



# A L P S ECONOMY

【シリーズ】  
今からはじめる  
生涯生活設計  
第4回

## 40代晩婚 子育て世帯の ライフプラン

さてシリーズ最終回となる今回のテーマは40代晩婚子育て世帯の家計です。

厚生労働省が発表した「平成26年人口動態統計月報年計（概数）の概況」によると、わが国の平均初婚年齢は夫31・1歳、妻29・4歳と、ついに夫の初婚年齢が31歳を超えました。いまの30歳世代が誕生したころの昭和60年には、夫の初婚年齢が28・2歳、妻が25・5歳でした。男性が約3歳、女性は約4歳も晩婚化が進んでいます。それにとまない当然ながら、第1子出生時年齢も上がっています。いわゆる晩産化です。私たちの相談センターに来られるご夫婦も、晩婚・晩産世帯が増えています。今回のモデルは、こうした晩婚・晩産子育て世帯のDさん。現在43歳のDさんは7年前に結婚しました。41歳の妻と3歳と1歳の2人の子どもを育てながら生活しています。それでは、Dさん一家のプロフィールとライフプランを見てみましょう。

家族のプロフィール（神奈川県在住）  
Dさん 男性

妻 43歳 公務員 年収650万円  
長女 41歳 専業主婦 3歳  
次女 1歳

### 【夫の仕事】

現在の年収は650万円です。Dさんは65歳になるまで再任用制度を利用して働き続けるつもりですが、60歳以降は給料も安くなります。働き方によりますが、60歳以降は手取りで年240万円程度になると見込んでいます。60歳時には退職金がもらえる予定ですが、17年も先のこともあり現状の制度よりも低く見積もって1800万円としました。

### 【妻の仕事】

妻は一般企業に勤めていたOLでした。なかなか子どもに恵まれず、会社を辞めて



藤川 太

CFP ファイナンシャル・プランナー  
生活デザイン株式会社代表取締役

【ふじかわ ふとし】1968年、山口県生まれ。慶應義塾大学大学院理工学研究科を修了後、自動車会社勤務を経てファイナンシャル・プランナーに。「家計の見直し相談センター」で個人向け相談サービスを展開している。著書に『1億円貯める人のお金の習慣』（PHP研究所、2012）『サラリーマン家庭は“増税破産”する！』（角川ONEテーマ21、2013、共著）『やっぱりサラリーマンは2度破産する』（朝日新書、2014）

### 【住宅】

不妊治療することを決意。その結果、2人の子どもを授かりました。

子どもが小さいうちは、働かずこのまま子育てに専念するつもりです。下の子どもが小学校に上がる頃を見計らって、パートに出て年100万円程度収入を得る予定です。

Dさんの両親が所有している土地に昨年2世帯住宅を建てて住んでいます。建築費はすべて込みで4000万円かかりました。それでも、土地から買うよりは安く済んだので助かったと思っています。住宅ローンはDさんが組み、3000万円借りました。自己資金1000万円のほとんどは両親が住宅資金援助をしてくれたお金です。

将来両親が亡くなった後に賃貸に出せるように、玄関も2つある2世帯分離型の住宅を建築しました。幸いにも妻とDさんの両親の仲もよく、孫の面倒も見てくれるので助かっています。



### 【老後プラン】

両親の実家の土地に家を建てたので、子どものころからなじみのある土地でもあり、老後も住み続けるつもりです。近所に子どもころからの友人も多く、交遊が続いています。テニスが趣味で、退職後はできるだけ長くテニスを楽しみ続けたいと思っています。

### 【子どもの教育プラン】

子どもたちにはできるだけ子どもが希望する教育を受けさせてやりたいと考えています。近隣では中学校から私学を目指す子どもも多いようです。子どもたちが希望するなら、中学から私立学校へ通わせることも考えています。また、できれば大学まで行つてほしいと思っています。大学まで家から通える範囲で学校が見つかるため、ずっと自宅から通学できそうです。

### 【自動車のプラン】

自動車は両親と共用で使用しています。現在は両親が購入して維持し、Dさんが必要に応じて使わせてもらうという形になっています。両親もじきに自動車を運転すべきではない年齢になるので、手放すことも考えました。ただ、子どもも小さく、将来は両親の面倒を見ることを考えると、Dさんが引き継ごうと思っています。

現在は車両費、諸経費を含め250万円前後の自動車をだいたい10年おきに買い替えています。両親の年齢的に次の買い替えからは、自分で買うことになるかと予想しています。

