

介護保険は「予防」と「安心」で暮らしを支える制度です

* 毎日をも心豊かに

令和6年度
改正版

介護保険



地図付き施設検索「ちずブラ」



パソコンやスマートフォンからお住まいの
地域のサービス事業所が検索できます。

も
く
じ

* 介護保険のしくみ	2
* 介護保険料	3
* サービスの利用のしかた	7
・ サービスに苦情や不満があるときは	12
・ 介護従事者への「ハラスメント」について	12
* サービスの利用者負担	13

* 利用できるサービス	15
・ 在宅サービス	15
・ 施設サービス	21
・ 地域密着型サービス	23
・ 地域包括支援センター	26
・ 介護予防・日常生活支援総合事業	27

令和6年4月から

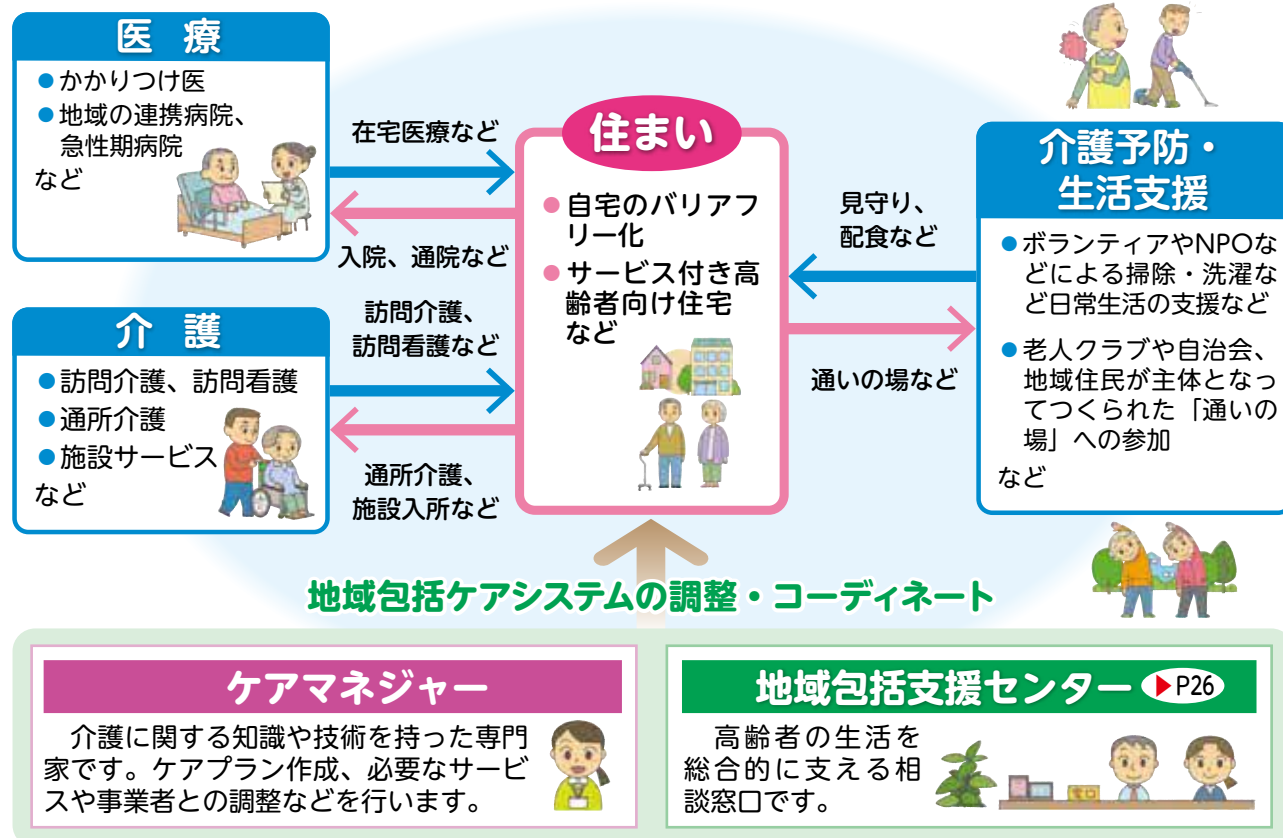
- 第9期（令和6～8年度）の介護保険料が決まりました。
- 介護報酬が改定されました（一部サービスは令和6年6月から）。それに伴い、サービス費用も変わりました。
- 福祉用具の一部は、利用方法（借りる、または購入する）を選択できるようになりました。
- 介護予防ケアプランの作成を、介護予防支援の指定を受けた居宅介護支援事業者にも依頼できるようになりました。

令和6年8月から

- 施設サービス利用時の居住費等の基準となる金額が変わります。

＊住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために＊
～地域包括ケアシステム～

「地域包括ケアシステム」は、高齢者のみなさんが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるようにするしくみです。市区町村や都道府県が地域の特性を考えながら、「住まい」を前提に地域に必要なサービスを一体的に切れ目なく提供し、地域に住む高齢者の生活を支えます。



不審な電話や還付金詐欺にご注意

市の職員などを名乗り、介護保険の給付費・保険料の払い戻しや徴収と偽って金銭をだまし取るなどの詐欺が頻発しています。
市では、給付費や保険料などを銀行やコンビニなどのATM（現金自動受払機）を使って払い戻したり、暗証番号を聞いたりすることはありません。
また、個別訪問徴収を行う場合は、職員証を携帯した職員が伺います。
不審な電話や訪問があったときは、その場で対応せずにお住まいの市役所か警察署へご相談ください。

●冊子に掲載している内容については、今後見直される場合があります。

＊介護保険のしくみ

介護保険は、介護や支援が必要な方が介護保険サービスを利用できる制度です。市が運営し、40歳以上の方が保険料を出し合って制度を支えています。

加入者
(被保険者)

- 要介護認定を受けてサービスを利用します。
- 市に保険料を納めます。
- サービス事業者利用者負担を支払います。



65歳以上の方
(第1号被保険者)

サービスが利用できるのは
介護が必要と認定された方

介護が必要になった原因は関係なく、サービスが利用できます。
交通事故など「第三者」による行為が原因で介護保険を利用する場合は市へ届け出が必要です。
必ず示談前に市の担当窓口へ連絡してください。

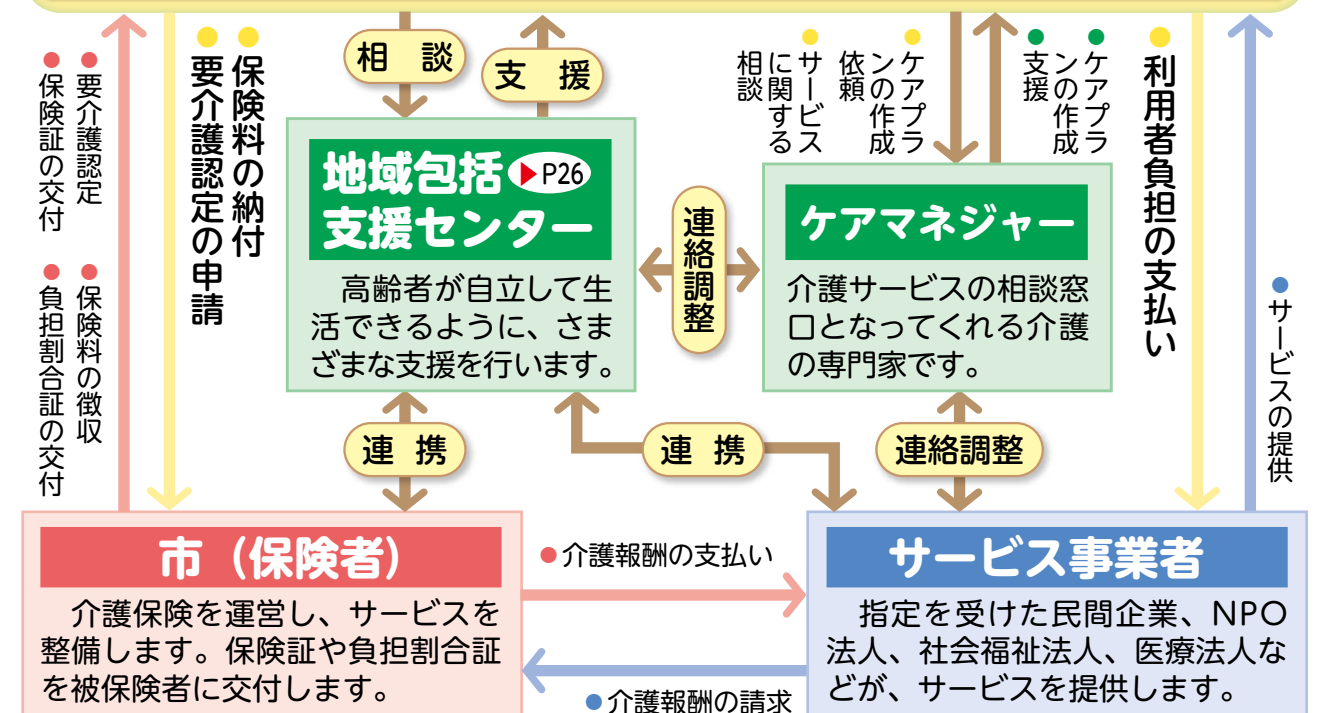
40～64歳の方
(第2号被保険者)

サービスが利用できるのは
「特定疾病」が原因で
介護が必要と認定された方

特定疾病以外が原因の場合は、介護保険のサービスは利用できません。

＊介護保険の対象となる病気（特定疾病）には、下記の16種類が指定されています。

- 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
- 脊髄小脳変性症 ●脊髄管狭窄症 ●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



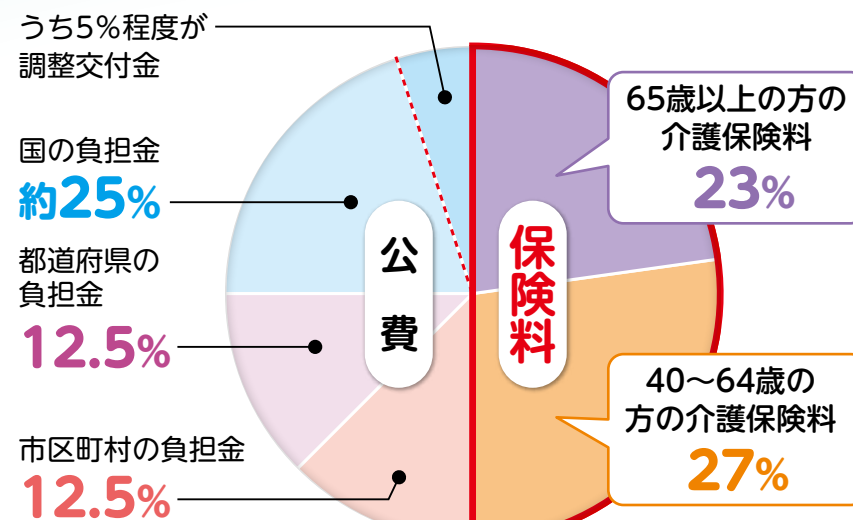
Ｑ 介護保険には、加入しなくてもいいのですか？

Ａ 40歳以上のすべての方が加入します。また加入は自動的に行われ、手続きは必要ありません。介護保険制度は、高齢者などの介護を社会全体で支え合って運営されています。介護サービスを利用する、利用しないにかかわらず、40歳以上のすべての方が加入することになります。

