

万一の時に残された 家族を守る 「生命保険」はどう入る？

万一の時に遺族の生活を守る生命保険の「死亡保障」。保険会社の人に勧められるままに加入している方も多いのではないだろうか？

しかし、生命保険は、住宅に次いで2番目に大きな買い物といわれます。にもかかわらず、一般的には、亡くなるまで自分（遺族）のものにならないという特性があります。保険料の払い過ぎは可処分所得（お給料から税金や社会保険料を支払った後の自由に使えるお金）を減らします。**生命保険は、加入することが目的ではなく、万一の時に役立つこそそのもの。**生命保険の特性をよく知り、上手に加入したいものです。

生命保険の種類

生命保険の中で、契約者（被保険者）が亡くなった時、遺族に保険金が支払われる「死亡保障」は、定期保険、長期平準定期保険、収入保障保険、通減定期保険、終身

保険、アカウント型保険などの種類があります。

（1）定期保険

定期保険は、一定期間の保障を得るものです。**保険料は掛け捨て**で、終身保険など貯蓄性のある保険に比べると、**安く保障を持てることができます。**

「10年間、15年間、20年間」というように保障期間を何年間とする「年満了」と、「50歳、60歳、70歳」というように年齢で保険期間を契約する「歳満了」があります。例えば、40歳の時に60歳までの「歳満了」で契約すると、期間中保険料は変わりませんが、60歳になった時点で保険期間は満了となり、契約は消滅します。

一方、40歳の時に20年間という「年満了」の契約にしていると、20年経過後、自動更新になります。保険料は、60歳で再計算されますので高くなります（図1、図2）。



岩城 みずほ
オフィスベネフィット代表
CFP® 認定者

【いわき みずほ】慶應義塾大学卒。放送局、フリーアナウンサー、セミナー講師、生命保険会社を経て、FPとして独立。著書に『結局、いくら貯めればいいのか?』（2012年、同文館出版）、『保険リテラシーが身につく本』（2012年、税務経理協会）などがある。

（2）長期平準定期保険

長期平準定期保険は、保険期間が100歳までというように、**定期保険の中でも特に長期の保険期間を設定するもの**を言います。保険期間が長いので、終身保険に近い死亡保障が得られます。保険料が高く、解約戻り金も高くなります。貯蓄目的で利用されることが多い保険です。

（3）収入保障保険・通減定期保険

収入保障保険や通減定期保険は、**加入時の保障額が最も大きく、保障額が年々減っていく保険**です。そのため、一般的には、定期保険に比べると保険料が安くなります。

「収入保障保険」は、**死亡時から保険期間満了まで、年金形式で受け取るもの**です。**保険金は、一部、または全部を一括で受け取ることも可能です。**ただし、一括で受け取った場合、年金として受け取るより受取

図1 定期保険：10年ごとに更新した場合

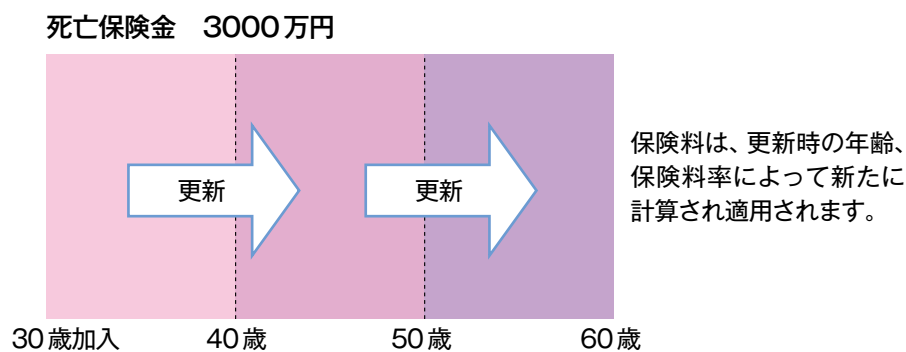
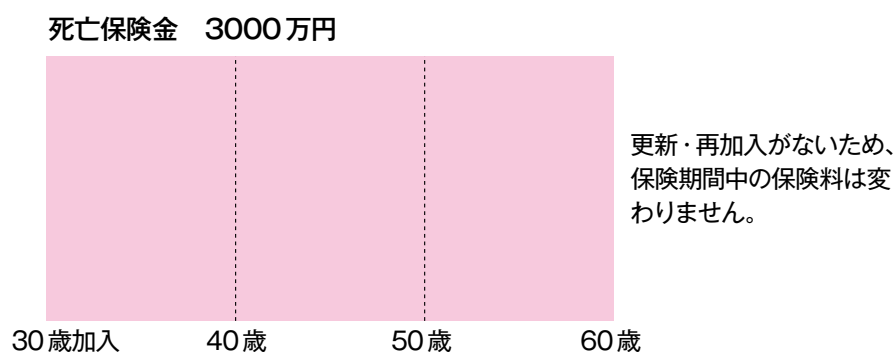


