



「 知 ら な き や 損 ！

驚 く ほ ど 得 し て

誰 で も 使 え る 8 つ

の 社 会 保 障 制 度 」



もくじ



➔ ①遺族年金で受けられる保障とは？	p.4
・ 会社員の人が亡くなった場合の給付金は？	p.5
・ 自営業の人が亡くなった場合の給付金は？	p.6
➔ ②障害年金で受けられる保障とは？	p.7
・ あなたがもらえる障害年金額の早見表	p.8
・ 障害年金の支給される障害状態とは？	p.9
➔ ③公的医療保険で受けられる保障とは？	p.10
・ 高額療養費制度を活用する	p.10
・ 仕事ができなくなったら傷病手当金を活用する	p.12
・ 入院したときの費用どれくらいかかるの？	p.12
・ 子供の小児医療助成制度とは？	p.13
・ 医療費控除で税金の還付を受ける	p.15
➔ ④先進医療とは何なの？	p.20
・ 先進医療の費用はどれくらい掛かるの？	p.20
・ 先進医療を受けるにはどうしたらいいの？	p.20



もくじ



→ ⑤ 出産したときに受けられる給付金とは？ p.21

- ・ 子供が生まれたときの出産育児一時金 p.21
- ・ 会社を休んだ時は出産手当金 p.21
- ・ 育児休業給付金とは？ p.22
- ・ 出産費貸付制度とは？ p.23

→ ⑥ 介護状態になった場合どうなるの？ p.23

- ・ 要介護認定は 7 段階に分けられる p.25
- ・ 受けられる介護サービスは？ p.27
- ・ 高額介護合算療養費制度とは？ p.36
- ・ 介護休業給付金とは？ p.37

→ ⑦ 生命保険料控除を活用する p.39

- ・ 新制度と旧制度の違いとは？ p.39
- ・ 生命保険料控除の申告方法 p.42

→ ⑧ 生命保険のプラン設計 p.43

- ・ 単身の場合 p.43
- ・ 夫婦 2 人の場合 p.45
- ・ 子供が生まれた場合 p.47



はじめに



初めまして。長井と申します。

この冊子を手にとっていただきありがとうございます。

また、いつも保険の教科書をお読み頂きありがとうございます。

これまで 1000 名以上の保険相談を受けてきましたが公的保障を理解している人は非常に少ないと感じます。日本の社会保険制度は多くの保障が受けられるようになっており、私たちの生活に密着しています。

本書では社会保障を中心に知っておかなければいけない情報を記載しております。これからの生活にお役立て頂ければ幸いです。

お金に関する相談受けていると内容を知らずに金融商品に加入している人が多いのを実感します。特に生命保険は情報が多様化しており何をどうしていいのか、わからなくなっているのではないのでしょうか？

まずは保険の基本である社会保障を理解することからはじめて見ましょう。日本の社会保険制度は充実しています。

充実している社会保障ですが知らないと受けられない制度もあります。これから生活していく中で社会保障を知るのはとても重要なことです。民間の生命保険に加入する前に基本となる公的保障から自分が受けられる保障を確認しておきましょう。この資料では普段の生活で活用できる社会保障を中心に生命保険に加入する前に確認しておくことをまとめてあります。



ファイナンシャルプランナー

長井 大輔



！ お電話平日 9:00～19:00、メールでは 24 時間受け付けております。

保険料の節約も

保障内容の充実も

家族の為に新しい保険も



受付時間

0120-363-736

平日：9:00～19:00

保険の相談をする



民間保険に入る前に 絶対に抑えておくべき 社会保障とは？

CEHCK!



ここでは民間の保険に加入する前に知っておかなければいけないことをお伝えします。

民間の生命保険の前に保障の基礎となるのが社会保険制度です。社会保険の中には知らなければいざとなった時に受けられないものもたくさんあります。

そして、みなさんがまだ知らない保障がたくさんあると思います。これから民間の保険に加入しようと考えている人も、現在加入をしている保険の見直しを考えている人も是非ご覧ください。民間の保険を検討するのはこちらを読んでからにしましょう。



1 遺族年金で受けられる保障とは？



生命保険に加入をするときに知らなければいけないのがこの遺族年金です。
 一家の大黒柱に万が一のことがあったときに遺族が受け取ることのできる年金です。
 遺族年金には遺族基礎年金、遺族厚生年金、遺族共済年金の3つがあります。
 どの遺族年金を受け取れるかについては、亡くなった人の職業によって異なります。
 また、遺族年金をもらえる遺族の範囲も年金の種類によって異なります。

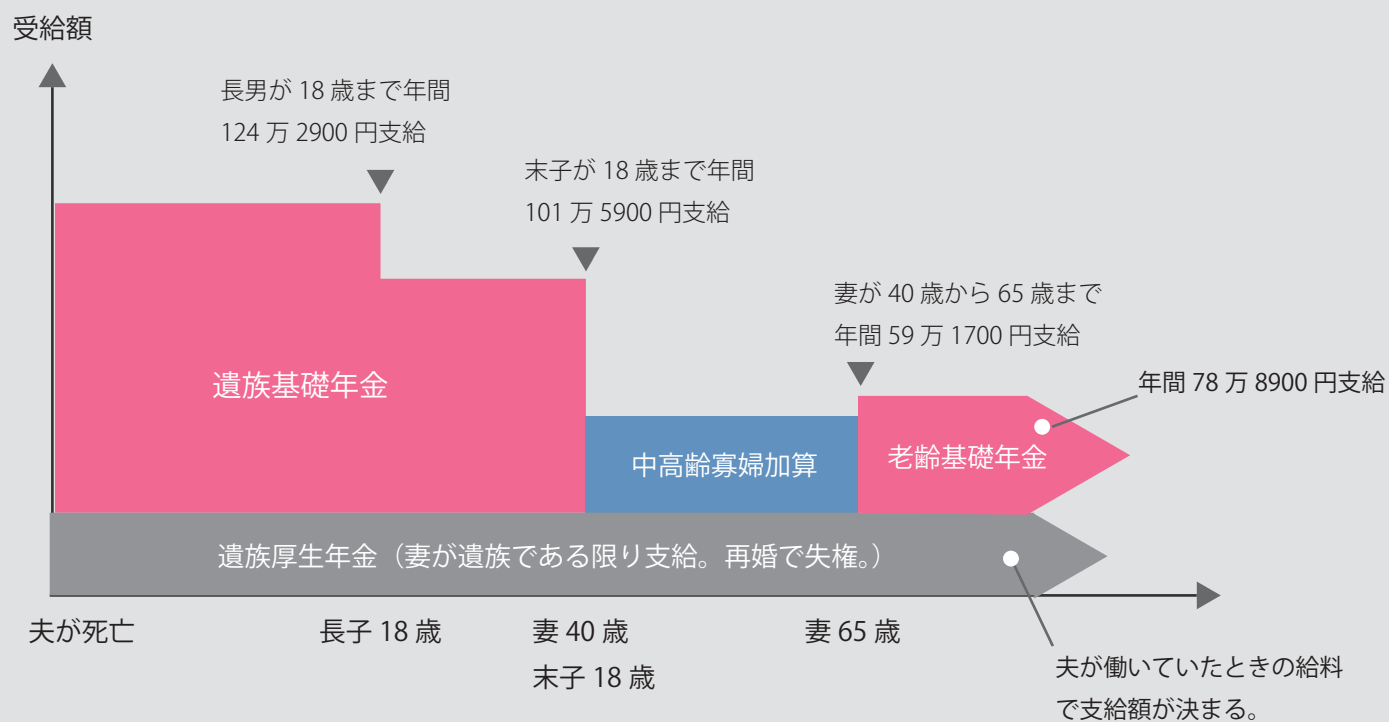
	自営業世帯（国民年金）	サラリーマン世帯（厚生年金）	公務員世帯（共済年金）
遺族年金を もらえる対象者は？	(1) 子供のいる妻 (2) 子供 ※子供のいない妻は もらえない。	(1) 妻、夫、子供 (2) 父母 (3) 孫 (4) 祖父母	(1) 妻、夫、子供 (2) 父母 (3) 孫 (4) 祖父母
もらえる年金は？	遺族基礎年金	遺族基礎年金 遺族厚生年金	遺族基礎年金 遺族共済年金

		自営業世帯 （国民年金）	サラリーマン世帯 （厚生年金）	公務員世帯 （共済年金）
子供あり （18歳未満）	子1人の期間	1,015,900円 （月：84,658円）	1,613,300円 （月：134,441円）	1,613,300円 （月：134,441円）
	子2人の期間	1,422,900円 （月：103,575円）	1,840,300円 （月：153,358円）	1,840,300円 （月：153,358円）
	子3人の期間	1,318,500円 （月：109,875円）	1,915,900円 （月：159,658円）	1,915,900円 （月：159,658円）
子供なし （18歳以上）	妻40歳未満の期間	0円	597,400円 （月：49,783円）	716,800円 （月：59,733円）
	妻40～64歳の期間	0円	1,189,100円 （月：99,091円）	1,308,500円 （月：109,041円）
	妻65歳以降の期間	788,900円 （月：65,741円）	1,386,300円 （月：115,525円）	1,505,700円 （月：125,475円）

→ 会社員の方が亡くなった場合の給付金は？

会社員の方が亡くなり、妻と子がいる場合遺族基礎年金と遺族厚生年金が併せて受給できます。
末子が 18 歳に到達する年度末になると遺族基礎年金の受給資格がなくなります。
それからは遺族厚生年金だけになりますが中高齢寡婦加算が受給できるようになります。

