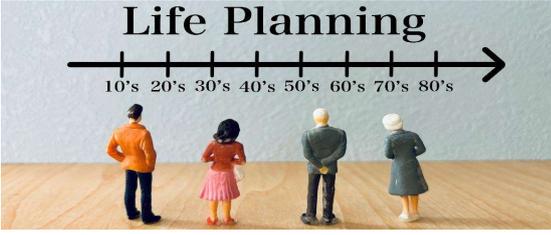


Life Planning



10's 20's 30's 40's 50's 60's 70's 80's

40代～対象

人生100年時代のお金の新常識

講師：ファイナンシャルプランナー 山下幸子

このようなお悩みありませんか？

漠然とした将来不安がある・・・



子供に迷惑をかけたくないが、介護にいくらぐらい必要？またその準備は？



iDeC・NISAやった今からでもやったほうがいいのでしょうか？





山下幸子

ファイナンシャル
プランナー
国際資格
CFP®

山下FP企画

検索

自己紹介 山下幸子 (やました ゆきこ)

略歴

2001年、独立系FP事務所「山下FP企画」設立 兵庫県 西宮在住
ファイナンシャルプランナーの国際資格 CFP®
IFA (独立系ファイナンシャルアドバイザー)

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・しゃべって・話がわか
りやすい」実務家ファイナンシャル・プランナー
書籍『公務員のためのお金の教科書』 翔泳社
共著『笑顔で相続をむかえた家族50の秘密』 日本法令
共著『家族を争族から守った遺言書30文例』 日本法令

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
教育費・マイホーム購入・親の相続・介護とお金

保有資格

ファイナンシャルプランナー CFP®
住宅ローンアドバイザー 宅地建物取引士
金融商品取引アドバイザー 生命保険認定士
二種証券外務員 DFP(ディエフピー)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®






趣味は神社めぐり、動物占い、大谷選手の押し活

大谷選手のファンです!

- マンダラチャート 認定講師
- ISD個性心理学 認定講師
- デュアルデザインコーチング® 脳科学者 西剛士先生 考案
- 【富とお金をマスターする講座】

普段は堅実家計 ※細かい計算嫌い デリケートなぞう

夢を叶えるマンダラチャート 大谷翔平 夢を実現

二刀流!

思考が整理され 明確に!

脳科学者が教える

やらいたいことの見つけ方

脳科学者が教える

目標を達成する驚異の9マス思考法 (40年前、松村幸雄氏が仏教の智慧「曼荼羅園」からヒントに開発)

テレビ・ラジオ・新聞・セミナー・活動約22年

資産運用 EXPO

Kiss FM KOBE

お金の小学校

セミナー参加者の風景 (企業・大学)

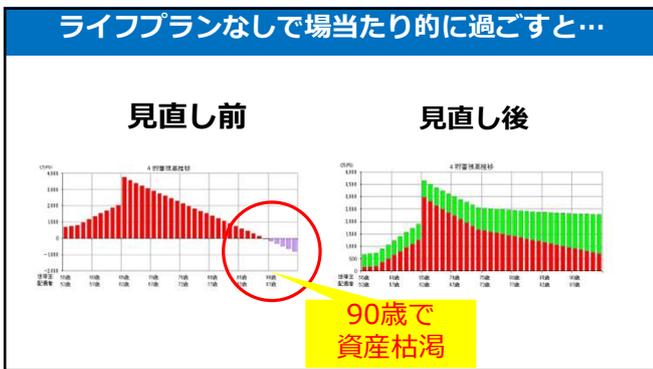
保険会社システムリンクメニュー

保険・証券・住宅ローン・DC・iDeCo ワンストップで取り扱う 総合金融代理店にも所属しています！

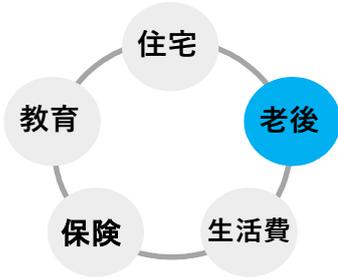
株) エフケイ 本店 名古屋

生命保険会社 40社
証券会社 3社

拠点は全国に多数!



