

LIFE PLAN & PENSION DATA & GUIDE

生活設計・年金 データ&ガイド

2024
年版

C O N T E N T S

生活設計編

- 1 万一の必要保障額はどれくらい？** 2
日常生活にひそむさまざまなリスク／万一の備えはいくら必要？
- 2 女性の保障はどれくらい必要？** 4
働き方によって保障も変わる／病気に対する備えは大丈夫？
- 3 独身・20歳代のための保障** 6
病気や事故が一番の不安／医療保障に対する不安
- 4 教育資金の準備** 8
教育費は1,000万円以上に／教育費がかさむのは40歳代後半から50歳代前半
- 5 結婚にかかる費用は？** 10
結婚費用総額は400万円以上！？／親・親族の援助は欠かせない？
- 6 マイホームの夢、実現させたい！** 12
「人生最大の買い物」、マイホーム／借入金は4,000万円近くとなる場合も
- 7 増加する要介護者と、介護する側の現状** 14
要介護（要支援）認定者数はおよそ696万人／平均介護期間は5年1か月！
- 8 相続対策は他人事ではありません** 16
遺産のおよそ4割は分割が難しい不動産／遺産分割での争いが増加？

年金編

- 1 高齢社会から超高齢社会へ** 18
2040年には、65歳以上が人口の3分の1以上に／人生100年時代へ向けて
- 2 公的年金だけで大丈夫？** 20
9割近くの人が公的年金を頼りに…／年金だけではゆとりがない！
- 3 セカンドライフを豊かに過ごすためには** 22
ゆとりある生活のためには37.9万円必要／老後も働いて、不足分の穴埋めを
- 4 退職金制度も激変の時代！** 24
多くの人が不安感！／企業年金の実施状況
- 5 自助努力でより豊かなセカンドライフを** 26
老後は余暇活動と仕事で！／しかし、一人暮らしも…
- 用語解説** 28

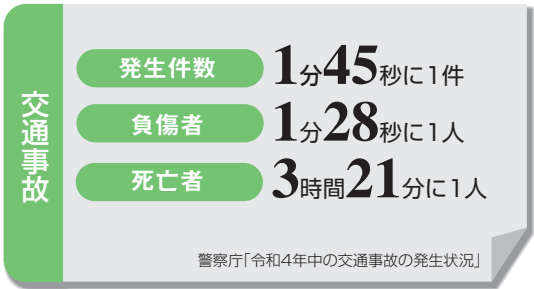
※原則として2023年12月現在で公表されているデータを収録しています。
※四捨五入、概数表示、総数には不詳を含む等の理由により、合計と内訳の計が一致しない、あるいは内訳の計が100.0%にならない場合があります。

1 万一の必要保障額はどれくらい？

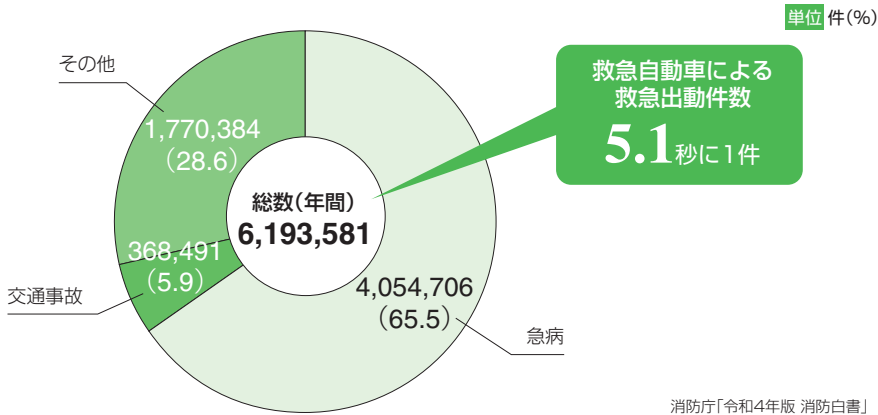
日常生活にひそむさまざまなリスク

わたしたちの生活には多くの危険がひそんでいます。
データによると、約20秒に1人が亡くなっています。原因別の死亡者発生状況をみると、3時間21分に1人が交通事故、6時間2分に1人が火災で亡くなっています。
救急自動車の出動件数も5.1秒に1件となっており、リスクは意外と身近なところに存在していることがうかがえます。

DATA1 事故・災害などの発生状況



DATA2 救急自動車による救急出動件数の内訳(令和3年)



万一の備えはいくら必要？

万一のために生命保険に加入していても、例えば保険金額3,000万円で残された家族が生活できる年数は、約8年(月間生活費を30万円とした場合)。保険金額5,000万円でも、約14年です。子どもの教育費などが加わると、年数はさらに短くなります。

