

シン・企業年金レポート

2025 年 3 月 27 日
団体年金事業部

<谷内教授のシン・企業年金レポート：第 12 回>

「老後 2,000 万円」の虚実
— 数字やデータに惑わされないためには —

弊社では、お客さまへの情報提供の更なる拡充を図るため、社会保障審議会企業年金・個人年金部会の委員である谷内陽一氏（名古屋経済大学経済学部教授）による新連載「谷内教授のシン・企業年金レポート」を 2024 年 4 月より毎月お届けしております。

連載第 12 回目では、2019 年 6 月公表の金融庁ワーキング・グループの報告書の報道を機に、世間では老後生活費の絶対的な水準であるかの如く定着してしまった「老後 2,000 万円」の根拠を改めて紐解きつつ、その真偽に迫ります。

弊社では、これからもタイムリーかつきめ細やかな情報提供に向けて努力してまいりますので、第一生命「年金通信」を引き続きご愛読いただきますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

以 上

著者略歴

谷内 陽一 名古屋経済大学 経済学部 教授

1997 年明治大学政治経済学部卒業後、厚生年金基金連合会（現：企業年金連合会）入職、約 10 年にわたり記録管理・数理・資産運用等の業務に従事。第一生命（2019～24 年）などを経て、2024 年 4 月より現職。

社会保障審議会企業年金・個人年金部会委員、社会保険労務士、証券アナリスト（CMA）、DC アドバイザー、1 級 DC プランナー。著書に『WPP シン・年金受給戦略』（中央経済社）、『人生 100 年時代の年金制度：歴史的考察と改革への視座』（法律文化社／共著）など。

「老後 2,000 万円」の虚実

— 数字やデータに惑わされないためには —

名古屋経済大学 経済学部 教授
谷内 陽一

目 次

- | |
|-----------------------|
| 1 はじめに |
| 2 そもそも「2,000 万円」の根拠とは |
| 3 「老後 2,000 万円」の虚実 |
| 4 家計調査から得られる老後生活への示唆 |
| 5 おわりに |

1. はじめに

老後生活設計（リタイアメント・プランニング）を考える上で議論になるのが「老後の生活費はいくら必要か」である。「月 10 数万円程度あれば大丈夫」あるいは「ゆとりある生活のためには月 40 万円以上必要」などさまざまな見解があり、議論はなお錯綜している。

こうした中、2019 年 6 月公表の金融庁ワーキング・グループの報告書の内容が「公的年金だけでは老後に 2,000 万円不足する」あるいは「老後資金には 2,000 万円必要」などと報じられたのを機に、政界をも巻き込む騒動となったのは記憶に新しい。結果として、2,000 万円という数字だけが独り歩きし、世間では老後生活費の絶対的な水準であるかの如く定着してしまった感すらある。本稿では、現在もなお蔓延する「老後 2,000 万円」の根拠を改めて紐解きつつ、その真偽に迫る。

