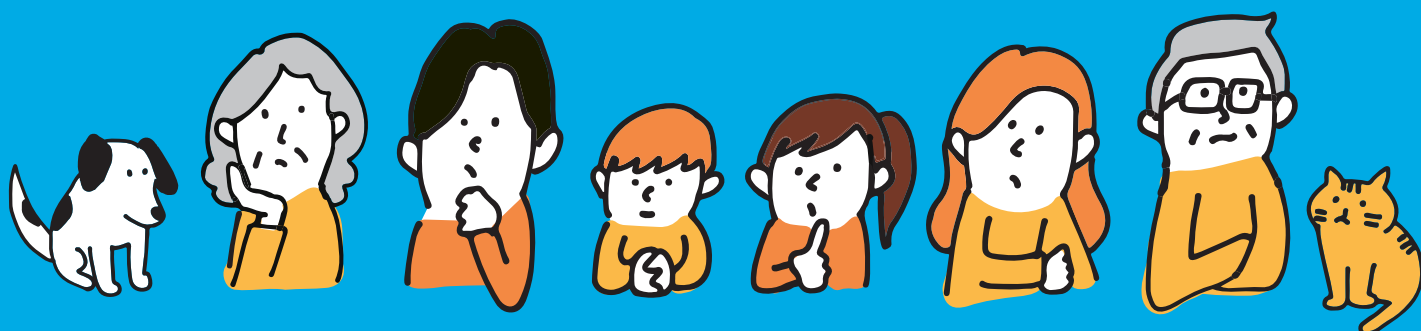


Let's Think Life Plan!

ライフプランを 考えてみよう



皆さんは老後生活をどんなふうに考えていますか。

不安な気持ちが出てくるようであれば、

まずはライフプランを立ててみてはいかがでしょうか。

ライフプランは「人生の航海図」。事前にしっかり準備をしておけば、

新しい船出もきっと楽しめることでしょう。

ライフプランを考えるための一歩を踏み出してみませんか。

ライフイベントとかかるお金を把握しよう

20歳代

結婚

30歳代

子供の誕生

人生の
三大資金

住宅資金

住宅購入価格
(建売住宅)

3,719.0万円
(全国平均)

- 住宅価格は地域によって異なりますが、調査によると3,000万円~4,000万円程度。
- 購入時期の目標を定めて、計画的に資金の準備をしましょう。

※フラット35利用者を対象とした調査
住宅金融支援機構「令和4年度 フラット35利用者調査報告」より

▶マイホーム購入

50歳代

病気やけがによる
就労不能

40歳代

子供の進学

子供の大学進学

人生の
三大資金

教育資金

すべて国公立の場合
約**800万円**

すべて私立の場合
約**2,300万円**

- 幼稚園に入園してから大学を卒業するまでにかかる教育費用の年間学習費の総額(年間平均額)はすべて公立の場合でも約800万円。
- 子供の成長に合わせて準備をしましょう。

※文部科学省「令和3年度子どもの学習費調査」(幼稚園~高校)より
独立行政法人 日本学生支援機構「令和2年度 学生生活調査」(大学)より

60歳代

定年退職
再雇用・再就職

老後生活

70歳代~

人生の
三大資金

老後生活費

夫婦2人
(高齢無職世帯)

