

F P まつもと通信

ちょっと得する「資産形成」や「お金」の話題をお届けします。

ご挨拶

今年の夏は、例年にも増して暑い日が続きます
がいかがお過ごしでしょうか？

2025年は終戦から80年という節目の年です。

戦後の日本は「復興」「経済成長」という明確な目標のもとで、社会全体が一丸となって歩んできました。しかし、今、私たちが生きる時代は、先の見通しがつきにくい不透明な時代です。また少子高齢化など当時は想像もつかなかった難しい時代と言えます。

そんな今だからこそ、一人ひとりが自分自身の人生の方向性を見つめ、主体的にライフプランを描くことがこれまで以上に重要になってきているのではないのでしょうか。



今月号のちょっと気になるお金のコラム

物価上昇や少子化が進む中、将来の生活費や年金に対する備えが重要です。デフレ時代の常識が通用しない今、家計と資産の見直しが求められています。

高齢者の求職者数、過去最高

厚生労働省が5月30日に発表した「一般職業紹介状況」によると、4月にハローワークに求職の申し込みをした65歳以上の新規求職者数は12万3,179人で、4月としては過去最高となりました。

4月は年度末に退職した人が再就職に動き出すため、1年のうちで最も求職者数が多くなる傾向があります。下図は1997年からの、毎年4月における新規求職者数の推移を表しています。



人手不足による求人増、物価高のなか年金がマクロ経済スライドの影響で抑えられていることなどが、増加の要因とされています。

やりがいや社会とのつながりを持つために働くのは、とても豊かな老後のかたちと言えます。一方で、「生活のため」に働かざるを得ない状況にならないよう、時間をかけてしっかりと準備をしておくことも大切ではないのでしょうか。



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

h.kobiyama@fpmatsumoto.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

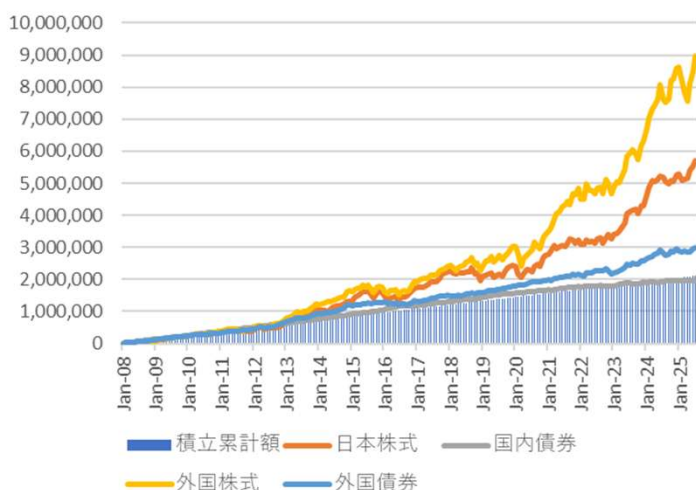
下図表は2008年1月から積立投資をした場合のシミュレーションです（MS社インデックスファンド基準価額データを利用）。図①は国内外の株式・債券の種類ごとの積立投資の推移を、図②は外国株式ファンドと外国債券ファンドに積立投資をした場合の積立開始時期による成果の違いを表しています。この2つのグラフを見ると、長期の積立投資で成果を得るためには以下が大切であることがわかります。

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割合を多く、まとまった資金の受取予定が近い場合には株式の割合を少なくする

