

# ふかえりのわくわくFP通信

ちょっと気になる「資産運用」「保険」「年金」などお金についての話題をお届けします。

## ご挨拶

熱中症が気になる季節になりました。毎年数万人の人が熱中症で救急搬送されています。

暑さが気になり始めるこの時期、「暑熱順化」を意識してはいかがですか？

「暑熱順化」とは徐々に体を暑さに慣れさせ、暑さに強くなることです。ジョギングやウォーキングはもちろん、入浴でも効果があるようです。

(熱中症ゼロへ 日本気象協会)

<https://www.netsuzero.jp/learning/le15>

梅雨の晴れ間や梅雨明け直後は暑熱順化ができていません。今のうちから意識しておくとも良いかもしれませんね。



## 今月号のちょっと気になるお金のコラム

厚生労働省は「**公的年金シミュレーター**」の試験運用を始めました。ねんきん定期便の2次元コードを読み込むだけで簡単に将来の目安がわかります。



「みらいのお金クリニック」  
アルシアコンサルティング株式会社  
深川 恵理子

〒251-0023 神奈川県藤沢市鵜沼花沢町2-3PHビル2階  
TEL 0466-54-8417 CALL 090-8437-5259

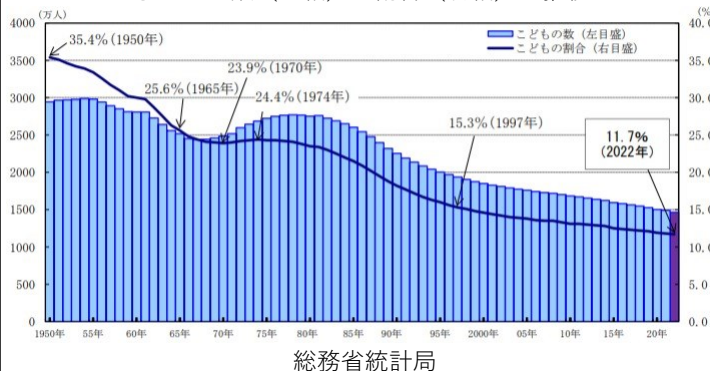
[HP click](#) ◀ [Blog click](#) ◀ [LINE friend](#) ◀ [Twitter follow](#) ◀

## 子どもの数 41年連続減少

先月総務省はこどもの日にちなんで、2022年4月1日現在の子供の数を発表しました。

それによると、2022年4月1日現在の子供の数は1465万人と前年の1491万人から25万人減少、総人口に占める子どもの割合も11.7%とこちらは48年連続の減少となりました。

子どもの数（左軸）・割合（右軸）の推移



総数がピークだったのは1954年の2989万人、人口の1/3以上が子どもだったのですね。

国民皆保険・皆年金制度が施行されたのが1961年ということ考えると、社会保障の受給や負担の在り方などの議論があるのは当然と言えます。

さらにこのころには全く想定されていなかった介護などの問題も出てきています。

自分でできる準備はしっかりとしておきたいですね。

## ちょっと気になるお金のコラム

### 2022年度の年金支給額 0.4%減

今年度の公的年金の支給額は前年比0.4%の減額になりました。

ガソリンを始め物価が上がる中、年金の受給者の生活には影響が出るかもしれませんが、公的年金は現役世代の負担を増やさないようにしながら年金制度を維持するため支給額を調整する仕組みになっています。

年金については、この他に4月から長寿化・高齢化に対応する改正が2点ありました。

#### 1. 繰下げ受給が75歳までに延長

原則65歳支給開始ですが、支給開始時期を早めたり遅くしたるすることができます。繰上げた場合は1カ月当たり0.4%減額に、繰下げた場合は0.7%/月の増額になります。

#### 2. 在職老齢年金の支給停止基準の変更

60歳～64歳の方が働きながら年金受給をした場合、給与と合わせて「28万円」を超えた場合、超えた額の1/2が支給停止になっていました。この基準が65歳以上の人と同様に「47万円」に引き上げになりました。

### 世界の年金ランキングは？

昨年10月にアメリカのコンサルティング会社が世界年金ランキングを発表しました。

日本は調査対象となった43か国中36位、昨年の39か国中32位から少し順位を落としました。

同社は、「日本の順位の低迷は、長寿化のフロントランナーであるがゆえの宿命とはいえ、現役世代が抱えている老後への不安感の度合いを映し出している指標と捉えると違和感はないかもしれません。ただ、漠然と不安を感じるというのは健全な姿ではなく、まずは現状の制度を正しく理解することが重要です。」とコメントしています。

### 年金シミュレーターを使ってみよう

制度の理解は勿論ですが、まずは自身の加入状況や将来の見込を確認してみましょう。

厚生労働省が4月から試験運用を始めている「公的年金シミュレーター」は誕生月に送られてくる「ねんきん定期便」に記載されている2次元コードを読み込むだけで手軽に試算出来ます（今年4月以降のねんきん定期便が対象です）。

今後の収入の変化、繰上げ・繰下げ受給した場合に受給額がどう変わるかなどがわかりやすくグラフで表示されます。

操作方法については動画の説明もあるので一度ご覧になってはいかがでしょうか？

