

おたがいさまサポーター大募集

高齢者のちょっとした困りごとを助け合うサポート活動にご参加
いただくとポイントが付き、貯まったポイントで市内の特産品等
と交換できます。

【対象者】 和泉市内に在住・在勤・在学の18歳以上の方

【対象となる活動】 高齢者のちょっとした困りごと

サポーター活動をご希望の方は高齢介護室までご連絡ください。
(TEL: 0725-99-8132)

ありがとう!



困った時は
おたがいさま!



介護保険に
関する相談は...

コダイくん

安心して介護保険のサービスを利用できるように下記の
相談制度を設けています。和泉市高齢介護室へお問
い合わせのうえ、お気軽にご利用ください。



ロマンちゃん

介護保険苦情調整委員
(通称: 介護保険オンブズマン)

利用者からサービス事業者に対する苦情の申し立てを受け、苦情調整委員が調査を行い、利用者と事業者の調整を図ります。

介護相談員

介護施設、デイサービスセンターに介護相談員が訪問し、利用者のご相談にお答えしたり、要望や苦情について、可能な限り改善を図ります。

介護保険
まちかど相談薬局

身近な市内の協力薬局が、介護保険や在宅介護に関する総合的な相談に応じ、和泉市と連携し、アドバイスや問題解決を図ります。

お問い合わせ先

和泉市 生きがい健康部 高齢介護室

電話 0725-99-8131 (直通)

介護保険は「予防」と「安心」で暮らしを支える制度です

みんなのあんしん

介護保険

わかりやすい利用の手引き



和泉市

介護保険は高齢者の暮らしを 社会みんなで支えるしくみです

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

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

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

※今後、制度改正等により、内容が一部変更になる場合があります。

2017～2018年度の介護保険制度改正のポイント

【サービスの利用に関する主な変更点】

- 所得の特に高い方は介護保険サービスの自己負担が3割に。(2018年8月から) →10ページ
- 「共生型サービス」が利用できるようになりました。(2018年4月から) →12ページ
- 施設サービスに「介護医療院」が追加されました。(2018年4月から) →14ページ
- 福祉用具貸与の商品ごとの料金に上限額を設定。(2018年10月から) →20ページ

【費用に関する主な変更点】

- 高額介護サービス費の限度額が一部変更。(2017年8月から) →27ページ
- 70歳以上の方の高額医療・高額介護合算制度の限度額が一部変更。(2018年8月から) →27ページ
- 低所得の障がい者の方の負担軽減制度。(2018年4月から) →27ページ
- 第2号被保険者の被用者保険の介護保険料の算定方法が、保険者ごとの人数に応じた負担から総報酬に応じた負担に変更されました。(2017年8月から段階的に施行) →31ページ

