

テキストの無断複製は著作権侵害にあたり、固くお断り致します。

«学生用（ふりがな付き）»

入門！

# ライフ・リテラシー ゲーム

テキスト

## ゲームをはじめる前に

「ライフ・リテラシー」って、なに？



「**入門!ライフ・リテラシー ゲーム**」は現実社会の予行練習をする、超リアルな人生ゲーム。  
税や社会保障、働くうえでトラブルに巻き込まれないための基本を学習します。

ひつよう

## なぜ「ライフ・リテラシー」が必要なの？

しゅうしょく きゅうりょう  
就職するとお給料をもらいますが、その中から税金や社会保険料を払わなければなりません。健康保険

をはじめ、あたりまえと思っていた身近な制度は、多くの人の税金や保険料でまかなわれているのです。

しゃかい で いっぽうとき じゅえきしゃ ふたん ぎ む お がわ まわ  
社会に出るということは、一方的な受益者から負担の義務を負う側に回る、ということです。

どうじ じぶん み じぶん まも  
同時に自分の身は自分で守らなければならない、本当の意味での巣立ちの時になるのです。「ライフ・リ  
テラシー」の知識を持たずに社会に出ることは、防具をつけず戦いに参加するのと同じ。プレイ前に、  
まずその危険性をしっかりと認識しましょう。

## ゲームのコツ

じっせいかつ つか ちしき  
実生活で使える知識にするためには、自ら学ぶ姿勢が大事です。プレイヤーは制度別の担当を持ち、  
し じ ぱしょ  
指示された場所でこのテキストを音読します。担当者はゆっくり発音し、自分自身も含め全員が理解できる  
つと  
よう努めましょう。

とく きゅうよめいさいしょ かいせつ き  
特に給与明細書の解説はよく聞いてください。ここに載っているのは日本社会の背骨のような制度ばかり  
しゃかいせいかつ おく さい きそ  
です。社会生活を送る際の基礎になるので、まずは「明細書をちゃんと読める」を目指しましょう。

じゅんばん  
ではゲームスタート！順番にサイコロをふりましょう。あなたのもうひとつの人生の始まりです(^^)/



①

## バイトの残業代が支払われていないことに気づく！

ざんぎょうだい しはら

複製厳禁

ざんねん いほう はたら きょうよう しょくば かん ゆうき  
残念ながら、違法な働きかたを強要する職場もあります。おかしいと感じたらひとりでなやまず、勇気  
そうだん けんさく  
をだして相談しましょう。検索ワードは…

そうごうろうどうそうだん ほう  
「○○県 総合労働相談」「法テラス」、など。

かなら こうてききかん えら ぜいきん うんえい むりよう がくせい しょうひせい はら  
必ず公的機関を選んでください。税金で運営されているため無料です。学生でも消費税を払っている  
りっぽう のうぜいしゃ そだんりょう まえばら かんが かつよう ほうち かいけつ  
立派な納税者。相談料を前払いしたと考えて、どんどん活用しましょう。放置しても解決はしません。  
そだん しせい てってい  
はやめに相談する姿勢を徹底してください。

きゅうよめいさいしょ ほうでき しょうこ じゅうよう しょるい ないよう かくにん たいせつ ほかん  
また給与明細書は法的な証拠にもなる重要な書類。きちんと内容を確認し、大切に保管しましょう。  
ばあい や さいていげん ほうりつ まも かいしゃ  
もらっていない場合はすぐに辞めて下さい。最低限の法律を守っていない会社です（※）。

※所得税法違反。（欄外の補足説明は、音読しなくて良い。必要に応じて各自で読む）



## 就職

しゅうしょく

複製厳禁

健康保険について。日本ではすべての人が、職業別に公的な医療保険に入るきまりです。これを  
「国民皆保険」と言います。種別はおおむね、つぎの通り。

会社員 → 会社の【健康保険組合】に加入。会社が手続きをしてくれる

フリーター  
自営業者  
など → 国と地方自治体の【国民健康保険】加入。市区町村役場へ行き、  
自分で手続き → かなり面倒で、実際ほぼ忘れます。その場合、気づいたあとにまとめて  
保険料を払わなければなりません（※）。相当な金額です。  
ゲームでは遠回りして市役所へ行く手間を体感しましょう（-\_-）

