

老後の生活費が不安、どう貯めたらいい？

社会保険に加入できる働き方を目指しましょう！老後の年金額増加が期待できます。

iDeCo（個人型確定拠出年金）

公的年金の上乗せ年金。
iDeCoは、日本学生支援機構奨学金の資産申告の対象外です。
ただし、原則として60歳までは換金できないので十分に検討しましょう。



NISA（少額投資非課税制度）

株式や投資信託に投資した場合に、売却益や配当金等が非課税になる制度です。
ご自身の投資に対する考え方、リスク許容度に応じて検討するようにしましょう。



日本FP協会

暮らしとお金に関する情報をチェックしましょう。



ひとり親のための就業支援・助成金制度

自立支援教育訓練給付金

技能・資格取得のために各種講座を受講した場合、受講料の一部が支給されます。



静岡県HP

マザーズハローワーク・マザーズコーナー

仕事と育児の両立を目指す方の就業支援を行っています。
キッズコーナーあり。



静岡県労働局公式LINE

借金、早めの整理が吉！ 法テラス

債務整理は、法律家に委任しましょう。次のようなメリットがあります。
◇一定期間は返済がストップする◇債権者からの連絡がなくなる◇養育費の相談もできる！
収入・資産が一定以下の場合、1つの問題につき3回まで無料で相談可能。

法テラス静岡

☎0570-078321

法テラス沼津

☎0570-078322

法テラス浜松

☎0570-078324

日本司法支援センター 法テラスHP



活用しよう！

ひとり親のための相談窓口 ひとり親サポートセンター

月～金 9:00～17:00 ※本所のみ土曜（第1・3）相談があります。ご相談は無料です。

本所	054-254-1191	静岡市葵区駿府町1-70 静岡県総合社会福祉会館4階
中部支所	054-284-0008	静岡市駿河区南町14-1 水の森ビル3階
東部支所	055-951-8255	沼津市大手町1-1-3 沼津産業ビル2階
西部支所	053-452-7107	浜松市中央区中央一丁目12-1 静岡県浜松総合庁舎1階



ぼしす@ほーむ



静岡県ひとり親 あんしんLINE相談



「ひとり親家庭のしおり」 静岡県健康福祉部こども家庭課

◆発行 ◆静岡県健康福祉部 こども家庭課 令和8年3月発行
◆監修 ◆株式会社りか ◆制作協力 ◆石原敬子・高杉雅紀子・谷和代・馬渡初代・三次理加

お金のモヤモヤ解きほぐそう！

知っておきたい お金の知識



ご相談の例



お答えしましょう

たとえば30万円の商品を金利18%のリボ払いで買って

返済日	元金	利息	累計返済額
2023年11月30日	500		
2023年12月31日	500	4,500	500
2024年1月31日	500	4,493	1,000
2024年2月29日	515	4,485	1,523
2024年3月31日	523	4,477	2,046
2024年4月30日	531	4,477	2,577
2024年5月31日	539	4,477	3,106
2024年6月30日	547	4,477	3,633
2024年7月31日	555	4,477	4,160
2024年8月31日	563	4,477	4,687
2024年9月30日	571	4,477	5,214
2024年10月31日	579	4,477	5,741
2024年11月30日	587	4,477	6,268
2024年12月31日	595	4,477	6,795
2025年1月31日	603	4,477	7,322
2025年2月29日	611	4,477	7,849
2025年3月31日	619	4,477	8,376
2025年4月30日	627	4,477	8,903
2025年5月31日	635	4,477	9,430
2025年6月30日	643	4,477	9,957
2025年7月31日	651	4,477	10,484
2025年8月31日	659	4,477	11,011
2025年9月30日	667	4,477	11,538
2025年10月31日	675	4,477	12,065
2025年11月30日	683	4,477	12,592
2025年12月31日	691	4,477	13,119
2026年1月31日	699	4,477	13,646
2026年2月29日	707	4,477	14,173
2026年3月31日	715	4,477	14,700
2026年4月30日	723	4,477	15,227
2026年5月31日	731	4,477	15,754
2026年6月30日	739	4,477	16,281
2026年7月31日	747	4,477	16,808
2026年8月31日	755	4,477	17,335
2026年9月30日	763	4,477	17,862
2026年10月31日	771	4,477	18,389
2026年11月30日	779	4,477	18,916
2026年12月31日	787	4,477	19,443
2027年1月31日	795	4,477	19,970
2027年2月29日	803	4,477	20,497
2027年3月31日	811	4,477	21,024
2027年4月30日	819	4,477	21,551
2027年5月31日	827	4,477	22,078
2027年6月30日	835	4,477	22,605
2027年7月31日	843	4,477	23,132
2027年8月31日	851	4,477	23,659
2027年9月30日	859	4,477	24,186
2027年10月31日	867	4,477	24,713
2027年11月30日	875	4,477	25,240
2027年12月31日	883	4,477	25,767
2028年1月31日	891	4,477	26,294
2028年2月29日	899	4,477	26,821
2028年3月31日	907	4,477	27,348
2028年4月30日	915	4,477	27,875
2028年5月31日	923	4,477	28,402
2028年6月30日	931	4,477	28,929
2028年7月31日	939	4,477	29,456
2028年8月31日	947	4,477	29,983
2028年9月30日	955	4,477	30,510
2028年10月31日	963	4,477	31,037
2028年11月30日	971	4,477	31,564
2028年12月31日	979	4,477	32,091
2029年1月31日	987	4,477	32,618
2029年2月29日	995	4,477	33,145
2029年3月31日	1,003	4,477	33,672
2029年4月30日	1,011	4,477	34,199
2029年5月31日	1,019	4,477	34,726
2029年6月30日	1,027	4,477	35,253
2029年7月31日	1,035	4,477	35,780
2029年8月31日	1,043	4,477	36,307
2029年9月30日	1,051	4,477	36,834
2029年10月31日	1,059	4,477	37,361
2029年11月30日	1,067	4,477	37,888
2029年12月31日	1,075	4,477	38,415
2030年1月31日	1,083	4,477	38,942
2030年2月29日	1,091	4,477	39,469
2030年3月31日	1,099	4,477	40,000

毎月5千円ずつ返済した場合 支払う利息の目安は472,996円

※実際の返済総額は条件によって異なります



物価高で『リボ払い』……そんなあなたにファイナンシャル・プランナーからのアドバイス

リボ払いは、利用額にかかわらず毎月の返済額が一定のため、家計が管理しやすいというメリットがあります。他方、借入元本がなかなか減らず、支払う利息が多くなるというデメリットも。他のローンに比べて金利が高めなうえ、最近では、世の中の金利が上がっていることから、リボ払いの金利も上昇傾向です。

借入は、利息の分だけ生活に使えるお金が減ってしまうため、かえって生活が苦しくなる懸念があります。クレジットカードは、なるべく使わない、使う場合は、分割やリボ払いは、なるべく避けるのが賢明です。

また、返済に困っている場合には、金利が低いもの一括で借り換えるのも一案。どうしても返済できなくなった場合には、弁護士や法テラス（裏表紙記載）に相談しましょう。

金利18%のときの、利息支払い総額・完済までの年数の目安 金額の単位：円

借入額	返済月額	利息支払い総額	完済までの年数
300,000	5,000	472,996	12.9年
	10,000	101,523	3.4年
500,000	8,000	989,312	15.6年
	10,000	431,021	7.8年



「日本貸金業協会」返済シミュレーション