

保障を考えるときの参考に!

年代別

家族構成別

保障額のめやす

保障設計サポートアドバイザー

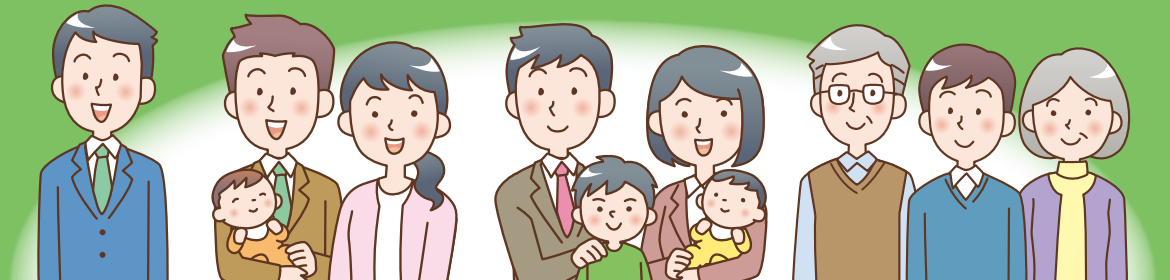
FPユニオン
Labo

<https://fpunionlabo.com/>

1 死亡(遺族)保障について

年代別・家族構成別に
必要な保障額を詳しく解説!

P.1~P.16▶



2 医療保障について

入院費・手術代だけ
じゃない!?
医療保障の考え方。

P.17~P.18▶

4 先進医療保障 の考え方

先進医療の技術料は
全額自己負担!?

P.21▶

3 がん保障の考え方

入院や治療にかかる費用
とは別に考えよう!

P.19~P.20▶

5 退職後の医療保障

退職後の健康保険は
どうなるんだろう?

P.22▶



こくみん共済 **〈全労済〉** 全国労働者共済生活
coop 協同組合連合会

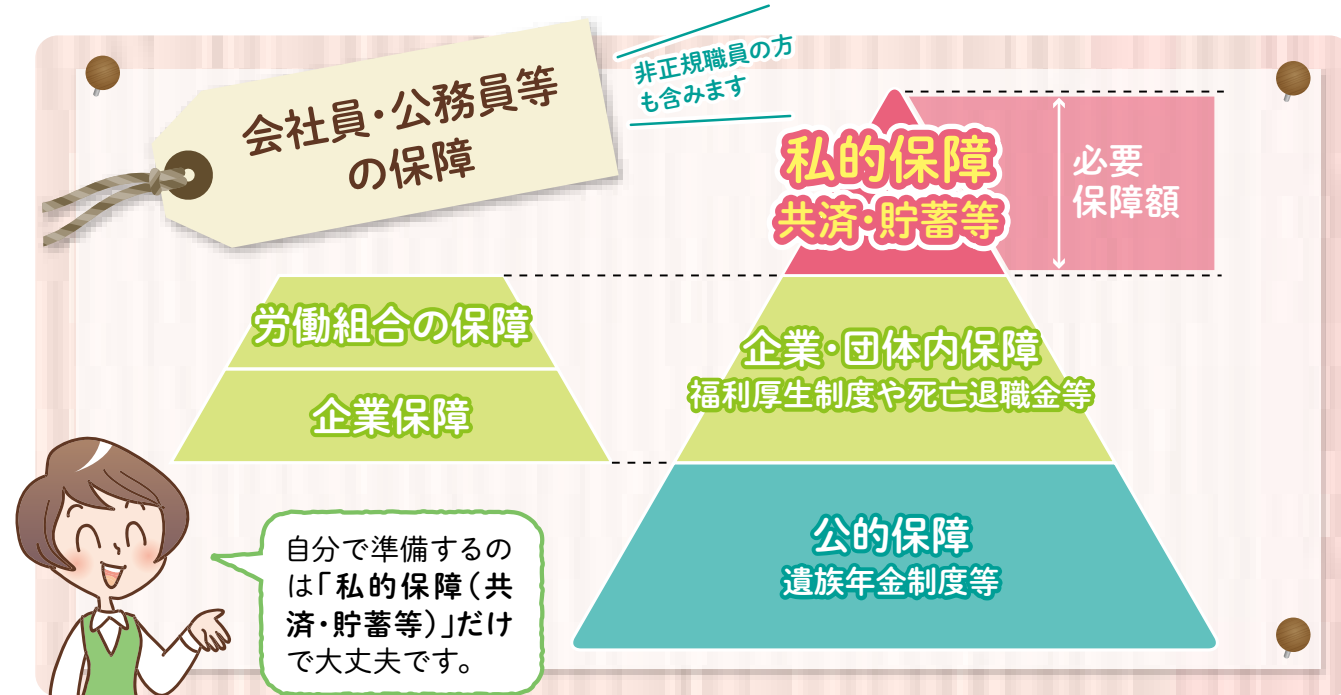
自治労共済 推進本部

全日本自治体労働者共済生活協同組合

「こくみん共済 coop」は営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、相互扶助の精神にもとづき、組合員の皆さまの安心とゆとりある暮らしに貢献することを目的としています。この趣旨に賛同いただき、出資金を払い込んで居住地または勤務地(先)の共済生協の組合員となることで各種共済制度をご利用いただけます。

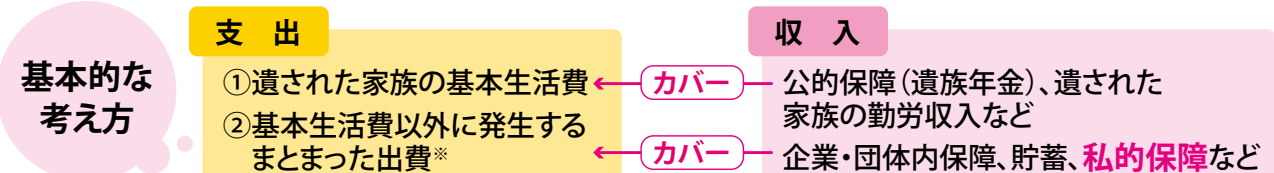
1 死亡(遺族)保障について

必要保障額の考え方



備えておきたい私的保障については、万一のことがあった場合の支出(経済的リスク)から、公的保障や企業・団体内保障、貯蓄等を引いた差額をめやすとしましょう。

具体的には、万一のことがあった場合の支出を「①遺された家族の基本生活費」と「②基本生活費以外に発生するまとまった出費」に分け、それぞれの経済的リスクを以下のようにカバーします。



$$\text{共済(保険)等による必要保障額} = \text{基本生活費以外に発生するまとまった出費} - \text{企業・団体内保障} - \text{貯蓄等}$$

