

☆***☆***☆***☆***☆***☆***☆***2024. 10. 30**☆

60 歳からの人生を準備するための
【人生の添乗員 (R)】からのワンポイントメッセージ

介護の費用

発行者：牧野 F P 事務所合同会社代表社員 牧野寿和

牧野 F P 事務所公式サイト：<https://www.makino-fp.com>

☆***☆***☆***☆***☆***☆***☆***通算第 618 号***☆

<目次>

- ◆ 今週のテーマ
- ◆ 今週のポイント
- ◆ 編集後記
- ◆ 「人生の添乗員」牧野寿和のプロフィール

*:**

- ◆ 今週のテーマ

介護の費用

*:**~

介護が必要になった時に、
どのくらいの費用が必要になるのでしょうか。

今回は、
「公益財団法人生命保険文化センター」
の調査結果を参考に、おおよその金額を、
把握していきます。

お伝えする内容は次のとおりです。

- ・ 要介護への準備資金
- ・ 介護状態で必要な費用
- ・ 公的介護保険の自己負担割合
- ・ 自己負担額の軽減制度

要介護への準備資金

自分が、もし要介護状態になったときに備えて、
経済的な準備はしていますか？

生命保険文化センター「生活保障に関する調査
(2022年度)」によると、

- ・準備している：53.5%
- ・準備していない：43.0%
- ・わからない：3.4%

準備している方のうち、その方法は、
同調査によると（複数回答可）、

- (1) 預貯金：40.6%
 - (2) 生命保険：28.0%
 - (3) 損害保険：8.7%
 - (4) 有価証券：7.1%
 - (5) その他：0.2%
- となっています。

介護状態で必要な費用

では、実際に介護の状態になった時に
介護費用（月額）はどのくらい？

生命保険文化センター「生命保険に関する
全国実態調査（2021年度）」によると、

過去3年間に介護経験がある方に、
どのくらい介護費用がかかったかを
聞いたところ、

◆ 介護に要した費用（公的介護保険サービスの

自己負担費用を含む)は、

- ・住宅改造や介護用ベッドの購入費など
- 一時的な費用の合計：平均 74 万円
- ・月々の費用が平均 8.3 万円

◆ 介護を行った場所別に介護費用（月額）は、

- ・在宅：平均 4.8 万円
- ・施設：平均 12.2 万円

◆ 介護を行った期間（現在介護を

行っている方は、介護を始めてからの経過期間）

- ・平均 61.1 カ月（5 年 1 カ月）
- ・4 年を超えて介護した方、約 5 割
でした。

公的介護保険の自己負担割合

要介護（要支援）認定を受けられたなら、

1 カ月ごと「1 割～3 割」の利用料を
自己負担することで、

「現物給付」による介護サービスが、
受けられます。

一部、現金による給付もあります。

なお、65 歳以上（公的介護保険第 1 号被保険者）

自己負担額は、次のように、

所得に応じてかかった費用を負担します。

合計所得金額が

- ・160 万円未満：1 割
- ・160 万円（単身で年金収入
+その他の合計所得金額が 280 万円）以上：2 割
- ・220 万円（単身で年金収入
+その他の合計所得金額が 340 万円）以上：3 割

割合の判定は、
本人の所得や 65 歳以上の世帯員の人数
およびその所得に応じて決まります。

40 歳～64 歳の方や住民税が非課税の方人などは、
所得に関わらず 1 割負担です。

なお、特定福祉用具購入費や住宅改修費は、
支給限度額とは別枠で、要介護度にかかわらず
それぞれ限度額が決められています。

自己負担額の軽減制度

自己負担額を軽減する制度もあります。

<高額介護サービス費>

上記のように、1 ヶ月に 1～3 割自己負担する
介護サービス利用料は、
所得区分に応じて限度額が決まっています。

その限度額を超えた分は、
申請により払戻しを受けることができます。

同じ世帯に複数のサービス利用者がある場合は、
原則、世帯の自己負担合計額でみます。

なお、つぎのように「高額介護サービス費」の
対象とならないものもあります。

- ・福祉用具購入費や住宅改修費の 1～3 割負担分
- ・施設サービスの食費や居住費や日常生活費など
- ・介護保険の給付対象外の利用者負担分
- ・支給限度額を超え、全額自己負担となる利用者負担分

