

せきね 知っ得! 通信

2

FEBRUARY

2024

社会保険労務士法人せきね事務所 せきね FP 事務所
〒947-0028 小千谷市城内 2-4-26 TEL0258-83-3048 FAX0258-83-3049
メール sekinekyrs@mountain.ocn.ne.jp ホームページ https://www.office-sekine.com

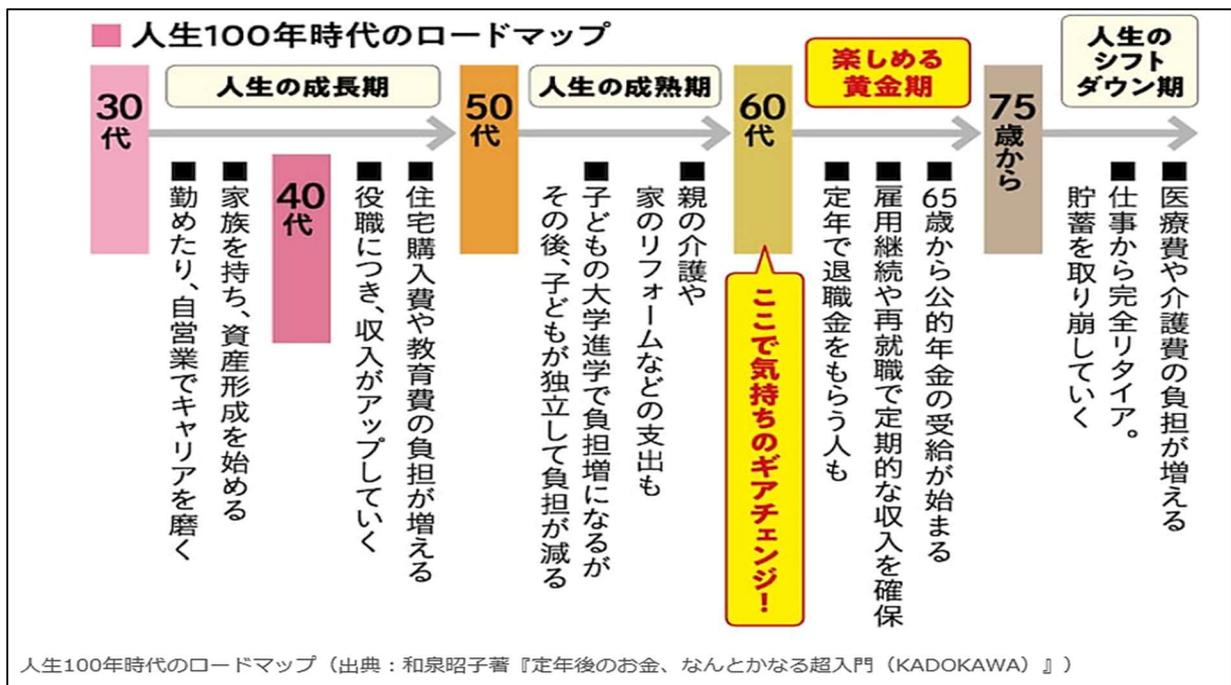
第161号 発行：2024年2月

雪国における小雪の弊害を感じつつ、三寒四温の日々です。



人生の黄金期 60代から説

生活経済ジャーナリストの和泉昭子さんは、「子育てや介護、仕事の重圧から解放されて、ようやく自由になれる60代から70代が人生の黄金期」と言います。



確かに「人生100年時代のロードマップ」を見ると頷ける気がします。40代は責任も増え、その分悩みも増えそう。50代は教育費の支出が大幅増という話をよく聞きますし、親の介護に直面するケースも多いよう。

もちろん、親や子の年齢にもよると思いますが、最近「還暦になった」と言う方々は、とても若々しく、自由に輝いてみえます。60代くらいになって、ようやく自分の人生を自分自身でコントロールできるようになるのかもしれない。

