

SUGGEST

by hamamoto

# mite net!

みてねっと!

2017  
SUMMER

Vol.51



# iDeCo「イデコ」をご存知ですか?

「イデコ」とは個人型確定拠出年金の愛称で、英語表記の individual-type Defined Contribution pension plan が由来です。

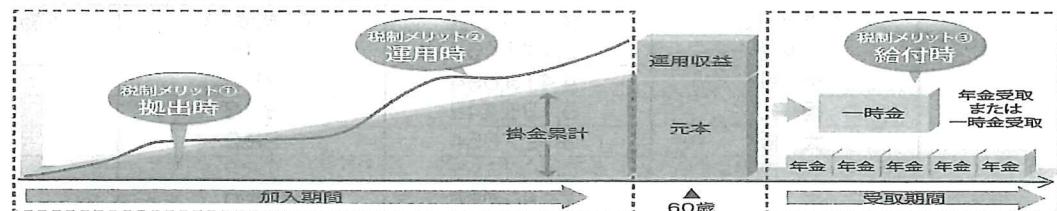
2017年1月から個人型確定拠出年金に20~60歳のほぼ全員が加入できるようになりました。

## 確定拠出年金(個人型)とは

- 確定拠出年金(個人型)は、ご自身で積み立てる「私的年金」です。
- 2017年1月から制度が改正され、基本的に現役世代のほとんどの方<sup>(※)</sup>がご利用できるようになります。
- 挂け金が全額所得控除(小規模企業共済等掛金控除)の対象となります。

※原則として60歳未満の公的年金加入者が対象になります。

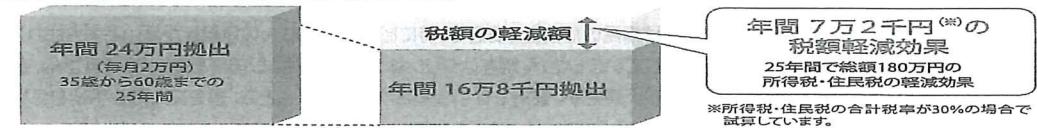
## 確定拠出年金(個人型)のイメージ



## 確定拠出年金(個人型)に加入する税制上のメリット

税制メリット① 拠出時	掛け金を拠出するとき	税制メリット② 運用時	資産を運用するとき	税制メリット③ 給付時	給付を受けるとき
掛け金が全額所得控除となる 加入者自身で掛け金を毎月拠出します。 掛け金は月5,000円から1,000円単位で自由に設定可能 ※掛け金には上限があります。	掛け金が全額所得控除となる 加入者自身で掛け金を毎月拠出します。 掛け金は月5,000円から1,000円単位で自由に設定可能 ※掛け金には上限があります。	運用益が非課税となる ※ただし運用時の年金真層に特別法人税(1.173%)が課税されますが、現在は課税凍結中です。 加入者ごとに運用商品(割合)を選定。 選択した商品の変更はいつでも可能です。	運用益が非課税となる ※ただし運用時の年金真層に特別法人税(1.173%)が課税されますが、現在は課税凍結中です。 加入者ごとに運用商品(割合)を選定。 選択した商品の変更はいつでも可能です。	老齢給付金受取時の控除 年金:給付所得(公的年金等控除) 一時金:退職所得(退職所得控除) ※その他の給付に対して ● 保育給付:所得税非課税 ● 死亡一時金:相続税課税 ● 脱退一時金:所得税(一時所得)課税	老齢給付金受取時の控除 年金:給付所得(公的年金等控除) 一時金:退職所得(退職所得控除) ※その他の給付に対して ● 保育給付:所得税非課税 ● 死亡一時金:相続税課税 ● 脱退一時金:所得税(一時所得)課税

## 税額軽減効果による実質掛け金の例



年間 7万2千円<sup>(※)</sup>の  
税額軽減効果  
25年間で総額180万円の  
所得税・住民税の軽減効果

※所得税・住民税の合計税率が30%の場合で試算しています。

## 加入者ごとに拠出できる掛け金額が異なります。

 専業主婦等	 自営業者等	 企業年金等に加入していない方	 企業年金等に加入している方や 公務員・私学共済加入者の方
拠出限度額 年額27.6万円 <sup>(※)</sup> (月額2.3万円)	拠出限度額 年額81.6万円 <sup>(※)</sup> (月額6.8万円)	拠出限度額 年額27.6万円 <sup>(※)</sup> (月額2.3万円)	拠出限度額 年額24.0万円 <sup>(※)</sup> または年額14.4万円 <sup>(※)</sup> (月額2.0万円) (月額1.2万円)

国民年金

厚生年金

\*1 確定拠出年金(個人型)と重複加入ができます。ただし、掛け金については確定拠出年金(個人型)と国民年金基金の掛け金の合算で月額68,000円が上限となります。  
\*2 企業年金等とは確定拠出年金(企業型)、確定給付企業年金等、確定拠出年金(企業型)を実施している企業は、確定拠出年金(企業型)規約で確定拠出年金(個人型)への加入を認めている場合のみ加入が可能  
\*3 企業年金等<sup>(※)</sup>に加入している方のうち、「確定拠出年金(企業型)のみ加入している方」の額  
\*4 企業年金等<sup>(※)</sup>に加入している方のうち、「確定拠出年金(企業型)のみ加入している方<sup>(※)</sup>以外の方」の額(公務員・私学共済加入者も含まれます)

