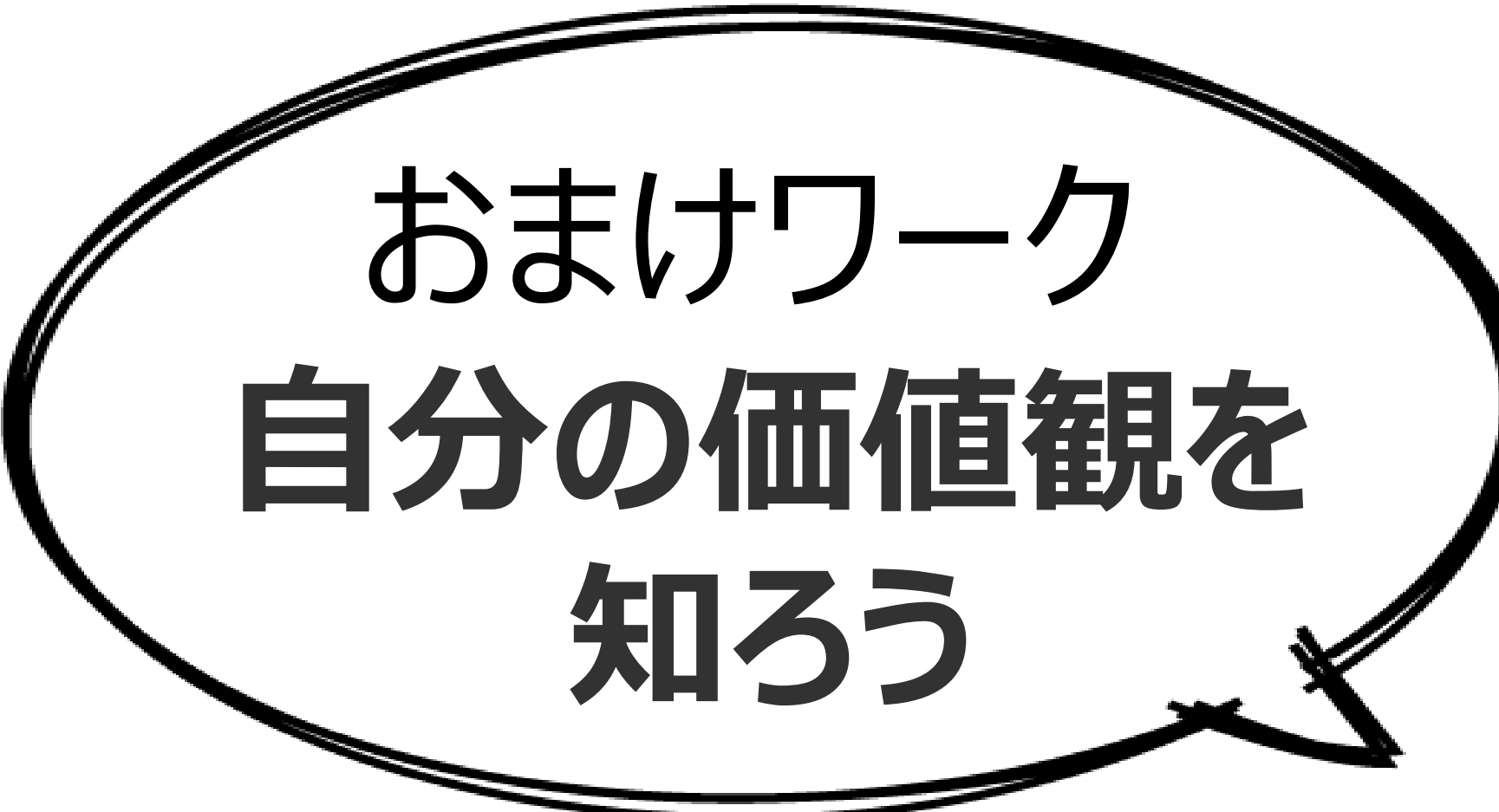
相談先

を調べておく

にげる

こともできる

ワークブック7ページ



おまけワーク
自分の価値観を
知ろう

ワークブック 8 ページ

なぜ 自分の「大切なもの」を知るの



- ✓ 大切にないものにお金を使わなくてすむ
- ✓ 他の人の大切なものも大切にできる
- ✓ 他の人にふりまわされない

まずはやってみよう！

3分

- リストの中から大切なものに○を10コ
– 自分でつけたしてもOK

直感でも
OK！

ワークブック 8 ページ

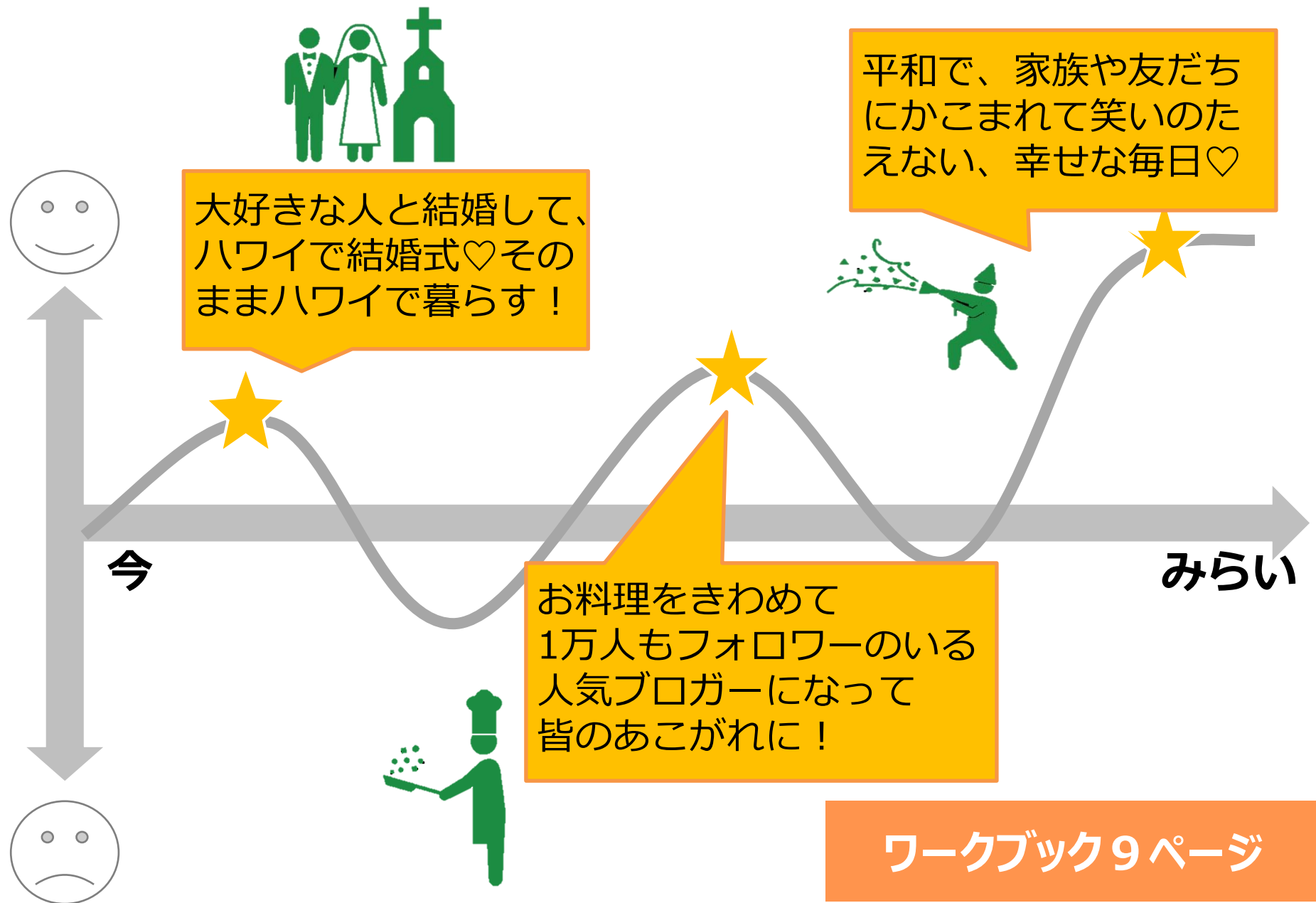
未来をえがいてみよう

- 選んだキーワードを参考にして、
未来をえがいてみよう！



次のスライドで
説明します！

ワークブック 9 ページ



未来をえがいてみよう

4分

- では、やってみよう！
- 早く終わった人は、11ページもやりはじめてください。

ワークブック11ページ

ちなみに…

人によって、いろんな
生き方・暮らし方があります

ワークブック10ページ

パート2

上手に使う・貯める



ワークブック12ページ

生活費にいくらかかっている？？

例えば…

- 食費
- 家賃
- 水道光熱費
- 交通通信費
- 被服(ひふく)費



大人でも生活費がいくらか知らない人がある！

- お金をつかいすぎる！
- 給料日前にお金がなくなる
- 貯金できず、老後のお金がなくなる！

金銭感覚クイズ

社会人ひとりぐらし
の目安は？！

手取り
15万円の場合



内容	金額
家賃	45,000円
