

Contents

早めの準備で安心なセカンドライフを手に入れる…………… 2

プランニング編

- ① リタイア後の暮らしをイメージ…………… 4
- ② リタイア後のイベントにかかるお金…………… 6
- ③ リタイア後にかかる医療費や介護費…………… 10
- ④ リタイア後に受け取れる年金…………… 12
- ⑤ 退職金・企業年金・私的年金も忘れずに…………… 16
- ⑥ セカンドライフの収支をチェック…………… 18

アクション編

- ① 収入を増やす…………… 20
- Column** 知っておきたい妻の収入と夫の税金…………… 23
- ② 支出を減らす…………… 24
- ③ 貯蓄計画を立てる…………… 28
- ④ 資産を運用する…………… 32

ワンポイント情報編

- ① 退職金を受け取る前に…………… 36
- ② なるべく長く働くには…………… 38
- ③ リタイア後の健康保険は…………… 39
- ④ リタイア後の住まいは…………… 40
- ⑤ 介護施設の種類と費用は…………… 42
- ⑥ 成年後見制度とは…………… 44
- ⑦ 遺言・エンディングノート…………… 45
- ⑧ 相続と贈与…………… 46



**人生100年時代の
ライフプランニングの考え方**…………… 48

100歳までの家計をキャッシュフロー表でチェック…………… 52

〈折り込み付録〉書き込み式「キャッシュフロー表」