

考えてみませんか？ これからの人生に必要な“そなえ”

<ご参考資料>
2024年9月作成

予測できない

予測できる

ライフイベント

家計の負担

必要な費用の目安

公的な“そなえ”

必要な“そなえ”

病気・ケガ

入院・通院費用
手術費用

直近の入院時の1日あたりの自己負担費用

5,000～7,000円未満	7,000～10,000円未満	15,000～20,000円未満	20,000～30,000円未満	30,000～40,000円未満
13.8%	8.8%	11.5%	23.3%	7.9%
5,000円未満	10,000～15,000円未満	16.0%	5.5%	13.2%
平均約 20,700 円				

治療費に加え、公的医療保険制度適用対象外の食費代・差額ベッド代・交通費等も自己負担となります。

公的医療保険
(高額療養費制度等)
+
自治体によって助成制度がある場合もあります

医療保険

がん
心疾患
脳血管疾患等

長引く入院・通院費用
手術費用
高額な治療費
(先進医療等)

主な疾病の入院時の自己負担額

肺がん 35日間入院	心筋梗塞 17日間入院	脳卒中 30日間入院
約54.4万円	約35.2万円	約48.4万円

がん治療にかかる先進医療の平均費用

重粒子線治療	陽子線治療
約314万円	約266万円

公的医療保険
(高額療養費制度等)
+
自治体によって助成制度がある場合もあります

がん保険
特定疾病保険

就労不能
介護・認知症

生活費
教育費
治療費
介護費用

働けなくなったときの収支

収入 ↓ 支出 ↑

収入減に加え、継続的な費用(治療費や介護費用等)が発生する可能性も…

1人あたりの介護費用

介護に必要と考える費用 約 **1,199**万円
初期費用 約234万円 + (月額費用 約15.8万円 × 61.1カ月*)

介護にかかった費用 約 **581**万円
初期費用 約74万円 + (月額費用 約8.3万円 × 61.1カ月*)

*介護を始めてからの期間(過去3年以内の介護経験者の平均)

必要保障額 = 生活に必要な費用(自分含む) + 治療費・介護費用等 - 収入

公的年金
(障害年金)
公的医療保険
(傷病手当金等)
公的介護保険
(40歳以上)

収入保障保険
介護保障・就労不能保障
医療保険
介護保障・認知症保障
終身保険
介護保障・認知症保障

死亡

遺族の生活費
遺族の教育費
死後の整理資金

万一のときの収支

収入 ↓ 支出 ↑

月々の負担はやや減少するものの、まとまった資金(葬儀費用や教育費)については、別途考える必要があります。

まとまった資金

葬儀費用 約 **119**万円 ※全国平均価格
お墓建立費用 約 **171**万円 ※全国平均価格
相続税の課税対象となった被相続人1人あたり 約 **1,855**万円 ※2014年(相続税制改正前)比

必要保障額 = 生活に必要な費用 - 世帯主の生活費等 - 収入

公的年金
(遺族年金)
公的医療保険
(埋葬料5万円)

収入保障保険
定期保険
終身保険

火災・地震・水害
自動車事故

修繕・建替費用
修理・賠償費用

火災の修繕費用

例)東京都木造戸建100㎡
建替費用 約 **2,230**万円 (2024年度10月版 新築費単価表)

水害の修繕費用

例)河川氾濫による水没(建物・家財全損)
損害額 約 **3,080**万円 (2020年7月豪雨)

自動車事故の賠償額

例)バイクと衝突し被害者が後遺障害
損害賠償額 **3億8,281**万円 (2005年5月17日 名古屋地裁判決)

被災者生活再建支援制度
自賠責保険

火災保険
自動車保険

子どもの進学

教育費

幼稚園～高校まで

全て公立の場合 約 **577**万円
全て私立の場合 約 **1,840**万円

大学

国立の場合 約 **742**万円
私立(文系)の場合 約 **886**万円

児童手当
+
自治体によって補助金が出る場合もあります

教育資金贈与信託
積立投資

退職
(セカンドライフ)

老後の生活費

ゆとりある老後の生活費

約 **37.9**万円(月額)

定年後の生活資金総額目安

約 **1億3,899**万円(夫婦2人)

公的年金
(老齢年金)

個人年金保険
終身保険

教えてください!

