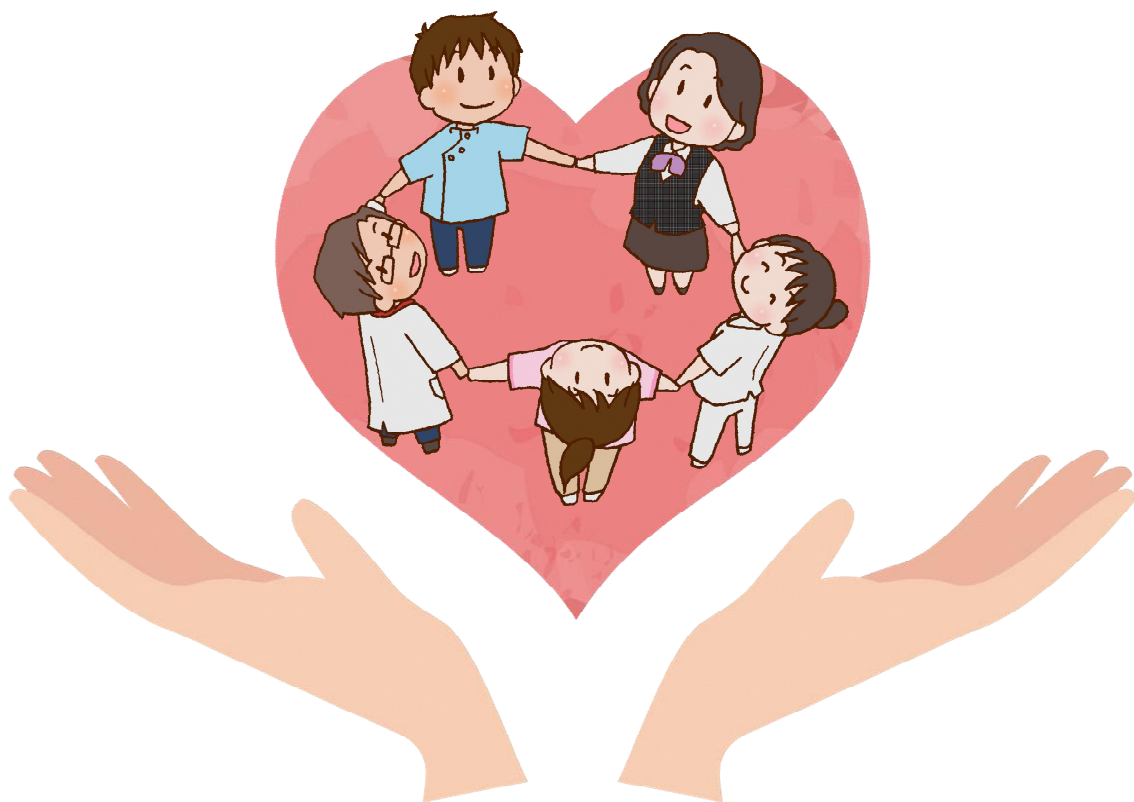


介護保険サービス

利用ガイドブック

令和8年8月1日更新



介護保険とは

介護や支援が必要になっても、その人らしく自立した生活を送るため、「できないことを補う」だけでなく「できることを引き出す」サービスを提供します。

目 次

介護保険サービスの適切な使い方	1
サービスを利用するまでの手続きの流れ	2
要介護認定の流れ	4
サービス事業利用の流れ	6
利用者負担割合	8
介護保険料を滞納していると	8
在宅サービスの利用限度額	9
利用者負担が高額になったときは	10
高額介護（介護予防）サービス費	10
高額医療合算介護（介護予防）サービス費	11
介護予防・生活支援サービス	12
訪問型サービス	12
通所型サービス	13
介護保険サービス	14
在宅サービス	14
施設サービス	22
地域密着型サービス	24
共生型サービス	29
利用者の負担軽減制度	30
食費・居住費（滞在費）の負担限度額	30
社会福祉法人の軽減制度	31
在宅で生活し続けるための支援	32
高齢者が安心して暮らせるためのサービス	32
在宅介護を支援するサービス	32
介護予防に関する取組	34
運動や健康づくりの取組	34
外出や社会参加を進めるための取組	35
口腔機能向上・栄養改善の取組	36
認知症に関する取組	37
在宅医療・介護関連に関する取組	39
権利擁護に関する取組	40
成年後見制度	41
介護保険サービスの相談、苦情	41
地域包括支援センター	42
相談・問合せ先	44



介護保険サービスの適切な使い方

その人に合ったサービスを利用することが大切です。

介護を必要とする状態になったとき、その状態が悪くならないようにするためには、必要以上にサービスを利用しても、利用を控え過ぎてはいけません。何が課題になっているかを整理して、それを改善できるサービスを選ぶことが大切です。その人に合ったサービスは、どんなものがあるのかケアマネジャー等に相談しながら適切なサービスを選びましょう。

サービスの利用方法を比べてみましょう



A子さん（79歳・女性） 要支援2

- ・足腰が弱くなり、長時間立って家事をすることが難しくなった。
- ・毎週友達と茶話会をしていたが、会場まで歩いて行けなくなり、現在はお休み中

ポイント／

要支援2は、介護予防サービスを利用すれば改善が見込める状態です。

弱ってきた足腰の筋力を回復させつつ、回復までの間の家事をサポートするサービスがA子さんにおすすめです。

※本イメージはあくまで一例です。適したサービスは個人によって異なります。

A子さんにおすすめ！

お世話中心のサービスの使い方

デイサービスでの入浴介助



自分でやらなくてラク～運動は休もうかな～

デイサービスはお風呂のためだけじゃないんだけど…

ヘルパーに何でも家事を依頼

掃除も、買い物も、料理も、何でもお願いしたいな～



何もしたくないな…好きだったこともやる気が起きない…



自分でできていたこともサービスに頼ってしまい、やる気が低下

自立を応援するサービスの使い方

デイサービスでの機能訓練



家事もがんばってみようかしら！

ヘルパーと一緒に調理などの家事

自分でできることはやってみるわ！



できないことは手伝います！

またお友達とお茶飲みできて嬉しいわ♪



足腰の筋力も改善されてできなくなっていたことがまたできるように

介護サービスを上手に利用して「なりたい自分」を目指しましょう！



トピックス

年齢を重ねて少しずつ変化する心と体の状態を自分自身で普段からチェックして健康を維持することを国が定めています。

介護サービスの利用の前に

介護保険サービスは、適切なケアマネジメントがないと利用できません。

ケアマネジメントとは、その人の状況などから、適切で効果的な支援が何かを判断し、その内容に沿ってケアプランを作成してサービス提供事業所との連絡、調整などを行うことです。

医師が検査や診断、お薬の処方をするように、介護保険では介護の知識を幅広く持ったケアマネジャーが専門職として責任を持ってケアマネジメントを行います。

サービスを利用するまでの手続きの流れ

日常生活で
困っていることは
ありますか？

- ・以前はできていたことができなくなった、やりづらくなった
- ・体力、筋力の低下がみられる
- ・外出の機会が少なく、家に閉じこもりがち

例えば…

- ・転倒への不安がある
- ・買い物や掃除、洗濯等の家事がおっくう、おろそかになってきた。
- ・閉じこもりがちで、食が細くなり元気がなくなってきた。
- ・退院直後で、体力が落ちている。
- ・以前より疲れやすくなり、歩くのが大変になってきた。

- ・日常の生活で介護が必要である
- ・認知症状がみられる
- ・進行性の疾患や麻痺がある
- ・寝たきり状態である

例えば…

- ・食事、排泄、移動に介助又は見守りが必要
- ・ひどい物忘れや同じ話をするような認知症状がある。

特定疾病がある

(☞ 特定疾病の詳細は5ページ)

基本チェックリストの実施 (生活機能の低下を確認するチェックリスト)



(☞ 手続きの詳細は6ページ)

要介護・要支援 認定申請

(☞ 手続きの詳細は4ページ)

認定結果 の通知

要支援1・2

要介護1～5

非該当

非該当

要介護・要支援 認定申請

(☞ 手続きの詳細は4ページ)

認定結果 の通知

要支援1・2

要介護1～5

65
歳
以
上
の
方

40
歳
～
64
歳
の
方

介護予防に関する取組

さんちゃん健康体操、
セカンドライフ応援ステーション等
が利用できます。

(☞ 詳細は34～36ページ)

サービス利用計画 の作成

お住まいの地区の
地域包括支援センターが
無料で作成します。

サービス利用計画で・・・

本人、家族の希望する
サービスを聞き取るだけで
はなく、本人の状態や生活
環境などに応じて、**目標を
設定し**、その達成に向けて
**介護予防の取組を生活
の中で取り入れられるよう
に支援**します。



サービス利用の開始

短期集中型介護予防教室
生活機能アップ！プロジェクト
(通所型サービスC)



外出・交流サービス (通所型サービスA)

生活援助サービス (訪問型サービスA)

(☞ サービスの詳細は12・13ページ)

サービス利用計画 の作成

介護支援専門員等
(ケアマネジャー) *が
無料で作成します。



(自分で
作成する
ことも可能)

*介護支援専門員とは・・・

介護の知識を幅広く持った専
門家です。御本人に必要な
サービスや社会資源を見立て
計画する人です。

サービス利用の開始

訪問型サービス (ヘルパー)
通所型サービス (デイサービス)

(☞ サービスの詳細は12・13ページ)