### 【保障プラン】

Dさんが20代のころに両親がJAで加入した養老共済に加入しています。死亡保障額は500万円。55歳で満期を迎えます。かんぽ生命でも終身保険に加入しており、死亡保障額は300万円です。両方あわせて800万円の死亡保障額になります。医療保障はそれぞれの保険に特約として付加されています。合わせると、55歳までは日額9500円、55歳以降は終身で日額45000円確保できています。

### 【生活費の管理】

共働きしていた時代は、夫婦それぞれの収入の中から共通の生活費を拠出しあつて管理していました。それぞれが自由にできるお金も多く、あまり気にせずに使っていました。長期の休暇を取つては海外旅行に行くことも多かったです。また不妊治療を始めてからは、多くのお金がかかりました。そのため恥ずかしながら貯蓄はあまり多くありません。妻が仕事を辞めてからは収入が激減したこともあり、家計の管理は妻にすべてまかせています。現在はお小遣い制になっており、月2万5000円でやりくりしています。

### 【資産運用の状況】

現在の貯蓄額は250万円です。ほとんどのお金をゆうちょ銀行に貯金しています。それほど余裕のある生活ではないので、これまで運用は考えたことがありません。

### 【今後の心配事】

子どもが遅くに生まれたので、これから子どもの教育費を支払っていけるのか心配です。まだ学資保険にも加入していないので、入りたいとも思っています。

住宅ローンの支払いが71歳までとなつており、退職後の支払いが不安です。こんな状態で自分たちの老後はどうなるのだろうか、と眠れなくなるほど不安になる時があります。これまであまり真剣にお金について考えてこなかったことに後悔しています。

### 現状の家計の問題点

では、Dさんの家計の問題点を探るために、今回もキャッシュフロー表を作成してみましよう（図表1）。

Dさんの家計の将来はかなり厳しい状況が予測される結果となりました。

60歳で定年を迎えるまでは、金融資産残高はプラス圏を推移し、何とかかなりそうです。60歳で退職金をもらいますが、60歳以降は再任用に変わり、給与が減ることが予想されます。定年時には退職金をもらうので金融資産残高が一時的に急上昇します。ところが、この時期はちょうど子どもたちが高校、大学へ通う時期と重なることで、金融資産はドンドン減少し**67歳には底をついてマイナスに転じてしまうことが予想されます**。

老後生活に入っていますから、ここで金融資産残高がマイナスになれば即破綻に結

(単位：万円)

	2034	2035	2036	2037	2038	2039	2040	2041	2042	2043	2044	2045	2046
	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73
	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71
	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
			長女就職					自動車買い替え 250		長女結婚 100			
	次女大学入学				次女就職					自宅リフォーム 500	次女結婚 100		
	290	293	296	299	151								
	100	100											
					130	263	244	225	227	230	232	234	237
							66	134	135	136	138	139	140
	390	393	296	299	281	263	310	359	362	366	370	373	377
	330	333	303	306	278	281	284	287	290	292	295	298	301
	36	36	37	37	37	38	38	38	39	39	40	40	40
	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	54		
								321		131	661	133	
	362	283	143	145									
	36	36	37	37	37	38	38	38	39	39	40	40	40
	893	819	649	654	482	486	490	814	497	631	1,089	512	382
	-504	-426	-353	-355	-201	-223	-179	-455	-134	-265	-720	-139	-5
	1,543	1,133	791	444	247	26	-153	-610	-750	-1,023	-1,753	-1,909	-1,933
	1,694	1,301	974	638	450	236	61	-393	-535	-811	-1,547	-1,716	-1,756
	1,866	1,496	1,188	868	693	491	326	-119	-257	-530	-1,265	-1,442	-1,490
	1,278	928	642	356	196	20	-119	-471	-573	-774	-1,313	-1,416	-1,420

びつきます。最近よくメディアで騒がれる「老後破産」です。

Dさんのような晩婚子育て世帯をシミュレーションすると、現役時代よりも老後に破産パターンが出やすいのが特徴です。では、晩婚子育て世帯が老後破産しやすいメカニズムを解明し、老後破産を避けるための方策を考えてみましょう。

### 貯め時を逃してしまったDさんの家計

人生にはお金を貯めやすい「貯め時」と、お金がドンドン出て行ってしまう「貯めにく

い「使い時」があります。この貯め時、使い時の見極めが家計にとってはとても重要です。

Dさんはしばらく子どもが生まれず共働きを続けていました。この時はまさに貯め時。でも、この時期にDさん夫婦は、海外旅行にたびたび行くなど、あまり貯蓄とは縁のない生活をしていました。子どもを意識し始めてから貯蓄の大切さを知ったものの、妻が仕事を辞め収入が激減、不妊治療にもお金がかかりました。がんばって節約しているつもりでも、お金がなかなか貯まりませんでした。せつかくの貯め時にお金を貯めることができずいけません。

