

日経IR・投資家フェア2024

インフレに負けない資産活用 ～ じぶん年金作成術

MUFG資産形成研究所

日下部朋久

2024年8月23日

「安心・豊かな社会」を創り出す信託銀行 *Create a Better Tomorrow*

三菱UFJ信託銀行

世界が進むチカラになる。



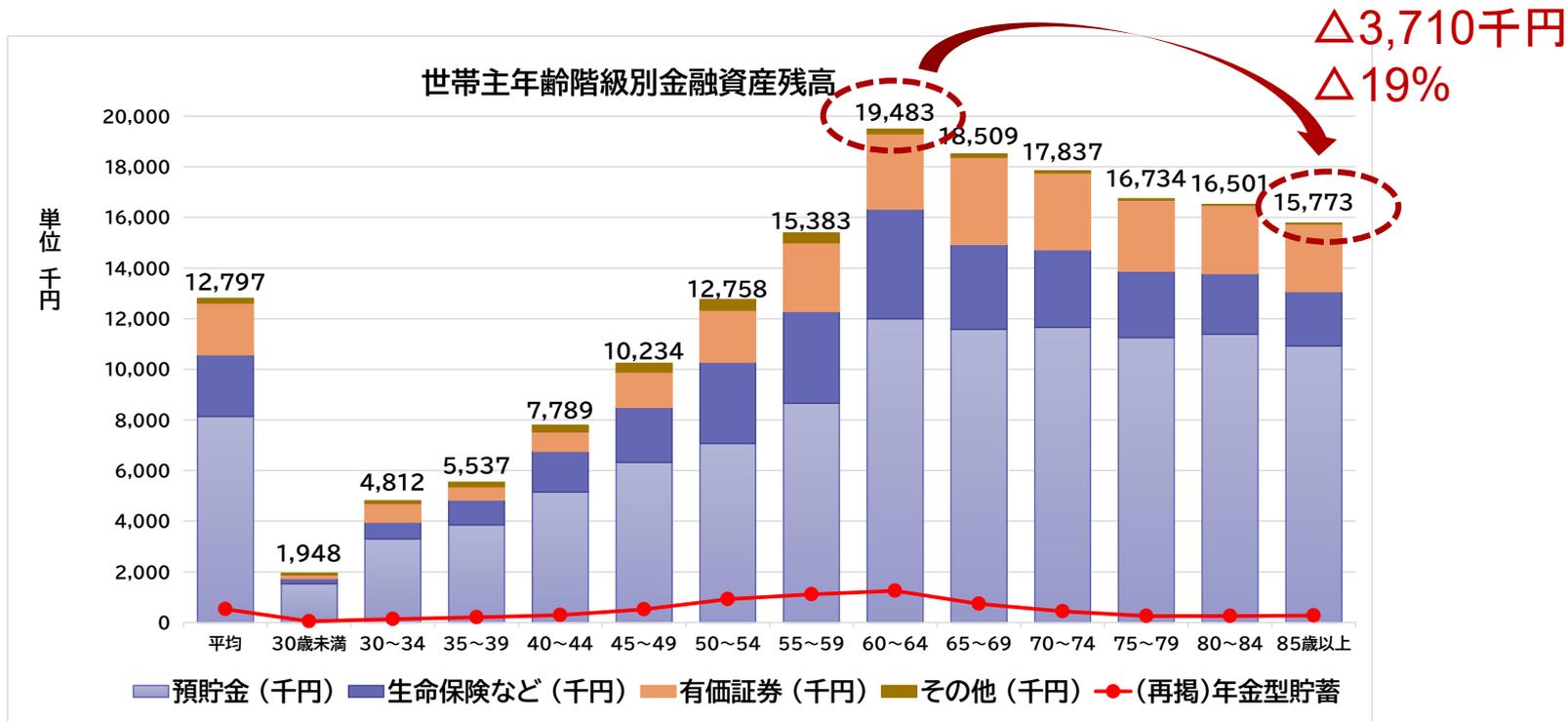
目次

インフレに負けない資産活用 ～ じぶん年金作成術

0. 資産活用は思ったより難しい！？	3
1. 老後生活に関する社会経済環境について	4
2. なぜじぶん年金が必要か	9
3. じぶん年金作成術	13

資産活用は思ったより難しい！？

金融資産は60~64歳がピーク。一方その後の取り崩しはかなり緩やか



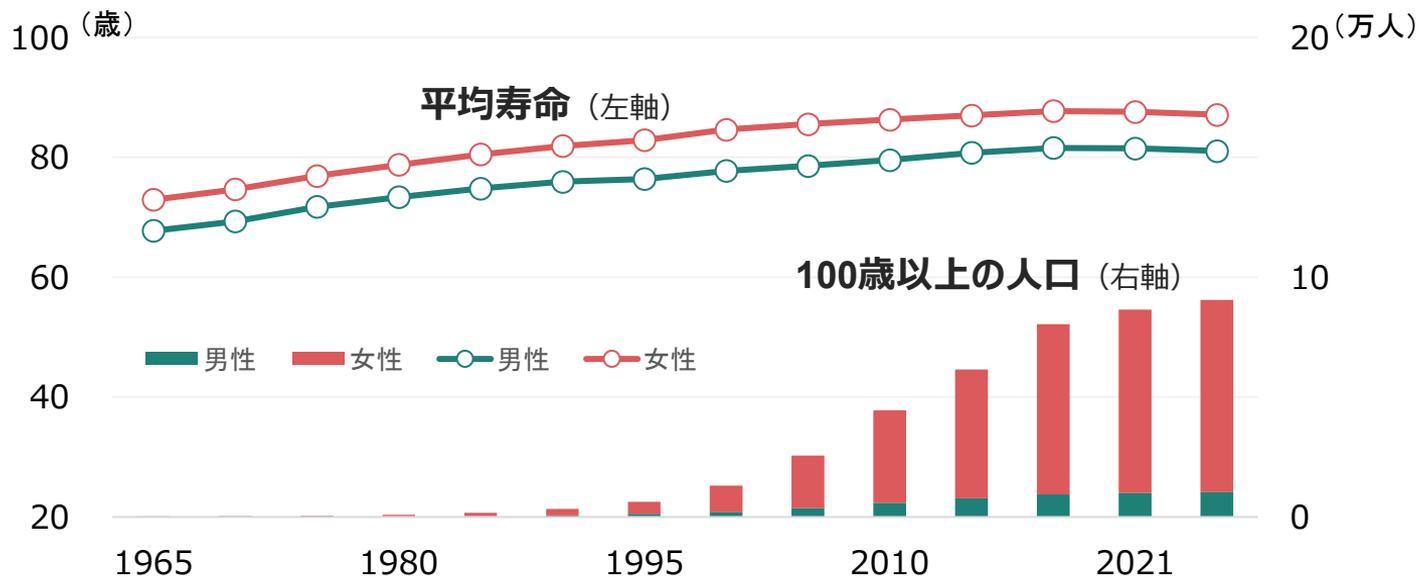
出所：2019年全国家計構造調査（総務省統計局） 家計資産・負債に関する結果より三菱UFJ信託銀行作成