例) 夫（会社員）が死亡時、遺族は妻（30 代）と子供 2 人



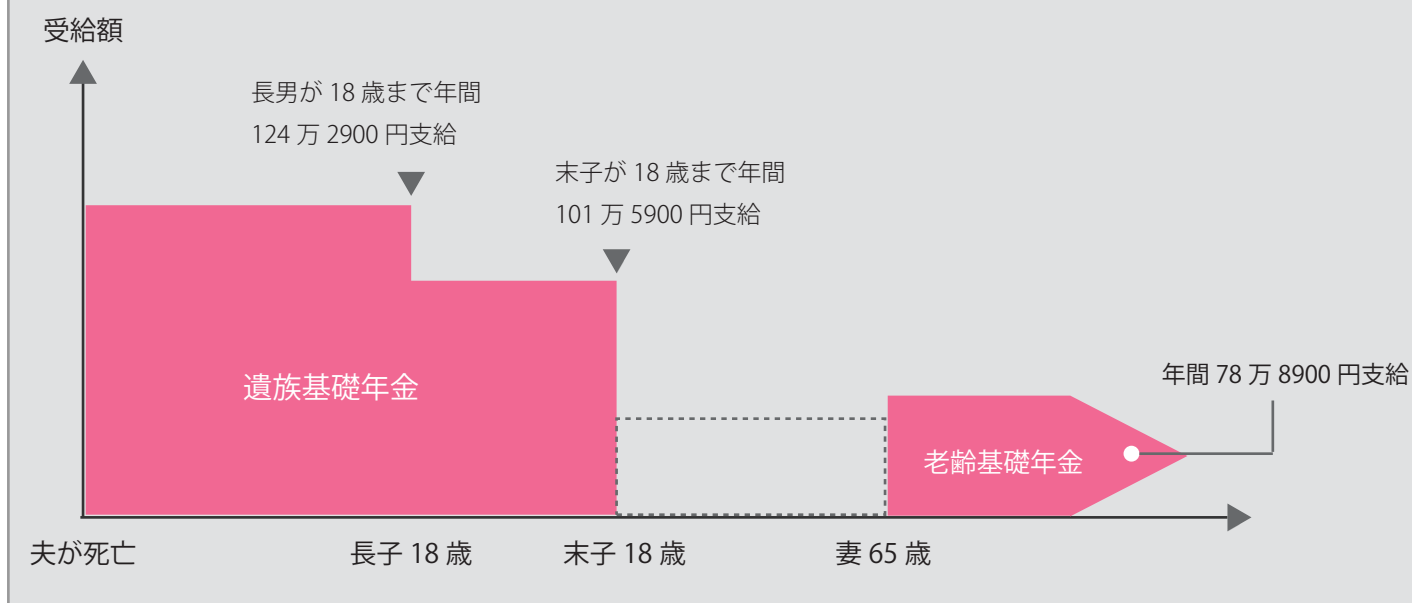
ただし、子供がいなかったり、いても成人しているような場合、遺族基礎年金は支給されません。
また、夫が亡くなったが子供がなくまだ 20 代と若い場合は遺族厚生年金も 5 年しか支給されません。

→ 自営業の人が亡くなった場合の給付金は？



自営業の方が亡くなった場合は遺族基礎年金のみの受給となります。
ただし、死亡一時金寡婦年金が受け取れる可能性があります。

例) 夫（自営業）が死亡時、遺族は妻と子供2人



■ 寡婦年金とは？



保険料納付期間が25年以上ある自営業の夫が死亡したとき、第1号被保険者期間だけで計算した年金額の4分の3が支給されるものです。受け取れるのは婚姻関係が10年以上あり65歳未満の妻で60歳から65歳までの5年間受け取れます。

ただし亡くなった夫が老齢年金や障害年金を受給していたり、妻が老齢基礎年金の繰り上げを受給している場合は受け取ることができません。

■ 死亡一時金とは？



第1号被保険者として保険料を3年納めた人が老齢基礎年金や障害基礎年金を受け取らないまま亡くなった場合は死亡一時金が受け取れます。寡婦年金のどちらか一方を受けられる場合は一方を選んで受け取ります。

死亡一時金の金額は納付期間と保険料免除期間に応じて12万円～32万円になります。

2 障害年金で受けられる保障とは？

障害年金は、病気やけがなどによって障害の状態になったとき、生活を支えるものとして支給されます。「障害の状態」とは、視覚障害や聴覚障害、肢体不自由などの障害だけでなく、がんや糖尿病、高血圧、呼吸器疾患、精神疾患などの内部疾患により、長期療養が必要で仕事や生活が著しく制限を受ける状態になったときなども含まれます。また、障害手帳をもっていない場合でも、障害年金を受けることができます。

➔ 障害年金の支給要件

支給要件は以下のようになります

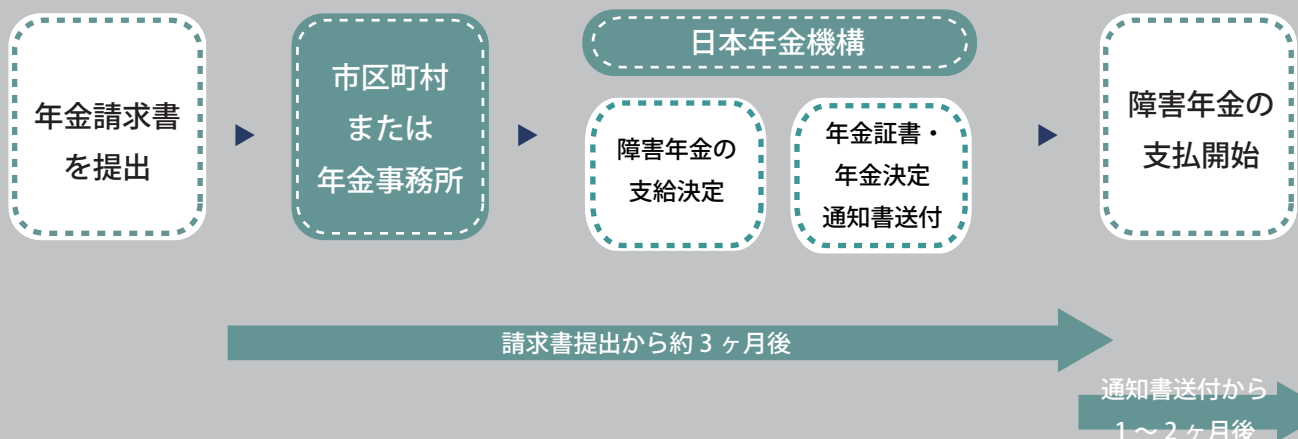
障害基礎年金の支給要件

- ・ 保険料納付済期間（保険料免除期間を含む。）が3分の2以上ある者の障害
- ・ 20歳未満のときに初めて医師の診療を受けた者が、障害の状態にあつて20歳になったとき、または20歳になってから障害の状態となったとき

障害厚生年金の支給要件

- ・ 厚生年金加入者であること
- ・ 加入期間中に初めて医師の診療を受けた傷病による障害
ただし、障害基礎年金の支給要件を満たしていること

障害年金の請求手続きから支給まで



→ あなたが貰える障害年金額の早見表



	障害基礎年金	障害厚生年金
1 級障害	983,100 円 + 子の加算額	(報酬比例の年金額) × 1.25 + 配偶者の加給年金額
2 級障害	786,500 円 + 子の加算額	(報酬比例の年金額) + 配偶者の加給年金額
3 級障害		(報酬比例の年金額) + 589,900 円に満たない ときは、589,900 円
障害手当金 (一時金)		(報酬比例の年金額) × 2 + 1,150,200 円に満たない ときは、1,150,200 円

※障害基礎年金、障害厚生年金、障害手当の額は、物価や賃金などの変動に応じて、毎年見直しが行われ、その年度の支給額に反映されます。

Check!



障害年金の基礎

障害年金の支給を受けるには、本人またはご家族による年金の支給申請の手続きが必要です。なお、障害年金の手続きは複雑ですので、手続きを行う前に、日本年金機構の「ねんきんダイヤル」(ナビダイヤル 0570-05-1165) に電話するか、年金事務所や街角の年金相談センターなどで事前に相談することをお勧めします。

Check!



障害手当金とは？

厚生年金加入者で障害等級 3 級よりも軽い状態でも一時金が支給されます。
支給要件は障害厚生年金と同じです。

Check!



障害年金の支給される障害状態とは？

障害 等級	法律による定義	具体的には
1 級	身体機能の障害または長期にわたる安静を必要とする病状が、日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のもの	他人の介助を受けなければ日常生活のことがほとんどできないほどの障害状態です。身の回りはかろうじてできるものの、それ以上の活動はできない方（または行うことを制限されている方）、入院や在宅介護を必要とし、活動の範囲がベッドの周辺に限られるような方が、1 級に相当します。
2 級	身体の機能の障害または長期にわたる安静を必要とする病状が、日常生活が著しい制限を受けるかまたは日常生活に著しい制限を加えることを必要とする程度	必ずしも他人の助けを借りる必要はなくても、日常生活は極めて困難で、労働によって収入を得ることができないほどの障害です。例えば、家庭内で軽食をつくるなどの軽い活動はできてもそれ以上の重い活動はできない方（または行うことを制限されている方）、入院や在宅で、活動の範囲が病院内・家屋内に限られるような方が 2 級に相当します。
3 級	傷病が治らないで、労働が制限を受けるか、または労働に労働に制限を加えることを必要とする程度のもの	労働が著しい制限を受ける、または、労働に制限を加えることを必要とするような状態です。ほとんど支障はないが労働については制限がある方が 3 級に相当します。
障害 手当 金	傷病が治ったもので、労働が制限を受けるか、労働に制限を加えることを必要とする程度のもの	

Check!



