

「争族、の7割近くがきょうだい間

「人生百年時代」と言われますが、今や百歳の人口は約七万人。夫婦の親四人のうち一人は百歳になると考えておくべきですし、自分自身も百歳まで生きるかもしれない。百五歳まで生きるつもりで備えておきましょう。老後の親子、夫婦関係、つまり「老老」の人生設計が不可欠です」

そう明言するのは、二十年以上介護現場取材してきた介護・暮らしジャーナリストの太田差恵子氏だ。厚労省年金局の資料によれば、現在六十八歳（一九五〇年生まれ）になる男性が九十歳まで生きる確率は三五%、女性に至っては六〇%に及ぶ。百歳まで生きる確率で見ても、男性が四

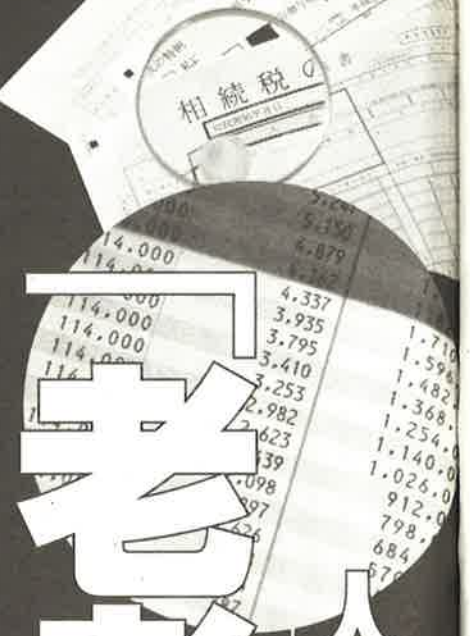
分、女性が一四%だ。介護、保険、相続、年金、貯金……人生八十年時代、というこれまでの感覚で老後を過ごせば、生活費は不足し、親族間トラブルにも巻き込まれかねない。そうした「老老の罠」に嵌まらないためには、どうすれば良いのか。これから分野別に詳しく見て行こう。

虎の子の年金を増やすには

人生百年時代、定年後も親は健在で、三十年は続く夫婦の「老老ライフ」。だが、そこには色んな「罠」が潜んでいる。便利な制度にも落とし穴はあるし、手続きを忘れればもらえないはずのお金ももらえない。では、どうすれば？ 専門家が教える「正解」がこれだ！

充実した老老ライフを送りたい

- ▼ **介護** 人気のサ高住の「隠れ負担」
- ▼ **保険** 損益分岐点は95歳
- ▼ **相続** 子どもへの早すぎる贈与にご用心
- ▼ **年金** 65歳超えたら「忘れられた年金」が
- ▼ **貯金** ほったらかし口座が消える



# 「老老時代の罠」

## 人生100年でルール激変

# 老老介護 夫婦で介護費は 一千万円にも

「親の看取りをホームには期待していたのに……」

そう自身の経験を語るのは、高齢者住宅のコンサルティング企業「タムラプランニング&オペレーターズ」の田村明孝社長だ。田村氏は六十六歳。今年十月、九十一歳の父を亡くした。「父は自宅近くの有料老人ホームに入りましたが、二十四時間介護ではない自立型だったため、スタッフの目が夜間は行き届かなかった。そこで介護付有料老人ホームに移ったのですが、湯たんぽで低温火傷した。しかも家族への事故報告もなく、不信感から退去し、看取ったのはその五カ月後、妹の家でした」

「専門家の田村氏ですら一筋縄ではいかなかった「老老介護」。厚労省調査によれば、六十歳以上の人を介

護しているうちの七割が六十歳以上、九十歳以上の人を介護している六三%が六十歳と、夫婦や親子の「老老介護」はいまや当たり前時代だ。

田村氏の父親のように施設を転々とする例は決して珍しくない。前出の太田氏が指摘する。

「まず、なぜ施設に入れたのか考えましょう。介護が必要なのか、孤独が嫌なだけなのか。地方の親を東京の施設に呼び寄せても、方言が通じず孤立するかもしれない。一口に施設と言っても、公的な「特別養護老人ホーム」から民間の「有料老人ホーム」、認知症のお年寄りが少人数で暮らす「グループホーム」など様々です。一度入居すると移るのは大変なので、しっかりと現地を見学しましょう」

## 介護費捻出の裏技

中でも「安否確認」「生活相談」のサービスがある高齢者向けの賃貸住宅「サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）」は民間企業も次々と参入し、人気の施設

だ。だが、そこには「老老介護の罠」が潜んでいる。「サ高住の多くは介護サービス費が別負担なのに、介護付きと思っただけで住んでいる人が多いのです。安いと思っただけで入居したものの、要介護度が上がり、介護付きの老人ホームより高くなるケースもある。別負担ということに入居時の重要事項説明書に小さく書いてあるのを見落とさないようにしましょう」（同前）

