知っておきたい「生活と保険」

Vol. 4 超過・重複保険について その保険は必要? 私にフィットする保険とは?

自分がどんな保険に入っているか、実はよく知らないもの。勧められるままにいくつかの保険に入ったものの、それで保障が十分かどうかも不安。保険をよく整理すると、思わぬ重複や超過して入っていることに気づきます。自分に合った適正な保険に見直すことができれば、保険料も今より抑えられ、家計も助かります。

CFP　黒澤 佳子

アットハーモニー
マネジメントオフィス代表
栃木県出身。横浜国立大学卒業後、銀行、IT企業、監査法人を経て独立。個別相談、セミナー講師、本やコラムの執筆等を行う。

CFPとは?
上級ファイナンシャルプランナー。世界24カ国・地域（2017年2月現在）で導入されている、ファイナンシャルプランナー（FP）の頂点とも言える資格。原則として一国一組織により資格認定が行われており、日本では日本FP協会が認定している。

保険の種類ごとに自分に必要かどうかを考える

生命保険の加入率は、男性81.0%、女性80.6%で、加入金額の平均は、男性が1,793万円、女性が794万円です（生命保険文化センター「生活保障に関する調査」平成28年度）。今や8割以上の方が保険に加入している時代ですが、どのような保障がされているのか、どのようなときに保険金が支払われるのか、きちんと知っていますか? いざという時に使えないということのないように、まずは保険証書を確認してください。いくつかの保険に加入していると、重複部分も多くなりがちです。自分に必要な保障は何かを考え、手元の保険と見比べ、必要に応じて保険を見直しましょう。

また、保険は入らないといけないものではありません。例えば「もしもの時は貯蓄で賄う」という方は、あえて保険で保障を得なくてもいいのです。貯蓄として保険商品を使う場合と、保障を得ることは別です。分けて考えましょう。

主な保険の種類　　**ご自分の保険を整理してみましょう↓**

死亡・万が一の備え（必要保障額を補う）	終身保険	保険期間は一生涯、解約返戻金あり、貯蓄性があり保険料は高め	円
	定期保険	保険期間がある、掛け捨て、保険料は安め、更新により保険料があがることも	円
	収入保障保険	保険期間がある、死亡保険金を年金や一時金で受け取る、保険金総額が年数の経過により減っていく、定期保険より保険料が安め	円
病気やけがの備え（公的医療保険を補う）	医療保険	病気やけがでの入院・手術、終身タイプ・定期タイプあり	円
	ガン保険	ガンによる入院・手術、ガン診断給付金	円
	介護保険	要介護認定されたら、終身年金タイプ、一定期間年金タイプ、一時金タイプ	円
老後資金の準備	個人年金保険	生きている間年金を受け取れるタイプ、一定期間年金を受け取れるタイプなど	円
教育資金の準備	こども保険	入学金や授業料として使えるよう一定のタイミングで祝い金や満期金が受け取れる、契約者がなくなったときには保険料の負担が免除されるものも	円
その他			円

必要保障額を知っておきましょう

必要保障額とは、もしもの時に備えておきたい金額（死亡保障）のことです。具体的には遺族の今後の生活費や教育費などの支出から、遺族年金や弔慰金などの収入と貯蓄を除いた金額が目安になります。必要保障額は、家庭の生活水準や配偶者が働いているか、子どもの進路などによっても違ってきます。また、家族の年齢が上がるにつれて必要保障額は減っていきますので、昔の保険をずっと見直さずにいると、自然に保険金過多になりがちです。

同じ金額の死亡保障であっても、保障が一生続き、解約返戻金や貯蓄性がある終身保険は、掛け捨てで一定期間のみ保障が得られる定期保険に比べ保険料が割高になります。また、死亡時に備える保険としてグループ保険（団体保険）もあります。会社ごとの社員に合わせた商品プランになっており、保険料も安価で、加入しやすくなっています。掛け捨て型が多いですが、必要最低限の保障を得るには最も利用しやすい保険といえます。1年ごとに契約を見直せるので、必要に応じて保障内容を変更することも可能です。

