何から始めれば良いの?

# “介護に備える”ためのご案内

団体契約・団体扱介護保険のご案内リーフレットです

- ご自身のためにも、大切な方のためにも
- 気になる費用面（概算）についても記載
- 基本的な情報の学びからスタート
- 今日から始めて、将来の不安を緩和

Breaktime!

グループ従業員の皆様、ご家族様のための“健康応援”脳トレゲーム

スマホでできる

難易度高め!

## 野菜探しゲーム

グループ従業員の皆様、ご家族様のための“健康応援”脳トレゲームができました!!野菜を見つけるだけなのに、意外と難しい?!
ぜひチャレンジしてみてください!

こちらをクリック!

※正しく表示されない場合は、下記URLをブラウザのアドレスバーに貼り付けてください。
https://gux.jp/cpd03i

プレイ方法

上記の「こちらをクリック!」をタップし、ゲームに参加!

画面上で野菜を探します。全部で10個隠れています。見つけたら野菜をタップ!

発見した野菜の数が表示されます。まだ見つけていない野菜があれば、再チャレンジ!!

三菱電機株式会社　人財・カルチャー変革統括部 人事総務部 労政福祉グループ

募集（取扱）代理店：MEIS保険サービス株式会社（〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1）　03-5219-5550（代表）
引受保険会社：●東京海上日動火災保険株式会社 〒100-8050 東京都千代田区大手町2-6-4 常盤橋タワー
●東京海上日動あんしん生命保険株式会社 〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-6-5
●アフラック生命保険株式会社 〒163-0456 東京都新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル20階

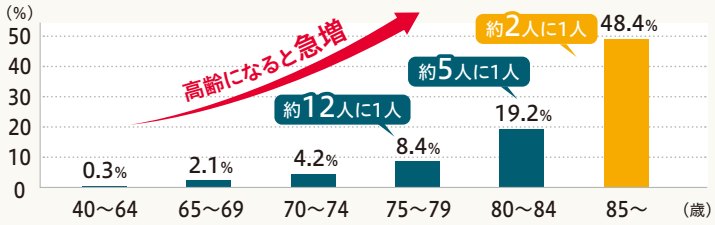
募文登録番号：【アフラック】AF277-2026-0248 10月14日（281014）　【東京海上日動】26TX-003279　【あんしん生命】2610-KL08-H0164

# 今から少しずつ始めてみませんか?

## POINT 1 知る 介護の現状を知る

今は介護に直面されていない方も、いつか直面する可能性があるため、まずは介護の現状を知ることから始めましょう。知らないままだと漠然とした不安に駆られますが、知識があれば対策も検討でき、安心に繋がります。

■要支援・要介護認定者の割合




出典：厚生労働省「介護給付費等実態統計月報」(2026年5月審査分)、
総務省「人口推計」(2026年5月概算値)をもとにMEIS保険サービスにて作成

■介護が必要となった主な原因

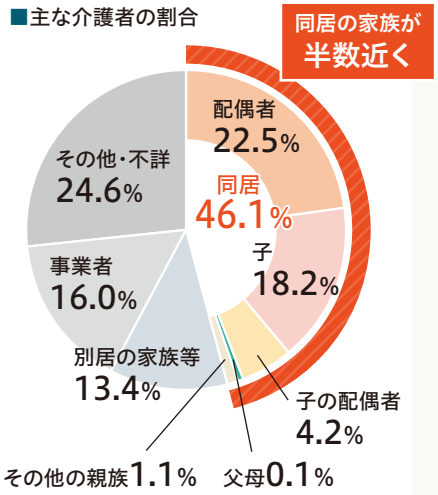
| 1位 | 2位 | 3位 |
|---|---|---|
| 認知症 16.7% | 高齢による衰弱 15.6% | 骨折・転倒 14.6% |

出典：厚生労働省「国民生活基礎調査」(2025年)

## POINT 2 話し合う 家族・親族間で介護に関する役割を話し合う

家庭の事情や仕事、経済的な理由から介護への関わり方・度合いには差が生じることも考えられます。
ご家族の気持ち、状況に配慮しながら、「自分には何ができるのか」を中心に話し合い、誰が介護の中心を担うのか、それ以外の人はどのようにサポートするのか、などを決めていきましょう。

