

NISAとiDeCo の違いから考える！ 適した運用法とは

2025年9月7日

LIFE MAP合同会社 代表 竹川美奈子



竹川 美奈子

LIFE MAP合同会社代表／ファイナンシャル・ジャーナリスト

出版社や新聞社勤務などを経て独立。2000年FP資格を取得。取材・執筆活動を行うほか、投資信託や確定拠出年金（企業型DCやiDeCo）、マネープランセミナーなどの講師を務める。2010年から個人投資家向けの草の根交流会「コツコツ投資家がコツコツ集まるタベ（東京）」の共同幹事などを務めるなど、投資のすそ野を広げる活動に取り組んでいる。『大改正でどう変わる？ 新NISA 徹底活用術』（日本経済新聞出版）、『[改訂新版]一番やさしい! 一番くわしい! 個人型確定拠出年金 iDeCo活用入門』（ダイヤモンド社）など著書多数。金融庁 金融審議会「市場WG」委員、「顧客本位タスクフォース」メンバーなども歴任。



iDeCo: 個人型確定拠出年金(私的年金)

公的年金に上乗せして老後資金をつくる

NISA: 少額「投資」非課税制度

投資を通じた資産形成を応援する制度

どんな用途でも利用できる

①iDeCoの加入可能年齢の上限引き上げ

* 2027年の控除分からの実現を目指して準備を進める
(2025年7月時点、予定)

【現在】65歳未満 (国民年金の被保険者である)



【改正後】70歳未満 (iDeCoを活用した老後の資産形成を継続しようとする人)

- ・加入申し出の日の前日においてiDeCoの加入者または運用指図者であった人
- ・企業型確定拠出年金や確定給付企業年金などからiDeCoに資産を移換できる人

* 老齢基礎年金やiDeCoの老齢給付金を受給していないこと

②iDeCo掛金上限額:国民年金第1号・第2号被保険者は月額7000円引き上げ

* 政令改正等に対応予定(2027年控除分からの実現を目指して準備)

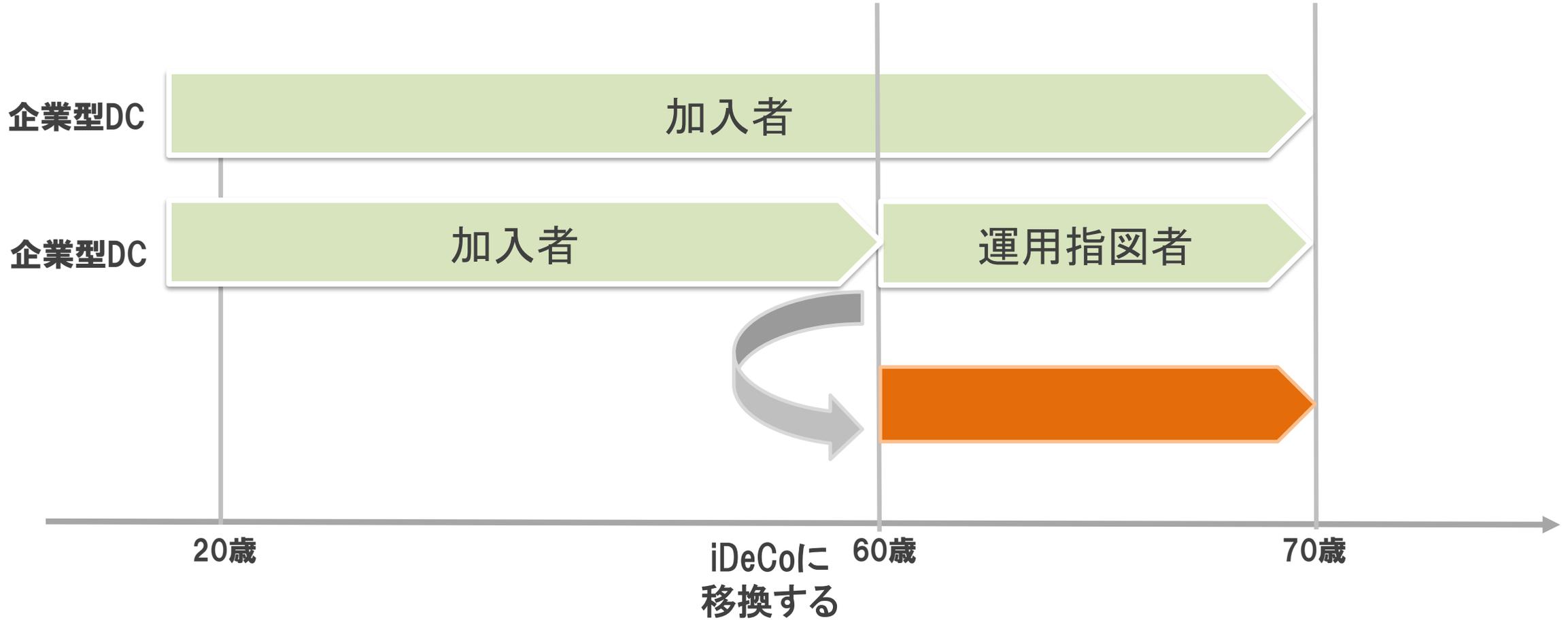
		現状(2024年12月1日～)	改正後
①国民年金 第1号被保険者		月額6万8000円 (国民年金基金と合算 *1)	月額7万5000円 (国民年金基金と合算 *1)
国民年金第2号被保険者	②会社員 (企業年金なし)	月額2万3000円 (*1)	月額6万2000円 (*1)
	③会社員 (企業型DCのみ)	月額5万5000円－(各月の企業型DCの事業主掛金+DB等の他制度掛金相当額) (ただし、月額 2万円が上限)	月額6万2000円－(各月の企業型DCの事業主掛金+DB等の他制度掛金相当額) (*2)
	④会社員 (企業型DC+DB)		
	⑤会社員 (DBのみ)		
	⑥公務員		
⑦国民年金第3号被保険者		月額 2万3000円 (*1)	月額2万3000円 (*1)