マイナンバー制度について

各種申請や届け出には、原則として、マイナンバー（個人番号）の記入が必要です。窓口では本人確認のため、マイナンバーの確認と身元確認を行います。

◆マイナンバーの確認には次のいずれかが必要

- ・個人番号カード
- ・通知カード
- ・個人番号が記載された住民票 等

◆身元確認には次のいずれかが必要

- ・個人番号カード
 - ・運転免許証
 - ・パスポート 等の写真つきの身分証明書
- 写真がない身分証明書の場合は2種類が必要。

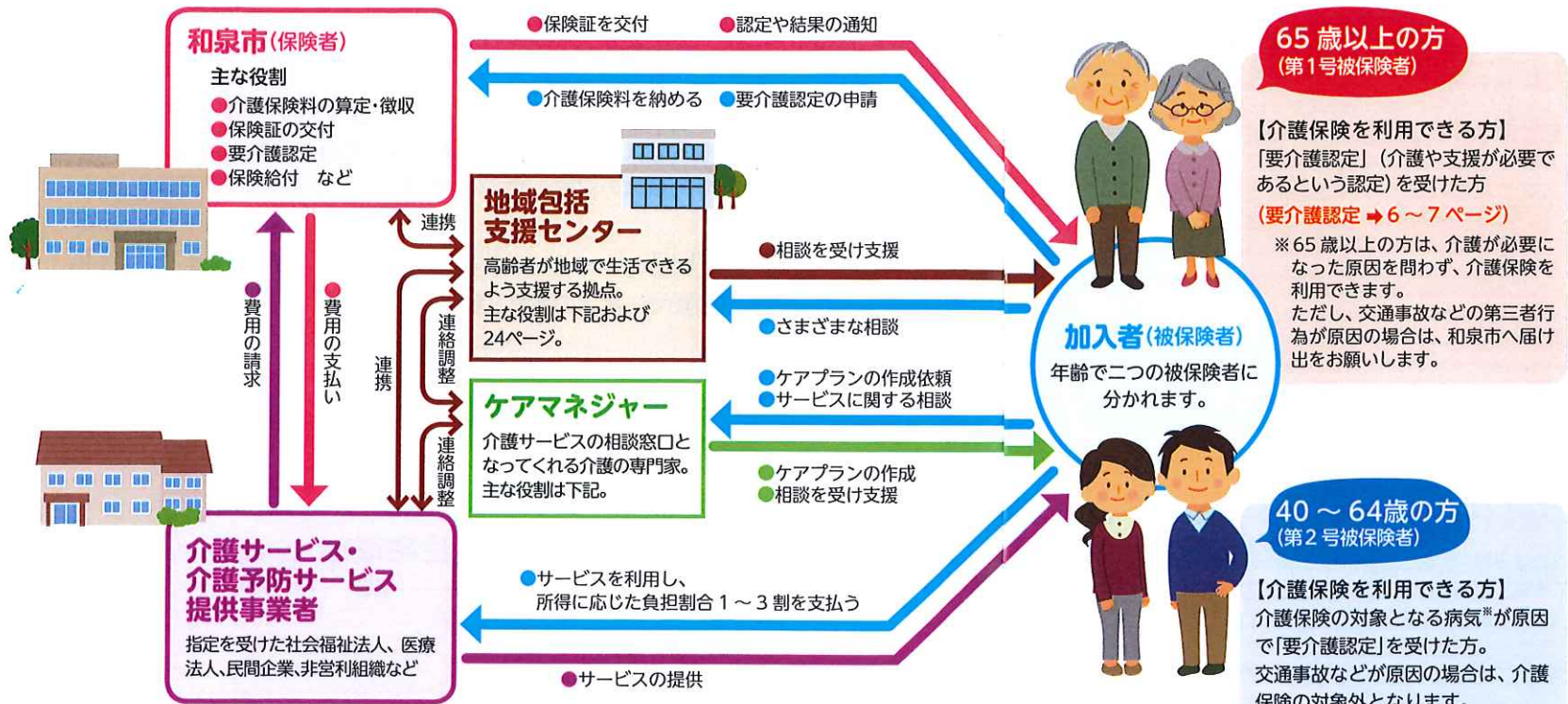
※個人番号カードは、マイナンバーの確認と身元確認の両方ができます。

もくじ

介護保険制度のしくみ	4
住み慣れた地域でいつまでも元気に	4
サービス利用の手順	6
サービス利用の流れ①	6
要介護認定の流れ	6
サービス利用の流れ②	8
介護サービス【要介護1～5の方へ】	10
介護サービス（居宅サービス）の種類と費用のめやす	10
施設サービスの種類と費用のめやす	14
介護予防サービス【要支援1・2の方へ】	15
介護予防サービスの種類と費用のめやす	15
地域密着型サービス	18
住み慣れた地域で受けるサービス	18
福祉用具貸与・購入、住宅改修	20
生活環境を整えるサービス	20
地域支援事業	22
総合事業のサービスや介護予防サービス	22
費用の支払い	25
自己負担限度額と負担の軽減	25
介護保険料の決まり方・納め方	28
社会全体で介護保険を支えています	28

住み慣れた地域でいつまでも元気に

介護保険は、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための制度です。40歳以上の皆さんが加入者(被保険者)となり、保険料を納めます。運営は和泉市が行っています。



介護保険の保険証

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

65歳以上の方は
65歳になる月に全員に交付されます。(1日生まれの場合は、65歳になる前月に交付されます。)

40～64歳の方は
認定を受けた方に交付されます。

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



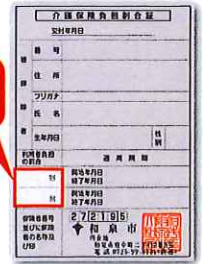
負担割合証

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

※負担割合に関して、詳しくは10ページ。

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

負担割合(1～3割)が記載されます。



※介護保険の対象となる病気(特定疾病)には、下記の16種類が指定されており、全てに診断基準があります。

- がん末期 (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り)
- 関節リウマチ ● 筋萎縮性側索硬化症 ● 後縦靭帯骨化症
- 骨折を伴う骨粗しょう症 ● 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

「地域包括支援センター」とは？

地域包括支援センターは、地域の高齢者の総合相談窓口です。
→詳しくは24ページ。

【主にどんなことをするの？】

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

「ケアマネジャー」とはどんな人？

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

【ケアマネジャーの役割】

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

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



サービス利用の流れ ①

介護サービスや介護予防サービス、介護予防・生活支援サービス事業を利用するには、まずは、和泉市の窓口や地域包括支援センターに相談しましょう。



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与購入、住宅改修

地域支援事業

費用の支払い

介護保険料の方決まり方納め方

① 相談する

和泉市の窓口または地域包括支援センターで、相談の目的を伝えます。希望するサービスがあれば伝えましょう。

- ・介護サービスが必要
- ・住宅改修が必要など



- ・生活に不安があるがどんなサービスを利用したらよいかわからないなど



- ・介護予防に取り組みたいなど



② 心身の状態を調べる

要介護認定または基本チェックリストを受けます。まだ支援が必要でない方には、一般介護予防事業などを紹介します。

要介護認定を受ける

要介護認定の申請 → 要介護認定 (調査+主治医意見書~判定)

