

60歳代を楽しく過ごすための お金との向き合い方

合同会社フィンウェル研究所 代表
野尻 哲史

第10回 感情に左右されやすくなる退職後

1 ウクライナショックは大きく影響した

自分の経験では「退職後はそれまでよりも投資が感情に左右されやすくなった」と思っています。最たる例は、2022年2月でした。企業型確定拠出年金で作り上げてきた運用資産を一時払いで全額受け取ることにして、出金されたのが2月の前半でした。退職所得控除を活用することが主眼だったので、その資産は再び有価証券投資に振り向ける予定でした。リスク性資産比率が一気に下がったので、それを元に戻すということです。

しかし、実際にはそれができませんでした。月末近くにウクライナ侵攻が勃発し、マーケットが大きく変動したので、様子を見ることにしたのです。その後もなかなか投資に踏み切れない状態が続きました。以前ならきつと運用に振り向けていたと思います。いったい何が変わったのかと、自分でも訝^{いぶか}しんでいます。

2 勤労収入の減少が大きい

思い返してみると、現役時代は、英国のBrexitやトランプ大統領就任といった

マーケットに与える大イベントの時は、即座に買い出動する力がありました。年齢のなせる業なのか、それとも勤労収入の大幅減なのか、それができなくなっているように思います。定期的かつ生活費を十分にカバーできる勤労収入があった時代は、保有有価証券の価格変動は喫緊の生活の課題とはなりません。だからこそ日々の生活は勤労収入で賄い、資産運用は長期の目線でとて言いやすいのです。

しかし勤労収入が大きく減少し、生活費を下回るようになると、その収入だけで生活していくことは難しくなりますから、その差額を年金収入や資産収入で賄う必要が出てきます。退職後の生活では、保有資産の価格変動は、現役時代よりも日々の生活に対する影響が大きいのではないのでしょうか。もちろん、だからと言って資産価格の変動がすぐに生活に影響するというわけではありませんが、心理的な影響度が大きくなるということは感じられます。

これから先にもそうした心理面、感情面での影響力が、現役時代よりも大きく押し掛かってくるがあると思います。例えば、公的年金の受給開始時期の設定の際にも、そうした課題が出てきそうです。

3 5年繰り下げると公的年金受給額は42%UP

「公的年金の受け取りはできるだけ繰り下げて、受給金額を少しでも増やすことを考えたいものです」と、複数のファイナンシャル・プランナーの方からよく

聞きますし、私もそう思っています。公的年金は、1カ月繰り下げごとにその給付額は0.7%ずつ増加しますから、65歳から70歳まで5年間繰り下げれば、受給額は42% ($=0.7\% \times 60$ カ月分) 増加することになります。65歳から年間250万円の受給額が見込まれている場合、その額は355万円に増えることになります。

その効果を数字で比較してみましょう。話をシンプルにするため、65歳まで働いて、その後は勤労収入がゼロになると想定します。また、人生100年時代を想定し、100歳まで生きるとして、毎年の生活費を400万円とします。その上で年金を65歳から受け取るか、70歳まで繰り下げのかの二つの選択肢を計算してみます。

- ① 公的年金を65歳から受け取り（年間250万円）、不足分は資産の取り崩しでカバーする：
不足分150万円 ($=400$ 万円 -250 万円) を資産の取り崩しで賄うと、100歳までに必要な総額は5250万円 ($=150$ 万円 $\times 35$ 年) となります。金利0%の預金なら、65歳時点で5250万円が必要になります。
- ② 公的年金を70歳まで繰り下げ（年間355万円）、70歳まで資産収入で生活をカバーする：
70歳までの5年間、年間400万円、合計2000万円の資産収入が必要になります。70歳以降は不足分が45万円 ($=400$ 万円 -355 万円) に減少しますから、100歳までの必要な資産収入額は1350万円 ($=45$ 万円 $\times 30$ 年) となります。合計で3350万円の資産が必要

になります。

5250万円と3350万円。やはり公的年金を繰り下げるほうが、必要な資産が少なく済むわけですから、その効果は大きいことが分かります。

4 資産が急減すると不安に

しかし、保有する資産を取り崩して生活するという場合に、その途中での人の心理的な面、感情の面を考えてみると、別な見方をすることもできます。【図表】を見ながら考えてみましょう。

例えば、65歳で3500万円の資産を持っていて、そのうち2500万円を預金に、1000万円を有価証券運用に回しているとします。ともに差し当たりの生活費には、預金を取り崩して充当すると考えます。

70歳まで繰り下げるとすると（前述②）、当初の5年間で2000万円を使うこととなりますから、70歳時点で預金は500万円になっています。運用資産1000万円がありますが、まだ運用して5年しか経っておらず、十分な運用成果が出る状態にはなっていないかもしれません。とすると、70歳の段階では「かなり不安」といった心理状態ではないでしょうか。その不安感から、もしかすると早い段階で運用している有価証券を取り崩してしまう懸念も出てきます。