水道光熱費	10,000円
食費	27,000円
交通通信費（スマホ・電車）	5,000円
被服費（ひふくひ）	5,000円
日用品	7,000円
交際費・こづかい	13,000円
その他（自分への投資・予備など）	18,000円
貯金①中期：家電買い換え、病気・・・	5,000円
貯金②長期：老後、子ども	15,000円

ワークブックに書いてみよう

1分

内容	金額
家賃	45,000円
水道光熱費	10,000円
食費	27,000円
交通通信費（スマホ・電車）	5,000円
被服費（ひふくひ）	5,000円
日用品	7,000円
交際費・こづかい	13,000円
その他（自分への投資・予備など）	18,000円
貯金①中期：家電買い換え、病気・・・	5,000円
貯金②長期：老後、子ども	15,000円

お金をためるための 上手な買い物のポイント



ワークブック13ページ

買い物をするときのポイント①

NEED・WANT・いらない

を分けて考える！

NEED・WANT ゲーム

NEED

ぜったい
必要なもの

WANT

できたら
ほしいもの

いらない

実は
いらないもの

生きる

遊ぶ・しゅみ

流行

ルール

ファッション

大人になる

ぜいたく

4分

NEED・WANT ゲーム

- ✓ まずは、
「絶対に必要なもの(NEED)」に
お金を使います
- ✓ 「できればほしいもの(WANT)」
はお金が余れば買います

買い物をするときのポイント②

情報収集する！

もっと安く買えないか？

不良品じゃないか？

あやしい商品じゃないか？

買い物をするときのポイント③

お金は足りるか の確認