## 加入に関しての留意点

- 運用商品の中には元本割れリスクのあるものがあります。
- 60歳未満での受給は基本的にはできません。
- 加入時・運用期間中は手数料がかかります。

魅力ある確定拠出年金(個人型)ですが、実際、税制上のメリットがどの程度あるのか?  
目的に対してもどの程度の掛け金額を設定すれば良いのか相談したい、など気になることがございましたら  
ぜひ、弊社トータルライフコンサルタントにお問い合わせください。

## 事故トピック

# 無保険車との事故?

無保険車と交通事故に遭う可能性はどのくらいあるのかと疑問に感じる方もいらっしゃるでしょう。日本損害保険協会の調査によると、全国の平均加入率は、73.8%（対人対物賠償）で、無保険車（任意保険に加入していない車両）は車両の3割程度にのぼっています。このことからすると、交通事故の10回に3回は相手が無保険車である可能性があると言うことになりそうです。相手が任意保険に加入していない場合、相手の任意保険会社と示談交渉をすすめて示談金の支払いを受けることができません。人身事故の場合、自賠責保険からの支払いしか受けとることができないので、それを超える損害については相手に直接賠償請求をする必要があります。相手に支払い能力が無かつたり自己破産されてしまったりすると、判決が出ても支払いを受けられないリスクがあります。



相手方が無保険で、相手から支払いを受けられない場合でも、自分の任意保険に「人身傷害補償保険」や「車両保険」がある場合には、交通事故による自車搭乗者の人身傷害について補償を受けることができますし、自分の任意保険に車両保険がついていたら、自車の車両被害についても補償を受けることができます。家族を守るためにもう一度確認してみてください。

## 自動車保険 都道府県別加入率

※共済は含まれていません。

都道府県名	保有車両台数	対人賠償(%)	対物賠償(%)
北海道	3,717,467	70.6	70.8
東京	4,413,094	78.0	78.2
愛知	5,135,442	81.3	81.3
大阪	3,727,954	82.2	82.4
兵庫	3,006,155	78.2	78.2
広島	1,880,066	76.0	76.0
沖縄	1,070,118	53.3	53.3
全国	80,670,393	73.8	73.8

(2015年3月末 損害保険料算出機構)

## 生保トピック

# 高プリン体食の量を減らす。

『高尿酸血症・痛風の治療ガイドライン』には『生活指導』の中に食事療法、特に『1日400mgを目安にしたプリン体の摂取制限』が示されています。食事から摂取されるプリン体は体内で最終的に尿酸に代謝されて尿酸プールを増大させます。そのため、肉や魚介類をたくさん食べると痛風になりやすいことが知られています。また、アルコール飲料では、含まれるプリン体量はあまり多くはありませんが、アルコールの作用が加わって尿酸値が上昇します。お酒を毎日飲む人は痛風の危険度が2倍で、特にビールを飲む人の危険度が高いと報告されています。痛風の食事といえば以前はプリン体の摂取量が厳しく制限されていましたが、現在はプリン体の摂取制限は以前ほど厳しくありません。痛風で恐ろしいのは合併症であり、糖尿病や高脂血症にならない食生活が大切です。最近では引受基準を緩和することで、過去に入院や手術をされた方や持病のある方が入りやすい医療保険があります。詳しくはトータルライフコンサルタントまで

<b>かつおの漬け丼</b>	<b>鉄火丼</b>	<b>牡蠣鍋</b>	<b>つくね丼</b>
エネルギー571kcal 塩分3.3g プリン体 203 mg	エネルギー577kcal 塩分3.7g プリン体 173 mg	エネルギー262kcal 塩分4.2g プリン体 248 mg	エネルギー240kcal 塩分2.3g プリン体 146 mg
同じ量でも鉄火丼にすれば缶ビール1本(500mL)分のプリン体量を減らせます。ただし「これでもう1本飲める」と考えてはいけません。アルコール自体が尿酸値を上昇させます。ビールなら1日1本までに。			
<b>唐揚げ</b>	<b>冷奴</b>	<b>しらすおろし</b>	<b>紅白なます</b>
エネルギー270kcal 塩分1g プリン体 104 mg	エネルギー87kcal 塩分0.7g プリン体 35 mg	エネルギー37kcal 塩分0.7g プリン体 49 mg	エネルギー37kcal 塩分0.5g プリン体 2 mg
食べ応えのある鶏の唐揚げが尿酸値が高めの方に大人気です。冷奴に変えるのは踏ましかもしれません。しかし冷奴なら、良質なタンパク質を取りつつエネルギー・プリン体量を3分の1に抑えられます。			
高プリン体食のしらす干しは、食べ過ぎに注意が必要です。ちなみに、しらす干しよりも乾燥度の高いものを一般的には「ちりめんじやこ」と呼びます。どちらもイワシの稚魚を使った食材です。			
プリン体 400mg以下に抑える エネルギー 男性1900kcal 女性1600kcal 塩分 男性8.0g未満 女性7.0g未満			

## 見直してください あなたの暮らしの保障 浜本保険株式会社

■本社／兵庫県加古市北条町横尾313-1 A-NOVA SANWA BLDG 1F  
TEL.0790(42)1223㈹ FAX.0790(43)1205  
■高砂営業部／兵庫県高砂市荒井町御旅2丁目1番1号  
TEL.079(442)3515㈹ FAX.079(442)3054  
■イオン加古川店／兵庫県加古川市平岡町新在家615-1  
TEL.079(425)6500㈹ ■0120(920)903



■本社／北条営業部



■高砂営業部



■アフラックサービスショップ