

ライフステージで考える貯蓄と保険

結婚や出産・子育て、老後の備えなどライフステージによって準備しておいた方が良いお金があります。今回は世代ごとの貯蓄のコツや保険の見直しのポイントを解説します。

監修

よっすのこ
世継祐子さん
ファイナンシャルプランナー
がん情報ナビゲーター



福岡県出身、久留米市役所での勤務経験を経て、法政大学法学部を卒業。2002年にファイナンシャル・プランナーの資格を取得。企業や個人の顧問ファイナンシャル・プランナー、各種セミナーの講師を務める。NPO法人「キャンサー・ネット・ジャパン」協会の「がん情報ナビゲーター」の資格を取得。テレビ・雑誌などのメディア取材多数。

http://www.ff-fukuoka.com

20~30代は 保険の見直し、 貯蓄スタート時期



結婚や出産・子育てとライフステージに様々な変化が起こることが多いのが20~30代。未婚の場合は自分のために貯蓄が行えるので、保険は必要な保障のみ加入し、できるだけ将来のための貯蓄に回しましょう。

結婚して子どもが生まれたら教育資金の準備を始めましょう。例えば児童手当分を学資、その他の貯蓄を住宅資金として積み立てるのもいいでしょう。生活と貯蓄の口座をわけておくのも上手な貯蓄のコツです。家族を守るための万が一の死亡保障、就業不能、がん、賠償などへの備えも検討しましょう。

40代は 老後資金の 準備が大切



住宅ローンの返済や教育費の出費の多い世代です。特に教育費は大学進学などに伴い仕送りが必要になることもあり、支出が増大します。自分の老後資金も貯めていくことも必要です。変動費といわれる娯楽費、交際費などを見直すことはもちろん、携帯料金や光熱費、保険料といった固定費も見直し、特に携帯料金など通信料はこまめに見直し支出を減らしましょう。

お金を育てる資産運用については、老後をゆとりあるものにするためにお金の基礎知識を身につけて自分にあった内容のものを選ぶことを考えましょう。

子どもが生まれて教育資金の準備や住宅購入などを検討しています。節約しながら少しずつ貯蓄をしています

がなかなか貯まりません。また、老後資金などはいつ頃から貯めていけば良いのかわからないので目安などあればアドバイスして欲しいです。

福岡市在住38歳 女性(主婦)

貯蓄のために節約しているとのことですが、世代や家庭によって必要になる金額、時期が異なるため、将来のライフプランをざっくり立て、ご自分の目的に沿った資金計画を立てるのがおすすめです。また、定期的にか計を見直し改善していくことも大事なポイントです。



ライフステージごとに考えるお金

20~30代

一人暮らしをスタートしたり、家族が増えたりする時期です。結婚や出産を迎えると自分一人の人生ではなくなります。保険を見直すタイミングがこの時期。家族のための死亡保障も考えることが必要です。共働きか専業主婦、子どもの有無でも必要な保障額は変わります。必要な保障は準備しながら、月々貯蓄ができるよう家計のやりくりを工夫しましょう。

40代

役職などがつき収入UPも考えられますが、教育資金や住宅資金などの支出も多い時期です。自分自身の老後資金について具体的に必要な金額を試算してみましょう。ゆとりのあるセカンドライフを送るために貯蓄だけでなく、お金を育てる投資などを検討してみましょう。

50~60代

子どもが自立し、扶養が減るなど変化が訪れる時期。退職金や公的年金などの受給額も明確になってきます。60歳以降の収入を具体的に考え、老後のライフプランを立てましょう。社会保障をふまえた保険の見直しは欠かせません。老後資金とあわせて医療や介護費用にどのように備えるかも検討しましょう。

何となく節約して貯蓄をするよりも、ライフプランを考えながら目的を持って貯蓄することが大事です。家計のやりくりのポイントとなる項目が3つあり、「収入をふやす」「無駄な支出を抑える」「将来に備えてのお金を準備する」です。収入の範囲内で支出をすることで生活に余裕が生まれます。また、固定費などの無駄を見つけて省くことも貯蓄に必要なこと。できるだけ若いうちから「じぶん年金」の準備しておくことも老後の不安を減らすことに繋がります。



50代以降は 健康に気を配り お金の見直しを



子どもが自立していくのもこの年代が多いのではないのでしょうか。子どもにかかっていたお金が不要になります。本格的に老後資金のめどを立てていくことが大切になります。定年後にまだ年金をもらえる年齢でなければ、健康保険料などを払うことも負担になります。

また、年齢とともに病気のリスクが高くなるのもこの時期です。公的医療制度の内容を確認し、不足部分を保険で準備できているか確認しましょう。できるだけ長く働くことも家計の安定に繋がります。元気に働けるよう健康に気を配り定期的に検診を受けましょう。

今回のまとめ

自分のライフプランをイメージしながら若いときから貯蓄をしていくことが、楽しみながらお金を貯めるコツです。支出の無駄を省き貯蓄をし、ライフステージの変化にあわせ、保険の見直しを検討することも大切です。貯蓄や公的制度では補うことができない部分を保険でカバーすることが保険料を抑えるポイント。そのために社会保障の変化にあわせ定期的な見直しをすることも大切です。また、人生100年時代、超低金利の時代の今、老後に向けて「お金を殖やす」ため、お金の知識を身につけ資産運用を検討することも大切です。家族でお金の話を定期的に行い協力してお金の準備をしていきましょう。



まずは家族で話し合ってライフプランを立てることから始めて、今の生活だけでなく将来の生活のことも考え、パートなどで収入UPすることも検討してみます。家計の支出を抑えることができる部分もまだあると思うので、支出を見直し貯蓄を殖やせるよう家族でお金の話をしてみます。

