

# 介護サービス・介護予防サービスが利用できます

介護保険のサービスでは、要介護1～5の方は介護サービスを、要支援1・2の方は介護予防サービス及び介護予防・生活支援サービスを利用できます。

**サービスを利用する時は、「■サービス費用のめやす」の1～3割が自己負担となります。該当する負担割合を調べるには、P7の表をご確認ください。**

## 在宅サービス ー種類と費用のめやすー

訪問を受けて利用する

### 要介護1～5の方

#### 訪問介護(ホームヘルプ)

介護等を必要と認定された方の家庭をホームヘルパーが訪問し、食事・入浴・排せつなどを介助する「身体介護」や、掃除・洗濯・買い物・調理などの「生活援助」を介護サービス計画(ケアプラン)に沿って行います。

なお、利用者以外のためのお手伝いはサービスの対象となりません。(本人以外のため掃除、庭の草むしり、除雪など)

### ■サービス費用のめやす

身体介護	
20分未満	1,630円
20分以上30分未満	2,440円
30分以上1時間未満	3,870円
1時間以上	5,670円

#### 生活援助

20分以上45分未満	1,790円
45分以上	2,220円
(早朝、夜間、深夜などの加算あり)	

#### 通院等のための乗車降車の介助

970円/回
(移送にかかる費用は別途自己負担)

### 要介護1～5の方

#### 訪問入浴介護

家庭に簡易浴槽を持ち込み、看護師や介護職員から介助を受けながら入浴できるのが訪問入浴介護です。利用の対象となるのは主に次の場合です。

- 病気などのため、通所介護施設などで入浴することが難しい。
- 病気などのため、自宅の浴槽で入浴することが難しい。
- 自宅に風呂が無く、病気などのため外出も難しい。

なお、入浴は身体に負担がかかるため、利用にあたっては、あらかじめ主治医の許可をとることが必要です。

### ■サービス費用のめやす

12,660円/回

### 要支援1・2の方

#### 介護予防訪問入浴介護

サービス内容は「訪問入浴介護」と同じですが、要支援1・2の認定を受けている方の状態の悪化を出来る限り予防することに重点を置いています。



### ■サービス費用のめやす

8,560円/回

介護保険のしくみ

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用支払い負担額軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険Q&A

介護保険のし  
く  
み

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型  
サービス

総合事業

費用支払い  
負担額軽減

地域包括支援  
センター

介護保険料

介護保険  
&  
A

## 要介護1～5の方

### 訪問リハビリテーション

通院してリハビリを受けることが困難な方に対して、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士などが自宅に訪問し、それぞれの状況に応じた訓練や精神的サポートなどのリハビリテーションを行います。

■サービス費用のめやす 3,080円/回

### 訪問看護

病気や障がいを持った人が住み慣れたご家庭で、その人らしく療養生活を送れるように、訪問看護ステーションや病院等の看護師等が訪問し、看護ケアを提供し、療養生活を支援します。

#### ■サービス費用のめやす

訪問看護ステーションから

20分未満、早朝夜間深夜	3,140円
30分未満	4,710円
30分以上1時間未満	8,230円
1時間以上90分未満	11,280円
理学療法士、作業療法士 又は言語聴覚士の場合	2,940円

病院または診療所から

20分未満	2,660円
30分未満	3,990円
30分以上1時間未満	5,740円
1時間以上90分未満	8,440円

### 居宅療養管理指導

通院困難な利用者の家庭を医師や歯科医師、薬剤師、管理栄養士等が訪問し、心身の状況や置かれている環境等を把握して、療養上の管理・指導・助言等を行うことにより、利用者の療養生活の向上を図ります。

#### ■サービス費用のめやす(在宅の利用者に対して行う場合)

・医師が行う場合	5,150円/回(1ヶ月に2回まで)
・歯科医師が行う場合	5,170円/回(1ヶ月に2回まで)
・医療機関の薬剤師が行う場合	5,660円/回(1ヶ月に2回まで)
・薬局の薬剤師が行う場合	5,180円/回(1ヶ月に4回まで)
・管理栄養士が行う場合	5,450円/回(1ヶ月に2回まで)
・歯科衛生士等が行う場合	3,620円/回(1ヶ月に4回まで)

## 要支援1・2の方

### 介護予防訪問リハビリテーション

通院してリハビリを受けることが困難な方に対して、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士などが自宅に訪問し、介護予防を目的に、それぞれの状況に応じた訓練や精神的サポートなどのリハビリテーションを行います。

■サービス費用のめやす 2,980円/回

### 介護予防訪問看護

病気や障がいを持った人が住み慣れたご家庭で、その人らしく療養生活を送れるように、訪問看護ステーションや病院等の看護師等が訪問し、看護ケアを提供し、自立への援助を促し療養生活を支援します。

#### ■サービス費用のめやす

訪問看護ステーションから

20分未満、早朝夜間深夜	3,030円
30分未満	4,510円
30分以上1時間未満	7,940円
1時間以上90分未満	10,900円
理学療法士、作業療法士 又は言語聴覚士の場合	2,840円

病院または診療所から

20分未満	2,560円
30分未満	3,820円
30分以上1時間未満	5,530円
1時間以上90分未満	8,140円

### 介護予防居宅療養管理指導

通院困難な利用者の家庭を医師や歯科医師、薬剤師、管理栄養士等が訪問し、心身の状況や置かれている環境等を把握して、療養上の管理・指導・助言等を行うことにより、介護予防を目的として利用者の療養生活の向上を図ります。

通所して利用する

介護保険のしくみ

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用負担額軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険QA