現在、加入している保険のこと

あなたの保険に対する考え方を教えてください。保険加入の目的を確認してみましょう

きっかけ

加入(見直し)したのは何年前ですか?

年前

実は、こんな方が多いです

入ったら入りっぱなし



そういえば加入してから一度も見直しをしたことはないなあ…

よく考えずに入った



社会人になったときに入った保険があるけど、今の保障は合っているのかな…

入っているが内容がよくわからない



毎月保険料を払っているけど、保障内容って正直覚えてないなあ…

保険料

月々の保険料はおいくらですか?

(保険料の総額)

円

ご自身やご家族が今後負担する保険料の総額を計算してみましょう

毎月の保険料 円 × 12カ月 × 払込満了までの期間 年間 = 不明の場合、定年退職(たとえば60歳)までの期間等で考えてみましょう

保険料の総額 円

更新型や終身払の場合、この金額よりも高くなる可能性も…

＜参考＞世帯年間保険料の平均(37.1万円)で30年間の払込とすると、総額は1,113万円にのびります

あなたにぴったりの保障と負担のバランスを一緒に考えてみませんか?

必要な保障が確保されているか

必要な期間、保障が続くか

保険料は妥当か

ぜひ、保険証券をお持ちください。無料で内容を確認させていただきます

●このご案内は、作成時点における法令その他情報に基づき作成しており、今後の改訂等により、取扱が変更となる可能性があります。

【直近の入院時の1日あたりの自己負担費用】(公財)生命保険文化センター「2022(令和4)年度生活保障に関する調査」※過去5年間に入院し、自己負担額を支払った人をベースに集計。※高額療養費制度を利用した場合は利用後の金額。【主な疾病の自己負担額】セールス手帖社出版「よくみえる!医療・介護のはなし」(前提) 高額療養費は70歳未満、健保、年収約370万円～約770万円(標準報酬月額28万円以上53万円未満)の場合で計算。食事自己負担額は1食あたり490円。差額ベッド代は1日あたり6,600円(希望された場合、差額ベッド代が発生しないケースもあります)。雑費は1日あたり2,500円(日用品、パジャマ類、見舞い・付添者の食事代や交通費等)。※自己負担額は、高額療養費給付後の金額です。【先進医療の平均費用】厚生労働省「第127回先進医療会議資料 令和5年6月30日時点で実施されていた先進医療の実績報告について」をもとに当社算出。【1人あたりの介護費用】(公財)生命保険文化センター「令和3年度生命保険に関する全国実態調査」をもとに当社作成。【火災の修繕費用】三井住友海上2024年10月版保険価額評価ハンドブックの新築費単価表「東京都T・K・H構造」から試算。【水害の修繕費用】三井住友海上「水災への備えはお済みですか?」チラシ2020年7月豪雨による損害例。【自動車事故の賠償額】三井住友海上GKクルマの保険パンフレット(2020年1月1日～2020年12月31日までの始期契約用)より2005年5月17日名古屋地裁判決事例。【相続税額】国税庁「令和4年分相続税の申告書続の概要」相続税額は税額合計を相続税の申告書(相続税額があるもの)の提出に係る被相続人数で割ったもの。【葬儀費用】(株)鎌倉新書「第6回お葬式に関する全国調査」(2024年)葬儀費用、飲食費、返礼品の合計。【お墓建立費用】(一社)全国優良石材店の会「第36回(2023)全国統一全優石 お墓購入者アンケート調査」より【教育費(学費)】文部科学省「令和3年度子供の学習費調査」、「令和5年度私立大学入学者に係る初年度学生納付金平均額(定員1人当たり)の調査結果について」、「国立私立大学の授業料等の推移」、日本政策金融公庫「教育費 負担の実態調査結果」(令和3年度)、(独)日本学生支援機構「令和2年度学生生活調査結果」をもとに当社試算。大学は下宿・アパート等に居住の場合で、内訳は、入学金、授業料、施設設備費、生活費、自宅外通学を始めるための費用。【老後の生活費】厚生労働省「令和5年簡易生命表」、(公財)生命保険文化センター「2022(令和4)年度生活保障に関する調査」夫60歳、妻55歳時点の平均余命にて当社試算。なお、妻1人期間の生活費用は2人の生活費×70%にて計算。【世帯年間保険料の平均】(公財)生命保険文化センター「令和3年度生命保険に関する全国実態調査」より当社試算

