

～男女共同参画社会に向けて～

ドゥマーン *Demain*

Vol.32 2013.3

※Demainはフランス語で「明日」という意味です。
ドゥマーン



も く じ

特集

『少子高齢社会を生き抜くライフプラン・マネープラン』・・・2・3

ファイナンシャルプランナー

山下 幸子さん

税理士・ファイナンシャルプランナー

佐々木 信之さん

ファイナンシャルプランナー

衛藤 千江美さん

大分市のホームページから
でもご覧になれます。

グループさん紹介

傾聴セラピストグループ『すいーとぴー』……………4

大分市 ドゥマーン

検索

～支え合い 男女で織りなす 豊かな社会～

大分市企画部 文化国際課

男女共同参画推進室

安心してライフイベントを迎えるために

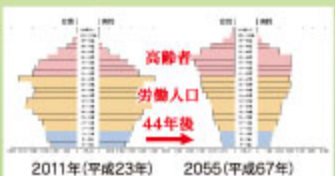


山下 幸子さん
（ファイナンシャルプランナー）
大分市後援FPフォーラムin
おきたい「より」
H24年11月10日（土）開催

老後期間はすいぶん長い
今、日本では、30歳以上の女性のほぼ半数が90歳を迎え、男性の40%は85歳を迎えています。また、60歳男性の平均余命は23年、女性は28年、つまり、夫婦健在の期間は23年で、妻が3歳年下とする、妻が一人の期間が約8年あることとなります。

昔の常識は通用しない… 新しい時代へ変化！

このような長生きリスクに加え、経済的にも、右肩上がりの経済成長期から成熟期に移行し、年金崩壊リスク、財政破綻リスク等臨まれる中、個人的にも将来の



2011年(平成23年) 2055年(平成67年)
年齢階級別人口の将来推計

少子高齢社会を生き抜く ライフプラン・マネープラン

少子高齢社会といっても、自分の生活がどうなるのか、実感が湧かない方が多いようです。マネーのプロに金銭面から見た今後の対策を伺いました。そこからは、男女が共に働き、支えあう男女共同参画社会の重要性が見えてきました。

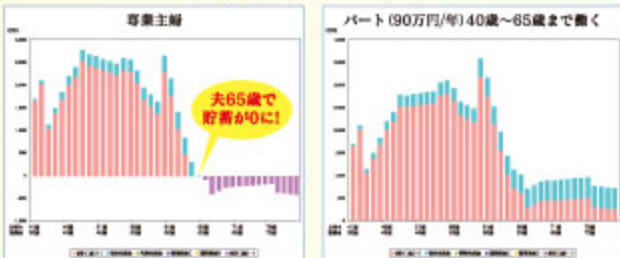
円必要でしょう。そのためには、4000万円が不足額となります。いずれも、退職金がある場合は、そこから差し引きます。このように、年金収入だけに頼ることは危険です！働ける間に老後の貯蓄をしたり、継続雇用制度で60歳以後も働くことを考えることが大切です。

貯蓄は、若いうちから積み立てをすれば、月々の額は少なくて済みます。そして、上手に教育資金・住宅資金の山を乗り越えましょう。

夢を叶えて、お金の心配から解放されるためにも、妻の働きが家計を救う！
共働きと片働きの経済格差をシミュレーションした表をご覧ください。

妻が働かない場合、65歳前後から貯蓄はマイナスになっていきますが、妻が40歳から65歳までパート(年90万円)に出た場合、貯蓄残高は大きく改善されています。このように、妻の働きが家計の改善に大きく関わってきます。

共働きと片働き 経済格差



※ある家庭のシミュレーション上での比較です。すべての方にあてはまるわけではなく、各々の条件により結果は異なります。
※実額には税金がゼロにならないよう支出を抑えライフイベントの見直しを行います。

収入減、支出増に今から自身で備える必要があります。…将来も多分大丈夫だろうという甘い見直しは危険です！
家族の生涯生活設計であるライフプランニングと家計管理が重要な時代となったのです。

人生の3大資金は教育費・住宅購入・老後の生活費

教育費は子ども一人当たり、国公立で約1000万円、私立で約2000万円、4000万円。これをコントロールしない後の資金が不足します。
住宅資金は平均3500万円。でも、金利を含めると約3500万円にもなりません。(金利2.2%35年返済の場合)
次に老後資金ですが、日本はGDP世界第3位の金持ち国なのに、85.8%の人が老後に不安を感じています。一番の不安は、公的年金だけでは不十分という点です。

年金だけでは老後の生活費は不足する

統計では、世帯主が60歳以上の夫婦の生活費は平均月約28万円です。そのうち、厚生年金加入世帯では22.4万円は年金収入で補えます。残りの5万6千円は金融資産を取り崩して生活するという計算になります。65歳から90歳までの生涯不足額は1.680万円です。生活費28万円は、賡済ができるほどの金額ではありません。ゆとりある生活のためには、月36万円

