



宇都宮だより

発行所
宇都宮病院
和歌山市鳴神505の4
TEL 471-1111
発行・編集：企画室

いくらかかるの？ 医療と介護

宇都宮病院相談室 丸畑雄司

(社会保険労務士、ファイナンシャルプランナー)

数年前の高齢者白書によると優先的にお金を使いたいもの第1位が健康維持・医療介護でした。また高齢者の貯蓄の目的でダントツに多いのが病気や介護への備えです。

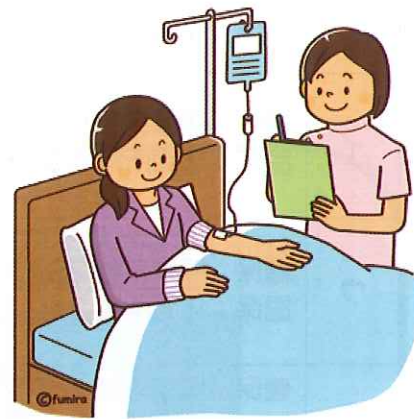
元気な時はあまり考えない病気や介護ですが、身近に入院や介護のサービスを受ける人がいると不安になってくるものです。

では実際に入院した場合、要介護状態になった場合、どれくらいの費用が必要なのでしょうか。知り合いの話では…とか、雑誌の記事で…などいろんな情報を耳や目にしますが、人の話は参考程度、まずは自分のことを考えてみましょう。

1. 入院した場合

入院すると大きな出費になることは今さらの話。もしもの入院に備えて医療保険や生命保険の入院給付金の契約をしている方は少なくないと思います。

でもそうした民間の保険に頼る前に、まずは公的な制度でどれくらいの補填ができるのか、実際の負担がどれくらいになるのか知っておくことは大事です。



◆高額療養費

健康保険、国民健康保険など公的医療保険には「高額療養費制度」があります。

これは窓口負担が基準額を超えると、超えた額が還付され、最終的には所得に応じた一定額の支払いで済むという制度です。

例えば70歳以上、後期高齢者の方が入院すると通常であれば1割負担（現役並み所得な3割）の窓口負担が必要です。

表1はそれぞれの所得区分の窓口負担の上限です。一般区分の方は44400円とわかります。医療機関の窓口では、患者様の持っている保険証で区分がわかるようになっています。現役並み所得の方は保険証の負担割合が3割となっ

ているので、入院すると 80000 円余り、住民税非課税の人は後述する認定証を持っているので、上限が 24600 円、または 15000 円、何もなければ 44400 円と計算するようになっているのです。

70 歳未満の計算については今回割愛しますが、所得に応じたそれぞれの上限額（表 2）が決まっています。

【表 1 高額療養費自己負担上限額（70 歳以上）】

	非課税世帯	一般	現役並み世帯
70 歳～74 歳	外来 8000 円	12000 円	44400 円
	入院Ⅱ 24600 円	44400 円	80100 円 + α
	入院Ⅰ 15000 円		(多 44400 円)
後期高齢者	外来 8000 円	12000 円	44400 円
	入院Ⅱ 24600 円	44400 円	80100 円 + α
	入院Ⅰ 15000 円		(多 44400 円)

※入院Ⅰ：総所得金額が 0 円の方など

※入院Ⅱ：住民税非課税で入院Ⅰ以外の人

【表 2 高額療養費自己負担上限額（70 歳未満）】

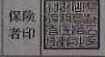
区分	所得区分	自己負担限度額
ア	健保：標準報酬 83 万円以上 国保：年間所得 901 万円以上	252,600 円 + (医療費 - 842,000 円) × 1% < 多数回該当：140,100 円 >
イ	健保：標準報酬 53 万円～79 万円 国保：年間所得 600 万円～901 万円	167,400 円 + (医療費 - 558,000 円) × 1% < 多数回該当 93,000 円 >
ウ	健保：標準報酬 28 万円～50 万円 国保：年間所得 210 万円～600 万円	80,100 円 + (医療費 - 267,000 円) × 1% < 多数回該当 44,400 円 >
エ	健保：標準報酬 26 万円以下 国保：年間所得 210 万円以下	57,600 円 < 多数回該当 44,400 円 >
オ	住民税非課税	35,400 円 < 多数回該当 24,600 円 >

