

【情報解禁】2026年6月1日（月） 15:30  
※指定時間前の外部への転送・公開はご遠慮ください。

人生に、  
大切なことを、  
わかりやすく。



## 親の入院・通院・介護に伴う子の負担実態調査

～親が準備していた・準備されていてよかったこと第1位は  
共に「保険への加入」。万が一に備える保険の必要性～

ライフネット生命保険株式会社

問い合わせ先：  
[PR@lifenet-seimei.co.jp](mailto:PR@lifenet-seimei.co.jp)

- 調査タイトル：親の入院・通院・介護に伴う子の負担実態調査
  - 調査対象：3年以内に親（義理の親も含む）の入院・通院・介護のいずれかにおいて、自身に金銭的負担または時間的負担が発生した30～69歳の男女824人（有効回答数）
  - 調査期間：2026年4月2日（木）～4月3日（金）
  - 調査方法：インターネットリサーチ
  - 調査地域：全国
  - 調査委託先：株式会社マクロミル
- ※構成比は小数点以下を四捨五入しています。統計表中の数字は、四捨五入による端数を調整していないため、内訳と計は必ずしも一致しません。

## 報道関係者さまへのお願い

本リリース内容の引用・転載にあたりましては、必ずクレジットとして「親の入院・通院・介護に伴う子の負担実態調査」（ライフネット生命調べ）を明記いただきますようお願い申し上げます。また、ネットメディアでご使用いただく場合は、[https://www.lifenet-seimei.co.jp/newsrelease/1190864\\_1707.html](https://www.lifenet-seimei.co.jp/newsrelease/1190864_1707.html) へのリンク設定をお願いいたします。

※当資料の第三者への転送・共有はご遠慮ください。

## ■ 入院・通院・介護に対する親世代の事前の備えについて (P.3)

- ・親が準備していたもの
- ・親の貯蓄把握状況
- ・親の経済的な備えについて
- ・事前の備えに関するフリーコメント

## ■ 親の支援のためのお金と時間の実態について (P.8)

- ・家計への負担の対応方法
- ・子世代が負担した金額、子世代が費用を負担したもの
- ・親の入院・通院・介護に使っていた日数（1ヶ月あたり）、子世代が対応したもの

## ■ 子世代の葛藤について (P.14)

- ・仕事への影響
- ・親の入院・通院・介護の際に苦勞したこと
- ・親の入院・通院・介護による自身への影響
- ・職場や子どもについてのフリーコメント

## ■ 備えの重要性と子世代の意識の変化について (P.20)

- ・「準備されていてよかった」と思うもの
- ・親に備えておいてほしかったこと
- ・親に備えておいてほしかった保険
- ・支援経験を経て子世代が感じた自身の老後への意識の変化（フリーコメント）

## ■ 入院・通院・介護に対する親世代の事前の備えについて (P.3)

- ・親が準備していたもの
- ・親の貯蓄把握状況
- ・親の経済的な備えについて
- ・事前の備えに関するフリーコメント

## ■ 親の支援のためのお金と時間の実態について (P.8)

- ・家計への負担の対応方法
- ・子世代が負担した金額、子世代が費用を負担したもの
- ・親の入院・通院・介護に使っていた日数（1ヶ月あたり）、子世代が対応したもの

## ■ 子世代の葛藤について (P.14)

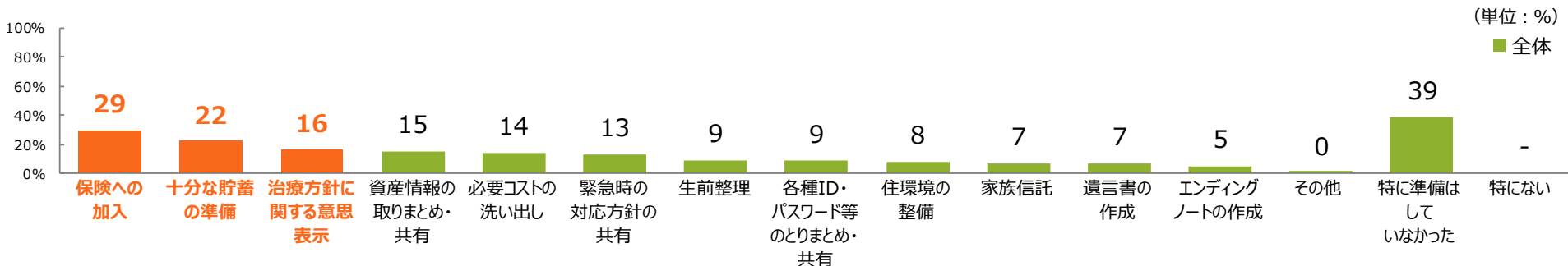
- ・仕事への影響
- ・親の入院・通院・介護の際に苦勞したこと
- ・親の入院・通院・介護による自身への影響
- ・職場や子どもについてのフリーコメント

## ■ 備えの重要性と子世代の意識の変化について (P.20)

- ・「準備されていてよかった」と思うもの
- ・親に備えておいてほしかったこと
- ・親に備えておいてほしかった保険
- ・支援経験を経て子世代が感じた自身の老後への意識の変化（フリーコメント）