■主な介護者の割合




＊各項目の割合は四捨五入しているため、
合計が100%にならない場合があります。
出典：厚生労働省「国民生活基礎調査」
(2025年)

## POINT 3 聞く ご本人の希望や経済的な準備状況を聞いておく

ご本人に、在宅介護か施設介護かなど、介護に対する要望を聞いておきましょう。
在宅介護であればリフォーム、施設介護であれば入居費用などがかかる場合があります。
また、ご本人が認知症になった場合、資産の確認や管理が厳しくなることも考えられます。預貯金・借入金がどれくらいあるのかなどは事前に確認しておくと、介護費用にどの程度使えて、どれくらいご家族で負担をしなくてはいけないのかという見通しも立てることができます。また、通帳や印鑑などの保管場所は、ご本人にあらかじめまとめて整理しておいてもらうことも有効です。

**補助資料として「あんしん伝言ノート」を無料で進呈！
最寄りのMEIS保険サービスにご依頼ください。**

万が一に備えて、自身の重要情報(口座引落し情報、預貯金・株式口座、ローン、不動産等)、家族にお願いしたいこと、相続・遺言、大切な人へのメッセージなど、一冊に書き留めていただけるノートです。

## POINT 4 備える 介護費用を備えておく

ご本人の経済的準備が十分でなさそうな場合、またはなかなか面と向かって金銭面の話をするのが難しい場合、ご家族の皆さんでどの程度負担できそうかを確認し、不足する部分は民間の介護保険などによって準備することを検討しましょう。三菱電機グループの保険制度である三菱電機グループ保険・団体扱保険の介護補償(保障)を活用いただくことで、介護費用に備えることができます。

**各保険のご案内は中面をご覧ください！**

三菱電機グループ保険「病気・ケガの保険」介護補償及び終身型介護保険のご加入・お見積り・商品説明、「あんしん伝言ノート」のご用命は最寄りのMEIS保険サービスまでご依頼ください。

ご相談はこちらから

# 要介護度の目安は?

公的介護保険制度にもとづく要介護度は、介護を必要とする度合に応じて段階が定められています。認定は要支援1・2と要介護1～5の7段階に分かれています。

## 公的介護保険制度にもとづく要介護度別の状態の目安

軽度 ← 要介護度 → 重度

| 要介護 1 | 要介護 2 | 要介護 3 | 要介護 4 | 要介護 5 |
|---|---|---|---|---|
| 起き上がりや立ち上がり、片足での立位保持などに、何らかの支えを必要とすることがある。掃除、買い物などの家事の一部や、入浴などに、見守りや手助けを必要とすることがある。 | 起き上がりや立ち上がり、片足での立位保持、歩行などに、何らかの支えを必要とする。食事、排泄、入浴、薬の内服、金銭管理などに、手助けを必要とすることがある。物忘れなど認知機能の一部に低下がみられることがある。 | 起き上がりや立ち上がり、片足での立位保持などが一人でできない。食事、排泄、入浴、衣服の着脱などに、介助を必要とする。認知機能の低下がみられ、それに伴ういくつかの行動・心理症状※1がみられることがある。 | 起き上がりや立ち上がり、両足での立位保持、歩行などが一人でできない。座位保持に何らかの支えを必要とする。食事、排泄、入浴、衣服の着脱などに、全面的な介助を必要とする。全般的な認知機能の低下がみられ、それに伴う多くの行動・心理症状※1がみられる。 | 起き上がりや立ち上がり、両足での立位保持、歩行、座位保持などが、ほとんどできない。日常生活を遂行する能力が著しく低下し、全面的な介助を必要とする。意思の疎通ができないことが多い。 |

※1 行動・心理症状とは、暴力・暴言、徘徊などの行動症状や、幻覚、妄想、うつなどの心理症状のこと。
出典：(公財)生命保険文化センター「介護保障ガイド」(2024年10月改訂版)

