

「老後 2000 万円問題」とは言われるけれど、 2000 万円を貯めるには どうしたら？

積立
預金

資産
運用

「72 の法則」をご存知ですか？ 資産運用ではよく使われる言葉です。
今の資産を倍にするには何年かかるかを算出するのに使います。
計算式は「72 ÷ 利率＝必要期間（年）」。

この「72 の法則」を使って、銀行金利が 0.001%（大手銀行普通預金金利参照）という今、1000 万円の資産を倍にするとしたら……

72 ÷ 0.001 = 72000 年

なんとヒトが服を着るか着ないか、言葉を話すかどうかくらいの時代から 1000 万円を銀行に預け続けてやっと今 2000 万円になります。だったら月々少しずつ貯めていけば？

今の金利なら毎月2万円を 83 年貯めてやっと 2000 万円を超えます。年金受給年齢の 65 歳以降と考えると、そのころにはすっかり老後人生もベテランの域に。

では毎月の額を5万円に増やしたとして、2000 万円になるのは 34 年後。つまり 31 歳から始めないと間に合わない。といっても 30 代に月5万円はかなりの出費。30 代前半の平均年収は約 400 万円（国税庁：令和2 年分民間給与実態統計調査参照）ですから、その 15%も積み立てるとなると、そう簡単にはできないですね。

ここは、自分一人で働くのではなく、
お金自身にも働いてもらいましょう！

お金に働いてもらうものの一つが「資産運用」。株式投資や不動産投資、税金面での優遇がある NISA や iDeCo、投資信託、変額保険、などなど色々な方法があります。それぞれにメリットデメリットがあるので、ご自身の状況に応じて運用方法を選ぶのがいいでしょう。

例えば、運用をプロに任せることができる積立投資を利用した場合を考えてみます。

積立投資の場合

右の図に示したとおり、30 年前から月々2万円を積立投資していたとすると、28 年後には約 2180 万円。既に 2000 万円を超えていることになります。その間支払った額は 672 万円。実に 1500 万円以上もお金自身の働きで増えてくれるわけです。それを利回りで考えると実に約 7%。

そんなに増えるなんて、なんだかちょっと信じられない、利回りも 7%なんてありえないと思われる方もいるでしょう。確かに 7%というのは過去の話で、この先がどうなるかはわかりません。ただ、世界では戦争もリーマンショックも過去 30 年の内に起こった中での平均利回りであることも事実です。

ちなみに、この増えたポイントは、ずばり「期間」。「ドルコスト平均法」という投資の手法によるものです（「ドルコスト平均法」についてはまたの機会にご紹介しますね）。

そして、運用しながら貯めていくのには、他にも大きなメリットがあるんです！ それは、貯まったお金を元の資産を減らすことなく使い続けることができる、ということ。

通常の貯金や年金などは貯まったお金は使えば使うだけ減って、そのうちなくなってしまうです。でも、運用では増えた分だけ使って、残りは運用を続けることで、また増え続ける。そしてその増えた分を使う、資産はそのまま残る……。

自分が働かなくなったとしても、お金が働き続けてくれるわけです。

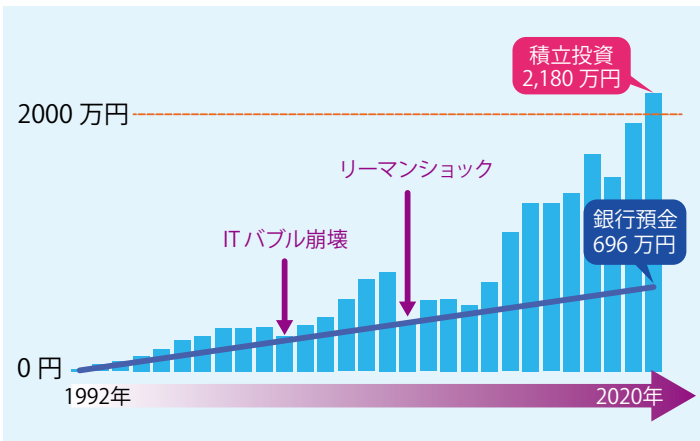
始めるなら「いま」！

実際、利回りがどのようになるのかについては、確実な保障はありません。ただ、今後国がしっかりとした面倒を見てくれる保障もあります。どんな形が自分に合うのか、ご自身の資産や年齢、生活なども踏まえて今からしっかり考えて、そして始める長期がポイントなので始めるならすぐに！

「やった方がいいとは思う」「どうしようか悩んでいた」で、時間が経ってはもったいないですよ。

ご相談や設計はもちろんのこと、みぞぐち商会で扱える商品もあるのでまずはお気軽にお声がけください！

図 2万円ずつを投資した場合と銀行に貯蓄した場合（イメージ図）



もりあやこの

この人に会いたい!