企業型DC＝企業型確定拠出年金、DB＝確定給付企業年金

*1:年単位拠出が可能

*2:公務員の他制度掛金相当額は「確定拠出年金における他制度掛金相当額及び共済掛金相当額の算定に関する省令」第七条及び第十条の規定に基づき、私立学校教職員共済は7,000円、国家公務員共済組合・地方公務員共済組合は8,000円とされた。

企業型DC加入者の選択肢



- 元本が積み上がる
- 働いて所得がある:所得控除の恩恵
- 一時金で受け取る場合
→「退職所得控除額」がふえる

① 目的と運用期間を確認

NISA: 目的と運用できる期間を確認

●年齢ではなく、**運用できる期間はどれくらいあるか**

例えば、老後資金用

- －自分の老後用資金（自分で取り崩して使っていく）
- －お子さんに引き継ぐ（超長期で運用）

運用できる期間によって選択する**商品／投資できる金額**を検討する必要あり

② 忍耐強い投資家であれ

【iDeCo】【NISA】淡々と積み立て投資を継続

iDeCo: 50代半ばになるまでは

NISA: 目的と運用期間に応じて

- 運用できる期間が十分あれば、株式に投資する投資信託のみでもOK
- 株式市場の暴落などがあっても、淡々と積み立て投資を継続する
- 頻繁にスイッチングを行う必要はない

特に【NISA】

「今は…」

「次は…」

に惑わされない！

あるインド株ファンド

2020年4月～2025年3月までの5年間のトータルリターン: 年率37.2%

同じ期間のインベスター・リターン: 年率-3.8%

ギャップは年率-41%

「同ファンドの平均的な投資家の売買タイミングが良くなかったことを示している」

出典:「Mind The Gap(リターンのズレにご注意)日本版 2025 日本の個人投資家は賢明か?!」(モーニングスター・ジャパン)

「パフォーマンスを後追いでして人気のファンドを購入したり、売買タイミングを見極めることを意識しすぎて結果として失敗するケースなどでは、期待したリターンが得られない可能性がある。賢明な資産形成のためには、短期的なパフォーマンスや周囲の状況に惑わされず、自身の投資目標とリスク許容度に基づいた長期的な分散投資が重要である」

いい投信 × 投資行動

持ち続けてもよいと思える投信を選ぶ

③受け取る時期と受取方法 に沿った運用を検討

【NISA】

- 運用期間に関しての定めはない(→目的と運用期間を意識)
- 自分の意思で売る時期、タイミングを決めることができる
- すべて売却してもいいし、一部売却も可能
- 一部金融機関では自動解約サービスも
…定額解約／定率解約／定口解約

