

人生100年時代の老後資金準備

— 欠かせない4つのポイント —

ダイヤ高齢社会研究財団 企画調査部 シニアアドバイザー 森 義博



「人生100年時代」というフレーズに接する機会が増えてきました。表現が少し大袈裟では、と思う方もおられるかもしれませんが、後にご説明するように、これは統計に裏付けられた真実です。

人生100年を前提とすると、老後資金に対する考え方もひと昔前とは変わってきます。そこで、本稿では、今後の老後資金準備において欠かせないと筆者が考えるポイントを4つお伝えします。

【ポイント1】 寿命を十分な長さに想定する

戦後70年で平均寿命は30年以上延びた

2018年の日本人の平均寿命は、女性が87.32歳、男性は81.25歳。戦後まもない1947年の平均寿命は女性が53.96歳、男性は50.06歳、文字どおり「人生50年」でした。戦後の約70年間に男女とも30年以上延びてきたわけですが、国立社会保障・人口問題研究所の推計によると、これからもまだまだ延び、30年後の2050年には女性は90.40歳、男性は84.02歳になるとみられています。

平均寿命は0歳時の平均余命です。実際に自分が何歳まで生きるのかを知るには、自身の年齢の平均余命をみる必要があります。例えば、65歳の平均余命は女性が24.50年、男性が19.70年ですから、それに65を加えた、言うならば「65歳の人の平均寿命」は、女性が89.50歳、男性は84.70歳ということになります。

何歳まで生きると考えるか

これによって、皆さん自身の寿命がある程度はイメージできると思いますが、それはあくまでも平均です。肝心なのは、自分が何歳まで生きる可能性があるかではないでしょうか。

厚生労働省が毎年発表する「簡易生命表」には、出生数10万人に対して各年齢まで何人生きているか、という

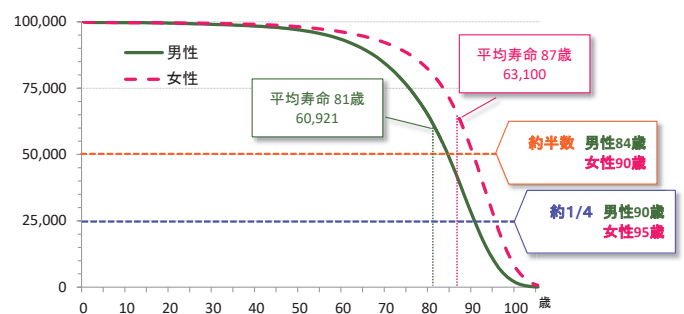
データが掲載されています。といっても、このデータはその年1年間の各年齢の死亡率をもとに計算されたもので、生まれた人数を実際に何十年も追ったコホート調査ではありませんが、傾向をみるにはとてもわかりやすいと思います。図表1はそれをグラフ化したものです。

若いうちは曲線が殆ど下がりにません。実際、生存数が9万9千人、つまり1%減るのは、女性は41歳、男性は31歳です。9万人を割る（10%減）のは、女性が73歳、男性は65歳。ちなみに、女性の73歳は1965年頃、男性の65歳は1958年頃には平均寿命だった年齢です。

現代の平均寿命の年齢の生存数（10万人あたり）を確認すると、女性（87歳）の生存数は63,100人、男性（81歳）は60,921人です。男女とも出生数の6割以上が生存、言い換えれば平均寿命まで生きない人は4割未満ということです。

生存数が5万人、すなわち生存確率50%の年齢は女性が90歳、男性は84歳。さらに、4人に1人になる年齢は女性95歳、男性90歳です。そして、100歳の生存確率は女性が7.1%、男性は1.7%。女性は14人に1人が100歳をクリアするわけですから、人生100年を視野に入れることは十分に現実的だと言えるでしょう。

図表1 各年齢の生存数(出生10万人あたり)



〔出所〕厚生労働省「平成30年簡易生命表」をもとに筆者作成

意外に短い「想定寿命」

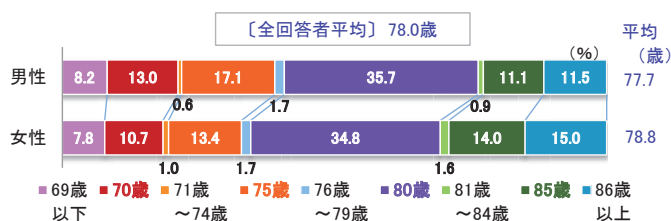
ダイヤ財団が2017年に全国の40代・50代の民間企業の正社員を対象に実施した調査の中に、「想定寿命」に関する質問があります。質問文は「あなたは何歳まで生きることを想定していますか。希望ではなく、人生設計として考えているご自身の寿命をお答えください」というものです。