ポイント 1

遺された家族の衣・食・住をまかなうことを前提とした費用を基本生活費とします。なお、耐久消費財や家賃(借家の場合)も基本生活費に含まれます。

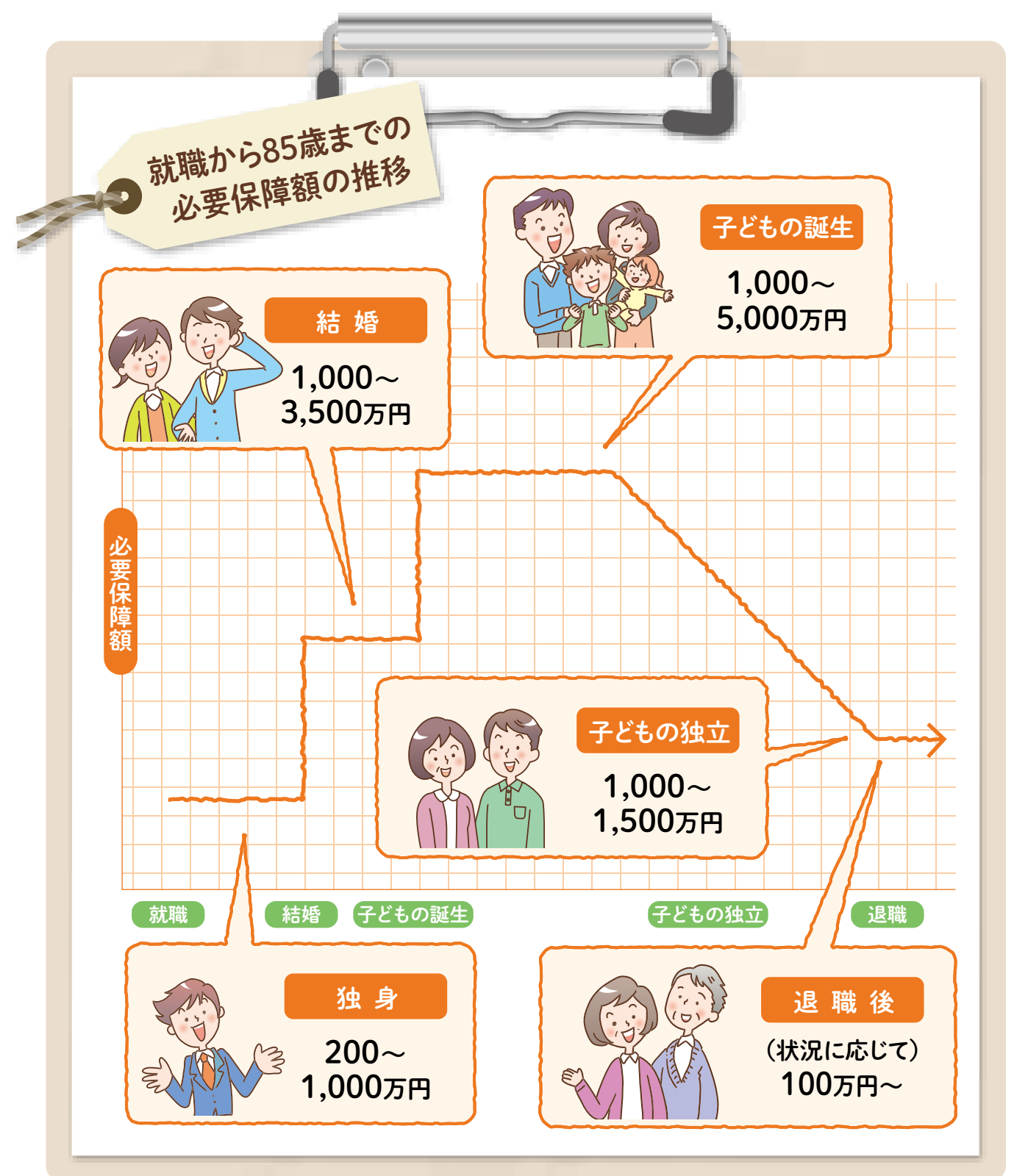
ポイント 2

基本生活費とは別に、一時的に発生する葬祭費用やローン返済費用、子どもの教育費などに備えます。

ポイント 3

一定の要件を満たした場合に遺された家族の生活費として、厚生年金制度の遺族給付が支給されます。また、預金・貯金や財形貯蓄、有価証券など現在ある貯蓄額を万一の際の収入として考えます。

年代別 必要保障額の推移



※図はイメージです。

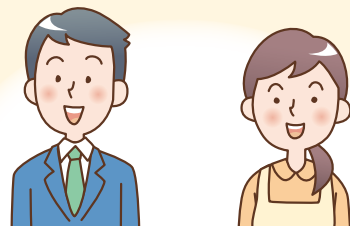
家族構成別 必要保障額のめやす

① 本人がフルタイム勤務の場合 (配偶者がいる場合には、無職を想定)



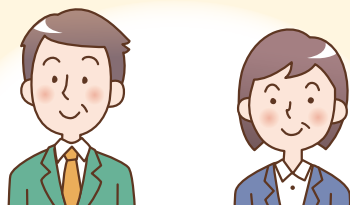
世帯人数	保障額のめやす
単身	200～1,000万円
2人	1,000～3,500万円
3人	2,000～4,000万円
4人	3,000～5,000万円

② 本人がフルタイム勤務、 配偶者はパートタイムを想定



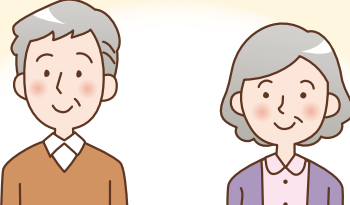
世帯人数	保障額のめやす
2人	1,000～3,500万円
3人	2,000～4,000万円
4人	3,000～5,000万円

③ 本人と配偶者ともにフルタイム勤務



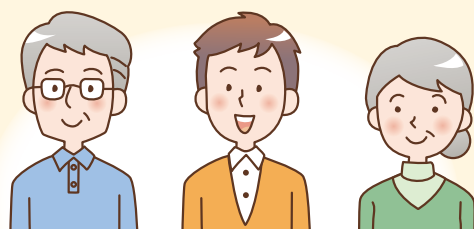
世帯人数	保障額のめやす
2人	1,000～1,500万円
3人	1,000～2,000万円
4人	2,000～5,000万円

④ 退職後のめやす(子どもが独立している場合)



世帯人数	保障額のめやす
単身	100～500万円
2人	100～1,500万円

⑤ 退職後のめやす(子どもが独立していない場合)