ただ、また子どもは3歳と1歳。本当に

教育費がかかるのは子どもが高校、大学に進学する時期です。夫が56歳から64歳までこうした教育費の負担が重くなる使い時がやってきます。いまは貯め時が続いていると言ってもいいわけですから、がんばって貯めていく必要があります。

Dさんは教育費の負担ばかり気にしていますが、同時に老後資金も考えなくてはなりません。というのも、晩婚晩産のDさんには、一般の方には子どもの教育費による使い時の後にやってくる「最後の貯め時」がないからです。

一般的には使い時は住宅費と教育費が重なる時期にやってきます。特に子どもが高校、大学へ行く時期ですね。子どもが就職すれば家計は一気に楽になり貯め時がやってきます。そして、退職し収入が減るまで貯め時は続きます。

ところが、Dさんの長女が生まれたのは40歳の時。長女が大学に進学するころには定年直前期になっています。定年を迎える6歳になっても次女はまだ高校3年生。次女が大学を卒業する時には64歳になっています。

このようにDさんには最後の貯め時がありません。そのまま老後の使い時に突入することになりそうです。ということは、Dさんは、これから教育費の支払い、住宅ローンの返済という高いハードルを越えるとともに、老後資金というもう一つの高いハードルを同時に越えていかなければならないわけです。ハードル1つでもつらいのに、同

図表1 キャッシュフロー表 2015年末の預貯金残高250万円

西暦			2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	
年齢	夫	様	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	
	妻	様	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	
	長女	様	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
	次女	様	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
家族のイベント								長女 小学校 入学	自動車 買い替 え 250					長女 中学校 入学		長女 高校 入学		自動車 買い替 え 250	長女 大学 入学	夫 定年 退職		
上昇率										次女 小学校 入学						次女 中学校 入学	自宅 補修 150		次女 高校 入学			
収入	給与所得 本人	1.0%	521	526	531	537	542	548	553	559	564	570	576	581	587	593	599	605	611	617	455	
	給与所得 配偶者									100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	
	退職金 企業年金																				1,800	
	親・相続																					
	保険金など															500						
	住宅ローン減税		29	28	27	26	25	24	23	22	22											
	児童手当		36	30	30	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	12	12				
	公的年金 本人	1.0%																				
公的年金 配偶者	1.0%																					
収入合計			586	584	588	587	591	596	600	705	710	694	700	705	711	1,217	711	717	711	717	2,355	
支出	基本生活費	1.0%	276	276	279	282	284	287	290	293	296	299	302	305	308	311	314	317	320	324	327	
	車維持費	1.0%							32	32	32	32	33	33	33	34	34	34	35	35	36	
	住宅ローン		129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	129	
	管理費・固定資産税等																					
	生命保険料		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	22	14	14	14	14	7	
	一時的な支出	1.0%							263								171		290			
	教育費	1.0%			49	46	104	79	82	62	59	63	75	207	169	312	260	236	237	317	243	
	親へ	1.0%	30	30	30	31	31	31	32	32	32	32	33	33	33	34	34	34	35	35	36	
	国内旅行・帰省	1.0%																				
支出合計			465	465	517	518	579	557	857	578	578	586	602	738	703	842	956	766	1,060	854	777	
収支			121	119	71	69	12	38	-257	127	132	107	98	-32	8	375	-246	-49	-350	-137	1,578	
預貯金残高	1.0%	250	371	446	520	537	581	329	459	596	709	814	790	806	1,189	955	916	576	444	2,027		
	2.0%	250	371	450	528	551	600	355	489	630	750	863	848	873	1,266	1,045	1,017	688	565	2,154		
	3.0%	250	371	453	536	565	620	381	519	667	794	916	911	946	1,350	1,145	1,130	815	702	2,301		
割戻後残高			250	368	437	504	516	553	310	428	550	648	737	708	715	1,045	831	789	491	375	1,694	

時に3つも越えなくてはならない。これが晩婚子育て世帯の最大の問題なのです。

収入が増やせる要素を徹底的に洗う

Dさんのように高齢期に破産パターンが出てしまうようなケースは、資金タイミングの調整よりも、収支バランスを変えることが必須です。そのためには、まずは支出を減らせる要素がないかをチェックします。



