

# 別冊

---

## つみけん2021報告書

### 第三部 『あなたに世界の成長を届ける』 ～大切なのはライフプランニング～

アクティブミドル世代。さあ、ここから！仕事も投資もカッコ良く。

第三部は、FPのご協力のもと「つみけん2021」事務局にて作成・編集したものです。

ここでは、現在の40代半ば～50代半ば（1967年生まれ～1977年生まれ）の世代を、「アクティブミドル世代」と称します。

この世代は、現在の日本を支える中核世代であり、「アクティブなミドル」を目指す資産形成を実践して、

"アクティブ"にわが国を牽引して行って欲しいという想いを込めています。

なお、個別ケースに係るアドバイス等についてはあくまで一例であり、今回、ご協力を得たFPの方の見解です。

「すべての人に世界の成長を届ける研究会」事務局

一般社団法人 投資信託協会 調査広報室

## つみけん2021報告書

### 第三部 『あなたに世界の成長を届ける』

#### ～大切なのはライフプランニング～

アクティブミドル世代。さあ、ここから！仕事も投資もカッコ良く。

## 〈目 次〉

プロローグ	.....01
相談者のプロフィール	.....02
Aさん （男性 4人家族の世帯主 正社員）	.....02
Bさん （女性 ひとり親世帯 正社員）	.....05
Cさん （男性 4人家族の世帯主 非正規社員）	.....06
Dさん （男性 母親と同居・独身 正社員）	.....07
Eさん （女性 母親と同居・独身 フリーランス）	.....08
FPによる実践編	.....10
ご協力いただいたFPの方々：横田健一研究員・山中伸枝氏	
Aさん 「リタイアメントプランニングの基本的な考え方と住宅ローンの借り換え」	.....10
Bさん 「支出の見直しと将来の年金、ねんきん定期便の見方」	.....22
Cさん 「保険の見直しと老後資金の準備、公的年金の受け取り方」	.....33
Dさん 「高齢期における医療費や介護費と公的保険制度」	.....45
Eさん 「フリーランスの年金、小規模企業共済・国民年金基金・iDeCo」	.....60
エピローグ	.....73

### 横田健一研究員のプロフィール

ファイナンシャルプランナー  
株式会社ウェルスペント代表取締役  
CFP®、1級ファイナンシャル・プランニング技能士、日本FP学会会員  
大手証券会社にて商品開発やトレーディング、フィンテックの企画・調査  
などを経験後、独立。「フツウの人にフツウの資産形成を！」というコン  
セプトでブログやYouTubeで情報発信しながら、家計相談を行っている。

### 山中伸枝氏のプロフィール

心とお財布を幸せにする専門家 ファイナンシャルプランナー（CFP®）  
株式会社アセット・アドバンテージ代表取締役 [asset-advantage.com](http://asset-advantage.com)  
FP相談ねっと代表 [fpsdn.net](http://fpsdn.net)  
一般社団法人公的保険アドバイザー協会理事 [siao.or.jp](http://siao.or.jp)  
米国オハイオ州立大学ビジネス学部卒業。「楽しい・分かりやすい・やる  
気になる」講演、ライフプラン相談、執筆など多数。

## 第三部 『あなたに世界の成長を届ける』～大切なのはライフプランニング～ アクティブミドル世代。さあ、ここから！仕事も投資もカッコ良く。

### ～プロローグ～

本報告書の本編では、「つみけん2021」の議論等を整理し、第一部 第1章「団塊ジュニア世代の課題と特徴」や第2章「各回の議論」をまとめています。また、第二部では課題解決の「12のアイデア」を掲載しています。

この 第三部『あなたに世界の成長を届ける』～大切なのはライフプランニング～では、アクティブミドル世代の、それぞれ事情が違う5人の架空人物（Aさん、Bさん、Cさん、Dさん、Eさん）が登場し、日本でも有数のFPの方々から個別のアドバイス（家計診断）を受けるというストーリーが展開されます。（ここでは「横谷さん」と「山田さん」が架空のFPです。）

このストーリーは、ライフプランニングの大切さやこれからの資産形成を"自分事"と捉えていただけることを目指し、作成したものです。そして、これからのアクティブミドル世代の資産形成が、20年後にこのような社会として結実することを願っております。

### 「アクティブミドル世代のこれからの資産形成が、2041年に結実したい姿」

すべてのアクティブミドルが、  
積立投資を始めたことで、将来の不安が薄れ、  
現役世代の後半を充実させながら、  
ウェルビーイングなシニアライフに向けて準備できていると実感できる社会

すべてのアクティブミドルが、  
オトナとして自分の価値観に合った投資を行うことで、  
自分も社会の一員として社会課題の解決に貢献していると実感できる社会

## ～相談者のプロフィール～

## ～Aさんのプロフィール～

- ・49歳。既婚で子供は2人（長男 大学生、長女 高校生）。
- ・中堅企業企画部課長。妻は47歳で教職。世帯収入は1000万円、貯金は700万円。
- ・45歳の時に約5000万円でマンションを購入。ローン残高は約3600万円。
- ・Aの父親と妻の母親は存命。いずれも、資金援助は必要のないくらいの資産は保有。



「若い頃を振り返って、ですか？　そうですね、私たちの親世代や先輩たちは、高度成長期に乗っかっているだけで自然に生きることができたのかもしれませんが、自分たちが社会に出る頃は、大手の地方銀行が倒産をしたりして、不良債権の嵐の世の中でした。助けを求めても親や先輩も自分の事で精一杯で、誰も頼れる人がいませんでした。だから、自分で這いつくばるしかなかったんです」

「厳しい環境下で生き伸びる術を身に付けようとして、自然とあまり余計な発言をしないように、黙って行動することが多くなりました。それで周りからは、何を考えているかわからない、と言われたことも...　自分で努力するしかないと感じ切っているだけなんですけど、それがまた周りからは、協調性がないとか、冷めていると勘違いされている気がします」

「会社での待遇ですか？　"会社は仕事を与えてくれるもの"とか"教えて貰えるもの"と考えている20代の後輩を見ると、まずは自分で努力しろよ！と思ってしまいます。そのせいか周りから、後輩の面倒見が悪いと見られることもあって、マネージャー昇格が遅れる要因になったのかもしれない。

でも、そろそろ周りの同世代も管理職になる人や、スペシャリストとして重用されている人が出てきたし、実家の仕事を継いだ人や、ITベンチャーを起業して地道に努力した結果、成功した人もいます。私も最近はこの会社でけっこう重要な仕事を任されるようになってきました。この世代は人数も多いし、しばらく自分たちが社会で重要な役割を果たす時期になったのかな。本音では、自分たちの時代だ！という気もしています。目立つと口クなことはないので黙っていますけど（笑）」

「資産形成ですか？ 若い頃は非正規だったのでお金もなかったし、景気も悪かったし、投資なんて無理、と考えていました。転職した先で、確定拠出年金は自分で選んで、と言われても何のことも良くわからなかったので、預金を選択したはず？ です。それさえもあんまり覚えていません...

