

LIFE PLAN & PENSION DATA & GUIDE

# 生活設計・年金 データ & ガイド

2023  
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 女性の保障はどれだけ必要？** ..... 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／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3,000万円以上
- 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690万人／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 第二の人生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 自助努力で豊かな第二の人生** ..... 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2022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。

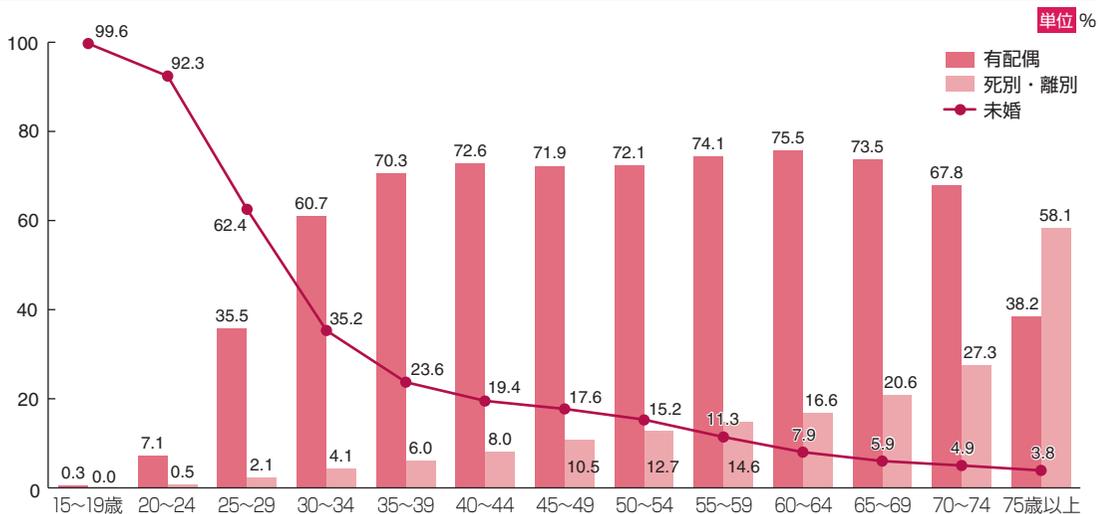
## 2 女性の保障はどれだけ必要？

### 働き方によって保障も変わる

女性にとって、結婚後も働き続けるか、専業主婦として家事に専念するかは、ライフステージ上での大きな決断です。

職業を持ちフルタイムで働く女性は、自分の所得とライフスタイルに合わせて保障を考えることができます。一方で、専業主婦が担う家事労働は、はっきりした就業時間のない、いわば24時間労働という見方もあります。これを外部業者に委託した場合、平均で一日あたり約1万円になるという意識調査の結果もあります。

#### DATA 1 女性の年齢階級別配偶関係



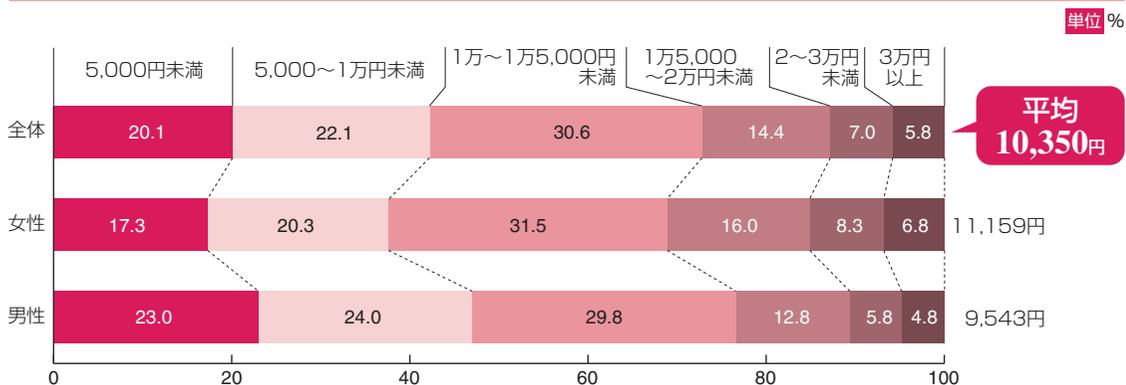
注①：配偶関係は、届出の有無にかかわらず実際の状態により次のとおり区分されます。

