

6



健康とお金の不安・対処は できていますか？

病気のときいくらかかる？

年をとるとどうしても病院にかかるが増えてきます。また、医療が高度化するにつれて、医療費も高額になってきました。もちろん、健康保険には高額療養費制度がありますので、入院時にかかった費用をすべて負担する必要はありませんが、ただし高額療養費の対象になるのは医療保険が適用になるものだけです。その他保険外の自己負担分として入院時食事代、差額ベッド代を始め、さまざまな費用がかかります。この保険診療外の部分の準備として民間の医療保険が考えられます。医療保険で備えるのか、預貯金で備えるのかはそれぞれの考えだと思いますが、なんらかの形で準備が必要でしょう。

傷病分類別にみた年齢階級別退院患者の平均在院日数

〔単位：日〕

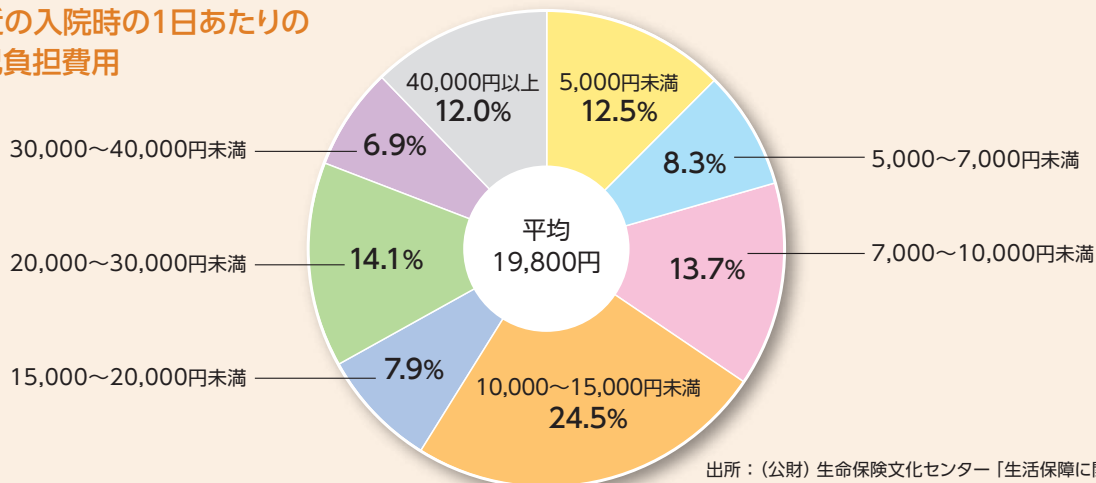
傷病分類	総数	0～14歳	15～34歳	35～64歳	65歳以上	75歳以上 (再掲)
総数	31.9	8.4	12.0	24.4	41.7	47.6
感染症および寄生虫症	20.9	4.6	7.1	18.3	31.5	37.1
新生物	18.7	19.8	14.0	14.0	21.1	25.3
血液および造血管の疾患 並びに免疫機構の障害	21.8	10.4	10.7	19.8	26.0	27.3
内分泌、栄養および代謝疾患	28.5	5.4	12.4	19.0	36.3	43.1
精神および行動の障害	291.9	36.2	60.1	204.4	523.0	473.0
神経系の疾患	82.2	15.7	44.7	51.8	113.2	134.9
眼および付属器の疾患	4.1	3.8	6.6	4.6	3.9	4.1
耳および乳様突起の疾患	7.8	4.6	6.8	8.3	8.1	8.1
循環器系の疾患	43.3	18.2	13.6	21.4	50.6	62.7
呼吸器系の疾患	27.3	5.3	10.4	15.2	39.0	41.7
消化器系の疾患	13.0	5.6	7.5	9.7	16.0	19.3