私は非正規雇用の時期が長く、企業年金も少ないはずですが。将来が不安で、貯金はコツコツと700万円<sup>[1]</sup>くらいあります。でも、世間で必要と言われている2000万円まではまだまだ遠いです」

「少し生活も安定してきましたし、今も決して余裕があるというわけではありませんが、イザというときの貯金はありますから、月々2~3万円<sup>[2]</sup>なら貯金とは別に、何とか投資に回そうかなと最近少し思い始めています。仕事を通じて、経済や社会の仕組みも少しわかったので、投資について少し関心も出てきましたし。

投資には、地球環境に配慮したものがあらしいですね。ファンドって言うんですかね？ 一人ひとりのお金は小さくても、大きな資金になって地球環境を考えた企業に投資するものもあるらしいですね。先日、部長に、わが社の業務の中で環境に配慮する企画案を提出したら、多大な事業費になる、と言われました。でも、子供達には良い社会環境を残したいという気持ちはあるんで、何かできることがあれば知りたいですね」

「親ですか？ そうですね、介護がそろそろ始まります<sup>[3]</sup>。私たちは子供たちの世話にならないよう、今から間に合うのであれば、そこそこで良いので、もう少し資産は作りたいです。ただ、投資に関しては知識が全くないので具体的にどうしたら良いのかわからないし、仕事や家庭の事で忙しいので、お金のことを考える時間もあまりありません。若くはないのであまり失敗もできないし」

「金融機関の印象ですか？ 私たちは、周りの人を無防備に信用しないようにして生きてきましたので、金融機関に相談したら、何か売りたい商品売り付けられるのでは？ とつい疑ってしまいます。ITリテラシーはある方だと思っています。かと言って、ネットで見ると商品がいっぱいあり過ぎて選べないです。ま、パッと見ただけですが... まず、しっかりと将来までのプランを立てないといけないみたいなので、信用できる人に相談できれば良いのですが<sup>[4]</sup>」

「ファイナンシャル・プランナーですか？ 最近知りました！ 学生時代の友人の横谷がFPの仕事をしているって。少し話を聞いてみようかと思っています。そうだ、同世代の知り合いにも連絡しようかな。いきなりだと嫌がるかもしれないから、横谷にもみんなにもメッセージしておこうかな」

—Aさんの友達ファイナンシャル・プランナーの横谷さんからの返信—



横谷



A久しぶり！ 皆に会えるのを楽しみにしています。  
相談の件は了解です。友達だから、初回は相談に乗りますが、さら  
にという場合は料金をいただきますよ、こっちも商売なので（笑）

あと、相談に乗るならちゃんとアドバイスしたいので、後で送るヒ  
アリングシートを皆に準備してくるよう伝えて下さい。もちろ  
ん、個人情報もしっかり守るから。

分かりました、ありがとう！

あと、Aの友人である俺に、家庭の事情を話すのはイヤという人も  
いるだろうから、その人には丁寧に優秀なFPの人を紹介するよ！

[1] 金融広報中央委員会「家計の金融行動に関する世論調査〔二人以上世帯調査〕（令和2年）」

金融資産保有額(金融資産有世帯)中央値686万円、平均1,177万円

[2] 投資信託協会「投資に関する1万人アンケート」

45～55歳の月々の平均貯蓄額（特別な収入があった月を除く）は、37,053円。

[3] 厚生労働省「国民生活基礎調査（2019年）」

要介護者等80～89歳 に対する、同居の主な介護者の年齢階級は50～59歳が31.6%と最も高い。

[4] 金融広報中央委員会「家計の金融行動に関する世論調査〔二人以上世帯調査〕（令和2年）」

金融に関する知識・情報の提供主体として「望ましく思う先」と、実際の「入手先」には乖離が見られる。特に50歳代において、金融機関から知識・情報を入手しているものの、希望として、金融の専門家・中立公正団体からの情報提供を求めていることが推測される。

	金融に関する知識・情報の入手先	金融に関する知識・情報の提供主体として望ましく思う先
40歳代	金融機関から60.8%、金融の専門家から27.0%、中立公正な団体から11.5%	金融機関から50.7%、金融の専門家から36.3%、中立公正な団体から36.1%
50歳代	金融機関から68.5%、金融の専門家から25.5%、中立公正な団体から9.0%	金融機関から50.6%、金融の専門家から35.9%、中立公正な団体から37.7%

### ～Bさんのプロフィール～

- ・ Aさんの学生時代の元カノ。
- ・ 48歳。5年前に前夫と離婚しシングルマザー。子供は1人（長男 高校生）。
- ・ 大手メーカー勤務。年収は700万円、貯金は300万円、借金はゼロ。
- ・ 賃貸マンション（家賃15万円）に居住。
- ・ 息子が留学したいと言っているの、ローンや奨学金を利用して行かせてあげたい。



「Aさんのことですか？ ええ、学生の時に付き合っていました。就職を機に自然消滅でしたね。就職してからは仕事に一生懸命で。なんとか入社できた会社でしたから。配属された商品開発部の仕事が難しくて忙しくて、毎日必死でした。携帯はちょうど出始めてたけど<sup>[1]</sup>、今みたいにすぐにメールするって感じでもなくて、あ、“メールする”なんて古いですね。ともかくお互いに連絡し合わなくなりました。でも今はいい友人です」

「職場の環境ですか？ 私が就職した会社は、“一般職”とか“総合職”<sup>[2]</sup>というのではなくて、幸い女性の先輩もいました。先輩のさらに先輩達は、結婚したら自動的に寿退社って感じだったらしいですけど、私の先輩達は結婚してからも仕事を続けていました<sup>[3]</sup>。それでも出産を機に退職していった人もいました。ただ、一人だけ結婚、出産後も勤め続けている人がいたので、その先輩のお陰で私も仕事を続けることができました。当時はなかなか勇気が要りました。だから今の後輩や部下が正直少し羨ましいですけど、結婚やその後のことを私に相談してくれるのは嬉しいし応援したいですね。私の子供はもう高校生ですけど、彼女たちの子供はまだ小さいので、預ける所には苦労しているみたいですよ<sup>[4]</sup>」

「夫ですか？ 5年前に離婚しました<sup>[5]</sup>。理由はまあ... 賃貸マンションはそのまま私が子供と住み続けています。安くないけど、私の給料は多分女性としては人並なのかな、何とかなってます。成人するまで養育費を貰うことになっているので、子供の学費はそれでなんとか<sup>[6]</sup>」

「将来のことですか？ いやいやまだ考えられませんよ。なんて言える年齢でもないのかもしれないけど、子供が海外留学したいって言うんです。聞いた時は、彼のその意欲に嬉しかったんですけど、その後に現実のお金のことを考えたら、蓄えはあまりなくて... あー、これまでお金のことに無頓着すぎたかなあって思いました。子供は奨学金<sup>[7]</sup>のことを調べているようですが、それだけで足りるのかなあ。自分の将来なんてその次のことですね。Aさんがファイナンシャル・プランナーを紹介してくれるみたいなので、それをきっかけに考えてみようかな。そうそう、もしよかったら私の後輩にも紹介してみようかな」