実は病院に行った時、私たちはかかった医療費の1割～3割しか払っていません。残りはこの健康保険組合  
が負担してくれるので。ですから窓口で保険証を出し、加入している組合を知らせます。

かなら けんぽ ささ あ ていりょうきん しつ たか いりょう  
必ずどこかの健保に入りみんなで支え合うことで、日本では低料金で質の高い医療がうけられるのです。

※市町村役場で相談すれば分納（分割で払う）もできます。



## 就職

しゅうしょく

複製厳禁

けんこうほけん いりょう ささ あ

たい ねんきん ささ あ

せいど

健康保険が医療の支え合いであるのに対し、年金は生活を支え合うための制度です。

こうれい しょうがい はたら

### 高齢や障害で働けなくなった人たちを支える

しく という仕組みなので、20才になるとすべての人が「国民年金」に加入します。さらに会社員の人は、

こうせいねんきん

「厚生年金」にも加入します。にも、というところがミソで…。下の図を見てください。

### 国民年金

フリーター・自営業

### 厚生年金

### 国民年金

会社員

かいしやいん ねんきん に かいだ  
会社員は年金が2階建てになります。では、支払いも倍になるかというとそうではありません。会社が  
はんぶん ふたん  
じぶん はら  
かね  
やす  
半分を負担してくれるので、自分で払うお金はむしろ安くなるのです。

こくみんねんきん

しょうらい う と  
ねんきんこうせいねんきん かにゅうしや くら  
すぐ

国民年金の人は1階だけなので将来受け取れる年金は、厚生年金の加入者に比べ、少なくなります。



## ④4月 はじめての給料

きゅうりょうび ぜんいん きゅうよめいさいしょ いちぶ と み せつめい  
**給料日です！全員、給与明細書を1部ずつ取り、見ながら説明をきいてください。**

きんたい しきゅう こうじょ  
**「勤怠・支給・控除」の3つにわかれていています。左から見ていきましょう。**

きんたい しゅっきんにっすう ざんぎょうじかん  
**【勤怠】出勤日数や残業時間**

しきゅう きゅうよ うちわけ ごうけい いちばんたいせつ ごうけいがく きほんきゅう きそきゅう  
**【支給】給与の内訳と合計。ここで一番大切なのは、合計額ではなく基本給/基礎給です。**

たいしょく きじゅん ぶぶん ひく ばあい ようちゅうい かなら  
**ボーナスや退職金の基準になる部分なので、あまりに低い場合は要注意！必ず**

チェック してください。

こうじょ きゅうよ さ ひ きんがく  
**【控除】給与から差し引かれる金額**

じっさい しゅうにゅう いちばんみぎがわ した ふりこみしきゅうがく へ  
**では、実際の収入はいくらでしょう？一番右側の下、「振込支給額」です。ガッツリ減った  
自分のお金がどこへ行き、なにに使われているのか？ゲームをするうちに少しずつわかってきます。**



## 4月 初めての給料

きゅうりょう

所得税について。明細書、控除の欄①を見てください。

所得税は国に納める税金で、給与だけでなく所得があった時には必ず課されます。所得が多いほど税率が増える「累進課税」で、公平性が高いと言われています。

2013年から、ここに復興特別所得税が加算されました。東日本大震災の復興財源ですが、所得税と併せて徴収されているため、気づかない人も多いようです。

コロナ禍でも、多くのお金が必要になりました。ただ、財源についてはあまり話しあわれていません。ほとんどが国債、つまり借金なので、将来の納税者が負担することになります。





## 4月 はじめての給料

きゅうりょう

けんこうほけん ねんきん こくみんぜんいん ささ あ しゃかいほけん ろうどうしゃ ろうどうほけん  
**健康保険や年金は、国民全員で支え合うので「社会保険」と言いますが、労働者のための「労働保険」と**  
 せいど  
**いう制度もあります。**

### 労働保険は2種類

こようほけん しつぎょうあて じゅうぎょうよういん かにゅう めいさいしょ こうじょ らん  
**【雇用保険】失業手当などのために、従業員が加入（※1）する。明細書 控除の欄②を**  
 かくにん  
**確認してみましょう。**

ろうさいほけん じゅうぎょうよういん しごとちゅう つうきんとちゅう ろうどうさいがい  
**【労災保険】従業員が仕事中や通勤途中にケガをしたり病気になったりした時は、労働災害と**  
 いりょうひ かいしゃ ふたん とき そな かいしゃ はい ほけん  
**いって医療費はすべて会社が負担します。その時に備えて、会社が入る保険**