マネープランの軸となるのが「人生の5大支出」



CONTENTS

CHAPTER1
人生100年時代
ライフプラン

CHAPTER2
病気・介護
いくら必要？

CHAPTER3
今から始める
資産運用

CONTENTS

CHAPTER1
人生100年時代
ライフプラン

CHAPTER2
病気・介護
いくら必要？

CHAPTER3
今から始める
資産運用

CHAPTER1

人生100年時代のライフプラン

- 1 人生100年時代の到来
- 3 自分時代のライフプラン

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

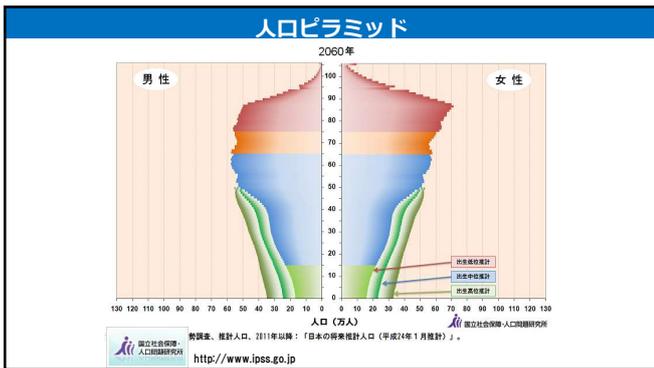
お葬式が多い年齢は？

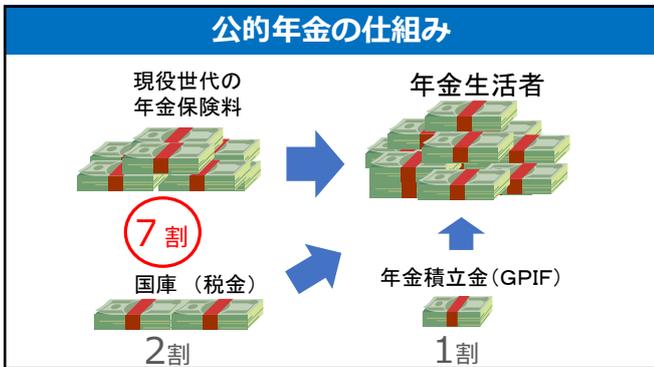


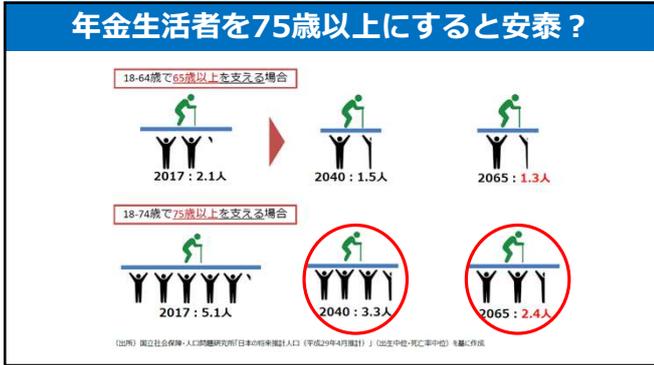
男性87歳

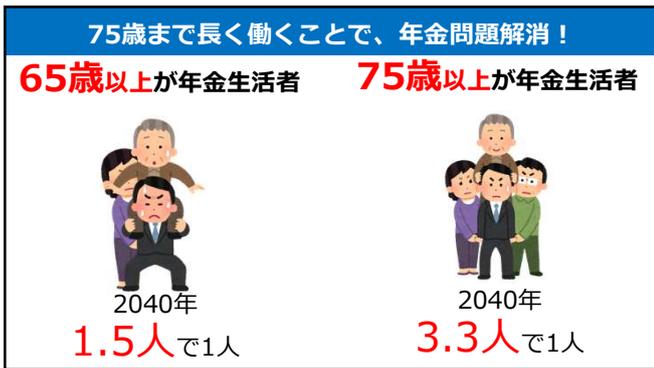
女性93歳

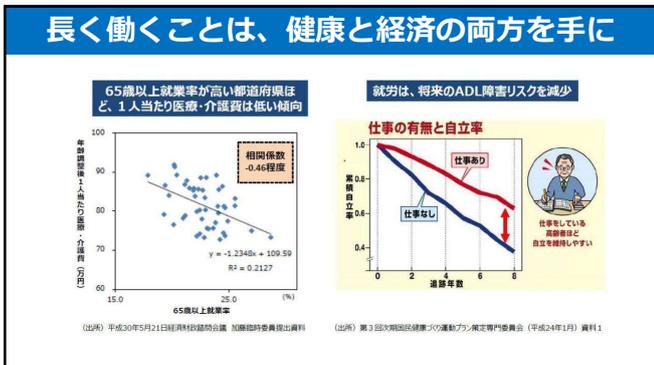












新常識①
人生100年時代の新常識

長く働くことで、「健康と経済の両方」
を手に入れることができ、結果、
自分を守ることになる

自分時代（65～75歳）のライフプラン



自分時代のライフプランの背景

2021年4月～

「70歳までの就業確保」の努力義務

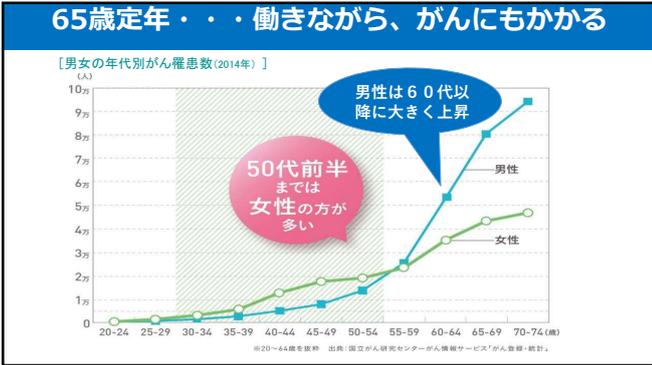
2022年4月～

公的年金 65歳→75歳まで繰り下げ可能