クレジットカードなど
見えないお金には要注意！

上手にお金をつかうには

予算をつくる



予算って？？

1年や1ヵ月が始まるまえに、
お金の使い方をきめておきます。

予算の作り方

① 大きな目標を立てる

- 25歳になったら、ハワイ旅行に行く！
- 高校卒業したら、一人暮らしをする！
- 高校卒業までに、50万円ためる！
- ○○専門学校に行く！

たとえば、3年間で50万円なら
 $50\text{万円} \div 3\text{年} \div 12\text{ヵ月}$
= 約14,000円！

② 目標のための金額を決める

- 貯めたい金額を、期間で割ります
- 最初に貯金がある場合は、ひきます

③ 使える金額を決める

- 収入から、目標金額を引きます

収入は、仮に3万円！

※時給1000円で
1日約3時間×月10回の場合

④ 使った後は、おこづかい帳！！

- 3ヵ月間はぜったいにつけ続けます。

ワークブック14ページ

貯金額を計算しましょう！

5分

予算をたてるために、

貯金額を計算しましょう

ワークブック14ページ

予算書を作成しましょう！

10分

予算書の記入例と下書き用紙をくばりますので、
貯金額がきまった人は、書き始めましょう。

あまり、細かく、厳密に
かんがえすぎないでね。

ワークブック14ページ

先どり貯金 をしよう！



休けい
(5分間)



パート3 働く・かせぐ



ワークブック16ページ

大人になると、
お金は、「働く」ともらえる！



楽しい？



たいへん？

今から準備すれば、
楽しく働いて、お金がもらえる！



楽しい！



たいへん...