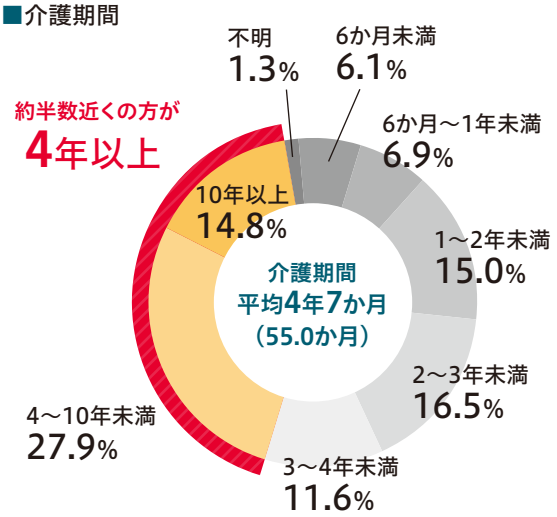
## 公的介護サービスを受けるためにかかる費用 (平均自己負担額※2／受給者1人あたり)

| 要介護度 | 要介護 1 | 要介護 2 | 要介護 3 | 要介護 4 | 要介護 5 |
|---|---|---|---|---|---|
| 在宅介護の場合 | 年額8.5万円<br>(月額0.7万円) | 年額12.0万円<br>(月額1.0万円) | 年額18.7万円<br>(月額1.6万円) | 年額23.2万円<br>(月額1.9万円) | 年額29.3万円<br>(月額2.4万円) |
| 施設介護の場合 | 年額34.6万円<br>(月額2.9万円) | 年額37.0万円<br>(月額3.1万円) | 年額37.6万円<br>(月額3.1万円) | 年額40.4万円<br>(月額3.4万円) | 年額43.2万円<br>(月額3.6万円) |

※2 公的介護保険制度の自己負担割合1割の金額を記載しています。65歳以上の場合、所得に応じて負担割合(1～3割)が決まります。
出典：厚生労働省「介護給付費等実態統計令和7年1月審査分」をもとにアフラックにて作成(月額費用は年額費用を12か月で割って四捨五入。在宅介護については「居宅サービス」「地域密着型サービス」のうち、支給限度額の対象となるもののみ算定)
施設介護の費用に居住費、食費、日常生活費などは含まれません。

### check! 介護期間の平均は4年7か月です。10年以上の長期にわたるケースも約14.8%

■介護期間




＊現在介護中の場合は、介護を始めてからの経過期間を尋ねたものです。
出典：(公財)生命保険文化センター「生命保険に関する全国実態調査」(2024年度)

### check! 要介護状態の初期には、通常の介護費用以外にもさまざまな費用がかかります。

■要介護状態になった場合に、通常の介護費用以外にかかる費用の目安(具体例)

| | | |
|---|---|---|
| 車いす<br>5万円～67万円 | 特殊寝台<br>16万円～61万円<br>(※機能により金額は異なる) | 移動用リフト(据置式)<br>24万円～90万円 |
| ポータブルトイレ<br>3万円～19万円 | 手すり 2万円～<br>(※サイズ・素材により金額は異なる) | 階段昇降機<br>(いす式直線階段用)<br>52万円～ |

＊上記費用は自費で購入した場合の金額で、いずれも目安額です。なお、別途工事費が生じる場合もあります。
＊公的介護保険の給付対象となる場合があります。
出典：(公財)生命保険文化センター「介護保障ガイド」(2024年10月改訂版)

■介護でかかった一時的な費用の合計

**平均47万円**

出典：(公財)生命保険文化センター「生命保険に関する全国実態調査」(2024年度)

# 介護に必要な費用に備えて

三菱電機グループの保険制度である三菱電機グループ保険「病気・ケガの保険」及び「団体扱保険」は、介護にかかる費用に備える保険（任意加入）ですので、自身のニーズにあった補償（保障）を選びましょう。
※原則、いずれも給与控除となります（ただし、一部団体を除く）。詳細については最寄りのMEIS保険サービスまでお問い合わせください。

