

知っておきたい 「生活と保険」



Vol. 1

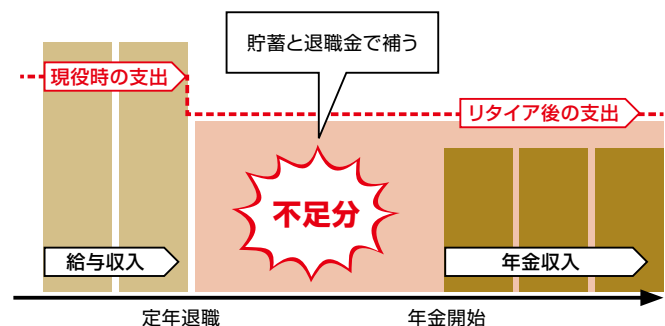
退職後の備えについて ～ゆとりある老後の生活のために～

昭和36年4月2日以降に生まれた男性および昭和41年4月2日以降に生まれた女性は、年金受給開始が65歳からとなります。60歳で定年退職し、すぐに年金が受け取れた時代とは違い、この5年間でどのように過ごすかによって、老後の暮らしに大きな影響が出そうです。

老後資金はいくら必要？

厚生労働省「平成25年就労条件総合調査」によると、退職金の平均支給額は1,941万円^(※1)です。一方で、高齢夫婦無職世帯の老後の生活費は、平均約28万円/月で^(※2)、5年間の生活費合計は約1,680万円になります。5年間を無収入で過ごした場合、65歳になり年金がもらえるようになったときには、261万円しか残っていないことになります。もし退職時に住宅ローンが残っており、退職金の一部で住宅ローンを完済するとすると、この**5年間のうちに退職金を使い果たしてしまう可能性**もあります。

では老後資金はいくら必要なのでしょう？ 誰もがそれを知りたいところですが、老後資金は、個々の状況や健康状態により大きく異なるため、いくら必要か一概には言えないものです。



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。

一つの考え方として、年間収支を使って見積もってみるのもよいでしょう。年金受取額は、年収と加入期間で計算されます。平均標準報酬額（おおよそ平均年収÷12）が40万円、加入期間38年の場合の年金受取額は約263万円/年^(※3)です。月22万円の収入に対し、約28万円/月^(※2)の支出とすると、毎月6万円の赤字になりますので、夫婦2人で25年間生活していくには、**年金開始時点で1,800万円必要**、という試算になります。

人生のセカンドステージの暮らし方によっても、退職後の生活に必要な資金が変わってきます。年金収入の範囲内で自分らしい生き方ができるのかどうか、「退職後にはこれをやりたい!」という思いや、ゆとりをもった生活を望むのであれば、どれくらいの備えが必要なのかを考えておきましょう。自分のこだわりや楽しみを大事にしながら、健全で豊かな生活を送るために、**早いうちから計画すること**はとても大切なことです。

セカンドライフプランを考える上で役立つのが「キャッシュフロー表」です。キャッシュフロー表は今後のライフイベントをもとに、年間収支や貯蓄残高等を一覧表にしたもので、将来の収支状況が確認でき、いつまでに何を準備すればよいかの目安になります。実際に作成する際には、「**支出はやや多めに、収入はやや少なめに**」に見積もるのがポイントです。

■ キャッシュフロー表の例

		(単位：万円)															
家族の年齢	夫	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67
	妻	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64
手取り収入		480	480	480	480	480	480	480	480	0	0	0	0	0	200	200	200
配偶者の収入		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
一時的な収入		0	0	0	0	0	0	0	0	1,800	0	0	0	0	0	0	0
収入合計		480	480	480	480	480	480	480	480	1,800	0	0	0	0	200	200	200
支出合計		410	410	410	410	410	410	410	410	510	290	290	290	290	290	290	290
年間収支		70	70	70	70	70	70	70	70	1,290	-290	-290	-290	-290	-90	-90	-90
貯蓄残高		500	570	640	710	780	850	920	990	2,280	1,990	1,700	1,410	1,120	1,030	940	850

