

いつかは、私も おひとりさま!?

高齢化の進む日本。

2019年の統計では、女性の平均寿命は87.45歳、男性は81.41歳となっています(厚生労働省発表)。

現在パートナーがいる方でも、いつ、どのような理由でひとりになるかわかりません。

高齢期をひとりで迎える人は、これから増えていくでしょう。

そこで、今回は「おひとり様の老後のくらしとお金」について、

ファイナンシャルプランナーの浅田里花さんに例を交えてアドバイスをいただきました。

※顧客との守秘義務を守るため、アドバイスの要旨が変わらない範囲で設定等を変更しています。



だれもが“おひとり様”になり得るから

突然ひとりになったとしても、

慌てたり不安になったりするのを少しでも軽くするために、

基本的な準備として、このふたつは今からでも取り組んでおくことをおすすめします。

準備

1

自分やパートナーがいなくなり、
ひとり残された場合のことを、**普段から夫婦で話題にしておく**

準備

2

家庭内のこと、とくに**お金に関する情報**
(銀行口座や保険、各種支払いなど)を**ノートなどにまとめておく**



ファイナンシャルプランナー
(株)生活設計塾グループ 取締役

浅田 里花さん

独立系FP会社勤務からフリーの活動を経て、現在は生活設計塾グループのメンバーとして生活者対象のコンサルティング、執筆、講演活動を行いつつ、東洋大学社会学部では非常勤講師としてFPの基礎を教えている。著作に『住宅・教育・老後のお金に強くなる!』(集英社be文庫)など。

case

1

遺産を切り崩すしかないの?

50代女性 夫と死別 / 子ども**2人**(どちらも**学生**)



この方は夫の死亡退職金や加入していた生命保険の保険金、遺族年金が収入となり、その資産を管理しながら暮らしていくことになります。しかし、まだ子どもの学費が必要なため、資産の切り崩しを減らすためにも働きに出ることをおすすめしました。

じつは、遺族年金といった国の制度や自治体による助成制度、夫・自分の働いている会社の福利厚生制度(死亡退職金や遺児育英年金等)など、配偶者が亡くなった際に利用できる制度がいろいろあります。まずはわが家がどのような制度を利用できるか確認しておくことが安心です。勤め先から案内があると思いますが、もしもの時には申請手続きが必要になります。自治体の制度は自分から申請しなければ使えない場合がほとんど。利用できる制度を見逃さないためにも、住まいのある自治体のホームページをチェックしておきましょう。

case
2

財産分与が少なくても



60代女性 夫と離婚/子どもは独立済み

この方は夫と義両親と同居していましたが、義両親との折り合いが悪く、我慢の限界に達し家を飛び出る形で離婚。財産分与も満足できる内容ではありませんでしたが、結婚後も仕事を続けていたので、ひとりで生きていく収入は確保できました。

アルバイト等であっても自分自身の経済的基盤を持つておくことは大切です。離婚するしないにかかわらず、夫と自分、ふたつの収入源があることは、病気や事故といった“万が一”の場合のリスクヘッジにもなります。

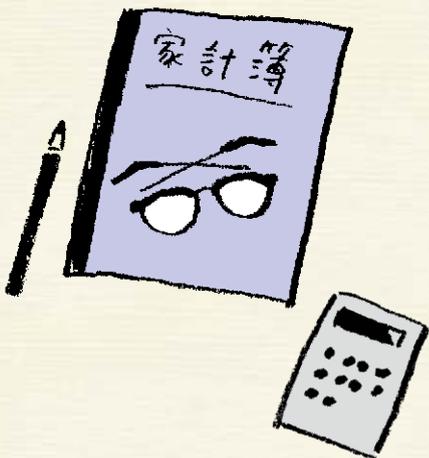
case
3

せっかくの蓄え、使うのが怖い

70代女性 未婚

この方はずっと仕事をされてきたため、それなりの資産をお持ちでしたが、「老後が不安」と相談にいらっやいました。年齢的にも「これからはやりたいことや欲しいものにお金を使ってよいのでは」とお話ししましたが、「使うとすぐお金が無くなってしまふ気がする」と及び腰です。

そこで、まずは「毎月、最低限いくらあれば生活ができるか」を試算することにしました。数カ月間家計簿をつければ、1カ月の生活費が見えてきます。それを12倍すれば1年に必要な金額に、さらにあと何年そのペースで暮らすことになりそうか計算すれば、今後必ず使う金額が見積もれます。そうするとその他に使っても大丈夫な金額



が具体的な数字で見え、漠然とした不安が解消できます。

このように、資産と生活費を数字で把握しておくことは、年代を問わずどのような境遇の方にも役に立ちますよ。

column

高齢者とペット

～飼えなくなったときのために～

高齢者が病気で入院したり、突然亡くなってしまったりで、飼育放棄されるペットが増えています。そのような子は、最悪の場合、殺処分になることも。自分に万が一のことがあったとき、一緒に暮らしていた大切なペットをどうするかは、早いうちからしっかりと考えて用意を。

まず、ひとりになってしまうペットを引き続き飼ってくれる「新しい家族」を探しておきましょう。親族が難しければ、同じように動物を飼っているお友だちのネットワークに頼るのも一案です。

また、引き取ってくれる方へ養育費として幾ばくかのお金を用意するのもおすすめです。その場合、いざ引き渡し…となった際に法定相続人*がお金の支払いを拒否することのないよう、遺言書を作成しておくことと確実でしょう。「そこまでするの!？」と思う方もいるかもしれませんが、大切なペットが自分がいなくなった後も幸せに暮らしていけるよう、できる限りの準備はしてあげたいですね。

※法定相続人…民法で定められたあなたの財産を相続する人

お金と同じくらい大切なもの

今回は「お金」のを中心にお話ししましたが、それとともに大切なことがもうひとつあります。それは、おひとり様になってからも交流できる人間関係を作っておくことです。

年齢を重ねてから新しいお友だちを作るのは大変です。そういった意味で、外へ働きに出ることは収入を得るだけでなく、人間関係が広がるきっかけにもなります。また、地域の行事などに参加することでご近所の方と知り合い、ちょっとしたことを頼めるようなお友だちができるかもしれません。おひとり様の暮らしには精神的な安心も大切です。そのためにも、金銭面の備えだけでなく、さまざまなことでも助け合える人間関係も備えておきたいですね。