世帯主が万一の場合に必要な生活資金総額は、およそ5,700万円という意識調査の結果も出ています。自分に必要な保障額はどれくらいか、考えたことがありますか？

DATA 3 加入保障額別「生活可能年数」早見表

元金運用利率2.5%(税引後)、複利インフレ率2%。

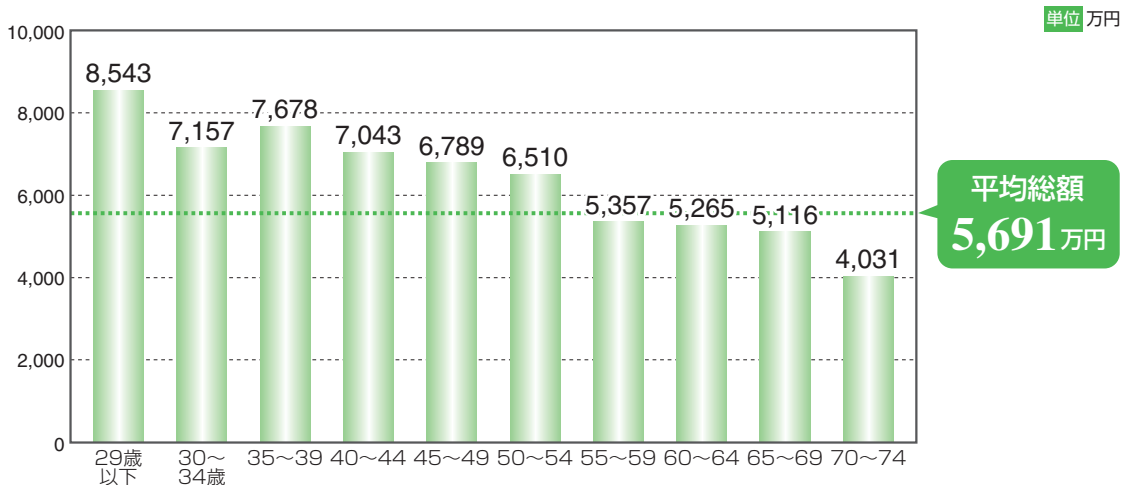


注：年間生活費を期始払としています。

Keyポイント

●色部分の「生活可能年数」を確保できる保障額がひとつの目安となります。

DATA 4 世帯主が万一の場合の必要生活資金(世帯主年齢階級別)



Keyポイント

29歳以下の必要資金が多くなっています。

注：75歳以上を除いて掲載しています(平均総額には、75歳以上も含む)。(公財)生命保険文化センター「2021(令和3)年度 生命保険に関する全国実態調査」

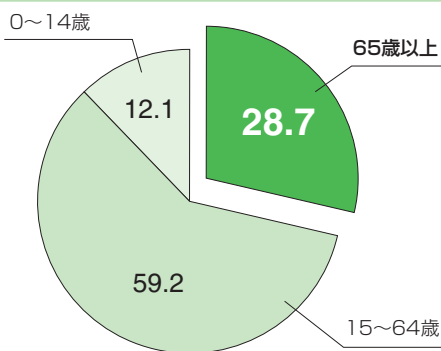
1 高齢社会から超高齢社会へ

2040年には、65歳以上が人口の3分の1以上に

わが国の総人口は、令和2(2020)年10月現在約1億2,615万人で、平成22(2010)年の1億2,806万人をピークに減少しています(総務省「令和2年国勢調査」)。このうち総人口に占める65歳以上人口の割合は28.7%で、約3.5人に1人が高齢者層ということになります。少子高齢化の更なる進行で、その割合は令和19(2037)年には33.3%(約3人に1人)となり、令和42(2060)年には37.9%に達すると予測されています(国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(令和5年推計)」)。

私たちは今後、3人に1人以上が65歳以上という、かつてない超高齢社会を迎えることになります。

DATA 1 年齢区分別人口(令和2年10月)