【NISA】口座内の商品のスイッチングは不可

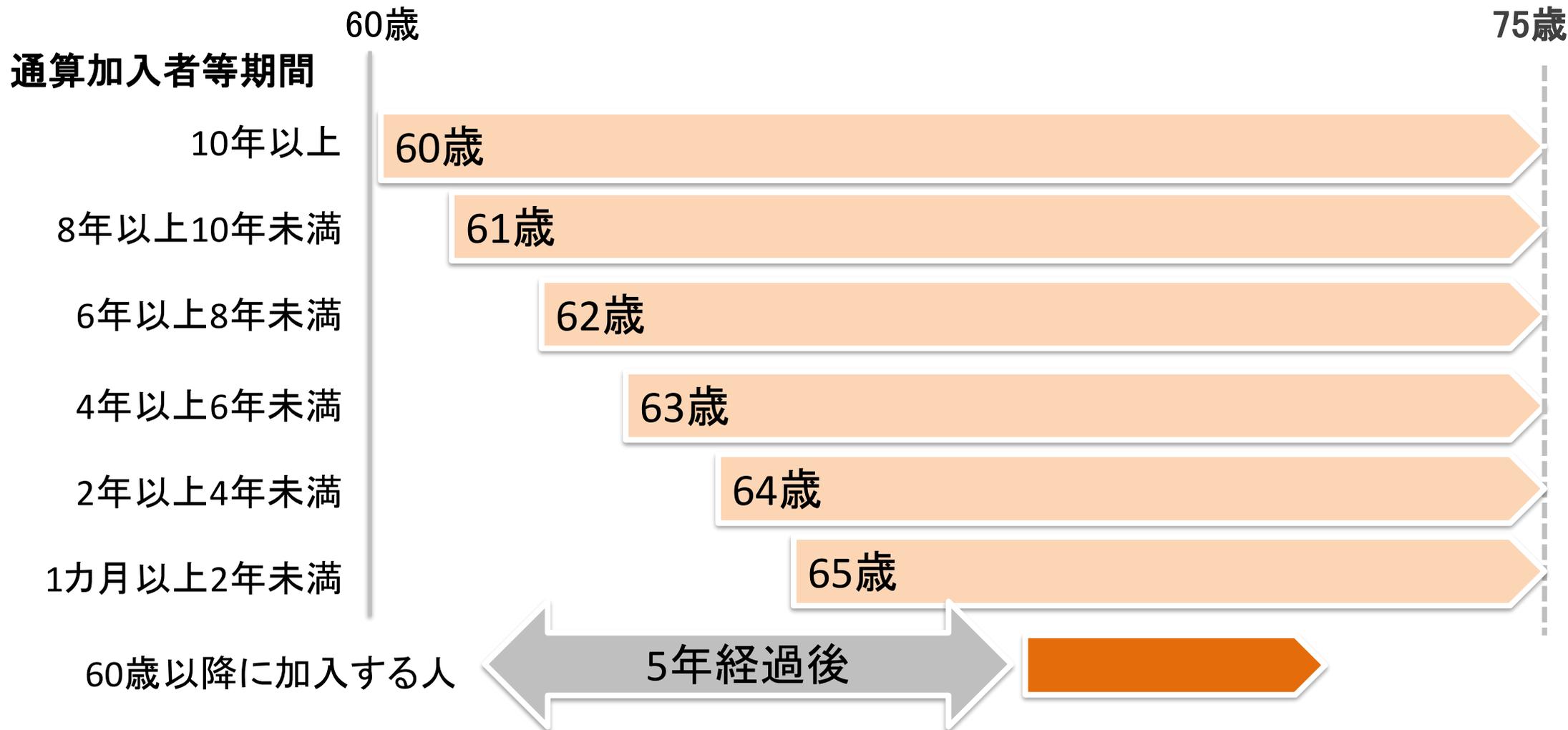


●購入した商品を運用し続けるか、
売るかの二択

●リスクの引き下げは金融資産全
体で行う

【iDeCo】老齢給付金：受け取り時期が決まっている

→受け取り時期に向けてリスク管理を行う必要あり



※通算加入者等期間は次の1～3の合計になります

1. 60歳までの間に企業型確定拠出年金に加入していた期間および運用指図者であった期間、
2. 他の制度(企業年金・退職一時金)から確定拠出年金に移換があった場合は、その移換対象となった期間
3. 個人型確定拠出年金に加入していた期間および運用指図者であった期間

50代半ばになったら、

- ・60歳以降に受け取るお金を整理する
- ・その上で、運用方針(商品の預け替え、受け取り方)を決める

60歳以降に受け取るお金を整理

本人	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73
給与	300	300	300	300	300									
国民年金						78	78	78	78	78	78	78	78	78
厚生年金						100	100	100	100	100	100	100	100	100
退職一時金	1500													
iDeCo														
合計額	1800	300	300	300	300	178	178	178	178	178	178	178	178	178
手取(年)														
支出														
収支														
貯蓄残高														

