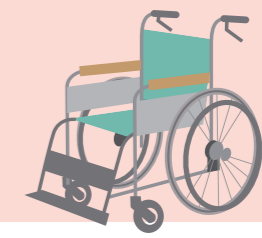


# ご存じですか? 「介護」のこと

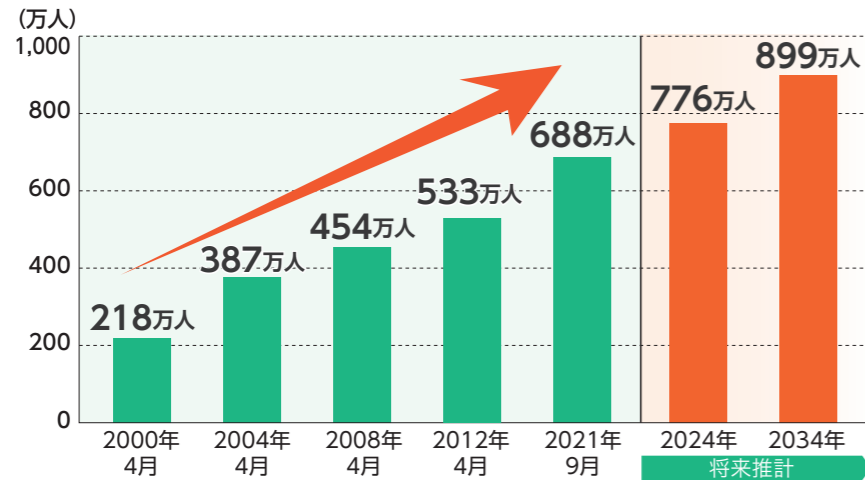
知っているようで知らない、気になる「介護」のこと、介護のリスクを知って、事前の対策をとりましょう。



## 要介護状態になる人はどれくらい?

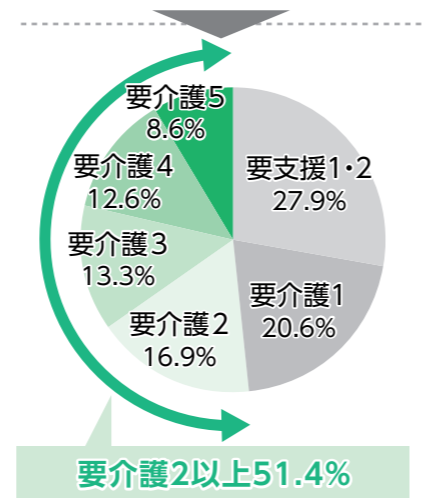
要介護認定者数は、公的介護保険制度が導入された2000年以降3倍以上に増加しています。今後もこの数はさらに増加していくことが予想されています。

### 要介護認定者数(要支援含む)の推移



※厚生労働省「介護保険事業状況報告(暫定)(平成12年4月～令和3年9月)」  
※厚生労働省「第25回社会保障審議会介護保険部会資料」(2024年・2034年将来推計)よりPGF生命作成。