なお、本稿における見解はすべて筆者個人に帰するものであり、筆者が所属する法人・団体あるいは当レポートの発行元の公式見解を示すものではない。

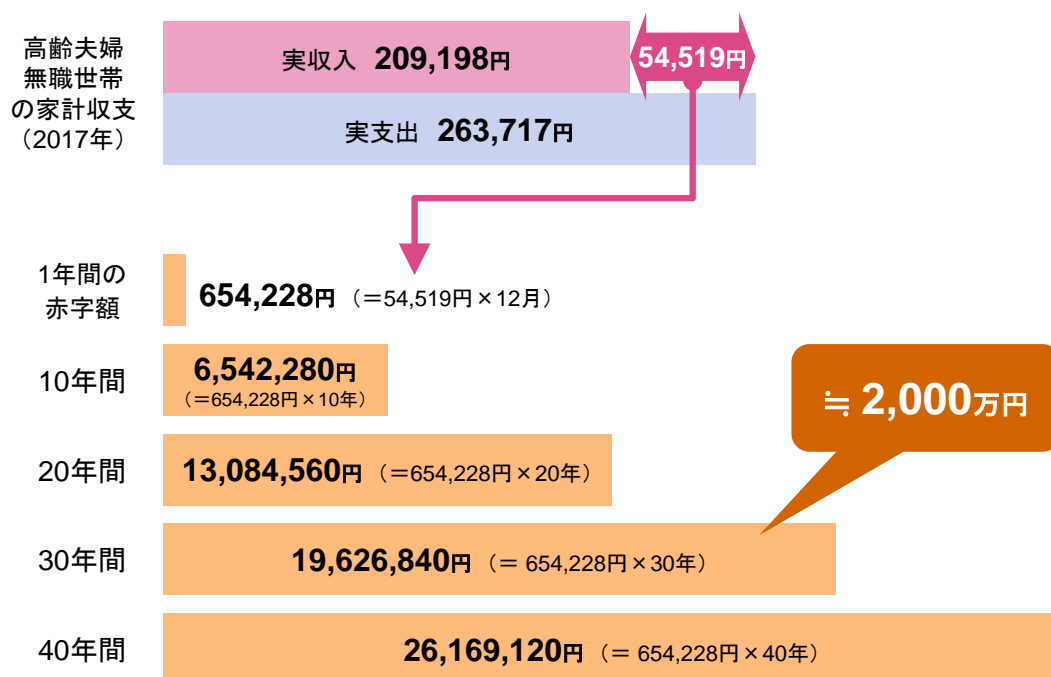
2. そもそも「2,000 万円」の根拠とは

件の金融審議会市場ワーキング・グループの報告書『高齢社会における資産形成・管理』（以下「報告書」）の 16 ページには、「(中略) 収入と支出の差であ

る不足額約 5 万円が毎月発生する場合には、20 年で約 1,300 万円、30 年で約 2,000 万円の取崩しが必要になる」との記載がある。この箇所が、マスメディアの最初の報道で「蓄えを取り崩しながら 20～30 年生きるとすれば、現状でも 1300 万～2000 万円が必要になる」¹と報じられたのが騒動の発端となった。

この 1,300 万円あるいは 2,000 万円という数値は、総務省統計局「家計調査年報（家計収支編）」における高齢夫婦無職世帯²の家計収支を基に算出している。報告書で参照している家計調査のデータは 2017 年時点のものだが、同年の高齢夫婦無職世帯の月次の家計収支は、収入金額 209,198 円に対し支出額 263,717 円であるため赤字額は 54,519 円（＝209,198 円－263,717 円）となり、当該赤字額を 20 年分累積すると約 1,308 万円（＝54,519 円×12 月×20 年）、30 年分累積すると約 1,963 万円（＝54,519 円×12 月×30 年）と算出している（図表 1）。もっとも、1,963 万円を四捨五入して 2,000 万円と表記するのは、個人的には不当に水増しされている感がある。

図表 1 「老後 2,000 万円」の根拠



（出所）各種資料を基に筆者作成

¹ 朝日新聞「人生 100 年 蓄えは万全？「資産寿命」国が世代別に指針」（2019 年 5 月 23 日朝刊 1 面）。この報道は、同ワーキング・グループの第 23 回会合（2019 年 5 月 22 日開催）で報告書の最終案が公表されたことを受けて、その翌日に報じられた。なお、報告書の正式公表までの経緯あるいはその後の変遷については、本稿では取り扱わない。

² 夫 65 歳以上・妻 60 歳以上の夫婦のみの無職世帯。

3. 「老後 2,000 万円」の虚実

前述の 2,000 万円という数値は、前述の通り政府が行う基幹統計調査の結果に基づき算出されたものであり、人によっては客観的に見えるかもしれない。しかし筆者は、以下の観点から鵜呑みにするのは不適切だと考える。