- 入院・通院・介護に対する親の準備状況について、39%が「特に準備はしていなかった」と回答。

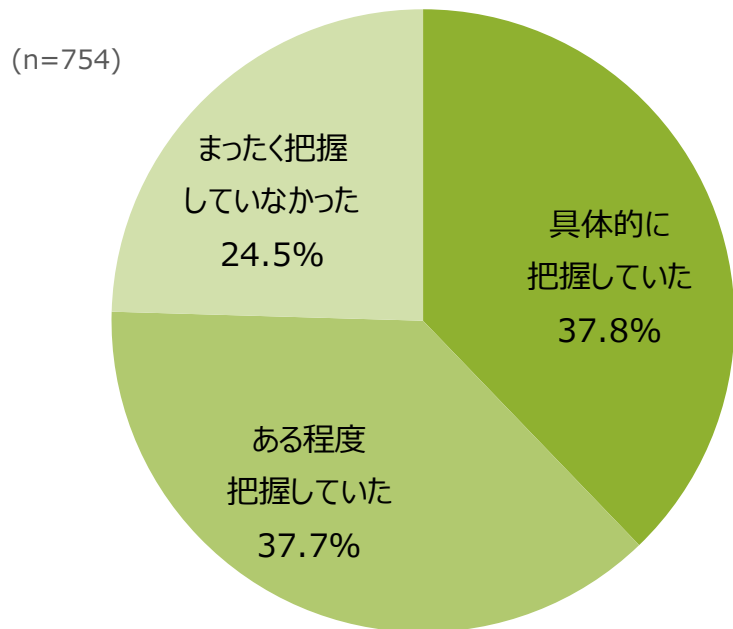
あなたの親御さま（義理も含む）が、入院・通院・介護に備えて準備を行っていたものは何ですか。（いくつでも）（n=824）



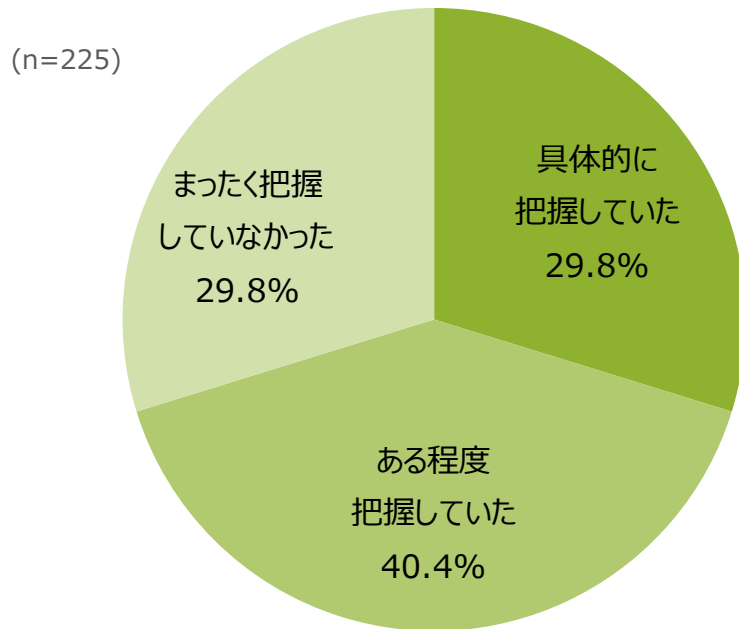
- 実の親の貯蓄を「まったく把握していなかった」と回答した人は25%（n=754）、義理の親については30%（n=225）。

あなたの親御さま（義理も含む）が、入院・通院・介護が必要となった時、あなたは親御さまの金融資産（貯蓄）についてどのくらい把握していましたか。

実の親



義理の親

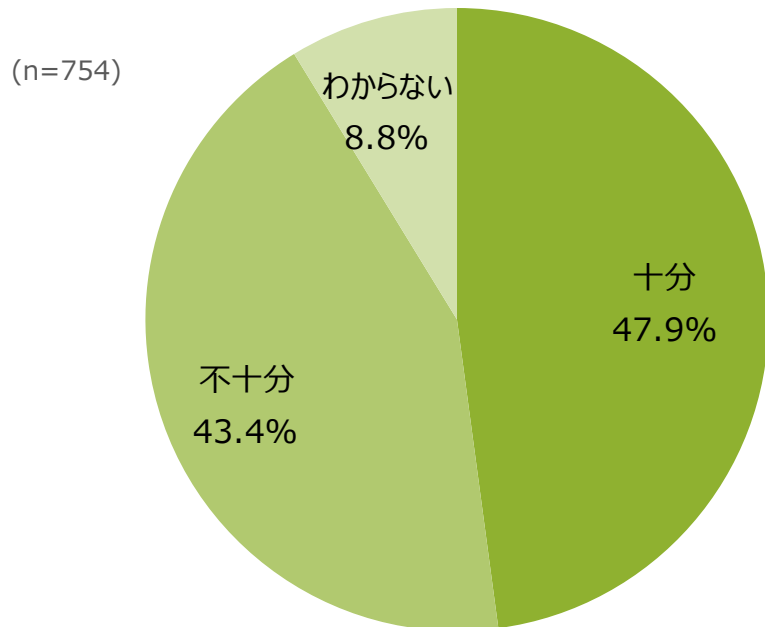


# 親の経済的な備えについて

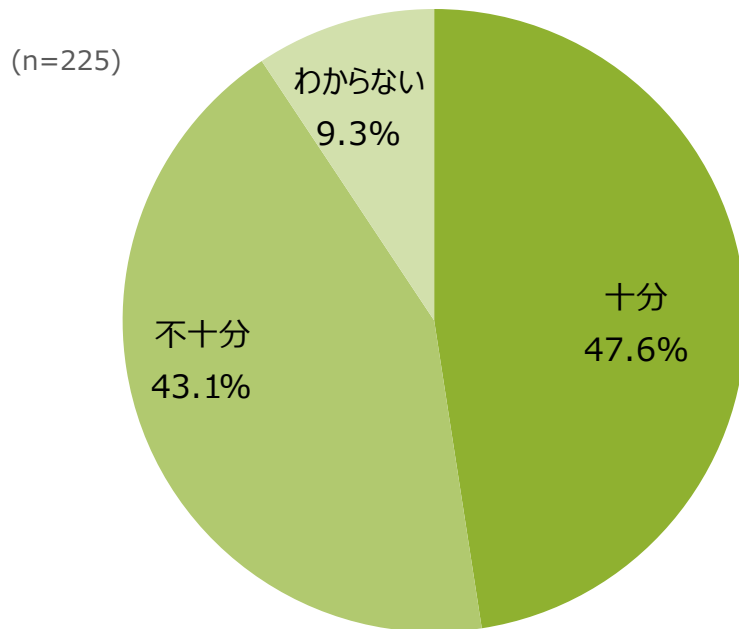
- 実の親（n=754）、義理の親（n=225）ともに経済的な備えが「不十分だった」と感じた人は43%に達する。