## ～Cさんのプロフィール～

- ・ Aさんの取引先。世代が近いので友人関係に。
- ・ 妻は専業主婦。子供は2人（長男 大学生、長女 高校生）。
- ・ 非正規社員。年収は500万円、貯金は100万円。
- ・ 昨年、マンションを購入。3000万円のローンを抱えている。
- ・ 今の会社は中途で入社。実力はあるので、若手からは頼りにされているが、正規社員にはなれていない。

「Aさんからの連絡ですか？ ありました。Aさんはウチの会社の取引先の方ですが、話したらいろいろ趣味が合うんで、メッセージのやりとりをするようになりました。趣味の話の時はすごい楽しいけど、互いの生活の話とかになるとちょっと気後れします...」



「どうしてかって？ 同じ世代ですけど、向こうは正規社員、僕は入社してから今までずっと非正規社員のままですから<sup>[8]</sup>。ええ。就職の時は苦労しました。ことごとく不採用で... 今の会社は数年前に転職してきました。もちろん、契約社員です。工作中、気にすることはないけど、若手に仕事を教えている瞬間とかに、彼らは正規社員でこちらは契約社員... ってどうしても思ってしまうよ」

「お金の不安ですか？ 大ありですよ。契約社員って、正規社員のように給料は上がりません。でも、ずっと家賃を払い続けるよりは自宅を持った方がいいと思って、まだ金利も低いから、去年、思い切ってローンでマンションを買いました<sup>[9]</sup>。そうすると、なかなか貯金なんてできないものです。退職金だって契約社員には出ませんからね。前の会社を辞めたときだってもちろん出なかった」

「会社の福利厚生ですか？ 自分から詳しく聞いたことはありません。そう言えば、確定拠出年金とかいうもので、何か商品を選ぶことを言われたな。もちろん預金ですよ。だって何が何だかわからないから」

「Aさん、僕にファイナンシャル・プランナーに相談してみたらって言うけど、僕の状況なんて知らないんだろうな。ウチは、お金の相談をするような状況じゃないですから。何を相談すればいいんだろ？ っていうか、何を教えてくれるんだろ？」

### ～Dさんのプロフィール～

- ・ Aさんの学生時代の友人。
- ・ 独身で母親と同居。父親はすでに他界。
- ・ 中堅IT会社のプログラマー。年収は500万円で、貯金はゼロ。
- ・ なかなか定職につけずにいたが、最近、現職に正規社員として採用される。
- ・ 母親が病気がちで、近い将来は介護が心配。
- ・ 母親は公務員だったため生活費はあまり心配ないが資産があるわけではない。



「ああ、A君からメッセージ届いたよ。今の会社に就職できたことをメッセージしたら、"おめでとう"のスタンプと一緒に"ファイナンシャル・プランナーを紹介するよ"って。就職できたら相談するものなんすか？ たしかに、会社の福利厚生の説明を聞いたら、なんだか知らない制度があって、なんて言ったかな？ そうそう、DC<sup>[10]</sup>。来週までに何か選んで総務部に出さないといけないから、そのことを聞いてみてもいいのかな？」

「家族？ オレ、独身です。A君以外の友人も独身ばかりですよ<sup>[11]</sup>。だって無理だもん。今まで言ってみればフリーターみたいな感じだったし、母親と二人暮らしです。結婚して新居を持つなんて、そんなお金ないしね」

「今の家？ オヤジが建てた家ですよ。オヤジが他界した後で、オフクロが自分の退職金でリフォームしました。自分が病気がちだからなのか、バリアフリーにしたよ。その時は気が早いよって言ったけど、たしかに病気がちで、ケガもするし、介護っていうの？ オレが面倒みなくちゃって思ってますよ<sup>[12]</sup>」

「お金の不安？ ようやく自分の好きな仕事で正社員になれたんで、別にないね。資産？ だから、今までフリーターで定職に就いていなかったんだから、あるわけないでしょ。オフクロの資産なんて知らないよ。困ることは特になかったから、なんとかなくなっていくんじゃないの？ まぁオフクロの病院にかかるお金が結構な額みたいだけど、オフクロは、年金と自分で貯めてきたお金<sup>[13]</sup>でなんとかなってるって言うてるし」

「A君の親切は嬉しいけどさ、オレ、何を相談すればいいの？」

## ～Eさんのプロフィール～

- ・Bさんの学生時代の後輩。
- ・独身。父親が昨年他界したので、母親と同居。
- ・自営業。年収は400万円で貯金は500万円。
- ・マンションを購入。ローンは約3000万円。
- ・学生時代に思い切って海外留学。語学力を買われメーカーに就職。退職後は細々と翻訳業を営むが、将来は不安。

「ええ、B先輩は大学の先輩です。元カレからファイナンシャル・プランナーを紹介されたとかで、私にも紹介しようかってメッセージが届きました」

「FPですか？ その職業はもちろん知ってます。アメリカの友人からはよく聞きますから<sup>[14]</sup>。FPに相談できるって有難いです。相談料っていくらくらいなのかしら？」



「海外経験ですか？ 学生の時に留学してました。私が大学に入った時にご存知の就職氷河期で、親がまず語学を身に着けておきなさいって言って行かせてもらいました。留学から帰る頃には、氷河期は終わっているんじゃないかという淡い期待は露に消えましたよ。全然続いていました。それでもなんとか就職できたことは留学経験のお陰です。親に感謝です」

「会社ですか？ それも淡い期待でした。前の会社は辞めました。ドキュメントの翻訳ばかりで、言ってみれば社内翻訳家でしたね。それでも毎年海外旅行に行けたし、そこそこ給料もあったので、マンションも買いました<sup>[15]</sup>。ええ、今、母と暮らしているマンションです。ローンもあるし、まあいいかと思って10年くらいそのままその会社で働きましたけど、何だかいつまでも企業の中にいる私って、私らしくないんじゃないかってふと思って。自分で独立したくなったんです。そうです、フリーランスです<sup>[16]</sup>。今はその言葉が市民権を得てますね」

「収入ですか？ もちろん会社勤めほどではありませんよ。独立してみて分かりましたけど、日本の保険の制度って企業に勤めていると手厚いですね。諸々出費がかさんでいるので、いつかはこの仕事で会社にしたいと思っています」

「同居してる家族ですか？ 昨年父が亡くなってしまって母と二人です。しばらくは父がいな淋しさがありましたけど、今は、私も母も元気です。でも、お金のことは不安がありますよ。海外の友人は同じ年でも私よりずっと資産を持っています<sup>[17]</sup>。何が違ったのかしら？」

