

自分らしく生きる

「知っておきたい!」基礎知識

「健康」「長生き」そして最期は「ポックリ」に向かって!!

介護を知り 己を知れば 人生危うからず

孫子の兵法「敵を知り 己を知れば 百戦殆からず」より

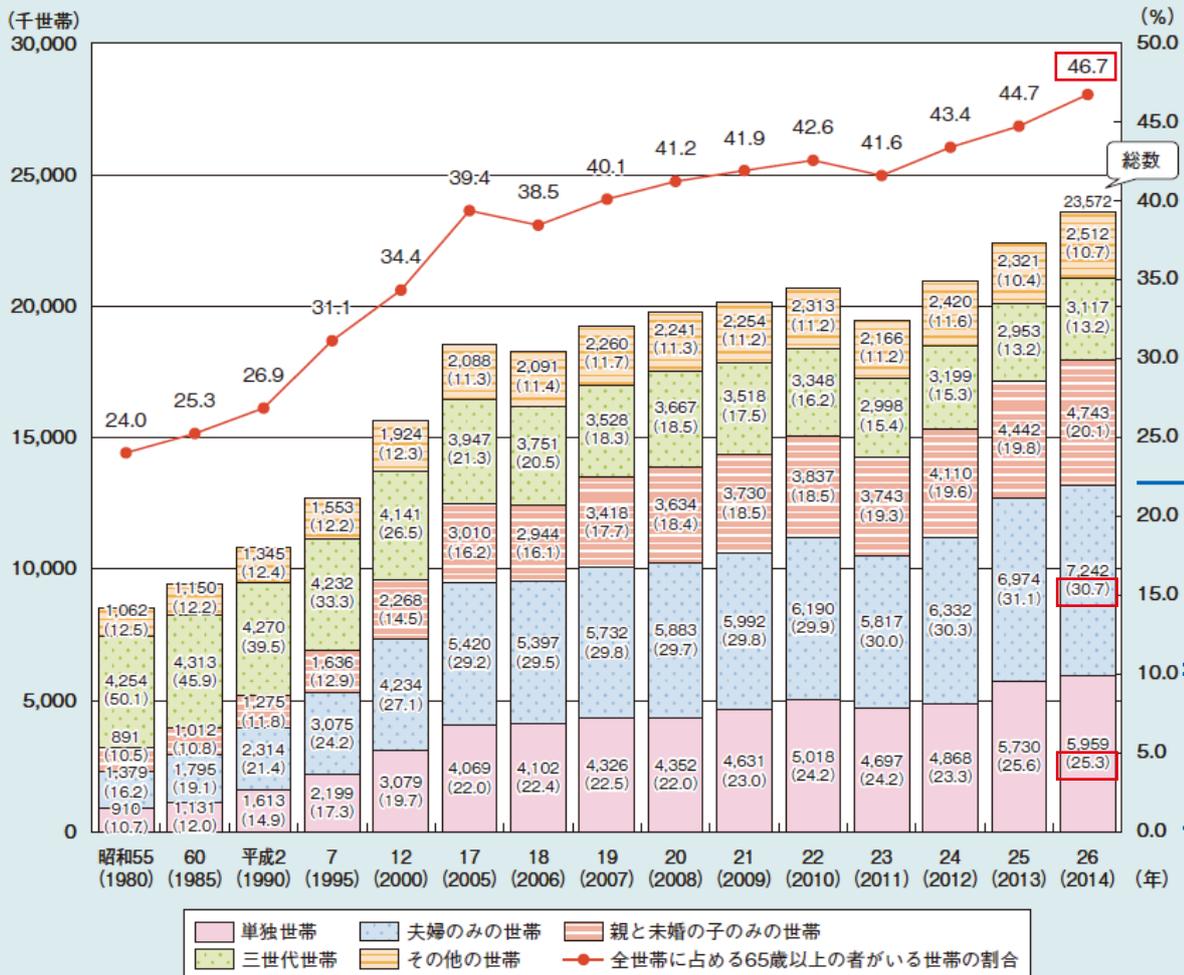
目次

| | | |
|----------------------|----------------------------------|----|
| 住まい | 1-1 高齢者の家族と世帯 | 1 |
| 終末 | 2-1 死亡原因 | 2 |
| | 2-2-1 死亡時の年齢(グラフ) | |
| | 2-2-2 死亡時の年齢(死亡数・死亡率) | 3 |
| | 2-3 在宅死(主な死因場所の割合の推移・諸外国との比較) | 4 |
| 介護 | 3-1-1 要介護の原因 | 5 |
| | 3-1-2 介護に必要な費用負担に関して | |
| | 3-2-1 要介護度別生存率曲線 | 6 |
| | 3-2-2 要介護度の変化(開始時と終了時) | |
| | 3-3-1 要介護等認定の状況 | 7 |
| | 3-3-2 介護保険サービスの利用状況 | |
| | 4-1-1 介護を受けたい場所・最期を迎えたい場所 | 8 |
| | 4-1-2 介護者の続柄 | |
| 4-2-1 介護・看護での離職について | 9 | |
| 4-2-2 介護・看護で離職した人の年齢 | | |
| 費用 | 5-1 医療費(年齢階級別医療費) | 10 |
| | 5-2 介護保険(財源)、介護費用(居宅サービス利用限度額より) | 11 |

1-1 高齢者の家族と世帯

65歳以上の高齢者がいる世帯は全体の46.7%。
その内25.3%が単独世帯、夫婦のみの世帯が30.7%と過半数を占めている。

図1-2-1-1 65歳以上の者のいる世帯数及び構成割合（世帯構造別）と全世帯に占める65歳以上の者がいる世帯の割合



資料：昭和60年以前の数値は厚生省「厚生行政基礎調査」、昭和61年以降の数値は厚生労働省「国民生活基礎調査」による
 (注1) 平成7年の数値は兵庫県を除いたもの、平成23年の数値は岩手県、宮城県及び福島県を除いたもの、平成24年の数値は福島県を除いたものである。
 (注2) ()内の数字は、65歳以上の者のいる世帯総数に占める割合 (%)
 (注3) 四捨五入のため合計は必ずしも一致しない。

