



今回は、こんな究極のテーマを、  
考えてみたいと思います。

---

生涯暮らせる額をご存知ですか

---

「現在、〇〇歳だけど、  
何歳までにいくら貯めたらよいのですか？」

「今〇〇歳で、  
貯金を〇〇〇万円あるけど  
老後の生活は大丈夫だろうか？」

ある寄り合いなどで、  
私をFPと知って、  
こんな質問をされる方がみえます。

このような質問を受けたとき、

私が最初に  
大変プライベートなことで、  
顔をしかめる方もみえますが、  
「毎月でも年間でも結構ですが、  
家計の収入と支出はいくらですか？」  
と、伺います。

ここで、大まかでもその額を把握して  
見える方であれば、

お話を先に進めます。

しかし、  
把握されていない方には、

まずは、  
現在の家計収支を把握していないと、

老後の生活費に関心はあっても、  
漠然とした関心に過ぎない方が多く、

また会う機会があった時に、

同じような質問をされることも多いので、

こここのところは、  
「まず、ご自身の現在の家計を把握することが、  
大切ですよ」  
と、お話しすることになっています。

---

単純に年間の家計収支を計算していく

---

ある程度でも家計収支を把握している方は、  
こんなお話をすることもあります。

これから、  
将来の家計支出にはどんなものがあるか

- ・生活費一般
- ・住宅ローンの返済
- ・自家用車の購入費
- ・家のリフォーム代金
- ・旅行費用
- ・趣味の費用
- ・子どもにかかる費用 など

また、収入として、

- ・給与
- ・退職一時金
- ・公的年金
- ・企業年金
- ・賃貸収入など副業の収入 など

このような支出や収入が、  
何歳から何歳まで、  
定期的に出て行ったり  
入ってきたりするのか

把握して見える方もいれば、  
把握の準備をしている方も見えるでしょう。

ここらあたりの数字までは、  
今後の貯蓄額を出すのに、  
把握しておいていただきたいです。

と、お話ししています。

---

## ここまで知れば完璧

---

加えて、

今、売却したらいくらになるか、

- ・マイホーム
- ・自家用車
- ・株式や投資信託

などの売却価格を知っておくことです。

言い換えれば、現在の所有されている資産の  
資産価格も把握していただきたいです。

また、  
相続税の納付額も対象になる方は、  
把握いただければと思います。

---

## 足りない分のための貯蓄

---

生涯において、  
これから必要な額から、

給与、公的年金や現在の貯蓄額

人によっては、  
退職一時金、企業年金や相続で、  
今後入ってくるのであろう  
お金との差額、  
つまり足りない分を

貯蓄で補うのです。

---

## 安心した生活の保障のための貯蓄

---

また、資産をお持ちでも、  
株式などの金融資産は、  
流動性があり、  
売買は比較的容易にできます。

しかし、希望した売値で売れるかは、  
その時の景気などによって不確実です。

また、マイホームなどの不動産資産は、  
売買価格にあまり変動はありませんが、  
買い手がつかないと売れません。

そこで、貯蓄をすることで、

また資産を担保として持っている、  
また貯蓄という蓄えもあるという、

万一の時の対策は打っておくことで、

こころに余裕も生まれ、  
安心した生活が続けることができます。

---

生涯暮らせる貯蓄額は？

---

すでに、賢明な読者の皆さまは、  
お気づきだと思います。

生涯暮らせる貯蓄額は、

まずは、  
生涯の家計収支をシミュレーションして、  
平均年齢の少なくとも5歳以上は多めに、  
男性ならば、88歳位  
女性ならば、92歳位まででしょうか。

