

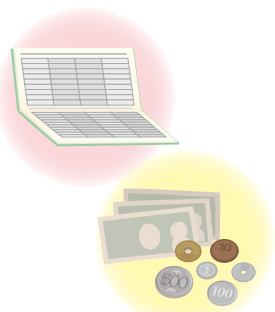


おぎわら ひろこ
荻原博子さんプロフィール

長野県生まれの経済ジャーナリスト。むずかしい経済の仕組みを、わかりやすく解説する達人。モットーは「借金減らして現金増やせ」。近著に『投資なんか、おやめなさい』（新潮新書）、『生き返るマンション、死ぬマンション』（文春新書）など多数。

“備え”を整理して、
目標が決まればあとは貯めるだけ！

マネー
格書



このうち、公的年金を計算してみよう。
厚生労働省が発表する標準的なモデル夫婦（夫が標準的収入で40年間働き、妻はその間ずっと専業主婦だった場合）2人分の受給額は約22万円でした（平成29年度）。この受給レベルがこのまま続くとなると、22万円×12カ月×22年＝約5800万円です。
ただし、今後、年金の受給水準は目減りすることが予想されます。仮に約2割下がったとすると、22万円×0.8×12カ月×22年間＝約4650万円（例②）となります。収入は厳しめに見積もっておくほうが安心でしょう。
最後に、AからBを差し引くと、65歳までに貯めるお金Cが求められます。目標額が決まれば、どう蓄えていくか、その方法を考えましょう。詳しくは、5月末発行予定のメールマガジンで解説しますので、お楽しみに。

65歳までにいくら貯めればいい？

① 老後に使うお金（支出）

毎月の生活費 ()円×12カ月×(平均寿命 ^{※1} －65歳)	6350万円(例①)	万円
住宅ローン 65歳時点の残債		万円
予備費 (旅行や趣味/介護や医療/マイホーム修繕/葬儀代など)		万円
支出計		A 万円

② 老後に使えるお金（収入）

年金見込額×0.8 ^{※2} ×12カ月×(平均寿命 ^{※1} －65歳)	4650万円(例②)	万円
退職金		万円
今の貯金額(株や投資信託なども)		万円
その他(生命保険/企業年金など)		万円
収入計		B 万円

※1 平均寿命は男性81歳、女性87歳(平成28年)として計算 ※2 年金見込額から2割減になることを想定

③ 65歳までに貯めるお金 上記で計算したAからBを引きます。

A 万円	－	B 万円	=	C 万円
------	---	------	---	------

メールマガジン会員募集中！

保険に関する身近な情報をはじめ、提携施設の期間限定キャンペーンなど、お得な情報を充実したラインナップでお届けします！
ご登録がお済みでない方はこの機会にご登録ください。

アドレス http://yuseifukushi.or.jp/jp_member/mailmag/

ユーザー名(ID)とパスワードが必要です。 ユーザー名(ID): パスワード:

スマホは、
こちら



大地震や火事、交通事故、病気など、私たちのまわりには危険や不安がたくさんあります。
小さな備えで、大きな安心を得るための極意をお届けします。

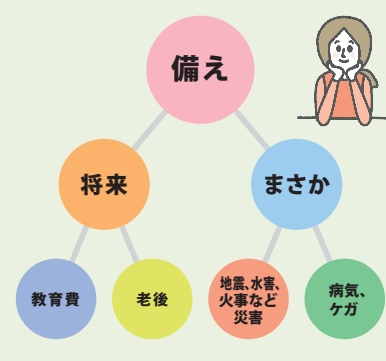
“備え”を整理

備えは、大きく2つに分けることができます（下図参照）。
1つ目は、「まさか」に対する備えです。災害や病気・ケガなどは、起るかどうかわかりません。ですが、万が一起きたときには家計への被害が大きいため、準備が必要で、2つ目は、必ずやってくる「将来」への備えです。老後や子どもの教育費などは、ある程度予測できますから、計画を立てて準備しておきたいものです。
「まさか」と「将来」とでは、準備の仕方も分けて考えたほうがいいでしょう。

安心のための“備え”

皆さんは「もしも」に備えていますか？
平成23年の東日本大震災や平成28年の新潟県糸魚川市での大規模火災など、私たちの暮らしは、不安と隣り合わせ。備えるべきことがたくさんあります。とはいえ、不安ばかりに目を向けるなんてイヤですよね。
そこで、一度じっくり「備え」について整理してみよう。方針が決まれば、スッキリ安心ライフが待っていますよ。

“将来・まさか”のときの“備え”



国の制度や公的支援を活用する

「まさか」という不安が的中して困ったとき、真っ先に利用したいのは国の制度や公的支援などです。
たとえば、入院して医療費が高額になったときは、国の「高額療養費制度」が利用できます。年齢や収入によって毎月の負担上限が決まっています。負担上限を超えて支払った医療費を返金してもらえる制度です。負担上限は、70歳未満で一般的な収入なら

老後の“備え”って いくら必要？

月9万円程度です。
ただし、返金には申請が必要ですので、制度を知って正しく利用しましょう。そうすれば、自己負担を減らすことができます。な備えで済みます。
「将来」に必要な老後の備えは、実際にいくらか、計算してみましょう。
まず、老後に使うお金（支出）を計算します。支出の大半は基本生活費です。現在の生活費をもとに見積もります。
例として、総務省のデータで計算してみよう。家計調査（平成28年）によると、夫が65歳以上、妻が60歳以上の夫婦世帯（無職）の支出平均額は月約24万円です。妻が女性の平均寿命87歳（平成28年・厚生労働省）まで生きるとして、65歳から22年間、24万円×12カ月×22年＝約6350万円（例①）が、基本生活費です。
住宅ローンは65歳までに完済することが目標ですが、65歳時点での残債と予備費も足し合わせてください。
次に、老後に使えるお金（収入）です。老後の生活は、おもに公的年金と退職金と貯金で支えます。

“備え”あつての安心ライフ

監修 荻原博子

