

NISA口座(非課税口座)に関するご留意点

- 非課税口座開設には、特定口座または一般口座の開設が必要です。
- 非課税口座は、すべての金融機関を通じて、同一年において1人につき1口座しか開設できません(金融機関を変更した場合を除く)。なお、所定の手続きの下で、金融機関の変更が可能ですが、金融機関の変更を行い、複数の金融機関で非課税口座を開設した場合でも、各年において1つの金融機関の非課税口座でしか公募株式投資信託等を購入することができません。また、非課税口座内の公募株式投資信託等を変更後の金融機関に移管することもできません。なお、金融機関を変更しようとする年に、変更前金融機関の非課税口座で、既に公募株式投資信託等を購入していた場合、その年は金融機関を変更することはできません。
- 金融機関によって、取り扱うことのできる金融商品の種類およびラインアップは異なります。当金庫では、公募株式投資信託のみ取り扱っています。
- 非課税口座には年間投資枠が設定されており、一旦利用すると、換金しても年間投資枠の再利用はできません。また、年間投資枠の残額は翌年以降へ繰り越すことはできません。そのため、短期間での売買(乗換え)を前提とした商品には適さず、中長期的な保有を前提とした投資が望ましいと考えられます。
- 非課税保有限度額の枠は、換金した年の翌年に再利用できますが、年間投資枠の再利用はできません。
- 非課税口座における配当所得および譲渡所得等は、収益の額にかかわらず全額非課税となりますが、損失は税務上ないものとされ、特定口座や一般口座で保有する他の公募株式投資信託等の配当所得および譲渡所得等との通算はできず、当該損失の繰越控除もできません。
- 投資信託における分配金のうち元本払戻金(特別分配金)は、そもそも非課税であり、制度上のメリットを享受できません。また、当該分配金の再投資を行う場合には、年間投資枠が消費されます。
- 2023年までにNISA制度を利用して非課税投資された公募株式投資信託等には非課税保有期間が設けられています(一般NISAは最長5年、つみたてNISAは最長20年)。
- 2023年までにNISA制度を利用して非課税投資された公募株式投資信託等の非課税保有期間終了時に非課税口座内でお客様が保有される公募株式投資信託等は、移管時の時価で特定口座等の課税口座に移管されます。
- 税金に関するご相談については、専門の税理士等にご相談ください。
- このご案内は、作成時点における法令その他の情報に基づき作成しており、今後の改正等により、取扱いが変更となる可能性があります。

投資信託に関するご注意事項

- 投資信託は、預金および保険契約ではありません。
- 投資信託は、預金保険機構、保険契約者保護機構の保護の対象ではありません。
- 当金庫が取り扱う投資信託は投資者保護基金の対象ではありません。
- 当金庫は販売会社であり、投資信託の設定・運用は投資信託委託会社が行います。
- 投資信託は、元本および利回りの保証がない金融商品です。
- 投資信託には、購入時または換金時に手数料のかかるものや、換金の際に信託財産留保額が控除されるものがあります。また、保有期間中に運用管理費用(信託報酬)等の費用が信託財産から差し引かれます。
- 投資信託は、換金時期等に制約がある場合があります。
- 投資信託の購入のお申込みに関しては、クーリングオフ(書面等による解除)の適用はありません。
- 投資信託のお申込みの際には、あらかじめ最新の投資信託説明書(交付目論見書)および目論見書補完書面等(金融商品取引法第37条の3の規定により交付する書面)をお渡ししますので、商品内容等を十分に理解したうえお申込みください。

投資信託は、組入価証券等の価格下落や組入価証券等の発行者の信用状況の悪化等の影響により、基準価額が下落し、元本欠損が生ずることがあります。また、外貨建て資産に投資する場合には、為替相場の変動等の影響により、基準価額が下落し、元本欠損が生ずることがあります。投資信託の運用による利益および損失はお客様に帰属します。

iDeCoに関するご留意点

- 積立金の運用は加入者ご自身の責任で行われ、受け取る額は運用成績により変動します。
- 運用商品の中には、元本確保されない商品もありますので、商品の特徴をよく理解した上で選択してください。
- iDeCoは、老後の資産形成を目的とした年金制度であるからこそ、税制優遇措置が講じられています。このため、原則60歳まで積立金を引き出すことはできませんので、ご注意ください。
- 加入期間等に応じて受給できる年齢が決まります。
- 手数料がかかります(運営管理機関や商品によって異なります)。
- 運用資産には、別途、特別法人税が課されますが、現在、課税が停止されています。
- 制度内容は法令の変更などにより変更となる場合があります。

ライフプランから考えるNISA活用BOOK

発行日 2024年10月
改訂 2025年11月
発行者 信金中央金庫
東京都中央区八重洲1丁目3番7号
03(5202)7711
<https://www.shinkin-central-bank.jp/>

著作・制作 株式会社ノースアイランド

※本誌に掲載のデータならびに図表等の無断複写、無断転載を禁じます。

ライフプランから考える

NISA 活用 BOOK



目次

1 世の中の変化とNISAの役割を確認しましょう

NISAを活用していますか? 2
 NISA制度のポイントを確認しましょう 3
 人生100年時代とNISA 5
 私たちを取り巻く環境は大きく変化しています 7

2 NISAを活用しましょう

ライフプランを立てることから始めましょう 9
 case1 NISAを活用した教育資金準備方法を確認しましょう 11
 case2 NISAを活用したセカンドライフ準備方法を確認しましょう 13
 case3 NISAを活用した退職金の運用方法を確認しましょう 15
 その他のcase 未来の夢の実現にもNISAを活用しましょう 17
 その他のcase 他の制度・商品とも上手に組み合わせましょう 18

3 運用の基本を確認しましょう

投資信託の基本と特長 19
 安定運用を目指しましょう 21



**NISA活用BOOK
PDFダウンロード**
 本誌はこちらからダウンロードできます。

NISAを活用していますか?

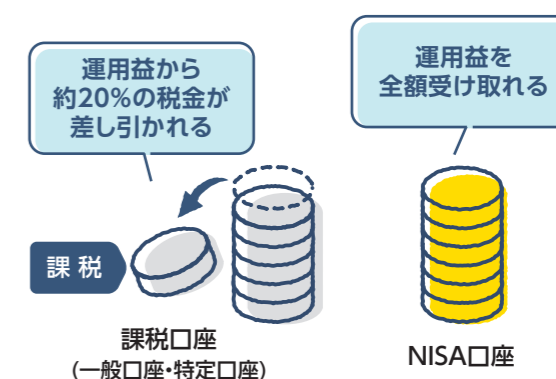
少額投資非課税制度「NISA」 誕生の背景

少子高齢化が急速に進む日本においては、公的年金をはじめとする社会保障制度の見直しが進められています。これからは、老後を年金だけに頼るのではなく、資産形成の「自助努力」が必須となりつつあり、国も投資非課税制度を導入することで、個人の自助努力をアシストしています。言い換えれば、NISAやiDeCoといった投資非課税制度の導入は、「自助努力」を促す“国からのメッセージ”だと言えるでしょう。

NISAってなに?