障害年金から支給される金額は？

支給される障害年金の額は、加入していた年金や障害の程度、また、配偶者の有無や子どもの数などによって異なります。子供がいる場合、子ども 2 人までは 1 人につき 226,300 円、3 人目以降は 1 人につき 75,400 円加算されます。



3 公的医療保険で受けられる保障とは？



→ 高額療養費制度を活用する

公的医療保険では窓口で 70 歳未満の現役世帯は 3 割負担となります。
ただ医療費が高額になってくると負担が大きくなっていくため 1 か月の自己負担の上限が定められています。一定額を超えた場合に払い戻しが受けられる制度を「高額療養費制度」といいます。



事前に申請すれば窓口で精算してもらえる

あらかじめ高額療養費限度額適用認定証（以下、限度額認定証と略す）の申請を行い、交付された限度額認定証を医療機関に提示することによって、後ほど還付される高額療養費を見越した自己負担限度額のための支払いで済むようになりました。なお、70 歳以上で低所得者でない者については限度額認定証の交付は必要なく、通常の診療と同様に 70 ～ 74 歳の者は高齢受給者証、75 歳以上の者は後期高齢者医療保険者証を窓口で提示することで、自動的に自己負担額のための支払いになります。



高額療養費制度は家族で合算できる

世帯で複数の方が同じ月に病気やけがをして医療機関で受診した場合や、お一人が複数の医療機関で受診したり、一つの医療機関で入院と外来で受診した場合は、自己負担額は世帯で合算することができます。その合算した額が自己負担限度額を超えた場合は、超えた金額が払い戻されます。



自己負担限度額

70 歳未満の方（平成 18 年 10 月～）

上位所得者 (標準報酬月額 53 万円以上)	$150,000 \text{ 円} + (\text{医療費} - 500,000) \times 1\%$
一般	$80,100 \text{ 円} + (\text{医療費} - 267,000) \times 1\%$
低所得者 (住所税非課税)	35,400 円



続き

→ 高額療養費制度を活用する

70 歳以上 75 歳未満の方（平成 18 年 4 月～）

	通院の一部負担 (個人ごと)	世帯全員の一部負担 (入院含む)
現役並み所得者 (標準報酬月額 28 万円以上等)	44,400 円	80,100 円 + (医療費 - 267,000 円) × 1%
一般	12,000 円	44,400 円
低所得者 II (住民税非課税)	8,000 円	24,600 円
低所得者 I (住民税非課税)		15,000 円

ただし、70 歳未満の方の合算できる自己負担額は、21,000 円以上のものに限られます。
70 歳以上の方は自己負担額をすべて合算できます。



合算対象のポイント

70 歳未満の方の場合は、受診者別に次の基準によりそれぞれ算出された自己負担額（1 ヶ月）が 21,000 円以上のものを合算することができます。

自己負担額の基準

- ・ 医療機関ごとに計算します。同じ医療機関であっても、医科入院、医科外来、歯科入院、歯科外来にわけて計算します。
- ・ 医療機関から交付された処方せんにより調剤薬局で調剤を受けた場合は、薬局で支払った自己負担額を処方せんを交付した医療機関に含めて計算します。



高額療養費は 2 年以内であれば申請できる

高額療養費の支給を受ける権利は診療を受けた月の翌月初日から 2 年です。
よって 2 年以内であればさかのぼって申請し、払戻しが受けることができます。

→ 働けなくなったら傷病手当を活用する

もし病気で入院し、仕事ができなくなったら収入が減ってしまいます。その場合公的医療制度の中に傷病手当金があります。

業務外の病気やケガのために働けないで仕事を休み、給料が支払われない場合や給与は下がった場合、その間の生活保障をしてくれる所得保障・休業補償の制度です。

連続3日間欠勤すれば、4日目から傷病手当金が支払われます。期間は1年6か月です。

傷病手当金の受給要件

傷病手当金は以下の要件を満たさないと受給できません。

- ・ 業務外の事由による病気やケガによる療養の休業であること
- ・ 仕事に就くことができないこと
- ・ 連続3日間を含み4日以上仕事に就けなかったこと
- ・ 休業期間に給与の支払いがなかったこと

※自営業の人など国民健康保険に加入している場合は傷病手当金はありません。

→ 入院したときの費用はどれくらいかかるの？

1日当たりの入院費用は16,000円

入院1日当たりの平均は1日当たり16,000円というデータがあります。

(生命保険文化センター「生活保障に関する調査」／平成22年度)

ただ、これは差額ベット代や食事代(1食260円)を含んだものです。

後ほど記載しておりますが差額ベット代(個室など)を使用するかしないかで大きく1日当たりの金額は異なります。

個室などには差額ベッド代がかかる

入院したときに個室などに入ると医療費以外にお金がかかります。この差額ベット代は公的医療保険の対象外となっております。先ほどの高額療養費の対象外となり全額自己負担となります。

※差額ベッド代が発生するのは4人以下でプライバシーを確保しているなどの条件があります。6人以上の大部屋は差額ベッド代は掛かりません。



続き



入院したときの費用はどれくらいかかるの？



差額ベット代 1日平均（厚生労働省 平成22年7月）

- 1人部屋 7,558円
- 2人部屋 3,158円
- 3人部屋 2,774円
- 4人部屋 2,485円



差額ベッドの注意点

気をつけていただきたいのは「個室しか空いてない」などの理由により、個室に入った場合、差額ベッド代の支払いを拒否できます。

病院は差額ベッド代を取るには設備や料金などを説明し、料金を明示した文書に署名をもらわなければいけないので署名をしなければ差額ベッド代の支払いは生じません。

入院が長くなってくると高額になりますので注意が必要です。



入院時の食事は1食260円

健康保険には入院時食事療養費により一般の人は1食当たり260円になります。



子どもの小児医療費助成制度とは？

子供の医療費については、ある一定年齢まで軽減される医療費助成制度があります。

医療費助成制度については各市区町村によって、対象となる子供の年齢（上限）や自己負担のあるところないところに分かります。各市区町村でそれぞれに決められています。

最近では、少子化対策や子育て支援を目的として、中学卒業まで医療費を無料とする市区町村もあります。子供がいる方や、これから引越しを考えている方は市区町村の制度を確認しておくことをお勧めします。



続き



子どもの小児医療費助成制度とは？



各自治体の医療費助成制度一覧（一部）

各自治体小児医療費助成制度一覧（一部）			
自治体	年齢	所得制限	自己負担
千代田区	18 歳まで（高卒相当）	なし	なし
それ以外の東京 23 区	中学卒	なし	なし
横浜市（神奈川）	小 1	1 歳以上	なし
川崎市（神奈川）	小 1	1 歳以上	なし
さいたま市（埼玉）	中学卒	なし	なし
千葉市（千葉）	小 3	なし	あり
土浦市（茨城）	中学卒	なし	あり
大阪市（大阪）	中学卒	3 歳以上	あり
堺市（大阪）	中学卒	なし	あり
京都市（京都）	小学卒	なし	あり
奈良市（奈良）	小学卒	なし	あり



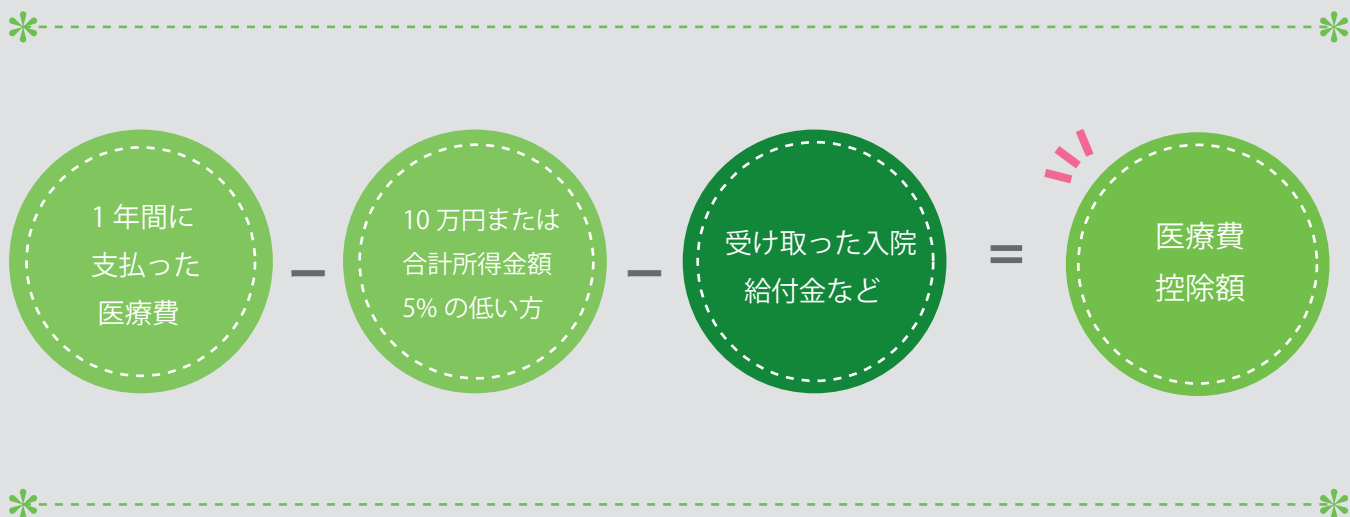
➔ 医療費控除で税金の還付を受ける

医療費が多くかかった年に、その医療費の負担を少しでも軽くするために、かかった医療費の一部を税金から控除することです。確定申告をして還付を受けます。

自分や家族のために支払った医療費等の実質負担額が、年間（1～12月）10万円（所得金額が200万円未満の人は「所得金額×5%」の額）を超えた場合、その超えた金額をその年の所得から差し引くことができます。控除できる金額の上限は200万円です。

ただ、保険金などで補てんされた場合は差その金額を差し引かなければいけません。

計算式は以下のようになります。



医療費は家族で合算できる

医療費控除は会社員本人だけが支払った分だけではありません。

自己又は自己と生計を一にする配偶者やその他の親族（両親や子供など）のために支払った医療費も含まれます。

健康保険証が別々でも税法では医療費に合算できます。健康保険法の扶養家族と税法上の家族の定義は異なります。なので自分だけでなく配偶者や家族の分も合計して控除を受けることができます。





続き



医療費控除で税金の還付を受ける



医療費と認められるもの



入院・検査・治療など

- ・ 医師に支払った診療費・治療費
- ・ 医師が治療目的で必要だと判断して作成した診断書代
- ・ 医師の指示による差額ベッド代
- ・ 治療のためのマッサージ・はり・お灸など
- ・ 治療のための松葉杖・義足の購入費用
- ・ 特定健康検査・特定保健指導
- ・ 入院時に提供される食事代
- ・ 通院や入院のための交通費
- ・ 電車やバスでの移動が困難な場合のタクシー代
- ・ レーシック手術
- ・ 医師が治療上必要と判断した近視矯正手術・メガネ・コンタクトレンズ代



