



## セカンドライフの夢

退職後、長い老後が待っています。セカンドライフに夢を描いたりしているかもしれません。そのための老後の資金は十分でしょうか。

### 老後の資金を考えるにあたり・・・

①時期により、老後の過ごし方でもお金の使い方は変わっていきます。

例えば前期は、仕事やボランティアをしながら旅行や趣味を楽しむ。  
中期では、旅行や趣味を楽しむ。後期では、介護を受けることも考慮

②いろいろな夢を明確にして計画してみる。

旅行してみたい所。住みたい場所。などなど計画してみましょう。

③退職後子どもが独立しないことも考えられます。

最近の就職難で子どもが安定した職に就けずにいるかもしれません。  
そのことを考慮してのライフプランは必要です。

④平均寿命を考え 90 歳から 100 歳までの資金を想定する



### ☆ 家計の状況を知る

1. 貯蓄や不動産などの負債とローンを全てだしてみる
2. 毎月の収入と支出を見積もり、現在の生活費をだしてみる
3. 家計の収支を年単位で長期にわたって見通すキャッシュフロー表を作ります  
収支により希望する暮らし方がどうなるのかを見てみよう

### ☆ 一般的な老後の生活費

夫 65 歳以上 妻 60 歳以上の無職夫婦の

平均支出は 月約 26 万円

収入は 月約 22 万円 (うち 20 万 6 千円が年金) [2011 年 総務省の家計調査]

単純に計算して  
約 4 万円不足!

### ☆ 対策として

1. 現役時代に増えてしまった生活費を収入に見合う額まで節約する
2. 働くなどの収入を増やすことを考える  
～少なくとも 65 歳まで働いてみてはどうでしょうか!～  
働くことで家計にゆとりできます。また生きがいになります。
3. 自宅の一部を賃貸するなど不動産の活用など

～しっかりライフプランをたてて、幸せな老後生活をしていきましょう。～



LPAは組合員の「暮らしの安心・安全」を守るお手伝いをしています。

【お問い合わせ】 エフコープ 組合員活動部 LPA活動事務局

TEL: 092-947-9003 FAX: 092-947-9192