



世代別ライフプラン講座〈第6回〉

六〇歳代のライフプランと 定年退職後の五つの不安

1 二つめの大きな山

独立系のファイナンシャルプランナー会社である「住まいと保険と資産管理」の個別相談サービスを実際にご利用されているお客様の世代を分析すると、「大きな山」が二つあります。

一つめは、三〇歳代前後の山。結婚して子供が生まれるなど家族が増える中で、保険の加入、教育資金準備の着手、家が手狭になれば住宅購入を検討するニーズも出てきます。

二つめは、五〇歳代後半〜六〇歳代の山。定年退職をしてフルタイムの勤務をやめた後は、支出は変わらなくても、収入は下がり、貯蓄残高も増加から減少に転じるなど、将来のお金の不安が生じやすいタイミングが訪れます。

この二つめの山の時期を充実させるため

に必要なことは、何だと思えますか？

2 六〇歳代のライフイベントは？

もし、今あなたが仕事をしている時間がこの先ずっと「自由時間」になったら、あなたは何をしようか？

忙しく仕事をした後の一週間や二週間の休みなら、色々やりたいことが思い浮かぶでしょう。でも、一年、二年…終わることのない休みがあるとしたら、何をしようか？

この年代に訪れる主なライフイベントは、以下の通りです。

- ・ 定年退職
- ・ 再就職
- ・ 旅行、趣味などのレジャー
- ・ 住宅のリフォームや住み替え
- ・ 子供の結婚や孫の誕生



白鳥 光良

(株) 住まいと保険と資産管理
代表取締役社長

【しらとり みつよし】外資系コンサルティング会社勤務を経て2000年に独立系FP会社を設立、現在に至る。武蔵大学経済学部金融学科非常勤講師（「ファイナンシャルプランナー演習」担当）。著書に「金融資産運用計算ドリル」（インデックスコミュニケーションズ）など。

定年退職後に完全に仕事から退く人もいますが、六五歳の前後までは一定の求人があるため、フルタイムではない仕事に再び就く人もいます。そして、仕事から完全に退いたとき、やってくるのは「自由に使える大量の時間」です。

あなたが望むライフプランを実現するために、六〇歳代より後の年代において最も重要なのは、「自由時間」をどのように過ごすかということでしょう。

そして、あなたが希望する時間の過ごし方のうち、お金がかかる（旅行やレジャーなど）ものについては、余裕を持って多めに見積っておくのが現実的です。

今回は、六〇歳代の理想的なライフプランをイメージしながら、定年退職後の手続きやお金に関して（会社員でも公務員でも）共通して不安になりやすい五つのこと、

1. 健康保険
2. 税金
3. 住まい
4. 保険（生命保険・医療保険）
5. 資産管理

を順番に取り上げていきますので、一緒に学んでいきましょう。

3 定年退職後の健康保険

六〇歳で定年退職を迎える前に、一度は考えておいた方がいいのが「二つの健康保険」の選択。

退職後すぐにフルタイムの勤務で再就職する場合には、その職場の健康保険制度に加入するので自分からの手続きは不要ですが、それ以外の場合は、自分で手続きをすする必要がります。

主な二つの選択肢はこちらですが、

(1) 任意継続組合員制度に加入
※退職日の翌日から二〇日以内までしか加入手続きができないので注意

(2) 国民健康保険制度に加入
対象となる方には最も有利な次の選択肢もあります。

(3) 家族の健康保険被扶養者になる

それぞれの選択肢について、加入条件、およびその保険料の水準などを確認しておくことがポイントです。給付の内容や保険料などを比較検討して、自分に最も合った健

康保険制度に加入しましょう。

順番としては、まず退職後に(3)の対象になりうるかをチェックします。

《条件一》 二親等以内の親族である。

《条件二》 被保険者によって生計が維持されている。

いずれもあてはまる場合は、家族(被保険者)が勤務する会社に確認しましょう。

(3) になれない場合には「二つの健康保険」の選択をすることになりますが、(1)については共済組合(健康保険組合)の事務局に確認をして、(2)については、住所地の市区町村の国民年金窓口にお問い合わせをして、事前に概算を教えてくださいのが、最も慎重な方法です。

