

ファイナンシャル・ウェルビーイング実現に向けた老後資産形成・資産活用計画策定の方向性

三井住友信託銀行株式会社
三井住友トラスト・資産のミライ研究所 清永 遼太郎



～要旨～

近年、政府方針や制度改正を背景に注目度が増しているファイナンシャル・ウェルビーイング (FWB) の概念と、その実現に向けた資産形成・活用の在り方を検証した。近年では「老後資金不安」が投資行動の動機となる一方で、老後の生活費や必要資金の具体的な見通しが立たないことが不安の根本要因であり、単なる資産額の増加のみではFWBの実現には不十分である可能性がある。そこで本稿では、単なる資産額ではなく「資産の年取倍率 (= 現在の保有金融資産が年取の何倍か)」の概念を用いて、個人の生活水準に応じた「老後資産形成・資産活用」の計画策定の方向性を提示した。分析の結果、FWB 度が高い層は年齢とともに年取倍率が上昇し、平均約 5 倍に達する傾向が確認された。FWB の実現には、収入を起点としたキャッシュフローの適切なマネジメントが不可欠であり、安心感を得られる資産水準の可視化が重要であると考えられる。

1. はじめに

日本において、「ファイナンシャル・ウェルビーイング (以下、FWB)」をめぐる動きが加速している。2024 年 3 月 15 日に閣議決定された「国民の安定的な資産形成の支援に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針」では、「国民の安定的な資産形成は、国民一人ひとりの幸福や厚生を実現するために、不可欠な要素である。内閣府の調査においては、『家計と資産の満足度』は、国民の『生活満足度』を構成する一つの分野として認識されている。また、分野別満足度の中でも『家計と資産の満足度』は、『生活満足度』との関係性が『生活の楽しさ・面白さ』に次いで二番目に強く、『将来不安度』との関係性につ

いては、全ての分野別満足度の中で最も強いことが示されている。」と記述されており、国民のウェルビーイング (幸福) 実現にはFWBが重要な要素であることを示唆している。

また、足元では、国民の資産形成のすそ野が広がりつつある。NISA 口座数は 2024 年の 1 年間で 2 割以上も増加し、2,560 万口座を突破した。この拡がりの背景として考えられるのが、「老後資金不安」である。投資信託協会の調査¹⁾によると、投資信託の購入目的は「老後の生活資金」(55.5%) が最多であり、どの年代でも同様の結果となった。しかしながら、三井住友トラスト・資産のミライ研究所 (以下、ミライ研) の調査によると、老後資金不安の要因は、老後の生活

費水準や老後資金準備必要額のイメージがっていない、つまり「老後キャッシュフローの解像度が低い」ことが主要因として挙げられている。ライフスタイルや生活水準が多様な中、資産形成の実践を以て老後資金不安の解消、FWBの実現につながるかは疑問が残る。

そこで本稿では、単なる収入や資産の多寡ではなく、本来の意味におけるFWBの実現に必要な「老後資産形成・資産活用」の計画策定の方向性について、「年収倍率」の考え方をを用いて検証する。加えて、その年収倍率水準と主観的なFWB度の関係についても考察する。

2. FWB な状態とは

FWBとは「自らの経済状況を管理し、必要な選択をすることによって、現在及び将来にわたって、経済的な観点から一人ひとりが多様な幸せを実現し、安心感を得られている状態」²⁾のことを指す。日本版 Well-being Initiative が2023年第2四半期に調査したウェルビーイング実感に関する調査では、日本居住者の「現在」と「将来（5年後）」の生活評価に対する影響要因についてそれぞれ分析を行った。すると、現在・将

来の生活評価に対する影響要因はいずれも「所得に対する主観的な感情」³⁾が1位であった一方で、「客観的な所得」は、現在・将来いずれも影響要因としての統計的有意性が低い結果となった。