要介護1～5の方

通所介護(デイサービス)

日帰り介護施設(デイサービスセンター)等へ通い、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練を行うサービスです。通常送迎バスでの送り迎えがあり、施設ではレクリエーションの時間などが設けられています。

- 18人以下の事業所については「地域密着型サービス」(P21)に記載しています。

■サービス費用のめやす

7時間以上8時間未満(送迎を含む)

要介護1	6,580円/日
要介護2	7,770円/日
要介護3	9,000円/日
要介護4	10,230円/日
要介護5	11,480円/日

要介護1～5の方

通所リハビリテーション

病院、診療所および介護老人保健施設などの指定通所リハビリ事業所に通い、機能の維持回復を図り日常生活の自立を支援するための、理学療法・作業療法・言語療法等の機能訓練(リハビリテーション)を受けます。

■サービス費用のめやす

通常規模の事業所の場合

7時間以上8時間未満(送迎を含む)

要介護1	7,620円/日
要介護2	9,030円/日
要介護3	10,460円/日
要介護4	12,150円/日
要介護5	13,790円/日

要支援1・2の方

介護予防通所リハビリテーション

介護予防を目的として、病院、診療所および介護老人保健施設などの指定通所リハビリ事業所に通い、機能の維持回復を図り日常生活の自立を支援するための、理学療法・作業療法・言語療法等の機能訓練(リハビリテーション)を受けます。

■サービス費用のめやす

(月単位の定額)

共通的服务(送迎・入浴を含む)

要支援1	22,680円/月
要支援2	42,280円/月

選択的サービス(主なもの)

栄養改善	2,000円/月
口腔機能向上(I)	1,500円/月
口腔機能向上(II)	1,600円/月
一体的サービス	4,800円/月



「■サービス費用のめやす」の1～3割が自己負担となります。

### 要介護2～5の方

## 福祉用具貸与

心身の機能が低下した方が出来る限り居宅で自立した日常生活を営めるよう、自立支援や介護負担を軽減するための福祉用具を貸し出しします。

- 車いす
  - 車いす付属品
  - 特殊寝台
  - 特殊寝台付属品
  - 床ずれ防止用具
  - 体位変換器
  - 手すり(工事をとみなわないもの)
  - スロープ(工事をとみなわないもの)
  - 歩行器
  - 歩行補助つえ
  - 認知症老人徘徊感知機器
  - 移動用リフト(つり具を除く)
  - 特殊寝台付属品の介助用ベルト
  - 特殊尿器
  - 自動排せつ処理装置
- (原則として要介護4、5の方が対象です。)

次の福祉用具は、ケアマネジャーや福祉用具専門員の提案を受け、利用者の意思で購入することもできます。

- 固定用スロープ
- 歩行器(歩行車を除く)
- 単点杖(松葉杖を除く)と多点杖

### ■サービス費用のめやす

- レンタル料金の1割、2割または3割を負担します。
- 月々の「在宅サービス」支給限度額の範囲内で利用します。

### 【貸し出しの際の商品説明について】

事業者から、全国平均貸与価格と、その事業者の貸与価格、両方の説明を受けられます。

### 要介護1の方 要支援1・2の方

## 介護予防福祉用具貸与

心身の機能が低下した方が出来る限り居宅で自立した日常生活を営めるよう、自立支援や介護負担の軽減など介護予防を目的に福祉用具を貸し出しします。

貸し出しができる福祉用具が限定されます。

- 手すり(工事をとみなわないもの)
- スロープ(工事をとみなわないもの)
- 歩行器
- 歩行補助つえ
- 特殊尿器



生活環境を整える

介護保険のし  
く  
み

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型  
サービス

総合事業

費用支払い  
負担額軽減

地域包括支援  
センター

介護保険料

介護保険  
&  
A

### 要介護1～5の方

### 要支援1・2の方

## 特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入)

居宅で介護を受けている人が、「排せつ」や「入浴」などに使用する貸与になじまない福祉用具(特定福祉用具)を購入した場合に、購入費の一部を支給します。(施設・病院等に入所(入院)されている人は対象になりません。)

### ◎対象となる特定福祉用具の購入費用の上限

福祉用具購入費の支給対象となる特定福祉用具の購入費用の上限は、要介護度にかかわらず同一年度に10万円までです。

購入費用の合計が同一年度内で10万円に達するまでは、福祉用具購入費の支給が受けられますが、過去に同じ用途の特定福祉用具を購入している場合は、原則として支給の対象になりません。

- 腰掛け便座
- 特殊尿器、自動排せつ処理装置の交換可能部品
- 入浴補助用具
- 簡易浴槽
- 移動用リフトのつり具

事前に指定された事業所で販売される特定(介護予防)福祉用具を購入した場合に限り、福祉用具購入費が支給されます。また、福祉用具購入においては、購入の必要性やモニタリングなどについて、福祉用具専門相談員がアドバイスを行います。

生活環境を整える

介護保険のしくみ

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用負担軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険Q&A

要介護1～5の方

要支援1・2の方

## 居宅介護(予防)住宅改修費支給

生活環境を整えるための手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をする際、要介護度に関係なく、改修費用の上限を20万円として、その費用の9割、8割または7割を支給します。

### ◎利用にあたっての注意

支給を受けるためには、事前の申請が必要です。

必ず改修前に、地域包括支援センターやケアマネジャー等にご相談ください。

### ◎介護保険の対象となる改修

- ①手すりの取り付け
- ②段差の解消
- ③滑り防止及び移動の円滑化等のための床又は通路面の材料の変更
- ④引き戸への扉の取替え
- ⑤洋式便器などへの便器の取替え
- ⑥上記①～⑤の各工事に付帯して必要と認められる工事