1. 老後生活に関する社会経済環境について

延びる平均寿命、増える100歳以上

日本の平均寿命は年々延び続け、100歳以上の人口も増加傾向

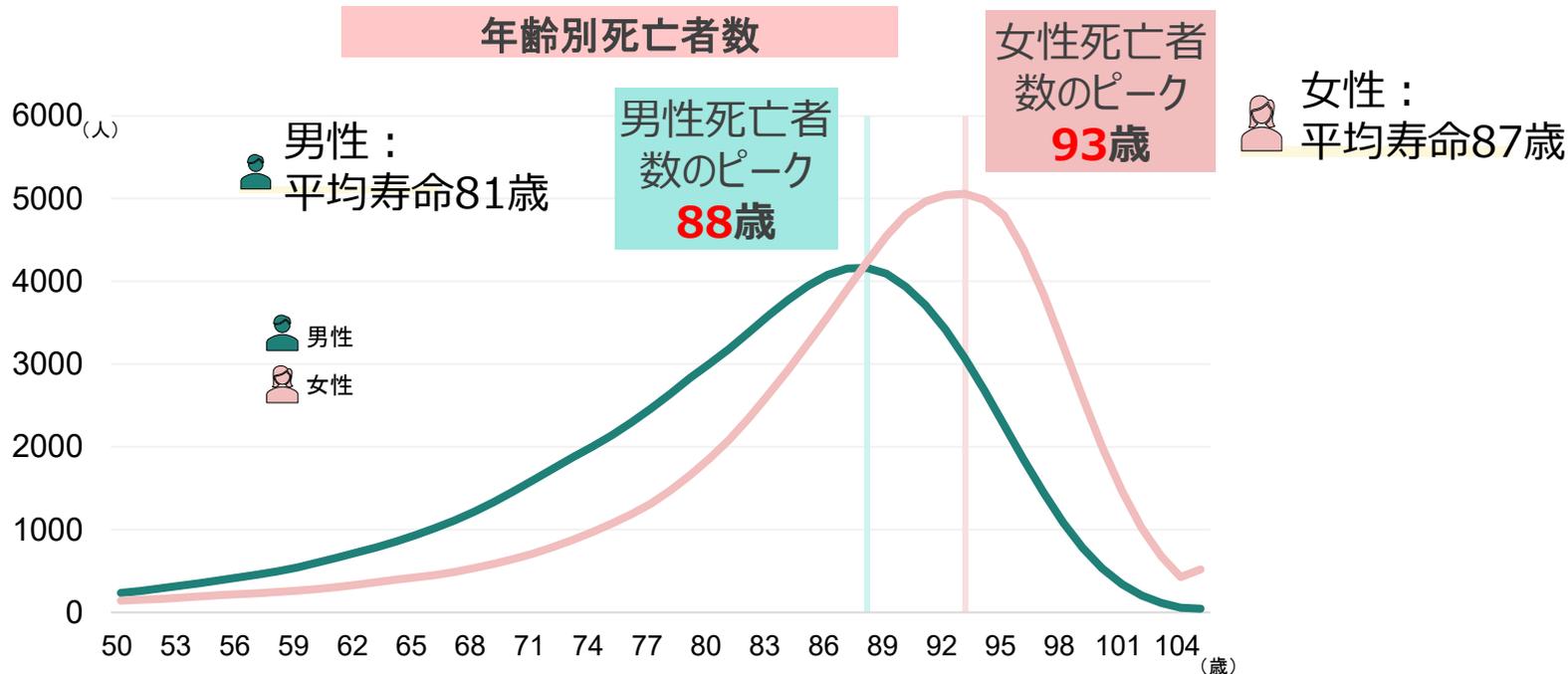
平均寿命と100歳以上の人口



(出所) 平均寿命は厚生労働省 令和4年簡易生命保険表、100歳以上の人口は「人口推計」及び国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口」

寿命のピークはもっと先

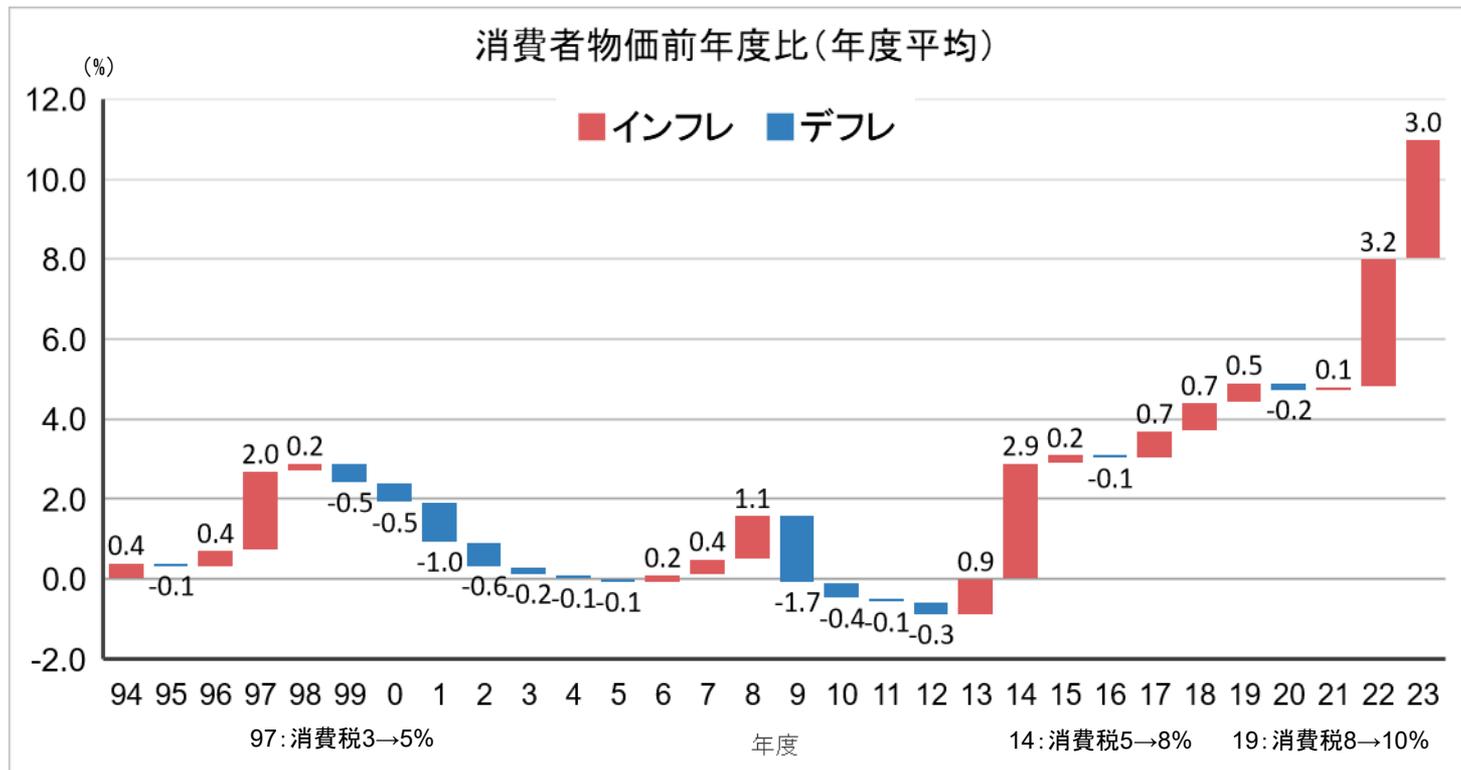
長寿化は喜ばしいが、変化に応じた準備が必要



(出所)厚生労働省 令和4年簡易生命保険表

インフレ率の推移

長らく続いたデフレ経済から、インフレ経済への転換の兆しが



(出所) 総務省「消費者物価指数」より三菱UFJ信託銀行作成

今後どうなるインフレ

日銀の見通しでは安定的に2%を維持 賃金上昇と物価上昇の好循環が継続するかどうか

2023～2026年度の政策委員の大勢見通し(中央値)

