

老後の不安を安心に 知ることからはじめよう

サクシードプランニング

ファイナンシャルプランナー
相続診断士

加美 公聴



講師プロフィール

加美 公聴（かみ ただあき）

ファイナンシャルプランナー
相続診断士
財務コンサルタント

- サクシードプランニング 代表
- 総合金融仲介業 株式会社バリューエージェント 所属
- 個人のライフプランニングや法人のカンパニープランニングを得意とし、財務診断を元に売上UPに繋がるロトト会計や相続診断や住宅ローンの借り換えを提供することで個人や法人をサポート。
- 「社長の可処分所得をトコトン増やす60連発」、「未来を明るく照らすロトト会計」、「億越えの節税！円満相続」、「9割の社長が知らない決算期末対策」等のセミナー講師として一般法人や医療法人だけでなく各種士業、営業マン向けにも情報提供会なども行っている。
- 専門用語を極力使わずにわかりやすく長く続けられるノウハウを提供することをモットーに、昔ながらの常識や固定観念にとらわれず、顧客利益の最大化を全力で支援。



老後の不安 = 情報不足

<老後2000万問題>

国の金融のトップが老後に2000万円足りなくなると
発言し問題に。

本日は

ファイナンシャルプランナーとして

「お金の不安」の解消のお手伝い

老後問題といっても幅広いので本日は以下の点について考えてみましょう

- ① 介護
- ② 年金

介護でお金がかかると言えば

老人ホームの種類

民間 施設

- ・入居が柔軟
- ・サービスが充実
- ・費用は高め

公的 施設

- ・入居待ちが多い
- ・要介護度が高め
- ・費用は安い

要介護度とは？

要介護度	要介護認定の目安
要支援1	入浴や掃除など、日常生活の一部に見守りや手助けが必要。
要支援2	食事や排泄など、時々介助が必要。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。この状態のうち、介護予防サービスにより状態の維持や改善が見込まれる人は要支援2。
要介護1	
要介護2	食事や排泄に何らかの介助が必要。 立ち上がりや歩行などに何らかの支えが必要
要介護3	食事や排泄に一部介助が必要。入浴などに全面的な介助が必要。 片足での立位保持ができない。
要介護4	食事に一部介助が必要。排泄、入浴などに全面的な介助が必要。 両足での立位保持がほとんどできない。
要介護5	日常生活を遂行する能力は著しく低下し、日常生活全般に介護が必要。 意思の伝達がほとんどできない。

民間施設の種類

- 介護付き有料老人ホーム（介護付き）
- 住宅型有料老人ホーム
- サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）
- グループホーム

公的施設の種類

- ▶ ケアハウス
- ▶ 特別養護老人ホーム（特養）
- ▶ 介護老人保健施設（老健）
- ▶ 介護医療院（介護療養型医療施設）

民間施設の受け入れ範囲

種類	自立	要支援		要介護	
		1~2	1~2	3~5	3~5
民間施設 介護付き有料老人ホーム	△	△	○	◎	◎
住宅型有料老人ホーム	△	○	◎	◎	○
サービス付き 高齢者向け住宅	○	◎	◎	◎	○
グループホーム	×	△	○	○	○

受け入れ対象は広い

公的施設の受け入れ範囲

種類	自立	要支援		要介護	
		1~2	1~2	3~5	3~5
ケアハウス	○	○	△	△	
特別養護老人ホーム	×	×	×	◎	
介護老人保健施設	×	×	○	○	
介護医療院 (介護療養型医療施設)	×	×	△	○	

要介護度が高くないと入居待ちも

介護の国民病とは？

認知症 ⇒ グループホームが専門的に受付

	種類	認知症	認知症 重度
民間 施設	介護付き有料老人ホーム	◎	◎
	住宅型有料老人ホーム	○	△
	サービス付き高齢者向け住宅	○	△
	グループホーム	◎	◎
公的 施設	ケアハウス	△	×
	特別養護老人ホーム	◎	◎
	介護老人保健施設	○	○
	介護医療院 (介護療養型医療施設)	○	○

認知症の施設選びのポイント

個人

個室生活

- ・介護付き
- ・住宅型
- ・サ高住

集団

ユニット生活

- ・グループホーム
- ・特養

グループホームのユニット型とは

家事など自分でできることは分担することで
介護度の進行を防ぐ

認知症の方 5～9名のユニットで共同生活

施設のある市区町村に住民票があることが条件

施設選びとは

その方の

介護度、予算、タイミング、居住地

などによって様々な選択肢があり

事前に情報収集をしておく心安心

介護にかかる費用

介護の方法によって費用は様々

<介護の平均費用>

介護費用総額	787万円
初期費用	98万円
月額費用	13万円

<支出以外に収入に関する情報>

介護に伴い働き方が変化したと答えた人の**3割**が
介護離職をしたと回答

「介護期間」と「方法別費用」

＜介護の平均期間＞

約4年(48か月)