ミライ研が行った調査では、同じ年収帯でもFWB度が高い人／低い人について、それぞれの金融行動の特性を検証した（図表1）。

例えば、個人年収が700万円以上にも関わらずFWB度が低い人は「ライフプランを立てている」と答えた人が17.4%にとどまる。一方で、300万円未満にも関わらずFWB度が高い人は、「ライフプランを立てている」と答えた割合が47.6%に上る。これは収入が限られていても、将来の見通しを描き、計画的な家計管理に取り組んでいることで、「この生活水準なら何とかやっていける」という安心感を持っているものが推察される。また、「生活防衛資金が十分に確保できている」と答えた割合も700万円以上でFWB度が低い人は16.4%に対し、300万円未満でFWB度が高い人は58.6%であり、家計のレジリエンス（強靱さ）を考えた家計行動もFWB度に影響していると思われる。

図表 1 本人年収別のFWB度が高い人／低い人の特徴

		年収700万円以上			年収300万円未満		
金融行動		FWB度が高い	FWB度は中ぐらい	FWB度が低い	FWB度が高い	FWB度は中ぐらい	FWB度が低い
学ぶ	金融教育を受けた経験がある	36.7%	30.2%	20.9%	31.5%	29.9%	21.7%
把握	家計の1か月の収支を把握できている	75.4%	59.1%	46.2%	67.3%	48.9%	36.1%
	ライフプランを立てている	64.9%	35.2%	17.4%	47.6%	25.7%	8.2%
	自分の公的年金の受給水準をイメージできている	73.1%	56.2%	46.3%	54.8%	42.3%	30.1%
相談	専門家にお金まわりの相談をしたことがある	24.7%	18.2%	16.2%	14.1%	11.1%	6.1%
行動	一時的な収入減少に備えた生活資金準備ができている	77.5%	53.1%	16.4%	58.6%	33.3%	11.6%

（出所）ミライ研「ファイナンシャル・ウェルビーイングと金融リテラシーに関する意識と実態調査」（2024年）

3. 経済的不安の最大要因

FWBの実現にあたり、その阻害要因たる「お金の不安」は何か。資産のミライ研究所の調査においてお金に関する不安の要因を聴取したところ、18～69歳のどの年代においても「老後資金」が最上位となった。

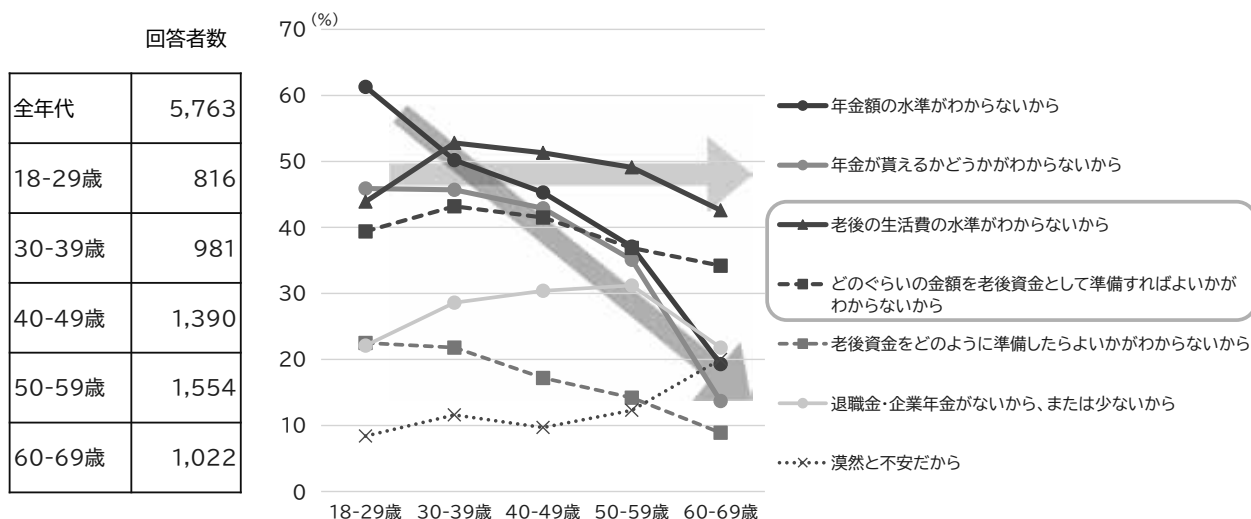
さらに、「老後資金が不安」と回答した人にその理由を複数回答で聴取すると、年代ごとの特徴や普遍的な課題が見えてきた(図表2)。まず、若年層で最上位の回答である「年金額の水準がわからないから」「年金を貰えるかどうかかわからないから」との回答は、年齢が上がるにつれて減少傾向が見られた。一方で、「老後の生活費の水準がわからないから」「どのくらいの金額を老後資金として準備すればよいかわからないから」との選択肢は、年齢が上がっても高止まりする傾向であった。これは、老後における長期のキャッシュフローに対する解像度が低い故の不安と読み替えることができる。

