

Q2
どんなことが原因となって介護状態になることが多いの？

A2
男性は脳血管疾患、女性は認知症が多い。約3割のケースで突然介護が必要に

介護が必要になった主な原因は男性と女性でかなり異なる。男性は「脳血管疾患」、例えば脳梗塞や、くも膜下出血などが1番多くて28・4%、次いで、「認知症」13・3%、「高齢による衰弱」10・3%、「骨折・転倒」5・6%、「関節疾患」4・4%などである。

一方の女性は、最も多いものは「認知症」17・1%で、続いて「骨折・転倒」15・1%、「高

齢による衰弱」15・0%、「関節疾患」14・3%、「脳血管疾患」は13・3%である（図表2）。

重要なのは「脳血管疾患」「骨折・転倒」など介護の必要性が突然生じるケースが約3割も占めていることである。親の介護については、いざというときにあてないように、健康なうちから介護保険に関する情報収集や親も含めた家族との相談をしておく必要がある。

Q3
自宅での介護と施設での介護、利用割合はどうかっているの？

A3
自分や親・親族の自宅で介護を行う人が約6割。利用者約16%

が多いことなどだ。デメリットは、仕事と介護の両立も含めて家族の負担が大きいこと、緊急時の対応が不安なことがある。

一方、施設介護は、一般に費用は高額だが、家族の負担が少ないという特徴がある。

では「必要なときに手をかす程度」が最も多いが、要介護3では半日以上が約半数となり、要介護4・5では「ほとんど終日」が5割超と最も多くなっている（厚生労働省「平成25年国民生活基礎調査」）。

では、実際に誰が介護しているのだろうか。同調査によると自宅での介護の主な担い手は、同居家族61・6%（注1）・事業者14・8%・別居の家族等9・6%である。また、介護する人・される人ともに75歳以上である場合が29・0%を占めているが、介護当初はこの「老老介護」で対応できていても長期間となると難しく、介護疲れによる「共倒れ」が懸念されている。

夫婦の一方が亡くなれば、存命の親の介護は子どもが引き受けることも多くなる。晩婚・晩産化の影響で、子育ての時期と親の介護時期が重なる「ダブルケア」の増加も懸念されている。特に、自分のほかに介護の担

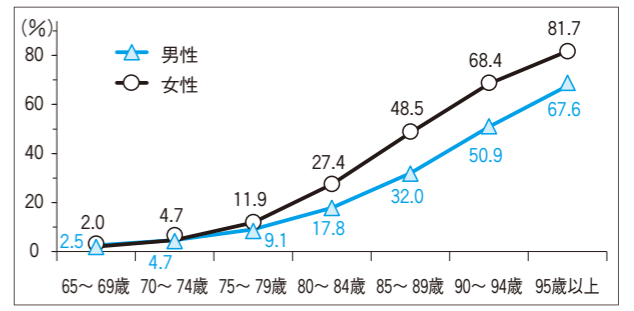
Q4
自宅で介護する場合の担い手は誰？ ネットとなる点や注意点は？

A4
同居家族が約6割。内、配偶者26%、子22%。老老介護での共倒れやダブルケアの問題も

介護に要する時間と世話の負担は重い。例えば、自宅での介護について同居家族等による1日の介護時間を要介護別に見ると、要支援1から要介護2ま

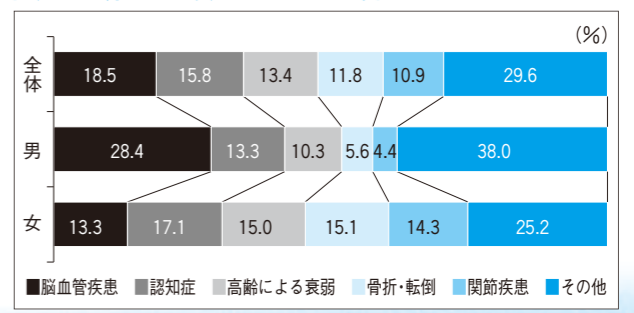
平均は月額7・5万円。資金不足に備えるため民間介護保険も選択肢に

図表1 65歳以上人口に占める介護保険受給者の割合



出典：厚生労働省「平成26年度 介護給付費実態調査の概況」をもとに作成

図表2 介護が必要になった主な原因



出典：厚生労働省「平成25年 国民生活基礎調査」をもとに作成

介護が必要になった場合、まず考えなければならぬのはどこで介護生活をするのかということである。もし自宅で介護するのなら、介護する側にとって影響は大きい。

実際に介護を行った（行っている）場所は生命保険文化センターの「平成27年度生命保険に関する全国実態調査」によれば、「自分の家」（44・0%）と「親

や親族の家」（13・0%）の合計で約6割を占めていた。自宅以外では、「民間の有料老人ホームや介護サービス付き住宅など」（17・0%）、「公的な介護老人福祉施設や介護老人保健施設など」（15・9%）、「病院」（8・6%）と続く。

自宅での介護のメリットは、住み慣れた自宅や地域で生活できること、費用が安く済む場合

い手がない状況で仕事を持っている場合には介護との両立も大変となる。離職や転職を余儀なくされる場合もあり、収入の減少など介護する人の生活や最後の生活設計にも影響は大きい。（注1）同居家族61・6%の内訳は、介護される人の配偶者26・2%・子21・8%・子の配偶者11・2%・その他2・4%。また、主な介護者である同居家族のうち女性は68・7%。

介護費用の必要準備額を算定することは難しい。介護はいつ始まりいつ終わるのかわからず長期化する可能性があるからだ。また、介護時の要介護者の身体状況とその後の要介護度の進行や、家族がどの程度まで介護の担い手となるのか、そしてそれをいつまで続けられるのかなどによっても変わってくる。

しかしながら、介護保険は利用者負担があることに加え、介護保険の支給限度基準額を超える部分や介護保険の対象外であるサービスの費用（Q11参照）は全額自己負担であるから、十分な介護サービスを求めるなら経済的準備は必要である。

自分が「介護される」場合への備えなら、老後資金と合わせ準備を行うことになるが、預貯金は様々な用途に使える反面、預貯金だけで介護の経済的準備をすると、介護が長期化した場合に資金が不足するリスクがある。そこで預貯金のみならず、

Q5
介護にかかる費用の目安は？ 資金を準備する場合のポイントは何？

A5
平均は月額7・5万円。資金不足に備えるため民間介護保険も選択肢に

特に、自分のほかに介護の担