一方で65歳から受給すると（前述①）、毎年150万円を預金から使っていくので、70歳時点で預金は1750万円 ($=2500$ 万円 -150 万円 $\times 5$ 年) に減っています。他に当初1000万円の有価証券もありますから、

70歳の段階では、こちらのほうが心理面で「安定した感じ」ではないでしょうか。

それから10年後、80歳の時の預金残高は、①で250万円、②で50万円となっています。当初1000万円を運用してきた有価証券があり、15年の運用期間があればある程度収益が見込まれますが、その間に取り崩してしまう懸念が残ります。それが運用資産の残高に大きな影響を与えます。

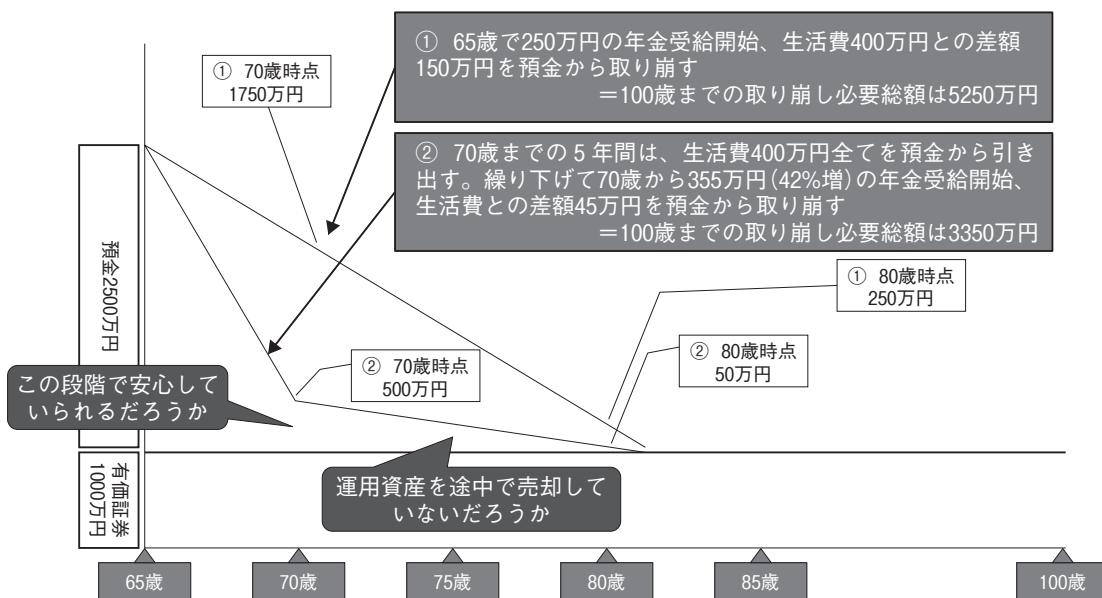
の心理面に影響を与え、それが有価証券の運用姿勢にも影響を与えます。公的年金の受給繰り下げは、単に総額が多いかどうかといった基準だけで可否を判断するわけにはいかないように思います。

70歳まで繰り下げるのであれば、それまでの期間に少しでも勤労収入を用意するといったアイデアも必要になります。改めて、退職後の三つの収入（勤労収入、公的年金収入、資産収入）を、どの時期に、どうやって生活費に充当していくのかという「資産活用」のロジックを立てることが重要だと思われます。

5 資産活用のロジックを組み立てるべき

保有資産残高の減り具合は、その時々

【図表】途中経過で見るお金に対する心持ちの変化



(注) このグラフは考え方を示したもので、将来を予測するものではありません。

出所：合同会社フィンウェル研究所

のじり さとし

1959年生まれ。国内外の証券会社調査部を経て、2006年から大手外資系運用会社で投資啓蒙活動を行う。2019年5月の定年を機に合同会社フィンウェル研究所を設立し、代表に。資産の取り崩し、地方都市移住、勤労などに特化した啓蒙活動をスタート。日本証券アナリスト協会検定会員、日本FP学会、行動経済学会などの会員。2023年10月より金融審議会資産運用タスクフォース委員。著書には『60代からの資産「使い切り」法 今ある資産の寿命を伸ばす賢い「取り崩し」の技術』（日本経済新聞出版）『IFAとは何者か～アドバイザーとプラットフォームのすべて』（金融財政事情研究会）、『老後の資産形成をゼッタイ始める!と思える本』（扶桑社）、『定年後のお金』（講談社+α新書）、『脱老後難民 英国流資産形成アイデアに学ぶ』（日本経済新聞出版社）など多数。