



人生100年時代、親の介護と子どもの進学が重なるダブルケアも 介護支出で教育資金を貯められない

晩婚化・晩産化が進行しています。一方、平均余命は延び、親世代は長生きです。その結果、子どもを育てながら親の介護に直面する「ダブルケア」をしている人が増えています。

保護者が時間や手間を取られる子育ては、ある程度子どもが幼い頃であり、高校生や大学生の子どもを「ケア」しているイメー
ジはあまり無いかもしれません。けれど、「**ダブルケア**」の定義における**子育ては乳幼児から思春期以上**を含みます。経済面においては一般的に、子どもが大学・専門学校を卒業するまで保護者がサポートしますから、子どもが22歳頃までに親を介護することになれば、ダブルケアということになります。保護者にとって、**子どもの教育費の準備だけでも簡単なことではありません。そこに親の介護費用ものしかかってくる**としたら、どうすればいいのでしょうか。

今回は、親の介護が子どもの教育資金に

与える影響について考えてみます。

介護経験者は 事前準備が大切と考えている

介護の準備というと、葬儀やお墓の準備と同じように、子どもの立場から親に話を持ち掛けると「縁起でもない」と一蹴されることもあるようです。親は、準備の必要性を感じつつも「まだ私は大丈夫」との思いから、具体的な準備は先送りしがちです。実際に介護を経験した人と、未経験の人では、介護が始まる前の準備に対する意識の差はとて大きくなっています。『介護に関する親と子の意識調査2019』（アクサ生命）によると、介護を経験した人の97%以上が準備が大切だと思うものとして「介護費用の見積もり」「介護資金の準備」と回答しているのに対し、介護未経験者は「費用の見積もり」で5・2%、「資金準備」は10・4%にとどまっています【図表1】。



菅原 直子

らいふでざいん菅原おふいす代表

【すがわら・なおこ】

教育資金コンサルタント。1997年よりファイナンシャルプランナー。学校や地方自治体、企業等での進学資金・ライフプラン講座にて子育て世帯にかかせないお金の知識をわかりやすく解説。高校生向けの奨学金セミナーや新聞・雑誌等に教育費に関するコメント・執筆も。「子どもにかかるお金を考える会」「働けない子どものお金を考える会」メンバー。