◆ 限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証

70 歳未満の人は 3 割負担なので、高額療養費で上限額を超えた額が戻ってくるといっても、窓口の支払いは高額になります。そこで事前に手続きいただきたいのが、「限度額適用認定証」です。あらかじめこの認定証を窓口提示すれ

ば、自己負担の限度額までの請求になり、高額療養費の手続きで還付される額は、医療機関から保険者に請求されます。認定証の交付手続きは保険者（国保は各自治体、健康保険は協会けんぽなど）にご確認ください。

70歳以上の方で低所得に該当する方（住民税非課税世帯）は、右のような限度額適用・標準負担限度額認定証が交付されます。窓口での医療費の支払いを抑える手続きなので、対象になる方は手続きしましょう。後期高齢者医療の人は該当者に送付されます。

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証	
交付年月日 平成27年 8月 1日	
被保険者番号	
住所	和歌山市
氏名	
生年月日	年 月 日
発効期日	平成27年 8月 1日
有効期限	平成28年 7月31日
適用区分	区分II
長期入院 該当年月日	平成27年 8月 1日
保険者印	
保険者番号 並びに保険 者の名称及 び印	3 9 3 0 2 0 1 3 和歌山県後期高齢者 医療広域連合

◆世帯合算

同一世帯で複数の方が入院などにより医療費の負担が大きくなる場合、合算できる仕組みがあります。合算できるのは同一保険に加入している人に限ります。健康保険であれば本人と扶養家族、国民健康保険であれば住民票の世帯が同じであることなどです。

夫婦でそれぞれ別の健康保険に加入している、国民健康保険と後期高齢者医療保険など保険が異なると合算することはできません。

また70歳以上は額に関わらず合算できますが、70歳未満はそれぞれ21000円以上でないと合算はできません。詳しくみるとややこしいですね。

意外と知られていないのは転医などで、転医前後のそれぞれの病院で医療費を支払った場合です。この場合も21000円を超えれば合算することができます。後期高齢者医療以外は申請が必要なので忘れないようにしましょう。

◆多数（回）該当

直近の1年間に4回以上高額療養費の対象になれば、4回目からは自己負担が低くなります。これを多数（回）該当といいます。例えば区分ウの人は多数該当になれば自己負担の上限は8万円余りが44400円になります。

今回詳しくは説明できませんが、入院すると上記の医療費以外に食事代、身の回りの生活用品、おむつ、部屋代など保険外費用などがかかります。また遠方の家族が見舞いや面会に来ればその交通費などもかかります。日常生活の不意の費用については、公的な補償を知ったうえで保険で準備する、預貯金で準備する等考えることが必要です。

2. 在宅医療

最期を家で過ごしたい、という人は少なくありません。



寝たきりになっても在宅で医療や介護サービスを利用して暮らし続けるためのサポートの連携が、今後ますます充実してきます。自宅に往診に来てもらったら高いのではないかとみなさん気にされます。実は自宅に往診に来てもらった場合の費用は複雑で、病院から来てもらうか診療所からか、月1回か2回か等たくさんのパターンに分かれます。宇都宮病院

からの往診で説明すると、月2回の往診でだいたい7000円くらいです。これにはかかりつけ医療機関としての管理料が含まれ、24時間対応と必要時には入院という安心料が含まれます。ちなみに月1回だと半額の3500円になるのかといえば、そういう計算ではないのであしからず。基本的に月2回の往診の上限は7000円くらいと理解しておいてください。実際はこの額以外に薬代などが加わります。

3. 介護について

2000年から始まった介護保険制度ですが、2025年以降、団塊の世代が介護保険を利用しても制度を維持させるために、現在改定の真っただ中です。これから次々制度改正があるので、医療や介護の関係者は特に目が離せません。

介護の費用は在宅と施設では大きく変わります。

また在宅であっても自宅か有料老人ホームかによっても変わり、ご本人の状態や介護する家族の有無によっても変わってきます。

生命保険文化センターの調べでは、介護に必要な一時的費用は約91万円(表3)、毎月の介護費用の平均は77000円となっています。

それぞれの費用をどう準備するか、月々の費用をどうまかなうか考えておくことが必要です。

【表3 一時的に介護にかかる費用例】

車いす	1万円～15万円
ポータブルトイレ	1万円～25万円
特殊寝台	15万円～25万円
有料老人ホーム一時金	0～4000万円
階段昇降機	50万円～
住宅改修(手すり)	1万円～