「私が暮らす施設では、自立フロアと介護フロアが併設されていますが、特に女性には『介護フロアには行きたくない』とギリギリまで自立フロアに留まろうとしがちです。結局、訪問診療や介護サービスを余計に使うことになり、月に百万円ほど払う人もいました」

「長年加入してきたからもつたいない」という意識こそ、老老介護には禁物だ。生保の営業マンでもあった後田氏が言う。

「解約しようとする営業マンは、新たな不安を語り、別の商品を薦めてくるかもしれない。その時は帰り際に、お茶代や交通費を渡して『頑張ってください』と送り出してあげましょう。私もそれで気持ちよく追い出されました（笑）」

母親を殺害した長男の自宅を捜索する千葉県警



0歳時代年金」は、五十五歳から加入した場合、男性が八十九歳、女性に至っては九十五歳が分岐点となる。オフィスバトン「保険相談室」代表の後田亨氏が指摘する。

「トンチン保険に関しては今のところ良い商品は出ていません。加入から数十年経つてようやく保険料総額を数%上回る商品に魅力があるとは思わない。そもそも生命保険は若い人の、方が一などレアケース用に設計されており、高齢者には向いていません」

大事なのは、長寿保険に入る前にコトコツ貯金すること。そして認知症になる前に、加入している保険はなるべくシンプルにしておくべきだろう。

医療保険はどうか。CM

では盛んに公的保険ではカバーしきれない先進医療の重要性を訴えているが、実際はほとんどの治療が健康保険の対象内。そもそも公的保険自体、高齢者に手厚い。そこで利用を忘れてはならないのが「高額療養費制度」である。

「一般的な七十歳以上の場合、自己負担の上限が今年八月、月一万四千円から一万八千円に上がりましたが、フル活用したい。高額介護サービス費を合算できる制度もあり、年間の医療費と介護費の自己負担の合計が五十六万円を超えた部分については払い戻しが出る。領収書などはきっちり保管しておきましょう」（前出・井戸氏）

## 継続すべき保険は？

とはいえ、二人に一人ががんになる時代。六十歳を超えると、がんによる死亡率が高まるとされているが、この備えはどうすべきか。

実は、がんの平均的な入院費は百万円に満たず、自己負担額も三十万円程度にとどまる（公益社団法人全日

人なら一千万円になる。さらにそこに重なってくるのが、親の介護だ。前出の太田氏が言う。

「親の介護費を子どもたちで負担するケースが多いのですが、それは改めましょう。自分もいざれ介護が必要になることを考えれば、親のためにお金を使っている場合ではない。親の収入の範囲で適切なサービス、施設を利用することが大事です」

「七十歳以上の人で年金収入が百五十八万円以下であれば、『老人扶養親族』となり、子どもの所得税が控除されるのです。同居だと五十八万円、別居でも四十八万円が控除される。生計を一にすることが条件ですが、子どもが毎月仕送りをしているれば、老人扶養親族として認められます。こうして浮いた分は、親の介護費に充てれば良いでしょう」（ファイナンシャルプランナーの井戸美枝氏）

「親の介護費を子どもたちで負担するケースが多いのですが、それは改めましょう。自分もいざれ介護が必要になることを考えれば、親のためにお金を使っている場合ではない。親の収入の範囲で適切なサービス、施設を利用することが大事です」

「現金五十万円を持っていれば、わざわざ保険会社に手数料を取られるがん保険に入る必要がないということ。もし何らかのがん保険に加入している場合は、契約内容を確認しておきましょう。古い契約では入院と死亡保障が厚く、通院だけで治療すると給付がつかないことがあります。治療法の進化に保障内容が合っていないケースも散見されます」（前出・後田氏）

### 老老相続 生前贈与より 相続が得？

一方、相続対策という意味では、生命保険は効果的と言える。遺族が受け取る死亡保険金のうち、**「五百万円×法定相続人数」**は相続税がかからないためだ。「受取人を妻より子にしておいたほうが良い。妻にはもともと遺産額の二分の一、もしくは一億六千万円まで相続税がかからない優遇があり、あえて死亡保険金の非課税枠を使う必要がないからです。妻の死亡後、子への相続でも再び税金が

かかってしまう『二次相続』を考えれば、夫だけでなく妻も生命保険に加入しておきましょう」（W T 税理士法人の板倉京税理士）

# 老老保険 古いがん保険は 契約内容を確認

生保各社は「長寿リスク」に対応する保険を次々発売している。早く死亡すると損する代わりに、長生きした場合に多くの年金を受け取れる「トンチン保

険」だ。加入年齢は五十歳からで、商品によっては八十七歳まで加入できる。ただ、受取額が支払い済みの保険料総額を上回る「損益分岐点」はずいぶん先の話。例えば太陽生命の「保険組曲Best 10



