

2

今のままで老後に備えられる？

Q

現状、生活するのにいっぱいいっぱい。貯蓄すらできていません。このままでは何も対策はできません……。

[40代]



Q

老後は余裕を持ってくらしたいけれど、どのくらい貯蓄したらいいのかわかりません。収入も減っているなか、貯蓄をどうやって増やしていけばいいのでしょうか。

[50代]



A

お子さんが育つにつれ支出が増え、独り立ちする頃には収入が減るなど、老後に備えた資金づくりがいつできるのか心配ですよ。まずは家計の現状を具体的に把握し、それをもとに将来の家計を予測してみましょう。



具体的にわかると少し安心

「わからない」から不安になる。わかったらわかったで大変そうで、「わかりたくない」からそのまま不安が大きくなる……。

そんな方も、一度、具体的に現状を把握し、将来を予測してみてください。結果は意外と良好かもしれませんし、そうでなくても不安から対策へと考えが進むことで、不安が少しずつやわらいでいくことでしょう。

収入の見込みを把握する

現在と将来の「継続的な収入」や、将来の「一時的な収入」を把握しましょう。

- 「継続的な収入」は、給与・年金(→11)等の毎月の収入を年額にして考えます。また、額面の収入ではなく、所得税・住民税・社会保険料を差し引いた手取り収入で考えます。
- 「一時的な収入」には、退職金(→15)、保険の満期保険金、相続や贈与で受け取るお金等があります。

支出の現状を把握する

現在の「継続的な支出」を把握しましょう。

- 「継続的な支出」には、日常生活費・住居費・教育費・私的保険料等があります。毎月の支出を年額にして考えます。
- 毎月の支出を調べるためには、1カ月だけでも家計簿を付けてみるといいかもしれません。



将来の支出を予測する

現在の「継続的な支出」をもとに、将来の「継続的な支出」を予測しましょう。また、将来の「一時的な支出」も予測しましょう。

- 「継続的な支出」は、減らせるところを減らしながら予測するのがポイントです。老後は収入が減るのが一般的なため、支出が現在のままでは赤字になります。
- 「一時的な支出」には、持ち家の購入費用・リフォーム費用、車の買い替え費用、家族旅行の費用等があります。

資産と負債を把握する

以上のお金の流れ(フロー)に加え、資産(ストック)の現状を、負債も含めて把握しましょう。

- 資産には、預貯金・有価証券等の金融資産や不動産(できるだけ時価総額で考えます)等があります。
- 負債には、住宅ローン・自動車ローン・カードローンや親族その他からの借入金等があります。

組合員の声

まだ具体的な備えはできていませんが、老後資金や生活資金については早めに考えなければと思っています。まずは年金や将来の支出を把握し、貯蓄や家計の見直しを始めたいです。

[50代]