出産にかかわるもの

- ・ 妊娠中の定期検診・出産費用
- ・ 助産師による分娩の介助料
- ・ 流産した場合の手術費・入院費・通院費
- ・ 母体保護法に基づく理由で妊娠中絶した場合の手術費用



歯科

- ・ 虫歯の治療費・金歯・銀歯・入れ歯の費用
- ・ 治療としての歯列矯正



医薬品など

- ・ 医師の処方箋により薬局で購入をした医薬品
- ・ 病気やケガの治療のために、病院等に行かず、薬局で購入した医薬品



➡ 医療費の対象とならないもの

☑ 入院・検査・治療など

- ・ 医師等の謝礼
- ・ 美容整形
- ・ 予防注射の費用
- ・ 医師の指示によらない差額ベッド代
- ・ 会社や保険会社に提出する診断書代
- ・ メガネ・コンタクトレンズの購入代金
- ・ 体の異常がない場合の定期検診や人間ドック費用
- ・ 通院のための自家用車のガソリン代や駐車代
- ・ 入院時のパジャマや洗面用具など



☑ 出産にかかわるもの

- ・ 出産のために実家に帰る交通費
- ・ カルチャーセンターでの無痛分娩の受講料
- ・ 母体保護法によらない妊娠中絶のための手術費



☑ 歯科

- ・ 美容のための歯科矯正
- ・ 歯石除去のための費用



☑ 医薬品など

- ・ 疲労回復・健康増進・病気予防などのために購入した医薬品



 医療費から差し引かなければならない給付金

- ・ 出産育児一時金や配偶者出産育児一時金など健康保険から支給されたもの
- ・ 高額療養費など健康保険から支給されたもの
- ・ 損害賠償金、補てんを目的として支払われたもの
- ・ 傷害費用保険金や医療保険金、入院給付金など生保会社または損保会社等から支払を受けたもの
- ・ 給付金、医療費の補てんを目的として支払われたものなど

 差し引かなくていいもの

- ・ 出産手当金、出産のため欠勤した場合に支払われたもの
- ・ 傷病手当金、健康保険から支給されたもの
- ・ 見舞金、使用者等から支払を受けたもの
- ・ 死亡保険金や重度傷害保険金、休業補償金など生保会社または損保会社から支払を受けたものなど

 医療費控除の重要項目



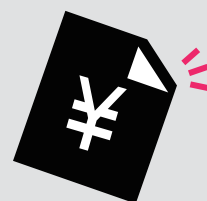
会社員でも確定申告をする

よく生命保険料控除などの年末調整と混同する人がいますが、医療費控除は会社員でも2月16日~3月15日までに確定申告をしなければいけません。



領収書は確実に残しておく

確定申告には各領収書が必要になりますので先ほどお伝えした医療費控除の対象となるものの領収書を取っておき、出来れば家計簿のようなものに記録をしておくのがいいでしょう。

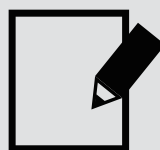


 医療費控除の確定申告方法

確定申告をする場合、基本は住民票がある地域の税務署で行います。

 住宅ローン控除などで所得税の支払いがなくても確定申告する

住宅ローン控除などにより所得税の支払いがなくても医療費控除により課税所得を下げることによって、住民税が軽減されるので所得税の支払いがなくても医療費控除の確定申告をしておきましょう。

 インターネットでも申告できる

確定申告をする場合、基本は住民票がある地域の税務署で行いますがインターネットで確定申告をする「e-Tax」というものもあります。

 確定申告に必要なもの

- ・ 給与所得の源泉徴収票（原本）（給与所得のある人）
- ・ 領収書など医療費の支出を証明する書類
- ・ 医療費明細書



先進医療とは、新しい医療技術の開発、患者ニーズの多様化に対応するため健康保険の診療で認められている「一般の医療水準を超えた最新の先進技術」として厚生労働大臣から承認された医療行為のことを言います。平成 26 年 1 月現在では 109 種類の先進医療があります。先進医療の治療は主にがん治療に使用される場合が多くあります。2 人に 1 人ががんになるといわれている現在、がん治療に関して常に新しい最新の治療技術が開発されています。



先進医療の治療費はどれくらい？

先進医療を使用すると技術料が保険適用外になるので、その治療費用は全額自己負担となります。ただし、通常の診察・検査・投薬・入院料等については保険適用になります。先進医療にかかる技術料は先進医療の種類や病院によって異なります。

(例) 総医療費が 100 万円、うち先進医療に係る費用が 20 万円だったケース

1. 先進医療に係る費用 20 万円には、全額を患者が負担します。
2. 通常の治療と共通する部分（診察、検査、投薬、入院料）は保険として給付される部分になります。

保険 給付分 =80 万円	先進医療部分（全額自己負担）＝ 20 万円		全体（先進医療分含む全医療費部分） ＝100 万円
	診察・検査・投薬・注射・入院料等 （一般治療と共通する部分）	＝ 56 万円	
	一部負担 ＝ 24 万円		

※保険給付に係る一部負担については、高額医療費制度が適用されます。



5 出産した時に受けられる保障とは？



出産したときに通常の分娩だと健康保険が適応にならないため、健康保険から一定の給付を受けられるようになっています。

→ 子供が生まれたとき出産育児一時金

出産育児一時金は、1児につき42万円が支給されます。（産科医療補償制度に加入されていない医療機関等で出産された場合は39万円となります。）



出産育児一時金の支給方法は2種類

○直接支払制度

出産にかかる費用に出産育児一時金を充てることができるよう、出産育児一時金を医療機関等に直接支払う仕組みです。退院時に窓口で出産費用を全額支払う必要がなくなります。

○受取代理制度

医療機関等との合意により、医療機関等が妊婦の変わりに出産一時金を受け取りに行くものです。主に直接支払制度を導入していない小規模な医療機関等で使用されるケースが多いです。出産予定日2か月前以降に申請が必要となります。

→ 会社を休んだ時は出産手当金



出産手当金支給期間

出産のため会社を休み、その間に給与の支払いを受けなかった場合は、出産の日（実際の出産が予定日後のときは出産予定日）以前42日（多胎妊娠の場合98日）から出産の翌日以後56日目までの範囲内で、会社を休んだ期間を対象として出産手当金が支給されます。出産日は出産の日以前の期間に含まれます。また、出産が予定日より遅れた場合、その遅れた期間についても出産手当金が支給されます。

続き 会社を休んだ時は出産手当金

出産予定日より遅い出産の場合



この日数分を産前にプラスして支給

支給金額

出産手当金は、1 日につき、標準報酬日額の 3 分の 2 に相当する金額が支給されます。
ただし、出産手当金の額より少ない給与が支払われているときは、その差額が支払われます。

育児休暇給付とは？

1 歳（延長事由に該当する場合は 1 歳 6 ヶ月）に満たない子を養育するために育児休業を取得するとき、一定要件に該当すると支給されます。

 給付額： 休業開始時賃金日額※ × 支給日数 × 50%相当額

※休業開始時賃金日額とは、休業開始日の前日（産休を取得した被保険者が育休を取得した場合は、原則として産休開始前から）6 ヶ月間の賃金額の合計を 180 で割ったもの。

※育児休業給付は、支給要件に該当する男性も対象になります。

育児休業を略して「育休」といい、育児・介護休業法で定めています。

育休は、産後休業が終わってから、つまり出産後 57 日目から、原則として子供が 1 歳になるまでの間取ることができます。

産休は女性しか取ることができませんが、育休は男性も取ることができます。

男性の場合は、配偶者の出産予定日から申請することが可能です。

➡ 出産費貸付制度とは？

出産費用に充てるため、出産育児一時金（家族出産育児一時金）の支給までの間、出産育児一時金の8割相当額を限度に資金を無利子で貸し付ける制度があります。

対象者は、出産育児一時金の支給が見込まれる方のうち、出産予定日まで1ヵ月以内の方、または妊娠4ヵ月以上で医療機関等に一時的な支払いを要する方です。



6 介護状態になった場合どうなるの？



市町村が介護を社会全体で支える仕組みとして、公的介護保険が2000年4月にスタートしました。その後2006年には「予防」を重視して介護予防サービスが新たに加えられました。要介護状態になった場合、公的介護保険から保障が受けられます。

ただし誰でも介護サービスが受けられるわけではありません。年齢制限などがあります。



介護保険料は40歳から納める

公的介護保険は40歳以上の人全員加入して介護保険料を納め、介護が必要になった時に所定の介護サービスが受けられる保険です。保険料は市町村によって差があります。



65歳以上は1号被保険者

65歳以上は「第1号被保険者」となり介護の原因を問わず所定の要介護状態になった場合に保障が受けられます。



40歳～64歳は2号被保険者

40～64歳の方は「第2号被保険者」となります。「第1号被保険者」と異なり原因が制限されます。第2号被保険者は、老化に起因する特定の病気（16疾患）によって要介護状態になった場合に限り、介護サービスを受けることができます。



続き



介護状態になった場合どうなるの？

保障を受けられるのは以下の16種類になります。



- 1 がん（末期）
- 2 関節リウマチ
- 3 筋萎縮性側索硬化症（ALS）
- 4 後縦靱帯骨化症
- 5 骨折を伴う骨粗しょう症
- 6 初老期における認知症
- 7 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
- 8 脊髄小脳変性症
- 9 脊柱管狭窄症
- 10 早老症
- 11 多系統萎縮症
- 12 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- 13 脳血管疾患
- 14 閉塞性動脈硬化
- 15 慢性閉塞性肺疾患
- 16 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形関節症

→ 要介護認定は 7 段階に分けられる

介護サービスを受けるには要介護認定を受ける必要があります。

この要介護認定は、介護の度合いに応じて「要支援 1～要支援 2」「要介護 1～要介護 5」の 7 段階に分けられます。また、公的介護保険の給付は、要介護認定を受けた利用者が 1 割の利用料を支払うことで、「現物給付」による介護サービスを受けることができます。

