

*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

ほうもんにゅうよくかいご
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。



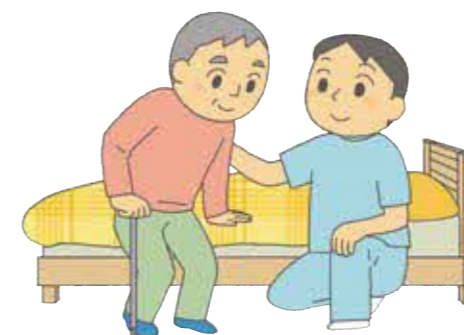
内容	要介護度	自己負担(1割)
1回につき	要支援1・2	856円
	要介護1~5	1,266円

●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

ほうもんかんご
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

きょ たくりょうよう かん り し どう
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

つう しょ かい ご
通所介護 **要介護1～5**
(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。

つう しょ
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。

たん き にゅう しょ せい かつ かい ご
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。

たん き にゅう しょ りょうよう かい ご
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

とく てい し せつ にゅう きょ しゃ せい かつ かい ご
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

福祉用具貸与

要支援 要介護

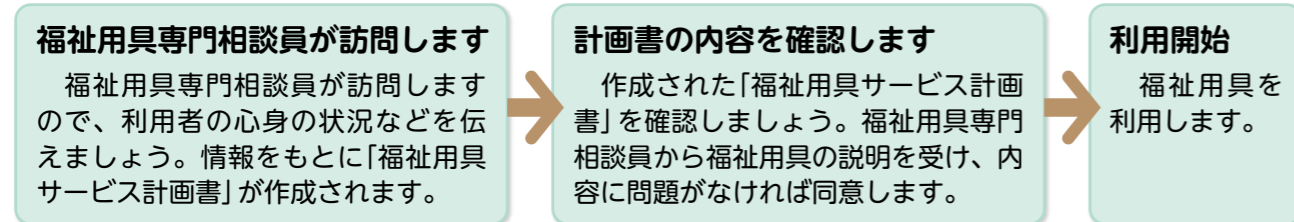
日常生活の自立を助ける福祉用具の貸与が受けられます。利用者はレンタル費用の利用者負担の割合分（▶P13）を負担します。



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				● 利用できます
手すり (工事をとまなわないもの)	●	●	●	▲ 尿のみを吸引するものは利用できます
スロープ (工事をとまなわないもの) ◆	●	●	●	
歩行器 ◆				✖ 原則として利用できません
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	▲	▲	●	