*介護保険料

介護保険は、介護や支援が必要な方を社会全体で支え合うしくみです。みなさんが納める「介護保険料」と、国、都道府県、市区町村が負担する「公費」を財源として運営されています。

*介護保険の財源構成（令和6～8年度） ●利用者負担分は除く



保険料は介護サービスの円滑な実施を確保するため、サービスに必要な費用に応じて3年ごとに見直されます。



*介護保険料を納めないでいると

特別な事情がないのに保険料を滞納していると、次のような措置がとられます。災害や失業など、やむを得ない理由で保険料を納められないときは、減免や納付猶予を受けられることがあります。困ったときは、お早めに市の担当窓口にご相談ください。

納期限を過ぎると

督促や催告が行われます。**督促手数料や延滞金**などを徴収される場合があります。

1年以上※滞納すると

サービス費用はいったん**全額を自己負担**します。申請により後で保険給付分が支払われます。

1年6か月以上※滞納すると

サービス費用はいったん**全額を自己負担**します。申請後も保険給付の一部または**全部が一時的に差し止められ、滞納分の保険料に**あてられる場合があります。

2年以上滞納すると

サービスを利用したときの**自己負担の割合が引き上げられ、高額介護サービス費等**が受けられなくなります。

※滞納期間が上記期間を経過しない場合でも、上記の措置をとることがあります。

65歳以上の方（第1号被保険者）の介護保険料

決まり方	「基準額」をもとに、本人や世帯の前年の課税状況、所得などに応じて決まります。自分の保険料額を確認してみましょう(▶P5)。
納め方	65歳の誕生日の「前日」がある月の分から納めます。受給している年金額により、下記の「特別徴収」または「普通徴収」で納めます。 ●納め方は法律で決まっているため、個人で選ぶことはできません。



年金から支払い(特別徴収) 年金が **年額18万円以上**の方

年金の定期支払い(年6回)の際に、年金の受給額からあらかじめ差し引かれます。

次の場合は、特別徴収に切り替わるまで、一時的に納付書で納めます。

- 65歳になった年度
- 他の市区町村から転入した場合
- 年度途中で年金(老齢(退職)年金、遺族年金、障害年金)の受給が始まった場合
- 収入申告のやり直しなどで、保険料の所得段階が変更になった場合
- 年金が一時的に差し止めになった場合 など

●特別徴収のイメージ

本年度					
4月 (1期)	6月 (2期)	8月 (3期)	10月 (4期)	12月 (5期)	2月 (6期)
仮徴収			本徴収		

保険料の年額が6月以降に確定するため、8月までは仮に算定された保険料を納めます。なお、保険料段階の変更などにより、各期ごとの保険料を均一にするために8月の保険料を調整する場合があります。

納付書/口座振替(普通徴収) 年金が **年額18万円未満**の方

市から送付される納付書または口座振替で、期日までに金融機関などを通じて保険料を納めます。

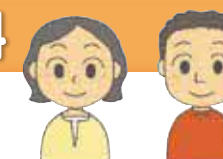


口座振替がおすすめです！

保険料を納めに行く手間が省け、納め忘れの心配もありません。次のものを持って、取り扱い金融機関でお申し込みください。

- 保険料の納付書
 - 預(貯)金通帳
 - 通帳届け出印
- 申し込みから口座振替開始までの月や、残高不足などにより自動引き落としできなかった場合は、納付書で納めます。

40～64歳の方（第2号被保険者）の介護保険料



40～64歳の方の保険料は、加入している医療保険の算定方法により決まり、加入している医療保険の保険料と合わせて納めます。

	国民健康保険に加入している方	職場の医療保険に加入している方
決まり方	保険料は国民健康保険税(料)の算定方法と同様に、世帯ごとに決められます。	医療保険ごとに設定される介護保険料率と給与(標準報酬月額)および賞与(標準賞与額)に応じて決められます。
納め方	医療保険分、後期高齢者支援金分、介護保険分を合わせて、国民健康保険税(料)として世帯主が納めます。	医療保険料と介護保険料を合わせて、給与および賞与から徴収されます。 ●40～64歳の被扶養者は、保険料を個別に納める必要はありません。

Q サービスを利用していないのですが、納めた保険料は返してもらえますか？

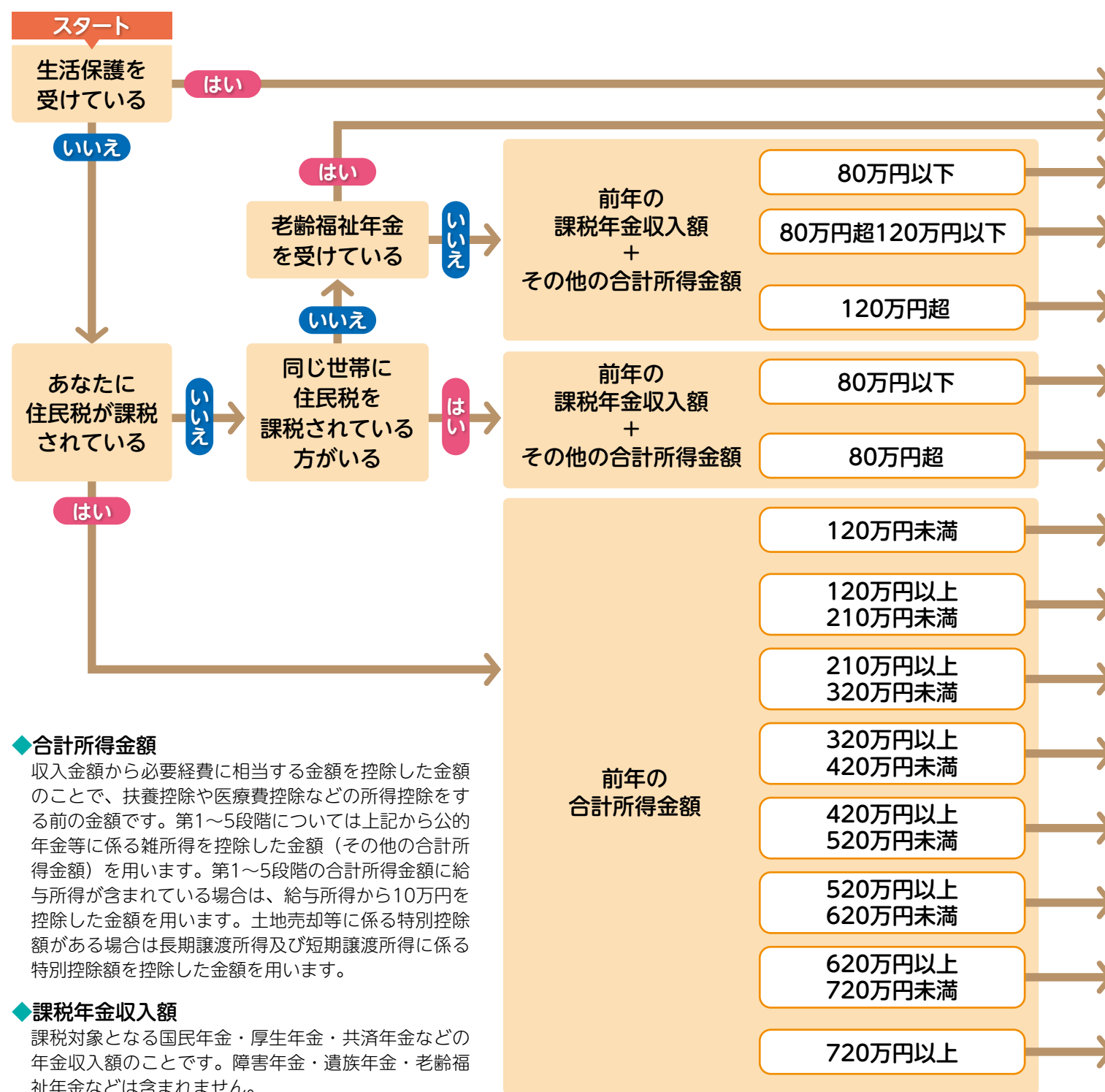
A 医療保険と同様に、保険料をお返しすることはありません。介護保険料は、介護サービス費をまかなう大切な財源になっています。介護保険は、助け合いの精神に基づく社会のしくみです。どうかご理解ください。

***保険料額は所得等に応じて決まります(65歳以上の方)**

65歳以上の方の保険料額は、市の介護保険サービスの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。

$$\begin{array}{l} \text{宇城市の} \\ \text{令和6～8年度の} \\ \text{介護保険料の基準額} \\ \text{72,000円(年額)} \end{array} = \frac{\begin{array}{l} \text{市に必要な} \\ \text{介護保険サービスの総費用} \end{array} \times \begin{array}{l} \text{65歳以上の方の} \\ \text{負担分(23\%)} \end{array}}{\begin{array}{l} \text{市の65歳以上の方の人数} \end{array}}$$

●自分の保険料額を確認しましょう（65歳以上の方）



◆ 合計所得金額

収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。第1～5段階については上記から公的年金等に係る雑所得を控除した金額（その他の合計所得金額）を用います。第1～5段階の合計所得金額に給与所得が含まれている場合は、給与所得から10万円を控除した金額を用います。土地売却等に係る特別控除額がある場合は長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額を用います。

◆課税年金収入額

課税対象となる国民年金・厚生年金・共済年金などの年金収入額のことです。障害年金・遺族年金・老齢福祉年金などは含まれません。

*65歳になる年度の介護保険料

64歳までの介護保険料は、医療保険の保険料に含めて納めますが、65歳になる月（65歳の誕生日の前日がある月）からは、介護保険料を単独で納めます。

国民健康保険に加入している方は、64歳の介護保険料（4月～65歳になる月の前月分）を、**年度末までの納期に分けて**納めます。そのため「64歳の介護保険料」と「65歳の介護保険料」の納付期間が重なります。ただし、納付期間が重なっているだけで二重に納めているわけではありません。

