知っておきたい「生活と保険」

Vol.5

健康診断・人間ドックについて

私たちが必要とする保障には、死亡や介護、教育資金や老後資金などさまざまな種類があります。保障はライフステージによって必要な種類や大きさが変わってくるものですが、医療の保障については老若男女問わず心配だと考える人が多いようです。もっとも、保険はあくまでも生活をカバーするもの。大切なのはいつまでも健康を守り、病気を早期発見するために健康診断や人間ドックを継続的に受けることです。

CFP　鈴木 暁子

FPオフィス Next Yourself代表
外資系コンピューター・メーカーのSEを経て、CFP、キャリアコンサルタント、DCプランナーなどを取得し独立。企業や自治体、大学などでのセミナー講師、書籍やコラム執筆、個別相談など精力的に活動。

CFPとは?
上級ファイナンシャルプランナー。世界24カ国・地域（2017年2月現在）で導入されている、ファイナンシャルプランナー（FP）の頂点とも言える資格。原則として一国一組織により資格認定が行われており、日本では日本FP協会が認定している。

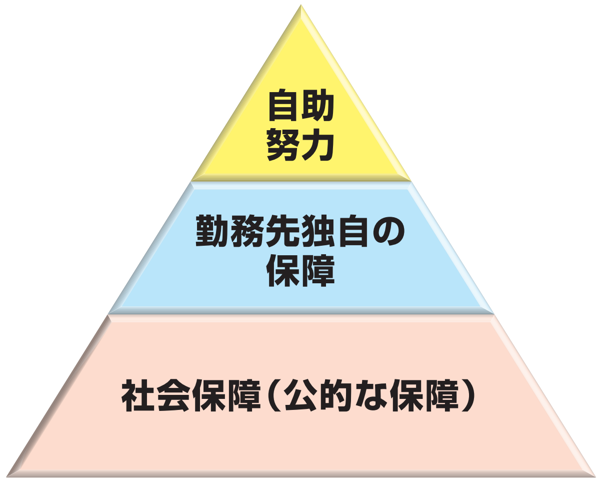
保険加入は保険料と保障のバランスで

医療保険でカバーされるのは「入院」、「手術」、「通院」「先進医療」を中心に、がん診断一時金、放射線治療、八大疾病など、昨今の医療技術の発達により患者のニーズの変化に対応すべく、多岐にわたっています。これだけカバーされたら安心だろうなと思う反面、どれを選択すれば良いのだろう、保障の大きさはどれくらいにしたら良いのだろうと迷う人も少なくありません。

そこで考えないといけないのが、「保険料と保障のバランス」です。当たり前の話ですが、保険は保障が手厚いほど保険料は高額になるので、どこで折り合いをつけるかということですね。その意味で、死亡保険であれば万一のリスクに備えて、個人年金保険であれば老後資金準備として、と比較的目的が絞りやすいのですが、医療保険においては、「とりあえず広く病気やケガに備えて」「でも八大疾病も心配だ」「がんになったら費用がかさむかもしれないし」「できれば入院は個室がいい」など、ありとあらゆるケースを想定しがちです。もちろんそれをすべてカバーするとなれば保険料はバカになりません。

日本では健康保険や共済保険など、社会保障が比較的充実しているので、まずそれでカバーできる分があります。加えて健康保険や共済保険の独自サービスとして付加給付が用意されていることも多く、さらにカバーされる部分が広がります。それでも不足する分が、民間保険や共済保険、貯金など自助努力すべき部分であり、この部分がどれだけ必要かをきちんと見積もることで保険料に大きく影響してくるのです。

■ 図「保障の準備のイメージ」



リスクが高い人はお金がかかる

保険料に影響を及ぼすポイントはまだあります。

これもまた当たり前のことですが、保険料はリスクの高い人ほど高額になります。医療保険においてリスクの高い人とはどのような人でしょう?