4. 老後資金必要額策定の考え方

老後不安を解消し、FWBを実現するに足る老後資金準備必要額はいくらか。この話題は、2019年に所謂「老後資金2,000万円問題」が起きた際に広く認知されるようになったが、当然ながら「2,000万円」は統計上の平均値同士の単純計算により導き出されたものに過ぎず、多様なライフスタイルを踏まえた「各個人の必要額」の算出方法に関する議論はあまり浸透していない。

将来の生活が、現在の収入や資産状況によってある程度規定されると想定すれば、資産形成が年収に対しどのペースで実践できているか、「資産の年収倍率」(＝現在の保有金融資産が年収の何倍か)という考え方が参考になる。例えばフィデリティ投信では、退職に向けた資産額と、年収を比較する尺度として「年収倍率」を退職準備の指標として提唱している⁴⁾。また、ティー・ロウ・プライスにおいても、退職時の資産額のベンチマークを、各年代や年収・世帯

図表2 老後資金不安の理由(複数回答可)



(出所) ミライ研「住まいと資産形成に関する意識と実態調査」(2025年)

構成などのセグメントごとに、所得に対する倍率で表現したレポートを公開している⁵⁾。これは、物価・賃金の上昇を前提とし、積立目標を実額基準ではなく所得倍率で積立目標を考えている例と考察できる。

日本においても、井戸（2024）が「積立計画・取り崩し計画」を推計する際、現役時代の全期間の平均年収（手取り）の何倍かという年収倍率でとらえる方法を紹介している。日本においても、賃金と物価の上昇が起きている中、実額基準ではなく、年収倍率による老後資金準備目安の策定が有効と考える。

5. 老後収支の「想定」

老後不安の解消に足る老後資金準備必要額が策定できれば、資産形成によるFWBの実現は近づくことになる。一方で、個人家計において老後という超長期のライフイベントに対し、その準備の充足度を定量的に計測することは困難といえる。

そこで本章では、企業における退職給付債務の考え方を踏まえて、老後資金準備必要額の策定を試みる。セカンドライフの収支を「老後資金準備必要額＝（1）老後生活費累計－（2）老後収入（勤労収入、年金収入、資産収入など）累計」の等式で定めたいうえで、各項目の特徴をふまえて想定していく。

（1）老後における生活費の想定

老後生活費の想定は、一般的に「ゆとりある老後生活費」が月額平均38万円程度⁶⁾と言われるが、世帯構成・消費性向などにより個人差が大きい。自身のケースを考える一つの観点として、例えば、現役時代の暮らしぶりは参考になると考える。ミライ研の調査によると、退職前後と想定される50代・60代の「現在の生活費」と「老後生活費の想定」を比較したところ、現