あなたの親御さま（義理も含む）が、入院・通院・介護が必要となった時、  
親御さまの経済的な備えは十分であったと思いますか。

実の親



義理の親



※十分：「十分」+「どちらかというと十分」／不十分：「どちらかというと不十分」+「不十分」のスコアを使用

年代・性別	コメント
30代男性	<b>金銭的な準備不足を痛感</b> しました。老後の貯蓄に対して、切迫感を持って行動しています。
30代女性	<b>母は貯蓄がほぼ無かったため、医療費・入院費・交通費、退院後の医療費などもすべて私が支払った。</b> 見舞いや付き添いに関しては仕方ないと思っているが、金銭的負担がかなり大きく、正直辛かった。
40代男性	骨折で入院したのが初めての経験だったので、 <b>具体的な費用や保険の加入状況を親が把握していなかった</b> のが精神的に辛かったです。
40代女性	<b>両親が思っていた以上に貯蓄がなく</b> 今後の医療費や介護等に必要なお金、生活費にも不安を感じざるを得なかった。こちらがどれくらいサポートしなければならないのか負担に思った。
40代女性	介護は突然やってくるものだということを実感した。資産や保険などの情報はなかなか自分たちから言い出しにくい、 <b>元気なうちに共有しておくことが大切</b> だと思った。
60代男性	とりあえず銀行口座・証券口座などのリスト及びID/パスワード管理はまとめておかないと <b>急な入院などの際には周囲が困る</b> 。

※アンケート回答者による見解・感想です。当社が内容の正確性について保証するものではありません。

## ■ 入院・通院・介護に対する親世代の事前の備えについて (P.3)

- ・親が準備していたもの
- ・親の貯蓄把握状況
- ・親の経済的な備えについて
- ・事前の備えに関するフリーコメント

## ■ 親を支援するためのお金と時間の実態について (P.8)

- ・家計への負担の対応方法
- ・子世代が負担した金額、子世代が費用を負担したもの
- ・親の入院・通院・介護に使っていた日数（1ヶ月あたり）、子世代が対応したもの

## ■ 子世代の葛藤について (P.14)

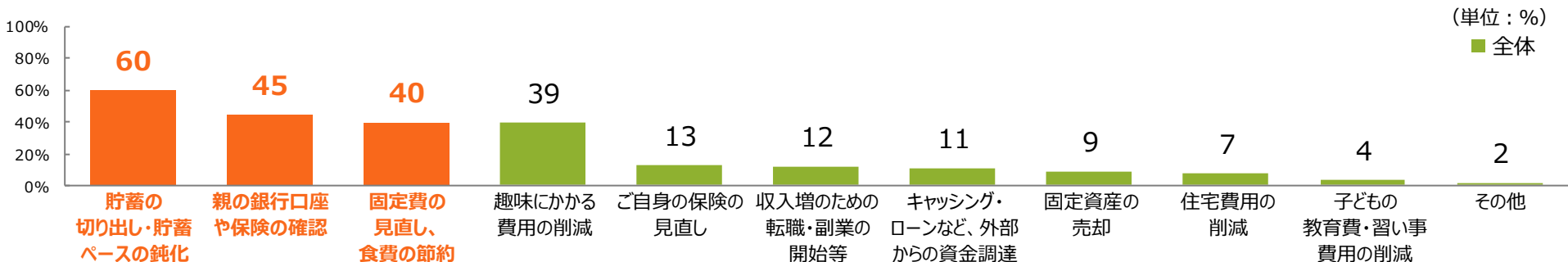
- ・仕事への影響
- ・親の入院・通院・介護の際に苦勞したこと
- ・親の入院・通院・介護による自身への影響
- ・職場や子どもについてのフリーコメント

## ■ 備えの重要性と子世代の意識の変化について (P.20)

- ・「準備されていてよかった」と思うもの
- ・親に備えておいてほしかったこと
- ・親に備えておいてほしかった保険
- ・支援経験を経て子世代が感じた自身の老後への意識の変化（フリーコメント）

- 親の入院・通院・介護の支援により、自身の家計に影響があったと回答した人（n=225）のお金の捻出方法は「自身の貯蓄の切り出し・貯蓄ペースの鈍化（60%）」。
- 親自身の備えがないことで、子世代が貯蓄を削る結果に。**

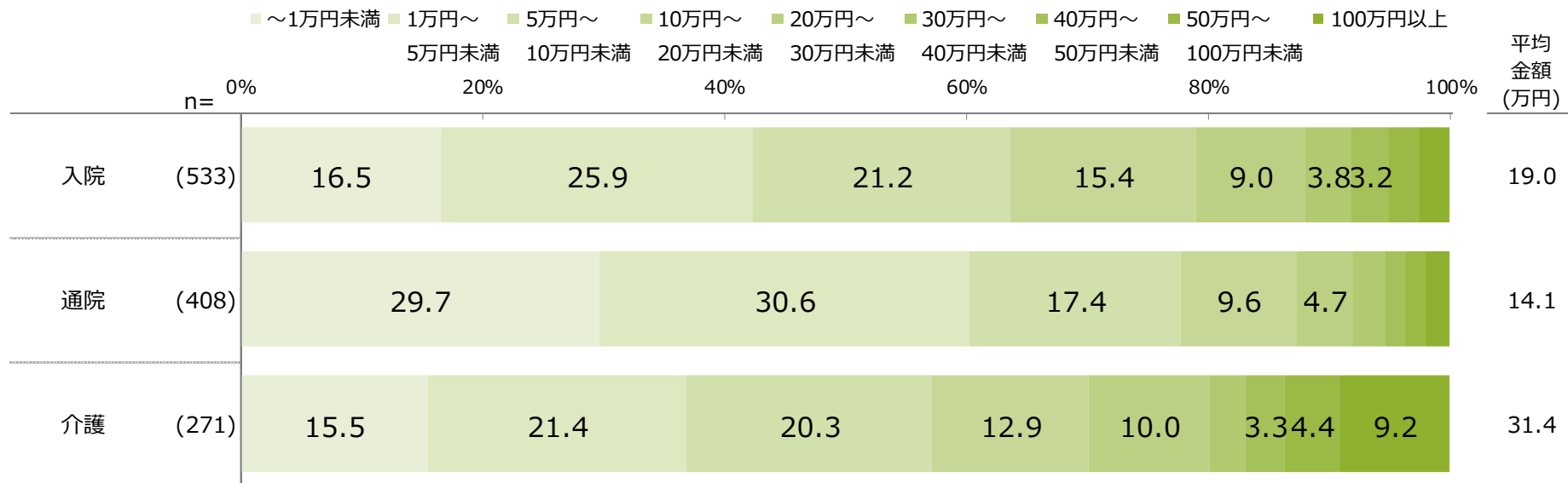
「ご自身の家計への影響があった」と回答した方に伺います。  
金銭的な負担にどのように対応しましたか。（いくつでも）（n=225）