平成28年版 高齢社会白書資料（内閣府）平成27年度 高齢化の状況及び高齢社会対策の実施状況より

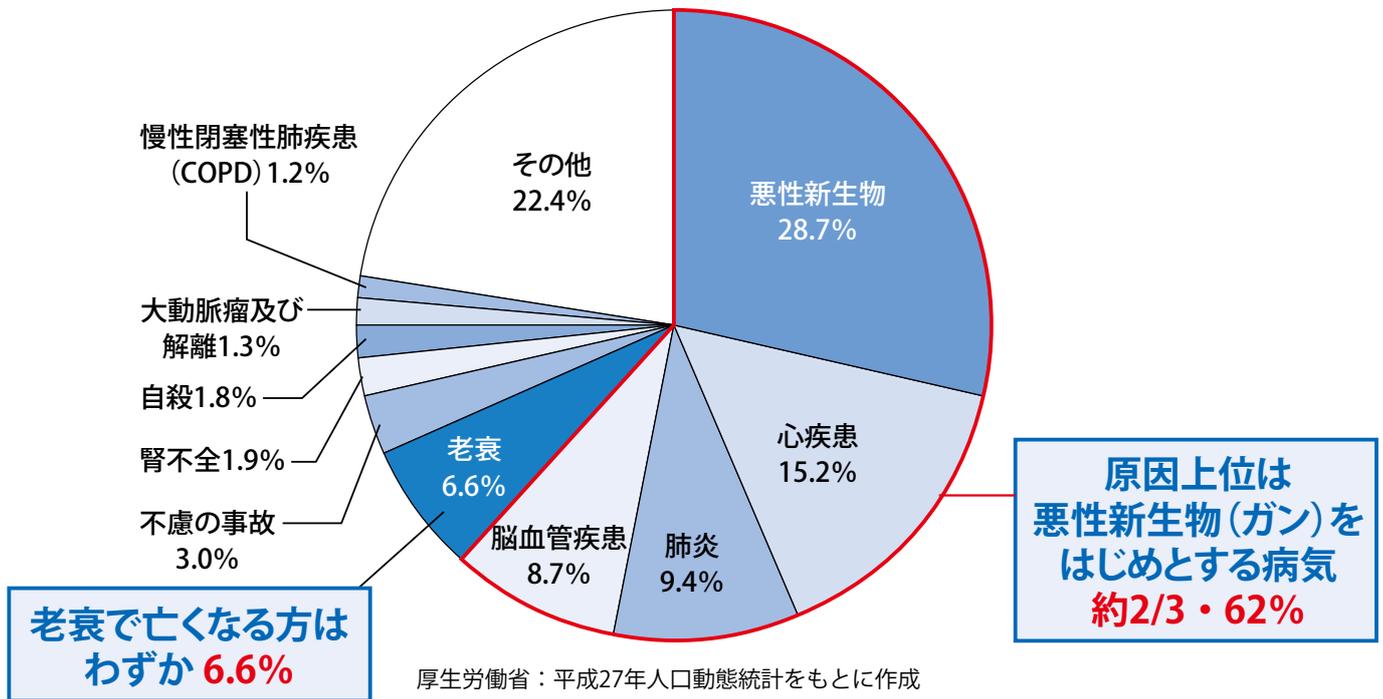
65歳以上の方がいる世帯の
56.0%が高齢者世帯
全世帯の
26.2%が高齢者世帯

65歳以上の方がいる世帯の
25.3%が高齢者単独世帯

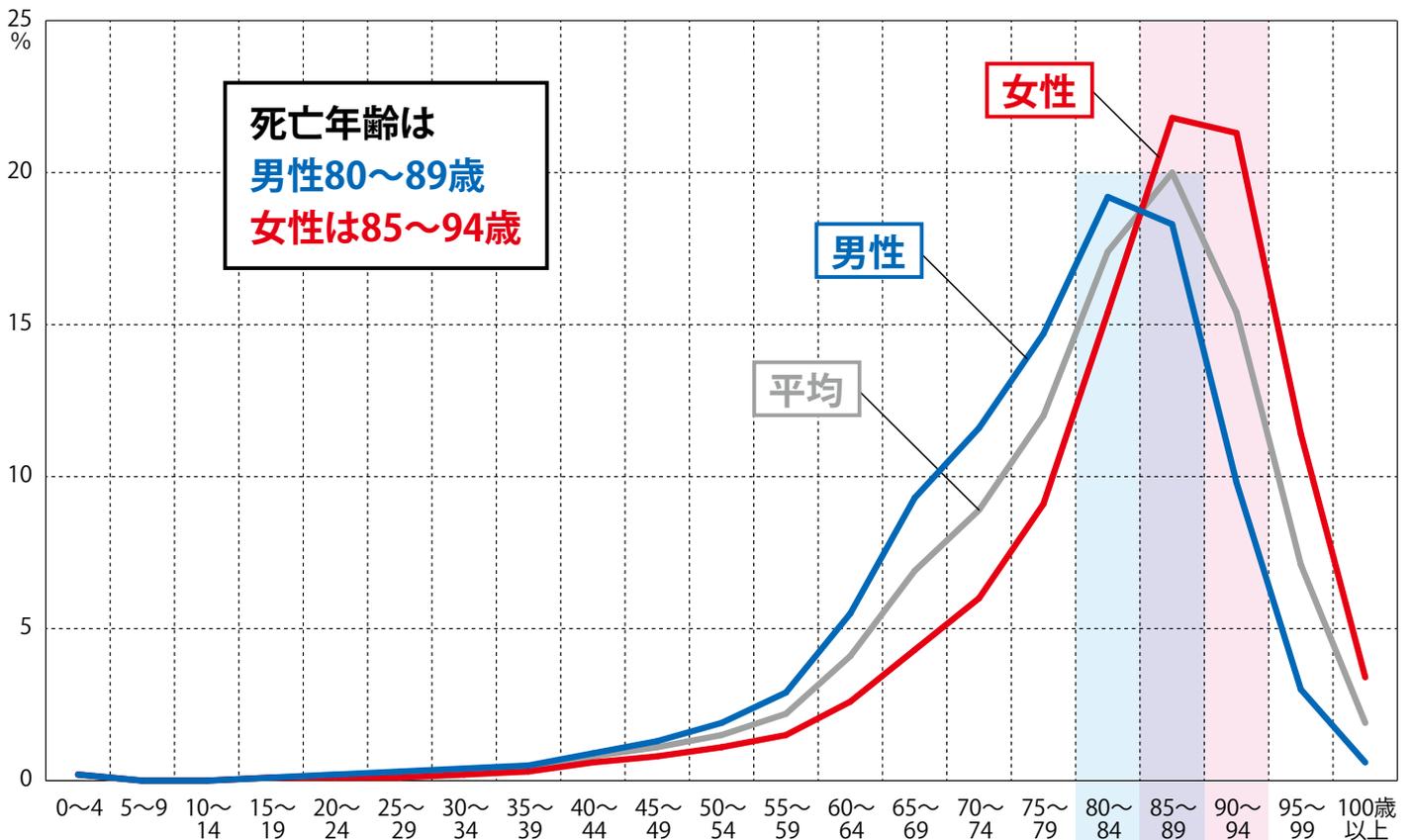
65歳以上の方がいる世帯の
30.7%が高齢者夫婦世帯

2-1 死亡原因

主な死因別死亡数の割合 (平成27年)



2-2-1 死亡時の年齢グラフ



2-2-2 死亡時の年齢(死亡数・死亡率)

75歳以上の後期高齢者になって亡くなる方は、**男性が50.9%**それに対し**女性は73.3%**と**1.44倍**の比率となっています。
男性は64歳以下で約半数が亡くなっています。**女性は90歳以上が約36%**、**1/3以上が90歳超えの長寿**です。
 男女全体で見ると、**65歳以上で亡くなる方は約89%**。

