

#47



資産形成の学校

投資の基本

『足るを知る』
我慢しない資産形成

目次 我慢しない資産形成 「足るを知る」

① 「足るを知る」とは何か

② 「資産形成」と「足るを知る」の関係

③ 「足るを知る」ための実践方法

④ みなさんから頂いた質問（具体例）

⑤ 質疑・応答

⑥ 本日のまとめ

足るを知る

中国の思想家 老子の言葉「足るを知る」

足るを知る

現状に満足して感謝している人は、
それほど多くのものを持っていなくても、
幸せな人生を送ることができたり、
富がある者と思なされる

いくらお金があっても、いつまでも欠乏感
を抱いて生きている人というのは、
何を得ても幸せな人生は送れない



でも・・・「現状に満足しなさい」といわれても、
「もっとこうしたい」「ああしたい」が出てくるのはどうしたらよいか？

欲求

世の中は欲求をかりたてる、煽ってくる
広告やCMや宣伝が多すぎる...



欲求

理性

自己投資をしたい



他にお金がかけれなくなるけど、それでよいのか？

家族と遊びたい



遊ぶ時間はそんなにない

もっと美味しいもの
いっぱい食べたい



食べ過ぎはよくない

『足るを知る』

- 自分本位で生きるスキル
- × 節約や我慢をするスキル

資産形成と
足るを知る

コップの水は・・・



A まだ半分しか
入っていない

B もう半分も
入っている

NTTの株は・・・

現在値[円]	153.8	↑ (15.00)
前日比	-2.0	(-1.28%)
前日終値	155.8	(05/27)



A まだ1株153円
で高い状態

B もう1株153円
で安い状態

資産額は・・・

資産合計 金額非表示 保有商品一覧 お気に入り一覧 ※楽天銀行残高除く 評価損益 ▼		
8,597,021 円 +1,867,824 円		
保有商品	時価評価額	評価損益
国内株式	2,863,750 円	+351,693 円
米国株式	168,736 円	+33,376 円
投資信託	5,515,940 円	+1,482,755 円
外貨預り金合計	48,595 円	-

A まだ850万円
しかない

B もう850万円も
たまっている

貯金で100万円できた・・・

A まだ100万円
しかない

B もう100万円も
たまっている

二人以上世帯の年代別貯金額

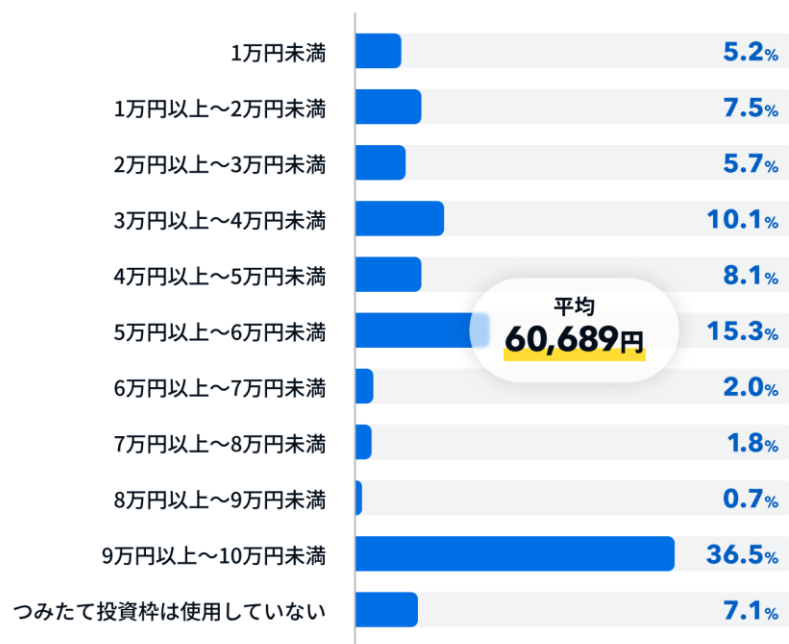
年代	平均値	中央値
20代	214万円	44 万円
30代	526万円	200万円
40代	825万円	250万円
50代	1,253万円	350万円
60代	1,819万円	700万円
70代	1,905万円	800万円
全国	1,291万円	400万円

 オカネコマガジン

出典:オカネコ

50代で1000円投資を開始...