ら資格を取得するなど、スキルアップを忘れないことです。また、家族の理解協力も不可欠ですね。
人生90年時代、人生の三大資金をムダなく、効率よくコントロールしていくことが重要です。
節約やお金の運用も大切ですが、一健康である限り共に働くことが少子高齢社会を生き抜くポイントではないでしょうか？
子どもにとつて、仕事・家事・育児を共に頑張るパパ・ママの姿は、一番のお手本です！

シニア世代の終活応援セミナー 「遺言・相続」 大切な家族のために今できること



佐々木 信之さん
（税理士・ファイナンシャルプランナー）
大分市男女共生セミナーより
H24年12月14日（金）開催

相続は争執？争執？相続？
相続では、自分が代々引き継いできた財産が、どういった想いで今自分の手元にある、その想いをどううまく次代に継がせることができるかを、事前に対策しておくことが大切です。まちがっても財産をめぐって争執、争執にならないようにしなければなりません。

財産がなければ相続争いは起きない？

現法の元では、(5000万円+1000万円)×法定相続人の数以上の財産が無ければ、相続税はかかりません。相続税がかかるのは国民の4%です。

ところが、相続争いとなり調停が成立した件数をみると、相続税が発生しない遺産総額5000万円以下が全体の76.5%を占めています。つまり、税金がかからないところの方が、争いが起きやすいのです。お金持ちは財産が多いので相み合わせがいくらでもでき、争いになりにくいのですが、財産が少ないと、少しの財産めがけて一斉に争いが始まってしまつてからです。

アラサー・アラフォー 男女のための 知って得するマネースラン術



衛藤 千江美さん
（ファイナンシャルプランナー）
大分市男女共生セミナーより
H24年12月19日（水）開催

人生、最後までお金のことで苦労したくはないですね。そのためには、早くから考えたほうが無駄がありません。今の生活設計をきちんと考え、これからのような生活をしたいかを考えることが大事です。

全てはライフプランから始まる。

現状を知らないとも解決できません。また、何時まで何をすればいいのかを計画に落としさえすれば夢は実現しません。それを考えるのがライフプランです。
ライフプランには「お金」「健康」「生きがい」の3つの領域があります。全てのパラメータが整ったことが大切で、1つ欠けても幸せではありません。

ライフプランはなぜ必要？

バブル期は、働けば働いた分給料は右肩上がり、預貯金金利も高く、社会保障も今よりは充実しており、将来を心配する必要のない時代でした。しかし、今後は、国や会社、金融機関に任せていえば安心…ではありません。個人、家族で考え準備しなければ危険なのです！正に自己責任の時

女性の生活が相続の最大のテーマ

このように、相続とは、実は税金の話ではないのです。どのような財産をどう組み合わせることによって、どの人にも、どう継がせたいかということが重要なのです。男性が配偶者に先立たれた場合の平均余命は3年ですが、女性の場合は10年です。男性は働いていた関係で年金が高いので、配偶者に先立たれた場合も生活を持てますが、女性の場合は余命10年という長い時間の問題と、収入の減少という問題が出てきます。残された女性がどうやって生活をするか…ということが相続の本質です。

エンディングノートを活用しましょう

最近、エンディングノートをつける人が増えています。自分の人生の最後あたりや、してほしいこと(最後に会いたい人、葬儀の希望、医療方針等)や、残された家族への希望と伝達などを記入します。状況により、遺言書が重要となります。

お金を活かす考え方・財産3分法

一定年齢に達した財産を、①子や孫に相続するための残すための「お金」、②葬儀や病氣治療など近い将来必要となる「万が一のお金」、③日常生活において今を過ごすための「今のお金」に分け、①②の順に使い方を確定させます。①が決めれば、残りは今を過ごすために使います。③は「質素な生活をして貯めたのに、税金で持っていかれた…」なんてことにならないようにしましょう。

代となり、自分の生活や、長い老後は、自分で何とかしなければなりません。

ライフプランの立て方

自分家族の夢や希望、目標、かかる費用を、ライフイベント表に書いてみましょう。

家族の年齢、車の買い替え、家の購入、子どもの進学など、イベントプランを書くだけで、将来かかるお金が見えてきます。

ライフイベント表(例)

西暦	元号(平成)	家族の年齢				ライフイベント	費用・見込
		夫	妻	子	子		
2013	H25	35	30	6	3	車の買い替え	270万円
2014	H26	36	31	7	4	第一子小学校入学	30万円
						：	

他にも、「家計管理対照表」や、「年間収支表」、「キャッシュフロー表」などで、将来の家計状況を予測します。もし、マイナスなら、①収入を増やす ②支出を減らす ③貯蓄の運用方法を工夫し利回りを高めるなどの対策が必要です。

大分市ホームページ Vol.32 Domain(ドゥーマン)2013年3月号に各表の様式例を掲載しています。

ライフプランを立てると、いつ、何のために必要なのかははっきりしてきます。分かりやすく資金の目的別に分けて貯蓄ができるのです。そうすれば、目標に近づくと、楽しみ、気持ちよく使う楽しみを味わえます。