いつまで働く？

何歳から／どのように／いくら

iDeCo【老齢給付金】3つ受け取り方がある



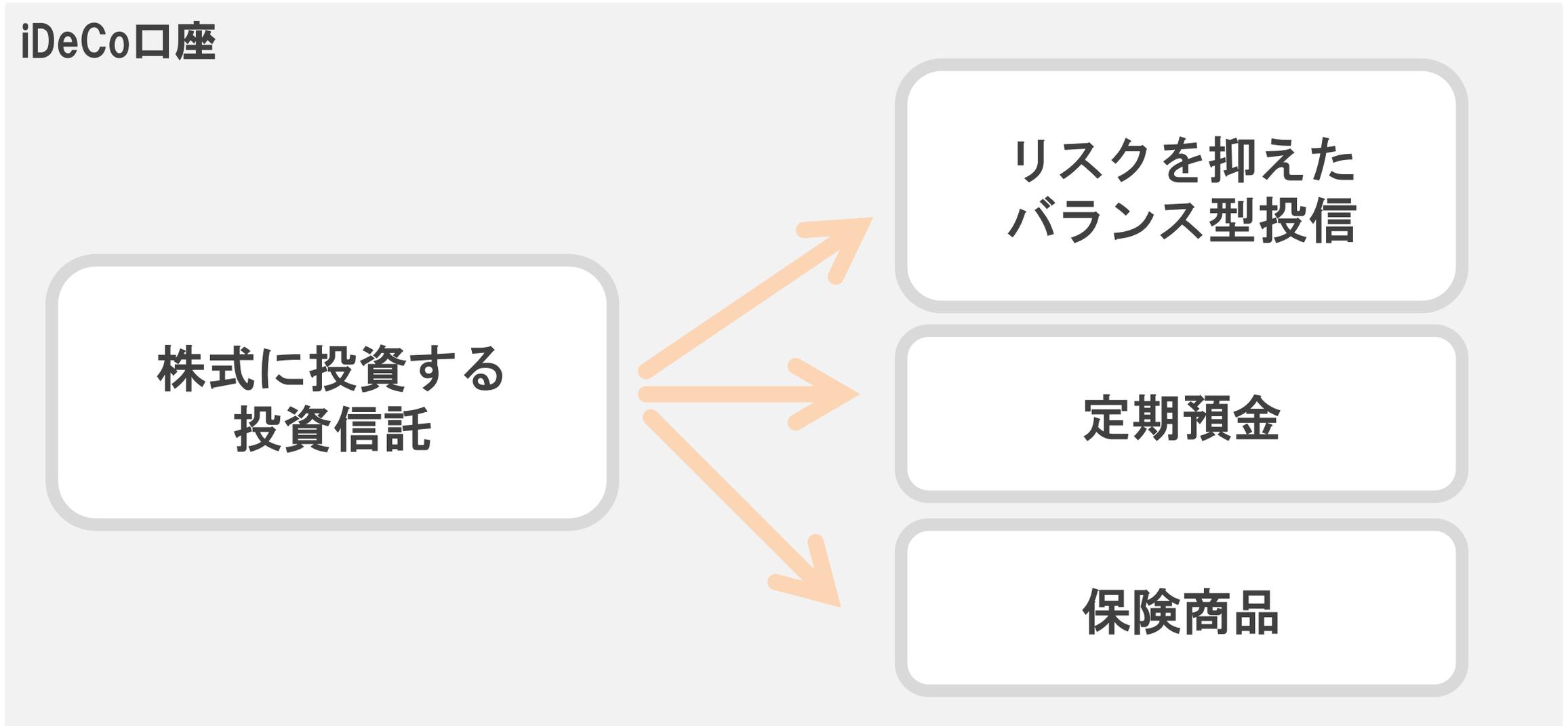
すべて一時金で受け取る

すべて分割(年金)で受け取る

(一時金十年金の組み合わせ)
…一時金と年金の割合を決める

【iDeCo】スイッチング可能

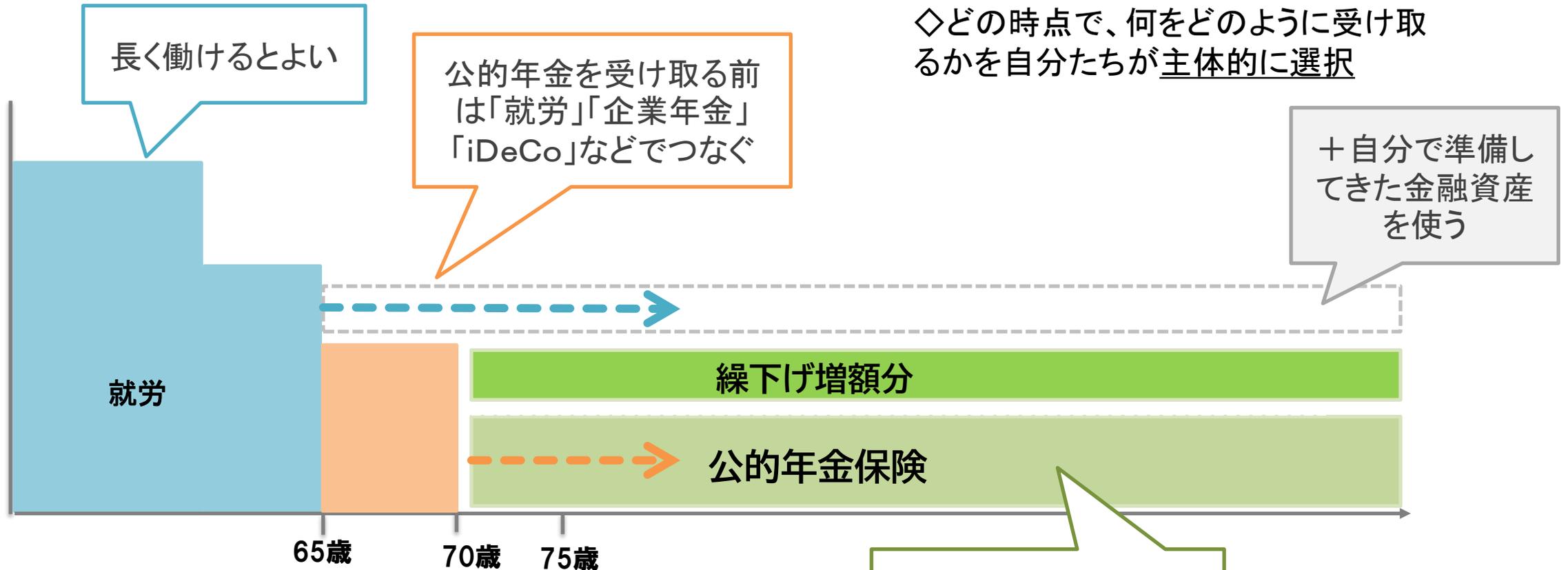
受取時期が近づいてきたら、リスクを抑えた商品に預け替えるといった柔軟な運用が可能



