

MONEY

安心の設計

自分の介護費用 どう準備？

* 毎週木曜日に掲載します。

お便りは、kurashi@yomiuri.com
ファクス03・3217・9919

高齢期の暮らしを考える上で注意したいのが、介護にかかる費用だ。事前にイメージしにくく、個別の事情でも必要額は変わる。いつまでに、どの程度準備しておけばいいのか。専門家に話を聞いた。(小沼聖実)

■支出月額7万8000円

「将来、自分が介護を受ける時の備えとして、いくらかの必要が知りたい」。親の介護に直面した40〜50歳代の現役世代からのこうした相談に、ファイナンシャルプランナーの河村修一さんは、「介護費用はその人の状況や選択で変わるが、500万円が一つの目安です」と助言している。公的な介護保険では、原則1割の自己負担で訪問介護や通所介護のサービスを利用できる。生命保険文化センターの2018年度の調査によると、こうした自己負担を含め、家族・親族の介護に要した費用は、月5万円未満の人が35%いる一方で、月15万円以上も16%に上り、平均は月7万8000円。ほかに、住宅改修や介護ベッドの購入といった一時的な費用が平均で

アドバイザー

河村修一さん

かわむら・しゅういち
1966年、山口県生まれ。ファイナンシャルプランナー(FP)、行政書士。神戸商科大学。生命保険会社勤務を経て、2011年にFPとして独立。18年にカワムラ行政書士事務所を開業した。介護とお金の問題を専門に、セミナーの開催や個別相談に応じている。



専用口座で積み立てを

■在宅か施設かで差

厚生労働省などの統計から、公的介護保険で要介護1〜5の人の割合は、60歳代後半の人では2%だが、80歳代前半では18%に上昇することがわかる。5段階で最も軽い要介護1は、立ち上がりや歩行が不安定になるなど生活の一部に介助が必要になる程度。「一般に、80歳以降で介護が必要になる可能性が高い。それまでに必要額を準備しておきたい」と河村さんは話す。

貯蓄基本に民間保険活用

河村さんは、貯蓄を基本にしつつ、必要に応じて民間の保険商品も活用して備える方法を提案する。朝日生命保険「あんしん介護」の介護年金タイプは、要介護1以上で生涯、保険金を受け取れる終身年金型の保険。要介護1で年20万円を受け取れる契約だと、要介護度が1段階上がるごとに年10万円増額される。「終身年金型なら、いつまで続くかわからない介護の不安に対応できる」という。日本コープ共済生活協同組合連合会の「コープの介護保険」は、要介護2〜5に相当する所定の状態になった時にまとまった額が支払われる一時金型。最大700万円のコースに加入できるが、80歳以降は継続の

計69万円かかるという。同じ調査で、介護期間は、介護中の人も含めて平均4年7か月。「これらの平均値から介護費用を概算すると、合計で500万円程度になる。老後の資金計画を立てるなら、そのうち500万円を介護にあてる可能性があると考える必要があります」と説明する。

◆介護への備えのイメージ

目安は80歳までに500万円

積み立ての例

いま40歳の人なら…

- 60歳まで月1万5000円 (年18万円×20年=360万円)
- 60歳以降は月6000円 (年7.2万円×20年=144万円)

◆介護費用を準備する手段の比較

貯蓄	民間の介護保険
<ul style="list-style-type: none"> 必要に応じ、自由に引き出せる 要介護にならなくても、別の用途で使える 	<ul style="list-style-type: none"> 終身の年金型なら長期の介護でも安心感がある 早くから介護が必要になる場合に備えられる
<p>メリット</p> <ul style="list-style-type: none"> 早くから介護が必要になって、不足する可能性がある 認知症などで引き出せなくなることも 	<p>注意点</p> <ul style="list-style-type: none"> 介護が必要にならず、無駄になることも 保険金の支払い要件など、商品内容をよく確認する

河村さんへの取材をもとに作成

法もある」と助言する。ただ、500万円はあくまで目安。実際にかかる費用は、在宅介護か施設介護かの選択などにもよる。同センターの調査では、「介護期間が10年以上」との回答も7人に1人に上り、貯蓄があっても、途中で底をつく事態も考えられる。反対に、介護サービスを必要としない生活をできるだけ長く続けられれば、費用は大幅に圧縮できる。