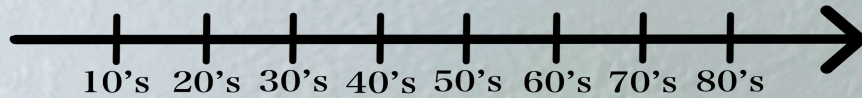


Life Planning



日本エレクトロニックシステムズ株式会社主催

50代から考える！人生100年時代の ライフプラン勉強会

このようなお悩みありませんか？

老後資金が、いくら必要なのか？よくわからない



新NISA、いまからでも、やったほうがいいのか？
投資は、よくわからない・・・



生命保険料が高く安くしたいが、どこをどう変えてい
いか？よくわからない



子供に迷惑をかけたくないが、介護にいくら
ぐらい必要なのだろう？



ファイナンシャルプランナー CFP®

やました ゆきこ

山下 幸子 業界歴**23年以上**

兵庫県 西宮市在住

【主な相談内容】
家計管理×資産形成で100歳まで安心できるマネープラン
教育資・マイホーム購入・親の相続・介護とお金

【略歴】
2001年独立系FP事務所「山下FP企画」設立
テレビ・雑誌・インターネット・セミナーなどメディアを通じて、『書いて』『しゃべれて』『わかりやすい』を心がけています。

書籍も出版しています！

山下FP企画
〒662-0952 兵庫県西宮市中浜町 3-1 0
TEL : 0798-36-4877

【資格】
住宅ローンアドバイザー 宅地建物取引士
金融知力インストラクター 生命保険認定士
二種証券外務員 DCプランナー2級
相続診断士 日本経済新聞読み方講師
100歳人生コンサルタント*

大谷選手が大好き

50の秘密 わかえた家族 笑顔で相続を
お金の小学校 山下 幸子

テレビ・ラジオ・新聞・セミナー・活動約22年



セミナー参加者の風景（企業・大学）



金融商品を売るFP

21万人

123万人

33万人



4,541人

全体の0.25%

IFA (Independent Financial
Advisor)