【図表1】 介護の準備と介護経験者の実態

■親の介護を経験した人（介護経験者）に尋ねた介護準備に大切な項目

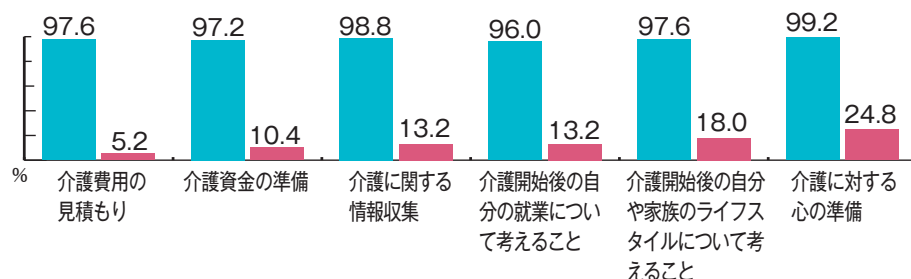
対象：40代、50代で親の介護経験のある人【n=250】

*「非常に大切だと思う」と「まあ大切だと思う」の合計割合

■親の介護を経験した事のない人（介護未経験者）に尋ねた介護準備の状況

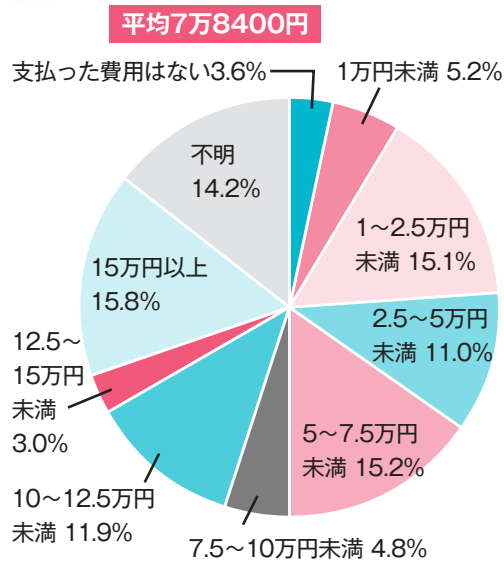
対象：40代、50代で親の介護経験のない人【n=250】

*「準備をしている」割合



出典：『介護に関する親と子の意識調査2019』（アクサ生命）一部改変

【図表2】 1か月あたりの介護費用



出典：『平成30年度 生命保険に関する全国実態調査』（生命保険文化センター）

介護の費用は、介護を受ける人の状態や希望で大きく異なります。介護を経験していない親の場合、自身の介護状況を想定することが難しく、費用の見積もりをどのように行えばいいのかわからないことも多いでしょう。経験者の場合であっても、介護保険などの制度の変遷を知らなかったり、受けるサービスの選択肢の違いから、確実な金額を算出するのは、簡単ではありません。かかるであろう介護費用の見積もりは容

介護費用は親自身のお金でまかなえるとは限らない

資金のことで困ったのであれば、他の費用との兼ね合いも気にならないはずはありません。お金の準備は、介護が始まってみたらとても重要なことだと、改めて認識したということでしょう。後悔しないよう、早めに準備に取り掛かりたいものです。

易ではないのに、『平成30年版高齢社会白書』（内閣府）の「必要になった場合の介護費用に関する意識」調査では、介護費用を「年金等の収入でまかなう」と回答した人の割合が高く、63・7%となっています。次いで「貯蓄でまかなう」が20・5%、「資産売却などで自分でまかなう」が4%で、自分でまかなおうと考えている人が9割近くを占めています。最初から「子などの家族・親戚からの経済的な援助を受けることになると思う」と意識している人は3%台にすぎません。

親に貯蓄があるとは限らない

過去3年間に介護を経験した人の調査では、**一時的な費用の合計は約70万円で、200万円以上かかった人も6%ほど**います。**1か月あたり介護費用は平均7万8400円**で、15・8%が15万円以上かかったと回答しています【図表2】。その金額のすべてを親自身が用意できるのかは、親の「子どもに迷惑をかけずに自分でまかなう」という意識とは切り離して、「子ども自身も知っておかなくてはなりません。なぜなら、親の介護費用が不足すれば、知らんぷりするわけにもいかず、援助せざるを得ないはずだからです。」

高齢者の平均貯蓄額は全体の平均額よりも高く、1世帯あたり約1222万円です。親がこれだけの貯蓄を持っていれば、当面の不安はなさそうです。ただ、全員がこの金額を持っているわけではなく、**15・1%**

高年齢者の平均貯蓄額は全体の平均額よりも高く、1世帯あたり約1222万円です。親がこれだけの貯蓄を持っていれば、当面の不安はなさそうです。ただ、全員がこの金額を持っているわけではなく、**15・1%**

遠距離介護の交通費は誰の負担？

子どもに介護をしてもらいたいと希望する親は一定数います。子どもに迷惑をかけたくないから高齢者施設へ入居すると言っている人の中にも、本心では子どもにみてほしいと願っている人もいます。

結果的に介護費用をまかなえるだけのお金を持っていないのですが、そうでないとしたら、子どもは手持ちの費用で何とかしたいと考えることとなります。時には、使い道が決まっている貯蓄を取り崩すこともあり得ます。

親は子どもに心配をかけたくないもので、高年齢になったとはいえ親としてのプライドがありますから、お金が無くても無いとは言いたくはないようです。反対に、あればあったで無心されても困りますし、やはり正直に子どもに伝えられない可能性があります。子どもが親の収入や財産を把握するのは簡単ではないのです。

は貯蓄を持たず、23・2%（貯蓄ゼロを含む）が100万円未満の貯蓄額です。

を購入して家族と暮らしています。家族は夫と子どもが2人。高校生と中学生です。Eさんはパートタイマーとして共働きです。

Eさんの父はすでに亡く、母は九州に1人で住んでいます。一昨年はこの母が急性体調を崩して入院したのですが、本人が身の回りのことはまだ自分でできると言うので、退院後は自宅に戻ることになりました。

ただ、Eさんには手助けが必要に見えたので介護保険を申請したところ、サービスを受けられることに。ケアマネジャーとの相談や、室内への手すりの取り付け工事などの手配をするため、Eさんは何度も飛行機で実家へ通いました。

