

セミナーブレイン協会

TEL 03-5542-3064

E-Mail : info@seminar-brain.jp

2025.8.7



「老後の手取りを増やす」

武蔵野大学客員教授・元内閣総理大臣補佐官 長谷川 榮一

昨年の総選挙以来、「手取り」への関心が強い。そこでは若者や壮年の手取りのことだが、老後に受け取る収入についても手取りがある。70歳を超え、年金受給を実感している筆者として考えてみたい。

無論、手取りが多いに越したことはないが、「入り」に当る年金受給額は、現役世代の給料から天引きされる長期保険料と雇用主による同額の加算分を総累積した基金から支払われる。基礎年金の場合には、各自が支払う保険料に、同額の国家予算が加算された総累積基金から、となる。従って、年金受給の「入り」額を増やすためには、現役世代の保険料納付が増えなければならない。少子化が定着した今、増加を望めないどころか、社会保険料の引き下げを公約にする政党もいるのだから、受給世代が望むべきでない。

実際に受給が始まると「出」の大きさも実感する。介護保険料は基礎年金の受給額から天引きされるが、65歳を超えると保険料は跳ね上がる。また、年金受給額が年間90万円を超えると所得税・住民税の課税対象になる。医療保険料も負担し続けなければならない。現役時代に所属した組織の健康組合を離れ、個人で国民健保に加入し始めると保険料は増えるのが一般的で、「出」は現役時代より増える。70歳を超えると自己負担の割合が減るが、実際に医者にかかった場合に負担額は有る。

残った年金の「手取り」を待っているのは生活必需支出、衣食住と医薬費、交通費、電気ガス、通信費などである。住宅については、持ち家では固定資産税や管理費、借り家だと家賃がある。

これらを考えると憂鬱だが、平均寿命は伸びており、誰しも、長く、健康で、明るく暮らしたい。だが、生活経費の基盤を年金だけに依存することには無理がある。社会保険料を減らす改革は重要だが、それだけで問題が解決するとは考えられない。青壮年期のうちから「必ず到来するもの」と考えて備えを始めるべきだ。政治家や行政だけに頼っても安心できない。少子高齢化は、公的予測

を超えて容赦なく前倒しで進んでおり、政治の意思決定はそれに追いつかないだろう。先の国会でも、超氷河期の方々の将来を考えて基礎年金の底上げ策が論じられ、自公、立民が一致した解を出した。しかし、私には、「2029年に財政検証をして・・・」は本格的な対策着手の5年間先延ばしのように見える。

経済環境全体を見ると足元では食品の高騰だ。東京を中心にしたマンション価格、各地でのレストランやホテルの料金などの上昇もあり、物価高は選挙戦での最大の関心事だった。中期的、構造的にも、WTOを基盤にした自由貿易は機能を弱め、「より良い物・サービスを、より安く」は志向されない。自国内での確保を重視すべきだとの経済安全保障的な論議も目立つ。エネルギーに関しては、脱炭素志向により、温暖化を防止するエネルギーの方が高い価値をもつという考え方が日本を含めて世界に広まる。いずれも、財の価格を上げる動きだ。

長期的には人口問題による供給力の減少もあり得る。今や、中国が人口減に転じた。インドでも増のペースが落ちている。旺盛に増えているのはアフリカであり、それ故に世界の総人口は増加を続けている。人口減の国々での供給力減が、世界の人口増や生活水準向上による需要増に対応できないと物価は上がる。かつてG7先進諸国で人口減が始まった時には、中国やアジア諸国で、次いで東欧諸国で供給力が強まり、品物は不足せず、価格も下がった。厳しい気候・衛生条件やインフラの未整備を考慮すると、アフリカはかつての中国などが果たした世界に向けての工場になるだろうか？ならないと、インフレ傾向が頭をもたげる。

