



# 生命保険の 基本 Q&A

そこが知りたい!  
そこも知りたい!

内藤眞弓 Naito Mayumi ファイナンシャルプランナー

一人一人の暮らしに根ざした保険や貯蓄、運用などの相談業務を行う。セミナー講師としても活動している。主な近著に『お金のプロがすすめるお金上手な生き方』（コモンズ）など

- 国民生活センターが発表した情報に関連した話題を取り上げます。今回は「銀行窓口で勧誘された一時払い終身保険に関するトラブルー高齢者への不適切な勧誘が急増中ー」（2012年4月19日公表）に関連した情報として、生命保険の基礎知識を紹介します。

## Q1 生命保険って何？

**A** 生命保険とは、年齢や性別などに応じた保険料を支払い、その対価として、あらかじめ決めた条件（支払事由）に該当したときに、保険金や給付金を受け取ることができる契約です。

生命保険契約は、「主契約」と「特約」の組み合わせで成り立っています。主契約は“定期保険”“終身保険”“養老保険”など生命保険のベースとなる部分で、主契約だけでも契約できます。特約とは、“入院特約”“ガン特約”など主契約にオプションとして付加するもので、主契約に複数の特約を付加することができます。特約のみでの保険契約はできません。

保険期間は「1年」と短いものから「終身」までいろいろです。支払事由は「死亡したとき」のようにシンプルなものから「所定の病気にかかり、所定の障害状態になったとき」といった複雑なものまでさまざまです。

生命保険に加入する目的は保険給付を受けることですから、どんなときに受け取れるのか、『約款』に目を通して確認しておくことが大切です。『約款』とは保険会社と契約者の間の権

利と義務などを定めたもので、『ご契約のしおり／約款』などという冊子の中に記載されています。後日「こんなはずではなかった」と後悔しないためにも、あいまいなままに契約することのないようにしましょう。

## Q2 生命保険のメリット・デメリットは？

**A** 生命保険には「契約者」「被保険者」「受取人」の三者が存在します。「契約者」とは契約における権利義務を有する人のこと、「被保険者」はその人の生死が保険給付の対象となる人のこと、「受取人」は契約者に保険金や給付金の受取人として指定された人のことです。

1,000万円の生命保険に加入していれば、初回の保険料を払ってすぐに被保険者が亡くなったとしても、1,000万円が受取人に支払われます。少額の保険料負担で高額な保険金を受け取れることが生命保険の特徴でありメリットといえます。

一方、長期にわたって保険料を払い続けても、支払事由に該当しなければ給付を受けることはできません。収入には限りがありますから、保険料を払えば手元のお金は少なくなり、その分貯蓄が手薄になってしまいます。保険料負担が



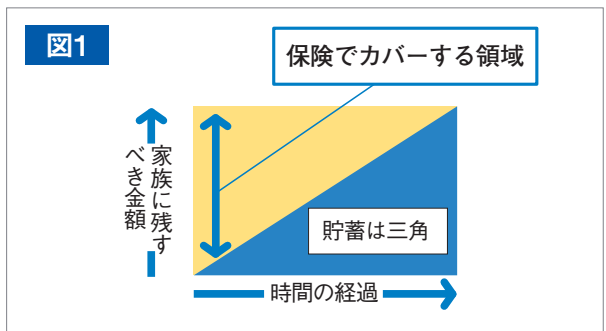


重くならないよう、適切な保険金の設定、契約後の見直しが重要です。

また、契約者が受取人を指定するため、お金を残したい人に確実に残すことができます。生命保険は受取人固有の財産ですから、借金の担保に取られるといったことはありません。ただ、受取人が請求しなければ給付を受けることができないので、受取人が契約の存在を知り、どんなときに受け取れるかを知っておく必要があります。

### Q3 保険と預貯金との違いは？

**A** 「貯蓄は三角、保険は四角」という言葉があります（図1）。死亡時に1,000万円を残そうと思って貯蓄を始めても、1,000万円まで到達するには相当の時間がかかります。貯まる前に死亡すると、家族に残せるのはその時点の元金と利息の合計額です。保険であれば、契約がスタートした時点で目標額の1,000万円を残すことができます。