- 
- [1] 総務省「政策白書 携帯電話の登場・普及とコミュニケーションの変化（令和元年版）」  
携帯電話をはじめとする移動通信サービスの発展・普及を、1993年頃までの「移動通信サービス黎明期」、1993年頃から1998年頃までの「携帯電話普及開始期」と定義
- [2] 2007年の男女雇用機会均等法施行により、事業主は採用において性別に関わりなく均等な機会を与えることを義務付けられた（1986年の同法施行では努力義務であった）。それまで企業では、事実上、男性を「総合職」、女性を「総合職」の補助的な職種とする「一般職」と称して採用する場合も多かった。
- [3] 内閣府「男女共同参画白書（平成29年版）」  
女性の年齢階級別労働力率の推移（平成8年→平成28年）25～29歳 67.9%→81.7%、30～34歳 54.8%→73.2%
- [4] 厚生労働省「保育所等関連状況取りまとめ（令和3年4月1日）」  
保育所等待機児童数5,634人（令和3年4月）、12,439人（令和2年4月）
- [5] 厚生労働省「平成27年（2015）人口動態統計（確定数）の概況」  
平成27年 離婚件数 226,215件
- [6] 文部科学省「子供の学習費調査（平成30年）」  
学習費総額 高等学校（全日制）公立457,380円、私立969,911円
- [7] 文部科学省「（独）日本学生支援機構 貸与型奨学金事業の推移」  
令和2年度貸与人員合計は135万人（うち無利子貸与人員52万人、有利子貸与人員83万人）
- [8] 総務省統計局「労働力調査（基本集計）2021年（令和3年）平均」  
45～54歳の非正規の職員・従業員数は男女計で432万人、内男性は61万人
- [9] 金融広報中央委員会「家計の金融行動に関する世論調査〔二人以上世帯調査〕（令和3年）  
40～50代の住宅ローン借入率は20.7%
- [10] Defined Contribution Planの略で確定拠出年金を指す。企業が掛金を拠出し従業員が運用する制度を企業型DCと呼ぶ。  
運営管理機関連絡協議会「確定拠出年金統計資料（2021年3月末）」  
導入している事業所数は39,081、加入者数は7,502,164人（2021年3月末）
- [11] 総務省「令和2年国勢調査」  
45～54歳の男性未婚率は28.4%
- [12] 総務省「平成28年 社会生活基本調査」  
40～50代で介護を行っている人の割合は8.83%
- [13] 金融広報中央委員会「家計の金融行動に関する世論調査（令和3年）」  
金融資産保有額70歳代平均 単身世帯1,786万円、二人以上世帯2,209万円
- [14] 日本FP協会  
2021年末CFP<sup>®</sup> 認定者数 米国92,055人、日本24,064人
- [15] 国土交通省「令和3年度 住宅経済関連データ」  
購入者等の平均年齢 三大都市圏 分譲住宅41.3歳 中古住宅46.9歳（全国47.8歳）（令和2年）
- [16] 内閣官房日本経済再生総合事務局「フリーランス実態調査結果（令和2年）」  
フリーランスの年齢構成は40代以上のミドル・シニア層が中心であり、全体の7割。
- [17] 米国：FRB統計「Survey of Consumer Finances」  
米国の45～54歳の平均世帯純金融資産は2,633千米ドル  
日本：「2019年 全国家計構造調査」（報告書第二部 p.143『日本の家計資産における世代間格差の逆転 -親世代より子世代が貧しくなる日本、現在の40代の資産形成の遅れと是正策-』参照）  
日本の40代の平均純金融資産は-7万円、50代は822万円

リタイアメントプランニングの基本的な考え方と  
住宅ローンの借り換え

～Aさんのプロフィール～

- ・49歳。既婚で子供は2人（長男 大学生、長女 高校生）。
- ・中堅企業企画部課長。妻は47歳で教職。世帯収入は1000万円、貯金は700万円。
- ・45歳の時に約5000万円でマンションを購入。ローン残高は約3600万円。
- ・Aの父親と妻の母親は存命。いずれも、資金援助は必要のないくらいの資産は保有。

～家計に関する事前のヒアリングシート～

家族構成	続柄	年齢	職業
	本人	49歳	中堅企業企画部課長
	妻	47歳	教職
	長男	21歳	私立大学3年生
	長女	17歳	公立高校2年生
ライフプラン	<p>定年は60歳だが、65歳までは働き続けようと思っている。 退職金の見込みは一時金600万円と、企業型確定拠出年金。 公的年金は65歳から170万円/年の見込み。 妻は60歳まで働く予定で、公的年金は65歳から120万円/年の見込み。 長男は大学卒業後就職、長女は大学進学予定。長女は文系だが、私立に進学する可能性もあり、その分の学費は考えておきたい。</p>		
家計状況	収支		資産
	<p>夫年収：650万円（手取り約513万円） 妻年収：350万円（手取り約276万円） 基本生活費：教育費を除き664万円 住居費：200万円 生命保険料：24万円</p>		<p>預貯金：700万円 企業型確定拠出年金：120万円 マイホーム：4803万円（マンション3LDK） 住宅ローン残高：3546万円（金利1.2%、残り26年）</p>

## —横谷FPの事務所にて—

Aさん： 「まさか横谷にお金のことで相談することになるとは思わなかったよ。  
気恥ずかしいなあ」

横谷FP： 「お金のことはなかなか他人に相談しづらいよね。ぼくはAのこともよく知ってるし、ファイナンシャル・プランナーとしてもう15年以上、たくさんの家庭を見てきてるから、安心して何でも話してもらえればいいよ。

まずはできるだけ現状について教えてもらいたいんだけど、事前をお願いした資料には記入してもらえたかな？」

Aさん： 「わからないところもあったけど、記入してきたよ。それから、関連資料もいちおう全部持ってきた」

横谷FP： 「了解。では、早速始めていこう」

横谷FPがAさんの資料をチェックしながら...

横谷FP： 「今後の仕事だけど、今の会社で60歳の定年まで働くつもりなんだね？」

Aさん： 「そうだね。子どもの教育費もまだもう少しかかりそうだし、老後資金は2000万円必要という話だし」

横谷FP： 「なるほど。まあ、老後資金が2000万円必要かどうかは、各家庭で生活費も異なるから一概には言えないけど、お子さんの教育費についてはもう一踏ん張りというところだね。