必要保障額をすべて用意しないといけないわけではありません。あくまで予測値なので、そのうち一部を保険で用意すると考えてもよいのです。保険と上手に付き合うには掛けすぎないことが大切です。保険料が生活の負担になっては元も子もありません。保険はあくまで万が一のためのものなので、貯蓄と保障をバランス良く組み合わせることが大切です。

ライフステージに合わせた保険の見直しポイント

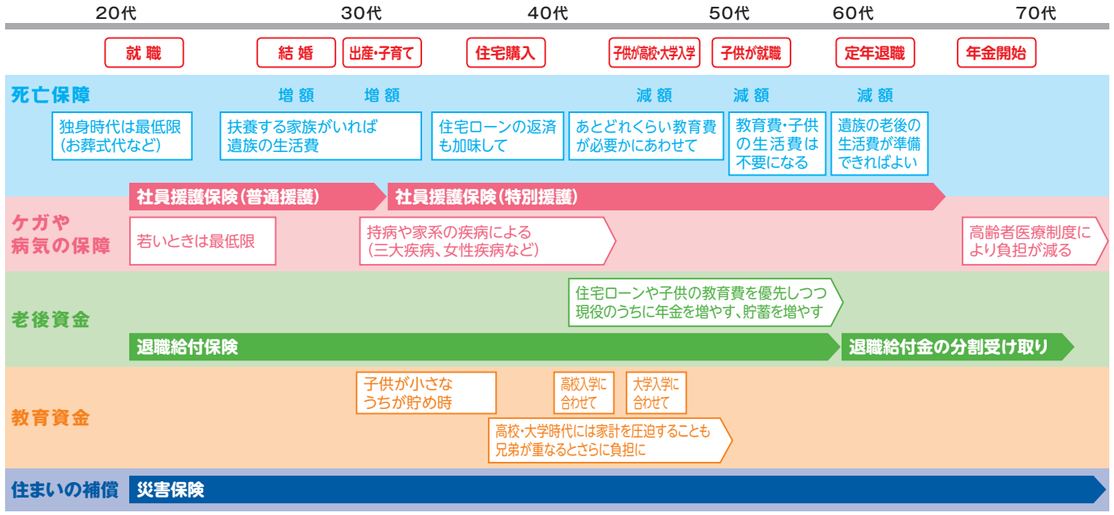
保険に加入した後は、ライフステージの変化に応じて見直しが必要です。結婚、子どもの誕生、住宅の購入、子どもの就職などは、必要保障額が変わるタイミングです。また、共働きかどうかによっても世帯収入が変わるため、必要保障額が変わってきます。

郵政福祉の退職給付保険は、退職時に保険期間に応じた保険金を、一括または複数年の分割でお支払いいたしますので、早期のご加入により老後の資金としてお役立ていただけます。また、社員援護保険は配偶者もご加入できますので、結婚や出産等のライフステージにあわせてご検討ください。

■ 結婚
結婚後は、配偶者の働き方や収入を含めたライフプランにあわせて、保障額を考える必要があります。
また、結婚後は、配偶者など自分が亡くなったときに経済的に困る人を受取人にします。

■ 出産・子育て期
子どもが生まれると、子供の将来のため、教育費の準備と、親に万が一のことがあった場合に備える必要があります。教育費は進路によって大きく変わるため、どの時期にいくら必要か見積、目標額を決めておきましょう。

■ 住宅購入
マイホームを住宅ローンで購入する場合、通常団体信用保険（団信）の加入が借入の条件となります。団信は、債務者に万が一のことがあった場合に、その後の返済が免除される保険です。これにより、死亡保障を見直すことができます。

■ 子どもの独立（老後）
子どもが独立すると、教育費が不要になり、家族の生活費が減ります。それに伴い、契約している保険の保障を抑えることで、保険料負担を減らせます。家計が改善した分は、介護等に係る老後資金の足しや、自分の葬儀代等のための資金とすることが考えられます。ちなみに、葬儀に係る費用の総額は約196万円（日本消費者協会の調査より）ですので、目安にするといいでしょう。

図「ライフステージと保険の例」