なかなか難しい質問だったようで、回答者の3人に1人が「考えられない」と答えました。具体的な年齢を答えてくれた人の回答結果は図表2のとおりです。

最も多かった回答は男女とも「80歳」。平均寿命を考えると、男性の「80歳」は想定内でしたが、平均寿命が男性より約6年長い女性も同じように「80歳」が最多だったのには驚きました。平均は女性が78.8歳、男性が77.7歳で、男女差はわずか1年です。

このように、自身の寿命をあまり長く考えていない人が多いようです。老後資金計画を誤らないためには、まずは老後の長さを正しく認識することが肝要でしょう。

図表2 40代・50代正社員の「想定寿命」



〔出所〕ダイヤ高齢社会研究財団「40代・50代正社員の退職・引退に向けた意識に関する調査」(2017年2月)

【ポイント2】必要額をあらかじめ見積もる

生命保険文化センターの「令和元年度生活保障に関する調査」によると、老後の最低日常生活費は月22.1万円、ゆとりのある生活を送るためにはさらに平均14.0万円の上乗せが必要、とのこと。この調査は対象者が18歳から69歳まで幅広く、老後に対する実感の乏しい層も含まれていますが、いろいろな場面でよく引用される数字です。そして興味深いことに、最低日常生活費の金額が、厚生労働省によるモデル世帯の公的年金受給額(*1)とピッタリ一致しているのです。

つまり、このデータによれば、モデル世帯では公的年金だけで最低限の生活は可能で、その他に月14万円の収入があれば、ゆとりのある生活が送れる、ということになります。

一方、総務省の「家計調査年報」によると、高齢夫婦無職世帯の実収支は月5万円前後の赤字(2017年:▲5.4万円、18年:▲4.2万円)ですので、毎月5万円程度を資産の取り崩しなどで補っていることとなります。ちなみに、同年報によると、高齢夫婦無職世帯が実際に受給している公的年金は、モデル世帯の年金額より2万円ほど少ない20.3万円でした。

以上のデータに基づけば、あくまでも平均値ですが、公的年金以外の生活資金として、最低でも月2万円、ゆとりのある生活のためには月16万円分の資金準備が必要だということになります。

(*1) 夫が厚生年金に加入して平均的収入(平均標準報酬43.9万円)で40年間就業、妻が40年間専業主婦だった世帯の基礎年金(2人分)と厚生年金の合計額。2020年度は月額220,724円。

【ポイント3】資金源を幅広く計画する

老後生活の起点を65歳に置き、金額は“実態”を前提とすることにして、「家計調査年報」の数値に基づく「月5万円」とします。

月5万円は、65歳になるまでの“事前準備”と65歳以降の“老後収入”を組み合わせるわけですが、ここでは“事前準備”と“老後収入”でそれぞれ月5万円確保する方法を考えてみます。

“事前準備”のポイント

“事前準備”は具体的には、65歳時の余命を受取期間とする月5万円の年金の現在価値を65歳の時点で保有しておくことです。ちなみに、2019年6月に金融審議会のWGが発表した「老後の不足額2,000万円」は、月5万円強の赤字を30年分賄う計算(利率0%の単純積算)です。2,000万円という金額の大きさが当時物議を醸しましたが、前提とする年数に65歳の男性の平均余命(約20年)ではなく、60歳の女性の平均余命に近い「30年」を使ったことを、筆者はむしろ良心的だと思っています。

2,000万円を蓄える手段には、退職金、確定拠出年金(企業型、iDeCo)、個人年金、つみたてNISA、NISA、財形、預貯金など豊富な選択肢がありますが、比較的歴史の浅い制度の認知率はまだ低いようです。ダイヤ財団が昨年実施した調査によると、50代前半の正社員のうち「制度の内容がわからない」と回答した割合は図表3のとおり

でした。制度を知らないために、本人にとって有利だったかもしれない手段を逃してしまう心配があります。“事前準備”のポイントは、「(制度を)知って」そして「早くから(始める)」だと考えます。

図表3 「制度の内容がわからない」と回答した割合

	50～54歳男性正社員	50～54歳女性正社員
iDeCo	26.2%	37.8%
NISA	25.2%	38.3%
つみたてNISA	27.5%	39.9%

〔出所〕「50代・60代・70代の老後資金等に関する調査」(2019年2月ダイヤ高齢社会研究財団)