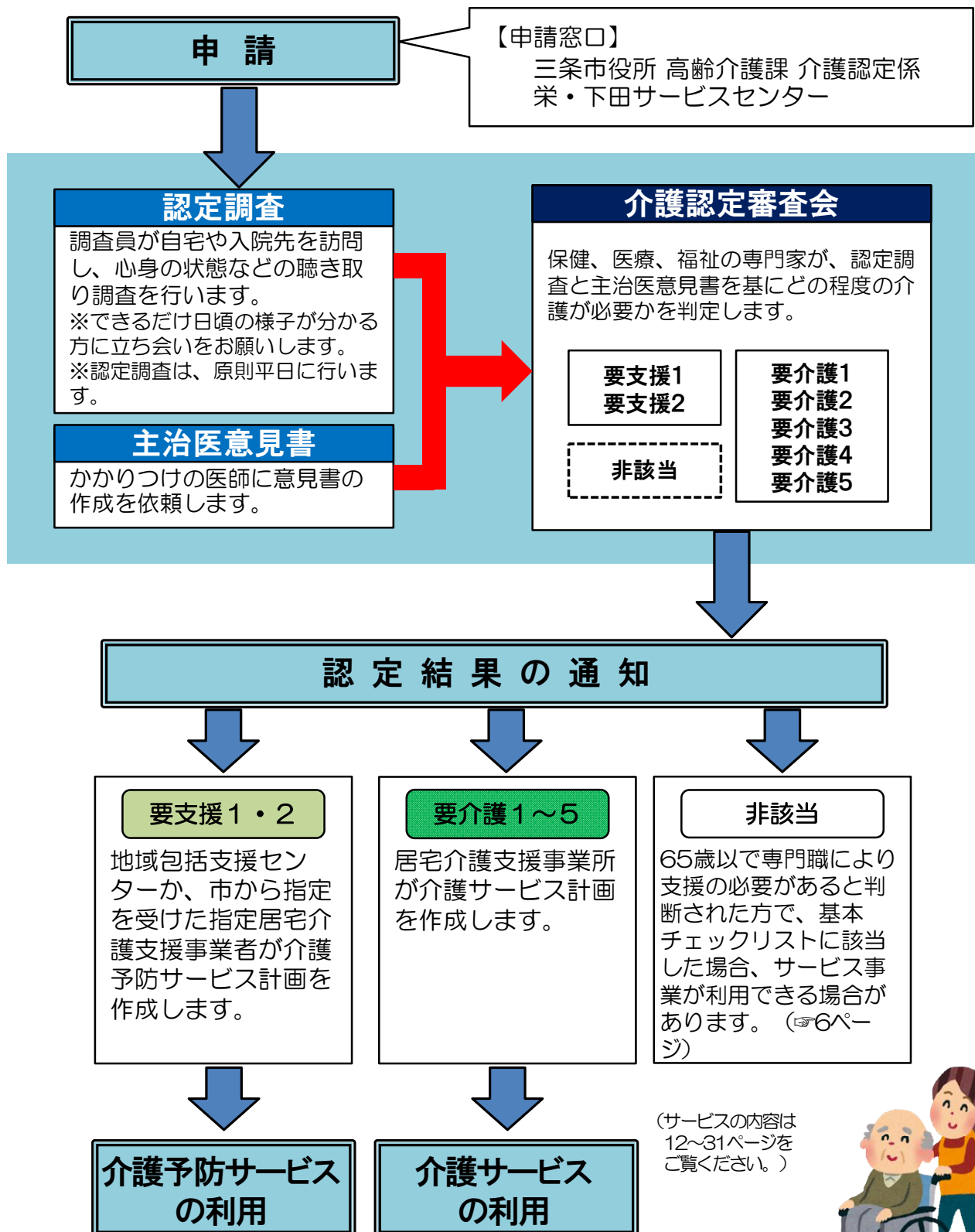
短期入所 (ショートステイ)、
訪問リハビリテーション、
通所リハビリテーションなどの
介護サービス・介護予防サービス

(☞ サービスの詳細は14～31ページ)



要介護認定の流れ

要介護・要支援認定申請からサービス利用までの流れ



※ 認定結果通知は、申請から30日以内に送付します。
なお、30日以内に結果を通知できない場合は、その旨お知らせします。



要介護・要支援認定の申請方法

- ① 申請書に住所、氏名などを記入します。
※ 申請書には、主治医の氏名も必要です。
申請をする前に、主治医に申請についてご相談ください。
(申請書は、主治医から記入していただくものではありません。)
- ② 次の必要書類を添えて申請書を提出します。



- ・介護保険被保険者証（ピンク色）
- ・医療保険の被保険者証
- ・マイナンバー（個人番号）カード

【代理人が申請する場合】

- ・代理人の本人確認書類（※）
※運転免許証など顔写真付きの公的証明書1点。または、医療保険の被保険者証や年金証書など2点。

※特定疾病…老化が原因とされる16の特定の病気

40歳～64歳の方が特定疾病により介護や支援を必要とする状態である場合は、要介護認定等の申請ができます。

- ・がん（医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る。）
- ・関節リウマチ
- ・筋萎縮性側索硬化症
- ・後縦靱帯骨化症
- ・骨折を伴う骨粗鬆症
- ・初老期における認知症
- ・進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病（パーキンソン病関連疾患）
- ・脊髄小脳変性症
- ・脊柱管狭窄症
- ・早老症
- ・多系統萎縮症
- ・糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- ・脳血管疾患
- ・閉塞性動脈硬化症
- ・慢性閉塞性肺疾患
- ・両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症



要介護認定等の目安

要支援 1 生活機能の一部に若干の低下があり、介護予防サービスを利用すれば改善が見込まれる。

要支援 2 生活機能の一部に低下があり、介護予防サービスを利用すれば改善が見込まれる。

要介護 1 身の回りの世話に見守りや手助けが必要。立ち上がり、歩行等で支えが必要。又は、何らかの認知症状がある。

要介護 2 身の回りの世話全般に見守りや手助けが必要。立ち上がり、歩行等で支えが必要。排泄や食事で見守りや手助けが必要。

要介護 3 身の回りの世話や立ち上がりが一人ではできない。排泄等で全般的な介助が必要。

要介護 4 日常生活を営む機能がかなり低下しており、全般的な介助が必要な場合が多い。問題行動や理解低下あり、立ち上がりや歩行等がほとんどできない。

要介護 5 日常生活を営む機能が著しく低下しており、全般的な介助が必要。多くの問題行動や全般的な理解低下もあり、意思の疎通が困難。

サービス事業利用の流れ

介護(介護予防)サービスの利用

- 要支援1・2と判定された方
認定結果通知後、地域包括支援センターから連絡があります。
地域包括支援センターの専門職と相談しながら介護予防サービス計画を作成し、サービスを利用します。
なお、介護予防サービス計画の作成費用は無料です。
 - 要介護1～5と判定された方
居宅介護支援事業所を選び、直接連絡します。居宅介護支援事業所の介護支援専門員と相談しながら介護サービス計画を作成し、サービスを利用します。
(自分で作成することも可能ですが、難しい手続きが多いため、事業所に依頼することをお勧めします。)
なお、介護サービス計画の作成費用は無料です。
- ※ 認定前であっても介護サービス等を利用することはできます。詳しいことについては地域包括支援センターにご相談ください。

総合事業の利用

65歳以上で、生活機能の低下が見られるなど専門職から支援の必要があると判断された方は、要介護認定を受けなくても、基本チェックリスト（生活機能の低下を評価する簡易な調査票）により、3か月間で生活機能の改善を目指す短期集中予防サービスを受けることができます。

なお、住宅改修や福祉用具貸与などの介護（介護予防）サービスを希望する方や、寝たきり状態の方、認知症状があり目が離せない状態の方は、基本チェックリストによるサービス事業の利用はできません。要介護認定申請等が必要になります。

基本チェックリストの実施

基本チェックリストは、25項目で、運動・口腔・栄養・物忘れ・うつ症状・閉じこもり等、介護の原因となりやすい生活機能の低下について調べるものです。

基本チェックリストの実施やご相談は、高齢介護課、各サービスセンター又はお住まいの地域の地域包括支援センター（連絡先は44～45ページ）で行うことができます。

原則、利用されるご本人が窓口に来所し、基本チェックリストに記入します。

基本チェックリストの回答結果が基準を満たしている場合、サービス事業対象者となります。



基本チェックリスト該当から利用開始までの流れ

お住まいの地域の地域包括支援センターの職員と面談し、専門職によりサービスCなどの支援が必要であると判断された方は、基本チェックリストの基準に該当しますので、総合事業を利用することができます。

基本チェックリスト該当

【地域包括支援センター
で実施した場合】

※ご本人と面談し、
実施した場合



【市で実施した場合】

後日、お住まいの地域の地域包括支援センターの職員から基本チェックリストに記入された電話番号に連絡があります。

地域包括支援センターの職員がご本人と面談し、心身の状態を確認します。

介護予防ケアマネジメント依頼届出書
を市へ提出します。
(地域包括支援センターを経由して市へ提出することもできます。)

市から被保険者証が交付されます。
地域包括支援センター等の専門職と相談しながらサービス利用計画を作成し、サービス利用が始まります。

【サービス事業対象者の有効期間】

有効期間は、基本チェックリストを実施した翌月から12か月間になります。
(月の初日に実施した場合は、実施した月から12か月です。)

ただし、サービスの利用については地域包括支援センターの職員と相談が必要となります。

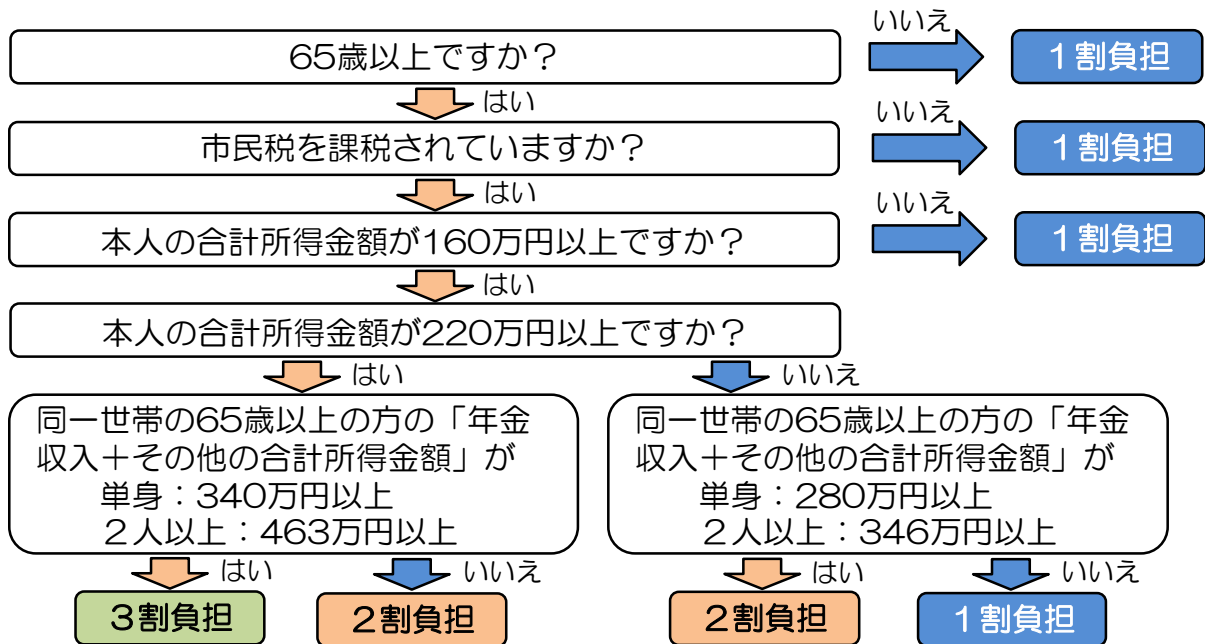
【サービス事業利用中の要介護認定等】

サービス事業を利用し始めた後に、福祉用具のレンタル等の介護（介護予防）サービスが必要になった場合や心身の状態が悪化し、サービスが不足する場合は、要介護・要支援認定申請をすることができます。

