パルシステム共済連通信

~びぃあらいぶ~

発行元 パルシステム共済生活協同組合連合会 管理部 2020年

1月2回号

次回は2月4回です (2/10~14配付) 特集テーマ 「自然災害の脅威」



平均寿命の延びに伴い

一人ひとりの「老後」と呼ばれる期間も年々長くなっています。

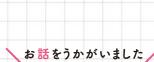
定年退職以降は給与収入がなくなるので

預貯金や年金で生活することになりますが、

定年退職後=老後の生活資金について考えてみたことはありますか?

今回は、年代別の「老後のお金」への備え方・考え方について、

FP(ファイナンシャル・プランナー)の山田さんにお聞きしました。





CFP®認定者 一級ファイナンシャル・プランニング技能士山田静江さん

都市銀行、会計事務所、独立FP会社 勤務を経て2001年にFPとして独立。 「損得ではない安心して暮らすための プランニング」をモットーに活動中。



社会情勢はどんどん 変化するものです。

現代の老後のくらしは「国にも頼る(年金) けれど、自分でも準備する」が基本。自助と 公助のバランスを考えて準備をしましょう。

TYPE 1

40歳後半~50歳代の方

まずは働こう

老後のためにはキャッシュを貯めるのが 大前提。貯蓄が難しい=お金が足りな いのであれば、改善の方法は2つ、「収 入を得る」「支出を減らす」です。

そろそろ夫の収入がこれまでのように増える世代ではなくなるのがこの年代。妻も働けば一家の収入は増えます。それと並行して支出の見直しを。将来必要となる支出を見据えて、そのお金を捻出するために、膨らんでしまった現在の支出内容をあらためて整理しましょう。





退職金制度の確認を

夫や妻の定年退職金を老後資金に充てられるかどうかで、 資金の準備が大きく変わります。

動めている会社の退職金制度がいまどうなっているのか、 退職金がどれくらい払われるのか把握していますか? じつは 2001年の確定拠出年金法施行により、当時退職金制 度を変えた企業がけっこうあり、制度変更時の選択によっては退職金が支払われないケースも。 定年を迎えたと きに慌てないよう、いまのうちに確認しておきましょう。

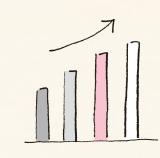
30歳~40歳前半の方



将来働くために準備を

いまは働くのが難しくても、子どもがある程度の 歳になったら夫婦共働きというのがいまの主流で す。最終的にはある程度の収入を得たいと考え ているのであれば、夫の扶養の範囲を超えて働 けるような職につくための準備をいまからして おきましょう。パソコンスキルや資格の取得、メ ールや電話の応対などのビジネススキルが身に ついていると就ける職種が広がります。

「投資」は若いうちから



子どもの学費など貯蓄をするのは前提として、「投資」に触れるなら若いうちからがベストです。 投資は25~30年といった長期で取り組むことで 理論上リスクは小さくなるものなので、少しでも 興味があるのであれば早いうちから、将来に向けた勉強や練習のつもりで始めてみましょう。毎 月5,000円くらいからだって大丈夫。 長期で運 用する若い世代向けの商品も増えています。

TYPE 3

60歳以降の方

バランスシートを 作ってみる

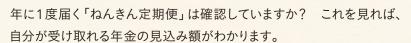
バランスシート(貸借対照表)とは、資産と負債を一覧にしたもの。家計の場合は、資産=持ち家や貯蓄、負債=ローンや借金になります。定年退職を迎える前に、持ち家の現在の価値やローンの残高を一度キッチリ洗い出して、**純粋に自由になる金額を「見える化」しましょう。**

年 月 日現在

		·		
資産			負債	
現金	万円	住宅ローン		万円
普通預金など	万円	自動車ローン		万円
定期性預金	万円	カードローン		万円
貯蓄型の保険	万円	奨学金		万円
株式	万円	その他		万円
債券	万円			
投資信託	万円			
その他の 投資商品	万円			
住宅 (現在の市場価格)	万円			
その他	万円			
資産合計 🛕	万円	負債合計 B		万円
資産	合計 🛕 一 負債合	計 B 💳 純資産		万円