上述のように、  
収入で補えない分を貯蓄で貯めておきます。

また、資産をお持ちの方は、  
特に金融資産の場合は、  
売却だけではなく、  
老後の生活に入っても  
買い増しの計画もあってよいでしょう。

そのためには、  
金融商品でも運用は、  
歳とともに、  
複雑な運用から単純な金融商品に

シフトしていくことが必要です。

そのために、  
運用する金融商品から  
収益が減少することは、  
念頭に入れておくことです。

このように、  
ご自身で家計収支を把握することで、

貯蓄をすべき金額も自ずから出てきます。

つまり、  
貯蓄額は、  
家計それに家庭の暮らし方によって  
違うということです。

従って、

「何歳までにいくら貯める」

と一概に、  
家計収支から計算して  
根拠のある貯蓄目標を決めるのは良いのですが、

単純に、何歳までにいくら貯める。

意味のあることなのでしょうか？

今回は、  
貯蓄をするための  
金融商品の選び方を検討します。

\*\*\*\*\*:  
■「人生の添乗員 (R)」からのワンポイントメッセージ  
\*\*\*\*\*:

老後の貯蓄の目標額設定は、

現在の家計収支を参考にしてなど、

根拠のある数字を基に、

何歳にいくらと決めることができます

\*\*\*\*\*

■人生の添乗員（R）牧野寿和のプロフィール

\*\*\*\*\*

日本で唯一「人生の添乗員（R）」を名乗れる

公正中立な独立系ファイナンシャルプランナー

開業 16 年目

1958 年 名古屋市生まれ、大学（東海大学卒業）以外は、名古屋で生活をする。

1982 年～2001 年 旅行会社に勤務。業務で世界各地を廻っていた時、日本の方と他の国の方々のお金との付き合い方の違いを感じていた。そんな時渡米した折に、初めてファイナンシャルプランナーの存在を知り、日本でもこの業務の必要性を認識する。

2003 年 牧野 FP 事務所を創業。  
2018 年から牧野 F P 事務所合同会社を設立。

これまでに、延べ 900 件以上の様々な相談に対応。

現在は、相談者へのプランニングの助言と提案を主な業務とし、

相談者に、安心できる生活が送れるように、

丁寧な業務を心がけている。

<保有資格>

- ・ NPO 法人日本ファイナンシャルプランナーズ（FP）協会 CFP（R）認定者
- ・ 1 級ファイナンシャル・プランニング技能士（資産設計提案業務）
- ・ 福祉住環境コーディネーター
- ・ 総合旅行業務取扱管理者 など

<取材協力>

メ～テレ（名古屋テレビ）「UP！」

<出版>

「銀行も不動産屋も絶対教えてくれない!

頭金ゼロでムリなく家を買う方法」河出書房新社

<監修>

「空き家」に困ったら最初に読む本」河出書房新社

なぜ、「人生の添乗員 (R) 」なのか？

詳しいプロフィールはこちらから

現在、相談を受けている方は、名古屋市内はもとより  
愛知、岐阜、三重県、  
ご紹介をいただいて、首都圏や関西にも  
足を延ばす機会が増えてきました。

「人生の添乗員 (R) 」どこまでも行きます。

他人を気にすることなく、  
相談者ご自身にとって  
有益な提案を心がけています。

\*:

#### ■編集後記

\*:

老後の生活をするための  
お金が準備できている。

こころに余裕が持てる  
安心した  
老後の生活を送るのに  
必要なことです。

我が家ならいくらなのか？

ここは時間をかけて、

ありのままの



家計収支を算出することが、

老後の生活につながるでしょう。

【人生の添乗員(R)】からのワンポイントメッセージ

来週もご愛読のほど、  
よろしく願い申し上げます。

「人生の添乗員」「人生の行程表」は牧野寿和の登録商標です

---

■ 【人生の添乗員(R)】からのワンポイントメッセージ

発行：

牧野FP事務所合同会社 代表社員 牧野寿和  
〒467-0823 名古屋市瑞穂区津賀田町2-86

■登録・解除は、ご自身でお願いいたします。

こちらから出来ます。

<http://www.mag2.com/m/0001575058.html>

■本メルマガに関するご意見・お問い合わせはこちらまで  
お願いいたします

E-MAIL : [makino.fp@beach.ocn.ne.jp](mailto:makino.fp@beach.ocn.ne.jp)

---

牧野FP事務所合同会社 公式サイト : <https://www.makino-fp.com>

---

■記事内容に関してのトラブル等について当方では一切責任を負いかねます。

ご自身の責任でご判断下さい。

---