



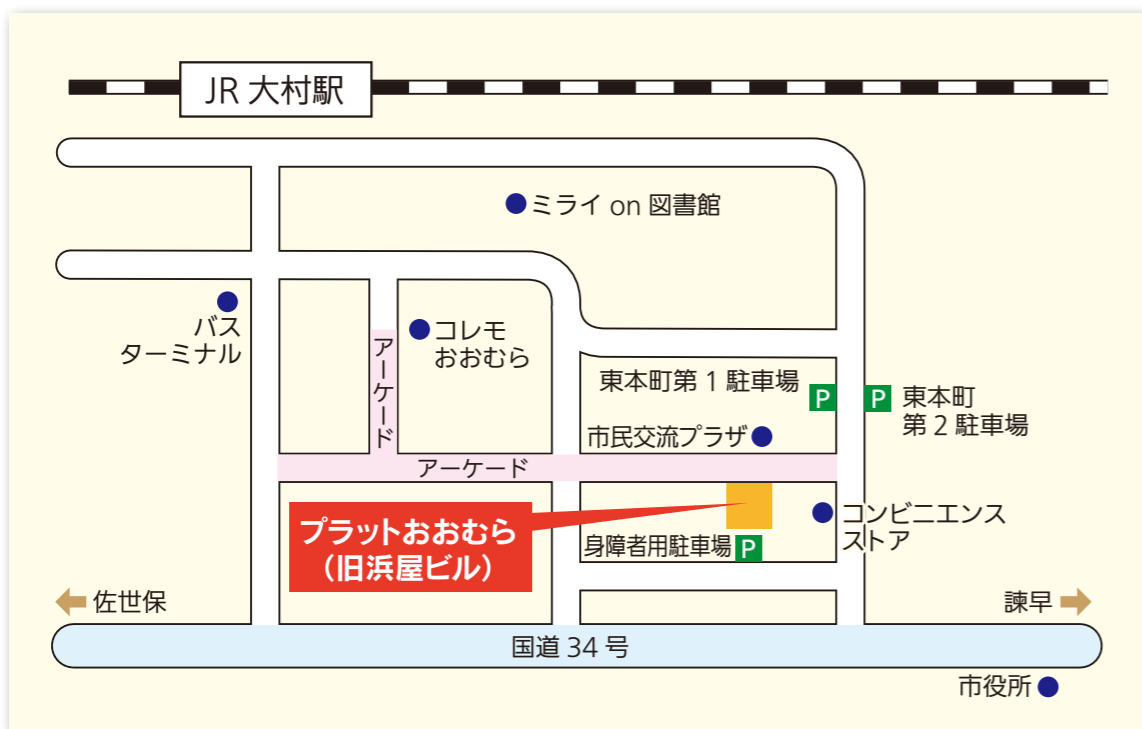
介護保険は「予防」と「安心」で暮らしを支える制度です

みんなのあんしん 介護保険

わかりやすい利用の手引



大村市



お問合せ先

〒856-0832 大村市本町458番地2 プラットおおむら 2階

長寿介護課 **20-7301**

地域包括支援センター **53-8141**

その他関係機関

関係機関名	電話番号
大村市社会福祉協議会	53-1351
大村市民生委員児童委員協議会連合会	47-5950
大村市老人クラブ連合会	53-6010
大村市シルバー人材センター	52-5225
在宅医療サポートセンター「まちなか保健室」	20-7115
大村地域歯科医療連携室「お口の健康相談室」	56-8555

介護保険は高齢者の暮らしを 社会みんなで支えるしくみです

40歳以上の方は、介護保険に加入し、決められた保険料を納めています。その保険料や税金を財源とし、介護が必要な方は、費用の一部を負担することでさまざまな介護保険サービスを受けられます。

介護保険は、介護が必要になっても高齢者が地域で安心して暮らしていただけることを目指すとともに、できる限り自立した生活を送れるよう支援します。

本書は、介護保険で受けられるサービスや利用のしかたを説明しています。一日一日をより充実したものにさせていただくためにも、ぜひ本書をご活用ください。

！ 令和3年度の介護保険制度改正のポイント

【介護保険サービスに関する主な変更点】

- 介護予防・生活支援サービス事業の利用者が要介護1～5になった場合、本人が希望し、市区町村に認められれば、引き続きサービスの利用が可能に(令和3年4月から) ▶ 35ページ

【介護保険サービスの費用・保険料に関する主な変更点】

- 介護保険サービスを利用した際にかかる費用の変更(令和3年4月から) ▶ 11～28ページ
- 高額介護サービス費の限度額等の変更(令和3年8月から) ▶ 12ページ
- 特定入所者介護サービス費の支給要件等の変更(令和3年8月から) ▶ 27ページ
- 介護保険料の変更(令和3年4月から) ▶ 41ページ

※税制が改正され、給与所得控除と公的年金等控除がそれぞれ10万円引き下げられ、基礎控除が10万円引き上げられました。

介護保険制度においては、合計所得金額等が調整され、この税制改正による影響で「介護保険サービスの自己負担割合」、「高額介護サービス費」、「特定入所者介護サービス費」、「介護保険料」などについて負担が増えてしまうことはありません。

今後の制度改正等により、内容の一部が変更になる場合があります。

もくじ

介護保険制度のしくみ	1
住み慣れた地域でいつまでも元気に	1
サービス利用の手順	3
要介護認定の流れ	3
サービス利用の流れ	7
費用の支払	10
自己負担限度額と負担の軽減	10
サービスの種類と費用	14
介護保険サービスの種類	14
①自宅を中心に利用するサービス	16
②介護保険施設で受けるサービス	27
福祉用具貸与・購入、住宅改修	29
生活環境を整えるサービス	29
地域支援事業	33
地域包括支援センターのご案内	33
介護予防・日常生活支援総合事業～自分らしい生活を続けるために～	34
介護保険料の決まり方・納め方	41
社会全体で介護保険を支えています	41

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

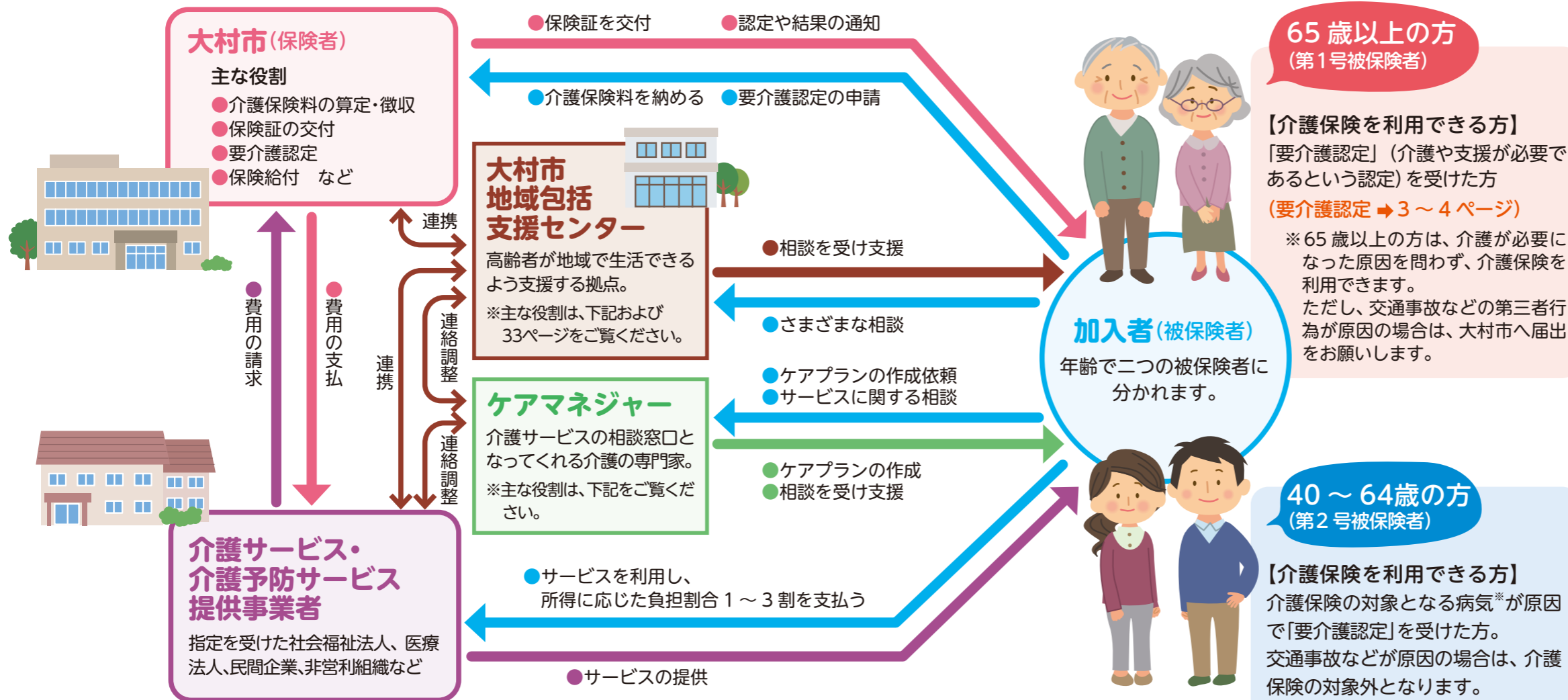
地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方



住み慣れた地域でいつまでも元気に

介護保険は、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための制度です。40歳以上の皆さんが加入者（被保険者）となり、保険料を納め、必要になります。大切に保管しましょう。



介護保険の保険証

介護保険のサービスを利用するときなどに必要になります。大切に保管しましょう。

65歳以上の方は
 65歳になる月までに全員に交付されます。

40～64歳の方は
 認定を受けた方に交付されます。

- 【保険証が必要なとき】**
- 要介護認定を申請(更新)するとき
 - ケアプランを作成するとき
 - 介護保険サービスを利用するとき など

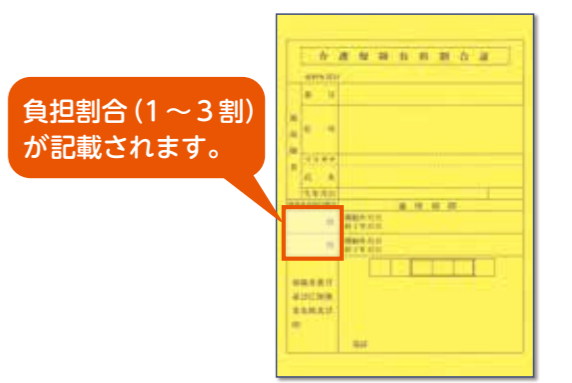


負担割合証

要介護認定を受けた方、介護予防・生活支援サービス事業対象者には、負担割合(1～3割)を示す「介護保険負担割合証」が交付されます。

※負担割合に関して、詳しくは10ページをご覧ください。

- 【負担割合証が必要なとき】**
- 介護保険サービス等を利用するとき
- 【有効期限】** 1年間(8月1日～翌年7月31日)



負担割合(1～3割)が記載されます。

「地域包括支援センター」とは？

地域包括支援センターは、地域の高齢者の総合相談窓口です。
 →詳しくは33ページをご覧ください。

【主にどんなことをするの？】

- 高齢者や家族、地域住民からの介護や福祉に関する相談への対応、支援
- 介護予防ケアプランの作成、介護予防事業のマネジメント
- 高齢者に対する虐待の防止、その他の権利擁護事業 など

「ケアマネジャー」とはどんな人？

ケアマネジャーは、利用者の希望や心身の状態にあったサービスが利用できるように導いてくれる介護サービスの窓口役です。

【ケアマネジャーの役割】

- 要介護認定の申請代行 ●ケアプランの作成
- 介護サービス事業者との連絡調整
- サービスの再評価とサービス計画の練り直し など

ケアマネジャーは、正式には介護支援専門員といい「居宅介護支援事業者」等に所属しています。



介護保険制度のしくみ

サービスの利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決め方

要介護認定の流れ

介護サービス、介護予防サービスを利用するには「要介護認定」の申請をし、介護や支援が必要であると認定を受ける必要があります。

※要介護認定は、事業対象者となったあとでも申請できます。

「要介護認定」とは、どれくらい介護サービスが必要かなどを判断するための審査です。



① 申請する

申請の窓口は大村市長寿介護課です。申請は、本人のほか家族でもできます。また、成年後見人、大村市地域包括支援センター、省令で定められた居宅介護支援事業者、介護保険施設などに代行してもらうこともできます。