日本FP協会ホームページより

年金生活の シミュレーション



気をつけたいのは、年金が振り込まれるのは2カ月に1回という点。 毎月お給料が振り込まれる(収入がある)生活が長いと、1カ月単位で 家計をやり繰りする習慣になっています。その感覚のまま年金生活に 入ると危険。2カ月単位でお金のやり繰りをするシミュレーションを しておきましょう。

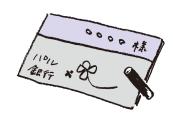
another talk.....

親の介護・お金について

この年代は自分や夫の親の介護に直面している方も多いのでは。親の介護や資産管理は、その先にある「相続」にも大きくかかわってきます。早いうちから兄弟姉妹の間で親に関する考えや情報を共有しておくことが、あとあと揉めないためのポイントです。

また、親の財産や借金については本人がしっかりしている

うちに確認を。なかなか聞きづらい内容ですから、普段から少しずつ話題にするなどして時間をかけて確認していきたいですね。



パルシステムでも

老後に関する学習会を 開催しています

LPAカフェ 「書いてみよう! もしものときのエンディングノート」 (パルシステム山梨)

ルシステム山梨では、LPA※による学習会を気軽に参加してもらえるよう "LPAカフェ"と呼び、みんなでワイワイおしゃべりをしたりお茶やお菓子を食べながら楽しく学べるように工夫しています。

今回のLPAカフェは"エンディングノート"を取り上げ、エンディングノートの書き 方や活用方法など、LPAと参加者が互いの持っている情報を交換しながら学び あいました。当日は参加者から活発な意見も出て、大いに盛り上がりました。 今回はLPAカフェとして開催しましたが、パルシステム山梨では、参加者が3人 以上集まればLPAによるエンディングノートの学習会を出前講座として実施し ています。

これからも組合員のくらしに役立つ学びの場の提供を心掛けて活動していきます。

※LPAとは 生協の全国組織である日 本コープ共済連が実施する「LPA養成セミナー」を修 了・合格した組合員。 またはFP2級以上のファイ ナンシャル・プランナー資格 を自ら取得し一定の研修課 程を修了した組合員。





\2019特別連載

日頃の備えで**防災・減災** Vol. 5

地震発生! 7日間を生きのびる ~備えたものが役に立つ~

使い慣れた大きさの持ちやすいトートバッグなどに、 避難後すぐに役に立つものを入れて、 わかりやすい場所に置いておきましょう。

パワーズ便利バッグ

- **ゴーグル・Tシャツ** 難時や自宅の片づけの際に役立つ。 Tシャツはマスク代わりにもなる
- 飲料水500mlを各人で

食になるものも



- ●折り紙BOX チラシやカレンダーを利用。ポリ袋 とゴム輪をセットすれば緊急時の子 ども用トイレにも
- ■スナック菓子 お湯や水で柔らかくすることで非常
- ●アルミシート巻く、包む、掛ける、敷く…活用範囲が広く、持ち歩きにも軽くてコンパクト
- ●ぬいぐるみなど不安時の心の癒しに
- スカーフ寒さ対策や応急手当てに
- ペットボトル キャップに穴をあけてそこから水 を出して使えば節水に
- タオル・バンダナ応急手当に

2018年は地震・台風などが多く発生しました。そんな大きな自然災害に対して 日頃からできることを中心に、防災・減災に関する情報を6回連続でお届けします。 情報は女性防災クラブ平塚パワーズ発行の

「防災 減災 パワーズブック」から抜粋してご紹介しています。

●女性防災クラブ平塚パワーズ

平成8年、神奈川県平塚市で結成されたボランティア団体。防災知識・技術の向上を目指し、地域の防災訓練への参加や各種イベントでの防災啓発など、女性のパワーを生かした防災活動を行っています。