独立系ファイナンシャルアドバイザー

**CFP®**

山下幸子

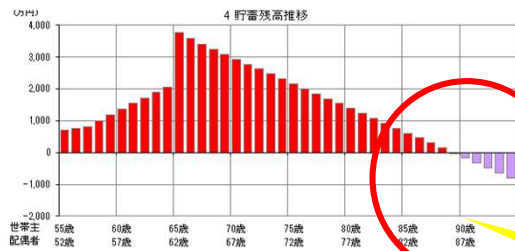
FP (Financial Planner)
ファイナンシャルプランナー

金融商品を売らない
80万人

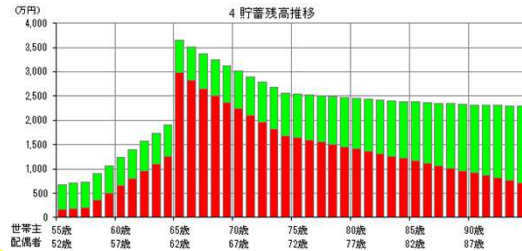
『2022年：日本証券業協会より』

ライフプランなしで場当たりの過ぎすと…

見直し前



見直し後



90歳で
資産枯渇

CONTENTS

CHAPTER 1

50代からの
テイカツ（定活）

CHAPTER 2

病気・介護
いくら必要？

CHAPTER 3

認知症対策
家族信託とは？

CHAPTER 4

50代からの
資産運用

CONTENTS

CHAPTER1

50代からの テイカツ（定活）

CHAPTER2

病気・介護 いくら必要？

CHAPTER3

認知症対策 家族信託とは？

CHAPTER4

50代からの 資産運用

CHAPTER1

50代からのテイカツ（定活）

- 1 ティカツ（定活）とは？
- 2 人生100年時代の到来
- 3 自分時代のライフプラン

50代からのテイカツ（定活）とは？

定年退職前の活動 → 定活（テイカツ）

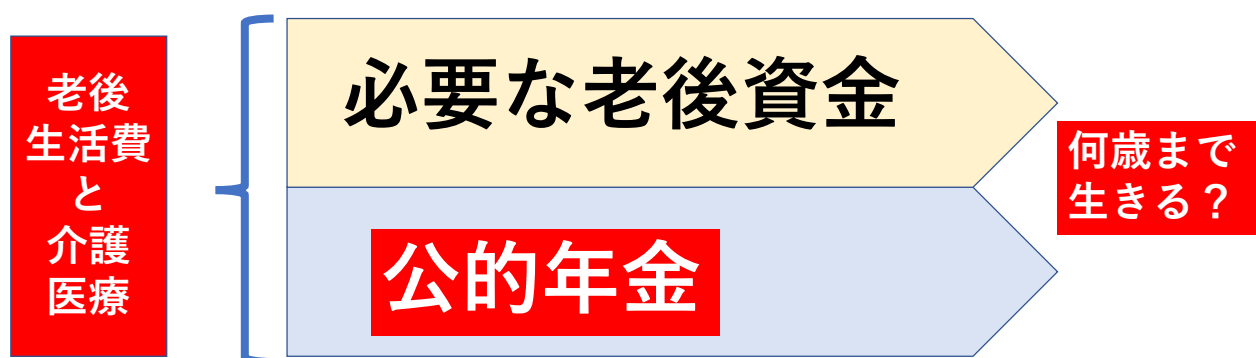
50歳は人生100年の折り返し地点



- ・ 生きがい
- ・ 定年
- ・ 年金
- ・ 健康
- ・ 仕事 （何歳まで？）
- ・ 終の棲家
- ・ 病気
- ・ 介護
- ・ 資産運用

ライフプランの無計画は失敗を計画するのと同じ

必要な老後資金を知るには3つの数字が必要



新常識① 老後資金、2000万円でOKではない

一人一人が自分で試算！

人生100年時代の到来

日本人の平均寿命

男性81.25歳

女性87.32歳



2018年の日本の平均寿命 厚労省より

人生100年時代の到来

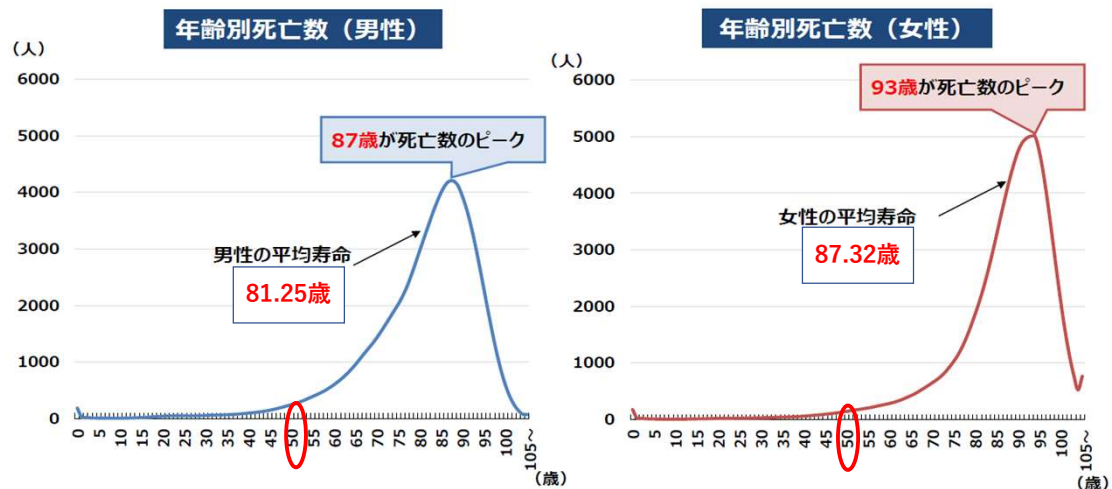
お葬式が多い年齢は？



男性87歳

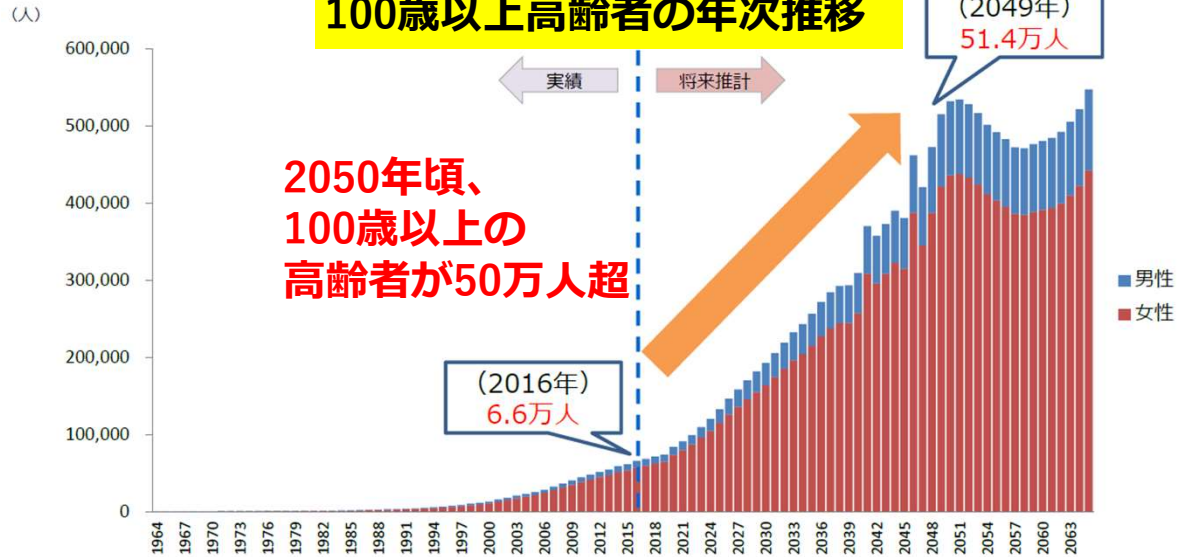
女性93歳

人生100年時代の到来



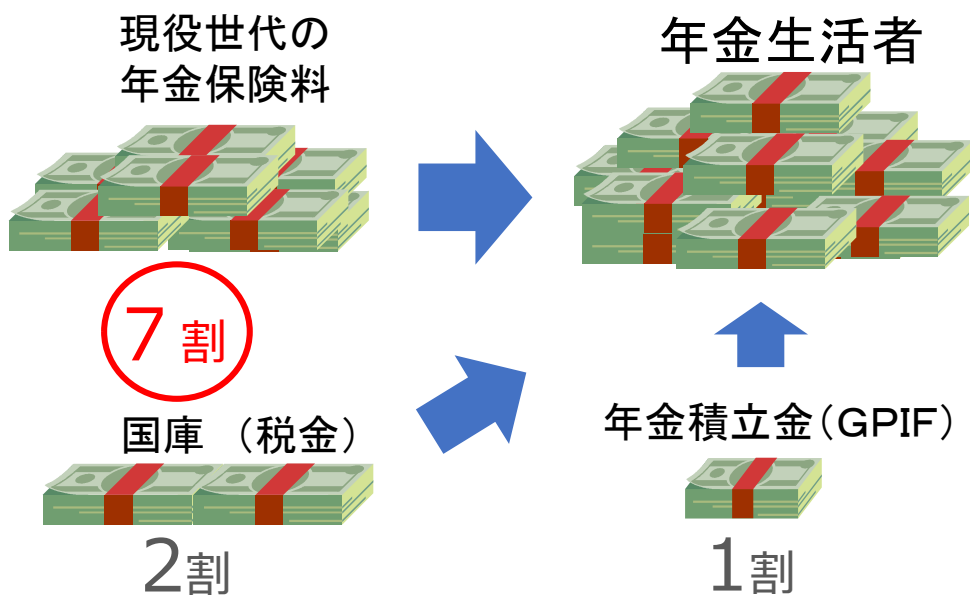
人生100年時代の到来

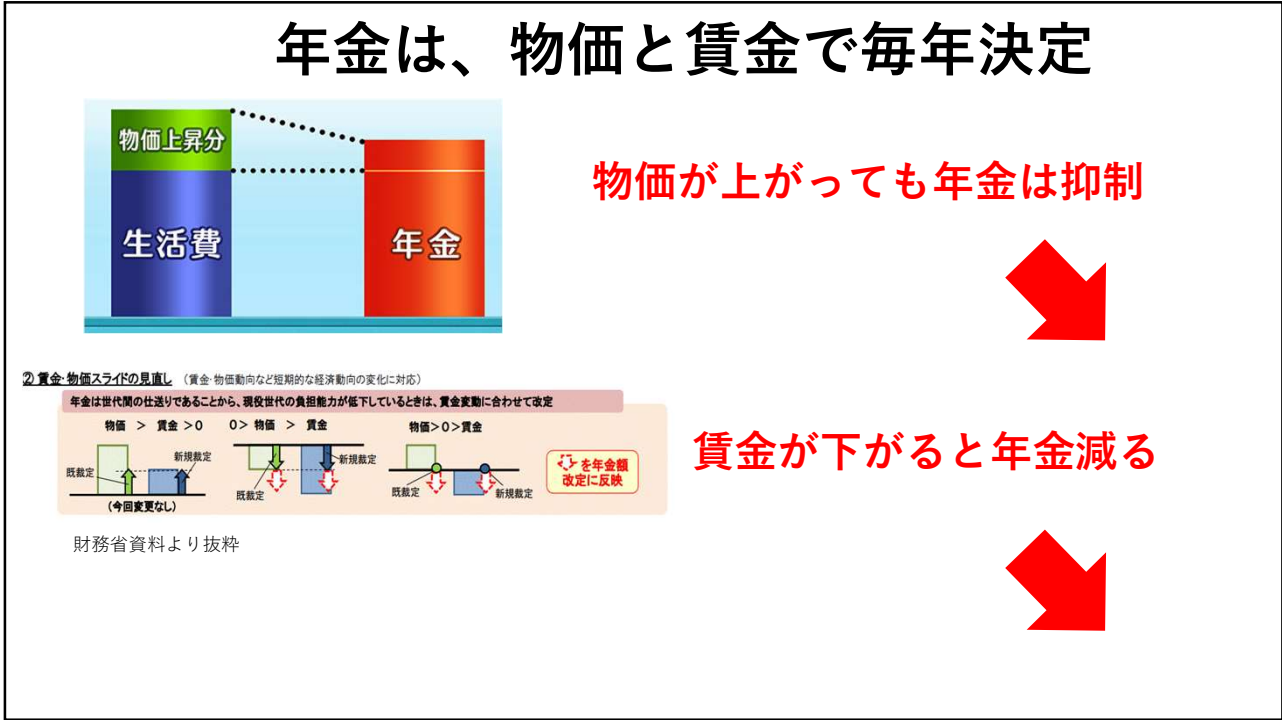
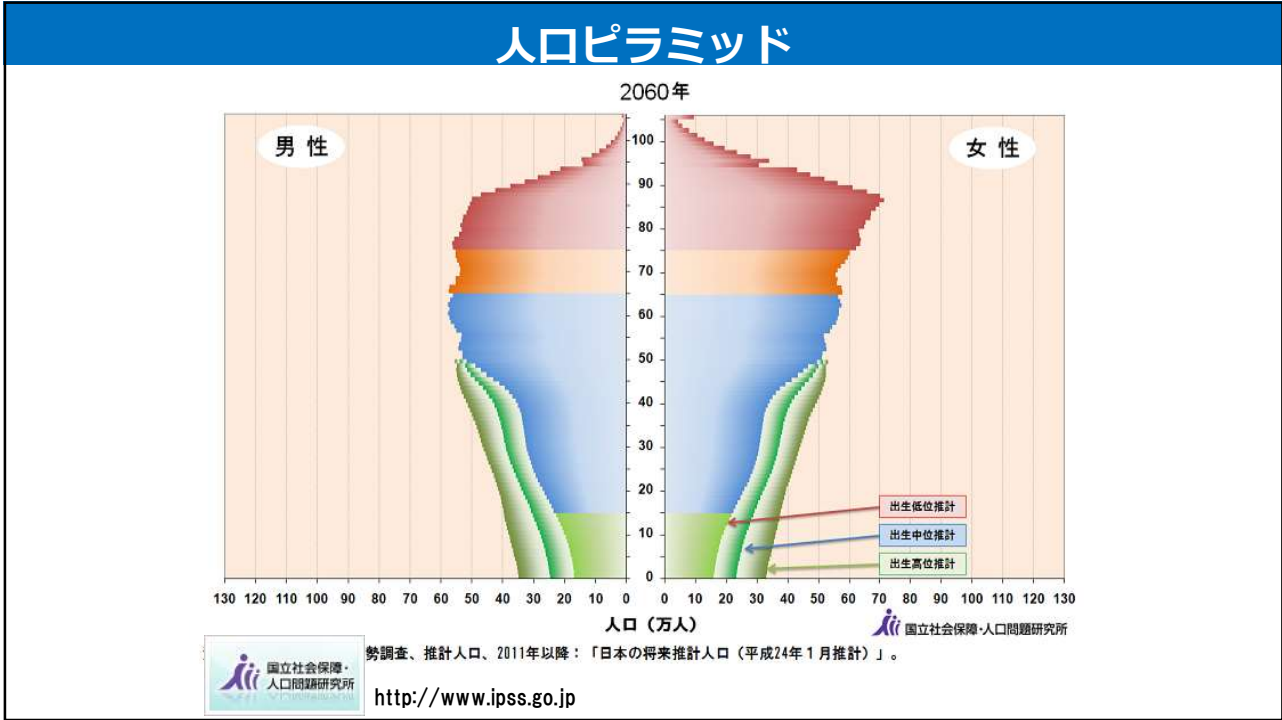
100歳以上高齢者の年次推移

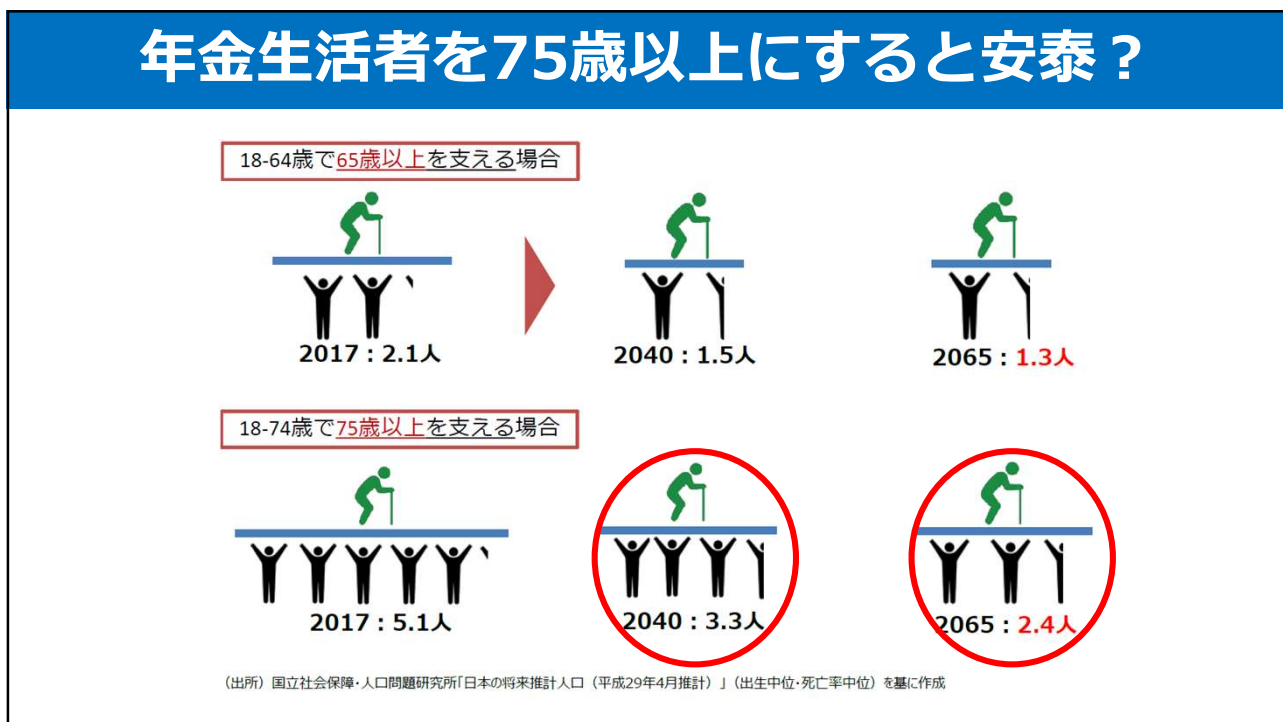
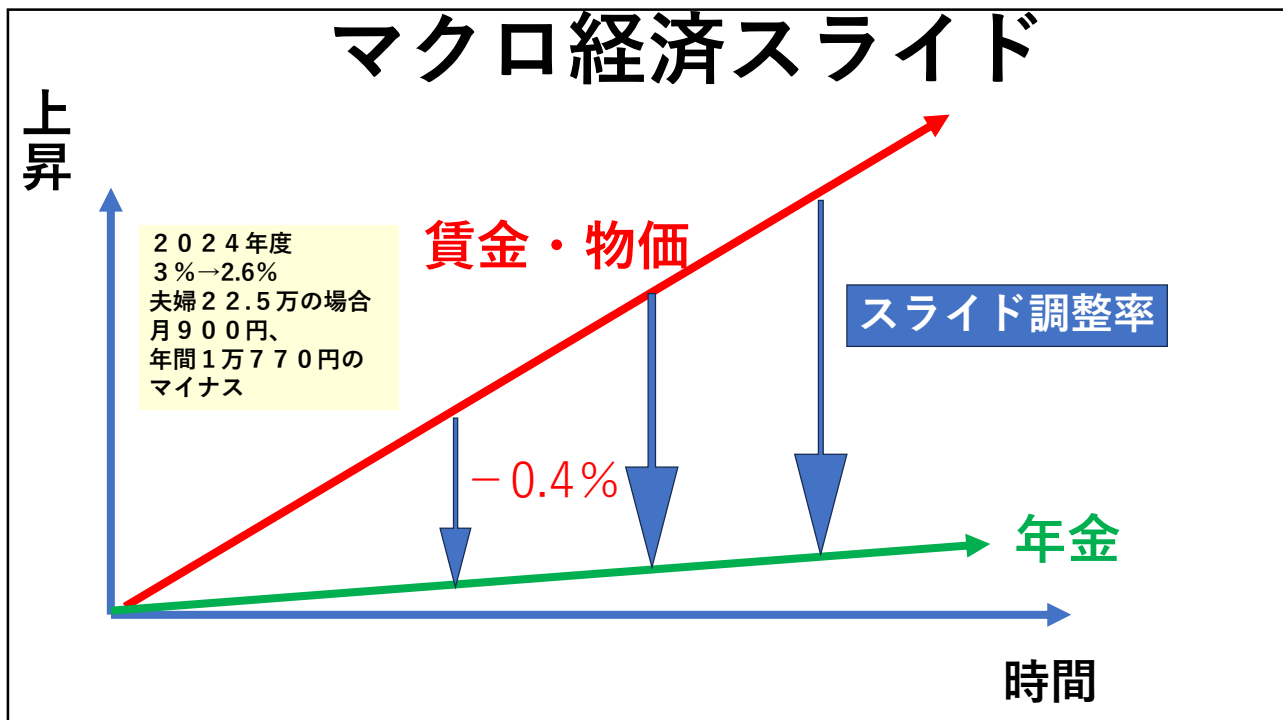