# 子世代が負担した金額

- 支援にあたり、子世代が負担した金額の平均は、入院で19万円、介護では31万円にのぼる。
- 介護の場合は支援経験者の9%が100万円以上の負担をしており、状況によっては大きな支出になりうる事がわかる。

親御さま（義理も含む）の入院・通院・介護に伴って、  
あなたご自身が負担したおおよその総額を教えてください。

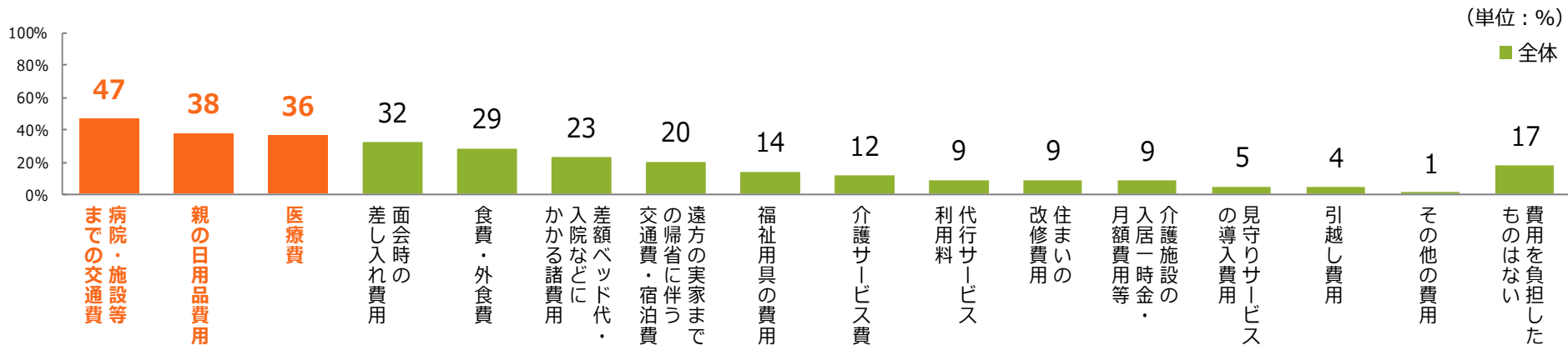


※3.0%未満のスコアは非表示

# 子世代が費用を負担したものの

- 支援にあたり、子世代が費用を負担したものは「交通費（47%）」「親の日用品費用（38%）」「医療費（36%）」と続く。
- 多岐にわたり費用負担が発生していることがわかる。

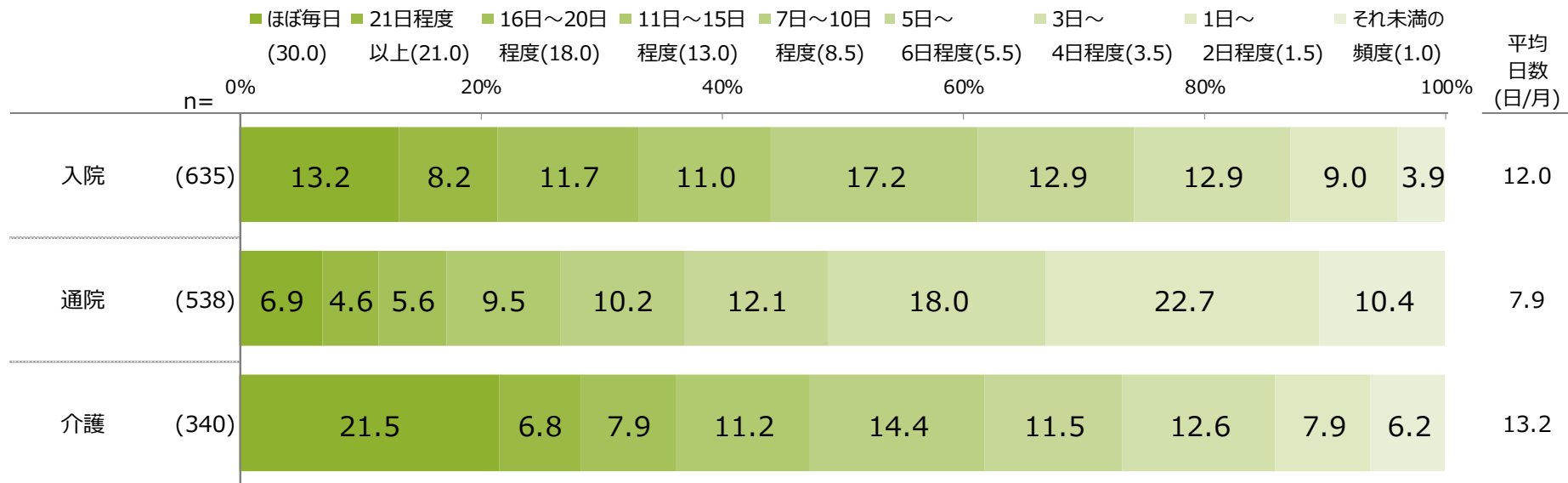
親御さま（義理も含む）の入院・通院・介護に伴って、  
あなたご自身が費用を負担したものを教えてください。（いくつでも）