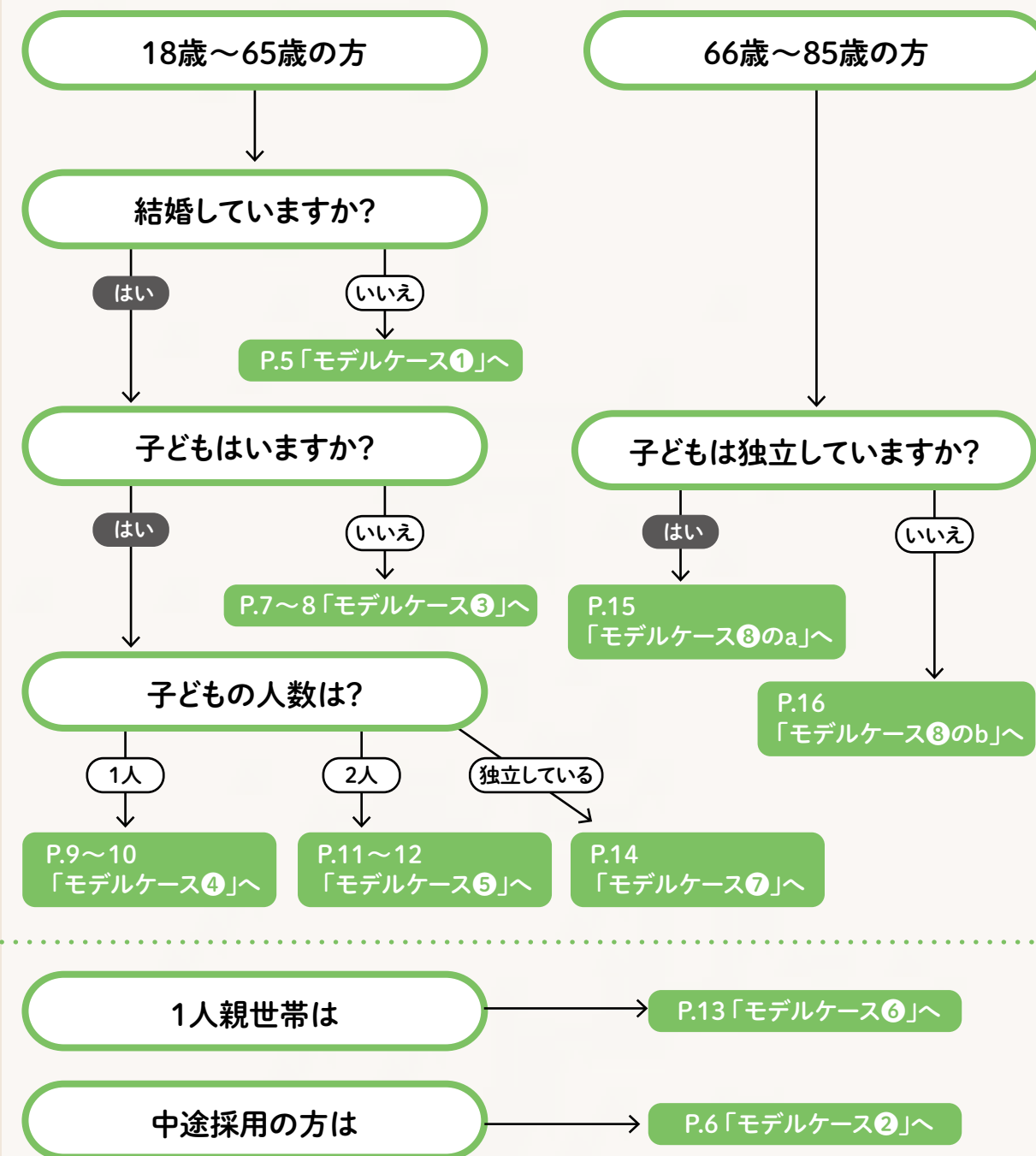
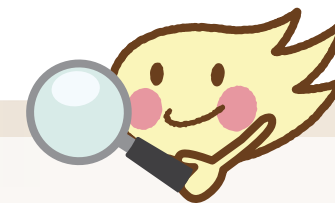


世帯人数	保障額のめやす
2人	1,000～2,000万円
3人	2,000～3,000万円
4人	3,000～4,000万円

モデルケース

モデルケースごとの
必要保障額をみていきましょう

あなたに近い
モデルケースは?



モデル
ケース
①

単身者

本人の必要保障額

団体生命共済
メニューの
最も低い保障額



ポイント 1

葬儀費用、法要として約200万円、墓地購入費用を含めると約500万円が一つのめやす。ただし、最近は家族葬など、葬儀を簡素に行うケースも増えているので、必要な費用を確認しておくことが大事です。



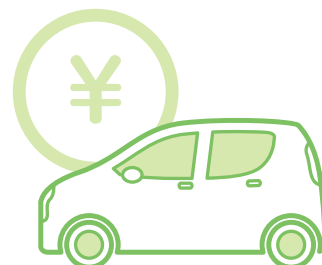
ポイント 2

葬祭費用だけでなく、病院での治療中に亡くなった場合には、治療にかかった費用を病院へ支払う必要があることから、葬祭に関する費用以外にも備えが必要なことを考えておきましょう。



ポイント 3

住宅ローン以外のローン(例えば、自動車ローン、奨学金)がある場合には、返済義務が発生することから、備えておく必要があります。



ポイント 4

単身の方は特に、亡くなっていないものの、重い障がいを負って働けない状態となった場合の備えが必要です。病気やけがで重度障がいが残ってしまった場合には、仕事や生活に支障が生じるだけでなく、治療費などの負担が加わり、さらに介護費用が必要となる場合もあります。

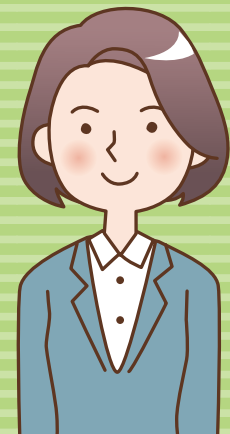
公的年金(障害年金)だけではカバーできない生活費の備えも考えておきましょう。

以上のことから、葬祭費用だけでなく、思いのほか費用が必要な場合が考えられます。単身者でも必要保障額が高額になる場合があることを考えておきましょう。



モデル
ケース
②

中途 採用者



ポイント 1

すでに加入している保障の内容や保険料・掛金が必要以上のものになっていないか確認しましょう。公的な保障、公務員の福利厚生、お勤め先の保障をふまえることで、自身で備える保障額も変わります。まずは公務員の公的保障、福利厚生制度、お勤め先の保障を確認しましょう。