(出所) 厚生労働省「男女別百歳以上高齢者数の年次推移」「国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（平成29年4月推計）」

公的年金の仕組み







75歳まで長く働くことで、年金問題解消！

65歳以上が年金生活者

75歳以上が年金生活者



2040年

1.5人で1人

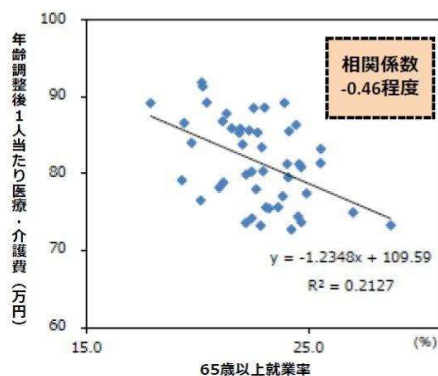


2040年

3.3人で1人

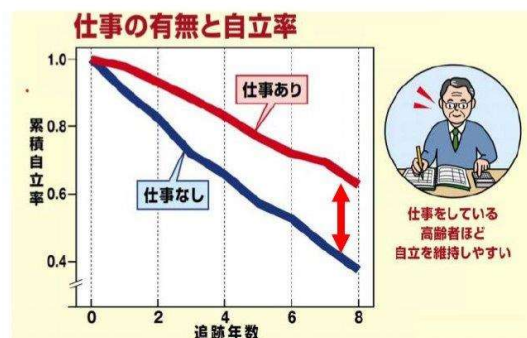
長く働くことは、健康と経済の両方を手に

65歳以上就業率が高い都道府県ほど、1人当たり医療・介護費は低い傾向



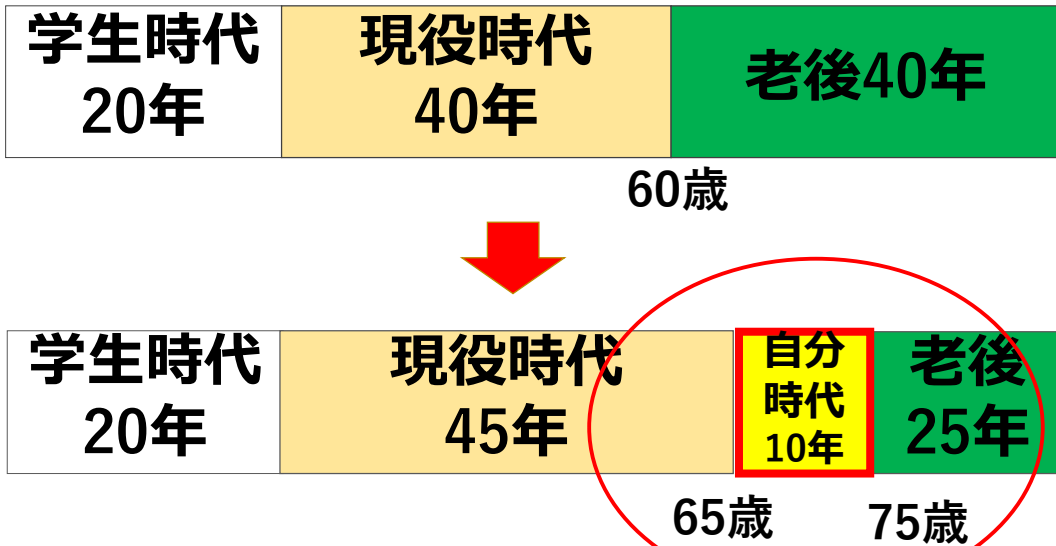
(出所) 平成30年5月21日経済財政諮問会議 加藤臨時委員提出資料

就労は、将来のADL障害リスクを減少

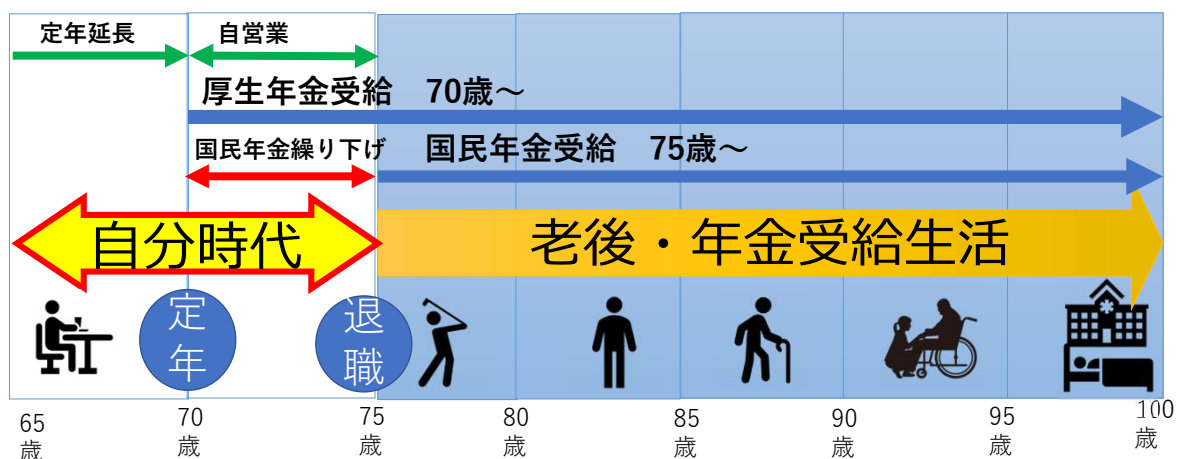


(出所) 第3回次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会 (平成24年1月) 資料1

自分時代（65～75歳）のライフプラン



完全リタイアまでのシミュレーション



リフォーム 500万円

医療費 300万円~500万円

葬儀費用 200万円

介護費用は??

新常識② 定年退職後、どうするか その時に考えるのではなく

50代のいまから、
「自分時代」のライフプランを考える

CONTENTS

CHAPTER 1

50代からの
テイクツ（定活）

CHAPTER 2

病気・介護
いくら必要？

CHAPTER 3

認知症対策
家族信託とは？

CHAPTER 4

50代からの
資産運用

CHAPTER 2

病気・介護いくら必要？

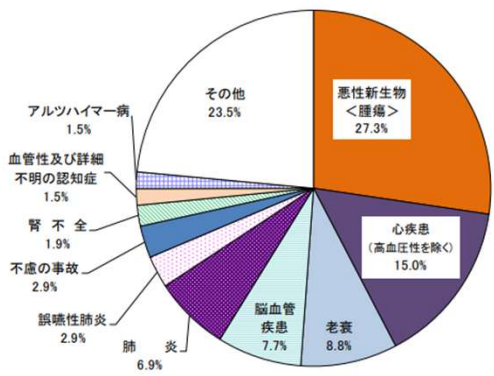
- 1 日本人のなりやすい病気は？
- 2 がんの経済的ダメージ
- 3 介護の話