注1：平成26年9月1日～30日に退院した者を対象とした。

出所：厚生労働省「患者調査の概況」より抜粋（平成26年）

注2：総数には、年齢不詳を含む。

直近の入院時の1日あたりの 自己負担費用

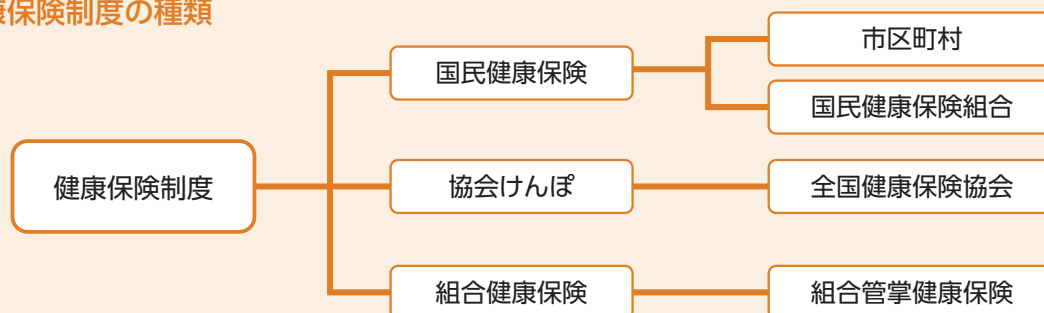
出所：（公財）生命保険文化センター「生活保障に関する調査」
（速報版）（平成28年）

当コンテンツに掲載されている情報は、セカンドライフにかかわる一般的な社会保険等の情報です。記載以外のケースや適用要件等がある場合もあります。また、2017年7月末日現在の情報を基に記載していますので、今後確定する法令等において内容が変更となる場合もあります。個別の事案につきましては、年金事務所・ハローワークや社会保険労務士等の専門家にご確認ください。

健康保険制度について知ろう

少子高齢化が進む現代において「健康」が一つのキーポイントとなります。もちろん病気もケガもせず一生を送ることができれば幸せですが、現実には難しいものです。そこで健康保険について考えてみましょう。

>> 健康保険制度の種類



会社員でいる間は組合健康保険または協会けんぽに加入していますが、リタイア後は下記のどの健康保険制度に加入するか選択することになります。

(1) 任意継続被保険者

退職前に加入していた健康保険に引き続き加入する制度です。期間は退職後2年間で保険料の負担は全額自己負担（上限あり）となります。給付内容は退職前に加入していた健康保険と同一です（ただし、「傷病手当金」「出産手当金」は原則受給できない）。2年間しか加入できませんので、その後は国民健康保険に加入することになります。

(2) 特例退職被保険者

リタイア前に企業の健康保険組合に加入しており、その健康保険組合が「特定健康保険組合」の場合には、特例退職被保険者となることができます。特例退職被保険者は75歳になるまで加入でき、加入内容は引退前に加入していた健康保険と同一です（「傷病手当金」「出産手当金」は原則受給できない）。保険料は定額制です。

ただし、特定健康保険組合は全国で約60組合ほどしかありませんので、加入可能かどうかは確認が必要です。

(3) 国民健康保険

住所のある市区町村の健康保険制度に75歳になるまで加入できます。国民健康保険の保険料は①所得割、②資産割、③均等割、④平等割によって計算されています。この計算は市区町村によって違いますので、事前に試算をしてもらうとよいでしょう。国民健康保険には扶養という概念がありませんので、加入した場合には家族全員分の保険料を支払います。扶養家族がいるかいないかは健康保険制度を選択するにあたり、ポイントとなってきます。

後期高齢者医療制度とは

どの健康保険制度に加入していても、75歳になると全員後期高齢者医療制度に加入することになります（一定障害の場合は65歳～）。

外来・入院ともかかった医療費の1割相当額（現役並みの所得がある高齢者は3割相当額）の支払いとなります。そのほか高額療養費などは、従来の老人保健制度と基本的に同じ給付を受けることができます。