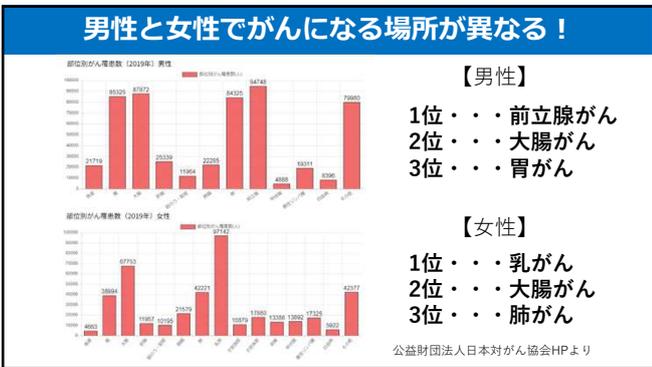
iDeCo 70歳→75歳までに受取開始

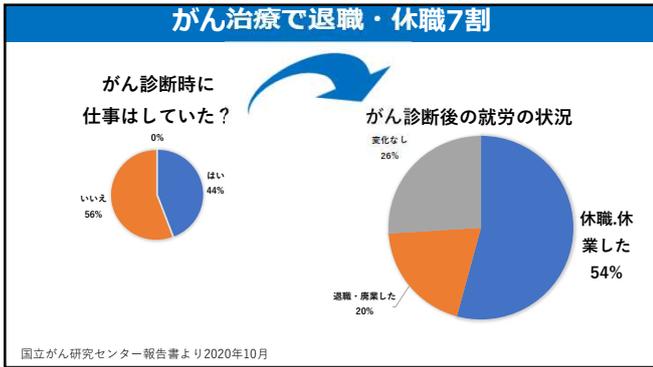
2024年10月～

厚生年金 50人超の会社のパート社員は厚生年金加入











高額療養費費用負担、所得区分5→13へ改正

高額療養費制度の仕組み (70歳未満)		27年8月以降の高額療養費制度 (70歳未満、月額、世帯単位)	
年収	自己負担の上限額 (月額、世帯単位)	年収	限度額 (カッコ内は引き上げ率%)
1160万円～	25.2万円 + (医療費 - 84.2万円) × 1%	1650万円～	約44.4万円 (76)
770万円～ 1160万円	16.7万円 + (医療費 - 55.8万円) × 1%	1410万円～1650万円	約36万円 (43)
370万円～ 770万円	8.0万円 + (医療費 - 26.7万円) × 1%	1160万円～1410万円	約29万円 (15)
～370万円	5.7万円	1040万円～1160万円	約25.2万円 (51)
住民税 非課税	3.5万円	950万円～1040万円	約22万円 (32)
		770万円～950万円	約18.8万円 (13)
		650万円～770万円	約13.8万円 (73)
		510万円～650万円	約11.3万円 (42)
		370万円～510万円	約8.8万円 (10)
		260万円～370万円	7万9200円 (38)
		200万円～260万円	6万9900円 (21)
		～200万円	6万600円 (5)
		住民税非課税	3万6300円 (3)