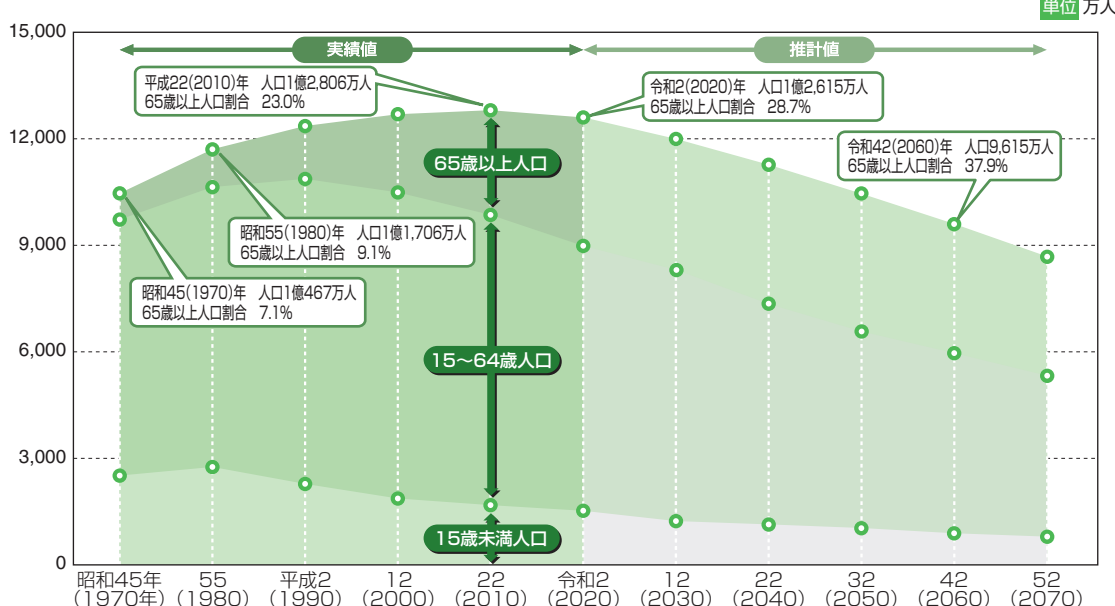
単位 %

総務省「令和2年 国勢調査」

Keyポイント

DATA 2 わが国の人口構造の推移と将来推計

推計結果によると、令和42(2060)年には、現役世代(15～64歳)人口約1.4人で65歳以上人口1人を支えることになるとされています。



単位 万人

- 注①：各年10月1日現在。推計値は出生中位(死亡中位)推計です。
 ②：令和2年までの「65歳以上人口割合」の値は、総人口(年齢不詳を除く)に対する、65歳以上人口の割合です。
 ③：「実績値」と「推計値」はそれぞれ別調査であり、両者に連続性はありません。

令和2年までは総務省「国勢調査」、令和12年以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(令和5年推計)」をもとにエフビー教育出版作成

人生100年時代へ向けて

令和4(2022)年の日本人の平均寿命は男性81.05歳、女性87.09歳で世界有数の長寿を誇っており、65歳の平均余命は、男性が19.44年、女性が24.30年となっています。

また、男女ともに今後も引き続き、平均寿命は延びると予測されており、まさに人生100年時代が目前に迫っているといえそうです。

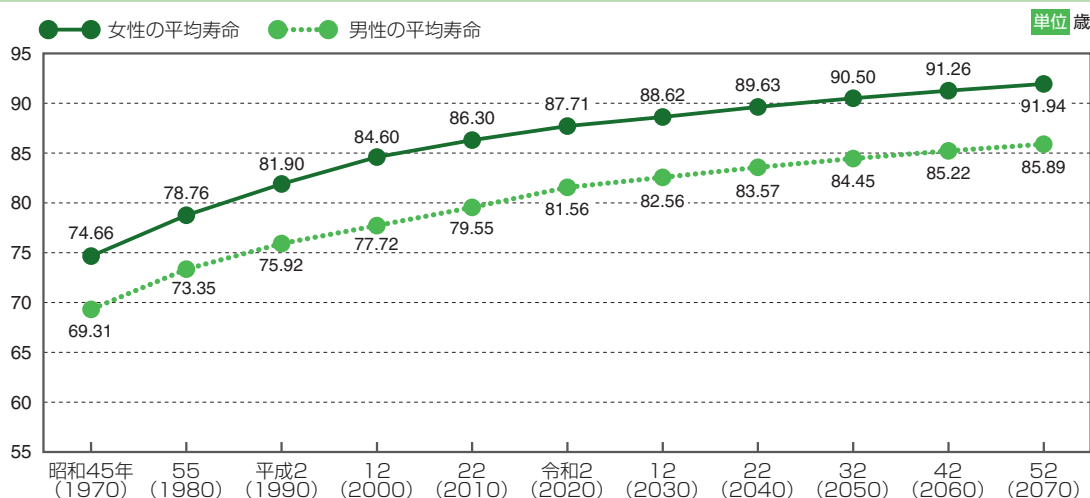
DATA3 男女・年齢別平均余命(令和4年／抜粋)

年齢(歳)	男(年)	女(年)	年齢(歳)	男(年)	女(年)	年齢(歳)	男(年)	女(年)
0	81.05	87.09	35	46.80	52.65	70	15.56	19.89
5	76.25	82.28	40	41.97	47.77	75	12.04	15.67
10	71.28	77.30	45	37.20	42.93	80	8.89	11.74
15	66.31	72.33	50	32.51	38.16	85	6.20	8.28
20	61.39	67.39	55	27.97	33.46	90	4.14	5.47
25	56.53	62.48	60	23.59	28.84	95	2.68	3.41
30	51.66	57.56	65	19.44	24.30	100	1.69	2.16

注：0歳の平均余命のことを平均寿命といいます。

厚生労働省「令和4年 簡易生命表」

DATA4 平均寿命の推移と将来推計(男女別)



注：令和12年以降は中位仮定です。

令和2年までは厚生労働省「完全生命表」、令和12年以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(令和5年推計)」

知って得る 特 情報

総人口に占める65歳以上の高齢者の割合(高齢者人口比率)が7%を超えた社会を高齢化社会、14%を超えた社会を高齢社会といいます。ちなみに令和2(2020)年10月現在、わが国は高齢者人口比率が28.7%で、男女別にみると男性の25.7%に対して、女性は31.5%となっています(総務省「令和2年国勢調査」)。