「未婚」はまだ結婚したことのない人、「有配偶」は夫のある人、「死別」は夫と死別して独身の人、「離別」は夫と離別して独身の人。

②：割合は、配偶関係不詳を除いて算出しています。

総務省「令和2年 国勢調査」

#### DATA 2 家事を外部業者に委託した場合にかかると思われる金額(1日あたり/サラリーマン世帯)



注：家事とは、「炊事」「洗濯」「育児」「買い物」「掃除」「介護」「縫い物」「社会活動(子どものPTAなど)」をいいます。

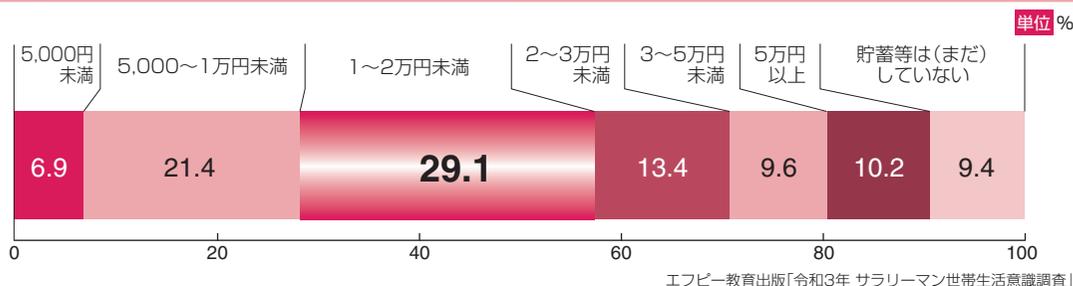
エフビー教育出版「令和3年 サラリーマン世帯生活意識調査」

## 教育費がかさむのは40歳代後半から50歳代前半

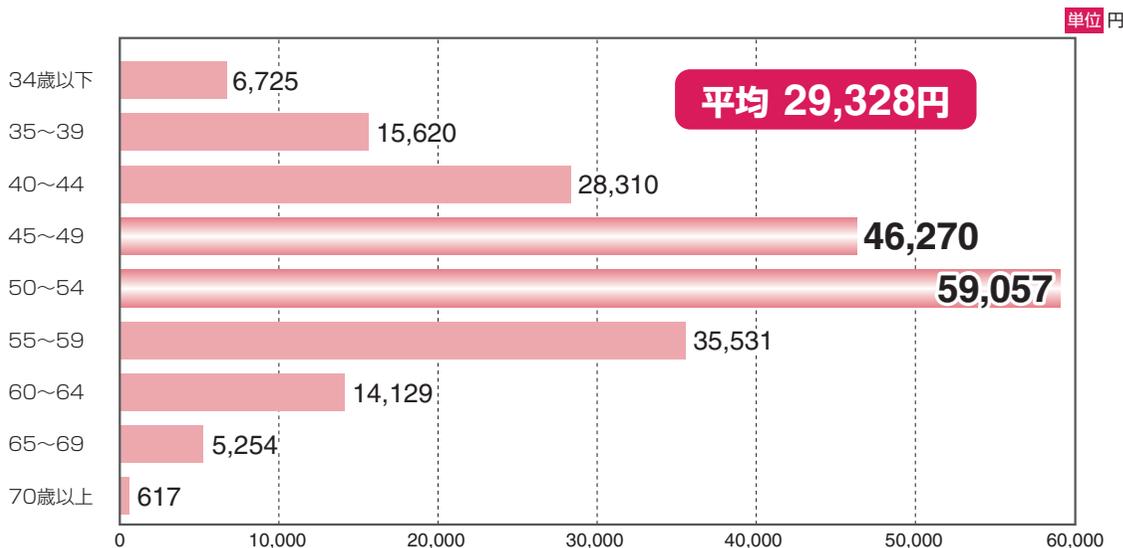
子どもの進学等に備えて、半数以上が月平均1～5万円の貯蓄等をしています。

また、1か月あたりの教育関係費を世帯主の年代別にみると、50～54歳で約5万9千円、45～49歳で約4万6千円の負担額となっています。住宅ローン返済など、ほかの出費と重なる年代だけに、先の予測が立てやすい教育費については早めに準備したいものです。