約**28.4万円/月**

老後生活の収支はどのくらい？

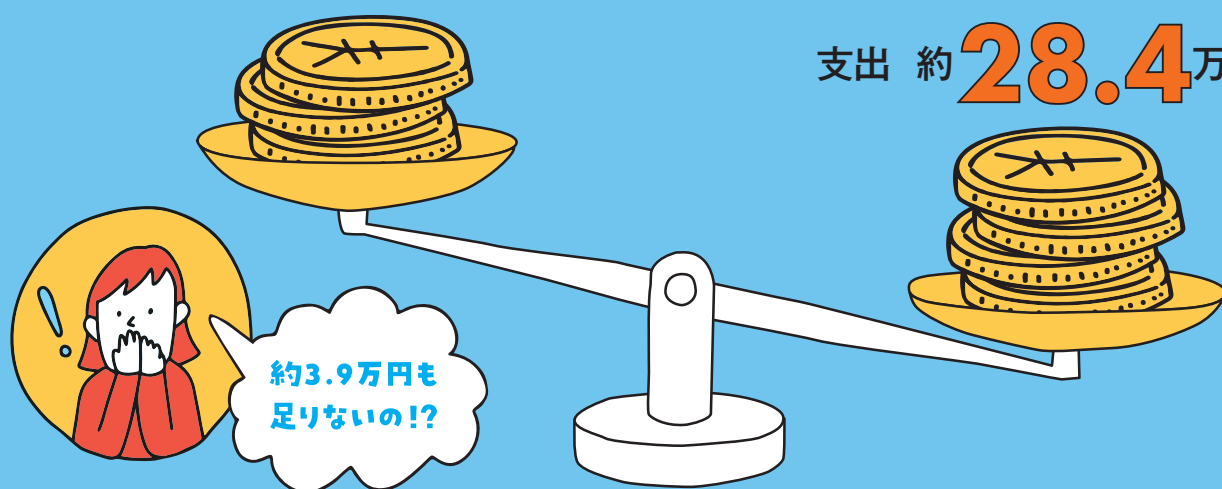
- 老後生活の費用がどれくらいになるかは人それぞれですので、まずは例を挙げてみます。
- 総務省「家計調査報告（令和5年）家計収支編」の高齢夫婦無職世帯の家計収支を見ると、1ヵ月当たりの実収入約24.5万円に対して支出は約28.4万円となっています。
- この不足分が老後資金の備えとして準備するものになります。



■ 高齢夫婦無職世帯の収入と支出

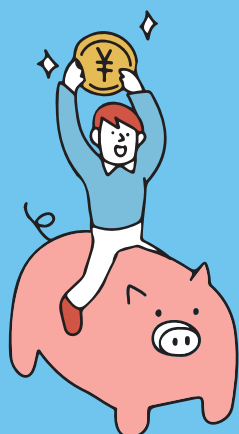
収入 約 **24.5**万円/月

支出 約 **28.4**万円/月



でも、安ばしてください 皆さんは基金に入ってますよ

- 皆さんは基金に加入しているので、要件を満たせば基金から年金が受けられます（希望に応じて一時金で受け取ることも可能）。
- そのため、全く足りないわけじゃないんです。



