

令和7年 大岡福祉塾

～人生100年時代 知らないと損する！！セカンドライフのため～

日時:令和7年9月6日(土曜日) 時間:10:00～11:30

場所:大岡地区センター2階 参加人数:50名

主催:大岡地区社会福祉協議会・きせがわ地域包括支援センター

共催:大岡地区民生委員児童委員協議会

講師:(沼津信用金庫 営業統括部ソリューション営業推進課)

課長 藤井 陽介氏 (沼津信用金庫 営業統括部ソリューション営業推進課) 菊地 祐奈氏



菊地祐奈氏・藤井陽介氏

最初に上田連合自治会長の挨拶ではじまり、本日の講話「人生100年時代、知らないで損するセカンドライフのためのマネーセミナー」というテーマで、菊地祐奈氏の公演をおこないました。平均延伸により、人生が100歳まで続くことを前提としたライフプランの必要性を説く、また社会のあり方や個人の働き方、学び方、資産形成など、あらゆる側面に変化が求められることを示唆しています。日本では、「人生100年時代構想会議」が発足し、教育の無償化や高齢者の就労支援など、制度改革が進められています。

【退職・セカンドライフ】 現役時代からセカンドライフにシフトした場合、収入が大きく下がることは誰でも予想しているはずですが、具体的に収入と支出の変化を見ると、50～59歳の勤労者世帯の平均収入(賞与を含む)が月収で、69万円のところ、60歳以上年金収入のみになると24万円と、半分以下に減少すると言われていています。また、現役世代は、税金や社会保険料の負担が大きいものの、残された手取りから日常の生活費、教育費、住宅ローンなどを差し引いても、貯蓄まわす余裕があります。ところが、退職後の無職世帯では、税金・社会保障費の負担が少なくなるとはいえ、貯蓄のために残すお金はほとんどありません。

【セカンドライフにいくら必要?】 退職後の生活をイメージするうえで、押さえておきたいポイントは、毎月いくらぐらいの収入あり、生活費はどのくらい必要かを把握することです。総務省が作成した平均的なシニア夫婦の収入と支出の標準的な収入は、約23,7万円。支出26,0万円、月々のマイナス額は約2,2万円になります。



菊地氏の講習風景



日本人の平均年齢は男性81,47歳、女性87,57歳(「簡易生命表2022年」厚生労働省)と日本は世界有数の長寿国です。65歳以降、セカンドライフ期間が25年と仮定した場合、**年金収入(23,7万円×12ヵ月×25年)7,110万円・生活費支出(26,0万円×12ヵ月×25年)7,800万円・マイナス額▲690万円**となり多くのシニア夫婦はマイナス分を退職金や預貯金から補填することになります。①かつての『老後』は年金により、リタイヤしてから死亡するまでの生活費は貯えている場合が多かった。これからの『老後』は、様々な要因によりリタイヤ後死亡するまでの生活費が退職金や年金だけでは不足する可能性が出てきた。②定年後の収入と支出を知っておこう。③充実したセカンドライフの鍵は資産運用④お金の「使い道」を整理しよう。⑤ NISA(ニーサ)少額投資非課税の活用。⑥資産運用における非課税制度活用。⑦投資信託とは～投資信託メリット～⑧資産運用の必要性～インフレについて～⑨投資は長期的な目線で考える。⑩ 公的年金は分散投資を実践。⑪積立投資のメリット。⑫個人的確定拠出年金。⑬いざとなった時の準備大丈夫?リスクを確認してみましょう。⑭あなたの保険は最新の医療事情に合っていますか?⑮住宅ローンを見直す・住宅ローンを知る。【参加者の感想】詳しく丁寧に説明してくれまして、大変勉強になりました。