人生の黄金期を楽しむために必要な準備とは？

人生の黄金期を楽しむために、どんな準備をしておくのでしょうか。

和泉さんいわく「自分自身の気持ちをギアチェンジすること」。今までどんなときでも「家族中心」、「仕事中心」に考え、無意識に諦めてきたことも多いはず。でも60代からは、少しずつ「自分中心」の生活を考えてみるのもいいのではないのでしょうか。

そして、何をやりたいか、どんな生活したいか、それをどういうふう to 実現するのか、また実現にはどのくらいお金が必要かなど、プランを立てることも重要なことなのです。

次ページに続く

優先順位は「叶えたときの満足度」

和泉さんがおすすめしているのは、ポストイットにやりたいことを一つずつ書いていくという方法。最低でも10個は、やりたい・やってみたいことを書いてみます。そして書き出したものをやりたい・やってみたい順に優先順位をつけて並べていきます。

優先順位で悩んだ場合は、実現性が高い方を選ぶのではなく、やりたいことを叶えられたときの満足度が高くなるのはどちらかと、考えるのがコツだそう。優先順位が決まったら、それをリストに書き込みます。

次にすべきことは、やりたいことがあるのに「なぜやってないのか？」その理由を探ること。

「お金がない」「時間がない」「体力がない」など、やっていない・やれていない理由（言い訳）が明確になればそれを解決する対策

を考えることができ、具体的な対策が立てられれば、やりたいことを実現する可能性が高くなります。無計画のまま60代を迎えてしまうと、何もせずにぼんやりと過ごしてしまい、気力も体力も十分な「黄金期」を無駄してしまうかもしれません。

優先順位	やりたいこと	止めている理由	対策
1	毎年ハワイ旅行へ行く	お金が足りない	50歳から外貨積み立てをする 60~64歳はフルタイムで働いて資金を補填する
2	毎月1回は地方の親に会いに行く	お金が足りない	シニア割などを利用して交通運賃を節約する
3	ピアノを習い直したい	時間がない	65歳から週3日の勤務に減らして時間を作る

「前厚（まえあつ）マネープラン」のすすめ

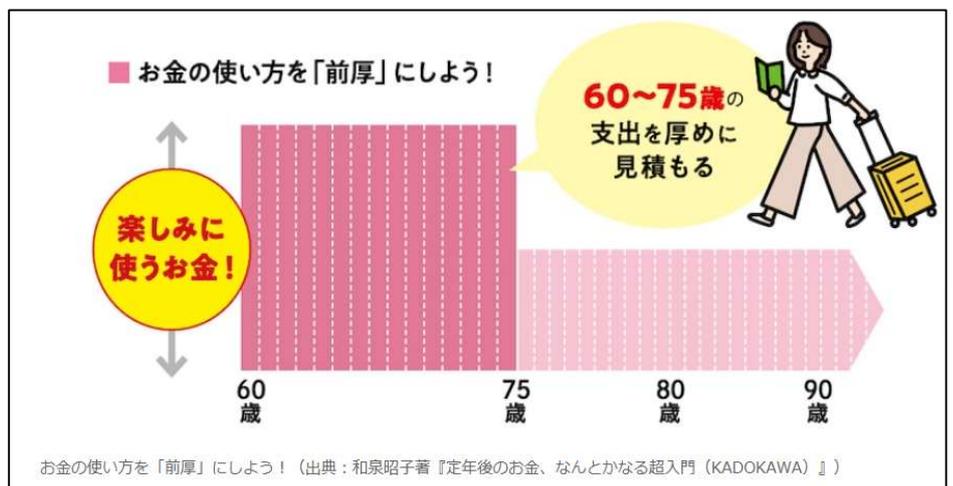
さらに、和泉さんが推奨しているのが、「60代から75歳ぐらいまでにお金を厚く（多めに）配分して、やりたいことに使っていきますよ！というプラン。