【保険制度・商品概要一覧表】

| | | 三菱電機グループ保険 | 選べます！ +αの安心を！2社の商品からお選びいただけます | |
|---|---|---|---|---|
| タイプ | | 1年更新型 ※1 | 終身型 ※2 | 終身型 ※2 |
| 制度・商品名 | | ①三菱電機グループ保険「病気・ケガの保険」介護補償 | ②あんしんねんきん介護（介護年金保険（無解約返戻金型）[無配当]） | ③アフラックのしっかり頼れる介護保険 |
| 引受保険会社名 | | 東京海上日動火災 | 東京海上日動あんしん生命 | アフラック |
| 契約（加入）年齢 | | 15歳～84歳（更新は89歳まで） | 20歳～80歳 | 18歳～79歳 |
| 主契約 | 主な支払事由 | 一時金タイプ：要介護３以上 | 年金タイプ：要介護2以上 | 一時金タイプ：要介護１以上<br>年金タイプ：要介護３以上 |
| 主契約 | 保険期間・保険料払込期間 | 1年・1年 | 終身・終身 | 終身・終身 |
| 介護保険金額（円） | | [一時金タイプ]<br>100万・200万・300万 | [年金タイプ]20～100万（10万単位） | [一時金タイプ]10～100万（1万単位）<br>[年金タイプ]30～120万（6万単位） |

※1 1年更新型は、加入後も年齢ごとに保険料が変動し、最長89歳まで更新可能。 ※2 終身型は、加入時の保険料が一生涯、保障も一生涯。

## » 介護にかかる一時的な費用（初期費用）※3と継続的な費用※4に備えることをお勧めします

※3 主な初期費用の例：車いす、特殊寝台、ポータブルトイレなど
※4 主な月額費用の例：介護サービス費、有料老人ホームの管理費、日用品の購入代、医療費など

三菱電機グループ保険

## ①三菱電機グループ保険制度「病気・ケガの保険」介護補償
（団体総合生活保険）

三菱電機グループ保険制度「病気・ケガの保険」介護補償で（一時金）**初期費用**に備えましょう！

加入年齢 15歳～84歳 ＊更新は89歳まで

### 介護について

■介護期間は長期化（平均4年7か月）することも多く、経済的負担も高いため、事前に備えておくと安心です。
出典：（公財）生命保険文化センター
「生命保険に関する全国実態調査」（2024年度）
■「病気・ケガの保険」介護補償なら最大300万円までの補償を備えることができます。

### 補償内容（概要）

**以下のいずれかの状態となった場合に保険金をお支払いします。**

①公的介護保険制度で**要介護３以上**の認定を受けた場合
②所定の要介護状態と医師等の診断を受け、その状態が90日を超えて継続した場合
（東京海上日動が定める所定の補償範囲となります。）

### » 保険期間（補償期間）：2027年1月1日午後4時～2028年1月1日午後4時まで

### » 補償内容・保険金額（1～3口で加入できます）

| 1口 | 2口 | 3口 |
|---|---|---|
| 100万円 | 200万円 | 300万円 |

### » おすすめポイント

- 介護補償**単独で加入**できます！
- **89歳まで更新が可能です！**（新規加入は84歳まで）
- 公的介護制度では対象外の介護状態についても補償の対象となります！
- ご家族の加入に際しては、**加入者が告知を代理で行えます！**親が離れて暮らしていて告知を取り付けるのが難しい場合も加入できるので安心です。
- 三菱電機グループのスケールメリットで**割安な保険料！**

### ●月払保険料例 <介護補償 1口（100万円）の場合>
（団体割引:30%、損害率による割引率:25%）

| 年齢 ※1 | 保険料 |
|---|---|
| 45～49歳 | 30円 |
| 50～54歳 | 40円 |
| 55～59歳 | 60円 |
| 60～64歳 | 140円 |
| 65～69歳 | 280円 |
| 70～74歳 | 630円 |
| 75～79歳 | 1,450円 |
| 80～84歳 | 2,760円 |
| 85～89歳 | 6,410円 |