要支援は 2 段階

* 要支援 1

- ・ 要介護状態とは認められないが、社会的支援を必要とする状態。
- ・ 食事や排泄などはほとんどひとりでできるが、立ち上がりや片足での立位保持などの動作に何らかの支えを必要とすることがある。
- ・ 入浴や掃除など、日常生活の一部に見守りや手助けが必要な場合がある。

* 要支援 2

- ・ 日常生活を行う力は基本的には備わっているが、両足・片足での立位保持に不安定さがみられる。
- ・ 清潔、整容、入浴、衣服着脱等の動作に関して、毎日ではないが週に数回程度の介護が必要とされる状態。

要介護状態は 5 段階

* 要介護 1

- ・ 日常生活を行う中で、入浴に関連する動作に若干の低下がみられる。
- ・ 立ち上がり、両足・片足での立位保持、歩行に不安定さがみられることがある。
- ・ 清潔・整容、衣類着脱、居室の掃除、薬の内服、金銭の管理等の行為のうち、最小限 1 つの分野で、少なくとも毎日 1 回は介護が必要な状態。

* 要介護 2

- ・ 入浴の直接介護、排泄後の後始末の間接的な介護を必要とする場合が、区分 1 よりも多くなる。
- ・ 座位保持（両足が床につかない状態で）が不安定で、起き上がりも、自力では困難な状態。
- ・ 社会生活の上では、薬の内服、金銭の管理に何らかの援助を必要とする場合も多くなってくる。
- ・ 清潔・整容、食事摂取、衣類着脱、排泄、入浴などの行為で、最小限 2 つの分野で、少なくとも毎日 1 回は介護が必要とされる状態。

→ 要介護状態は 5 段階

* 要介護 3

- ・入浴、排泄、衣類着脱、清潔・整容等の行為に対しての、部分的または全面的な直接介護を必要とする場合が、区分 2 よりも多くなる。
- ・座位保持（両足が床についた状態）が不安定で、起き上がり、寝返りも、自力ではできない。
- ・薬の内服、金銭の管理についても、区分 2 より援助が必要な場合が多くなる。
- ・暴力・暴言、介助への抵抗、昼夜逆転等の問題行動がみられることもある。
- ・清潔・整容、食事摂取、衣類着脱、排泄、入浴等の行為のうち、最小限 3 つの分野で、少なくとも毎日 2 回は介護が必要とされる状態



* 要介護 4

- ・入浴、排泄、衣類着脱、食事摂取、清潔・整容の全般にわたって、部分的あるいは全般的な介護が必要である。
- ・植物状態で意思疎通が全くできない人も含まれる場合がある。
- ・起き上がり、立ち上がりができない場合が区分 3 よりも多い。
- ・清潔・整容、食事摂取、衣類着脱、排泄、入浴、寝返り、起き上がり等の行為のうち、複数の分野で少なくとも 1 日に 3～4 回は、異なる時間に介護が必要とされる状態。



* 要介護 5

- ・生活の全般にわたって、部分的または全面的な介護が必要な状態である。
- ・嚥下に障害がある場合は、自力摂取が困難となり、それに伴う介護が必要となってくる。
- ・自力での寝返り、座位保持はほとんどできない場合が多い。
- ・清潔・整容、食事摂取、衣類着脱、排泄、入浴、寝返り、起き上がり、立ち上がり、立位保持、歩行等の行為のうち、複数の分野で少なくとも 1 日に 5 回以上は、異なる時間に介護が必要とされる状態。

→ 受けられる介護サービスは？

市区町村に申請して、要介護者、要支援者であることの認定を受けると介護サービスを利用した場合原則として1割の自己負担で利用できます。

介護保険では、要介護度に応じて受けられるサービスが決まっていますので、自分の要介護度が判定された後は、自分が「どんな介護サービスを受けるか」「こういった事業所を選ぶか」についてケアプランを作成し、それに基づきサービスの利用が始まります。

※要介護認定において「非該当」と認定された方でも、市区町村が行っている地域支援事業などにより、生活機能を維持するためのサービスや生活支援サービスが利用できる場合があります。お住まいの市区町村又は地域包括支援センターにご相談してください。

介護サービスを受けるまでの流れ

1 要介護認定の申請をする

お住まいの市区町村の窓口で要介護認定の申請をします。

介護保険によるサービスを利用するには、要介護認定の申請が必要になります。

申請には、介護保険被保険者証が必要です。

40～64歳までの人（第2号被保険者）が申請を行なう場合は、医療保険証が必要です。



2 認定調査・主治医意見書

市区町村等の調査員が自宅や施設等を訪問して、心身の状態を確認するための認定調査を行います。主治医意見書は市区町村が主治医に依頼をします。主治医がいない場合は、市区町村の指定医の診察が必要です



3 審査判定

調査結果及び主治医意見書の一部の項目はコンピューターに入力され、全国一律の判定方法で要介護度の判定が行なわれます。（一次判定）

一次判定の結果と主治医意見書に基づき、介護認定審査会による要介護度の判定が行なわれます。（二次判定）

4 認 定

市区町村は、介護認定審査会の判定結果にもとづき要介護認定を行ない、申請者に結果を通知します。申請から認定の通知までは原則 30 日以内に行ないます。認定は要支援 1・2 から要介護 1 ～ 5 までの 7 段階および非該当に分かれています。

認定の有効期限は以下のようになります。

- ➔ 新規、変更申請：原則 6 ヶ月（状態に応じ 3 ～ 12 ヶ月まで設定）
- ➔ 更新申請：原則 12 ヶ月（状態に応じ 3 ～ 24 ヶ月まで設定）

※有効期間を経過すると介護サービスが利用できないので、有効期間満了までに認定の更新申請が必要となります。

※身体の状態に変化が生じたときは、有効期間の途中でも、要介護認定の変更の申請をすることができます。



5 介護（介護予防）サービス計画書の作成

介護（介護予防）サービスを利用する場合は、介護（介護予防）サービス計画書（ケアプラン）の作成が必要となります。「要支援 1」「要支援 2」の介護予防サービス計画書は地域包括支援センターに相談し、「要介護 1」以上の介護サービス計画書は介護支援専門員（ケアマネジャー）のいる、県知事の指定を受けた居宅介護支援事業者（ケアプラン作成事業者）へ依頼します。介護支援専門員は、どのサービスをどう利用するか、本人や家族の希望、心身の状態を充分考慮して、介護サービス計画書を作成します。

※「要介護」：居宅介護支援事業者（ケアプラン作成事業者）

※「要支援」：地域包括支援センター



6 サービス利用の開始

介護認定を受けると介護サービスを受けられるようになります。
大きく分けると以下のサービスが受けられます

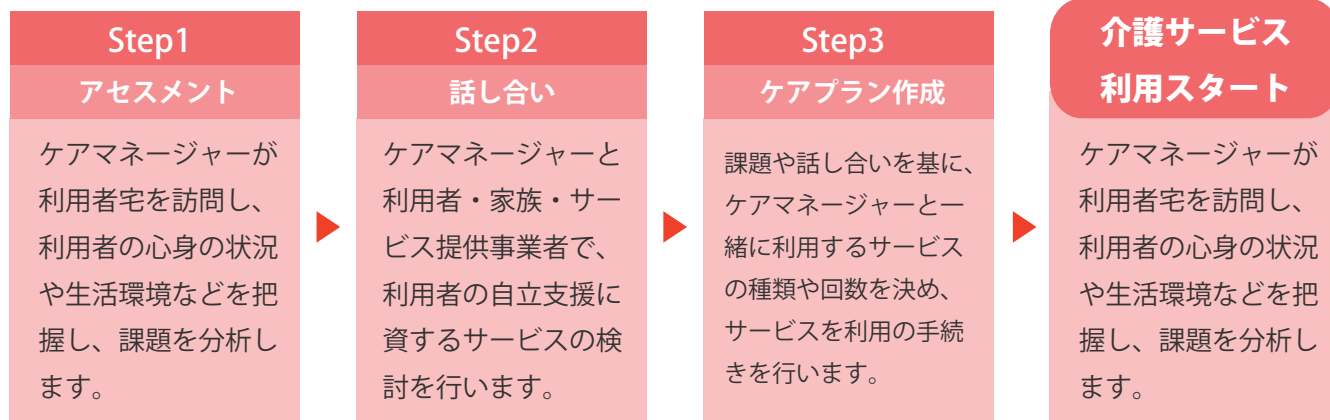
- ・ 介護サービスの利用にかかる相談、ケアプランの作成
- ・ 自宅で受けられる家事援助等のサービス
- ・ 施設などに出かけて日帰りで行うデイサービス
- ・ 施設などで生活（宿泊）しながら、長期間又は短期間受けられるサービス
- ・ 訪問・通い・宿泊を組み合わせるサービス
- ・ 福祉用具の利用にかかるサービス



居宅介護支援（ケアマネジメント）

居宅介護支援は、利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、ケアマネジャーが、利用者の心身の状況や置かれている環境に応じた介護サービスを利用するためのケアプランを作成し、そのプランに基づいて適切なサービスが提供されるよう、事業者や関係機関との連絡・調整を行います。居宅介護支援は、特定のサービスや事業者に偏ることがないように、公正中立に行うこととされています。

ケアプランは以下の流れで作成されます。  





続き



介護サービスを受けるまでの流れ



訪問介護（ホームヘルプ）

訪問介護は、利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、訪問介護員（ホームヘルパー）が利用者の自宅を訪問し、食事・排泄・入浴などの介護（身体介護）や、掃除・洗濯・買い物・調理などの生活の支援（生活援助）をします。通院などを目的とした乗車・移送・降車の介助サービスを提供する事業所もあります。

訪問介護では、次のようなサービスを受けることはできません。

- ・直接利用者の援助に該当しないサービス
（例）利用者の家族のための家事や来客の対応 など
- ・日常生活の援助の範囲を超えるサービス
（例）草むしり、ペットの世話、大掃除、窓のガラス磨き、正月の準備 など