性・年齢(5歳階級)別にみた死亡数・死亡率(平成27年)

| 年齢階級 | 死亡数 | | | 死亡率 | | | | | |
|--------|---------|---------|-----------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 男 | 女 | 男女 | 男 | | 女 | | 男女 | |
| 総数 | 666,704 | 623,724 | 1,290,428 | 100% | 100% | 100% | 100% | 100% | 100% |
| 0~4 | 1,473 | 1,219 | 2,692 | 0.2% | | 0.2% | | 0.2% | |
| 5~9 | 253 | 199 | 452 | 0.0% | | 0.0% | | 0.0% | |
| 10~14 | 267 | 203 | 470 | 0.0% | | 0.0% | | 0.0% | |
| 15~19 | 836 | 384 | 1,220 | 0.1% | | 0.1% | | 0.1% | |
| 20~24 | 1,515 | 586 | 2,101 | 0.2% | | 0.1% | | 0.2% | |
| 25~29 | 1,785 | 830 | 2,615 | 0.3% | | 0.1% | | 0.2% | |
| 30~34 | 2,324 | 1,224 | 3,548 | 0.4% | 14.4% | 0.2% | 7.6% | 0.3% | 11.1% |
| 35~39 | 3,456 | 1,947 | 5,403 | 0.5% | | 0.3% | | 0.4% | |
| 40~44 | 6,213 | 3,556 | 9,769 | 0.9% | | 0.6% | | 0.8% | |
| 45~49 | 8,657 | 4,883 | 13,540 | 1.3% | | 0.8% | | 1.1% | |
| 50~54 | 12,837 | 6,880 | 19,717 | 1.9% | | 1.1% | | 1.5% | |
| 55~59 | 19,462 | 9,274 | 28,736 | 2.9% | | 1.5% | | 2.2% | |
| 60~64 | 36,139 | 16,076 | 52,215 | 5.5% | | 2.6% | | 4.1% | |
| 65~69 | 61,419 | 26,861 | 88,280 | 9.3% | 35.6% | 4.3% | 19.4% | 6.9% | 27.8% |
| 70~74 | 76,904 | 37,403 | 114,307 | 11.6% | | 6.0% | | 8.9% | |
| 75~79 | 96,965 | 56,496 | 153,461 | 14.7% | | 9.1% | | 12.0% | |
| 80~84 | 126,757 | 95,694 | 222,451 | 19.2% | | 15.4% | | 17.4% | |
| 85~89 | 120,810 | 135,440 | 256,250 | 18.3% | | 21.8% | | 20.0% | |
| 90~94 | 64,596 | 132,574 | 197,170 | 9.8% | 50.9% | 21.3% | 73.3% | 15.4% | 61.7% |
| 95~99 | 19,915 | 70,812 | 90,727 | 3.0% | | 11.4% | | 7.1% | |
| 100歳以上 | 3,743 | 21,082 | 24,825 | 0.6% | | 3.4% | | 1.9% | |

65歳までに
亡くなる
女性7.6%

注：1) 総数には年齢不詳を含む。

厚生労働省：平成27年人口動態統計をもとに作成

男性で90歳以上はわずか13.4%
女性の約1/3

全体で見ても
約89%が65歳以上

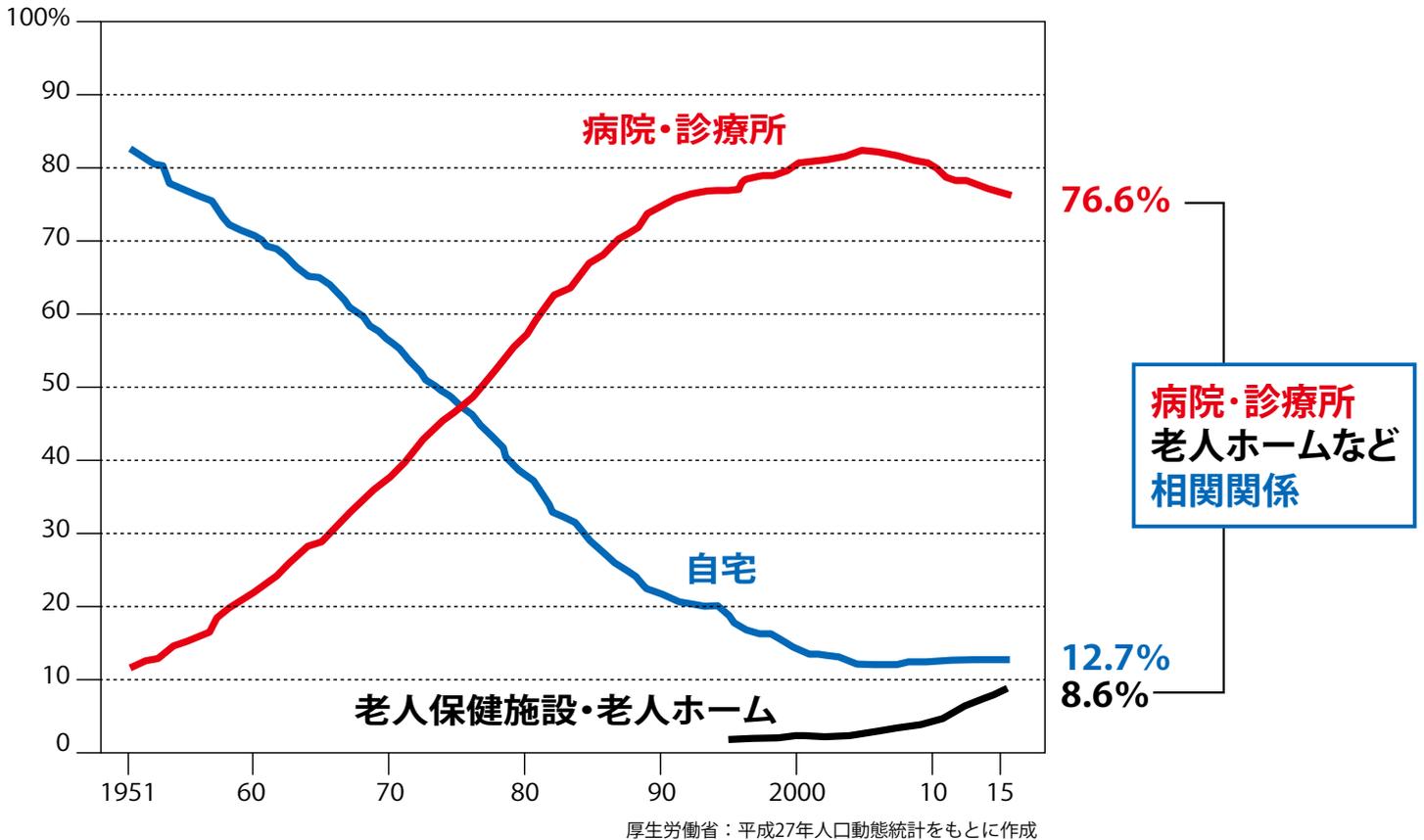
女性の73.3%が75歳以上、36.1%が90歳以上
75歳まで生きた方の半数が90歳以上生きるといふこと

2016年
日本人の平均寿命=83.7歳
男性=80.5歳 女性=86.7歳

2-3 在宅死(主な死亡場所)