＜介護方法別費用＞

①入居施設利用 1164万円 × 48(か月) = 24万円/月

②同居介護(在宅) 665万円 × 43(か月) = 15万円/月

③別居介護(在宅) 415万円 × 37(か月) = 11万円/月

※初期費用もあるので単純な月額ではない

図4 介護付き有料老人ホーム

介護付き有料老人ホーム SOMP Oケアラヴィール 座間谷戸山公 (神奈川県座間市)

【まずはご相談ください】丹沢山系を望む絶好の眺望が自慢です。

費用	【入居時】0円～1,900万円 【月額】20.96万円～73.59万円	詳細を覗く
住所	神奈川県 座間市 入谷東 3-41-17	
事業者	SOMP O株式会社	
電話番号	0120-640-186 携帯電話・PHSも利用可能。 (受付時間 9:00～18:00) ※業会、求人、電話番号の案内は非表示です。 ※オンライン見学・相談のご案内 当施設は、ヒアリング室を利用したのオンライン見学・相談も承っております。 ※詳細はお電話にてお問い合わせください。	

検索結果 5件中 1～5件を表示 (検索条件を広げると +20件)

チェックした施設の [資料をまとめてもらう\(無料\)](#)

図5 介護付き有料老人ホーム

介護付き有料老人ホーム ベストライフ相武台 (神奈川県座間市)

【条件付き見学可 (2021/04/30時点)】

【定員35名の家族的で穏やかな日々を】

毎日行うスタッフによるレクリエーションに加え、ボランティアの受け入れや地域の催しへの参加など地域交流も積極的に行っています。(1) 利用しやすい価格設定 → お元氣な方も介護が必要な方も、介護度の低い方も高い方も、同じ月額利用料で生活していただけるよう設定しました。それは将来への安心... [続きを見る](#)

費用	【入居時】0円～180万円 【月額】14.77万円～16.87万円	詳細を覗く
住所	神奈川県 座間市 緑ヶ丘 4-7-3	
交通	相武台駅駅徒歩8分	
スタッフ体制	入居者3人：スタッフ1人以上	
開設年月日	2003年4月1日	
事業者	株式会社ベストライフ相武台	
電話番号	0120-390-764 携帯電話・PHSも利用可能。 (受付時間 9:00～18:00) ※業会、求人、電話番号の案内は非表示です。	

2020/01/08 更新

図6 サービス付き高齢者向け住宅

サービス付き高齢者向け住宅 ゆらペットシニア (神奈川県座間市)

【条件付き見学可 (2020/06/07時点)】

女性専用! ペットと一緒に暮らせる、自由で安心・快適なシニア住宅です。

全室ペット飼育可能です。オーナー自身がペット好きで、介護福祉士、遊玩動物飼養管理士、ペットシッター士の有資格者です。建物内にはミニドッグランや小さな畑があり、ご入居者様と一緒に野菜作りをしています。1Fラウンジでは、カラオケやゲームなどのレクリエーションや、お出掛け・イベントも行な... [続きを見る](#)

費用	【入居時】12.71万円～19.53万円 【月額】6.3万円～8.5万円	詳細を覗く
住所	神奈川県 座間市 座間 1丁目3059-1	
交通	相武台駅、相武台下駅徒歩15分	
開設年月日	2015年6月1日	
事業者	株式会社/ビー	
電話番号	0037-630-91205 携帯電話からも可。実電話・FAX電話は不可。 ご見学の際は事前に当施設にお電話の上予約ください。 決定ご希望の方は当施設までご連絡いたします。	

2021/05/09 更新

図7 グループホーム

グループホーム 花物議さま (神奈川県座間市)

お気軽に相談ください。

※掲載情報は2019年10月時点での情報です。現状とは異なる場合がございますので、最新の情報についてはお電話等でお問い合わせください。 [続きを見る](#)

費用	【入居時】21万円 【月額】13.5万円	詳細を覗く
住所	神奈川県 座間市 善東原 4-30-40	
交通	相模鉄道「かしわ台駅」 東口より徒歩3分	
開設年月日	2017年3月1日	
事業者	株式会社日本メニエティライフ協会	
電話番号	0037-630-99720 携帯電話からも可。実電話・FAX電話は不可。 お電話は「入居相談室」につながります。 ・業務時間外、緊急時や老人ホーム紹介センター への相談 11:00～11:00 ※要支援2以上で座間市に住民票のある方が入居対象の施設です	