≫ 公的医療保険の給付内容

給付	国民健康保険・後期高齢者医療制度	健康保険・共済制度
医療給付	療養の給付 訪問看護療養費	義務教育就学前 : 8割 義務教育就学後から70歳未満 : 7割 70歳以上75歳未満 : 8割 ^{※1} (現役並み所得者(現役世代の平均的な課税所得(年145万円)以上の課税所得を有する者) : 7割) 75歳以上 : 9割 (現役並み所得者:7割)
	入院時食事療養費	食事療養標準負担額: 一食につき360円 〔低所得者: 一食につき210円 (低所得者で90日を超える入院: 一食につき160円) 特に所得の低い低所得者(70歳以上): 一食につき100円〕
	入院時生活療養費 (65歳~)	生活療養標準負担額: 一食につき460円(食費) [*] + 一日につき320円(居住費) *入院時生活療養(Ⅱ)を算定する保険医療機関では420円 〔低所得者: 一食につき210円(食費) + 320円(居住費) 特に所得の低い低所得者: 一食につき130円(食費) + 320円(居住費) 老齢福祉年金受給者: 一食につき100円(食費) + 0円(居住費) 注: 難病等の患者の負担は食事療養標準負担額と同額〕
現金給付	出産育児一時金 ^{※2}	被保険者又はその被扶養者が出産した場合、原則42万円を支給。国民健康保険では、支給額は、条例又は規約の定めるところによる。
	埋葬料 ^{※3}	被保険者又はその被扶養者が死亡した場合、健康保険・共済組合においては埋葬料を定額5万円支給。 また、国民健康保険、後期高齢者医療制度においては、条例又は規約の定める額を支給(ほとんどの市区町村、後期高齢者医療広域連合で実施。1~5万円程度を支給)。
	傷病手当金	任意給付 被保険者が業務外の事由による療養のため労務不能となった場合、その期間中、最長で1年6ヶ月、1日につき標準報酬日額の3分の2相当額を支給。
	出産手当金	(実施している市区町村、後期高齢者医療広域連合はない) 被保険者本人の産休中(出産日以前42日から出産日後56日まで)の間、1日につき標準報酬日額の3分の2相当額を支給。

※1: 平成20年4月から70歳以上75歳未満の窓口負担は1割に据え置かれていたが、平成26年4月以降新たに70歳になる被保険者等から段階的に2割。

※2: 後期高齢者医療制度では出産に対する給付がない。また、健康保険の被扶養者については、家族出産育児一時金の名称で給付される。共済制度では、出産費、家族出産費の名称で給付。

※3: 被扶養者については、家族埋葬料の名称で給付、国民健康保険・後期高齢者医療制度では葬祭費の名称で給付。

出所: 厚生労働省「我が国の医療保険について」



保険料の支払い



働かなくなっても、介護サービスを受けるようになっても、健康保険料と介護保険料は、一生払い続けていかななくてはなりません。支払いは続いていくのです。

国民健康保険料は、前年度の所得で計算されます。例えば、不動産を売却してお金が入った(所得があった)とすると、次年度の国民健康保険料が上がる場合があります。しかし、次の年はそういった所得がなければまた元に戻る、一時的なものです。

医療保険の見直し

退職時には万一の保障ばかりでなく医療保険の見直しも行いましょう。医療保険は主契約として加入するタイプと、生命保険の特約として付加される特約タイプがあります。また、保障が一生継続のものか、ある時期までなのか、保険料の払い込みはいつまでなのか、給付金の額はいくらかなど公的医療保険・介護保険制度と合わせて見直しをしましょう。

医療保険を選択する際に1入院あたりの支払い限度日数を確認することがポイントになります。支払い限度日数には「30日型」「60日型」「120日型」「360日型」等の種類があります。30日型の医療保険に加入すれば、60日入院した場合でも支払われる給付金は30日分となります。入院費の準備をすべて医療保険で行う必要はありませんが、支払限度日数の確認は必要です。今は、医学の発達もあり病気で入院期間は短くなっていますが、高齢者が骨折をしてリハビリまで行くと長期入院になる可能性もあります。さらに医療保険には通算限度日数(730日・1000日・1095日等)があり、これも確認しておく必要があります。

また、保険の見直しは生命保険ばかりでなく、損害保険についても行っておきましょう。

高額療養費制度とは

健康保険制度には医療費の自己負担分が軽減される高額療養費制度が設けられています。この高額療養費制度は、年齢や所得によってそれぞれ自己負担に上限額が決められています。医療保険を考えると、この制度のことも合わせて考えておきましょう。

≫ 高額療養費

自己負担限度額	
(70歳未満の区分)(平成27年1月診療分から)	
標準報酬月額	自己負担限度額(月額)
83万円以上	252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1%
53万~79万円	167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1%
28万~50万円	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1%
26万円以下	57,600円
市区町村民税非課税者/年	35,400円

(多数該当の場合は限度額が引き下げられます)

≫ 入院時 食事療養費

その他の自己負担	
健康保険適用外費用	
一般	360円/食
住民税非課税世帯	91日未満: 210円/食 91日以上: 160円/食
住民税非課税世帯に属し、かつ所得が一定基準に満たない70歳以上の高齢受給者	100円/食

