

親の介護を始める時の確認シート

まずは家計・使える制度・家族の分担を1枚で整理

親の氏名		作成日	
主な相談先	例：ケアマネジャー、地域包括支援センター、病院の相談窓口 など		

1 親の収入

毎月または定期的に入るお金を書き出します。

年金	
その他収入	

2 親の固定支出

毎月ほぼ決まって出ていくお金を確認します。

住居費	
光熱費	
通信費	
保険料	
医療費	
その他	

3 介護で増えそうな支出

これから増えそうな費用を、わかる範囲で見積もります。

介護サービス自己負担 (利用者が払う分)	
福祉用具	
おむつ	
配食	
通院交通費	
家族の移動費	
その他	

4 使えるような制度

「あとで聞こう」で漏れやすい項目です。確認先も一緒にメモしておきます。

項目	確認先	メモ
介護保険の自己負担割合確認	例：市区町村、ケアマネ	
支給限度額の確認	例：ケアマネ、市区町村	
高額介護サービス費の対象確認	例：市区町村、ケアマネ	
医療費控除の対象確認	例：病院、税務相談	
おむつ代の証明書確認	例：病院、市区町村	

5 家族の役割分担

無理のない分担にするため、担当と連絡先を決めておきます。

役割	担当者	連絡先	メモ
相談窓口担当			
お金の管理確認			
通院付き添い			

きょうだい連絡			
---------	--	--	--

※まずはわかる範囲で記入し、空欄はあとで確認すれば大丈夫です。