(注) 年収基準は概数。「医療費」は総額

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

2-4. 未承認薬・適応外薬
 海外とのドラッグラグによって自由診療となる
未承認薬・適応外薬

薬物療法で用いられる多くの薬剤は、アメリカやヨーロッパなどで先行して研究開発されています。海外で先に承認・使用されている薬剤が、日本でも使用できるようにするまでの期間差のことを「ドラッグラグ」といいます。ドラッグラグの状況に応じ「未承認薬」「適応外薬」による治療は自由診療となります。

未承認薬
 海外では承認されているものの、日本ではまだ承認されていない薬剤のことです。

適応外薬
 承認している日本でも承認していない副作用、用法や用量、用量などによって承認されている薬剤のことです。

薬剤名	分子種	承認年月	1ヶ月標準料
イボゾグリン	抗体医薬	2018年3月	約4,100万円
キヌゾグリン	抗体医薬	2018年3月	約2,500万円
シクリニド	抗体医薬	2018年3月	約3,000万円
シクリニド	抗体医薬	2018年3月	約3,000万円

新常識③ 人生100年時代の新常識

長く働く→働いている間にがんになるかも？

収入減↘と治療費増↑に備える

がんでなくても医療費負担増↑



介護保険とお金

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

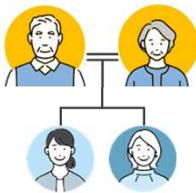
3位・・・住居費がかさむ

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



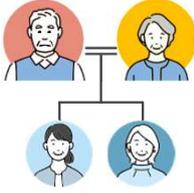
- ・持ち家あり
- ・年金22万円
- ・ 夫15万円
- ・ 妻7万円

【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？



介護・認知症になると

たちまち「生活資金が不足」
預金取り崩し生活が、始まります。

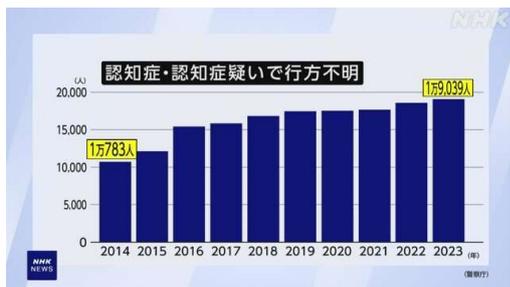
「介護・認知症資金」の備えは出来てますか？

2025年問題

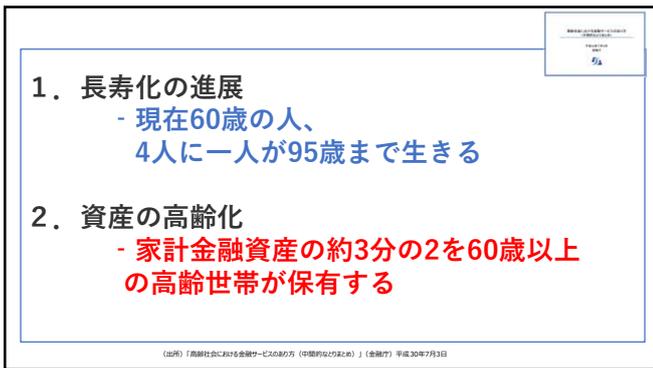
団塊の世代の人がすべて75歳以上となり、
65歳以上の6割を占める

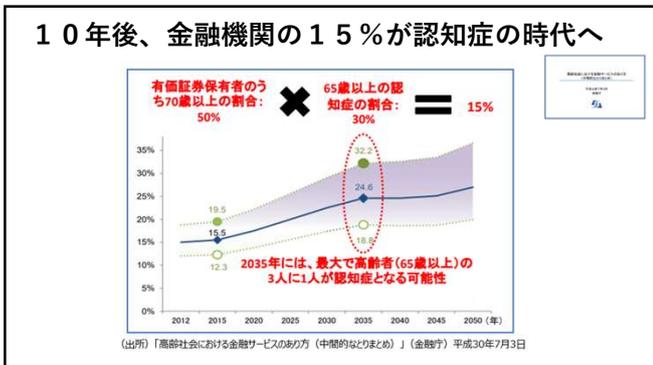
認知症が730万人、MCI（軽度認知障
害）630万人、併せて合計1400万人
**高齢者の3人に1人が認知症・軽度認知障
害を患うことになる。**