図2 定期保険：60歳満了タイプ



総額は少なくなります。

例えば、30歳で60歳満了の死亡年金額10万円の収入保障保険に加入した場合、35歳で亡くなると、毎月10万円が60歳までの25年間支払われます。死亡年金受取総額は3000万円です。40歳で亡くなった場合は、毎月10万円が20年間支払われます。受取総額は2400万円です。

多くの保険会社は、保険料は保険期間中変わりませんが、中には通減していくものも

あります。

「通減定期保険」は、例えば、40歳で60歳満了の保険金額5000万円の保険に加入した場合、保険金は毎年250万円ずつ減っていく、50歳で亡くなった場合、保険金2000万円が支払われます。保険によって通減割合は異なりますが、このように、**年齢とともに保障額が小さくなっていく保険**です。

(4) 終身保険

終身保険は**一生保障が続く保険**です。解約しなければ、死亡時に必ず保険金が受け取れます。解約した場合にも、期間に応じた解約返戻金が払い戻されます。

保険料が掛け捨てと変わらない分、定期保険と比べると高額になります。終身保険はお金が貯まっていくという特徴を利用して葬儀費の準備として加入したり、生命保険の税制メリットを生かした相続対策などにも活用されています。

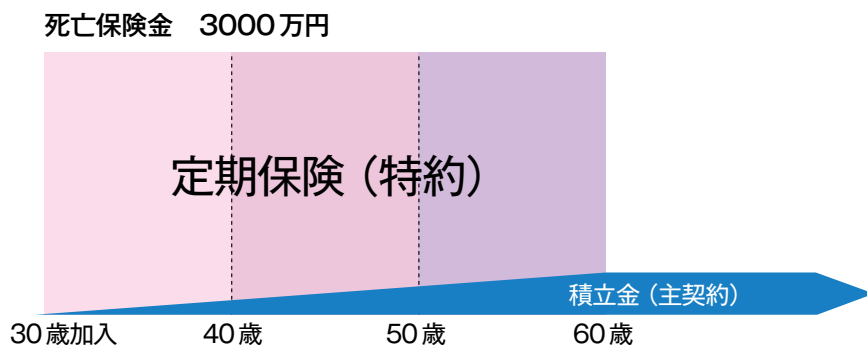
(5) アカウント型保険

「ファンド型保険」とも呼ばれます。この保険は、**保障部分と積立金部分が分かれているのが特徴**です。毎月の保険料は、定期保険特約や医療保険特約などの保障の保険料と、積立金として貯蓄保険料に振り分けられます。

積立金は、所定の利率で運用され、自由に出し入れすることができます。保険料払込期間の満了時点で、貯まった金額に応じて、終身保険や個人年金保険に移行することができます。保険金額は、積立金の残高で決まりますので、積立てた保険料が少なくても十分な保障が受けられない可能性がありません。

一時期、国内生命保険の主力商品だったこともあり、この保険をお持ちの方も多いのですが、毎月の保険料のうち、ほとんどが掛け捨ての保障部分の支払に充てられ、積

図3 アカウント型保険



立部分に充当される保険料は数百円、1000円など、非常に少ない設計になっている人が多いような印象です。

特約である定期保険の保険料は、10年や15年ごとの更新時の年齢で再計算されるため高くなります。更新期間が終わると保障はなくなり、解約返戻金もありません(図3)。

保険料は比較的低い...

保険料の安い順に並べると一般的に、収

入保険・通減定期保険 △ 定期保険
 △ 終身保険 となります。しかし、保険会社によって付加保険料(保険会社が保険事業を営む上で必要な費用に使われる)によって違うので、A社の通減定期保険の保険料 √ B社の定期保険の保険料 ということもあります。

必要保障額の考え方

収入を得ている人が死亡した場合、遺族保障のために必要な金額は、家族構成、子どもの年齢、現在の収入、資産状況などによって異なります。

一般的には、遺族の生活費やその他必要な資金の総額(支出見込額)から、今後見込まれる収入(収入見込額)を差し引き、その不足分を必要保障額とします。生命保険で補うとすると、これが保険金額となります。

支出見込額は次のように計算します。

必要保障額Ⅱ(A+B+C)ー収入見込額

A. 末子独立までの遺族の生活費

現在の年間生活費×70%×(末子の独立時年齢ー末子の現在年齢)