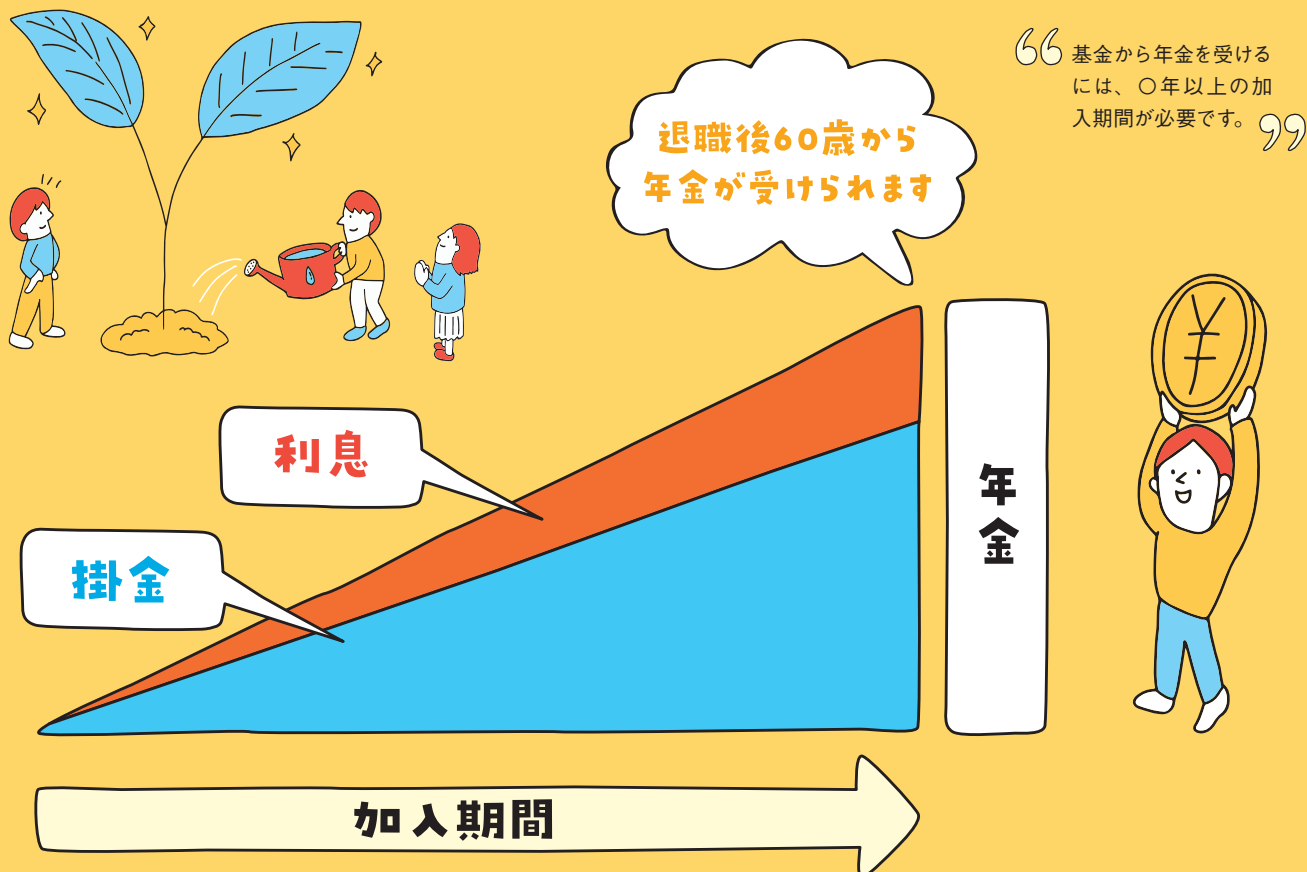
モデル年金額
0.0万円/月
(○年間支給)

老後の収入に
上乘せ!



基金の年金の仕組みは？

- 基金の年金は、加入者である皆さんのために会社が拠出した掛金を基金が運用し、利息を付けて積み立てたものです。
- この掛金は会社が全額負担しています。
- 加入期間が長ければ長いほど掛金と利息の合計額は増えていき、将来の年金額に反映されます。





ライフプランの最初の一步

キャッシュフロー表を作ってみよう

STEP 1

ライフイベントを確認しよう

将来何をしたいのか、人生にどんなことが起こるのかを予測する



■ライフイベント表 (作成例)

	現在	1年後	2年後	3年後	4年後	5年後	6年後	7年後	8年後	9年後	10年後	11年後	12年後	13年後	14年後	15年後	16年後	17年後	18年後	19年後	20年後	21年後	22年後	23年後	24年後	25年後	
西暦	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035	2036	2037	2038	2039	2040	2041	2042	2043	2044	2045	2046	2047	2048	2049	
家族の年齢	本人	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65
	配偶者	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63
	長男	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
	長女	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
ライフイベント	妻 パート勤務 家族旅行(海外)			長男 公立中学校入学	本人 ハーフマラソン完走	長女 私立中学校入学	長男 公立高校入学		長女 私立高校入学	長男 私立大学入学		長女 私立大学入学	妻 ビアノを習う	長男 就職		長女 就職	本人 フルマラソン完走		長男 独立	本人 地域マラソン大会出場	長男 結婚 本人 定年退職、再雇用	夫婦旅行(海外)	長女 結婚		妻 バイオリンを習う	本人 仕事をリタイア	

STEP 2

収入と支出を計算しよう

現在の収入と支出を把握する



■手取り収入の把握 (給与明細をもとにした場合)