申請に必要なもの

- 申請書**
市の窓口および市のホームページで入手できます。申請書には主治医の氏名・医療機関名・所在地・電話番号を記入する欄があります。かかりつけの医師がいる方は、確認しておきましょう。
- 介護保険の保険証**
40～64歳の方は健康保険の保険証が必要です。
- 認印**
本人以外の方が申請する場合に必要です。

任意で提出してもらうもの

- 「主治医意見書作成用」問診票



② 要介護認定

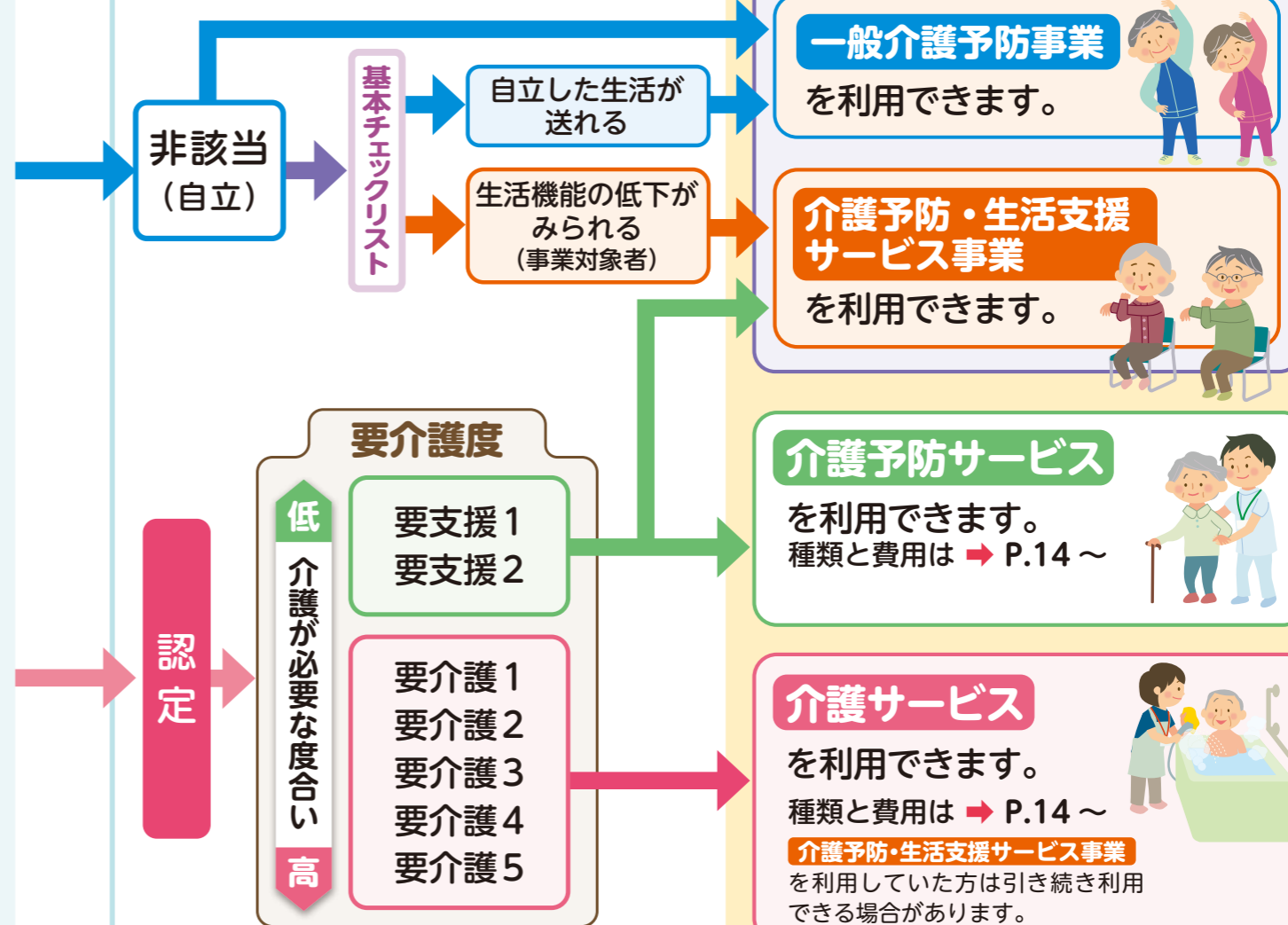
申請をすると、訪問調査のあとに公平な審査・判定が行われ、介護や支援が必要な度合い（要介護度）が決まります。

- **訪問調査**
市の担当職員などが自宅などを訪問し、心身の状態や日中の生活、家族・居住環境などについて聞き取り調査を行います。
- **主治医の意見書**
市の依頼により主治医が意見書を作成します。
※主治医がいない方は市が紹介する医師の診断を受けます。
- **一次判定**
訪問調査の結果や主治医の意見書の一部の項目をコンピュータに入力し、一次判定を行います。
- **二次判定（認定審査）**
一次判定や主治医の意見書などをもとに、保健、医療、福祉の専門家が審査します。



③ 結果の通知

結果の通知は申請から原則30日以内に届きます。「要介護」と認定された方は「介護サービス」を、「要支援」と認定された方は「介護予防サービス」、「介護予防・生活支援サービス事業」を利用できます。



利用できるサービス

介護予防・日常生活支援総合事業

一般介護予防事業

を利用できます。

介護予防・生活支援サービス事業

を利用できます。

介護予防サービス

を利用できます。種類と費用は → P.14 ~

介護サービス

を利用できます。種類と費用は → P.14 ~

介護予防・生活支援サービス事業を利用していただいていた方は引き続き利用できる場合があります。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

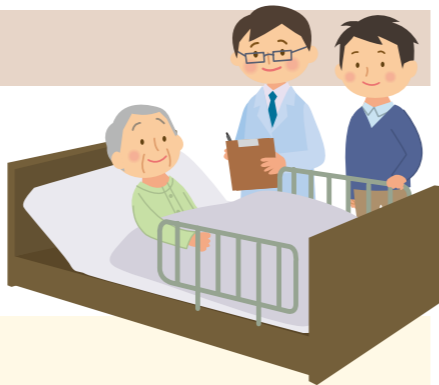
福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

「訪問調査」とは

基本調査では「片足で立ってられるか」、「何かにつかまらなくて起き上がれるか」など、あらかじめ定められた項目にしたがって、調査員が質問をします。



訪問調査の調査項目

身体機能・起居動作

- 麻痺等の有無(5項目)
- 拘縮の有無(4項目)
- 寝返り
- 起き上がり
- 座位保持
- 両足での立位保持
- 歩行
- 立ち上がり
- 片足での立位保持
- 洗身
- つめ切り
- 視力
- 聴力

生活機能

- 移乗
- 移動
- えん下
- 食事摂取

排泄

- 排尿
- 排便
- 口腔清潔
- 洗顔
- 整髪
- 上衣の着脱
- ズボン等の着脱
- 外出頻度

認知機能

- 意思の伝達
- 毎日の日課を理解
- 生年月日や年齢を言う
- 短期記憶
- 自分の名前を言う
- 今の季節を理解
- 場所の理解
- 徘徊
- 外出すると戻れない

精神・行動障害

- 物を盗られたなどと被害的になる
- 作話をする
- 泣いたり、笑ったりして感情が不安定になる
- 昼夜の逆転がある
- しつこく同じ話をする
- 大声をだす
- 介護に抵抗する
- 「家に帰る」等と言い落ち着きがない
- 一人で外に出たがり目が離せない
- いろいろなものを集めたり、無断でもってくる
- 物を壊したり、衣類を破いたりする
- ひどい物忘れ

- 意味もなく独り言や独り笑いをする
- 自分勝手に行動する
- 話がまとまらず、会話にならない

社会生活への適応

- 薬の内服
- 金銭の管理
- 日常の意思決定
- 集団への不適応
- 買い物
- 簡単な調理

過去14日間にうけた特別な医療について

- 処置内容(9項目)
- 特別な対応(3項目)

および

概況調査・特記事項

結果の有効期間と更新手続

認定の有効期間は、新規の場合は原則6か月です(介護認定審査会の意見に基づき認定の有効期間を12か月に延長する場合があります)。更新認定の場合は原則12か月(要介護状態で安定と判定されれば最大48か月に延長)です。

※月途中の申請の場合は、その月の末日までの期間+有効期間

また、認定の効力発生日は、認定申請日となります(更新認定の場合は前回認定の有効期間満了日の翌日)。

認定は、有効期間満了前に更新手続が必要です。更新の申請は、認定の有効期間満了日の60日前から受け付けます。



介護保険 Q & A



認定の申請をしましたが、結果が出る前にサービスは利用できますか？



暫定プランによりサービスを利用できます。ただし、認定結果によっては非該当になる場合や介護保険で利用できるサービスの支給限度額が変わる場合がありますので、ケアマネジャーとよく相談し、サービスを利用してください。



要介護認定の結果に納得できないのですが、どうしたらよいですか？



認定の結果に不服や疑問などがある場合は、まずは大村市長寿介護課の窓口にご相談ください。それでも、納得できない場合には、通知を受けた日から60日以内であれば長崎県に設置されている「介護保険審査会」に申立てをすることができます。※審査結果が通知されるまでの間は、認定された状態区分でのサービス利用となります。



本人の状態が変化した場合、認定結果を変更してもらうことはできますか？



介護の必要な度合いが変わった場合などには、要介護度の区分変更申請ができます。手続の流れは初回申請時と同じです。

認定調査を受けるときは…

● 体調のよいとき(通常時)に調査を受ける

いつもと違う体調のときでは、正しい調査ができないことがあります。

● 家族などに同席してもらう

家族などいつもの介護者に同席してもらえば、より正確な調査ができます。

● 困っていることはメモしておく

緊張などから状況が伝えきれないこともあります。困りごとなどはメモしておくで安心です。

● 日常使っている補装具があれば伝える

つえなど日常使っている補装具がある場合は、使用状況を伝えましょう。

サービス利用の流れ

介護予防・生活支援サービス事業対象者および要支援1・2の方は地域包括支援センターを希望する方は居宅介護支援事業者に、施設への入所を希望する方は介護保険施設

に連絡します。要介護1～5の方で、自宅を中心としたサービスに連絡します。

ケアプラン(どのようなサービスをどのくらい利用するかを決めた計画書)を作成する際は、どんな生活を送れるようになりたいか、という希望をしっかりと伝えましょう。



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入・住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決め方

介護予防・生活支援サービス事業対象者

①地域包括支援センターに連絡します

介護予防・生活支援サービス事業について (P.35)



②職員に希望を伝えます

●家族や大村市地域包括支援センターの職員と、これからどのような生活を希望するのかなどについて話し合います。

③介護予防ケアプラン^{※1}を作成します

●大村市地域包括支援センターの職員と相談しながら介護予防ケアプランを作成します。

④サービスを利用します

●サービス事業者と契約^{※2}します。
●介護予防ケアプランにそって **介護予防・生活支援サービス事業** を利用します。



認定結果通知

要支援1・2の方

①地域包括支援センターに連絡します

介護予防サービスの種類 (P.14～) **介護予防・生活支援サービス事業** について (P.35)

②職員に希望を伝えます

●家族や大村市地域包括支援センターの職員と、これからどのような生活を希望するのかなどについて話し合います。

③介護予防ケアプラン^{※1}を作成します

●大村市地域包括支援センターの職員と相談しながら介護予防ケアプランを作成します。

④サービスを利用します

●サービス事業者と契約^{※2}します。
●介護予防ケアプランにそって **介護予防サービス** および **介護予防・生活支援サービス事業** を利用します。



4ページ

要介護1～5の方

自宅で暮らしながらサービスを利用したい

自宅を中心に利用する **介護サービス** の種類 (P.14～)



①居宅介護支援事業者に連絡します

●大村市作成の事業者一覧の中から **居宅介護支援事業者** (ケアマネジャーを配置しているサービス事業者) を選び、連絡します。
●担当の **ケアマネジャー** が決まります。



②ケアプラン^{※1}を作成します

●担当のケアマネジャーと相談しながらケアプランを作成します。



③サービスを利用します

●サービス事業者と契約^{※2}します。
●ケアプランに沿って **介護サービス** を利用します。
介護予防・生活支援サービス事業 を利用していた方は引き続き利用できる場合があります。



介護保険施設へ入所したい

施設サービス の種類 (P.27)