認知症で行方不明！過去最多！









今の体制で顧客を守れますか？



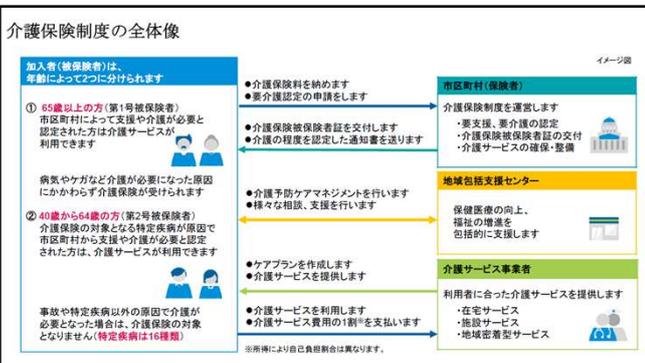
銀行

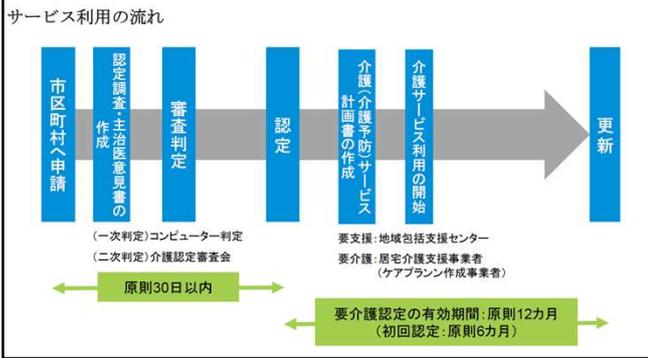
- ・ 3年に1回の転勤
- ・ 保険やNISAを扱うもゴール設定なし
- ・ アフターフォローはコールセンター
- ・ 認知症を一番先に発見する所

証券会社

- ・ 3年に1回の転勤
- ・ 短期売買（売買を繰り返さないと利益なし）
- ・ 認知症と分かれば資産凍結

公的保険の概要





要介護程度	身体の状態（例）
要介護1	生活の一部について部分的に介護を必要とする状態 ・食事や排泄などはほとんどひとりでできるが、日常生活に見守りや手助けが必要な場合がある ・立ち上がりや歩行などに不安定さがみられることが多い ・問題行動や理解の低下がみられることがある
要介護2	軽度の介護を必要とする状態 ・食事や排泄に何らかの介護を必要とするところがある ・立ち上がりや歩行での立位保持、歩行などに何らかの支えが必要 ・衣服の着脱はひとりでできる ・物忘れや直前の行動の理解の一部に低下がみられることがある
要介護3	中等度の介護を必要とする状態 ・食事や排泄に一部介護が必要 ・立ち上がりや歩行での立位保持などがひとりでできない ・入浴や衣服の着脱などに全面的な介護が必要 ・いくつかの問題行動や理解の低下がみられることがある
要介護4	重度の介護を必要とする状態 ・食事や排泄に一部介護が必要で、排泄、入浴、衣服の着脱には全面的な介護が必要 ・立ち上がりや歩行での立位保持がひとりでほとんどできない ・多くの問題行動や全般的な理解の低下がみられることがある
要介護5	最重度の介護を必要とする状態 ・食事や排泄がひとりでできないなど、日常生活を送行する能力は著しく低下している ・歩行や歩行での立位保持はほとんどできない ・要介護の介護がほとんどできない場合が多い

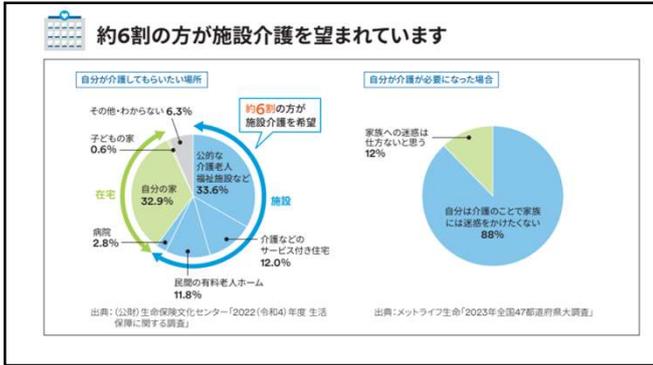
注：（公財）生命保業文化センター「介護保険ガイド」（2024年7月改訂版）をもとにメットライフ生命にて作成

