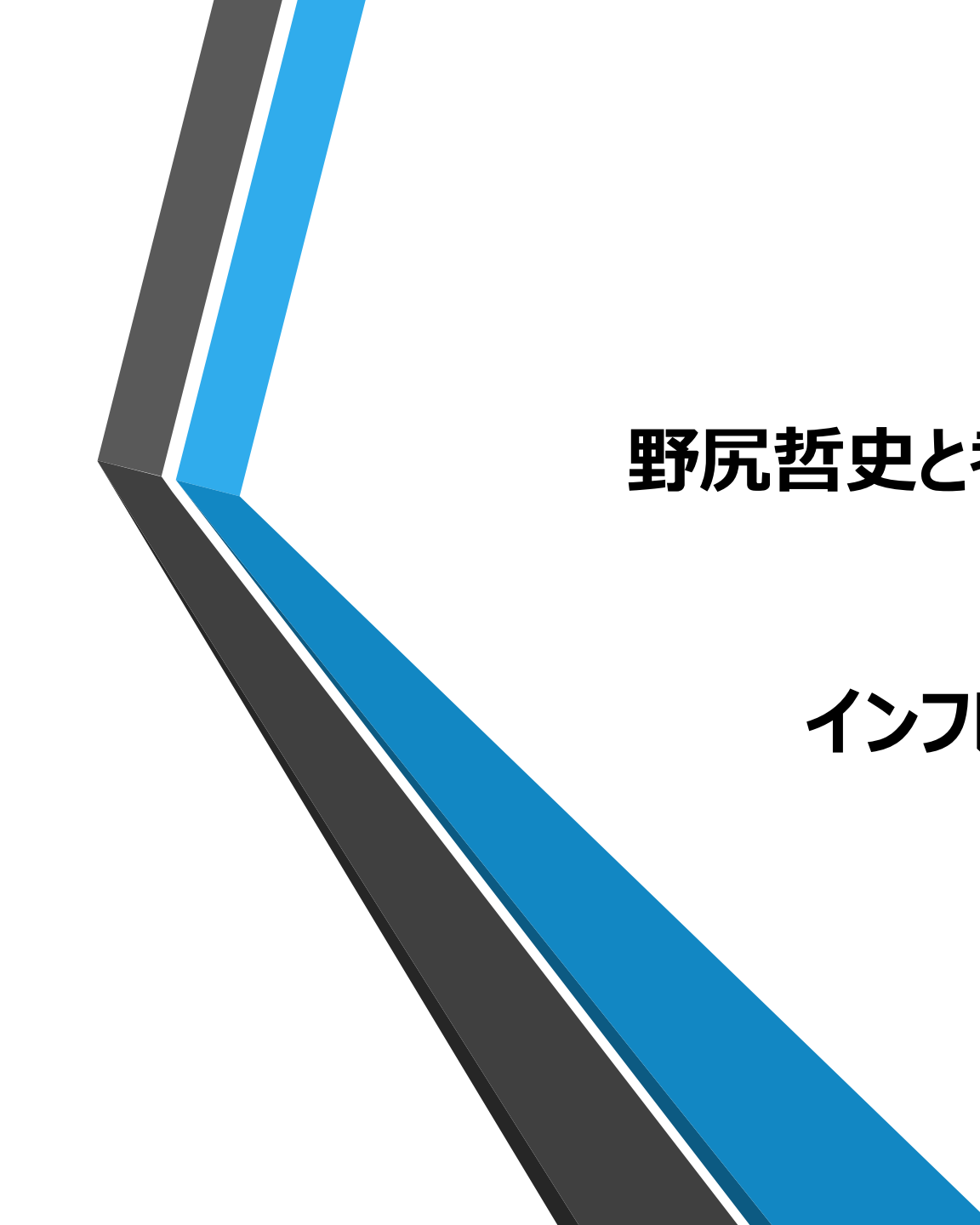




**野尻哲史と考える！殖やした後の減らし方**

**第15回  
インフレ下の資産の取り崩し方**

2026年7月10日

合同会社フィンウェル研究所

代表 野尻哲史

# インフレ下における定額引き出し、定率引き出し

|        | インフレを想定しない場合              | 年2%のインフレを想定した場合                        |
|--------|---------------------------|----------------------------------------|
| 定額引き出し | 毎年、一定額を引き出す               | 当初に想定した引き出し額を<br>毎年2%ずつ増やして引き出す        |
| 定率引き出し | 毎年、残高に対する一定率で計算<br>して引き出す | 引き出し率を毎年1.02倍ずつ増や<br>して、それをもとに計算して引き出す |