※配偶者に経済力がある場合は少なくなります。

B. 末子独立後の配偶者の生活費

現在の年間生活費×50%×末子独立時の配偶者の平均余命

※配偶者に経済力がある場合は必要ありません。

C. 別途必要資金

子どもの教育資金や結婚資金(親の援助額)、住居費用、葬儀費用、相続費用、予備費など生活費以外で必要になる資金

収入見込額は、遺族年金、死亡退職金、弔慰金、預貯金などです。

これを保険金額として生命保険に加入するわけですが、夫婦2人で家計を支えている場合は、それぞれの収入に応じて保険に加入する必要があります。

また、子どもがいないなど、遺族の保障を必要としない場合は生命保険に加入する必要はありません。生命保険というのは、貯蓄と違って、加入したらすぐに大きな保障を手に入れられるというメリットがありますので、子どもが生まれたら生命保険に加入するというのは正しい考え方です。しかし、万が一に備える必要のない人は、NISAなどを使ってお金を貯めながら増やしていく方がよいでしょう。

生命保険の見直しも大切

人生の中で、何度か生命保険を見直すタイミングがあります。まず、加入のタイミングは、結婚した時です。夫婦共働きの場合には必要ありませんが、配偶者が収入を得ていない場合は、死亡保障が必要になります。子どもが生まれた時は、もしもの時の生活費や教育費をまかなうため、より大きな保障が

必要となりますので、加入または増額します。

逆に保険金額を減らすタイミングもあります。まず、家を買った時は、多くの人が機構団体信用生命保険特約制度（団信・加入者に万一のことがあった場合、残りの住宅ローンがなくなる保障制度）に加入するので、その分、必要保障額は少なくなります。また、子どもの独立は、ひとまず親としての責任を終えたということで、必要保障額が減少します。

多すぎても少なすぎてもいけない**生命保険金額は、生活環境の変化に応じて見直し、ムダなく持つことが大切**です。もちろん、必要がなくなつたと思つたら躊躇せずにやめましょう。もしものためにお金を使うより、老後資金を貯めていくとか、余裕資金で運用する方が将来のために役に立ちます。

掛け捨ては損なのか？

掛け捨ての保険は嫌だという人は多いようです。掛け捨ての保険はなんとなく損をした気になるといいます。しかし、保険加入の目的は、もしもの時に経済的に困らないためです。定期保険と終身保険の保険料を比較して、保険の持ち方を考えてみましょう。例えば、30歳の男性が、10年更新で60歳まで（保険期間30年間）、保険金3000万円の死亡保障を持つ場合で試算してみましょう。

【C社の定期保険】

男性30歳 保険期間・保険料払込期間10年
月額保険料 30歳代 5870円
40歳代 9680円
50歳代 1万9160円
払込保険料累計 416万5200円
平均すると月1万1570円の保険料で30年間の保障を持つことになります。

最近では、ネットで販売を行うネット生保を始め、保険料の安い生命保険が増えてきました。ちなみに、保険料の内訳は、

純保険料（保険の原価）＋付加保険料
＝保険料

となつています。ネット生保は、ネットで販売をしているので、営業職員のお給料などの付加保険料を抑えることができるため、保険料が安くなります。

【ネット生保D社の定期保険】

保険金額が高額になると高額割引が適用され、保険料が安くなる。また、更新時に健康状態に問題がなければ通常の更新より保険料が割安になるというしくみがある、定期保険で試算してみます。

男性30歳 保険期間 保険料払込期間10年
月額保険料 30歳代 3220円
40歳代 6125円
50歳代 1万4525円
払込保険料累計 286万4400円

平均すると月7956円の保険料で30年間の保障を持つことになります。

次に、同じ前提条件で、終身保険と比較してみましょう。日本人は、掛け捨てを嫌う傾向があり、終身保険は保険料が高いにもかかわらず人気があります。その理由は、やはり以下のような考え方をしている人が多いからではないでしょうか。