（１）月 5 万円の赤字を延々と垂れ流す？

図表 1 で解説した 2,000 万円の算定根拠は、言い換えると「家計から毎月 5.5 万円の赤字を 30 年間永続的に垂れ流す」という非現実的な前提に基づいている。収入を上回る支出を行うためには、「貯蓄を取り崩す」か「資金を借り入れる」かの選択を迫られるものの³、双方とも不可能な場合は収入の範囲内で支出をやりくりするのが実情だろう。

（２）集計年次によって変動する「2,000 万円」

報告書で 2,000 万円を算出した当時は、家計調査の 2017 年のデータを使用している。高齢者世帯の家計収支の推移をみると、30 年分の累積赤字額は集計年次によって変動しており、決して一定不変のものではない（図表 2）。とりわけ 2020 年は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けて、高齢者世帯の家計収支は初の黒字に転じた⁴。最新の集計年次（2024 年）のデータでは、夫婦高齢者無職世帯⁵の 30 年分の累積赤字額は約 1,226 万円（＝34,058 円×12 月×30 年）と、2,000 万円のおよそ 6 割の水準まで低下している。

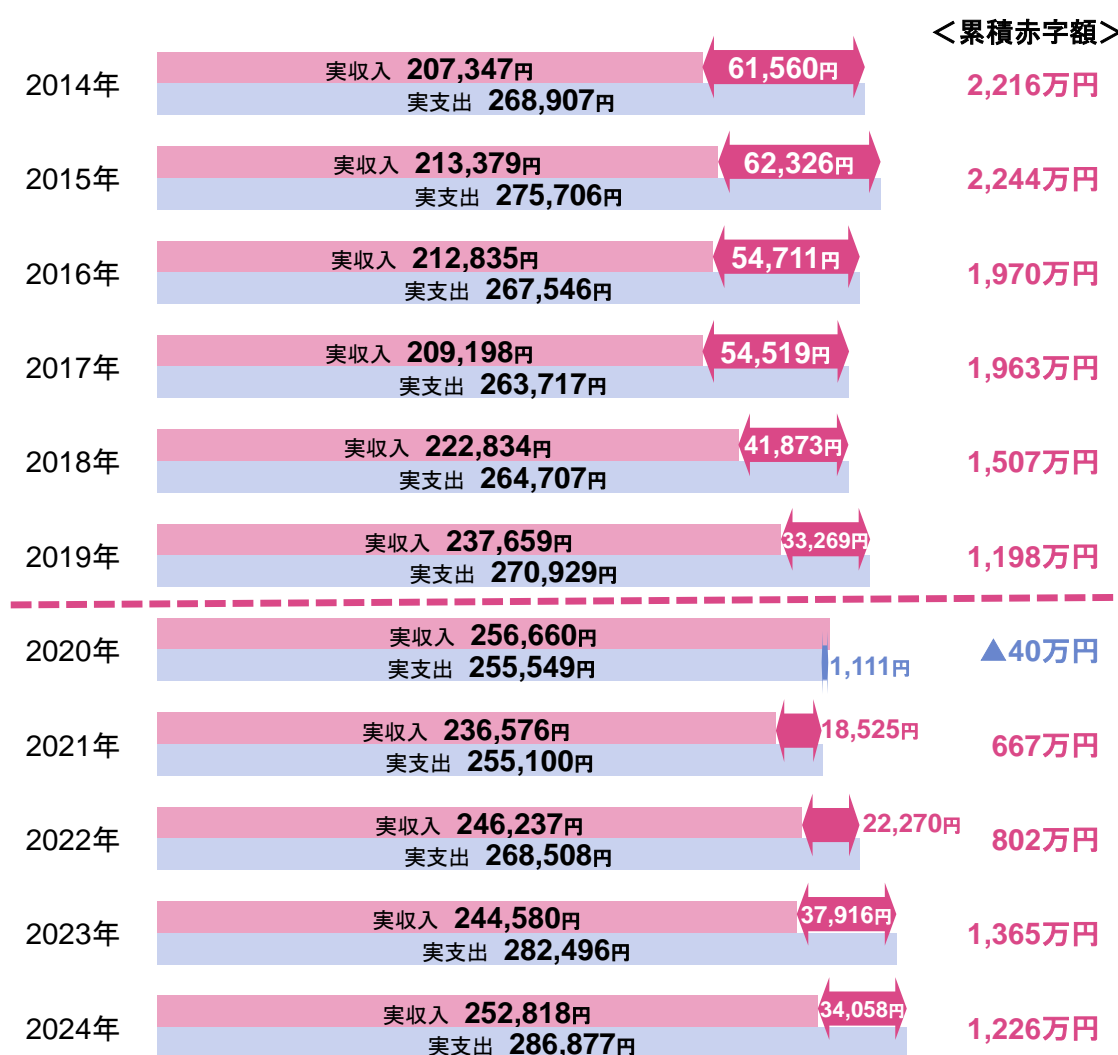
余談だが、もし報告書の公表が 2019 年（集計年次は 2017 年）ではなく他の時期だったとしたら、「老後 2,000 万円」は「2,200 万円」「1,200 万円」あるいは「800 万円」など他の数字に置き換えられて報道されていただろうか。いや、2,000 万円という「キリの良い数字」かつ「ハードルの高さを程よく想起させる規模感」が絶妙だったからこそ、あのようなセンセーショナルな事態を招いたものと筆者は推察する。