- 年齢が高い人の方が若い人よりリスクが高い
- 持病や既往症のある人の方が無い人よりリスクが高い
- 仕事柄、危険が伴う人の方がそうでない仕事に就いている人よりリスクが高い

などがありますが、このうち年齢や仕事はやむを得ません。しかし健康についてはある程度コントロールできるのではないでしょうか。

現在は健康でない人でも加入しやすい医療保険（引受緩和型）が多くあるから、必要であればそれに加入すればいいじゃないかと思っているかもしれませんが、保険料は同条件の一般の医療保険と比べ割高となります。また、あくまで「入りやすい」であって「必ず入れる」とは限りません。さらに加入条件として、病気の人や既往症のある人は該当部位は保険金の対象から外されたり、同条件の通常の保険と比べ、加入後1年間は保障が半分になる、病気になっても保険料払込が免除になる特約がつけられない、特約の種類が少ないといった制約があることにも注意が必要です。

たとえば40歳男性、月払・終身払、入院給付金日額:5,000円、先進医療特約:付加のケースで保険料を見てみると、引受緩和型の医療保険は一般の医療保険の1.5倍から2倍程度となることがわかります。

■ 表1「一般の医療保険と引受緩和型の保険料」（単位:円）

	一般	引受緩和型
A社	2,187	3,460
B社	2,000	4,185
C社	2,985	5,239

入院や手術ということにならなくても、万一に備えること自体、健康であることは何よりお金がかからずに済むのです。

大切なのは定期健診➡早期発見➡早期治療

若い時は健康に何の問題がなかった人でも、歳を重ねるにつれて健康診断で数値が悪くなってきた、要チェック項目が増えてきたなどの心当たりはありませんか?　特に生活習慣に起因するような病気はジワジワと悪化していきますから、日頃から意識していればある程度コントロールできるはずです。

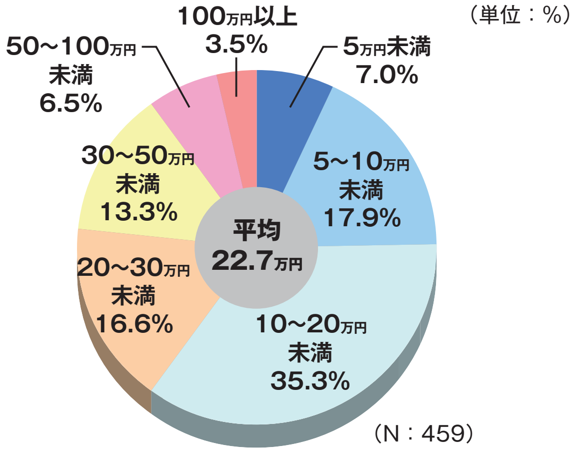
皆さんは毎年定期検診や人間ドックを受診していますか?受診は早期発見をするための方法に過ぎず、その結果前年から変化が見られたものは必要に応じて治療などをすべきです。特に加齢に伴い、血圧やコレステロール値、血糖値が高めになる人は多く、軽度のうちは命に別状はなくとも、放っておくと突然死にもつながりかねません。また命はあっても日常生活にさまざまな制約を余儀なくされるケースも少なくありません。

血圧やコレステロールのコントロールは主に投薬によるものが一般的です。毎日欠かさず飲むのは面倒と思うかもしれませんが、投薬であれば診療代と薬価代だけで済むところ、これがひとたび入院となれば冒頭で述べた社会保障でカバーされる分を除いてもまとまった費用がかかります。

なお継続的に投薬治療が必要な場合は、ジェネリック医薬品を処方してもらえるよう医師に相談すると良いでしょう。また、人間ドックや健康診断は疾病の治療を行うものではないので、基本的には確定申告で医療費控除の対象にはなりませんが、健康診断等の結果、重大な疾病が発見され、かつ、その診断等に引き続きその疾病の治療を行った場合には、その健康診断等は治療に先立って行われる診察と同様に考えることができるので、その健康診断等のための費用も医療費控除の対象になります。

何も起こらない時は検診の手間が面倒、お金がもったいないと思いがちですが、健康であれば、医療費や保険料にかかる費用は少なくて済みますし、もし手間やお金をかけるとしても、病気になってからの治療にかけるくらいなら、予防として支出することを自己投資と考えてみてはいかがでしょうか。

■ 表2「入院時の自己負担費用」



（注1）:過去5年間に入院し、自己負担を支払った人をベースに集計。
（注2）:高額療養費制度を利用した場合は利用後の金額。
（注3）:治療費・食事代・差額ベッド代に加え、交通費（見舞いに来る家族の交通費も含む）や衣類、日用品費などを含み。

出所:生命保険文化センター「生活保障に関する調査」（平成25年度）

郵政福祉の社員援護保険では契約時の健康状態を告知いただいております。慢性疾患をお持ちの方はご契約いただけない場合がございます。いつまでも健康でいられるよう、日頃から自身の健康状態を把握、管理するよう心掛けましょう。