ろうさいほけんみかにゅう ほうりついはん つうじょう ろうどうしゃ  
**実は労災保険未加入の会社がたくさんあります。法律違反ですが 通常、労働者にはわかりません。**  
 「ウチはなにがあっても、従業員を守りません！」の意思表示。こわいです。働く時には加入の有無  
 しら  
**を、かならず調べましょう（※2）。**

こうむいん とうさん かいこ こようほけん しほら きゅうふ  
**また公務員には倒産、解雇がほとんどないため、雇用保険の支払いも給付もありません（※3）。**

※1 保険料は会社と折半。社会保険同様、税金も投入されている。コロナ禍の助成金等で財政が急速に悪化した為、  
 2022年から労使ともに負担増。

※2 ライフリテラシーHP「ブラック企業 超簡単な見わけ方」から調べられます。

※3 一部ではある場合もあります。



7

## 5月 2回目の給料日

きゅうりょうび

会社員の人は健康保険や年金など、社会保険の支払いが開始。くわしく見てみましょう。  
 しゃかいほけん ねんきん しゃかいほけん しはら かいし  
 しゃかいほけん しめい たが ささ あ いのち せいかつ まも  
 社会保険の使命は、「互いに支え合い、命と生活を守る」こと。

にほんこくけんぽう ゆうめい じょうぶん けんこう ぶんかてき さいていげんど せいかつ いとな けんり ゆう  
 日本国憲法の有名な条文、「すべて国民は健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」、  
 せきむ お せいぞんけん もと  
 そして「国がその責務を負う」という第25条「生存権」に基づいています。

ささ あ しゅうにゅう おお ひと はら すぐ ひと すぐ じき ほけんりょう やす  
 るいしんりょうりつ からら おお はら おお まいつきはら  
 '支え合う'ので、収入の多い人はたくさん払い、少ない人や少ない時期には保険料が安くなります。  
 累進料率です。そして必ずしも「多く払ったから多くもらえる」わけではありません。たとえば、毎月払う  
 健康保険料は人によってバラバラですが、病院での負担は等しく1割～3割です。

ほけんりょうりつ けんこうほけんくみあい き けんこう ひと おお いりょうひ すぐ  
 くみあい ほけんりょう ひく けんこういじ しゅうび おさ じゅうよう  
 ただし保険料率は、それぞれの健康保険組合で決められます。このため、健康な人が多く医療費が少ない  
 組合は保険料を低くできます。つまり健康維持は、自分たちの出費を抑えるうえでも重要なのです。



## 労災申請

ろうさいしんせい

じゅうぎょういん たいせつ  
従業員を大切にする会社もたくさんありますが、残念ながら、そうでない会社もあります。問題がおきた  
じじつ しょうめい  
時、その事実を自分で証明しなければならない、という場合があるのです。

ひせいき ふあんてい よわ たちば ぎもん きけん かん や  
特にアルバイト、非正規などの人は不安定で弱い立場です。疑問を持ったり、危険を感じたりしても辞め  
きろく のこ たいせつ しょうこ  
られない時には、ひとつひとつのことを記録に残すようにして下さい。大切な証拠になります。

ろうどうしゃ まも さまざま ほうりつ きんろう めいき けんばう  
日本では労働者を守る様々な法律があります（※）。これは勤労について明記されている憲法第27条、28  
こんきよ かこ ろうどうしゃ か と  
条が根拠となっています。過去の労働者たちによってようやく勝ち取られたこれらの決まりによって、今、  
こようけいたい ろうどうしゃ まも  
雇用形態にかかわらず、すべての労働者が守られているのです。

※アルバイトをしている人などが特に知っておきたいのは「最低賃金法」。使用者は国が定める最低賃金以上  
を払わなければならない。金額は地域別に異なるので、自分の時給は法律が守られているか調べてみよう。



## 入社2年目 6月～

にゅうしや

じゅうみんぜい きゅうよめいさいしょ こうじょらん  
**住民税。給与明細書 控除欄③を見てください。**

じゅうみんぜい す しくちょうそん とどうふけん おさ ちほうじち たと どうろせいび こうきょう  
**住民税は住んでいる市区町村と都道府県に納めます。地方自治のために使われ、例えば道路整備や公共の建物、そこで働く職員や先生の給料の一部になります。**