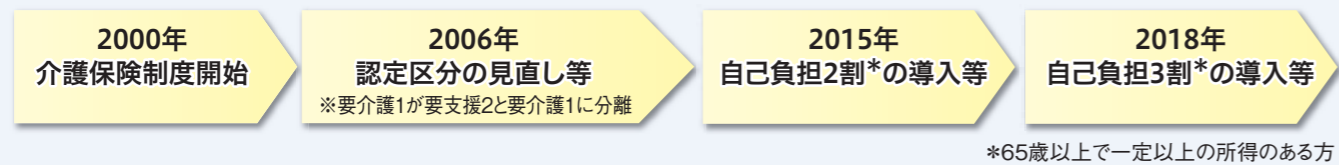
### 2021年9月現在の認定者数の内訳



※各項目の数値は端数処理後であるため、必ずしも合計数値が100%にはなりません。

ポイント 要介護認定者数の増加に伴い増え続ける社会保障給付費を背景に、介護保険制度が定期的に見直されています。

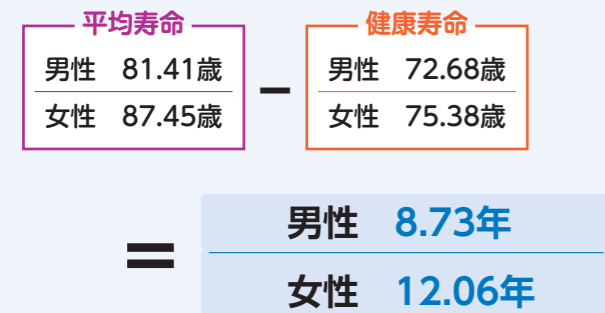
### 介護保険制度の変遷



## 介護にはどれくらいの期間を費やす?

### 平均寿命と健康寿命の差から考える

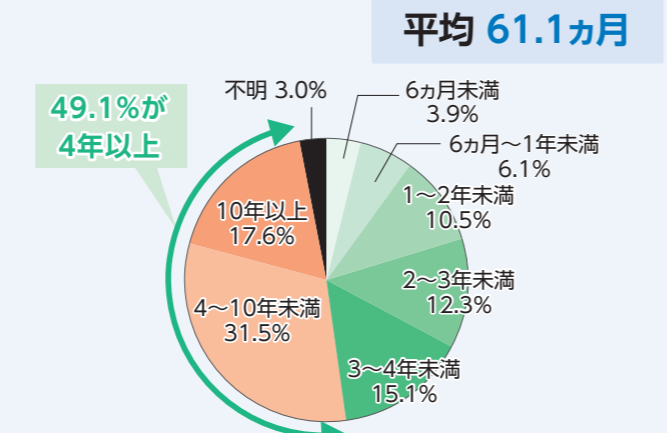
日常的に介護を必要としないで自立した生活ができる期間を健康寿命といいます。平均寿命と健康寿命の差は、「介護や支援を必要とする期間」ともいえます。



※厚生労働省「令和元年 簡易生命表」  
※厚生労働省「第16回健康日本21(第二次)推進専門委員会」  
※上記資料内では令和元年の平均寿命と健康寿命を比較しています。資料内の数値は、必ずしも合計数値にはなっていません。

### 介護を始めてからの実際の期間から考える

「ご家族等の介護をした期間」は平均で61.1ヵ月(5年1ヵ月)となっています(過去3年間にご家族等の介護を実際に経験された方の介護期間)。



※(公財)生命保険文化センター「令和3年度 生命保険に関する全国実態調査」

## どのような原因で要介護状態になるの?

介護が必要となった原因は、認知症や脳血管疾患などの病気によるものや、骨折・転倒によるものなど、さまざまです。

### 介護が必要となった主な原因(上位6位) ※その他を除く。



※厚生労働省「令和元年 国民生活基礎調査」よりPGF生命作成。

## 公的介護保険制度があれば大丈夫?

公的介護保険制度は、39歳以下は対象外。40～64歳も一部の人がしか給付対象となりません。また、65歳以上であっても、自己負担があります。そのため、自助努力によるそなえが重要となります。

年齢・条件	公的介護保険制度対象	給付内容
39歳以下	対象外	公的介護サービスを受けることができません。
40～64歳 第2号被保険者	対象	加齢に伴う特定疾病*を原因とする要介護(要支援)状態のみ給付対象(自己負担あり)。
65歳以上 第1号被保険者	対象	原因を問わず要介護(要支援)状態にあるとき給付対象(自己負担あり)。

\*がん(末期)、筋萎縮性側索硬化症(ALS)、脳血管疾患などの16種類が対象となります。

## 「介護」になると、どのような問題に直面するの?

問題	状況
老老介護	介護をする人・される人双方が高齢である場合、介護の負担は大きくなります。 平均寿命: 男性 81.64歳, 女性 87.74歳 ※厚生労働省「令和2年 簡易生命表」
介護離職	介護離職により、収入源が絶たれてしまうおそれがあります。 介護・看護で前職を離職した方: 令和2年1月～同年12月 約7.3万人 ※厚生労働省 令和2年度「雇用動向調査結果の概況」
老人ホームの入所待ち	特別養護老人ホームの入所条件を満たしても、すぐに入居できるとは限りません。 原則 要介護3以上 特別養護老人ホームへ入所を待っている方: 約32.6万人 ※厚生労働省「令和元年 特別養護老人ホームの入所申込者の状況」