	実質GDP	消費者物価指数 (除く生鮮食品)	消費者物価指数 (除く生鮮食品・エネルギー)
2023年度	1.3	2.8	3.9
2024年度	0.6	2.5	1.9
2025年度	1.0	2.1	1.9
2026年度	1.0	1.9	2.1

(注1)「大勢見通し」は、各政策委員が最も蓋然性の高いと考える見通しの数値について、最大値と最小値を1個ずつ除いて、幅で示したものの掲載値はその中央値。

(注2)各政策委員は、既に決定した政策を前提として、また先行きの政策運営については市場の織り込みを参考にして、上記の見通しを作成している。

(注3)2023年度の消費者物価指数は、実績値。

出所:日本銀行 経済・物価情勢の展望 (2024年7月他)より筆者作成 <https://www.boj.or.jp/mopo/outlook/gor2407a.pdf>

2. なぜ、今、じぶん年金を考えるのか

公的年金の額はどのくらい？

- ・ 年金額は加入期間と給付額算定の基礎となる報酬額により異なる
- ・ **物価・賃金の変動およびマクロ経済スライド調整**によって**毎年度改定**される

厚生労働省公表の数値例 (2024年度値) 加入期間40年 平均標準報酬を43.9万円と想定

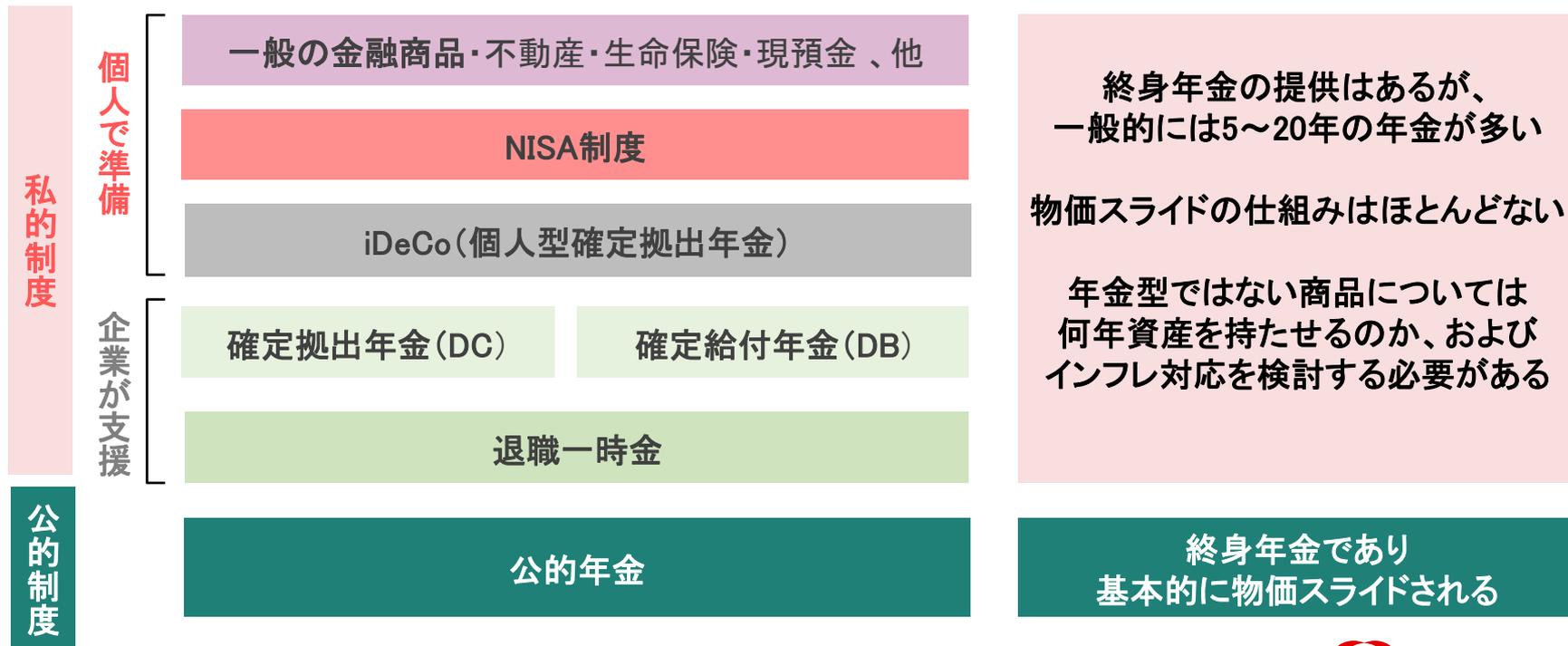
国民年金(基礎年金)	月額 68,000円	年額 82万円
厚生年金	月額 94,483円	年額 113万円
1人合計	月額 162,483円	年額 195万円
世帯合計 (配偶者は基礎年金のみ)	月額 230,483円	年額 277万円