利用者負担割合

介護保険サービスを利用する場合には、費用の一定割合を利用者の方に御負担いただきます。負担割合は「介護保険負担割合証」に記載されます。

負担割合は前年の所得によって決まるため、毎年7月に新しい負担割合証を交付します。（適用期間・・・8月1日～翌年7月31日）



※1 「合計所得金額」…土地等の売却等により、長期譲渡所得・短期譲渡所得の特別控除額がある場合は、地方税法上の合計所得金額から特別控除額を控除した額です。

※2 「その他の合計所得金額」…「合計所得金額」から年金収入に係る雑所得を除いた額です。

※3 平成30年度税制改革に伴う所得指標の見直しを行っています。

介護保険料を滞納していると…

特別な理由もなく保険料を納めずにいると、介護保険サービスを利用したときに、次のような措置がとられます。

1年間 滞納した場合	サービスを利用したときにサービス費用の1割（2割又は3割）を支払う方法から一旦利用料の全額を自己負担することになります。申請により後で9割（8割又は7割）が支払われます。（償還払い）
1年6か月間 滞納した場合	一旦全額を利用者が負担し、後ほどお返しする9割（8割又は7割）分のうち、滞納保険料額に対し著しく高額にならない範囲で支払いが一時差し止められます。なお、滞納が続く場合には、差し止められた分から滞納保険料額分を控除することがあります。
2年以上 滞納した場合	滞納した期間に応じて利用者負担が1割又は2割の方は3割（3割の方は4割）に引き上げられます。また高額介護サービス費や高額医療合算介護サービス費、食費・居住費等の減額が受けられなくなります。

※災害などの特別な事情により納められない場合は、高齢介護課介護保険係にご相談ください。

在宅サービスの利用限度額

在宅サービスでは、要介護度等に応じて1か月当たりの介護保険で利用できる上限額（支給限度額）が決められています。上限額を超えてサービスを利用した場合は、その超えた部分については保険外となり、全額自己負担となります。

●在宅サービスの支給限度額と自己負担額

要介護度	1か月の 支給限度額	1か月の自己負担額		
		1割の場合	2割の場合	3割の場合
要支援1 (チェックリスト該当者)	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

※ 1単位10円の場合の金額です。

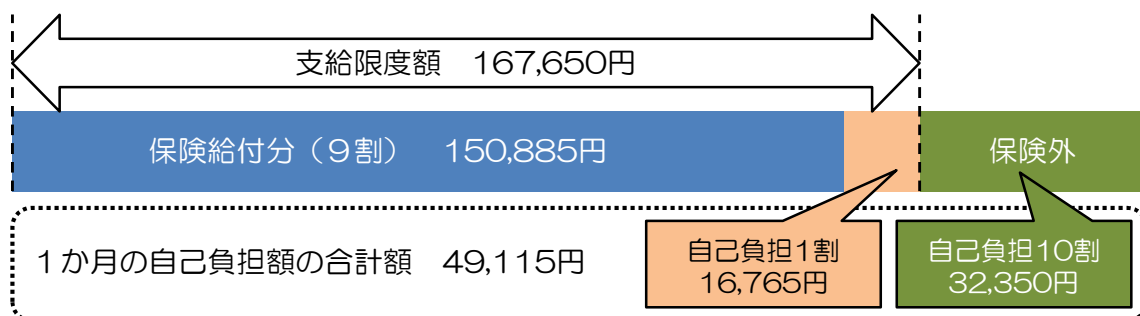
●上記の限度額に含まれないサービス

- ・特定福祉用具購入（特定介護予防福祉用具購入）
- ・居宅介護住宅改修（介護予防住宅改修）
- ・居宅療養管理指導（介護予防居宅療養管理指導）

これらのサービスは限度額が個別に設けられています。

●施設に入所して利用するサービスについては、上記の限度額に含まれません。

例：要介護1で利用者負担割合が1割の方が、1か月に20万円のサービスを利用した場合



利用者負担が高額になったときは

高額介護(介護予防)サービス費

1か月に利用した介護(介護予防)サービス費について、支払った介護保険適用分の自己負担額が次の上限を超えた場合は、申請により超えた分が払い戻されます。

なお、特定福祉用具購入・住宅改修の自己負担分、施設での食費・居住費(滞在費)、日常生活費などは対象外です。

●自己負担の上限(月額)

区 分		上 限 額	
		世帯	個人
市民税 課税世帯	年収約1,160万円(課税所得690万円)以上の65歳以上の方がいる世帯	140,100円	
	年収約770万円(課税所得380万円)以上 年収1,160万円(課税所得690万円)未満 の65歳以上の方がいる世帯	93,000円	
	上記に該当しない方	44,400円	
市民税 非課税世帯	課税年金収入額とその他の合計所得金額※の 合計が82.65万円を超える方	24,600円	
	- 課税年金収入額とその他の合計所得金額の 合計が82.65万円以下の方 - 老齢福祉年金受給者	24,600円	15,000円
生活保護受給者			15,000円

※ 「その他の合計所得金額」とは、地方税法上の合計所得金額から、年金収入に係る雑所得を除いた額です。また、土地等の売却等により、長期譲渡所得・短期譲渡所得の特別控除額がある場合は特別控除額を除きます。

利用者負担が高額になったときは

高額医療合算介護(介護予防)サービス費

1年間（毎年8月1日～翌年7月31日）の医療保険及び介護保険サービス利用料の自己負担額の合計が、次の自己負担限度額を超えた場合は、申請によりその超えた分が払い戻されます。

※同一世帯で同一医療保険に加入している場合は合算されます。

7月31日現在で加入している医療保険が国民健康保険や後期高齢者医療保険の場合、該当となる方には通知がありますので、市役所の市民総合窓口で申請をしてください。

また、7月31日現在で加入している医療保険が被用者保険の場合、最初に高齢介護課で介護保険自己負担額証明書の交付申請を行い、後日送付される証明書を添付して加入している医療保険の窓口で申請をしてください。

●自己負担限度額（70歳以上）（注1）

課税所得	限度額
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
一般所得者（注2） 145万円未満	56万円
市民税非課税世帯	31万円
市民税非課税世帯で 所得が一定以下	19万円 （注3）

●自己負担限度額（70歳未満）（注1）

所得（基礎控除 後の総所得金額）	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
市民税非課税世帯	34万円

（注1）対象世帯に70歳以上と70歳未満が混在する場合、まず70歳以上の自己負担合計額に限度額を適用した後、残る負担額と70歳未満の自己負担合算額を合わせた額に限度額を適用する。

（注2）収入の合計額が520万円未満（1人世帯の場合は383万円未満）の場合及び旧ただし書所得の合計額が210万円以下の場合も含む。

（注3）介護サービス利用者が世帯内に複数いる場合は31万円。

介護予防・生活支援サービス

介護予防ケアマネジメント

介護予防ケアマネジメント

サービス事業対象者

要支援1・2

地域包括支援センターが、利用者や家族と相談し、「介護予防サービス計画」を作成します。自己負担はありません。

訪問型サービス

介護予防訪問介護相当サービス

サービス事業対象者

要支援1・2

ホームヘルパーが自宅を訪問し、入浴・食事・排泄等の身体介助や医療的な観察が必要な方に対して支援を行います。利用者と一緒に行動するなど、利用者が自分でできることが増えるよう支援します。

●自己負担の目安（1回につき）

種 類	専門職によるサービス（現行相当）
内 容	身体介助や医療的観察を伴うサービス
単 価 （ 例 ）	2,870円/回⇒1割負担で287円 ・単価は、週1回程度のサービスを利用した例です。 サービスの内容や利用頻度により単価は変わります。 ・食事代など実費が必要な場合があります。

訪問型サービスA（生活援助サービス）

サービス事業対象者

要支援1・2

事業所の職員が自宅を訪問し、調理、掃除、買い物支援などの生活援助を行います。（身体介助は行いません。）利用者と一緒に行動するなど、利用者が自分でできることが増えるよう支援します。

●自己負担の目安（1回につき）

種 類	専門職以外を活用したサービス
内 容	料理や掃除等の生活援助サービス
単 価 （ 例 ）	1,430円/20分以上45分未満⇒1割負担で143円 ・単価は、1回20分以上45分未満のサービスを利用した例です。 サービスの利用時間や内容により単価は変わります。 ・この他に加算が追加される場合があります。

訪問型サービスC（短期集中予防サービス）

サービス事業対象者

要支援1・2

『フレイル※』状態の改善を目指し、主に自宅の近くに通所型サービスC事業（次ページ）所が無く、通室できない方に、リハビリの専門家が訪問し、日常生活を送るために必要な筋力、体力の作り方や体の動かし方などのアドバイスを行います。

（注：機能訓練ではありません）。月1回程度、最長3か月間

利用料は無料ですが、利用に当たっては、ケアプランに定められるほか、別途市の決定が必要です。

※フレイルとは、虚弱者で寝たきりの一歩手前の状態だが、適切な介護予防に取り組むことで、健康な状態に戻れること

介護予防・生活支援サービス

通所型サービス

介護予防通所介護相当サービス

サービス事業対象者

要支援1・2

通所介護施設で、食事や入浴などの身体介助などの支援を日帰りで提供します。必要に応じて、その方の目標に合わせた選択的サービス（運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上など）も提供します。

●自己負担の目安（1回につき）

種 類	専門職によるサービス（現行サービス）
内 容	身体介助や医療的観察を伴うサービス
単 価 (例)	4,360円/回⇒1割負担で436円 ・単価は、週1回程度のサービスを利用した例です。サービスの内容や利用頻度により単価は変わります。 ・食事代など実費が必要な場合があります。

通所型サービスA（外出・交流サービス）

サービス事業対象者

要支援1・2

施設で、レクリエーションや食事の提供、入浴の見守りサービスなどを日帰りで提供します。主に外出や交流などを目的とした通所のサービスです。（身体介助は行いません。）

●自己負担の目安（1回につき）

種 類	専門職以外を活用したサービス
内 容	外出や交流を目的としたサービス
単 価 (例)	3,490円/回⇒1割負担で349円 ・単価は、週1回程度のサービスを利用した例です。サービスの内容や利用頻度により単価は変わります。 ・食事代など実費が必要な場合があります。

通所型サービスC（短期集中予防サービス）

サービス事業対象者

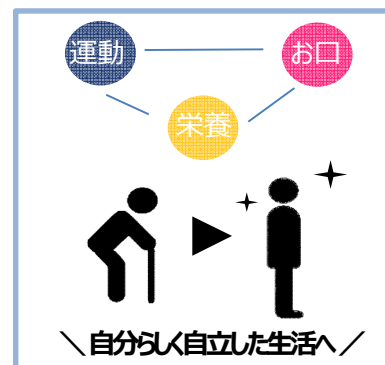
要支援1・2

『フレイル※』状態を改善して、元の「したいことができる」生活に戻れるように、リハビリ、管理栄養士、歯科衛生士などの医療の専門家が、チームになって、短期間の個別集中プログラムを提供します。3か月間、計12回の通室。一部訪問有り
利用に当たっては、ケアプランに定められるほか、別途市の決定が必要です。