在宅死=医師による死亡確認場所。病院搬送は除く。孤独死も計上。

主な死因場所の割合の推移



病院・診療所
老人ホームなど
相関関係

諸外国との比較

| | スウェーデン | オランダ | フランス | 日本 |
|-----------------------------|---------------------------------------|---|---|---|
| ① 面積 | 449,964 km ² | 41,865 km ² | 547,030 km ² | 378,835 km ² |
| ② 総人口 | 903万人 (2005) | 1,632万人 (2005) | 6,087万人 (2005) | 12,776万人 (2005) |
| ③ 高齢化率 | 17.3% (2005) | 13.8 (2003) | 16.4% (2005) | 20.0% (2005) |
| ④ 80歳以上人口の割合 | 5.3% (2004) | 3.4% (2003) | 4.4% (2004) | 4.4% (2003) |
| ⑤ 平均寿命 | 男性 78.4歳 (2005) 女性 82.8歳 (2005) | 男性 77.2歳 (2005) 女性 81.6歳 (2005) | 男性 76.7歳 (2005) 女性 83.8歳 (2005) | 男性 78.6歳 (2005) 女性 85.5歳 (2005) |
| ⑥ 子との同居率 | 5% | 8% | 17% | 50% |
| ⑦ 高齢者単独世帯率 | 41% | 32.5% | 32% | 15% |
| ⑧ 人口千対就業看護師数 (再)訪問看護師、地域看護師 | 10.6人 ('04) (4.2人) | 14.2人 ('05) (2.7人) | 7.7人 ('05) (1.2人) | 9.0人 ('04) (0.4人) |
| ⑨ 在宅死亡率※ | 51.0% | 31.0% | 24.2% | 13.4% |
| ⑩ 在宅での医療、看護、介護サービス | 地域看護師に簡単な医療と治療を行う権限を与え、地区内での簡単な治療を提供。 | 一般医の往診、高度な技術をもつ地域看護師が在宅医療・看護を提供する医療チームを設けている地域もあるが、サービス量は全体的に不足しがち。 | 開業看護師は医師の処方箋の下で在宅患者の点滴などの管理を行うことができる介護・家事援助も並行して利用。 | 介護保険、医療保険サービスが利用可能。看護サービスは診療の補助として行われる。 |
| ⑪ 死亡前に自宅で受けられるケア | 特別住宅と同様に死亡期直前のケアが受けられる。 | 一般医や地域看護師による医療・看護サービス、死亡直前の緊急性の高い短期間に限り、夜間・看護師が泊まり込むサービスもある。 | 死亡前を特別視せず必要なケアを提供する。ただし1日2時間以上の継続的なケアが必要な段階になると在宅ケアは困難。 | 主治医の往診や看護師による在宅医療・看護サービスにより対応 |

子との同居率は高く
高齢者単独世帯率は低い

しかし
在宅死亡率は低い

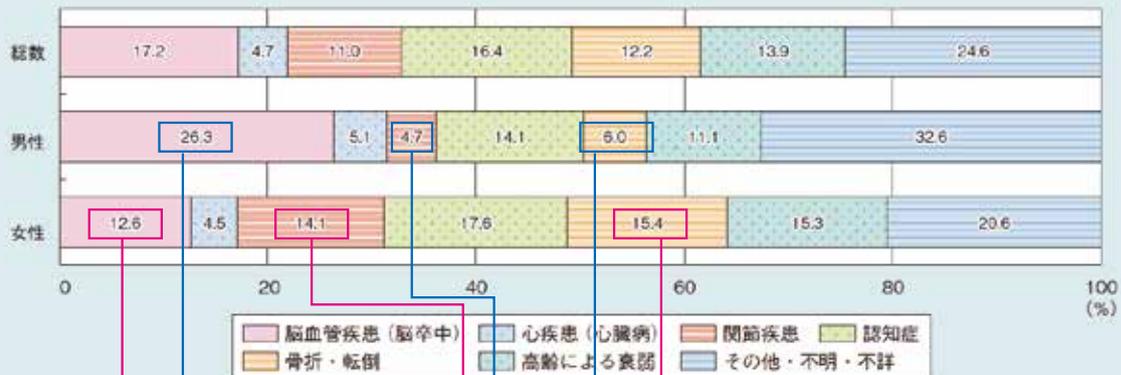


在宅医療を提供する
医療機関は
全体の2~3割

出典：①World fact book 2008、②~⑤OECD Health Data 2007、⑥⑦⑨~⑪医療経済研究機構「要介護高齢者の終末期における医療に関する研究報告」(2002)を参考に厚生労働省にて作成。

3-1-1 要介護の原因

図1-2-3-11 65歳以上の要介護者等の性別にみた介護が必要となった主な原因



資料：厚生労働省「国民生活基礎調査」(平成25年)

脳血管疾患は
男性=26.3%・女性=12.6%
2倍以上

間接疾患・骨折・転倒は
男性=10.7%・女性=29.5%
約3倍

介護にならないために「男性は血管」「女性は下半身」に留意したい！

3-1-2 介護に必要な費用負担に関して

図1-2-3-12 介護が必要になった場合の費用負担に関する意識



資料：内閣府「高齢者の健康に関する意識調査」(平成24年)