《特別徴収の開始予定月》

65歳の誕生日の前日が属する月又は
転入月が

1月～2月の方 ➡ その年の10月から
3月～9月の方 ➡ 翌年の4月から
10月～12月の方 ➡ 翌年の10月から

※市の運用によって、特別徴収の開始予定日が変更になる場合があります。

●令和6～8年度の介護保険料

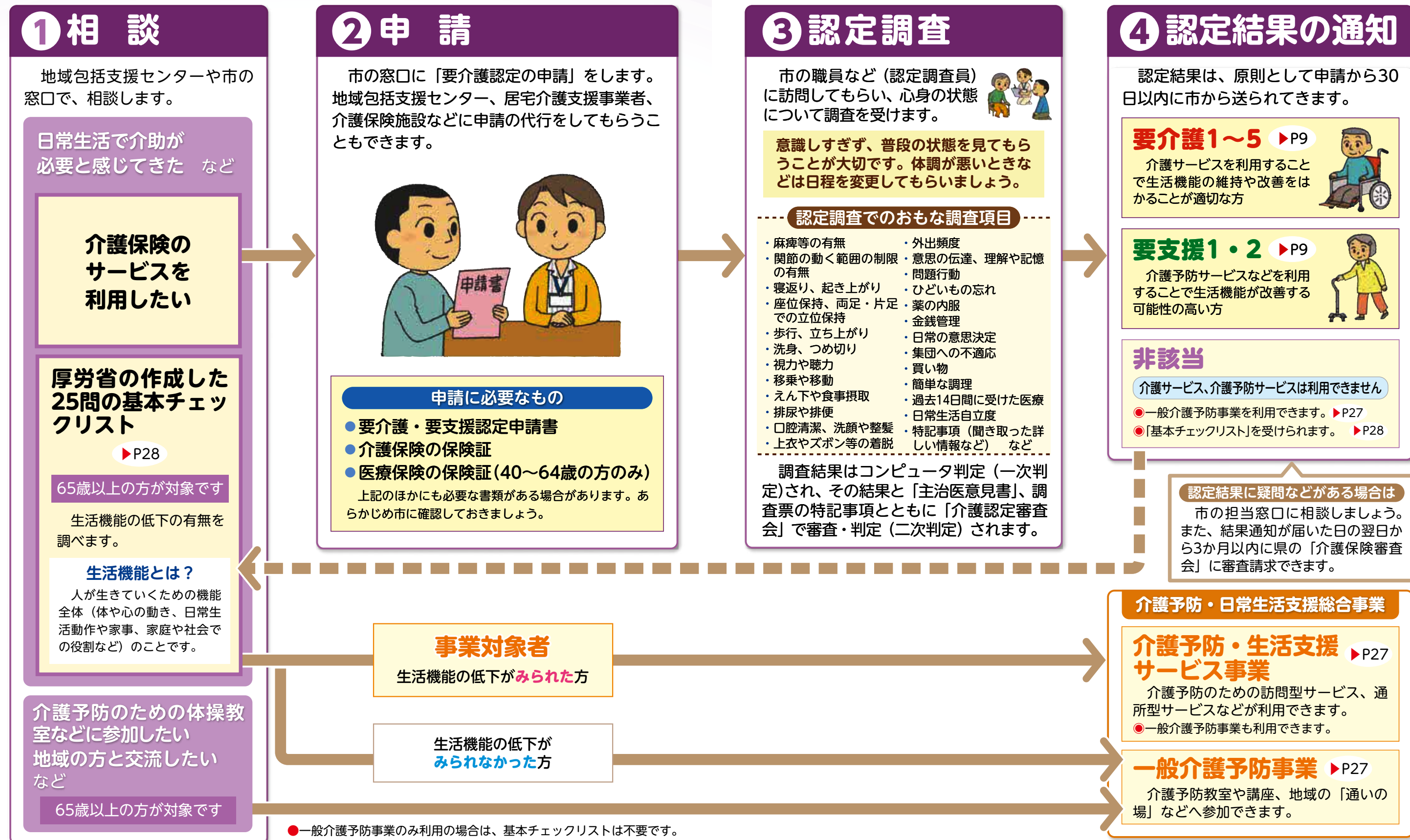
所得段階	対 象 者		保険料率	保険料 (年額)
第1段階	世帯全員が住民税非課税で前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が	80万円以下の方	基準額 ×0.285	20,600円
第2段階		80万円超 120万円以下の方	基準額 ×0.485	35,000円
第3段階		120万円超の方	基準額 ×0.685	49,400円
第4段階	世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人は住民税非課税で前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が	80万円以下の方	基準額 ×0.9	64,800円
第5段階		80万円超の方	基準額 ×1.0	72,000円
第6段階	本人が住民税課税で前年の合計所得金額が	120万円未満の方	基準額 ×1.2	86,400円
第7段階		120万円以上210万円未満の方	基準額 ×1.3	93,600円
第8段階		210万円以上320万円未満の方	基準額 ×1.5	108,000円
第9段階		320万円以上420万円未満の方	基準額 ×1.7	122,400円
第10段階		420万円以上520万円未満の方	基準額 ×1.9	136,800円
第11段階		520万円以上620万円未満の方	基準額 ×2.1	151,200円
第12段階		620万円以上720万円未満の方	基準額 ×2.3	165,600円
第13段階		720万円以上の方	基準額 ×2.4	172,800円

●第1段階から第3段階の保険料額は公費が投入され軽減されています。

* サービスの利用のしかた

まず、地域包括支援センターや、市の窓口で相談しましょう。介護保険を利用したい場合は、市の窓口で要介護認定の申請をしてください。

引き続きサービスを利用したい場合は、要介護認定の有効期間満了前に更新の申請をしてください。

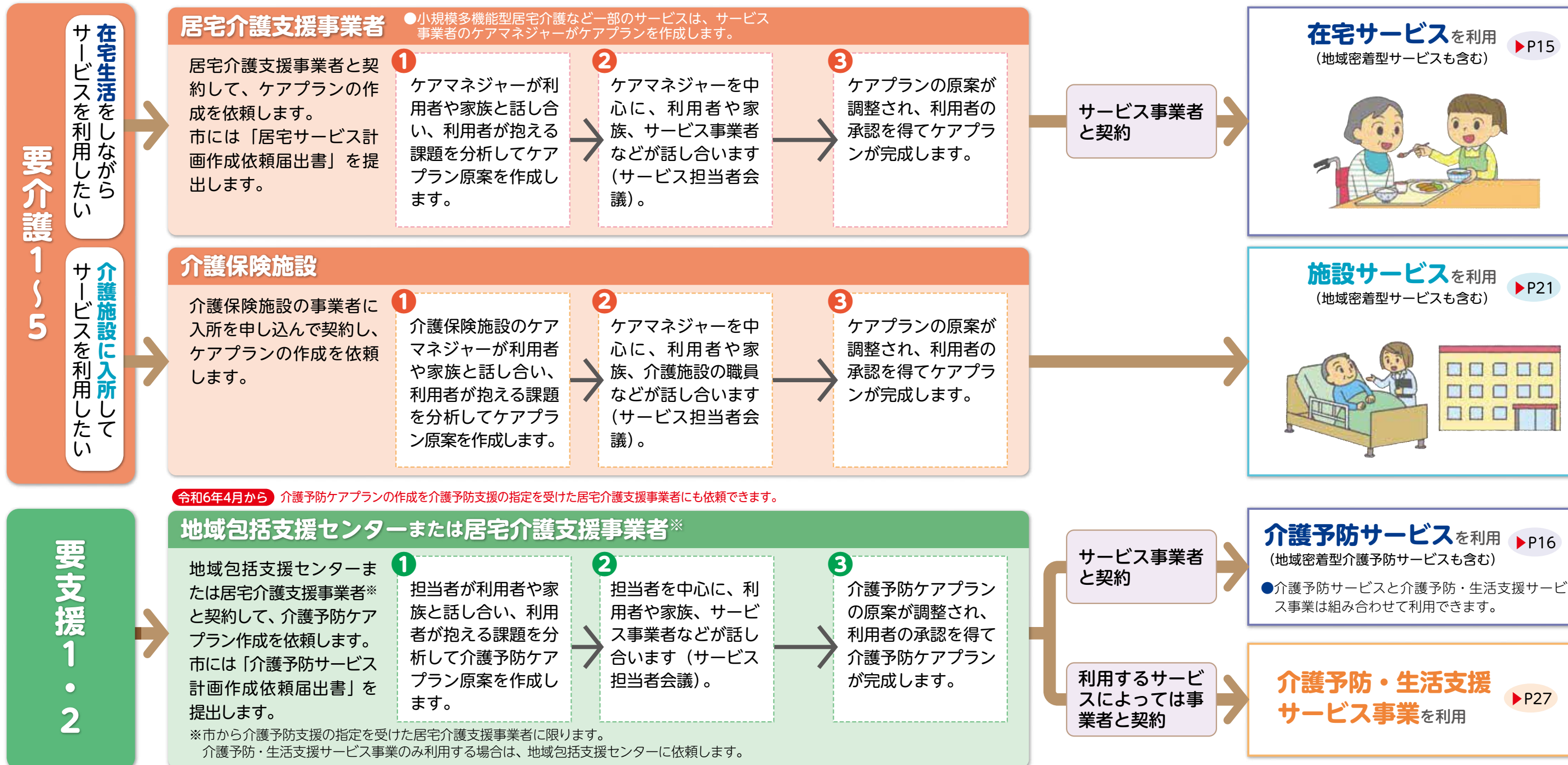


*ケアプランの作成 ●ケアプランの作成に利用者負担はありません。

ケアプランとは、どんなサービスを、いつ、どのくらい利用するのかを決めた計画書のことです。介護保険のサービスはこのケアプランに基づいて利用します。

居宅介護支援事業者とは

ケアマネジャー（▶P1）が在籍する事業者で、ケアプラン作成の窓口、要介護認定の申請代行、サービス事業者との連絡や調整などを行っています。



サービス事業者を選びましょう

利用するサービスが決まったら、サービス事業者を探しましょう。事業者を選ぶときにはケアマネジャーに相談してアドバイスをもらいましょう。事業者のホームページを閲覧したり、実際に見学に行ったりすることもできます。

条件を比較・検討してサービス事業者を探せます！

厚生労働省の介護事業所・生活関連情報検索サイト

検索 **介護サービス情報公表システム** (<https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp>)