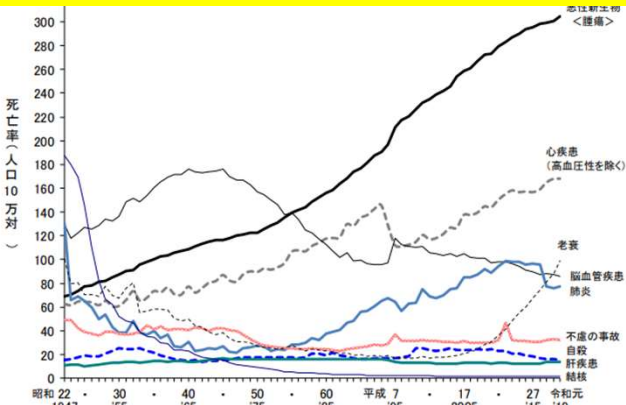
日本人のなりやすい病気は？

日本人のなりやすい病気は？

がん患者100万人/年 > 新生児87万2683人/年



厚生労働省の全国がん登録制度による集計 2016



厚生労働省令和元年(2019) 人口動態統計月報年計(概数) の概況より 2020年度 厚生労働省

男性と女性でがんになる場所が異なる！

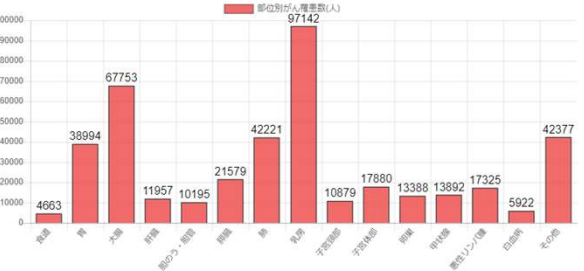
部位別がん罹患数 (2019年) 男性



【男性】

- 1位・・・前立腺がん
- 2位・・・大腸がん
- 3位・・・胃がん

部位別がん罹患数 (2019年) 女性



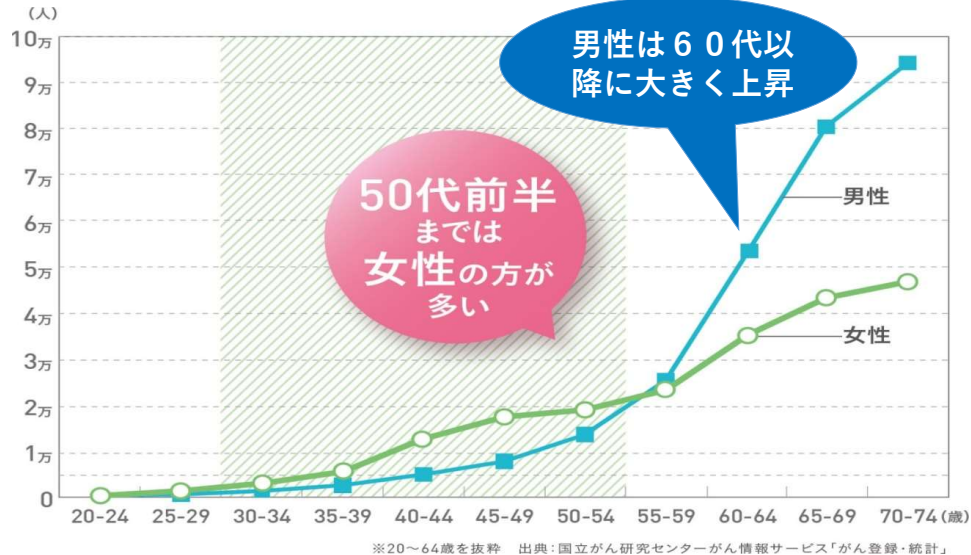
【女性性】

- 1位・・・乳がん
- 2位・・・大腸がん
- 3位・・・肺がん

公益財団法人日本対がん協会HPより

65歳定年・・・働きながら、がんにもかかる

[男女の年代別がん罹患数(2014年)]



がんの経済的ダメージ

【本日のお話】

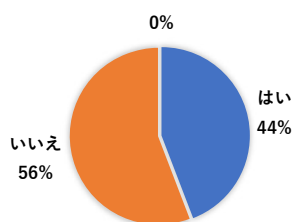
インフレ・円安・物価高
税金・社会保険増・労働人口減
年金の目減り・人生100年時代突入



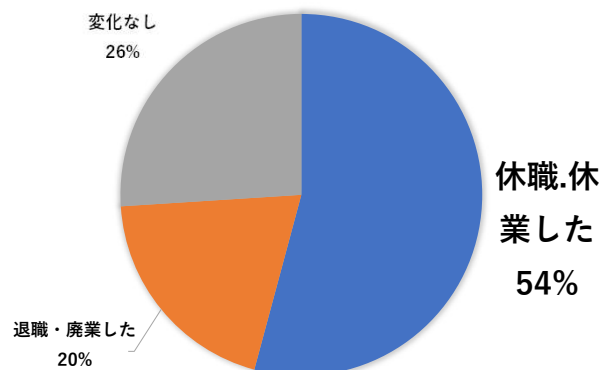
50代から考える！
人生設計・マネープラン（老後・介護・保険・運用）
についてお話いたします

がん治療で退職・休職7割

がん診断時に
仕事はしていた？



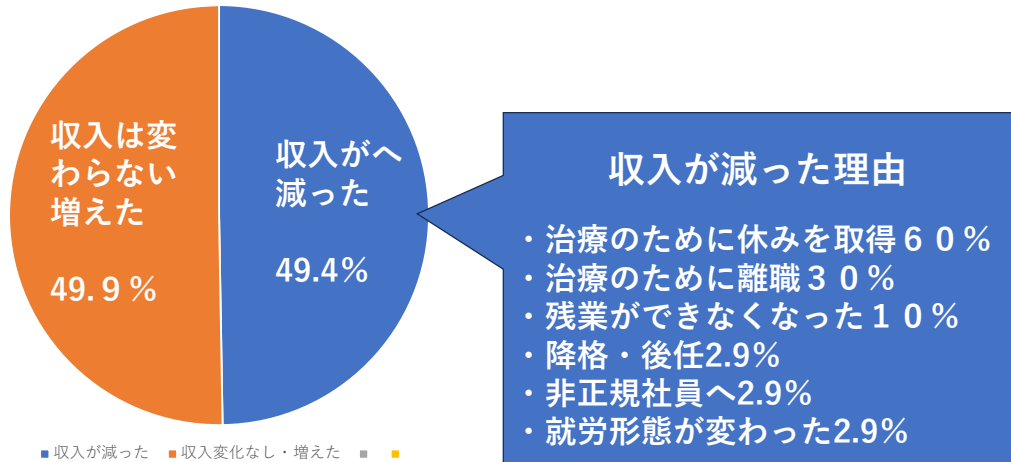
がん診断後の就労の状況



国立がん研究センター報告書より2020年10月

収入の変化（企業で就労していた場合）

がん罹患者の収入の変化



出典 東京都福祉保健局「東京都がん医療等にかかる実態調査結果（平成31年3月）」

がん治療に治療には予想外のお金が

がん・入院保険

預金??

公的医療保険
が適用される

治療費

+

個室料金
(差額ベット)

先進医療

自由診療

遺伝子検査

交通費
宿泊費

健康
食品

ウィッグ
(かつら)

家事代行

年収600万円~900万円・・・100万の治療→自己負担17万1820円 高額療養費制度

がん治療の遺伝子検査

- ・オンコプライム検査

(自分の遺伝子を調べ自分に合う薬を探す)

1 回88万円

- ・プレシジョン検査

(約 2 万遺伝子を対象に治療法の提案)

1 回100万円～120万円

新常識③

保険適用であれば、
がんはお金がかからない ×

収入の減少と
自由診療などの支出の増加を覚悟



介護のお金

人生100年時代、お金の誤算

1位・・・介護費用の負担が重い

2位・・・老後も支出が止まらない

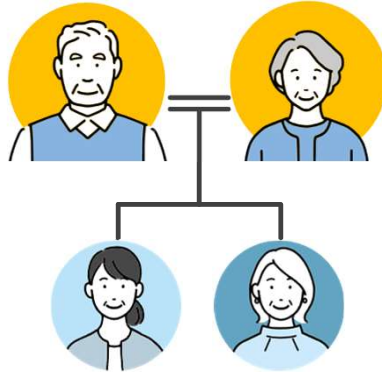
3位・・・住居費がかさむ

4位・・・住宅ローン問題

5位・・・預金が足りない

NIKKI プラス1 なんでもランキング
2021年7月3日（家計の専門家が選んだお金の誤算より）

夫78歳
妻74歳
別居の子2人



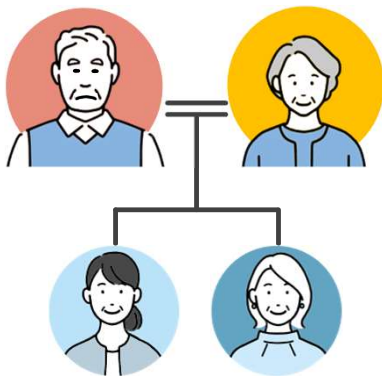
- ・持ち家あり
- ・年金22万円
- ・└ 夫15万円
- ・└ 妻7万円

【介護の状況】

夫：介護認定なし
妻：介護認定なし



収支が乱れるのが介護・認知症



【介護の状況】

夫：要介護1
(徘徊あり、認知症)