「新NISAを利用している」と回答した方に伺います。新NISAではつみたて投資枠の年間非課税投資枠は現在の40万円(月3.3万円)から120万円(月10万円)になりましたが、毎月の積立金額を教えてください。(SA)



A まだ1000円
しか積立していない

B もう1000円も
積立できている

『足るを知る』 ための実践方法

基準点を
下に設定する

普通に生きると
基準点は必ずあがる

×

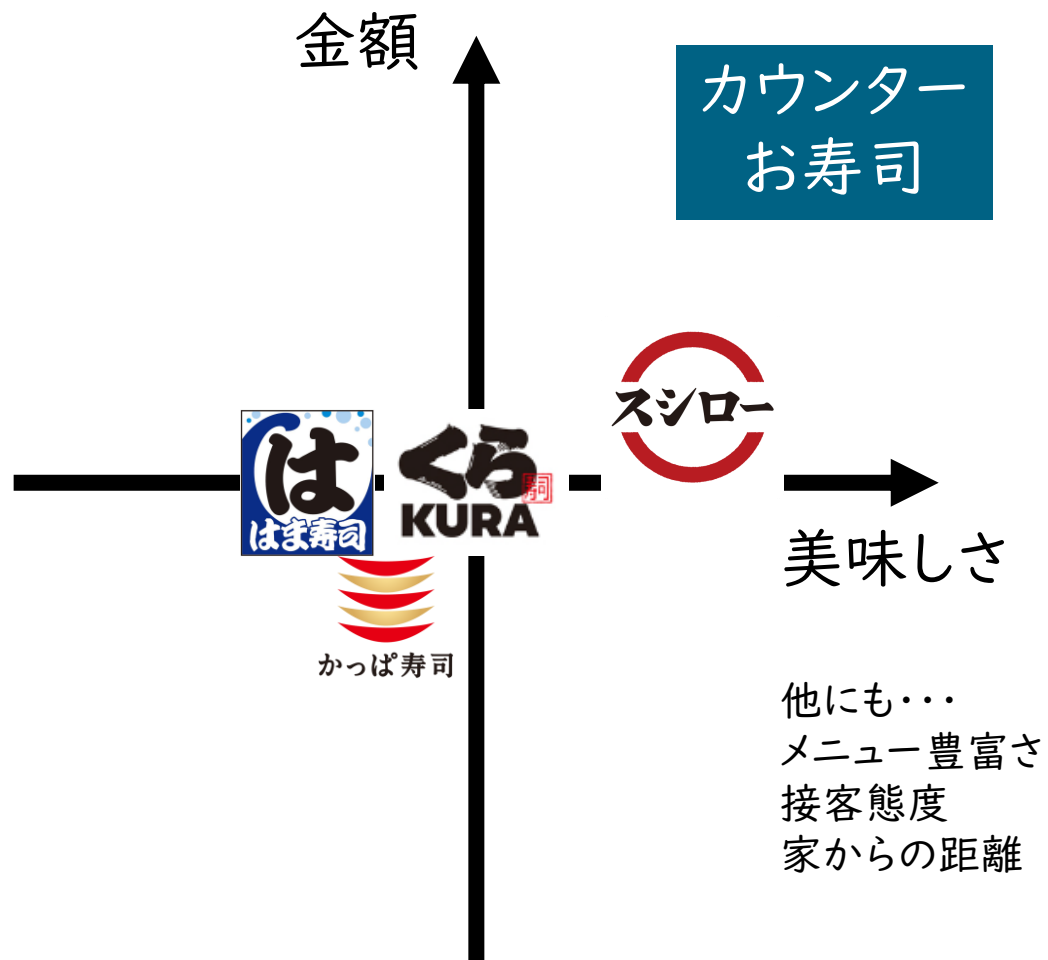
安モノで満足しよう
って意味ではない

基準点を下に設定するために...