### ◎手続きの流れ(事前申請が必要です)

ケアマネジャーなどに相談



複数の施工事業者の選択・見積り依頼



市区町村へ事前に申請



工事を始める前に必要な書類を提出します。

工事の実施・完了／支払い



市区町村から承認されたら工事を行い、施工業者に代金を支払います。

市区町村へ支給申請書・領収書などを提出

### 【注意事項】

1. 対象となる住宅は住民票に記載されている住所の住宅です。
2. 介護施設や病院などに入所・入院されている方は利用できませんが、退所・退院日が決まっている方は利用できますので、工事着工前にケアマネジャーや契約しているケアマネジャーがいない場合は高齢福祉課にご相談ください。
3. 新築・建替えの場合は、支給対象になりません。

「■サービス費用のめやす」の1～3割が自己負担となります。

### 要介護1～5の方

## 短期入所生活介護 (短期入所療養介護)

特別養護老人ホームや老人短期入所施設に短期間入所し、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。医療的にみて治療や療養等が必要な方は、老人保健施設や療養施設に短期入所する短期入所療養介護も利用できます。

### ■サービス費用のめやす(1日)

#### 短期入所生活介護

併設型・多床室介護老人福祉施設の利用

要介護1	6,030円/日
要介護2	6,720円/日
要介護3	7,450円/日
要介護4	8,150円/日
要介護5	8,840円/日

#### 短期入所療養介護

多床室介護老人保健施設の利用

要介護1	8,300円/日
要介護2	8,800円/日
要介護3	9,440円/日
要介護4	9,970円/日
要介護5	10,520円/日

(居住費・食費等を除く)

### 要支援1・2の方

## 介護予防短期入所生活介護 (介護予防短期入所療養介護)

介護予防を目的として特別養護老人ホームや老人短期入所施設に短期間入所し、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。医療的にみて治療や療養等が必要な方は、老人保健施設や療養施設に短期入所する短期入所療養介護も利用できます。

### ■サービス費用のめやす(1日)

#### 介護予防短期入所生活介護

併設型・多床室介護老人福祉施設の利用

要支援1	4,510円/日
要支援2	5,610円/日

#### 介護予防短期入所療養介護

多床室介護老人保健施設の利用

要支援1	6,130円/日
要支援2	7,740円/日

(居住費・食費等を除く)

### 要介護1～5の方

## 特定施設入居者生活介護

特定施設の指定を受けた介護付有料老人ホームや軽費老人ホーム(ケアハウス)、介護サービス付高齢者向け住宅の入居者は、入浴、排せつ、食事等の介護その他の日常生活上の世話、機能訓練及び療養上の世話などを受けられます。

### ■サービス費用のめやす(1日)

要介護1	5,420円/日
要介護2	6,090円/日
要介護3	6,790円/日
要介護4	7,440円/日
要介護5	8,130円/日

(居住費・食費等を除く)

### 要支援1・2の方

## 介護予防特定施設入居者生活介護

介護予防を目的として特定施設の指定を受けた介護付有料老人ホームや軽費老人ホーム(ケアハウス)、介護サービス付高齢者向け住宅の入居者は、入浴、排せつ、食事等の介護その他の日常生活上の世話、機能訓練及び療養上の世話などを受けられます。

### ■サービス費用のめやす(1日)

要支援1	1,830円/日
要支援2	3,130円/日

(居住費・食費等を除く)

短期入所する

介護保険のし  
く  
み

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型  
サービス

総合事業

費用支払い  
負担額軽減

地域包括支援  
センター

介護保険料

介護保険  
&  
A

在宅に近い暮らしをする

# 施設サービス ー種類と費用のめやすー

施設サービスは、介護が中心か、リハビリを必要としているか、どの程度医学的なケアが必要かによって、4種類の介護保険施設から入所する施設を選択します。

**要介護1～5の方が利用できます(要支援1～2の方は利用できません)。**

平均的な施設サービス費用のめやすは次のとおりです。

## ●施設サービスを利用したときの費用

介護保険施設に入所した場合は、施設サービス費の自己負担分に加え、居住費・食費・日常生活費を支払います。なお、自己負担分(割合)についてはP7をご参照ください。

施設サービス費の自己負担分 + 居住費 + 食費 + 日常生活費

「■サービス費用のめやす」の1～3割が自己負担となります。

介護保険施設に入所する

### 介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)

常時介護が必要で、自宅での生活が困難な高齢者が入所し、食事、入浴など日常生活の介護が受けられます。

●新規に入所できるのは、原則として要介護3以上の方です。

なお、要介護1・2の方でも、認知症などやむを得ない事情がある場合は、新規入所が認められる場合があります。

■施設サービス費用のめやす(1日につき)(居住費・食費等を除く)

要介護度	従来型居室	多床室	ユニット型居室 ユニット型個室の多床室
要介護1	5,890円	5,890円	6,700円
要介護2	6,590円	6,590円	7,400円
要介護3	7,320円	7,320円	8,150円
要介護4	8,020円	8,020円	8,860円
要介護5	8,710円	8,710円	9,550円

### 介護老人保健施設 (老人保健施設)

病状が安定している人が自宅へ戻れるよう、リハビリを中心としたケアを行います。医学的な管理のもとで、日常生活の介護や機能訓練が受けられます。

■施設サービス費用のめやす(1日につき)(居住費・食費等を除く)