妻：介護認定なし

・特に問題となるのが…

認知症

認知症になり、徘徊をすると
自宅で生活が難しくなる…

介護度が
低いと

- ・グループホーム
 - ・介護付き老人ホーム
- という選択になる

集団生活が
できるかなど
がPOINTに

夫婦どちらかが施設介護になると

【毎月の生活】

夫15万 - 介護施設費用15万円 = 0 円
妻7万円

妻は7万円で
生活できますか？



年金だけで暮らせなければ
貯金を切り崩す or 子供からの仕送り…



認知症になると

後見人がつく可能性も…
夫名義のお金を
妻は自由にできません

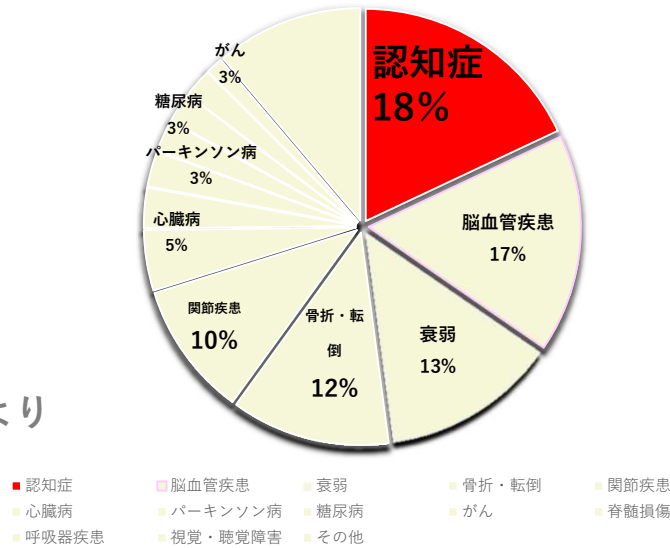
2025年問題

団塊の世代の人がすべて75歳以上となり、
65歳以上の6割を占める

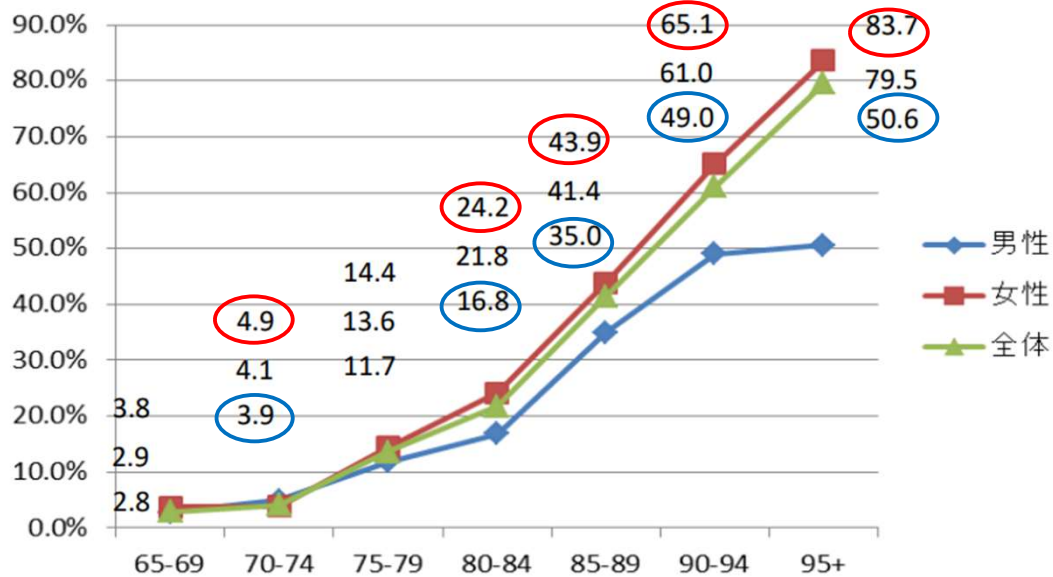
認知症が730万人、M C I（軽度認知障
害）630万人、併せて合計1400万人
**高齢者の3人に1人が認知症・軽度認知障
害を患うことになる。**

