

早めの準備で安心なセカ

リタイア後に必要なお金の基本的な計算式

リタイア後の支出 (総額)

●生活費

年間支出×リタイア時の
平均余命

●イベント費

子どもへの援助、住宅関連、
旅行、マイカー買い替え など

●医療費や介護費

病気、けが、親の介護、
自分たちの介護 など

リタイア後の収入 (退職金・公的年金など)

●公的年金

●退職金・企業年金・ 私の年金 など

リタイア後に
必要なお金は
いくら?



リタイア後の収入は、一般的に、現役時代に比べて大幅にダウンします。自分らしく豊かなセカンドライフを送るために蓄えを準備できるかどうかは、多くの人にとって気になるところです。

まずは、リタイア後の暮らしを具体的に思い描き、支出を見積もってみるところからはじめます。そして、その支出を賄うために必要な金額を、リタイアまでの期間で準備するための計画を立てます。不足額があっても、焦る必要はありません。もう一度現在の家計を見直して貯蓄を増やすなど、今から対策を打っていきましょう。

シンドライフを手に入れる

～リタイアメントプランニングの全体像を見てみましょう

リタイア時点の貯蓄

- 老後資金用の貯蓄 など

リタイア後に必要なお金

リタイアまでに
自分で準備しておきたい金額

リタイアメント
プランは
どう作る?



リタイアメントプランの作り方

- 1 退職後の暮らし方・趣味など
ライフデザインを考える P4～
- 2 リタイア後に必要な
支出を見積もる P5～
- 3 リタイア後に受け取れる
収入を見積もる P12～
- 4 収支をチェックする
「リタイア後に必要なお金」の
目安を計算する P18～
- 5 改善策を立てる
できることからはじめる P20～