日本パラ陸上競技連盟常務理事

花岡伸和

第 24 回



誰もがのびのびとチャレンジできる世界に

人はこんなにも素晴らしくなれるのか、と感じた昨年のパラリンピック。まだ記憶に新しい方も多いかと思います。今回は、そんな人たちを支える、日本パラ陸上競技連盟常務理事であり、元アテネ・ロンドンパラリンピック車いすマラソン選手の花岡伸和（はなおかのぶかず）さんにお話をうかがいました。

●人生を変えた2つの出会い

一つは地元の障がい者スポーツセンターに車いす陸上の練習を見学に行き、山口悟志さん（ソウル 1988 パラリンピックとバルセロナ 1992 パラリンピックに出場）に出会ったこと。競技用の車いすやウェアを譲ってもらったり、仕事と競技の両立の仕方を教えてもらったりして大変お世話になりました。

もう一つの出会いは妻。手話サークルで出会ってから 8 年で結婚しました。ご両親の反対を押し切って、妻が家を飛び出す勢いで、やっとお義父さんが折れてくれたんです。それからは、とても仲良くお付き合いをしてくれています。特にわたし達に子どもが生まれてからは、より一層ですよ（笑）。

●挫折からピークへ

車いすマラソンの道を志してからは、昼間は高齢者施設で働き、夜は競技の練習の日々。シドニー 2000 パラリンピック強化指定選手にも選ばれましたが、本大会への出場は叶わず。2002 年にはトラック 1500m とマラソンで日本記録を樹立しアテネ 2004 を目指しました。

その結果車いすマラソンで 6 位入賞という成績を残しましたが北京 2008 は代表選考落ち。燃え尽き症候群みたいな状態になりました。成績も伸びず 2007 年までは辛い時代でした。



ロンドン 2012 パラリンピックでは自己最高の 5 位入賞を果たし、引退の花道を飾った



From
もりあやこ

わたしには計り知れないご苦労もたくさんあったはずなのに笑顔で答える花岡さんの言葉は、なぜかポジティブなパワーに満ちあふれていました。未来を穏やかに語りながらも、とても強い意志がにじみ出ている、わたしも動かなくちゃ！という気持ちになりました。



保険のご用命は、わたしたちにお気軽に

こんにちは みぞぐち商会です

会社の窓のラッピングをリニューアルしました！
コーポレートカラーであるえんじ色を主に、みかたくんも登場！
かわいらしく、わかりやすく、そして目立つ窓になりました。
近くにお越しの際には、気に留めてくださると嬉しいです。
もちろん、事務所へのお立ちよりもお待ちしております★



「練習方法もその先も、とり入れるかどうかすべて決めるのは自分」なんだと。自分で決めたこと、気づいたことは最後まで忘れないんです。だから選手には成功体験を味わってもらえるように常に考えています。

成功体験に裏打ちされたチャレンジを他の誰かに認めてもらえる和自己効力感を得ることができるわけです。人は一人だけでできることは少ないけれど、協力すれば色々なことができるようになるんです。だからコーチは「待つ」ということが大事。どうしてもいろいろ言いたくなっちゃう（笑）。でも、待つんです。

●スポーツで人づくりをしたい

将来は障がい者をサポートし育てる法人を作りたいと思っています。

たくさん可能性があるのに、親も本人も無意識のうちに限界を決めてしまうのはもったいない。誰もがのびのびとチャレンジできるような社会にしたい。ゆくゆくは仕事の能力も伸ばして、「障害者雇用率達成」のためではなく本当に必要とされる人材を育てたいです。見守ってくれる人がいること、誰かに関心を持ってもらえることは本当に心強いです。ダイバーシティ（多様性）という言葉が形だけでなく、本当に全ての人に当てはまる言葉としてとらえられる社会にしたいと思っています。

●座右の銘は「志あれば道あり」

先がなかなか見えなくとも、色々な角度から見方を変えれば進む方向も必ずあるはず。そう信じて進みたいと思っています。

はなおかのぶかず

1976 年大阪生まれ。高校で大阪府の柔道国体強化指定選手になるがバイク事故で下半身不随となる。リハビリ期間中に車いすマラソンと出会う。アテネ 2004 パラリンピックのマラソン男子 6 位、ロンドン 2012 パラリンピックで 5 位入賞。同年引退。2017 年、早稲田大学大学院スポーツ科学研究科修士課程修了。現在はコーチのほか、日本パラ陸上競技連盟常務理事として選手強化や普及活動を行っている。