ポイント 2

万一の死亡保障だけでなく、医療保障も自分に合っているのか確認しましょう。



ポイント 3

転職を機に、死亡・医療保障だけでなく、早めに将来のための貯蓄をはじめましょう。



モデルケースから、ライフプラン全体を考え、バランスよく保障と貯蓄を早めに準備しましょう。



モデル
ケース
③

結婚

ポイント
1

万一の葬祭費用や各種ローンの支払い等は用意する必要があるほか、**遺された配偶者の**が大切です。

単身のとくと変わらずに**生活費負担も考えること**

ポイント
2

自分の保障だけでなく、**配偶者の保障も合わせて見直すタイミング**です。

モデル
ケース
③-a

家族構成

本人30歳(フルタイム)、
配偶者30歳(パート)



本人の必要保障額

1,000～3,500万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

2,800万円
貯蓄などを含みます

配偶者が遺族に遺しておきたい金額

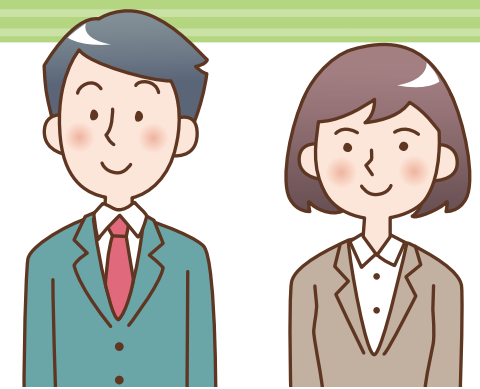
400万円

内訳 葬祭費用200万円+治療費用の精算40万円
+遺族の生活費の補助160万円

モデル
ケース
③-b

家族構成

本人30歳(フルタイム)、
配偶者30歳(フルタイム)



本人の必要保障額

1,000～1,500万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

940万円

内訳 葬祭費用200万円+ローン費用200万円+
治療費用の精算40万円+配偶者の生活費の
補助500万円

配偶者が遺族に遺しておきたい金額

940万円

内訳 葬祭費用200万円+ローン費用200万円+
治療費用の精算40万円+遺族の生活費の
補助500万円

※夫婦とも正社員として定年まで働くものと想定していますので、遺族の基本生活費は、それぞれの収入の範囲内でカバーするものとして、そのうえで基本生活費以外に発生するまとまった支出を私的保障で準備します。

万一の場合の支出

合計 3,300万円

葬祭費用

200万円

配偶者の老後準備資金

1,000万円

基本生活費の今後の
不足想定分(35年分)

2,100万円

※5万円(=①基本生活費-②配偶者の収入)×12ヵ月×35年間=2,100万円

参考

①残された家族の
基本生活費

年間300万円
(月額25万円)

※収入額からのめやすは月額30万円だが、配偶者一人の生活費のため月額25万円で計算

万一の場合の収入

合計 500万円

お勤め先の保障
(死亡退職金)

200万円

貯蓄

300万円

参考

②配偶者の収入
(女性の場合)

年間238万円
(月額20万円)

・パート収入:年額200万円(月額16.5万円)
・公的年金:年額38万円
(夫の遺族厚生年金38万円・子がいらないため遺族基礎年金なし)
※夫の平均年収375万円の場合の遺族厚生年金

本人が遺族に
遺しておきたい金額

2,800万円

モデル
ケース
④

第一子
誕生

ポイント
1

子どもが生まれたら、遺族保障の必要額は教える分大きくなります。万一の際の子どものするか？ 必要な保障をムダなくしっかり持てを考えましょう。

育費等が増進路はどうるように備え

ポイント
2

子どものけがや病気は、入院の付き添いなどが必要で親の負担も大きくなります。医療費は助成制度でカバーできることもありますが、入院時の諸費用や仕事を休むことでの負担についても備えられているか確認しましょう。

モデル
ケース
④-a

家族構成
本人32歳(フルタイム)、
配偶者32歳(無職)、
子0歳



本人の必要保障額 2,000～4,000万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

4,370万円
貯蓄などを含みます

配偶者が遺族に遺しておきたい金額

1,440万円

内訳 葬祭費用200万円+治療費用の精算40万円
+子の教育費1,000万円
+遺族の生活費の補助200万円

モデル
ケース
④-b

家族構成
本人32歳(フルタイム)、
配偶者32歳(フルタイム)、
子0歳



本人の必要保障額 1,000～2,000万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

1,640万円

内訳 葬祭費用200万円+治療費用の精算40万円
+ローン返済200万円+子の教育費1,000万円
+遺族の生活費の補助200万円

配偶者が遺族に遺しておきたい金額

1,640万円

内訳 葬祭費用200万円+治療費用の精算40万円
+ローン返済200万円+子の教育費1,000万円
+遺族の生活費の補助200万円

※夫婦とも正社員として定年まで働くものと想定していますので、遺族の基本生活費は、それぞれの収入の範囲内でカバーするものとして、そのうえで基本生活費以外に発生するまとまった支出を私的保障で準備します。

万一の場合の支出

葬祭費用	200万円	合計 4,970万円
基本生活費の今後の不足想定分(27年分) ※13万円(=①基本生活費-②公的年金)×12ヵ月×(子どもが小学校に入学するまでの)6年間 +5万円(=①基本生活費-②公的年金+パート収入)×12ヵ月×27年間=2,556万円	2,556万円	
ローン返済(自動車ローン)	200万円	
配偶者の老後準備資金	1,000万円	
	子どもの教育費	1,014万円
(高校まで公立、大学は私立文系自宅通学を想定) ※大学を私立理系自宅通学の場合は1,179万円がめやすになります。		

参考

①残された家族の基本生活費 年間300万円(月額25万円)

万一の場合の収入

合計	600万円
お勤め先の保障(死亡退職金)	300万円
貯蓄	300万円

参考

②配偶者の収入(女性の場合)
公的年金：年額144万円(月額12万円)
パート収入：年額100万円(月額8万円)
(小学校入学以降)