①介護保険施設に連絡します

●入所前に見学するなどサービス内容や利用料について検討した上、施設に直接申し込みます。



②ケアプラン^{※1}を作成します

●入所する施設のケアマネジャーと相談しながらケアプランを作成します。

③サービスを利用します

●ケアプランに沿って介護保険の **施設サービス** を利用します。



※1 介護予防ケアプランの作成およびケアプランの作成にかかる利用者の費用負担はありません。
※2 契約にあたっては、サービス内容や料金などをよく確認しましょう。

サービス事業者と契約する際の注意点

- 重要事項説明書などの書類を受け取り、サービスの内容に納得しましたか？
- 利用者の病気や身体の状態をよく把握してもらっていますか？
- 介護保険が使えるサービスと使えないサービスがわかるようになっていますか？
- 利用料、キャンセル料および支払方法について納得しましたか？
- 契約をやめるときにどうすればよいのかがわかりますか？

通うサービスなどでは、実際に施設を見学してみましょう

利用開始後も不満な点があるときやサービスに納得できないときは、事業者を変えることができます。疑問点は、ケアマネジャーに相談してみましょう。



サービスに苦情・不満があるときは

受けているサービスについて相談できるさまざまな窓口があります。

まずは、利用しているサービス提供事業者の相談窓口へ連絡
各事業者には、利用者の相談に応じる担当者が置かれています。



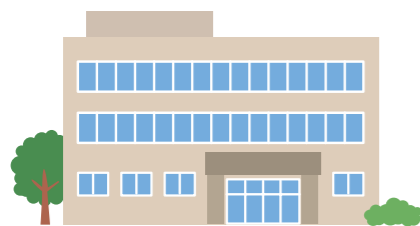
相談しづらい場合は…

担当のケアマネジャーや大村市地域包括支援センターに相談
サービスを利用して気づいたことがあれば、その都度連絡をとって、普段から信頼関係を築いておくとういでしょう。



それでも解決しない場合は…

大村市長寿介護課に相談
事業者を調査し、指導を行います。



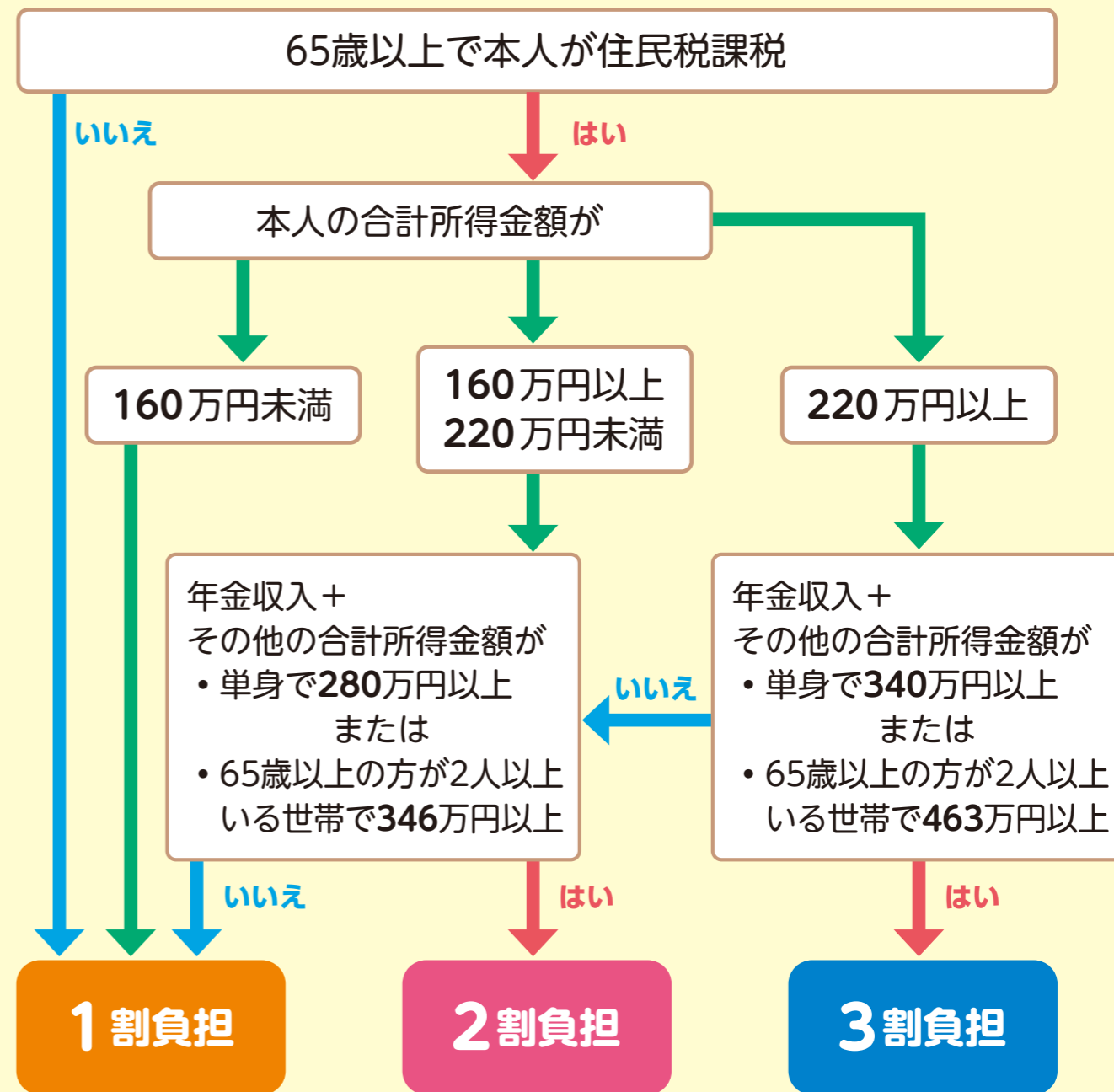
国保連に相談
市で解決することが難しい場合や、特に利用者が希望する場合は、都道府県に設置されている国保連（国民健康保険団体連合会）に苦情申立てができます。
長崎県国民健康保険団体連合会
介護サービス苦情相談窓口
☎ 095-826-1599
FAX095-826-7325
受付時間：午前9時から午後5時まで（土・日・祝日除く。）

自己負担限度額と負担の軽減

介護保険サービスを利用したときは、原則として利用料の1～3割を支払います。自己負担が重くなったときや、所得の低い方には負担を軽減するしくみがあります。

■介護保険サービスの自己負担割合と判定基準

介護保険サービスの自己負担割合は、所得の状況などによって、1割、2割、3割のいずれかになります。



※ 40～64歳の方は、所得にかかわらず1割負担です。

介護保険制度のしくみ
サービス利用の手順
費用の支払
サービスの種類と費用
福祉用具貸与・購入、住宅改修
地域支援事業
介護保険料の決め方

● 介護保険サービスは1～3割の自己負担で利用できます

介護保険のサービスは、利用料の1～3割を支払うことで利用できますが、要介護度ごとに1か月に1～3割負担で利用できる金額に上限(支給限度額)が設けられています(下表)。限度額を超えてサービスを利用した分は全額自己負担になります。

■ 介護保険サービスの支給限度額(1か月)のめやす

要介護度	支給限度額	自己負担(1割)	自己負担(2割)	自己負担(3割)
要支援 1	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援 2	105,310円	10,531円	21,062円	31,593円
要介護 1	167,650円	16,765円	33,530円	50,295円
要介護 2	197,050円	19,705円	39,410円	59,115円
要介護 3	270,480円	27,048円	54,096円	81,144円
要介護 4	309,380円	30,938円	61,876円	92,814円
要介護 5	362,170円	36,217円	72,434円	108,651円

例 要介護1(1割負担)の方が、175,000円分のサービスを利用した場合の自己負担額は

← 実際に利用した金額 175,000円 →

← 支給限度額 167,650円 →

1割負担 16,765円 + 支給限度額を超えた分 7,350円 = 利用者負担額 24,115円



■ 支給限度額に含まれないサービス

- 特定福祉用具購入
- 居宅介護住宅改修
- 居宅療養管理指導
- 特定施設入居者生活介護(外部サービス利用型、短期利用を除く)
- 地域密着型特定施設入居者生活介護(短期利用を除く)
- 認知症対応型共同生活介護(短期利用を除く)
- 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
- 介護保険施設に入所して利用するサービス

※介護予防サービスについても同様です。

● 自己負担が高額になったときの負担軽減

同じ月に利用した介護サービス利用者負担(1～3割)の合計が高額になり、下記の限度額を超えたときは、超えた分が「高額介護(介護予防)サービス費」として後から支給されます。

- 支給を受けるには、大村市への申請が必要です。
- 施設サービスの食費・居住費・日常生活費など介護保険の対象外の費用は含まれません。

自己負担の限度額(月額)

令和3年7月まで

区分	限度額
現役並み所得相当の方(年収約383万円以上)	44,400円(世帯)
住民税課税世帯の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・高齢福祉年金受給者の方 ・前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方等	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

令和3年8月から

区分	限度額
年収約1,160万円以上の方	140,100円(世帯)
年収約770万円以上1,160万円未満の方	93,000円(世帯)
年収約383万円以上770万円未満の方	44,400円(世帯)
上記以外の住民税課税世帯の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・高齢福祉年金受給者の方 ・前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方等	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

変更ポイント

「現役並み所得相当」である方の区分を細分化し、新たな限度額を設定(令和3年8月から)

● 低所得の障がい者の方のための負担軽減

下記の要件を全て満たした方が障がい福祉サービスに相当するサービスを介護保険で利用する場合、償還払により、利用者負担分が軽減されます。

- 【要件】**
- ① 介護保険サービスに相当する障がい福祉サービス(居宅介護、生活介護等)に係る支給決定を65歳に達する前に5年間引き続き受けていた方
 - ② 障がい福祉サービスに相当する介護保険サービス(訪問介護、通所介護等)を利用する方
 - ③ 障害支援区分2以上であった方
 - ④ 市区町村民税非課税者または生活保護世帯の方
 - ⑤ 65歳に達するまでに介護保険法による保険給付を受けていない方

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

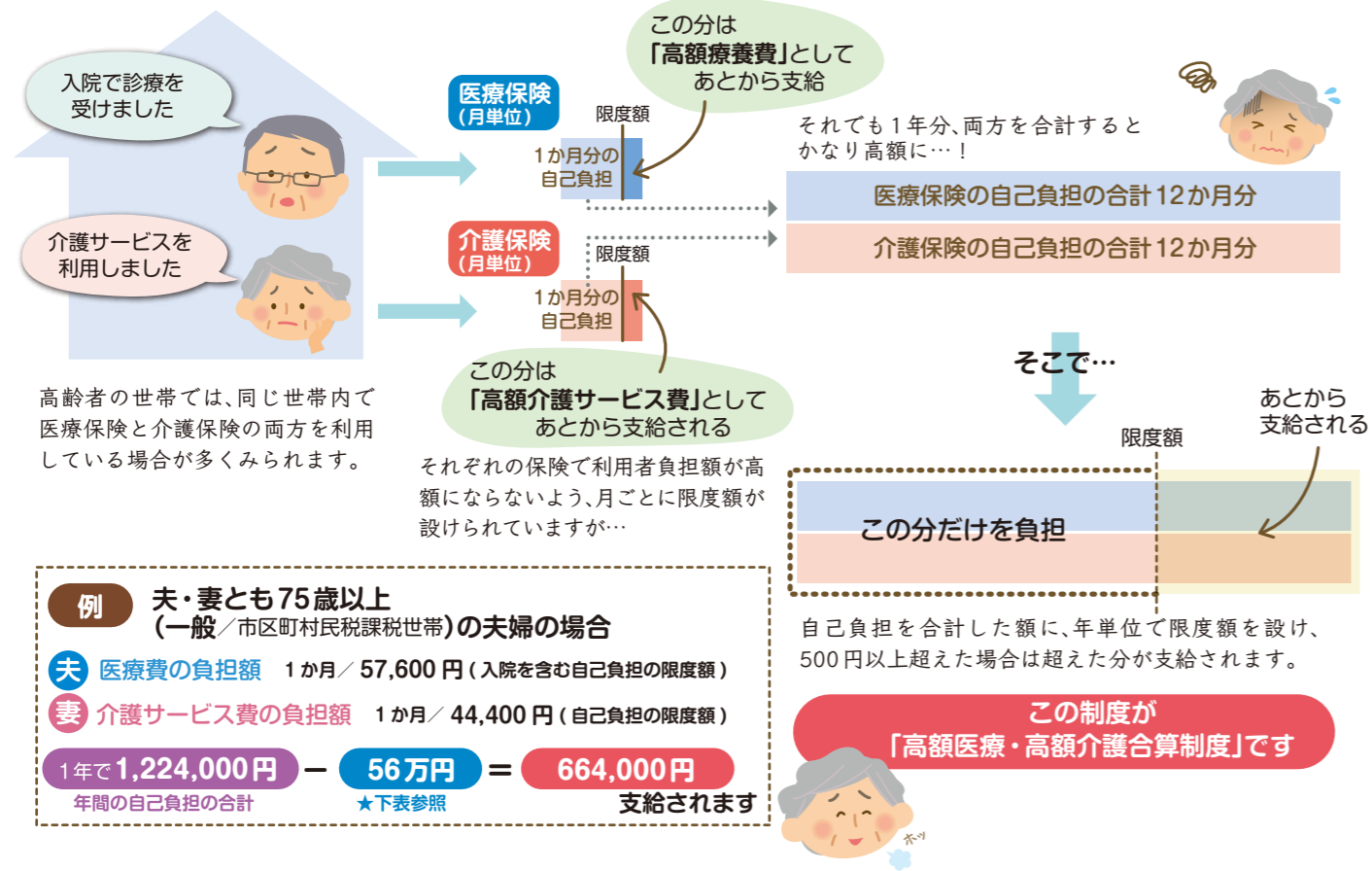
地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

