

Q 生活設計って何だろう？



A 自分や家族はこうありたいという夢や目標を描き、その実現に向けた具体的な計画を立てる事です。

生活設計で大切な点

- Point 1** 中期的・長期的な計画を立て、状況によって見直す
- Point 2** 計画を立てる際は、以下の視点に留意する

生活設計のさまざまな視点

ライフイベントに対応する

… 結婚、出産・育児、教育、マイホーム取得など

心身ともに健やかな生活を送る

… 健康、余暇、趣味など

生活基盤の安定をはかる

… 仕事(就労)、資産形成、相続など

リスクに備える

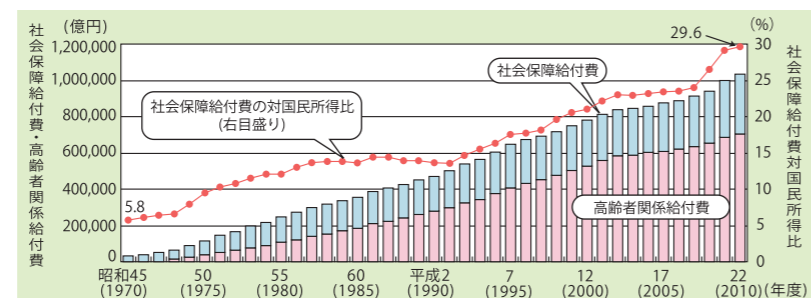
… 万一の場合、病気・ケガ、老後、介護など

生活設計がますます大切になっている理由(わけ)

長寿化の傾向や厳しい社会保障財政、不安定な雇用情勢などにかんがみると、みずからしっかりと生活設計を立て、人生のさまざまなリスクに対応していくことがますます重要となっています。

長寿化	男女ともに伸びる傾向にある平均寿命	<ul style="list-style-type: none"> 生涯の収支合わせが困難に 病気になったり介護を受ける可能性が増大
社会保障財政	年々増加する社会保障給付費(右図)	厳しい財政状況から給付抑制が進むおそれ
雇用情勢	労働者全体の3分の1にまで達する非正規雇用	安定した収入確保が困難になるおそれ

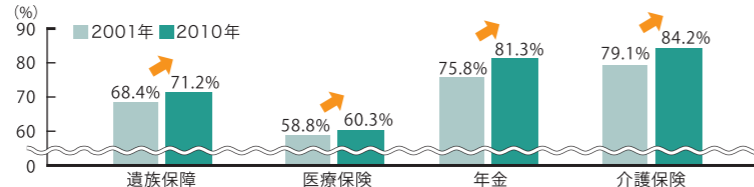
◆ 社会保障給付費の推移



(注1) 高齢者関係給付費とは、年金保険給付費、高齢者医療給付費、老人福祉サービス給付費及び高年齢雇用継続給付費を合わせたもので昭和48年度から集計
(注2) 高齢者医療給付費は、平成19年度までは旧老人保健制度からの医療給付額、平成20年度は後期高齢者医療制度からの医療給付額及び旧老人保健制度からの平成20年3月分の医療給付額等が含まれている。

(出所) 国立社会保障・人口問題研究所「平成22年度社会保障費用統計」をもとに作成

◆ 公的保障では「まかなえない」という人の割合推移



(出所) 生命保険文化センター「生活保障に関する調査」をもとに作成

Q 具体的にはどうすればいいの？



A 生活設計を考えていくうえでは、〈社会保障〉と〈自助努力〉を適切に組み合わせ、自分に最もふさわしい計画を立てることが大切です。

わたしたちの生活を支える《社会保障》

- ▶ 社会保障制度は、わたしたちが安心して暮らしていくうえで欠かすことができません。ただし、給付やサービスの範囲が限定されていたり、必要な費用が全額保障されない場合もあることには十分な留意が必要です。
- ▶ そのため、安心できる生活を実現するためには、どんなときに、どのくらい、いつまで給付されるかなど、社会保障制度の内容をしっかりと理解しておくことが重要です。

主なリスクと社会保障の種類

主なリスク	万一の場合 (遺族保障)	病気・ケガ (医療保障)	老後 (老後保障)	介護 (介護保障)
社会保障	遺族年金 〔遺族基礎年金 遺族厚生年金など〕	公的医療保険 〔国民健康保険 被用者保険など〕	老齢年金 〔国民年金 厚生年金など〕	公的介護保険

生活設計を充実させるための《自助努力》

- ▶ 自助努力は、夢や目標を実現するためにみずから準備するものです。自分の生活設計に照らして、社会保障からの給付・サービスを補完していくことが大切です。
- ▶ 自助努力の手段には、生命保険や預貯金などがあります。これらを組み合わせ、さまざまなライフイベントに対応したり、リスクに備えることが重要です。



【参考】ライフイベントへの対応やリスクへの備えにかかる費用の目安

ケース	ライフイベントへの対応			リスクへの備え		
	結婚	教育	マイホーム取得	万一の場合	病気・ケガ	老後
費用(平均)	約444万円	約828万円	約3,757万円	約5,500万円	約21,000円	約28万円 (約35万円)
主な自助努力手段	預貯金	預貯金 生命保険 学資ローン	住宅ローン 預貯金	生命保険 預貯金	生命保険 損害保険 預貯金	生命保険 預貯金 有価証券

※ライブニッツ方式による計算。ライブニッツ方式とは、その人が亡くなった時点で将来受け取れたであろう収入(逸失利益)を計算する方法。
(出所) 生命保険文化センターHP、生保各社HPをもとに作成