◆自宅で介護する場合

自宅で介護する場合は、まず介護保険の要介護認定を受ける必要があります。

この認定結果の要介護度によって利用できるサービスの種類や回数などが変わってきます。

例えば1時間のヘルパー（生活介護）は要介護1～5であれば介護度に関係なく240円程度、通所のデイサービスは要介護度や事業所の施設基準によって異なりますが650円～1200円くらいです（食事代別）。基本的に自宅で利用するサービスは介護度による違いはなく、デイサービスやショートステイなど送迎で通うサービスは介護度が重くなると費用も高くなります。

ケアマネジャーは、アセスメントに基づいて必要なサービスを、要介護度による上限や支払える金額等調整しながらケアプランを立てます。

介護サービスはたくさん利用できるから得とか、使わないと損というものではありません。表4は要介護度別に利用できる上限に対し、どれくらいのサービスを利用しているのか表しています。大体5割前後の利用ということがわかります。実際の支払いでは介護保険の一部負担金にデイサービスなどの食事代、ショートステイの居住費、食費などがかかります。

【表4】

	利用限度額(円)	平均費用額(円)	平均利用率(%)
要支援1	50030	22900	46.1
要支援2	104730	41960	40.3
要介護1	166920	75800	45.7
要介護2	196160	104560	53.7
要介護3	269310	156700	58.6
要介護4	308060	190490	62.3
要介護5	360650	233080	65.1

◆高額介護サービス費

医療費が高額になった場合、負担の上限が抑えられる高額療養費と同じように、介護保険にも高額介護サービス費があります。

高額介護サービス費の手続きは自治体によって異なりますが、和歌山市では最初の該當時に振込口座を指定する手順の用紙が送付され、以後は上限額を超えると自動還付されるようになっています。

表5は収入別の自己負担上限額を表しています。収入や世帯の状況によって上限額が異なります。

区分についての詳細は今回省略しますが、夫婦で介護サービスを利用する場合、自己負担の上限は個人と世帯があるので、それぞれが限度額いっぱい利用しても個人の上限額×2ではないことは表からわかります。

高額介護サービス費は後期高齢者の高額療養費と同様に、初回該当時に振込口座を指定する用紙が届き、申請しておくとい後手続きしなくても振り込まれるようになっています。

【表5：高額介護サービス費（自己負担限度額）】

区分		個人	世帯
第1段階	生活保護世帯等	15,000円	15,000円
第2段階	老齢福祉年金受給者 課税年金収入80万円以下	15,000円	24,600円
第3段階	非課税世帯で第2段階以外	24,600円	24,600円
第4段階	課税世帯	37,200円	37,200円
	現役並み所得者	44,400円	44,400円

◆介護施設入所、有料老人ホーム等入居費用

介護保険の入所施設は老人保健施設、特別養護老人ホーム、介護療養型医療機関の3つがあります。それ以外にグループホームやケアハウスなども身のお世話をしてもらう施設があります。

また介護保険を利用する住宅として有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅（以後有料老人ホーム等）などがあります。

介護施設は所得によって費用負担が変わります。また今年8月から本人、配偶者の預貯金等の資産によっても費用が変わることになりました。

入所費用の目安としては表5のようになります。

おむつ代は含まれますが、実費分については施設ごとに決められているので確認が必要です。実際の手続きでは入所のための面談で費用についても説明してくれます。

有料老人ホーム等は介護保険を使って身の回りのサービスを行ってくれますが、基本的に自宅と同様にケアプランに基づいてサービスを利用します。

【表6：介護施設等入所費用めやす】

施設	費用目安
特別養護老人ホーム※	約8万円～15万円
老人保健施設※	約8万円～10万円
介護療養型※	約9万円～10万円
グループホーム	約9万円～20万円
ケアハウス	約6万円～17万円
有料老人ホーム等	約10万円～

※所得によって軽減措置がある



◆介護保険以外にかかる費用

介護サービス以外に係る費用としては、前述の一時的な費用以外に、家族の介護のための移動費や安否確認のための費用、自動車改造、家政婦費用、特別な介護用食、紙おむつ等が挙げられます。同居ではなく遠隔地に住んでいる場合は費用も多くなりますね。