(注1) 調査対象は、全国55歳以上の男女。数値は60歳以上の男女

(注2) 質問内容は「子どもに介護などの世話を受けたり、老人ホームに入居したり、自宅でホームヘルプサービスを受けたりする場合の費用をどのようにまかなうか」

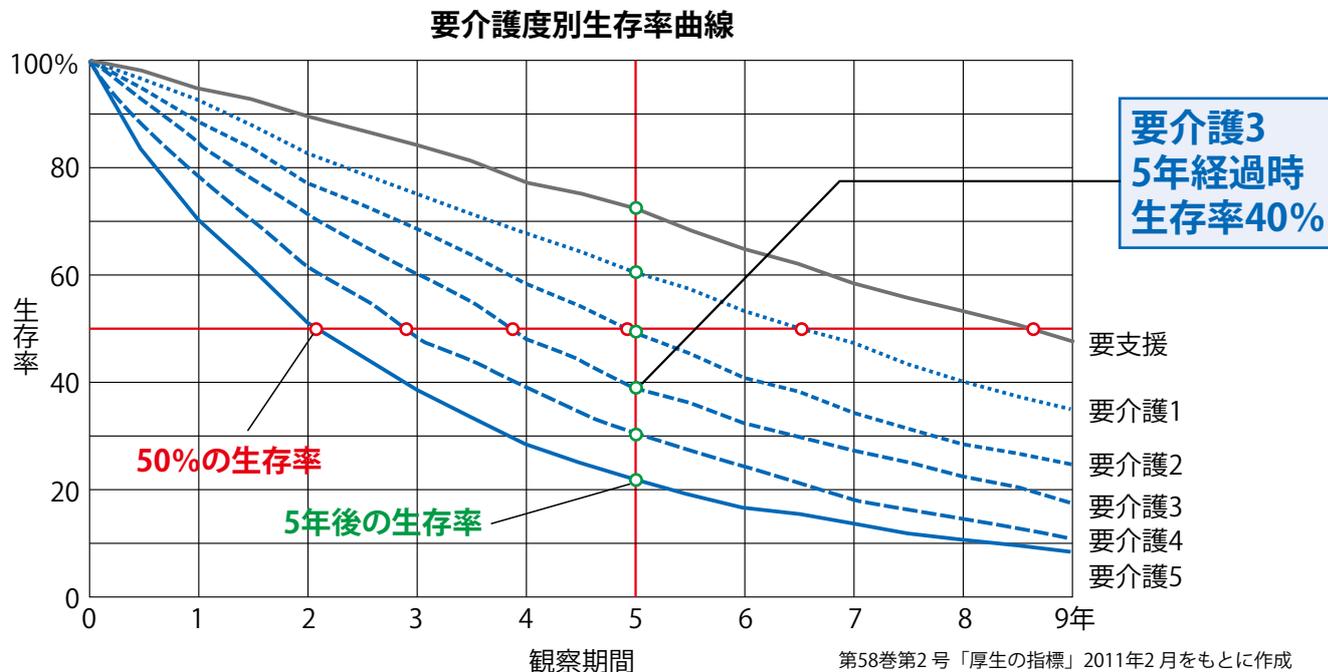
年金などの収入が42.3%

子どもからの経済援助は9.9%

貯蓄の用意が20.3%

3-2-1 要介護度別生存率曲線

要介護度別の生存率で最も差が大きくなるのは5年後。要支援の72.3%に対し要介護5では22.2%と、約50%の差。
 生存率50%のレベルに達する期間は、要介護5が観察開始後約2年、要介護4が約3年、要介護3が約4年、要介護2が約5年と、要介護5から2まではほぼ1年間の等間隔。
 要介護1では約6.5年、要支援では約8.5年と、その間隔は次第に広がっている。



3-2-2 要介護度の変化(開始時と終了時)

要介護度別の死亡者の割合—開始時の要介護度のままで死亡する割合が高い死亡と要介護度の関係。
 死亡者のサービス利用開始時の要介護度と死亡時の要介護度で比較。
 要介護度が変わらなかった者と±1段階の要介護度の変化で死亡した者は全体の84.3%。
 要介護者はサービス利用開始時点から次第に重度化して死亡に到るとイメージしがちだが開始時の要介護度のままで死亡する割合の方が高かった。

死亡者のサービス開始時と終了時の要介護度の変化

(上段：人数 下段：割合)

介護サービス開始時の死亡時±1は84.3%

対象数が少ないので参考として紹介

| 区分 | 終了時の要介護度 | | | | | | 合計 |
|----------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| | 要支援 | 要介護1 | 要介護2 | 要介護3 | 要介護4 | 要介護5 | |
| 開始時の要介護度 | | | | | | | |
| 要支援 | 15 (31.9%) | 18 (38.3%) | 6 (12.8%) | 4 (8.5%) | 1 (2.1%) | 3 (6.4%) | 47 (100%) |
| 要介護1 | 9 (9.9%) | 44 (48.4%) | 18 (19.8%) | 9 (9.9%) | 5 (5.5%) | 6 (6.6%) | 91 (100%) |
| 要介護2 | 2 (4.3%) | 8 (17.4%) | 17 (37.0%) | 9 (19.6%) | 6 (13.0%) | 4 (8.7%) | 46 (100%) |
| 要介護3 | 0 | 0 | 5 (9.8%) | 27 (52.9%) | 16 (31.4%) | 3 (5.9%) | 51 (100%) |
| 要介護4 | 0 | 0 | 0 | 2 (4.5%) | 28 (63.6%) | 14 (31.8%) | 44 (100%) |
| 要介護5 | 0 | 0 | 1 (2.6%) | 0 | 5 (12.8%) | 33 (84.6%) | 39 (100%) |
| 合計 | 26 (8.2%) | 70 (22.0%) | 47 (14.8%) | 51 (16.0%) | 61 (19.2%) | 63 (19.8%) | 318 (100%) |

開始時要支援 → 死亡時±1 = 70.2%

” 要介護1 → ” ±1 = 78.1%

” ” 2 → ” ±1 = 74.0%

” ” 3 → ” ±1 = 94.1%

” ” 4 → ” ±1 = 99.9%

” ” 5 → ” ±1 = 97.4%

鈴鹿医療科学大学 在宅要介護者の要介護度の経年的変化についての研究より

絶対数が少なく、参考として紹介

3-3-1 要介護等認定の状況

単位：千人、()内は%

| 65～74歳 | | 75歳以上 | |
|--------------|--------------|----------------|-----------------|
| 要支援 | 要介護 | 要支援 | 要介護 |
| 231 (1.4) | 491 (3.0) | 1,357 (8.8) | 3,611 (23.3) |

65歳～74歳の
要介護の認定数はわずか3%

75歳以上の
後期高齢者は23.3%

資料：厚生労働省「介護保険事業状況報告（年報）」（平成25年度）より算出
（注1）経過的要介護の者を除く。
（注2）()内は、65～74歳、75歳以上それぞれの被保険者に占める割合

平成28年版 高齢社会白書資料（内閣府）
平成27年度 高齢者の健康・福祉：高齢者の介護より

3-3-2 介護保険サービスの利用状況

(1) 介護保険サービスの利用状況（介護サービス受給者数）

（単位：千人）

| | 総数 | 介護予防サービス | | 介護サービス | | | | |
|----------------------|----------------------------|-----------------|--------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| | | 要支援1 | 要支援2 | 要介護1 | 要介護2 | 要介護3 | 要介護4 | 要介護5 |
| 受給者総数 (65歳以上の受給者) | 4,883.9 [100.0] (100.0) | 500.1 (10.2) | 596.0 (12.2) | 948.0 (19.4) | 942.6 (19.3) | 724.5 (14.8) | 652.8 (13.4) | 519.6 (10.6) |
| 男 | 1,423.7 [29.2] (100.0) | 135.3 (9.5) | 147.9 (10.4) | 288.5 (20.3) | 308.3 (21.7) | 232.0 (16.3) | 183.3 (12.9) | 128.2 (9.0) |
| 女 | 3,460.1 [70.8] (100.0) | 364.7 (10.5) | 44,804.0 (13.0) | 659.3 (19.1) | 634.4 (18.3) | 492.5 (14.2) | 469.6 (13.6) | 391.4 (11.3) |

資料：厚生労働省「介護給付費実態調査月報」（平成27年1月審査分）より内閣府作成
（注1）[]内は受給者総数に対する男女の割合。()内は総数に占める割合（単位：%）
（注2）65歳以上の受給者は、65歳以上の年齢階級別の受給者数（千人単位）を足し合わせたものである。
（注3）端数処理等の関係上、内訳の合計が総数に合わない場合がある。

女性が男性の倍以上

(2) 要介護度別のサービス利用状況（受給者数）

（単位：千人）

| | 計 | 要支援1 | 要支援2 |
|---------------|-------------------|-----------------|-----------------|
| 総数 | 1,125.6 | 508.8 | 613.3 |
| 介護予防居宅サービス | 1,110.5 (98.7) | 501.7 (98.6) | 605.4 (98.7) |
| 介護予防地域密着型サービス | 10.5 (0.9) | 4.2 (0.8) | 6.2 (1.0) |