要介護度	従来型居室	多床室	ユニット型居室 ユニット型個室の多床室
要介護1	7,170円	7,930円	8,020円
要介護2	7,630円	8,430円	8,480円
要介護3	8,280円	9,080円	9,130円
要介護4	8,830円	9,610円	9,680円
要介護5	9,320円	10,120円	10,180円

### 介護医療院

要介護者が、長期療養のための医療と日常生活上の世話(介護)を一体的に受けられます。

■施設サービス費用のめやす(1日につき)(居住費・食費等を除く)

要介護度	従来型居室	多床室	ユニット型居室 ユニット型個室の多床室
要介護1	7,210円	8,330円	8,500円
要介護2	8,320円	9,430円	9,600円
要介護3	10,700円	11,820円	11,990円
要介護4	11,720円	12,830円	13,000円
要介護5	12,630円	13,750円	13,920円

介護保険のしくみ

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用負担軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険Q&A

# 地域密着型サービス ー種類と費用のめやすー

## 住み慣れた地域で受けるサービス

高齢者が介護を必要とする状況になっても住み慣れた地域での生活を継続することができるように、地域に根ざしたサービスを提供するのが、地域密着型サービスです。

- 利用者は事業所のある市区町村の住民に限定され、市区町村が事業者の指定や監督を行います。
- サービスの種類、内容などは市区町村によって異なります。

「■サービス費用のめやす」の1～3割が自己負担となります。

### 認知症の方むけのサービス

#### 認知症対応型通所介護 (介護予防認知症対応型通所介護)

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、機能訓練などを日帰りで受けられます。

なお、食費、居住費、日常生活費は別途負担となります。

要支援1・2の方      要介護1～5の方

#### ■サービス費用のめやす

7時間以上8時間未満(送迎を含む)

要支援1	8,610円/日
要支援2	9,610円/日

要介護1	9,940円/日
要介護2	11,020円/日
要介護3	12,100円/日
要介護4	13,190円/日
要介護5	14,270円/日

#### 認知症対応型共同生活介護 (介護予防認知症対応型共同生活介護) 【グループホーム】

認知症と診断された高齢者が共同生活する住居で、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練などが受けられます。

なお、食費、居住費、日常生活費は別途負担となります。

要支援2の方      要介護1～5の方

#### ■サービス費用のめやす(1日)

要支援2	7,610円/日
------	----------

要介護1	7,650円/日
要介護2	8,010円/日
要介護3	8,240円/日
要介護4	8,410円/日
要介護5	8,590円/日



介護保険のしき

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用負担額軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険QA

「■サービス費用のめやす」の1～3割が自己負担となります。

## 通所・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービス

### 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)

通所を中心に、訪問や短期間の宿泊を組み合わせた多機能なサービスが受けられます。

なお、食費、日常生活費は別途負担となります。

#### 要支援1・2の方

#### 要介護1～5の方

#### ■サービス費用のめやす(1ヶ月)

要支援1	34,500円/月
要支援2	69,720円/月
要介護1	104,580円/月
要介護2	153,700円/月
要介護3	223,590円/月
要介護4	246,770円/月
要介護5	272,090円/月

### 看護小規模多機能型居宅介護 (複合型サービス)

小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせることで、通所・訪問・短期間の宿泊で介護や医療・看護のケアが受けられます。

なお、食費、日常生活費は別途負担となります。

#### 要介護1～5の方

#### ■サービス費用のめやす(1ヶ月)

要介護1	124,470円/月
要介護2	174,150円/月
要介護3	244,810円/月
要介護4	277,660円/月
要介護5	314,080円/月

## 24時間対応の訪問サービス

### 定期巡回・随時対応型 訪問介護看護

日中・夜間を通じて、定期的な巡回と随時の通報により居宅を訪問してもらい、入浴・排せつ、食事などの介護や、日常生活上の緊急時の対応などが受けられます。

#### 要介護1～5の方

#### ■サービス費用のめやす(1ヶ月)

連携型・訪問看護サービスは別途負担

要介護1	54,460円/月
要介護2	97,200円/月
要介護3	161,400円/月
要介護4	204,170円/月
要介護5	246,920円/月

## 小規模な施設の通所介護サービス

### 地域密着型通所介護

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。

なお、食費、日常生活費は別途負担となります。

#### 要介護1～5の方

#### ■サービス費用のめやす

通常規模の事業所の場合

7時間以上8時間未満(送迎を含む)	
要介護1	7,530円/日
要介護2	8,900円/日
要介護3	10,320円/日
要介護4	11,720円/日
要介護5	13,120円/日

療養通所介護の場合

難病やがん末期の要介護者を対象	月額	127,850円/月
-----------------	----	------------

介護保険のし  
く  
み

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用支払い負担額軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険QA

# 介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)

いつまでもいきいきと自分らしい生活が続けられるように、また、介護が必要になっても、それ以上重度化しないように支援する事業です。

事業対象者及び要支援1・2の方が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」とすべての高齢者の方が利用できる「一般介護予防事業」があります。

## 介護予防・生活支援サービス事業 一 種類と費用のめやすー

「■サービス費用のめやす」の1～3割が自己負担となります。

### 訪問相当サービス

状態の悪化をできる限り予防し、ハツラツとした日常生活を営むことが出来るように支援するサービスです。

出来るようになる生活行為をイメージしながら、それらの生活行為ができるようになることを目指します。したがって、自分でできることはできるだけご自分で行っていただくこととなります。

サービス内容は「訪問介護」(P13)と同じですが、「身体介護」・「生活援助」といった区分はありません。

#### ■サービス費用のめやす(月単位の定額)

週1回程度の利用

事業対象者、要支援1・2 11,760円/月

週2回程度の利用

事業対象者、要支援1・2 23,490円/月

週2回程度を超える利用

要支援2のみ 37,270円/月  
(通院等乗降車介助は利用できません)