固定費を徹底的に洗う

最初に家計の固定費が削減できないかチェックしていきましょう。

①生命保険の見直し

固定費削減の王道である生命保険を見つめます。ただ、Dさんは20代のうちに両親が加入した生命保険にしか加入していません。

実際に現状のDさんほどの程度の死亡保障が必要なのか、必要保障額を計算してみよう。すると、Dさんの必要保障額は堅実な生活を前提としても遺族年金や死亡時退職手当等遺族の収入見込みを差し引いて6772万円にもなりました。晩婚子育て世帯は生活レベルが高いケースが多い（それゆえ貯蓄が少ない）ため、同年代の世帯に比べると子どもが小さい分だけ必要保障額が大きくなります。それに対し、Dさんの場合、現在は死亡時に合計800万円の保険金が支払われるのみ。独身であれば、この程度の内容で問

題は起こらなかったはず。しかし、現在は子どもが2人いて、妻が専業主婦となっている状況です。死亡保障が大幅に足りていないため、もしDさんが亡くなるような事態になれば、遺された妻や2人の子どもの路頭に迷う可能性が高いでしょう。しっかりと死亡保障を確保すべきです。

とはいえ、これだけの死亡保障を確保すると、保険料も高くなります。今後は子どもが増えることはなさそうです。というところは、今後は必要保障額が年齢とともに減少していきます。できるだけ保険料を抑えるために、徐々に保障額が減っていく収入保障保険を使うといいでしょう。

Dさんはタバコも吸わないですし健康状態もまずまずなので「非喫煙健康体型」という、保険料の割引が効くタイプの保険を選択しました。また、子どもの年齢を考えると、65歳までは保障期間を延ばしたいところです。

現在800万円の死亡保険金を確保していますし、これらは利率が高い条件のいい保険なので活かしたいところ。死亡保険金額が足りていない6000万円（一時金換算）程度で保険料を試算すると、安い会社でも月1万2000円程度はかかりそうです。

医療保障はすでに月額4500円を一生涯確保しています。最低限の保障ですが、保険料のコスト負担を重くしすぎないために、医療保障を別に確保することはせず、足りていない死亡保障を確保するだけで止めました。

## ②住宅ローンのチェック

次に住宅ローンをチェックしてみましょう

う。現在の金利は30年固定金利で1・8%。現在の金利水準とほぼ同等です。借換えをしたとしても、金利がほとんど変わらなければ、諸費用のほうが高くなり逆効果です。住宅ローンの見直し方としては、繰り上げ返済を選択することになりそうです。繰り上げ返済をすれば、本来は支払うはずの利息の一部を節約できる効果が期待できます。

繰り上げ返済には「期間短縮型」と「返済額軽減型」の2種類選択できます。

元本の一部を返済することで、「期間短縮型」では月々の返済額は変わりませんが残りの返済期間が短縮化されていきます。

一方の「返済額軽減型」では残りの返済期間は変わりませんが月々の返済額が少なくなっていくます。家計の状況に応じてどちらを選択するか決めるといいでしょう。

また、それぞれ利息が軽減される効果が見られます。この点では一般的に「期間短縮型」のほうが「返済額軽減型」よりも大きくなります。

現在は71歳まで住宅ローンを月10万7910円ずつ返済する予定です。少ない年金からこれだけの返済を続けることは困難です。できれば60歳まで、少なくとも再任用で働く65歳までに完済したいところです。この状況を考えてDさんは期間短縮型を選択すべきでしょう。こちらのほうが利息軽減効果も高く理想的です。

ただし、繰り上げ返済をした資金は当面の生活に使うことはできなくなります。家計の余裕がない時に使うべきではありません

ん。繰り上げ返済をして手元のお金がなくなり教育ローンやマイカーローンなど、住宅ローンよりも金利の高いローンを借りることになれば、さらに家計が苦しくなります。家計の見直しによりDさんの家計の余裕が出てきたのちに検討しましょう。

## ③通信費のチェック

次に通信費をチェックしましょう。Dさんは共働きの時代から夫婦それぞれでスマートフォンを契約し毎月1万9000円支払っています。現在は違う通信キャリアで契約していますが、これと同じ会社にするだけでも割引が効きます。

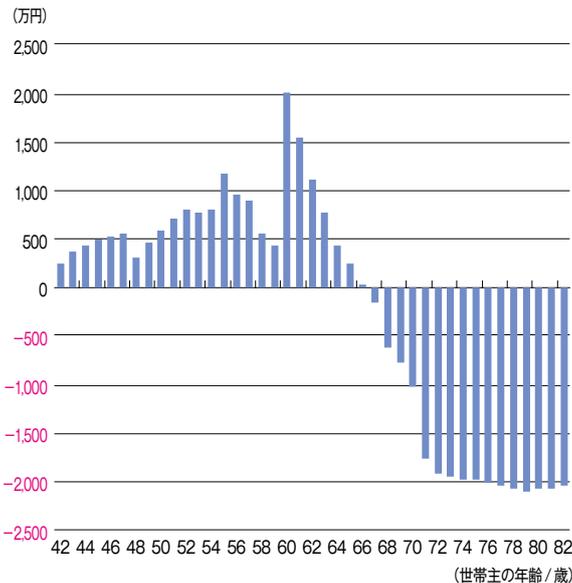
また、使用状況によっては、スマートフォンではなく、携帯電話に変えることも通信費を安くします。スマートフォンを使い続けるにしてもSIMフリーに切り替えて格安通信会社を使うなど方法はいろいろあります。それほど無理なく月5000円は下げることが可能です。