でサービス事業者を検索してみましょう。

ケアプラン作成依頼時は、要望や目標などを伝えましょう

サービスに対する要望や目標は、あらかじめ利用者や家族で話し合っておき、ケアプラン作成依頼の際に明確にケアマネジャーに伝えましょう。

サービスについては、利用者が「できる限り自立」した生活を送ることを目的としたものを選ぶことが大切です。

このほか、利用者や家族の状況、介護する家族の労働状況も具体的に伝えておき、ケアマネジャーに利用者の家庭環境を把握してもらいましょう。

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た
 - 利用者の病気や身体の状態をよく把握してもらっている
 - 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る
 - 利用料やキャンセル料、支払いについて納得した
 - 契約解除の方法の説明を受けた
- 利用開始後も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。

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

*介護保険の保険証

65歳になると、介護保険の被保険者には医療保険の保険証とは別に、一人に1枚の保険証（介護保険被保険者証）が交付されます。40～64歳の方（第2号被保険者）は、認定を受けた場合に交付されます。

(一)

介護保険被保険者証	
番号	
住所	
フリガナ	
氏名	
生年月日	明治・大正・昭和 年 月 日 性別 男・女
交付年月日	年 月 日
被保険者番号並びに保険者の名称及び印	

あなたの被保険者証番号です。

住所・氏名・生年月日などに誤りがないかを確認しましょう。

サービスを利用するときなどに使います。大切に保管しましょう。



- 裏面の注意事項をよく読みましょう。
- 市区町村によって保険証の様式が異なる場合があります。

(二)

認定された要介護状態区分等	
認定年月日 (事業対象者の場合は、基本チェックリスト実施日)	年 月 日
認定の有効期間	年 月 日～年 月 日
居宅サービス等 (区分支給限度基準額)	年 月 日～年 月 日
1月当たり (うち種類支給限度基準額)	サービスの種類 種類支給限度基準額
認定審査会の意見及び指定の種類	

市などが認定した年月日など

認定の有効期間

居宅サービス等の1か月に利用できる上限

市区町村によって個別のサービスの上限を設定（設定しない場合はこの欄はありません）

利用できるサービスの指定がある場合に記載（指定がある場合、そのサービス以外の給付は受けられません）

(三)

給付制限	内容	期間
給付制限	開始年月日 終了年月日	年 月 日 年 月 日
	開始年月日 終了年月日	年 月 日 年 月 日
	開始年月日 終了年月日	年 月 日 年 月 日
給付制限	計画作成年月日	年 月 日
	計画作成年月日	年 月 日
給付制限	計画作成年月日	年 月 日
	計画作成年月日	年 月 日
給付制限	入所等年月日	年 月 日
	退所等年月日	年 月 日
給付制限	入所等年月日	年 月 日
	退所等年月日	年 月 日

保険料の滞納などで給付に制限がある場合に記載

ケアプランの作成を依頼する居宅介護支援事業者名等を記載

施設サービス等を利用する場合に、介護保険施設等で名称や入退所等年月日を記載

サービスを利用するときには、「介護保険負担割合証」(▶P13) も一緒にサービス事業者に渡してください。

◆サービスに苦情や不満があるときは

サービスを利用して困ったことがあったときは、早めにご相談ください。

サービス事業者

相談窓口で受けた苦情や不満に担当者が対応します。



ケアマネジャー

相談内容に応じて、サービス事業者と調整します。



地域包括支援センター

相談内容に応じて、専門職が対応します。



改善が見られない場合など

市の介護保険担当窓口

相談や苦情の内容をもとに、市で事業者を調査して指導します。



解決できない場合など

熊本県国民健康保険団体連合会
介護サービス苦情・相談窓口(相談無料) ☎096-214-1101

【受付時間】 平日の午前9時から午後5時（正午から午後1時までを除く）（土日祝日、年末年始を除く）

市での解決が難しい場合や、利用者が希望する場合は、県ごとに設置されている国保連に苦情申立てができます。



◆介護従事者への「ハラスメント」について

近年、一部の利用者や家族等による介護従事者への「ハラスメント」が問題になっています。ハラスメントが起こると、介護従事者は安心して働くことが難しくなってしまいます。

「ハラスメントのない介護現場」の実現により、介護従事者は安心して働くことができ、利用者も不安なくサービスを利用し続けられることにつながります。



ハラスメントとは

身体的、精神的、性的な嫌がらせなどにより、相手に不快感や不利益、苦痛を与えることで、人格や尊厳を傷つける行為のことです。

▶こんなことがハラスメントになります

● 身体的暴力 (身体的な力で危害を加えようとする行為)	ものを投げつける、つばを吐く、叩く、蹴る、ひっかく、つねる など
● 精神的暴力 (言葉や態度で尊厳や人格をおとしめたりする行為)	怒鳴る、理不尽なサービスを要求する、威圧的な態度で文句を言う、無視する など
● セクシュアルハラスメント (性的な嫌がらせ行為)	必要もなく触る、抱きしめる、わいせつな図画を見せる、性的な言動をする など

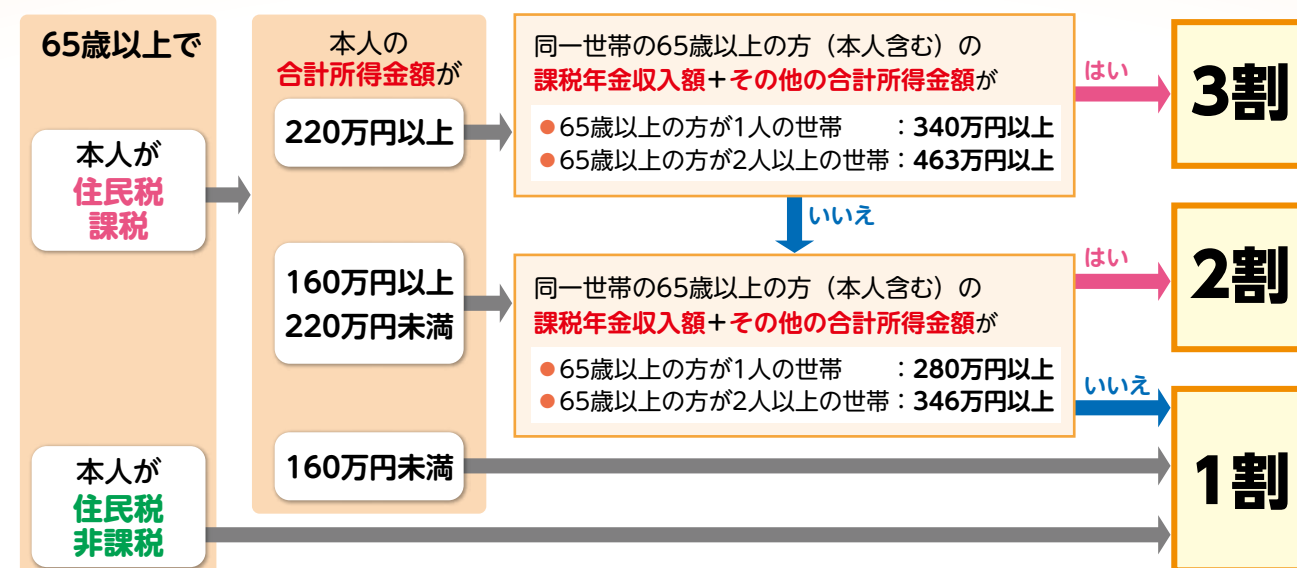
▶以下の言動はハラスメントではないとされています

- 認知症等の病気、障害の症状として現れた言動（BPSD※等）
 - 苦情の申し立て など
- ※BPSDとは認知症の症状として現れた行動症状（暴力、暴言、徘徊、拒絶、不潔行為等）・心理症状（抑うつ、不安、幻覚、妄想、睡眠障害等）を指します。

* サービスの利用者負担

サービスの利用者負担は、原則費用の1割、2割、3割です（残りは支給限度額まで介護保険が負担）。サービス内容によっては居住費等、食費などが別途必要です。

■ 利用者負担の割合 ● 40～64歳の方（第2号被保険者）、は所得にかかわらず1割負担。



「介護保険負担割合証」に利用者負担の割合が記載されています

サービス事業者が負担割合を確認します。サービスを利用するときは、介護保険の被保険者証と一緒にサービス事業者に渡してください。

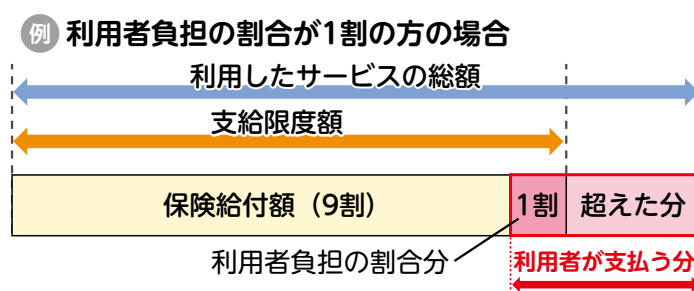
交付される方	適用期間
①要介護、要支援と認定された方	8月1日～翌年7月31日
②事業対象者(▶P28)	※新規認定の方は、申請日～7月31日

■ 支給限度額

おもな在宅サービスなどでは、介護保険が負担する上限（支給限度額）が決められています。支給限度額を超えたサービスを利用した場合は、超えた分を利用者が全額負担します。

介護保険サービスの支給限度額（1か月）のめやす

要介護区分	1か月の支給限度額
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



支給限度額に含まれないサービス

- 特定福祉用具販売
- 住宅改修費支給
- 居宅療養管理指導
- 認知症対応型共同生活介護（短期利用以外）
- 特定施設入居者生活介護（外部サービス利用型、短期利用以外）
- 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、地域密着型の当該サービス含む

* 利用者負担を軽減します

● サービスの利用者負担が高額になったとき

同じ月に利用したサービスの利用者負担の合計額（同じ世帯内に複数の利用者がある場合は世帯合計額）が上限額を超えたときは、超えた分が「高額介護サービス費」として支給されます。

● 対象者へは市から通知を送付します。

■ 利用者負担の上限（1か月）

利用者負担段階区分		上限額
住民税課税世帯で、右記に該当する65歳以上の方が世帯にいる場合	課税所得690万円以上	140,100円(世帯)
	課税所得380万円以上690万円未満	93,000円(世帯)
	課税所得145万円以上380万円未満	44,400円(世帯)
一般（住民税課税世帯で、上記3区分に該当しない場合）		44,400円(世帯)
住民税世帯非課税等		24,600円(世帯)
● 課税年金収入額 + その他の合計所得金額が80万円以下の方		24,600円(世帯)
● 老齢福祉年金の受給者		15,000円(個人)
生活保護の受給者		15,000円(個人)