### 訪問緩和サービス

訪問相当サービスよりも人的基準を緩和したヘルパーが生活支援サービス(掃除・買い物・調理等)のみ行います。

#### ■サービス費用のめやす(月単位の定額)

週1回程度の利用

事業対象者、要支援1・2 8,230円/月

### 介護予防訪問サービス

一部事業者が訪問緩和サービスと同じサービスを行います。

#### ■サービス費用のめやす(月単位の定額)

週1回程度の利用

事業対象者、要支援1・2 6,580円/月

### 短期集中予防訪問サービス

理学療法士や作業療法士等の専門職が自宅を訪問し、適切な住宅改修の助言や自主トレーニング提案、閉じこもり防止等の相談・指導等を行います。

自己負担はありません。

訪問を受けて利用する

### 通所相当サービス

日帰り介護施設(デイサービスセンター)等へ通い、日常生活によって起こる心身の機能低下の予防や改善を目的として、生活支援や、機能訓練、レクリエーション等を行うサービスです。(送迎あり・食事と入浴を実施する事業所もあります)

#### ■サービス費用のめやす(月単位の定額)

共通的サービス

事業対象者、要支援1 17,980円/月

要支援2 36,210円/月

選択的サービス

栄養改善、口腔機能向上、生活機能向上グループ活動など  
(選択したサービスによる加算あり)

### 通所緩和サービス

通所相当サービスよりも短時間で、介護予防のための運動やレクリエーション等を実施します。(送迎あり・食事と入浴はありません)

#### ■サービス費用のめやす(月単位の定額)

週1回程度の利用

事業対象者、要支援1・2 12,590円/月

(生活機能向上グループ活動の加算あり)

通所して利用する

介護保険のし

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用支払い負担額軽減

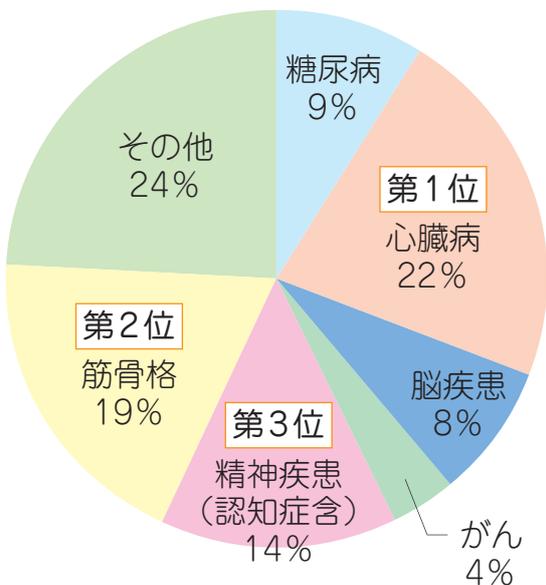
地域包括支援センター

介護保険料

介護保険QA

## ●介護が必要になる原因は？

介護認定者有病状況



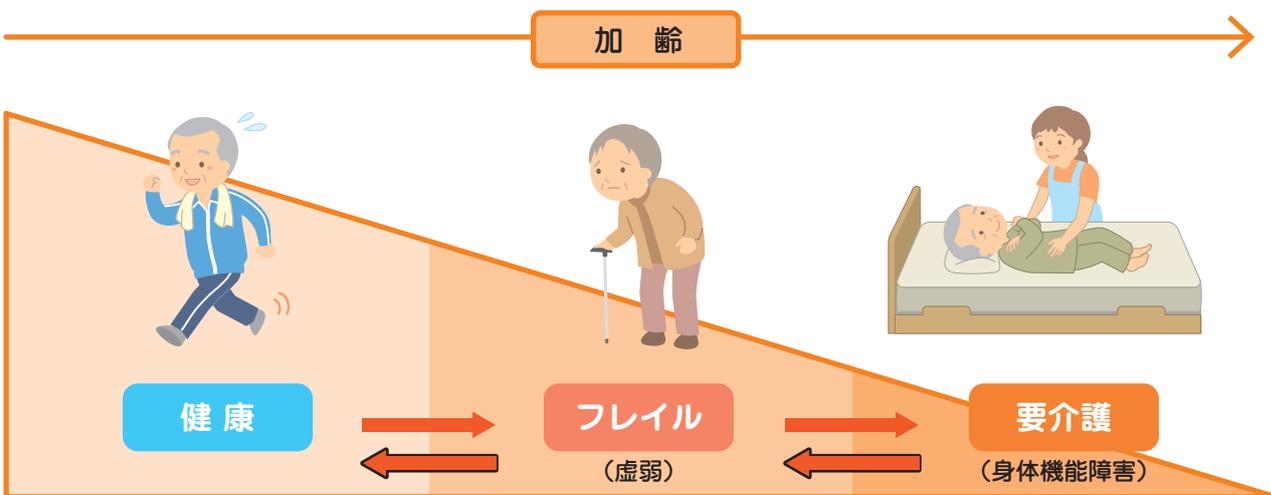
(会津若松市 国保データベースシステムより)