NISAは株式や投資信託などの金融商品に投資をすることによって得られた利益が非課税になる国の税制優遇制度です。通常、株式や投資信託などの金融商品に投資をした場合、売却益や配当に対して約20%の税金がかかりますが、NISA口座で投資をすると、それらの運用益が非課税になります。

投資により運用益が得られた場合

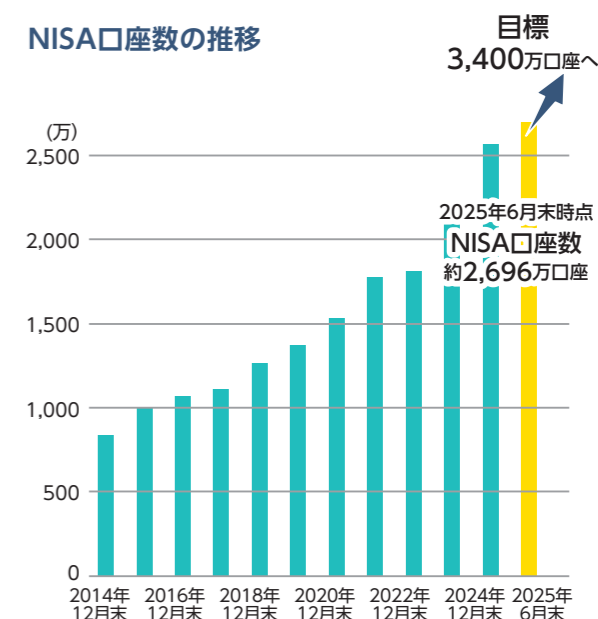


新しいNISA 始動!

NISAが2014年1月にスタートしてから11年が経ちました。最初は一般NISAのみでスタートしましたが、2018年には「つみたてNISA」が登場し、NISAの利用者は年々増加してきました。

さらに国は、2022年に個人の資産形成促進を目的とした「資産所得倍増プラン」を打ち出しました。その政策の1つが「NISAの拡充と恒久化」であり、これによりNISAは、資産形成を後押しする制度として2024年から新しく生まれ変わりました。

NISA口座数の推移



※2023年12月末までは一般NISA、つみたてNISAの合計口座数
 ※2024年以降は新NISAの口座数
 金融庁「NISA口座の利用状況調査(2025年6月末時点)」より
 株式会社ノースアイランド作成

NISA制度のポイントを確認しましょう

point 1 口座開設期間の恒久化・非課税保有期間の無期限化

NISA制度が恒久化し、非課税保有期間が無期限化されました。これにより、国民一人ひとりが、生涯にわたって安定的に資産形成しやすい制度になりました。

point 2 つみたて投資枠と成長投資枠の併用が可能に

NISA制度には、つみたて投資枠と成長投資枠の2つの枠があり、どちらかもしくは両方を利用することができます。NISAの非課税保有限度額は再利用ができますので、ライフステージに合わせて資産を積み立てたり取り崩したりしながら資産形成が行えます。

point 3 年間投資枠・非課税保有限度額の拡大

年間投資枠は、つみたて投資枠が120万円、成長投資枠が240万円で、非課税保有限度額(総枠)は1,800万円(うち成長投資枠は1,200万円)です。

年間投資枠や非課税保有限度額(総枠)は、買付ベース(簿価)で管理され、売却すると翌年以降に投資枠が復活し、枠の再利用が可能になります。

NISA制度の概要

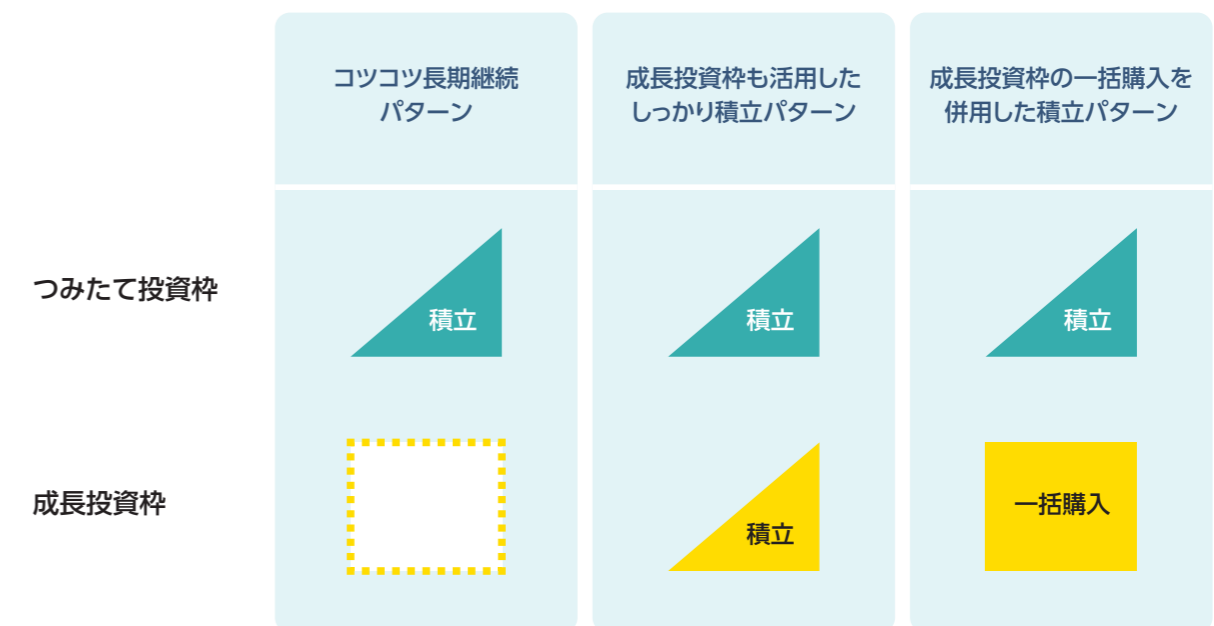
	つみたて投資枠	併用可	成長投資枠
非課税保有期間	無期限		
対象年齢	18歳以上		
年間投資枠	120万円		240万円
非課税保有限度額(総枠)	1,800万円 ※簿価残高方式で管理(枠の再利用が可能)		
			うち成長投資枠は1,200万円
投資対象商品	長期の積立・分散投資に適した一定の投資信託 (金融庁の基準を満たした投資信託に限定)		上場株式・投資信託等 (ただし、以下を除外する ① 信託期間20年未満、毎月分配型の投資信託およびデリバティブ取引を用いた一定の投資信託等 ② 整理・監理銘柄)

2023年末までに旧制度の一般NISA・つみたてNISA制度において投資した商品は、現行NISAの外枠で旧制度における非課税措置を適用。ただし、旧制度から現行NISAへの移管はできない。

金融庁ホームページより株式会社ノースアイランド作成

NISA制度の組み合わせ活用例

NISA制度の非課税保有限度額は、買付ベース(簿価)で管理され、生涯1,800万円まで拠出することができます。つみたて投資枠だけで1,800万円を拠出することもできずし、つみたて投資枠と成長投資枠をあわせて1,800万円まで拠出することもできます。ただし、成長投資枠については1,200万円が上限です。成長投資枠は一括購入だけでなく積立投資もできますので、ご自身にあった活用方法を見つけましょう。



「NISAシミュレーション」を活用して、NISAで運用した場合の非課税効果を確認してみましょう。



Q 2023年までのNISA口座で保有している投資信託はどうなるの？

2023年までのNISA口座で保有している投資信託は、非課税保有期間が終了するまで、非課税のまま保有できます。ただし、非課税保有期間内に売却しなかった場合は、非課税保有期間終了後に課税口座である特定口座もしくは一般口座へ自動的に払い出されます。2024年以降のNISA口座への移管はできません。なお、非課税保有期間は、一般NISAは最長5年、つみたてNISAは最長20年です。

人生100年時代とNISA

人生100年時代。NISAは18歳以上の若年層からシニア層まで、まさに全世代の方がライフプランに合わせて非課税で資産を積み立てたり取り崩したりできる制度です。若年層世代を中心とした資産形成の実践、現役世代における積立と取崩しの柔軟な活用、退職世代を中心とした資産運用など、各世代に応じたプランニングが可能です。

学生～若年層世代

NISAは18歳から始めることができます。学生～若年層世代は、時間を味方につみためて投資枠を活用した少額からのコツコツ積立をスタートさせましょう。

現役世代

現役世代は「資産形成の実践時期」ととらえ、将来のライフイベント(目標)に向けた準備を始めましょう。また、多様なライフスタイルの変化にも対応できるよう、つみためて投資枠、成長投資枠を併用し、柔軟に活用することが大切です。