要介護の原因のトップは認知症

厚生労働省より



認知症は「長生き病」



総合研究所報告書 都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応「平成23年度～平成24年度」

介護にかかる費用（概算）



新常識④

介護費用1人500万円ではない

施設入居は約22万円/月
在宅介護は約4万円/月

子供は親の**年金**で入れる施設を探

CONTENTS

CHAPTER 1

50代からの
テイカツ（定活）

CHAPTER 2

病気・介護
いくら必要？

CHAPTER 3

認知症対策
家族信託とは？

CHAPTER 4

50代からの
資産運用

CHAPTER 3

認知症対策 家族信託とは？

1

成年後見制度と家族信託・介護保険など

認知症になると資産凍結・法律行為×



自宅売却



アパート大規模修繕・建て替え



金融商品の売買



会社の運営



定期預金の引き出し



子・孫への贈与

相続人が認知症になると遺産分割できない



成年後見制度

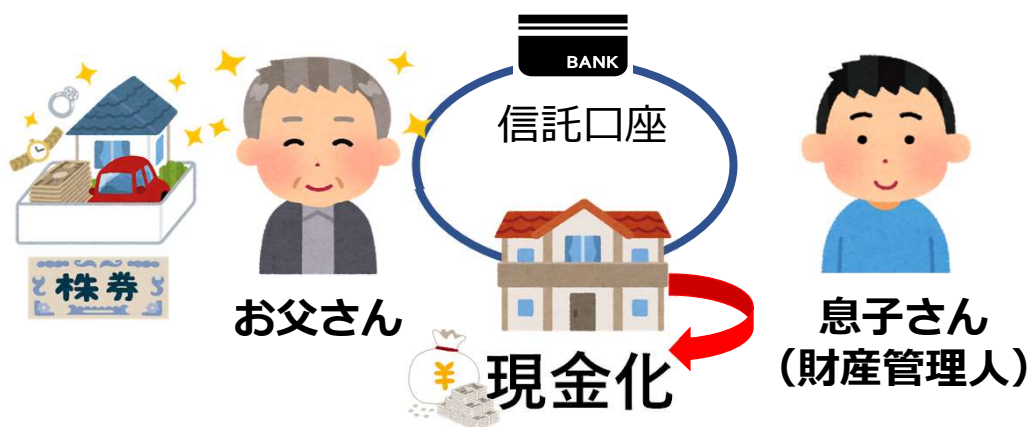


成年後見制度では、すべての財産が裁判所の監督下へ

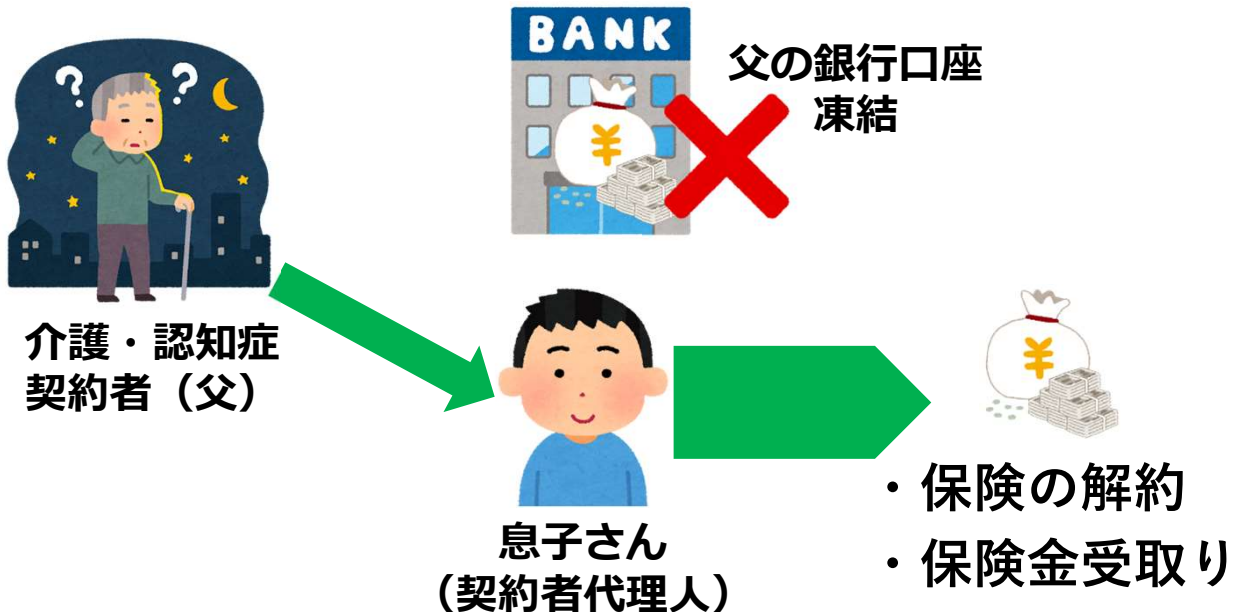


積極的な運用（株・投資）不可
利益を減らす財産処分は不可
自宅売却は裁判所の許可が必要

対策①…元気うちに家族信託



介護になったら…**介護保険**



遺産分割対策…**生命保険**

生命保険金は相続財産ではなく、受取人固有の財産

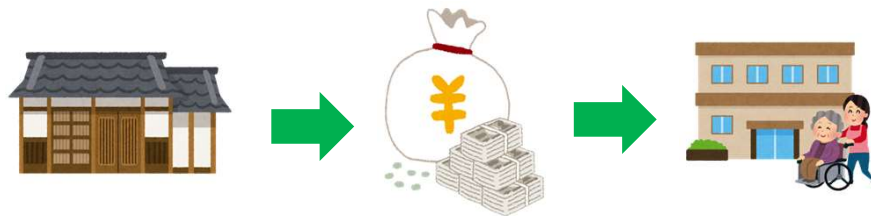
生命保険金は遺産分割の対象とならず、
原則、遺産分割協議書への記載は不要

遺言は書きたくない！
介護で世話になる娘
に他の兄弟より多く
お金を渡してやりたい



新常識⑤ 介護になったら家売って施設に入る ×

家売って介護施設へ入りたい方は
事前準備（家族信託・介護保険）



CONTENTS

CHAPTER 1

50代からの
テイカツ（定活）

CHAPTER 2

病気・介護
いくら必要？

CHAPTER 3

認知症対策
家族信託とは？

CHAPTER 4

50代からの
資産運用

CHAPTER 4

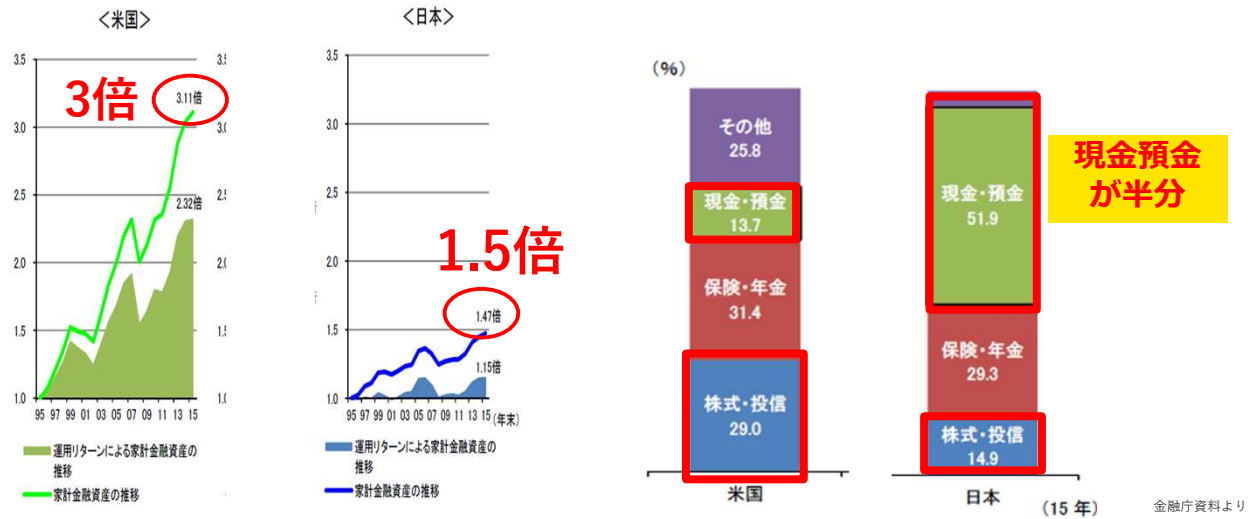
50代からの資産運用

- 1 インフレ・円安に負けない資産運用とは？
- 2 新NISA、iDeCo
- 3 50代夫婦、ライフプラン相談事例

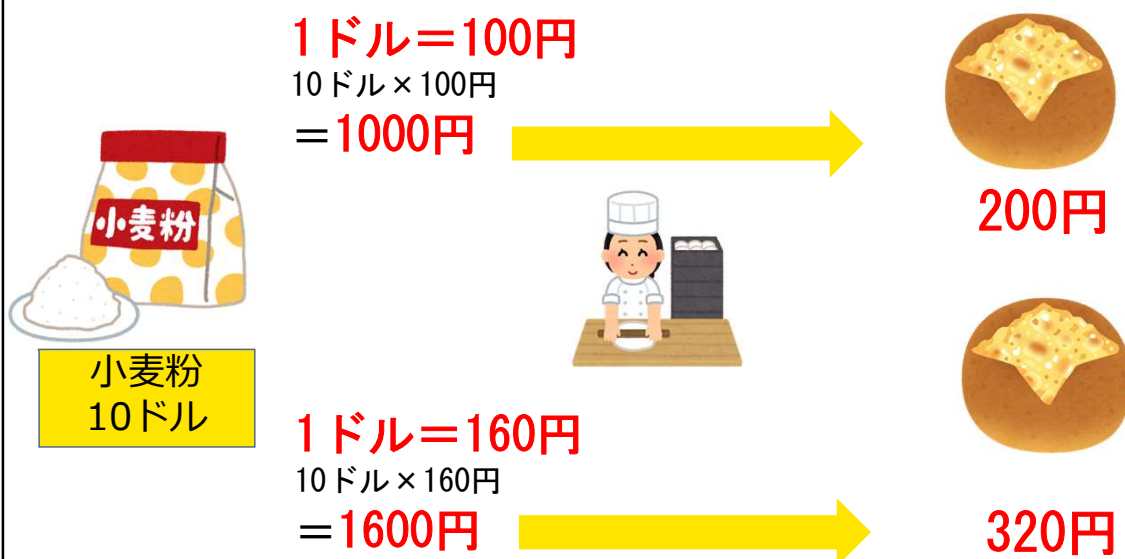
インフレ・円安
に負けない運用
何をすればいい？



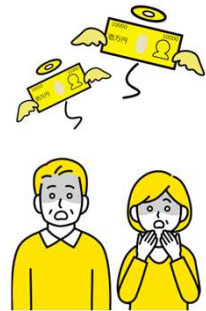
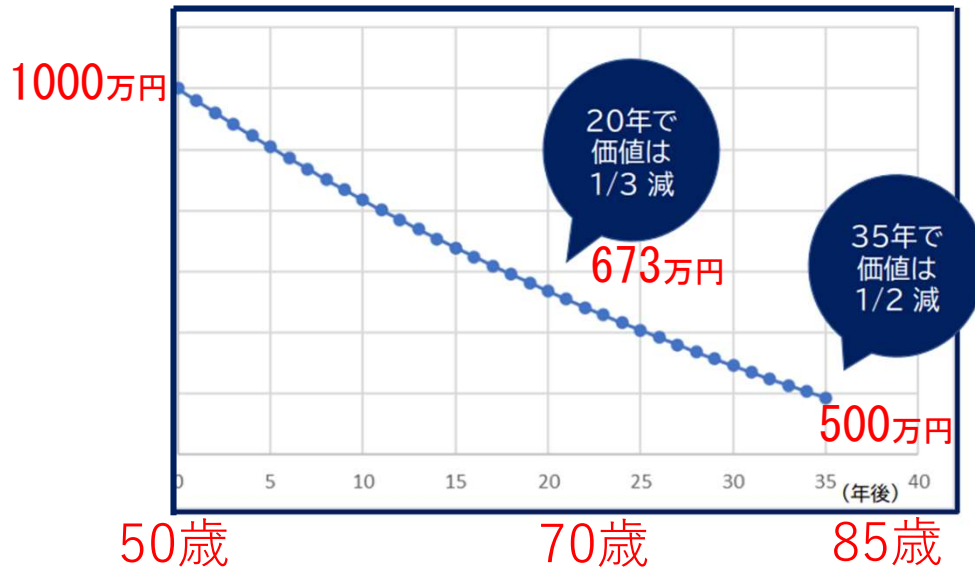
20年で米国は資産3倍、日本は1.5倍



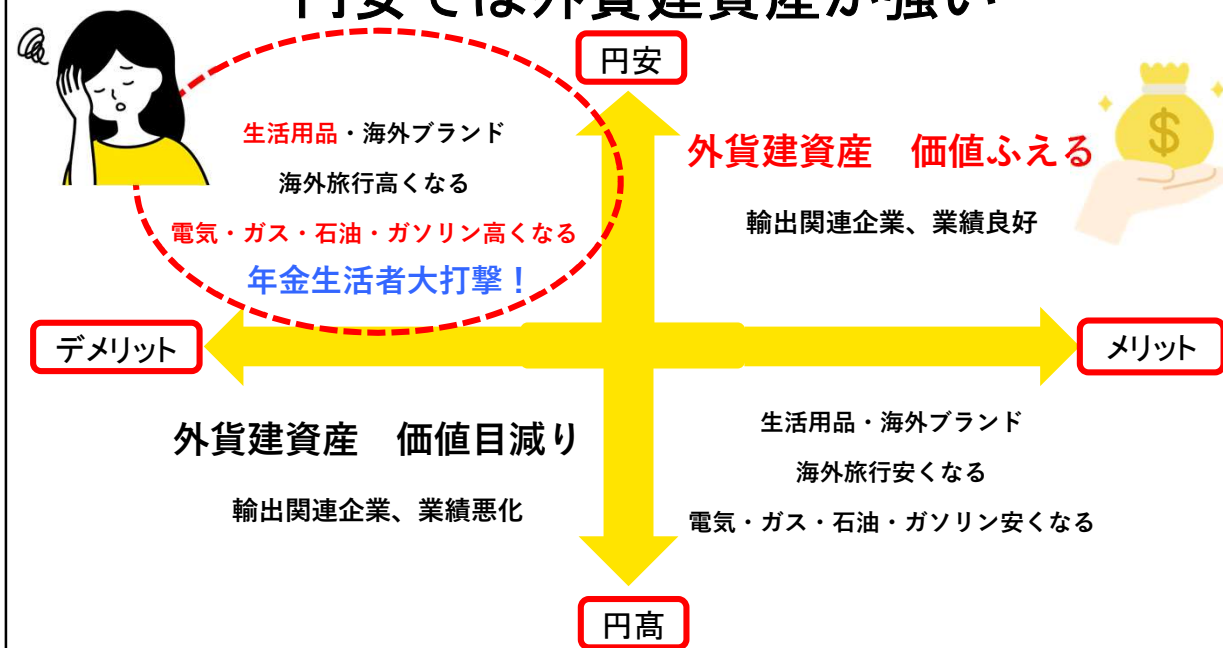
100円→160円になったら（円安・インフレ）



インフレが2%続くと円預金は目減り



円安では外貨建資産が強い





外貨建資産とは？

外国株式・外国債券・外国リート、外貨建預金・保険など
米ドル・ユーロなど外貨で価格が表示される資産



円安・インフレ対策は円資産よりも外貨建資産

株と債券の代表例

【株は成長する資産】

Amazon

1997年0.075ドル→2024年180ドル

27年で2400倍

100万円→24億

株 券

株式

【債券は元本保証】

米国債券

国がお金を借り、債券を発行し、利息を
払う。期日が来たら借りたお金を全額返還
4% (10年で)

