

# 100年時代の 上手な お金の知恵



公益財団法人  
富士社会教育センター

# 100年時代の上手なお金の知恵

## はじめに

100年時代を安心、満足、楽しく生きるための準備はイキイキ人生を生涯実現するためにとっても大切なことです。生きがいつくりの趣味の開発や社会貢献の取組、地域社会での関係づくりや様々なネットワークの構築等々。そして大切なものの中でも基本の基本のひとつが健康。多くの皆さんが健康維持のために体力づくりや食事管理、健康に良いサプリメント探し等、様々な事柄に関心を向け健康のために頑張っています。

100年時代を楽しく生きるための健康づくり、健康の維持、とても大切ですし、「百利あって一害なし」。こんなことわざはありませんが、健康はだれにとっても、それくらい重要なことです。そこでご提案です。心の健康、体の健康づくりにお金の健康、家計の健康を加えてみるのはどうでしょう。

定年や雇用継続、再雇用などの働き方の変化は家計にも大きな影響を及ぼすと判ってはいても・・・「備えあれば憂いなし」と判ってはいても・・・。ところで「備え」って何？何をどうするの？ 関心や意識、一步踏み込んで先々の不安は有っても、つつい後回しにしてしまうのが、現状ではないでしょうか。

「備えあれば憂いなし」と判ってはいても後回しにしてしまう、何もしないのは何故？  
100年時代を安心、満足、楽しく生きるための大切な手掛かりのいくつかがこの辺りにありそうです。

聞いてみました。100年時代の備えは？ 資産づくりや安心への取組は？  
とても参考になる、代表的な回答やご意見を順不同に箇条書きしてみると。

- ①何をして良いかわからない。
- ②忙しくて・・・何をして良いかわからない。
- ③不安は有るが、漠然としていて・・・何をして良いかわからない。
- ④実感がないし・・・何をして良いかわからない。
- ⑤危機感はあるが・・・何をして良いかわからない。

◆皆さんの回答によると「何をして良いかわからない」に100年時代を安心、満足、楽しく生きるための大切な手掛かりがありそうです。忙しい日々の生活の中で「何をしたら良いのか。こうしたら良い」が判れば、100年時代の備え、上手な選択と決断の一步が踏み出せそうです。目指すのはお金の健康、家計の健康づくり。

そこで100年時代を安心、満足、楽しく生きるために、「税金や年金、健康保険の制度や仕組みを知る→備えるための上手な取組や方法を理解する→賢い、自分に合った、満足納得できる選択と決断→行動する」ために必要なことをご一緒に考えていきましょう。

# 目 次

はじめに	
第1章 100年時代！備えあれば憂いなし？	1
第1節 100年時代の暮らしと家計	
1. 100年時代の家計収支	
2. 我が家の家計収支	
第2章 100年時代の暮らしとお金	4
第1節 100年時代の経済設計	
1. 経済設計の7つのおすすめ	
2. 我が家の経済設計を確認してみよう	
3. 100年時代の運用のポイント	
第3章 所得税と住民税の基本の基本	6
第1節 所得税・住民税・収入・控除	
1. 税金	
2. 税金（所得税・住民税）の仕組み	
3. 税額控除と所得税・住民税と納税（税金）	
第2節 所得税・住民税	
1. 所得税・計算方法	
2. 住民税・計算方法	
第4章 退職金は退職一時金（現金）がお得？	23
第1節 退職一時金の税金	
1. 退職金は大切な自分の資産（お金）	
2. 退職金にも税金がかかる？	
3. 退職一時金の税金の計算式は次の通りです。	
4. 退職一時金の税金額と実質受取額を計算しよう。	
5. 退職金は一時金（現金）or 年金（企業・DC）どちらが得？	
第2節 退職金の上手な受取り方	
1. 退職金は一時金（現金）or 年金（企業・DC）どちらが得？	
第5章 雇用保険の知っ得ポイント	27
第1節 退職後はホップ・ステップ	
1. 退職後の12の行動（1か月が重要）	
第6章 雇用保険は必ず申請	30
第1節 雇用保険の受給、遠慮は不要	