「夢」だけじゃない！

**お仕事について、
考えるポイントがあります**

「働く」を考える3つのポイント



お給料



なりやすさ・
むずかしさ



やりがい

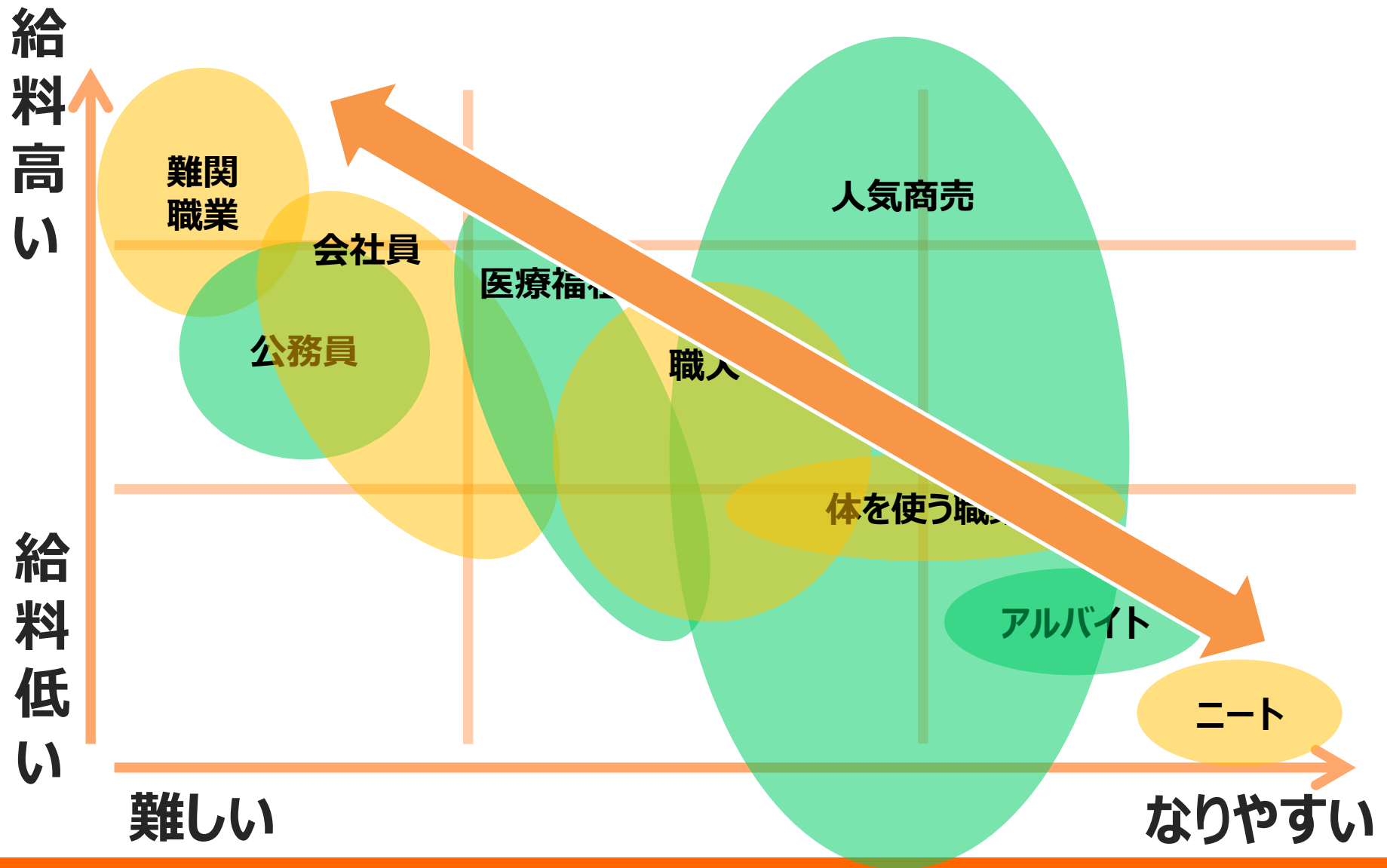
職業マッピング

- ① ニート
- ② 会社員
- ③ 人気商売：声優、芸能人、Youtuber
- ④ アルバイト
- ⑤ 難関職業：医者、パイロット、スポーツ選手
- ⑥ 公務員
- ⑦ 体を使う職業：土木、ドライバー
- ⑧ 職人系：シェフ、パティシエ
- ⑨ 医療・福祉系：看護師、保育士