出所: 厚生労働省プレスリリース(2024年1月19日)より三菱UFJ信託銀行作成

公的年金以外の収入は何に求める？

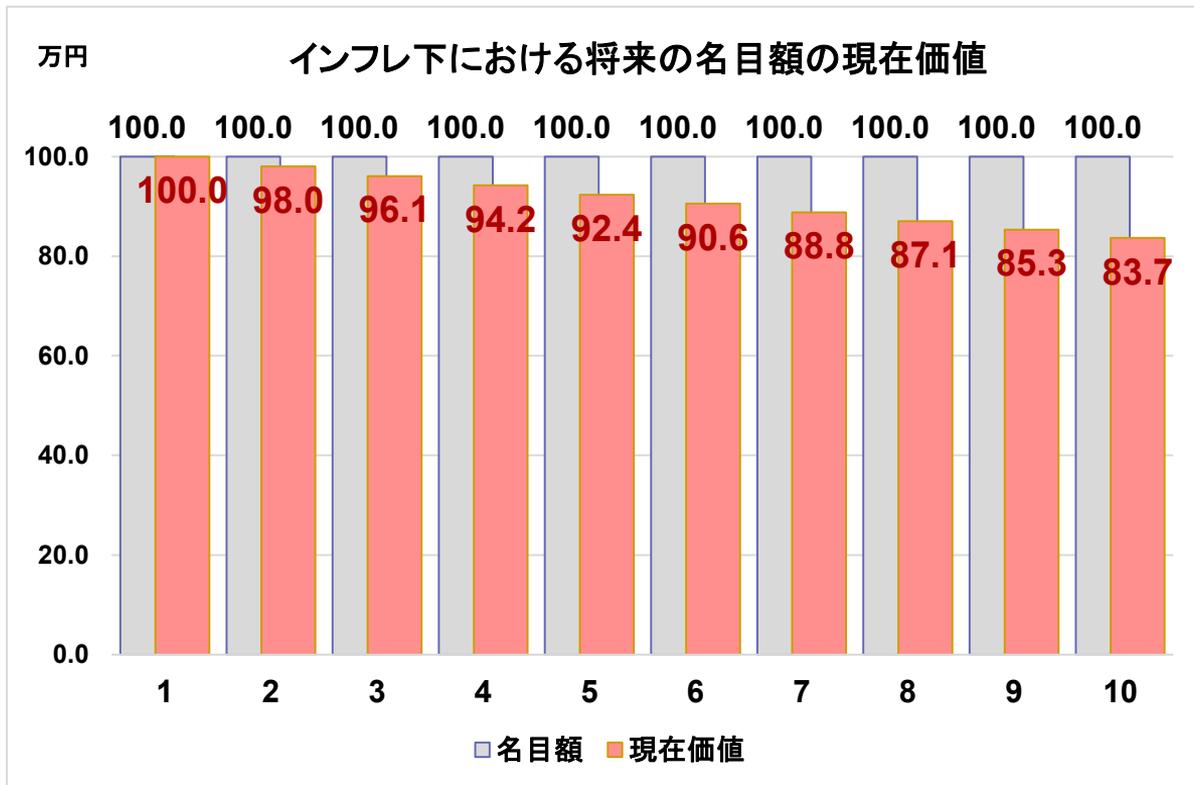
公的年金で不足する収入は金融資産の取り崩しを利用する

私的に準備するものの取り崩し年数の決定やインフレへの備えは自らやるしかない



インフレによる将来名目額の価値の低下

インフレが年2%継続した場合、将来の名目額の価値は低下～現在価値に換算してみると



1年目 100万円
2年目 $100万円 \div 1.02 = 98.0万円$
3年目 $100万円 \div 1.02^2 = 96.1万円$

⋮

10年目 $100万円 \div 1.02^9 = 83.7万円$



20年目 $100万円 \div 1.02^{19} = 68.6万円$

⋮

30年目 $100万円 \div 1.02^{29} = 56.3万円$

3. じぶん年金作成術

じぶん年金は老後生活費として使えるお金で考える

年金生活者となり、資産活用をする場合、まずは老後生活費として使う額を決める
決めた額をすべて利用して、計画的な取り崩しをする＝じぶん年金を作る ことが重要

資産活用(取り崩し)を行うにあたって

老後生活費として使う額を決める

決めた額をすべて利用して、自分らしい、
より豊かな暮らしを実現

計画的な取り崩しで
使い切る！＝じぶん年金



通帳残高を確認しながら暮らす

年金等の収入で足りないときに
金融資産から取り崩す生活が安心

先々を心配するあまり、無用な
我慢をしてしまうことも！



じぶん年金として使える財源を確認

財源と用途を棚卸しし、老後生活費として使い切って良い金額を決める
じぶん年金(生活費)以外に何のために資金を残す必要があるかを検討

逆算で決定

財源

金融資産 4,000万円

不動産 自宅(ローン無)

(相続・贈与 500万円受贈予定)

(死亡保険金 1,000万円)

合計 5,500万円+不動産

使 途

老後生活費(じぶん年金原資) 3,000万円

イベント費用・予備費 1,000万円

不動産は子へ承継、
不測の事態に予備的に活用

資産承継(子へ) 500万円

死亡時に配偶者の生計費1,000万円

合計 5,500万円+不動産

じぶん年金を作るための3つのポイント+α

1

取り崩し期間を
定め使い切る

毎年、一定のルール下で取り崩すことでストレスなく使い切ることが可能
(例) 3,000万円を原資として取り崩しルールを決める

2

長寿化を念頭に
長期間を設定

個人による終身年金化は難しいため取り崩し期間の設定を長期にする
(例) 65歳から取り崩す前提で30年間の取崩し期間を設定

3

資産運用の継続により
インフレ・増額対応

インフレへの対応、および取り崩し額増のためリスクを許容して運用を継続
(例) 年2%のリターンを目標

+α

公的年金の繰り下げ

公的年金の繰り下げで年金増、繰り下げ中の収入は資産取り崩しで賄う
(例) 70歳まで受給を繰り下げ

じぶん年金をイメージするための設例

共通の前提 じぶん年金の原資となる金融資産額 3,000万円
取り崩し開始年齢65歳、最終取り崩し年齢94歳（30年間）

	運用なし	運用あり(年2%を予定)
公的年金65歳受給開始		
インフレ見込み 0%	Case 1	Case 2
インフレ見込み 2%	Case 3	Case 4
公的年金受給開始5年繰下げ(70歳開始)		
インフレ見込み 0%	Case 5	Case 6
インフレ見込み 2%	Case 7	Case 8

3,000万円を30年間で毎年同額取り崩し(インフレなし)

Case1:運用なし・インフレなし



95歳までは年間**377万円**の収入
以降は年間277万円となる

運用による
プラス効果

Case2:年2%運用あり・インフレなし



・取り崩し期間中、安定的に2%のリターンを得られる運用ができた場合、上記+31.3万円のプラス
・95歳までは年間**408.3万円**の収入
・以降は年間277万円となる

注) 収入に対する税・社会保険料の額はそれぞれのCaseによって異なります。特に資産取り崩しや運用益についてはNISA、iDeCo、その他の金融資産で異なります。(これ以降のCase共通)

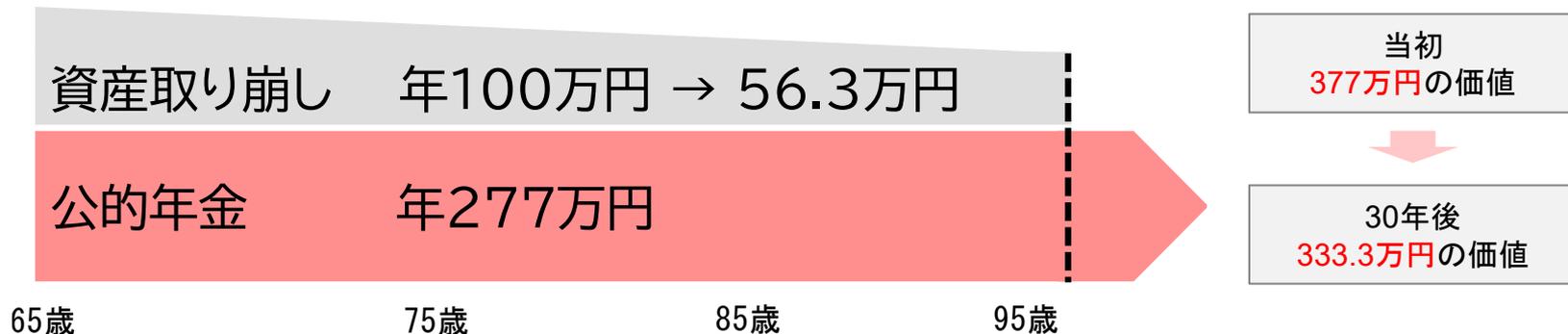
18 ※公的年金額は厚生労働省公表データ(2024年度受給開始の世帯モデル額)