●利用料 1回当たり500円

主な対象要件

- ☑ ここ一年で、入院等で外出回数が減り、筋力、体力が低下した。
- ☑ 洗濯ものが干せない、掃除機が掛けるのがおっくう、長距離歩けず、買い物に行けなくなった、好きな趣味ができなくなったなど生活が不便になった。
- ☑ 新規に認定を受けた方や介護サービス未利用の方等



※フレイルとは、虚弱者で寝たきりの一歩手前の状態適切な介護予防に取り組むことで、健康に戻る状態のこと

在宅サービス

居宅介護支援

要介護1～5

居宅介護支援事業所のケアマネジャーが、利用者や家族と相談し、「介護サービス計画」を作成します。自己負担はありません。

介護予防支援

要支援1・2

地域包括支援センターや居宅介護支援事業所のケアマネジャーが、利用者や家族と相談し、「介護予防サービス計画」を作成します。自己負担はありません。

訪問介護(ホームヘルプサービス)

要介護1～5

ホームヘルパーが自宅を訪問し、身体介助や生活援助を行います。通院などを目的とした、乗降介助も利用できます。



●自己負担の目安（1回につき）

内 容		サービス費用	自己負担 (1割の場合)
身体介護 (食事、入浴、排せつなどのお世話)	20分未満	1,630円	163円
	20分以上 30分未満	2,440円	244円
	30分以上 1時間未満	3,870円	387円
生活援助 (掃除、洗濯、調理、買い物など)	20分以上 45分未満	1,790円	179円
	45分以上	2,200円	220円
通院時の乗車・降車の介助	1回(片道)	970円	97円

訪問入浴介護・介護予防訪問入浴介護

要支援1・2

要介護1～5

自宅の浴槽で入浴が困難な場合などに、浴槽を持ち込んで入浴の介助を行います。

●自己負担の目安（1回につき）

内 容		サービス費用	自己負担 (1割の場合)
全身入浴	要支援1・2	8,560円	856円
	要介護1～5	12,660円	1,266円

介護保険サービス

在宅サービス

訪問看護・介護予防訪問看護

要支援1・2

要介護1～5

病状が落ち着いて主治医が必要と認めた方の自宅へ看護師が訪問し、療養上のお世話や看護を行います。



●自己負担の目安（1回につき）

内 容		予防（要支援1・2）		介護（要介護1～5）	
		サービス費用	自己負担 （1割の場合）	サービス費用	自己負担 （1割の場合）
訪問看護 ステー ションか ら	20分未満	3,030円	303円	3,140円	314円
	20分以上 30分未満	4,510円	451円	4,710円	471円
	30分以上 1時間未満	7,940円	794円	8,230円	823円
	1時間以上 1時間30分未満	10,900円	1,090円	11,280円	1,128円
病院又は 診療所か ら	20分未満	2,560円	256円	2,660円	266円
	20分以上 30分未満	3,820円	382円	3,990円	399円
	30分以上 1時間未満	5,530円	553円	5,740円	574円
	1時間以上 1時間30分未満	8,140円	814円	8,440円	844円

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

要支援1・2

要介護1～5

病状が落ち着いて主治医が必要と認めた方の自宅へリハビリの専門家が訪問し、日常動作の自立や回復のための機能訓練を行います。

●自己負担の目安（1回につき）

内 容	サービス費用	自己負担 （1割の場合）
リハビリテーション	3,080円	308円

●加算料金（1日につき）

内 容	サービス費用	自己負担 （1割の場合）
短期集中リハビリテーション実施加算 （退院・退所、認定日から3か月以内）	2,000円	200円

在宅サービス

居宅療養管理指導・介護予防居宅療養管理指導

要支援1・2

要介護1～5

自宅で療養している方のもとへ医師や薬剤師などが計画的に訪問し、療養上の管理や指導などを行います。

●自己負担の目安（1回につき）

内 容	利用限度回数	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
医師が行う場合	月2回まで	5,150円	515円
歯科医師が行う場合	月2回まで	5,170円	517円
医療機関の薬剤師が行う場合	月2回まで	5,660円	566円
薬局の薬剤師が行う場合	月4回まで	5,180円	518円
歯科衛生士等が行う場合	月4回まで	3,620円	362円

通所介護(デイサービス) 利用定員19人以上の事業所

要介護1～5

通所介護施設で、食事や入浴などの日常生活上の支援と、必要に応じて、その方に合わせた選択的サービス（運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上など）を日帰りで提供します。

●自己負担の目安（1回につき）

通常規模の施設を7～8時間未満利用した場合 ※送迎を含む。

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要介護1	6,580円	658円
要介護2	7,770円	777円
要介護3	9,000円	900円
要介護4	10,230円	1,023円
要介護5	11,480円	1,148円

※食費は別途自己負担となります。

●選択的サービス

内 容	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
個別機能訓練（1日）	560円	56円
栄養改善（1回）	2,000円	200円
口腔機能向上（1回）	1,500円	150円



在宅サービス

通所リハビリテーション(デイケア)

要介護1～5

通所リハビリテーション施設で、食事や入浴などの日常生活上の支援やリハビリテーションを日帰りで行います。

●自己負担の目安（1回につき）

通常規模の施設を7～8時間未満利用した場合 ※送迎を含む。

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要介護1	7,620円	762円
要介護2	9,030円	903円
要介護3	10,460円	1,046円
要介護4	12,150円	1,215円
要介護5	13,790円	1,379円

※食費は別途自己負担となります。

●選択的サービス

内 容	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
栄養改善（1回）	2,000円	200円
口腔機能向上（1回）	1,500円	150円

介護予防通所リハビリテーション(デイケア)

要支援1・2

通所リハビリテーション施設で、食事や入浴などの日常生活上の支援やリハビリテーションと、必要に応じて、その方の目標に合わせた選択的サービス（運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上など）を日帰りで提供します。

●自己負担の目安（1か月につき） ※送迎・入浴を含む。

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要支援1	22,680円	2,268円
要支援2	42,280円	4,228円

※食費は別途自己負担となります。

●選択的サービス（1か月につき）

内 容	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
栄養改善	2,000円	200円
口腔機能向上	1,500円	150円



介護保険サービス

在宅サービス

短期入所生活介護・介護予防短期入所生活介護(ショートステイ)

要支援1・2

要介護1～5

介護者が一時的に介護できないときに、福祉施設などに短期間入所し、日常生活上の介護を行います。

●自己負担の目安（1日につき）

短期入所専門施設の多床室を利用する場合

要介護度	サービス費用	①自己負担 (1割の場合)	②食費	③滞在費	合 計 ①+②+③
要支援1	4,790円	479円	1,545円	915円	2,939円
要支援2	5,960円	596円			3,056円
要介護1	6,450円	645円			3,105円
要介護2	7,150円	715円			3,175円
要介護3	7,870円	787円			3,247円
要介護4	8,560円	856円			3,316円
要介護5	9,260円	926円			3,386円

※サービス費用と食費、滞在費は基本的な額であり、施設によって異なります。

短期入所療養介護・介護予防短期入所療養介護(ショートステイ)

要支援1・2

要介護1～5

介護者が一時的に介護できないときに、医療施設などに短期間入所し、看護や医学的管理下における介護、必要な医療を行います。

●自己負担の目安（1日につき）

介護老人保健施設の多床室を利用する場合

要介護度	サービス費用	①自己負担 (1割の場合)	②食費	③滞在費	合 計 ①+②+③
要支援1	6,130円	613円	1,545円	437円 「その他型」 もしくは「療養型」の介護老人 保健施設の入所者は、697円	2,595円
要支援2	7,740円	774円			2,756円
要介護1	8,300円	830円			2,812円
要介護2	8,800円	880円			2,862円
要介護3	9,440円	944円			2,926円
要介護4	9,970円	997円			2,979円
要介護5	10,520円	1,052円			3,034円

※サービス費用と食費、滞在費は基本的な額であり、施設によって異なります。

在宅サービス

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

要支援1・2

要介護1～5

有料老人ホームや介護対応型軽費老人ホーム（ケアハウス）等の入所者に、介護や日常生活上の世話をを行います。

●自己負担の目安（1日につき）

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要支援1	1,830円	183円
要支援2	3,130円	313円
要介護1	5,420円	542円
要介護2	6,090円	609円
要介護3	6,790円	679円
要介護4	7,440円	744円
要介護5	8,130円	813円

※食費、日常生活費、滞在費は別途自己負担となります。



介護保険サービス

在宅サービス

福祉用具貸与・介護予防福祉用具貸与

要支援1・2

要介護1～5

日常生活の自立を助けるための福祉用具の貸与を行います。

品 目	貸与できる要介護度		
	要支援1・2 要介護1	要介護2・3	要介護4・5
手すり（工事を伴わないもの）	○	○	○
スロープ（工事を伴わないもの）	○	○	○
歩行器 ・ 歩行補助つえ	○	○	○
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		○	○
認知症老人徘徊感知機器		○	○
移動用リフト（つり具を除く）		○	○
自動排泄処理装置（尿のみを自動的に吸引する機能のもの）	○	○	○
自動排泄処理装置（尿又は便が自動的に吸引されるものであり、かつ尿や便の経路となる部分を分割することが可能な構造を有するもの）			○

- ・原則として対象となっていない品目も必要と認められた場合は、例外的に借りることができます。
- ・費用は、用具の種類や事業者によって異なりますが、利用者負担は1割、一定以上の所得がある方は2割又は3割です。
- ・原則として同一品目を重複して（車いすを2台等）は貸与できません。



特定福祉用具購入・特定介護予防福祉用具購入

要支援1・2

要介護1～5

入浴や排泄などに使用する福祉用具の購入費を支給します。

品 目	・腰掛便座 ・ 排泄予測支援機器 ・ スロープ ・自動排泄処理装置の交換可能部品 ・ 歩行器（歩行車を除く） ・入浴補助用具 ・ 簡易浴槽 ・ 移動用リフトのつり具の部分 ・歩行補助つえ
-----	--



いったん費用の全額を支払っていただき、後日、市から保険給付分（9割、8割又は7割）の払い戻しを受ける仕組みです。ご利用に当たっては、あらかじめケアマネジャー等にご相談ください。

