

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 7 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、できる限り働き続けたい、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います。

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が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「60歳からの仕事の選択肢」、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。

定年年齢は令和5年度から段階的に65歳まで引き上げられています。定年退職は先のことになったと考えている方もいるかもしれませんが、一方で、役職定年制、給与水準の引下げ、定年前再任用短時間勤務制の導入など、60歳以降に適用される制度も大きく変わってきています。

後半生をより充実したものとするために、定年後をどのように過ごしていくのか、そのためにはどのような準備と心構えが必要なのか、小誌を参考に今から考えてみてはいかがでしょうか。

