

179.長寿社会のリスクマネジメントはやはり介護保険で

不確実な人生の中で、唯一確かなのは、命に限りがあり、誰もがこの世と別れなくてはならないことです。元気で寝付かずに突然亡くなる、ピンピンころりに憧れる人は多いですが、死ぬ前の平均寝たり期間は8.5か月で、多くの場合、誰かの支えが必要です。この時間を気持ちよく過ごすには、やはり日常からの覚悟と備えることが大切ではないでしょうか。ですから、長寿社会の生活設計において、「もしも自分が、親が、介護状態になったら…」という介護に関する備えは、欠かせないということです。もし要介護になった場合の肉体的、精神的な負担やストレスはもちろん、経済的な負担も気になることです。どのような物やサービスがどのくらいの価格で必要になるのか、目安額を把握しておきたいものですね。

生命保険文化センターが実施した調査の「介護費用」(公的介護保険サービスの自己負担費用を含む)を見ると、介護に要した費用のうち、一時費用(住宅改造や介護用ベッドの購入など一時的にかかった費用)の平均は86万円、月々の費用は、1か月当たり平均7.3万円となっています。また、介護を始めてからの期間(介護中の場合は経過期間)の平均は、55.2か月(4年7か月)だそうです。介護費用は、公的介護保険だけに頼るのではなく、自助努力で準備することも検討する必要があると思います。また、備えのうちで、まず第一に大切なことは、身の回りを整理して最小限のシンプルな生活にするよう心がけることと後見人になった人たちの経験談です。