介護サービスの支給限度額

要介護程度に応じて1か月当たりのサービスの支給限度額が設けられている。限度額を超えてサービスを利用した場合は、超えた分は金額自己負担となります。

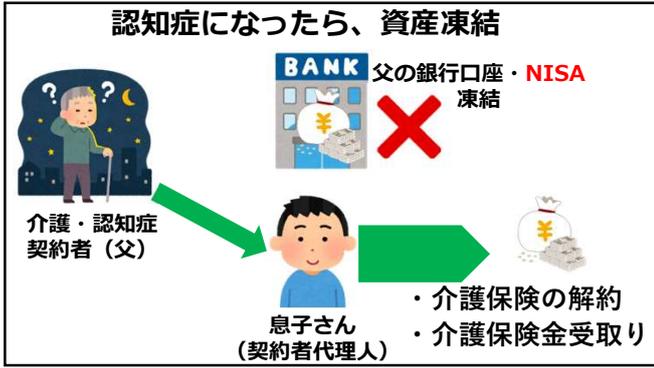
要介護程度	支給限度額	利用できるサービスの目安
要支援	1 50,320円	【週2～3回のサービス】 ・週1回の訪問型サービス（ホームヘルプサービス等） ・通所型サービス（デイサービス） ・月間の施設への短期入所
	2 105,310円	【週3～4回のサービス】 ・週2回の訪問型サービス ・通所型サービス ・月2回の施設への短期入所 ・福祉用具貸与（歩行補助杖）
要介護	1 167,650円	【1日1回程度のサービス】 ・週1回の訪問看護 ・週1回の訪問看護 ・週2回の通所系サービス ・2か月に1回程度の短期入所 ・福祉用具貸与（歩行補助杖）
	2 197,050円	【1日1～2回程度のサービス】 ・週2回の訪問看護 ・週2回の訪問看護 ・週3回の通所系サービス ・2か月に1回程度の短期入所 ・福祉用具貸与（認知症老人徘徊感知機器）
	3 270,480円	【1日2回程度のサービス】 ・週3回の訪問看護 ・週3回の訪問看護 ・週3回の通所系サービス ・毎日1回程度の施設型訪問介護 ・2か月に1回程度の短期入所 ・福祉用具貸与（車いす、特殊寝台）
	4 309,380円	【1日3～4回程度のサービス】 ・週4回の訪問看護 ・週4回の訪問看護 ・週1回の通所系サービス ・毎日1回、夜間対応型訪問介護 ・2か月に1回程度の短期入所 ・福祉用具貸与（車いす、特殊寝台）
	5 362,170円	【1日5～6回程度のサービス】 ・週5回の訪問看護 ・週5回の訪問看護 ・週1回の通所系サービス ・福祉用具貸与（特殊寝台等） ・毎日2回（早朝・夜間）の夜間対応型訪問介護 ・1か月に1回程度の短期入所

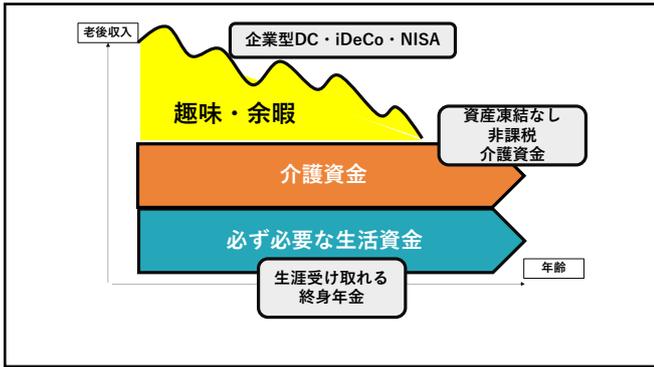
※支給限度額は経済的な地域の中で、大都市では介護サービスに対して利用料が高くなるため、支給限度額は上記よりも高くなります。