ワークブック16ページ

給料 × なりやすさ



給料 × やりがい



他にも仕事について 考えるポイントはいろいろある

人間関係がよい

仕事の成果が

すべてをみたまことはできない

自分の大切にするポイントを
分かっておくのが大事

自分が大切にするポイント

3分

ワークブック17ページから、自分が大切にする
ポイントを選んでみよう！
10個くらいがいいよ！

直感でも
OK！

ワークブック17ページ

職業のリスクも



おさえとおこう



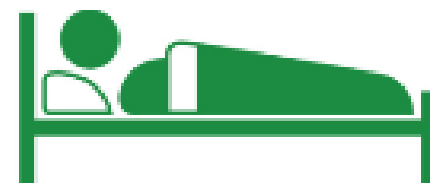
最初はよくても後でこわいことも・・・

ワークブック18ページ

非正規雇用は・・・

最初はよくても後で大変になることも

- ✓ 年をとるごとに、働きづらくなる
- ✓ 働いても、働いても、お給料はあがりづらい
- ✓ 病気のとときや老後に、守ってもらえず、苦しい



仕事を考える
「枠＝わく」
をひろげよう！



仕事の「枠＝わく」を広げよう！

4分

どんな仕事があるか、
「仕事・職種のリスト」を見てみましょう！

みんなで立ってリストを見ながら、
18ページの「好きな職種・気になる仕事」に
記入してください。

たとえば・・・

ワークブック18ページ

聞いたことがない仕事も、たくさんあるよ

ブック
デザイナー

ホワイト
ハッカー

プロフェッショナ
ル・トラベラー

病理専門医

言語療法士

ひよこ鑑定士

臭気判定士

ディスプレイ
デザイナー

公認会計士

セラピスト

社労士

標題書士

フード
スタイリスト

ゲーム
テスター

雅楽師

弁理士

なりたい職業が決まらない人は、
「こんなような仕事がしたい」でもいいよ

仕事は、新しくできるよ

10年前くらいまではなかった仕事

YouTuber

ポータル
サイター

データサイエン
ティスト

食育インスト
ラクター

リコメンダー

インスタ
グラマー

テクノ
プレナー

ドローン
パイロット

プロブロガー

VR作家

シェアリング
ビジネス

CDO（最高デ
ジタル責任者）

「夢」をどんどん変えても大丈夫！
これからも考え続けよう！

会社員といっても、いろんな業界があるよ

農業・林業	漁業	建設業	メーカー (製造業)
電気・ガス	IT	小売り (スーパーなど)	金融
不動産 (家など)	飲食サービス	教育	医療、福祉

同じ会社の中にも、いろんな仕事があるよ

営業	企画	事務	販売・サービス
専門職	技術職	人事	IT
翻訳・通訳	コールセンター	総務	法務

ブックデザイナー	ホワイトハッカー	プロフェッショナル・ トラベラー	病理専門医
言語療法士	ひよこ鑑定士	臭気判定士	ディスプレイ デザイナー
公認会計士	セラピスト	社労士	標題書士
フード・スタイリスト	ゲームテスター	雅楽師	弁理士
YouTuber	ポータルサイター	データサイエンティスト	食育インストラクター
リコメンダー	インスタグラマー	テクノプレナー	ドローンパイロット
プロブロガー	VR作家	シェアリングビジネス	CDO (最高デジタル責任者)
農業・林業	漁業	建設業	メーカー（製造業）
電気・ガス	IT	小売り (スーパーなど)	金融
不動産（家など）	飲食サービス	教育	医療、福祉
営業	企画	事務	販売・サービス
専門職	技術職	人事	IT
翻訳・通訳	コールセンター	総務	法務

仕事の「粋＝わく」を広げよう！

直感でも
OK！

5分

前にでてきて、
リストから「気になる」ものをえらぼう！

ワークブック18ページに書き写してください。

ワークブック18ページ

これからも、仕事の 「枠 = わく」を広げよう！

- ✓ 自分の希望・理想をやる
- ✓ たくさんの仕事をやる
- ✓ メリット・デメリットをやる

最後に

2分

- これからの、金トレ目標を、ワークブックの表紙に書いてください。（例）
 - 金トレの復習をする
 - お金をためるために、お金の使い方を見直す
 - やりたい仕事について、もっと調べてみる
 - お金持ちシンダンを、たまにやってみて振り返る



テキスト・アンケートをお渡しします。

アンケートをお願いします。