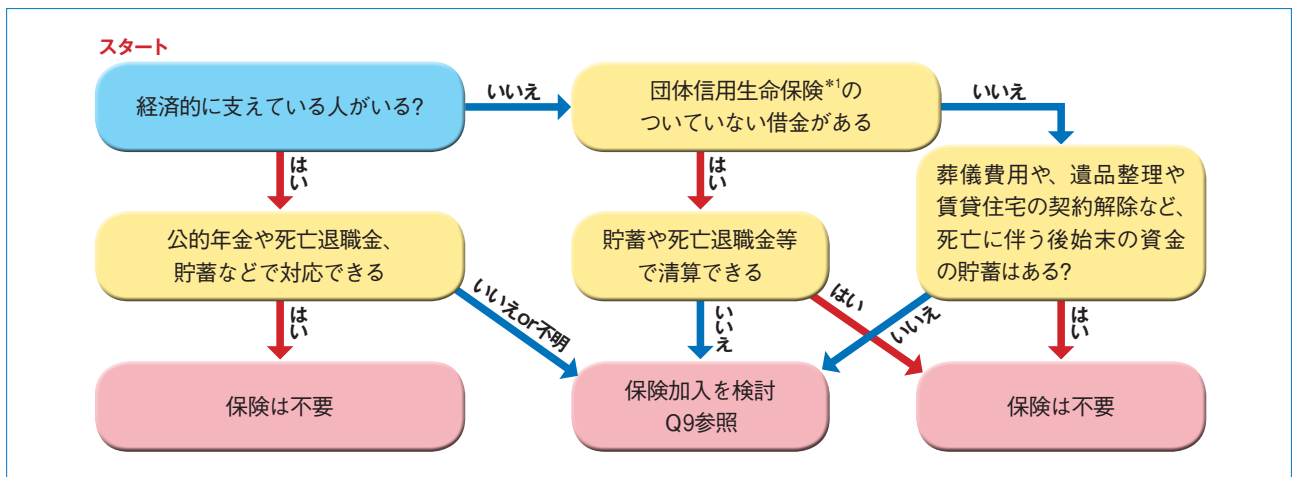
なぜ、このようなことが可能になるかと言えば、例えば契約者1人が1万円を保険料として支払うと、そのお金は他の契約者を含めた全員の共通の財産になり、「死亡」や「高度障害」など、支払事由に該当した人に共通の財産から保険金や給付金が支払われるからです。ただし、貯蓄であればいつでも好きなときに引き出して使うことができますが、保険は支払事由に該当しなければ給付を受けることはできません。

また、預金をしている銀行などが破たんした場合、預金保険制度によって1人当たり1,000万円と利息が保護されますが、生命保険の場合は保険金額の大小にかかわらず、保険金削減など、契約条件が変更になる可能性があります。

なお、時間の経過とともに、保険に頼らなくてはならない領域は減っていくのが一般的です。さまざまな責任を果たすに従って保険金を減らしていき、何にでも使える貯蓄を増やすことが、支払事由に縛られない財源を作ることにつながります。

### Q4 加入するタイミングが分かりません

**A** 保険は必ず加入しなくてはならないものではありません。その人が死亡することで経済的に困る人がいるかどうか、生命保険に加入する必要があるかどうかの分かれ目です。下のチャートで確認してみましょう。





現在は扶養する人がいない人も、将来加入するタイミングが訪れるかもしれません。そのときに貯蓄が多いほど、生命保険で準備しなくてはならない保険金は少なくて済みます。

### Q5 契約時の手続きで気をつけたいことは?

**A** 生命保険は契約ですから、契約時から保険金や給付金を受け取るまで、約款で定められたルールに従って物事が進みます。ルールに従わないと保険給付が受けられないこともあります。例えば、原則として加入の際には現在および過去の健康状態を告知しなくてはなりません。事実と異なることを告知すると告知義務違反となり、支払事由に該当していても保険給付が受けられず、契約を解除される可能性があります。契約解除になると、それまで払った保険料は戻ってきません。加入時の告知は単なるアンケートではありませんので、慎重に正確に行わなくてはなりません。

保険契約は長期にわたることが多いので、住所や名前が変わったり、保険金受取人に指定すべき人が変わることもあるでしょう。このような変化が訪れたときは、速やかに変更届を出しておかないと、支払事由が発生したときになかなか保険給付に結び付かないことがあります。生命保険は給付に結び付かないと意味がありません。いつ支払事由が起きても速やかに請求と給付が行われるよう、契約のメンテナンスを忘れないようにしましょう。

### Q6 特約は付けたほうがいい?

**A** Q1で述べた通り、生命保険は主契約と特約があり、主契約でカバーできない部分を特約で補います。商品によって異なりますが、災害保障や特定疾病保障、介護保障、入院保障など、多彩なものが用意されています。

たくさん付けたほうが安心のように感じますが、付ければ付けるほど保険料は高くなります。保障内容をよく吟味して、保険期間中に支払事由に該当する可能性はどの程度あるのか、累計で払い込む保険料がどの程度になるのかも含めて検討します。

