

# 生活設計シートを用いた授業実践概要

対象：高校2年生  
提案者：野澤 風沙  
実施時期：R7.4~R8.1

## 1. 背景

- ・高校生が最低限身につけるべき金融リテラシーに、「生活設計」がある\*1
- ・金融教育の中でも、“生活設計と資金計画”について中学校で「学んだこと」と「教えて欲しいこと」の差は-22%ポイントであり、乖離が大きい\*2
- ・高等学校学習指導要領解説（家庭編）では、「家計の構造や家計管理について理解し、イ生涯を見通した生活における経済の管理や計画の重要性について、ライフステージや社会保障制度などと関連付けて考察する」と記載\*3

生徒が、生涯の資金計画・生活設計の礎となる知識・技能を身につけられるようになるような授業実践を試みる

そのためには…実際のライフプランに基づく資金の収支を試算し、自分の生涯のいつ、どのような場面で、どれくらいの資金が必要かということをも自分ごととして捉えさせるような構成で授業を計画する。

## 2. 教材作成の観点と有用性

### (1)教材作成の方向性（生活設計シート）

具体的に資金計算ができる表計算ソフト形式を用いることとした。

#### ▼一般的な生活設計シート

毎年の収支に係る項目を自分自身で入力する必要があり、高校生が0から作成するには負担感が大きい

#### ▼今回作成した教材

基本的な項目を選択・入力することで平均値が入力され、生活設計シートに反映されるようにした

### (2)系統生のある学びに向けた工夫

生活設計に関する内容について、小学校では、お小遣いの使い方について学習をする。これらの学習内容を各学校段階で理解するとともに、PCやタブレットを使用した授業を展開することで、高校段階の授業につながる。

### (3)デジタル教材

（ファイル共有機能）の活用  
関数等が設定済みの生活設計シートを、Googleのclassroomよりファイル共有機能を用いて生徒に配布した。これにより、生徒の負担感を減らして作成に取り組めるようにした。また、生徒が取り組んでいる生活設計シートを、同時に教員も確認できる。

## 3. 生活設計シートの構造と授業実践

- ・日本FP協会が無償提供しているExcel形式のキャッシュフロー表\*4をもとに、Googleのスプレッドシートを用いて教材を作成した
- ・基本的な構造として、1枚目のシートに基本事項を選択または入力することで、2枚目のシートに平均値が反映される仕組みとなっている

【赤いセルに記入】今後のライフイベントにかかる費用  
基本情報入力シート★

①ピンクのセルを選択・入力すると、

②別シート（生活設計シート）に反映される

- ・なお、今回の作成においては、10年に一度、何らかの“リスク”に遭遇することとした。また、子どもの学習用品や引越し費用、自分自身の趣味にかけるお金などについても具体的に考え、入力するよう指示を出した。

### 生徒の感想（ワークシートより）

- ▼理想的な生活にはお金がかなり必要であることがわかった
  - ▼リスクに備えてお金を大切に使用することが重要なのだと思った
  - ▼奨学金や給付金、日本の保険制度をよく知る必要があると感じた
- 上記以外に、金融商品の活用についても肯定的・積極的な意見が見られた

生涯を見通した資金計画の大変さと重要性に気づき、自分自身の生活を設計する基本的な知識・技能を身につけることにつながったと考える

図1 生活設計シートの構造（見本）

## 4. 今後の課題

- ・今回の試算では、ほとんどの値に平均値を用いたため、個別の状況に応じた計算ができない
- ・指示がやや煩雑であり、誰にでも取り組みやすいとは言えない

様々なライフプランに対応した、誰にでも取り組みやすい教材を目指し、改良を続ける

## 5. 参考文献

- \*1:金融広報中央委員会,2023,「金融リテラシー・マップ」, <https://www.shinupointo.jp/public/document/container/literacy/pdf/mgp202306.pdf> (最終閲覧日:2025/10/5)
- \*2:金融広報中央委員会,2024,「15歳のお金とくらしに関する知識・行動調査 2023年」, [https://www.shinupointo.jp/public/document/container/15sai\\_chosa/2023/pdf/2315sai\\_qaivou.pdf](https://www.shinupointo.jp/public/document/container/15sai_chosa/2023/pdf/2315sai_qaivou.pdf) (最終閲覧日:2025/10/3)
- \*3:文部科学省,2018,高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 家庭編
- \*4:日本FP協会,2025,「便利ツールで家計をチェック」, <https://www.jpfp.or.jp/know/fp/sheet/> (最終閲覧日:2026/1/24)