

# FP まつもと通信

ちょっと得する「保険」や「年金」についての話題をお届けします。

## ご挨拶

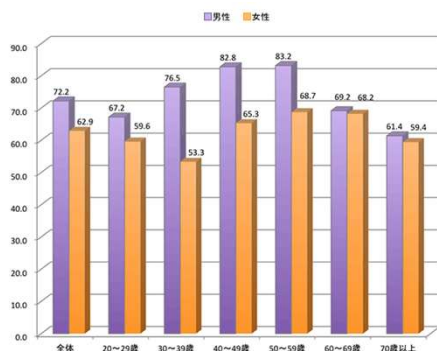
テレビのニュースでは連日、新型コロナウイルスによる肺炎のことが報道されておりますが、皆様は今、健康ですか。

たまに風邪をひいたり、お腹を壊したりすると『健康』って、ありがたいな！と、つくづく感じますよね。

健康な体を維持するために、定期的な受診を勧められるのが健康診断。

厚生労働省「国民健康・栄養調査報告」によると、20歳以上で過去1年間に健診や人間ドックを受けたことがある人は、男性が72.2%、女性が62.9%、だそうです。

健康診断、受けていますか？



## 今月号のちょっと気になるお金のコラム

毎月天引きされる社会保険料。金額の多さに見が行きがちですがどのような時に給付を受けられるのかについてもしっかりと把握しておきたいですね。

## 2月17日から確定申告です（3月16日まで）

還付の申告は、確定申告の期間外でも可能です。期間中の税務署は大変混雑することもあるので期間外に申告しても良いかもしれません。

すでに年末調整をした方でも確定申告をしたほうが良い場合について整理してみました。

- 年末調整で控除書類の提出ができなかった場合
- 年末調整以降に扶養家族ができた場合
- ふるさと納税をして「ワンストップ特例制度」を利用していない場合（還付申告や確定申告をする場合も再度申告が必要になります）
- 寄付をした場合
- 住宅ローンを組んだ場合
- 転勤等で転居費がかかった場合（給与所得者の特定支出控除という控除項目になります。職務に必要な資格取得、書籍、単身の人の帰宅費用などがあります）
- 医療費の支払いが10万円を超えている場合（所得によっては10万以下でも可能）
- 災害や盗難で被害にあった場合
- 年末調整をしていない場合（中途退職して年内に再就職していない場合など）

このような場合には、還付が受けられることがあります。対象になるか気になる場合には、税務署に問合せをしてみてください。



F P 松本相談センター  
ファイナンシャルアドバイザー  
媚山裕之

〒390-1702  
長野県松本市梓川梓856-26  
0263-76-1250  
090-8741-7358  
[info@fp-matsumoto.com](mailto:info@fp-matsumoto.com)  
<https://fp-matsumoto.com>



2012年から2015年までの3年間、社会保険労務士として「年金事務所における年金相談業務」に従事。そこで、数多くの「悲惨な老後の実態」を目の当たりにし、老後に向けた資産形成の必要性を痛感。国も勧める、「確定拠出年金」や「つみたてNISA」を活用した「長期・分散・つみたて投資」を真面目に、地道に推進。クイズやゲームを活用した『つみたて投資セミナー』は「わかりやすく、ためになる！」と多くの受講者からご支持をいただいております。

## 確定拠出年金加入者のための資産運用ガイド

積立投資の推移



N社バランスファンドのデータによる (コスト控除後)

	積立合計額	株式75%	株式50%	株式25%
2019年11末	330,000	351,006	347,622	344,565
2019年12末	340,000	366,602	360,949	355,683
2020年1末	350,000	370,498	367,608	366,089

2017年3月から開始した積立投資は図表のようになりました。

確定拠出年金のような長期の積立投資で成果を得るためには以下のポイントが大切です。

### 投資期間に応じた資産配分

積立期間が長い場合には株式の比率を多く、受取時期が近くなったら値動きが小さい債券の比率を多めにします。

### 大幅に値下がりした場合

積立期間が十分にある場合は、株式への資産配分の増額、掛金の増額を検討する。

### 株式・債券の特徴を理解して長期継続する。

株式や債券の特徴をよく理解して、様々なニュースや情報に惑わされず投資を長期継続することが成果につながります。

### 12月の株価は日米とも堅調でした。

	日経平均	NYダウ	ドル円
12月末	23,656.62	28,538.44	108.61
1月末	23,205.18	28,256.03	108.35
月間騰落率	-1.91%	-0.99%	

2020年は戦争懸念で幕を開けましたが、米国、イランの両国とも「エスカレートは望まない」、というスタンスが確認されたことや米中貿易交渉で「第一段階の合意」に達したことで月半ばにかけて日米とも株価は上昇しました。