出典：日本FP協会「今からはじめるリタイアメントプランニング～50代から考えるセカンドライフ～」

貯蓄はあと10年持つかどうか

収支を改善するには…

収支を改善するには、「収入を増やす」、「支出を減らす」の二通りです。確かに現役時代と比べると、リタイア後は出費が少なくなる傾向にはあります。しかし現役時代に決して贅沢な暮らしをしているわけではない方が、リタイア後の生活費を切り詰めるのは難しいものです。無理に削ろうとすると精神的にゆとりがなくなりますので、お勧めできません。また収入面では、働いて収入を得ることも一案ですが、現役時代と異なり給与も下がりますし、身体も無理がききません。公的年金だけでは毎月の生活に不足が出たり、ゆとりがなかったりと、安心できない方も多い中、その他の**自助努力**も考えてみてはいかがでしょうか。

さまざまな金融商品があるけれど、リスクもあってよくわからない、という方は、職場の福利厚生に目を向けてみましょう。その職場に合わせて、過不足なく効率的に商品設計されていることが多く、従業員にとって使いやすくなっています。

医療費や介護費用も考慮

健康で自立した生活が送れるうちはよいですが、やがて支援が必要になる時が必ずやってきます。**80歳以降は要介護になったときのことを考えておく必要**があるでしょう。

2015年の平均寿命は男性80.79歳、女性87.05歳です^(※4)。これに対して、介護を必要とせずに自立した生活ができる「健康寿命」は、男性71.19歳、女性74.21歳です^(※5)。平均寿命と健康寿命の間に約10年の開きがあり、その10年は

退職給付保険「ゆうイング」などはその役割の一部を果たすでしょう。現役時代は、ライフステージに応じた祝品・記念品贈呈や契約者貸付、退職後は退職給付があり、一括受取と分割受取が選べます。リタイア後の「収入を増やす」ために、現役時代からできる準備の一つとなります。

内閣府「平成25年度高齢期に向けた『備え』に関する意識調査」によると、「高齢期の生活について不安を感じる理由」の第1位は「**生活のための収入のこと**」(69.2%)です。次いで「自分や配偶者の健康や病気のこと」(66.3%)、「自分や配偶者が介護が必要な状態になること」(61.9%)と、身体に関する悩みごとが続きます。

厚生労働省の国民医療費の調査結果によれば、65歳以上の国民1人あたり年間医療費は70万円程度、1ヵ月では約6万円です。国民年金の受給額と同等かと思うと、結構な額に感じます。

介護が必要になる可能性が高いということになります。

要介護状態となった場合に、公的介護保険の範囲外で必要になる初期費用平均は252万円、月々かかる費用の平均は16.8万円です^(※6)。これが10年続くとすると、252万円+16.8万円×12ヶ月×10年=2,268万円になります。

間もなくやってくる大介護時代を自分らしく生きるためにも、できる準備を早めに始めましょう。

退職給付保険「ゆうイング」のご案内

退職給付保険「ゆうイング」は、日本郵政グループ社員の皆さまの退職時に備えていただく生活保障保険で、無理のない保険料で、ご退職時に払込期間に応じた退職給付金（保険金）をお支払いします。

◎退職給付保険の特徴

- ① 毎月の保険料（基本給の3%）は給与控除されます。
- ② 退職時に払込保険料+α（運用益分）を退職給付金としてお支払いします。
- ③ 退職給付金は、5年にわたって受け取ることができる分割支払いを選択できます。
- ④ 約186,000人の日本郵政グループの皆さまにご加入いただいています。（28年度末現在）
- ⑤ 28年度の新規採用社員の約92%（約8,000人）の皆さまにご加入いただきました。

出典 ※1:厚生労働省「平成25年就労条件総合調査結果の概況:結果の概要(5 退職給付(一時金・年金)の支給実態)」
※2:生命保険文化センター「生活保障に関する調査」 ※3:厚生年金加入者の場合の概算、配偶者(専業主婦)の国民年金含む ※4:厚生労働省「平成27年簡易生命表」
※5:厚生労働科学研究「平成25年健康寿命全国平均」 ※6:生命保険文化センター「平成27年度生命保険に関する全国実態調査」