# 親の入院・通院・介護に使っていた日数（1ヶ月あたり）

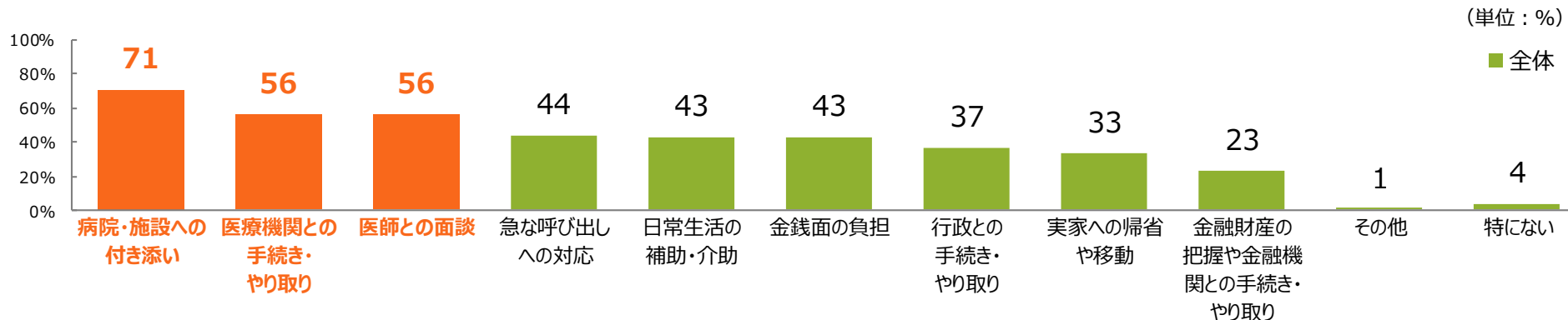
- 最も負担が大きかった時の1ヶ月あたりの支援日数は、入院では7～10日（17%）、通院では1～2日（23%）、中でも介護の場合は、「ほぼ毎日」が22%と最も多く、時間の負担も大きくなることわかる。

親御さま（義理も含む）の入院・通院・介護について、  
あなたご自身の負担が最も大きかった時、1ヶ月あたり何日程度使っていましたか。



- 親の支援にあたり対応したものは、「病院・施設への付き添い（71%）」「医療機関との手続き・やり取り（56%）」「医師との面談（56%）」と続く。
- 時間を拘束するものが多く、子世代の自由時間や家族と過ごす時間を削る要因となっていることがうかがえる。

親御さま（義理も含む）の入院・通院・介護に伴って、  
あなたご自身が対応したものをお答えください。（いくつでも）



## ■ 入院・通院・介護に対する親世代の事前の備えについて (P.3)

- ・親が準備していたもの
- ・親の貯蓄把握状況
- ・親の経済的な備えについて
- ・事前の備えに関するフリーコメント

## ■ 親の支援のためのお金と時間の実態について (P.8)

- ・家計への負担の対応方法
- ・子世代が負担した金額、子世代が費用を負担したもの
- ・親の入院・通院・介護に使っていた日数（1ヶ月あたり）、子世代が対応したもの

## ■ 子世代の葛藤について (P.14)

- ・仕事への影響
- ・親の入院・通院・介護の際に苦勞したこと
- ・親の入院・通院・介護による自身への影響
- ・職場や子どもについてのフリーコメント

## ■ 備えの重要性と子世代の意識の変化について (P.20)

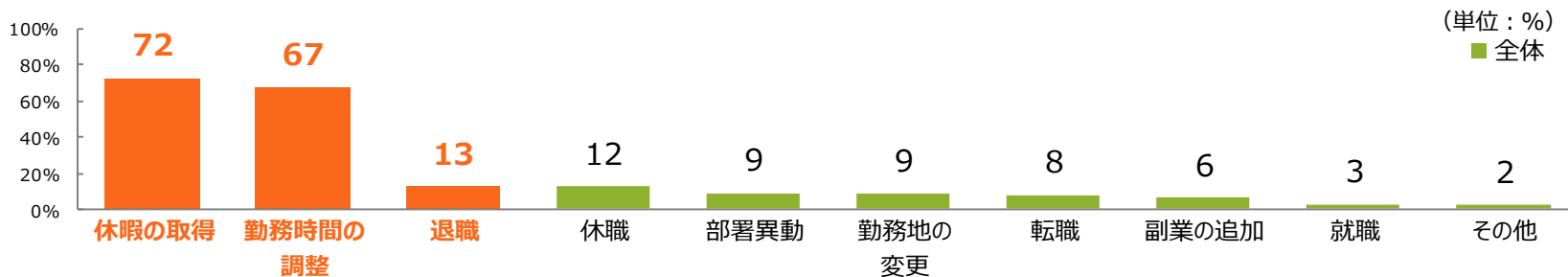
- ・「準備されていてよかった」と思うもの
- ・親に備えておいてほしかったこと
- ・親に備えておいてほしかった保険
- ・支援経験を経て子世代が感じた自身の老後への意識の変化（フリーコメント）

- 親の入院・通院・介護により、自身または家族の仕事に影響があった方にその具体的な内容を聞いたところ、「休暇の取得（72%）」「勤務時間の調整（67%）」が突出（n=276）。
- 介護経験者（n=118）においては18%が「退職」を選択し、深刻な介護離職が浮き彫りに。