1. 雇用保険、基本手当（失業給付）は必ず申請
2. 基本手当（失業給付）所定給付日数
3. 定年退職でも失業給付は受けられる？

## 第7章 60歳以降の働き方の知っ得ポイント ..... 34

1. 60歳以降の働き方の損得は？
2. 60歳以降の働き方（雇用保険・厚生年金）
3. 60歳以降の働き方と賃金、損・得比べてみれば

## 第8章 公的医療保険（健康保険・介護保険）の上手な知恵 ..... 38

### 第1節 公的医療保険（健康保険・介護保険）の上手な知恵

1. 主な公的医療保険の種類（健康保険）
2. 65歳以上の1号介護保険料
3. 健康保険は扶養がお得（国民健康保険は別）
4. 退職後の公的医療保険（健康保険・介護保険）
5. 退職後の健康保険は任意継続がお得

### 第2節 国民健康保険の知っ得ポイント（注意点）

1. 国民健康保険と保険料（税）の仕組み
2. 国民健康保険料（税）と退職金（企業年金）
3. 国民健康保険料（税）と企業年金の比較

### 第3節 介護保険制度の基本

### 第4節 75歳からの後期高齢者医療制度

### 第5節 医療費の自己負担は

## 第9章 国民年金・厚生年金の制度と仕組み ..... 50

### 第1節 国民年金・厚生年金、ここがポイント

1. 公的年金（国民年金・厚生年金）の仕組み
2. パート・アルバイトでも年金に加入できる？
3. 遺族年金
4. 遺族年金と自分の厚生年金の両方受け取れる？

### 第2節 障害年金

1. 障害年金

### 第3節 在職老齢年金は年金が減額される残念な制度です

1. 在職老齢年金

## 第10章 固定資産税と都市計画税 ..... 59

### 第1節 固定資産税と都市計画税

1. 固定資産税
2. 都市計画税

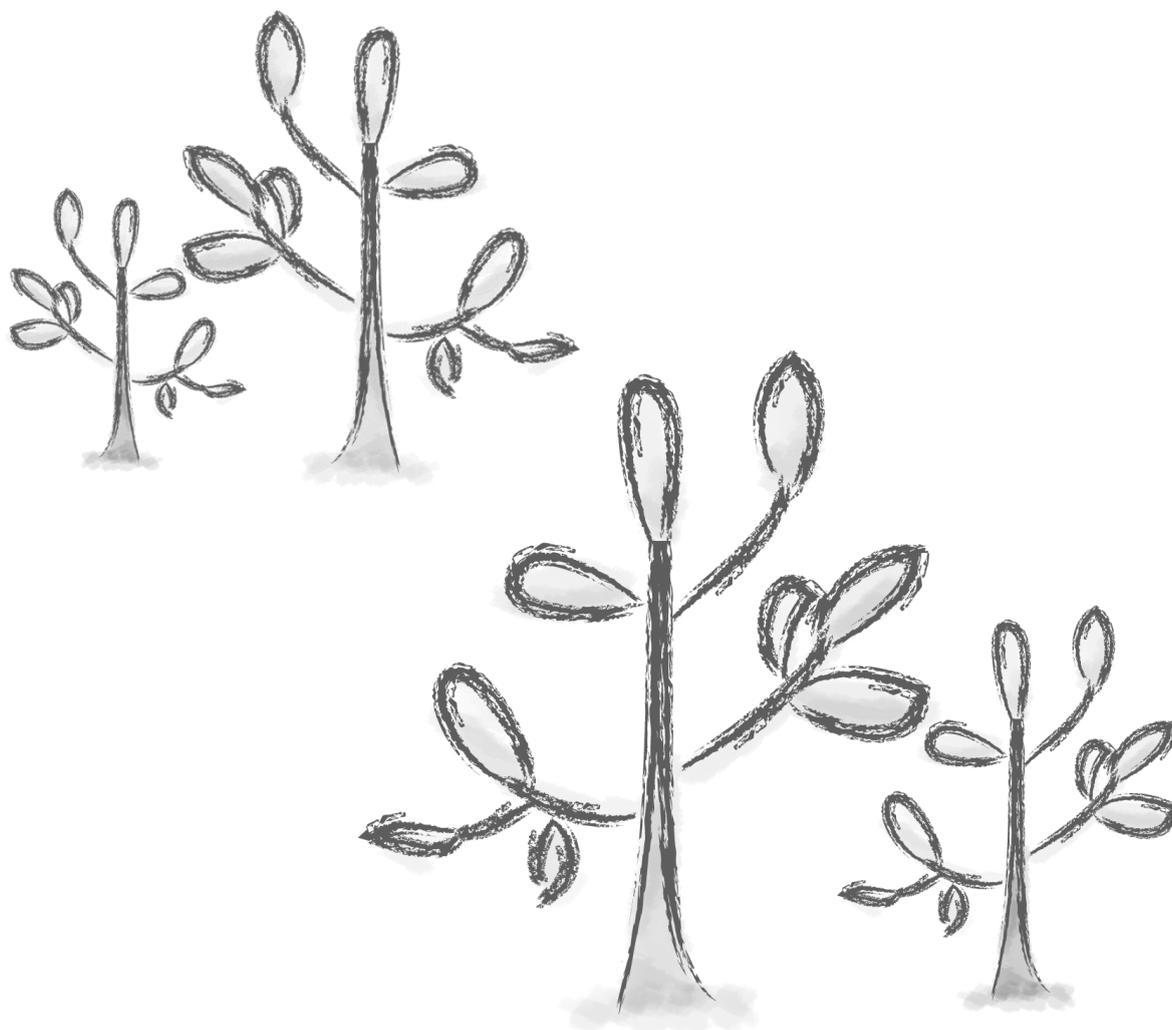
## 第11章 相続税・贈与税 ..... 60

### 第1節 相続税

1. 相続人と法定相続分
2. 相続の承認と放棄
3. 遺言
4. 遺留分と減殺請求
5. 相続税の計算
6. 配偶者の税額軽減
7. みなし相続財産の非課税金額