※公的介護保険制度についての記載は、2021年12月現在のものであり、将来変更される可能性があります。くわしくは、お住まいの市区町村等にご照会ください。

# 十分な介護を受けようとすると多額の自己負担が必要となることがあります。

## 介護の一番の不安は？

自分が要介護状態になった場合の不安の内容として、『家族に肉体的・精神的負担をかけること』が一番多くあげられています。  
※(公財)生命保険文化センター「令和元年度 生活保障に関する調査」

### ・公的介護保険制度における介護状態の目安

	身の回りの世話 (入浴、衣服の着脱等)	立ち上がりや 立位保持、歩行等	食事や排せつ	問題行動や理解低下
<b>要介護1</b> 生活の一部について部分的に介護を必要とする状態	見守りや手助けが必要な場合がある	不安定さがみられることが多い	ほとんど自分1人でできる	問題行動や理解の低下がみられることがある
<b>要介護2</b> 軽度の介護を必要とする状態	衣服の着脱は何とかできる	何らかの支えが必要	何らかの介助を必要とする必要がある	物忘れや直前の行動の理解の一部に低下がみられることがある
<b>要介護3</b> 中等度の介護を必要とする状態	全面的な介助が必要	立ち上がりや片足での立位保持などが1人でできない	一部に介助が必要	いくつかの問題行動や理解の低下がみられることがある
<b>要介護4</b> 重度の介護を必要とする状態		立ち上がりや両足での立位保持が1人ではほとんどできない	食事にとどき介助が必要で、排せつには全面的な介助が必要	多くの問題行動や全般的な理解の低下がみられることがある
<b>要介護5</b> 最重度の介護を必要とする状態	日常生活を遂行する能力が著しく低下している	ほとんどできない	1人でできない	意思の伝達がほとんどできない場合が多い

※介護の認定については、調査員による訪問調査を経て、一次判定、および、一次判定の結果と主治医の意見書をもとに総合的に判定する二次判定により決定されます。なお、上記に示した状態はあくまでも目安です。したがって、実際に認定を受けた人の状態がこの表に示した状態と一致しないことがあります。  
※(公財)生命保険文化センター「介護保障ガイド」(2021年7月改訂版)よりPGF生命作成。

## 介護にかかる費用はどれくらい？

	初期費用	月々の費用	
「介護に必要と考える費用」で計算した場合	約234万円	+	(約15.8万円×61.1ヵ月*) = 約1,199万円
「介護にかかった費用」で計算した場合	約74万円	+	(約8.3万円×61.1ヵ月*) = 約581万円

\*介護に要する期間が介護期間の平均である61.1ヵ月の場合 ※(公財)生命保険文化センター「令和3年度 生命保険に関する全国実態調査」よりPGF生命作成。

## 公的介護保険制度の自己負担のしくみは？

### ・公的介護保険制度(在宅サービス・地域密着型サービス)利用時の自己負担

支給限度額超過分	全額	対象外サービス															
自己負担分 右記支給限度額の1割、2割または3割*	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="5">&lt;支給限度額(月額)&gt;</th> </tr> <tr> <th>要介護1</th> <th>要介護2</th> <th>要介護3</th> <th>要介護4</th> <th>要介護5</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>167,650円</td> <td>197,050円</td> <td>270,480円</td> <td>309,380円</td> <td>362,170円</td> </tr> </tbody> </table>	<支給限度額(月額)>					要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	167,650円	197,050円	270,480円	309,380円	362,170円	全額 ※配食サービス、福祉自動車の送迎等
<支給限度額(月額)>																	
要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5													
167,650円	197,050円	270,480円	309,380円	362,170円													

