

### Q 娘の教育費と自分の老後資金を貯めるには？

小学6年生の娘を育てるシングルマザーです。来春、娘が中学生になるので、塾や部活などの教育費が増えそうです。娘は大学まで進学させたいのですが、もし働けなくなるとか、自分の老後資金も心配です。毎月、自分と子どもの教育資金用に3万円ずつ貯蓄していますが、金額は妥当ですか？

また、3年前から株主優待狙いで株を始め、外食費は優待で賄うなどしています。始めた当初に100万円を株用の口座に入れ、欲しい株があった時に購入しています。

保険は、現在私が月2000円、娘が月1000円の国民共済に加入しています。もしもの場合を考えると、保障が手薄なのではと心配です。娘の教育費を貯めながら、自分の老後資金も準備していきたいです。ご教授、よろしくお願い致します。

食費が少ないのが気になりましたが、実家から米や野菜が送られてくるとのこと。お世話になっている方へのお礼や家族の誕生日に使う目的でデパート積み立てをし、毎月ユニセフに寄付するなど、つながりや助け合いを大切にしたい。暮らしが目に浮かびます。お子さんの時間を大切に考えて、車でもさまざまなところに外かけているのもいいですね。その一方で、将来の教育費増に備えて貯蓄に励んでおられます。月の貯蓄額は、無理なく積み立てられている点で妥当。月の黒字は子ども口座に入れ、ボーナス収支の黒字も半分以上を子ども口座に入れていくようなので、塾や部活の費用は払えるでしょう。改善点としては、積み立てを定期預金に変更し、50歳から集中的に貯めれば間に合います。次に株式投資について、NISA(少額投資非課税制度)を利用して、いろいろな会社の株を買っているよう。外食産業はコロナ禍で打撃を受けている所が少なくないため業績も調べて、応援したい気持ちでも、債務超過が続いて上場廃止になると困ります。それと金融資産に占める投資の割合が4割を超えているので、しばらく個別株への新規投資は見合わせましょう。

保険の件ですが、掛け捨ての死亡保障(遺族のため)や就業不能保険(病気やケガで働けないときの収入減への備え)で補強すると安心です。

### A 貯蓄額は妥当。積み立ては定期預金で大学の学費に

### Mさんの家計簿(鹿児島県在住)

本人39歳(公務員)、長女11歳

■収入		■特別収支(年間)	
本人	220,000円	[収入]	
養育費	50,000円	ボーナス	80万円
計	270,000円	児童手当	12万円
		株配当	5万円
■支出		[支出]	
家賃(駐車場代込)	56,500円	車関係費	10万円
食費	20,000円	NHK受信料	2万4185円
水道光熱費	13,000円		
携帯代(2台)	13,000円		
日用品費	5,000円		
レジャー費	10,000円		
ガソリン代	10,000円		
学校関係費・習い事代	18,500円		
保険料(2人分)	3,000円		
デパート積立	3,000円		
寄付	1,000円		
本人普通貯金	30,000円		
子ども普通預金	30,000円		
特別支出用預金	10,000円		
投資信託・株用口座	30,000円		
合計	253,000円		
黒字	17,000円		

### ■貯蓄残高

本人普通貯金	210万円
子ども普通預金	110万円
特別支出用預金	5万円
投資信託	25万円
株(12銘柄)	200万円
株用口座	6万円

生活経済ジャーナリスト。消費者の声を国や企業に届ける活動にも注力

高橋 伸子

このコーナーはリビング福岡、リビング北九州、リビング熊本、リビングかごしまで作っています



## 高橋伸子の家計簿クリニック

### カット専門店ならではの技と低料金。1200円(税込)でお手軽イメチェン 秋の「イケメンカット」で、新学期もカッコよく！

HAチヨキチヨキ HAチヨキチヨキ カット専門

定番からトレンドまでおまかせ！

遊んだり学んだり、キッズたちにとって多忙な夏休み。髪を切り損ねた子どもも多いのでは？ そんな時は、短時間でおしゃれに決まる「HAチヨキチヨキでサッパリ！」

同店人気のハイブリッドヘアは、アシメやソフトモヒカンを組み合わせた「ハイクラス」のスタイルが、スタイリングしやすく仕事で



両サイドを刈上げ、トップをザクザクふわふわにする「イケメンカット」。お洒落の秋にぴったりです※税込

も好印象と、パパたちからも好評。1200円とお値段もリーズナブル。親子の利用も増えていきます。店内スタッフは感染症対策を徹底。受付/午前9時~午後6時45分(時短の場合有)

●平成店  
中央区平成3-17-1  
☎096(370)7221

●上熊本店  
西区花園1-3-7  
☎096(356)7688

### 老後のための資産運用

募集代理店 保険プラザ(株)プロテック

ゆめあんしんプラザ

老後の備えを始めた。でもiDeCoやNISA、個人年金保険等種類が多くて悩んでいるうちに先延ばしに...。そんな人は買い物のついでに相談できるプロテック！

無料相談会は、9月8日(水)から9月25日(土)まで。時間は、午前10時、正午、午後2時、4時、6時(要予約)です。3店同時・毎日開催！

※感染症対策を徹底  
営業/午前10時~午後8時

リビングく〜ぼん

保険プラザ(株)プロテック  
予約後、クーポン持参で相談すると

久原本家 茅乃舎だし  
プレゼント！

3店舗で利用可、初回のみ、1家族1枚  
R3.9.8~10.2まで

【ゆめタウン内の各店】

- はません店(本館2階)  
☎0120・020・400
- 光の森店(本館2階)  
☎0120・035・117
- 八代店(本館2階)  
☎0120・157・708