本人が遺族に遺しておきたい金額

4,370万円

妻の遺族基礎年金100万円・
夫の遺族厚生年金44万円
※夫の平均年収425万円の場合の遺族厚生年金

モデル
ケース
⑤

第二子
誕生

ポイント
1

子どもが生まれたら、遺族保障の必要額は教える分大きくなります。万一の際の子どものするか？ 必要な保障をムダなくしっかり持てを考えましょう。

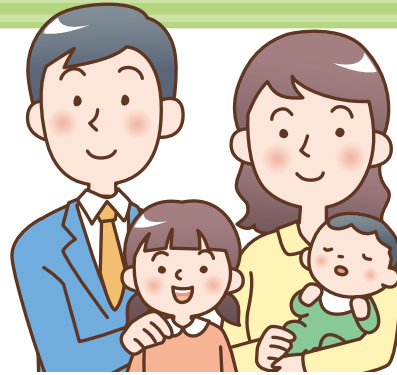
育費等が増進路はどうるように備え

ポイント
2

ローンの状況や家族構成によっては、万一の際の保障額が一番大きくなるタイミングです。経済的に負担が大きい時期だからこそ、ムリ・ムダ・ムラのない保障が大切です。

モデル
ケース
⑤-a

家族構成
本人34歳(フルタイム)、
配偶者34歳(無職)、
第一子2歳、第二子0歳



本人の必要保障額 3,000～5,000万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

5,271万円
貯蓄などを含みます

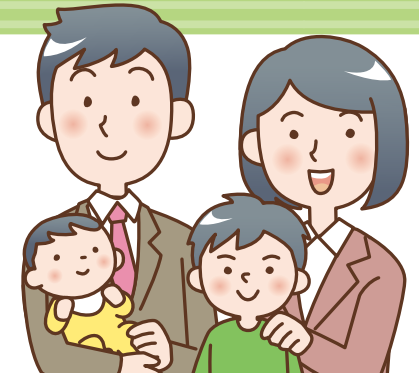
配偶者が遺族に遺しておきたい金額

1,400万円

内訳 葬祭費用200万円+治療費用の精算40万円
+子の教育費の補助1,000万円
+遺族の生活費の補助160万円

モデル
ケース
⑤-b

家族構成
本人34歳(フルタイム)、
配偶者34歳(フルタイム)、
第一子2歳、第二子0歳



本人の必要保障額 2,000～5,000万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

2,640万円 貯蓄などを含みます

内訳 葬祭費用200万円+治療費用の精算40万円
+ローン費用の精算200万円
+子の教育費2,000万円
+遺族の生活費の補助200万円

配偶者が遺族に遺しておきたい金額

2,640万円 貯蓄などを含みます

内訳 葬祭費用200万円+治療費用の精算40万円
+ローン費用の精算200万円
+子の教育費2,000万円
+遺族の生活費の補助200万円

※夫婦とも正社員として定年まで働くものと想定していますので、遺族の基本生活費は、それぞれの収入の範囲内でカバーするものとして、そのうえで基本生活費以外に発生するまとまった支出を私的保障で準備します。

万一の場合の支出

葬祭費用	200万円	合計 6,236万円
基本生活費の今後の不足想定分(25年分) ※14万円(=①基本生活費-②公的年金)×12ヵ月×(第二子が小学校に入学するまでの)6年間 +6万円(=①基本生活費-(②公的年金+パート収入))×12ヵ月×25年間=2,808万円	2,808万円	
ローン返済(自動車ローン)	200万円	
配偶者の老後準備資金	1,000万円	子どもの教育費 2,028万円 (2人とも高校まで公立、大学は私立文系自宅通学を想定) ※2人とも大学を私立理系自宅通学の場合は2,358万円)がめやすになります。 子どもが一人増えれば追加で1,000万円ほど備えが必要になります。

参考

①残された家族の基本生活費 年間330万円(月額28万円)

万一の場合の収入

合計	965万円
お勤め先の保障(死亡退職金)	465万円
貯蓄	500万円

参考

②配偶者の収入(女性の場合)
公的年金：年額168万円(月額14万円)
パート収入：年額100万円(月額8万円)
(第二子小学校入学以降パート勤務)

本人が遺族に遺しておきたい金額

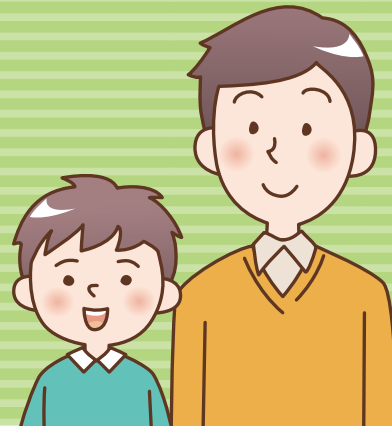
5,271万円

妻の遺族基礎年金120万円・
夫の遺族厚生年金48万円
※夫の平均年収465万円の場合の遺族厚生年金

モデル
ケース
⑥

一人親
世帯

家族構成
本人35歳、
子3歳



ポイント
1

子どもの基本生活費は公的年金でカバーするものとして、そのうえで**基本生活費**以外に発生するまとまった支出を私的保障で準備します。

ポイント
2

残された家族が子どものみの場合、その後の生活は想定しづらいため、子どもの基本生活費はあくまでも仮として、**親族の住宅への転居などそれぞれの考え方にあわせて設定します。**



本人の必要保障額

1,000～2,000万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

1,700万円
貯蓄などを含みます

内訳 葬祭費用200万円+子の教育費1,000万円
+子の生活費の補助500万円

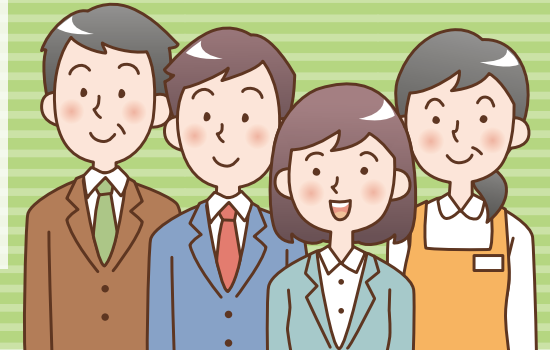
・子どもの教育費:1,014万円（高校まで公立、大学は私立大学自宅通学を想定）
※大学を私立理系自宅通学の場合は1,179万円



モデル
ケース
⑦

子ども
独立

家族構成
本人57歳(フルタイム)、
配偶者57歳(パート)、
第一子25歳、
第二子23歳



ポイント
1

子どもの成長とともに、必要保障額は減っていきます。**葬祭費用や遺族の生活費**を備える適切な保障額に見直しましょう。

ポイント
2

50代は、がんや生活習慣病のリスクが高くなる年代です。リスクが上がる分、一般的に保険料・掛金も高くなります。**できるだけ掛金が抑えられる保障設計を検討しましょう。**

本人の必要保障額

1,000～1,500万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

936万円
貯蓄などを含みます

配偶者が遺族に遺しておきたい金額

440万円

内訳 葬祭費用200万円+治療費用の精算40万円
+遺族の生活費の補助200万円

万一の場合の支出

合計 2,936万円

葬祭費用

200万円

配偶者の老後準備資金

1,000万円

基本生活費の今後の
不足想定分(8年分)

1,536万円

ローン返済
(自動車ローン)

200万円

※16万円(=①基本生活費-②配偶者の収入)×12ヵ月×8年間=1,536万円

参考

①残された家族の基本生活費 年間420万円(月額35万円)

万一の場合の収入

合計 2,000万円

お勤め先の保障
(死亡退職金)

1,500万円

貯蓄

500万円

参考

②配偶者の収入
(女性の場合)