WPP (W.ork longer、P.rivate pensions、P.ublic pensions)

◇WPPによる「継投型」を視野に

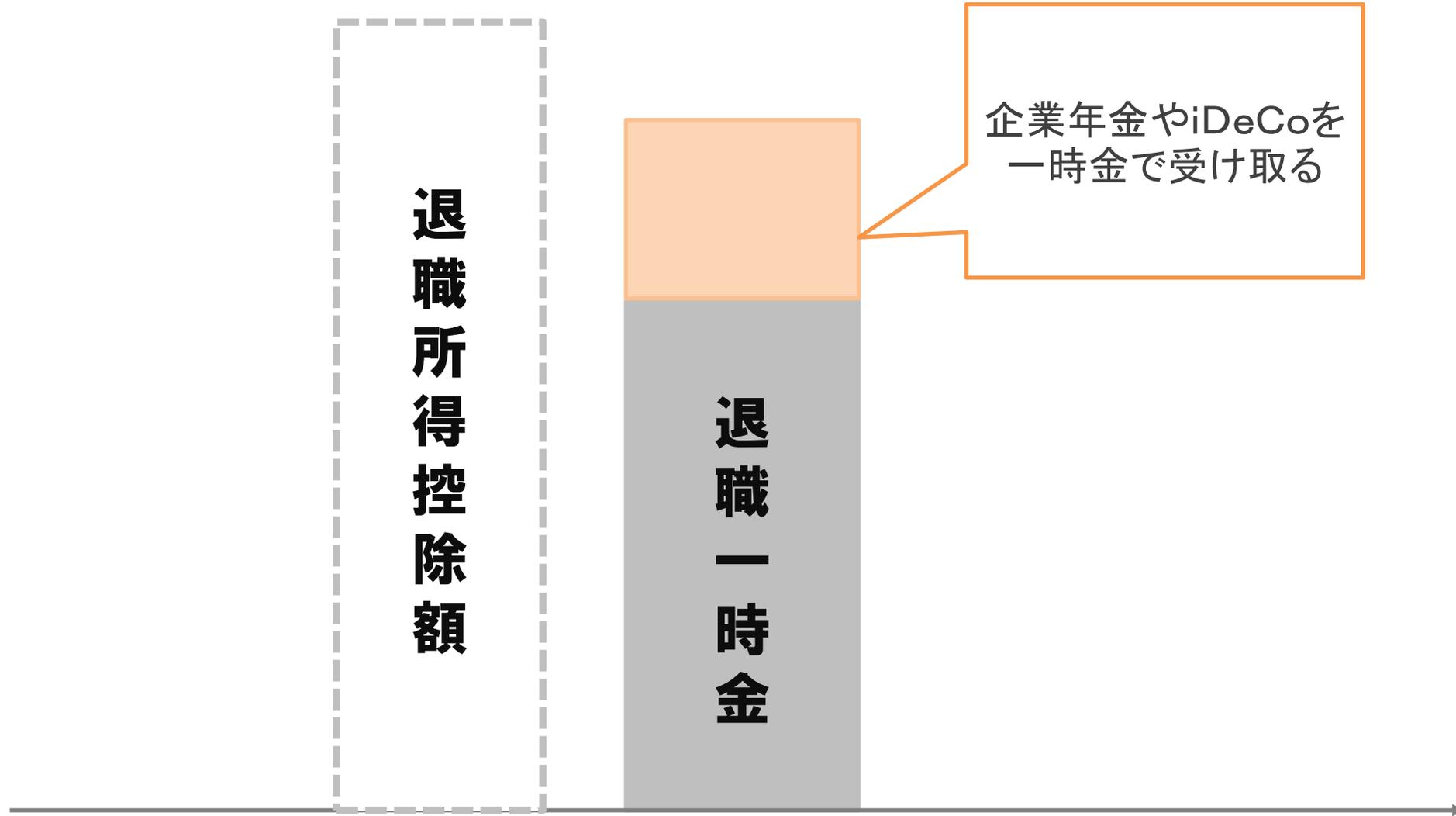
◇どの時点で、何をどのように受け取るかを自分たちが主体的に選択



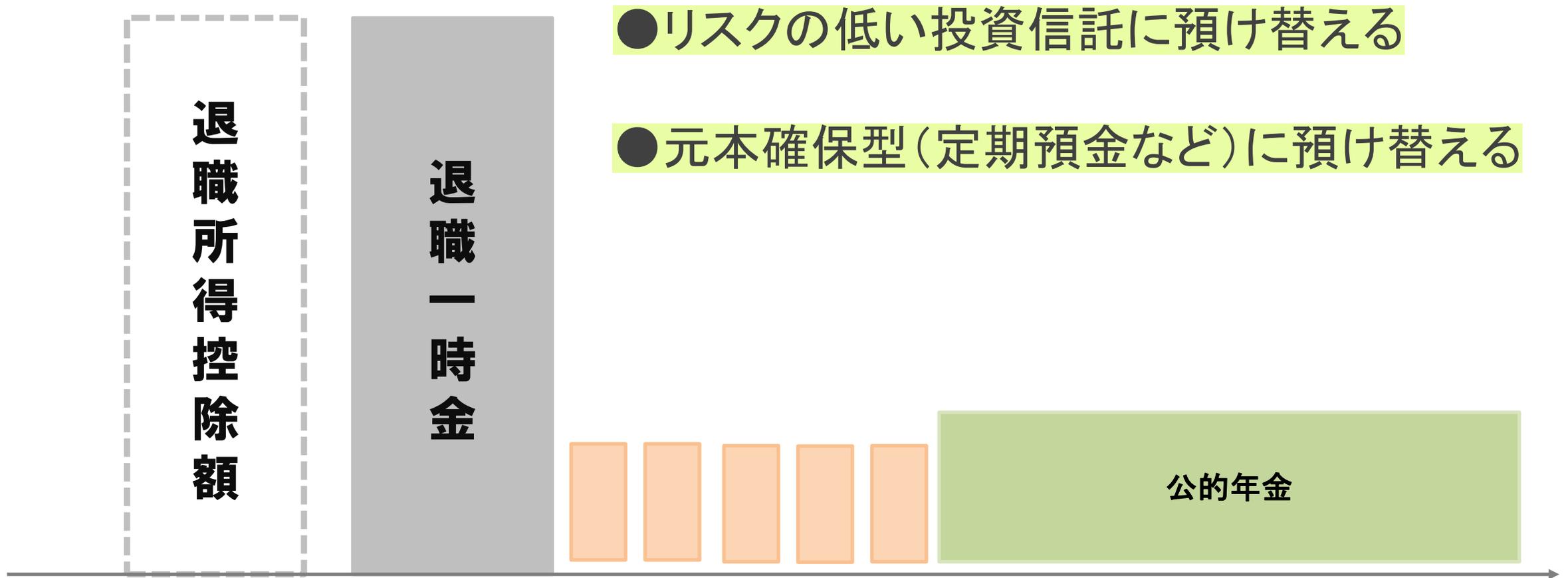
長生きリスクは
公的年金保険でカバー