（単位：千人）

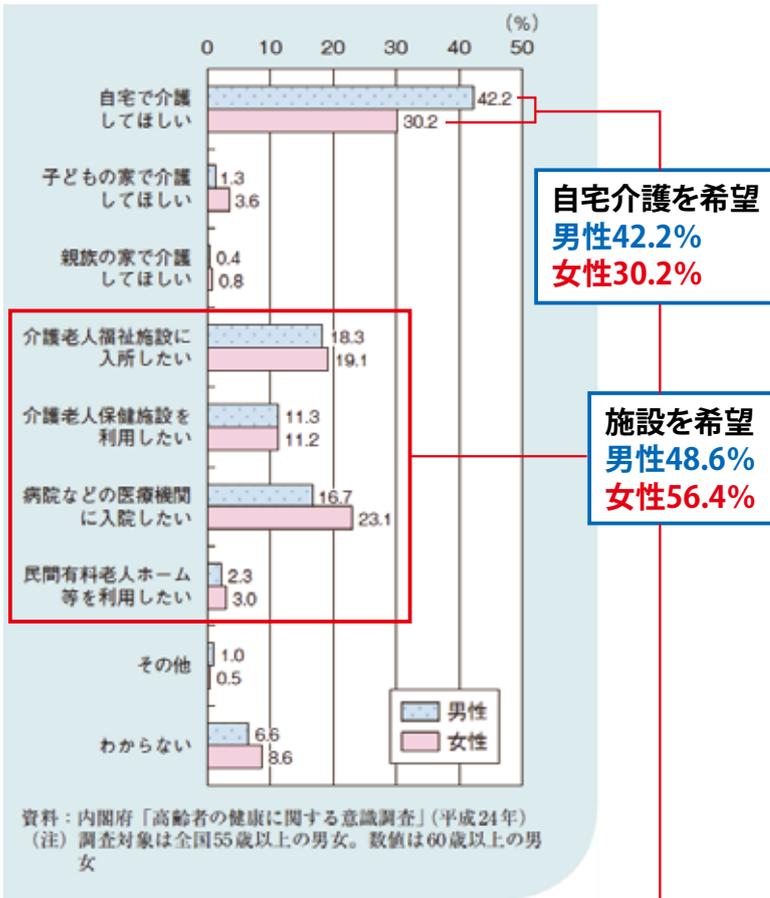
| | 計 | 要介護1 | 要介護2 | 要介護3 | 要介護4 | 要介護5 |
|-----------|-------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 総数 | 3,895.7 | 970.3 | 975.0 | 745.0 | 669.1 | 536.1 |
| 居宅サービス | 2,786.7 (71.5) | 871.2 (89.8) | 819.0 (84.0) | 501.2 (67.3) | 354.2 (52.9) | 241.0 (45.0) |
| 地域密着型サービス | 390.8 (10.0) | 73.3 (7.6) | 92.4 (9.5) | 98.3 (13.2) | 73.5 (11.0) | 53.3 (9.9) |
| 施設サービス | 913.3 (23.4) | 52.8 (5.4) | 108.5 (11.1) | 197.5 (26.5) | 282.5 (42.2) | 271.9 (50.7) |

資料：厚生労働省「介護給付費実態調査月報」（平成27年1月審査分）より内閣府作成
（注1）()内は要介護（要支援）状態区別の受給者総数に占める各サービスの受給者の割合（単位：%）
（注2）総数には、月の途中で要支援から要介護又は要介護から要支援に変更となった者を含む。端数処理等の関係上、内訳の合計が総数に合わない場合がある。
（注3）「介護予防支援」または「居宅介護支援」のみの受給者は、「総数」には含むが「介護予防居宅サービス」または「居宅サービス」には含まない。

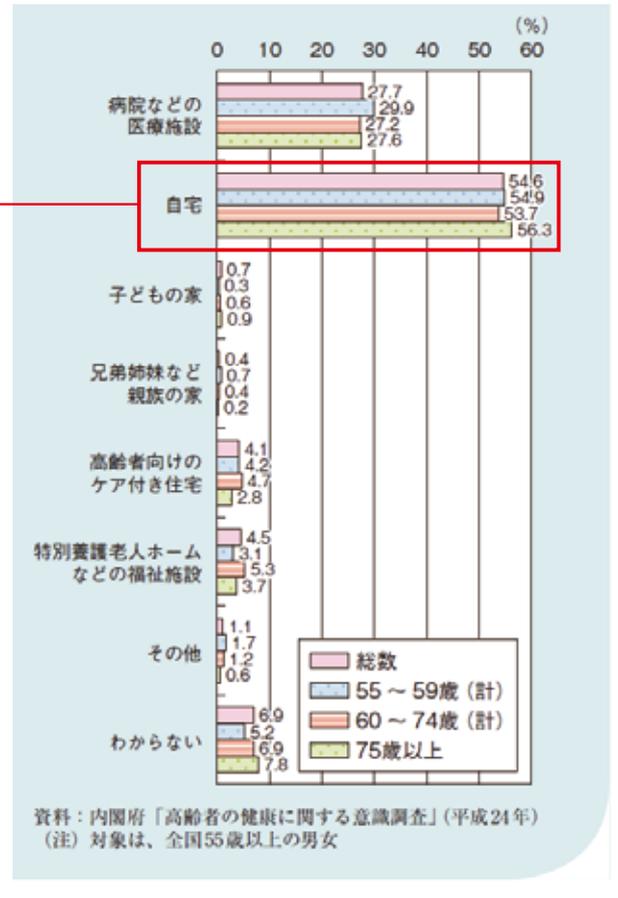
施設サービス(入居・入居)を利用しているのは
要介護4では42.2%、要介護5では50.7%