当たり前って何？
を問い続けること

足るを知るために、基準点を下に設定する

例) 今日はお寿司を食べに行く



◆ 時間もあり条件がなければ

➡  スシロー 1回3,000円くらい

◆ 夫婦の時間を楽しみたいとき

➡  カウンター お寿司 1回10,000円くらい

◆ 時間がなければ、近い場所

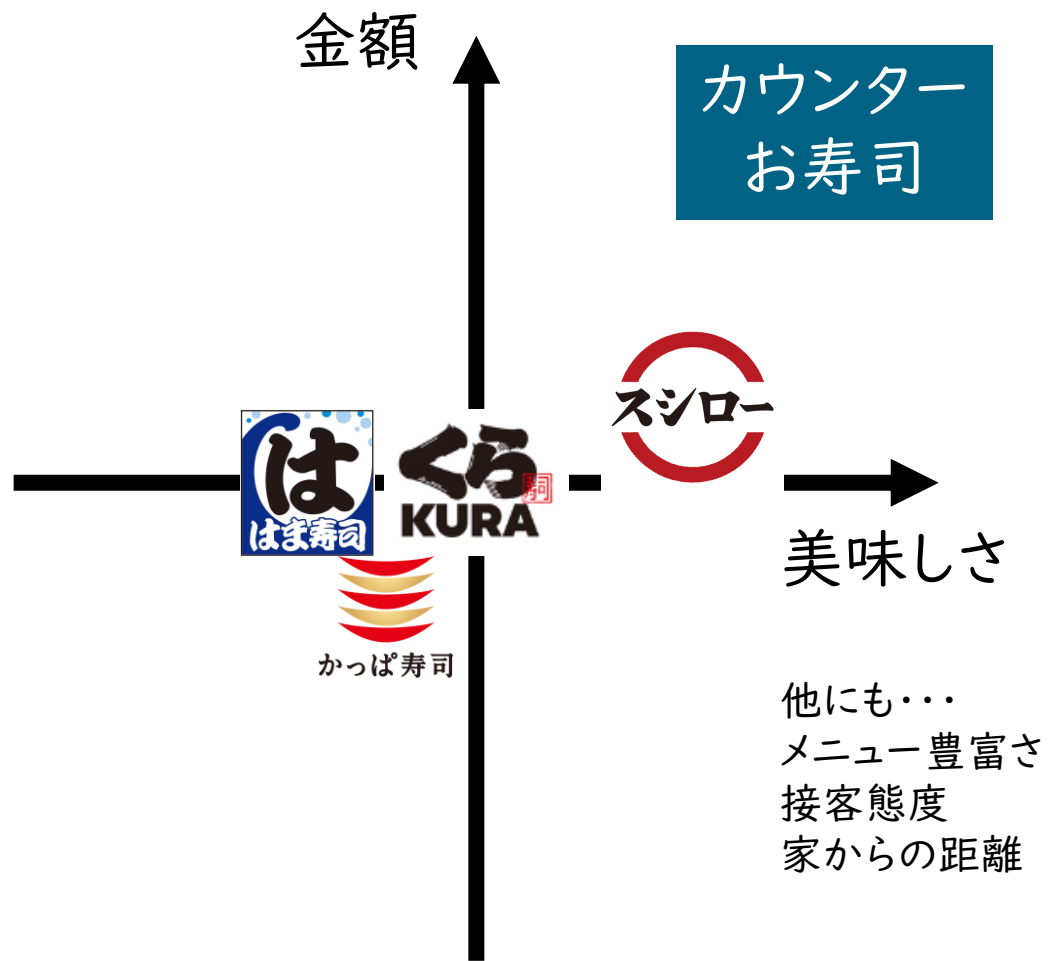
➡  はま寿司 1回3,000円くらい

これってそもそも
当たり前ですか？

そもそも・・・
お寿司いけることが
幸せではないの？

足るを知るために、基準点を下に設定する

例) 今日はお寿司を食べに行く



【前提条件】

お寿司いける
ことって幸せ
なんじゃないの？



基準が高くなっていることに
人は気が付けない

お寿司は・・・



A 1皿100円の
お店しかいけない

B 1皿100円の
お店にいける幸せ

基準点を
下に設定する

高いから幸せとは限らないし
安いから悪いわけでもない。

自分の落としどころを
自分自身で知ることこそ、
足るを知るの本質ではないか？

いただいた質問
を「足るを知る」
で回答します。

Q

私はユニクロで
節約しているので、
服にはお金をかけていません

基準点を
下に設定する

A そもそもユニクロって
節約していることになる
んでしょっか??
ユニクロの基準が高いと
思わないのでしょっか?