* 2018年日本年金学会総会「2019年財政検証に向けて」より著者作成

退職所得控除枠を超えない場合

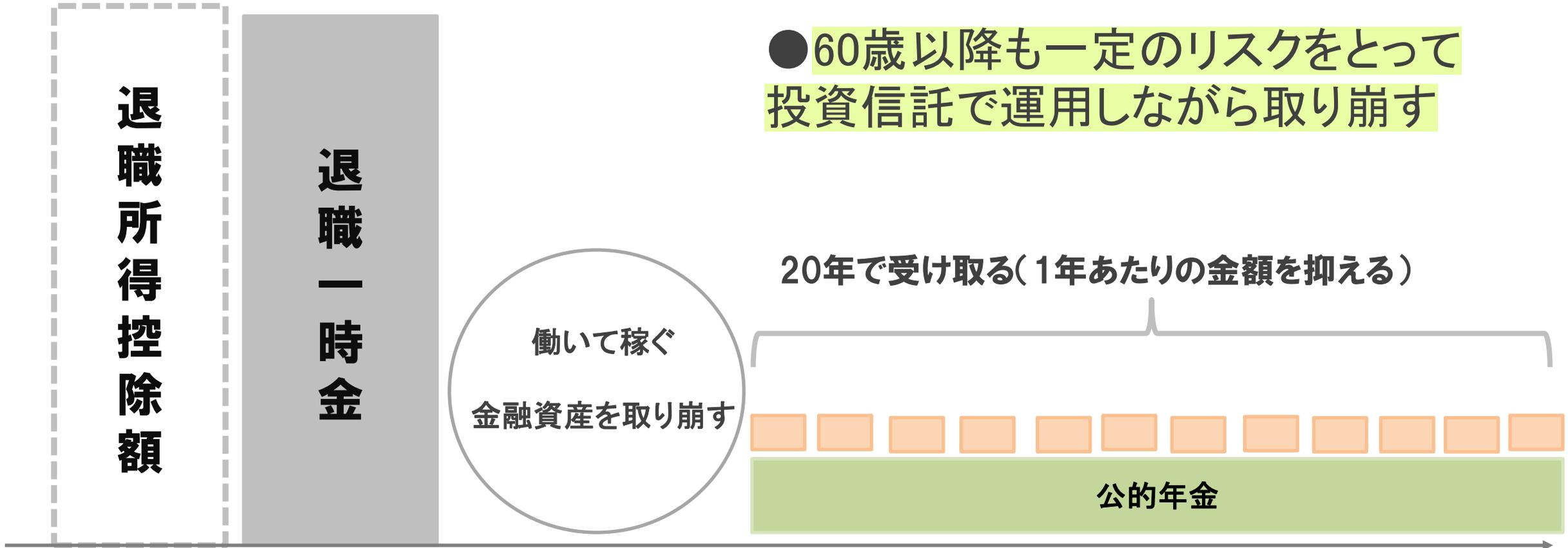


公的年金との受給期間の重複を回避



- ・60代前半に／公的年金を繰り下げてその前に分割で受け取る
- ・一時金で受け取る

公的年金に上乗せして長く薄く受け取る(公的年金が少ない・企業年金がない人)