平均的な収入(賞与含む月額換算43.9万円)で40年間就業した場合の老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金(満額)の給付水準



では毎年2%のインフレがあったらどうなるか？

Case3:運用なし・年2%インフレ(現在価値換算)



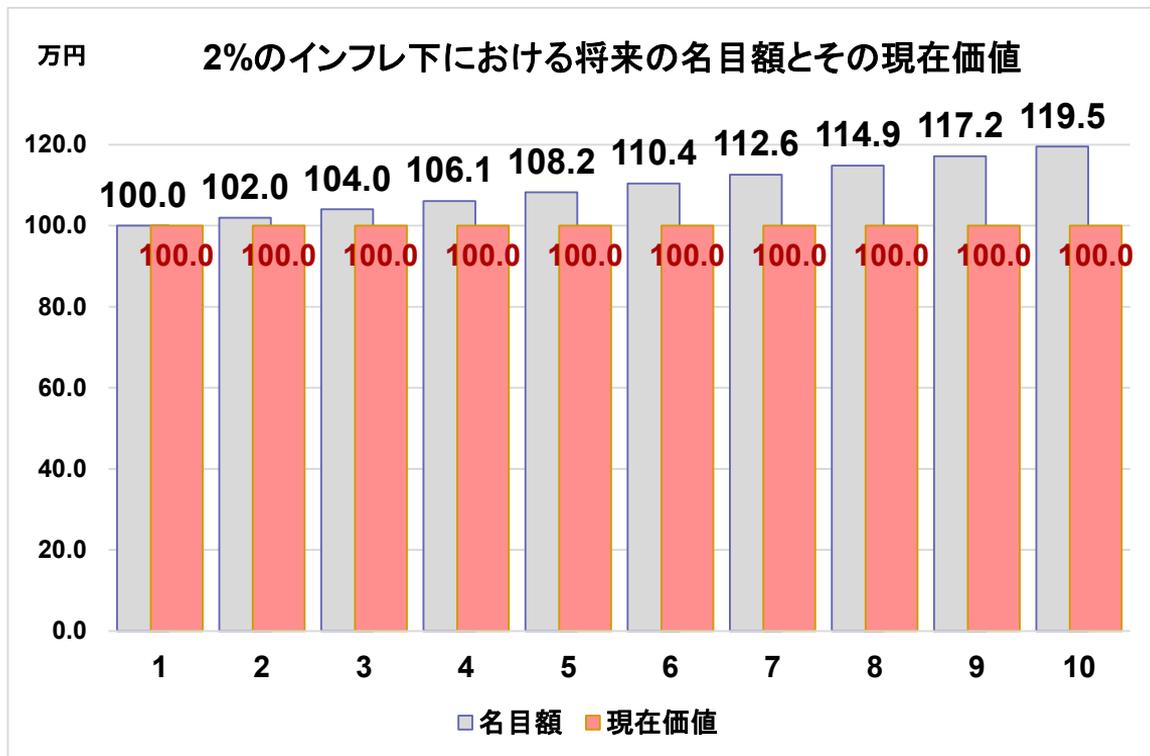
- ・資産の取り崩し額は毎年100万円は変わらないが、その実質価値は年々低下し、30年後には56.3万円の価値しかない
- ・公的年金(277万円)は基本的には物価スライドするため現在価値は変わらない。ただし現状、少子高齢化等の影響を先送りしないためにマクロ経済スライド(給付水準調整プログラム)が発動中であり、2024年公的年金の財政検証から推測すると、公的年金の実施価値が低下する可能性あり※

※2024年公的年金の財政検証報告では所得代替率は現状61.2%。複数の社会・経済状況に関する諸前提によるシミュレーションによれば、将来の所得代替率は50.1%~57.6%と計算され、新規裁定年金額は実質的に5.9%(1-57.6%/61.2%)~18.1%(1-50.1%/61.2%)低下する可能性がある。

Case3でどうすれば実質価値が維持できるか

答え:年2%ずつ資産取り崩し額を増やせば良い

資産取り崩し額を増やす！



1年目 100万円
2年目 100万円 × 1.02 = 102.0万円
3年目 100万円 × 1.02² = 104.0万円

10年目 100万円 × 1.02⁹ = 119.5万円

20年目 100万円 × 1.02¹⁹ = 145.7万円

30年目 100万円 × 1.02²⁹ = 177.6万円

その方法は？

年2%の運用リターンが必要！

しかし、実際はインフレ率は変動し、一定の利回り確保も難しい

Case3においてインフレ対応する方法

$$\text{その年のインフレ率} \leq \text{その年の運用収益率}$$

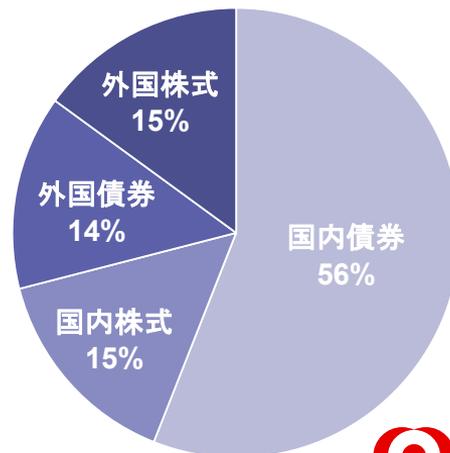
となるような、運用商品、ポートフォリオが組めれば良いが、それを保証するような商品はないと思われる

- インフレ率を長期視点でアウトパフォームすると考えられるポートフォリオで運用
- 短期的なインフレ率とのズレは許容(我慢)する



例) インフレ率を超過することを目標とするならば、債券中心の安定型のバランス型投資信託が考えられる
(右記ポートフォリオ例は1つの考え方であり推奨するものではありません)

安定型ポートフォリオの例



Case3の具体的な取り崩し額の決め方

(金額単位:万円)

