

あずま ひろき通信

2018年
2月号

～気軽に読めて役に立つマネー情報をお届けします！～

特集 ▶ リタイア後の生活費はいくら必要？

リタイア後の生活費はいくら必要なのか、気になりますよね？ それを知る一つの方法として、現在の年金生活者の収支から計算するというのがあります。総務省が発表する家計調査年報（2016年）によると、高齢夫婦無職世帯（夫65歳以上、妻60歳以上の夫婦、無職世帯）の収支は、実収入が212,835円、総支出が267,546円で不足分は54,711円でした。つまり、リタイア後、年金を受け取りながら生活する夫婦は、毎月54,711円を貯蓄から取り崩しながら生活をしているということになります。この数字から、リタイア後25年間（90歳まで）夫婦で生きるとすると1,640万円、35年間（100歳まで）生きるとすると2,300万円は最低でも必要ということがわかります。

一方、高齢単身無職世帯（60歳以上の単身無職世帯）の場合は、実収入が120,093円、総支出が156,404円。毎月36,311円不足しており、リタイア後25年間で1,089万円、35年間で1,525万円が必要ということになります。ただ、ここで注意しなければいけないのは、今の高齢者は持ち家の人が多く、住居費が1～2万円しかかかっていないということです。もし、賃貸の方であれば必要金額の倍はみておいた方がよいでしょう。また、リタイア直前の年収が高い人は生活水準が上がっているため、より多くの額が必要となる傾向にあります。上記の金額はあくまでも参考であり、将来の必要額を見積もるときには、自分の状況を考慮して検討してみてください。



? マネークイズのコーナー

日本で上場している企業は、全部で何社あるでしょうか？

- 1 520社
- 2 1,200社
- 3 3,600社



（答えは裏面にあります！）

◀ 今月のお知らせ

2月11日の「建国記念の日」は、神武天皇（日本神話の登場人物で、古事記や日本書紀で初代天皇とされる天皇）の即位日、旧暦1月1日を新暦に直した日として定められました。もともとは「紀元節」という建国を祝う祝日でしたが、終戦後にアメリカのGHQによって祝日から削除され、その後「建国記念の日」と名前を変えて復活したそうです。

コラム 高齢者のための相談窓口、地域包括支援センター

「最近、親の様子がおかしい?」「認知症かも?」など不安に思ったときには、まず近くの地域包括支援センターに相談してみましょう。地域包括支援センターとは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるように相談やサポートをしてくれるところです。健康の専門家である保健師や看護師、福祉の専門家である社会福祉士、介護の専門家である主任ケアマネージャーなどが在籍し、保険、福祉、介護について様々な相談にのってくれます。地域包括支援センターは2014年4月時点で4,557カ所、各自治体の地域ごとに設置されています。自治体が直接運営しているもの、自治体から委託を受けた法人が運営しているものなど種類は様々ですが、受けられるサービス内容は同じです。要介護認定の申請や介護サービスの利用手続き、介護サービス事務所の紹介など、介護の相談窓口としてはもちろんのこと、まだ介護サービスが必要ない人のためには介護予防の相談の他、虐待被害から高齢者を守るための権利擁護業務なども行っています。利用者の住んでいる住所によって管轄するセンターが決まっているため、親が利用するときは、親の住んでいる市区町村の福祉担当窓口にお問い合わせ、利用できるセンターがどこなのかを確認しましょう。

介護は相談できる人がいるだけでも、心理的負担感は大きく変わります。また、様々な援助を受けることで物理的負担を軽くすることもできます。ひとりで抱え込まず、是非積極的に公的サービスを利用しましょう。



A マネークイズの答え

正解：3 3,600社

2017年12月末時点での日本の上場企業数は3,602社です。ちなみに、東証1部上場企業は全部で2,065社、東証2部上場企業は518社となっています。



編集後記

【インフルエンザ注意報!】

先日からくしゃみが出始め、「そろそろ花粉症の季節かな?」と思い薬をもらいに病院に行ったところ、「一応念のためインフルエンザの検査もしましょう」と言われました! 今年は熱が出ないタイプのインフルエンザもあるということで…もちろん陰性でしたが、「検査」と聞くとドキドキしてしまいますね(汗)。

発行

ソニー生命保険株式会社 新宿ライフプランナーセンター第2支社
〒151-8583 東京都渋谷区代々木2-2-1 小田急サザンタワー10F
携帯電話：090-9676-1024 TEL：03-5358-1822

ライフプランナー 東宏樹(あずまひろき)