4 定年退職後の税金

退職後、特に意識しておく必要がある税金は「所得税」と「住民税」です。

「退職時に退職金をもらえる人」「再就職しない人・再就職先が決まっていない人」「年の途中で退職した人」などは、税金に関する手続きが必要です。

在職中の税金関係の手続きは勤務先がやってくれましたが、退職後は自分で手続きするのが原則です。

(1) 所得税について

所得税は「先払い」の税金です。サラリーマンの場合は、給料やボーナスにかかる所得税を毎回、支払いのつど、勤務先が天引

き(源泉徴収)することで、「先払い」しています。この「先払い」の精算は、サラリーマンの間は、「年末調整」で行っています。

税金の天引きの額は、年間を通じて勤務することを前提に計算しているため、年の途中で退職した場合などには「納めすぎ」となることがあります。

再就職しなかったため、年末調整を受けられなかった場合、本来納税する額を確定し、納めすぎとなっていた税金を取り戻すには、「確定申告の手続き」が必要となります。

退職した翌年以降、五年以内なら申告は可能です。手続き先は、住所地を管轄する税務署です。

(2) 住民税について

退職に関連する税金のうち、「所得税」は「先払い」の税金であるのに対し、「住民税」は「後払い」の税金です。「住民税」の金額は、前年の所得が確定した後に決定するので、翌年の支払いとなります。

よって、退職した翌年には、収入がない場合であっても、「退職した年の所得」に対する税金を「後払い」する必要があります。では「退職する年にかかっていた前年の所得分の住民税」の納付はどうなるのでしょうか？

この場合は、退職時期により、支払い方法が次の二通りのパターンに分かれています。

【退職月が一月から五月までの人】

退職時の給与で清算。その年度の住民税を一括徴収（特別徴収）

【退職月が六月から二月までの人】

その年度の残りの住民税を、退職時の給与から一括徴収（特別徴収）するか、または自分で直接納付（普通徴収）するかを選択する。

退職した年の所得にかかる住民税の支払いを翌年に行うケースにおいては、その分を考慮した生活費の予定を組んでおきましょう。

5 定年退職後の生命保険・医療保険

結論から言うと、定年退職よりも前、六〇歳代に突入する前には、保険の見直しをしておくことが望ましいと言えます。

六〇歳代以降、必要性が薄くなっていく保障は、主たる収入者に万一のことがあった場合の「死亡保障（特に遺族生活保障）」です。一方、できれば充実させておきたい保障は「医療保障（一生涯続けられる終身タイプ）」です。

死亡保障の見直しについて、定期保険や終身保険の減額や解約をすることは、定年退職後でも特に支障なくできます。しかし、医療保障の見直しについては、定年退職前においた方が良いでしょう。なぜなら、新たに終身タイプの医療保険に加入する場

合、退職して無職になると入院日額の上限額が低くなるのが一般的であるうえに、年齢があがるほど毎月の保険料負担が高くなる・健康上の問題が生じると無条件では加入できない、などの状況が生じやすくなるからです。

具体例をあげると、「貯蓄性が高い保険」は見極めて大切に残したうえで、定期付き終身保険の「定期保険」の部分のみ解約して、保険料が減った範囲内で、夫婦ともに日額五〇〇〇円以上の「終身医療保険」に終身払いで加入しておく、というのが定年退職前の典型的な見直しパターンの一つです。

6 定年退職後の住まい

定年退職後から六〇歳代にかけて、住まいにはどんな変化が生じるでしょうか？

（1）持ち家がない場合

まず、官舎等に住んでいた方は、新たに住宅の賃貸または購入をする必要が生じます。賃貸すべきか購入すべきかの判断基準は「そこに長く住めるかどうか」になりますが、あまり馴染みのない場所に住むならまず賃貸で一〜二年は生活してみるのが妥当なところですよ。