2019/11/14 更新

施設選びの注意点

施設はどうやって選ぶ？

HP、資料請求、チラシ、パンフレット、口コミ、紹介

有料老人ホームは**営利企業**である**株式会社**も多く
利用者間との契約トラブルも少なくない

老人ホームの現状

近年では少子高齢化に伴い、老人ホームの需要の多さから有料老人ホームの急増



競争も激化

利益のために「誇大広告」や「虚偽広告」も...

公正取引委員会 → 表示関連規定が示された

広告の表示関連規定とは

1. 土地又は建物についての表示
2. 施設又は設備についての表示
3. 居室の利用についての表示
4. 医療機関との協力関係についての表示
5. 介護サービスについての表示
6. 介護職員等の数についての表示
7. 管理費等についての表示

以上の項目に関してはトラブルになりやすいので
注意して検討したい

介護の費用は分かったけど
その費用はどこから来るの？

介護保険で1割負担とはいえ...

子や孫が費用を出してくれるのでしょうか？

それぞれの家庭に生活があり、10万円単位の費用を期待することなどできません。

「本人」もしくは「夫婦」で解決するしかありません。

ライフプランの重要性

ライフプランニングとは

＜人生の3大資金＞

住宅 教育 老後

について、お金の収支計画を立てること

老後の資金計画

生活費
支出

介護、認知症
支出

大きな病気
支出

住宅の修繕
支出

子や孫への金銭的支援
支出

多くの支出があるけれど
自分で何とかしなくては...

貴重な収入源

何歳まで働けるかわからない中で大切な収入源



年金



預金

ライフプランニングで老後の生活資金の総額を想定 **支出**



もらえるであろう「年金」や「退職金」を想定 **収入**

足りる？



足りない？

年金の想定

年金定期便で確認可能
通常 1年間1回 はがきで届く

35歳、45歳、59歳の節目の年には封書で詳細の
定期便が届く

今回は年金計算を詳しく行う時間がないため
概要だけご説明します。

50歳未満の方の年金定期便



料金を納
郵便

親展

○

○

○

○

○

大切なお知らせ

ねんきん定期便です

差出人


日本年金機構
 Japan Pension Service

〒168-8505 東京都杉並区高井戸西三丁目5番24号

ご案内は内側にあります。
 失印の方へゆっくりはがしてご置ください。
 (水に濡れている場合は、よく乾かしてからおはがしください。)

照会番号	公務員共済の加入者番号	私学共済の加入者番号

※お間違い合わせの際は、照会番号をお知らせください。

1. これまでの年金加入期間 (老齢年金の受け取りには、原則として300月以上の受給資格期間が必要です。
なお、平成29年8月以降については、原則として120月以上の受給資格期間が必要です。)

国民年金 (a)				船員保険 (c)	年金加入期間 合計 (未納月数を除く) (a + b + c)	合算対象期間 (うち特定) (d)	受給資格期間 (a + b + c + d)
第1号被保険者 (未納月数を除く)	第3号被保険者	国民年金 計 (未納月数を除く)	月				
月	月	月	月	月			月
厚生年金保険 (b)				厚生年金保険 計	月	(月)	月
一般厚生年金	公務員厚生年金 (国家公務員・地方公務員)	私学共済厚生年金 (私立学校の教職員)	月				
月	月	月	月	月			月

2. これまでの加入実績に応じた年金額と
【参考】これまでの保険料納付額 (累計額)

加入実績に応じた年金額 (年額)	保険料納付額 (累計額)										
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="width: 50%;">(1) 国民年金</th> <th style="width: 50%;">老齢基礎年金</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">円</td> </tr> </table>	(1) 国民年金	老齢基礎年金	3	円	5						
(1) 国民年金	老齢基礎年金										
3	円										
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="width: 50%;">(2) 厚生年金保険</th> <th style="width: 50%;">老齢厚生年金</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">円</td> </tr> <tr> <td>一般厚生年金被保険者期間</td> <td style="text-align: center;">円</td> </tr> <tr> <td>公務員厚生年金被保険者期間 (国家公務員・地方公務員)</td> <td style="text-align: center;">円</td> </tr> <tr> <td>私学共済厚生年金被保険者期間 (私立学校の教職員)</td> <td style="text-align: center;">円</td> </tr> </table>	(2) 厚生年金保険	老齢厚生年金	4	円	一般厚生年金被保険者期間	円	公務員厚生年金被保険者期間 (国家公務員・地方公務員)	円	私学共済厚生年金被保険者期間 (私立学校の教職員)	円	6
(2) 厚生年金保険	老齢厚生年金										
4	円										
一般厚生年金被保険者期間	円										
公務員厚生年金被保険者期間 (国家公務員・地方公務員)	円										
私学共済厚生年金被保険者期間 (私立学校の教職員)	円										
(1) と (2) の合計	円										