【E社の終身保険 保険料払込60歳満了 保険金3000万円に入った場合】

月額保険料 6万1020円
払込保険料累計 2196万7200円
60歳で保険を解約した時の解約返戻金 約2192万4000円

返戻率は99・8%なので、実質保険料負担4万3200円で30年間死亡保障を持つことができます。

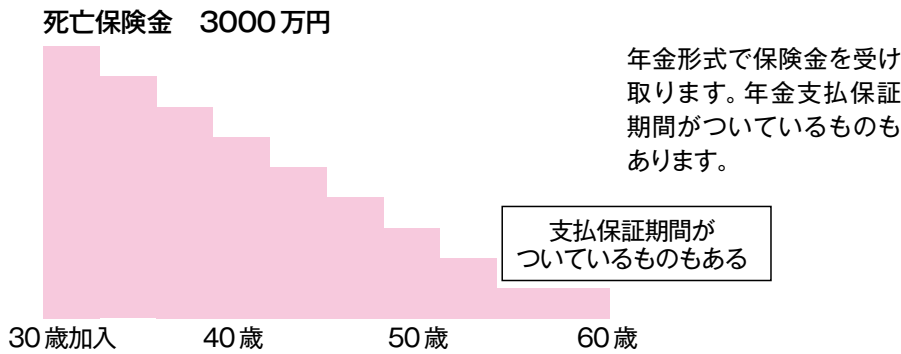
【F社の終身保険 保険料払込60歳満了 保険金3000万円に入った場合】

月額保険料 5万6910円
払込保険料累計 2048万7600円
60歳で保険を解約した時の解約返戻金 約2310万9000円

返戻率は112・7%なので、実質保険料負担なしで30年間死亡保障を持つことができます。

このように、実質負担を抑えて大きな保

図4 収入保障保険のイメージ



障を持てることも考えられます。しかし、月々6万円もの保険料を支払い続けるというのは大変でしょうし、あまり合理的とはいえません。最近では、保険期間中に保障を使わなかったら、保険料が返ってくるという保険も人気なのですが、以下のことを知っておく必要があります。

保険に貯蓄性を求める時、お金の「現在価値」と「機会費用」を考慮する必要があります。

「現在価値」とは、将来得られる価値を現在の価値に割り引いたもので、割引率には金利等が使われます。例えば、1万円を投資して、受け取ることができる利子が10%だとすると、来年受け取る10000円は、現在の10000円と同じではありません。1年後受け取る10000円の現在価値は、 $10000 / 1.1 = 9099$ 円です。将来、解約返戻金で受け取る200万円は、今の200万円と等価ではありません。

また「機会費用」とは、その機会を逃したために発生する費用です。例えば、1万円を投資をしないで、保険料を支払うとすれば、投資で受け取っていたであろう10000円が機会費用になります。

一見、終身保険はお得なように見えても、その目的に貯蓄性を求めるのは合理的ではないのです。更に、現在は、保険の予定利率が非常に低い時代です。かつてのように、生命保険でお金は増えません。保障と貯蓄は別々に考える方がよいでしょう。

以上のことを保障目的として考えると、保険に入らない場合、もしもの時のために備えて貯蓄をしなければいけません。その額を運用していれば得られた機会費用が発生します。保険に入っても入らなくても機会費用が発生すると考えれば、大黒柱の死亡など、経済的損失が大きなものに対しては、加入すればすぐに大きな保障が持てる保険が有用です。

したがって、保険は、必要な期間、必要な金額をなるべく安いコストで、合理的に持つということが大切です。必要がなくなったら、すみやかに解約し、保険料を貯蓄や運用に回しましょう。

なお、**予定利率が非常に高い時（一般的には金利が高かった時）に加入した終身保険や養老保険は、貯蓄性も十分にあり、**ので、**解約せずに持つておく方がお得**です。