Point

資産枯渇を避け、予定年数で取り崩しを完了させる

簡単に取り崩し額がわかるよう単純なルールにする

毎期初の資産残高を取り崩し
残余年数で除した額を取り崩す

もっと簡単に！

- ・当初の投資信託の口数を30で除した口数を取り崩し続ける
- ・一定口数を継続的に売却するサービスを提供する証券会社などを利用

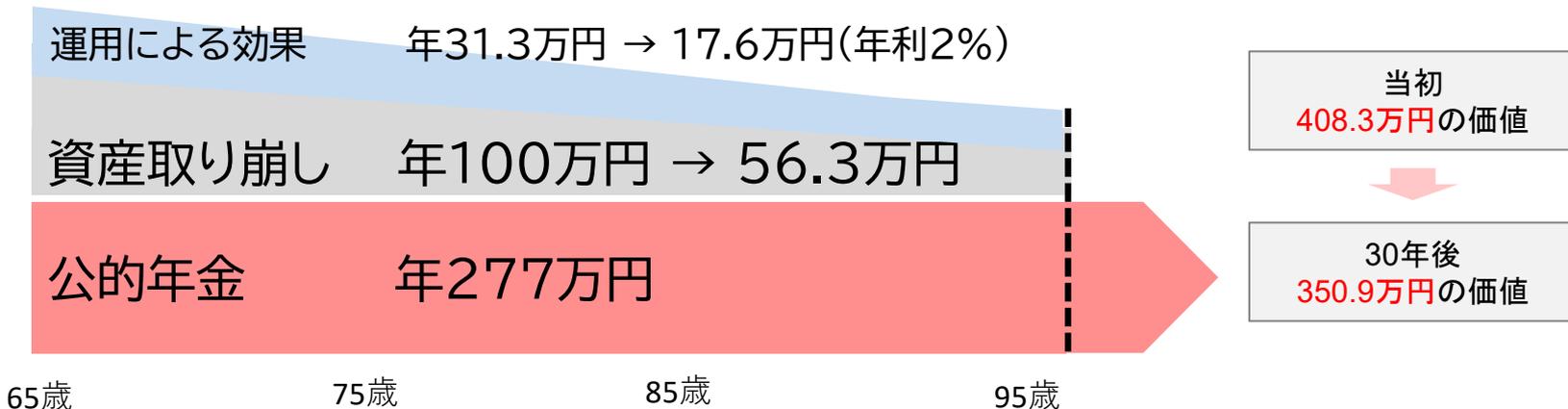
① 年度	② 期初残高	③ 係数 (残余年数)	④ 取り崩し額 (期初残高÷係数)	⑤ 実績運用 収益率	⑥ 期末残高 (②-④) * (1+⑤)
1	3,000	÷ 30	= 100.0	4%	3,016
2	3,016	÷ 29	= 104.0	-2%	2,854
3	2,854	28	101.9	1%	2,779
4	2,779	27	102.9	5%	2,810
5	2,810	26	108.1	0%	2,702

- 期待リターン2%程度のポートフォリオから発生した収益率例
- 運用実績がインフレ率と同程度であればインフレ分取り崩し額が増える

27	625	4	156.4	6%	497
28	497	3	165.8	3%	341
29	341	2	170.7	4%	178
30	178	1	177.6	1%	0

運用ありで、毎年2%のインフレがあったらどうなるか？

Case4:年2%運用あり・年2%インフレ(現在価値換算)

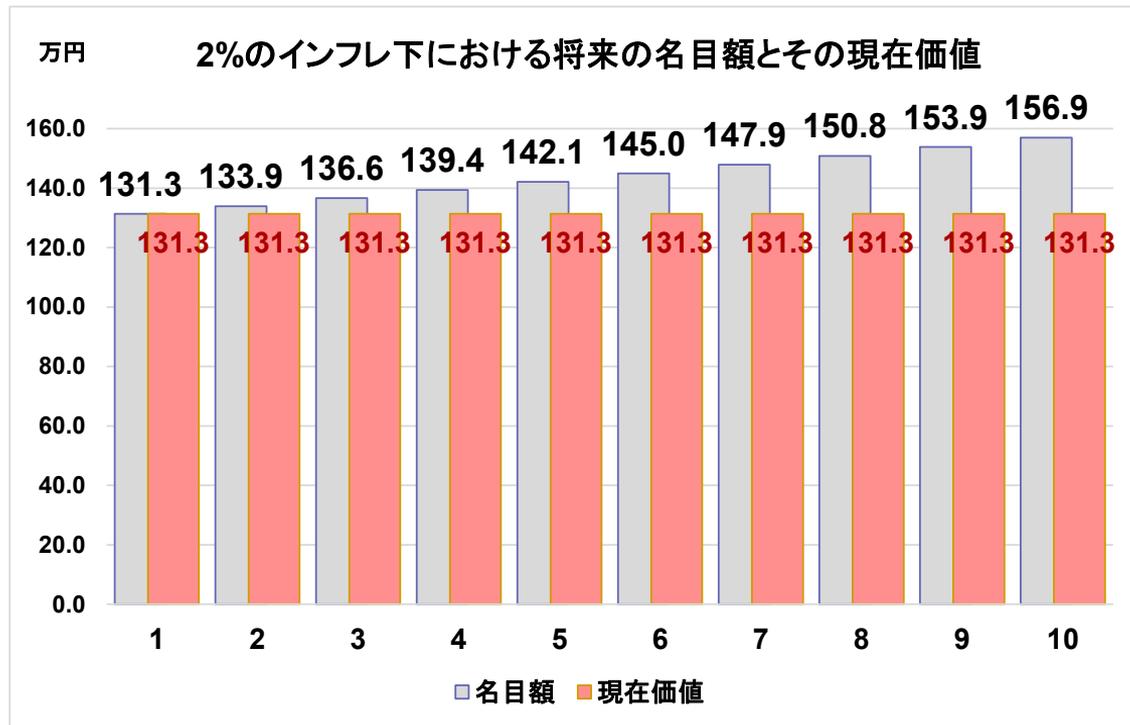


- ・年2%の運用では資産の取り崩し額は毎年131.3万円は変わらないが、その実質価値は年々低下し、30年後には73.9万円の価値しかない
- ・公的年金(277万円)は基本的には物価スライドするため現在価値は変わらない。ただし現状、少子高齢化等の影響を先送りしないためにマクロ経済スライド(給付水準調整プログラム)が発動中であり、2024年公的年金の財政検証から推測すると、公的年金の実施価値が低下する可能性あり※

※2024年公的年金の財政検証報告では所得代替率は現状61.2%。複数の社会・経済状況に関する諸前提によるシミュレーションによれば、将来の所得代替率は50.1%~57.6%と計算され、新規裁定年金額は実質的に5.9%(1-57.6%/61.2%)~18.1%(1-50.1%/61.2%)低下する可能性がある。

Case4で2%ずつ資産取り崩し額を増やすには？

答え:4%の運用リターンを得れば良い



資産取り崩し額を増やす！

1年目 131.3万円
2年目 131.3万円 × 1.02 = 133.9万円
3年目 100万円 × 1.02² = 136.6万円

10年目 131.3万円 × 1.02⁹ = 156.9万円

20年目 131.3万円 × 1.02¹⁹ = 191.3万円

30年目 131.3万円 × 1.02²⁹ = 233.2万円

その方法は？

年4%の運用リターンが必要！

CASE4:どのようなポートフォリオが必要か

CASE4においてインフレ対応する方法

$$\text{期待実質収益率} + \text{その年のインフレ率} \leq \text{その年の運用収益率}$$

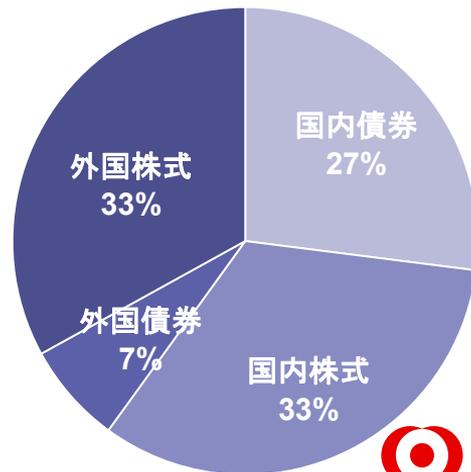
そもそも運用により取り崩し額を当初から増やすことに加え、インフレ対応分を上乗せした収益が必要となる