更新の方のみ

※1 2027年1月1日における満年齢
＊介護補償の保険金をお支払いさせていただいた際は、事故日付で介護補償は終了となります。＊15歳～44歳の方の保険料につきましては、総合パンフレットをご確認ください。＊ご加入（同内容で更新する場合を含む）にあたっては必ず総合パンフレット記載の「重要事項説明書」をよくお読みください。ご不明の点等がありましたらMEIS保険サービスまでお問い合わせください。

選べます！

# ②団体扱保険「あんしんねんきん介護」

## 年金タイプの保険で 継続的な費用 に備えましょう！

契約年齢 20歳～80歳

**あんしんねんきん介護**
介護年金保険（無解約返戻金型）［無配当］

- 所定の要介護状態になった場合、生存されている限り、年金支払期間を通じて毎年介護年金をお受け取りいただけます
- 健康状態に関する告知が3つで加入しやすいです

| | 給付金名 | 支払事由 | 支払限度 | 被保険者の状態 | 推奨プラン |
|---|---|---|---|---|---|
| 主契約 | 介護年金 | 病気やケガにより、以下①または②に該当したとき<br>①公的介護保険制度の要介護2以上と認定されたとき<br>②あんしん生命所定の要介護状態が180日を超えて継続したと診断確定されたとき | 年金支払期間中、生存されている限り毎年お受け取りいただけます。※1<br>＊年金のお受け取りは5年有期年金、10年有期年金、終身年金をお選びいただけます。 | 要介護2以上<br>または<br>あんしん生命所定の要介護状態 | 介護年金額<br>30万円<br>20万円～100万円<br>（10万円単位で設定）※2 |

保険期間 終身

＋ ニーズに合わせて、以下のオプションを追加できます！

| 選べるオプション | | |
|---|---|---|
| | 認知症一時金特約<br>病気やケガにより、初めて認知症または軽度認知障害（MCI）と診断確定されたとき | 介護一時金特約<br>主契約の介護年金のお支払事由に該当したとき |

＊詳細はパンフレット等をご覧ください

**以下の状態となった場合は将来の保険料のお払込みは不要（保障は継続します）です。**※3
●介護年金のお支払事由に該当したとき　●病気やケガにより、あんしん生命所定の高度障害状態になったとき。または、不慮の事故によるケガで、事故の日からその日を含めて180日以内にあんしん生命所定の身体障害の状態になったとき

※1 有期年金の場合、年金支払期間が満了したときはご契約は消滅します。ただし、認知症一時金特約が付加されたご契約で、認知症一時金のお支払いがない場合を除きます。
※2 お申込みいただける介護年金額は、20歳～60歳は20万円～100万円、61歳～80歳は20万円～50万円となります。
※3 主契約の保険料のお払込みが不要となった場合、特約の保険料のお払込みも不要となります。

健康状態に関する告知を簡素化し、簡単な告知でお申込みいただける代わりに、介護年金・特約一時金の保障は契約日の1年後の応当日から開始します。（不担保期間（保障しない期間）：1年間）

### ●月払保険料例（2026年11月現在）

| ご契約年齢 | 男性 | 女性 |
|---|---|---|
| 40歳 | 1,590円 | 2,241円 |
| 50歳 | 2,181円 | 3,126円 |
| 60歳 | 3,480円 | 5,070円 |
| 70歳 | 6,780円 | 10,614円 |

- ▶介護年金額:30万円
- ▶保険期間・保険料払込期間:終身
- ▶団体扱A科率
- ▶年金の種類:有期年金
- ▶年金支払期間:10年

**解約・解約返戻金について**
この保険は、年金支払開始日前に限り解約することができます。保険料払込期間中の解約返戻金はありません。

＊上記内容は、「あんしんねんきん介護」の概要について明記しています。その他の保障や詳細は「パンフレット」、「重要事項説明書（契約概要／注意喚起情報）」、「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。
＊加入条件・付帯するオプション（特約）等によりご契約年齢、保険料や責任開始日などが異なりますので詳細についてはMEIS保険サービスまでお問い合わせください。
＊上記保険料は団体扱料率の表記となっています。
＊団体扱の対象となる保険会社、保険商品、契約者及び被保険者の範囲については必ずMEIS保険サービスにお問い合わせください。なお、団体扱の対象でない場合も、個別料率にてご案内可能です。