退職世代

退職世代は、退職金を含む金融資産をしっかりと運用することにより「資産を殖やす時期」です。NISAの成長投資枠も活用して、時間分散を兼ねた非課税運用を実践しましょう。

シニア世代

シニア世代は、いままで築いてきた資産を「取り崩す時期」です。インフレによって資産価値が目減りすることを考慮して、NISAで安定的に運用しながら取り崩していくことを心がけましょう。

セカンドライフの生活費 (P13)

セカンドライフの不足額 約2,873万円
(毎月の不足額12.6万円 × 12カ月 × 19年(65歳男性の平均余命))



支出

セカンドライフの生活費は？

夫婦2人ゆとりある老後生活費

月平均 約**37.9万円**

参考:最低日常生活費 月平均23.2万円

収入

セカンドライフの収入は？

夫婦高齢者無職世帯の
収入(老齢年金など)

月平均 約**25.3万円**

結婚



結婚にかかる費用
(全国・推計値)

平均約454.3万円

結婚費用のための夫婦の
貯蓄総額(全国・推計値)

平均約325.8万円

結婚費用に対する
親等からの援助総額(全国・推計値)

平均約183.5万円

自動車購入 (P17)



軽乗用車(総額) 約175万円

普通乗用車(総額) 約366万円

介護・医療 (P13)



介護にかかる
自己負担総額の目安 1人あたり約542万円

医療費(100歳まで)にかかる
自己負担総額の目安 1人あたり約558万円

リフォーム (P13)



リフォーム資金 平均約154万円

教育 (P11)

教育費
(幼稚園と大学(文系)以外はすべて公立の場合)
平均約1,058万円

下宿する子どもへの仕送り額(年間)
平均約 95.8万円



住宅 (P17)



住宅取得にかかる費用
(全国) 平均約3,868万円

購入時自己資金準備
(全国) 平均約 486万円

●自動車購入にかかる費用 総務省「小売物価統計調査(動向編)」全国統一価格品目の価格(2025年3月) ●結婚 株式会社リクルート「ゼクシィ結婚トレンド調査2024調べ」 ●住宅 住宅金融支援機構「2024年度フラット35利用者調査」 ●教育・教育費:文部科学省「令和5年度 子供の学習費調査」「令和5年度 私立大学入学者に係る初年度学生納付金等平均額」・下宿する子どもへの仕送り額:株式会社日本政策金融公庫「令和3年度 教育費負担の実態調査結果」 ●セカンドライフの生活費 夫婦2人ゆとりある老後生活費・最低日常生活費:公益財団法人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」・セカンドライフの収入:総務省「家計調査(家計収支編)2024年」65歳以上の

夫婦のみの無職世帯の実収入・65歳男性の平均余命:厚生労働省「令和6年簡易生命表」より男性65歳時の平均余命19.47年を小数点以下四捨五入 ●リフォーム 国土交通省「令和6年度 住宅市場動向調査」 ●介護・医療 介護費用:公益財団法人生命保険文化センター「2024(令和6)年度 生命保険に関する全国実態調査」・医療費:厚生労働省「医療保険に関する基礎資料～令和4年度の医療費等の状況～」より株式会社ノースアイランド算出

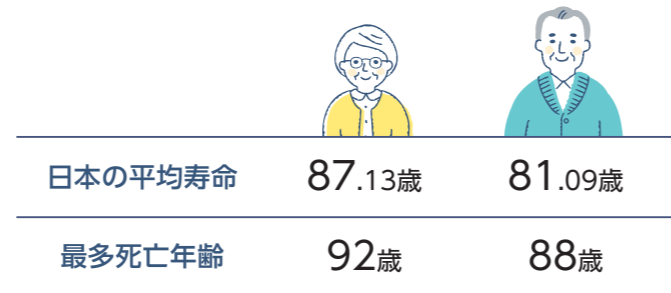
私たちを取り巻く環境は大きく変化しています

人生100年時代。取り巻く環境が大きく変化するなか、私たちはこれからどのような時代を生きるのでしょうか。

リアル「人生100年時代」

高齢化が急速に進む日本。現在の日本人の最多死亡年齢(最も多くの方が亡くなる年齢)は男性が88歳、女性は92歳です。30年後の日本では、人口の約4割が65歳以上の高齢者になると予測されています。

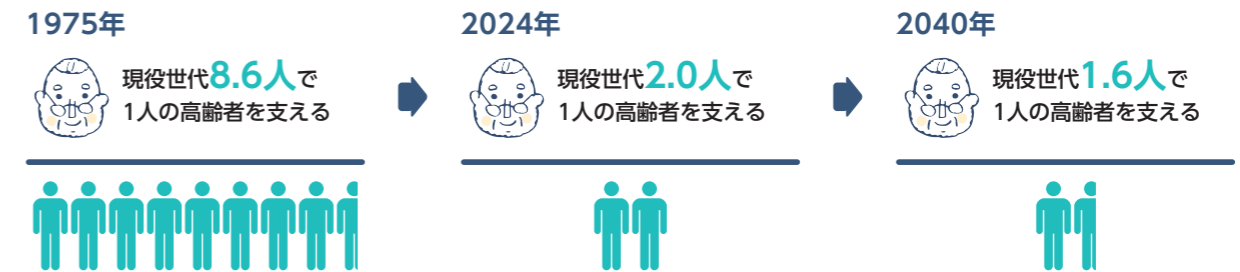
健康で長生きすれば、普段からやりたいと思っていたことを実践したり、新しいことに挑戦したりすることも可能になります。自分らしい人生を謳歌するためには、今まで以上に早くからのライフプランニングが大切になります。



厚生労働省「令和6年 簡易生命表」より株式会社ノースアイランド作成

年金制度の見直しと高まる自助努力の必要性

日本の公的年金制度は、基本的に現役世代の納める保険料で、その時代の高齢者の年金給付をまかなう「世代間扶養」の考え方で運営されています(賦課方式)。このまま少子高齢化が進むと、将来にわたって「世代間扶養」を保つことが難しくなるため、現在、年金制度を維持するためのさまざまな見直しを実施されており、個人のセカンドライフに向けた自助努力の必要性もますます高まっています。



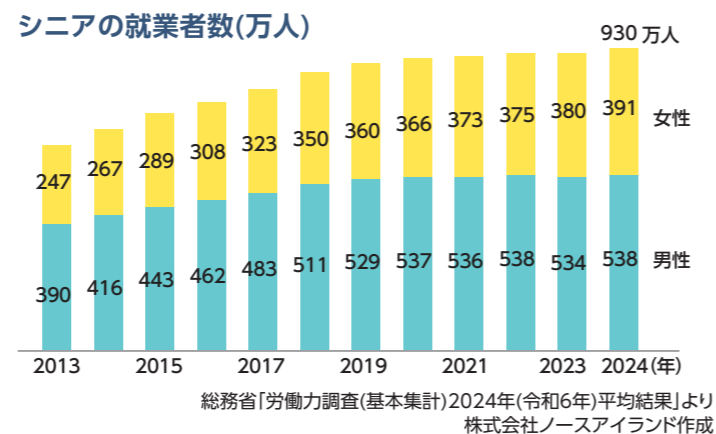
※ 現役世代:15歳~64歳の人口、高齢者:65歳以上の人口 1975年:総務省「我が国の推計人口(大正9年~平成12年)」 2024年:総務省「人口推計」(2024年10月1日現在 確定値) 2040年:国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(令和5年推計)」より株式会社ノースアイランド作成

ライフスタイルの多様化

現在、日本の社会においては、少子高齢化だけでなく、生涯未婚率の上昇や働く女性の増加など、「生き方」や「ライフスタイル」も急速に変化しています。

例えばシニアの就労状況を見ると、今や65歳以上の4人に1人が働く時代です。より多様化するセカンドライフに備えて、「学び直し」(リカレント・リスキリング)に積極的に取り組む社会人も増えています。

