

介護が必要になったら？ 年金との関係は？

知っておきたい

もし家族が要介護になったら……



※公益財団法人 生命保険文化センター「生命保険に関する全国実態調査」／平成27年度

●介護に必要なお金って、どのくらい？

生命保険文化センターの調査(平成27年度)によると、平均的な介護費用は月額7.9万円。要介護度1でも5.63万円、要介護度5になると11.25万円かかっています。しかも介護期間は平均で4年11か月と長期にわたっています。

一方、シニア世代の主な収入源である年金は、老齢基礎年金が満額受給できたとして1人当たり月6万4,941円(平成30年度分)。会社勤めの経験があれば、老齢厚生年金がプラスされますが、少々心もとない数字です。介護についてどんな制度があるか、また、おおよその費用についても把握しておく心安いです。

※要介護度は、介護サービスの必要度に応じて、軽いものから順に要支援1～2、要介護1～5に認定されます。

介護が必要になったら、どのくらいお金がかかる？ どこに相談すればいい？ そんな疑問に答える、知って役立つ介護と年金のあれこれをご紹介します。

監修／社会保険労務士 望月厚子

介護と年金

介護が必要になったら、どこに相談すればいい？



●介護保険とは

高齢者の介護を社会全体で支え合う制度で、65歳以上の方が要介護(要支援)と認定されると、少ない自己負担額で介護サービスを受けることができます。40歳以上65歳未満でも、加齢に伴う特定の病気で要介護(要支援)と認定されると、サービスを利用できます。

●地域包括支援センターとは

介護・福祉・健康・医療などの支援が受けられる総合機関です。介護について悩み事があったら、まずはここで相談を。相談は無料です。介護認定を受ける手続きや地域の介護事業所などについて教えてもらえます。高齢者本人はもちろん、家族や地域住民などからの相談も受け付けています。

ココが知りたい! 年金と介護



● 介護保険料は年金受給者も納めます

- ・介護保険は、介護保険料と税金で運営されています。
- ・介護保険料は、40歳以上の人々が納めることになっていて、年金受給者や要介護認定を受けた人も例外ではありません。
- ・64歳までは、健康保険の保険料といっしょに納めます。
- ・65歳以上で年間18万円以上の年金を受給している人は、原則として年金から天引きされます。

● 自己負担割合は年金その他の所得によって変化

介護サービスを利用した場合、自分が払うのは、その費用の一部ですみます。自己負担割合は、2018年8月から年金などの所得に応じて1～3割になっています。

● 要介護度によって上限額が違います

- ・介護保険を利用して、少ない自己負担額でサービスを利用するには、上限(支給限度額)があります。そしてその上限額は、要介護度によって異なり、要介護度が重いほどアップします。
- ・上限額を超えて介護サービスを利用した場合、超えた分は全額自己負担になります。

介護保険で利用できるサービス

おもに次のようなものがあります。

- ・自宅の介護環境を整える／バリアフリー工事の費用補助、福祉用具のレンタルなど
- ・自宅に来てもらう／介護、看護、入浴介護、リハビリなど
- ・施設に通う／デイケア、デイサービス、ショートステイ、小規模多機能型居宅介護など
- ・施設に入所する／特別養護老人ホーム、介護老人保健施設など



● 介護費用の軽減策を利用して

年金額が少ないと、自己負担が1割でも介護費がかさまないか心配かもしれません。でも、介護保険の利用者負担については軽減制度があります。たとえば介護サービスの利用者負担が高額になった場合、本人の所得に応じて、月あたりの自己負担額が一定額を超えると、申請すればお金の一部戻ってくる制度があります。また、介護保険と医療(健康)保険の利用負担の合計(年額)が一定額を超えたら、申請により超えた分が戻ってくる「高額医療・高額介護合算制度」もあります。高齢者に関するさまざまな相談を受けている地域包括支援センターで相談してみましょう。

介護が必要になった時に備え

年金額のアップ策も要チェック!



●月400円納付の「付加年金」で年金額アップ

国民年金に加入している場合、月々の国民年金保険料に400円の付加保険料を上乗せして納めると、将来受け取る老齢基礎年金に「付加年金」がプラスされます。

増える年金額は、年額200円×付加保険料の納付済月数。申し込みは市区町村役場で行います。国民年金基金の加入者は利用できません。

例：付加保険料を5年間(60か月)納めた場合

納める付加保険料…400円×60か月=2万4,000円

受け取る付加年金…200円×60か月=1万2,000円

1万2,000円が1年間の老齢基礎年金受給額に一生プラスされます。3日目からはもらえる金額が納めた金額を上回るので、ぜひ活用したい制度です。

●国民年金保険料を2年前納すれば1万5,650円おトク

国民年金保険料は、まとめて前納すると割引されます。6か月分前納、1年分前納、2年分前納があり、まとめる期間が長いほど、そして口座振替にすると割引額がアップします。

口座振替による2年分の保険料額と割引額(平成30年度分の場合)

2年分前納	1年分前納	6か月分前納
37万7,350円 (計1万5,650円割引)	19万1,970円×2回 (計8,220円割引)	9万6,930円×4回 (計4,440円割引)

※カッコ内は毎月納付の場合と比較した割引額を2年分に換算したものです。次年度の保険料によっては納付額、割引額が上下します。

●保険料納め忘れのある人には年金額アップの救済策も

国民年金保険料の未納期間や免除期間があると、将来、老齢基礎年金が満額もらえません。ただし、そうした人のための救済策があります。

●保険料の未納(納め忘れ)期間がある

→原則として2年までさかのぼって保険料を納めること(後納)ができます。

●手続きをして保険料を免除されていた

→10年までさかのぼって免除されていた保険料を納めること(追納)ができます。

●後納・追納できない未納期間・免除期間がある

→60歳以上65歳未満のあいだに、「任意加入」をして、国民年金保険料を納め、満額に近づけることができます。

あとは、手持ちのお金をどうやって増やすか…。定年後も働くことを考えようかな

節約して、老後のお金を貯蓄することも考えないとね

JAに相談してね!