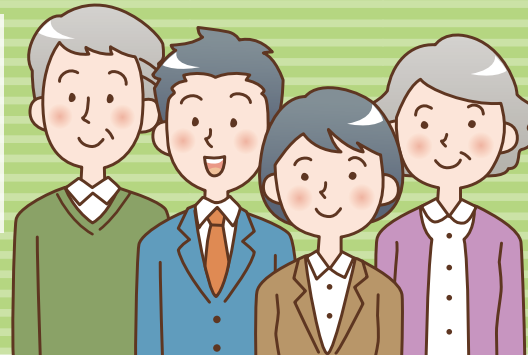
公的年金：年額132万円(月額11万円)
パート収入：年額100万円(月額8万円)

妻の中高齢寡婦加算59万円・
夫の遺族厚生年金73万円
※夫の平均年収525万円の場合の遺族厚生年金

モデル
ケース
8-a

退職後 子ども独立

家族構成
本人66歳、
配偶者66歳、
子2人とも独立



ポイント
1

この年代になると、新しく保障に加入することは難しくなります。
将来の備えは現役中に考えておきましょう。

ポイント
2

収入が減っているので、あらかじめ計画的に貯蓄や積み立てなどを行うことが大切です。

本人の必要保障額

1,000～1,500万円

※85歳の場合、100～200万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

1,200万円

※85歳の場合、100万円
貯蓄などを含みます

万一の場合の支出

合計 2,216万円

葬祭費用

200万円

基本生活費の今後の
不足想定分(24年分)

2,016万円

※7万円(=①基本生活費-②配偶者の収入)×12ヵ月×24年間=2,016万円

参考

①残された家族の
基本生活費

年間240万円(月額20万円)

※85歳の場合、年間216万円(月額18万円)

万一の場合の収入

合計 1,000万円

貯蓄

1,000万円

本人・配偶者の収入や公的年金、貯蓄額
などによって支出をカバーできます。

参考

②配偶者の収入
(女性の場合)

公的年金：
年額156万円(月額13万円)

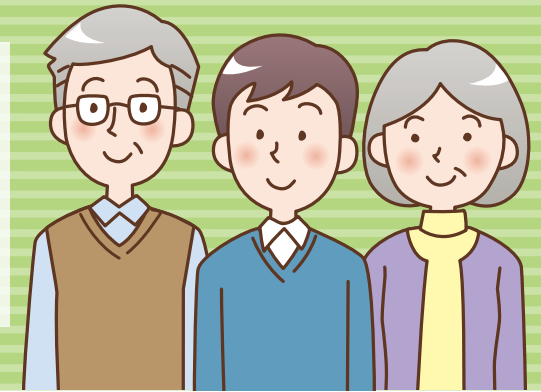
※85歳の場合、公的年金：年額156万円(月額13万円)
…妻の老齢基礎年金78万円・夫の遺族厚生年金90万円

妻の老齢基礎年金78万円・夫の遺族厚生年金78万円
※夫の平均年収450万円、42年勤務の場合の遺族厚生年金

モデル
ケース
8-b

退職後 子どもが独立して いないケース

家族構成
本人66歳、
配偶者66歳、
子1人
(大学卒業後まだ
独立していない)



ポイント
1

この年代になると、新しく保障に加入することは難しくなります。
将来の備えは現役中に考えておきましょう。

ポイント
2

収入が減っているので、あらかじめ計画的に貯蓄や積み立てなどを行うことが大切です。

本人の必要保障額

2,000～3,000万円

本人が遺族に遺しておきたい金額

2,600万円

貯蓄などを含みます

万一の場合の支出

合計 3,656万円

葬祭費用

200万円

基本生活費の今後の
不足想定分(24年分)

3,456万円

※12万円(=①基本生活費-②配偶者の収入)×12ヵ月×24年間=3,456万円

参考

①残された家族の
基本生活費

年間300万円(月額25万円)

万一の場合の収入

合計 1,000万円

貯蓄

1,000万円

本人・配偶者の収入や公的年金、貯蓄額
などによって支出をカバーできます。

参考

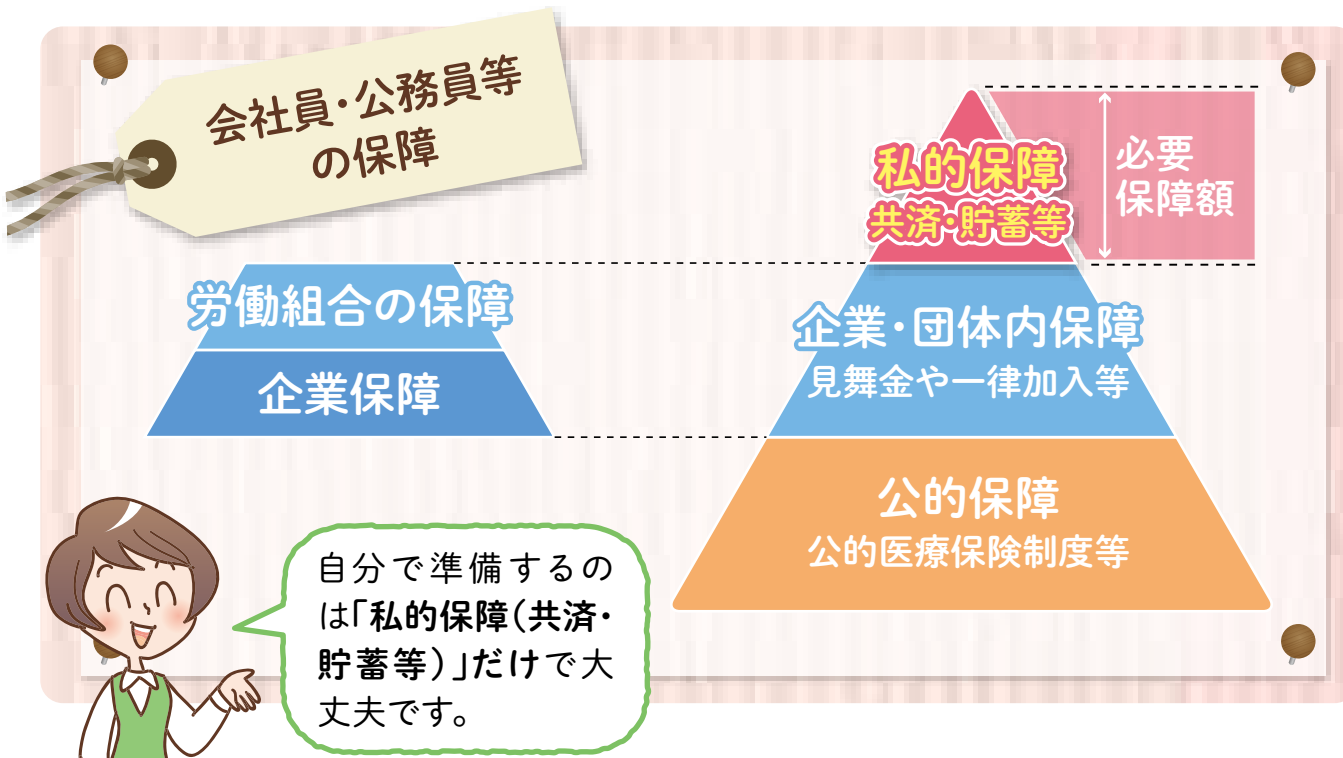
②配偶者の収入
(女性の場合)