³ なお、報告書の 16 ページには、「65 歳時点における金融資産の平均保有状況は、夫婦世帯で 2,252 万円（以下略）」との記載がある。つまり、「平均的な」高齢者世帯は 2,000 万円以上の金融資産を既に保有しており、月 5 万円の赤字を根拠とした老後資金不足は存在しないことになる。

⁴ 特別定額給付金の支給による収入増と、感染予防のための外出自粛に伴う外食・旅行・交際費関連の支出減が寄与したものと推察される。もちろん、これをもって「日本人の老後資金不足問題は雲散霧消した」と主張するのは筋違いである。

⁵ 65 歳以上の夫婦のみの無職世帯。家計調査（家計収支編）では 2020 年から高齢夫婦無職世帯に代えて夫婦高齢者無職世帯を代表モデルとしているが、その理由は公式にはアナウンスされていない。なお、両者の数値の傾向に大差はない。

図表2 高齢者世帯の家計収支の推移



※ 2019年以前は高齢夫婦無職世帯（夫65歳以上・妻60歳以上の夫婦のみの無職世帯）、2020年以降は夫婦高齢者無職世帯（65歳以上の夫婦のみの無職世帯）の数値。

（出所）総務省統計局「家計調査年報（家計収支編）」各年版を基に筆者作成

いずれにせよ、「老後2,000万円」とは、非現実的な前提に基づき算出されているうえ、集計年次によって思いのほか変動するため、唯一絶対の指標として用いるのは適切ではない。にもかかわらず、2,000万円という平均値を絶対視して、さも全国民の老後資金が2,000万円不足しているかのごとき主張がなされるのは、じつに的外れとしか言いようがない。