この「ねんきん定期便」の表示内容については、[ねんきん定期便 見方](#) 「通知書の見方を調べる/日本年金機構」をご覧ください。

50歳以上の方の年金定期便

料金を納
郵便

親展

大切なお知らせ

ねんきん定期便です

発行人
日本年金機構
Japan Pension Service

〒168-8505 東京都杉並区高井戸西三丁目5番24号

ご案内は内側にあります。
先取の方へゆっくりはがしてご覧ください。
(本に添付している場合は、よく読んでからおはがしください。)

照会番号	公務員共済の加入者番号	私学共済の加入者番号	

※お問い合わせの際は、照会番号をお知らせください。

1. これまでの年金加入期間 (老齢年金の受け取りには、原則として300月以上の受給資格期間が必要です。
なお、平成29年8月以降については、原則として120月以上の受給資格期間が必要です。)

国民年金 (a)				船員保険 (c)	年金加入期間 合計 (未納月数を除く) (a+b+c)	合算対象月 (うち特定) (d)	2 受給資格期間 (a+b+c+d)
第1号被保険者 (未納月数を除く)	第3号被保険者	国民年金計 (未納月数を除く)	月				
月	月	月	月	月	月	月	月
厚生年金保険 (b)				厚生年金保険 計	月	(月)	月
一般厚生年金	公務員厚生年金 (国・都道府県・地方公務員)	私学共済厚生年金 (私立学校の教職員)	月				
月	月	月	月	月	月	月	月

2. 老齢年金の種類と見込額 (1年間の受取見込額)

3 受給開始年齢	歳～	歳～	歳～	歳～	
(1) 国民年金				老齢基礎年金 円	
(2) 厚生年金保険	特別支給の老齢厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	特別支給の老齢厚生年金	老齢厚生年金	
	一般厚生年金期間	(報酬比例部分) 円	(報酬比例部分) 円	(報酬比例部分) 円	
	公務員厚生年金期間 (国家公務員・地方公務員)	(定額部分) 円 (経過増加分) 円 (報酬比例部分) 円	(定額部分) 円 (経過増加分) 円 (報酬比例部分) 円	(定額部分) 円 (経過増加分) 円 (報酬比例部分) 円	(経過増加分) 円 (経過増加分) 円 (経過増加分) 円
	私学共済厚生年金期間 (私立学校の教職員)	(定額部分) 円 (経過増加分) 円 (報酬比例部分) 円	(定額部分) 円 (経過増加分) 円 (報酬比例部分) 円	(定額部分) 円 (経過増加分) 円 (報酬比例部分) 円	(経過増加分) 円 (経過増加分) 円 (経過増加分) 円
4 (1)と(2)の合計	円	円	円	円	

この「ねんきん定期便」の表示内容については、[ねんきん定期便 見方](#) [検索](#) 「通知書の見方を調べる/日本年金機構」をご覧ください。

かんたん年金試算

The screenshot displays the Japan Pension Service website interface. At the top, there is a search bar and navigation links for Home, Site Map, and International. The main header includes the Japan Pension Service logo and a text-based accessibility menu for font size (Small, Medium, Large). Below this, there are links for 'About Japan Pension Service', 'Annual Report (Annual Report)', and 'Employment Information'. A row of buttons includes 'Download Posters Here', 'New Registration', and 'Login'. A secondary navigation bar contains icons and text for 'Return to Top', 'What is "Nenkin-netto"?', 'Registration Method for "Nenkin-netto"', 'Usage Method for "Nenkin-netto"', 'Manual for "Nenkin-netto"', and 'Frequently Asked Questions'. The main content area features a large heading 'かんたん試算利用方法' (Simple Calculation Usage Method) with 'New Registration' and 'Login' buttons. A breadcrumb trail reads: 'トップページ > 「ねんきんネット」の利用方法 > 年金見込額試算 > かんたん試算利用方法'. The main text under the heading is 'かんたん試算' (Simple Calculation), followed by a paragraph: '現在と同じ条件で、60歳まで年金制度に加入し続けるという条件を自動設定して簡単に年金額を試算できるシステムです。' (A system that automatically sets conditions such as continuing to be enrolled in the pension system until age 60 under the same conditions as now, allowing for simple calculation of the pension amount.) A red circular button with an upward arrow is located in the bottom right corner of the content area.

