

Money Logbook 資産コンディショニング診断書

診断日：2026/04/08

お名前：ログブック様

担当家計鑑定士：あす

ログブック様、アセスメントへのご協力、誠にありがとうございました。
今回の診断結果からログブック様の家計には

毎月 **45,000 円**

本来は残るはずだったお金が無意識のうちに流れていることが分かりました

これは1年間で**540,000 円**

10年間で**5,400,000円**

に相当します

しかしこれは「損をしている」という話ではありません。

これは

ログブック様の未来に眠っている資産です

この診断書ではその「見えない資産」を

- 数字
- グラフ
- シミュレーション

で可視化しています

見直すだけで手に入る資産です

未来の家計には非常に大きな「伸び代」が眠っています
本報告書は、その「無意識の支出」を「未来の資産」へと
変換するための道標でございます。

まずは

現在地を一緒に確認していきましょう

※注意※

この診断は一般的な資金管理の目安を示すものであり、
特定の投資や金融商品の助言を行うものではありません。

1. 現在の「残るべき富」の分析

驚かれるかもしれませんが、これは「損をしている」のではなく「本来、あなた様の手元に残るべきであった富」でございます。

ログブック様の現在の支出を年収からみた

ログブック様のMoney Logbook理想基準と照らし合わせた結果、以下の「残るべき富」が発生していることが判明しました。

ログブック様の現在の支出

- ・ 月間の合計支出額：245,000円
- ・ 1年間の合計支出額：2,940,000円
- ・ 3年間の合計支出額：8,820,000円
- ・ 5年間の合計支出額：14,700,000円
- ・ 10年間の合計支出額：29,400,000円
- ・ 20年間の合計支出額：58,800,000円

現状維持の場合



ログブック様の年収から見たMoney Logbookの理想基準(15%削減)

合計支出額:
200,000円/月
2,400,000円/年

ログブック様の現在の支出**245,000円**から
Money Logbookの理想基準200,000円との差額

合計余力:残るべき富
45,000円/月
540,000円/年

もしこの「残るべき富」を貯金できたら

1年後: 540,000円
3年後: 1,620,000円
5年後: 2,700,000円
10年後: 5,400,000円
20年後: 10,800,000円

もしこの「残るべき富」を運用(年間4%)できたら

1年後: 551,844円
3年後: 1,723,897円
5年後: 2,993,398円
10年後: 6,648,328円
20年後: 16,559,874円

※1: 年利4%の根拠: 金融庁の積立投資想定利回り(3~5%)の中間値を採用。
※2: 本シミュレーションは試算であり、実際の運用成果を約束するものではありません。投資には元本割れのリスクが伴います。

支出(15%削減)



貯金(15%削減)



4%運用(15%削減)



※これは、本来ログブック様が
貯蓄や投資に回せたはずの「未来の資産」です。

【生活に支障ない範囲が所得の15%(無意識の節約)】

多くのFP(ファイナンシャルプランナー)が推奨する「先取り貯蓄」の基本ラインです。
生活レベルを落とす必要がないため、ストレスはほぼありません。

2. 現状の把握

この結果を見てどう感じられたでしょうか？
これは日々の生活の見直しだけで得れる「家計の純増」です。

例えば
5,000円を稼ごうとすれば、
時給1,000円なら5時間の労働が必要です。

しかし、家計の見直しならば、その「見直しにかかる時間」だけで
同じ5,000円を生み出すことができます。

最も効率的な資産形成の方法は、「適正な支出バランスに戻すこと。」

実のところ、資産を安定して築かれている方は、
この『守りの技術』に非常に長けていらっしゃいます。

多くの方が『お金を稼ぐ、増やすテクニック』に目を奪われがちですが、
実は『守る技術』こそが資産形成の真髄とも言えます。

適切に支出をコントロールし、時間を味方につける。
このシンプルな原則の積み重ねが、
将来の豊かな実り(資産)へと繋がっていくのでございます。

3. シミュレーション:さらなる高みへ

ログブック様が以下の行動をした場合、
どのようになるかシミュレーションした結果です。
2つのパターンを用意しています。

私たちMoney Logbookは1つ目のパターンは意識するだけで、
十分可能な範囲とお伝えしています。

● 1つ目のパターン

【意識的に節約している範囲(手取りの25%削減)】

総務省の家計調査(二人以上の勤労世帯)によると、
黒字率(手取りから食費や住居費を引いた残り)の平均25%前後で推移しています。
外食を控える、セールを狙う、自炊を徹底するなど、「選択と集中」が必要になります。