- 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。

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

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



●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

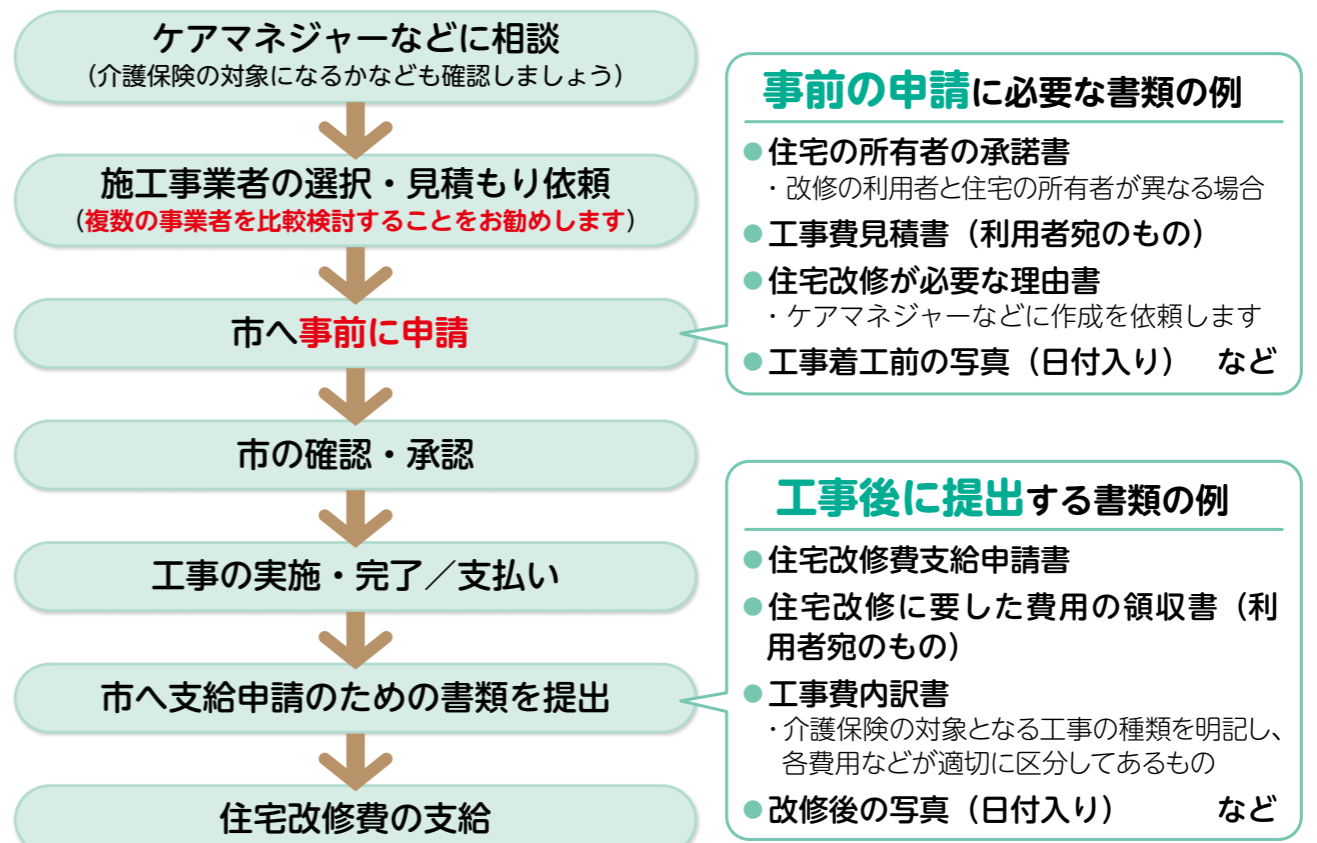
いったん改修費全額を利用者が支払います。後日20万円を上限に、利用者負担の割合分(▶P13)を差し引いた額が支給されます。

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

住宅改修の利用の流れ



事前の申請に必要な書類の例

- 住宅の所有者の承諾書 (改修の利用者と住宅の所有者が異なる場合)
- 工事費見積書 (利用者宛のもの)
- 住宅改修が必要な理由書 (ケアマネジャーなどに作成を依頼します)
- 工事着工前の写真 (日付入り) など

工事後に提出する書類の例

- 住宅改修費支給申請書
- 住宅改修に要した費用の領収書 (利用者宛のもの)
- 工事費内訳書 (介護保険の対象となる工事の種類を明記し、各費用などが適切に区分してあるもの)
- 改修後の写真 (日付入り) など

●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)

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。

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。



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 ユニット型個室的多床室
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)

要介護1~5

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。



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 ユニット型個室的多床室
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。

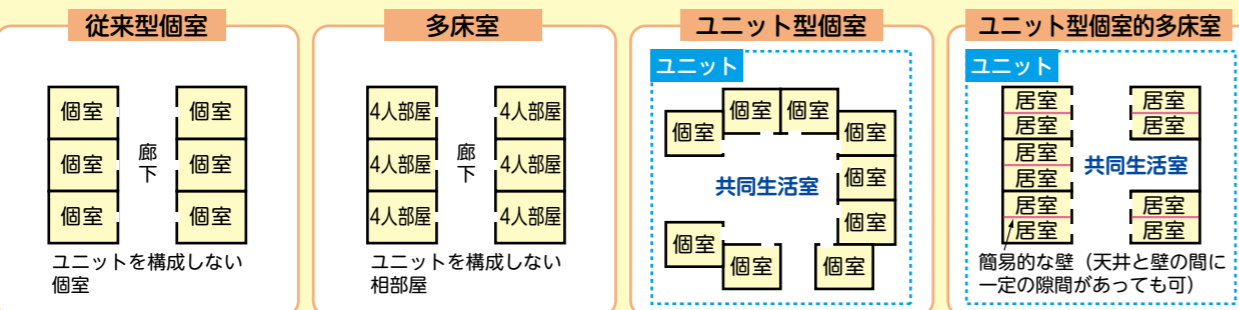


自己負担(1割)のめやす(1日につき)