### DATA3 教育資金の貯蓄額等(1か月あたり／サラリーマン世帯)



### DATA4 世帯主の年齢階級別にみた教育関係費(1か月あたり／勤労者世帯)



注①：「教育関係費」は、授業料等の「教育費」に「給食費」「制服代」「定期代」「学習用机」「仕送り金」などを加えたものです。

②：対象は、二人以上の世帯のうち勤労者世帯です。

総務省「2021年 家計調査 家計収支編(詳細結果表)」

## 知って得する 特情報

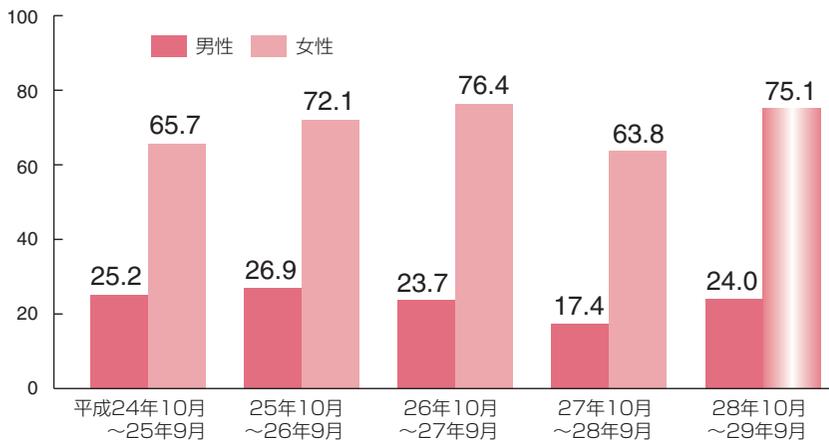
子どもの教育資金準備の選択肢のひとつとして子ども保険があります。子ども保険は貯蓄型の保険で、子どもの進学時期に合わせて保険金を受け取ることができる保険商品です。子ども保険は教育資金を計画的に準備できるうえ、親に万一のことがあった場合に保険料の払い込みが免除されたり育英年金が支払われたりする保険としてのメリットもあります。

## 平均介護期間は5年1か月！

介護・看護のために前職を辞めた人の数は女性が多く、平成29年の調査では、男性は年間約2.4万人、女性は約7.5万人となっています。また、実際の介護期間は平均で5年1か月となっており、長期化傾向にあります。

### DATA 3 介護・看護のために前職を辞めた人の数の推移

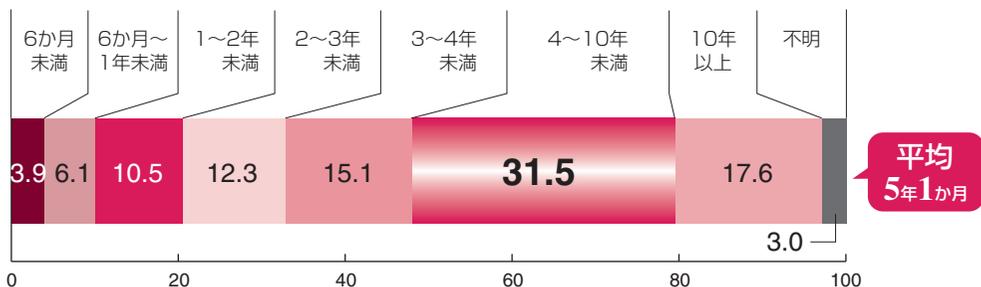
単位 千人



総務省「平成29年 就業構造基本調査」

### DATA 4 介護期間

単位 %



注：過去3年間に、高齢で要介護状態（寝たきりや認知症など）になった家族や親族の介護経験がある人に、介護を始めてからの期間（介護中の場合は経過期間）を尋ねたものです。

(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」

## 知って得する 特 情報

介護付き有料老人ホームには、入居時の一時金が必要な場合があります。東京都内の施設の入居一時金の平均は約1,357万円、月々の利用料が約23.5万円となっています。また、一時金なしの場合は月々の利用料が約26.0万円となっています(東京都福祉保健局「東京都内有料老人ホーム一覧(令和4年12月1日現在)」をもとにエフピー教育出版試算)。