- インフレ率を含む期待収益率(名目期待収益率)が長期視点で達成するようなポートフォリオで運用
- 短期的なインフレ率および期待収益率とのズレは許容(我慢)する



例)CASE4より積極的な(株式比率の高い)バランス型投資信託の中から自身のリスク許容度内の商品を選択
(右記ポートフォリオ例は1つの考え方であり推奨するものではありません)

積極型ポートフォリオの例



Case4: 具体的な取り崩し額の決め方

(金額単位: 万円)

Point

資産枯渇を避けるために予定年数で取り崩しを完了させる

実質期待収益率で元利均等に
取り崩す

毎期初の資産残高を取り崩し
残余年数および期待収益率を織り
込んだ係数(年金現価率)で除し
た額を取り崩す

期待収益が達成できないことが
Case3より多く発生する可能性が
高い(資産運用リスクが大きい)が
その場合取り崩し額が減少するこ
とで資産枯渇はしない

① 年度	② 期初残高	③ 係数 (年金現価率)	④ 取り崩し額 (期初残高÷係数)	⑤ 実績運用 収益率	⑥ 期末残高 (②-④) * (1+⑤)
1	3,000	÷ 22.844	= 131.3	8%	3,098
2	3,098	÷ 22.281	= 139.0	-4%	2,841
3	2,841	21.707	130.9	2%	2,764
4	2,764	21.121	130.9	10%	2,897
5	2,897	20.523	141.1	0%	2,755

Case3では係数は30であったが、30年間2%
の収益が継続する前提とするとより小さな係数
で割ることができる(取り崩し額は増える)

ヒント!
③の係数はエクセルのPV関数を使用す
ると簡単に算定できます

27	727	3.884	187.2	12%	605
28	605	2.942	205.6	6%	423
29	423	1.980	213.6	8%	226
30	226	1.000	226.2	2%	0

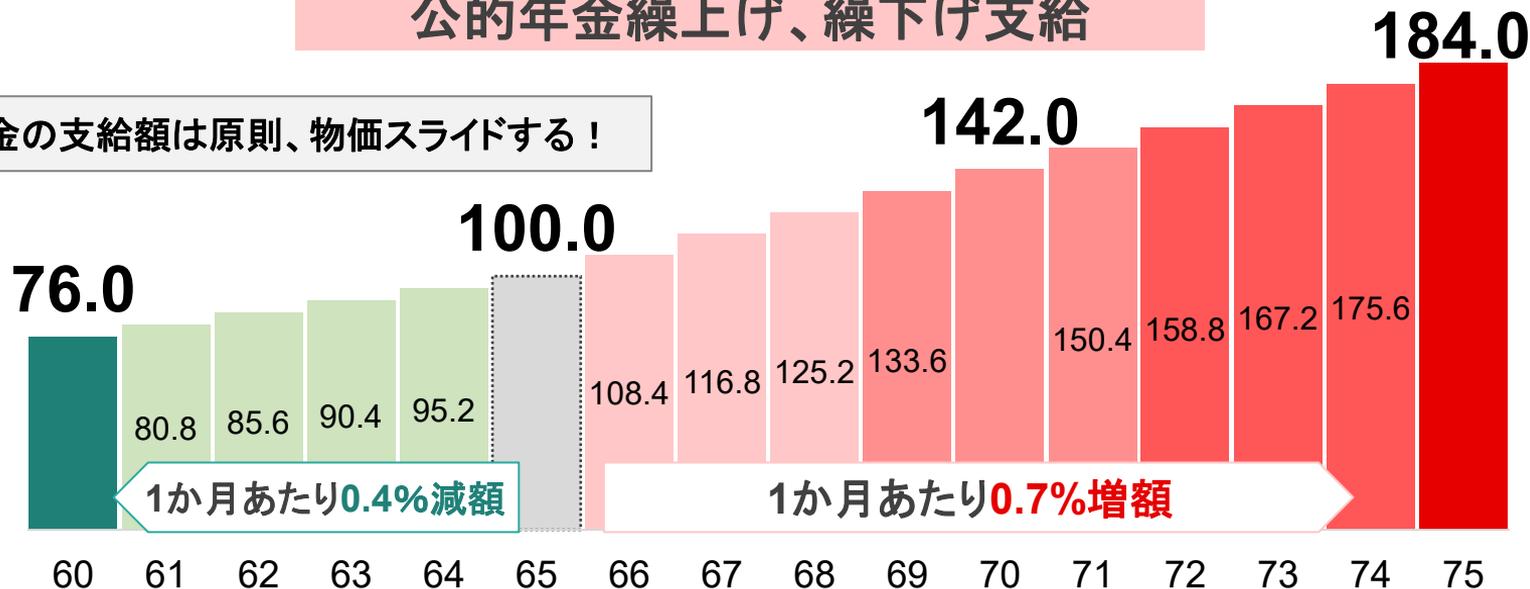
+α作戦 ～公的年金の繰上げ・繰下げ～

公的年金は本則65歳の受給開始時期を繰上げ・繰下げすることが可能
5年繰下げを行うと70歳受給開始で年金額は42%増加

Point

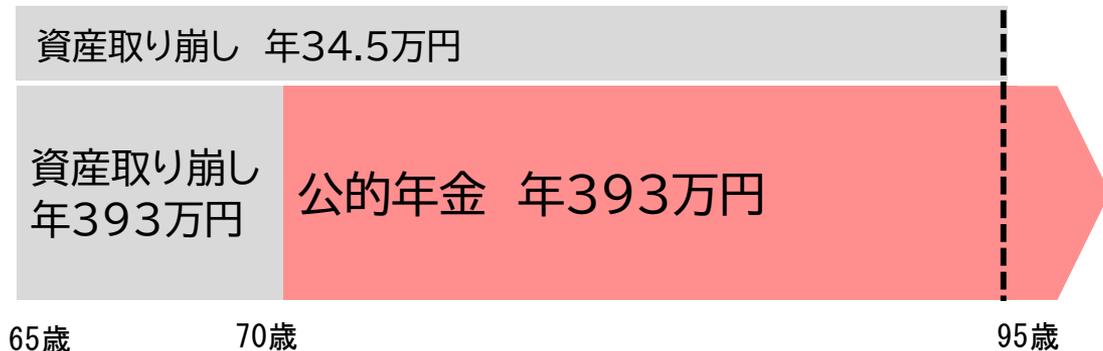
公的年金繰上げ、繰下げ支給

公的年金の支給額は原則、物価スライドする！



+α作戦 年金繰下げでトータル受給額増(現在価値換算)