● 市から送付された「高額介護サービス費等支給申請書」を提出してください。

● 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。

● 介護保険と医療保険の利用者負担が高額になったとき

介護保険と医療保険の両方の自己負担が高額になった場合、高額介護サービス費（介護保険）、高額療養費（医療保険）を適用したあとの年間（8月1日～翌年7月31日）の自己負担額を合算して下記限度額を超えたときは、申請により、超えた分が後から支給されます。

- 対象者には医療保険者から通知を送付します。
- 自己負担限度額を超える額が500円以下の場合は支給されません。

■ 高額医療・高額介護合算制度の負担限度額（8月1日～翌年7月31日の算定分）

所得 (基礎控除後の 総所得金額等)	70歳未満の方が いる世帯	所得区分	①70～74歳の方がいる世帯 ②後期高齢者医療制度で医療 を受ける方がいる世帯
901万円超	212万円	課税所得690万円以上	212万円
600万円超 901万円以下	141万円	課税所得380万円以上 690万円未満	141万円
210万円超 600万円以下	67万円	課税所得145万円以上 380万円未満	67万円
210万円以下	60万円	一般(住民税課税世帯の方)	56万円
住民税 非課税世帯	34万円	低所得者Ⅱ(住民税非課税 世帯の方)	31万円
		低所得者Ⅰ※(上記のうち、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)	19万円

※低所得者Ⅰ区分の世帯で介護保険サービスの利用者が複数いる場合は、限度額の適用方法が異なります。

● 毎年7月31日時点で加入している医療保険の所得区分が適用されます。医療保険が異なる場合は合算できません。

● 支給対象となる方は医療保険の窓口へ申請が必要です。

*利用できるサービス

利用者の負担は、原則としてサービス費用の1割、2割、3割（▶P13）です。

- 介護保険と医療保険で同様の給付がある場合、要介護認定を受けた後は原則として介護保険の給付が優先され、医療保険の給付は行われません。
- 訪問介護、通所介護、短期入所生活介護は、共生型サービス事業所の指定を受けた障害福祉サービス事業所でも介護保険のサービスを利用できる共生型サービスの対象です。
- 「自己負担」はめやすです。これ以外に、サービスによっては居住費等、食費、日常生活費などの自己負担や、サービス内容や地域などによる加算があります。

令和6年4月から サービス費用が変わりました。訪問リハビリテーション、訪問看護、居宅療養管理指導、通所リハビリテーションは、令和6年6月から変わりました。

凡 例	要介護1～5	要介護1～5の方が対象（介護サービス）	事業対象者	事業対象者（▶P28）が対象
	要支援1・2	要支援1・2の方が対象（介護予防サービス）	65歳以上	65歳以上の方が対象

在宅サービス 自宅などで生活しながら利用するサービスです。

*ホームヘルパーの訪問を受けて利用するサービス

ほうもんかいご
訪問介護（ホームヘルプ）**要介護1～5**

ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事、入浴、排せつの介護などの「身体介護」や、調理、洗濯などの「生活援助」を行います。



内 容	利用時間など	自己負担(1割)
身体介護が中心	30分以上 1時間未満	387円
生活援助が中心	45分以上	220円

●早朝、夜間、深夜などは加算があります。

通院時の乗車・降車等介助	1回につき	97円
--------------	-------	-----

●要支援の方は利用できません。

身体介護	食事、入浴、排せつの介助など利用者の身体に直接触れる介助等で、本人が行うのが困難な場合	●排せつ介助・おむつ交換 ●入浴介助・身体の清拭 ●着替え・体位変換の介助 ●官公署への届出等の外出介助 など
生活援助	掃除、洗濯、買物、調理などの家事で、利用者が行うことが困難な場合	●利用者が使用する居室等の掃除 ●利用者の衣類等の洗濯 ●食料等の生活必需品の買物 ●一般的な食事の調理 など

介護保険の訪問介護では利用できないもの

- 利用者の日常生活の援助の範囲を超えるものや、趣味嗜好に関するもの
 - 利用者以外の方の洗濯、調理、買物、布団干し
 - おもに利用者が使用する居室等以外の掃除
 - 来客の応接留守番
 - 自家用車の洗車や掃除
 - 庭の草取り、植物の剪定、草木の水やり
 - 犬の散歩
 - 家具の移動
 - 部屋の模様替え
 - 特別な手間をかけて行う調理
 - 大掃除、床のワックスがけ
 - 家屋の修理、ペンキ塗り
 - ドライブ
 - カラオケ
 - パチンコ
 - 冠婚葬祭
 - お祭りなど地域の行事への参加 など
- 金銭・貴重品の取り扱い 預貯金の引き出しや年金の受け取り など
- 医療行為

*介護職員などに訪問してもらい入浴するサービス

ほうもんきゅうよくかいご
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**

介護職員と看護職員に移動入浴車で居宅を訪問してもらい、事業者が持参した浴槽で入浴介護を行います。



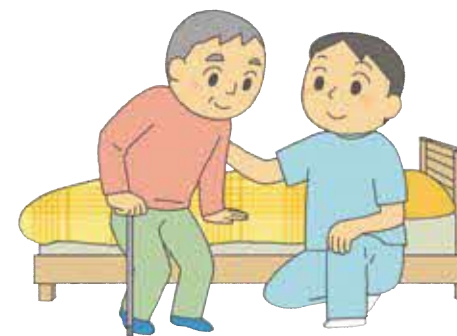
内 容	要介護度	自己負担(1割)
1回につき	要支援1・2	856円
	要介護1～5	1,266円

●看護職員は利用者の入浴前後の体温や血圧、脈拍等のバイタルチェックや入浴介助等を行います。医療行為はできません。

*自宅での生活を続けるためのリハビリテーション

ほうもん
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**

事業所の医師の指示により、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問して、居宅での生活機能の維持・向上のためのリハビリテーションを行います。



内 容	要介護度	自己負担(1割)
1回(20分以上)につき	要支援1・2	298円
	要介護1～5	308円

●週6回を限度。

理学療法士 (PT)	身体的な機能低下が見られる方などに、医師の指示のもと、立つ・座る・歩くなどの基本動作の能力の回復や改善を目的とした支援をします。
作業療法士 (OT)	身体的な機能低下が見られる方などに、医師の指示のもと、絵画、手工芸、園芸等さまざまな作業を通して、日常生活に必要な能力の回復や改善を目的とした支援をします。
言語聴覚士 (ST)	言葉や発声、聴覚の障害がある方に、機能の回復や改善を目的とした訓練や助言、支援をします。

*看護師などに訪問してもらい療養上のケアを受けるサービス

ほうもんかngo
訪問看護（介護予防訪問看護）**要支援1・2 要介護1～5**

医師の指示により、看護師などが居宅を訪問して、療養上の世話や診療の補助等を行います。



訪問看護ステーションから訪問の場合

訪問看護の時間	要介護度	自己負担(1割)
20分未満	要支援1・2	303円
30分未満		451円
30分以上1時間未満		794円
20分未満	要介護1～5	314円
30分未満		471円
30分以上1時間未満		823円

- がん末期や難病の方、人工呼吸器を使用している場合、急性増悪などによって主治医の指示があった場合、精神科訪問看護の場合は、医療保険による訪問看護が行われます。
- 早朝・夜間・深夜など加算があります。

＊居宅で療養上の管理、助言を受けられるサービス

居宅療養管理指導 (介護予防居宅療養管理指導)

医師や歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士などが、通院や通所が困難な方の居宅を訪問し、療養上の管理や指導をします。



要支援1・2 要介護1～5

単一建物居住者が1人の場合

職 種	利用限度	自己負担(1割)／1回
医師 ※1	1か月に2回	515円
歯科医師 ※1	1か月に2回	517円
薬剤師(医療機関)	1か月に2回	566円
薬剤師(薬局)	1か月に4回	518円
管理栄養士 ※2	1か月に2回	545円
歯科衛生士等	1か月に4回	362円

※1 訪問診療または往診を行った日に限る。

※2 指定居宅療養管理指導事業所の管理栄養士の場合。

＊事業所に通所して利用するサービス

通所介護 (デイサービス)

通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や機能訓練を日帰りで利用します。



通常規模の事業所の場合

内 容	要介護度	自己負担(1割)
7時間以上 8時間未満の場合 (送迎含む)	要介護1	658円
	要介護2	777円
	要介護3	900円
	要介護4	1,023円
	要介護5	1,148円

●食費、日常生活費は別途負担になります。

通所リハビリテーション (デイケア) (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、診療所などで、食事などの日常生活上の支援や機能訓練、リハビリテーションを受けます。要支援の方は目標に応じた選択的サービスも利用できます。

通常規模の事業所の場合

内 容	要介護度	自己負担(1割)
1か月につき (送迎、入浴含む)	要支援1	2,268円
	要支援2	4,228円

●食費、日常生活費は別途負担になります。

●利用者の目標に応じた選択的サービスを利用できます。

通常規模の事業所の場合

内 容	要介護度	自己負担(1割)
7時間以上 8時間未満 の場合 (送迎含む)	要介護1	762円
	要介護2	903円
	要介護3	1,046円
	要介護4	1,215円
	要介護5	1,379円

●食費、日常生活費は別途負担になります。

＊短期間施設に入所して利用するサービス

●連続した利用が30日を超えた場合は、31日目は全額自己負担になります。

●連続して30日を超えない日数であっても、ショートステイの利用日数は認定の有効期間のおおむね半分を超えないことをめやすとしています。

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、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。



要支援1・2 要介護1～5

介護老人福祉施設〔併設型・多床室〕を利用の場合

内 容	要介護度	自己負担(1割)
1日につき	要支援1	451円
	要支援2	561円
	要介護1	603円
	要介護2	672円
	要介護3	745円
	要介護4	815円
	要介護5	884円

●食費、日常生活費、滞在費は別途負担になります。

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)

介護老人保健施設や医療施設などに短期間入所して、看護や医学的管理下での介護や支援、日常生活上の世話や機能訓練などが受けられます。医療型のショートステイです。



要支援1・2 要介護1～5

介護老人保健施設〔多床室〕を利用の場合

内 容	要介護度	自己負担(1割)
1日につき	要支援1	613円
	要支援2	774円
	要介護1	830円
	要介護2	880円
	要介護3	944円
	要介護4	997円
	要介護5	1,052円

●食費、日常生活費、滞在費は別途負担になります。

＊有料老人ホームなどに入居している方が利用するサービス

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)

指定を受けた有料老人ホームなどの特定施設に入居している要支援、要介護の方が、食事、入浴、排せつなどの介護やその他の日常生活上の世話、機能訓練、療養上の世話を受けられます。