そもそもの年金受給額のルール

いくらもらえるかはその人の収入額によって異なる

大まかな年金のルール

20歳～60歳まで40年間納めて

60歳～80歳(平均余命)まで受け取れる

年金の仕組み**計算上**、支払った分がもらえるように。

年金の仕組みの基本原則

40年間働き納めた保険料総額

||

20年で受け取る年金総額

長生きすれば多く受け取れる

大まかな計算例と支給額の例

●老齢基礎年金 = 6,5000/月(満額支給)

●厚生年金 月額給与の約18%(2割)

↓

20歳 月給20万

50歳 月給40万 平均30万として

生涯の月給平均(30万) × 40% = 12万円/月

★老齢基礎年金と厚生年金を足すと 18,5000/月

老後2000万円問題とは

あるモデルケース

夫 65歳

妻 60歳 無職世帯(年金収入のみ)

年金収入だけでは生活費が5,5万円/月 赤字になる

20年生きたら

5,5万円 × 12(か月) × 20(年) = **1320万円の赤字**

30年生きたら

5,5万円 × 12(か月) × 20(年) = **1980万円の赤字**

年金収入の補佐役 預金！

人生で老後資金の預金のチャンスは人生3大資金の「教育」が終わって「老後」までの期間！

住宅 教育 老後

例) 55歳で教育が終了し70歳まで働いた場合

※2021年より高年齢者雇用安定法

↓

15年間 貯金の最後のチャンス(180か月)

このチャンスを逃す手はない！

国は2000万問題で知ってほしかった

①自動化

貯金の基本 貯めるという意味

②長期運用

運用期間中は増えることもあれば、減ることもある
長期間保有していればほとんどのケースで増える
長期の福利効果で更に増える

③制度の活用

「積立NISA」や「iDeCo」を積極的に活用

身近なファイナンシャルプランナーに相談を

資産運用に最適な制度

【つみたてNISA・iDecoの比較】

	つみたてNISA	iDeco
年間投資上限金額	40万円	14万4千円～81万6千円 <small>※職業、加入している年金の制度により異なる</small>
運用できる商品	投資信託・ETFなど <small>(金融庁が認めた投資適格商品)</small>	預貯金・投資信託・保険商品
税制優遇	運用益は非課税	<ul style="list-style-type: none"> ■運用益は非課税 ■掛け金を所得控除できる ■受け取り時に年金控除が使える
運用期間	20年	60歳まで <small>※運用は70歳まで</small>
投資商品の売却	いつでもOK <small>※ただし、非課税枠は使い切りで復活しない</small>	いつでもOK <small>※他の商品へ乗り換え可能。ただし、資金の引き出しは60歳以降</small>
資金の引き出し	いつでもOK	60歳まで原則不可能

おさらい

①老後の不安 = 情報不足

②情報を正しく知って賢く備える

③家族での情報の**共有（お金の話をする）**

今日一番お伝えをしたかったこと

家族との情報の共有

少子高齢化や核家族化が進み、世代間の
コミュニケーションが希薄に



親の急な介護（相続）



親の口座もわからない... 収入は？

これでは冷静に介護計画を立てることができない。
施設選びなど誤った判断で大きな損害も

まずは親子の問題であることを共通認識し
話し合うことから始めませんか？

面倒をみてもらうなら...

遠くに住む長男か？

近くに住む次男か？ など

考えたくない問題ほど後回しにしがち
機会を作らなければはじまらない

人任せでは...

なんとかなる、誰かが、国が助けてくれるだろう



大切な家族を巻き込み、不幸にしてしまうかも

国や支援機関は毎日「大丈夫ですか？」と
訪問はしてくれません。

介護で困った場合は「地域包括支援センター」へ相談を



情報がまとまっていると受けたいサービスが早く受けられる
かも

まとめ

まずご自身、家族のライフプランを知る

家族との情報共有

想いが伝わる

コミュニケーションの機会につながり
みなさんの「不安」が「安心」に変わることを願って

お問い合わせはお気軽に

年金や積立てNISA、iDeCoだけでなく、
ライフプランニング全般、お金の相談などお気軽に
ご相談ください。

＜お問合せ先＞

サクシードプランニング

加美 公聴(カミ タダアキ)

携帯:090-4630-4022

週末でも受け付けております。