NYダウ平均は1月17日に29,348ドルと30,000ドル手前まで上昇しましたが、その後、新型コロナウイルスの拡大懸念により月末にかけて大きく下がりました。

当面は新型コロナウイルスに関する情報に左右される値動きが予想されます。

長い投資（積立）期間中には様々な出来事があります。

武力や貿易の摩擦や衝突

バブルの崩壊

そして今回のように治療法が確立されていないウイルスの伝染

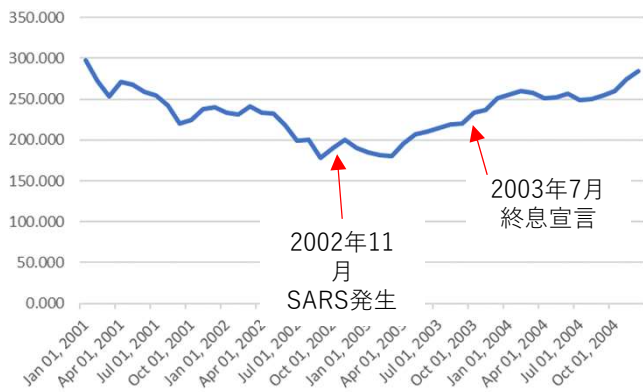
など。

これらを原因として経済・企業活動が停滞し株価が低迷したり、時に大きく下がったりします。

今月は、SARS（重症急性呼吸器症候群）が流行した2002年11月から2003年7月の株価について確認し、長期の積立投資ではどのように対応すれば良いかについて考えてみたいと思います。

当コラムは、商品選択の考え方、価格変動やニュースなどにどう対応するべきかについての一つの考え方をお伝えするもので、特定の運用商品、運営管理機関を推奨するものではありません。また、特定の商品の将来のパフォーマンスを約束するものでないことをご理解の上、ご覧ください。記載の情報（税制・社会保障制度・金融商品・マーケット・価格情報等）は発行日時点での情報に基づくもので将来は変更になることもあります。数値は公表されているデータに基づき当社にて計算・加工をしていますが、正確性を保証するものではありません。

## 確定拠出年金加入者のための資産運用ガイド



上図はSARSが発生・流行した時期の世界の株価指数（MSCI ACWI <https://www.msci.com/>）のグラフです。

2002年11月16日に最初のSARS症例が報告されました。その時の価格は約200ドル。2003年3月には約180ドルまで10%程度の下落になりました。2003年7月の終息宣言時の価格は214ドルほどでした。

発症から安値まで約4ヵ月、終息まで約8ヵ月でした。

しかしながら、今回の新型コロナウイルスは、患者数14,000人以上、死亡者数304人（2月2日現在）とSARSの感染者数約8400人をすでに大幅に上回ってきておりこの先どこまで広がるか不安が続いています。

さらに、中国の経済力は当時の8倍程度になっていますから中国の経済活動の停滞が世界経済に及ぼす影響は2002年、03年当時に比べるとかなり大きくなっていると考えられます。

このような状況に対して長期の積立投資ではどのように対応すれば良いのでしょうか？

投資の目的が短期的な値動きを上手に捉えて利益を得ることであれば、株式の割合を少なくするなどを検討することもあるかもしれません。

しかしながら長期の積立投資の場合は投資（積立）期間が変わらないのであれば、資産配分を変える必要はない、と考えて良いと思います。

長期投資（積立）で見るべきは下のグラフです。同じ世界株指数の2001年1月～2020年1月までのグラフです。

SARSはもちろんその後のリーマンショックも乗り越えSARS当時200ドルだった株価は2020年1月末現在で558ドルになっています。



感染が拡大する中、適切な治療法（薬）がないことや終息までの期間がわからないことからの不安から株価は大きく下げることがあるかもしれませんが、やはり日々の値動きに惑わされず長期継続することが長期の資産形成では大切なことがこのグラフからもわかるのではないのでしょうか？

## ちょっと気になるお金のコラム

給与明細を見ると天引きされている社会保険料の額が多い、と感じる方もいるのではないのでしょうか？下表は2004年と2019年の社会保険料（第二号被保険者の場合）を比較したものです。

