



米田のFP通信

ちょっと気になる「保険」や「年金」についての話題をお届けします。

ご挨拶

新しい年を迎え、穏やかに過ごしのことと思
います。令和8年が皆様にとって、輝かしい年
になりますようお願い申し上げます。

今年の干支は「丙午（ひのえ・うま）」です。
「丙」は十干の3番目で、火（ひ）や太陽を表
します。陽気が満ちて物事が明らかになり、活
発になる様子を象徴します。「午」は力強く駆
け回る馬（うま）に例えられ、旺盛な生命力を
意味します。

情熱を持って明るく、力強く前進する一年にな
りそうですね。

本年もどうぞよろしくようお願い申し上げます。



今月号のちょっと気になるお金のコラム

給料が上がっても余裕がないのは「実質賃金」
がマイナスだから。利息が付いても以前買えた
ものが買えなくなるのは「実質金利」がマイナ
スだから。インフレ時代の資産防衛のポイント
とは？

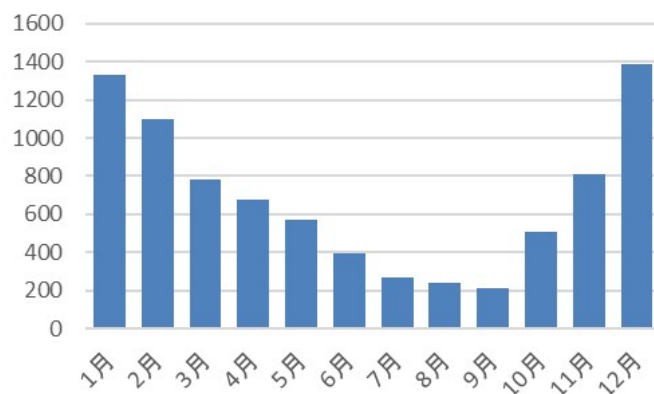


1999年からFP業務を行っています。現在はIFAとして最適な金融商品
の選定やアドバイス、ライフプラン相談、事業承継や相続、保険相談
を中心に活動しています。年間200人以上の方や、企業・医療法人や個人
経営者まで幅広くお金のご相談をさせていただいています。

株式会社リスクマネジメント・ラボラトリー 大阪支店
〒543-0018大阪市天王寺区空清町8-33 大阪府医師協同組合東館3階
電話06-6766-1511 携帯090-1152-3889 メールyonedata760@rml.co.jp

浴槽での高齢者の溺死者数は年間6,073人

政府広報オンラインや最新の人口動態統計による
と、家庭や居住施設の浴槽での高齢者の溺死者数
は年間6,073人（令和5年）に達しています。これ
は、同年の高齢者の交通事故死者数（2,116人）
の約3倍にあたります。下図は、月別の入浴中事
故死者数の推移を示したものです。



気温が低い季節に事故が集中している主な要因は
「ヒートショック」だと言われています。暖かい
居間から寒い脱衣所への移動で血管が縮んで血圧
が急上昇し、その後、熱いお湯に浸かることで血
管が広がり血圧が急降下します。この乱高下が脳
や心臓に負担をかけ、浴槽内で意識を失い、溺死
につながる場合があります。

毎年夏に話題になる熱中症の死亡者数が、多い年
でも2,000人程度であることを考えると、ヒート
ショックによる死亡事故がいかに多いかがわかり
ます。特に高齢のご家族がいるご家庭では、入浴
前に脱衣所や浴室を暖めるなどの対策をとるよう
心がけてください。

ちょっと気になるお金のコラム

インフレ時代のお金との向き合い方は？

ニュースで「物価高」や「物価高対策」といった言葉を聞かない日はないくらい、物価上昇が私たちの生活に大きな影響を及ぼしています。

昨年10月には約3,000品目が値上げされ、身近なお米はもちろん、500mlのペットボトルも200円時代になってきました。物価上昇を上回る給与上昇があればよいのですが、物価上昇に追いついていないのが現実です。

下図は2022年4月以降の前年同月比の実質賃金の伸び率です。2024年4月に前年同月比マイナス1.7%となって以降、2024年5月まで26カ月連続マイナス、その後一時的にプラスに転じる月はあったものの、2025年1月から10月まで10か月連続マイナスです。長期間にわたり家計が圧迫されてきたことがよくわかります。



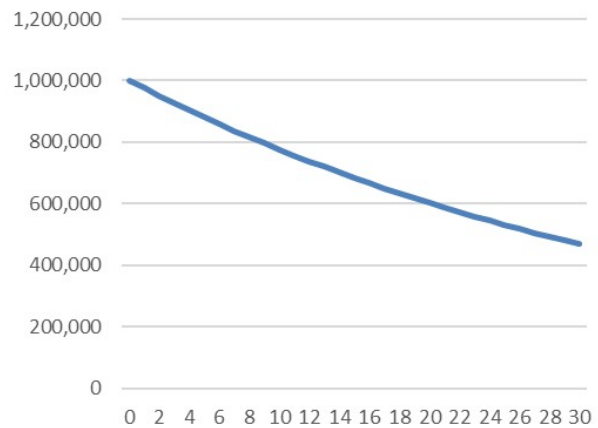
もう一つ注目しなければいけないのは「実質金利」です。実質金利は以下の式で求められます。

$$(\text{名目金利}) - (\text{物価上昇率})$$

仮に、現在の日銀の短期政策金利を0.5%、物価上昇率を3%とすると、実質金利はマイナス2.5%になります。

この状態だと、預金に金利が付いたとしても、モノの値段がそれ以上に上がっているため、お金の実質的な価値は年間2.5%ずつ目減りしていることになります。

下図は、毎年2.5%ずつ目減りした場合、100万円の価値がどのように変化するかを表しています。



1年あたりわずか2.5%ですが、20年後には実質的な価値が4割も失われてしまう計算になります。特に教育資金や老後資金など、将来のために資金計画を立てる際には、このインフレの影響も考慮に入れておくことが大切です。

大切な資産が目減りするのを防ぐためには、インフレに強い資産や金融商品の活用を検討することがポイントですが、その前に必ず「ライフプラン」の確認をしましょう。いつ、どのくらいのお金が必要になるのか、手元に置いておくべき資金はどのくらいなのか。これらをしっかりと把握することで、初めて自分に合った適切な商品を選ぶことができます。

「自分にとってどのような商品が適切なのか知りたい」「ライフプランを確認したい」といったご相談がございましたら、どうぞ遠慮なくご連絡ください。