特約の中には、健康保険や障害年金などの公的保障とダブるものもあります。健康保険料などに加えて、さらに特約保険料を支払うとなれば、日々の暮らしや将来のための貯蓄に回すお金が減ってしまいます。また、支払事由に該当するほどではないけれど医療費がかかるといった事態では、保険からの給付は受けられず、保険料負担は続きます。

特約を付けるなら、保障内容が理解でき、請求漏れになることはないと思える特約にとどめ、ある程度貯蓄が貯まれば特約を解約することも念頭に置きましょう。また、主契約と特約の見直しのタイミングや必要性は異なりますので、特約ではなく単独の保険として準備することを検討してもよいかもしれません。

### Q7 加入金額の目安を教えてください。

**A** 保険金額を決める際には、公的保障、会社の福利厚生制度、貯蓄、家族の収入などを総合的に考慮する必要があります。次のような手順で大まかな数字を出してみてください(表)。

- ① 万一のときの遺族の暮らしがどう変化するのか、現実的なシナリオ(実家に戻る、社宅を出るなど)を考えます。
- ② 遺族年金<sup>\*2</sup>などの公的保障や、勤務先からの福利厚生制度(遺児育英年金など)、家族の収入などを踏まえた年間収支を予測します。「収入」から「支出」を差し引いてマイナスになれば、マイナスの金額





表

万一のときの資産に入れる項目例	万一のときの負債に入れる項目例
預貯金など	団信のない借入金
資産売却（自宅を売って実家に戻る等）	葬儀費用
学資保険の満期金等（契約者死亡のとき）	引っ越し費用等
死亡退職金・弔慰金等（給与所得者の場合）	生活費不足分（末子大学卒業まで等） …②の計算結果
	必ず用意しておきたい金額（教育費・予備資金等）…③の計算結果
資産計 ●●万円	負債計 ▲▲万円
「資産計－負債計」がマイナスになれば、マイナス分が保険金額の目安	

を何年分準備しておきたいかを考えます。マイナスにならなければ、万一のときも赤字はなさそうということです。

③ 保険の対象となる人が現時点で亡くなった場合の資産と負債を計算します。資産とは、現時点の貯蓄、万一のときに売却する資産の金額、学資保険に加入の場合は祝金や満期保険金、勤務先からの死亡退職金・弔慰金などを指します。負債とは、団体信用生命保険（通称「団信」）の付かない借入金、葬儀費用、引っ越し費用、生活費の不足分（②の計算結果）、教育費など必ず用意しておきたい金額のことです。

④ ③で出した資産合計から負債合計を差し引き、マイナスになった数字が目安となる保険金額です。マイナスにならなければ、保険加入の必要性は低いということです。

### Q8 どのタイミングで生命保険の見直しをすればいいの？

A 生命保険加入後に子どもが誕生したといった場合、将来に向けての経済的な責任が大きくなるので、適切な保険金額を計算し直す必要があります。一般的には生命保険の必要

性が最も高まるのが末子誕生のときです。末子誕生後は少しずつ教育費を貯めたり養育の責任を果たしていくので必要な保障額は減っていきます。それ以降は、特別な事情がない限り少しずつ生命保険の必要性は小さくなっていきます。

次のような節目に見直しをしてはどうでしょう。

- 住宅ローンを組んで住まいを購入したとき（団信に加入するため）
- 子どもが進学、卒業したとき。または教育費の準備が整ったとき
- 専業主婦だった妻が収入を得るようになったとき
- 相続などで資産が増えたとき（相続に限らず貯蓄が増えたときも）

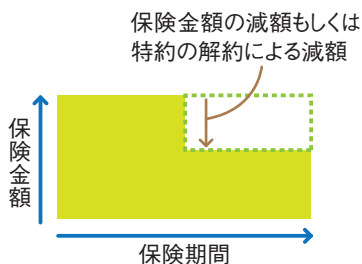
これらはすべて保険金額を減らせるタイミングです。つまり、保険金額の目安を算出する際、「資産」を増やし「負債」を減らす出来事です（Q7参照）。節目で保険金額を減額すれば保険料負担を抑えることができます（図2）。浮いた保険料を貯蓄に回せば、さらに保険金額を減らせるという好循環になります。反対に、保険料負担が重いと貯蓄ができず、いつまでも保険に頼らなくてはならない悪循環に陥ります。悪循環を排して家計の健全性を保つよう心がけましょう。