### 第2節 贈与税

1. 贈与税の基礎控除を活用します
2. 贈与税の配偶者控除を活用する場合
3. 相続時精算課税制度を活用する場合
4. 住宅取得に関する贈与の活用の場合
5. 教育資金の一括贈与に非課税措置



# 第1章 100年時代！備えあれば憂いなし？

100年時代を安心、満足、楽しく生きるための社会的課題の一つが生活資金・年金・医療・介護そして本質ともいえる超高齢社会、少子化、人口減少、社会基盤の弱体化です。第1章は我が家の100年時代の安心で快適な生活への備えです。定年や雇用継続、再雇用などの働き方の変化は家計収入に大きな影響を及ぼします。「備えあれば憂いなし」……。そこで何に「備え・準備」したら良いでしょう。

## 第1節 100年時代の暮らしと家計

### 1. 100年時代の家計収支

100年時代を安心、満足、楽しく生きるために、先ず100年時代の生活資金、家計収支の今を再確認してみましょう。

定年や雇用継続、再雇用などの働き方の変化は家計収入に大きな変化をもたらします。残念ながらほとんどの皆さんの収入が減ってしまいます。それでは家計支出、生活費は？

定年などの生活の変化に伴い、交際費や被服費など自助努力と意識改革で若干減らせるものもありますが、主たる支出である食費や税金などはあまり変わっていないようです。

ここでは、60歳以降の年金収入を基本とした生活の現状、収入と家計支出との割合、そして大切なことについて「総務省家計調査」を参考に考えてみましょう。

#### ◆2018年度総務省家計調査：二人以上高齢無職世帯（世帯主が60歳以上の無職世帯）

	60-64歳	65-69歳	70-74歳	75歳以上
実収入（月）	195,044	238,063	223,371	218,026
税金・健康保険料	37,875	34,050	30,889	26,461
可処分所得	157,169	204,013	192,482	191,565
消費支出	272,713	262,122	252,654	219,742
<b>月収支</b>	<b>△115,544</b>	<b>△58,109</b>	<b>△60,172</b>	<b>△28,177</b>