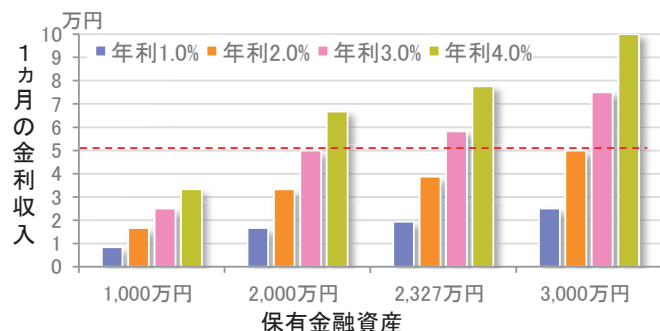
“老後収入”の選択肢

一方の“老後収入”は、65歳以降に公的年金以外の“フロー”を確保することで、大きく2つの選択肢があると思います。

1つめは、よく言われる「お金の働かせる」方法です。算式風に表現すると「(お金)×(働き)」となりますが、「お金」(=保有資産額)は取り崩していくと次第に減っていき、一方の「働き」(=運用益)はリスクと隣り合わせですので、「お金の働かせる」のはそう簡単なことではありません。

保有資産が3,000万円あれば年利2%で月5万円を稼ぐことができますが、元金が2,000万円だと年利3%で運用する必要があります。世帯主が60代の世帯の平均貯蓄現在高である2,327万円(総務省「家計調査年報」2018年)の場合では、年利2.6%の利回りが求められますので、昨今の超低金利下ではある程度のリスクをとらないと実現は困難です。(図表4)

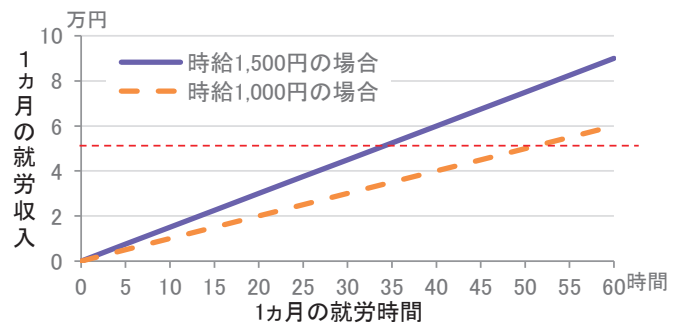
図表4 1か月の金利収入(運用利率1.0%～4.0%の場合)



そこで考えたいのが「自分が働く」という選択肢です。時給1,000円でも月50時間、つまり1日4時間、週3日で5万円になる計算です。(図表5)

ちなみに、全国シルバー人材センター事業協会のホームページには、シルバー人材センターを通じた仕事の収入について「全国平均で月8～10日就業した場合、月額3～5万円程度です」と記載されています。体況等の面で働ける状況であれば、「自分が働く」ことは、月5万円の老後収入を実現するためにはかなり現実的な方法だと言えます。

図表5 1か月の就労収入(時給1,000円と1,500円の場合)



【ポイント4】公的年金を正しく心配する

公的年金の所得代替率は上がってきた

2019年8月に厚生労働省が公的年金の財政検証結果を発表しました。発表内容のうち、多くのメディアは「所得代替率」(*2)が将来どうなるかという部分を中心に報道していたようです。

公的年金は2004年に大きな制度改正を実施しています。将来世代の負担が過重にならないよう、保険料水準の上限を定め、その範囲内で給付を賄うために、年金の給付水準の上昇を調整する「マクロ経済スライド」を導入したのもこの改正です。その後、厚生年金の保険料率と国民年金の保険料は段階的に引き上げられ、この時に決めた上限に既に達しています。一方、マクロ経済スライドによる調整は、賃金や物価が十分に上昇しない年が多かったため、これまでの発動は2015年、19年と今年のみわずか3回です。つまり、現役世代の負担は計画どおり上昇した一方、年金受給世代が受け取る年金は当初の想定どおりには抑えられていないと言えます。その結果、「所得代替率」は2004年度の制度改正時よりもむしろ高くなっています。

(*2) 所得代替率(%)=(モデル世帯の受給開始時点<65歳>の年金額)÷(現役男子の平均手取り収入<賞与を含む>)×100(%)
モデル世帯:男性の平均標準報酬で40年間厚生年金に加入した夫と、40年間専業主婦の妻の世帯

法に定められている「所得代替率50%以上」

2004年の改正にはもう1つ重要な点があります。それは、所得代替率を50%以上に維持することが法律に明記されたことです。

昨年の財政検証では、今後の人口構成を「日本の将来推計人口」(2017年4月 国立社会保障・人口問題研究所)の推計値(出生中位・死亡中位)に置き、経済成長と労働参加の進展のレベルを6段階設定して、将来の所得代替率などを試算しています。