公的年金：
年額156万円(月額13万円)

妻の老齢基礎年金78万円・夫の遺族厚生年金78万円
※夫の平均年収450万円、42年勤務の場合の遺族厚生年金

2 医療保障について

必要保障額の考え方



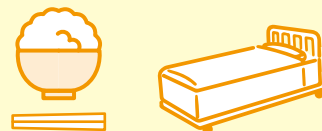
$$\text{共済(保険)等による必要保障額} = \text{入院や治療にかかる費用} - \text{企業・団体内保障} - \text{貯蓄(支出できる範囲)}$$

ポイント 1

本人または家族が入院・手術した場合にかかる費用を1日あたりに算出した金額を必要保障額とします。なお、公的保障(健康保険・国民健康保険)の高額療養費制度による自己負担額を前提に設定します。

ポイント 2

「入院や治療にかかる費用」とは、医療費の自己負担分とその他の自己負担分(入院時の食事代・諸雑費および差額ベッド代)の合計金額とします。

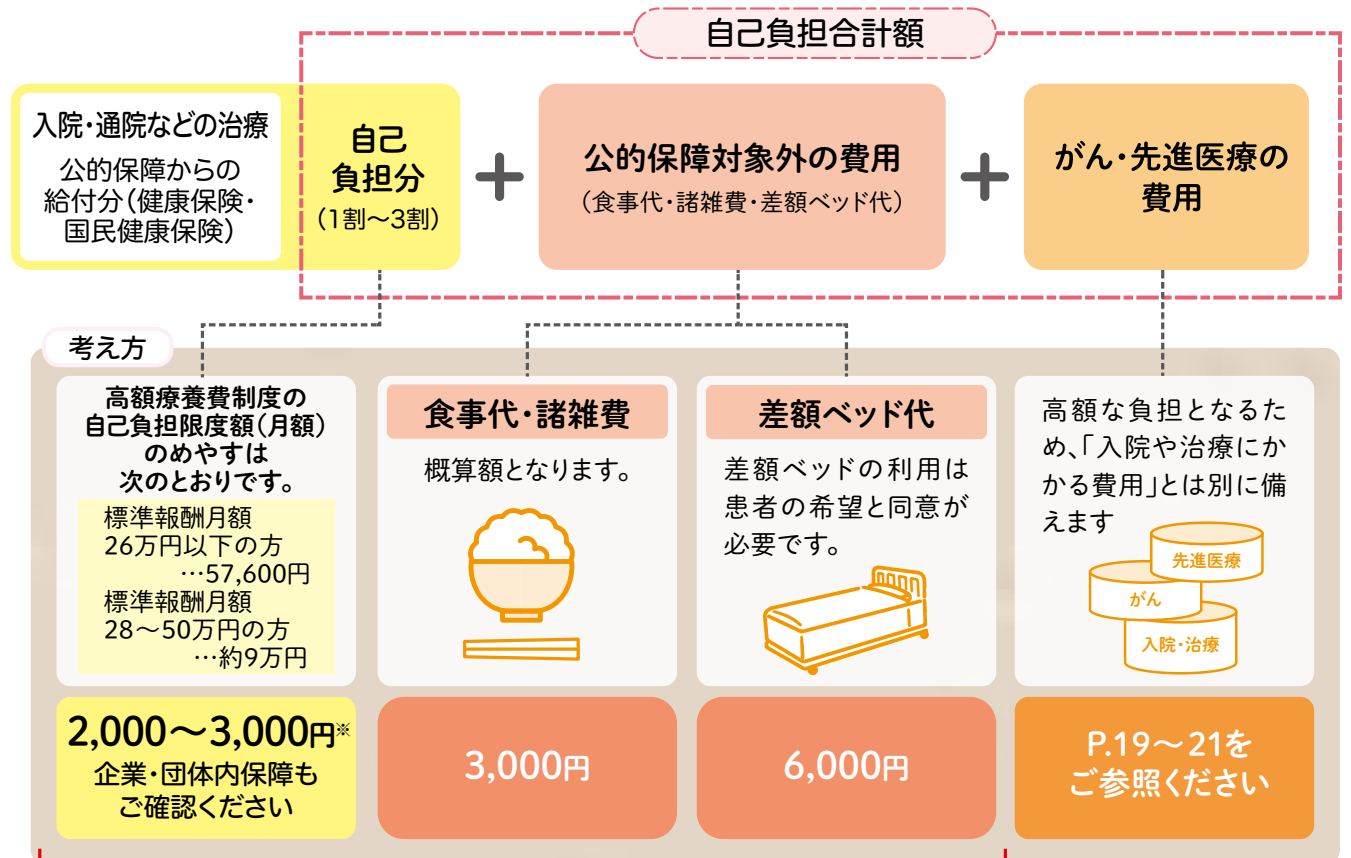


ポイント 3

がん治療および先進医療技術は、高額な負担となる場合があるため、「入院・治療にかかる費用」への備えとは別に、医療保障で備えます。



▶ 治療にかかる費用のめやす(例)



必要保障額のめやすは、入院1日あたり1～1.5万円とします。

※共済組合には「一部負担金払戻金」として支給される独自の付加給付があるため、自己負担額が低くなることがあります。

▶ 平均的な1日あたりの差額ベッド代

1人部屋	8,018円
2人部屋	3,044円
3人部屋	2,812円
4人部屋	2,562円
平均	6,354円

■差額ベッド代の基準

- 1病室4床以下
- 面積が1人あたり6.4m²以上
- ベッドごとにプライバシーを確保する設備
- 個人用の私物収納設備・照明・小机・椅子の設置

厚生労働省「第466回中央社会保険医療協議会・主な選定療養に係る報告状況」より

3 がん保障の考え方

がん治療では、健康保険が適用されない自由診療(国内未承認の抗がん剤治療、温熱療法、免疫療法等)や先進医療の技術料など、「どんな治療を受けるのか」によって費用は大きく変わります。また、医学の進歩により、入院せずに通院だけで治療するケースも増えています。したがって、がん保障は通常の「入院や治療にかかる費用」とは別に備えます。

▶ がん治療にかかる費用のめやす(例)



費用合計

約50～200万円(めやす100万円)