● 介護保険と医療保険の支払が高額になったときの負担軽減

同一世帯内で介護保険と国保などの医療保険の両方を利用して、介護と医療の自己負担額が下記の限度額を超えたときは、超えた分が支給されます(高額医療・高額介護合算制度)。

- 支給を受けるには、大村市への申請が必要です。
- 同じ世帯でも、家族がそれぞれ異なる医療保険に加入している場合は合算できません。
- 計算期間は、毎年8月1日から翌年7月31日までの12か月間。



医療と介護の自己負担合算後の限度額(年額:毎年8月1日から翌年7月31日まで)

70歳未満の方

区分	限度額
901万円超	212万円
600万円超～901万円以下	141万円
210万円超～600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
住民税非課税世帯	34万円

70歳以上の方・後期高齢者医療制度の対象者

区分	限度額
課税所得 690万円以上	212万円
380万円以上690万円未満	141万円
145万円以上380万円未満	67万円
一般(住民税課税世帯の方)	56万円
低所得者(住民税非課税世帯の方)	31万円
世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに所得が0円になる方(年金収入のみの場合80万円以下の方)	19万円

介護保険サービスの種類

介護保険サービスには、自宅を中心に利用する「居宅サービス」、介護保険施設に入所する「施設サービス」があります。また、居宅サービスには、事業所のある市区町村にお住まいの方のみが利用できる「地域密着型サービス」があります。

介護保険サービスの種類

- 自宅を訪問してもらう P.16～19
- 生活する環境を整える P.29～32
- 施設に通って利用する P.20～22
- 短期間施設に泊まる P.23
- 通いを中心とした複合的なサービス P.24
- 介護保険施設に移り住む P.28
- 自宅から移り住んで利用する P.25～26

マーク、自己負担のめやす等について

- 事業者対象者** 基本チェックリストにより事業者と認定された方が利用できるサービス
 - 要支援1・2** 要支援1・2の方が介護保険を使って利用できるサービス
 - 要介護1～5** 要介護1～5の方が介護保険を使って利用できるサービス
- ※要介護3～5の方向けのサービスや要支援2の方向けのサービスなどは数字の違いで表現しています。
- 地域密着型サービス** 原則として事業所のある市区町村の住民だけが利用できる介護保険サービスサービスの種類などは市区町村によって異なります。
- 自己負担は1割、2割、3割のいずれかです。本冊子は、自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています(負担割合については、10ページ参照)。
 - 実際にかかる費用は、利用する事業者の所在地や体制、サービスの内容等によって異なります。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

決まり方・納め方 介護保険料の

【サービスを利用する前に】

介護予防ケアプランまたはケアプラン（介護サービス等の利用計画）を作成する必要があります。



介護サービス等の利用について相談する

ケアプランを作成する

事業対象者 要支援 1・2 介護予防支援

地域包括支援センターの職員などに介護予防ケアプランを作成してもらうほか、安心して介護予防サービスを利用できるよう支援してもらいます。



要介護 1～5 居宅介護支援

ケアマネジャーにケアプランを作成してもらうほか、安心して介護サービスを利用できるよう支援してもらいます。



ケアプランの作成および相談は無料です（全額を介護保険で負担します）。

※（介護予防）小規模多機能型居宅介護を利用する場合や施設に入所する場合などは、事業者または施設にいる専属のケアマネジャーにケアプランを作成してもらいます。

ケアプランの作成例（要介護1の方の例）

要望 足の筋力を回復し、自分で家事ができるようになりたい

	月	火	水	木	金	土	日
午前	訪問介護		訪問介護			訪問介護	
午後		通所介護			通所リハビリ		

足の筋力回復のための機能訓練を行う。外出することがよい気分転換にも。

家の中で転ばないため、日常動作のリハビリ。

納得のいくケアプランのために

ケアプランは生活の設計図。目標の達成につながるサービスを組み込むことが大切です。「担当のケアマネジャーさんに全てお任せ」ではなく、目標やどんな生活を送りたいかをケアマネジャーに積極的に伝えましょう。

サービス利用開始から一定期間後、目標が達成されているか評価します。サービス利用の途中でも例えば「自分の生活に合わない」、「改善が見られない」という場合などには、ケアプランの見直しができますので、遠慮なくケアマネジャーに相談してください。



① 自宅を中心に利用するサービス

自宅を中心に利用するサービス（居宅サービス）には、訪問をしてもらうサービスや施設に通うサービスなど、様々な種類があります。

※自己負担のめやす以外に時間帯やメニューによる加算があります。

日常生活の手助けをしてもらう

事業対象者 要支援 1・2 要介護 1～5 訪問介護【ホームヘルプサービス】(総合事業の訪問型サービス)

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、入浴や食事などの生活の支援を受けます。



〈身体介護〉

- 食事、入浴、排せつの介助
- 衣類の着脱の介助
- 服薬の確認 など

〈生活援助〉

- 住居の掃除 ● 洗濯 ● 買い物
- 食事の準備、調理
- 薬の受取 など

事業対象者・要支援1・2の方

【介護予防・生活支援サービス事業】
生きがい対応型訪問サービス

●自己負担(1割の場合)のめやす(1か月につき)

週1回程度の利用	1,176円
週2回程度の利用	2,349円
週2回程度を超える利用	3,727円

※乗車・降車等介助は利用できません。

※身体介護・生活援助の区分はありません。

要介護1～5の方

自己負担(1割の場合)のめやす

身体介護 中心	20分～30分未満	250円
	30分～1時間未満	396円
生活援助 中心	20分～45分未満	183円
	45分以上	225円

通院等乗降介助(1回)	99円
-------------	-----

ご注意ください！ 以下のサービスは、介護保険の対象となりません。

- 利用者以外の家族のための家事
 - ・利用者以外の家族のための洗濯、調理、布団干し
 - ・自家用車の洗車、掃除
 - ・来客の応対
 - ・主として利用者が使用する居室等以外の掃除 など
- 日常生活の家事の範囲を超えるもの
 - ・花木の水やり、草むしり
 - ・話し相手のみ、留守番
 - ・ペットの世話
 - ・大掃除、窓のガラス磨き、床のワックスがけ
- 金銭・貴重品の取り扱い
 - ・預金の引き出し、預け入れ
- リハビリや医療行為
- 利用者本人が不在のとき

ヘルパーさんに
なんでもお願いできる
わけではありません



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

① 自宅を中心に利用するサービス



自宅で入浴する

自宅を訪問してもらう

要支援 1・2 要介護 1～5 訪問入浴介護 (介護予防訪問入浴介護)

自宅に浴槽を持ち込んでもらい、入浴の介助を受けます。

自己負担(1割の場合)のめやす【1回あたり】

要支援 1・2	852 円	要介護 1～5	1,260 円
---------	-------	---------	---------



看護師などに訪問してもらう

要支援 1・2 要介護 1～5 訪問看護 (介護予防訪問看護)

看護師などに訪問してもらい、床ずれの手当や点滴の管理をしてもらいます。

自己負担(1割の場合)のめやす

要介護度	病院・診療所から		訪問看護ステーションから	
	20分～30分未満	30分～1時間未満	20分～30分未満	30分～1時間未満
要支援 1・2	381 円	552 円	450 円	792 円
要介護 1～5	398 円	573 円	470 円	821 円



自宅でリハビリをする

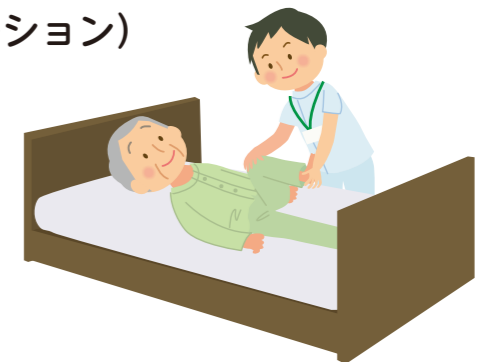
自宅を訪問してもらう

要支援 1・2 要介護 1～5 訪問リハビリテーション (介護予防訪問リハビリテーション)

リハビリの専門家に訪問してもらい、自宅でリハビリを受けます。

自己負担(1割の場合)のめやす

1 回	307 円
-----	-------



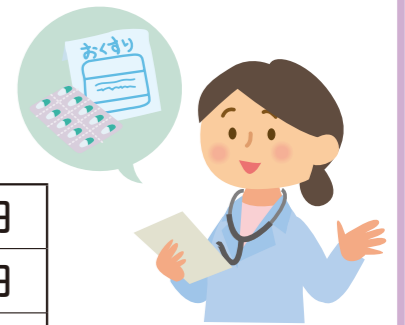
お医者さんなどによる療養上の管理や指導を受ける

要支援 1・2 要介護 1～5 居宅療養管理指導 (介護予防居宅療養管理指導)

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士に訪問してもらい、薬の飲み方、食事など療養上の管理・指導を受けます。

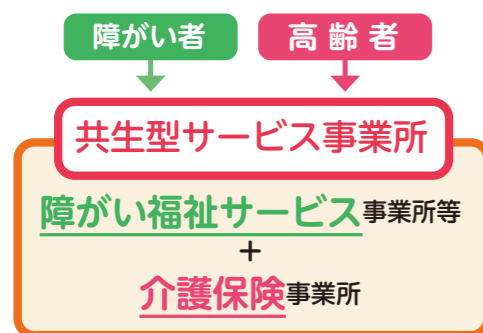
自己負担(1割の場合)のめやす
【単一建物居住者1人に対して行う場合】

医師の場合(月2回まで)	514 円
歯科医師の場合(月2回まで)	516 円
病院または診療所の薬剤師の場合(月2回まで)	565 円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	517 円
管理栄養士の場合(月2回まで)	544 円
歯科衛生士の場合(月4回まで)	361 円



「共生型サービス」について

共生型サービスは、1つの事業所で、介護保険と障がい福祉のサービスを一体的に提供する取組です。障がい福祉事業所の指定を受けていれば、介護保険事業所の指定も受けやすくなります(逆の場合も同じ)。

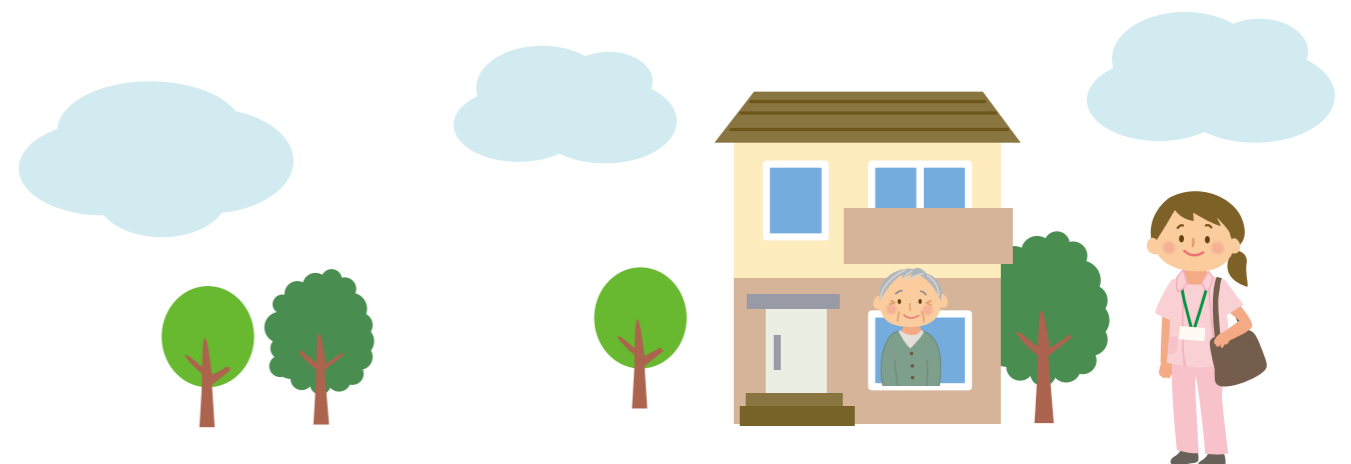


【対象サービス】

訪問介護 デイサービス ショートステイ 等

障がい福祉サービスを受けてきた方が65歳になると、なじみの事業所でサービスを受け続けることが難しいという問題がありました(65歳以上で公的サービスを受ける場合、介護保険が優先されるため)。この問題を解消するために「共生型サービス」が創設されました。