「ご自身、またはご家族の仕事へ影響があった」と回答した方に伺います。  
どのような影響がありましたか。（いくつでも）

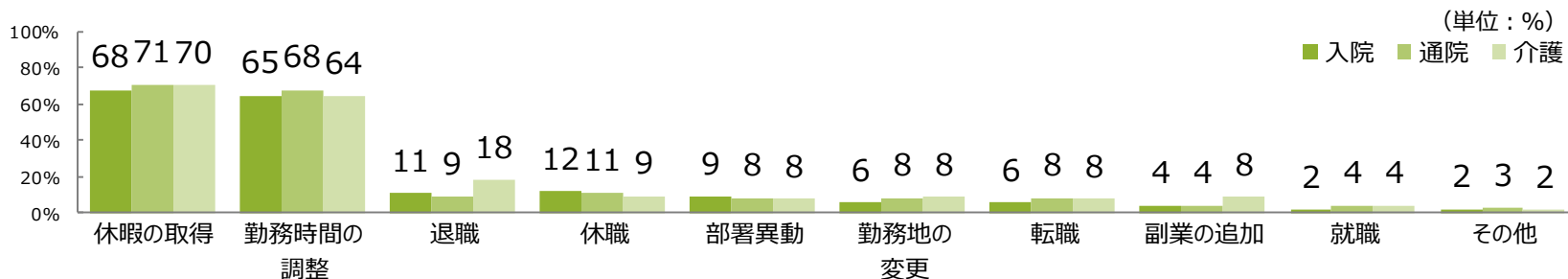
## 全体

(n=276)



## 項目別

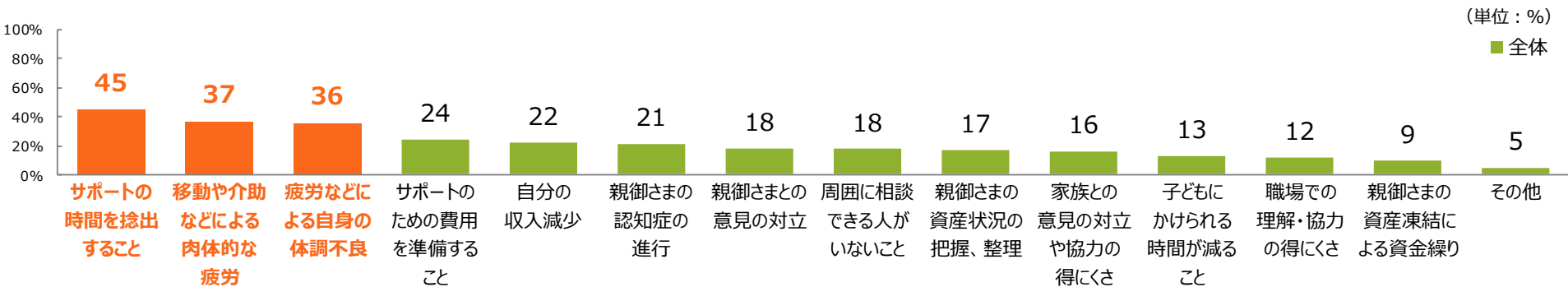
入院 (n=199)  
通院 (n=146)  
介護 (n=118)



# 親の入院・通院・介護の際に苦労したこと

- 親の入院・通院・介護の支援にあたって苦労したことは「サポートの時間を捻出すること（45%）」「移動や介助などによる肉体的疲労（37%）」「疲労などによる体調不良（36%）」

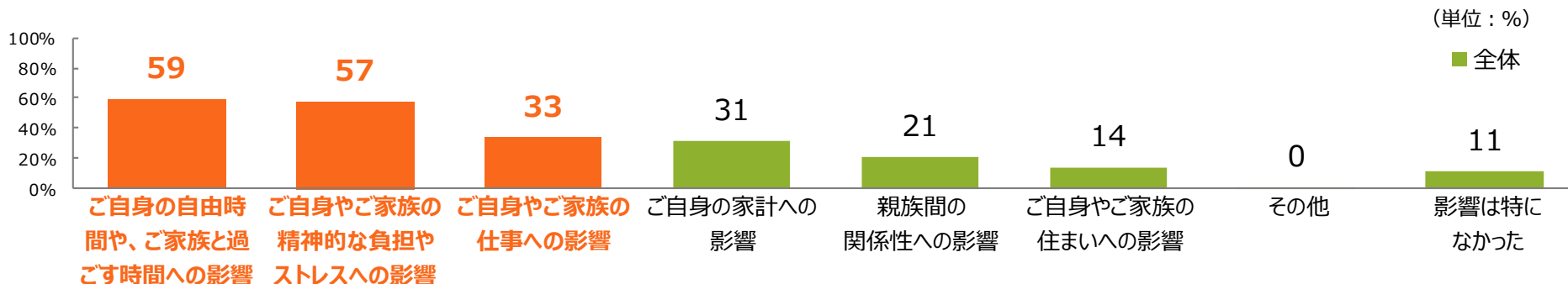
親御さま（義理も含む）の入院・通院・介護を行う上で、あなたが苦労したことをお答えください。（いくつでも）（n=824）



# 親の入院・通院・介護による自身への影響

- 親の入院・通院・介護の支援をした際の自身や家族への生活への影響は「自由時間や家族と過ごす時間への影響（59%）」「精神的な負担やストレス（57%）」が上位。
- 親の支援にあたり、自身や家族の生活に影響がなかった人はわずか11%にとどまる。

あなたの親御さま（義理も含む）が、入院・通院・介護が必要となった時に、あなたご自身やあなたのご家族の生活にはどのような影響がありましたか。（いくつでも）（n=824）