一方「これから一〇年以上その場所に住み続ける可能性が高い」と思える場合は、今後一〇年間の家賃を計算したうえで、購入も検討したいところです。

【賃貸の場合】

月一〇万円の家賃で住み続けた場合、一〇年間の住居コストは
一〇万円×十二月×一〇年＝一二〇〇万円（＋更新料等の諸費用）

【購入の場合】

退職金も活用して二〇〇〇万円の中古マンションを購入、一〇年後に一四〇〇万円（仲介手数料等の差引後）で売却した場合、一〇年間の住居コストは
二〇〇〇万円－一四〇〇万円＝六〇〇万円（＋所有期間の管理費等）

というように、たとえ売却損が生じたとしても、賃貸よりも住居コストを抑えられる可能性があるからです。

（2）持ち家がある場合

持ち家がある方の場合、まず悩むポイントは「退職金で住宅ローンを完済すべきか」というところですが、二つの点がクリアされれば繰上げ返済して良いと思います。

一つめは「住宅ローンの金利よりも高いリターンが期待できる運用方法はない」と思えること。二つめは「一〇年以内に貯蓄を取り崩す、キャッシュフロー上の問題はない」と思えること。

この二つがOKなら、退職金を用いて住宅ローンを繰上げ返済しても後悔する可能性は低いと言えます。

また、六〇歳代の間に子供が独立して夫婦二人で住むようになった場合、ライフスタイルの変化に応じて住み替えを検討する選択肢もあります。具体的には、広さよりも利便性を重視するようになったら「郊外の戸建てを売却して、都内の中古マンションを購入する」というようなアクションが有力な選択肢になります。

7 定年退職後の資産管理

六〇歳代の金融資産の管理・運用は、どのような点に留意したら良いでしょうか？ 後戻りができないポイントとなる年齢は「六五歳」です。

六五歳からは年金収入だけの生活に突入する、と仮定した収支を見積りして

- (1) 六五歳以降、毎年どのくらいの水準の貯蓄取り崩しが必要か
- (2) 六五歳の時点で、どのくらいの貯蓄残高が残っているか
- (3) もし八〇歳、九〇歳…と長生きすると、貯蓄が底をつく可能性があるか

の三つを、具体的にイメージすることがスタート地点となります。

そして「長生きするとお金が足りなくなるかも知れない…」と思つた方は、定年退職前には六〇歳以降のキャッシュフローを一つ作成してみましょう。

六〇歳代後半に気がつくど手遅れ…にな

ることもありますが、六〇歳の時点で将来のお金の不安に気付いたなら、

- ・(六五歳まで働いて) 収入を増やす
- ・(毎月・毎年の予算をきちんと設定して) 過剰な支出を抑える
- ・金融資産全体の期待利回りを(年一%でもいいので) 高める

といったアクションを組み合わせることによつて、より安心感のある六五歳を迎えられる可能性が高まります。

なお、金融資産全体の期待利回りを高めるアクションについては、リスク性資産(国内外の株式や外国債券など)への配分割合は三〇%以内に抑えておくのが妥当なラインです。

また、年金生活に入った後は、毎月分配型の投信を活用した、生活設計に合わせた資産管理も検討する余地があります。

具体的には、毎月の生活費の中で、公的年金では不足する部分が三万円あるとしたら、毎月トータル三万円の分配金を受け取れるように複数の投資信託を購入します。例えば、分配金利回りが平均六%の投資信託(現在は、それ以上の水準の商品も多い)なら、六〇〇万円相当を保有するイメージです。

これを実行した場合、保有する投資信託の元本は常に変動します。しかし、毎月の支出を「公的年金+分配金」の範囲に収め

ることができれば、日常的にはその他の貯蓄を取り崩すことがありませんので、お金の管理がわかりやすくなるメリットがあります。ただし、前述したように、金融資産全体の三〇%以上をリスク性資産に投資する際は、十分な注意をしてください。

