

日税FPメルマガ通信



2025年9月22日発行

編集:税理士 FP 実務研究会事務局

(株)日税ビジネスサービス

東京都新宿区西新宿 1-6-1 新宿エルタワー29階

第441号

◆「人生 100 年時代」を生き抜くための資産運用

1. 老後資金はどれくらい必要なのか？

厚生労働省の「簡易生命表(2024 年)」によると、日本人の平均寿命は男性 81.09 歳(世界第 6 位、第 1 位はスウェーデンの 82.29 歳)、女性は 87.13 歳(世界第 1 位)となっています。

ところで、老後資金がいくら必要かを考える場合には、平均寿命ではなく平均余命で計算する必要があります。平均余命とは、保険などで使われることが多いですが、ある年齢の人々があと何年生きられるかという期待値のことです。

現在 65 歳の方を例に見た場合、平均余命は男性が 19.47 年、女性は 24.38 年のため、男性は 65 歳+19.47 年=84.47 歳、女性が 65 歳+24.38 年=89.38 歳となり、平均寿命より男性は 3 年以上、女性も 2 年以上長くなります。

また、90 歳まで生きる人の割合は、男性が 25.8%で 4 人に 1 人以上、女性は 50.2%で 2 人に 1 人以上となっています。医療の飛躍的な進歩によりこれからますます平均余命が延びられることから、「人生 100 年時代」を生き抜くためには仕事をリタイアした後の老後資金として、最低でも 25 年分くらいは用意しておく必要があると言えます。

2. 「人生 100 年時代」のライフプランニング

家計調査から見た老後の生活費の目安は、夫婦の場合月額 26.6 万円(*1)とされています。ゆとりのある老後を送るために必要だと考えられている生活費の目安は月額 37.9 万円(*2)となっています。

一方、夫婦 2 人分の標準的な老齢年金の目安は、会社員の場合で 23.3 万円(*3)と言われています。

つまり、ゆとりあるセカンドライフをおくるために必要な資金が毎月 14.6 万円(37.9 万円-23.3 万円)不足することになってしまいます。リタイア後の 25 年間で必要な資金の総額は、14.6 万円×12 カ月×25 年=4,380 万円にもなります。

毎月 15 万円を 25 年間取り崩すためには、年 3%で運用するという前提で約 3,200 万円が必要です。大卒で定年まで勤めた方の退職金を 2,200 万円(*4)とした場合、定年までに 1,000 万円を貯蓄しなければいけない計算になります。65 歳までに 1,000 万円を貯蓄するためには、年 3%の

運用で 30 歳からでは年間約 16 万円、40 歳からで年間約 27 万円、50 歳からで年間約 53 万円を積み立てる必要がありますので、早期に iDeCo や NISA などの活用について検討されることをおすすめします。

低金利が続く現在の日本では、年 3%で運用を続けるためにはそれなりのリスクを取らなければなりません。また、昨今の円安進行に伴う輸入物価の高騰などにより、1 円の価値はおのずと下がっており、私たちの生活にも大きな影響を与えています。従って「人生 100 年時代」をゆとりを持って過ごすためにも資産運用について考える必要があるのではないのでしょうか？

(* 1) 総務省「家計調査年報(家計収支編)2024 年」

(* 2) 公益財団法人生命保険文化センター「2022(令和 4)年度 生活保障に関する調査」

(* 3) 厚生労働省「令和 7 年度の年金額改定について」

(* 4) 中央労働委員会「令和 3 年賃金事情等総合調査(確報)」

株式会社日税経営情報センター

2018 年創業。全国の中小企業や経営者に対して、顧問税理士と共に経営に関する専門的なコンサルティング及び、M&A をはじめとした資産・事業承継を検討から実行までのサービスを提供している。

■■■■ 著作権 など ■■■■

著作権者の承諾なしにコンテンツを複製、他の電子メディアや印刷物などに再利用(転用)することは、著作権法に触れる行為となります。また、メールマガジンにより専門的アドバイスまたはサービスを提供するものではありません。貴社の事業に影響を及ぼす可能性のある一切の決定または行為を行う前に必ず資格のある専門家のアドバイスを受ける必要があります。メールマガジンにより依拠することによりメールマガジンをお読み頂いている方々が被った損失について一切責任を負わないものとします。

参考

日税経営情報センター コラム(信託): <https://www.nbs-nk.com/column/index.php?category=trust>