要支援

サービス費用の設定		利用者負担（1割） （1月につき）
週1回程度の利用		1,220 円
週2回程度の利用		2,440 円
要支援 2	週2回を超える程度利用	3,870 円



要介護

サービス費用の設定	利用者負担（1割） （1月につき）			
	従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型準個室
要介護 1	577 円	630 円	659 円	659 円
要介護 2	647 円	699 円	729 円	729 円
要介護 3	719 円	770 円	802 円	802 円
要介護 4	789 円	809 円	872 円	872 円
要介護 5	858 円	907 円	941 円	941 円

複合型サービス（訪問・通い・宿泊を組み合わせる）

複合型サービスは、利用者が可能な限り自立した日常生活を送ることができるよう、利用者の選択に応じて、施設への「通い」を中心として、短期間の「宿泊」や利用者の自宅への「訪問（介護）」に加えて、看護師などによる「訪問（看護）」も組み合わせることで、家庭的な環境と地域住民との交流の下で、介護と看護の一体的なサービスの提供を受けることができます。

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）は、入所者が可能な限り在宅復帰できることを念頭に、常に介護が必要な方の入所を受け入れ、入浴や食事などの日常生活上の支援や、機能訓練、療養上の世話などを提供します。介護老人保健施設を利用する時には、施設サービス費の他、居住費・食費・日常生活費などがかかります。

① 施設サービス費

+

② 居住費・食費

+

③ 日常生活費（理美容代など）等



続き



介護サービスを受けるまでの流れ



介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）



サービス費用の設定	利用者負担（1割） （1月につき）			
	従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型準個室
要介護 1	577 円	630 円	659 円	659 円
要介護 2	647 円	699 円	729 円	729 円
要介護 3	719 円	770 円	802 円	802 円
要介護 4	789 円	809 円	872 円	872 円
要介護 5	858 円	907 円	941 円	941 円

※サービス費用は、施設の形態、居室の種類、職員の配置などによって異なります。



介護老人保健施設

介護老人保健施設は、在宅復帰を目指している方の入所を受け入れ、入所者が可能な限り自立した日常生活を送ることができるよう、リハビリテーションや必要な医療、介護などを提供します。介護老人保健施設を利用する時には、施設サービス費の他、居住費・食費・日常生活費などがかかります。

① 施設サービス費

+

② 居住費・食費

+

③ 日常生活費（理美容代など）等





続き



介護サービスを受けるまでの流れ



介護老人保健施設



介護保険施設サービス費

	個室		多床室	
	従来型 (i)	在宅強化型 (ii)	従来型 (iii)	在宅強化型 (iv)
要介護 1	710 円	739 円	786 円	819 円
要介護 2	757 円	811 円	834 円	893 円
要介護 3	820 円	873 円	897 円	956 円
要介護 4	872 円	930 円	950 円	1012 円
要介護 5	925 円	965 円	1003 円	1068 円



ユニット型介護保健施設サービス費

	個室		多床室	
	従来型 (i)	在宅強化型 (ii)	従来型 (iii)	在宅強化型 (iv)
要介護 1	789 円	822 円	789 円	822 円
要介護 2	836 円	896 円	836 円	896 円
要介護 3	900 円	959 円	900 円	959 円
要介護 4	953 円	1,015 円	953 円	1,015 円
要介護 5	1,006 円	1,071 円	1,005 円	1,017 円



短期入所生活介護（ショートステイ）

短期入所生活介護は、利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、自宅にこもりきりの利用者の孤立感の解消や心身機能の維持回復だけでなく、家族の介護の負担軽減などを目的として実施します。介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）などが、常に介護が必要な方の短期間の入所を受け入れ、入浴や食事などの日常生活上の支援や、機能訓練などを提供します。

要支援

＊サービス費用の設定		利用者負担（１割） （１日につき）
併設型・多床室の場合 ※併設型の他に単独型、多所室の他に個室の設定もあります。ユニット型の設定もあります。	要支援 1	499 円
	要支援 2	614 円

要介護

＊サービス費用の設定		利用者負担（１割） （１日につき）
併設型・多床室の場合 ※併設型の他に単独型、多所室の他に個室の設定もあります。ユニット型の設定もあります。	要介護 1	632 円
	要介護 2	751 円
	要介護 3	822 円
	要介護 4	891 円
	要介護 5	959 円

※日常生活費（食費・滞在費・理美容代など）などは、別途負担する必要があります。

※サービス費用は、施設の形態、居室の種類、職員の配置などによって異なります。

※利用日数に気を付けましょう。短期入所生活介護（ショートステイ）の連続利用日数は３０日までです。

 介護サービス限度額

介護サービスを利用する際には、原則としてサービス料の1割を利用者が負担します。
 注意したいのは、保険が適用されるのは介護にかかるサービス部分だけです。
 居住費や食費などは基本的に全額自己負担であり、介護サービスについても要介護度によって給付を受ける限度額が決まっています。それ以上のサービスが受けたい場合、限度額を超えた部分については全額自己負担となります。
 ※介護状態によって介護サービスの利用限度額があります。

認定ランク	介護保険サービス	支給限度額 (月額)	状態
非該当	—	0 円	介護サービスが不要な状態。
要支援 1	介護予防サービス	49,700 円	社会的支援が必要な状態。日常生活はほぼ自分でできるが、現状を改善し、要介護状態にならないための予防として少しの支援が必要な状態。
要支援 2	介護予防サービス	104,000 円	社会的支援が必要な状態。日常生活に支援が必要だが、それにより要介護にいたらず、改善する可能性が高い状態。
要介護 1	介護サービス	165,800 円	部分的介護が必要な状態。立ち上がりや歩行などに不安定さがみられることが多く、日常生活に部分的な介助が必要な状態。
要介護 2	介護サービス	194,800 円	軽度の介護が必要な状態。立ち上がりや歩行が自力でできない場合が多く、排せつや入浴などにも一部または全面的介助が必要な状態。
要介護 3	介護サービス	267,500 円	中等度の介護が必要な状態。立ち上がりや歩行、排せつや入浴、衣服の着脱などに、ほぼ全面的な介助が必要な状態。
要介護 4	介護サービス	306,000 円	重度の介護が必要な状態。日常生活全般にわたり、さらに動作能力が低下し、介護なしでは日常生活が困難な状態。
要介護 5	介護サービス	358,300 円	最重度の介護が必要な状態。生活全般に全面的介護が必要で、介護なしではほとんど生活が不可能な状態。

➔ 高額介護合算療養費制度とは？

世帯内の同一の医療保険の加入者の方について、毎年 8 月から 1 年間にかかった医療保険と介護保険の自己負担額（高額療養費及び高額介護（予防）サービス費の支給を受けることができる場合には、その額を除く。）を合計し、基準額を超えた場合に、その超えた金額が支給されます。

◎ 基準額

	75 歳以上	70 歳～74 歳	70 歳未満
加入している保険	後期高齢者医療制度 (長寿医療制度) + 介護保険	健康保険または国民健康 保険など + 介護保険	健康保険または国民健康 保険など + 介護保険
上位所得者 現役所得者	67 万円		126 万円
一般所得者	56 万円		67 万円
住民税非課税者	31 万円		34 万円
低所得者 II			
低所得者 I			
	19 万円		

申請方法

高額介護合算療養費の支給を受けるには、加入している介護保険と医療保険の両方の窓口で申請することが必要です。ただし、市町村が運営する国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入している人は、一つの窓口でまとめて申請できる場合があります。

1 介護保険の窓口で申請する

介護保険の窓口で、「自己負担額証明書交付申請書」を提出し、「自己負担額証明書」を交付してもらいます。

2 医療保険の窓口で申請する

介護保険の窓口で交付された「自己負担額証明書」を添えて、今度は、加入する医療保険の窓口で申請を行います。

3 介護保険・医療保険のそれぞれから払い戻しを受ける

介護保険・医療保険のそれぞれから払い戻されます。

→ 介護休業給付金とは？

ご家族が介護状態となった場合、介護休業制度があります。要介護状態にある家族を介護する方が1家族について通算93日まで取得できるというものです。育児休業給付金と同じく雇用保険から支払われます。

※要介護状態とは病気、ケガまたは身体上もしくは精神障害により2週間以上の期間常時介護を必要とすることをいいます。

対象となる家族

- 配偶者
- 父母
- 子
- 配偶者の父母
- 祖父母

※会社によっては、社内規定により休業中でも一部賃金を支払ったり、93日以上休みを取得できるなど法律で定められている基準以上の制度にしている場合もあります。

支給要件

- ・介護休業期間中の1か月毎に休業開始前の1か月当たりの賃金の8割以上の賃金が支払われていないこと
- ・就業している日数が各支給単位期間（1か月ごとの期間）ごとに10日以下であること。

介護休業は給付金額はいくら？

→ **給付額：休業開始時賃金日額 × 支給日数 × 40%**

※「賃金日額」は、事業主の提出する「休業開始時賃金月額証明書（票）」によって、原則介護休業開始前6か月分の賃金を180で割った額です。これにの支給日数の30日を掛けることによって算定した「賃金月額」が426,900円を超える場合は、「賃金月額」は、426,900円となります。よって支給対象期間（1か月）あたりの介護休業給付金の上限額は、170,760円となります。また、この「賃金月額」が69,300円を下回る場合は69,300円となります。

※賃金日額は毎年8月1日に変更されます。

支給申請

介護休業給付の申請は、会社側からハローワークに必要書類を提出して手続きします。手続きをする前に事前に会社側と打ち合わせすることをおすすめします。介護休業給付金を受けるためには、「休業開始時賃金月額証明書」および「介護休業給付金支給申請書」とその内容が確認できる賃金台帳、出勤簿などの書類を、事業所を管轄するハローワークに提出します。なお、介護休業中は育児休業とは違い、健康保険や年金の保険料は免除されませんので注意が必要です。

介護休業開始時

提出書類	・休業開始時賃金月額証明書 ・機関雇用者の（育児・介護）休業にかかる報告（期間雇用者の場合のみ）
提出者	事業主
提出期限	・介護休業開始日の翌日から 10 日以内 事業主が本人に代わって支給申請を行う場合には、初回の支給申請と同時に提出することができます。この場合の提出期限は、支給申請書の提出期限日となります。