ログブック様の年収から見た**Money Logbook**の理想基準(25%削減)

合計支出額:
170,000 円/月
2,040,000 円/年

ログブック様の現在の支出**245,000**円から
Money Logbookの理想基準**170,000**円との差額

合計余力:残るべき富
75,000 円/月
900,000 円/年

もしこの「残るべき富」を貯金できたら

1年後:900,000円
3年後:2,700,000円
5年後:4,500,000円
10年後:9,000,000円
20年後:18,000,000円

もしこの「残るべき富」を運用(年間4%)できたら

1年後:919,740円
3年後:2,873,162円
5年後:4,988,998円
10年後:11,080,547円
20年後:27,599,790円

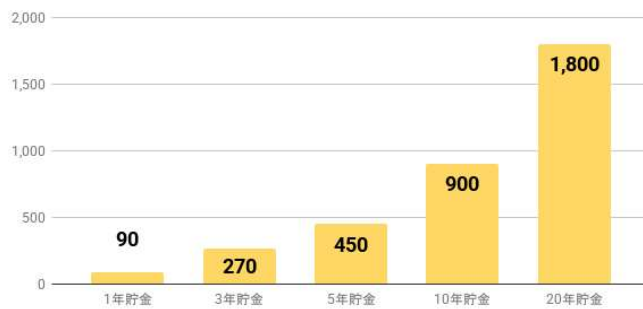
※年利4%の根拠: 金融庁の積立投資想定利回り(3~5%)の中間値を採用。
※本シミュレーションは試算であり、実際の運用成果を約束するものではありません。投資には元本割れのリスクが伴います。

支出 (25%削減)



※単位:万円

貯金 (25%削減)



※単位:万円

4%運用 (25%削減)



※単位:万円

● 2つ目のパターン

【FIRE(早期リタイア)を目指す節約(手取りの35%以上)】

近年注目されているFIRE(早期リタイア)を目指す層の統計的な水準です。住居を格安にする、車を手放すなど、人生の優先順位を「将来の資産」に大きく振った状態です。

ログブック様の年収から見たMoney Logbookの理想基準(35%削減)

合計支出額:

140,000 円/月

1,680,000 円/年

ログブック様の現在の支出245,000円から Money Logbookの理想基準140,000円との差額

合計余力:残るべき富

105,000 円/月

1,260,000 円/年

もしこの「残るべき富」を貯金できたら

1年後:1,260,000円

3年後:3,780,000円

5年後:6,300,000円

10年後:12,600,000円

20年後:25,200,000円

もしこの「残るべき富」を運用(年間4%)できたら

1年後:1,287,636円

3年後:4,022,427円

5年後:6,984,597円

10年後:15,512,766円

20年後:38,639,706円

※年利4%の根拠:金融庁の積立投資想定利回り(3~5%)の中間値を採用。

※本シミュレーションは試算であり、実際の運用成果を約束するものではありません。投資には元本割れのリスクが伴います。

支出 (35%削減)



貯金 (35%削減)



4%運用 (35%削減)



「数字をご覧になり、どのような印象を持たれたでしょうか？」

『無意識の支出』を見直して資産の原資へ回す量に比例して、ログブック様の未来の選択肢が広がっていくことがお分かりいただけるかと存じます。

【診断書 最終セクション】

実は、この『守りながら育てる』という視点こそ、資産形成の本質であり、成功されている方が最も大切にされている部分です。世間ではあまり語られることのない、「知っているかどうか」で差がつく、非常に重要な家計の智慧でございます。