表1 二人以上の世帯のうち高齢無職世帯の家計収支 -2018年-

項目	平均	(円)			
		60~64歳	65~69歳	70~74歳	75歳以上
世帯数分布（1万分比）	10,000	600	2,094	2,477	4,829
世帯人員（人）	2.38	2.59	2.48	2.36	2.33
世帯主の年齢（歳）	74.4	62.5	67.2	71.9	80.2
持家率（％）	93.3	95.0	93.4	93.4	92.9
実収入	222,335	195,044	238,063	223,371	218,026
社会保障給付	188,195	112,580	190,067	194,134	193,470
非消費支出	29,856	37,875	34,050	30,889	26,461
可処分所得	192,479	157,169	204,013	192,482	191,566
消費支出	239,934	272,713	262,122	252,654	219,742
黒字	-47,455	-115,544	-58,109	-60,172	-28,176
平均消費性向（％）	124.7	173.5	128.5	131.3	114.7
（参考値）平均消費性向（％）（注2）	(133.5)	(185.8)	(137.6)	(140.6)	(122.9)
黒字率（％）	-24.7	-73.5	-28.5	-31.3	-14.7
（参考値）黒字率（％）（注2）	(-33.5)	(-85.8)	(-37.6)	(-40.6)	(-22.9)

## 第2章 100年時代の暮らしとお金

### 第1節 100年時代の経済設計

#### 1. 経済設計の7つのおすすめ

- ① 65歳までの収入予測と資産形成や預貯金、個人年金等の積立を計画・実施する
- ② 65歳から85歳までのライフイベントを計画する
- ③ 退職後のライフスタイルと生活資金を予測する
- ④ 退職後の収入（退職金・公的年金・個人年金他）を確認する
- ⑤ 税金の仕組みや健康保険の制度を再確認する
- ⑥ 実質収入から国民健康保険料などを引いた可処分所得（ゆとり）を確認する
- ⑦ 預貯金に頼らない生活スタイルを計画する（イベント資金は別）

1) 安心、満足、楽しく生きるための100年時代の生活資金、家計収支を今のうちに思い描くことをおすすめします。65歳までの収入予測、資産形成予測と退職後の生活資金を確認し個人年金や預貯金の積立、退職金の活用を検討してみましょう。

第2のポイントは、65歳から85歳までのライフイベントを計画することです。夫婦での旅行や子供の結婚、車の買い替え、子供のマイホーム購入支援、自宅のバリアフリーなど、計画してみましょう。

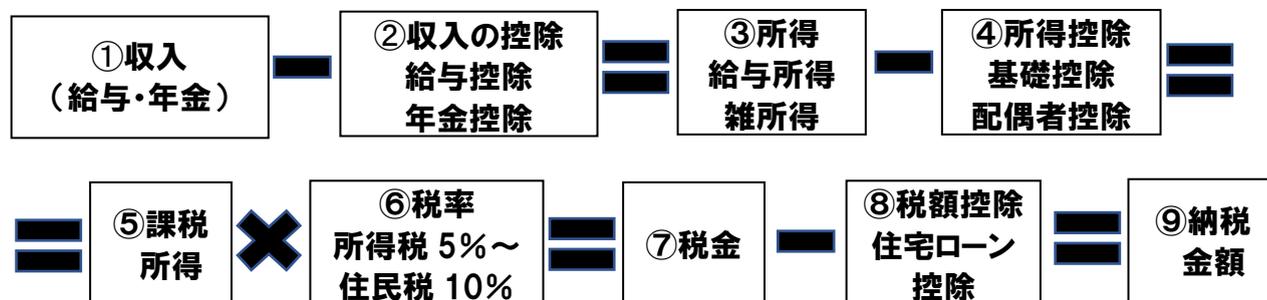
本人（歳）	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
ライフイベント表	子の結婚費用支援 200万円		国内旅行 20万円		海外旅行 50万円	子の住宅購入支援	国内旅行				
		自動車 200万円		リフォーム 300万円							
配偶者（歳）	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74