60歳で退職金は、600万円くらいということだけど、企業型確定拠出年金についてはすべて預金にしてるんだね？」

Aさん： 「ああ、それは今の会社に入るときに言われた記憶はあるんだけど、よくわからなかったから、とりあえず無難な預金にした感じかな」

横谷FP： 「なるほど。それから、定年後は65歳までは働く予定？」

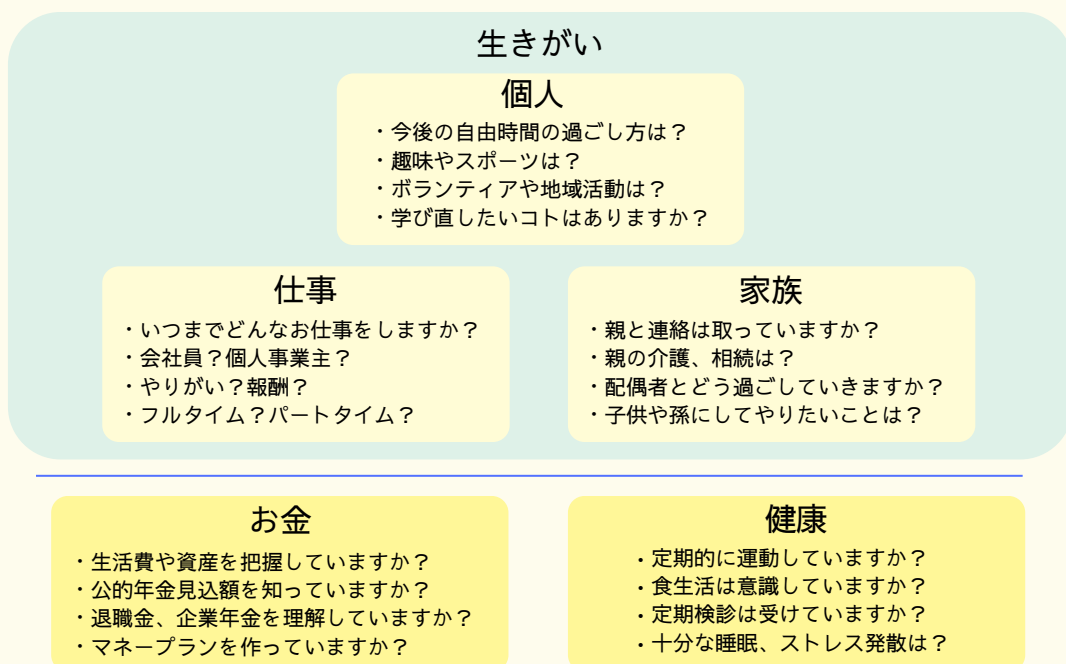
Aさん： 「そうだね。60歳って10年後くらいだろ。そこで完全リタイアといっても何していいかわからないし、老後資金のこともあるし、65歳くらいまでは働こうと思ってる」

横谷FP： 「了解。もう少し先のことだけど定年後のライフプランについては、健康とお金を土台としつつ、仕事、個人、家族といった視点で作成していくと作りやすいと思うよ。

例えば、仕事と言っても、老後に向けてお金の見通しが立ってきたら、“生活のため”というよりも、“やりがい、働きがい”を重視した仕事に変えたり、フルタイムではなく週3日程度に抑えるなど、いろいろな働き方があるよね、こんな風に」

### リタイアメントプランニング：5つのポイント

生きがい（個人、家族、仕事）は、健康とお金という基盤に支えられています



Aさん： 「ホント、時代は変わってきてるよね」

横谷FP： 「それから奥様は教職ということだけど、60歳で完全リタイアされる予定なんだね？」

Aさん： 「妻は友達付き合いもあるみたいだからね。それに、ただでさえそれほど高くない給与が、再雇用になるとさらに下がるとかで、今のところ60歳以降は働くつもりはないみたい」

横谷FP： 「なるほど。それから、マイホームだけど45歳のときに買ったんだね？」

Aさん： 「そうそう。東京オリンピックに向けて不動産価格が上がるとか、終わったら下がるとか、いろいろ言われてたけど、結果的には下がっていないみたいだし、今のところは買ったってよかったかなと思ってる」

横谷FP： 「そうだよね。当時はオリンピック後に下がるという見方が多かったよね。ところで、住宅ローンについては特に借り換えとかはしてないんだね？」

Aさん： 「まだ買って数年だし、けっこう低い金利で借りられた記憶があるけど」

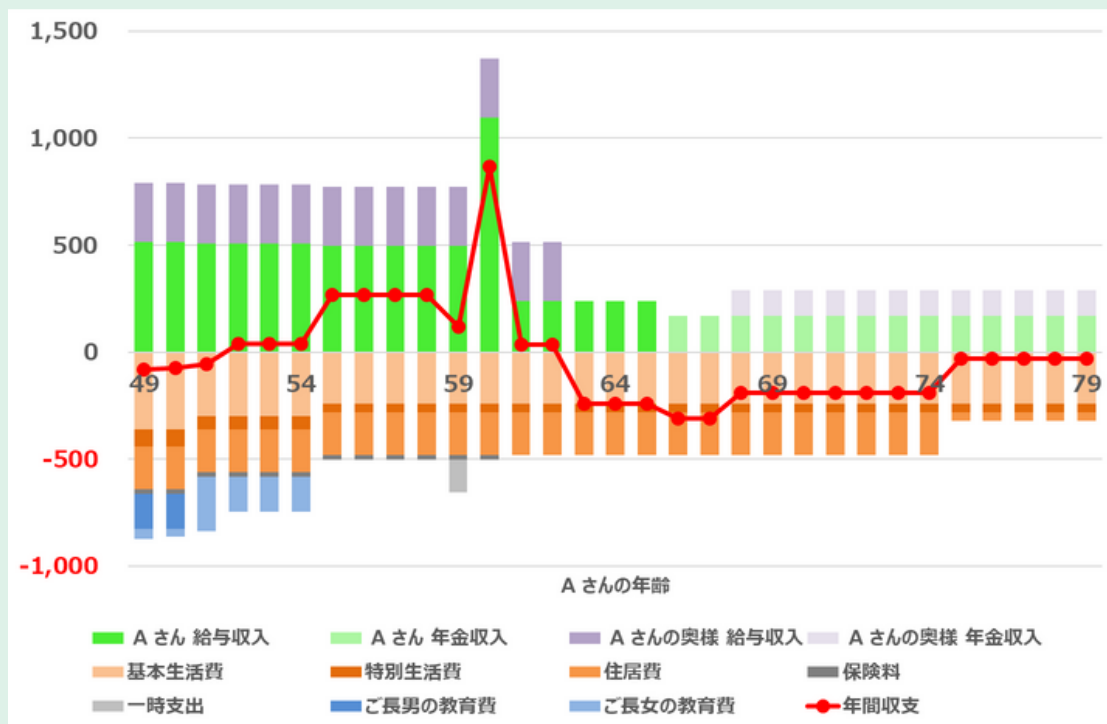
横谷FP： 「了解。最後に保険だけど、今は毎月2万円くらいの保険に加入しているけど、加入してから特に見直しはしなかったの？」

Aさん： 「保険はよくわからなくてね。確か結婚した時に加入したものをそのまま続けてる感じだね。子どもがけっこう大きくなってきたし、まあ見直す余地はあるのかもしれないけど」

横谷FP： 「なるほど。では、一通り、状況はわかったので、早速ライフプランシミュレーションの結果を説明するね。まずこのグラフが、今後31年間の家計の収支を示したものだよ」

### Aさんの年間家計収支の推移（現状分析）

家計収支の推移 / キャッシュフロー表（万円）



Aさん： 「へえ... で、どう見ればいいの？」

横谷FP： 「この横軸はAの年齢で、上向きの棒グラフが手取り収入、下向きの棒グラフが支出になってる。そして折れ線グラフが収入から支出を引いた年間収支。今後3年ほどは、青い部分、つまりお子さんの教育費や生活費が大きめなので家計は少し赤字気味だね」

Aさん： 「娘が国公立大学に行ってくれると助かるんだけど...」

横谷FP： 「そうだね。理系ほどではないものの、私立か国公立かでけっこう変わってくるからね」

横谷FP： 「そして、退職金を60歳で受け取ると大きな収入になってると思うけど、その後は奥様がリタイアされたり、Aも65歳で退職するということであれば、公的年金を受け取り始めるまではちょっと大きな赤字になりそうだね」