実家に通っていると、パート代は交通費で消えてしまいます。子どもたちの進学資金

56	57	58	59	60
58	59	60	61	62
27	28	29	30	31
23	24	25	26	27
84	85	86	87	88
1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000
5,500,000	5,500,000	5,500,000	3,000,000	3,000,000
720,000	720,000	20,720,000	720,000	360,000
7,220,000	7,220,000	27,220,000	4,720,000	4,360,000
2,880,000	2,880,000	2,880,000	2,880,000	2,880,000
1,200,000	1,200,000	1,200,000		
792,000	792,000	792,000	792,000	792,000
2,500,000		5,000,000		
7,372,000	4,872,000	9,872,000	3,672,000	3,672,000
-152,000	2,348,000	17,348,000	1,048,000	688,000
-9,193,378	-6,845,378	10,502,622	11,550,622	12,238,622
車買い替え 長男就職		夫退職 自宅リフォーム		長女独立

1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000
5,500,000	5,500,000	5,500,000	3,000,000	3,000,000
1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000
720,000	720,000	20,720,000	720,000	360,000
8,420,000	8,420,000	28,420,000	5,920,000	5,560,000
2,880,000	2,880,000	2,880,000	2,880,000	2,880,000
1,200,000	1,200,000	1,200,000		
792,000	792,000	792,000	792,000	792,000
2,500,000		5,000,000		
7,372,000	4,872,000	9,872,000	3,672,000	3,672,000
1,048,000	3,548,000	18,548,000	2,248,000	1,888,000
2,806,622	6,354,622	24,902,622	27,150,622	29,038,622

1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000
5,500,000	5,500,000	5,500,000	3,000,000	3,000,000
720,000	720,000	20,720,000	720,000	360,000
7,220,000	7,220,000	27,220,000	4,720,000	4,360,000
2,880,000	2,880,000	2,880,000	2,880,000	2,880,000
1,200,000	1,200,000	1,200,000		
792,000	792,000	792,000	792,000	792,000
2,500,000		5,000,000		
7,372,000	4,872,000	9,872,000	3,672,000	3,672,000
-152,000	2,348,000	17,348,000	1,048,000	688,000
1,846,622	4,194,622	21,542,622	22,590,622	23,278,622

を貯めるためのパートだったはずなのですが、家計から持ち出しにならないだけマシンと考えつつ、早めの購入による割引や介護割引制度を利用して航空券を安く購入するなどしてしのいでいました。実際の家計は、Eさん不在時に夫や子どもたちが家事を引き受けてはくれるものの、惣菜の購入や外食の回数が増えて、夫の収入からも貯蓄ができない状態になっていました。

そんな中、ある時から、母が1回あたり10万円を渡してくれるようになったのです。正規運賃で計算すると、空港から自宅への交通費などとあわせて10万円弱だったことから「実費」として素直に受け取りました。

ところで、Eさんには弟が1人いて、実家からは車で約2時間の隣県に住んでいま

す。Eさんに比べればずっと近いのですから、たびたび母の手助けに行ってくれてもよさそうなものですが、まだ幼い子どもがいるということと、やはり共働きで忙しいということとで、めったに実家を訪ねません。

その弟がお盆に実家に顔を出して、母がEさんに10万円を渡していることを知り、その返却を求めてきました。子どもとして当たり前のことをしていただけで報酬をもらうのはおかしい、交通費なら自分もガソリン代を負担しているというのです。「交通費」という使い道は同じでも、「金額」はだいぶ異なります。Eさんとしては実費分を受け取ったつもりなのですが、弟は認めてくれません。認めてほしいなら、弟にも同じ10万円を払うべきだと言います。

ダブルケアを抱えるEさん

- Eさん：46歳、パートタイム勤務、九州出身で現在関東の中堅都市に在住
- 夫：48歳、サラリーマン ● 長女：高校2年生、私立大学薬学部志望 ● 長男：中学1年生、私立大学理系志望
- 父は既に他界。一昨年、九州の母が急に体調を崩して入院。退院後は帰宅し、介護保険サービスを受けながら一人暮らし。弟が実家の隣県に住んでいるものの、めったに実家を訪れない。Eさんは何度も飛行機で実家へ行き母をサポート
- 社会人になった長男・長女から毎月3万円を家計に入れてもらう