#### 〈純資金確認表〉

資 金		イベント資金・純資金	
65歳時点の預貯金	2000万円	①国内旅行	20万円
		②海外旅行	50万円
		③リフォーム	300万円
		④車の購入	200万円
		⑤子どもへの援助	200万円
		純資金	1230万円
資金合計	2000万円	イベント資金・純資金 合計	2000万円

## 第3章 所得税と住民税の基本の基本

### 収入・(収入)の控除・所得・所得控除・課税所得・税金・税額控除・納税金額



### 第1節 所得税・住民税・収入・控除

#### 1. 税金

給与でも、年金でも、保険の満期金でも収入があると原則税金がかかります。でも必ず税金を納める（課税対象になる）わけではありません。そこで、どんな時に税金がかかるのか、逆に払わなくて良いのか、税金の仕組み、税金の基本の基本を知っておくことは100年時代を安心、満足、楽しく生きるためにとても役に立ちます。

ちなみに、〇〇税と呼ばれる税金が現在約50種類定められています（令和2年）。私たちの生活で関係が深いそして重要なものは所得税と住民税、他に消費税、相続税や贈与税、固定資産税などなどですが、それぞれ仕組み（所得・控除・課税方法他）が異なっているので、とても種類が多く複雑です。何しろ税理士、公認会計士という専門中の専門職があるくらいですから。そこで私たちの暮らしに最も関係があり、仕組みを知っておくと良いことが多くある所得税と住民税を中心に関心を向けてみようと思います。

#### 2. 税金（所得税・住民税）の仕組み

給与でも、年金でも収入があると原則税金がかかるという説明をしました。それではどのような仕組みなのか、課税されるのか・されないのか、税金の金額はどう決まるのかを見ていこうと思います。

##### 1) 収入と所得

税金の対象となる基本は収入です。給与収入やお店の売上収入などですが、収入の全てが利益ではありません。収入を得るために様々なお金や物を使っています。いわゆる経費です。そこで課税の考え方として、まず収入から経費（控除等）を差し引いたもの、単純に利益と見なされるものを課税の対象としています。この対象となる利益が「所得」です。「収入」と「所得」は違う。「収入」－（必要経費・控除）＝「所得」で税金の対象になるということです。

現在※「所得」を10種類に分類しています。



## 第4章 退職金は退職一時金（現金）がお得？

### 第1節 退職一時金の税金

#### 1. 退職金は大切な自分の資産（お金）

多くの会社が退職金の制度を持っています。100年時代の家計を支えるとても大切な私たちの資産・財産です。仕組み上、多くの会社が退職時（60歳～）にしか受け取ることが出来ませんが、自分の資産財産であることは間違いありません。自分の大切なお金、財産だという意識や関心を持つことが重要です。退職金には「知って得する、知らないと損する」注意すべきことがいくつもあります。実は税金や健康保険、年金等との関連や仕組みを知らずに、しなくてもよい損をしているケースがたくさんあるのです。100年時代の資産財産のポイントの一つが退職金の扱い、受け取り方法と言っても良いくらいの重要事項です。

#### 2. 退職金にも税金がかかる？

1) 退職金にも、所得税と住民税がかかる場合があります。しかし、退職金は原則退職時にしか受け取れない。自分のお金なのに使えない。※運用も一部分しかできない。また貸金・給与の後払いの意味合いと退社後の生活費の一部ということで、税制の優遇措置がはかられていません。退職金は、退職一時金で受取る場合に限り、退職所得として他の所得とは分離されます（退職分離課税の制度）。ここで知って得するポイントが退職金は一時金（現金）で受け取った時に限り税金の優遇制度が使えるという点です。