8 六〇歳代のキャッシュフロー表

今回は、世帯主六〇歳代・三人家族である佐藤家のキャッシュフロー表を図1に用意しましたので、確認してみましょう。

三〇歳代でマイホームを購入した佐藤さんは、順調に住宅ローンを返済してきたので、六〇歳の退職時には残債が八〇〇万円といつても返せる状態になりましたが、世帯主が万一の場合には団体信用生命保険で完済されることもあり、変動金利でも低金利が続いている間は焦って完済しなくても良いと思つています。

長女が二八歳で結婚。夫は六〇歳で定年退職後、警備や管理人など六〇歳代前半でも勤務可能な求人がある地域であったので六五歳までは収入が下がっても働くことにしました。妻も、六五歳までは無理のない範囲でパート勤務を続けることにしました。

そして迎えた六五歳のとき、金融資産から住宅ローンの残債を引いた金額は二七九五万円ある一方で、まとまった支出がない年の基本的な収支(三〇〇万円前後)はおよそバランスすることが見えたので、安心できました。

図1 60歳代のキャッシュフロー表

経過年数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
西暦	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	
年齢	世帯主	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71
	配偶者	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69
	長女	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41
収入	世帯主収入	644	240	240	240	240	240							
	配偶者収入	101	102	103	104	106	107	108	110					
	世帯主年金		69	121	121	122	163	205	206	207	208	209	210	211
	配偶者年金									82	83	83	84	84
	退職金		2,000											
	収入計	745	2,411	464	465	468	510	313	316	289	291	292	294	295
支出	生活費	216	218	220	223	225	227	229	232	234	236	239	241	243
	住宅費	17	17	17	17	17	17	18	18	18	18	18	18	18
	ローン返済	98	98	98	98	98	98	98	98	98	98	98		
	保険料	24	24	24	24	24	24	24						
	子供関連費													
	税・社保	136	38	46	46	47	53	23	19	22	22	23	23	23
	その他	30	30	71	30	31	31	72	186	31	31	74	32	32
	支出計	521	425	476	438	442	450	464	553	403	405	452	314	316
年間収支	224	1,986	-12	27	26	60	-151	-237	-114	-114	-160	-20	-21	
金融資産残高合計	1,234	3,220	3,208	3,235	3,261	3,321	3,170	2,933	2,819	2,705	2,545	2,525	2,504	
住宅ローン残高合計	-884	-803	-721	-637	-551	-464	-375	-284	-191	-97				
主なイベント		夫部分年金開始 夫定年退職・再就職	国内旅行等 孫誕生 海外旅行				海外旅行 夫老齢年金開始	住宅リフォーム	妻老齢年金開始		海外旅行			

この状態なら、たとえ夫婦とも九〇歳まで生きたとしても、貯蓄残高は底をつくことがなくソフトランディングさせることができそうですし、実際にはあと年五〇〜一〇〇万円は多めにお金を使っても大丈夫そうです。

9 あなたが心から望むライフプランは？

私が執筆させて頂いた「世代別ライフプラン講座」は、今回が最終回となりますが、いかがでしたか？ お読み頂いた方には、一つでも役立つ知識や知恵を得て頂ければ嬉しいです。

過去一〇年で、私はファイナンシャルプランナーとして二〇歳代から七〇歳代まで数百名のお客様の相談やプランニングを実施してきましたが、その経験から強く感じたことがあります。それは「人生におけるお金の多少と幸福度の高低は、ある程度までは比例するが、一定水準を超えると比例しない」ということ。そして、自分が心から望む生き方を真剣に考えて追求している人は、十人十色の充実した人生を送っているように思えました。

「あなたが心から望むライフプランは？」

もし、今後の人生とお金に関して不安が生じたり迷ったりすることがあれば、この質問に対する答えをスタート地点にして、今日からできるアクションを考えてみてください。あなたが望むライフプランの実現を、心より応援しています。