在の生活費が毎月およそ25万円以上の方は、老後生活費を現在の生活費のおよそ7～8割と想定していることが分かる。経済学において、個人の所得水準が低下しても消費支出は一定の歯止めがかかり、それと同程度には低下しない現象を「ラチェット効果」と呼ぶが、老後においても現役時代の生活水準にある程度規定されていることの表れだと考えられる。

（2）老後における収入の想定

収入の想定では、その水準もさることながら、長生きに対する収入の持続性やインフレへの耐性も重要な論点である。

「勤労収入」は、60代以降も人的資本を活かして長く働くことができれば、FWB度は高まる方向に作用する。現在は、定年引上げや雇用継続などで60代前半の就業率が7割超、60代後半でも5割を超えるため、給与も引き続き受け取りながら、65歳からは公的年金の受給も始まる、という方も多いはずである。一般的に勤労収入は、経済状況や業務内容によるものの、「インフレ」との連動性がある。

「年金収入」のうち公的年金は、モデル年金の所得代替率（年金受給開始時点の年金額が現役世代の手取り収入に対して占める割合）が6割程度の水準であり、今後引き下がる予定であるものの5割程度は維持される。本数値は年金財政上の指標であるものの、一個人が豊かな生活を過ごすためには、公的年金だけでは十分な水準とはいえない。一方で、公的年金は世の中の賃金・物価動向をある程度織り込んだうえで、「終身」で年金が受け取れる仕組みのため、長生きならびにインフレに対する「保険」としては大変有効といえる。

なお、公的年金・企業年金を含めた「インフレ」「終身」の対応機能は図表3のように整理できる。

図表3 公的年金・企業年金のインフレ対応・終身年金機能の整理⁷⁾

	公的年金	DB	DC
インフレ対応	○（マクロ経済スライドあり）	×（制度設計次第）	△（制度設計・運用方法次第）
終身年金	○	△（制度設計次第）	×（制度設計・運用方法次第）