≫ ケーススタディ<入院費>

例: 4月1日~4月30日まで30日間入院し、医療費が100万円かった場合

<標準報酬月額28万~50万円>		<標準報酬月額53万~79万円>	
100万円 × 3割 = 300,000円	自己負担額	100万円 × 3割 = 300,000円	
80,100円 + (1,000,000円 - 267,000円) × 1% = 87,430円	自己負担限度額	167,400円 + (1,000,000円 - 558,000円) × 1% = 171,820円	
1,080円 × 30日 = 32,400円	入院時食事負担分	1,080円 × 30日 = 32,400円	
119,830円	高額療養費を除く 実質支払額	204,220円	

高額療養費の対象となるのは、医療保険が適用になる治療等であり、保険適用にならない差額ベッド代、入院時食事負担分、紙おむつ代等は対象になりません。

また、70歳以上の方は自己負担限度額が異なります。

<参考> 70歳以上75歳未満の自己負担限度額 (月額)

(平成29年8月診療分から)

区分	通院(個人ごと)	入院および通院(世帯ごと)
現役並み所得者	57,600円	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1%
一般	14,000円	57,600円
市区町村民税非課税者 年金収入80万~160万円	8,000円	24,600円
市区町村民税非課税者 年金収入80万円以下		15,000円

※高額療養費として払い戻しを受けた月数が1年間(直近12ヶ月間)で3月以上あったときは、4回目(4回目)から自己負担限度額がさらに引き下げられます(多数該当)。

万一のときの必要保障額は

万一のときの準備として生命保険を用意している方は多いと思います。必要生命保険の金額は一般的に以下のように考えます。公的制度や会社の福利厚生制度等を確認し、不足分を準備しましょう。

≫ 必要保障額(死亡保険金額の試算)の例

遺族の必要資金

必要資金の内訳	必要額の算出にあたって	必要額(単位:万円)
子どもの生活資金	月間生活費 × 0.7 × 12ヶ月 × (22歳 - 末子の現在の年齢)	
配偶者の生活資金	月間生活費 × 0.5 × 12ヶ月 × (末子が22歳時の配偶者の平均余命)	
子どもの教育費	高校: 250万円、大学500万円～を準備必要額として計上	
葬儀費用等	300万円～400万円を計上	
ローン返済資金	ローン等の借入金 *住宅ローンは団体信用生命保険に加入していれば不要	
その他	緊急予備資金(月間生活費 × 3ヶ月) や相続税の費用等	
必要資金の合計	実際には、これらの金額に物価上昇率を考慮して計算	㉑

手当可能資金

手当可能資金の内訳	算定の内容	手当可能額(単位:万円)
配偶者の公的年金	老齢基礎年金・老齢厚生年金等	
遺族年金	遺族基礎年金・遺族厚生年金	
配偶者の収入	勤労収入	
その他の収入	不動産収入等	
死亡退職金	会社から支給される弔慰金、死亡退職金等	
個人年金	配偶者の既加入個人年金	
預貯金	保有金融資産	
生命保険	既加入の生命保険等で支払われる金額	
その他		
手当可能資金の合計	実際には、死亡退職金、預貯金、生命保険等は運用益も考慮して計算	㉒

$$\text{㉓必要保障額} = \text{㉑遺族の必要資金の合計} - \text{㉒手当可能資金の合計}$$

生命保険の見直し

セカンドライフについて考え始めるころには、生命保険の見直し(万一のときの保障・医療保障)についても考える時期にさしかかります。

50歳を過ぎると、教育費も以前よりかからなくなり、子どもが独立するなどして遺族の生活費も若いときほど必要なくなってきました。実際に必要な資金を考えてみて、保障額が多ければ保障額を減らします。保障額を減らすことによって支払っている保険料も減ります。その分の保険料を定年後の準備にまわしていきましょう。万一の保障の見直しを検討する際には、公的年金からの保障や会社の福利厚生制度についても確認しましょう。

遺族年金とは

会社員の遺族であれば、要件にあてはまれば、遺族基礎年金と遺族厚生年金を受け取ることができます。

「遺族基礎年金」は年金法上の子がいる妻・夫・年金法上の子に支給されます。ただし原則として、受給者の前年度の収入が850万円未満であることが必要です。

年金額： 遺族基礎年金 779,300円（平成29年度） + 子の加算額

≫ 妻が受ける遺族基礎年金

(年額)