じゅうみんぜい いちばん ちゅうい ぜんねんど しゅうにゅう かぜい ばら. てん  
**住民税での一番の注意は「前年度の収入に課税される」、つまり1年後のあと払いという点です（※）。**

たいしょく よくとし むしゅうにゅう おさ  
**退職した翌年には、たとえ無収入でも納めなければならないので気をつけてください。**

きゅうよ しゅるい ぜいきん はら し く ちが  
**給与からは2種類の税金を払いますね。仕組みがだいぶ違うのでまとめてみましょう。**

しょとくぜい こくぜい しゅうにゅう え とし おさ  
**【所得税】は、国税。収入を得た年に納める**

じゅうみんぜい ちほうぜい おさ  
**【住民税】は、地方税。次の年に納める**

じゅうみんぜい ひがしにほん だいしんさい ちいき さいがい そな ぞうがく  
**また住民税も東日本大震災のあと、地域での災害に備えるため10年間増額されていました。すでに終わりましたが、減税になったわけではなく、2024年からは森林環境税として、同じ金額を払っています。**

※ゲームでも2年目6月から納めています。これは入社年の所得に対して課された税金。なぜこんなに遅い時期になるのでしょうか？住民税は（年末調整や確定申告によって）確定した前年の所得税をもとに計算するため、時間がかかるのです。



10

## チャレンジクイズ 高額療養申請をする

こうがくりょうようしんせい

病気やケガをした時に心配なのは、身体のことだけではありません。お金のことも心配です。金銭的、精神的な負担を少しでも減らすため、日本にはいろいろな制度があります。

代表的なのが「高額療養費制度」。自分で支払う医療費には限度があり、高額だった時には限度額を超えた分を健康保険組合に負担してもらう、という制度です。下の図を見て下さい。



では問題です。限度額は、収入によって変わるのでですが、あなたの月給が30万円だった時、ひと月の限度額は、いくらになるでしょう？みんなも一緒に考えてください。

- ① 3万円    ② 8万円    ③ 15万円

答えは最後のページ。



11

## 身体に障害が残ってしまう

からだ しょうがい のこ



複製厳禁

こうれい  
年金は高齢になった時そのため、と思われていますがそれだけではありません（※1）。正式名称は…  
ねんきんほけん ほけん さきざき ふあん そな  
「年金保険」。保険は、先々の不安に‘備える’ものですよね。

ふそく じたい  
ですから不測の事態、例えば身体に障害を負って働けなくなった時などには一定のお金が支給されます。  
いつしょうがい しょとくほしょう つづ  
一生涯、所得補償が続くこの「障害年金」の存在は、若い人にこそ重要でしょう。

みのう  
ただし保険ですから、保険料が未納の人はもらえません。払えない場合は、必ず市区町村役場などに相談  
げんがく ま てつづ  
して下さい。減額や待ってもらう手続きができます。20歳以上の学生で納付できない場合は、かならず  
がくせいのうふとくれいせいど  
「学生納付特例制度（※2）」を利用しましょう。

ねんkinてちょう  
また年金手帳は2022年に廃止されました。基礎年金番号通知書、マイナンバーカードなどで手続きがで  
はいし  
きます。

※1 年金には老齢年金、障害年金、亡くなった方の遺族を支える遺族年金があり、ひとつの保険料で3つの安心が得られる

※2 「国民年金保険料学生納付特例制度」は保険料を納付しなくても、納付済みと同じ待遇になる優遇制度。申請しているかどうかで  
万が一の時には、一生で6千万円の差が出るとも言われている



12

## 日本の「医療保険制度」は世界一

いりょうほけんせいど

日本の医療保険は大変優れ、世界でも高い評価を受けてきました。しかし現在、この制度が危機的な状況になっていることは、あまり知られていません。高齢化や医療の高度化などで医療費が増大し、解散する健保が増えているのです。（※1）

コロナ禍でも保健所や一部の病院に負担が集中する、患者が医療機関にアクセスできないなど、いろいろな問題が浮き彫りになりました。

「診察や薬は3割負担」「病院を選べる」は、あたりまえではありません（※2）。みんなで問題を共有し、制度について真剣に考えていく必要があるのです。

※1 解散後は国保か協会けんぽ（中小企業が加入する）が受け皿になる

※2 例えば公的医療保険が貧弱な米国では、高額な保険料を払い民間の医療保険に加入する。医療費も超高額。このため市販薬の大量摂取やドラックの中毒者が各地で増え、大きな社会問題になっている。