選べます！

## ③団体扱保険「アフラックのしっかり頼れる介護保険」

### 公的介護保険制度に連動した シンプルでわかりやすい保障

**契約年齢** 18歳～79歳

介護状態に合わせて保障する
アフラックの しっかり頼れる 介護保険

- 要介護1以上に認定された場合に**一時金をお支払い**します
- 要介護3以上に認定されている場合に**介護年金をお支払い**します
- 要介護1以上に認定された場合、**以後の保険料のお払込みは不要**です

| | 給付金名 | 支払事由 | 支払限度 | 被保険者の状態 | Aプラン |
|---|---|---|---|---|---|
| **重度**の介護を必要とする状態に備える | 介護年金 | **つぎの①②のいずれかに該当したとき**<br>①公的介護保険制度にもとづき、要介護3以上の状態に該当していると認定されているとき<br>②満65歳未満で、アフラック所定の要介護状態に該当しているとき | 1年に1回<br>通算<br>10回まで | 要介護 5 | 30万円 |
| | | | | 要介護 4 | 25万円 |
| | | | | 要介護 3<br>またはアフラック所定の要介護状態 | 20万円 |
| **軽度**の介護を必要とする状態に備える | 要介護2一時金 | **つぎの①②のいずれかに該当したとき**<br>①公的介護保険制度にもとづき、右記の要介護度以上の状態に該当していると認定されたとき<br>②満65歳未満で、アフラック所定の要介護状態に該当したとき | 1回限り | 要介護 2<br>またはアフラック所定の要介護状態 | 10万円 |
| | 要介護1一時金 | | 1回限り | 要介護 1<br>またはアフラック所定の要介護状態 | 10万円 |

保険期間 終身

**免除事由に該当したとき、以後の保険料のお払込みは不要です。保障は継続します。**
●要介護1一時金の支払事由に該当したとき　●アフラック所定の高度障害状態になったとき
●不慮の事故によるケガによりその事故の日からその日を含めて180日以内にアフラック所定の身体障害状態になったとき

＊初回請求時に要介護2以上に認定されていた場合や、満65歳未満の場合でアフラック所定の要介護状態に該当した場合は要介護1一時金と要介護2一時金が同時に支払われます。要介護3以上に認定された場合は介護年金、満65歳未満の場合でアフラック所定の要介護状態に該当した場合は要介護3と認定されたときと同額の介護年金が支払われます。詳しくは「パンフレット」「契約概要」等をご確認ください。

### ●月払保険料例（2026年11月現在）

| ご契約年齢 | 男性 | 女性 |
|---|---|---|
| 40歳 | 1,740円 | 2,400円 |
| 50歳 | 2,440円 | 3,490円 |
| 60歳 | 3,900円 | 5,660円 |
| 70歳 | 7,260円 | 11,070円 |

●Aプラン
▶基準介護年金額30万円
／要介護1一時金10万円
／要介護2一時金10万円
▶保険期間・保険料払込期間:終身
▶団体扱
▶特別保険料率に関する特則なし

＊保障内容および保険料率は2026年11月現在のものです。
＊健康状態によって、記載の保険料と異なる場合があります（保険料が割増となる場合がございます）。お申込み後にアフラックから送付する書面をご確認ください。
＊契約年齢などによっては、契約後短期間で受取可能な給付金総額が累計払込保険料総額を下回る場合がありますのでご注意ください。

＊上記内容は、「アフラックのしっかり頼れる介護保険」の概要について明記しています。その他の保障や詳細は「パンフレット」、「重要事項説明書（契約概要／注意喚起情報）」、「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。
＊加入条件・付帯するオプション（特約）等によりご契約年齢、保険料や責任開始日などが異なりますので詳細についてはMEIS保険サービスまでお問い合わせください。
＊上記保険料は団体扱料率の表記となっています。
＊団体扱の対象となる保険会社、保険商品、契約者及び被保険者の範囲については必ずMEIS保険サービスにお問い合わせください。なお、団体扱の対象でない場合も、個別料率にてご案内可能です。