2) 退職金を一時金（現金）で受け取る場合は、健康保険、雇用保険、厚生年金保険等の社会保険料がかかりません。

3) 退職後に国民健康保険に加入する場合、国民健康保険料（税）の基準となる前年度の所得からも対象外で社会保険料の面でも大変優遇されています。

※重要ですので後程詳しく解説しますが、退職金（DC含む）を年金化して受け取ると、お得なこの税金の優遇制度が使えないので、その分損することがあるということです。

※2001年に米国の401Kを参考に日本でも退職金の一部を運用できる制度、DC（企業型確定拠出年金）が新設された。

#### ★知ってポイント：退職金の一部を65歳まで(DC)確定拠出年金で運用した場合

- ① 65歳時点で確定拠出年金を一時金(現金)でもらう場合には、退職一時金(現金受取)として扱うことができます。
- ② 60歳時点の退職金の控除額の範囲内で控除を受けられます(控除額が残っていれば使える)。
- ③ (DC)確定拠出年金分を年金でもらう場合には雑所得(収入)となり、退職所得控除が使えないので、よく考えて判断することが大切です。

#### 事例) ①退職金総額 1500万円(内訳:一時金分 1300万円。DC分 200万円)

②退職控除額 1500万円。③60歳時に一時金 1300万円受取。④1500万円の退職控除の内 1300万円の控除を受ける。⑤控除額残 200万円。⑥DC分 200万円は 65歳まで運用。⑦65歳時にDC分 200万円を一時金(現金)で受取り。◇この場合⑥の控除残分 200万円がつかえる。結果税金 0円。

# 第5章 雇用保険の知っ得ポイント

## 第1節 退職後はホップ・ステップ

### 1. 退職後の12の行動（1か月が重要）

1) 退職時に会社へ返却するものと提出するものを整理、確認します。

- ① 健康保険証など会社から支給をうけたもの。  
ただし健康保険証は退職後に返却が可能です。
- ② 「退職所得受給に関する申告書」。  
退職金を受け取る際に、受取る前に会社に提出する申告書です。この申告書を会社に提出していないと退職所得控除が適用されないので注意が必要です。  
※所得税&復興特別所得税は退職金全額の一律 20.42%が源泉徴収されます。  
住民税は退職金の課税退職所得の10%です。

2) 退職時に会社から返還してもらう5つの重要書類。

- ① 厚生年金手帳（会社保管の場合。再就職の際は新しい会社に提出）。
- ② 雇用保険被保険者証（失業給付。基本手当をもらうときに必要）。
- ③ 離職票の受取方法を確認（退職後10日以内・失業給付に必要）。
- ④ 給与所得の源泉徴収票の受取方法を確認（退職後1ヶ月前後）。
- ⑤ 退職所得の源泉徴収票の受取方法を確認（退職後1ヶ月前後）。

3) 退職後10日以内に離職票を受取る。

- ① 退職後、会社から10日以内に記入済みの離職票が送られてきます。  
（会社は10日以内に離職証明書をハローワークに送付提出）。
- ② 離職票を確認（確認は3点。離職年月日・賃金額・離職理由）。
- ③ 退職理由で失業保険の日数と給付制限（あり・なし）が異なる。  
※会社都合（整理解雇・倒産は給付制限なし。待機期間は7日間）。  
※自己都合（辞職・普通解雇は給付制限あり。待機期間+3か月）。  
◆希望退職募集によるものは会社都合。  
◆早期退職優遇制度によるものは自己都合。  
\* 特定受給資格者は、所定給付日数は倍増されます。  
例) 勤続20年以上で定年理由の場合は150日の給付。待機期間は7日間。  
倒産や整理解雇などの特定受給資格者（勤続20年以上）は年齢により異なります。  
◇45歳以上60歳未満330日。60歳以上65歳未満240日。
- ④ 離職票を受け取ったすぐにハローワークに行き求職申請。  
注意：申請は求職の申請（働く意志と能力有り⇒再就職までの間、基本日数分基本手当支給）

4) すぐに住所地のハローワーク（公共職業安定所・8:30~17:15）で求職を申し込みます。

- ① 主な必要書類（離職票・雇用保険被保険者証・印鑑・写真2枚・マイナンバー確認書類、運転免許証かマイナンバーカード等本人確認書類）
- ② 受給説明会に出席するようにします。「雇用保険受給資格者証」、「失業認定申告書」を受領。