Case5:運用なし・インフレなし



CASE5

95歳までは年間427.5万円の収入
以降は年間393万円となる

VS. Case1 50万円、2でも20万円の差！

Case1 95歳まで年間377万円の収入
Case2 95歳まで年間408.3万円の収入
以降 両者とも年間277万円となる

再掲 Case1:運用なし・インフレなし



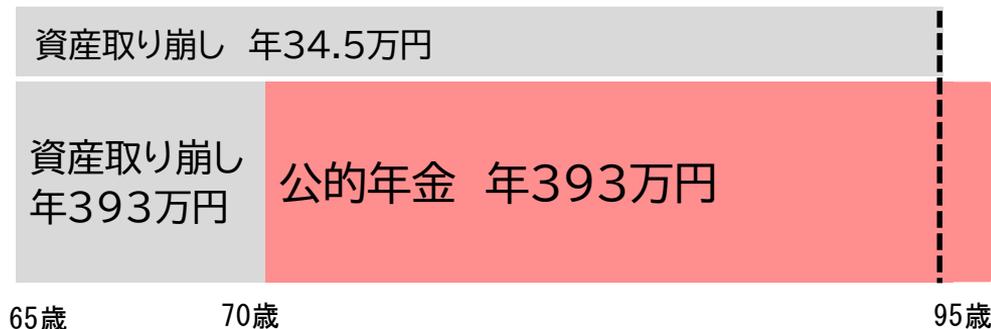
・公的年金の繰下げ効果により
金額的にはCase5の方が優位

一方で

- ・保有資産の減少スピードが速い
- ・早世の場合、遺族に残しにくい

+α作戦 年金繰下げでトータル受給額増(現在価値換算)

再掲 Case5:運用なし・インフレなし



95歳までは年間427.5万円の収入
以降は年間393万円となる

運用による
プラス効果

Case6:年2%運用あり・インフレなし

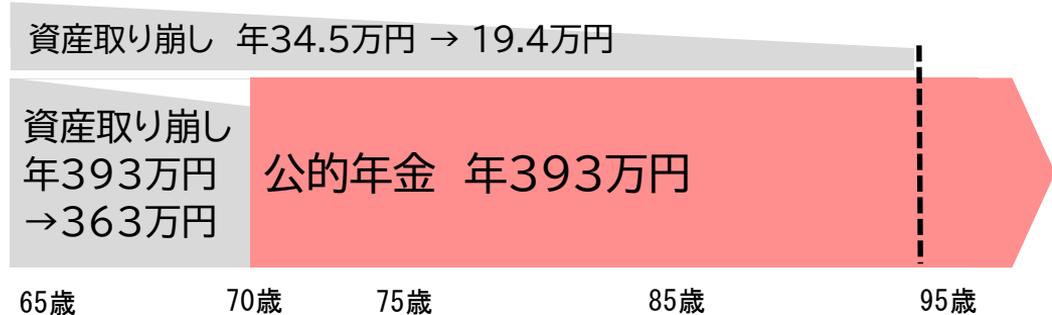


取り崩し期間中、安定的に2%のリターン
を得られる運用ができた場合、上記
+14.1万円のプラス
cf. Case2では+31.3万円のプラス

・取り崩しが前詰めのため
運用効果は相対的に小さい

+α作戦 ～年金繰り下げでトータル受給額増(現在価値換算)

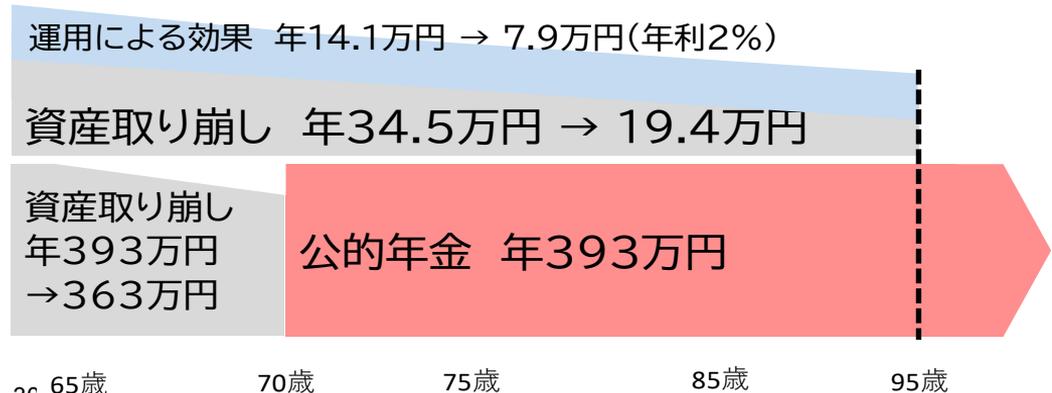
Case7:運用なし・2%インフレあり



インフレによる実質価値の低下は発生するものの、Case3,4と比較して影響は小さい ⇒ 70歳以降、物価スライドする公的年金の面積が大きくなるため

運用による
プラス効果

Case8:年2%運用あり・2%インフレあり



運用によるプラス効果自体が小さくなっているためインフレ影響も小さい

いずれも、インフレによる実質価値減少分を補うにはCase3,4と同様の対応(+2%の運用など)が必要
影響が比較的小さくなるため、対応しないという選択肢もありか

じぶん年金作成術 ～ まとめ

- 1 公的年金で不足する老後収入を得ることが目的
- 2 じぶん年金とは金融資産をルールに則って取り崩し続けること
- 3 **じぶん年金として使い切る資産額を決断する！使ってこそ老後資金**
- 4 長寿に対応するため、取り崩し期間は長めに
インフレに対応して額を増やすにはインフレ率を上回る運用を実践
- 5 取り崩し額の決定方法は資産残高を取り崩しの残余年数で除するのが基本
- 6 公的年金繰下げは収入増、長寿・インフレ対応部分増の3拍子揃う対策

【ご留意事項】

- MUFG資産形成研究所は、三菱UFJ信託銀行が、現役世代から退職後の世代までを対象に資産形成・資産運用に関する調査・研究等の活動を行う際の呼称です。
- 本資料は情報提供を目的としたものであり、特定の金融商品の取得・勧誘を目的としたものではありません。
- 本資料に掲載の情報は作成時点のものです。また、本資料は三菱UFJ信託銀行が各種の信頼できると考えられる情報源から作成しておりますが、その正確性・完全性について保証するものではありません。
- 本資料に基づくお客様の決定、行為、及びその結果について、三菱UFJ信託銀行は一切の責任を負いません。
- ご利用にあたっては、お客様ご自身でご判断くださいますようお願い申し上げます。
- 本資料は三菱UFJ信託銀行の著作物であり、著作権法により保護されております。
- 本資料の全文または一部を転載・複製する際は著作権者の許諾が必要ですので、三菱UFJ信託銀行までご連絡ください。

三菱UFJ信託銀行株式会社
〒100-8212
東京都千代田区丸の内1-4-5

MUFG資産形成研究所

最新の論文・レポートはこちらから。

MUFG資産形成研究所

検索

<https://www.tr.mufg.jp/shisan-ken/>