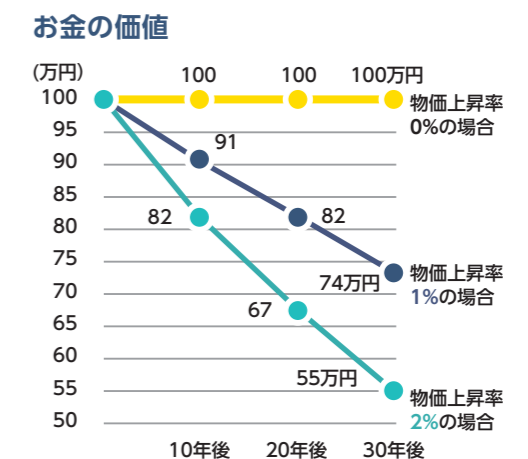
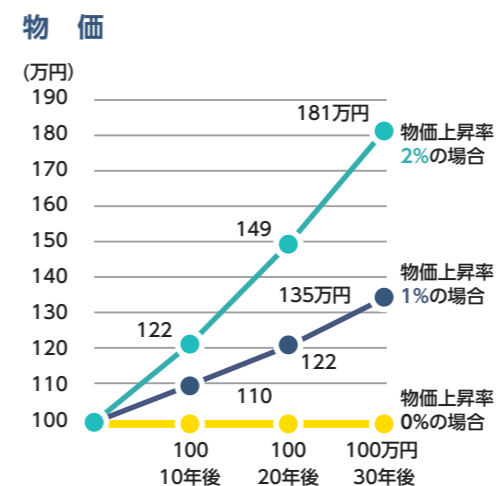
生き方が多様化し、進化し続けている時代だからこそ、一人ひとりにあったライフプランニングが必要になると言えるでしょう。



インフレから資産を「守る」時代へ

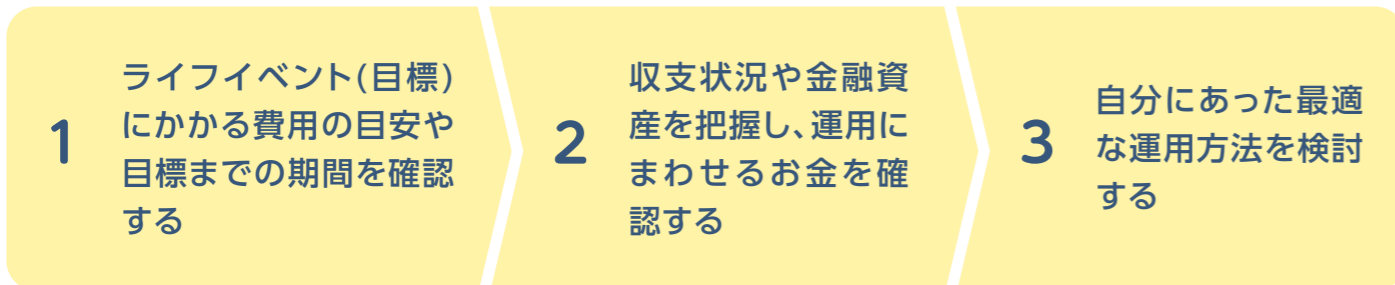
日本銀行が目指す2%程度の物価上昇が続くと、同じお金で買えるモノの量や質が減少・低下します。これは、実質的に「お金の価値が下がる」ことを意味しています。

今後の物価変動を予測するのは難しいですが、長期的な物価上昇によりお金の価値が目減りするリスクに備えておくことは大切です。これからは、利殖や投機のためではなく、資産を「守る」ための運用が必要になってきます。



ライフプランを立てることから始めましょう

資産運用を始めるにあたっては、中長期の視点に立ったライフプランをしっかりと立てることが大切です。



step 1 ライフイベント(目標)にかかる費用の目安や目標までの期間を確認する

みなさまは将来、どのようなライフイベントを想定されているでしょうか。趣味や娯楽を楽しむ、結婚や出産、子育て、マイホームの購入、豊かなセカンドライフを送るなど、いわゆる「望むイベント」を想像すると夢が広がります。ただ一方で、人生には災害や事故に遭う、病気や介護が必要な状態になる、もしくは早くに亡くなるなど、「望まないイベント」も共存しています。関心のあることだけでなく、不安に感じていることも明確にしてみましょう。

今後実現したい、もしくは備えておきたいライフイベント(目標)が明確になったら、そのために必要な費用の目安と目標までの期間を確認しましょう。目標が複数ある場合は、優先順位を付けてみるのもよいでしょう。

気になるイベントを確認してみましょう



step 2 収支状況や金融資産を把握し、運用にまわせるお金を確認する

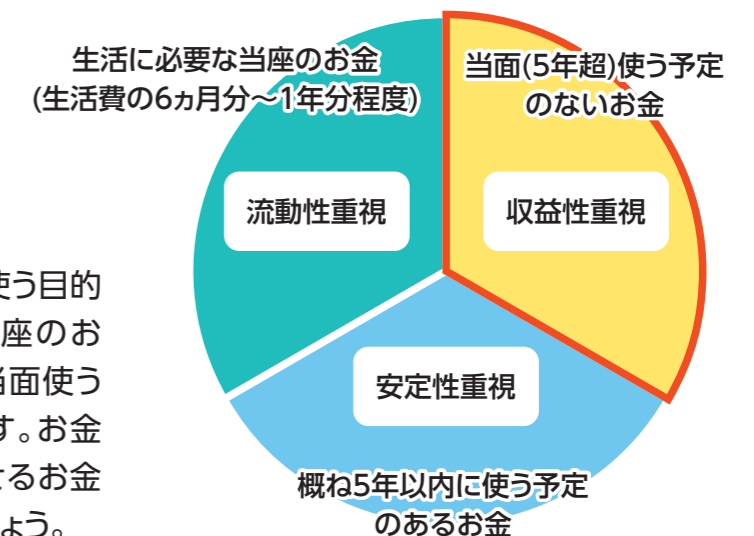
ライフイベント(目標)に必要な費用の目安を確認したら、その実現に向けて資金の準備を始めましょう。まずは、現在の収支状況や金融資産を把握し、用途別にお金を分けたうえで、将来のために運用にまわせるお金がどのくらいあるのかを確認しましょう。

現在の収支状況は、収入から支出を差し引くことで把握できます。年間収支を計算し、毎年いくらか積立にまわせるのかを確認してみましょう。

また、年間収支がプラスのときは金融資産に積み増し、マイナスのときは金融資産から取り崩しますので、それらも考慮して運用にまわせるお金がどのくらいあるのかを確認するという視点も大切です。

「お金の色分け」とは?