低所得の障がい者の方のための負担の軽減が行われます。➡ 12 ページ



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

① 自宅を中心に利用するサービス

夜間に訪問介護を受ける

自宅を訪問してもらう

要介護1~5 夜間対応型訪問介護

地域密着型サービス

夜間に定期的な巡回で介護を受けられる訪問介護、緊急時など、利用者の求めに応じて介護を受けられる随時対応の訪問介護などがあります。



自己負担(1割の場合)のめやす
【基本対応の場合】

1か月	1,025円
-----	--------

※要支援の方は利用できません。

24時間対応の訪問介護・訪問看護サービスを受ける

要介護1~5 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

地域密着型サービス

密接に連携をとっている介護職員と看護師の定期的な訪問を受けられます。また、通報や電話などを行うことで、随時対応も受けられます。

1か月あたりの自己負担(1割の場合)のめやす
【介護、看護一体型事業所の場合】

要介護度	介護のみ利用	介護と看護を利用
要介護1	5,697円	8,312円
要介護2	10,168円	12,985円
要介護3	16,883円	19,821円
要介護4	21,357円	24,434円
要介護5	25,829円	29,601円



※要支援の方は利用できません。

施設に通って食事や入浴などのサービスを受ける

施設に通って利用する

事業対象者 要支援1~2 要介護1~5 通所介護【デイサービス】(総合事業の通所型サービス)

デイサービスセンターで、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。

基本のサービスに加えて

- 個々の状態に応じた機能訓練(個別機能訓練)
 - 食事に関する指導など(栄養改善)
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。



自己負担(1割の場合)のめやす
【通常規模の施設 / 7~8時間未滿の利用の場合】

要介護1	655円
要介護2	773円
要介護3	896円
要介護4	1,018円
要介護5	1,142円

【介護予防・生活支援サービス事業】 生きがい対応型通所サービス

● 自己負担(1割の場合)のめやす(1か月につき)

事業対象者・要支援1 (週1回の利用可)	1,672円
要支援2 (週2回までの利用可)	3,428円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

小規模な施設の通所介護サービス

要介護1~5 地域密着型通所介護

地域密着型サービス

定員18人以下の小規模な通所介護施設で、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。

自己負担(1割の場合)のめやす
【7~8時間未滿の利用の場合】

要介護1	750円
要介護2	887円
要介護3	1,028円
要介護4	1,168円
要介護5	1,308円

※食費、日常生活費は別途負担となります。
※要支援の方は利用できません。



介護保険制度のしくみ

サービスの利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

① 自宅を中心に利用するサービス

施設に通ってリハビリをする

施設に通って利用する

要支援 1・2 介護予防通所リハビリテーション

介護老人保健施設や病院・診療所で、介護予防を目的とした生活機能の維持向上のための機能訓練などが日帰りで受けられます。

基本のサービスに加えて

- 筋力トレーニングなどの機能訓練（運動器機能向上）
- 食事に関する指導など（栄養改善）
- 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など（口腔機能向上）

などのメニューを選択して利用できます。

1か月あたりの自己負担(1割の場合)のめやす

要支援 1	2,053 円
要支援 2	3,999 円

※食費、日常生活費は別途負担となります。



要介護 1～5 通所リハビリテーション【デイケア】

介護老人保健施設や病院・診療所で、日帰りの機能訓練などが受けられます。

基本のサービスに加えて

- 食事に関する指導など（栄養改善）
- 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など（口腔機能向上）

などのメニューを選択して利用できます。

自己負担(1割の場合)のめやす 【通常規模の施設 / 7～8時間未満の利用の場合】

要介護 1	757 円
要介護 2	897 円
要介護 3	1,039 円
要介護 4	1,206 円
要介護 5	1,369 円

※食費、日常生活費は別途負担となります。



認知症の方が施設に通って受けるサービス

施設に通って利用する

要支援 1・2 要介護 1～5 認知症対応型通所介護 (介護予防認知症対応型通所介護)

地域密着型サービス

認知症と診断された高齢者が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

自己負担(1割の場合)のめやす 【7～8時間未満利用した場合】

要支援 1	859 円
要支援 2	959 円

要介護 1	992 円
要介護 2	1,100 円
要介護 3	1,208 円
要介護 4	1,316 円
要介護 5	1,424 円

※食費、日常生活費は別途負担となります。



介護予防が大切なのはなぜ？

体は使わないでいると、徐々に機能が低下してしまいます。要介護度が軽い方について調べてみると、足腰が弱くなったために家に閉じこもりがちになり、ますます状態を悪化させ、介護が必要となってしまったケースが多いという結果が出ています。

できることはなるべく自分で行い、体を動かすことで、心身の機能を向上させ、自分らしい自立した生活を目指すことができるのです。



介護保険制度のしくみ

サービスの利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

① 自宅を中心に利用するサービス

自宅で介護を受けている方が一時的に施設に泊まる

短期間施設に泊まる

要支援 1・2 要介護 1～5 短期入所生活介護【ショートステイ】(介護予防短期入所生活介護)

介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。

1日あたりの自己負担(1割の場合)のめやす【併設型の施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要支援 1	446 円	446 円	523 円
要支援 2	555 円	555 円	649 円
要介護 1	596 円	596 円	696 円
要介護 2	665 円	665 円	764 円
要介護 3	737 円	737 円	838 円
要介護 4	806 円	806 円	908 円
要介護 5	874 円	874 円	976 円



医療の助けが必要な方が一時的に施設に泊まる

要支援 1・2 要介護 1～5 短期入所療養介護【医療型ショートステイ】(介護予防短期入所療養介護)

介護老人保健施設などに短期間入所して、医療によるケアや介護、機能訓練などが受けられます。

1日あたりの自己負担(1割の場合)のめやす【介護老人保健施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要支援 1	577 円	610 円	621 円
要支援 2	721 円	768 円	782 円
要介護 1	752 円	827 円	833 円
要介護 2	799 円	876 円	879 円
要介護 3	861 円	939 円	943 円
要介護 4	914 円	991 円	997 円
要介護 5	966 円	1,045 円	1,049 円



※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。 ※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。
※連続した利用が30日を超えた場合、31日目からは全額自己負担となります。

【居室の違い】

- 従来型個室：共同生活室(リビングスペース)を併設していない個室
- ユニット型個室：共同生活室(リビングスペース)を併設している個室
- ユニット型個室的多床室：ユニット型個室に準じた完全な個室ではない居室。「ユニット型準個室」から名称が変更されました。
- 多床室：定員2人以上の個室ではない居室



通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービスを受ける

要支援 1・2 要介護 1～5 小規模多機能型居宅介護 (介護予防小規模多機能型居宅介護)

地域密着型サービス

小規模な住居型の施設への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。

※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。

通いを中心とした複合的なサービス



1か月あたりの自己負担(1割の場合)のめやす【事業所と同一の建物に居住していない場合】

要支援 1	3,438 円
要支援 2	6,948 円
要介護 1	10,423 円
要介護 2	15,318 円
要介護 3	22,283 円
要介護 4	24,593 円
要介護 5	27,117 円

通い・訪問・泊まりに看護を組み合わせたサービスを受ける

要介護 1～5 看護小規模多機能型居宅介護 (複合型サービス)

地域密着型サービス

利用者の状況に応じて、小規模な住居型の施設への「通い」、自宅に来てもらう「訪問」(介護と看護)、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。

※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。
※要支援の方は利用できません。



1か月あたりの自己負担(1割の場合)のめやす【事業所と同一の建物に居住していない場合】

要介護 1	12,438 円
要介護 2	17,403 円
要介護 3	24,464 円
要介護 4	27,747 円
要介護 5	31,386 円

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

決まり方・納め方 介護保険料の



有料老人ホームなどに入居している方が介護サービスを受ける

自宅から移り住んで利用する

要支援 1・2 **要介護 1~5** **特定施設入居者生活介護**
(介護予防特定施設入居者生活介護)

有料老人ホームなどに入所している方が受けるサービスです。食事・入浴などの介護や機能訓練を受けられます。サービスは、施設の職員がサービスを行う包括型(一般型)と、外部の事業者がサービスを提供する外部サービス利用型に区分されます。



※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。
※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

1日あたりの自己負担(1割の場合)のめやす
【包括型(一般型)】

要支援 1	182 円
要支援 2	311 円
要介護 1	538 円
要介護 2	604 円
要介護 3	674 円
要介護 4	738 円
要介護 5	807 円

地域の小規模な有料老人ホームなどで介護サービスを受ける

要介護 1~5 **地域密着型 特定施設入居者生活介護**

地域密着型サービス

定員 29 人以下の小規模な介護専用の有料老人ホームに入居している方が受けるサービスです。食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。
※要支援の方は利用できません。



1日あたりの自己負担(1割の場合)のめやす

要介護 1	542 円
要介護 2	609 円
要介護 3	679 円
要介護 4	744 円
要介護 5	813 円



認知症の方が施設で共同生活を送る

自宅から移り住んで利用する

要支援 2 **要介護 1~5** **認知症対応型共同生活介護**
【グループホーム】
(介護予防認知症対応型共同生活介護)

地域密着型サービス

認知症と診断された高齢者が共同で生活しながら、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。
※要支援 1 の方は利用できません。



1日あたりの自己負担(1割の場合)のめやす
【2ユニットの事業所の場合】

要支援 2	748 円
要介護 1	752 円
要介護 2	787 円
要介護 3	811 円
要介護 4	827 円
要介護 5	844 円

地域の小規模な介護老人福祉施設で介護サービスを受ける

要介護 3~5 **地域密着型 介護老人福祉施設入所者生活介護**

地域密着型サービス

定員 29 人以下の小規模な介護老人福祉施設【特別養護老人ホーム】で、食事・入浴などの介護や健康管理が受けられます。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。
※新規に入所できるのは原則、要介護 3 以上の方。



1日あたりの自己負担(1割の場合)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護 3	722 円	722 円	803 円
要介護 4	792 円	792 円	874 円
要介護 5	860 円	860 円	942 円

有料老人ホームや軽費老人ホームなどのうち「特定施設」(入居者がそこで受ける介護サービスが介護保険の対象となる施設)の指定を受けた施設では「特定施設入居者生活介護」を利用できます。「特定施設入居者生活介護」は入居している居室が自宅とみなされるため、大きくは居宅サービスや地域密着型サービスに分類されます。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

② 介護保険施設で受けるサービス

下記の介護保険施設に入所して受けるサービスを「施設サービス」と呼びます。介護保険施設は、どのような介護が必要かによって、下記のタイプに分かれています。入所を希望するときは、施設に直接申し込みます。必要性の高い方から入所できます。

施設サービスを利用したときの費用

施設サービス費の自己負担分(1～3割)に加え、居住費・食費・日常生活費を支払います。

施設サービス費の1～3割 + 居住費(滞在費) + 食費 + 日常生活費(理美容代など) = 自己負担

施設の平均的な費用をもとに、基準費用額が定められています。実際の費用は施設と利用者との契約により決められます。

居住費・食費の基準費用額(1日あたり)

居住費(滞在費)				食費	
従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	令和3年7月まで	令和3年8月から
1,668円 (1,171円)	377円 (855円)	2,006円	1,668円	1,392円	1,445円

()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。

所得が低い方は、居住費と食費の負担が軽くなります

所得が低い方に対しては、所得に応じた自己負担の上限(限度額)が設けられており、これを超える利用者負担はありません。超えた分は「特定入所者介護サービス費」として、介護保険から給付されます。※給付を受けるには、市区町村への申請が必要です。

変更ポイント 対象者の要件、食費の限度額を変更。(令和3年8月から)

居住費・食費の自己負担限度額 令和3年7月まで(1日あたり)

利用者負担段階	所得の状況 ^{※1}	預貯金等の資産 ^{※2} の状況	居住費(滞在費)				食費
			従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	
1	生活保護受給者の方等	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	490円 (320円)	0円	820円	490円	300円
2	世帯非課税が 前年の合計所得金額+年金収入額が80万円以下の方		490円 (420円)	370円	820円	490円	390円
3	世帯非課税が 前年の合計所得金額+年金収入額が80万円超の方		1,310円 (820円)	370円	1,310円	1,310円	650円