どれだけの収益率があればインフレを考慮しても、  
インフレがない場合と遜色がない残高を残せるか？

# インフレ下の定率引き出しなら、収益率はそれほど高くなくてもいい

| 年齢 | インフレなし<br>引出率4%、運用収益率3%と想定 |       |             |       |           | 2%インフレ<br>引出率4%に毎年1.02を乗じ、運用収益率は3.75%と想定 |       |             |       |           |
|----|----------------------------|-------|-------------|-------|-----------|------------------------------------------|-------|-------------|-------|-----------|
|    | 年初残高                       | 引出額   | 運用後<br>年末残高 | 引出率   | 運用<br>収益率 | 年初残高                                     | 引出額   | 運用後<br>年末残高 | 引出率   | 運用<br>収益率 |
| 65 | 3000.0                     | 120.0 | 2966.4      | 4.00% | 3.00%     | 3000.0                                   | 120.0 | 2988.0      | 4.00% | 3.75%     |
| 66 | 2966.4                     | 118.7 | 2933.2      | 4.00% | 3.00%     | 2988.0                                   | 121.9 | 2973.6      | 4.08% | 3.75%     |
| 67 | 2933.2                     | 117.3 | 2900.3      | 4.00% | 3.00%     | 2973.6                                   | 123.7 | 2956.7      | 4.16% | 3.75%     |
| 68 | 2900.3                     | 116.0 | 2867.8      | 4.00% | 3.00%     | 2956.7                                   | 125.5 | 2937.4      | 4.24% | 3.75%     |
| 69 | 2867.8                     | 114.7 | 2835.7      | 4.00% | 3.00%     | 2937.4                                   | 127.2 | 2915.6      | 4.33% | 3.75%     |
| 70 | 2835.7                     | 113.4 | 2804.0      | 4.00% | 3.00%     | 2915.6                                   | 128.8 | 2891.3      | 4.42% | 3.75%     |
| 71 | 2804.0                     | 112.2 | 2772.6      | 4.00% | 3.00%     | 2891.3                                   | 130.2 | 2864.6      | 4.50% | 3.75%     |
| 72 | 2772.6                     | 110.9 | 2741.5      | 4.00% | 3.00%     | 2864.6                                   | 131.6 | 2835.5      | 4.59% | 3.75%     |
| 73 | 2741.5                     | 109.7 | 2710.8      | 4.00% | 3.00%     | 2835.5                                   | 132.9 | 2803.9      | 4.69% | 3.75%     |
| 74 | 2710.8                     | 108.4 | 2680.4      | 4.00% | 3.00%     | 2803.9                                   | 134.0 | 2770.0      | 4.78% | 3.75%     |
| 75 | 2680.4                     | 107.2 | 2650.4      | 4.00% | 3.00%     | 2770.0                                   | 135.1 | 2733.7      | 4.88% | 3.75%     |
| 76 | 2650.4                     | 106.0 | 2620.7      | 4.00% | 3.00%     | 2733.7                                   | 136.0 | 2695.2      | 4.97% | 3.75%     |
| 77 | 2620.7                     | 104.8 | 2591.4      | 4.00% | 3.00%     | 2695.2                                   | 136.7 | 2654.4      | 5.07% | 3.75%     |
| 78 | 2591.4                     | 103.7 | 2562.4      | 4.00% | 3.00%     | 2654.4                                   | 137.4 | 2611.5      | 5.17% | 3.75%     |
| 79 | 2562.4                     | 102.5 | 2533.7      | 4.00% | 3.00%     | 2611.5                                   | 137.8 | 2566.4      | 5.28% | 3.75%     |
| 80 | 2533.7                     | 101.3 | 2505.3      | 4.00% | 3.00%     | 2566.4                                   | 138.2 | 2519.3      | 5.38% | 3.75%     |

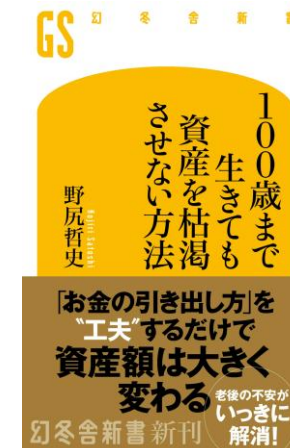
注) あくまでもイメージを数値化したもので、これを保証するものではありません。出所) 合同会社フィンウェル研究所

@2026 FinWell Research LLC, All rights reserved

80歳残高はほぼ同じになる

# 自己紹介

- 野尻哲史 合同会社フィンウェル研究所代表  
HPは<https://www.finwell.co.jp>  
無料メルマガ登録は<https://www.finwell.co.jp/mail-magazine/>
- 定年を機に、2019年5月に合同会社フィンウェル研究所を立ち上げ、代表に。資産の取り崩し、地方都市移住、雇用継続などの退職後の生活に関する提言を行っている。著書に『100歳まで残す 資産「使い切り」実践法』（日本経済新聞出版）、『60歳からの資産「使い切り」法』（日本経済新聞出版）、『100歳まで生きても資産を枯渇させない方法』（幻冬舎）など多数。
- 合同会社フィンウェル研究所は、「高齢者が安心して資産活用できる超高齢社会を目指す」ことを念頭にThought Leadership活動を行っている。



# 重要事項

- 当該資料は信頼できる情報、データをもとに合同会社フィンウェル研究所が作成しておりますが、正確性・完全性に関して当社が保証するものではありません。
- 当該資料に記載された情報、意見は作成時点のものであり、その後の情勢の変化などによって予告なく変更することがあります。
- いずれの情報、データ、意見は将来の傾向などを保証もしくは示唆するものではありません。
- 当該資料に係る一切の権利は引用部分を除いて弊社に所属し、いかなる目的であれ当該資料の一部または全部の無断での使用・複製は固くお断りします。

合同会社フィンウェル研究所