お金の色分けとは、金融資産を使う目的と時期によって「生活に必要な当座のお金」「将来使う予定のあるお金」「当面使う予定のないお金」に分けることです。お金を色分けすることで、運用にまわせるお金がどのくらいあるのかを確認しましょう。



step 3 自分にあつた最適な運用方法を検討する

運用にまわせるお金がどのくらいあるのかがわかったら、自分にあつた最適な運用方法を選択しましょう。例えば、ライフイベントまでの期間が5年以上あるなど、目標までの期間が比較的長い場合は、NISAの活用を検討してみましょう。



NISAを活用した教育資金準備方法を確認しましょう

子育てにかかる費用のなかでも「教育費」は大きなウェイトを占めています。子どもが誕生した後は、目標(ゴール)を想定しやすいのが教育費の特長です。とくに大学にかかる費用は高額になることが多いため、早くからかかる費用の目安を確認し、一部はNISAなどを活用することにより、将来のインフレにも負けない準備を心がけましょう。

step 1 子どもの教育にかかる費用の目安をイメージしましょう

教育費は、進学するコースによって大きく異なります。「教育費シミュレーション」では、希望する進学コースの教育費総額を試算することができますので、わが家にかかる教育費の目安をイメージしてみましょう。



教育費総額の目安

オール国公立コース 合計 約 839万円

オール私立コース 合計 約 2,450万円

※教育費総額には、学校教育費・給食費のほか塾や習いごとなどにかかる学校外活動費を含む

文部科学省「平成22年度 国立大学の授業料・入学料及び検定料の調査結果について」「令和5年度 子供の学習費調査」「令和5年度 私立大学入学者に係る初年度 学生納付金等平均額」より株式会社ノースアイランド作成

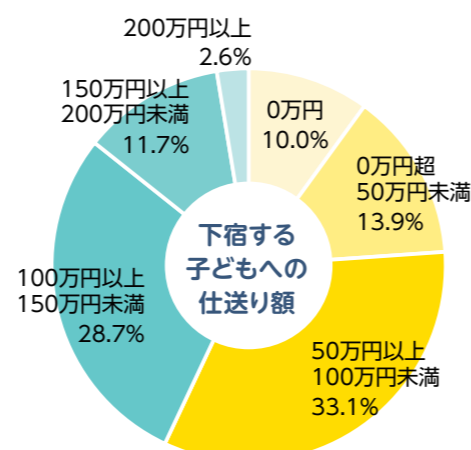
step 2 将来かかる教育費(目標額)を具体的に確認しましょう

仕送り額や留学費用など、上記の教育費以外にかかる費用も確認しておきましょう。例えば、大学等に進学し下宿をする子どもへの仕送り額の平均額は、年間95.8万円となっています。

「教育費シミュレーション」では、大学にかかる費用だけを試算することもできますので、積立目標額の確認に活用することもできます。例えば、子どもが私立大学(理系)に進学する場合にかかる教育費総額を試算してみると、約542万円となります。

私立大学(理系)にかかる教育費総額

約 542万円



※自宅外通学者が1人いる世帯の仕送り額
株式会社日本政策金融公庫「令和3年度 教育費負担の実態調査結果」より
株式会社ノースアイランド作成

step 3 目標額を貯めるために必要な積立額の目安を確認しましょう

前述の542万円を18年間かけて積み立てるとしたら、もし運用せずに積み立てた場合、毎月積立額は約2万5,000円になりますが、年平均3%で運用しながら積み立てると仮定すると、毎月積立額は約1万9,000円になります。目標までの期間や期待利回りも考慮して、毎月の積立額を確認するようにしましょう。「積立額シミュレーション」では、将来の目標額を貯めるために必要な毎月積立額を試算することができます。



[参考] 500万円を貯める場合の毎月積立額の目安

運用期間	毎月の積立額			
	運用しない場合	年平均1%で運用する場合	年平均3%で運用する場合	年平均5%で運用する場合
20年間	20,833円	18,821円	15,260円	12,271円
15年間	27,778円	25,746円	22,046円	18,804円
10年間	41,667円	39,612円	35,767円	32,260円
5年間	83,333円	81,244円	77,232円	73,432円

毎月積立額の目安を確認できたら、年間収支を確認して、家計を圧迫することなく毎月の拠出が可能かどうかを確認しておきましょう。

また、毎月の積立額以外にまとまったお金がある場合は、それを運用に加えてもよいでしょう。「積立総額シミュレーション」では、一時金も加味して積立総額を試算することができます。



step 4 具体的なNISAの運用方法を検討しましょう

NISAの成長投資枠とつみたて投資枠は併用が可能ですので、一時金と積立を組み合わせることで教育資金を運用する場合、一時金は成長投資枠を活用し、積立はつみたて投資枠を活用することができます。「NISAシミュレーション」では、それぞれの投資枠について運用益の非課税効果を試算することができます。



しんきんからのワンポイントアドバイス

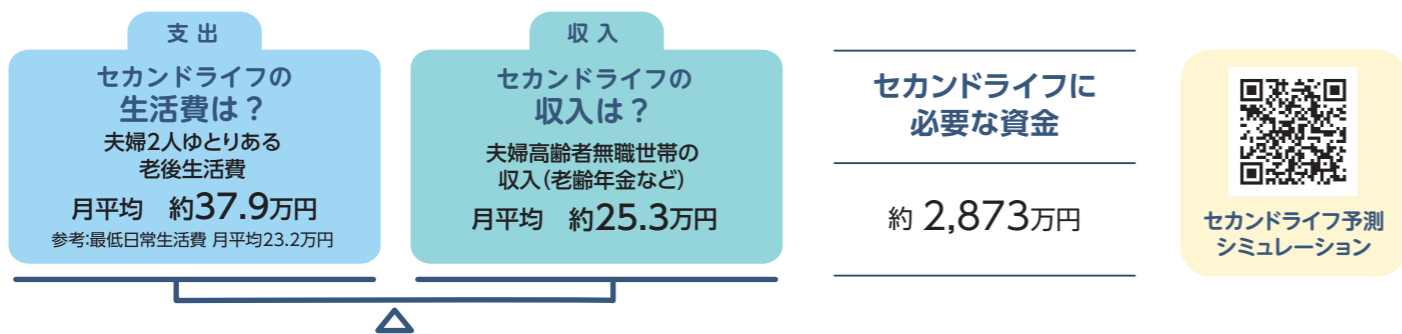
教育費は、NISAなどを活用して早くから計画的に準備を始めることが肝要ですが、一方で成長期の急な進路変更等にも対応できるよう、一部は預金や一般財形など流動性の高い商品で積み立てておくことも大切です。

NISAを活用したセカンドライフ準備方法を確認しましょう

人生100年時代を豊かに過ごすためには、早い段階からの自助努力が欠かせません。想定されるライフイベントにかかる費用の目安を持ち、貯蓄や収入とのバランスから優先順位を考え、将来のインフレも加味して今からできることを計画的に実行していくことが必要です。

step 1 セカンドライフにかかる必要額の目安をイメージしましょう

退職後にゆとりある生活を送るためには、夫婦の場合、月額約38万円が必要となります。これに対して、収入の平均月額は約25万3,000円となっていますので、毎月の基本生活費だけで取り崩しが発生する可能性があることがわかります。「セカンドライフ予測シミュレーション」では、65歳以降の収入と支出からセカンドライフにかかる必要額(不足額)を試算することができます。



セカンドライフの生活費(夫婦2人ゆとりある老後生活費・最低日常生活費):公益財団法人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」
セカンドライフの収入:総務省「家計調査(家計収支編)2024年」65歳以上の夫婦のみの無職世帯の実収入より株式会社ノースアイランド算出

step 2 その他のライフイベントにかかる費用を予測しましょう

基本生活費だけではなく、その他のライフイベントにかかる費用を予測することも大切です。リフォームをする、元気なうちに海外旅行へ行く、車を購入するなどのほか、将来介護が必要になることも想定されますので、必要な資金について見積もっておくとよいでしょう。

リフォーム  リフォームを実施した世帯の平均額 約 154万円 <small>国土交通省「令和6年度 住宅市場動向調査」より</small>	医療費  60歳から100歳までにかかる自己負担総額 約 336万円 <small>厚生労働省「医療保険に関する基礎資料～令和4年度の医療費等の状況～」より株式会社ノースアイランド算出</small>
在宅介護  一時費用+毎月の自己負担額 約 542万円 <small>公益財団法人生命保険文化センター「2024(令和6)年度 生命保険に関する全国実態調査」より株式会社ノースアイランド算出</small>	有料老人ホーム  入居時費用(前払金)+月額利用料金 約 1,600万円 <small>株式会社野村総合研究所「平成29年度 老人保健事業推進費等補助金(老人保健健康増進等事業分) 高齢者向け住まいにおける運営実態の多様化に関する実態調査研究報告書」より株式会社ノースアイランド算出</small>

step 3 目標額を貯めるために必要な積立額の目安を確認しましょう

前述の約3,000万円を40歳から65歳になるまでの間に準備するとしたら、運用しないで積み立てた場合、毎月積立額は約10万円になりますが、年平均3%で運用しながら積み立てると仮定すると、毎月積立額は約6万7,000円になります。目標までの期間や期待利回りも考慮して、毎月の積立額を確認するようにしましょう。「積立額シミュレーション」では、将来の目標額を貯めるために必要な毎月積立額を試算することができます。