4-1-1 介護を受けたい場所・最期を迎えたい場所

介護を受けたい場所



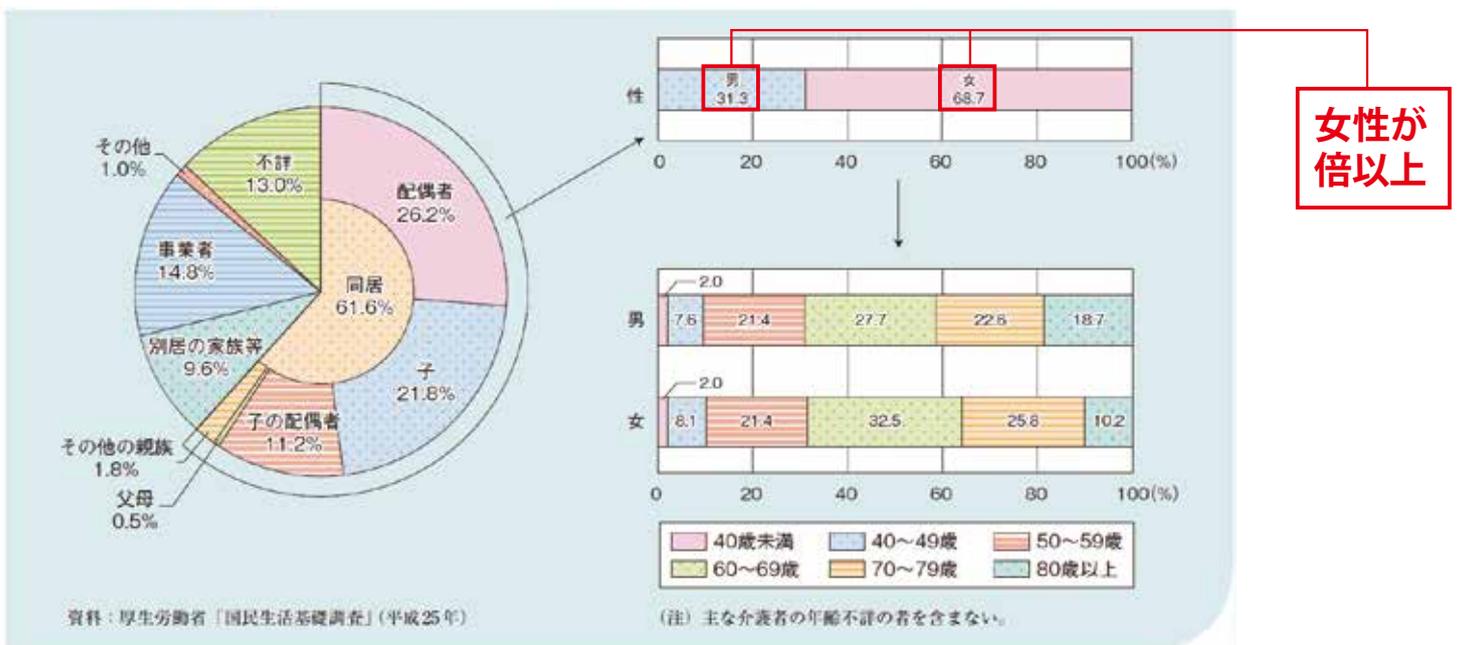
最期を迎えたい場所



介護は、施設。最期は、自宅。

4-1-2 介護者の続柄(要介護者等からみた主な介護者の続柄)

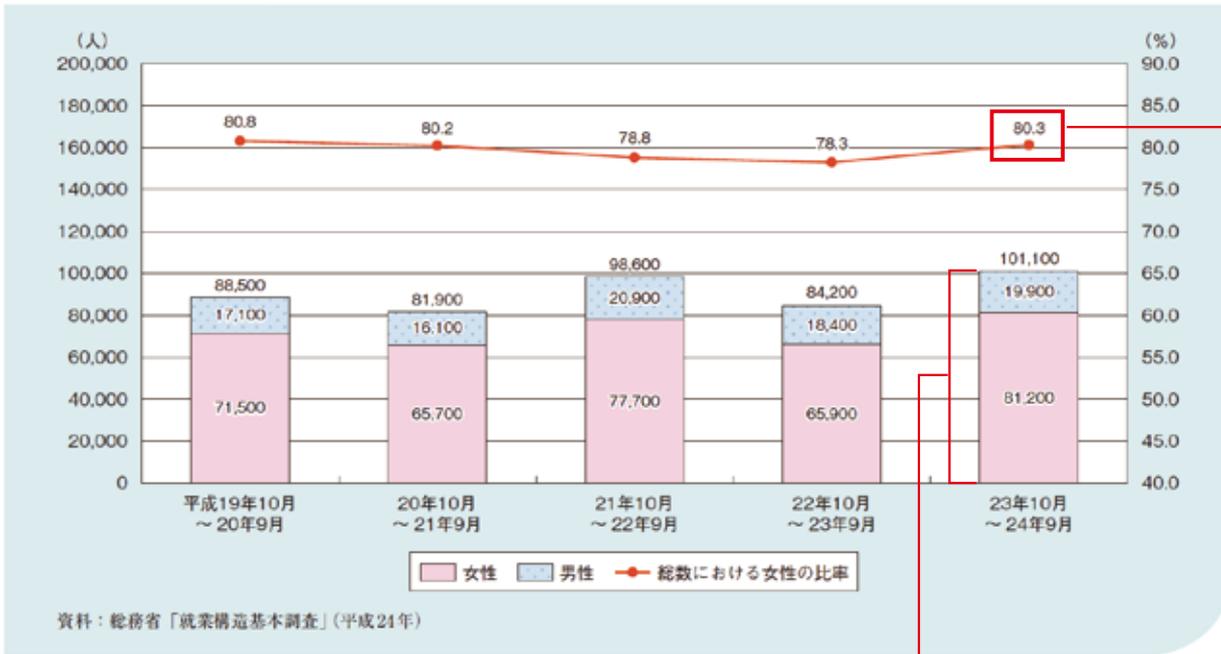
配偶者26.2%、子21.8%、子の配偶者11.2%。同居が61.6%となっている。介護者の年齢は60歳以上が2/3を占めている。



