

卓 話

平成 20 年 9 月 9 日

あなたの老後に備えて…年金そして 4K

社会保険労務士 志水美和子様

1. 老後の生活設計を考える
 - ・ 年金は今後どうなるか
 - ・ ゆとりのあるセカンドライフのために
 - ・ 老後の変化あれこれ
 - ・ もしものときの遺族に対して
2. 老後は介護を避けられない
 - ・ 介護の現場では
 - ・ 自分の介護は誰がしてくれるの？
3. 現在の加入の保険は大丈夫？
 - ・ これからは医療保険が大事 死亡保障⇔医療保険
 - ・ 医療特約はどうなっていますか？

あなたの老後の生活設計

1. ゆとりのあるセカンドライフのために
2. 公的年金だけで大丈夫？

老後資金	37.9 万円	最低日常生活費	24.2 万円
		ゆとり資金	13.7 万円
公的年金	23.3 万円	夫の厚生年金	16.7 万円
		妻の国民年金	6.6 万円
不足分	14.6 万円	年間にすると	175 万円
3. 平均寿命は

男性	60 歳から	年
女性	60 歳から	年

岐阜県は長生きの県
4. 公的年金の給付水準と物価
5. 公的年金収入をもとに、生活設計
6. もしものときの遺族年金も大事
7. 離婚した場合の年金分割は得なの？

要介護度のめやすと介護保険サービス費月額

要支援	日常生活の一部に見守りや手助けが必要な場合がある。	61,500円
要介護1	立ち上がりや歩行に不安定さがある。問題行動や理解の低下が見られることがある。	165,800円
	食事や排泄に何らかの介助を必要とすることがある、立ち	

要介護度ごとの支給限度額と利用できる在宅サービスのめやす

要介護度	支給限度額 (1ヶ月あたり)	利用できる在宅サービスのめやす
要支援	61,500円	<p>週2～3回のサービス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・週2回の通所リハビリテーションまたは通所介護 ・6ヶ月に1週間程度の施設への短期入所(ショートステイ) ・福祉用具の貸与(手すり※工事をともわないもの)
要介護1	165,800円	<p>1日1回程度のサービス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・週3回の訪問介護(ホームヘルプサービス) ・週1回の訪問看護 ・週2回の通所リハビリテーションまたは通所介護 ・3ヶ月に1週間程度の短期入所 ・福祉用具貸与(歩行補助つえ)
要介護2	194,800円	<p>1日1～2回程度のサービス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・週3回の訪問介護 ・週1回の訪問看護 ・週3回の通所リハビリテーションまたは通所介護 ・3ヶ月に1週間程度の短期入所 ・福祉用具貸与(痴呆性老人徘徊感知機器)
要介護3	267,500円	<p>1日2回程度のサービス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・週2回の訪問介護 ・週1回の訪問看護 ・週3回の通所リハビリテーションまたは通所介護 ・毎日1回夜間の巡回型訪問介護 ・2ヶ月に1週間程度の短期入所 ・福祉用具貸与(車イス、特殊寝台)
要介護4	306,000円	<p>1日2～3回程度のサービス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・週6回の訪問介護 ・週2回の訪問看護 ・週1回の通所リハビリテーションまたは通所介護 ・毎日1回、夜間の巡回型訪問介護 ・2ヶ月に1週間程度の短期入所 ・福祉用具貸与(車イス、特殊寝台)
要介護5	358,300円	<p>1日3～4回程度のサービス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・週5回の訪問介護 ・週2回の訪問看護 ・週1回の通所リハビリテーションまたは通所介護 ・毎日2回、早朝・夜間の巡回型訪問介護 ・1ヶ月に1週間程度の短期入所 ・福祉用具貸与(特殊寝台、エアーマット)