<高額医療・高額介護合算療養費制度>

毎年 8 月から翌年 7 月までの 1 年間の
医療保険と介護保険の自己負担額の合算を

自己負担限度額とした

「高額医療・高額介護合算療養費制度」があります。

限度額は所得区分に応じて決まっています。

自己負担限度額を超えた

金額は医療保険、介護保険の比率に応じて
両方の制度から払い戻されます。

今回記載した、各制度の詳細は、
お住まいの市区町村の担当窓口や、
地域包括支援センターなどに問い合わせ、

対象になる方は、活用することが大切です。

::*:*:*:*:*:*:*:*:*

◆ 今週のポイント

::*:*:*:*:*:*:*:*:*

介護に必要な費用は、

あらかじめ準備をしておくことは
もちろんのこと、

実際に介護費用が必要になった時に、

利用する知識の準備も必要です。

または、実際に利用する時期は、
高齢になってからも多く、

相談できる後見人などを
あらかじめ決めておくことも大切です！

::*:*:*:*:*:*:*:*:*

◆ 編集後記

::*:*:*:*:*:*:*:*:*

介護制度は、

当人の意思や能力が低下するなかで、

いかに活用するか！？

◆「人生の添乗員（R）」牧野寿和のプロフィール

日本で唯一「人生の添乗員（R）」を名乗れる
公正中立な独立系ファイナンシャルプランナー
創業 21 年目
1958 年 名古屋市生まれ、大学（東海大学卒業）
以外は、名古屋で居住。

1982 年～2001 年 旅行会社に勤務。
業務で世界各地を廻っていた時、
日本の方と他国の方々の
お金との付き合い方の違いを感じていた。
そんな時渡米した折に、
初めてファイナンシャルプランナーの
存在を知り、
日本でもこの業務の必要性を認識する。

2003 年 牧野 FP 事務所を創業。
2018 年から牧野 F P 事務所合同会社を設立。
これまでに、
延べ 1100 件以上の様々な相談に対応。

相談者へのプランニングの助言と提案を
主な業務とし、
相談者に、安心できる生活が送れるように、
丁寧な業務を心がけている。

<保有資格>

- ・ NPO 法人日本ファイナンシャルプランナーズ（FP）
協会 CFP（R）認定者
- ・ 1 級ファイナンシャル・プランニング技能士

(資産設計提案業務)

- ・福祉住環境コーディネーター
- ・総合旅行業務取扱管理者 など

<取材協力>

メ〜テレ（名古屋テレビ）「UP！」

<執筆>

「銀行も不動産屋も絶対教えてくれない！
頭金ゼロでムリなく家を買う方法」河出書房新社

<監修>

「空き家」に困ったら最初に読む本」河出書房新社

現在、相談は、名古屋市内はもとより愛知、岐阜、
三重県、首都圏や関西にもリモートで
お会いする機会が増えました。

「人生の添乗員（R）」は、
他人を気にすることなく、相談者ご自身にとって
有益な提案を心がけています。

◆ 【人生の添乗員(R)】からのワンポイントメッセージ

発行：牧野FP事務所合同会社 代表社員 牧野寿和
〒467-0823 名古屋市瑞穂区津賀田町2-86

◆登録・解除は、ご自身でお願いいたします
こちらから出来ます

<http://www.mag2.com/m/0001575058.html>

◆本メルマガに関するご意見・お問い合わせは
こちらまでお願いいたします

E-MAIL : makino.fp@beach.ocn.ne.jp

牧野FP事務所合同会社

公式サイト : <https://www.makino-fp.com>

◆記事内容に関してのトラブル等について当方では
一切責任を負いかねます
ご自身の責任でご判断下さい

「人生の添乗員」「人生の行程表」は、
牧野寿和の登録商標です