（出所）著者作成

6. 老後資金準備必要額の考え方

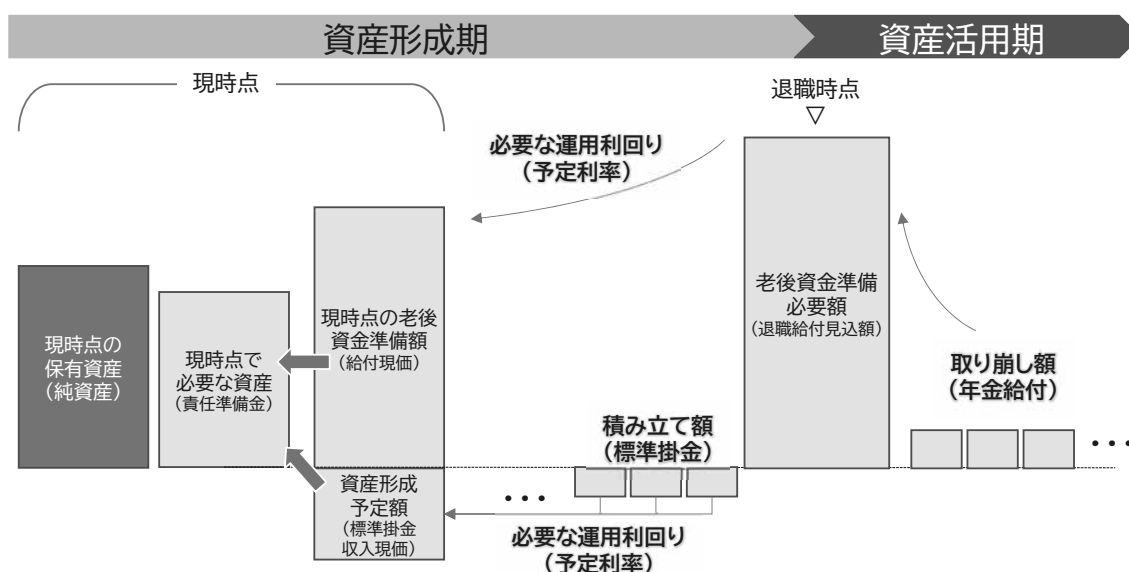
続いて、把握した老後収支を踏まえた、老後資金準備必要額の策定を行う。

確定給付企業年金（DB）では、従業員に対する年金給付という超長期の負債に対し、財政上「給付原資（将来の給付額）＝掛金累計＋運用収益（予定利率）累計」で収支相等するように運営されている。年金資産は、現役従業員と年金受給者の人数構成や、掛金額と給付額のバランスなどに対応した運用が求められる。例えば、現役従業員が多く掛金の積立が給付を上回るとき（掛金超過時）は相対的にリスクが取れ、給付が上回るとき（給付超過時）はリスクウェイトを落とし、安定的な給付ができるように運営する。これを金額面の「成熟度」と称し、一般

的に成熟化が進むに従いリスク抑制的な運用が求められる。毎年の「財政決算」に加え、制度変更時ならびに少なくとも5年に1度には「財政再計算」を行い、財政状態のチェックと見直しを行う。

個人家計に置き換えれば、「老後資金準備必要額＝資産形成額累計＋運用収益累計」で収支相等するように計画できる（図表4）。資産形成期の初期段階、つまり若年層であれば、個人家計における金額ベースの成熟度が低いことになり、相対的にリスクリターンを上げる戦略がとれるだろう。一方、退職後における資産取り崩し局面においては、個人家計における「成熟度」が高まることと同義であり、リスク許容度は下がっていくはずである。

図表4 個人の老後資産形成・資産活用におけるフレームワーク（イメージ）



（出所）筆者作成 （）内は企業年金における名称

個人家計においては、NISA のリバランス時における制約や、DC/iDeCo の裁定時にキャッシュ化を要する点などの制約があり、考慮は単純ではない。しかしながら、老後資金準備必要額という債務を策定し管理する際に、この枠組みは参考になるのではないかと考える。

7. 企業年金運用を参考にした資産形成計画のシミュレーション

企業年金の考え方を応用した、老後資金準備必要額の策定の実践例を、ミライ研が提供する「PLAY WITH PENSION PLAN®」ツールを使用してシミュレーションする。なお、本推計にかかる前提の詳細は井戸（2024）で紹介されている。

（1）資産活用期のパラメータ設定

資産活用期におけるパラメータは、「①取り崩し期間」と「②取り崩し額」、「③運用利回り」で構成される。「①取り崩し期間」は、今回は65歳から100歳と仮定する。「②取り崩し額」は、一般的には終身年金たる公的年金にどれだけ上乗せするかを考えることになる。年金財政上、公的年金の支給水準は、現役世代の所得平均の約6割程度であるが、今後、実質価値で5割程度に下がる想定であるため、ここでは一旦本数値で仮定する。想定される老後生活費は、5 - (1)を参考に「現役時代の支出の7割水準」と仮定すると、残りの2割程度を賄うような取り崩し額が必要と算出される。

なお、この場合の所得代替率の数値は全員に当てはまるものではないことを申し添えておく。所得が多い人ほど将来もらえる年金は多いものの、その年金額が「自身の現役時代の所得水準」をカバーできる率（所得代替率）は下がる。そのため、高所得者が資産活用期に現役時代の生活水準をある程度維持するためには、「長く働く」

か、より一層の自助努力が必要となる。

「③運用利回り」の検討に際しては、前述の成熟度を考慮する必要がある。資産活用期における投資ホライズンは現役時代に比べて短く、かつ一般的には、現役時代に比べて給与等も減るケースが多く、損失を他の収入でカバーする期間も限られることが想定される。リターンの獲得に目が眩み、資産寿命を早める危険を冒すことは望ましくないだろう。