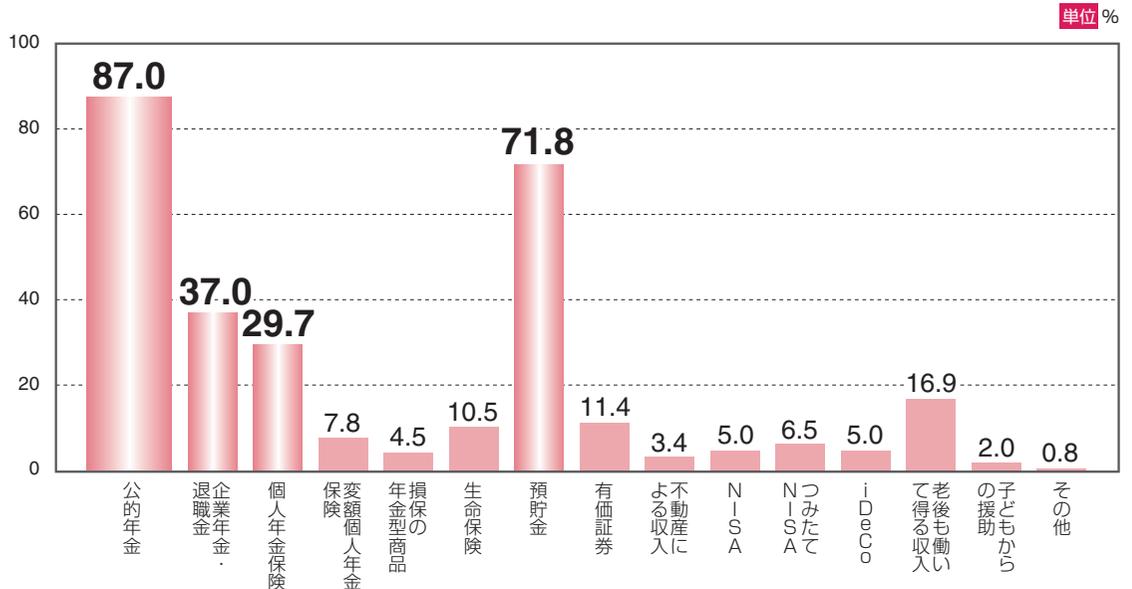
## 2 公的年金だけで大丈夫？

### 9割近くの人が公的年金を頼りに…

老後の生活資金をまかなう手段の第1位は「公的年金」で、「預貯金」「企業年金・退職金」「個人年金保険」と続いています。やはり、老後生活を守る三本の柱(社会保障・企業保障・個人保障)が中心ですが、中でも9割近くの人が公的年金を頼りにしています。

ただし、加入する年金制度や年収などにより、自助努力の必要性も変わってきますので、早めに現状を確認することも重要です。

#### DATA 1 老後の生活資金をまかなう手段



注：複数回答です。「わからない」を除いています。

(公財)生命保険文化センター「2022(令和4)年度 生活保障に関する調査(速報版)」

#### DATA 2 65歳からの老齢年金の目安(加入年数別・収入別)

加入年数	サラリーマン(老齢基礎年金+老齢厚生年金)			自営業 (老齢基礎年金)
	年収約 <b>480</b> 万円 (平均標準報酬額40万円)	年収約 <b>600</b> 万円 (平均標準報酬額50万円)	年収約 <b>720</b> 万円 (平均標準報酬額60万円)	
25年	月額約 <b>9.5</b> 万円 (年約114.3万円)	月額約 <b>10.9</b> 万円 (年約130.8万円)	月額約 <b>12.2</b> 万円 (年約147.2万円)	月額約 <b>4.0</b> 万円 (年約48.6万円)
30年	月額約 <b>11.4</b> 万円 (年約137.2万円)	月額約 <b>13.0</b> 万円 (年約156.9万円)	月額約 <b>14.7</b> 万円 (年約176.7万円)	月額約 <b>4.8</b> 万円 (年約58.3万円)
35年	月額約 <b>13.3</b> 万円 (年約160.1万円)	月額約 <b>15.2</b> 万円 (年約183.1万円)	月額約 <b>17.1</b> 万円 (年約206.1万円)	月額約 <b>5.6</b> 万円 (年約68.0万円)
40年	月額約 <b>15.2</b> 万円 (年約183.0万円)	月額約 <b>17.4</b> 万円 (年約209.3万円)	月額約 <b>19.6</b> 万円 (年約235.6万円)	月額約 <b>6.4</b> 万円 (年約77.7万円)

注①：令和4年度の年金額をもとに、すべての加入期間を2003年4月以降(総報酬制導入後)として計算した目安の金額であり、実際の支給額をお約束するものではありません。

②：加給年金・経過的加算などは考慮していません。

③：年金年額や年金月額、千円未満を切り捨てて表示しています。

調：エフビー教育出版調べ