介護のための制度

介護休業	要介護状態にある家族を介護する人、1 家族につき通算 93 日休みを取れる
介護休暇	要介護状態にある家族の介護や病院の付き添いの世話をする人は 1 年間に 5 日の介護休暇が取得できる
介護休業給付	介護休業を取得した場合、最大で賃金日額の 4 割の給付金が支給される
深夜業の制限	請求をすれば深夜業をしなくてもよい



7 生命保険料控除を活用する



生命保険料控除とは払い込んだ生命保険料に応じて、一定の金額がその年の所得から差し引かれ、所得税や住民税の負担が軽減される制度です。給与など所得に一定の税率をかけて所得税の金額が決まるため、所得控除により課税所得（課税の対象となる所得）が下がることによって所得税と住民税が軽減されます。

生命保険料控除は 15 種類ある所得控除の 1 つです。生命保険料控除は平成 22 年度税制改正によって平成 24 年 1 月 1 日以後に契約した生命保険から、新制度の対象になります。これまでの死亡保障・医療保険を中心とした「一般生命保険料」と個人年金保険の「個人年金保険料」の 2 種類に新たに医療保険・がん保険・介護保険などの「介護医療保険料」が新設され 3 種類になりました。

→ 新制度と旧制度の違いは？

● 新制度

- ・ 一般生命保険料控除 4 万円
- ・ 介護医療保険料控除 4 万円
- ・ 個人年金保険料控除 4 万円

● 旧制度

- ・ 一般生命保険料控除 5 万円
- ・ 個人年金保険料控除 5 万円



[新契約]

新生命保険料控除
(最高 4 万円)
(遺族保障等)

介護医療保険料控除
(最高 4 万円)
(介護保障・医療保障)

新個人年金保険料控除
(最高 4 万円)
(老後保障)

+

請契約と旧契約の双方について控除の費用を受ける場合は合計で最高 4 万円

+

[旧契約]

旧生命保険料控除
(最高 5 万円)
(遺族保障・介護保障・医療保障等)

旧個人年金保険料控除
(最高 5 万円)
(老後保障)

→ 平成 24 年 1 月以降の契約から新制度が適用される

新制度では 3 種類に分かれている

- 一般生命保険料控除 → 生存または死亡に起因して支払う保険金・その他給付金に係る保険料（死亡保障）
- 介護医療保険料控除 → 入院・通院などにもなう給付部分に係る保険料（医療保険・がん保険・介護保険など）
- 個人年金保険料控除 → 個人年金保険料税制適格特約を付加した個人年金保険

「一般生命保険料控除」「介護医療保険料控除」「個人年金保険料控除」のそれぞれについて
所得税・住民税ごとに、次のとおり所得控除額を計算します。

■ 新制度

所得税の生命保険料控除額（一般・年金・介護医療それぞれに適用）

年間の払込保険料など	控除額 *
20,000 円以下	払込保険料などの金額
20,000 円 超 40,000 円以下	払込保険料など $\times 1/2 + 10,000$ 円
40,000 円 超 80,000 円以下	払込保険料など $\times 1/2 + 20,000$ 円
80,000 円 超	一律 40,000 円

※一般・年金・介護医療あわせて 120,000 円が限度

住民税の生命保険料控除額（一般・年金・介護医療それぞれに適用）

年間の払込保険料など	控除額 *
12,000 円以下	払込保険料などの金額
12,000 円 超 32,000 円以下	払込保険料など $\times 1/2 + 6,000$ 円
32,000 円 超 56,000 円以下	払込保険料など $\times 1/2 + 14,000$ 円
56,000 円 超	一律 28,000 円

※一般・年金・介護医療あわせて 70,000 円が限度

→ 平成 23 年 12 月以前の契約は旧制度が引続き適用になる

 旧制度では 2 種類

一般生命保険料控除・・・死亡保障・医療保障・介護保障など生命保険全般
 個人年金保険料控除・・・個人年金保険料税制適格特約を付加した個人年金保険

「一般生命保険料控除」「個人年金保険料控除」のそれぞれについて所得税・住民税ごとに、次のとおり所得控除額を計算します。

■ 旧制度

所得税の生命保険料控除額（一般・年金・介護医療それぞれに適用）

年間の払込保険料など		控除額 *
25,000 円以下		払込保険料などの金額
25,000 円 超	50,000 円以下	払込保険料など $\times 1/2 + 12,500$ 円
50,000 円 超	100,000 円以下	払込保険料など $\times 1/4 + 25,000$ 円
100,000 円 超		一律 50,000 円

※一般・年金・介護医療あわせて 100,000 円が限度

住民税の生命保険料控除額（一般・年金・介護医療それぞれに適用）

年間の払込保険料など		控除額 *
15,000 円以下		払込保険料などの金額
15,000 円 超	40,000 円以下	払込保険料など $\times 1/2 + 75,000$ 円
40,000 円 超	70,000 円以下	払込保険料など $\times 1/2 + 17,500$ 円
70,000 円 超		一律 35,000 円

※一般・年金・介護医療あわせて 70,000 円が限度

→ 生命保険料控除の申告方法

生命保険料控除は申告をしなければ控除は受けられません。保険会社から 10 月～11 月ごろに「生命保険料控除証明書」と記載されているハガキもしくは封書が届きます。



会社員は年末調整をする

勤務先（総務部など）に「給与所得者の保険料控除等申告書」に「生命保険料控除証明書」を添付して提出すれば、年末調整で控除を受けられます。確定申告の必要はありません。

※年末調整とは

会社員・公務員など給与所得者は通常毎月源泉徴収により自動的に給与から天引きになっていますがその合計額と本来納めなければならない額が相違する場合があります。その時に本来の金額に調整するのが年末調整です。そして生命保険料控除はまったく考慮されずに天引きされているのでほとんどの人は年末調整により還付が受けられます。還付されるのは 12 月～1 月に給与もしくはボーナス支給の時に還付されるケースが多いようです。

給与とは別に支給されることもあるようです。もし会社へ期限内に申告書を提出し忘れた場合、自分で確定申告すれば控除を受けられます。



自営業などは確定申告をする

自営業の場合、会社員のように給与から自動的に天引きされていないので確定申告が必要になります。翌年の 2 月 16 日～3 月 15 日までに所得税の確定申告で、「生命保険料控除証明書」を確定申告書に添付し、税務署に提出します。税務署に行くときは生命保険料控除証明書（ハガキ）を忘れないようにしましょう。還付されるのは確定申告をしてから 1 か月くらい掛かります。



生命保険料控除証明書は再発行できる

生命保険料控除証明書が 10 月に届いているので年末調整・確定申告をするまでに時間があります。その間に無くしてしまった、または間違えて破棄してしまったなどよくあることです。その時はすぐに保険会社に再発行してもらいましょう。



本当に必要な 保険だけを見抜いて 選ぶ方法とは？

CEHCK!



これまで保険に加入する前に知っておくべきことをお伝えしてきましたが、ここからは実際にどういう保険に加入すればいいのかお伝えします。

生命保険は家族構成・ライフプラン・考え方によって保険の必要は一人ひとり違います。自分自身にどの程度の保障が必要か決めてから商品を選択します。

商品を選択するときはできれば複数の商品から 1 番いいものを選択しましょう。また、それぞれの家族構成によって加入例を挙げておりますので是非ご覧ください。



→ 独身の場合



30 歳 男性 独身 会社員

若くまだ独身の場合は医療保険を中心に考えます。両親や親族を経済的に支える必要がなければ高額な死亡保障は必要ないので終身保険で葬儀関連費用を準備します。医療保険は保険料が一生涯上がらない終身医療保険を選択し、老後に保険料の支払いをしないために保険料は 60 歳までとする。また、がんが気になる場合はがん保険に加入をする。もし保険料の支払いが厳しい場合は医療保険もがん保険も比較的保険料が割安の定期保険（保険期間が 10 年など）を選択するのも 1 つの方法でしょう。終身保険は保険料が低解約返戻金型終身保険にします。将来結婚して子供が生まれた場合は収入保障保険などで大きな死亡保障を追加するだけにしておきます。

結婚して子供が生まれるとお金が必要になるので独身でお金を貯められるうちに貯めておきましょう。生命保険を検討するときも保険料が高くなりすぎないようにバランスを考えながら加入するようにしましょう。

保険料の支払いが厳しい時は優先順位をつけて自分が必要だと思う保障を決めるのが重要です。

※低解約返戻金型終身保険とは

保険料払込期間中の解約返戻金を通常の終身保険の 70% 相当額におさえることによって保険料が割安になるもの



→ 独身の場合

低解約終身保険

No.1 >>

保険金額	300 万円	解約返戻金	235 万円
保険期間	終身	(60 歳時点)	
保険料払込期間	60 歳	保険料総額	210 万円
保険料 (月払い)	5,844 円	(60 歳時点)	



終身医療保険

No.2 >>

入院日額 (60 日型)	10,000 円	保険期間	終身
手術給付金	20 万円	保険料払込期間	60 歳
先進医療特約		保険料 (月払い)	4,600 円



終身がん保険

No.3 >>

がん診断給付金	100 万円	保険期間	終身
がん入院給付金	10,000 円	保険料払込期間	終身
がん手術給付金	20 万円	保険料 (月払い)	2,814 円
がん通院給付金	10,000 円		



< 保険料 >

低解約型終身保険	5,844 円
終身医療保険	4,600 円
終身がん保険	2,814 円

CHECK!