Aさん： 「ああ、やっぱり老後は厳しいのか...」

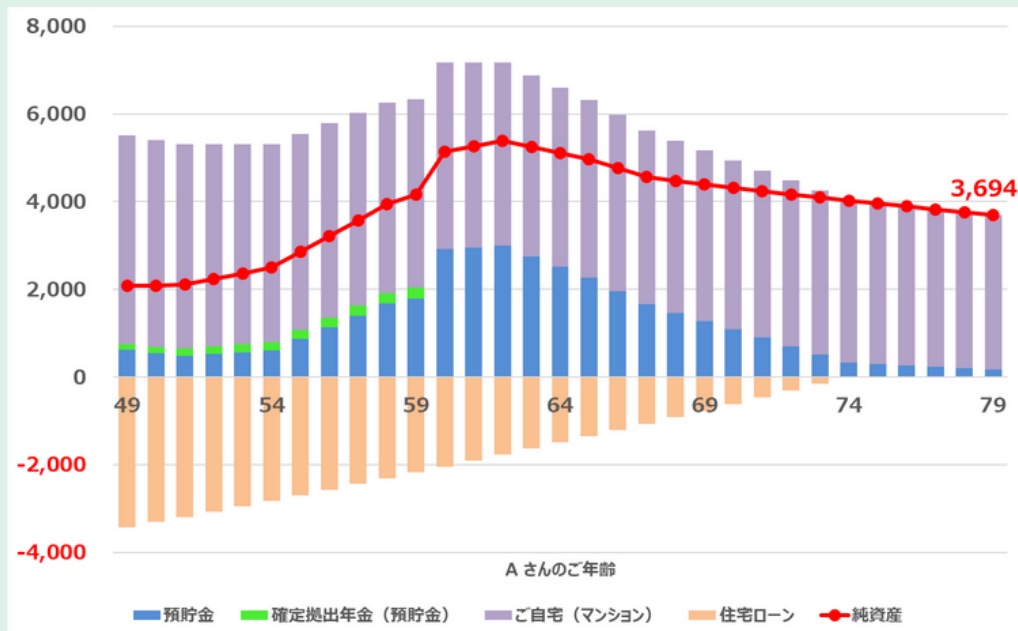
横谷FP： 「これはあくまで現在のまま何も見直しをしなかった場合の話で、ここからいくつか改善していこう、という話だから、不安になる必要はないよ」

Aさん： 「まあ、そうだね...」

横谷FP： 「次に、今説明した収支状況を前提とした場合に、今持っている資産の残高が今後どのように推移していくかをグラフにすると次のようになる」

### Aさんの資産残高の推移（現状分析）

#### 資産残高/ バランスシートの推移（万円）



Aさん： 「住宅ローンはまだ26年くらい続くわけか... 家買うの遅かったかな...」

横谷FP： 「まあまあ、落ち着いて。退職金などで、預金の残高は62歳の時に最も多くなって約3000万円になる見込みだね」

Aさん： 「え？ じゃあ、2000万円以上貯まるってことか？」

横谷FP： 「このシミュレーション通りになるのであれば、そういうことだね。ただ、Aの場合は今も話に出たけど、住宅ローンの返済がまだしばらく続くから、預金は62歳以降減って行って、79歳時点で177万円まで下がっていくことになる」

Aさん： 「え、たった177万円？ これ、医療費とか、介護費とか入ってるの？」

横谷FP： 「いや、そこまではまだ入ってない。そういう意味では高齢期にはもう少し支出が増える可能性もあるね。ただ一方で、基本的な生活費は一般的には下がっていくから、そのバランスだね」

Aさん： 「なるほど。このままだとかなり不安だなあ...」

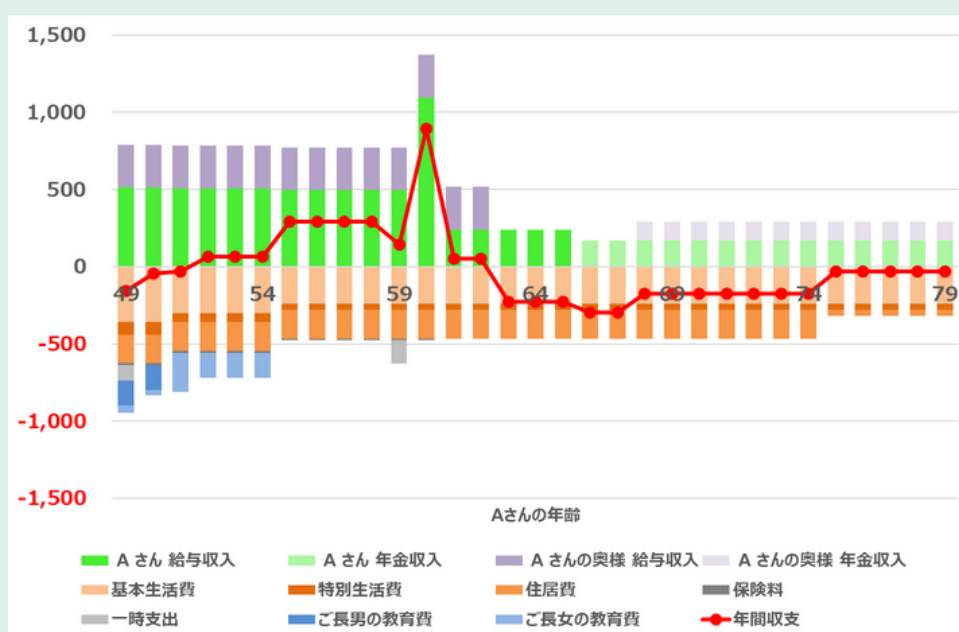
横谷FP： 「そこで、いくつか見直し案を考えてみたので、それを実行した場合のシミュレーション結果について説明するね。」

Aさん： 「おお、よろしく。これでバラ色の人生に変わるわけだね？」

横谷FP： 「まあ、まずは説明させてよ。見直し後の年間収支は次のグラフになる」

### Aさんの年間家計収支の推移（家計見直し案）

家計収支の推移/ キャッシュフロー表（万円）



横谷FP： 「収支の方については見た目は大きな変化がないように見えるかもしれないけど、まず1つは住宅ローンの借り換え。変動金利にはなるけど、0.5%くらいに借り換えると、年間返済額が13万円くらい、総額だと借り換え費用を差し引いても250万円くらいの負担減になる可能性がある」

Aさん： 「金利が1.2%から0.5%になっただけで、そんなに変わるの？」

横谷FP： 「変わるね。まだ残高が3600万円弱あるし、今後26年間の返済を計算すると、そのくらい金額は変わってくる」

Aさん： 「へえ～。でも、変動金利って、金利が上がったら返済額も一気に増えるんじゃない？」

横谷FP： 「確かに、変動金利の住宅ローンは適用金利が上昇すると返済額が変わる可能性はある。ただし、次の図のように、一般的な変動金利の住宅ローンには、5年ルールと、125%ルールと呼ばれるものがあるって、急激に返済額が上昇しないような仕組みが用意されてるんだ」