住所地特例が適用されます

他市区町村の特定施設(地域密着型サービスは除く)に入居して、その施設に住所変更した場合でも、住所変更前の市区町村に保険料を納め、保険給付を受けます。

要支援1・2 要介護1～5

内 容	要介護度	自己負担(1割)
1日につき	要支援1	183円
	要支援2	313円
	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

●食費、日常生活費、居住費は別途負担になります。

福祉用具で自立した日常生活の促進や介助者の負担を減らすサービス

ふく し よう ぐ たい よ

福祉用具貸与

要支援

要介護

日常生活の自立を助ける福祉用具の貸与が受けられます。利用者はレンタル費用の利用者負担の割合分（▶P13）を負担します。



対象となる福祉用具	要支援1・2 要介護1	要介護2・3	要介護4・5
◆印の一部は利用者の選択により購入も可能			
手すり（工事をとまなわないもの）	●	●	●
スロープ（工事をとまなわないもの）◆	●	●	●
歩行器◆	●	●	●
歩行補助つえ◆	●	●	●
車いす（車いす付属品を含む）	×	●	●
特殊寝台（特殊寝台付属品を含む）	×	●	●
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（つり具の部分を除く）	×	●	●
自動排泄処理装置	▲	▲	●

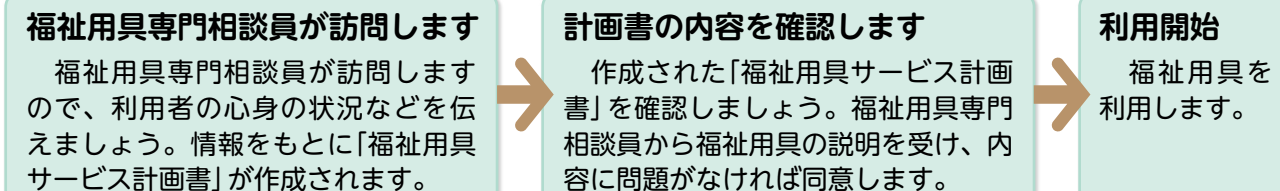
利用できます

尿のみを吸引するものは利用できます

原則として利用できません

- 機能や価格帯の異なるいくつかの商品が事業者から提示されます。事業者によって用具の機種や費用は異なります。
- 商品ごとに全国平均貸与価格が公表され、上限額が設定されています。
- ◆印の福祉用具のうち、固定用スロープ、歩行器（四脚を有すもの）、単点杖（松葉づえを除く）と多点杖は、利用方法（借りる、または購入する）を選択できます。福祉用具専門相談員やケアマネジャーの提案を受けて、よく検討して決めましょう。購入を選択した場合は、特定福祉用具販売での利用になります。令和6年4月から

福祉用具の利用の流れ



- 福祉用具専門相談員とは、福祉用具貸与・販売事業所にいる福祉用具の専門家です。利用開始後も定期的に利用者宅を訪問し、福祉用具の点検や使用状況の確認を行います。

とく てい ふく し よう ぐ はん ばい

特定福祉用具販売

要支援

要介護

申請が必要です



対象の福祉用具を購入できます。

対象となる福祉用具

- 腰掛便座
- 自動排泄処理装置の交換可能部品
- 排泄予測支援機器 ●入浴補助用具
- 簡易浴槽 ●移動用リフトのつり具の部分

下記の福祉用具は、利用方法（借りる、または購入する）を選択できます。福祉用具専門相談員やケアマネジャーの提案を受けて、よく検討して決めましょう。令和6年4月から

- ◆固定用スロープ ◆歩行器（四脚を有すもの）
- ◆単点杖（松葉づえを除く）と多点杖

福祉用具購入費の支給について

いったん購入費全額を利用者が支払います。後日申請により、同年度10万円を上限に、利用者負担の割合分（▶P13）を差し引いた額が支給されます。

- 県などの指定事業者から購入した場合に支給されます。
- 利用者負担分のみを事業者に支払い、市が事業者へ保険給付分を直接支払う「受領委任払い」の制度があります。詳しくは市へお問い合わせください。

福祉用具はインターネットで検索できます。

公益財団法人テクノエイド協会 <https://www.techno-aids.or.jp/>



住宅改修を行ったときに改修費が支給されるサービス

じゅう たく かい しゅう ひ し きゅう

住宅改修費支給

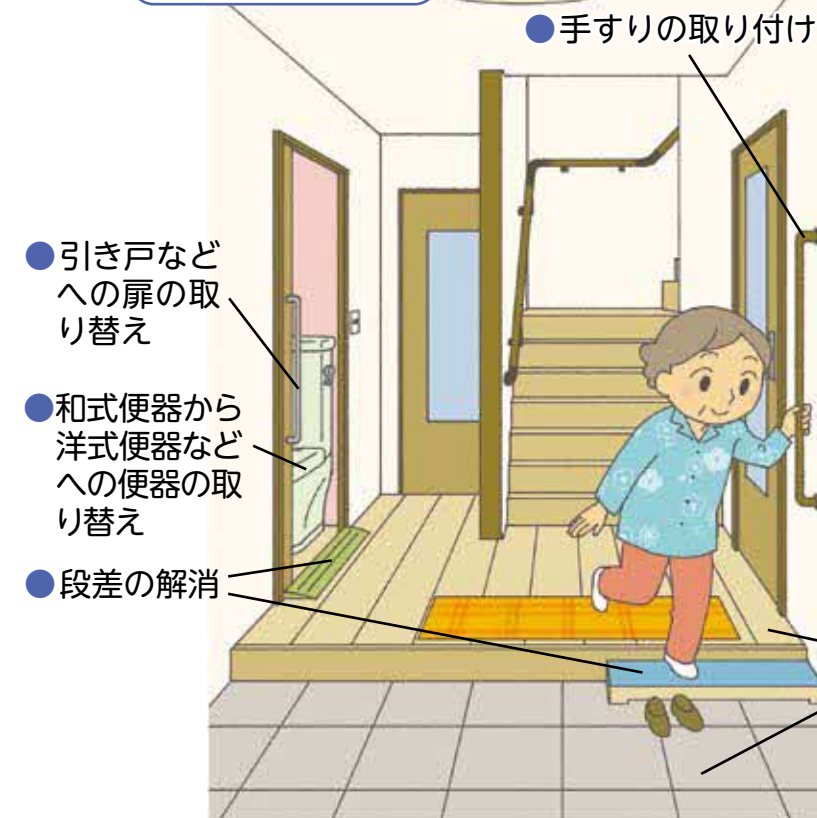
要支援

要介護

事前の申請が必要です

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修ができます。

対象となる住宅改修



●引き戸などへの扉の取り替え

●和式便器から洋式便器などへの便器の取り替え

●段差の解消

●手すりの取り付け

住宅改修費の支給について

いったん改修費全額を利用者が支払います。後日20万円を上限に、利用者負担の割合分（▶P13）を差し引いた額が支給されます。

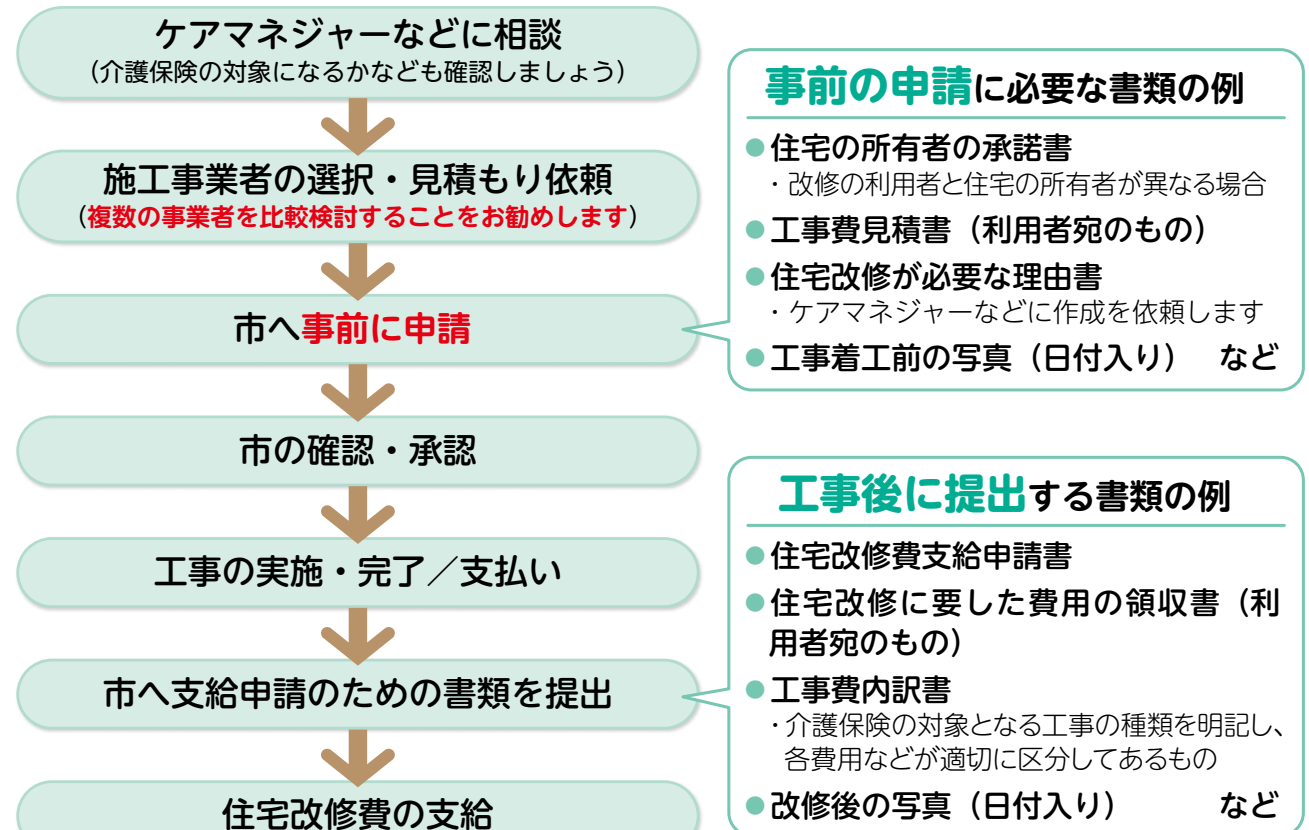
事前の申請がない場合には、住宅改修費は支給されません。

- 利用者は利用者負担分のみを事業者に支払い、残りは市から事業者へ直接支払われる「受領委任払い」の制度があります。詳しくは市へお問い合わせください。

●滑りの防止・移動の円滑化などのための床または通路面の材料の変更

●上記の改修に伴って必要となる改修も対象となります。

住宅改修の利用の流れ



●市によって手続きの流れや内容が異なる場合があります。

施設サービス 施設に入所して利用するサービスです。

住所地特例が適用されます 他市区町村の施設に入所して、その施設に住所変更した場合でも、住所変更前の市区町村に保険料を納め、保険給付を受けます。

生活全般の介護が必要な方が利用する施設

介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)