令和3年8月から

利用者負担段階	所得の状況 ^{※1}	預貯金等の資産 ^{※2} の状況	居住費(滞在費)				食費
			従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	
1	生活保護受給者の方等	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	490円 (320円)	0円	820円	490円	300円
2	世帯非課税が 前年の合計所得金額+年金収入額が80万円以下の方		490円 (420円)	370円	820円	490円	390円 [600円]
3-①	世帯非課税が 前年の合計所得金額+年金収入額が80万円超120万円以下の方		1,310円 (820円)	370円	1,310円	1,310円	650円 [1,000円]
3-②	世帯非課税が 前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の方	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,310円 (820円)	370円	1,310円	1,310円	1,360円 [1,300円]

()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。

[]内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護を利用した場合の額です。

※1 住民票上世帯が異なる(世帯分離している)配偶者(婚姻届を提出していない事実婚も含む。DV防止法における配偶者からの暴力を受けた場合や行方不明の場合等は対象外)の所得も判断材料とします。

※2【預貯金等に含まれるもの】資産性が高く、換金性が高く、価格評価が容易なもの。

※第2号被保険者は、利用者負担段階に関わらず、預貯金等の資産が単身:1,000万円以下、夫婦:2,000万円以下であれば支給対象となります。

不正があった場合には、ペナルティ(加算金)を課します。

※施設サービスの費用は、要介護度や施設の体制、部屋のタイプによって異なります。

※居住費、食費、日常生活費が別途負担となります。

※従来型個室、多床室、ユニット型個室等の居室の違いについては、23ページを参照してください。

生活介護が中心の施設

要介護3～5 介護老人福祉施設【特別養護老人ホーム】

常に介護が必要で、自宅では介護ができない方が対象の施設です。食事・入浴など日常生活の介護や健康管理が受けられます。

1か月あたりの施設サービス費(1割の場合)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護3	21,360円	21,360円	23,790円
要介護4	23,400円	23,400円	25,860円
要介護5	25,410円	25,410円	27,870円

※新規に入所できるのは原則として、要介護3以上の方。

介護やリハビリが中心の施設

要介護1～5 介護老人保健施設

病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。医学的な管理のもとで介護や看護、リハビリを受けられます。

1か月あたりの施設サービス費(1割の場合)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	21,420円	23,640円	23,880円
要介護2	22,770円	25,080円	25,230円
要介護3	24,630円	26,940円	27,090円
要介護4	26,220円	28,470円	28,680円
要介護5	27,750円	30,090円	30,270円

病院での療養が中心の施設

要介護1～5 介護療養型医療施設

急性期の治療が終わり、長期間にわたり療養が必要な方が対象の施設です。介護体制の整った医療施設(病院)で、医療や看護などが受けられます。

1か月あたりの施設サービス費(1割の場合)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	17,790円	20,580円	21,180円
要介護2	20,550円	23,430円	24,030円
要介護3	26,670円	29,460円	30,060円
要介護4	29,220円	32,100円	32,700円
要介護5	31,560円	34,380円	34,980円

長期療養の機能を備えた施設

要介護1～5 介護医療院

主に長期にわたり療養が必要な方が対象の施設です。医療と介護(日常生活上の世話)が一体的に受けられます。

1か月あたりの施設サービス費(1割の場合)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	21,420円	24,750円	25,260円
要介護2	24,720円	28,020円	28,530円
要介護3	31,800円	35,130円	35,640円
要介護4	34,830円	38,130円	38,640円
要介護5	37,530円	40,860円	41,370円

※令和6年3月末に廃止が予定されている介護療養病床の転換先と位置付けられています。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入・住宅改修

地域支援事業

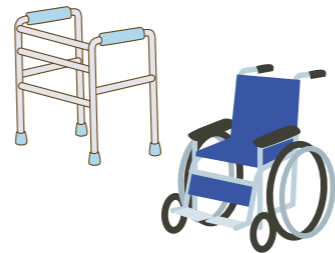
決まり方・納め方
介護保険料の方

生活環境を整えるサービス

自立した生活をするための福祉用具を借りる

福祉用具貸与(介護予防福祉用具貸与)

次の13種類が貸出しの対象となります。
原則、要支援1・2の方、要介護1の方は、①～④のみ利用できます。
⑬は、要介護4・5の方のみ利用できます。

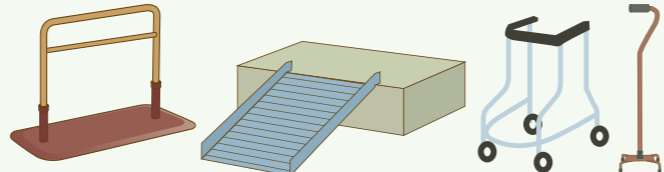


要介護4・5の方が利用できる福祉用具

要介護2・3の方が利用できる福祉用具

要支援1・2、要介護1の方が利用できる福祉用具

- ① 手すり(工事をとまなわないもの)
- ② スロープ(工事をとまなわないもの)
- ③ 歩行器
- ④ 歩行補助つえ(松葉づえ、多点つえ等)



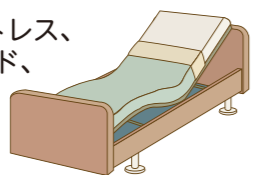
⑤ 車いす



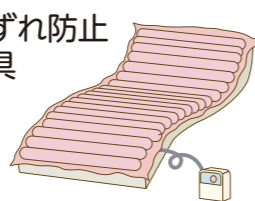
⑥ 車いす付属品 (クッション、電動補助装置等)

⑦ 特殊寝台

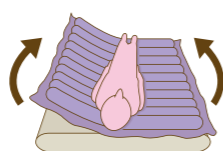
⑧ 特殊寝台付属品 (サイドレール、マットレス、 スライディングボード、 入浴用でない介助用 ベルト等)



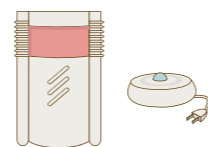
⑨ 床ずれ防止用具



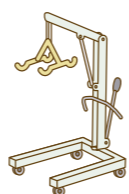
⑩ 体位変換器 (起き上がり補助装置 を含む。)



⑪ 認知症老人徘徊感知機器 (離床センサーを含む。)

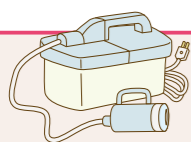


⑫ 移動用リフト (立ち上がり座い す、入浴用リフト、 段差解消機、 階段移動用リフト を含む。)



⑬ 自動排せつ処理装置

(尿のみを自動的に吸引できるものは要支援1・2の方、要介護1～3の方も利用できます)

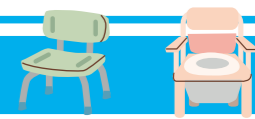


貸与価格を適正にするための制度

- 商品ごとに貸与価格の全国平均を公表します。その平均価格をもとに貸与価格の上限額を設定します。 ※上限を超えた場合は、保険給付対象外(全額自己負担)となります。
- 事業者には下記①、②が義務付けられました。
 - ① 貸与する商品の機能や価格帯の異なる複数商品を選択肢として示す。
 - ② 貸与する商品の全国平均価格とその事業者の価格を説明する。

月々の利用限度額の範囲内で、実際にかかった費用の1～3割を自己負担します。

トイレ、入浴関連の福祉用具を買う



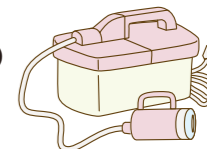
要支援1・2 要介護1～5 特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入) 申請が必要です

入浴やトイレで使う福祉用具については、購入にかかった費用の7～9割が「福祉用具購入費」として支給を受けられます。購入費支給の対象は、次の5種類です。

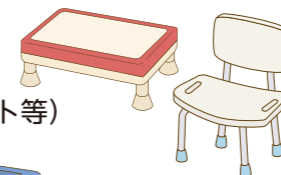
●腰掛便座 (便座の底上げ部材を含む。)



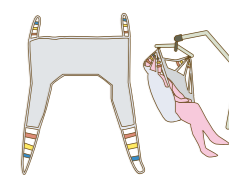
●自動排せつ処理装置の 交換部品



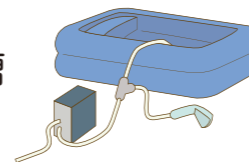
●入浴補助用具 (入浴用いす、浴槽用手すり、 浴槽内いす、入浴用介助ベルト等)



●移動用リフトの つり具の部分



●簡易浴槽



※指定を受けていない事業者から購入した場合は、支給の対象になりませんのでご注意ください。

年間10万円が上限で、その1～3割が自己負担です。費用が10万円かかった場合、1～3万円が自己負担です(毎年4月1日から1年間)。

費用の支払については次の方法があります。受領委任払は事前に申請が必要です。

償還払

(後から支給)の場合

購入

購入費用の全額を支払い、指定事業者から福祉用具を購入します。

申請

大村市の窓口に必要な書類を提出します。

申請書類 ●福祉用具購入費支給申請書 ●購入した福祉用具が掲載されたパンフレット ●領収書

支給

購入費用の7～9割が支給されます。

※指定を受けていない事業者から購入した場合は、支給の対象になりませんのでご注意ください。
指定事業者には、「福祉用具専門相談員」が配置されているので、購入する前に相談しましょう。



受領委任払

事前申請
が必要です

(自己負担分のみ支払)の場合

事前 申請

大村市の窓口に必要な書類を提出します。

申請書類 ●福祉用具購入費支給申請書 ●委任状 ●購入した福祉用具が掲載されたパンフレット ●見積書

書類審査後、購入許可が通知されます。

購入・ 支払い

購入費用の自己負担分(1～3割)を指定事業者を支払い、福祉用具を購入します。

領収書 提出

自己負担分の領収書を市に提出します。

大村市が指定事業者に購入費用の7～9割を支給します。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

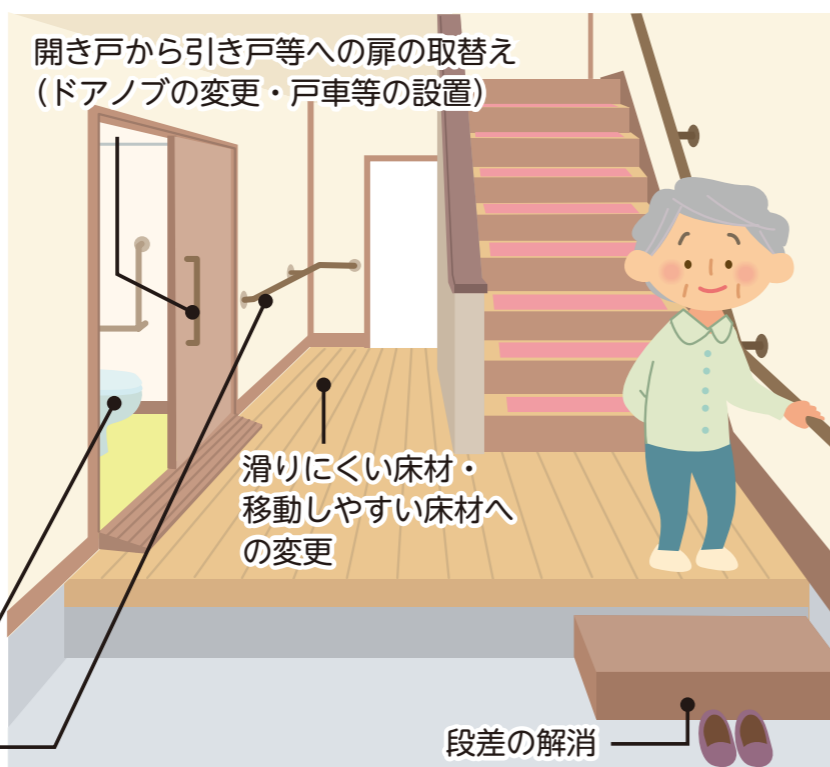
決まり方・納め方 介護保険料の方

より安全な生活が送れるように住宅を改修する

要支援 1~2 要介護 1~5 **居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)** 事前と事後に申請が必要です

生活環境を整えるための住宅改修に対し、20万円を上限として費用の7~9割が住宅改修費として支給されます。
(費用が20万円かかったとき、自己負担1割の場合は2万円、2割の場合は4万円、3割の場合は6万円が自己負担額です)

●工事前には保険給付の対象となるかどうかを、ケアマネジャーか市の窓口にご相談しましょう。



◎介護保険の対象となる工事の例

- 手すりの取付け
- 段差や傾斜の解消
- 滑りにくい床材・移動しやすい床材への変更
- 開き戸から引き戸等への扉の取替え、扉の撤去
- 和式から洋式への便器の取替え
- その他これらの各工事に付帯して必要な工事