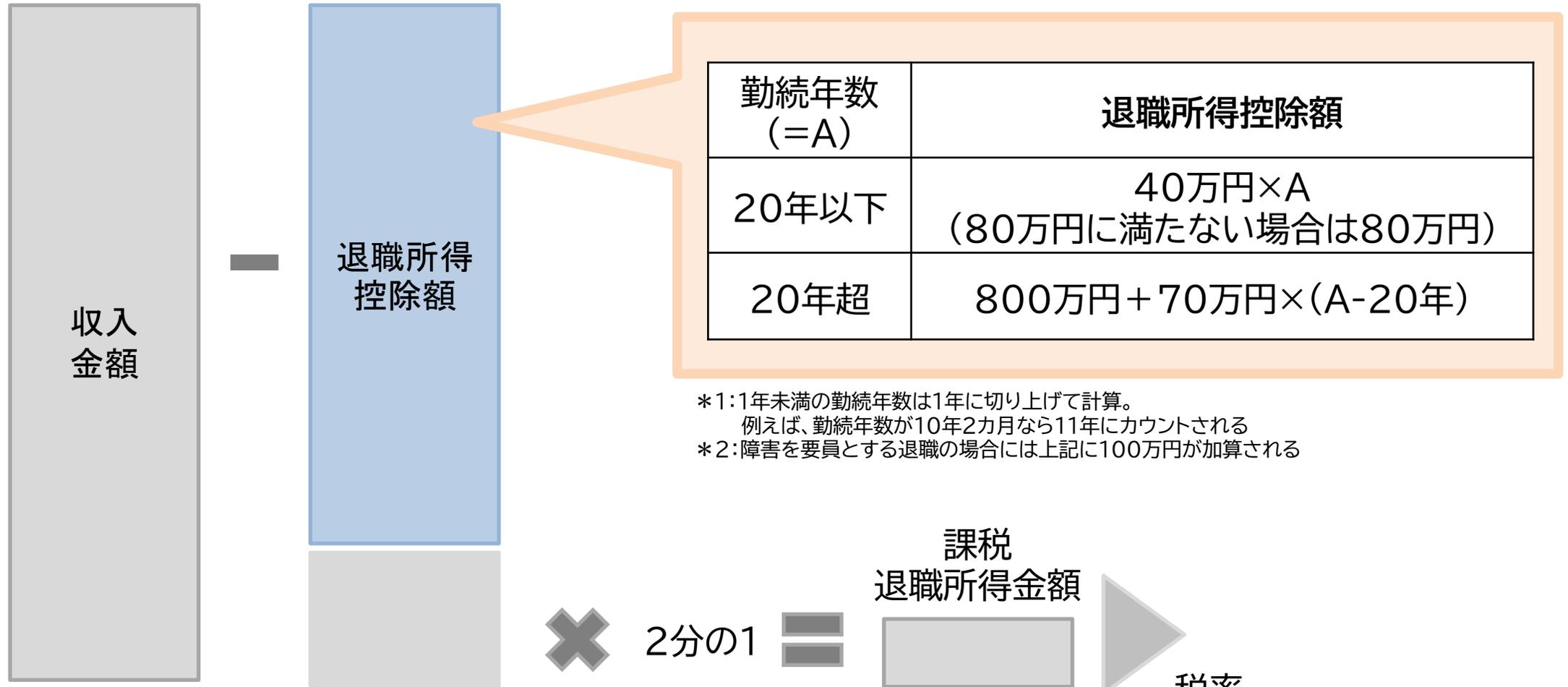
退職所得に関する 税制が変わります

イデコちゃん



【一時金】

$$(\text{収入金額} - \text{退職所得控除額}) \times 1/2 = \text{課税退職所得金額}$$

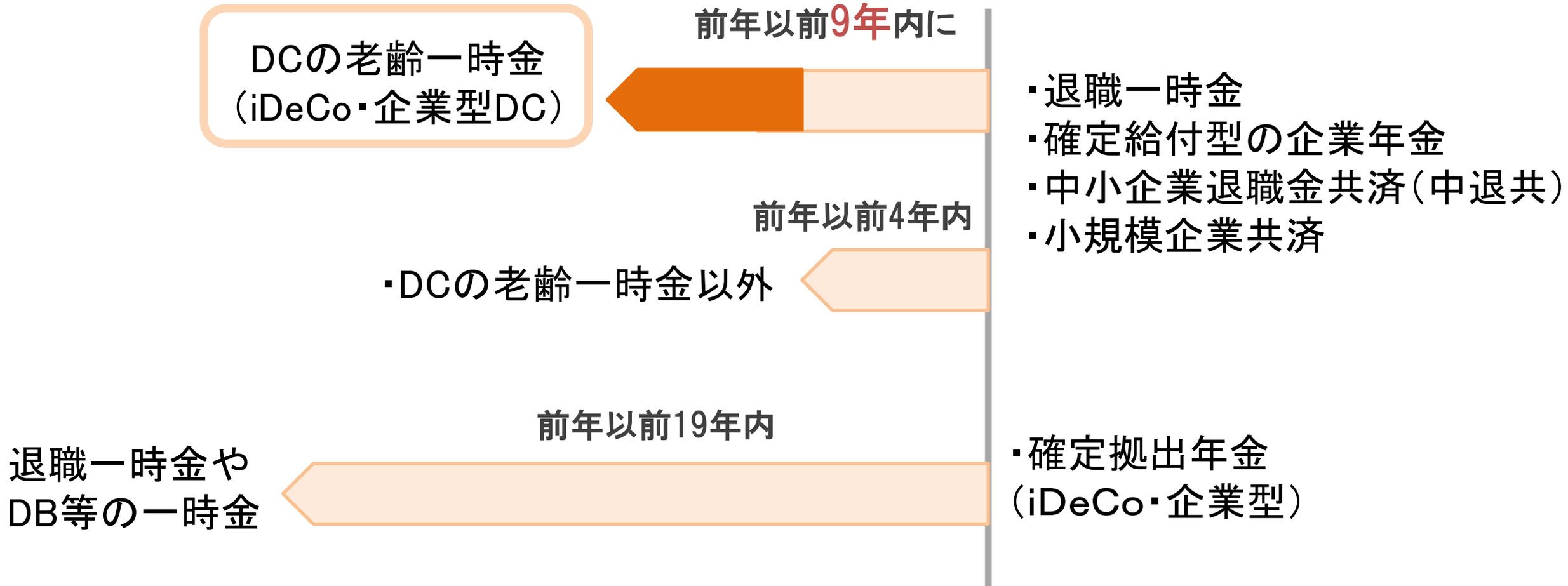


*1: 1年未満の勤続年数は1年に切り上げて計算。
例えば、勤続年数が10年2カ月なら11年にカウントされる
*2: 障害を要員とする退職の場合には上記に100万円が加算される

* DCで運用したきたお金や退職一時金、企業年金を一時金で受け取ったときのお金など

税率
(分離課税)

【2026年から】「退職所得控除の計算における勤続年数等の重複排除の特例」の縮小



*「所得税法施行令等の一部を改正する政令」2025年3月31日付で公布。

まとめ

- 目的と運用できる期間を意識
- 運用中は運用方針に沿って、淡々と運用を継続すべし！
- 受取時期が近づいてきたら、受け取り方法や受け取り方
に沿った運用方法を検討する

●本資料に含まれる情報に関しては、作成者が信頼できると判断した情報をもとに作成したのですが、その内容および正確性、完全性、有用性について保証するものではありません。また、本書に記載された内容は2025年5月20日時点において作成されたものであり、予告なく変更される場合があります。

