

【人生の添乗員 (R)】からのワンポイントメッセージ

60 歳！これからの準備

発行者：牧野 F P 事務所合同会社 代表社員 牧野寿和

牧野 F P 事務所 公式サイト：<https://www.makino-fp.com>

<第 466 号の目次>

■ 今週のテーマ

60 歳！これからの準備

■ 「人生の添乗員 (R)」からのワンポイントメッセージ

■ 「人生の添乗員 (R)」牧野寿和のプロフィール

■ 編集後記

それでは、

今週のテーマからはじめます。

*:**

■ 今週のテーマ

60 歳！これからの準備

*:**

60 歳、還暦の年です。

ひと昔前なら、

55 歳で定年退職して、
「人生あと何年」と人生の終末期を迎える歳でした。

しかし現在では、
人生 100 年と言われていました。

この歳の方が、
実際に 100 歳まで何人生きるかは、
不確ではあります。

ただ、この歳の方はいまでは、
いわゆる年金暮らしを始めるには、
まだ早い歳でもあります。

そこで今回は、
60 歳ならだれでもが準備する 3 つ、
(1) 公的年金の受給の準備
(2) 健康寿命
(3) 老後の家計
について考えていきます。

(1) 公的年金の受給の準備

国から年金である
老齢基礎年金、老齢厚生年金のことを、
公的年金といいます。

原則 65 歳から受給、つまりもらえます。

ただし、詳細な規定がありますが、
これまでに厚生年金を納めたことのある方は、
少し前からいわゆる「特別支給」の厚生年金が、
もらえます。

しかし、すべての方に受給されるのではなく、
生まれた年で、区切られています。
具体的にみていきます。

なお、ことし中に 60 歳になる方は、
昭和 36 年（1961 年）生まれです。

男性は、

昭和 34 年 4 月 2 日から昭和 36 年 4 月 1 日まで、
現在 60 歳の方のうち 4 月 1 日までに生まれた方は、
64 歳から受給できます。

4 月 2 日以降の生まれの方は、
65 歳からの受給になります。

女性の方は、
昭和 35 年 4 月 2 日から昭和 37 年 4 月 1 日まで、
ことし中に 60 歳になる方は、
すべて 62 歳からの受給です。

ではいくらもらえるかは、
年金の見込額と保険料の納付記録が、
日本年金機構のサイト「ねんきんネット」で、
確認できます。
また、誕生月に郵送される
「ねんきん定期便」でも確認できます。

重要なことは、
年金を受給するためには、
申請が必要です。

年金がもらえる歳の誕生日の前日から
申請はできます。

誕生月の約 3 カ月前に、
日本年金機構から申請のための
書類が郵送されてきますので、
熟読して申請の手続きを
忘れないようにしてください。

(2) 健康寿命

次に健康寿命についてです。

健康寿命とは、
誰の手も借りずに自立した生活ができる期間
のことです。

この期間については、

複数の機関のデータがあり、
おおむね男女とも 74 歳までといえます。

言いかえれば、
日本の平均寿命は、
男性 81 歳、女性 87 歳ですから、

健康寿命から平均寿命の期間、
男性は 7 年間
女性は 13 年間
ひとりでは生活できない可能性があります。

それこそ、介護の状態になったから、
からだが思うように動かなくなってから、

この先どうしよう
と考えていては遅いです。

家庭環境に適した対策を、
事前に準備しておくことが大切です。

(3) 老後の家計

老後の家計では、
主な収入が年金となる家庭は特に、
収入は、現役時代より減ります。

しかし、支出は高齢になるほど、
食費など減る項目はあるかもしれませんが、

60 歳以降も健康体であれば、
急に減る要因はありません。

対策を打つとすれば、
まず現在の家計収支を把握します。

そして、老後の収入や
それまでに蓄えておく貯蓄を取り崩して、
老後の生活での支出を、
賄うことが可能であればいいです。

しかし、70、80代で家計が破たんするならば、
今から対策を打っておきます。

方法としては、
老後の生活が持ちこたえることができる家計支出に、
つまり、支出を減らすことに、
今からしておくことです。

もうひとつは、収入を増やすことです。

どちらにしても、
家計の収支の把握は、今すぐすることです。

簡単そうだけど結構時間がかかる

以上の3つを準備することは、
簡単そうですが、
実は結構時間がかかります。

今回ご提案した準備がまだの方は、
老後の生活を描いながら、
完了日も決めて、
準備を始めてみてください。

■「人生の添乗員（R）」からのワンポイントメッセージ

これまでの家計収支の把握など、

思い出が入っている数字を計算するには、

結構時間がかかります！

■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

創業 18 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！」

<執筆>

「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

現在、相談は、名古屋市内はもとより

愛知、岐阜、三重県、
首都圏や関西にも
リモートでお会いする機会が増えました。

「人生の添乗員 (R) 」は、

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

::*:*:*:*:*:*:*:*:*:

老後の生活の準備は、

コロナ禍といえども、

ちやくちやくと準備することに

変わりはありません！

【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 F P 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 - 8 6

■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

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。