※屋外部分の改修工事も給付の対象となる場合があります。

住宅改修のサービスを受けるには、要介護認定を受けていることが前提となります。また、住宅改修を利用するときには、複数の業者から見積りをとりましょう。



支給限度額 / 20万円まで (原則1回限り)

20万円が上限で、その1~3割が自己負担です。

※1回の改修で20万円を使い切らずに、数回に分けて使うこともできます。
※引っ越しをした場合や要介護度が著しく高くなった場合、再度支給を受けることができます。

費用の支払については次の方法があります。どちらも**施工前と施工後に申請が必要です。**

- ①償還払…利用者は、費用の全額を施工業者へ支払います。後から給付割合に応じた金額が大村市より利用者へ支給されます。
- ②受領委任払…利用者は、費用のうち自己負担割合に応じた金額を施工業者へ支払います。後から給付割合に応じた金額が大村市より事業者へ直接支払われます。

事前と事後に申請が必要です



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

地域包括支援センターのご案内

地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口です

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で生活ができるよう支援するための拠点です。主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などの専門職が、介護に関する悩みや心配ごとのほか、健康や福祉に関するさまざまな支援を行っています。

地域包括支援センターが行っている主な支援

総合相談



介護が必要な高齢者やその家族のために、介護に関する相談のほか、福祉や健康など、さまざまな相談を受け付けています。

認知症総合相談センター



認知症の方への接し方や病院受診などについて、困ったことがあれば、ご相談ください。必要に応じ、短期集中的に医療・介護の支援体制を整える、認知症初期集中支援チームが対応します。

介護予防 ケアマネジメント

要支援1・2および事業対象者の方の介護予防ケアプランなどを作成して、介護予防の支援をします。



権利擁護

消費者被害などへの対応、成年後見制度の利用支援、高齢者の虐待の防止・早期発見・早期対応などに取り組みます。



包括的・継続的ケアマネジメント

住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、介護サービス事業者や医療・行政機関のネットワークづくりを進めています。また、主任ケアマネジャーが地域のケアマネジャーの支援を行います。



介護予防・日常生活支援総合事業

～自分らしい生活を続けるために～

介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」）は、高齢者の介護予防と自立した日常生活の支援を目的とした事業で、**一般介護予防事業**と**介護予防・生活支援サービス事業**の二つからなります。

大村市が実施する介護予防・日常生活支援総合事業

一般介護予防事業

介護予防に関する情報を提供し、介護予防の重要性の理解と自助の意識づけのための教室や「生きがい・学習意欲」を促進する講座を開催します。また、その支援のための活動に関する事業を行います。

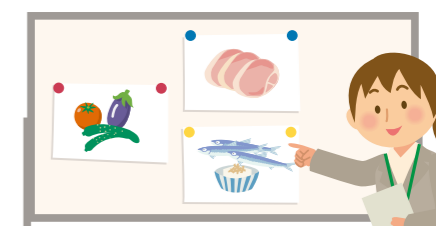
介護予防普及啓発事業

介護予防教室（出前講座）

市の職員や専門講師が公民館などに出向いて行う介護保険制度や認知症・運動・口腔ケア・栄養などの介護予防に関する講座です。

対象 老人会、町内会など、市内の10人以上の団体・グループ

材料費が必要な場合、実費負担



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決め方

熟年大学校事業

高齢者大学、介護予防セミナー、熟年ウォーキングなどの専門講座です。

※各講座定員あり

対象者 65歳以上の方 **参加費** 無料

場所 大村市コミュニティセンター、中地区公民館、郡地区公民館 など

問合せ 大村市コミュニティセンター ☎54-3161
大村市総合福祉センター ☎53-1351



地域ふれあい館 (通いの場)

市と社会福祉協議会がサポートし、地域の方が運営する通所サービスです。公民館等でおおむね週1回、運動やレクリエーションなどを行います。



介護予防・生活支援サービス事業

認定審査で要支援1・2と判定された方や、大村市地域包括支援センターで行う基本チェックリストで生活機能低下がみられた方など介護予防に取り組む必要がある人を対象とした事業です。この事業の利用者が要介護1～5になった場合でも、本人が希望し、市に認められれば、引き続きこの事業を利用することができます。

訪問型サービス

生きがい対応型訪問サービス

(P16「総合事業の訪問型サービス」を参照)

市が指定した事業者が行う身体介護および生活援助の訪問型サービスです。



軽度生活支援員派遣サービス (A型)

市が指定した事業者が行う生活援助のサービスです。

地域ヘルプサービス (B型)

大村市シルバー人材センターが行う生活援助のサービスです。

短期集中予防サービス (C型)

理学療法士、管理栄養士、歯科衛生士、保健師等が自宅を訪問し、運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上、認知症予防などについて、ご相談に応じます。

食の自立支援事業

食関連 (宅配弁当・買い物など) サービスの情報提供や食生活に関する相談・支援を行います。

※宅配弁当などは民間サービスになりますので実費負担です。



通所型サービス

生きがい対応型通所サービス

(P20「総合事業の通所型サービス」を参照)

市が指定した事業者が行う生活行為や運動機能向上のための通所型サービスです。



高齢者活動支援サービス (A型)

市が指定した事業者が行うミニ通所サービスです。



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

介護予防・日常生活支援総合事業以外の地域支援事業

認知症高齢者等見守り事業

徘徊高齢者GPS検索サービス事業

位置検出用発信機を貸与し、徘徊行動の発生時に位置確認などの捜索活動を支援します。

対象者 認知症による徘徊行動がみられる65歳以上の在宅高齢者を介護する家族

利用料 550円/月(基本使用料)

※在宅高齢者の世帯が住民税非課税世帯の場合は、市が負担します。

※機器の維持に必要な電池代、一定以上の位置検出にかかる費用および捜索活動にかかる費用は自己負担となります。



認知症サポーター養成講座

認知症の症状、支援および予防について学び、認知症の方やその家族を見守るサポーター(応援者)を養成する講座です。

対象者 市内の10人以上の団体、グループ、学校、企業など



在宅医療サポートセンター「まちなか保健室」

医療の相談窓口: 日常の療養生活の支援や退院支援・調整を行います。

24時間コールセンター:

主治医にご相談の上、コールセンターに登録された方に対し、在宅主治医の診療や時間外の状態悪化に対し電話応対します。また、救急搬送の際、入院先に情報提供を速やかに行います。

対象者 在宅生活に不安がある方、がん療養の方など



在宅医療に関する出前講座:

公民館などに出向いて行う講座です。

対象者 市内の10人以上の団体・グループ

問合せ 在宅医療サポートセンター「まちなか保健室」 ☎0957-20-7115

大村地域歯科医療連携室「お口の健康相談室」

- 1 訪問歯科診療に関するご相談: 訪問歯科診療の歯科医の紹介や調整を行います。
- 2 口腔ケアに関するご相談: 施設やご自宅などで個々のご相談に応じます。
- 3 施設利用者のお口の管理に関する相談: 病院スタッフや施設職員に対し口腔ケアに関する技術指導や講話を行います。

対象者 市内在住の方

問合せ 大村地域歯科医療連携室「お口の健康相談室」
月～金(祝祭日は除く): 10～15時 ☎56-8555



徘徊SOSネットワーク事業

認知症等により道を間違えたり、自宅がわからなくなることが日常的にある場合、市に事前登録できます。

※認知症高齢者等の行方不明が発生した際、警察等と連携し、協定団体等に情報提供をし、迅速な捜索活動を行います。

対象者 認知症または認知症の疑いがある方



家族介護支援対策事業

家族介護用品支給事業

寝たきりなどの高齢者を在宅で介護する家族の経済的負担を軽減するために日常生活用品(おむつ・尿取りパットなど)の支給券を交付します。

対象者 要介護4・5の認定を受けた65歳以上の高齢者を介護している家族

※住民税非課税世帯が対象です。

支給券 6,250円/月



介護保険制度のしくみ

サービスの利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

決まり方・納め方の介護保険料

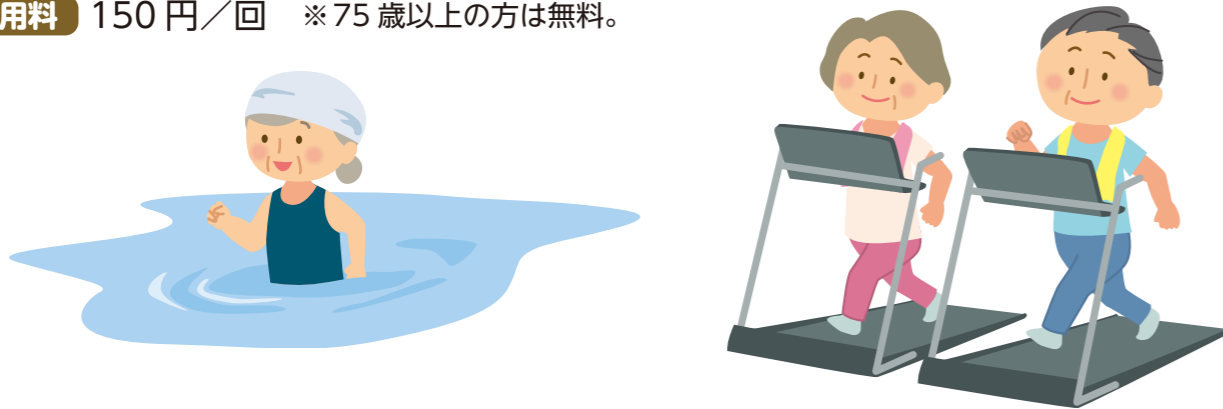
地域支援事業以外の介護予防事業

保健福祉事業

シルバーパワーアップ事業／運動機能の維持・回復

シーハットおおむらのトレーニングルームと大村市屋内プールを会員料金で利用できます。利用するには、事前に会員登録が必要です。

- 対象者** 利用の際、介助を必要としない65歳以上の方
※介護保険料を長期にわたって滞納している方は利用できません。
- 利用料** 150円／回 ※75歳以上の方は無料。

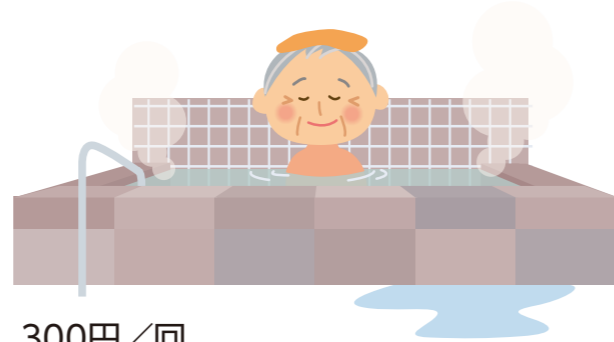


高齢者リフレッシュ事業／介護予防・健康増進

市が指定する温泉施設を会員料金で利用（週3回まで）できます。利用するには、事前に会員登録が必要です。

- 対象者** 65歳以上の方
※介護保険料を長期にわたって滞納している方は利用できません。

- 利用料** 天然温泉「ゆの華」（サンスパおおむら内） 300円／回
龍神温泉「かやぜの湯」 350円／回



訪問理美容サービス費（市町村特別給付）

大村市内に住所を有し、理容所または美容所に行くことが困難な在宅の者を対象に、理容所または美容所が対象者の自宅までの移動に要する経費に係る利用券を交付します。

- 対象者** 要介護3・4・5の認定を受けた在宅の高齢者
- 利用券** 1,500円／1枚 ※年間最大6枚
- その他** 令和3年度から実施予定です。事業内容が変更になる場合があります。



介護保険以外のサービス

伊勢町ふれあい館・中地区ふれあい館／高齢者活動支援施設

趣味の活動やレクリエーションなどを通じ交流を深め、介護予防と生きがいづくりを推進する施設です。

- 対象者** 利用の際、介助を必要としない65歳以上の方
要支援1・2、要介護1の認定を受けた方のうち、単身で利用できる方
- 利用料** 100円／回 ※75歳以上の方は無料。
- 問合せ** 伊勢町ふれあい館 ☎50-1020
中地区ふれあい館 ☎54-1659
※開館時間：午前9時～午後5時（休館日：土・日・祝日・年末年始）



在宅老人等生活環境改善事業費補助金

介護保険制度の認定審査において自立と判定された方のうち、大村市地域包括支援センターが作成する介護予防サービス・支援計画表に、住宅改修が必要と記載された方へ、生活環境改善に必要な住宅改修の費用の一部を支援します。