女性が倍以上

4-2-1 介護・看護での離職に関して

図1-2-3-14 介護・看護を理由に離職・転職した人数



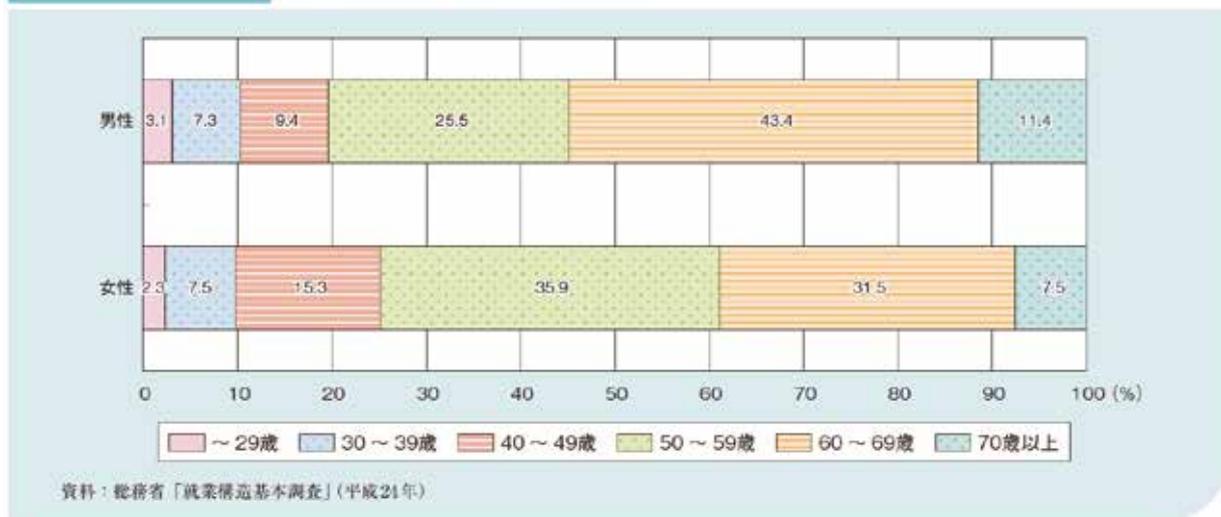
介護のため離職する人は
全体の65%

女性の離職率は
約80%

4-2-2 介護・看護で離職した人の年齢

男女とも50～69歳までが多くを占めている。

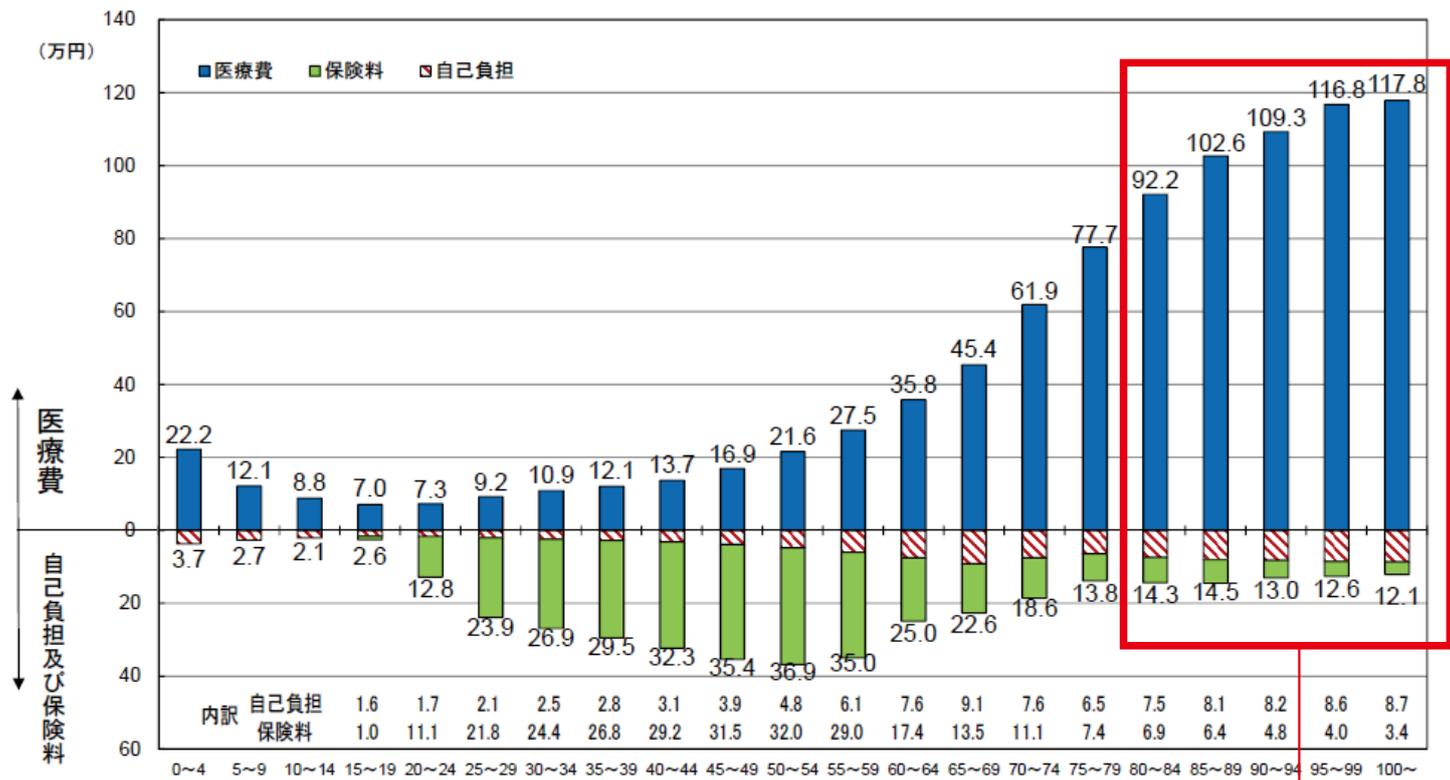
図1-2-3-15 介護・看護を理由に離職・転職した人の年齢構成割合 (平成19年10月～24年9月に離職・転職した人)



5-1 医療費(年齢階級別医療費)

在宅死=医師による死亡確認場所。病院搬送は除く。孤独死も計上。

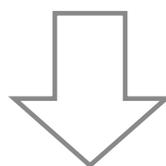
年齢階級別1人当たり医療費、自己負担額及び保険料の比較(年額)
(平成25年度実績に基づく推計値)



- (注) 1. 1人当たりの医療費と自己負担は、それぞれ加入者の年齢階級別医療費及び自己負担をその年齢階級の加入者数で割ったものである。
 2. 自己負担は、医療保険制度における自己負担である。
 3. 予算措置による70~74歳の患者負担補填分は自己負担に含まれている。
 4. 1人当たり保険料は、被保険者(市町村国保は世帯主)の年齢階級別の保険料(事業主負担分を含む)を、その年齢階級別の加入者数で割ったものである。また、年齢階級別の保険料は健康保険被保険者実態調査、国民健康保険実態調査、後期高齢者医療制度被保険者実態調査等を基に推計した。
 5. 端数処理の関係で、数字が合わないことがある。

75歳以上の医療費
一人当たり約**100万円**
医療にかからないこと

大きな社会貢献



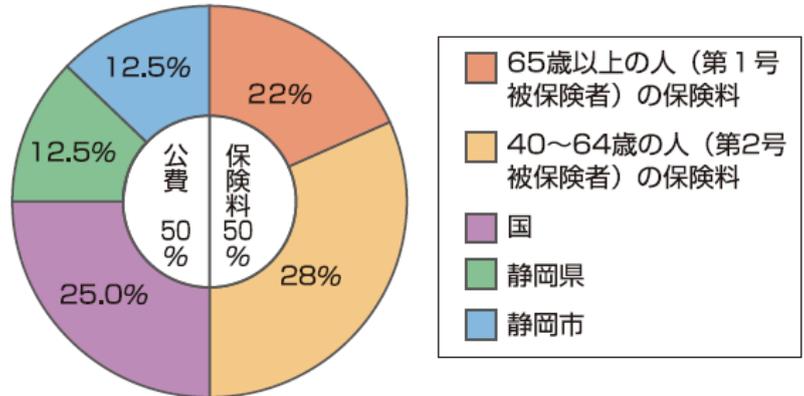
介護費

5-2 介護保険(負担の割合)

介護保険の財源

市が支払う9割分または8割分の費用(保険給付)の財源は50%が国・県・市の公費、28%が40～64歳の人の保険料、22%が65歳以上の人の保険料で賄われています。

保険給付費の負担割合
(ただし、施設給付費の割合は、国20.0%、静岡県17.5%)



介護に関わる費用(居宅サービス利用限度額)

居宅サービスの利用限度額

| 介護度 | 1ヶ月の利用限度額の目安(10割) | 1ヶ月の | |
|------|-------------------|------------------|------------------|
| | | 自己負担の目安(1割負担の場合) | 自己負担の目安(2割負担の場合) |
| 要支援1 | 50,030円分 | 5,003円分 | 10,006円分 |
| 要支援2 | 104,730円分 | 10,473円分 | 20,946円分 |
| 要介護1 | 166,920円分 | 16,692円分 | 33,384円分 |
| 要介護2 | 196,160円分 | 19,616円分 | 39,232円分 |
| 要介護3 | 269,310円分 | 26,931円分 | 53,862円分 |
| 要介護4 | 308,060円分 | 30,806円分 | 61,612円分 |
| 要介護5 | 360,650円分 | 36,065円分 | 72,130円分 |

要介護3の場合
1年=3,231,720円
4年=12,926,880円

要介護5の場合
1年=4,327,800円
2年=8,655,600円

要介護度別生存率50%より※平均は、この年数より多くなる

健康でいること
要介護状態にならないこと
大きな社会貢献