各ケースの詳細は割愛しますが、経済成長と労働参加が進む上位3つのケースでは、所得代替率50%以上の確保が長期的に可能だとしています。一方、成長が横ばい水準の2つのケースでは、2050年までに所得代替率が50%を割り込んでしまいます。さらに、最も厳しいマイナス成長のケースでは、2052年には国民年金の積立金が枯渇すると試算されています。

5年毎の財政検証の際に、次の検証までに所得代替率が50%を下回ると見込まれた場合には、給付と負担のあり方について検討することも法に定められていますので、下位の3つのケースではいずれそれに該当することになるでしょう。

ところで、今回の財政検証における所得代替率は次のような数値になっています。

所得代替率=(夫婦2人の基礎年金+夫の厚生年金) / 現役男子の平均手取り収入
 <61.7%> <13.0万円> <9.0万円> <35.7万円>

単身の場合は基礎年金が1人分ですし、自営業の場合は厚生年金の部分が含まれません。さらに、これは全体の平均なので、給与所得者の夫と専業主婦の妻の世帯であっても、収入によって個々の「年金額 / 現役時代の手取り収入」の率はまちまちです。「自分の手取り年収の6割の年金がもらえる」と誤解しないよう注意が必要です。

年金額を知ると公的年金に対する信頼感が少し高まる?

ダイヤ財団の「50代・60代・70代の老後資金等に関する調査」では、現在保有する資産額などを踏ま

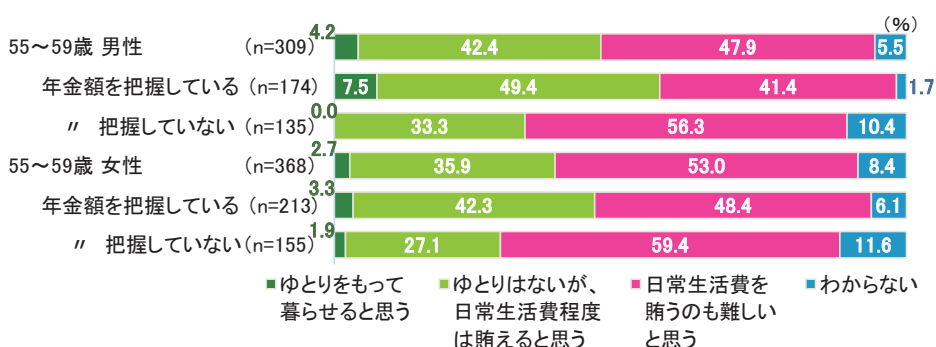
えたうえで、「引退後に仮に収入が公的年金だけだとしたら、暮らし向きはどうだと思いますか」と尋ねています。

50代後半の正社員のうち「ゆとりをもって暮らせると思う」あるいは「ゆとりはないが、日常生活費程度は賄えると思う」と回答した人の割合は、男性が46.6%、女性は38.6%で、男女とも「日常生活費を賄うのも難しい」と考える人の割合を下回りました。ところが、この質問の回答を「将来受け取る公的年金額を把握しているかどうか」という質問の回答別にみると、男女ともに「年金額を把握している」人のほうが、「年金額を把握していない」人よりも“賄える”派の割合が高いという結果が得られました。特に年金額を把握している男性では、“賄える”派が56.9%と過半を占めています。(図表6)

年金額を把握している人のほうが、公的年金に対して信頼感を持っている割合が高いとも考えられ、公的年金に関する正確な情報を知ることが大切であることを示唆する結果と言えそうです。将来受給できる年金額は日本年金機構の「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で確認することができます。

少子高齢化の進展や経済状況の推移によっては、将来的に公的年金が厳しい状況に直面する可能性もたしかにあります。しかし、むやみに公的年金を心配するのはどうでしょうか。所得代替率を念頭に置いた設計が可能なのは、賦課方式をベースとした公的年金だけです。本稿では紙面の都合で触れませんが、繰下げ受給によって生涯の年金額を増額できることも、老後の資金計画の選択肢を上げられる公的年金のメリットです。終身受け取れる公的年金が、老後生活資金のベースになることは否定できないでしょう。(本稿では、運用収入や就労収入の計算において税金を考慮していません)

図表6 収入が公的年金のみと仮定した場合の暮らし向き (50代後半の正社員。公的年金額の把握状況別)



(出所) 「50代・60代・70代の老後資金等に関する調査」(2019年2月 ダイヤ高齢社会研究財団)