

巻頭

- 2 「手続き」で定年後の暮らしが豊かになる！
- 6 老後に備えて2000万円必要なの？
- 8 老後の資金不足解消方法 **5** 選

1 章

すっきりわかる

年金

- 14 年金って「いつ」から「いくら」もらえるの？
- 18 **一問一答！** 自分に合った正しい年金のもらい方
- 22 年金で**損**をしない・**得**をするテクニック
- 30 **Column** 企業年金をもらうためにも請求手続きは必要なの？



2 章

すっきりわかる

雇用保険と働き方

- 32 失業保険は「どんなとき」に「いくら」もらえるの？
- 34 **一問一答！** 自分に合った正しい雇用保険と働き方
- 38 雇用保険と働き方で**損**をしない・**得**をするテクニック
- 44 **Column** 有休の消化方法と退職時の書類の取り扱い
- 46 **Column** ハローワークではどんなことができる？



3 章

すっきりわかる

健康保険・介護保険

- 48 定年後は「どの」健康保険を選ぶべき？
- 52 **一問一答！** 自分はどのくらい？ 介護保険料の支払い
- 54 健康保険と介護保険で**損**をしない・**得**をするテクニック
- 58 **Column** 地域包括支援センターってどんなところ？

各取得届

2. 取得区分

1. 健康保険

2. 介護保険

3. 健康保険

4. 介護保険

5. 健康保険

6. 介護保険

7. 健康保険

8. 介護保険

9. 健康保険

10. 介護保険

4章

すっきりわかる

税金・助成金



- 60 退職後は「なに」を「いくら」納めるの？
- 62 **一問一答！** 退職後の税金の納め方と助成金
- 64 **税金**で損をしない・得をするテクニック
- 66 **Column** 被災時に支援を受けられる助成金を活用しよう
- 68 **Column** 助成金や控除など暮らしを助けてくれる制度はある？

5章

すっきりわかる

相続



- 70 「節税」できる相続の方法とは？
- 72 **一問一答！** 対策をしてトラブル回避！ 上手な相続の方法
- 74 **相続**で損をしない・得をするテクニック
- 80 **Column** 遺言書はどうやって書けばいいの？



6章

すっきりわかる

定年前後の暮らし方

- 82 今後の暮らしの費用は「いくら」かかるの？
- 86 **定年前後の暮らし方で損をしない・得をするテクニック**
- 90 **巻末特集1** 定年後から活用するつみたてNISA
- 94 **巻末特集2** 確定拠出年金の上手な受給方法