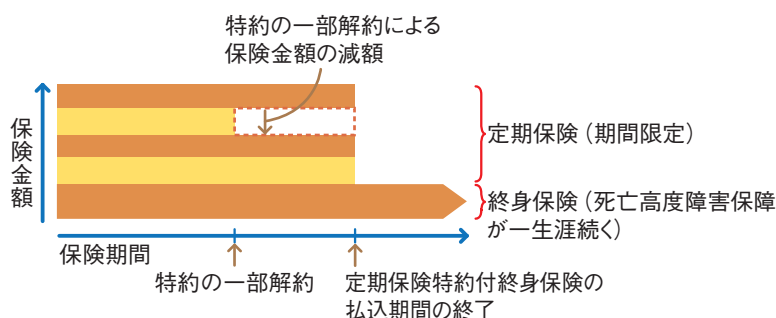


図2

減額のイメージ



特約解約のイメージ ※定期保険特約付終身保険の場合



Q9

見直しにはどのような方法がありますか？

A

保険金額を上げたい場合、すでに加入している保険を増額したり、特約を途中付加したり、新たな保険に加入する方法があります。反対に保険金額を下げたいとか、保険料を下げたい場合、減額をしたり特約の解約をします(図2)。減額した部分や解約した特約に相当する解約返戻金<sup>\*3</sup>があれば支払われます。まとまった解約返戻金がある場合、払済保険に変更する方法があります。これは変更時点の解約返戻金を保険料に充当して、同じ種類、同じ期間の一時払商品に変えるしくみです。特約はすべて消滅し、保険金額は大幅に減額になることが多いのですが、以降の保険料は不要です。原則として、変更前の予定利率がそのまま適用になります。解約返戻金は将来に向けて増えていきます。

高額な死亡保障が不要になった人や、更新時の保険料アップがきつい人などは払済保険の活用が有効だと思われます。保障額が不足する場合、必要な期間だけ勤務先のグループ保険やシンプルな定期保険(いずれもかけ捨ての死亡・高度障害保障のみの保険)を組み合わせるとよいのではないのでしょうか。勤務先企業と保険会社が契約をし、その企業に所属している人しか加入できないグループ保険は、一般的な生命保険よりもはるかに安い保険料で保障が買えます

(保険期間1年)。複雑な特約が付かないシンプルな定期保険は、1年とか10年など決まった期間の保障を買うものです。これらの保険は保険会社所定の年齢(80歳や90歳など)まで無条件で更新することができます。

変更後、いつでも解約できますので、解約返戻金は医療費や介護費などに充てることもできます。もちろん、解約した現金は支払事由に関係なく使い道は自由です。

\*1 住宅ローンなどを借り入れるときに加入する生命保険。ローン契約者が死亡もしくは高度障害状態になると、その時点の残高に相当する保険金が債権者に支払われ、ローンの残債は清算される。

\*2 ●国民年金に加入中の人が高齢になったとき、その人によって生計を維持されていた「18歳到達年度の末日までにある子(障害者は20歳未満)のいる妻」または「子」に遺族基礎年金が支給される。さらに、厚生年金に加入中の方が亡くなった時(加入中の傷病がもとで初診日から5年以内に亡くなった時)、その人によって生計を維持されていた遺族(1. 配偶者または子、2. 父母、3. 孫、4. 祖父母の中で優先順位の高い人)に遺族厚生年金が支給される。ただしいずれも条件があるので、詳細は日本年金機構ホームページ「年金の受給(遺族年金)」<http://www.nenkin.go.jp/n/www/service/detail.jsp?id=3228>を参照。

●現時点で予想される遺族厚生年金額：厚生年金加入期間が300月以上の人、日本年金機構から送られてくる「ねんきん定期便」に記載の「これまでの加入実績に応じた老齢厚生年金額」の4分の3。300月未満の人は「これまでの加入実績に応じた老齢厚生年金額」×300月/全加入月数×3/4で計算する。詳しい計算方法は日本年金機構ホームページ「遺族厚生年金」<http://www.nenkin.go.jp/n/www/service/detail.jsp?id=5171>を参照。

\*3 生命保険などを途中で解約した場合、保険会社から契約者に戻されるお金のこと。契約後一定期間は解約返戻金がないか、あってもわずかということが多く、保険種類によっては解約返戻金がないものもあるので注意が必要。