

開催  
報告

親？自分？パートナー？  
「気になる介護とお金の話」  
～共倒れにならないために出来ること～



○日時:2024年3月5日(火)13:30~15:30 ○参加者:22名  
○開催方法:Zoom を活用したオンライン開催 ○主催:東京消費者団体連絡センター

介護とお金は、気にはなっているけど後回しにしがちな話題ではないでしょうか。でも、介護は突然やってきます。いざという時に共倒れにならないよう、介護とお金について、具体例も交えながら今からできる備えについて、ファイナンシャルプランナーの黒田さんから最新情報も交えお話していただきました。



黒田 尚子さん

CFP®認定者、1級ファイナンシャルプランニング技能士  
消費生活専門相談員資格、CNJ 認定乳がん体験者コーディネーター  
一般社団法人患者家計サポート協会顧問、城西国際大学・非常勤講師

要介護状態になったらどうすれば良いの？

まずは、要介護認定の申請を行う必要があります。認定後どのようなサービスを受けられるのか等の相談もできる、**地域包括支援センター**に相談することをお勧めします。介護サービスは、認定申請、調査、判定、ケアプラン作成を経て利用できるようになります。介護サービスを受けるまでの短い時間で、考えなければいけないこと判断しなければいけないことが多く、事前に知っておく、主治医や家族と話しておくことが大切になります。

介護費用はどれくらい？

調査では介護期間は平均5年1ヶ月。介護費用は約580万円で、施設が在宅かで大きく変わり、前回調査よりも大幅アップしています。介護費用は「いくらかかるか」ではなく「いくらまでかけられるか」を考えるのが肝心です。認知症の在宅介護は、認知症を発症していない場合と比べて1.4倍かかるデータや、要介護者一人当たりのインフォーマルケアコストが、年額382万円という試算もあります。

介護費用にはどんなものがかかるの？

介護サービスは原則1割の自己負担、要介護度等に応じて上限があります。上限を超えた部分(上乘せ)やそれ以外の生活支援サービス(横出しサービス)は全額自己負担。また、食費や居住費(家賃・水道光熱費など)、雑費(おむつ・衛生用品・交通費など)、医療費(一部負担)なども必要です。

東京都は区市町村独自の給付として、横出しサービスの一部を健康保険の負担としている自治体があります。

介護費用は誰が負担する？

**親自身が負担するのが基本。**①親世代の方が子ども世代よりも資産を持っている。②子ども世代の経済的余裕がない。③きょうだい格差が生じやすくなる。④親の資産によって介護負担が変わる。

介護に使えるお金を把握する方法。年金額+(手持ちの金融資産÷平均余命)-臨時出費=1年間に使える金額。1年間に使える金額÷12-基本生活費=介護に使えるお金(1か月)。

今からできる備えは？

介護の経済的負担に備えるベースは公的制度。自治体の介護に関する資料を取り寄せて、受けられる公的支援を確認しておきましょう。本人の希望を聞いておくことも大切です。タイミングはちょっと弱った時(転んだとか、風邪で寝込んだとか)。どこで誰に世話をしてもらいたいと思っている？エンディングノートと一緒に書いてみない？等、ご近所の〇〇さん介護大変そう..なんて話をきっかけにしてもうまくいくようです。

閉会挨拶 小浦道子 東京消費者団体連絡センター

介護にかかるお金の事、不安に思う事も多いですが、介護に使えるお金を把握した上で、夫と2人で楽しむことも考えたいと思いました。また、どのような介護を受けたいか日頃から考え、子ども達とも話をしておくことが必要だとわかりました。本日は有益なお話をありがとうございました。



アンケートより(抜粋)

- ・消費者が一番知りたいところを大変具体的にわかりやすい講演でした。
- ・いくつになっても、残りの人生をよりよく生きること、この言葉が印象的でした。
- ・誰でもいつ介護が必要になるかもしれない情報は入れておくべきとの事が大切だと感じました。