



Q 40代で独身です。将来、自分の介護にどのくらいの費用がかかるのか目安を教えてください。

A 介護にかかる費用は、その人の状態と介護状況によって大きく違います。介護保険の1人当たり給付額が統計として出ているので、これを目安として考えてみましょう。

1割の自己負担額で換算すると、在宅介護で月2400〜2万3千円程度、施設入所で2万2千〜4万2千円程度の平均利用額ですが、この中

柴本 美佐代

40歳から学ぶ

介護保険

Question 10 将来かかる費用の目安は？

支出の中身は？

介護保険料	→ 市町村によって金額が大きく異なる
健康保険料	→ 国民健康保険・後期高齢者医療保険
介護サービス利用料	→ 地域によって単価に違い
医療費	→ 収入によって負担額に違い
居住費	家賃や持ち家の場合の維持費・施設利用の居室費
水道光熱費	水道・ガス・電気
食費	日常の食費と入院・施設利用の際の食費
消耗品費	通常の消耗品以外におむつやパッドなど
保険・税金など	民間保険や損害保険、固定資産税や自動車税・住民税

め、65歳以上の1号は市町村が決めるため、65歳以上の1号

には自己負担となる食費や居室費などは含まれません。1日の食費は1400円程度、1日の居室費は2人以上の部屋なら3200円、個室は1150円〜3200円程度となります。これらは全て自己負担なので、デイサービスの昼食、ショートステイや施設入所の食費、居室費を合計すると全く違った金額になります。

しかも、経済的な理由で我慢したり、家族が行うことで費用を抑えている場合もあります。1人暮らしで介護家族がないと、在宅での介護費用はこれより高くなるでしょう。

将来の費用を考えるなら、介護費だけでなく、日常の医療費や状況によって変化する固定費も頭に入れておく必要があります。介護保険料は市町村が決めるため、65歳以上の1号

医療費や固定費も頭に入れて

被保険者になると地域差は2倍以上あり、今よりも大幅に高くなる可能性もあります。

また、企業の健康保険と定年後の国民健康保険では保険料が変わります。税金や居住費、生命保険、損害保険などの固定費も計上しなくてはなりません。ですが、介護保険の自己負担割合が今の1割から引き上げられれば一気に変わります。制度の行く末次第です。

お金をためるだけの備えでは、安心は得にくいでしょう。

ある地域では子育てなどのボランティアを行うとポイントがたまり、将来の介護に使える仕組みを作りました。高齢者同士の支え合いや地域ぐるみの高齢者支援を目指す動きもあります。こうしたことに関心を持つことも大きな備えではないでしょうか。

(日本エルダーライフ協会代表理事) 〓おわり