### 収入を増やせる要素はないのか検証

Dさん自身は公務員ですから、安定はしているものの、逆に言うとドンドン出世して収入を増やすという職業ではありません。転職という言葉も出しましたが、現在の職種を考えるとリスクが高く、勧められません。

妻は元々OLでしたが、妊活のために退職し現在は専業主婦です。今後は次女が小学校に上がるころにパートに出ると考えています。ここには収入を増やす可能性があります

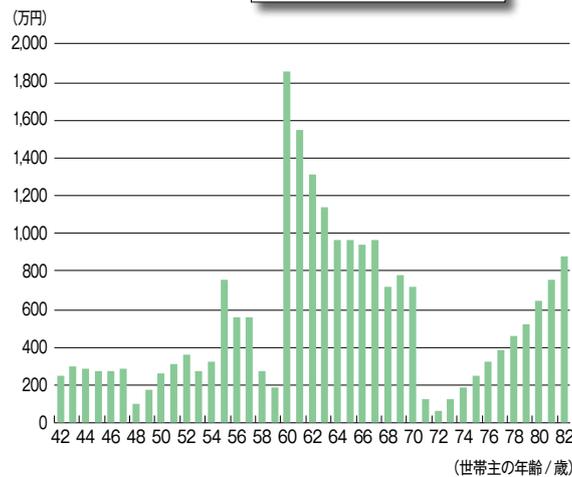


さらに妻がフルタイムで働ければ、いまのギリギリの家計とは比べ物にならないくらい

キヤンツローが改善しました。  
現状のプランでは、次女が小学校に進学した後に年100万円働くとして試算しました。見直しプランでは、次女が3歳になってから年50万円、小学校に進学後には年120万円働くとして計算しました。この程度の差でも大きく



- ・固定費の見直し
- ・収入を増やせる要素の検証
- ・やりくり費の見直し



Dさんはこれまで特に節約を意識してはいません。その分、節約のりしろがありません。

療費、被服費、趣味のお金、お小遣い、といった通常は財布に入れて使うお金のことです。これらを削減すると生活レベルが下がってしまうので、できるだけ避けたいところです。ところが、最近ではDさんのようにやりくり費にメスを入れざるを得ない家庭が増えています。

**ポイント**  
やりくり費は少しの差が重要

固定費をチェックし、妻の収入を計算に入れることで家計の余裕が生まれましたが、老後破産状態から脱することができていません。こうなると、やりくり費にもメスを入れる必要があります。

余裕が生まれるでしょう。

386万円の利息軽減効果が見込まれます。もつとと言うとDさんは2世帯住宅を分離型で建てています。両親が亡くなった後は賃貸に出すことも考えています。先の話になるので賃貸需要が読めず家賃収入を計算に入れていませんが、少しずつでも家賃収入が入ってくれば、さらに家計に余裕が出てくるでしょう。家計の見直しはこうした少しずつの改善効果の積み重ねです。家計がプラス・スパイラルに入っていくまでが勝負です。老後破産が予想された家計が財産を残せる家計に生まれ変わります。夫婦が共に力を合わせて、家計を改善していきましょう。

です。月1万円ずつ生活費を減らしながら試算してみると、基本生活費を現在の月23万円から月20万円にまで月3万円減らし、老後の生活費も5%ずつ現状よりも減らすことで、老後破産から脱することができるどころか、ある程度の余裕を持つことができます。月3万円の減少は簡単ではありませんが、外食を減らしたり、お金のからないレジャーで楽しむなど夫婦で工夫して実現しましょう。こうして、家計に余裕ができると、さらにダメ押しの家計改善効果が見込めます。先ほど確認した住宅ローンの繰り上げ返済です。1年後から自動車を購入する予定の48歳時を除いて、年100万円ずつ期間短縮型の繰り上げ返済をしてみましょう。計1000万円繰り上げ返済した時点で、約11年間の返済期間が短縮されDさんが60歳の時に完済できる見込みです。さらに約