年代・性別	コメント
30代男性	フルタイムで働きながら、急な通院の付き添いや入院対応に追われ、 <b>職場への申し訳なさと親への義務感の間で常に葛藤していました。自分の時間が全く取れず、精神的に余裕がなくなったことが一番辛かった</b> です。
30代男性	通院に関して、親は車の免許を持ち合わせておらず、住んでいる地域も田舎で交通の面でフォローする機会が多かった。その結果、 <b>月に数回仕事を休まなければいけない場面があり有給を取るにしてもなかなか理解を得るのが難しかった</b> 。
30代女性	自分にもまだ小さい子どもがいる中、親の通院ということで、精神的、肉体的負担が本当にすごかった。 <b>子どもも親もどちらも大事だから、手を抜く時にとっても葛藤があった</b> 。
30代女性	子どもが小さかったが私以外に見てくれる人がいなかったので親の病院に行く時は一緒に行くしかなく、 <b>病棟内は子どもは入っちゃいけなかった</b> ので車で待たせるのが辛かった。次の日も学校があるのに遅い時間まで付き合わせてしまったこともある。
40代女性	愛情や感謝があるので、介護などをする事自体はいいのですが、 <b>自分がこれまでの人生でほとんどの力を注いできた仕事をあきらめる、あるいは少なくとも中断しなければならないことが一番しんどい</b> です。

年代・性別	コメント
40代女性	他に介護ができる家族がいなかったため、私が引き取って父の介護をしましたが、まだ <b>私の子ども達も幼かったため、育児と介護と仕事とすべてをこなさなければいけない</b> 毎日で、とても大変でした。介護や育児に理解のない職場は早々に辞め、より介護や育児がしやすい環境を求めて、2回ほど転職しました。
60代男性	毎日のように病院に面会に行ったため、 <b>仕事中に抜け出すことにストレスがあった。</b>
60代女性	車で片道1時間以上かけて、毎週末土日に病院に見舞いに行っていました。 <b>平日はフルタイムで仕事をしているため、自分の時間を全く取ることができず、心身ともに疲弊して</b> しまう生活が続きました。

※アンケート回答者による見解・感想です。当社が内容の正確性について保証するものではありません。

## ■ 入院・通院・介護に対する親世代の事前の備えについて (P.3)

- ・親が準備していたもの
- ・親の貯蓄把握状況
- ・親の経済的な備えについて
- ・事前の備えに関するフリーコメント

## ■ 親の支援のためのお金と時間の実態について (P.8)

- ・家計への負担の対応方法
- ・子世代が負担した金額、子世代が費用を負担したもの
- ・親の入院・通院・介護に使っていた日数（1ヶ月あたり）、子世代が対応したもの

## ■ 子世代の葛藤について (P.14)

- ・仕事への影響
- ・親の入院・通院・介護の際に苦勞したこと
- ・親の入院・通院・介護による自身への影響
- ・職場や子どもについてのフリーコメント

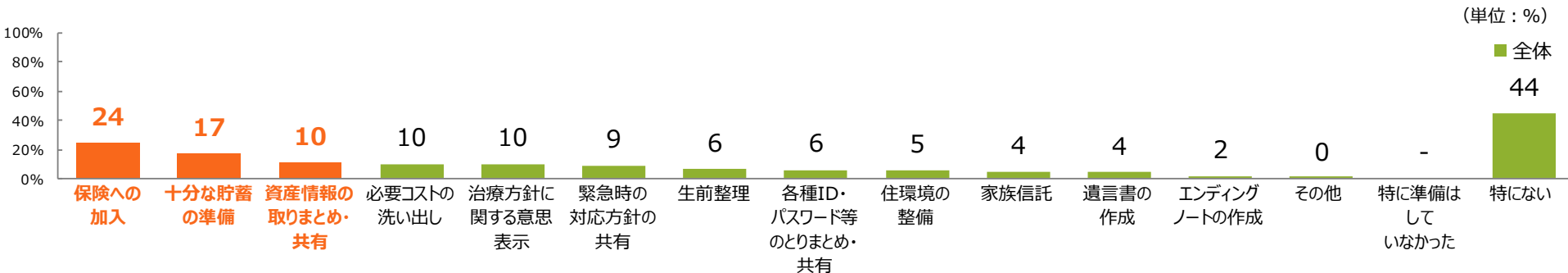
## ■ 備えの重要性と子世代の意識の変化について (P.20)

- ・「準備されていてよかった」と思うもの
- ・親に備えておいてほしかったこと
- ・親に備えておいてほしかった保険
- ・支援経験を経て子世代が感じた自身の老後への意識の変化（フリーコメント）

# 「準備されていてよかった」と思うもの

- 親が準備していたもの、子世代が思う準備されていてよかったものはそれぞれ「保険への加入」がトップ。
- 子世代の負担軽減のために、親世代は保険を一つの手段として検討してほしい。  
※「親が準備していたもの」の調査結果はP.4を参照。

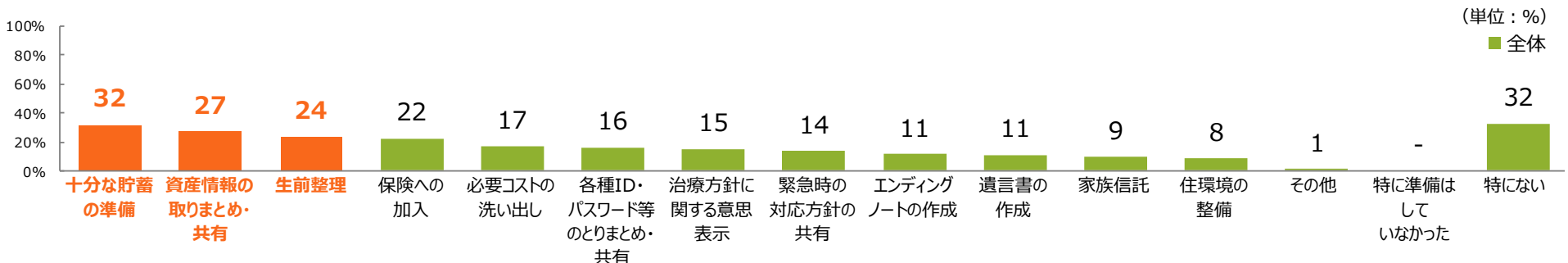
あなたの親御さま（義理も含む）が、入院・通院・介護に備えて準備を行っていたものの中で、あなたが「準備されていてよかった」と思うものはありますか。（いくつでも）（n=824）