【図表3】 キャッシュフロー表A 母から交通費を受け取らず、奨学金も借りない場合

年齢	Eさん	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55
夫	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	
長女	高2	高3	大1	大2	大3	大4	大5	大6	25	26	
長男	中1	中2	中3	高1	高2	高3	大1	大2	大3	大4	
母(別居)	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	
Eさん収入	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000
夫収入	6,500,000	6,500,000	6,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000
その他		2,400,000				2,400,000				360,000	360,000
収入計	7,500,000	9,900,000	7,500,000	6,500,000	6,500,000	8,900,000	6,500,000	6,500,000	6,500,000	6,860,000	6,860,000
長女 教育費	450,862	450,862	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479		
長男 教育費	1,326,933	1,326,933	1,326,933	1,040,168	1,040,168	1,040,168	1,661,318	1,661,318	1,661,318	1,661,318	1,661,318
生活費	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,240,000	3,240,000
住宅ローン	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000
介護交通費	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000
その他		2,500,000									
支出計	7,369,795	9,869,795	9,099,412	8,812,647	8,812,647	8,812,647	9,433,797	9,433,797	6,893,318	6,893,318	
年間収支	130,205	30,205	-1,599,412	-2,312,647	-2,312,647	87,353	-2,933,797	-2,933,797	-33,318	-33,318	
貯蓄残高	3,000,000	3,030,205	1,430,793	-881,854	-3,194,501	-3,107,148	-6,040,945	-8,974,742	-9,088,060	-9,041,378	
備考		学車 資買 保い 険替 満え 期金	長薬 女学 私立 大学 進学			学 資 保 険 満 期 金	長 理 男系 私立 大学 進学		長 女 就 職		

【図表4】 キャッシュフロー表B 母から交通費を受け取り、奨学金を借りない場合

Eさん収入	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000
夫収入	6,500,000	6,500,000	6,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000
交通費母より	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000
その他		2,400,000				2,400,000				360,000	360,000
収入計	8,700,000	11,100,000	8,700,000	7,700,000	7,700,000	10,100,000	7,700,000	7,700,000	8,060,000	8,060,000	
長女 教育費	450,862	450,862	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479		
長男 教育費	1,326,933	1,326,933	1,326,933	1,040,168	1,040,168	1,040,168	1,661,318	1,661,318	1,661,318	1,661,318	1,661,318
生活費	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,240,000	3,240,000	3,240,000
住宅ローン	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000
介護交通費	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000
その他		2,500,000									
支出計	7,369,795	9,869,795	9,099,412	8,812,647	8,812,647	8,812,647	9,433,797	9,433,797	6,893,318	6,893,318	
年間収支	1,330,205	1,230,205	-399,412	-1,112,647	-1,112,647	1,287,353	-1,733,797	-1,733,797	1,166,682	1,166,682	
貯蓄残高	3,000,000	4,230,205	3,830,793	2,718,146	1,605,499	2,892,852	1,159,055	-574,742	591,940	1,758,622	

【図表5】 キャッシュフロー表C 母から交通費を受け取らず、奨学金を借りる場合

Eさん収入	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000
夫収入	6,500,000	6,500,000	6,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000	5,500,000
奨学金			1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	2,160,000	2,160,000	960,000	960,000	
その他		2,400,000				2,400,000			360,000	360,000	
収入計	7,500,000	9,900,000	8,700,000	7,700,000	7,700,000	10,100,000	8,660,000	8,660,000	7,820,000	7,820,000	
長女 教育費	450,862	450,862	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479	2,180,479		
長男 教育費	1,326,933	1,326,933	1,326,933	1,040,168	1,040,168	1,040,168	1,661,318	1,661,318	1,661,318	1,661,318	1,661,318
生活費	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,600,000	3,240,000	3,240,000	3,240,000
住宅ローン	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000	1,200,000
介護交通費	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000	792,000
その他		2,500,000									
支出計	7,369,795	9,869,795	9,099,412	8,812,647	8,812,647	8,812,647	9,433,797	9,433,797	6,893,318	6,893,318	
年間収支	130,205	30,205	-399,412	-1,112,647	-1,112,647	1,287,353	-773,797	-773,797	926,682	926,682	
貯蓄残高	3,000,000	3,030,205	2,630,793	1,518,146	405,499	1,692,852	919,055	145,258	1,071,940	1,998,622	