13

## リテラシーメモ



ここまで見てきたように、日本にはたくさんの制度や手当があります。しかし一番知っておく必要があるのは「申請主義」という点です。たとえ該当していてもほとんどの場合教えてもらえない、ということです。利用するには…

### 自分で「知って」いて、「申請」する

が、不可欠。地域の広報誌などは毎月チェックし、リテラシーを身につけていきましょう。申請主義は他の問題に関しても同じかもしれません。どうにもならないという状況になった時、最後に自分を守ってくれるのは「たすけてほしい」と言える勇気なのです。

一方財政を見届けることも大事です。巨額の税金が毎年ムダづかいと指摘されますが、なぜ減らせないのでしょう。わたしたちが払ったお金を、より正しく使うための方法も考えなければなりません。たとえば、最近注目されているのは「政府から独立した財政機関」の存在です。長期的な財政規律を維持しやすいため、すでに多くの先進国で設置されています。



14

## 住宅を購入する

じゅうたく こうにゅう

家を買う場合、多くの人は借金(ローン)を背負います。そのため特別な減税措置があります。しかし減税の金額や期間は、購入年度によって違うのです。なぜなのでしょうか？

住宅を造るには、設備や材料、人手が必要です。さらに、新しく家を買った人は電化製品や家具など、物を買う場合が多いものです。つまり…

材料が売れる ⇒ 家を建てる ⇒ 家を買う ⇒ 他の物も買う ⇒ 消費が増える ⇒ 景気が良くなる

このため不景気の時には減税の額や期間を増やし、家を買いやすくすることが景気対策として行われてきました。

しかし税金が安くなっても、多額の借金を背負うことに変わりありません。また新築住宅の奨励や少子化などにより、空家が大きな社会問題になっています。

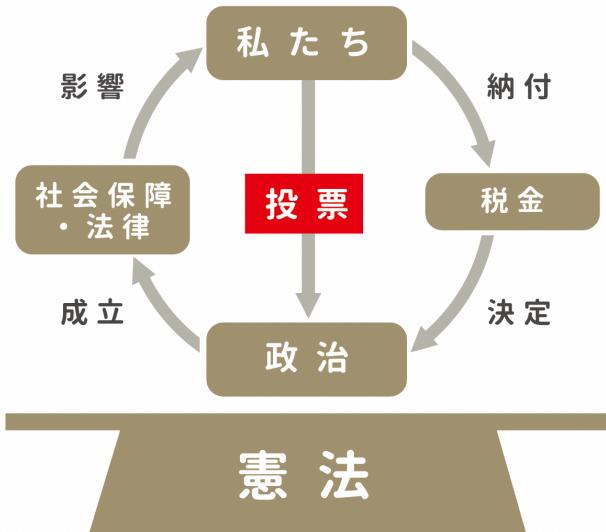
情報を鵜呑みにするのではなく、違う視点から見るよう心がけ、時には時代を眺めるような広い視野を持つことも大切です。



15

## ゴール

複製嚴禁



いま せかいかくち あたら みんしゅしゆぎ かたち もさく と く はじ  
今、世界各地で「新しい民主主義の形」を模索する取り組みが始まっています。

き いっぽううき したが しゃかい さき ほうこうせい き かんが  
決まつたことに一方的に従うのではなく、社会を支え、その方向性を決めるひとりとして考え、  
こうどう じぶん しゃかい ひとまか しせい わ み まも さいだい  
行動する。自分のことも社会のことも任せにしない。この姿勢こそが、我が身を守る最大の  
「ライフ・リテラシー」なのです。

## クイズの答え

### ②8万円

※ただし申請しなければカバーされません。また一度は全額払わなければならず、大変です。このため事前に限度額適用認定制度を利用するか、またはマイナ保険証を使用すると立替えの必要もなくなります。



テキストの内容を漫画で復習！  
こちらから↓





2024年までの情報に基づいていますが、  
あくまでゲームです。現実とは異なる場合があります。

監修 特定社会保険労務士 金丸亜紀雄/税理士法人湘南  
著作・製作 ライフリテラシー

無断複製は、固くお断り致します。