【生命保険に関してご注意ください事項】●生命保険商品には、各種相場環境等の変動等を要因として投資対象の価格変動等により損失が生じ、お受取金額が投資元本を割り込むおそれがある商品もございます。また、預金保険制度ならびに投資者保護基金の対象外であり、元本および利回りの保証はありません。●当社で取り扱う金融商品においては、各商品所定の手数料(生命保険の場合は「ご契約時にかかる費用」「保険契約関係費用」「運用関係費用」「解約控除費用」)その他費用、投資信託の場合は銘柄毎に設定されたお申込手数料(約定日の基準価額に最大3.3%(税込)の率を乗じて得た額)および信託報酬、信託財産留保金の諸経費、外貨預金の場合は為替手数料(1通貨あたり片道最大1円)などがかかります)をご負担いただく場合や、各種相場環境等の変動を要因として投資対象の価格変動等により損失を生じる場合がございます。●なお、費用等の合計額・計算方法等については、商品・投資金額・運用状況等によって異なりますので、表示することができません。●商品毎にリスクおよび手数料等は異なりますので、各商品の契約締結前交付書面またはお客さま向け資料をよくお読みください。◆本資料は三井住友信託銀行が作成したものであり、金融商品取引法に基づく開示書類ではありません。

知っておきたい!

保障内容を確認するタイミング

必要な保障はライフサイクルに応じて変化するため、ライフイベントは保障内容を確認するタイミングとされています

住宅を
購入したとき



団体信用生命保険(=死亡保障)の効果

住宅ローン借入時に加入される団体信用生命保険により、万一の際はローン残高が0になります。既に保険で死亡保障にそなえている場合、必要以上に死亡保障が手厚くなっていることがあります。保障を見直すことで保険料の負担を少なくできるかもしれません。

退職したとき



家計と保険料のバランスを確認(収支の変化、住宅ローン完済、子どもの独立など)

退職後は月々の収支が変化するため、家計の固定費の代表格である保障について多くの方が見直しをされています。特に長期入院や要介護になった場合、家計への負担が大きくなるため、これらに備えた保障が大切です。加入している保険が医療の現状に合っているかどうか確認してみましょう。

長い間
保険を見直して
いないとき



加入中の保険がこのような状態になっているかも…

医療技術の進歩や社会保障制度の改定などの社会環境が変化していたり、保険金額が必要以上に手厚くなっていたりするかもしれません。現在の保険が今の自分に合っているかどうか、一度確認してみませんか?

ご存知ですか?

「生命保険料控除」のこと

活用するだけで税メリットが受けられる生命保険料控除。3種類すべて活用していますか?

控除の種類	対象となる 主な保険商品	控除限度額 (各種の年間支払保険料が それぞれ8万円以上の場合)	
		所得税	住民税
個人年金保険料控除	個人年金保険など	40,000円	28,000円
一般生命保険料控除	終身保険など	40,000円	28,000円
介護医療保険料控除	医療保険など	40,000円	28,000円
3つの控除を合計した適用限度額	—	120,000円	70,000円

控除の種類は商品によって異なります。詳細はパンフレット・約款等をご確認ください。