福祉用具販売事業所の指定を受けた事業所で購入した場合に限って支給対象となります。

●支給限度基準額 1年度（4月～翌年3月）につき10万円

在宅サービス

居宅介護住宅改修・介護予防住宅改修

要支援1・2

要介護1～5

在宅で生活している方が、その居住する住宅において生活環境を整えるための住宅改修を行った場合に改修費を支給します。

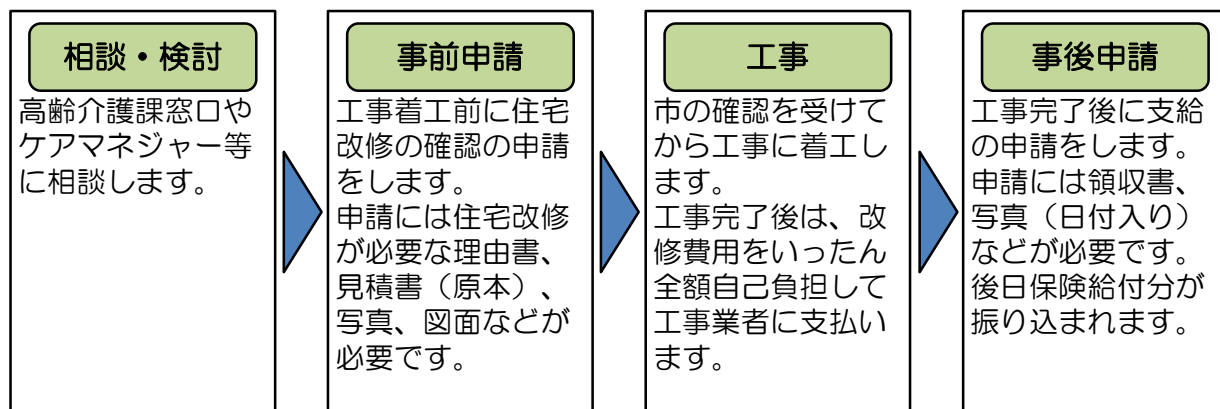
対象となる工事
廊下、浴室などへの手すりの取付け
段差解消のためのスロープ設置等
滑りにくい床材、移動しやすい床材への変更等
開き戸から引き戸などへの扉の取替え
和式便器から洋式便器への便器の取替え
これらの改修に伴って必要となる工事



いったん費用の全額を支払っていただき、後日、市から保険給付分（9割、8割又は7割）の払い戻しを受ける仕組みです。ご利用に当たっては、工事着工前に申請が必要ですので、あらかじめケアマネジャー等にご相談ください。

（支給限度基準額 1人につき20万円）

●手続きの流れ



※ 介護保険の住宅改修と併用できる高齢者住宅整備補助もあります。
高齢者住宅整備補助については、33ページをご覧ください。

施設サービス

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

要介護3～5

常時介護を必要とし、自宅で生活することが困難な寝たきりの方などが入所します。生活介護中心です。

※ 原則、要介護3以上の方が利用できます。(平成27年3月までに入所している方は除きます。ただし、要介護1又は要介護2の方でも、やむを得ない事情により在宅での生活が困難と認められる場合は、特例的に入所対象者となります。)



●自己負担の目安(多床室 1か月・30日当たり)

要介護度	サービス費用	①自己負担 (1割の場合)	②食費	③滞在費	合 計 ①+②+③
要介護1	176,700円	17,670円	46,350円	27,450円	91,470円
要介護2	197,700円	19,770円			93,570円
要介護3	219,600円	21,960円			95,760円
要介護4	240,600円	24,060円			97,860円
要介護5	261,300円	26,130円			99,930円

※サービス費用と食費、滞在費は基本的な額であり、施設によって異なります。

●自己負担の目安(ユニット型個室 1か月・30日当たり)

要介護度	サービス費用	①自己負担 (1割の場合)	②食費	③滞在費	合 計 ①+②+③
要介護1	201,000円	20,100円	46,350円	61,980円	128,430円
要介護2	222,000円	22,200円			130,530円
要介護3	244,500円	24,450円			132,780円
要介護4	265,800円	26,580円			134,910円
要介護5	286,500円	28,650円			136,980円

※サービス費用と食費、滞在費は基本的な額であり、施設によって異なります。

介護保険サービス

施設サービス

介護老人保健施設

要介護1～5

病状の安定した方に、家庭生活復帰を目的とした機能訓練を中心とする医療ケアや介護を行います。リハビリや介護中心です。

●自己負担の目安（多床室 1か月・30日当たり）

要介護度	サービス費用	①自己負担 (1割の場合)	②食費	③滞在費	合 計 ①+②+③
要介護1	237,900円	23,790円	46,350円	13,110円 「その他型」 もしくは「療養 型」の介護老人 保健施設の入所 者は、20,910円	83,250円
要介護2	252,900円	25,290円			84,750円
要介護3	272,400円	27,240円			86,700円
要介護4	288,300円	28,830円			88,290円
要介護5	303,600円	30,360円			89,820円

※サービス費用と食費、滞在費は基本的な額であり、施設によって異なります。

介護医療院

要介護1～5

長期にわたり療養が必要な方に対し、療養上や看護、医学的管理の下、介護などの世話や機能訓練、その他必要な医療等を行います。

●自己負担の目安（多床室 1か月・30日当たり）

要介護度	サービス費用	①自己負担 (1割の場合)	②食費	③滞在費	合 計 ①+②+③
要介護1	249,900円	24,990円	46,350円	13,110円 「Ⅱ型」の介護 医療院における 多床室の入所者 (療養室の床面 積が8㎡/人以上 に限る。)は、 20,910円	84,450円
要介護2	282,900円	28,290円			87,750円
要介護3	354,600円	35,460円			94,920円
要介護4	384,900円	38,490円			97,950円
要介護5	412,500円	41,250円			100,710円

※サービス費用と食費、滞在費は基本的な額であり、施設によって異なります。

介護保険サービス

地域密着型サービス

地域密着型通所介護（デイサービス） 利用定員が18人以下

要介護1～5

小規模な通所介護施設で、食事や入浴などの日常生活上の支援と、必要に応じて、その方の目標に合わせた選択的サービス（運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上など）を日帰り提供します。

●自己負担の目安（1日につき）

7～8時間未満利用した場合 ※送迎を含む。

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要介護1	7,530円	753円
要介護2	8,900円	890円
要介護3	10,320円	1,032円
要介護4	11,720円	1,172円
要介護5	13,120円	1,312円

※食費は別途自己負担となります。

●選択的サービス

内 容	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
個別機能訓練（1日）	560円	56円
栄養改善（1回）	2,000円	200円
口腔機能向上（1回）	1,500円	150円



認知症対応型通所介護・介護予防認知症対応型通所介護

要支援1・2

要介護1～5

認知症の高齢者の方を対象に、施設への通所による専門的なケアを行います。

●自己負担の目安（1日につき）

併設型の施設を7～8時間未満利用した場合 ※送迎を含む。

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要支援1	7,730円	773円
要支援2	8,640円	864円
要介護1	8,940円	894円
要介護2	9,890円	989円
要介護3	10,860円	1,086円
要介護4	11,830円	1,183円
要介護5	12,780円	1,278円

※食費は別途自己負担となります。



地域密着型サービス

認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

要介護1～5

認知症の高齢者の方が、介護職員による介護を受けながら、共同生活を行います。

●自己負担の目安（1か月・30日当たり）

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要介護1	225,900円	22,590円
要介護2	236,400円	23,640円
要介護3	243,600円	24,360円
要介護4	248,400円	24,840円
要介護5	253,500円	25,350円

※食費、居住費などは別途自己負担となります。



介護予防認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

要支援2

軽度の認知症が心配される高齢者の方が、介護職員による介護を受けながら、共同生活を行います。

※要支援2の方のみ利用できます。

●自己負担の目安（1か月・30日当たり）

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要支援2	224,700円	22,470円

※食費、居住費などは別途自己負担となります。



介護保険サービス

地域密着型サービス

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

要支援1・2

要介護1～5

日中の「通い」サービスの提供を中心に、利用者の状態や希望に応じて「訪問」や「泊まり」のサービスを組み合わせて提供します。

- 自己負担の目安（1か月につき）
事業所と同一の建物に居住していない場合

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要支援1	34,500円	3,450円
要支援2	69,720円	6,972円
要介護1	104,580円	10,458円
要介護2	153,700円	15,370円
要介護3	223,590円	22,359円
要介護4	246,770円	24,677円
要介護5	272,090円	27,209円

※食費、宿泊費などは別途自己負担となります。



定期巡回・随時対応型訪問介護看護

要介護1～5

日中、夜間を通じて、ホームヘルパーや看護師等が連携しながら、定期的な巡回又は通報により自宅を訪問し、入浴、排泄等のお世話や看護等の対応を行います。

- 自己負担の目安（1か月につき）
訪問看護サービスを行う場合

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要介護1	79,460円	7,946円
要介護2	124,130円	12,413円
要介護3	189,480円	18,948円
要介護4	233,580円	23,358円
要介護5	282,980円	28,298円



地域密着型サービス

看護小規模多機能型居宅介護

要介護1～5

小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせ、通い・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。

- 自己負担の目安（1か月につき）
事業所と同一の建物に居住していない場合

要介護度	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
要介護1	124,470円	12,447円
要介護2	174,150円	17,415円
要介護3	244,810円	24,481円
要介護4	277,660円	27,766円
要介護5	314,080円	31,408円

※食費、宿泊費などは別途自己負担となります。



介護保険サービス

地域密着型サービス

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護(特別養護老人ホーム)

要介護3～5

定員が29人以下の小規模な特別養護老人ホームに入所して、食事・入浴などの介護や機能訓練などを行います。ただし、要介護1又は要介護2の方でも、やむを得ない事情により在宅での生活が困難と認められる場合は、特例的に入所対象者となります。

●自己負担の目安（多床室 1か月・30日当たり）

要介護度	サービス費用	①自己負担 (1割の場合)	②食費	③滞在費	合 計 ①+②+③
要介護1	180,000円	18,000円	46,350円	27,450円	91,800円
要介護2	201,300円	20,130円			93,930円
要介護3	223,500円	22,350円			96,150円
要介護4	245,100円	24,510円			98,310円
要介護5	266,100円	26,610円			100,410円

※サービス費用と食費、滞在費は基本的な額であり、施設によって異なります。

夜間対応型訪問介護

要介護1～5

夜間に定期的な巡回又は通報により、ホームヘルパーが自宅に訪問し、入浴、排泄、食事等のお世話、緊急時の対応を行います。

●自己負担の目安 基本対応の場合

	サービス費用	自己負担 (1割の場合)
1か月	9,890円	989円

介護保険サービス

共生型サービス

障がい福祉サービス事業所において、65歳以上の利用者が、引き続き同じ事業所でサービスを受けることができます。

サービスの自己負担額の目安は、介護保険の各サービスの利用料金の目安に準じます。

共生型訪問介護

要介護1～5

障がい福祉制度における居宅介護等の指定を受けている事業所が、介護保険サービス事業所の指定を受け、これまで障がい福祉サービスを受けていた方に対して、引き続き同じ事業所が身体介助や生活援助を行います。