最近では民間保険でも「介護保険」ができ、一定の要介護状態になった場合、一時金または月払いの給付金が出るものがあります。もちろん預貯金で備えてもかまいません。

3. さいごに

今さらですが、医療・介護はお金がかかるものです。もしもの時のための備えは人それぞれですが、まずは利用できる社会資源を知っておくこと、入院・介護にかかる費用を知っておくことです。今回は自己負担の上限を抑える高額療養費、高額介護サービス費について紹介しましたが、あらかじめ上限を知ることによって医療やサービスに対する経済的な不安の軽減につながったり、ケアプランに役立つこともあるのではないのでしょうか。

尚、制度には保険者や自治体による独自の要件や手続きがある場合があります。利用の際には事前の確認をお願いいたします。

医療、介護だけでなくちょっと気になることは、まず下記相談室までご連絡ください。宇都宮病院に入院している、通院している方だけでなく、ご近所、お知り合いの方でも、お気軽に相談ください。

宇都宮病院なるコミ内
医療介護福祉相談室



連絡先 073-471-1111 (宇都宮病院)
073-471-3148 (直通)

コラム 和歌山、ええ人

「施設利用者と一緒にきくらげを栽培」



社会福祉法人つわぶき会
授産部 授産部長 川口泰功 氏



木耳（きくらげ）。まさに木から耳が生えてきたような状態である。薬膳的にも木耳は非常に優秀な食材で、血液を浄化したり、免疫力を高めたり、便秘を改善するといった効果がある。

我々が口にする木耳の殆どは中国産。国産木耳はまだまだ 1 割にも満たない。国内の消費量はナメコと同じくらいだ。その貴重な国産木耳の栽培に力を入れているのが川口泰功氏。和歌山市西庄にある社会福祉法人つわぶき会では、施設の屋上で平成 26 年の夏から栽培に取り組んでいる。

私が昨年秋に訪れたときは上の写真のような木耳がぎっしり並んでいたが、10 月 13 日の取材の時には既に収穫のあと。もう少し早ければ収穫前の木耳たちに会えたのだが、なんとか採りたての籠に収まった木耳には会うことができた。



川口氏によると、「きくらげ栽培はある民間企業の提案で昨年の夏、試験的にスタートしました。場所は施設の屋上で、夏場は炎天下となり日頃の作業はとてつもなく体力を消耗します。施設に通所している利用者 3 名が作業を担当していて、今となっては自分で何をすればいいかと言うことも理解できてきた。自ら率先して作業に取り組んでいる」とのこと。



ちょうどこの日は収穫したばかりの木耳を手にとって作業をしているところだった。収穫のピーク時には、施設の通所サービスの利用者 4 名を増員して作業にあたるのだそうだ。「特に夏場の作業は脱水症や熱中症にならないよう、全員の体調管理にも神経を使う。」と川口氏。

安定した栽培と収穫を行うためには、散水システム、乾燥機、冬場の温度管理（22℃～25℃）などの設備が必要である。温度管理の問題で、昨年の冬は木耳があまりできなかったという。完全国産ということで菌はもちろん、菌床となるチップのかたまりも、セシウム検査などの厳しい検査をクリアしなければならない。同じ菌床で 3 回くらい栽培できる。不要になった菌床は捨てずに畑にばらまけば肥料として利用することもできるという。環境にもやさしい木耳栽培である。



現在は、乾燥きくらげとして、和歌山生協、フォルテワジマ、東京アンテナショップ等で販売中。和歌山での購入ご希望の方は、つわぶき会までお問合せ下さい（073-452-0294）

美味しさと安全にこだわった完全国産木耳を食べてもらいたいという熱意と日頃の努力。川口氏と一緒に作業する人達みんなが和歌山のええ人。（H27.10.13 取材）

取材・記事 宇都宮病院地域連携室長 柴野好昭

患者様・地域に愛寄り添う

お問い合わせ

宇都宮病院



TEL.073-471-1111

〒640-8303 和歌山市鳴神 505-4 <http://www.utsunomiya-hospital.com/>

診療時間

午前9時～12時 月～土
午後4時～7時 月～金

	月	火	水	木	金	土
1 診	院長 宇都宮	副院長 冷水	院長 宇都宮	三 谷	院長 宇都宮	三 谷
2 診	三 谷	多 屋	三 谷	土 井	副院長 冷水	副院長 冷水
夕 診	院長 宇都宮	三 谷	米 田	石 井	副院長 冷水	