健康保険が
適用される出費

●治療費(1ヵ月あたり) : 約9万円 ※1



健康保険が
適用されない出費

●入院時差額ベッド代(13日分) : 6.5万円
●入院時食事代・諸雑費(13日分) : 約3～4万円
●医療用ウィッグ : 約4～30万円
●通院治療費 : 約26～52万円 ※2
●通院交通費 : 約10万円 ※3

※1 標準報酬月額28～50万円の健康保険組合加入者に683,200円(悪性新生物の平均治療費)のがん治療費が発生したと仮定し、以下の計算式にもとづき算出しています。

$80,100円 + (683,200円 - 267,000円) \times 1\% = 84,262円 \approx 9万円$

※2 放射線治療のため2週間に1回の通院(年間26回)を行い、1回あたり約1～2万円の治療費が発生したと仮定しています。

※3 年間26回の通院で、1回あたり往復約4,000円のタクシー代が発生したと仮定しています。

治療費、入院日数は厚生労働省「医療給付実態調査報告書平成30年」、厚生労働省「患者調査平成29年」をもとにFPユニオンLaboが算出。食事代・諸雑費、医療用ウィッグ、通院治療費、通院交通費はFPユニオンLaboの独自調査により算出。

▶ 「入院や治療にかかる費用」とは別に備える有効な保障



診断給付金
(一時金)

自宅療養を始めるための初期費用や通院での抗がん剤・放射線治療への活用など、用途は自由であるため、年代・性別・職業・ライフスタイルを問わず、がんへの保障として有効です。また、診断給付金は50～200万円が一般的ですが、左記の治療費などから考えると**おおよそ100万円程度**の一時金を備えておきましょう。

通院に対して
給付される保障

通院による抗がん剤治療の増加に伴い、通院のみでも給付される保障が有効です。

先進医療による
治療に対して
給付される保障

先進医療の技術にかかる費用は健康保険が適用されず、すべて自己負担となります。先進医療として代表的ながん治療に重粒子線治療がありますが、患者の自己負担額は施術回数の合計で約310万円(平均)と高額であることから、先進医療に対する保障を備えておくことも有効です。

※P.21「4 先進医療保障の考え方」参照

ポイント

健康保険が適用されない治療(自由診療)とは？

自由診療とは、厚生労働省が承認していない薬や治療法を用いた診療のことをいいます。がん治療においては、国内未承認の抗がん剤治療や免疫療法などがあります。また、「治療を1回受ければ終わり」というものではなく、症状にあわせて継続することが前提のため、**合計では高額となる場合もあります。健康保険は適用されず、すべて自己負担となることに留意しましょう。**

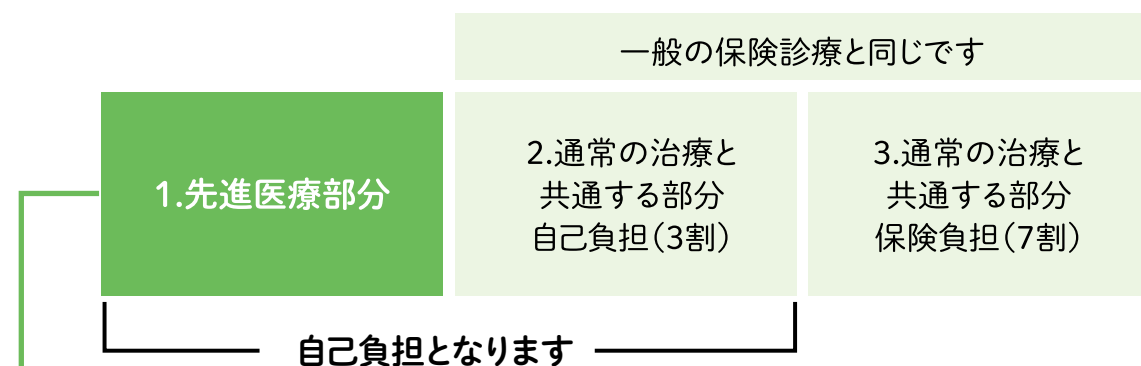


4 先進医療保障の考え方

先進医療とは、健康保険で「高度な医療技術を用いた療養」として国が指定した医療技術・医療機関で行われる療養をいいます。先進医療による治療を受けた場合、診療・検査・投薬・入院料などの基礎部分は健康保険の適用になりますが、先進医療の技術料は全額自己負担となるため、「入院や治療にかかる費用」とは別に備えます。



▶ 先進医療の費用負担



「1.先進医療部分」の費用例

技術名	1件あたりの先進医療費用※	年間実施件数
重粒子線治療	3,089,343円	720件
陽子線治療	2,697,658円	1,295件
腹腔鏡下スリーブ状胃切除術および十二指腸空腸バイパス術	715,458円	7件

※1件あたりの先進医療費用=各技術の先進医療費用総額÷年間実施件数
第81回先進医療会議「令和元年度実績報告」厚生労働省「第441回中央社会保険医療協議会・令和元年6月30日時点で実施されていた先進医療の実施報告について」より

将来的に新たな治療法が確立される可能性もあるため、
先進医療保障は**1,000万円程度**をめやすとしましょう。

※先進医療については、厚生労働省HPで先進医療技術やその適応症、実施している病院等の最新内容を確認することができます。

5 退職後の医療保障

退職後の健康保険は、①健康保険の任意継続加入(最大2年間。勤務先負担がなくなるため保険料は全額自己負担)、②国民健康保険の加入、③家族の健康保険の被扶養者となる、などの選択肢があります。なお、75歳からは個人単位で「後期高齢者医療制度」に切り替わります。70歳以上(一般所得者)の医療機関の窓口負担は2割ですが、企業・団体内保障がないことに留意しましょう。

〈70歳以上の必要保障額〉

70歳以上(一般所得者)の高額療養費制度を利用した場合の自己負担限度額は**月額約6万円**、1日あたりの医療費は約2,000円となるため、70歳以上の方の**入院や治療にかかる費用は1日あたり約9,000円**と在職中より少なくなります。

ただし、在職中と異なり、企業・団体内保障がないため、**加入している共済(保険)の保障額を大幅に減らすことはおすすめしません。**



▶ 70歳以上の高額療養費(自己負担限度額)一部抜粋

被保険者の所得区分	自己負担限度額(月額)		多数回該当の場合※
	通院[個人ごと]	入院および通院[世帯ごと]	
年収約156～約370万円の所得者(一般) 健保：標準報酬月額26万円以下 国保、後期：課税所得145万円未満	18,000円 (年間上限14.4万円)	57,600円	44,400円

※同一世帯で直近1年間に3回以上高額療養費の支給を受けている場合の4回目以降の自己負担限度額

厚生労働省HPをもとに「こくみん共済 coop」で作成