令和〇年 4月分

給与支給明細書
会社名 ○〇株式会社
氏名 山田一郎 様

支給項目	基本給	役職手当	住宅手当	冒動手当	通勤手当						① 総支給額
	350,000	50,000	10,000	10,000	5,000						425,000
控除項目	健康保険	厚生年金保険	雇用保険	介護保険	② 社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税	③ 税額合計		
	21,956	40,260	2,640	3,000	68,376	356,624	13,080	2,000	33,080		
	1,000	10,000	3,000	14,000						115,456	
集計	総支給額	総控除額									差引支給額
	425,000	115,456									309,544

$$\text{手取り収入 (可処分所得) の世帯合計} = \text{① 総支給額} - \left(\text{② 社会保険料合計} + \text{③ 税額合計} \right)$$



年間収支表を作成

■年間収支表 (作成例)

(単位: 円)

収入		
給与 (手取り収入の世帯合計)		6,500,000
その他		
年間収入合計		6,500,000
支出		
固定支出	住居費	1,400,000
	教育費	600,000
	民間保険料	500,000
	その他 (車のローンなど)	
	小計	2,500,000
変動支出	食費	1,500,000
	水道・光熱費	420,000
	通信・交通費	800,000
	その他生活費 (衣料費等)	680,000
	その他支出 (交際費・旅行費用等)	200,000
小計	3,600,000	
年間支出合計		6,100,000
収支差額		400,000



キャッシュフロー表の作成



STEP 3

キャッシュフロー表を作ってみよう

将来の家計収支や貯蓄残高を予測する

■キャッシュフロー表記入の流れ

- ① ライフイベント（ライフイベント表を前提に記入）
- ② 年間収入（公的年金*・企業年金は「その他収入」に記入）
- ③ 年間支出（6項目に分類して記入）

1. 基本生活費（食費、水道・光熱費、通信費など）
2. 住居費（家賃、ローン返済額、固定資産税など）
3. 教育費（学校教育費、塾や稽古事費用など）
4. 保険料（生命保険料、損害保険料など）
5. その他支出（交際費、レジャー関連費用など）
6. 一時的な支出（車の購入費、海外旅行費など）

- ④ 年間収支（収入合計－支出合計）
- ⑤ 貯蓄残高（前年の貯蓄残高＋年間収支）

*公的年金収入はねんきん定期便やねんきんネットなどで確認。

■キャッシュフロー表（作成例〈抜粋〉）

（単位：万円）

西暦		2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035	2036	2037	2038	2039						
家族の年齢	本人 太郎	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	2059	2060	2061	2062	2063	
	妻 花子	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	75	76	77	78	79	
	長男 健一	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	45	46	47	48	49	
収入	長女 明子	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	43	44	45	46	47	
	給与・賞与	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650						
	その他収入																	303	303	303	303	303	
	収入合計	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	650	303	303	303	303	303	
	支出	基本生活費	340	340	340	340	340	340	340	340	340	340	340	340	340	340	340	340	270	270	270	270	270
		住居費	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140	25	25	25	25	25
		教育費	60	60	60	80	80	100	100	100	90	160	140	210	190	90	90	90					
保険料		50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	20	20	20	20	20	
その他支出		20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	
一時的な支出						120								120				120					
支出合計		610	610	610	630	750	650	650	650	640	710	690	760	860	640	640	550	455	335	335	335	335	
年間収支	40	40	40	20	-100	0	0	0	10	-60	-40	-110	-210	10	10	100	-152	-32	-32	-32	-32		
貯蓄残高	560	600	640	660	560	560	560	560	570	510	470	360	150	160	170	270	1,962	1,930	1,898	1,866	1,834		
ライフイベント				健一 中学入学	車の買い替え	明子 中学入学	健一 高校入学		明子 高校入学	健一 大学入学		明子 大学入学	車の買い替え	健一 就職		明子 就職	車の買い替え						

必要な資金が準備できているかを確認し、問題点があればライフプランが実現可能なものになるように修正を加えていきましょう。

年間収支がマイナスになる年が多すぎない？

退職時の貯蓄額は目標額に達してる？

老後の貯蓄残高はこれくらい大丈夫？

キャッシュフロー表作りは実現への第一歩です！