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

長期継続する：値動きや値動きを解説するニュースに惑わされず長期継続する

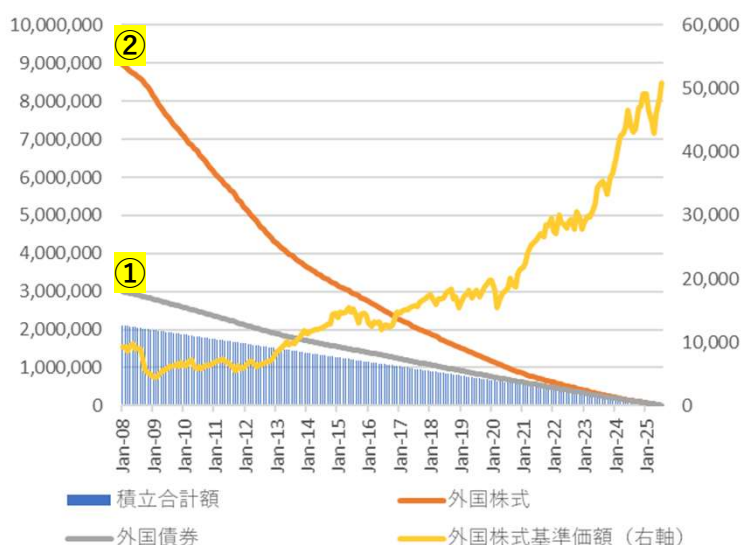
① アセットクラスごとの積立投資の推移



	May-25	Jun-25	Jul-25
積立累計額	2,090,000	2,100,000	2,110,000
日本株式	5,410,649	5,524,985	5,708,458
国内債券	1,953,611	1,973,500	1,962,683
外国株式	8,104,367	8,496,041	8,972,905
外国債券	2,863,182	2,942,336	3,004,285

2008年1月からの積立投資の推移です。株式は値動きは大きい一方値上がりも期待できます。債券は値動きは小さく値上がりも小さいことがわかります。従って長期の積立では株式をメインに、まとめて取崩す予定がある場合は株式の割合を少なくします。

② 積立開始時期ごとの積立合計と評価額



2008年1月に始めた外国株式への積立投資の合計額①211万円（青棒）は2025.年7月に②897万円（オレンジ線）、約4.25倍になりました。グラフの左の方は積立合計（青棒）に対して現在の評価額（オレンジ線）が大きく上の方に離れているのに対しグラフの右の方はその差が小さくなっています。つまり投資の成果は概ね積立期間に連動していると考えられます。

外国株式に10年（120万円）積立をした場合の最大値、最小値、平均値は以下になります。

最大	2,977,271	2015年1月 ～ 2024年12月
最小	1,747,373	2010年4月 ～ 2020年3月
平均	2,489,845	データ数：92

確定拠出年金加入者のための資産運用ガイド

株式市場、日米とも堅調

	日経平均		NYダウ		ドル円
May-25	37,965.10	5.33%	42,270.07	3.94%	144.04
Jun-25	40,487.39	6.64%	44,094.77	4.32%	144.12
Jul-25	41,069.82	1.44%	44,130.98	0.08%	150.74

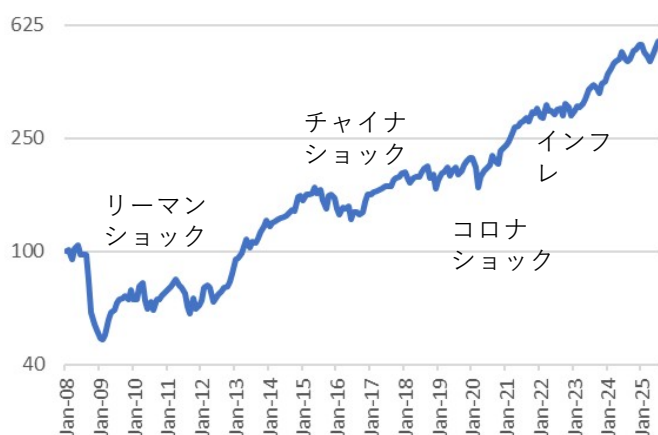
2025年7月のNYダウ平均は、好調な米雇用統計、予想を上回る企業決算、日欧との貿易合意などを背景に、44,632.99ドルへ1.2%上昇しました。

S&P500 構成企業の4～6月期の予想一株当たり利益（EPS）は、決算発表直前には前年比5.7%増まで下方修正されていたものの、実際の決算が想定を上回ったことで、買い安心感が広がったようです。

今後は、関税による物価上昇圧力や景気減速、米政権の不確実性が懸念材料です。ジャクソンホール会合での利下げ示唆が注目されます。

長期積立投資で成功するために必要なスキルは？

下図は外国株式ファンドの基準価額の推移です。2008年1月を100とすると2025年7月には550（年利10.23%）になりました。（変化をわかりやすくするため、対数グラフを使用しています）



2008年1月から2025年7月まで毎月1万円の積立を継続していた場合、積立合計211万円が897万円になっていました。

年利10%、17年7か月と時間はかかっていますが5.5倍の値上がりという大きな成果を得るためにどのようなスキルが必要だったか整理してみましょう。

一般的には投資で成果を得るためには以下のようなスキルが必要とされています。

- 金融商品についての理解
- 経済や市場の分析
- 情報収集

など。つまり、情報を集めて分析し、今後の経済やマーケットの動きを予想し、その予想に応じて適した商品を購入する、ということになると思います。

もしこれができていれば、大幅な下落時の不安を避け、値下がりした時に買い戻しをして、より大きな成果を得ることができていたかもしれません。

しかしながら、一般の投資家が限られた時間と情報のなかで、長期にわたりの確に予想を当て続けることは困難ではないでしょうか。

時として「●●ショック」と呼ばれるような大きな下落が起こっていますが、時間とともに回復して結果として5倍以上の値上がりをしました。この成果を得るために本当に必要だったスキルは、「分析力」や「予想力」ではなく、「継続する力」だったのではないのでしょうか？