（2）資産形成期のパラメータ設定

物価・賃金の上昇が進む条件下で資産形成計画のシミュレーションを行うべく、公的年金が現役世代の手取りの約5割の実質価値を賄える水準と仮定したうえで、資産活用期において資産形成期の平均年収の2割をカバーするのに必要な老後資金額を考える。この際に考えるべきパラメータは「①積立期間」「②運用利回り」「③積立金額」の3点となる。①積立期間は、現在の年齢から65歳までの期間で仮定することができる。そのうえで②運用利回りと③積立金額を策定することが必要となる。

（3）各パラメータを設定したシミュレーション結果

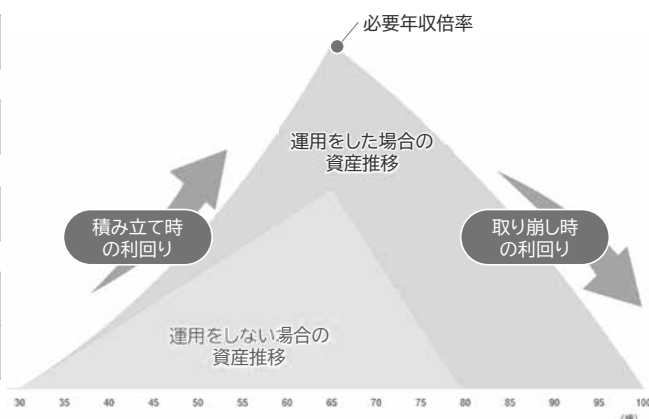
この前提に立ち、各パラメータを「PLAY WITH PENSION PLAN®」ツールに入力した結果が図表5である。

資産活用期において、資産全体の運用利回りを2%に設定しながら取り崩すことを考えると、現役時代の平均年収に対して約5.0倍の老後資金額が必要と算出される。これを準備するために、年率3%で資産形成を行う場合、30歳から開始する場合に年収※の8.3%、40歳から開始する場合に11.4%を積み立てる必要がある（※ここで使う「年収」は、現役時代の手取りの平均。積み立て時点では将来の収入を一定の仮定に基づき推定する）。

図表5 年収倍率で考える「必要資産額倍率」と「年間資産形成割合」

取り崩し時の 運用利回り	2%	3%
	↓	↓
想定年収倍率 (65歳時点)	5.0倍	4.3倍

積み立て時の 運用利回り	3%	5%	3%	5%
	↓	↓	↓	↓
年間資産形成 割合(30歳～)	8.3%	5.5%	7.1%	4.8%
年間資産形成 割合(40歳～)	11.4%	10.5%	11.8%	9.0%



（出所）ミライ研

運用利回り以外の3つのパラメータに関しても、いずれか動かすと他のパラメータにも影響を及ぼす。開始年齢を30歳から40歳にスライドすると、必要な資産形成割合が増えていることが分かる。

8. 資産活用期における留意点（認知判断能力の低下）

長寿社会における生涯資産運用の設計においては、加齢に伴う健康状態の変化、特に認知判断能力の低下への備えが不可欠である。認知症患者数は増加傾向にあり、三井住友信託銀行の推計によると、2030年には約830万人に達すると予測されている。これに伴い、本人が管理できない「凍結資産」も増加し、同年には314兆円に達する見込みである。凍結資産は運用が困難となるため、資産収入の確保において大きな障壁となる。

こうした状況に対応するため、家族信託や民事信託など、認知機能の低下後も資産管理を可能とする金融サービスの活用が注目されている。たとえば、三井住友信託銀行の「100年パスポートプラス」は、本人が元気なうちは自ら資産運用を行い、判断能力が低下した際には家族が代

理で資産の払出しを行える仕組みを備えている。今後、認知症リスクに備えた金融商品の社会的需要は一層高まると考えられる。

9. FWBを実感するために必要な老後資金の準備水準とは

ここまでは、老後資金準備必要額を定量的に策定する方法を考察した。では、個人が「FWBを実感する」水準はどの程度だろうか。最後に、ミライ研が勤労者⁸⁾に約6,000人対して行ったアンケート調査から、資産の年収倍率と個人の主観的なFWB度の関係を考察する。