共生型通所介護(デイサービス) 利用定員 19人以上の事業所

要介護1～5

障がい福祉制度における生活介護等の指定を受けている事業所が、介護保険サービス事業所の指定を受け、これまで障がい福祉サービスを受けていた方に対して、引き続き同じ通所介護事業所において、食事や入浴などの日常生活上の支援を行います。

共生型地域密着型通所介護(デイサービス) 利用定員 18人以下の事業所

要介護1～5

障がい福祉制度における生活介護等の指定を受けている事業所が、介護保険サービス事業所の指定を受け、これまで障がい福祉サービスを受けていた方に対して、引き続き同じ通所介護事業所において、食事や入浴などの日常生活上の支援を行います。

共生型短期入所生活介護・共生型介護予防短期入所生活介護

要支援1・2

要介護1～5

障がい福祉制度における短期入所（ショートステイ）の指定を受けている事業所が、介護保険サービス事業所の指定を受け、これまで障がい福祉サービスを受けていた方に対して、引き続き同じ短期入所事業所において、日常生活上の介護を行います。

利用者の負担軽減制度

食費・居住費(滞在費)の負担限度額

所得が低い方への制度で、施設サービスやショートステイを利用したときにかかる食費・居住費(滞在費)について、対象要件を満たす方が申請することで、施設等で契約された限度額を超えた差額が保険給付され、負担が軽くなります。なお、この負担額については、高額介護(介護予防)サービス費の対象にはなりません。

●対象者

次の要件のすべてを満たす方です。

- ①本人を含む世帯全員が市民税非課税であること。
- ②配偶者が本人と別の世帯になっている場合、配偶者が市民税非課税であること。
- ③預貯金等が各段階の基準以内であること。

預貯金等の対象・・・現金、預貯金、有価証券、金・銀など

(1日当たりの本人負担額)

負担段階	対象要件		居住費				食費	
			ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	施設サービス	短期入所サービス
	認定要件 預貯金額	基準 費用額	2,066円	1,728円	特養等 1,231円 老健・医療院等 1,728円	特養等 915円 老健・医療院等 437円 (697円)※1	1,545円	
第1段階	生活保護受給者 又は 老齢福祉年金受給者 ----- 単身：1,000万円以下 夫婦：2,000万円以下		880円	550円	特養等 380円 老健・医療院等 550円	0円	300円	300円
第2段階	年金収入等※2 82.65万円以下 ----- 単身：650万円以下 夫婦：1,650万円以下		880円	550円	特養等 480円 老健・医療院等 550円	430円	390円	600円
第3段階①	年金収入等 82.65万円超 ----- 120万円以下 ----- 単身：550万円以下 夫婦：1,550万円以下		1,370円	1,370円	特養等 880円 老健・医療院等 1,370円	430円	680円	1,030円
第3段階②	年金収入等 120万円超 ----- 単身：500万円以下 夫婦：1,500万円以下		1,470円	1,470円	特養等 980円 老健・医療院等 1,470円	特養等 530円 老健・医療院※1 530円 老健・医療院等 430円	1,420円	1,360円

※1 「その他型」もしくは「療養型」の介護老人保健施設又は「Ⅱ型」の介護医療院における多床室の入所者(療養室の床面積が8㎡/人以上に限る。)が対象となります。

※2 年金収入等とは、課税年金、非課税年金(遺族年金、障害年金など)及び前年の合計所得金額を合わせた額です。

利用者の負担軽減制度

社会福祉法人の軽減制度

低所得で特に生計が困難な場合に、社会福祉法人が経営する施設では、介護サービス利用料の軽減制度を実施しています。

この制度を利用するためには申請が必要です。

対 象 者	市民税非課税世帯で、次の要件のすべてを満たす方 （旧措置入所者で利用者負担割合5%以下の方は除く。） ①世帯の年間収入金額が150万円（世帯が2人以上の場合は、世帯主以外の世帯員1人につき50万円を加算した金額）以下であること。 ②預貯金等が単身世帯で350万円（世帯が2人以上の場合は、世帯主以外の世帯員1人につき100万円を加算した金額）以下であること。 ③日常生活に供する資産以外に活用できる資産が無いこと。 ④負担能力のある人に扶養されていないこと。 ⑤介護保険料を滞納していないこと。
対象サービス	・訪問介護 ・（介護予防）短期入所生活介護 ・（介護予防）認知症対応型通所介護 ・通所介護 ・夜間対応型訪問介護 ・定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ・（介護予防）小規模多機能型居宅介護 ・看護小規模多機能型居宅介護 ・地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 ・地域密着型通所介護 ・介護老人福祉施設サービス ・訪問型サービス ・通所型サービス
軽減割合	介護サービス費及び食費・居住費の25/100（老齢福祉年金受給者は50/100）が軽減されます。

対 象 者	生活保護受給者
対象サービス	・（介護予防）短期入所生活介護 ・地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 ・介護老人福祉施設サービス
軽減割合	個室の居住費（滞在費）の全額が軽減されます。

在宅で生活し続けるための支援

高齢者が安心して暮らせるためのサービス

緊急通報装置貸与

65歳以上のみの世帯の方

本人の安否確認や、必要に応じて緊急連絡先への連絡等を行うための緊急通報装置（住宅用火災警報器付）を貸し出します。

※65歳未満で「持病」や「障がい」を理由に安否確認が必要な方は、ご相談ください。



福祉電話貸与

65歳以上のみの世帯で市民税非課税の方

電話をお持ちでない方に福祉電話を貸し出します。

※生活保護世帯以外の方は、基本料金の助成があります。

※65歳未満で「持病」や「障がい」を理由に連絡手段が必要な方は、ご相談ください。

高齢者等見守り事業

65歳以上のみの世帯など声掛けが必要な方

いつまでも元気に安心して暮らせるよう、地域の方などがボランティアとして定期的に自宅を訪問し声掛け活動を行います。また必要な方には、簡単な生活支援を行います。

■対象者

65歳以上の一人暮らし又は高齢者のみ世帯

家族と同居しているが日中一人になる65歳以上の方

その他、声掛けが必要な方（障害手帳をお持ちの方など）

※声掛けボランティアの登録は、35ページのセカンドライフ応援ステーション、高齢者介護予防有償ボランティア活動事業を御参照ください。

在宅介護を支援するサービス

介護予防・在宅療養手帳の配布

事業対象者、要支援1・2、要介護1～5の在宅の方

在宅で療養している方が、安心して、より自立した生活を送ることができるように、本人・家族の意向、家庭での様子やサービス提供内容、提供時の様子等について、利用者本人・家族・医療・介護（福祉）サービス提供者が互いに情報を共有するための連絡帳です。ケアマネジャー等を通じて配布します。

紙おむつ購入費助成

要介護1～5の在宅の方

在宅で紙おむつが必要な方に、紙おむつ購入費助成券を交付します。

（4月・7月に交付）

■助成額

市民税課税世帯 月額2,000円

市民税非課税世帯 月額4,000円

在宅で生活し続けるための支援

在宅介護を支援するサービス

在宅介護支援金支給

要介護3～5の在宅の方

要介護3～5の方を在宅で介護している方

市内在住の要介護3以上の在宅要介護者の方又はその介護をする方に、月額6,000円の支援金を支給します。

（4月・8月・12月に支給）

家族介護支援事業

在宅で介護をしている方

介護の知識や技術を学び、介護の悩みや困りごとを話し合い、介護者の負担軽減を図るための情報提供を行います。



高齢者住宅整備補助

要支援1・2、要介護1～5の在宅の方

自宅で生活するために必要な住まいの改修費の一部を補助します。（改修内容に制限があります。）

※介護保険の「住宅改修費」と併せて利用できます。

※利用に当たっては、事前にご相談ください。工事着工前に審査を受ける必要があります。

■補助要件 次のすべてを満たす必要があります。

- ・おおむね65歳以上の要支援1・2、要介護1～5の方
- ・世帯員の前年の収入合計額が600万円未満
- ・本人又は親族が所有し、かつ本人が居住している既存の住宅に行う工事（新築や全面的な建替は除きます。）

- | | | |
|-------|------------------|---------------|
| ■対象工事 | ・居室又は廊下等の改造 | ・トイレの改造 |
| | ・浴室の改造 | ・玄関の改造 |
| | ・段差解消機又は階段昇降機の設置 | ・ホームエレベーターの設置 |

■補助限度額 30万円

■補助率	生活保護世帯	100%
	所得税非課税世帯	75%
	所得税課税世帯	50%

生活を支援するサービス

生活支援サービスの情報

高齢者などの困りごとを支援するため、外出や移動の支援、買い物支援、食事の支援、ちょっとした困りごとの支援を行う市内の企業や商店等のサービスを取りまとめています。



介護予防に関する取組

要介護状態等になることを予防し、活動的で生きがいのある生活を送ることができるよう介護予防の取組を実施しています。

運動や健康づくりの取組

さんちゃん健康体操

おおむね65歳以上の方

運動機能の向上や認知症予防などに効果がある市オリジナルの体操です。市内6か所の定期会場は、申込み不要で、参加費も無料です。

■定期会場

会 場	実施日	時 間
三条東公民館（上半期） 厚生福祉会館（下半期）	毎週 月曜	10時～11時
ソレイユ三条	第1・3・5水曜	10時～11時
嵐南公民館（上半期） ソレイユ三条（下半期）	毎週 金曜	14時～15時
サンファーム三条	毎週 水曜	10時～11時
栄寿荘	毎週 月曜	14時～15時
下田公民館	毎週 火曜	14時～15時



スポーツ施設定期券半額

65歳以上の方

市内スポーツ施設の窓口で、介護保険被保険者証を提示し申請すると、定期券の利用料金が半額になります。

■対象施設及び定期券（半額後）の料金

会 場	定期券（半額後の料金）			
	1か月	3か月	6か月	12か月
体育文化会館 トレーニングルーム	1,350円	3,350円	6,000円	10,000円
栄体育館 トレーニングルーム	1,000円	2,500円	4,500円	7,500円
市民プール	—	2,400円	4,000円	6,000円