株式は企業の所有権を表すため、企業活動の停滞が予想されると株価は下がりますが、そのような環境下でも将来の利益のために企業活動が継続されるのであれば、いずれは回復すると考えることができます。

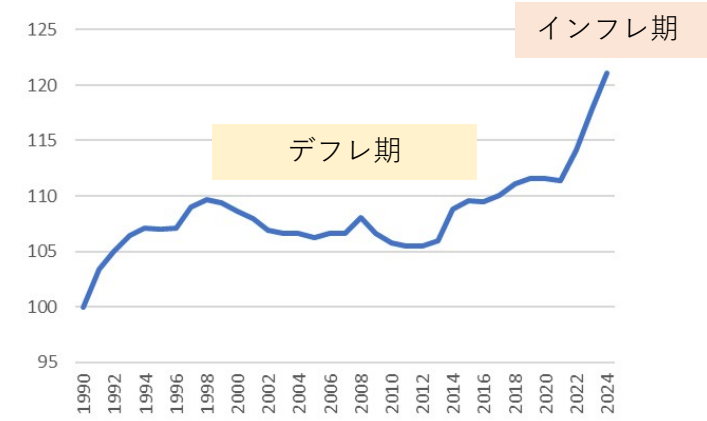
今後も小さなショック安は頻繁に起こるでしょうし、時として「●●ショック」と言われるような暴落も起こるでしょうが、短期的な値動きとそれを解説するニュースに惑わされずに継続することが長期投資では大切です。

ちょっと気になるお金のコラム

インフレ期の老後資金準備の考え方

お米の価格が少し落ち着いてきましたが、この数年の物価上昇を実感している方も多いのではないのでしょうか。

下図は1990年からの消費者物価の推移（総務省 消費者物価指数データより作成）です。90年代半ば以降、物価はほとんど上がらない時期が続きましたが2020年以降急上昇しているのが見てとれます。



インフレとは、物価が継続的に上昇する現象です。言い換えると「お金の価値が目減りする」ことを意味します。たとえば、100円で買ったパンが翌年には110円になっていたとします。このとき、同じ100円ではもうそのパンは買えなくなっており、実質的に100円の価値が下がったと言えます。食品に限らず様々なモノやサービスの価格が、「いつの間にか値段が上がっていた」と感じる場面も増えたのではないのでしょうか？

所得が増えない中で物価が上昇することで日常の買い物も当然影響を受けますが、より大きな影響を受けるのが将来の資金計画です。

2019年に「老後資金が2000万円不足」と大きな話題になりました。2017年の家計調査をもとに毎月の生活費などの支出が年金などの収入だけだと約55,000円不足。老後を30年と想定すると約2000万円が不足する、というものでした。

支出合計	263,717	収入合計	209,198
食料	64,444	社会保障給付	191,880
住居	13,656	その他	17,318
光熱・水道	19,267		
家具・家事用品	9,405		
被服及び履物	6,497		
保健医療	15,512		
交通・通信	27,576		
教育	15		
教養娯楽	25,077		
その他の消費支出	54,028	毎月の赤字	54,519
非消費支出	28,240		

2017年調査時の生活費は約26万円ですが、仮に2%の物価上昇が続くと30年後の生活費は約47万円になります。また現在の2000万円は約1100万円の価値になってしまいます。

社会保障給付（年金）がインフレに連動して増えればよいのですが、過度な期待には悲観的な見方が多いようです。今年6月に発表された人口統計では2024年の出生数は68.8万人と想定よりも15年も早く少子化が進んでいます。さらに出生率は1.15と過去最低を記録しました。

この数字は2024年の年金財政検証で示された低位推計に近いもので、給付水準が現在よりも下がる可能性を示唆しています。

このように考えるとデフレ期とインフレ期では貯蓄に対しても異なるアプローチが必要になります。

デフレ期においては、現金や預金の価値が下がらなかったため「とりあえず銀行に預けておく」という方針でも購買力を維持することができました。しかし、インフレ期においては、預金に置いたままではお金の実質価値が目減りしていきます。

家計やライフプランをしっかりと見直して適切な金融商品を利用して備えをしておくことが大切です。