10周年を迎えた「ゆめあんしんプラザ」はません店のスタッフさん

### 初回限定！ 999円でウォーターボトル2本お届け 子育てするママにも大助かりの「アクアクララ」

アクアショップ ダイイチライフ



子育て中はせわしなく、赤ちゃんのいる家庭は食事も大変ですよね。そんなときクリアな水とお湯がサーバー方式で利用できるアクアクララなら、ミルク作りや離乳食作りにぴったりです。少量のお湯が必要ときもお湯を沸かす手間がなくて手軽。一息つくときも温かい飲み物が簡単に入れられて快適ですよ。

ミクロ(1万分の1ミリ)クロンのろ過水でできる、ミネラル成分をバランス良く配合し、お

お得!!

①初回限定、999円(税込)でウォーターボトル(12ℓ) 2本お届け!  
なんと、1809円(税込)もお得!

②5本まとめて注文するとプラス1本でさらにお得!

「アクアクララ」の特徴

- ・軟水だからまろやか
- ・80~90℃のお湯がすぐに使えてとっても便利
- ・1ℓ/117円(税込)と経済的
- ・定期メンテナンスで安心

いい!」を、電話一本でウォーターボトルの宅配&回収でうれしいを提案。ウォーターサーバー(あんしんサポーター)別途は除菌・洗浄のメンテナンスで衛生的です。

営業/午前9時~午後6時  
住所/東区保田窪4ノ14ノ97

### 「中山靴店」期間限定 販売会

鶴屋 本館2階中央エスカレーター前



解剖学的知識とフィッティング技術で、足と靴の悩みに応える「中山靴」が期間限定で初出店。期間中は、3D足型計測機や専用機器で今の足の状態を計測。独自のオーダーインソールならではのフィット感が、あなたの歩行を快適に...

営業/午前10時~午後7時、最終日は午後6時まで  
問合せ/本館2階婦人靴 ☎096(327)0501

9月15日(水)~21日(火)  
初出店! 中山靴店 期間限定販売会  
【会場】鶴屋本館2階 中央エスカレーター前

●同時開催 「靴と足のお悩み相談会」 専用機器による計測も(無料)

お得な特典!  
【先着20人限定】  
期間中2万円(税込)以上購入で  
防水スプレープレゼント

新車の軽全メーカー  
7千円から (税込)

セパンライン 7年リース

セパンラインのメリット  
走行距離制限を9万kmまで延長!!  
修復歴有になっても買取保証!!

車検 自動車税 自賠責 オイル交換  
諸経費 マット・バイザー オイルエレメント  
頭金・ボーナス払いの有り無し選べて均等払いOK! 残価設定あり

セパンラインのメ리트  
高性能大画面 8インチカーナビ  
+ ボディ&ガラスコーティング  
+ 希望ナンバー  
+ 7年間手洗い洗車無料

カーショップ フィール  
熊本市東区保田窪4丁目14-89  
営業時間/10:00~20:00、水曜定休

お問い合わせはコチラへ  
TEL.096-387-2333

医療法人社団 ソフィア愛育会  
ソフィアレディースクリニック水道町

●診療科目 婦人科●  
不妊相談もお申し付け下さい。

診療時間  
月・火・木 午前 10:00~14:00  
午後 16:00~19:00  
金・土 午前 9:00~13:00  
午後 14:00~18:00  
水曜 午前 9:00~13:00  
午後 14:00~18:00  
日・祝日 午前 8:30~12:30

〒860-0844 熊本市中央区水道町9番5-1  
☎(096)322-2996  
http://www.suidouchou-ic.jp

岩政 仁 院長  
ソフィアレディースクリニック水道町  
生殖医療指導医(不妊治療の専門医)

不妊女性の約3%にみられる「抗精子抗体」による受精障害

精子を異物とみなして攻撃してしまう抗体。体外受精により妊娠可能なケースも

岩政 体内に細菌やウイルスなどの異物が侵入すると、身体の中では「抗体」が作られ、それらを攻撃して排除しようとするしくみが働きます。でも人体は、自分に必要なものまで抗体を作ってしまうことがあるのです。

「抗精子抗体とは?」  
不妊との関係は? 抗精子抗体の有無は、元気な精子を直接子宮内に入れる「人工授精」でも、赤ちゃんに患われる可能性がゼロではありません。

しかし、抗精子抗体が強いときは、女性の体内で精子が攻撃されて卵子までたどり着くことが困難だと思われ、体外で卵子と精子を受精させる「体外受精」や、さらに進んだ「顕微授精」を選択することになります。