# 親に備えておいてほしかったこと

- 親に備えてほしかったことは「十分な貯蓄の準備（32%）」「資産情報のとりまとめ・共有（27%）」「生前整理（24%）」「保険への加入（22%）」が続く。

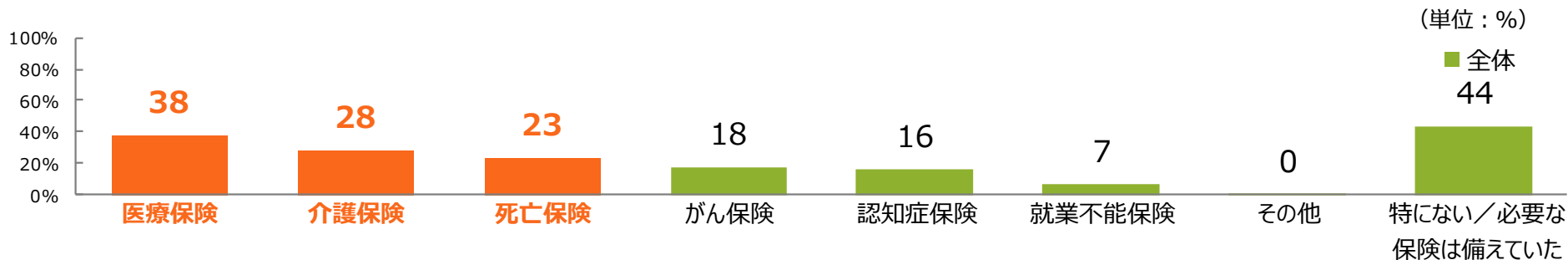
あなたの親御さま（義理も含む）に備えておいてほしかったことは何ですか。（いくつでも）（n=824）



# 親に備えておいてほしかった保険

- 親に備えてほしかった保険は「医療保険（38%）」「介護保険（28%）」「死亡保険（23%）」と続く。

あなたの親御さま（義理も含む）に、もし保険で備えるとしたら  
備えておいてほしかった保険をお答えください。（いくつでも）（n=824）



# 支援経験を経て子世代が感じた自身の老後への意識の変化（フリーコメント）

年代・性別	コメント
30代男性	親の入院や介護を経験して、 <b>自分の老後についても誰かに迷惑をかけずに生活したいと強く意識</b> するようになりました。具体的には、 <b>貯蓄や保険の見直し、介護サービスの情報収集、生活環境のバリアフリー化</b> など、早めの準備を心がけるようになりました。
30代女性	親の介護にかかる費用や手続きを実際に経験したことで、「 <b>老後は予期せぬ出費が多い</b> 」ということを感じました。子どもに金銭的な負担をかけないよう、これまで以上に <b>計画的な資産運用や老後のための貯蓄</b> を早めに始めるべきだという意識が非常に強くなりました。また、自分に万が一のことがあった際の公的制度や保険についても、詳しく調べておく必要があると感じています。
40代男性	介護が必要にならないように、改めて <b>自分の健康管理をしっかりとろうと思った</b> 。 <b>自分の現在の財産状況について、家族にある程度共有できるようにした</b> 。意思疎通が難しくなった場合や死亡した場合に必要な手続き、デジタルデータなどの取扱いについて、家族に伝えた。
40代男性	加入している保険やカードの暗証番号など <b>エンディングノート</b> を準備しておくべきだと思った。必要になってから準備するのでは遅く、早めにするべき事だと感じた。
40代男性	健康でいることの大切さはもちろんだが、それ以上に「 <b>万が一</b> 」に備える準備の重要性を強く感じた。医療費や介護費用に備えた貯蓄や保険の見直しを意識するようになり、将来家族に過度な負担をかけないためにはどうすべきかを考えるようになった。また、 <b>身体だけでなく心の準備も必要だと感じ、孤立しないための人とのつながりや、生活の質を保つ工夫にも目を向けるようになった</b> 。

# 支援経験を経て子世代が感じた自身の老後への意識の変化（フリーコメント）

年代・性別	コメント
40代女性	急に何が起こるか分からないと思い知らされ、 <b>夫に新たに医療保険に加入してもらった</b> 。私自身は病歴があるため保険の見直しなどはできなかったが、自分の身の回りの整理、パスワードなどの管理などをした。
40代女性	<b>子どもには迷惑をかけたくないと改めて強く思った</b> 。自己完結できるよう老後の貯蓄を真剣に考え準備を始めた。家の中の断捨離を始めた。認知症保険の検討を始めた。銀行の種類を減らしクレジットカードも減らした。
50代女性	<b>資産の共有化やエンディングノートの準備</b> など、人に迷惑をかけないように出来るだけ、何でも自分でしておこうと思った。
60代男性	<b>子どもに葬儀費用を残しておいた方が良い</b> と思った。また、時期が来れば預貯金の公開、各種クレジットカードなどのIDとPWの引き続きなどもしておいた方が良い。
60代男性	自分と義理の親の介護を同時期にやらなければならなくなったときに感じたのは、 <b>本当にお金がかかる</b> なあとということでした。この出来事を教訓にして、趣味にかかる費用を削ってでも <b>介護や病気にかかる費用を持っておくべき</b> と感じました。
60代女性	そろそろ自分のエンディングノートを準備しようと思います。また、子どもに負担をかけないように、まだ具体的ではありませんが、 <b>保険の見直し、追加なども考えています</b> 。

※アンケート回答者による見解・感想です。当社が内容の正確性について保証するものではありません。

本リリース内容の引用・転載にあたりましては、必ずクレジットとして“「親の入院・通院・介護に伴う子の負担実態調査」（ライフネット生命調べ）”を明記いただきますようお願い申し上げます。

また、ネットメディアでご使用いただく場合は、

[https://www.lifenet-seimei.co.jp/newsrelease/1190864\\_1707.html](https://www.lifenet-seimei.co.jp/newsrelease/1190864_1707.html) へのリンク設定をお願いいたします。

※当資料の第三者への転送・共有はご遠慮ください。