※市民プールの定期券のみ「サンキッズカード」の利用でさらに半額になります。

“ちょこっと”筋トレ

テレビを見ながら、歯を磨きながら“いつでも、どこでも、誰でも”手軽にできる筋トレです。リーフレットを健康づくり課や各公民館などで無償配布しています。

■問合せ 健康づくり課保健指導係 Tel 0256-34-5445

健康教育・健康相談

生活習慣病予防、心の健康、熱中症予防等に関する講話や健康に関する個別の相談に応じます。

■問合せ 健康づくり課保健指導係 Tel 0256-34-5445

介護予防に関する取組

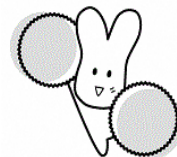
外出や社会参加を進めるための取組

セカンドライフ応援ステーション

おおむね55歳以上の方

「働きたい」「ボランティアをしたい」「学びたい」「参加したい」といった、人生のセカンドステージを充実させたい人の社会参加に関する相談に応じ、情報の提供や希望する活動へのマッチングを行います。

セカンドライフ応援ステーションに登録すると、ボランティア、学び、イベントなど様々な情報がダイレクトメールで毎月届きます。タイムリーに情報が届くLINEの登録もあります。



LINE登録

■問合せ

セカンドライフ応援ステーション TEL 0256-47-0033

■パソコンの方

URL <https://secondsanjo.wixsite.com/second-sanjo>

高齢者介護予防有償ボランティア活動事業

65歳以上の方と65歳以上の方の
介護予防等を支援する方

介護予防や健康づくりを目的として、セカンドライフ応援ステーションから紹介を受けたボランティア活動を行い、謝礼金を受ける事業です。

■謝礼金

・1回 500円

・高齢者等見守り事業 高齢者等への声掛け活動 ……1か月 300円
高齢者等への声掛け及び簡単な生活支援 ……1か月 500円
※高齢者等見守り事業については、32ページを御参照ください。

介護予防教室

おおむね60歳以上の方

気軽に集まり、交流するとともに、楽しみながら介護予防に取り組むことができる場を提供します。

施設名	実施日	利用料
中央いきいきセンター	水・金曜日	100円
AOZORA介護予防教室	月・水・金曜日	無料
老人福祉センター栄寿荘	火・木曜日	100円※
特別養護老人ホームいっぴく	水曜日・第2・第4木曜日	無料

※昼食希望の方は別途費用が掛かります。

介護予防に関する取組

外出や社会参加を進めるための取組

高齢者交流事業

高齢者の交流を促進するため、お部屋を無料で開放しています。

施設名	住所	利用できる部屋
三条ものづくり学校	桜木町12番38号	108号室（和室1）

老人福祉センター

生きがいづくり、健康増進等の場を総合的に提供します。
総合福祉センターには入浴施設（利用料250円）もあります。

施設名	住所
老人福祉センター栄寿荘	福島新田丁1015番地1
総合福祉センター	東本成寺2番1号

口腔機能向上・栄養改善の取組

お口すこやか訪問（口腔機能向上個別訪問指導）

サービス事業対象者のうち、
口腔機能の低下に該当した方

口腔機能（かむ力、飲み込む力）の衰えにより、ムセがある、かみにくくなったなどの自覚症状がある方に対し、口腔機能を向上させるため、歯科衛生士が3か月間に最大3回自宅を訪問し、歯みがきの方法やお口の体操などの指導を行います。

栄養いきいき訪問（栄養改善個別訪問指導）

サービス事業対象者のうち、
低栄養に該当した方

痩せ気味の方で、ここ6か月で体重が2～3kg減少したなど、低栄養状態が心配される方、又は、糖尿病や高血圧症などで食事制限の必要があり医師による指示があった方に対し、栄養状態の改善のため、管理栄養士が4か月間に最大3回自宅を訪問し、疾病や身体の状態に合った栄養バランスを整える食事のとり方などの指導を行います。

要支援認定者無料歯科検診

要支援1・2

要介護の原因である病気と関連が深いお口の状態を悪くさせないために、「要支援」認定と判定された方に歯科検診の無料受診券を送ります。検診方法は、通院、訪問のどちらかを選べます。

認知症に関する取組

認知症ケアパス(認知症暮らしのガイドブック)

認知症の方の生活機能や心身の状況に合わせ、いつ、どこで、どのような支援を受ければ良いのかを示したガイドブックです。

認知症高齢者等靴ステッカー見守り事業

認知症により一人歩き（徘徊）をするおそれのある方が行方不明になった際に早期発見、事故の未然防止のため、個人を特定する番号をつけた靴ステッカーを無料で配布します。（黄色の蛍光色です。）

もしも、靴ステッカーを貼った方が困っているときなどには、声かけをお願いします。



「こんにちは」「どちらへお出かけですか」「大丈夫ですか」

特に次のような様子がみられたら、声をかけてみてください。

- 夜間や早朝などにひとり有的时候き
- 道端などに座り込んでいるとき
- 赤信号でも横断しようとしたり、車道を歩くなどの危険な行動がみられたとき

声をかけても明確な回答が得られない場合は、ためらわずに110番または三条警察署（TEL33-0110）に連絡してください。

※ 認知症ケアパス・認知症高齢者等靴ステッカー見守り事業は、最寄りの地域包括支援センター、もしくは高齢介護課へお問い合わせください。

認知症高齢者等個人賠償責任保険

市が保険会社と契約し、保険料を負担することで、認知症の方が事故を起こし賠償責任を負った場合に備える保険への加入を支援します。

要 件	保険内容	補償金額
次を全て満たす方 ●三条市内に在住の方 ●要介護認定又は要支援認定を受けている方 ●認知症高齢者の日常生活自立度がⅡa以上と判定された方 ●認知症等により徘徊するおそれがある方	認知症の方が起こした偶然の事故によって法律上の損害賠償が発生したとき、損害賠償額の補償を受けることができます。 (例) 誤って線路内に立ち入り列車を運行不能にしたなど	1事故につき 最大1億円

認知症に関する取組

難聴者補聴器購入費助成事業

難聴による認知症予防を目的として、聴力の低下により日常生活に支障をきたしている方に対し、補聴器購入費の一部を助成します。

要 件	世帯区分	助成額	上限額
身体障がい者手帳の交付対象とならない難聴の程度で以下を全て満たす方 ●三条市内に住所がある50歳以上の方 ●片耳の聴力レベルが40デシベル以上の方、又は医師が補聴器装用を必要と認めた方 ●補聴器の装用により、地域社会とのコミュニケーション確保について一定の効果が期待できると医師が判断する方 ●認定補聴器技術者による適合調整又は耳鼻科医の診察を受けた上で一週間以上の視聴を実施した方（補聴器の経年劣化等による同機種への買い換えの場合を除く）	生活保護世帯又は市民税非課税世帯	購入費の額	50,000円
	市民税課税世帯	購入費の額の2分の1	25,000円

※必ず購入前の申請が必要です。

修理費や付属品単体の購入費は助成対象外です。

助成の交付を受けてから5年を経過するまで再度の申請はできません。

両耳分の購入でも上限額は片耳の場合と同額です。



オレンジカフェ(認知症カフェ)

オレンジカフェとは、認知症の方が自分らしく、地域で暮らし続けることができるように、認知症の方、家族、地域の方が集い、ともに活動を楽しむ、情報交換しあう、認知症について学ぶ場で、どなたでも参加できます。

医療機関や介護サービス事業所などが定期的開催し、認知症について相談もできます。開催に関する情報は、広報さんじょう「いきいき健幸生活」をご覧ください。

※ 開催内容等を記載した「さんじょうオレンジカフェマップ」を別途配布しています。



認知症本人の集い

認知症になっても希望をもって暮らせるよう、認知症の方等が集い、やりたいことを気兼ねなくでき、話したいことを話す、居心地がよく楽しい場です。詳しくは、地域包括支援センターにご相談ください。

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、認知症の方やその家族を見守り・支援する「認知症サポーター」を養成する講座です。無料の出前講座を行っています。



「これって認知症？」認知症簡易チェック

パソコンや携帯電話を使い、質問にチェックを入れるだけで、簡単に認知症のリスクや状態に応じた相談先を確認することができます。本人が自己チェックする「わたしも認知症？」と、家族・介護者向けの「これって認知症？」の2種類あります。

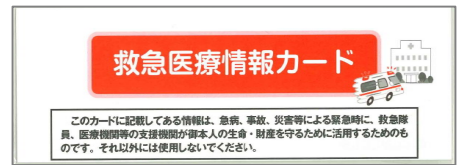
(パソコンの方は、URL <https://fishbowlindex.net/sanjo/>)



在宅医療・介護連携に関する取組

救急医療情報カード

一人暮らしの高齢者等が急病等もしもの時に迅速な対応に繋げるために必要情報をあらかじめ記入しておくカードです。記入したカードは折りたたみ、冷蔵庫の扉に貼っておきます。（対象者の限定なし。）
※救急隊が駆けつけた時など、素早く医療情報を確認できます。



⇒ 市役所地域包括ケア推進課、栄・下田サービスセンター、地域包括支援センターで配布しています。市ホームページからもダウンロードできます。

三条ひめさゆりネット

医療機関や介護サービス事業所などが利用者の医療・介護・生活の状況をネットワーク上でリアルタイムに共有し、より良い生活に向けてチームで支援を行うための仕組みです。

また、いざという時の備えのため、医療情報や緊急連絡先を登録しておくことで、救急搬送時にも役立ちます。



在宅療養上のメリット

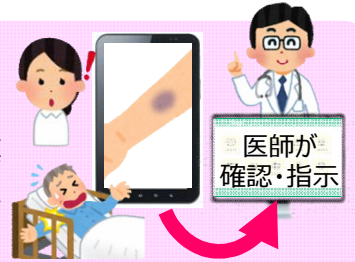
薬の情報共有

使用している薬等の情報を共有することができ、適切な支援につなげることができます。



早期治療

皮膚トラブルなどを写真で正確に情報共有することができ、適切な治療を早期に受けられます。



権利擁護に関する取組

わたしの安心ノート

もの忘れが進んだり、判断力が低下したりしても、自分の思いに沿った暮らし方をするために、医療や介護、財産管理など、自分自身のこれからのことを「考える」・「話し合う」・「備える」きっかけとなるノートです。

判断力が低下しても、家族や支援者が本人の意向を尊重するための指針となります。

（主な内容）

- ・ もしもの時の連絡先
- ・ わたしの家系図、年表
- ・ わたしの好きなこと
- ・ わたしの健康のこと（持病、かかりつけ医など）
- ・ サポートが必要になったとき（介護、財産管理を頼みたい人など）
- ・ わたしの財産のこと
- ・ わたしの葬儀のこと、お墓のこと
- ・ 友人・知人一覧



⇒ 市役所高齢介護課 高齢福祉係、栄・下田サービスセンター、公民館、地域包括支援センターで配布しています。市ホームページからもダウンロードできます。

権利擁護に関する取組

高齢者虐待の防止

高齢者虐待とは、高齢者の心に深い傷を負わせたり、高齢者の人権の侵害や尊厳を奪う行為のことをいいます。高齢者への虐待は「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律（高齢者虐待防止法）」によって、禁止されています。

虐待が起こる原因

虐待は、高齢者と養護者のこれまでの人間関係や介護疲れ、経済的な問題など、様々な要因が絡み合って起こります。どこの家庭でも起こる可能性がある身近な問題です。

介護者の方へ

介護を抱え込まないで

熱心に介護している中でいつの間にか介護の負担が大きくなったり、周りに頼ることを遠慮して、一人で介護を担ってしまうこともあります。

「休むことも介護のうち」「頼ることも介護のうち」と考えて、休養を心がけましょう。

～介護を抱え込まないために～

- * 介護の悩みや気になることがあれば、お近くの地域包括支援センターなど専門機関に相談しましょう。
- * 介護保険サービスや地域の福祉サービスを上手に利用することで、介護負担を軽減しましょう。



●相談先

担当ケアマネジャーや担当地域包括支援センター P42、43を参照

身体的虐待

- たたく、つねる、殴る、蹴る、やけどを負わせる
- ベッドに縛りつけたり、意図的に薬を過剰に与える 等

こんな行動、発言が実は虐待!