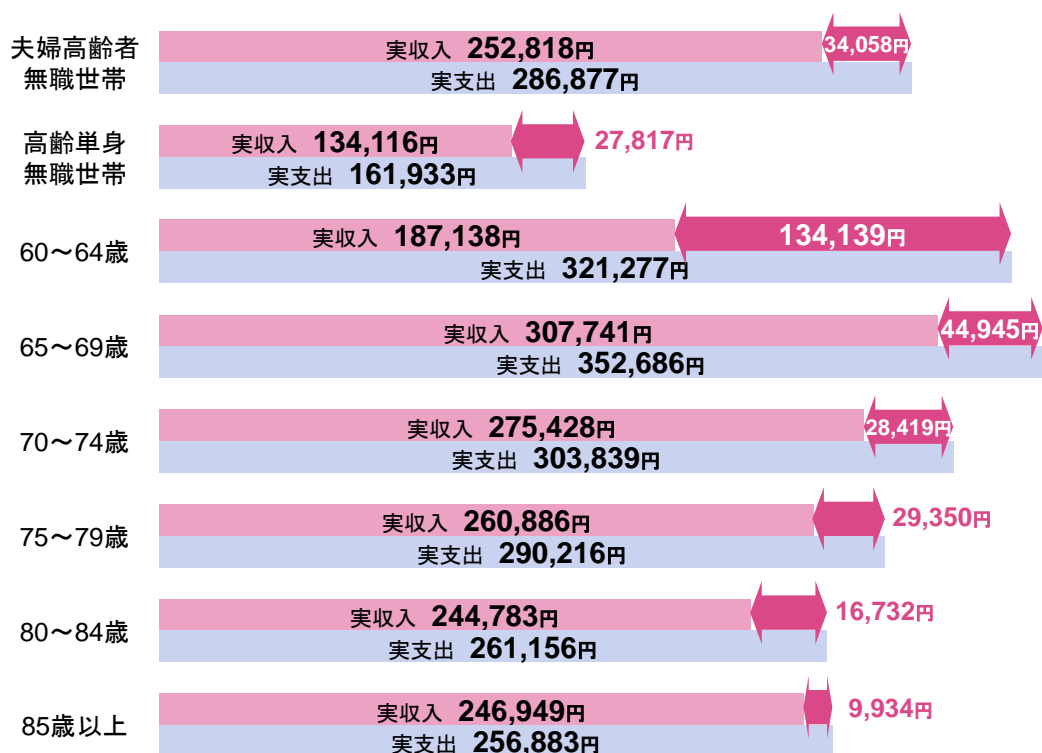
4. 家計調査から得られる老後生活への示唆

（1）老後生活費は「加齢」とともに減少

家計調査（家計収支編）は、老後生活のあり方を検討する上で有用な統計調査の一つだが、同調査における高齢者世帯は、夫婦高齢者無職世帯あるいは高齢単身無職世帯⁶がモデルとして取り上げられるため、これらの世帯の平均値ばかりが独り歩きする傾向にある。

しかし、同調査では、高齢者世帯について年齢階級別（無職世帯は60歳から85歳以上まで6段階、勤労者世帯は60歳から70歳以上まで3段階）の動向も集計していることはあまり知られていない。無職高齢者世帯（2人以上の世帯）の家計収支の状況を年代別にみると、毎月の赤字額は歳を取るにつれて縮小する傾向にある（図表3）。これは、加齢とともに食費や交通費などの支出が減少することが主な要因である。つまり、一時点（例えば65歳時点）における生活費を算出し、それを将来にわたり一律で用いる方法（前出2.の算出方法）は、老後生活費を見積もる際には必ずしも適切ではないことを意味する。