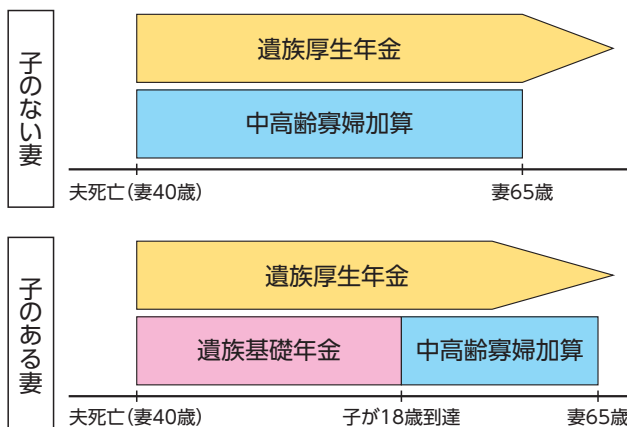
子がない場合	子が1人の場合	子が2人の場合	子が3人の場合
0円	1,003,600円	1,227,900円	1,302,700円

≫ 子が受ける遺族基礎年金

老齢基礎年金	子が1人の場合	子が2人の場合	子が3人の場合
合計年金額	779,300円	1,003,600円	1,078,400円
1人あたりの額	779,300円	501,800円	359,467円

「遺族厚生年金」は ①遺族基礎年金を受給できる遺族、②子のない妻(30歳未満の場合5年間の有期給付)、③孫、④死亡当時55歳以上の夫・父母・祖父母に支給されます。ただし④の場合には支給開始は60歳となります(夫は遺族基礎年金を受給中は60歳未満でも支給される)。年金額は老齢厚生年金の4分の3に相当する額です。

また、死亡当時40歳以上65歳未満の子のない妻、遺族基礎年金を受けている妻で子が成長し遺族基礎年金を受けられなくなった40歳以上65歳未満の妻には、65歳まで中高齢寡婦加算が加算されます。額は584,500円(平成29年度)です。



*年金法上の子：18歳到達年度の年度末を経過していない者または、20歳未満で1級または2級の障害状態にある者

寡婦年金とは

遺族基礎年金を受け取ることができず、婚姻期間が10年以上あり、国民年金への加入期間が10年以上ある夫に生計維持されていた65歳未満の妻は、60歳から65歳になるまで寡婦年金を受け取ることができます。その年金額は死亡した夫が受け取る予定であった老齢基礎年金相当額の4分の3です。ただし、夫が老齢基礎年金を受けていた場合には、妻は寡婦年金を受け取ることができません。

死亡一時金とは

死亡した方が国民年金に36月以上加入し、老齢基礎年金・障害基礎年金を受け取ることなく死亡した場合には、死亡当時その方と生計を同じくしていた遺族は死亡一時金を受け取ることができます。

万一の保障の見直しをする場合には公的年金制度から支払われる遺族年金などを確認してから行いましょう。

◎寡婦年金と死亡一時金の両方を受け取ることができる場合は、どちらか一方を選択することとなります。

≫ 死亡一時金の額

(平成29年度)

加入期間	金額
36月以上 180月未満	12万円
180月以上 240月未満	14.5万円
240月以上 300月未満	17万円
300月以上 360月未満	22万円
360月以上 420月未満	27万円
420月以上	32万円

≫ 加入生命保険・損害保険確認シート

質 問	チェック	YESと答えた人
加入している生命保険の種類はわかりますか？	YES ・ NO	定期・終身・養老・年金・医療・その他
加入している損害保険の種類はわかりますか？	YES ・ NO	自動車・火災・地震・傷害・その他
毎月支払っている保険料の額はわかりますか？	YES ・ NO	生保 円／損保 円
生命保険の保険料の支払いは何歳で終わるかわかりますか？	YES ・ NO	歳
病気で亡くなった場合の保障額はわかりますか？	YES ・ NO	万円
事故・災害で亡くなった場合の保障額はわかりますか？	YES ・ NO	万円
病気で入院した場合の一日あたりの保障額はわかりますか？	YES ・ NO	円／日
事故・災害で入院した場合の一日あたりの保障額はわかりますか？	YES ・ NO	円／日
保険証券がどこに保管してあるかわかりますか？	YES ・ NO	
定期的に保険内容の見直しをしていますか？	YES ・ NO	