

15 退職金・貯蓄・資産運用について知りたい

Q

勤めている会社の退職金が減るのではないかと心配です。保障された金額などあるのでしょうか。

[40代]



Q

年金の受給開始は引き上げられ、受給額は減りそうで期待できません。投資と貯蓄でどのくらい蓄えれば良いのかわからず、ゴールのないマラソンを走らされているようで不安しかありません。[40代]



A

老後の生活資金としては、年金(→10 11)や給与(→13)などの収入の他に、退職金や、若い頃からの貯蓄、資産が活用できます。参考までにそれぞれの平均値等を確認しながら、仕組みや留意点を把握しておきましょう。



退職金の給付額の平均

例えば、勤続20年以上かつ45歳以上で、大学・大学院卒の管理・事務・技術職の男性が定年退職した場合、平均1,896万円が給付されています※。ただし、退職金の給付額は、企業の規模や業種、勤続年数、退職事由(定年・自己都合・会社都合等)により大きく変わります。そのため、ご自身の退職金の給付額は勤め先に確認する必要があります。

※厚生労働省「令和5年労働条件総合調査概況」より。

企業は退職金を勝手に減額できない

退職金は企業に法的に義務づけられているものではなく、各企業の定めに従って支払われます。就業規則等によって給付条件が明確である場合、企業側が一方的に就業規則等を変更して減額することは原則として認められません。

退職金にかかる税金は無いか少額

退職金を一時金として受け取った場合、「退職所得」として所得税・住民税がかかります。ただし、退職金には勤続年数に応じた非課税枠(退職所得控除)があります。例えば、勤続年数38年の場合(22歳で就職～60歳で退職等)、非課税枠は2,060万円となります。所得税・住民税はこれを超過した金額の半分に對してのみかかります。なお、同じ年に退職金とiDeCoを一時金で受け取った場合、合計額に對して非課税枠が適用されることにご注意ください。

退職金の資産運用にご注意

老後は「資産を増やす時期」ではなく「資産を守る時期」。高額な退職金を一時金で受け取った場合でも、高齢期から高収益をめざして投資をはじめるのはおすすめできません。老後の資産管理は安全確実が最優先です。

老後のための資産運用は退職前から

50代が人生最後の貯めどき。老後資金は退職前からコツコツ備えましょう。iDeCoやNISAによる積み立てを検討してみてもいいかもしれません。資産運用については、CO・OP共済オフィシャルホームページ内の「FPによる知って得する!くらしとお金の話」も参考にしてください。

高齢世帯の資産・貯蓄の平均額

金融資産を保有している世帯の平均保有額は、世帯主が60代の2人以上世帯では3,087万円(うち預貯金は1,250万円)で、単身世帯では1,978万円(うち預貯金は853万円)。ただし、中央値では、世帯主が60代の2人以上世帯では1,775万円、単身世帯では913万円。ご自身に必要な老後資金は、ご自身のくらしをもとに把握しましょう(→ **1**)。

【金融資産保有世帯の種類別金融商品保有額(平均額)】

(単位:万円)

		金融資産 保有額	預貯金	金銭信託	投資信託	債券	株式	生命保険	損害保険	個人 年金保険	財形貯蓄	その他 金融商品
2人以上 世帯	60代	3,087	1,250	21	310	116	724	325	58	186	32	64
	70代	2,714	1,051	22	325	140	603	336	60	109	11	56
単身 世帯	60代	1,978	853	21	264	84	303	235	22	172	6	19
	70代	1,877	768	18	263	68	396	218	39	83	1	23

※金融経済教育推進機構「家計の金融行動に関する世論調査(2025年)」より。