介護費が老人ホーム選びのポイント

かかってしまう『二次相続』を考えれば、夫だけでなく妻も生命保険に加入しておきましょう」（W T 税理士法人の板倉京税理士）

五万円の贈与税がかかってしまう。これが相続なら、相続人が長男だけだったとしても三千六百万円まで相続税はゼロ。千葉の事件でも、もともと母親と折り合いの悪かった長男が無理に贈与させた結果、多額の税金が生じ、逆上したのかも「しれません」(同前)

### 戸籍の入手を急げ

早すぎる贈与はトラブルの種なのだ。逆に相続に関して、早いに越したことがないのは戸籍の入手。相続コーディネーターとして一万四千件以上の相談を受けてきた「夢相続」社長・曾根恵子氏が語る。

「相続人の確定に必要なのが出生以降の戸籍謄本です。結婚前の本籍地に遡ろうとすると、郵送などで時間がかかってしまう。離婚、再婚や幼い頃に養子に行くなど複雑な家庭の場合、遺産分割後に相続人が現れると一からやり直しになります。今のうちに取得・確認しておきましょう」

前でも骨肉の争いが演じられることも珍しくない。「相談に来られる方の六六%がきょうだい間のトラブルです。親は『子どもたちのきょうだい喧嘩は見たこともない』と思っていて、『兄貴は新品ばかり買ってもらっていた』と積年の恨みが出てくるもの。遺言をきちんと書くか、家を売却して均等に分割できるようにしておくなど、対策を考えておきましょう」(同前)

## 老老年金 時効は五年 年金手続きを

定年後の老老ライフ。収入の大半を占めるのが、目減りして行く年金だ。約五千万件もの「消えた年金記録」が発覚したのは〇七年。あれから十一年が経ったが、今なお約二千万件の年金が、本来もらえる人の元に渡っていない。「厚生年金受給額は加入期

間とその間の給料によって決まるので、結婚前に少しだけ働いた会社など新たに発覚すれば、年金事務所へ申し出ると受給額は増えます。『被保険者記録照会回答票』を入手し、加入期間に空白があれば疑ってみましょう」(前出・井戸氏)

返送しましょう」(前出・太田氏) このように「老老年金の異」は、請求しなければもらえないという点だ。特に忘れがちなのが、六十五歳まで受給できる「特別支給の老齢厚生年金」だろう。これは一九八六年に厚生年金の受給開始年齢が、六十歳から六十五歳に延びたことに伴う緩和措置。そのため、世代が上の人ほど、六十歳に近い年齢で支給され、年金額の急激な減り避けられる。

### 月三万の加給年金

一方、六十五歳以降の年金は請求しなければ自動的に繰下げ受給となり、毎月の年金額が繰下げた月数×〇・七%増額される。逆に繰上げした場合、繰

三歳に受け取るはずの分は六十八歳になるまでに請求しないとけない。こうした手続きを一切行わなければ、現在六十五歳世代の平均的なサラリーマンで、五百万円以上の『特別支給の老齢厚生年金』が消えることになり。遅くとも六十五歳までに、忘れられた年金の申請手続きを急ぎましょう」(同前)

もらえる年金額を再確認



日本年金機構本部

上げた月数×〇・五%の減額だ。途中で変更が利かず、亡くなるまで続くだけに「老老年金」には、最適な受給方法を選びたい。「受給開始年齢を六十五歳から七十歳に遅らせると受給額は四二%アップ。繰り下げをしても、八十一歳十カ月より長生きすると得する計算です」(同前)

ただ、男性の場合、平均寿命が八十一歳。繰下げが得かどうかは五分五分なのだ。そこで井戸氏は「夫婦で受給方法を変えるべき」とアドバイスする。

「夫が亡くなった後の、おひとり様時代」に備える意味でも、妻は七十歳まで繰り下げのべきでしょう。夫は厚生年金(報酬比例)部分をそのままにして、基礎年金部分のみ七十歳まで繰り下げることがお勧めです」

分を受給するまで、ある「お得な年金」を受給することが出来ないからだ。それが、妻が夫より年下の場合、妻が六十五歳になるまで受給できる月約三万円の「加給年金」。

夫が六十五歳、妻が六十歳の夫婦の例で考えてみよう。夫が六十五歳で厚生年金を受給すれば、妻が六十五歳になるまでの五年間、約百八十万円の加給年金を手に入る。ところが夫が受給を七十歳に繰り下げしまえば、妻の元には一銭も加給年金が入らないのだ。

## 老老貯金

### 税務署が狙う 妻名義の預金

高齢者の多くが郵便局で貯金口座を作った経験があるだろう。だが、その郵便貯金にも「時効」があるというのだ。

「郵政民営化(〇七年九月三十日)以前に預け入れた定額郵便貯金や積立郵便貯金などは、満期後二十二年二月を経過しても払い戻しの請求がない場合、二度と手元には返ってこなくなります」(郵便貯金・簡易生命保険管理機構貯金部)

あしたの笑顔を守る 大切なひととき  
総合健診センター ヘルチェック  
東京：03-3345-7766 / 横浜：045-453-1150  
人間ドック、各種健診のご予約・お問合せは