100万円→ 140万円

債 券

債券

保険の代表例

※1ドル150円



保険

【保険は病気・介護・死亡等
貯金の減少に備えるもの】

ドル終身保険

万が一の場合10万ドル（1500万円）

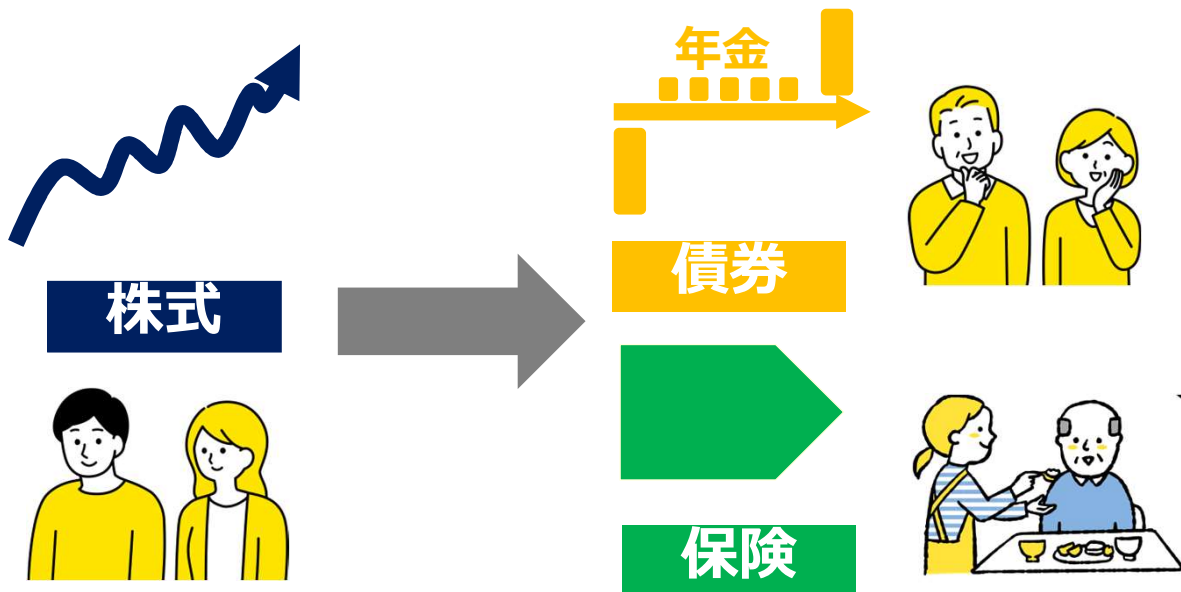
三大疾病保険

がん・心筋梗塞・脳卒中の場合5万ドル（750万円）

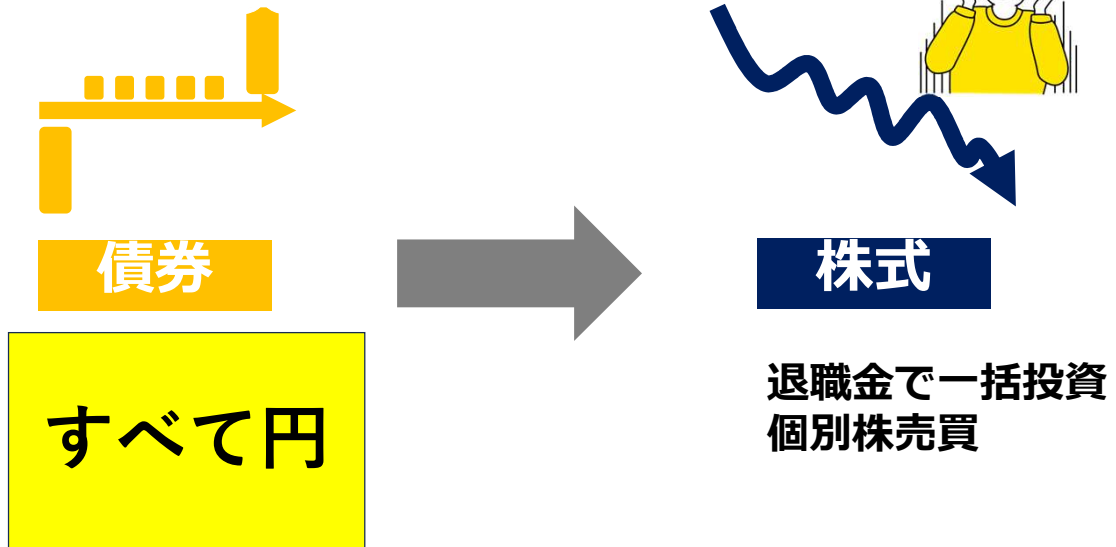
介護・障害保険

要介護2・障害手帳3級の場合5万ドル（750万円）

現役時代は株で攻め、退職後は債券・保険で守る



使う道具の順番はあってますか？



新常識⑥

円安・物価高・円預金リスク対策として

外貨建て資産（株式・債券・保険）

新NISAって、 どうなんですか？

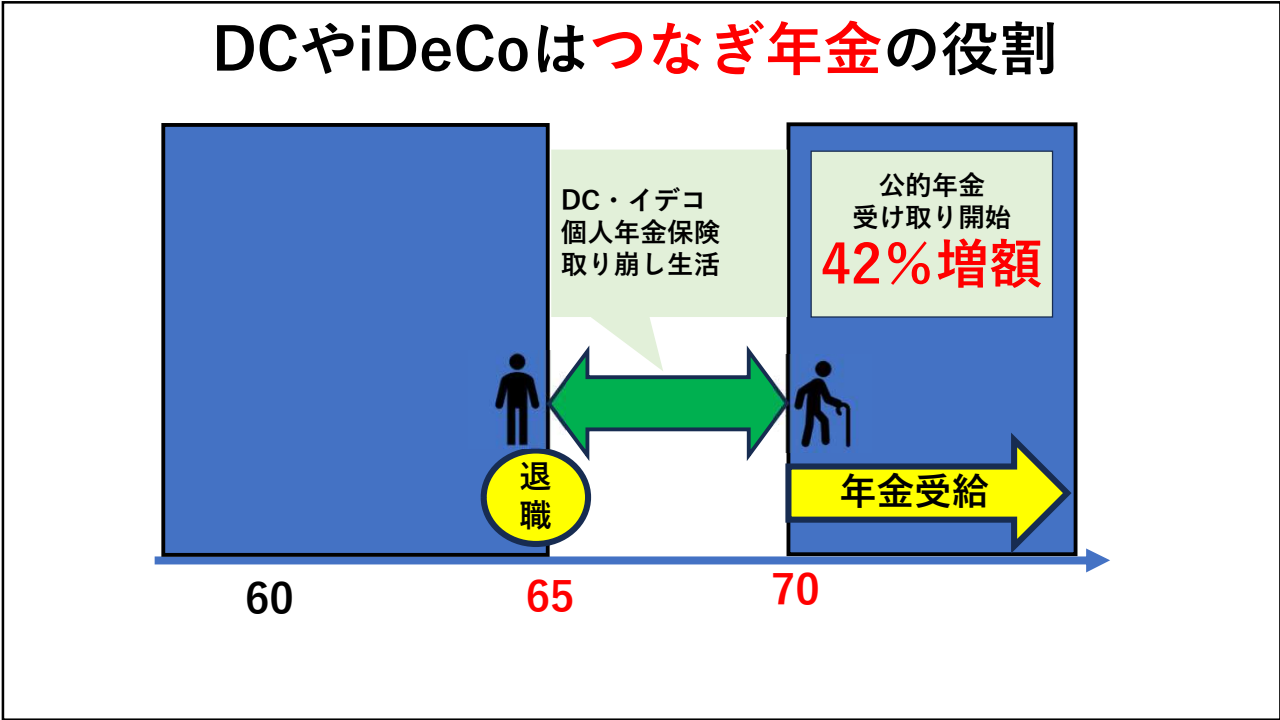


生涯投資枠「1800万円」の利益が非課税

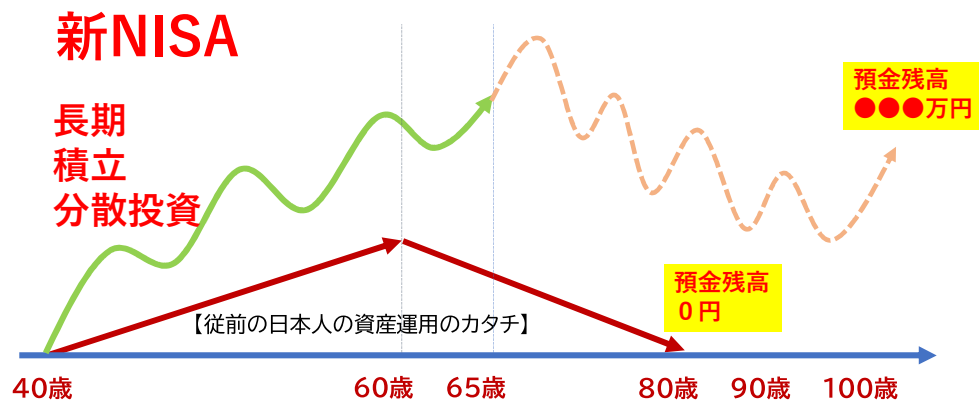
<2024年からのNISA>

	つみたて投資枠	併用可	成長投資枠
年間投資枠	120万円		240万円
非課税保有期間（注1）	無期限化		無期限化
非課税保有限度額（総枠）（注2）	1,800万円 ※簿価残高方式で管理（枠の再利用が可能）		
口座開設期間	恒久化		1,200万円（内数） 恒久化
投資対象商品	長期の積立・分散投資に適した一定の投資信託 〔 現行のつみたてNISA対象商品と同様 〕		上場株式・投資信託等（注3） 〔 ①整理・監理銘柄②信託期間20年未満、高レバレッジ型及び毎月分配型の投資信託等を除外 〕
対象年齢	18歳以上		18歳以上
現行制度との関係	2023年末までに現行の一般NISA及びつみたてNISA制度において投資した商品は、新しい制度の外枠で、現行制度における非課税措置を適用 ※現行制度から新しい制度へのロールオーバーは不可		

	iDeCo	NISA
利用年齢	20歳以上65歳未満	18歳以上
年間投資枠	14.4万円～81.6万円	360万円 積立120万円 成長240万円
税制の優遇は？	拠出時→掛金全額所得控除 運用時→運用益非課税 受取時→一時金（退職所得控除） →年金（雑所得・公的年金等控除）	運用益が非課税
いつでも引き出せる？	原則60歳まで引き出せない	引き出せる
死亡したときは？	原則、遺族 死亡退職金非課税枠より 500万円×法定相続人までは非課税	相続人の課税口座 へ移管