介護認定を受けている方の有病状況を見ると、心臓病、脳疾患などの生活習慣病の有病率が高く、壮年期からの生活習慣改善が介護予防にきわめて重要であると言えます。

また、筋骨格疾患により介護が必要になる方の割合が約2割を占めており、筋力低下や転倒、骨折を予防することが、要介護状態への移行を予防する近道になります。

精神疾患、特に認知症については、筋力低下や関節疾患などにより、外出が少なくなり、社会的なつながりが減ってしまうことで、進行すると言われています。

## ●自立と要介護状態の分かれ道～フレイル～



フレイルとは、加齢に伴い体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を言います。健康と要介護の中間に位置し、ほっておくと要介護につながる危険があります。しかし、早めに気づいて適切に対処すれば、再び健康状態に戻れる段階です。小さな衰えのサインに気づき、早めに対策をとることが、フレイルを予防し、介護リスクを遠ざける秘訣です。



毎日の差は一生の差となってあらわれます。健康に自分らしく生活を楽しむためにも、介護予防の取り組みを今からはじめましょう。

介護保険のしくみ

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用支払い負担額軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険Q&A

# 一般介護予防事業

地域のすべての高齢者を対象とした事業です。介護予防に関する知識の普及啓発やボランティア等の人材の育成のための講座、また介護予防を目的とした地域自主活動組織の育成や支援を行っています。

## ●介護予防教室

地域包括支援センターが各地区の公民館やコミュニティセンター、町内会館等で開催しています。また、「いきいきわくわく介護予防教室」として、継続的に参加できる教室を開催しています。(詳しい日程については、市政だよりや町内会の回覧などでお知らせしています。)

## ●介護予防講座

老人クラブや高齢者学級等の団体を対象に健康づくりや介護予防の講話や実技指導を行う講師を派遣しています。(受講を希望する団体は、高齢福祉課へお申し込みください。)  
市のホームページでは、「オンライン介護予防講座」として、自宅で都合の良い時間に視聴できる栄養や運動などのわかりやすい動画を配信しています。

## ●地域リハビリテーション活動支援事業

リハビリテーション専門職員等が、地域の老人クラブやサロン等の団体へ、介護予防に効果のある「いきいき百歳体操」を指導します。(実施を希望する団体は、高齢福祉課へご相談ください。)

## ●認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解していただき、地域での認知症の方の見守り支援に役立てていただくために、町内会や老人クラブ、子ども会などの地域の団体や、小中学校、商店街や職場等の団体を対象に開催しています。(受講を希望する団体は、高齢福祉課へお申し込みください。)

## ●認知症予防教室

認知症を予防するための教室を開催しています。  
(詳しい日程については、市政だよりなどでお知らせしています。)

## ●地域自主活動組織の育成・支援

閉じこもり予防や介護予防活動などを目的とした地域のサロン等の地域自主活動組織の育成と支援を行っています。

介護保険のしくみ

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用負担軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険QA

# 費用の支払いと負担額の軽減

サービスを利用する際、自己負担が重くなったときや、所得の低い方には、負担を軽減する仕組みがあります。

## 在宅サービスを利用したときの費用

介護保険では、要介護度区分に応じて、保険から利用できる額に上限(限度額)があります。(下表)限度額の範囲内でサービスを利用した場合、利用者が負担するのは、かかった費用の1割、2割または3割です。しかし、限度額を超えてサービスを利用した場合は、超えた分について全額利用者が負担することになります。

**例** 要支援1(1割負担)の人が、55,000円分のサービスを利用した場合は…



### 在宅サービスの利用限度額

要介護度区分	利用限度額(1ヶ月)
事業対象者	
要支援1	50,320円
要支援2	105,310円
要介護1	167,650円
要介護2	197,050円
要介護3	270,480円
要介護4	309,380円
要介護5	362,170円

### ●支給限度額の中に含まれないサービスもあります。

(下記のサービスは、限度額が個別に設けられています)

- ・特定福祉用具購入(介護予防福祉用具購入)  
…年間10万円<自己負担1万円、2万円または3万円>
- ・居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)  
…20万円(同一住宅)<自己負担2万円、4万円または6万円>
- ・居宅療養管理指導(介護予防居宅療養管理指導)  
…医師の場合は10,280円(月2回利用の場合)<自己負担1,028円、2,056円または3,084円>など

### ●施設に入所して利用するサービスは、利用限度額に含まれません。

- 在宅サービス・介護予防サービスの中でも、施設に通ったり宿泊したりするサービスや、施設に入所して利用するサービスについては、食事や居住費などの費用も利用者負担となります。

介護保険のしくみ

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用支払い負担額軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険Q&A

# 施設サービスを利用したときの費用

介護保険施設に入所・滞在した場合の利用者負担は次のとおりです。

短期入所生活介護と短期入所療養介護の食費・滞在費、通所介護と通所リハビリテーションの食費も全額利用者の負担です。利用者負担は施設と利用者の契約により決められますが、水準となる額(基準費用額)が定められています。



## 負担限度額認定申請 - 所得の低い方の自己負担を軽減 -

低所得の人の施設利用が困難とならないよう、所得や世帯の状況に応じて、食費と居住費の自己負担額の上限額が設けられています(下表参照)。

上限額を超えた分は、申請により介護保険から給付されます。

- 負担限度額認定対象施設は①介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)②介護老人保健施設③介護療養型医療施設④介護医療院⑤短期入所(ショートステイ)です。
- 入所施設でも特定施設入居者生活介護、有料老人ホーム等は対象になりません。
- 宿泊サービスを含みますが、小規模多機能型居宅介護、看護小規模多機能型居宅介護は対象になりません。