他方、先進諸国では財政支出が増え続け、利回りの上昇や国家財政への信認低下を懸念させる。国の信認低下は民間の資金調達負担も重くする。

では、どうすればよいのか？

今回の紙幅で論じきることはできないが、アイデアを列挙してみたい。青壮年期の方への、将来の老年期に備えてのメッセージであり、問題意識を強めてもらえれば幸いだ。

1. 健康の維持、保健知識の充実

収入を増やす活動ができる前提であり、医療費を減らすこともできる。早期発見も大事だが、その前に病の予防。男性の場合、鍵は体重増の抑制や喫煙停止だと思う。卒業後、就職直後に増えた体重のほとんどは脂肪だろう。東大医学系の中川教授は、コーヒーが癌を減らすと述べている。受験本位の学校では授業濃度が薄くなりがちで保健知識を、大人になってから増やすことが重要ではないか？

2. 働きを増やし、力を磨く

仕事を増やせば収入は増える。過度な残業抑制は収入増の機会を奪う。技や知見を増やし実現力を強めれば、賃金水準が上がる。活躍に場を広げるために英語力は欠かせない。

昨今、個人のリスキリングが盛んに言われる。その通りだが、企業や役所では組織として決定し、動くので、組織のリスキリングも重要だ。

3. 得た収入の運用

日本は長く続いたゼロ・低金利時代に浸かって、運用では米や英に大きく水をあけられた。一千数百兆円が個人の現預金として置かれるなど、自分の資産運用への感度が低くなっていた。「預金なら額面割れが無い」ということかもしれない。しかし、運用を工夫して平均して利回りが1%上昇すれば、国民全体で10数兆円の資産が増える規模の話だ。税収も増える。岸田内閣は資産運用立国を掲げ、NISAや確定拠出年金への関心が高まり、人々の行動を呼んでいる。

国際動向を含めて見れば、利率が低ければ株価は上がり易い。また、2012年の安倍内閣前はデフレ気味で円高傾向が続いた。安倍内閣は年金基金の運用を大きく改めた。従来は大宗を債券、特に国債で運用されてものを改め、運用先を株式、債券、それぞれを内貨、外貨のものにほぼ4等分した。この改革の成果により、年金基金の規模は、以来10年余りの間に140兆円（国民一人当たりで約120万円）増えている。

4. 職場での取り組み

各自が単独でできることには限りがある。だから、企業や組織で、確定拠出年金の他にも、福利厚生強化や社員向けのストックオプション、株式でのボーナスの支給など、社員の手取りが将来にわたって増える試みを増やせないものか。同時に、健康や資産運用に関する研修の場を、社員の年齢に応じて設けて、家族も含めたりテラシーを充実させるべきだ。個々の社員で場を設けることは面倒すぎる。

5. 勤務地と生活コスト

私たちの生活費の中で住宅費は大きな割合を占める。東京の家賃や固定資産税は地方都市を圧倒する。東京では、ワンルームマンションでも月10万円を下るまい。地方都市ではそれほどではなく、東京での家賃との差額は手取りの増となる。企業を地方に移す工夫をもっとできないものか？従業員側でも、住居費の高い東京に住み続けるメリットを再考してはどうか？

住居の移動での悩みに子供の教育がある。しかし、地方の中核的都市にはレベルの高い、それも公立の中高校が多い。これを目指すための教育費は東京圏より低いのではないか？大学以降の高等教育をしっかりと学べば、卒業高校が、都会の私立進学中高でなく、地方の公立高校であっても差は生じないと思う。

6. 時間を大事にし、人生のロスタイムを最小にする

大都市での満員電車での通勤、通学は、私たちの自由な時間を蚕食する。毎日、毎月、毎年と累積した総時間は相当の長さだ。計算法によっては、大都市の片道1時間の通勤者は、地方勤務の場合より、1年で16日余り自由に使える時間が少なくなる。金額ではないが、時間は取り戻しができない貴重な資産である。人生の時間は寿命により与えられたものだが、ロスタイムを減らせば、自分の可能性を高める機会が広がる。この意味でも、地方都市での仕事と暮らしは有利ではないか。

以上、私の人生を顧みながら老後の手取りを増やす方法を列挙した。これが読み手を刺激し、老後に通ずる備えの方法が増えることを祈念したい。本稿は、筆者の個人としての意見であることをお断りさせて頂く。