

☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*2023. 7. 19\*\*☆

60 歳からの人生を準備するための  
【人生の添乗員 (R)】からのワンポイントメッセージ

**老後の人生の準備に必要なものはなにか  
～記事発行 11 年間で思うこと～**

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>

☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\*☆\*\*\***通算第 555 号**\*\*\*☆

<目次>

- ◆ 今週のテーマ
- ◆ 今週のポイント
- ◆ 編集後記
- ◆ 「人生の添乗員 (R)」牧野寿和のプロフィール

\*:\*\*

◆ 今週のテーマ

**老後の人生の準備に必要なものはなにか  
～記事発行 11 年間で思うこと～**

\*:\*\*

2012 年 9 月 19 日に第 1 号を発行して以来、  
10 年と 10 ヶ月、  
今回、第 555 号を発行します。

そこで今回は、あらためて、  
老後の人生の準備に必要なものはなにか、  
考えてみます。

お伝えする記事の構成は次のとおりです。

- ・ 老後の生活でいるものといらないもの
- ・ 値ごろ感のある買い物をする
- ・ 考えて買えば無駄な買い物はなくなる
- ・ 自分で判断すれば間違いはない

---

老後の生活でいるものといらないもの

---

年金が家計の主な収入となり、  
現役時代より収入が減る老後の生活で、

現役時代と同じような生活をするためには、  
年金以外に貯蓄が必要です。

その準備のために、現在の

- ・ 毎月の家計収入額
- ・ 毎月の家計支出額
- ・ 毎月の家計収支が黒字か赤字か  
赤字の場合はその理由と解消する対策

以上3点を確認します。

次に、老後の家計収支と  
貯蓄の毎月の取り崩す額を確認します。

もし、毎月収支がマイナスでも、  
収入を増やすことは困難なことが多く、  
家計収支を維持するために、

老後の生活で、  
いるものといらないものに分けて、

今から、  
支出額を減らして老後の生活の準備をします。

---

値ごろ感のある買い物をする

---

ここで問題になるのが、

たとえば、食品を買うのに  
単に、今まで買っていたものを止めたり、  
味の好みの合わないけど、

お値打ちな商品を買うようにしたとします。

そのまま続けることが出来ればいいのですが、  
元通りの品物を買うように  
戻ってしまうようです。

こうならないためには、  
一品ごとの単価で、  
お値打ちな買い物をするのではなく、

一日や1週間当たりの家計支出額を、  
あらかじめ決めて、  
その範囲内で買い物をした方が、

結果的には、老後の生活でも、  
家計収支の均衡が保てるようです。

このことは、日頃の買い物のほかにも、  
当てはまります。

保険商品を選ぶ時でも、

もし、その人に万が一のことがあった時、  
その人の保障に必要な保険金額を算出して、  
それに見合う保険商品を選べば、

将来、その商品が必要以上の保障で、  
その分、保険料が高いため見直しを  
することもないでしょう。

つまり、値ごろ感のある保険を見極め、  
加入したことになるのです。

---

考えて買えば無駄な買い物はしなくなる

---

買い物をするときはいいものが買えた  
と思っても、

あとで、冷静に考えてみれば、  
必要以上に、高いものを買ってしまったと  
気が付くことがあります。

上述の死亡保険に加入するため、  
保険商品を選択するのに、

その人の保障に必要な  
保険金額を算出するだけではなく、

さらに、  
公的年金の遺族年金受給見込額を算出して、

足りない分の保障を補うために、  
民間の死亡保険に加入すればいいのです。

このように考えて、死亡保険に加入すれば、

さまざまな特約に加入して、  
その分、  
保険料が高くなることもなくなり、

また、過剰な保障を備えた、  
高い買い物をするつもりもないでしょう。

同じことは、  
住宅を購入するときや  
金融商品を購入するときにもいえます。

---

自分で判断すれば間違いはない

---

買っていいものなのか、  
買わなくてもいいものなのか、

買うことは必要だけど、  
もっとお値打ちなものがある。

このような判断は、  
現役のうちに体に覚えさせておけば、  
老後の生活でも家計運営に、  
役に立つでしょう。

筆者はよく、  
人は人、自分は自分と言っています。

自分の行動判断は、  
自分で決めればいいのですが、

その判断をするために、  
「人の振り見て我が振り直せ」

まわりの同じような行動をしている人を  
参考にして、  
自分で判断する参考にしてもいいでしょう。

つまり、老後の人生を準備するためには、

自身の人生は、

自分で決めることができる知識を、  
また、不足するところは、  
適切に、専門家に相談して、

自分で行動する判断の指針、  
つまり、軸を身に付けておくことです。

これは、老後の生活でも引き続き、  
活用できるでしょう。

\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*

#### ◆ 今週のポイント

\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*

家計は、

老後の生活で完成です！

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

◆ 編集後記

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

現役時代、

どんな家計収支だったか？

把握できていないと、

老後生活では、もっと把握できない！

\*:

◆ 「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 20 年目

1958 年 名古屋市生まれ、大学（東海大学卒業）  
以外は、名古屋で居住。

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 1100 件以上の様々な相談に対応。

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。

---

◆ 【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

「人生の添乗員」「人生の行程表」は、  
牧野寿和の登録商標です

---