分析で用いたFWB度指標は、「資産形成や資産活用など、足元および将来の計画」に関する主観評価を現在・5年後の予想をそれぞれ0-10点で聴取した。その上で、「現在に対する満足度」が7以上かつ「将来に対する満足度」が8以上の回答者を、FWB度が「高い」、「現在に対する満足度」と「将来に対する満足度」のどちらも4以下の回答者を「低い」とし、そのどちらでもない回答者を「中ぐらい」として分類した⁹⁾。

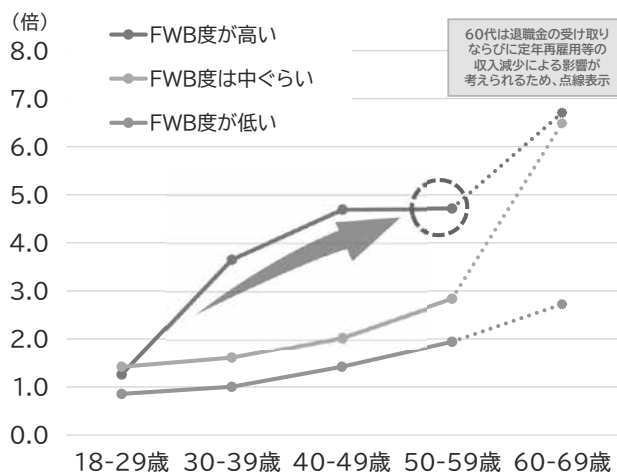
本調査によると、年代が上がるにつれて収入や金融資産額が増える傾向にある一方で、FWB度が高い人の割合は年代が上がっても上昇して

図表6 FWB 度別の「資産の年収倍率」(平均値)

	FWB度が 高い	FWB度は 中ぐらい	FWB度が 低い
18-29歳	1.3倍 (86人)	1.4倍 (507人)	0.9倍 (216人)
30-39歳	3.7倍 (92人)	1.6倍 (542人)	1.0倍 (206人)
40-49歳	4.7倍 (79人)	2.0倍 (615人)	1.4倍 (277人)
50-59歳	4.7倍 (76人)	2.8倍 (544人)	1.9倍 (274人)
60-69歳	6.7倍 (59人)	6.5倍 (261人)	2.7倍 (123人)

*わからない、答えたくない除く

(出所) ミライ研「ファイナンシャル・ウェルビーイングと金融リテラシーに関する意識と実態調査」(2024年)



いないことが分かった。むしろ40・50代ではFWB度が高い人の割合が相対的に少ない結果となった。これは、現在および将来のライフイベントに対する資金準備状況に不安を覚えているためと考えられ、FWBにおいて保有資産額そのものの議論は本質的でないことを示唆しているだろう。

FWB度ごとに年収倍率の平均値を算出すると、FWB度が高い層は年齢が上がるにしたがって年収倍率が増加し、50代に向けて平均約5倍となった(図表6)。老後資金準備が年収に対して着実に進行しているかは、主観的にFWBを実感する観点からも重要性が確認できるといえよう。

10. おわりに

近年、NISA制度の改正を契機として、個人の投資行動が活発化しており、投資人口の拡大が顕著である。この動向自体は、個人家計の資産形成や資本市場の活性化に資するものと期待される。一方で、世間に流れる投資関連情報は「何に投資すれば儲かるか」といった利益追求の観点到偏重しているものもあり、過度なリスク

資産の保有を助長する懸念もある。

もっとも、個人家計は一人ひとりの生活水準も異なるうえ、予期せぬライフイベントや心理的要因の影響を受けやすく、計画の策定は容易ではない。本稿では「年収倍率」という考え方をを用い、資産形成計画を検証したうえで、主観的なFWB度が高い人は年収倍率が年齢とともに上昇し、平均約5倍となっていることも確かめた。