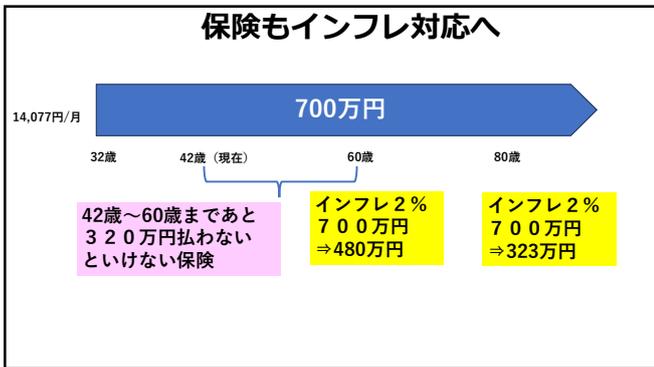












新常識④
人生100年時代のお金の新常識

施設入居は約26万円/月
在宅介護は約8万円/月
介護資金こそ、介護保険

CONTENTS

CHAPTER1
人生100年時代
ライフプラン

CHAPTER2
がんと介護
就労不能

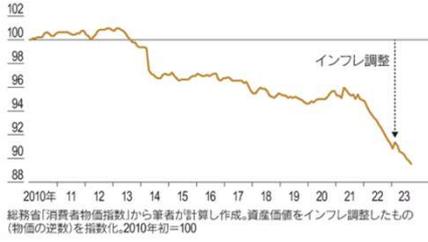
CHAPTER3
今から始める
資産運用

CHAPTER4
今からの資産運用

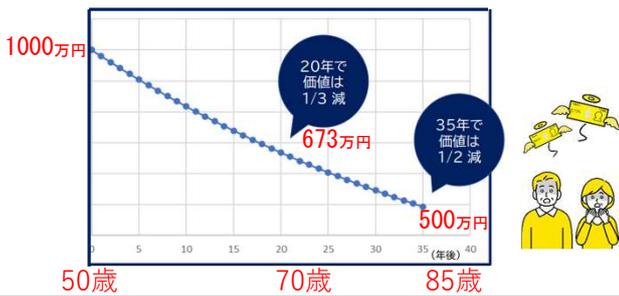
- 1 公的年金とインフレ
- 2 退職金
- 3 50代夫婦、ライフプラン相談事例

過去10年で1割減価していた円資産！

インフレで実質価値は目減りしている



インフレが2%続くと円預金は目減り



年金10万円⇒物価上昇で目減り

	経過年数	1%上昇 実質価値	2%上昇 実質価値
年金 10万円	10年後	9.1万円	8.2万円 2割減
	20年後	8.2万円	6.7万円 3割減
	30年後	7.4万円	5.5万円 4割減