～暴力行為だけが虐待行為ではありません～

心理的虐待

- 排泄などの失敗に対して恥をかかせる
- 子ども扱いをする、怒鳴る、ののしる、悪口を言う、無視をする 等

経済的虐待

- 本人の生活に必要なお金を渡さない、使わせない
- 本人の年金や預貯金などを本人の意思・利益に反して使う 等

介護の世話の放棄・放任

- おむつ交換をしない、入浴させないなど不衛生な状態を放置する
- 食事や水分を十分に与えない
- 必要な医療・介護サービスを利用させない 等

性的虐待

- 懲罰的に裸にして放置する
- キス、性器への接触、セックスを強要する 等

気付かずに虐待をしてしまうこともあります

- 言うことを聞かないので、無視したりののしったりする。
- 認知症で徘徊するため、家に閉じ込める。
- 悪いことを分かってもらうため、叩いて教える。
- 年金手帳、預金通帳などを管理して、本人に無断で使い込んでいる。

権利擁護に関する取組

成年後見制度の内容

成年後見制度は、認知症や知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が十分でない方の預貯金、不動産の管理（財産管理）や介護保険サービスの利用、施設入所の契約（身上保護）などについて、家庭裁判所に申立てを行い、支援する人を決めるものです。

法定後見制度

判断能力が不十分になった方の援助を裁判所に申し立て、本人を保護、支援する後見人等を決めます。

任意後見制度

将来、判断能力が不十分になったときに備えて、あらかじめ本人が代理人（任意後見人）と契約をします。



法定後見制度は、対象となる方の状態によって3つに分けられます。

補 助

判断能力が不十分な方

保 佐

判断能力が著しく不十分な方

後 見

判断能力が常に欠けている方

成年後見制度利用支援事業

成年後見制度の利用が必要な状況であるにも関わらず、親族等による申立てが不可能な方に対し、市長による後見開始の申立てを行います。

また、低所得者に対し、申立費用や後見人報酬の助成を行います。後見人報酬の助成額は、裁判所が決める金額と市で定める次の助成限度額を比べて低い方になります。

なお、後見人等が配偶者、直系血族または兄弟姉妹となる場合、後見人報酬の助成対象にはなりません。

■市の助成限度額 在宅の場合 …………… 1月当たり 28,000円
施設入所の場合 …………… 1月当たり 18,000円

●成年後見制度に関する相談先

担当地域包括支援センターや三条市成年後見支援センター P42～44を参照

介護保険サービスの相談、苦情

各介護保険サービス事業所には、苦情相談受付窓口があります。

相談したいこと、困ったことがあったら、まずはサービス事業者や居宅介護支援事業所のケアマネジャー、地域包括支援センターに相談してみましょう。

それでも、改善されない場合は、高齢介護課へご相談ください。

また、新潟県国民健康保険団体連合会

（TEL025-285-3022）へ申立てをすることもできます。



地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です。

介護や介護予防の相談のほか、高齢者虐待や消費者被害の防止など、高齢者の権利を守るための相談にも応じます。

相談は、本人だけでなく、家族や高齢者を見守っている方などからも受け付けています。

地域包括支援センター嵐北

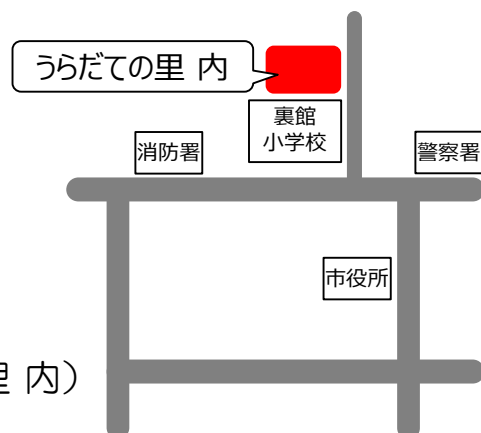
TEL 36-0620

〈担当圏域〉

嵐北圏域（第二・第三中学校区）

〈住所〉

東裏館三丁目6番58号
（特別養護老人ホームうらだての里 内）



地域包括支援センター嵐南

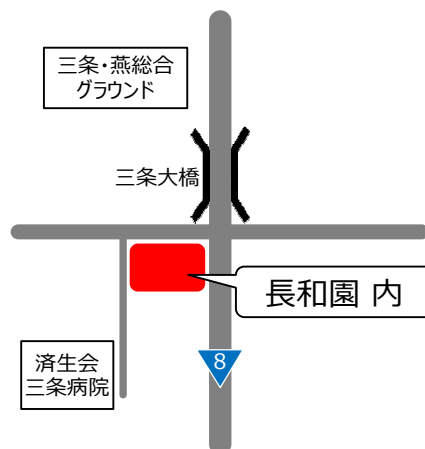
TEL 36-5001

〈担当圏域〉

嵐南圏域（第一・本成寺中学校区）

〈住所〉

大野畑6番86-7号
（特別養護老人ホーム長和園 内）



地域包括支援センター東

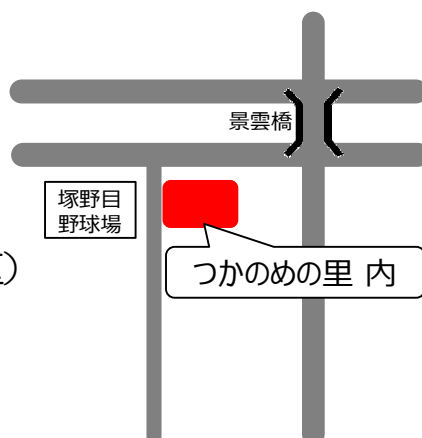
TEL 38-4455

〈担当圏域〉

井栗大崎・大島圏域
（第四中学校区・大崎学園区・大島中学校区）

〈住所〉

塚野目2380番地2
（特別養護老人ホームつかのめの里 内）



地域包括支援センター栄

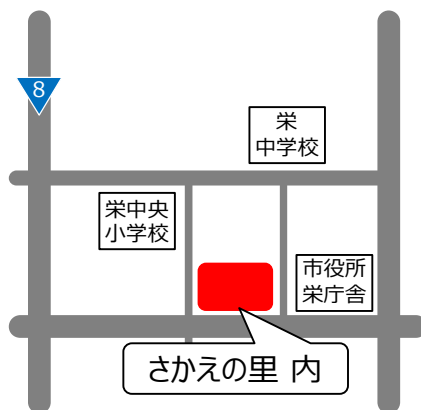
TEL 45-7600

〈担当圏域〉

栄圏域（栄中学校区）

〈住所〉

福島新田丁1481番地1
（特別養護老人ホームさかえの里 内）



地域包括支援センター下田

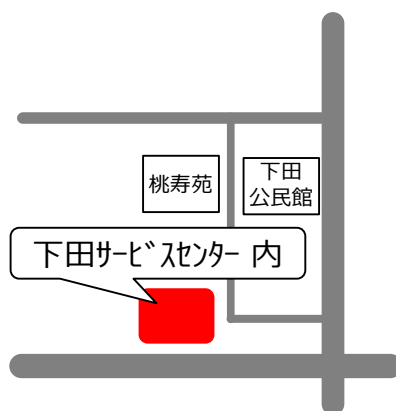
TEL 46-3193

〈担当圏域〉

下田圏域（下田中学校区）

〈住所〉

荻堀830番地1
（市役所 下田庁舎 内）



地域包括支援センター



主任ケアマネジャー



保健師・看護師



社会福祉士



生活支援コーディネーター

主任ケアマネジャー、保健師・看護師、社会福祉士など専門的な知識を持った職員が、チームで対応しています。また、生活支援コーディネーターが地域住民による支え合い体制づくりを推進しています。

行政機関

医療機関

医師会

ケア
マネジャー

民生委員

社会福祉
協議会

弁護士
司法書士

NPO
法人

介護
サービス
事業者

高齢者の生活を地域のネットワークで総合的に支えます。

相談・問合せ先

内 容	担 当	連絡先	掲載ページ
要介護認定に関すること	高齢介護課 介護認定係	TEL 34-5475	4～5ページ
介護予防・生活支援サービス事業の利用手続に関すること	高齢介護課 介護認定係	TEL 34-5475	6～7ページ
利用者の負担に関すること	高齢介護課 介護保険係	TEL 34-5476	8～11ページ
介護保険で利用できるサービスに関すること	高齢介護課 介護保険係	TEL 34-5476	12～29ページ
介護保険サービス利用者の負担軽減制度に関すること	高齢介護課 介護保険係	TEL 34-5476	30～31ページ
在宅で生活し続けるための支援に関すること	高齢介護課 介護保険係	TEL 34-5476	32～33ページ
介護予防の取組に関すること	高齢介護課 高齢福祉係	TEL 34-5472	34～36ページ
認知症の取組に関すること	高齢介護課 高齢福祉係	TEL 34-5472	37～38ページ
在宅医療・介護に関すること	地域包括ケア推進課 地域包括ケア総合 推進センター	TEL 47-1375	39ページ
高齢者虐待の防止に関すること	高齢介護課 高齢福祉係	TEL 34-5472	40ページ
成年後見制度に関すること	三条市成年後見支援 センター	TEL 47-4787	41ページ
介護保険サービスの相談・苦情に関すること	高齢介護課 介護認定係 事業者支援担当	TEL 34-5451	41ページ
地域包括支援センターに関すること	地域包括ケア推進課 地域包括ケア総合 推進センター	TEL 47-1375	42～43ページ
上記の担当の他に各サービスセンターでも問合せ・相談・申請受付ができます。	栄サービスセンター総合窓口グループ TEL 45-1110 下田サービスセンター総合窓口グループ TEL 46-5906		