図表3 無職高齢者世帯の家計収支（年代別・2024年）



（出所）総務省統計局「家計調査年報（家計収支編）」2024年版を基に筆者作成

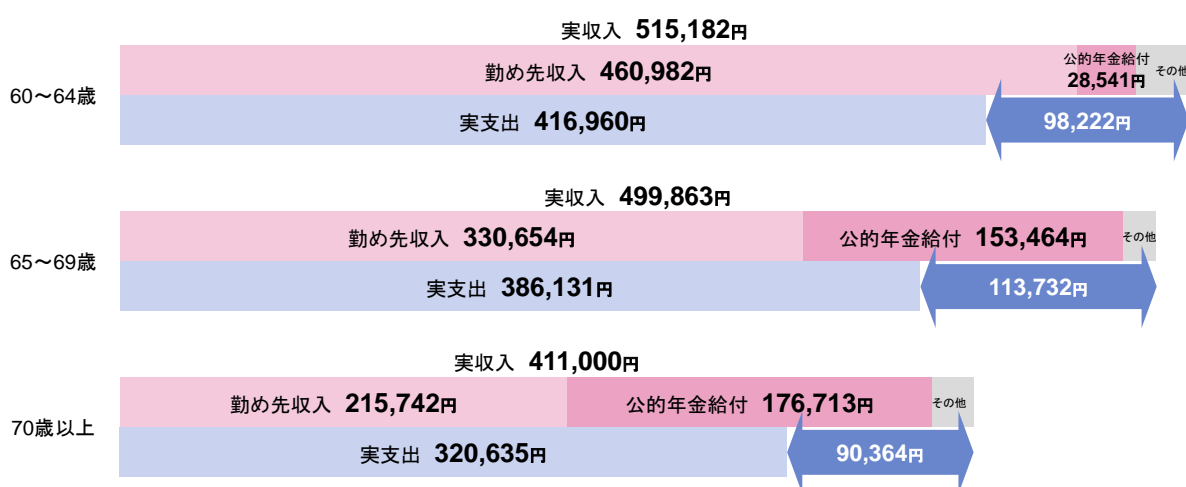
⁶ 60歳以上の単身無職世帯。

（２）高齢期の就労は家計収支を劇的に改善

勤労高齢者世帯（２人以上の世帯）の家計収支を年代別にみると、無職高齢者世帯とは異なり、どの年代でも家計収支が黒字となっている（図表４）。つまり、高齢期の家計収支が赤字になるのを避けたいのであれば、働けるうちは働いて収入を得る就労延長（Work longer）が有効であることがうかがえる。

逆に、定年後は一切働かずにセカンドライフを満喫したいのであれば、現役時に相応の老後資金を準備しておく必要があるだろう。

図表４ 勤労高齢者世帯の家計収支（年代別・2024年）



（出所）総務省統計局「家計調査年報（家計収支編）」2024年版を基に筆者作成

５．おわりに

本レポートでは、金融庁ワーキング・グループの報告書が2019年に公表されて以降、随所でお題目のように唱えられている「老後 2,000 万円」という数値が、老後生活設計を検討する上ではまったく意味を持たないことを解説した。

「老後にいくら準備しておけばよいか」という問題は、個々人の置かれた状況（生活習慣、住宅の有無 etc）によって大きく異なるため、唯一絶対の正解はない。統計上の平均値や65歳時点の数値で判断することは、一定の目安にはなるものの、その結果を過信・妄信するべきではない。

また、高齢期に向けて自助努力による資産形成を行う際は、利用できるあらゆる制度・商品を「総動員」する発想が求められる。例えば会社員の場合、勤務先にある退職金・企業年金制度だけでなく、勤務先が窓口となって加入する

サービス（財形年金、拠出型企業年金保険、グループ年金保険など）があればこれらも活用したい。多くの場合、個人チャネルよりも法人チャネルを活用の方が価格やサービスの面で優遇される傾向にあるからだ。3. (2) 節で述べた就労延長と合わせて、様々な方策を視野に入れておきたい。

加えて、公的年金も老後生活の柱となる重要なピースだ。公的年金に対するマスメディアの否定的な報道（近年は SNS の否定的なコメントも）は相変わらずだが、公的年金の最大の機能である「終身給付」は、貯蓄や資産形成では代替不可能である。また、働き方（厚生年金適用事業所で働く、仕事に打ち込んで昇給・昇格する etc）や受け取り方（繰下げ受給）によって将来の自身の年金額を増やすことができることも留意しておきたい。

＜参考文献＞

金融審議会 市場ワーキング・グループ『高齢社会における資産形成・管理』
https://www.fsa.go.jp/singi/singi_kinyu/tosin/20190603.html

総務省統計局「家計調査年報（家計収支編）」

谷内陽一（2023）『WPP シン・年金受給戦略』中央経済社