常時介護が必要で居宅での生活が困難な方が、日常生活上の介護を受けられる施設です。



要介護3～5

※新規入所は原則として要介護3～5の方が対象です。

自己負担(1割)のめやす(1日につき)

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室の多床室
要介護3	732円	732円	815円
要介護4	802円	802円	886円
要介護5	871円	871円	955円

●食費、日常生活費、居住費は別途負担になります。

在宅復帰を目指す方が利用する施設

介護老人保健施設 (老人保健施設)

状態が安定している方が在宅復帰を目指し、リハビリテーションや日常生活上の介護を受けられる施設です。



要介護1～5

自己負担(1割)のめやす(1日につき)

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室の多床室
要介護1	717円	793円	802円
要介護2	763円	843円	848円
要介護3	828円	908円	913円
要介護4	883円	961円	968円
要介護5	932円	1,012円	1,018円

●食費、日常生活費、居住費は別途負担になります。

長期療養と介護を一体的に受けられる施設

介護医療院 (要介護1～5)

医学的管理のもとで長期療養が必要な方が、医療や日常生活上の介護を受けられる施設です。生活の場としての機能も持っています。



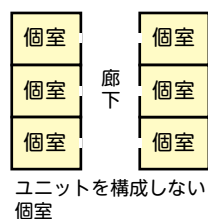
自己負担(1割)のめやす(1日につき)

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室の多床室
要介護1	721円	833円	850円
要介護2	832円	943円	960円
要介護3	1,070円	1,182円	1,199円
要介護4	1,172円	1,283円	1,300円
要介護5	1,263円	1,375円	1,392円

●食費、日常生活費、居住費は別途負担になります。

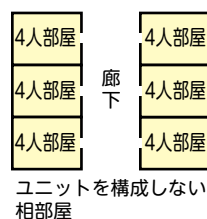
介護施設の部屋のタイプについて

従来型個室



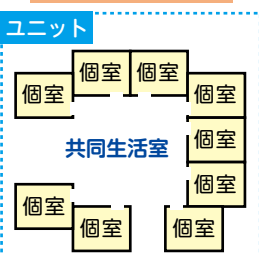
●個室：壁が天井まであり、完全に仕切られている部屋

多床室

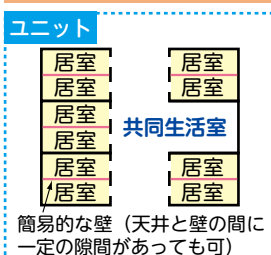


●ユニット：少数の個室と、個室に近接して設けられた共同生活室により一体的に構成されているもの

ユニット型個室



ユニット型個室の多床室



施設を利用したサービスの費用

利用者負担の割合分(▶P13)のほかに、居住費(短期入所サービスは滞在費)、食費、日常生活費が利用者の負担となります。



サービス費用
利用者負担の割合分
(▶P13)

+

居住費等
全 額

+

食 費
全 額

+

日常生活費
全 額

基準費用額

居住費等、食費の利用者負担は、施設と利用者の間で契約により決められますが、基準となる額(基準費用額)が定められています。

令和6年8月から 居住費等の額が変わります。【 】は令和6年8月からの額です。

●基準費用額(1日につき)

●介護老人福祉施設、短期入所生活介護は()の金額です。

居住費等				食 費
従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室の多床室	
1,668円(1,171円) 【1,728円(1,231円)】	377円(855円) 【437円(915円)】	2,006円 【2,066円】	1,668円 【1,728円】	1,445円

所得が低い方には負担を軽くする制度があります

申請が必要です

所得が低い方は、申請により下表のA B両方に該当していると認定された場合、居住費等、食費は負担限度額までの負担となり、超えた分は「特定入所者介護(予防)サービス費」として介護保険が負担します。認定の有効期間は、毎年8月1日から翌年7月31日までです。継続して利用を希望する場合は、有効期間満了前に更新の手続きをしてください。

令和6年8月から 居住費等の額が変わります。【 】は令和6年8月からの額です。

●負担限度額(1日につき)

●介護老人福祉施設、短期入所生活介護は()の金額です。

利用者負担段階	A課税状況等	B預貯金等	居住費等				食 費	
			従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室の多床室	施設サービス	短期入所サービス
第1段階	生活保護受給者	要件なし	490円(320円)	0円	820円	490円	300円	300円
	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	【550円】 【380円】		【880円】	【550円】	300円	300円
第2段階	世帯全員が住民税非課税	課税年金収入額+非課税年金収入額+その他の合計所得金額が80万円以下の方	単身：490円(420円) 夫婦：【550円】 【480円】	370円	820円	490円	390円	600円
		単身：650万円以下 夫婦：1,650万円以下	【430円】 【880円】 【550円】	【430円】	【880円】	【550円】	390円	600円
第3段階①	課税年金収入額+非課税年金収入額+その他の合計所得金額が80万円超120万円以下の方	単身：550万円以下 夫婦：1,550万円以下	1,310円(820円) 【1,370円】 【880円】	370円	1,310円	1,310円	650円	1,000円
		単身：500万円以下 夫婦：1,500万円以下	【1,370円】 【880円】	【430円】	【1,370円】	【1,370円】	650円	1,000円
第3段階②	課税年金収入額+非課税年金収入額+その他の合計所得金額が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) 【1,370円】 【880円】	370円	1,310円	1,310円	1,360円	1,300円
		単身：500万円以下 夫婦：1,500万円以下	【1,370円】 【880円】	【430円】	【1,370円】	【1,370円】	1,360円	1,300円

預貯金等の範囲

【対象となるもの】 預貯金(定期預金を含む)、投資信託、有価証券、現金、時価評価額が容易に把握できる貴金属、負債(住宅ローン等)

- 住民票上世帯が異なる配偶者(世帯分離や事実婚含む。ただしDV防止法における配偶者から暴力を受けた場合や行方不明の場合などは除く)も含まれます。
- 第2号被保険者(40～64歳の医療保険加入者)の預貯金等の資産要件は、利用者負担段階にかかわらず「単身1,000万円以下、夫婦2,000万円以下」となります。
- 年金収入額には、非課税年金も含まれます。
- 不正があった場合には、ペナルティ(加算金)を設けます。

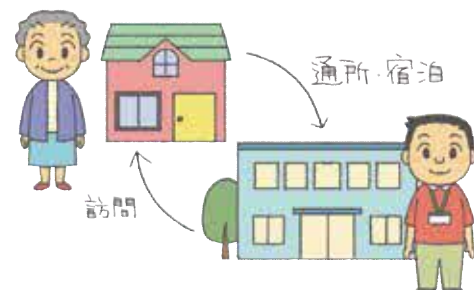
地域密着型サービス 地域のニーズに応じて提供されるサービスです。

住み慣れた地域での生活を続けるためのサービスです。地域の特性に応じたサービスのため、原則として住んでいる市区町村のサービスのみ利用できます。

＊通所、訪問、短期宿泊を組み合わせた多機能なサービス

しょうきぼたきのうがたぎょたくかいご 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)

通いを中心に、利用者の選択に応じて訪問や短期間の宿泊のサービスを組み合わせた多機能なサービスが受けられます。



内 容	要介護度	自己負担(1割)
1か月につき	要支援1	3,450円
	要支援2	6,972円
	要介護1	10,458円
	要介護2	15,370円
	要介護3	22,359円
	要介護4	24,677円
	要介護5	27,209円

- 緊急時などに短期利用ができる場合があります。
- 食費、日常生活費、宿泊費は別途負担になります。

かんごしょうきぼたきのうがたぎょたくかいご 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たサービスです。通い、宿泊、訪問看護、訪問介護のサービスが受けられます。



内 容	要介護度	自己負担(1割)
1か月につき	要介護1	12,447円
	要介護2	17,415円
	要介護3	24,481円
	要介護4	27,766円
	要介護5	31,408円

- 緊急時などに短期利用ができる場合があります。
- 通いと宿泊のサービスにも、看護サービス（療養上の世話または必要な診療の補助）が含まれます。
- 食費、日常生活費、宿泊費は別途負担になります。

＊24時間対応の訪問介護と訪問看護のサービス

ていきじゅんかい ずいじたいおうがたほうもんかいごかんご 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

訪問介護と訪問看護が連携して、1日に複数回の「短時間の定期訪問」と、通報などによる「随時の対応」を24時間対応で行うサービスです。

一体型（訪問介護・訪問看護を同じ事業者で一体的に提供）を利用する場合

内 容	要介護度	自己負担(1割) (訪問看護を利用しない場合)	自己負担(1割) (訪問看護を利用する場合)
1か月につき	要介護1	5,446円	7,946円
	要介護2	9,720円	12,413円
	要介護3	16,140円	18,948円
	要介護4	20,417円	23,358円
	要介護5	24,692円	28,298円

＊日中通所して日常生活上の支援や機能訓練などを受けられるサービス

ちいきみつちやくがたつうしょかいご 地域密着型通所介護 (デイサービス)

定員が18人以下の小規模な通所介護施設で、日常生活上の支援や機能訓練などのサービスが受けられます。



要介護1～5

通常規模の事業所の場合

内 容	要介護度	自己負担(1割)
7時間以上 8時間未満の場合 (送迎含む)	要介護1	753円
	要介護2	890円
	要介護3	1,032円
	要介護4	1,172円
	要介護5	1,312円

- 共生型サービス事業所の指定を受けた障害福祉サービス事業所でも介護保険のサービスを利用できます。
- 食費、日常生活費は別途負担になります。

にんちしょうたいおうがたつうしょかいご 認知症対応型通所介護 (介護予防認知症対応型通所介護)

認知症の方を対象にした通所介護です。認知症対応型通所介護事業所などで、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。



要支援1・2 要介護1～5

単独型を利用の場合

内 容	要介護度	自己負担(1割)
7時間以上 8時間未満の場合 (送迎含む)	要支援1	861円
	要支援2	961円
	要介護1	994円
	要介護2	1,102円
	要介護3	1,210円
	要介護4	1,319円
	要介護5	1,427円

- 食費、日常生活費は別途負担になります。

＊認知症の方が共同生活しながら利用できるサービス

にんちしょうたいおうがたきょうどうせいかつかいご 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)

認知症の方が共同生活する住宅で、食事、入浴、排せつなどの日常生活上の支援や機能訓練などのサービスが受けられます。



要支援2 要介護1～5

- 要支援1の方は利用できません。

2ユニット以上の場合

内 容	要介護度	自己負担(1割)
1日につき	要支援2	749円
	要介護1	753円
	要介護2	788円
	要介護3	812円
	要介護4	828円
	要介護5	845円

