

☆***☆***☆***☆***☆***☆***☆***2024. 3. 6**☆

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

60 歳以降も年代によって違うライフマネージメント

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 586 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」牧野寿和のプロフィール

:

- ◆ 今週のテーマ

60 歳以降も年代によって違うライフマネージメント

:

日本の総人口は 1 億 2494 万 7 千人です。
15 歳未満人口が 11.6%、15~64 歳人口が 59.4%、
65 歳以上人口が 29.0%となっています※。

※総務省統計局の人口推計（2022 年 10 月 1 日現在）より。

ところが、アンケート調査などで、
自分の年代を選ぶときは、

20 歳代から 60 歳までは、
20 歳代、30 歳代と 10 歳ごとに分かれても、

60 歳以降は、団塊の世代の方を含め、
人口が多いのにもかかわらず、
十把一絡げ（じっばひとからげ）で、

60歳以降、65歳以降と
なっている場合もあります。

そこで今回は、
60歳以上の男女個人を対象に、

2023年12月に公益財団法人
生命保険文化センターから発表された、
「ライフマネジメントに関する高年齢層
の意識調査」の結果のなかで、

筆者が気になったところを、
見ていくことにします。

お伝えする内容は次のとおりです。

- ・調査の内容
- ・医療・介護費用の生活費に占める割合
- ・医療・介護保障準備手段
- ・遺族保障準備手段
- ・今回のまとめ

調査の内容

この調査は、
「生命保険文化センター」によると、

「多様化する長寿社会に対する高齢者の考え方、
生活の実態・意向等を把握し、
これからの長寿社会のあり方を検討することを
目的として実施した調査」です。

調査は、全国200地点で、
60歳以上の男女個人に（回収数2,084）、
調査時期は、
2023年4月6日～5月28日となっています。

結果は、全体の平均値と、
60～64 歳以降から 90 歳以上まで、
5 歳区切りで記載されています。

医療・介護費用の生活費に占める割合

最初は、医療や介護費用の平均月額と
生活費に占める割合です。

60 歳以降全体の平均額 20,600 円で。
割合は、9.8%です。

60～64 歳 : 1.62 万円、7.8%
65～69 歳 : 2.13 万円、10.1%
70～74 歳 : 2.17 万円、9.6%
75～79 歳 : 1.90 万円、10.0%
80～84 歳 : 2.35 万円、11.2%
85～89 歳 : 2.55 万円、11.6%
90 歳以上 : 2.28 万円、11.0%
となっています。

ただし、医療費の自己負担額は、
70 歳までの自己負担額は 3 割、
それ以降は所得により変わりますが、
1,2 割の負担。

介護保険は、
65 歳から第 1 号被保険者となり、
1 割の自己負担です。

しかし、80 歳以降は、
生活費の支出額としては増えています。

医療・介護保障準備手段

医療・介護の私的な準備手段状況として、

<医療の準備>は、

「生命保険」が、
60～64 歳で最も高く 76.6%、

年代が高くなるごとに割合は減少していき

65～69 歳 : 71.0%

70～74 歳 : 65.4%

75～79 歳 : 62.3%

80～84 歳 : 52.7%

85～89 歳 : 42.6%

90 歳以上 : 32.8%

となっています。

また、「預貯金」での準備は、

全年齢層にわたり

6～7 割台となっています。

60～64 歳で最も低く 61.3%

70～74 歳では 65.5%と「生命保険」と

ほぼ同じ割合で、

75～79 歳 : 66.9%

80～84 歳 : 67.4%

85～89 歳 : 66.0%

90 歳以上 : 74.1%

と、「預貯金」で準備している人が、

「生命保険」を上回っています。

<介護の準備>は、

「生命保険」での準備が 58.7%、

「預貯金」が 60.3%と

60～64 歳は拮抗しています。

しかし、「生命保険」は徐々に加入率が減り

90 歳以上では 24.1%となっています。

反対に、「預貯金」は徐々に増え、
90 歳以上では 77.6%となっています。

年齢が高くなるほど、
特に介護用の保険には加入していません、

高齢になってからの費用は、
「貯蓄」を取崩して、
支出しているようです。

遺族保障準備手段

また、万が一死亡して残された遺族の
保障の手段として、

「預貯金」での準備は、
60～64 歳 : 58.9%、
65～69 歳 : 59.5%
70～74 歳で 64.1%を最高に、
75～79 歳 : 58.8%
80～84 歳 : 61.5%
85～89 歳 : 61.0%
90 歳以上で 62.1%と
全年齢層にわたり 60%前後となっています。

また、「生命保険」での準備は、
60～64 歳で 62.9%を最高に、
65～69 歳 : 55.0%
70～74 歳 : 54.0%
75～79 歳 : 54.2%
80～84 歳 : 45.4%
85～89 歳 : 38.3%
90 歳以上 : 31.0%

となっています。

さらに「不動産の売却や賃貸」が、
60～64歳と90歳以上で10.0%台、
85～89歳は20.0%台と一番高く
その他の年齢で15%台前後でした。

預貯金で準備している方が一番多く、
70歳代までの方の半数は、
生命保険でも準備して、
不動産資産でも準備している方もみえる。
ということです。

しかし、この統計値では、
現金に換算した数値がわかりませんので、
割合＝資産額にはならないでしょう。

今回のまとめ

今回は、医療と介護それに遺族保障に
ついてのデータでした。

このデータは、医療費や介護費用、
それに遺族保障を準備していく上で、
ひとつの指標にはなりません。

しかし、加給している「生命保険」の、
保障は適切なのか、

「預貯金」の額も充分なのか、

不動産は、相続する側にとって、
負担にならないのか、

それらは、家庭ごとの家計収支で、
検証することが大切です。

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

◆ 今週のポイント

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

たとえば、

生命保険に加入しているなら、

それだけで満足することなく、

いつの、何の保障のために、

加入しているか、検証が必要です！

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

◆ 編集後記

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

日本での生活に、

生命保険は欠かせない！？

:*:

◆ 「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 21 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。

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

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