- 補助内容** 住宅改修費用（10万円を上限）の7～9割を補助金として交付
- 対象工事** 手すりの取付け、段差の解消、床または通路面の材料の変更



在宅高齢者等緊急通報装置貸与

独居高齢者などの生活の安全を支援するため、急病などの緊急時連絡のための通報装置を貸与します。

- 対象者** 65歳以上の独居の方、65歳以上のみの世帯に属する方
- 利用料** 380円／月（機器使用料）
※利用料のほか、機器の維持に必要なバッテリー代、緊急時の出動料金は自己負担です。



訪問理美容サービス事業

大村市内に住所を有し、理容所または美容所に行くことが困難な施設等に入所する者が施設等で理美容サービスを受ける際の理容所または美容所が対象者の入所する施設までの移動に要する経費について補助を行います。

- 対象者** 要介護3・4・5の認定を受けた施設に入居する高齢者
- 補助の額** 1,500円／1回 ※年間最大1施設当たり6回
- その他** 令和3年度から実施予定です。事業内容が変更になる場合があります。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

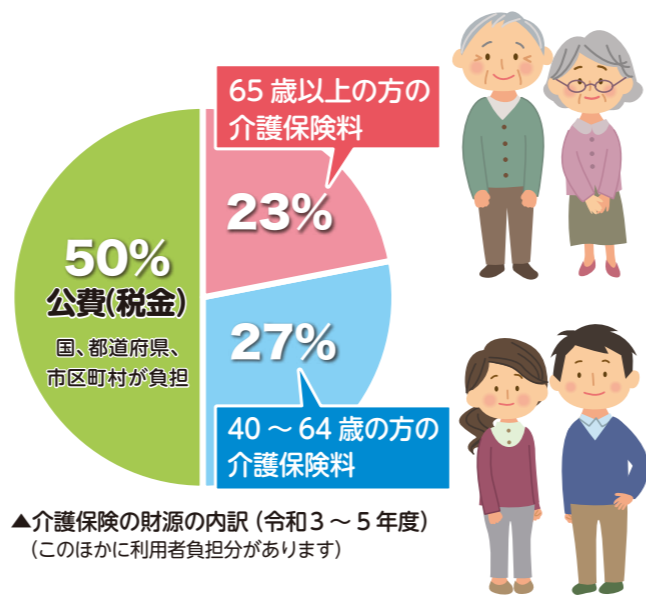
福祉用具貸与・購入・住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方

社会全体で介護保険を支えています

介護保険は、国や都道府県、市区町村が負担する「公費(税金)」と、みなさん一人一人が納める「介護保険料」を財源として運営されています。介護保険料はきちんと納めましょう。



65歳以上の方の介護保険料の決め方

65歳以上の方の介護保険料は、大村市の介護サービス費用がまかなえるよう算出された「基準額」をもとに決まります。

基準額の決め方

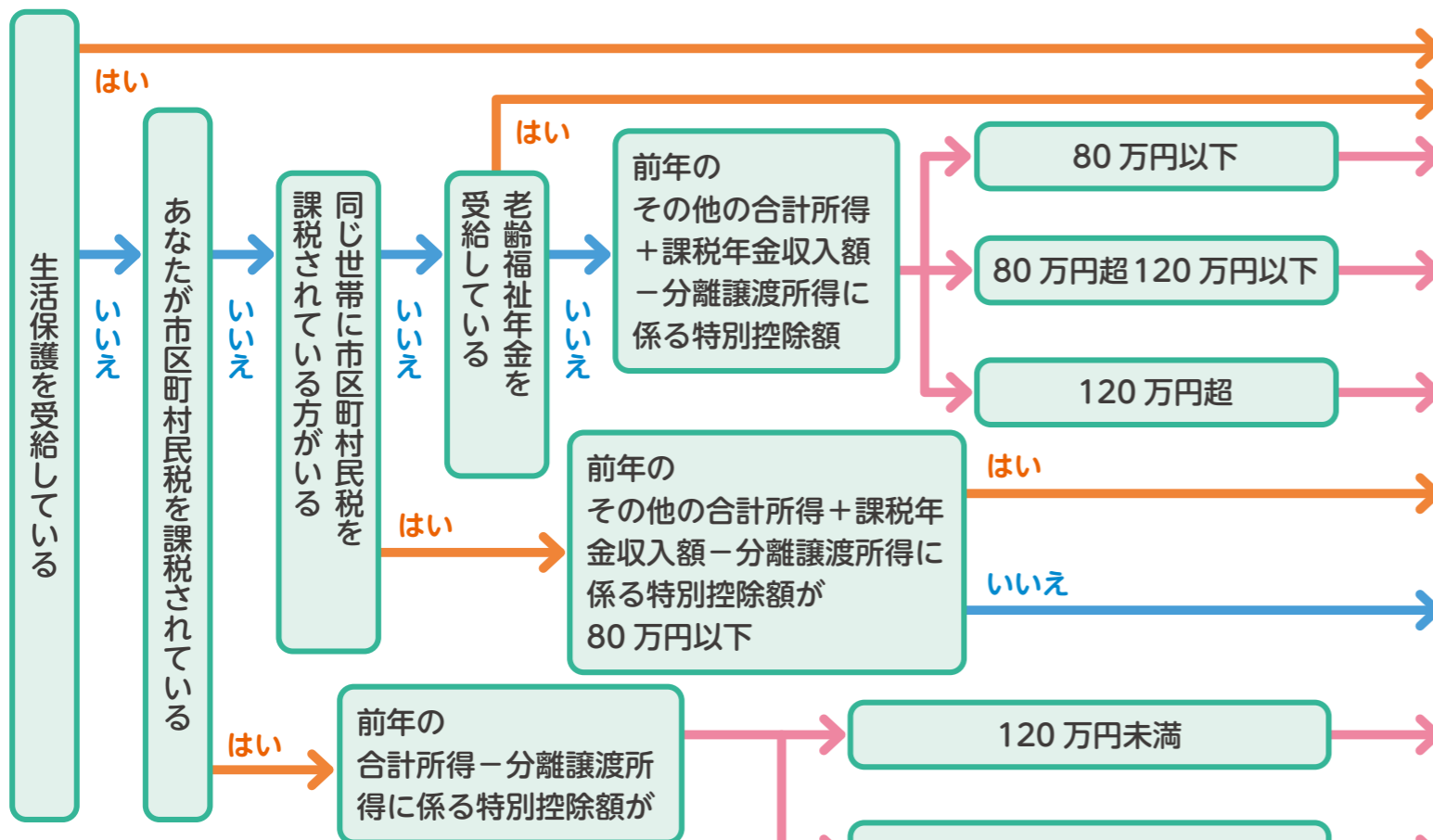
$$\frac{\text{大村市に必要な介護サービスの総費用} \times \text{65歳以上の方の負担分23\%}}{\text{大村市に住む65歳以上の方の人数}}$$

大村市の令和3～5年度の介護保険料の基準額 69,600円(年額)

介護保険料は、この「基準額」をもとに、所得状況に応じて、9段階に分かれます。

所得段階	対象となる方	調整率	保険料(年額)
第1段階	・生活保護受給者の方 ・老齢福祉年金受給者で、世帯全員が市区町村民税非課税の方	基準額 × 0.30	20,880円
第2段階	世帯全員が市区町村民税非課税で 前年のその他の合計所得+課税年金収入額-分離譲渡所得に係る特別控除額	基準額 × 0.50	34,800円
第3段階	120万円超の方	基準額 × 0.70	48,720円
第4段階	世帯の誰かに市区町村民税が課税されているが、 本人は市区町村民税非課税で 前年のその他の合計所得+課税年金収入額-分離譲渡所得に係る特別控除額	基準額 × 0.90	62,640円
第5段階	80万円超の方	基準額 × 1.00	69,600円(基準額)
第6段階	120万円未満の方	基準額 × 1.20	83,520円
第7段階	本人が市区町村民税課税で 前年の合計所得-分離譲渡所得に係る特別控除額	基準額 × 1.30	90,480円
第8段階	210万円以上320万円未満の方	基準額 × 1.50	104,400円
第9段階	320万円以上の方	基準額 × 1.70	118,320円

あなたの介護保険料は？



※老齢福祉年金 明治44年(1911年)4月1日以前に生まれた方、または大正5年(1916年)4月1日以前に生まれた方で一定の要件を満たしている方が受けている年金です。

【合計所得】 収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額で扶養控除や医療費控除等の所得控除前の金額。
【その他の合計所得】 合計所得金額から年金所得金額を控除した金額。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決め方・納め方

65歳以上の方の介護保険料の納め方

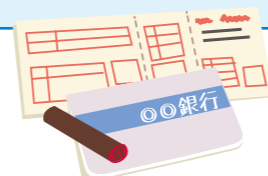
65歳以上になった月(65歳の誕生日の前日の属する月)の分から納めます。
納め方は受給している年金*の額によって次の2通りに分かれ、個人で納め方を選ぶことはできません。

*受給している年金とは、老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金をいいます。老齢福祉年金は対象にはなりません。

年金が年額**18万円未満**の方 → **【納付書】**や**【口座振替】**で各自納めます

- 介護保険料の年額を納付期限に合わせて納めます。
- 大村市から納付書が送付されますので、取扱い金融機関等で納めてください。

忙しい方、なかなか外出ができない方は、**口座振替が便利**です。



口座振替が便利ね



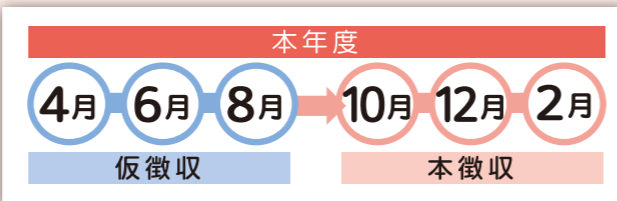
- 手続**
- 1 介護保険料の**納付書、通帳、印かん(通帳届出印)**を用意します。
 - 2 取扱い金融機関で「**口座振替依頼書**」に必要事項を記入し、申し込みます。

※口座振替の開始は、通常、申込日の翌月からになります。
※口座の残高をご確認ください。残高不足で引き落としできない場合があります。

年金が年額**18万円以上**の方 → 年金から**【天引き】**になります

- 介護保険料の年額が、年金の支払月(4月・6月・8月・10月・12月・2月)の年6回に分けて天引きになります。

4月、6月、8月は、仮に算定された保険料を納め(仮徴収)、10月、12月、2月は、確定した年間保険料額から仮徴収分を除いた額を納めます(本徴収)。



- 特別徴収の対象者として把握されると、おおむね6か月後から介護保険料が天引きになります。

! こんなときは、一時的に納付書で納めます

- 年度途中で介護保険料が増額になった。
- 年度途中で65歳になった。
- 年度途中で老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金の受給が始まった。
- 年度途中で他の市区町村から転入した。
- 介護保険料が減額になった。
- 年金が一時差止めになった。 など

普通徴収

特別徴収

介護保険料を滞納すると？

災害など特別な事情もなく介護保険料を納めないでいると、次のような措置がとられます。介護保険料は納め忘れのないよう納期限までに納めましょう。



納期限を過ぎると 督促が行われます。**督促手数料や延滞金が徴収**される場合があります。

1年以上滞納すると 利用したサービス費用は**いったん全額を自己負担**します。申請により後から保険給付費(本来の自己負担を除く費用)が支払われます。

1年6か月以上滞納すると 引き続き、利用したサービス費用は**いったん全額自己負担**となり、申請しても保険給付費の一部または全額が**一時的に差し止め**られます。滞納が続く場合は、**差し止められた額から介護保険料が差し引かれる**場合があります。

2年以上滞納すると 上記に加えて、滞納期間に応じて、利用したサービス費用の自己負担割合が**3割または4割に引き上げ**られたり、**高額介護サービス費、特定入所者介護サービス費などが受けられなくな**ったりします。

納付がむずかしい場合は 災害などの特別な事情で介護保険料を納めることが難しくなった場合は、まずは窓口までご相談ください。減免や猶予が受けられる場合があります。

40～64歳の方の介護保険料

40～64歳の方(第2号被保険者)の介護保険料は、加入している医療保険の算定方式を基本として決まります。詳しくは加入している医療保険にお問い合わせください。

	決まり方	納め方
国民健康保険に加入している方 	世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。	同じ世帯の第2号被保険者全員の医療分・後期高齢者支援分と介護分を合わせて、世帯主が納めます。
職場の健康保険に加入している方 	加入している医療保険の算定方式に基づいて決まります。	医療分・後期高齢者支援分と介護分を合わせて、給与から差し引かれます。 ※40～64歳の被扶養者は個別に介護保険料を納める必要はありません。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

費用の支払

サービスの種類と費用

福祉用具貸与・購入・住宅改修

地域支援事業

介護保険料の決まり方・納め方