NISA・iDeCo・DCで預金残高0円をなくす



新常識⑦

資産運用はよくわからないから
やらない…のではなく、

新NISAなど資産形成に取り組む

貯蓄の成功事例 Cさん50代夫婦



銀行預金に預けているだけのお金、思案中
このままおいておいて価値が減るのが怖い
でも投資も怖い

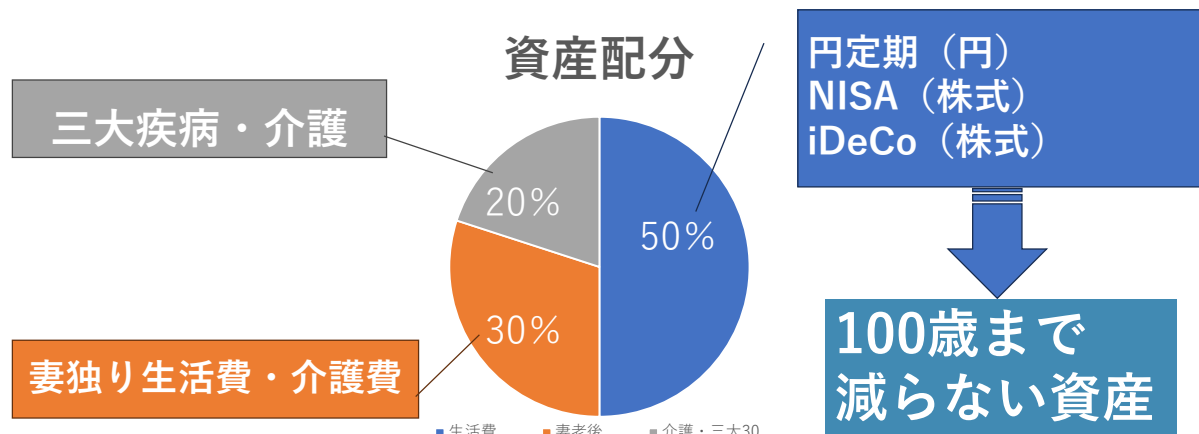


資産の棚卸⇒**65歳**の資産構成（ポートフォリオ）を作成

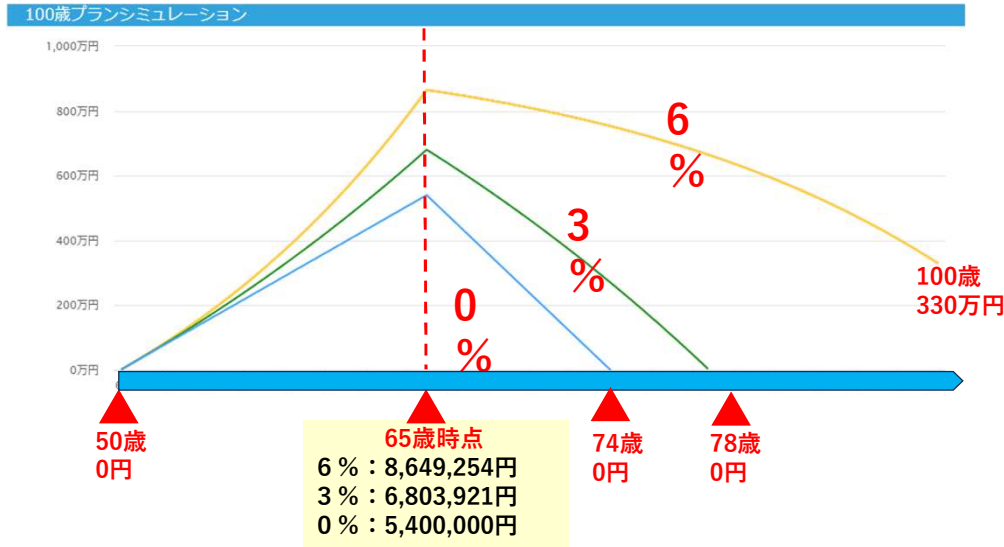
⇒保険の見直しから**積立NISA**（夫婦のゆとり資金）

⇒預金から**認知症・介護保険積立**（妻・介護費用）

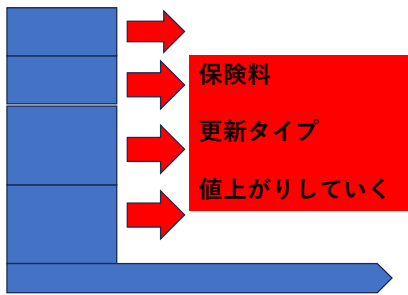
65歳の資産構成



50歳～65歳まで**3**万円/月積立⇒65歳から**毎月5万円**定期引き出し



保険の変遷



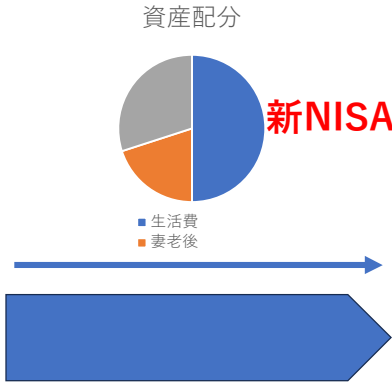
【1世代】

保険は掛け捨て
保険料値上がり



【2世代】

保険は円終身保険（貯蓄）
値上がりなし

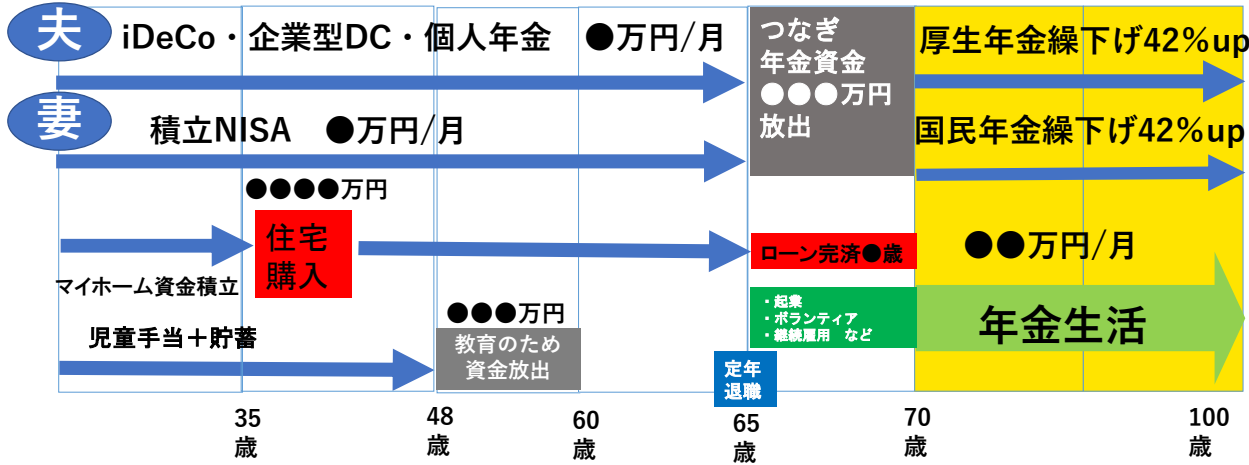


【3世代】

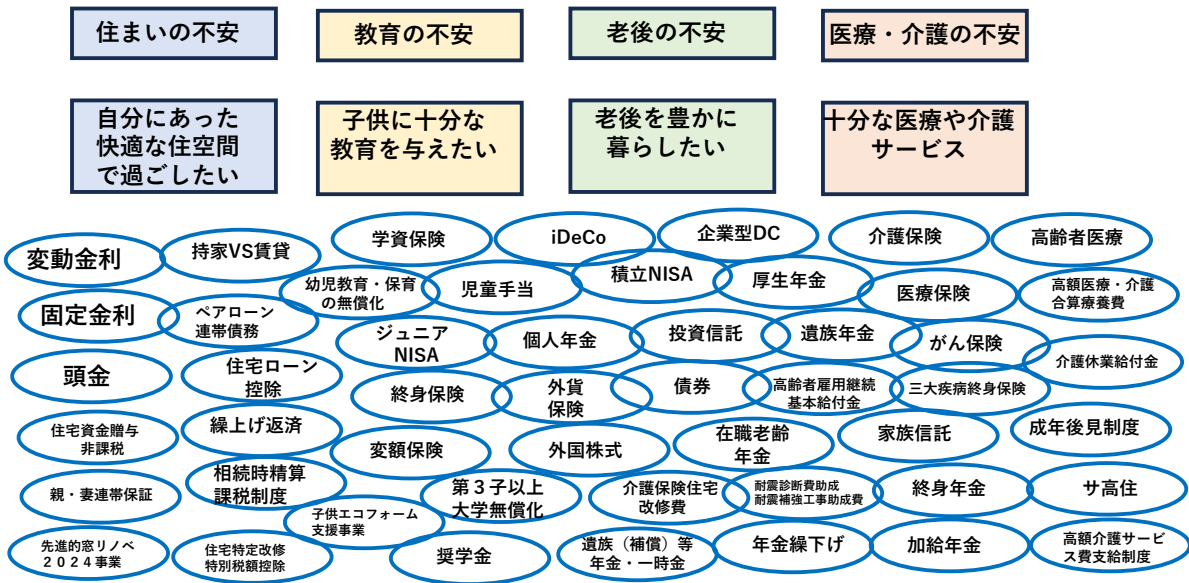
老後資金は（NISA）
保険は外貨（債券）

安心してより豊かに過ごすためには長期計画が必要

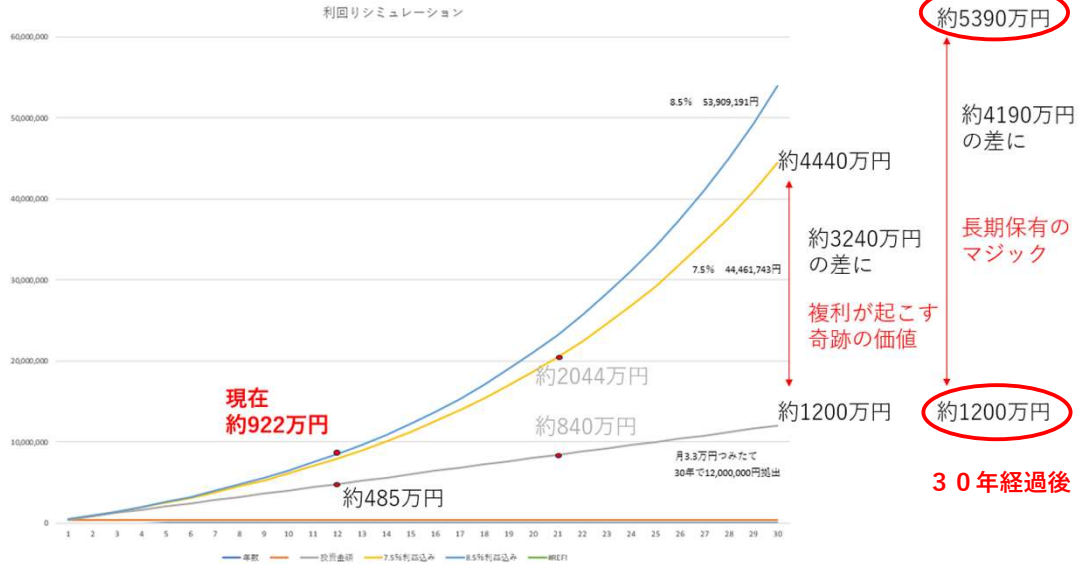
※あくまでも事例のひとつでマネープランは各々異なります



上手いくために、様々な制度や商品知識を駆使

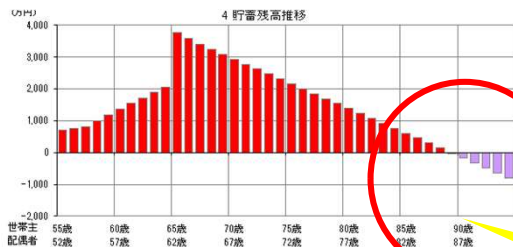


毎月3.3万円を12年 約485万円→現在**922**万円

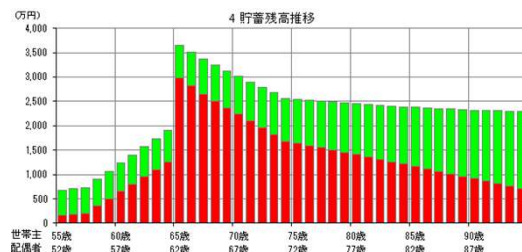


老後が心配！という方はライフプラン作成を！

見直し前



見直し後



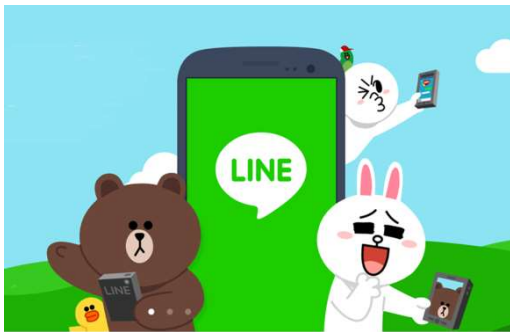
90歳で
資産枯渇

本日は、ありがとうございました！

あなたのライフプランゴール到達へ

一番安全に、一番早く、一番確実に、
そして、ストレスなく楽しめるよう

長年の経験と知恵と知識で、
その方に合ったファイナンシャルプランを
作成し、ガイドするのが私の仕事です！



LINE登録すると・・・
月2回 お金のマメ知識
動画配信しています！



山下FP公式LINE

エレクトロニックスとカタカナで9文字入力
本日のスライドを期間限定でご覧になれます！