積立額シミュレーション

[参考] 65歳になるまでに3,000万円を貯める場合の毎月積立額の目安

	毎月の積立額			
	運用しない場合	年平均1%で運用する場合	年平均3%で運用する場合	年平均5%で運用する場合
30歳から	71,429円	59,686円	40,690円	26,955円
35歳から	83,333円	71,484円	51,712円	36,644円
40歳から	100,000円	88,041円	67,478円	51,010円
45歳から	125,000円	112,928円	91,558円	73,627円
50歳から	166,667円	154,474円	132,277円	112,823円
55歳から	250,000円	237,670円	214,605円	193,558円

毎月積立額の目安を確認できたなら、年間収支を確認して、家計を圧迫することなく毎月の拠出が可能かどうかを確認しておきましょう。

また、保有している金融資産についてお金の色分けをし、当面使う予定のないお金があれば、その一部を一時金として、セカンドライフ資金の運用にまわしてもよいでしょう。「積立額シミュレーション」では、一時金拠出を加味した場合の毎月積立額を試算することができます。

step 4 具体的なNISAの運用方法を検討しましょう

NISAの成長投資枠とつみたて投資枠は併用が可能ですので、一時金と積立を組み合わせるとセカンドライフ資金を運用する場合、一時金は成長投資枠を活用し、積立はつみたて投資枠を活用することができます。「NISAシミュレーション」では、それぞれの投資枠について運用益の非課税効果を試算することができます。



NISAシミュレーション

しんきんからのワンポイントアドバイス

セカンドライフ準備は、いつからでも始めることができます。若年層の方は、少額からでも「時間を味方につけた」運用を実践できるのが強みです。また、子どもの教育費が一段落したセカンドライフ目前の方などは、ラストスパートと心得てNISAの非課税効果も味方に、安定運用を始めましょう。

case
3

NISAを活用した 退職金の運用方法を確認しましょう

退職金は、老齢年金とともにセカンドライフを支える収入の柱となります。どのように受け取り安定的に運用するか、また運用しながらいかに計画的に取り崩すかをプランニングすることが大切です。

step 1 退職金の手取り額を試算してみましょう

セカンドライフにおける大切な資金である退職金の受取方法を検討しましょう。一時金で受け取る場合は税制面において大きな優遇措置があります。「退職一時金シミュレーション」を活用して、退職金の手取り額を試算してみましょう。

退職金を一時金で受給する場合

退職所得の対象

退職所得 計算の一例

$$\text{退職所得} = (\text{退職金} - \text{退職所得控除額}) \times \frac{1}{2}$$

※特定役員退職手当等の退職所得額、短期退職手当等の退職所得額のうち300万円を超える部分については、2分の1課税の適用外

勤続年数38年の人が
退職金2,000万円を一時金で受給した場合

退職所得控除額 20年以下の部分 20年超の部分
800万円 + 1,260万円 = 2,060万円

退職所得 (2,000万円 - 2,060万円) × 1/2 = 0万円

この場合退職一時金に税金はかからない

退職所得控除額

勤続年数20年以下の部分	勤続年数20年超の部分
40万円×勤続年数 (最低80万円)	70万円×(勤続年数-20年)

※1年に満たない勤続年数は切上げ

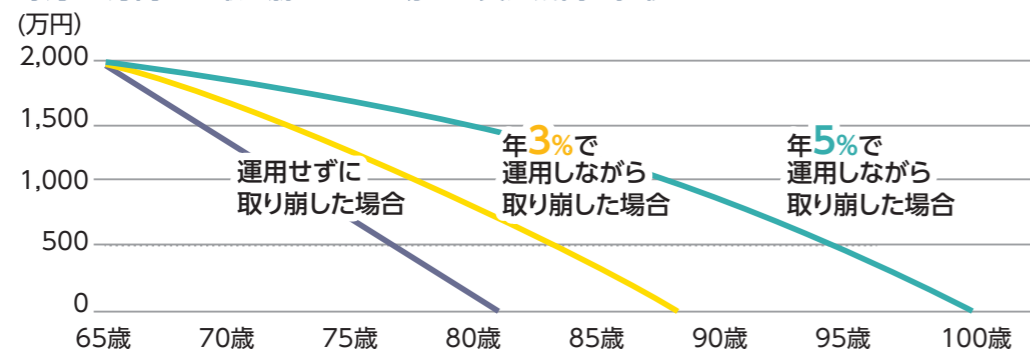


退職一時金
シミュレーション

step 2 金融資産を運用しながら取り崩す場合の効果を確認しましょう

上記で試算した退職金の手取り額2,000万円を、まったく運用しないで65歳から毎月10万円ずつ取り崩していくと、金融資産の寿命は82歳前後で尽きてしまいますが、年平均3%で運用しながら取り崩すと仮定すると88歳まで、年平均5%と仮定するとおよそ100歳まで、その寿命が延びることがわかります。

65歳時点で2,000万円あった金融資産を
毎月10万円ずつ取り崩していく場合の資産残高の推移



[参考]2,000万円を取り崩す場合の資産の寿命

毎月の 取り崩し額	金融資産の寿命			
	運用しない 場合	年平均1%で 運用する場合	年平均3%で 運用する場合	年平均5%で 運用する場合
10万円	約17年	約18年	約23年	約34年
15万円	約11年	約12年	約14年	約16年



金融資産の取り崩し
シミュレーション

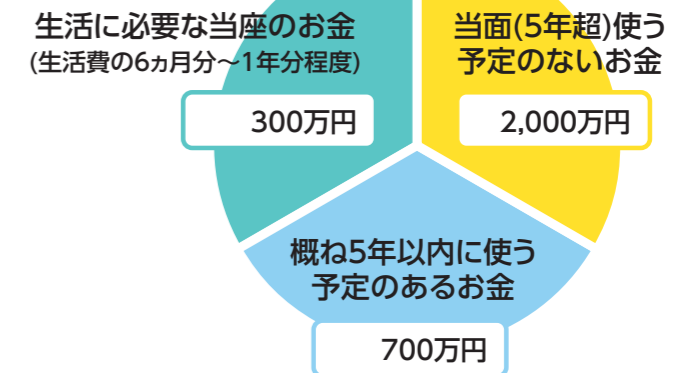
step 3 退職金も含めた金融資産のお金の色分けをしましょう

運用を考える際、まずは退職金も含めた金融資産のお金の色分けをします。当面使う予定のないお金がどのくらいあるのかを試算し、運用にまわせるお金を確認しましょう。

例えば、全額非課税で受け取れる退職金2,000万円のほかに、預金や投資信託を1,000万円保有している場合、退職金も含めた金融資産は3,000万円となります。これについてお金の色分けをしてみましょう。

- 生活に必要な当座のお金 300万円
- 概ね5年以内に使う
予定のあるお金(※) 700万円
- 当面(5年超)使う
予定のないお金 2,000万円

- ※自宅のリフォーム費用 約500万円
- 子どもの結婚資金援助費用 約200万円



step 4 具体的なNISAの運用方法を検討しましょう

NISAの成長投資枠とつみたて投資枠は併用が可能ですので、退職金を含む金融資産を一時金と積立で運用する場合、一時金は成長投資枠を活用し、積立はつみたて投資枠を活用することができます。「NISAシミュレーション」では、それぞれの投資枠について運用益の非課税効果を試算することができます。