Eさんは母からすでに数回受け取っていて、これが無いと子どもの進学費用を貯めることができません。長女は私立大学薬学部、長男は私立大学理系を希望しているのですが、現在の貯蓄スピードでは確実に進学費用が不足するため、不足分は奨学金を借りてもらおうと考えているくらいです。その際の連帯保証人は、弟に頼むことになりそうですね。うですから、もめたくありません。弟にも10万円を払い続けられるのかどうか、母の懐具合も気になります。Eさんは、どうしたものかと悩んでいます。

支出の時期と金額の「見える化」で乗り切る手立てを考える

親の介護に関する費用負担について、姉弟で合意する前に交通費を受け取ったEさん。親のお金なので、親がOKであれば問題なさそうに思えるのですが、弟の理屈は「お姉ちゃんは、自分が好きで遠くに住んでいるんだろ。だから実家に通う費用は自分で負担すべき」というもの。

Eさんは、子育てと母のサポートというダブルケアの状態で、体力も気力もすでにいっぱい。弟の理屈をくつがえす気力は湧いてきません。

悩みは尽きませんが、母自身の介護費用は当面なんとかかなりそうなので、Eさんファミリーの大きな課題である、子どもたちの教育費準備について具体的に考えることを優先しましょう。そのためには、**具体的に、**

いつ、いくららの支出が行われるのかを「見える化」することです。

キャッシュフロー表Aは、弟の理屈を受けて、母からの交通費を受け取らない場合です【図表3】。来年から夫の定年まで年間収支の赤字が続き、貯蓄を取り崩しても最大919万円が不足します。子どもたちが自宅から国公立大学へ通ってくれば赤字にはなりません。子どもの希望する進路に必要な金額を見積もるとこうなります。

キャッシュフロー表Bは、現状どおり母からの交通費を受け取り、訪問回数は年12回とした場合です【図表4】。太い青線で囲った箇所が該当します。貯蓄は最大57万円の不足です。借りられる可能性が高く、貸与利率の低い日本学生支援機構の奨学金利用が現実的な手段として望ましいのですが、連帯保証人を弟に頼みたくなければ、保証料の必要な機関保証を選択することになります。奨学金ではなく、保護者が教育ローンを組んでも、利息分を吸収できそうですから、連帯保証人の引き受け手を心配せずに交通費分を受け取ってもいいかもしれません。

キャッシュフロー表Cは、母からの交通費は受け取らないキャッシュフロー表Aを奨学金の利用によって乗り切るプランです【図表5】。太い青線が奨学金の年間借入額です。奨学金を借りることは、子どもたちの理解と納得が必要です。返還（返済）は子どもたち自身とし、Eさん夫婦の家計から返還は行わないため「収入」にのみ計上してい

ます。貸与額は、それぞれの予定学費に対して同じ割合になるように、長女は毎月10万円を6年間、長男は毎月8万円を4年間とします。返還は20年間で、長女は毎月3万443円（貸与利率0・14%と仮定、2018年度3月貸与終了の利率固定方式による）、長男は毎月1万6235円（同利率）となります。

教育費のうち、大学にかかる費用不足に関しては、保護者だけが頑張るのではなく、子どもにも負担してもらう方法も検討したいものです。表Cでは高校時代に予約できる日本学生支援機構の第2種奨学金（有利子）を利用することにしましたが、他の団体等による奨学金にはもたらえるタイプの奨学金、無利子で借りられるタイプもあります。複数の利用を認めるものもありますから、上手に利用できるよう親子で早めに情報を集めてください。

「高等教育の負担軽減」が2020年度より実施されますが、その対象となつて授業料が無償になり、給付型奨学金を受給できる対象者はかなり限定されています。「幼児教育の無償化」のように多くが対象になるという制度ではないので、今後も大学・専門学校にかかる費用は家庭での用意が原則であることには変わりありません。

生活費の自身や住宅ローン、保険の見直しで生活費全般をダイエツトする方法も組み合わせて家族全員でダブルケアを支え、子どもの進学を実現していきましょう。