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
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

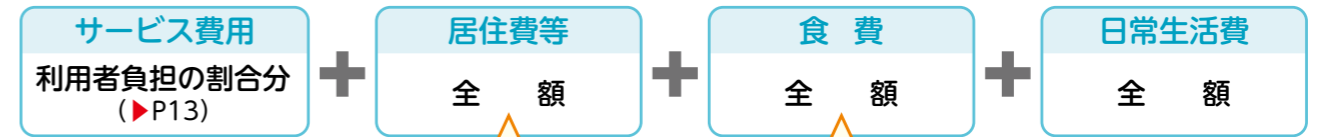
●食費、日常生活費、居住費は別途負担になります。

介護施設の部屋のタイプについて



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。



基準費用額

居住費等、食費の利用者負担は、施設と利用者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	ユニット型個室的多床室	
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	ユニット型個室的多床室	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】		
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：650万円以下	490円(420円)	370円	820円	490円	390円	600円
		夫婦：1,650万円以下	【550円】 【480円】	【430円】	【880円】	【550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	1,310円(820円)	370円	1,310円	1,310円	650円	1,000円
		夫婦：1,550万円以下	【1,370円】 【880円】	【430円】	【1,370円】	【1,370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	1,310円(820円)	370円	1,310円	1,310円	1,360円	1,300円
		夫婦：1,500万円以下	【1,370円】 【880円】	【430円】	【1,370円】	【1,370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。

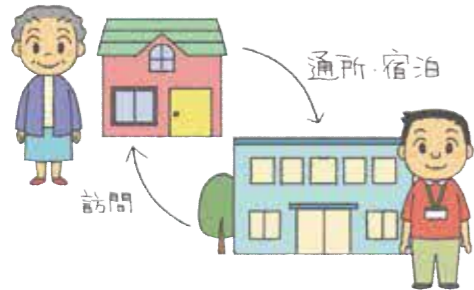
住み慣れた地域での生活を続けるためのサービスです。地域の特性に応じたサービスのため、原則として住んでいる市区町村のサービスのみ利用できます。

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きょたくかいご
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)

要支援1・2 **要介護1～5**

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。



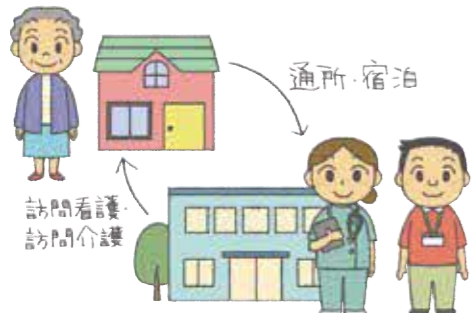
内容	要介護度	自己負担(1割)
1か月につき	要支援1	3,450円
	要支援2	6,972円
	要介護1	10,458円
	要介護2	15,370円
	要介護3	22,359円
	要介護4	24,677円
要介護5	27,209円	

- 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きょたくかいご
看護小規模多機能型居宅介護
(複合型サービス)

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

要介護1～5

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)	(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)

要介護1～5

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。



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)

要支援1・2 **要介護1～5**

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。



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)

要支援2 **要介護1～5**

●要支援1の方は利用できません。

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。

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 ちやく がた かい ご ろう じん ふく し し せつ にゆう 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を送れるよう、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 ちやく がた とく てい し せつ にゆう 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

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

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、生きがいにもなるし、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いしないように、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