●本資料における情報は情報提供を目的としたものです。投資対象および商品の選択など、投資にかかる最終決定はご自身の判断でなさるようお願い致します。

●本資料の無断転載・使用を禁止します



SBI証券からのご留意事項

- 本セミナーでは、セミナーでご紹介する商品等の勧誘を行うことがあります。SBI証券は、セミナー及び資料等の内容につき、その正確性や完全性について意見を表明し、保証するものではありません。また、過去の実績や予想等は、将来のパフォーマンスを保証するものではありません。商品ご購入の最終決定は、商品の内容、リスク及び費用等を十分ご理解いただきましたうえで、お客様ご自身の判断と責任で行っていただきますようお願いいたします。
- ご投資にあたっては、商品概要や目論見書（目論見書補完書面）をよくお読みください。
- SBI証券で取り扱っている商品等へのご投資には、商品毎に所定の手数料や必要経費等をご負担いただく場合があります。また、各商品等は価格の変動等により損失が生じるおそれがあります。各商品等への投資に際してご負担いただく手数料等及びリスクは商品毎に異なりますので、詳細につきましては、SBI証券WEBサイトの当該商品等のページ、金融商品取引法等に係る表示又は契約締結前交付書面等をご確認ください。

SBI証券

商号等：株式会社SBI証券 金融商品取引業者、商品先物取引業者

登録番号：関東財務局長（金商）第44号

加入協会：日本証券業協会、一般社団法人金融先物取引業協会、一般社団法人第二種金融商品取引業協会、
一般社団法人日本STO協会、日本商品先物取引協会、一般社団法人日本暗号資産等取引業協会