	2004年	2019年
厚生年金保険料率	13.934%	18.300%
健康保険料率（協会けんぽ）	8.200%	10.000%

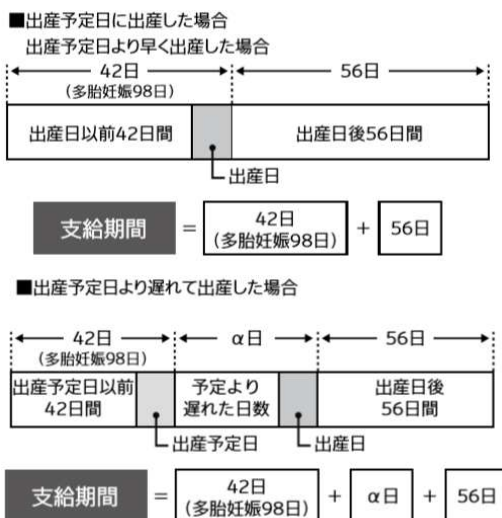
（健康保険は加入している保険、都道府県によって異なる）

実際の負担額は事業所との折半（第二号被保険者の場合）とはいえ決して少なくない負担です。どのような場合に受け取れるのかについてもしっかり押さえておきたいですね。

今月は第二号被保険者（雇用保険、厚生年金、健康保険に加入）が受け取れる「**出産手当金**」と「**育児休業給付金**」を確認しておきましょう。

### 「健康保険から出産手当金が支給される」

出産手当金は出産日（出産が予定日より後になった場合は、出産予定日）以前42日（多胎妊娠の場合は98日）から出産日の翌日以降56日までの範囲内で、会社を休み給与の支払いがなかった期間の2/3の給与（正しくは標準報酬月額の前平均額に）が支給される制度になります。



（抜粋）協会けんぽの申請用紙より一部抜粋

各健康保険組合の第二号被保険者には、「出産手当金」が受けられる仕組みを持っている健康保険組合が多くあります。

これから出産を控えている方はもちろんですが、給付を受けた記憶がない方も一度確認しておくとい良いでしょう（協会けんぽの場合は2年以内は請求可能、退職していても可能な場合あり）。

また、産休の期間から子供が満1歳になるまでの社会保険料は全額免除になります。

### ハローワークから育児休業給付が支給される

育児休業給付は雇用保険に加入し、休業開始日前の2年間に、賃金支払い日数が11日以上ある月が12か月以上ある方が対象となります。（他にも雇用継続などの条件あり）

基本的には子供が1歳になる前日まで利用でき、育児休業給付金の支給額は、支給対象期間（1か月）当たり、原則として休業開始時賃金日額×支給日数の67%（育児休業の開始から6か月経過後は50%）相当額となっています。

### 給付金は非課税

給付金は非課税となり、申告をしなくてもいい金額になります。

非課税なので税法上の「配偶者控除」や「配偶者特別控除」を利用できる人も出てきます。ひとことで「扶養」といっても、社会保険と税金での考え方が違います。心当たりのある方は5年間遡り税金の還付申請を行うこともできるので確認してはいかがでしょうか？



## お金のこと、年金のこと、保険のこと、 すっきりしたい方、安心したい方は無料FP相談をご利用ください

- ✓ 保険料を払いすぎていないか確認したい
- ✓ 自分が加入している保険がどのような時にでるのか確認したい
- ✓ 年金がいくらぐらいもらえるのか知りたい
- ✓ 年金が不安だがどのように準備したらよいか知りたい
- ✓ 火災保険や自動車保険のお得な入り方を知りたい
- ✓ 確定拠出年金の商品選びについて教えて欲しい
- ✓ その他



このようなことで少しでも気になることがある場合はご相談ください。ニュースレター会員の方向けに無料でFP相談を行っています。

### ご相談事例

- 昔に入った生命保険を見直して毎月の保険料が大幅にダウン。
- 年金定期便の見方がわかり、具体的に老後資金準備のイメージがつかめた。
- 最近の医療制度や医療技術に合わせた保険に変更でき安心した。

## FP無料相談 お申込

ご確認したい項目に、必要事項をご記入の上、ファックスでお申込ください。折り返しご連絡を申し上げます。

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 生命保険のお得な入り方     | <input type="checkbox"/> 年金定期便の見方        |
| <input type="checkbox"/> 加入生命保険の内容を確認したい | <input type="checkbox"/> 老後資金の準備について     |
| <input type="checkbox"/> がん保険・先進医療保険について | <input type="checkbox"/> 教育資金の準備について     |
| <input type="checkbox"/> 損害保険のお得な入り方     | <input type="checkbox"/> 年金商品の選び方        |
| <input type="checkbox"/> その他             | <input type="checkbox"/> 確定拠出年金の商品選びについて |

お名前

電話番号

メール

 (ブロック体でご記入ください)

勤務先

お役職

お問い合わせフォームはこちら⇒  
<https://fp-matsumoto.com/contact/>



 **FAX:050-3730-0380**



個人情報の利用目的：当該サービスを提供。当社サービスのご案内