

**【人生の添乗員(R)】からのワンポイントメッセージ**

**人生の後半は、50代までに描いておく理由**

**発行者：牧野FP事務所合同会社 代表社員 牧野寿和**

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

**<第487号の目次>**

**■ 今週のテーマ**

**人生の後半は、50代までに描いておく理由**

**■ 「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**

**人生の後半は、50代までに描いておく理由**

\*:\*\*

私たちの人生は、  
一人ひとり自分のものを持っています。

しかし、往々にして老いとともに、  
差こそあれ、  
誰しもが、心身が衰弱する。  
とも言われています。

たとえば、  
咄嗟の判断力が鈍ってくる。  
といったようなことです。

しかし、一方では、  
亀の甲より年の功とも言われ、  
長年の経験から、  
その時々の難局を  
乗り越えることができる。

とも言われています。

つまり、歳を取るとともに、  
衰える身体を、  
長年の経験で補いながら生活ができる。

と言ってもいいのでしょうか。

そこで、今回は、  
「人生の後半は、50代までに描いておく理由」  
をテーマに、

なぜ、心身ともに衰える前の50代までに、  
人生の後半を描いておいた方がいいのか、

その理由をお伝えします。

---

### 人生の後半を3つに分ける

---

まず、人生の後半を次の3つに分けます。  
第1期 主な家計収入が年金になる前まで  
第2期 健康寿命に達するまで  
第3期 旅立ちまで  
の3つの期間です。

このそれぞれの期間で、  
どんなことが起こるのか、順にみていきます。

---

### 第1期 主な家計収入が年金になる前まで

---

具体的には、50代から、  
60代、70代前半くらいまでの、  
勤め先を退職したり、  
事業をリタイアしたりするまでの時期です。

まさに現在が、この時期の方や  
あと数年でこの時期になる方もいるでしょう。

仕事をしながら、人生の後半を描く、  
自分の人生にとって、  
大切な時期でもあります。

この時期は、一般的には、  
給与収入や事業所得を得ていて、  
また、将来の年金収入や貯蓄額といった  
家計の収入が把握できる時期です。

また、支出より収入が上回っている  
時期でもあります。

つまり、この先、70代8代になって、  
年金が主な収入になったときに、  
この時期の家計支出額で、  
家計が運営できるのか、

現在の家計の、  
項目ごとの支出額を算出して、

必要であれば、  
家計の支出額を抑えるために、

何を節約するのか、  
算出した数値を検証して、  
削減を実行する時期でもあります。

また、子どもがいれば、  
その子の年齢、また孫の年齢に応じて、  
いつ自分の資産を渡したら、  
子どもたちが、有益に利用できるのか、

また、子どもたちには不用品になるものは、  
自分で処分する。

自分の財産の整理をする。

つまり「相続」の方法を、  
決める時期でもあります。

その方法のひとつとして、  
自分や夫婦の生涯の生活が、  
成り立つのであれば、  
この時期に、子どもや時には孫に、  
「生前贈与」してもいいのです。

まさにこの時期「50代」は、  
今回のテーマ通り、  
将来の生活を描くために、  
頭も時間も使う、大事な時期です。

---

## 第2期 健康寿命に達するまで

---

第1期の終了後、  
つまり、リタイア後から、  
「健康寿命」が終了する時期が、  
第2期となります。

健康寿命とは、  
誰の手助けもなくひとりで生活ができる  
年齢のことです。

この年齢については、  
調査機関ごとに、  
さまざまなデータが発表されています。  
また個人差もありますが、  
男女ともにおおむね75歳を目安とします。

第2期の期間は、  
第1期を何歳まで過ごすかによって、  
期間は変わります。

この期間は、

- ・退職したら旅行に行こう
- ・油絵を本格的に始めよう
- ・地域ボランティアで地域に恩返しをしよう

といった、第1期までに決めておいた、

リタイア後のプランを実行する時期です。

老いてますます盛んな時期でもあります。

つまり、  
体のコントロールができるこの時期に、  
どんどん外出して、  
動いておかないと、  
せっかく貯めておいたお金も、  
使う時期がなくなってしまいます。

ただし、第1期までに、

第2期のこの時期に何にお金を使うのか、  
決めておかないで、  
計画性はなく、ただ漫然とお金を使い、

気がついた時は、  
貯えがなくなっていることもあります。

そして、お金がないことに気がついても、

年金収入だけでは、  
貯蓄のリカバリーはむずかしく、  
心細い状況で、  
第3期に向かうことにもなりかねないのです。

このようにならないためにも、  
50代で、人生の後半を描いておくことが  
大切なのです。

---

### 第3期 旅立ちまで

---

そして、健康寿命を迎えたあとの時期です。

何年続くは不明です。

日本人の平均寿命は、  
男性は約82歳、  
女性は約87歳です。

この時期の家計は、

食料品といった生活費の支出は、  
減少していきます。

しかし、医療費などは、  
増加するかもしれません。

これまでの時期とは違って、  
心身の能力が、  
目に見て衰える時期でもあるようです。

この兆候が見えるようになったとき、  
または、  
年齢を決めて、その年齢になったときは、

自分の貯えを含め、  
お金の出し入れを信頼できる人に  
任せるのも、  
生活の知恵のひとつでしょう。

そして、自分は人生を十二分に謳歌する。

そのためには、  
だれに、認知症などになったときに備えて、  
お金の管理を任せるのか、

- ・子ども
- ・孫
- ・親族

なのか、または、  
成年（任意）後見人制度や家族信託（※）、  
といった制度を利用するか、

自身の資産や家庭の状況によっても、  
違ってくるでしょうが、  
決めておくことも大切です。

その時期も、出来れば、50代のうちに、  
遅くても第2期には決めておくことです。

---

人生の後半の軸は50代に決まる

---

このように考えてきますと、

人生の後半は、

人によっては、  
人生の後半の第1期に入りかけた、

50代までに描いておいた方が、

決めたことが軸となり、  
自分の描いた人生が送れるのです。

---

(※) 「成年(任意)後見人制度」  
といった後見制度や  
「家族信託」といった信託制度も、  
今回の記事同様、  
事前に準備が必要に大切なことです。

従って、あらためて別の機会に、  
記事にいたします。

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

50代に人生の後半を描くことは、

「軸」を決めることができる、

適切な時期です！

\*\*\*\*\*:  
■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19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FP事務所合同会社を設立。

これまでに、延べ1100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

\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:\*:

自分が自由に使える時間を  
どのように使うのか？

歳を取ってから、  
使い方がわからないで、  
じっとして家の中にいると、

それだけで、老いてしまいます。

何をするのか！？

50代に決めておけば、

安心した老後の生活が過ごせるでしょう！

### 【人生の添乗員(R)】からのワンポイントメッセージ

本年もご愛読のほど、  
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

---

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。

---