私の中ではユニクロは高いです。

ユニクロが安いと思ったことは

正直1度もありません。

ユニクロよりも安いお店は

たくさんありますし、基準を

高くしていませんか？

質問

自己投資や家族で楽しむことも大事であるところ、先取り貯金をやり、残りで生活する。

あるいは、収入から支出を引いた残りの金額を貯蓄するといういずれかの選択を行うことになります。その際、ふくちゃんは自己投資やご自身の趣味や家族で遊ぶためのお金をどのように確保されていたのでしょうか。

自己投資が大事であるから、お金をかけたいと思っても、現実の毎月の貯蓄金額では無理だという場合も発生すると考えられるため、ふくちゃんの考え方を知りたいと感じました。

Q

自己投資や家族で遊ぶお金を
かけたいと思っても
現実的に無理だと思う場合
どうしたらよいのか？

A まず『無理』って
考え方をやめて、
「どうしたらいいのか？」
を考えて、行動できる
ものから行動してみる

A そもそもお金をかけて
家族で遊ぶとか自己投資
の基準は当たり前ですか？
公園や図書館など、お金
をかけない楽しみは？

私も借金時代の旅行なんて
本当に貧乏旅行でした・・・
できていただけ満足です。
シングルベットで1泊3000円
Go to travelなどの活用。
それでも楽しかったですよ。

当たり前を疑ってください

- ◆ 今あなたが使っているモノやサービスは当たり前ですか？
- ◆ 贅沢な生活をしていない!と言える根拠はなんでしょうか？
- ◆ 基準をできるだけ下げるためにはどうすればよい？
- ◆ 我慢って何ですか？我慢していると感じないようにするには？



あなたが本当に我慢しない資産形成をしていきたいなら、
「足るを知る」から自分自身を理解してください

最後に、知識定着のためアウトプットを提出してください

毎回出席（提出の有無）を確認しています

A	B	C	D	E
お名前	2023/07/03（当日）	2023/07/03（後日）	7月19日（当日）	7月19日（後日）
Aya	☐	☐	☐	☐
EMI	☐	☐	☐	☐
harue	☐	☐	☐	☐
Hitomi	☐	☐	☐	☐
K	☐	☐	☐	☐
kaori	☐	☐	☐	☐
LUCY	☐	☐	☐	☐
manzana	☐	☐	☐	☐
masashi	☐	☐	☐	☐
Mayu	☐	☐	☐	☐
mi	☐	☐	☐	☐
RYOKO	☐	☐	☐	☐
Yoko	☐	☐	☐	☐
あきこ	☐	☐	☐	☐
あべ	☐	☐	☐	☐
おざわ	☐	☐	☐	☐

【Q7】（自由記述）もっとあなたが学んでいきたいことを教えてください。

回答を入力

7月の勉強会のアウトプットシート

知識を定着させるために、必ずアウトプットしてください。※アウトプットしていない場合、出席にはカウントできません。

このフォームでは、すべての回答者からのメールが自動的に収集されます。 [設定を変更](#)

【Q1】 LINEのお名前を記入してください。 *

記述式テキスト（短文回答）

【Q2】 勉強会の参加方法を記入してください。 *

- ☐ （当日参加） 7月3日（月）
- ☐ （後日動画） 7月3日（月）
- ☐ （当日参加） 7月19日（水）
- ☐ （後日動画） 7月19日（水）

ちよび

アウトプットシートの期限

1週間後の6月4日(火)まで

(この日を過ぎたら過去動画アウトプットの方をお願いします)

【6月の勉強会の予定】

参加型勉強会	6月4日(火)
セミナー型勉強会	6月10(月)
参加型勉強会	6月19日(水)
セミナー型勉強会	6月25日(火)

ご質問タイム

本日の説明の中で
わからなかった点がありますか？

質問などご自由にお願ひします。

※直接聞けなかった方は、
アウトプットシートにご記入ください。