※令和6年8月より負担限度額が変わります。( )内は令和6年7月31日までの金額です。

施設利用自己負担上限額(日額)							
		第1段階	第2段階	第3段階①	第3段階②	基準額※1	
居住費と食費の基準費用		生活保護を受給している方など	市民税非課税世帯で合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が80万円以下の方	市民税非課税世帯で合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が80万円を超えて120万円以下の方	市民税非課税世帯で合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が120万円を超える方		
居住費	ユニット型個室	880円(820円)	880円(820円)	1,370円(1,310円)	1,370円(1,310円)	2,066円(2,006円)	
	ユニット型個室的多床室	550円(490円)	550円(490円)	1,370円(1,310円)	1,370円(1,310円)	1,728円(1,668円)	
	従来型個室※2	特養	380円(320円)	480円(420円)	880円(820円)	880円(820円)	1,231円(1,171円)
		老健	550円(490円)	550円(490円)	1,370円(1,310円)	1,370円(1,310円)	1,728円(1,668円)
	多床室※2	0円	430円(370円)	430円(370円)	430円(370円)	特養 915円(855円) 老健 437円(377円)	
食費	施設サービス	300円	390円	650円	1,360円	1,445円	
	短期入所サービス	300円	600円	1,000円	1,300円		

※1 実際に施設サービスを利用するときにかかる費用は、施設と利用者の契約内容により異なります。

※2 従来型個室及び多床室は介護老人福祉施設と介護老人保健施設及び介護医療院での限度額で、その他は各施設共通となります。

- 介護保険の
- 介護サービス
- 在宅サービス
- 施設サービス
- 地域密着型サービス
- 総合事業
- 費用支払い負担額軽減
- 地域包括支援センター
- 介護保険料
- 介護保険A

## －負担限度額認定の申請－

### ◆申請時に必要なもの

- ① 本人・配偶者の印鑑
- ② 本人・配偶者の通帳等の写し(●申請日の直近から原則2か月前までのページ●口座番号・口座名義等がわかるページ)

不正があった場合は、給付した額の返金に加えて給付額の最大2倍の加算金(給付額含め3倍)が発生しますので、ご注意ください。

- 郵送の場合も申請書・同意書にもれなく記入・押印し、通帳等の写しも必ず同封してください。

### ◆対象になる方

●市民税非課税世帯の方(誰も市民税が課税されていない世帯の方)  
ただし、以下の①②のいずれかに該当する場合は軽減の対象になりません。

- ① 世帯分離している配偶者が市民税課税の場合
- ② 預貯金などが下記の場合
  - ・第1段階：預貯金などが単身1,000万円、夫婦2,000万円を超える場合
  - ・第2段階：預貯金などが単身650万円、夫婦1,650万円を超える場合
  - ・第3段階①:預貯金などが単身550万円、夫婦1,550万円を超える場合
  - ・第3段階②:預貯金などが単身500万円、夫婦1,500万円を超える場合

〈第2号被保険者の方は、いずれの段階でも預貯金などが単身1,000万円、夫婦2,000万円を超える場合〉

### ◆配偶者の所得の勘案

#### 【確認方法】

- ・申請時に配偶者の有無を記入。「有」の場合、配偶者の氏名、生年月日、住所等の記入をします。
- ・必要に応じて戸籍調査を実施します。

#### 【配偶者の範囲】

- ・婚姻届を提出していない事実婚も含みます。
- ・①DV防止法における配偶者からの暴力を受けた場合や、②行方不明の場合、③①②に準ずる場合は対象外になります。

### ◆預貯金の勘案

- 勘案の対象とする預貯金の基本的な考え方
  - ・資産性があるもの、換金性があるもの、かつ価格評価が容易なものを試算勘案の対象とします。
  - ・価格評価を確認できる書類の入手が容易なものについては写し等で確認します。

種 類		確認方法
勘案の対象となるもの	預貯金(普通、定期)	直近2ヶ月分の通帳の写し(口座番号、口座名義のわかるページの写しも必要)
	有価証券(株式・国債・地方債・社債など)	証券会社や銀行の口座残高の写し
	金・銀(積立購入を含む)など、購入先の口座残高によって時価評価が容易に把握できる貴金属	購入先の銀行等の口座残高の写し
	投資信託	銀行、信託銀行、証券会社等の口座残高の写し
	タンス預金(現金)	自己申告
	負債(借入金・住宅ローンなど)	借用証書
対象外	生命保険、自動車、貴金属(腕時計、宝石など、時価評価額の把握が困難であるもの)、その他高価な価値のあるもの(絵画、骨董品、家財など)	

※預貯金や有価証券の確認については、インターネットバンクであれば口座残高の写し、ウェブサイトの写しも可。

介護保険  
の

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型  
サービス

総合事業

費用支払い  
負担額軽減

地域包括支援  
センター

介護保険料

介護保険  
&  
A

## 高額介護サービス費の支給 –利用者負担が高額になったとき–

サービスを利用限度額内で利用したときの1ヶ月の負担額が所得に応じて定める上限額を超えた場合には、申請によって超えた分が後から支給されます。

自己負担の上限額には、居住費・食費・日常生活費などは含まれません。

対象者には市からの通知があり、申請によって支給されます。

区 分	負担の上限額(月額)
課税所得690万円(年収約1,160万円)	140,100円(世帯)
課税所得380万円(年収約770万円)～課税所得690万円(年収約1,160万円)未満	93,000円(世帯)
市民税課税～課税所得380万円(年収約770万円)未満	44,400円(世帯)
世帯の全員が市民税非課税	24,600円(世帯)
前年の公的年金等収入金額+その他の合計所得金額の合計が80万円以下の方等	24,600円(世帯)
	15,000円(個人)
生活保護を受給している方等	15,000円(世帯)

