

新たなステップを踏み出すために

－ 定年後の生活設計 －

令和3年度版

人事院給与局生涯設計課



## 新たなステップを踏み出すために

就職、結婚、転勤などこれまでの人生の節目では、新しい生活に対する希望や不安があったと思います。皆さんが何年か後に迎える定年も人生の転機であり、その後の生活について、皆さんは希望と不安が入り交じった思いを抱いているのではないのでしょうか。

人生100年時代といわれる今日、定年を過ぎてもまだまだ働きたい、新たな挑戦をしたいと考える方も多い一方で、家族との時間を大切にしたい、趣味も充実させたいといった考えもあるでしょう。また、退職手当や年金はいくらぐらいもらえるのかといった疑問や、健康や家計に関する不安もあるかと思えます。

小誌は、定年を見据えて、定年後の「生活環境の変化」、「収入と支出」などについての情報を提供し、定年後の生活設計についてご自身をご家族と相談しながら考える契機としていただきたいとの趣旨から作成したものです。構成は本編と資料編の二部構成となっています。

本編は、第1章は「定年後を考える」、第2章は「定年後の仕事の選択」、第3章は「定年後の収入と支出」という構成とし、資料編には、国家公務員の定年退職後の生活状況、健康・高齢者介護についての専門家のアドバイス等を収録しています。

定年退職はまだ先のことと考えている方もいるかもしれませんが、小誌を参考にし、どのような準備と心構えが必要かについて考えてはいかがでしょうか。