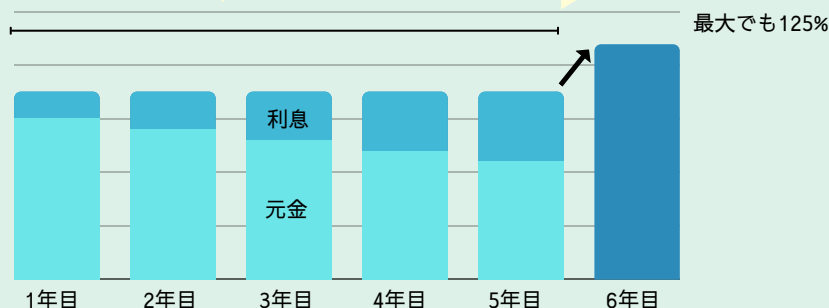
### 一般的な変動金利型住宅ローンに適用される2つのルール

#### 5年ルール

借金後、金利が上昇したとしても、返済額は5年間変わりません。月々の返済額の内訳、利息部分と元本部分の割合は変化します。5年1カ月目から返済額は増加します。  
(→125%ルール)

#### 125%ルール

毎月の返済額が増加する場合、変更後の返済額は、変更前の返済額の125%が上限となります。



一部の金融機関ではこのルールが適用されない住宅ローンの場合もあります。  
金利が上昇した場合は返済総額が増大し、金利が低下した場合は返済総額が減少します。

Aさん： 「なるほど。金利が上がっても5年間は返済額が変わらないのか。で、その後上がったとしても1.25倍までしか上がらないと... 教育費が一段落して家計に余裕が出てきたらそれもいいかも。これは知らなかったな...」

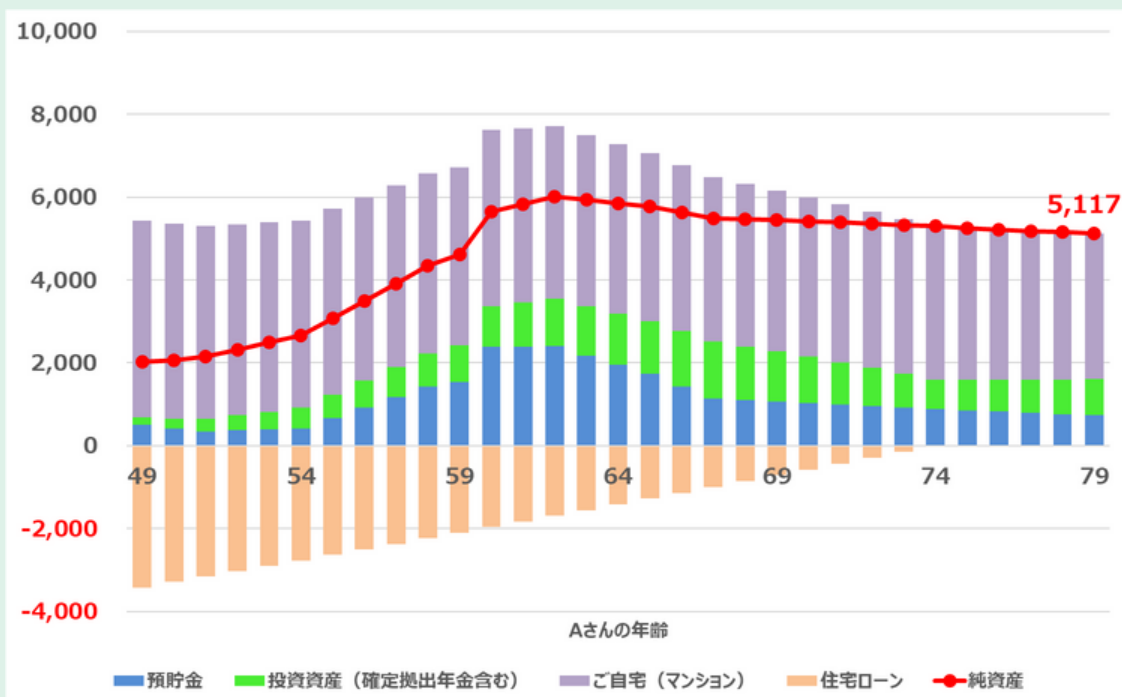
横谷FP： 「それから、保険についてもマイホーム購入で団体信用生命保険に加入したこと、それからお子さんが大きくなってきていることを考慮して保障を見直すと、保険料は半分くらいにはなるだろうね」

Aさん： 「そうなのか。毎月1万円下がるってのはけっこう大きいからな。それから？」

横谷FP： 「次は、この年間収支を前提とした、資産残高の推移を確認してみよう。」

### Aさんの資産残高の推移（家計見直し案）

#### 資産残高/ バランスシートの推移（万円）



Aさん： 「え、5117万円？ さっきより1400万円くらい大きくなってない？」

横谷FP： 「そうだね。最終的な79歳時点の資産残高は5117万円と1400万円近く改善できる可能性がある。

ただし、これを実現していくためには、先ほどの住宅ローンの借り換えと保険の見直しに加えて、投資信託の積立投資をしていくことがポイントだね」

Aさん： 「投資かぁ... 投資って難しそうだし、損しそうで...」

横谷FP： 「確かに、株価を見ながら安く買って高く売ろう、などと考えると必ずしもうまくいかないかもしれないけど、世界の幅広い株式に分散して積立投資をしていくと、10年、20年といったある程度長期間でみて増えていく可能性が高いと言われているんだ」

Aさん： 「最近若い人の間で流行ってる積立なんとかってやつか？」

横谷FP： 「そうそう、つみたてNISAね。あれは毎年40万円まで、一定の投資信託の積立投資をすると、最長20年間は非課税で運用できるという制度なんだよね。

今後はつみたてNISAも活用するといいと思うけど、Aの場合は、会社の企業型確定拠出年金があるから、まずはその部分だけでもしっかり運用していった方がいいと思うよ」

Aさん： 「ああ、あれね。なんかよくわからなかったんだよね...」

横谷FP： 「企業型確定拠出年金では投資信託などの商品から自分で投資先を選んで運用していくんだ。商品リストを確認すれば、日本や海外の株式を対象とした投資信託はあるはずだよ」

Aさん： 「やってみるか...」

横谷FP： 「以上まとめると、住宅ローンや保険の見直し、それから積立投資をすることで、約30年後には1400万円近く変わってる可能性があるということなんだ。

今行動に移すか、それとも今まで通りで、最初に見せた現状のままいくかは、A次第だよ」

Aさん： 「1400万円とまではいかなくても、数百万円でも変わってくるなら、やる価値は十分ありそうだね」

横谷FP： 「お金まわりの整理という意味では、今説明したような内容になるけど、例えば、65歳まで働く予定を70歳までに延長したり、奥様にも60歳以降、年100万円くらいでも収入を得てもらえると、だいぶ変わってくるよ」