合計

13,258 円



→ 夫婦 2 人の場合（子供なし）

👉 夫：35 歳男性 妻：30 歳女性 共働き

結婚して共働きで子供がいない間は、高額な死亡保障は必要ありません。

独身時代と同じく医療保険中心で考えます。できれば一生涯保障が続く終身医療保険がおすすめです。もし保険料に余裕がある場合は、がん保険も検討しましょう。がんになった場合は医療費も高額になり、仕事にも支障がでる可能性がありますので準備しておきましょう。死亡保障に対する考え方も独身時代と同じで高額な死亡保障は必要ないでしょう。保険料が割安な低解約型終身保険で 300 万円ほど葬儀関連費用を準備します。できれば家計に余裕があるうちに貯蓄を考えましょう。子供が生まれたら掛け捨てで少ない保険料で大きな保障を受けられる収入保障保険などで大きな死亡保障をプラスします。



No.1 >>

保険金額	300 万円	解約返戻金	250 万円
保険期間	終身	(60 歳時点)	
保険料払込期間	60 歳	保険料総額	217 万円
保険料（月払い）	7,250 円	(60 歳時点)	

*

No.2 >>

入院日額（60 日型）	10,000 円	保険期間	終身
手術給付金	20 万円	保険料払込期間	60 歳
先進医療特約		保険料（月払い）	5,822 円

*

No.3 >>

がん診断給付金	100 万円	保険期間	終身
がん入院給付金	10,000 円	保険料払込期間	終身
がん手術給付金	20 万円	保険料（月払い）	3,384 円
がん通院給付金	10,000 円		

*

< 保険料 >

低解約型終身保険	7,250 円
終身医療保険	5,822 円
終身がん保険	3,384 円

CHECK!



合計

16,456 円

*





続き



生命保険プランの設計

→ 妻の場合



No.1

>>

保険金額	300 万円	解約返戻金	220 万円
保険期間	終身	(60 歳時点)	
保険料払込期間	60 歳	保険料総額	195 万円
保険料 (月払い)	5,412 円	(60 歳時点)	



No.2

>>

入院日額 (60 日型)	5,000 円	保険期間	終身
手術給付金	20 万円	保険料払込期間	60 歳
女性疾病特約	5,000 円	保険料 (月払い)	3,371 円
先進医療特約			



No.3

>>

がん診断給付金	100 万円	保険期間	終身
がん入院給付金	10,000 円	保険料払込期間	終身
がん手術給付金	20 万円	保険料 (月払い)	2,992 円
がん通院給付金	10,000 円		



< 保険料 >

低解約型終身保険	5,412 円
終身医療保険	3,371 円
終身がん保険	2,992 円



合計

11,775 円

CHECK!



→ 子供が生まれた場合

👉 夫: 35 歳男性 妻: 30 歳女性 (専業主婦) 子供 0 歳

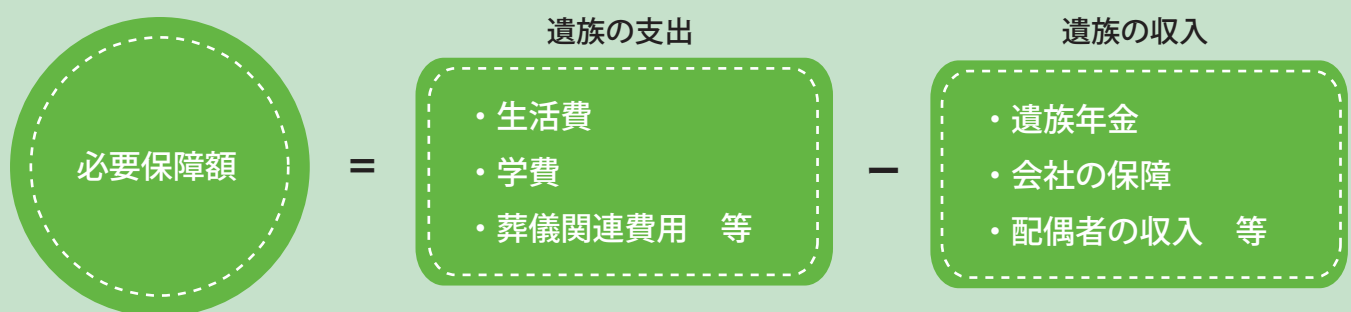
子供が生まれると大きな死亡保障が必要になります。特に子供が大きくなるまでの間は生活費・学費の保障が必要になります。自分に万一のことがあっても、公的保障で「遺族年金」が給付されます。

遺族年金は、加入中の公的年金の種類によって受け取る内容が異なってきます。このような、加入中の社会保険に応じた公的保障分や配偶者の将来の収入予定などの要素を差し引いて、正しい必要保障額を算出し無駄のない保障を確保しましょう。

また、専業主婦の場合であっても高額な保障は必要ありませんが一定の保障が必要となります。子供の面倒を見てもらうために家政婦を雇ったり、保育園の送り迎えなどを誰かに頼まないなどお金が掛かる可能性があります。

具体的な商品の選択としては大きな死亡保障は安い保険料で大きな保障を得ることができる収入保障保険を活用します。医療保険は一生涯保障が続く、終身医療保険を選択します。子供が生まれると責任が大きくなるので、がんになった時に大きな保障が受けられるがん保険も検討しましょう。学資保険はお金を貯めていく目的・期間を決めて、無理のない金額を設定するのが大切です。商品をよく比較して1番いいものを選択しましょう。

必要保障額の算出方法



→ 子供が生まれた場合

遺族年金の受給例は以下のようになります。

		自営業世帯 (国民年金)	サラリーマン世帯 (厚生年金)	公務員世帯 (共済年金)
子供あり (18 歳未満)	子 1 人の期間	1,015,900 円 (月 : 84,658 円)	1,613,300 円 (月 : 134,441 円)	1,613,300 円 (月 : 134,441 円)
	子 2 人の期間	1,422,900 円 (月 : 103,575 円)	1,840,300 円 (月 : 153,358 円)	1,840,300 円 (月 : 153,358 円)
	子 3 人の期間	1,318,500 円 (月 : 109,875 円)	1,915,900 円 (月 : 159,658 円)	1,915,900 円 (月 : 159,658 円)
子供なし (18 歳以上)	妻 40 歳未満の期間	0 円	597,400 円 (月 : 49,783 円)	716,800 円 (月 : 59,733 円)
	妻 40~64 歳の期間	0 円	1,189,100 円 (月 : 99,091 円)	1,308,500 円 (月 : 109,041 円)
	妻 65 歳以降の期間	788,900 円 (月 : 65,741 円)	1,386,300 円 (月 : 115,525 円)	1,505,700 円 (月 : 125,475 円)

※年収・期間によって違いがあります。



学費の進学コース別は以下のようになります。

		幼稚園	小学校	中学校	高校	大学	
1 年あたり 教育費総額	公立	231,920 円	304,093 円	459,511 円	393,464 円		教育費総額
	私立	537,518 円	1,465,323 円	1,278,690 円	922,716 円		
進学 コース別	オール公立コース						10,183,243 円
	私立	公立				私立	12,718,570 円
	私立	公立			私立		14,306,326 円
	私立	公立		私立			16,763,863 円
	オール私立コース						23,731,243 円

→ 夫:35 歳男性 妻:30 歳女性 (専業主婦) 子供 0 歳



No.1 >>

保険金額	月々 20 万円	非喫煙優良体
保険期間	60 歳	
保険料払込期間	60 歳	
保険料 (月払い)	4,780 円	



No.2 >>

保険金額	300 万円	解約返戻金	250 万円
保険期間	60 歳	(60 歳時点)	
保険料払込期間	60 歳	保険料総額	217 万円
保険料 (月払い)	7,250 円	(60 歳時点)	



No.3 >>

入院日額 (60 日額)	10,000 円	保険期間	終身
手術給付金	10,000 円	保険料払込期間	60 歳
先進医療特約	20 万円	保険料 (月払い)	5,822 円



No.4 >>

がん診断給付金	100 万円	保険期間	終身
がん入院給付金	10,000 円	保険料払込期間	終身
がん手術給付金	20 万円	保険料 (月払い)	3,384 円
がん通院給付金	10,000 円		



学資一時金	300 万円	保険期間	18 歳
		保険料払込期間	18 歳
		保険料 (月払い)	15,560 円

< 保険料 >

収入保障保険	4,780 円
低解約型終身保険	7,250 円
終身医療保険	5,822 円
終身がん保険	3,384 円
学資保険	13,560 円



合計 34,796 円



収入保障保険

No.1 >>

保険金額	月々 5 万円
保険期間	55 歳
保険料払込期間	55 歳
保険料（月払い）	975 円

*

低解約終身保険

No.2 >>

入院日額（60 日型）	10,000 円	保険期間	終身
手術給付金	20 万円	保険料払込期間	60 歳
先進医療特約		保険料（月払い）	4,600 円

*

終身医療保険

No.3 >>

がん診断給付金	100 万円	保険期間	終身
がん入院給付金	10,000 円	保険料払込期間	終身
がん手術給付金	20 万円	保険料（月払い）	2,814 円
がん通院給付金	10,000 円		

*

終身がん保険

< 保険料 >

収入保障保険	975 円
低解約型終身保険	5,471 円
終身医療保険	3,371 円
終身がん保険	2,993 円

CHECK!

👉 合計 12,751 円



→ 最後に

最後までご覧頂き誠にありがとうございました。

生命保険の考え方はあくまでも公的保障があつて、その公的保障でも足りない部分を補うのが民間の生命保険です。

生命保険は万が一の時に家族を守る必要なものですが、入りすぎはよくありません。なぜ日本は高額な生命保険に加入している人が多いのかというと、公的保障を理解している人が少ないからです。

無駄のない生命保険設計をする近道は公的保障制度を知ることです。保険を検討するときは是非この EBook でお伝えしたことを参考にして保険設計していただければと思います。

また、普段の生活でも役立つ情報なのですべて理解していなくても「こういう制度があるんだ」ぐらいでも頭に入れておくといざとなった時に役に立つはずです。そしてもし、公的保障制度を活用する状況になった時には読み返してしていただければ幸いです。

今後も保険の教科書では保険に関する役立つ情報を更新していきますのでよろしくお願いいたします。

！ お電話平日 9:00～19:00、メールでは 24 時間受け付けております。

保険料の節約も

保障内容の充実も

家族の為に新しい保険も



受付時間

0120-363-736

平日：9:00～19:00

保険の相談をする