一般的に老後のマネープランを考える場合、60歳から90歳までの30年間くらいを想定し1年単位でいくら必要かを考えます。

しかし実際、健康寿命から見ても、75歳を過ぎると気力や体力などが衰え、アクティブに動けなくなる可能性があります。

そこで、元気でいられる60歳から75歳までの老後の前半に、お金を厚めに配分する「前厚マネープラン」がおすすめ。そうしないと、使えないまま終わってしまうこともありますからね。

この数か月で、関与先の50代の従業員が続けてがんで亡くなり、とてもショックを受けています。「人生の黄金期」とは、自分が健康で元気に動けることが前提です。健康管理に気を付けつつ、「黄金期」の計画を立てていきたいものです。



参考になれば幸いです。

消費者庁が「送料無料」表示見直しを呼びかけ



物流の2024年問題



消費者庁が通販事業者に「送料無料」表示の見直しを呼びかけています。背景には、「物流の2024年問題」があります。

トラックドライバーの働き方改革を進める中で、2024年4月から自動車運転業務の時間外労働の上限規制が適用されること等により、輸送力が不足し、物流が停滞しかねなくなるという問題です。



消費者庁の呼びかけ



トラック事業者を中心に各業界で対策がなされる中で、消費者庁は、消費者にも意識や行動を変えてもらうことが必要だとしています。そのための取組みの一つが、「送料無料」表示の見直しです。



というのも、「送料無料」表示は、消費者の「再配達をしてもらっても、『送料無料』だからそこまで気にしない」、「安価な商品であってもまとめ買いすることなく単品で購入し、何回配達してもらっても気にならない」といった意識につながり得るものだからです。

当然、送料は本当に無料であるわけではなく、誰かが負担しているものです。それを明示することで、消費者の意識・行動を変えることをねらいとしています。

消費者庁は、「送料として商品価格以外の追加負担を求めない」旨を表示する場合には、その表示者は表示についての説明責任があるとの考えを示しつつ、事業者の自主的な取組状況を注視するとしています。

また、送料負担の仕組みを表示する例として、「送料当社負担」や、価格に「〇〇円（送料込み）」という表記をすることを挙げています。

物流の仕組みなくして、現代の経済活動は成り立ちません。物流業者の負担軽減のためにできることを、社会全体で考えたいですね。



「気になる！」を勝手に情報発信コーナー

書籍 品のいい人が気を付けていること 山崎 武也

読み始めて「この著者はかなり年配かも」と感じ、調べるとやはり80代後半。著者の同年代の方への文句や愚痴が気になり最初はやや苦痛を感じましたが、読み進めるうちに「なるほど！気を付けよう」という気づきが多くありました。

印象に残ったのは下記。

- 部下が「この人が上司です」と胸を張って言える人か？
- 「無料」にすぐ手をださない。食べ・飲み放題は健康に悪い
- 売っている人の心情も考え「値切る」ことはしない
- 「自慢ではないが…」からの自慢話 NG。昔語りなら失敗談を

映画 シックス・センス 1999年公開

マルコム（ブルース・ウィリス）は優秀な小児精神科医。ある夜、かつて担当していた患者がマルコムを逆恨みして自宅を襲撃し、その場で自殺する。その患者を救えなかったことは、マルコムの心に大きな影を落とした。

その後、マルコムは妻との不仲に悩みつつ、8歳の少年コールのカウンセリングを担当することに。コールは誰にも言えない秘密を抱えており、周囲に心を閉ざしていたが、交流を続けるうちに心を通わせていき、ついに秘密を打ち明ける。なんとコールは、死者の姿が見えるというのだった。

公開当時、劇場で衝撃のラストに震えました。オチがわかっているにもかかわらず、何回見ても、繊細に作り込まれたストーリーと映像、子役の演技、伏線回収がたまらない大好きな映画です。

新聞を広げて読んでいると、必ずさぶろくさんがやってきてデ〜ンと香箱座りで邪魔します。猫あるあるらしいですね。



今月のさぶろく（7歳5ヵ月）& ろくいち（10ヵ月）



ろくいち君は成長著しく、現在 体重 5.8kg!! 顔つきももはや仔猫ではありません。人にも慣れて「シャー！」ということもなくなったそう。