最も合理的な死亡保障の持ち方は？

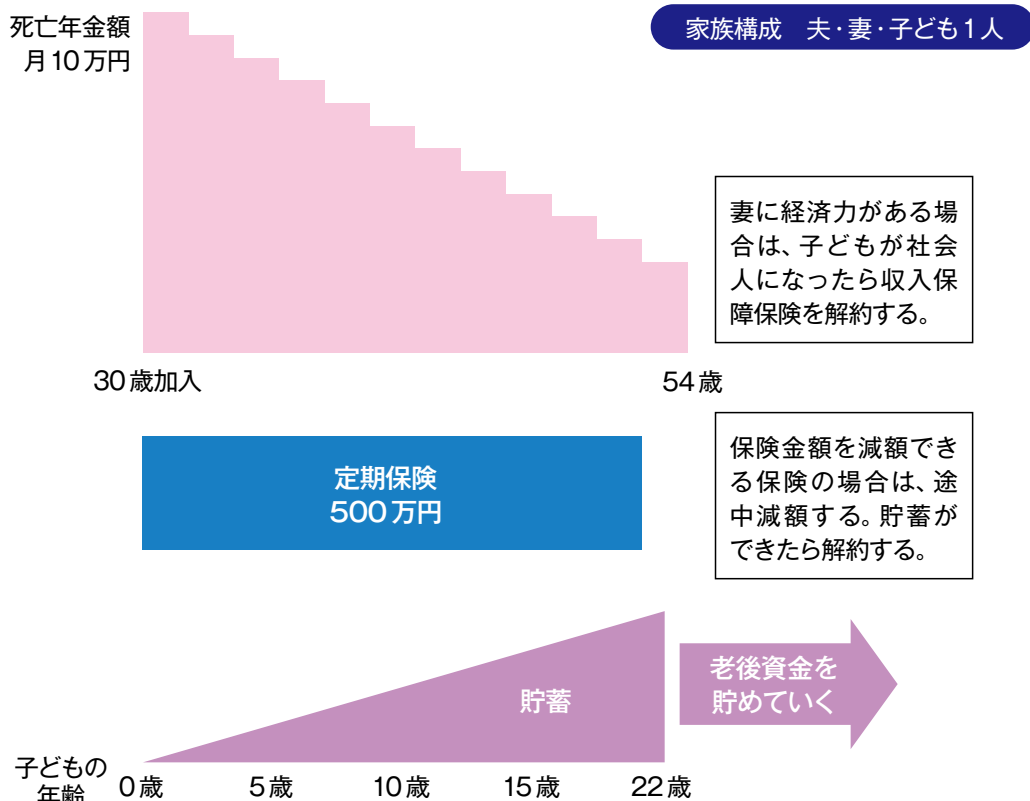
死亡保障が最も重要になる時期は、子どもが独立するまでと、住宅ローンを組み、回信に加入していない場合です。しかし、時間の経過とともに、子どもは成長し、ローンは返済していくので、必要保障額は減っていきます。必要保障額の推移は、右肩下がりの減少です。この形とよく似た保険が、収入保障保険・通減定期保険です。必要な期間、ムダなく合理的に持つことができます（図4）。

G社の収入保障保険で試算してみましょう。

【G社の収入保障保険 加入30歳男性 保険期間・保険料払込期間：60歳満了・年金額10万円・年金支払保証期間2年の場合】

月額保険料	2790円
払込保険料累計	100万4400円
35歳で亡くなった場合の死亡年金受取総額	死亡年金月額10万円×12カ月×25年間
	＝3000万円

図5 死亡保障の持ち方のイメージ



子どもが生まれたら、収入保障保険に加入し、同時に、別途、子どもの学費のため月に2万円の積立てを開始します。大学入学までに400万円ほどの貯蓄ができます。

ある程度のお金が貯まるまでの間、もしものために定期保険にも加入し、収入保障

保険と両方を持つという考え方もあります。例えば、次のような持ち方をすると、保険金額は、一番大きい時（子どもが0歳の時）で4100万円です。その後、子どもの成長と共に減少していきます。22年間の保険料の合計は93万3960円で、年間保険料は4万2452円です（図5）。

G生命の定期保険に加入し、子どもが18歳の時に解約、収入保障保険は子どもが22歳になったときに保険を解約するケースの保険料の試算例

収入保障 保険期間・保険料払込期間:60歳満了、30歳男性、死亡・高度障害年金月額10万円、年金支払保証期間2年の場合

月額保険料 2,790円×12ヶ月×22年間=736,560円

定期保険 保険金額500万円 保険期間10年で更新

40歳まで 月額保険料 745円×12ヶ月×10年間=89,400円

48歳まで 月額保険料 1,125円×12ヶ月×8年間=108,000円

合計保険料 933,960円

私たちは、国民皆年金制度や企業による保障などある程度の保障を持っています。私的保険の保険料が高いと可処分所得を減らしますので、なるべく保険料の安い保険を選ぶことが大切です。職場の団体生命保険や共済保険、また、保険会社の設定した基準を満たす健康体、喫煙習慣がなければ割安な保険料で加入できる保険もあります。

つけておいた方がいい特約について

最後に、特約についてです。まず、**無料でつけられる指定代理人請求特約とリビングニーズ特約は付加しておきましょう。**

「リビングニーズ特約」とは、医師から余命6カ月の宣告を受けた時、契約している死亡保険金の一部を生前に受け取れるというものです。生命保険金を受け取った金額分の契約は消滅します。残った保険金がある場合は、その分の保険料は引き続き支払います。

「指定代理請求特約」とは、リビングニーズ特約など、生前に受け取れる給付金を、契約者の代わりに請求する人を指定する制度です。保険は請求しなければ受け取ることができません。この特約をつけておくことで、契約者の代わりに保険請求の手続きができるようになります。

※掲載している保険料、解約返戻金は保険会社、保険商品、加入年齢によって異なります。