NISA
シミュレーション

しんきんからの ワンポイント アドバイス

最近では60代の方も貯蓄や積立に積極的で、平均手取額の10%程度を貯蓄に回しているようです。現役世代は、家計収支から積立額を拠出することが多いですが、シニア世代は、後期高齢期の医療や介護に備えて、家計収支だけでなく金融資産からも拠出して積み立てる、という考え方が定着しつつあります。

未来の夢の実現にも NISAを活用しましょう

住宅購入や自動車購入、旅行など、将来の夢や目標を実現するためにも、NISAを活用しましょう。

step 1 未来の夢にかかる費用の目安を確認しましょう



国内観光旅行
(1人あたりの年間旅行費用)

約 13.3万円
(年間平均回数 4.1回)



海外旅行
(1人あたりの年間旅行費用)

約 35.8万円
(年間平均回数 2.9回)

公益財団法人日本生産性本部「レジャー白書2024」より



軽乗用車
(総額)

約 175万円



普通乗用車
(総額)

約 366万円

総務省「小売価格統計調査(動向編)」
全国統一価格品目の価格(2025年3月)より
株式会社ノースアイランド作成



住宅取得にかかる費用
(全国平均)

約 3,868万円



住宅購入時準備自己資金
(全国平均)

約 486万円

住宅金融支援機構「2024年度フラット35利用調査」より

step 2 必要な拠出額や期間、利回りを試算しましょう

未来の夢がイメージできたら、いつ頃実現させたいかを考え、「積立額シミュレーション」や「必要リターンシミュレーション」を活用して、必要な拠出額や利回りなどを試算してみましょう。



積立額
シミュレーション



必要リターン
シミュレーション

step 3 具体的なNISAの運用方法を検討しましょう

目標額や必要拠出額に応じて、成長投資枠とつみたて投資枠を上手に組み合わせ、自分にとって最適な運用方法を選択しましょう。



NISA
シミュレーション

他の制度・商品とも 上手に組み合わせましょう

NISAのほかにも、将来の資産形成を目的とした制度がたくさんあります。それぞれの制度の特長を理解し、目的に応じた組み合わせを検討してみましょう。

個人型確定拠出年金(iDeCo)

確定拠出年金(iDeCo)は、自分が拠出した掛金を自分で運用し、老後資金を形成するための私的年金制度です。掛金は最長65歳になるまで拠出でき、60歳以降75歳までの間で老齢給付金を受け取る(年金受取を開始する)ことができます。原則60歳までは引き出せないという制約はあるものの、掛金の拠出時・運用時・受取時のすべてにおいて税制優遇措置があるため、生涯にわたって税制のメリットを受けながら老後資金を積み立てることができます。

iDeCoとNISAの主な違いを確認しておきましょう。

	iDeCo	NISA	
		つみたて投資枠	成長投資枠
対象年齢	原則として公的年金に加入している65歳未満の方	18歳以上の国内居住者	
年間投資上限額	最大81.6万円 (自営業者の場合)	最大360万円	
対象商品	元本確保型商品(定期預金や保険商品等)と投資信託	長期の積立分散投資に適した投資信託	上場株式、投資信託など(除外商品あり)
税制メリット	拠出時: 掛金が全額所得控除 運用時: 運用益が非課税 受取時: 退職所得控除や公的年金等控除	運用時: 運用益が非課税	
資金の引き出し	原則60歳まで不可	いつでも可能	

財形貯蓄制度

財形貯蓄制度は、「勤労者財産形成促進制度」に含まれる制度のひとつで、国と会社が連携して従業員の資産作りを支援する制度です。財形貯蓄制度には、一般財形貯蓄、財形住宅貯蓄、財形年金貯蓄の3種類があり、いずれも安定的な資産形成に資する制度となっています。一般財形貯蓄については、大きなリターンや税制優遇措置は望めないものの、積立金の用途や限度額の上限などがなく、自由度の高い安定的な積立制度となっています。

保険(個人年金保険・終身保険など)

保険は、相互扶助の考え方にに基づき、被保険者の死亡や病気・ケガなどのさまざまなリスクに対して経済的に備える手法のことです。その商品性は目的に応じて異なりますが、例えば、将来の長生きのリスクに備える個人年金保険や一生の万が一を保障する終身保険などは貯蓄性が高く、保障と貯蓄の「Wの妙味」を併せ持っています。

投資信託の基本と特長

投資信託の基本的な仕組みや特長を確認しておきましょう。

投資信託の仕組み

投資信託とは、たくさんの人から集めたお金を資産運用の専門家(プロ)が運用し、その運用成果を分配することを目的とした金融商品です。

少額から
始められます



複数の商品に
分散投資します



投資の専門家(プロ)が
運用します



投資信託の種類

投資信託にはその運用先に応じて種類があります。お客様のニーズやリスク許容度に応じて商品をお選びいただけます。

国内債券型

主に国内公社債を中心に
運用する投資信託

海外債券型

主に外国公社債を中心に
運用する投資信託

国内株式型

主に国内株式を中心に
運用する投資信託

バランス型

株式、公社債、リートなどに
分散投資して運用する
投資信託

海外株式型

主に外国株式を中心に
運用する投資信託

リート(不動産投資信託)

投資家から集めた資金を不動産に投資し
その収益を投資家に分配する投資信託

その他

上記に分類されない投資信託

投資信託のリスク

投資信託の主なリスクについて確認してみましょう。

価格変動リスク

投資対象である株式などの価格が上下する可能性のこと

為替変動リスク

異なる通貨の為替相場の動きにより、外貨建ての円換算による金融商品の価値が変動する可能性のこと

金利リスク

金利の変動によって、債券の市場価格が変動する可能性のこと

流動性リスク

市場(マーケット)で、金融商品を買いたいときに売ることができなったり、希望する価格で売れなかったりする可能性のこと

信用リスク

株式や国債、債券などを発行している国や企業が、財政難や経営不振などを理由に投資家から預かっていたお金(元本)や利息の一部または全部を返済する能力がなくなる可能性のこと

カントリーリスク

投資対象国や地域で、政治・経済情勢の変化や新たな取引規制ができたなどの影響により、価格が上下する可能性のこと

その他リスク

物価変動により基準価額が上下する可能性があるなど、ファンド固有のリスクのこと

投資信託にかかる費用

投資信託にかかる主な費用について確認してみましょう。

購入時

購入時手数料 (販売手数料)

販売会社に支払う手数料のこと。
販売手数料がかからない投資信託もある。

運用時

運用管理費用 (信託報酬)

投資信託の保有額に応じて支払う費用のこと。
投資信託を保有している間は日割り計算で日々差し引かれる。

換金時

信託財産留保額 (信託財産留保金)

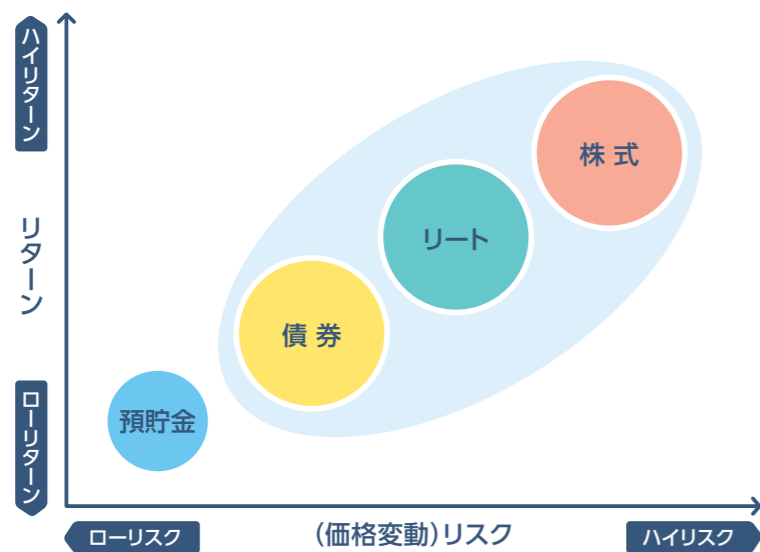
投資信託を信託期間の途中で売却する場合に生じる費用のこと。
信託財産留保額がかからない投資信託もある。