グループさん
紹介

傾聴セラピストグループ「すいーとぴー」

多くの人が、だれかに話を聞いてもらいたいと願っています。傾聴セラピストは、相談者に代わって問題を解決する人ではありません。相談者の言葉の奥にある、ありのままの気持ちを受け止めることによって、相談者の心の中には安心感が生まれ、こころの整理ができ、課題が見えてくることで、相談者自身で解決策を見いだすことができます。



平成19年に開催された松木和美先生の傾聴力養成講座基礎コース、そして平成21年のスキルアップコースを終え、その後は老健施設やデイサービスで認知症の方や高齢者の方と対話をしたり、また会員相互の意見交換を行うなど、傾聴セラピストとしてのスキルアップに努めており、その中で、多方面で傾聴を必要としている相談者が多いことに気づかれました。

そして平成24年の3月に14名の傾聴セラピストが誕生し、現在は、傾聴セラピストグループ「すいーとぴー」を結成して、相談者の心に寄り添える傾聴支援ができるよう、それぞれの得意分野をいかして、これからの活動を広げていこうとしているところです。



傾聴力養成講座指導者
心療カウンセラー 松木 和美さん



すいーとぴー
会長 岸田 勝代さん
連絡先 097-558-5531

平成24年10月29日、「ワーク・ライフ・バランスセミナー」を開催しました。講師に(株)東レ経営研究所特別顧問の佐々木常夫氏をお迎えし、「個人も組織も成長するワーク・ライフ・バランス」と題し、講演を行いました。

佐々木氏は自閉症の長男に続き、年子の次男、長女をもうけますが、その後も、肝臓病とうつ病を患った妻の43回もの入院と3度の自殺未遂などもあり、育児・家事、介護に迫られる日々が続きます。そのような中、時間を効率的に使い、仕事をこなしていく方法として、まず、自分の時間を持つために、最も大事なことは何かを正しく

削り、タイムマネジメント(時間管理)でなく仕事の管理の重要性や、月間・週間単位での計画による重要度の決定、資料の簡潔化、会議の短縮、上司との頻繁なミーティングなど、コミュニケーションと信頼関係を重視した佐々木流の仕事術を紹介されました。このようなワーク・ライフ・バランスの実践は、社員の幸せ、生産性の向上、有能な人材の確保など様々なプラスを生み出すものです。とりわけ、介護・育児を理由に退職者が増えている現在、経営者が積極的にマネジメントしていくことが、人材の成長や業績の向上につながると思われ



佐々木 常夫さん

ました。数々の企業や事業の再構築を成し遂げ、東レ3代の社長に任じた経験から独自の経営観を持ち、「仕事の進め方の基本」「ワーク・ライフ・バランスを実現する仕事術」「効率的な時間管理の実現のために」など、大変興味深いお話をいただきました。

同の管理ではなく仕事の管理の重要性や、月間・週間単位での計画による重要度の決定、資料の簡潔化、会議の短縮、上司との頻繁なミーティングなど、コミュニケーションと信頼関係を重視した佐々木流の仕事術を紹介されました。このようなワーク・ライフ・バランスの実践は、社員の幸せ、生産性の向上、有能な人材の確保など様々なプラスを生み出すものです。とりわけ、介護・育児を理由に退職者が増えている現在、経営者が積極的にマネジメントしていくことが、人材の成長や業績の向上につながると思われ

「部下を定時に帰す仕事術」

「働く君に贈る25の言葉」

「働く君に贈る25の言葉」
佐々木常夫著/WAVE出版

何があっても、自分を捨ててな。とことん自分を大切にしない。自然の長男、病に倒れた妻…。過酷な運命を引き受けながら社長に上りつめたビジネスマンの逆風をしながら生きていく「仕事力」と「人間力」は？
-よい習慣は才能を超える
-せっかく失敗したんだ、生かさないで
-リーダーとは、周りの人を元気にする人など



「部下を定時に帰す仕事術」
佐々木常夫著/WAVE出版

仕事効率を最大化する「3つのステップ」
ステップ① 計画を先行させる「戦略的仕事術」
ステップ② 時間を節約する「効率的仕事術」
ステップ③ 時間を最大化させる「広角的仕事術」
残業せずに成果を出す…。これこそ「できるビジネスマン」の必須条件。そのノウハウを全公開。「ワークライフバランス」を体験する男の「仕事術・時間術」を具体的に伝授するビジネスマン必読の一冊！



男女共同参画推進室では、この他にも男女共同参画に関する図書・ビデオを無料で貸し出しています。お気軽にご利用ください。

利用するBOOK

九州労働金庫大分支店 5階会議室
「ワーク・ライフ・バランスセミナー」開催しました！

【編集・発行】大分市男女共同参画推進室 TEL097-537-5724 FAX097-536-4044

〒870-8504 大分市南瀬町2番31号 danjokiyodo@city.aita.aita.jp