## 高額医療・高額介護合算制度

介護保険と医療保険、両方の自己負担額が、所得に応じて定める上限額を超えた場合、申請により上限額を超えた分が後から支給される「高額医療・高額介護合算制度」があります。

介護保険と医療保険で、それぞれの限度額(1ヶ月)を適用した後、年間の自己負担額を合算して限度額(下表参照)を超えたとき、その超えた分が後から支給されます。

同じ医療保険の世帯内で、介護保険と医療保険の両方に自己負担額がある世帯が対象となります。

●70歳未満と70歳以上では取り扱いが異なりますのでご注意ください。

### 高額医療・高額介護合算制度の負担限度額(年額/8月～翌7月)

所得区分		70歳未満の方	所得区分		70歳以上の方
基準総所得額	901万円超	212万円	現役並み所得者	市民税課税所得690万円以上の方	212万円
	600万円超～901万円以下	141万円		市民税課税所得380万円以上の方	141万円
	210万円超～600万円以下	67万円		市民税課税所得145万円以上の方	67万円
	210万円以下	60万円	一 般	市民税課税世帯の方	56万円
市民税非課税世帯		34万円	低所得Ⅱ	市民税非課税世帯の方	31万円
			低所得Ⅰ	世帯全員が、市民税の課税対象となる各種所得の金額がない等の方(年金収入のみの方の場合、年金受給額80万円以下)	19万円

●基準総所得額＝  
前年の総所得金額等－基礎控除33万円

### 以下の負担は、高額医療・高額介護合算制度の対象となりません！

- 福祉用具購入費、または住宅改修費の自己負担分(1割～3割)
- 施設サービス等での食費・居住費(滞在費)、その他日常生活費
- 入院時の食事代や差額ベッド代
- 要介護状態区分別の支給限度額を超えてサービスを利用したときの利用者負担

介護保険のし

介護サービスの

在宅サービスの

施設サービスの

地域密着型サービスの

総合事業の

費用支払い負担額軽減の

地域包括支援センターの

介護保険料の

介護保険のQ&A

# 地域包括支援センターのご案内

いつまでも元気に過ごすために、  
地域包括支援センターを利用しましょう。

地域包括支援センターは、高齢者のみなさんが、いつまでも住みなれた地域で安心して生活ができるよう総合的に支援していくための拠点です。介護に関する悩みや心配ごとのほか、健康や福祉、医療に関するさまざまな支援を行っています。指定介護予防支援事業所も兼ねています。



高齢者や家族

様々な相談

## 地域包括支援センター

### ●介護予防ケアマネジメント

介護が必要な状態になることを予防するため要支援1・2の方や、総合事業対象者の方に対するケアプランの作成を行います。

### ●権利擁護

高齢者虐待への対応、悪質な訪問販売等による消費者被害の防止、成年後見制度の活用などにより、高齢者の方々の権利を擁護します。



保健師等



社会福祉士



主任ケアマネジャー

### ●総合相談支援

介護保険以外にも、認知症の相談や日常生活の支援など、高齢者の方々に関する様々な相談を受け、どのような支援が必要かを把握し適切なサービスにつなぎます。

### ●包括的・継続的ケアマネジメント

高齢者の方々の心身の状態やその変化に合わせて、必要なサービスが提供されるようにケアマネジャーへの指導・助言や、医療機関などの関係機関との調整を行います。

公正・中立の確保

適切なサービスにつなげる

## 包括的支援事業運営部会

市が設置します。被保険者や利用者の代表、関係機関等から選出された委員で組織され、センターの運営や事業の実施状況等について評価します。

- 地域支援事業
- 介護(介護予防)サービス、総合事業
- 医療サービス
- 行政関連サービス
- 地域の支え合い活動

介護保険のしくみ

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用負担軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険Q&A

地域包括支援センターへのご相談は、みなさんのお住まいの地域を担当するセンターまでご連絡ください。

名 称 / 担当区域	所 在 地	電 話
若松第1地域包括支援センター 行仁・鶴城・東山小学校区域	東千石一丁目2-13 (医療生協診療所内)	36-6770
若松第2地域包括支援センター 謹教・城西・小金井小学校区域	本町1-1 (山鹿クリニック内)	27-0211
若松第3地域包括支援センター 門田・城南・大戸小学校区域	門田町黒岩字五百山丙459-3 (会津長寿園内)	38-3090
若松第4地域包括支援センター 永和・神指・城北・日新小学校区域	神指町北四合字伊丹堂55-1 (会津みどりホーム内)	37-7711
若松第5地域包括支援センター 一箕・松長小学校、湊学園区域	一箕町松長字下長原152 <small>しずりえん</small> (枝雪零苑内)	39-2779
北会津地域包括支援センター 荒舘・川南小学校区域	北会津町東小松字南古川12 (美野里内)	56-5005
河東地域包括支援センター 河東学園区域	河東町郡山字中子山22 (河東総合福祉センター桜河苑内)	75-4815

## ●指定介護予防支援事業所とは？

要支援の認定を受けた方が介護予防のためのサービスを適切に受けられることができるよう、介護予防サービス計画(介護予防ケアプラン)の作成や、サービス事業者との連絡・調整などを行っています。

## ●納得のいくケアプランのために

ケアプランは目標の達成につながるサービスがきちんと組み込まれていることが大切です。

すべて担当のケアマネジャーにお任せというのではなく、希望や目標を積極的に伝えましょう。

サービス利用の途中でも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。



介護保険のし

介護サービス

在宅サービス

施設サービス

地域密着型サービス

総合事業

費用負担軽減

地域包括支援センター

介護保険料

介護保険QA