FWBの実現には、収入や資産額の多寡ではなく、生涯にわたるキャッシュフローの適切なマネジメントが不可欠である。そのため、公的年金や生活水準を規定する「収入」を起点とした「年収倍率」の概念を取り入れつつ、「この程度の資産があれば安心」と感じる大枠の計画を策定することが望ましいだろう。このような枠組みを用いながら、国民一人ひとりが健全な資産形成・活用を実践することが、国民のFWBの実現につながると考えられる。

(※) 本研究の見解・意見に係る部分はすべて筆者個人のものであり、所属する組織の見解を示すものではない。

【注】

- 1) 投資信託協会「投資信託に関するアンケート調査報告書（2024年）」<https://www.toushin.or.jp/statistics/report/21384/>
- 2) 金融経済教育推進機構 <https://www.j-flec.go.jp/>
- 3) 所得に対する主観的な感情は「現在の所得で快適に生活できる」～「現在の所得で生活するのは非常に困難」までの4段階尺度で測定している。
- 4) フィデリティ投信「フィデリティの「退職準備の指標」～退職準備の「見える化」を進めるために～」<https://www.fidelity.co.jp/static/japan/pdf/whatsnew/20181114.pdf>
- 5) T. ROWE PRICE INSIGHTS ON RETIREMENT SAVINGS “You’re Age 35,50,or 60:How Much Should You Have Saved for Retirement by Now?” <https://www.troweprice.com/personal-investing/resources/insights/youre-age-35-50-or-60-how-much-should-you-have-by-now.html>
- 6) (公財) 生命保険文化センター「生活保障に関する調査」(令和4年度)
- 7) 例えば、物価上昇に対応したベース・アップを反映した給与を使用した掛金設計になっているなどの場合は、一定程度インフレへの対応力があると考え
- 8) 「会社員(一般社員)」「会社員(管理職)」「公務員・団体職員」「派遣・契約社員」「パート・アルバイト」と回答した者
- 9) 米国調査会社ギャラップのGallup World Pollなどの調査による主観的ウェルビーイングの分類方法と同一のものであり、ウェルビーイング測定における国際基準に準じたものである。

【参考文献】

井戸 照喜「ファイナンシャル・ライフ・エンジニアリング ～したたかに“楽しむ”！ 洗練された『人生の経営者』を目指して～」(金融財政事

情研究会、2024)

三井住友トラスト・資産のミライ研究所「令和の老後不安事情 –世間の老後不安の正体とは・・・? –」<https://mirai.smtb.jp/category/report/2965/>
三井住友トラスト・資産のミライ研究所「働く人のファイナンシャル・ウェルビーイング 向上のカギは“資産の年収倍率”」<https://mirai.smtb.jp/category/report/2742/>

きよなが りょうたろう

三井住友トラスト・資産のミライ研究所研究員。ウェルビーイング学会ファイナンシャル・ウェルビーイング分科会副座長。

2012年三井住友信託銀行入社。確定拠出年金業務部や大阪本店年金営業第二部において、企業年金の資産運用・制度運営支援ならびに企業のDC制度導入支援や投資教育業務等に従事。2021年から現職において、資産形成・資産活用、ファイナンシャル・ウェルビーイングに関する調査研究ならびにコラムや書籍の執筆、セミナー講師を務める。2024年度よりウェルビーイング学会ファイナンシャル・ウェルビーイング分科会副座長。

主な著作・論文：『『最高の終活』実践ガイドブック Q&A』(共著/金融財政事情研究会、2023)「安心ミライへの『金融教育』ガイドブック Q&A」(共著/金融財政事情研究会、2023)。「ファイナンシャル・ウェルビーイング実現に向けた、老後資産形成・資産活用の包括的なファイナンシャルアドバイスの必要性」(公益財団法人年金シニアプラン総合研究機構、2024)