新常識⑤
人生100年時代のお金の新常識

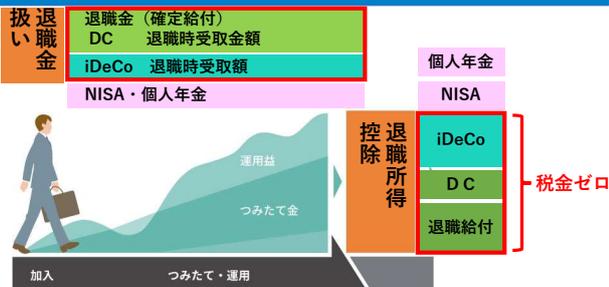
公的年金は、インフレに弱い
自分年金づくりが急務！

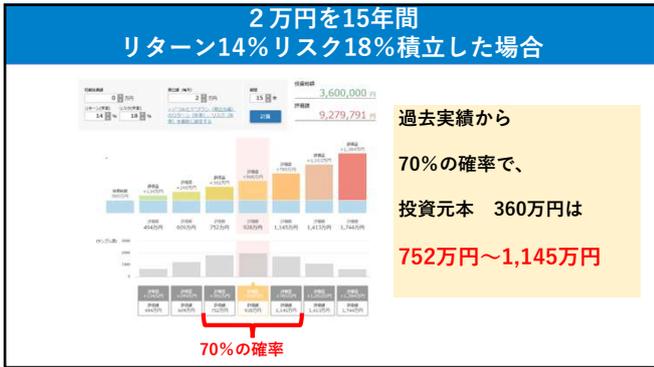
40歳です・・・今から

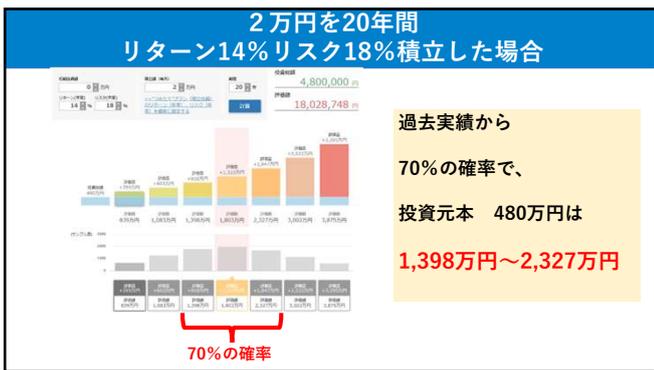
iDeCo、NISA、どちらをやるべき？

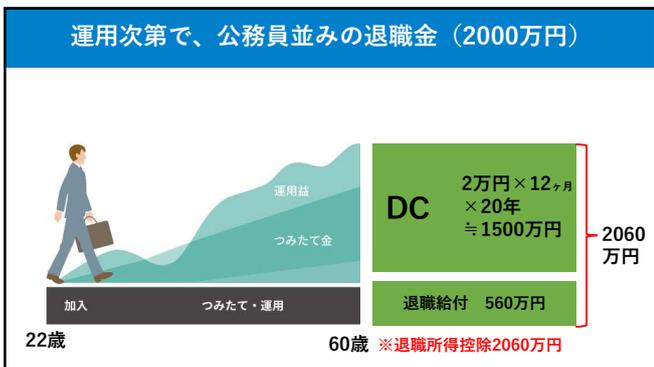


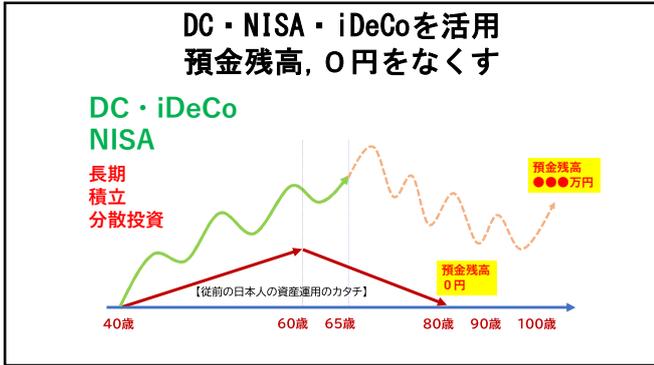
【退職金 + DC + iDeCo】 ⇒ 退職所得控除まで非課税













新常識⑥
人生100年時代のお金の新常識

退職所得控除までは非課税
DCやiDeCo・NISAで賢く資産形成

貯蓄の成功事例 Cさん50代夫婦

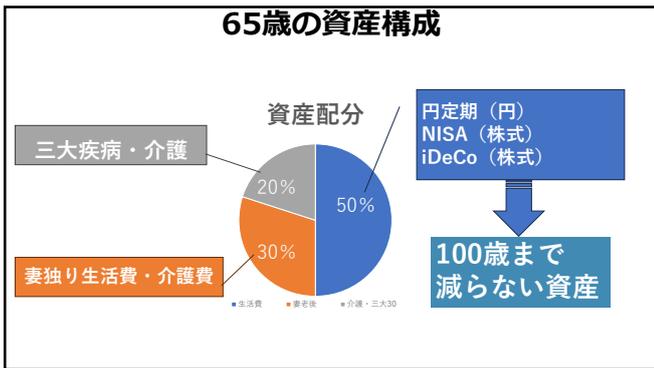


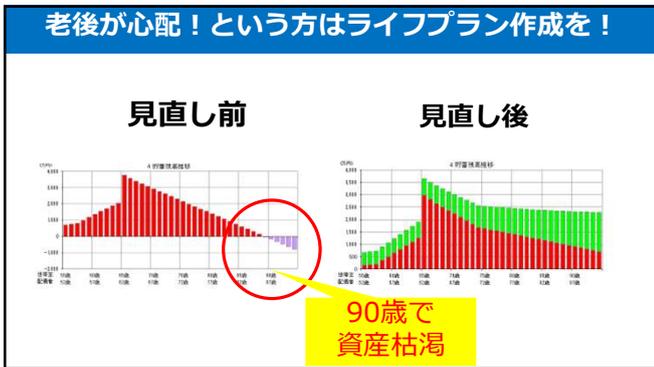
銀行預金に預けているだけのお金、思案中
このままおいておいて価値が減るのが怖い
でも投資も怖い

↓

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）





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！

資料必要な方はライン登録の上
秘密のキーワード **0111B**
とコメント入れてください。



山下FP公式LINE

オンライン参加の方対象

アンケート兼
無料個別相談申し込み
フォームです

後日、山下FPから
メールまたはお電話にて
ご連絡いたします



ご留意事項

本資料は信頼できると判断した情報源からの情報に基づいて作成したのですが、正確性及び完全性を保証するものではありません。万一、本資料に基づいてお客様が損害を被ったとしても当方は、一切責任を負うものではありません。

また本資料は著作権によって保護されており、無断で転用、複製、または販売を行うこと、SNSやホームページに紹介、記載することは固く禁じます。