\*1ヵ月の介護サービスの1割、2割または3割負担の合計額が、高額介護サービス費における限度額を超えた場合、超過分の払い戻しを受けることができます。

※公的介護保険制度についての記載は、2021年12月現在のものであり、将来変更される可能性があります。くわしくは、お住まいの市区町村等にご照会ください。

## 安心できるのはどんなケアプラン？

**事例** Aさんは現在75歳で一人暮らしをしています。ある日、自宅の階段から落ち大腿骨頸部を骨折してしまい、1ヵ月近く入院していました。リハビリを経たものの要介護2と認定されました。

- |   |   |
|---|---|
| <b>【お身体の状態】</b><br>1 歩行や立ち上がりなどをひとりで言うのが困難。<br>2 排便排尿後の後始末がひとりでは難しい。<br>3 料理をしたりお膳を下げたりすることができない。 | <b>【介護に対する要望】</b><br>1 周りの手助けがないと入浴も行えないが、できれば毎日入りたい。<br>2 自立のためにも週2回はリハビリを受けたい。<br>3 部屋の掃除などのために、週3回は家事代行をしてもらいたい。 |
|---|---|

・公的介護保険制度の支給限度額内でのケアプラン **自己負担額 19,585円/月 235,020円/年**

	月	火	水	木	金	土	日
6:00	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)		訪問介護*1(早朝)
8:00							
10:00							
12:00	デイケア(入浴あり)*2 通所リハビリテーション						
14:00							
16:00		訪問介護*1	訪問介護*1	訪問介護*1	訪問介護*1	訪問介護*1	訪問介護*1
18:00							
...							

※訪問介護\*1は20分以上30分未満利用

・Aさんの不安を解消するように設定したケアプラン **自己負担額 325,740円\*/月 3,908,880円\*/年**

毎日3食取り、適度にトイレの介助を受け、週2回リハビリテーションを受けることを考慮したプランです。

	月	火	水	木	金	土	日
6:00	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)	訪問介護*1(早朝)
8:00							
10:00							
12:00	デイケア(入浴あり)*2 通所リハビリテーション	訪問介護*1	訪問介護*1	訪問介護*1	デイケア(入浴あり)*2 通所リハビリテーション	訪問介護*1	訪問介護*1
14:00		家事代行*3		家事代行*3		家事代行*3	
16:00							
18:00	配食サービス*3	配食サービス*3	配食サービス*3	配食サービス*3	配食サービス*3	配食サービス*3	配食サービス*3
20:00	訪問介護*1(夜間)	訪問介護*1(夜間)	訪問介護*1(夜間)	訪問介護*1(夜間)	訪問介護*1(夜間)	訪問介護*1(夜間)	訪問介護*1(夜間)
...							

※訪問介護\*1は早朝20分以上30分未満、早朝以外30分以上1時間未満、家事代行\*3は2時間利用  
 ※要介護2の公的介護保険制度の支給限度額である「197,050円/月」を適用した後の負担額です。

- 主な介護サービスの基本単価のめやす ※単価は基本的なものを表記しており、地域等により異なります。
- 訪問介護\*1 20分未満～1時間未満 / 1,670円～3,960円(1回) ※早朝・夜間利用時25%割増
  - デイケア(入浴あり)\*2 5時間以上6時間未満 / 7,330円(1回)
  - 家事代行\*3 / 3,900円(1時間)\*4
  - 配食サービス\*3 / 500円(1食)\*5
- \*1 要介護2認定者の身体介護が中心の場合。\*2 要介護2認定者が通常規模型の施設を利用した場合。  
 \*3 公的介護保険サービスの対象外(全額自己負担)。\*4 「LIFULL介護」調査結果を参考にPGF生命算出。  
 \*5 東京都の一部の市区の2021年12月現在の配食サービスを参考。市区町村等または事業者等によって利用条件・自己負担額等は異なります。  
 ※両プランとも上記の項目以外に福祉用具貸与31,405円を含みます。デイケア利用時の食費や日常生活費は加味していません。  
 ※地域によっては、公的介護保険制度の支給限度額を超えても、さらに支給されるサービスがあります。  
 ※上記算出に用いているサービスの基本単価は、種々の加算や減算を含まない基準値で、実際とは異なる場合があります。  
 ※厚生労働省「介護給付費単位数等サービスコード表」(令和3年4月施行版)よりPGF生命作成。