- 30日以内の短期利用もできる場合があります。
- 食費、日常生活費、居住費は別途負担になります。

＊小規模な介護老人福祉施設

ち いき みつ ちゃく がた かい ご ろう じん ふく し し せつ にゅう しょ しゃ せい かつ かい ご 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人以下の小規模な介護老人福祉施設に入所する方が、日常生活上の世話や機能訓練などのサービスを受けられます。



自己負担(1割)のめやす(1日につき)

要介護度	従来型個室	多床室	自己負担(1割) ユニット型個室の多床室
要介護3	745円	745円	828円
要介護4	817円	817円	901円
要介護5	887円	887円	971円

- 新規入所は原則として要介護3～5の方が対象です。
- 食費、日常生活費、居住費は別途負担になります。

＊夜間の訪問介護サービス

や かん たい おう がた ほう もん かい ご 夜間対応型訪問介護

要介護1～5

夜間でも安心して在宅生活が送れるよう、定期巡回や通報システムによるオペレーションセンターサービス、随時訪問による夜間専用の訪問介護を受けられます。

オペレーションセンターを設置している場合

内 容	自己負担(1割)
基本夜間対応型訪問介護費	989円/月
定期巡回サービス	372円/回
随時訪問サービス(I)	567円/回

＊小規模な介護専用型特定施設でのサービス

ち いき みつ ちゃく がた とく てい し せつ にゅう きょ しゃ せい かつ かい ご 地域密着型特定施設入居者生活介護

要介護1～5

特定施設(指定を受けた有料老人ホーム、軽費老人ホーム、養護老人ホームなど)のうち、入居定員29人以下の小規模な介護専用型特定施設に入居する方が、食事、入浴、排せつなどの介護やその他の日常生活上の世話、機能訓練、療養上の世話を受けられます。

内 容	要介護度	自己負担(1割)
1日につき	要介護1	546円
	要介護2	614円
	要介護3	685円
	要介護4	750円
	要介護5	820円

- 食費、日常生活費、居住費は別途負担になります。

悩みや相談ごとなど、お気軽にご相談ください!

ち いき ほう かつ し えん 地域包括支援センター

〒869-0524 宇城市松橋町豊福1786 TEL 0964-25-2015

地域包括支援センターは高齢者の生活を総合的に支える相談窓口です。住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から、高齢者や家族を支えます。

わたしたちにご相談ください!



主任
ケアマネジャー等



保健師
(または経験豊富な看護師)



社会福祉士

地域包括支援センターは、こんな仕事をしています!

自立した生活の支援をします

要支援1・2と認定された方や、介護予防・生活支援サービス事業対象者などが自立して生活できるように介護予防の支援をします。

みなさんの権利を守ります

地域で安心して暮らせるように、みなさんの権利を守ります。虐待の早期発見や、成年後見制度の紹介、消費者被害などに対応します。

困りごと、ご相談ください

介護に関する相談や悩み以外にも、福祉や医療、その他困ったことがあれば、ご相談ください。

暮らしやすい地域をつくります

暮らしやすい地域にするため、さまざまな機関とのネットワークをつくり調整します。また、ケアマネジャーの支援も行います。

「みまもり」のネットワーク

地域包括支援センターは、地域住民のみなさんや民生委員、警察、消防署、医療機関、民間企業などと協力して、地域の高齢者をみまもるネットワークづくりを進めています。

このネットワークが高齢者の問題や異変を早期に発見し、地域包括支援センターに報告します。報告を受けた地域包括支援センターは適切な機関と連絡を取り合い、問題解決の支援をして、高齢者のみなさんが安心して暮らしていける地域づくりに努めています。

介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・日常生活支援総合事業（以下、総合事業）は、市区町村が行う介護予防の取り組みです。要介護認定を受けなくても、一人ひとりの生活や心身の状態に応じた介護予防のためのサービスが利用できます。「一般介護予防事業」と「介護予防・生活支援サービス事業」の2つがあります。



総合事業のサービスを利用するには

総合事業の利用を希望する場合は、地域包括支援センターにご相談ください。
65歳以上で心身の状態に不安を感じている方は、市の窓口や地域包括支援センターで「基本チェックリスト(▶P28)」を受けましょう。

* 身体機能を回復させるための介護予防の取り組み

かい ご よ ぼう せい かつ し えん じ ぎょう

介護予防・生活支援サービス事業

事業対象者や要支援の方を対象とした介護予防の事業です。

事業対象者

要支援1・2

訪問型サービス

入浴・排せつ・食事などの介護や、調理・洗濯・掃除など、家事その他の生活援助サービス、日常のごみ出しや買い物などの困りごとの支援を行います。

通所型サービス

通所介護施設などで、食事、入浴などの日常生活上の支援や機能訓練、筋力トレーニングなどを日帰りで行います。

その他の生活支援サービス

- 見守りや栄養改善を目的とした配食サービス

* 65歳以上の方のための介護予防の取り組み

いっ ばん かい ご よ ぼう じ ぎょう

一般介護予防事業

65歳以上

65歳以上の方を対象とした、市が行う介護予防の取り組みです。要介護認定や基本チェックリストを受けることなく利用できます。

このような取り組みに参加できます

- 介護予防についての各種講演会
- 介護予防に関するパンフレットの配布
- 栄養改善・口腔機能向上・認知症予防などについて学ぶ介護予防教室や体力づくり教室
- 住民主体の「通いの場」など介護予防活動の育成や支援



基本チェックリスト

介護の原因となりやすい生活機能の低下がないかを調べるための質問票です。市の窓口や地域包括支援センターで記入します。チェックの結果、生活機能が低下していると判断された場合、「介護予防・生活支援サービス事業対象者（事業対象者）」になります。



生活機能とは？

人が生きていくための機能全体（体や心の動き、日常生活動作や家事、家庭や社会での役割など）のことです。できるだけ生活機能を低下させないことが介護予防につながります。

No.	質問項目	回答（どちらかに○をつけてください）	
1	バスや電車で1人で外出していますか	はい	いいえ
2	日用品の買物をしていますか	はい	いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	はい	いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	はい	いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	はい	いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい	いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい	いいえ
8	15分くらい続けて歩いていますか	はい	いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	はい	いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	はい	いいえ
11	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ
12	BMI（注）が18.5以上ですか	はい	いいえ
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい	いいえ
15	口の渇きが気になりますか	はい	いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	はい	いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい	いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	はい	いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい	いいえ
20	今日が何月何日かわからないときがありますか	はい	いいえ
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ
22	（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい	いいえ
23	（ここ2週間）以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	はい	いいえ
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ
25	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ

（注）あなたのBMI＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）

【例】体重50kg、身長150cmの場合は、BMI＝50÷1.5÷1.5＝22.2→「はい」に○

ピンク色の回答に○が多かった場合、生活機能の低下が考えられます。

*生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加

市は、多様な生活支援・介護予防サービスを提供できる地域づくりを進めています。ボランティアやサービスを提供する側には、高齢者を含む地域住民の参加が期待されています。

社会的な役割を持つことは、生きがいにもなり、自然と介護予防にもなります。



生活支援・介護予防サービス

- ニーズに合った多様なサービス
(住民主体、NPO、民間企業等多様な主体によるサービス)
地域サロン、見守り、安否確認、外出支援、買い物、調理、掃除、介護者支援 など

生活支援の
担い手
としての
社会参加

高齢者の社会参加

- 現役時代の能力を活かした活動
- 興味関心がある活動
- 新たにチャレンジする活動
一般就労、起業、趣味活動、地域活動、ボランティア活動 など

*在宅で受けられる医療

「在宅医療」とは、患者が生活している住まいへ医師や看護師などに訪問してもらい、診療や看護などを受けることです。高齢になると足腰の衰えなどにより、病院や診療所へ通うことが困難になってきますが、在宅医療であれば自宅にしながら、医療機関と同じような医療を受けられます。

在宅医療を受けるには

●通院中の方はかかりつけ医へ

在宅医療の中心となるのが、患者の体のことや日頃の健康状態を把握しているかかりつけ医です。

かかりつけ医が在宅医療に対応できない場合でも、対応可能な医療機関を紹介してもらえるので、まずはかかりつけ医に相談しましょう。



●入院中の方のための窓口は…

入院中の方は、退院する前に入院している病院の主治医や看護師に相談しておきましょう。医療連携室・相談室といった部署で、医療ソーシャルワーカー（MSW）や退院調整看護師などが対応します。

このほか、担当のケアマネジャー、地域包括支援センター、地域の医師会などにも相談できます。



ご存じですか？ 成年後見制度

成年後見制度とは、認知症や知的障害などにより判断能力が不十分な方が不利益を被ってしまったり、人としての尊厳が損なわれたりしないように、支援する方（成年後見人等）を選ぶことで、その方を法律的に支援する制度です。

現在の判断能力の違いにより、利用する制度が任意後見制度と法定後見制度の2つに分かれます。

成年後見制度については、高齢介護課、成年後見センター、地域包括支援センター等にご相談ください。

宇城市成年後見センター
☎0964-27-9972

次のような行為が支援されます

財産管理

本人の預貯金・不動産などの財産管理や契約など

身上保護

生活の維持・向上のための医療契約・介護サービス利用契約・申請などの法律行為

上記のような法律行為などを、支援する方（成年後見人等）が本人に代わって行ったり、不利益な契約について取り消したりすることができます。

認知症についての取り組み

相談窓口

宇城市地域包括支援センター

〒869-0524 宇城市松橋町豊福1786
TEL 0964-25-2015

熊本県認知症コールセンター

TEL 096-355-1755

もの忘れ外来

医療法人社団 明心会 あおば病院

〒869-0513 宇城市松橋町萩尾2037-1
TEL 0964-32-7772

医療法人 松生会 松田病院

〒869-0542 宇城市松橋町豊崎1962-1
TEL 0964-32-0666

認知症疾患医療センター

医療法人 再生会 くまもと心療病院

〒869-0416 宇土市松山町1901 TEL 0964-22-1081

認知症サポーター養成講座

認知症の基礎知識や対応の方法について学び、認知症の方やその家族が安心して暮らせる宇城市をつくりましょう。

内容 認知症に関する講座をご要望に応じて開催します。
関心のある方はぜひお問い合わせください。

問合せ先 宇城市地域包括支援センター
TEL 0964-25-2015

お問い合わせ先

宇城市 高齢介護課
〒869-0592 熊本県宇城市松橋町大野85番地
TEL.0964-32-1406
FAX.0964-32-0110