安定運用を目指しましょう

安定運用(投資)の基本は「分散・長期・積立」です。どれか一つではなく、すべてを併せて行うことが大切です。NISAでは「分散・長期・積立」投資が可能です。

リターンとリスクはトレードオフの関係

投資の世界でいう「リスク」とは、「危険なこと」という意味ではなく「値動きのブレ幅」のことを指します。リターンを高く望めば望むほど、それだけ「リスク」も大きくなります。これを「トレード・オフ」の関係といいます。



リターン(期待収益)
期待される利息や値上がりの大きさのこと

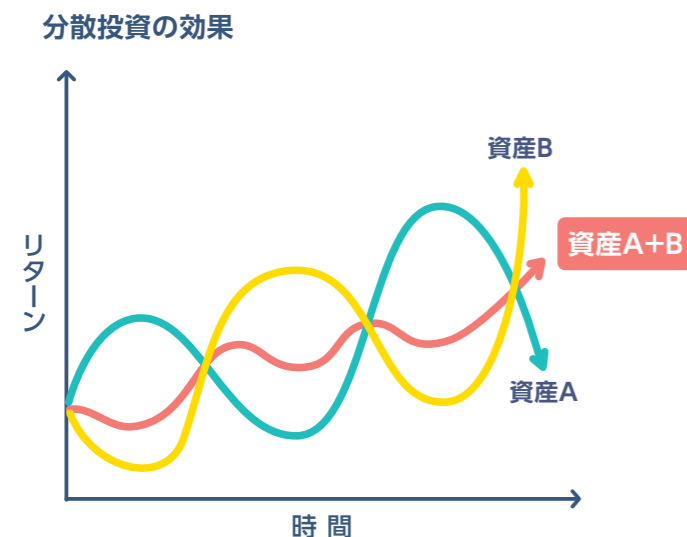
リスク(将来の不確実性・値動きの幅)
将来の運用成果(リターン)に対する(元本割れも含めた)値動きの大きさのこと

リターンとリスクは互いに関連がある

- ◎ 高いリターンを得るためには高いリスクを取る必要がある(例:株式)
- ◎ 低いリスクに抑えようとするリターンも低くなる(例:預貯金)

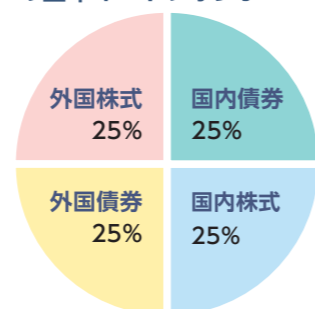
運用対象を分散する

1つの資産に投資をするよりも、異なる値動きをする複数の資産を組み合わせることで、リスク軽減の効果が期待できます。



GPIF(年金積立金管理運用独立行政法人)は、日本の公的年金積立金の管理・運用を行う機関です。GPIFの2001年度から2025年度第1四半期までの平均収益率(年率)は、4.33%となっています。

GPIFの基本ポートフォリオ

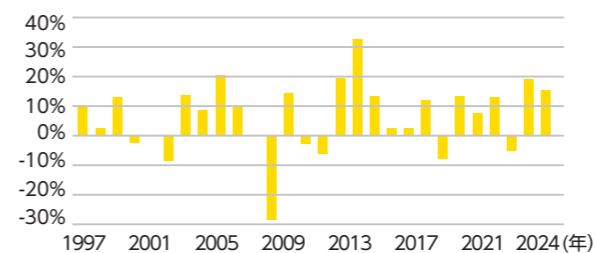


年金積立金管理運用独立行政法人ホームページより

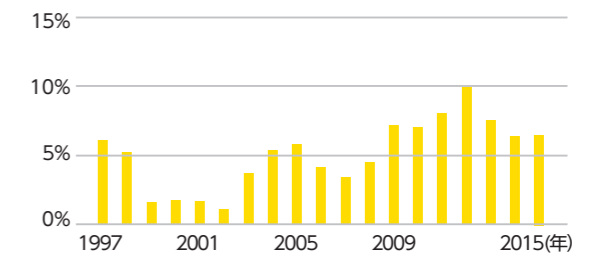
長期間かけて分散投資することの効果を確認する

分散投資も、短期間の運用だとその時どきの情勢によって運用成果は大きく変わりますが、一定の運用期間をとることによって、平均利回りは安定してきます。

運用期間1年



運用期間10年



※それぞれの年に運用を開始したものとすると
GPIF、企業年金連合会の開示データをもとに株式会社ノースアイランド作成

長期分散積立投資(ドルコスト平均法)の効果

ドルコスト平均法とは定時定額積立のことで、価格の低いときには多くの口数を、高いときには少ない口数を積み立てるため、価格変動リスクを抑える効果が期待できます。

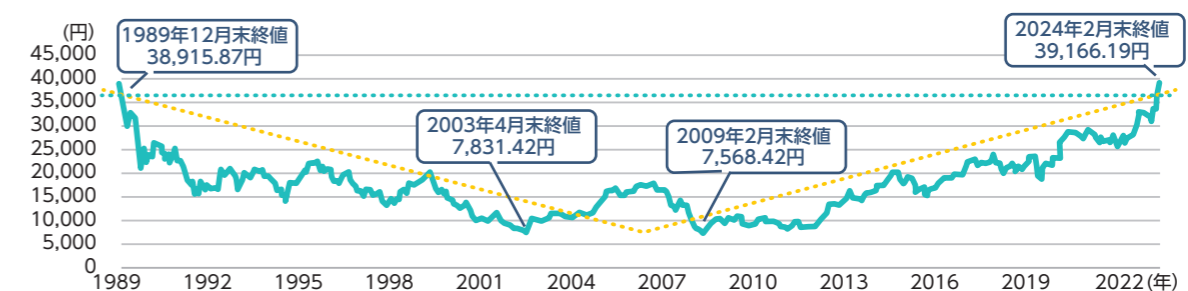
ドルコスト平均法の具体例



	第1回目	第2回目	第3回目	第4回目	第5回目	合計	平均購入単価
常に決まった金額で購入(=ドルコスト平均法)	購入口数 3口	4口	2.5口	3口	2.5口	15口	10,000円
	購入金額 30,000円	30,000円	30,000円	30,000円	30,000円	150,000円	
常に決まった口数で購入	購入口数 3口	3口	3口	3口	3口	15口	10,300円
	購入金額 30,000円	22,500円	36,000円	30,000円	36,000円	154,500円	

1989年12月に日経平均がバブル時の高値をつけた時点から、大きな下落を経て2024年2月にバブル時の高値を上回った時点までの間、日経平均連動型金融商品に毎月1万円ずつ積み立てた場合の事例です。ドルコスト平均法の効果を確認しましょう。

日経平均株価の推移



投資元本合計 411万円	概算元利合計 約1,044万円	◎ 投資元本の約2.54倍	概算利益合計 約633万円	もし非課税口座で運用できたと仮定した場合 ◎ 非課税の効果 約127万円
-----------------	--------------------	---------------	------------------	---

※手数料、税金などの費用は考慮せず、毎月末日の終値で購入すると仮定して算出

日本経済新聞社の指数公式サイト「日経平均プロフィール」
1989年12月から2024年2月までの月末日の終値をもとに株式会社ノースアイランド作成