Aさん： 「それは確かにそうだろうな」

横谷FP： 「それから公的年金は繰り下げ受給というのもあって、65歳で受け取りを開始せずに、例えば70歳から受け取ることになると42%受け取る金額が増えるんだ」

Aさん： 「そんなこともできるんだ。おまえ、詳しいな（笑）」

横谷FP： 「まあ、プロのFPだから（笑）」

それから、マイホームは3LDKのマンションということだけど、お子さんたちが独立して、夫婦二人になったら、少しコンパクトな家に住み替えるという選択肢もあるね。」

Aさん： 「確かに。リタイアしたら、もう少し郊外に移ってもいいかもしれないし」

横谷FP： 「それから、今の家に住んだまま、マイホームを担保にしてお金を借りていくリバースモーゲージというサービスもあるんだ。それを活用すれば、今の家に住んだまま、老後資金を作っていくこともできるよ」

Aさん： 「へえ、そんなものもあるんだ。ほんと、いろいろな選択肢があるんだな」

横谷FP： 「そうだね。老後に向けては具体的なお金の状況が見えないために、漠然とした不安が強いと思うんだけど、今回のシミュレーションのように、お金を見える化して、ひとつひとつ具体的な対策を考えていけば、不安はかなり軽減されるんじゃないかな」

Aさん： 「いや、ほんとそうだね。最初はどうなることかと思ったけど、なんか、元気が出てきたよ。思い切って横谷に相談してみてよかったよ」

横谷FP： 「それはよかった。まずは今日のシミュレーションについて奥様にも報告して、今後のライフプランやマネープランについてしっかり話し合ってみて」

Aさん： 「わかった。具体的にいろいろやっていく時にはまた相談に乗ってもらえるんだよね？」

横谷FP： 「もちろん。ただ、ぼくも普段はプロとしてやってるから、次回以降はご相談料をお願いするよ（笑）」

Aさん： 「あ、それはそうだね。もちろんお支払いしますよ。ここまで明確になるなら払う価値は十分あるね。いや、本当に今日はよかったよ」

横谷FP： 「それはよかった。奥様と相談して今後の方針が見えてきたら、また来てくれれば」

Aさん： 「そうする。本当にありがとう」

Bさんのケース  
ひとり親世帯

支出の見直しと将来の年金  
ねんきん定期便の見方

～Bさんのプロフィール～

- ・ Aさんの学生時代の元カノ。
- ・ 48歳。5年前に前夫と離婚しシングルマザー。子供は1人（長男 高校生）。
- ・ 大手メーカー勤務。年収は700万円、貯金は300万円、借金はゼロ。
- ・ 賃貸マンション（家賃15万円）に居住。
- ・ 息子が留学したいと言っているため、ローンや奨学金を利用して行かせてあげたい。

～家計に関する事前のヒアリングシート～

家族構成	続柄	年齢	職業
	本人	48歳	大手メーカー勤務
	長男	16歳	私立高校2年生
ライフプラン	<p>・基本的には現在の会社で定年（60歳）まで勤めるつもり。ただ仕事は好きなので、もしチャレンジできることがあれば転職もあるかもしれない。</p> <p>・退職金、企業年金についてはよくわからない。</p> <p>・現在の不安は家計管理と子供の教育資金。</p> <p>・長男は私立高校2年生、大学進学、留学も希望している。</p> <p>・シングルマザーになって5年、やっと自分なりの暮らしができるようになったと思うが、これから先についてはノープラン。</p> <p>・息子とは適度な距離感を保ちつつ、仲良く暮らしたい。</p>		
家計状況	収支		資産
	<p>年収：700万円（手取り約540万円）</p> <p>養育費：120万円</p> <p>基本生活費：約300万円</p> <p>教育費：約100万円</p> <p>住居費：180万円</p> <p>生命保険料：約36万円</p>		<p>預貯金：300万円</p>

## —山田FPの事務所にて—

山田FP： 「Bさん、初めまして。FPの山田です。今日はお越しいただきましてありがとうございます  
うございます」

Bさん： 「Bです。今日は、よろしくをお願いします」

山田FP： 「Bさんは、面談は週末をご希望ということでしたが、平日はお仕事でお忙しい  
いんですね。土日はいつもお休みなんですか？」

Bさん： 「なかなか予定がつかずにすみませんでした。平日はけっこう残業があったり  
するので、ドタキャンしたらいけないと思って土曜日で予約させてもらいま  
した。土日は、会社は休みなんですが、なんだかんだと仕事を持ち帰ったり調べ  
ものをしたりでバタバタしているので、今日はなんか久々にお休み気分とい  
うか、帰りに買い物でもして帰ろうかなあ、なんて思ってきちゃいました」

山田FP： 「そうなんですね。生き生きしていらっしゃるから、毎日一生懸命お仕事をさ  
れている方だということがすぐにわかりますね。とっても素敵です」

Bさん： 「そんなことないですよ。仕事漬けの毎日で、家計とか資産運用とかまったく  
無頓着で来てしまって... 今日をきっかけに、お金ともしっかり向き合いたい  
と思っているのでよろしくお願いします」

山田FP： 「はい、もちろんです。こちらこそよろしくお願いします」

Bさん： 「とはいえ、私数字が苦手なんです（笑）難しい計算とか出てきちゃった  
ら、どうしようっていう不安もあるんですね」

山田FP： 「実は私も数学は高1でギブアップのクチです（笑）今日のお話には数学は出  
ませんから安心してください（笑）FPは電卓が使えるといいので、数学はでき  
なくても問題ないんですよ」

Bさん： 「それを聞いて安心してお話が聞けそうです」

山田FP： 「では本題に入りましょうか。ご相談のお申込みの際に、離婚後の家計管理とお子さんの教育資金が不安とありましたが、詳しく教えていただけますか？」

Bさん： 「今勤めている会社には大学を卒業して以来ずっと働いています。年収は約700万円です。息子は高校2年生で私立の学校に通っています。離婚した夫からは大学を卒業するまで養育費を月10万円もらうことになっています。離婚した当初は、子どもはまだ小学生でその後公立の中学に進んだので、正直月10万円も養育費があれば、十分やっていけると思ったのですが、今は塾や夏季講習や冬季講習とかにも行かせていて、余裕なんてとてもありません。本人は、今の学校が不本意だったみたいで、大学は受験したいと言っているんです。精一杯応援してあげたい気持ちはあるんですけど、経済面では大丈夫かなって正直不安です」

山田FP： 「息子さん向上心があって立派ですね。学校の勉強の他にも塾の勉強もあるとなれば、大変ですよ」

Bさん： 「それに部活もやっているんですよ」

山田FP： 「部活もですか？何をされているんですか？」

Bさん： 「バスケット部で、もうそろそろ引退だとは言っていますが、小学校の頃からずっとやってまして。お陰で身体だけは大きくて、食費もめちゃくちゃかかります（笑）」

山田FP： 「頼もしい息子さんですね。大学では何を勉強したいっておっしゃってるんですか？」

Bさん： 「なんかコンピューター系とか言っていますが、私はよく分からなくて。家ではゲームばかりです。それでも将来は、留学もしたいとか言っているんで、行かせてあげたいとはおもっているんですけど、大変ですよ」

山田FP： 「なるほどですね。息子さんの希望は叶えてあげたいですよ。今お住まいはどうされているんですか？」





















































































































