

dアカウントログイン

新規にdアカウントをつくる

d POINT

→ P

会員情報の確認・編集

dポイント利用者情報・配送先情報

決済サービスご利用案内

spモード決済・d払い

ニュース

ニューストップ

新着

マネー・投資

企業・産業

マーケット

ビジネス・ライフ

コラム

コラムトップ

新着

マネー

投資

FX口座

証券

NISA

融資

クレジットカード

ビジネス

不動産

お金の半語帳

お知らせ

dメニューマネーからのお知らせ

プッシュ通知の解除方法について

dmenu マネーとは？

dmenu

ニュース

天気

乗換/運行情報

メニューリスト

マイメニュー

dメニュー設定

My docomo (お客様サポート)

dアカウントについて

トップ

ニュース

コラム

TOP > コラム > マネー

退職・老後が正しい

相談「熟年離婚を検討中で、老後生活が不安です。自分でいくら準備しておくべきでしょうか？」

© 2022/09/15 09:00

FPに相談

dmenu マネー



会社員・女性（50）、共働き 子ども2人（すでに独立）の相談

「特に控えていませんが、すれ違いにより熟年離婚を考えています。正社員で手取り月収は30万円ほどあるため、離婚後の生活費に問題はありません。しかし、老後の生活や住まいの確保が不安です。貯金は約400万円あり、財産分与で1,000万円、将来は年金を月10万円程度受け取れるとした場合、老後資金はいくら準備すべきでしょうか」

アドバイス1 リタイアまでに1,000万円以上貯めましょう

老後の生活費や財産分与の額、年金額、住宅の確保などを総合して考えると、リタイアまでに1,000万円以上準備する必要があるため、少なくともあと600万円は増やしたいところです。

老後にかかる生活費を約14万5,000円と仮定します（65歳以上、単身無職世帯の1か月の支出、総務省 家計調査報告）。毎月10万円の年金を受け取れるとすると、1ヵ月あたり4万5,000円足りなくなります。

仕事は70歳まで続け寿命を90歳とすると、老後生活は20年間です。老後生活に足りなくなる額は「4万5,000円×12ヵ月×20年間」で1,080万円となります。

広告の下に記事が続きます

この不足分に、財産分与の1,000万円を充てれば、自分で準備すべき金額は80万円です。しかし、老後のための住まいを確保するなら、さらに資金が必要です。

たとえば一人暮らし用の中古マンションを買うにしても1,000万円ほどは必要でしょうから、財産分与とは別に老後のために総額1,080万円は準備しておくべきでしょう。

ヴァーベナ オードトワレ ロクシタン
ロジタン

詳細はこちら

次ページへ
アドバイス2 離婚を急ぐより.....

1 2 次へ

1/2ページ

記事制作者

武藤 貴子 [文]
ファイナンシャル・プランナー

関連キーワード

FPに相談

dアカウントログイン

新規にdアカウントをつくる

dPOINT

→ P

会員情報の確認・編集

dポイント利用者情報・配送先情報

決済サービスご利用案内

spモード決済・d払い

ニュース

ニューストップ

新着

マネー・投資

企業・産業

マーケット

ビジネス・ライフ

コラム

コラムトップ

新着

マネー

投資

FX口座

証券

NISA

融資

クレジットカード

ビジネス

不動産

お金の単語帳

お知らせ

dメニューマネーからのお知らせ

プッシュ通知の解除方法について

dmenu マネーとは？

dmenu

ニュース

天気

乗換／運行情報

メニューリスト

マイメニュー

dメニュー設定

My docomo (お客様サポート)

dアカウントについて

トップ

ニュース

コラム

TOP > コラム > マネー

退職・老後が近い



相談「熟年離婚を検討中で、老後生活が不安です。自分でいくら準備しておくべきでしょうか？」

© 2022/09/15 09:00

FPに相談

dmenu マネー

アドバイス2 離婚を急ぐより準備を急ぎましょう

自分で備える老後資金は1,080万円ですが、貯蓄が400万円あるので、足りないのは600万円です。今から70歳まで（20年間）に準備するなら、年間30万円、毎月2万5,000円貯める必要があります。

ただこれは、「少なくとも2万5000円はプラスが必要」と考えるべきで、可能なかぎり、貯蓄・資産を増やす手立てを早くからとりましょう。これから働けなくなったり、早めにリタイアすることになったり、病気やケガで余計にお金がかかったりすることもあるかもしれないからです。

できれば、今ある貯金は、不足分の穴埋めとして初めからあてにせず、「これから1000万円貯める」ことを目標としてもよいかもしれません。その場合は、20年で毎年54万円、毎月4万5000円貯める計算です。

将来に備えてお金を貯めるには時間がかかります。離婚はあまり急ぎすぎず、一方で貯金に励んだり、iDeCoに加入して運用を始めたりするなど、今からできる準備はどんどん進めましょう。早く始めればその分、時間が費やせます。

広告の下に記事が続きます

20年以上同居した熟年離婚の割合は2020年で21.5%と過去最高になりました（厚生労働省、離婚件数は19万3253件）。新たな人生を後悔なく歩むため、特に老後資金については、離婚前に入念なプランを立てておきましょう。

文・武藤貴子（ファイナンシャル・プランナー）

編集・dメニューマネー編集部

画像・One / stock.adobe.com（画像はイメージです）

【関連記事】

- ・「老後破産が不安」なら筋みたい【特集・老後の備え】
- ・初心者向け！ネット証券オススメランキング（外部）
- ・もし10年前に米ドル預金を100万円していたら？
- ・SBI証券と楽天証券どちらで開設する？（外部）
- ・お金が貯まる？風水・占い記事

広告

①



ヴァーベナ オートワレ ロクシタン

ロクシタン

詳細はこちら

< 前へ

1

2

> 次へ

2/2ページ

記事制作者



武藤 貴子

ファイナンシャル・プランナー

関連キーワード

FPに相談

ランキング

デ일리

ウィークリー



量子コンピュータ投資ガイド 銘柄の「本命」はどれ？米国・日本の注目企業と、ハイリスク投資で失敗しないための全知識

© 2026/01/21 10:00 Dear Delicious Online



65歳以上シニアが負担している「介護保険料」が最も高い都道府県はどこ？

© 2026/04/03 17:00 LIMO



「マジリティー・オブ・マイノリティー」(MoM) 少数株主の過半数で賛否を決める異例の方法

© 2023/06/23 10:38 dメニューマネー



「結婚はムリ」資産家令嬢の彼女と2年同棲の末...34歳男性に別れを決断させた「決定的な出来事」

© 2026/04/05 14:00 Finasee (フィナシー)