

MONEY

安心の設計

高齢期の住まい・介護費

* 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

◆介護サービスの費用のイメージ(1割負担の場合の例)

生命保険文化センター「介護保障ガイド」(2018年8月改訂版)をもとに作成。金額は大きな目安

	在宅 (要介護3の場合)	有料老人ホーム (要介護4の場合)	特別養護老人ホーム (要介護5の場合)
初期費用	住宅改修費の自己負担など 約2万円	入居一時金など 約186万円	
介護保険サービスの自己負担	訪問介護など 約2万7000円/月	約2万2000円/月	約2万8000円/月
介護保険対象外の費用	ショートステイの滞在費・食費や、介護保険の限度額超過分 約2万円/月	食費、居室費、光熱費など 約18万3000円/月	食費、ユニット型個室の居住費など 約11万5000円/月

◆施設への住み替えなどを考える上で確認したいこと 岡本さんの話から

- ・預貯金・有価証券(投資信託など) 残高や、解約するとどのくらいの金額になるか
- ・生命保険(養老保険など)
- ・自宅 売却時の金額や、自宅を担保に生活資金を借りるリバースモーゲージが利用できるか
- ・その他の保有不動産など

高齢期を住み慣れた自宅で暮らすか、介護付き有料老人ホームなどに移るか。介護にかかる費用は、その選択や利用するサービスで異なってくる。どのような備えが必要なのか、専門家に聞いた。(阿部明電)

■「一時的」と「毎月」

介護費用は、介護用ベッドの購入など「一時的な費用」と、介護保険サービスの自己負担など「毎月の費用」に大別される。公益財団法人生命保険文化センターの「生命保険に関する全国実態調査」(2018年度)では、平均は一時費用が69万円、毎月の費用は7万8000円だった。

対し、施設の人には11万8000円と開きがある。高齢期の住まいに詳しいファイ

アドバイザー

岡本典子さん



おかもと・のりこ

ファイナンシャルプランナー。高齢者向けの施設や住宅230か所以上を見学した経験を生かし、高齢期の住み替えについて相談を受けたり、セミナー講師を務めたりしている。著書に「後悔しない高齢者施設・住宅の選び方」(日本実業出版社)。

施設探し 予算決めて

「有無」と解説する。

■前払い金必要

有料老人ホームの毎月の費用には居住費や食費などが含まれる。要介護度などによって費用は異なるが、自己負担は合わせて月20万円以上となるイメージだ。

有料老人ホームは、入居時に前払い金(入居一時金)が必要な場合が多い。数百万円以上の施設もあるが、月々の費用が抑えられる利点がある。近年は前払い金ゼロの施設も増えている。

岡本さんは「施設探しでは前払い金、月額費用がいくらまでと資金の大枠を決め、その範囲内で選ぶことが大事」と話す。入居後にお金が足りなくなると、他の施設に移ったり、自宅に戻ったりせざるを得ない事態も起こりうるためだ。

■入所待ちエリアも

原則、要介護3以上の人が対象の特別養護老人ホーム(特養)は、民間の有料老人ホームより費用が安くなりやすい。居室をカーテンなどで仕切った従来型の場合、居住費や食費などで

月5万~15万円程度だ。

近年、増えているのはプライベートが保たれる「ユニット型個室」タイプ。費用は高めで、月20万円ほどかかるケースもある。「所得が低い人は負担の軽減措置が受けられることもあり、自己負担は合わせて月20万円以上となるイメージだ。」

■在宅、サービスで差

在宅で介護を受ける場合は、デイサービスや訪問介護などの介護保険サービスをどれだけ利用するかで費用は変わってくる。

要介護度に応じた区分支給限度額内でサービスを利用すれば、利用者の負担は原則1割(要介護3の場合、月額約2万7000円)だが、限度額を超えた分は全額自己負担。介護度が重く、24時間のケアが必要な場合、限度額を超える可能性もある。在宅で費用を抑えられるのは、家族が介護を担っているケースが多い。

ただ、その分、介護離職により家族の生涯賃金が下がるなど、将来、金銭的なマインドが大きくなりうる点には注意が必要だ。

岡本さんは「老後の住まいをどのように選択するにしても、長生きすることを前提に資金をためておく必要がある。介護に回せるお金を定期的に確認しておく」と助言する。

見守り、配食…サービス確認

老後に向け、見守りや配食など自治体の高齢者向けサービスも確認しておきたい。

在宅介護を考慮する場合、訪問診療をしてくれる在宅療養支援診療所などの有無もポイントになる。

岡本さんは「高齢者向けサービスの充実した自治体は、どこかを確認し、元気づけよううちに暮らしやすい所へ引っ越すのも一つの手段」と話す。費用を抑えるために、

都市部から物価が安い地方に移住することも選択肢になりうる。

特養や有料老人ホームなどの施設の生活がどんなものかを知ることも大切だ。ボランティア活動を受け入れている施設も増えていて、そうした活動を通して、施設での暮らしの様子を見たり、実際に介護サービスを利用している人に話を聞いたりするのでも有効だ。