和泉市の窓口等に申請して、要介護認定を受けます。(下記参照)

基本チェックリストを受ける

25の質問項目で日常生活に必要な機能が低下していないかを調べます。(基本チェックリスト→22ページ)

介護予防・生活支援サービス事業のみを希望する場合には、基本チェックリストによる判定で、サービスを利用できます。



認定

③ からだの状態を知る

要介護認定や基本チェックリストによって心身の状態が判定されます。



非該当

生活機能の低下がみられる (事業対象者*)

自立した生活が送れる

※事業対象者とは「介護予防・生活支援サービス事業」の対象者のことです。また、要介護認定は、事業対象者となったあとでも申請できます。

④ 利用できるサービス

必要な支援の度合いによって、利用できるサービスは異なります。一般介護予防事業は、65歳以上のすべての方が利用できます。

介護サービス

を利用できます。 P.10~



介護予防サービス

を利用できます。 P.15~



総合事業

介護予防・生活支援サービス事業を利用できます。 P.22



一般介護予防事業を利用できます。 P.23



サービス利用の流れ(2へ(8ページから))

要介護認定の流れ

介護(予防)サービスを利用するには、要介護認定を受け「介護や支援が必要である」と認定される必要があります。

① 要介護認定の申請

申請の窓口は和泉市の介護保険担当です(郵送申請も可)。申請は、本人のほか家族でもできます。次のところでも申請の依頼ができます。(更新申請も含みます)

- ・地域包括支援センター
- ・居宅介護支援事業者
- ・介護保険施設

申請に必要なもの

- 申請書
和泉市の窓口にあります。
- 介護保険の保険証
40~64歳の方は健康保険の保険証が必要です。
- 本人の印かん
本人以外の方が申請する場合のみ必要です。

申請書には主治医の氏名・医療機関名・所在地・電話番号を記入していただきます。確認しておきましょう。



② 要介護認定(調査・主治医意見書~判定)

申請をすると、訪問調査票と主治医が記載する意見書が提出された後に公平な審査・判定が行われ、介護や支援が必要な度合い(要介護度)が決まります。

- 訪問調査
訪問調査員が自宅などを訪問し、心身の状態などについて聞き取る。
- 主治医の意見書
和泉市の依頼により主治医が意見書を作成。
- 一次判定
訪問調査の結果や、主治医の意見書の一部の項目をコンピュータに入力し、一次判定を行う。
- 二次判定(認定審査)
一次判定や主治医の意見書などをもとに、専門家が審査する。
- 通知
認定結果通知、介護保険被保険者証を本人あてに書留で郵送します。



サービス利用の流れ ②

要介護1～5と認定された方で、自宅を中心としたサービスを希望する方は居宅介護支援連絡します。また、要支援1・2と認定された方および介護予防・生活支援サービス事業

援事業者に、施設への入所を希望する方は介護保険施設に
対象者は地域包括支援センターに連絡します。

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



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与購入
住宅改修

地域支援事業

費用の支払い

介護保険料の
決まり方納め方

要介護1～5の方

自宅で暮らしながらサービスを利用したい

自宅を中心に利用する **介護サービス** の種類 (P.10～)

① 居宅介護支援事業者に連絡します

- 和泉市が発行する事業者一覧のなかから **居宅介護支援事業者**（ケアマネジャーを配置しているサービス事業者）を選び、連絡します。
- 担当の **ケアマネジャー** が決まります。

② **ケアプラン**※¹ を作成します

- 担当のケアマネジャーと相談しながらケアプランを作成します。

③ サービスを利用します

- サービス事業者と契約※² します。
- ケアプランにそって **介護サービス** を利用します。

介護保険施設へ入所したい

施設サービス の種類 (P.14)

① 介護保険施設に連絡します

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

② **ケアプラン**※¹ を作成します

- 入所する施設のケアマネジャーと相談しながらケアプランを作成します。

③ サービスを利用します

- ケアプランにそって介護保険の **施設サービス** を利用します。

要支援1・2の方

① 地域包括支援センターに連絡します

- 地域包括支援センターに連絡、相談をします。
- 介護予防サービス** の種類 (P.15～)
- 介護予防・生活支援サービス事業** について (P.22)

➡

② 職員に希望を伝えます

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

➡

③ 介護予防ケアプラン※¹ を作成します

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

➡

④ サービスを利用します

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

介護予防・生活支援サービス事業対象者

① 地域包括支援センターに連絡します

- 地域包括支援センターに連絡、相談をします。
- 介護予防・生活支援サービス事業** について (P.22)

➡

② 職員に希望を伝えます

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

➡

③ ケアプラン※¹ を作成します

- 地域包括支援センターの職員と相談しながらケアプランを作成します。

➡

④ サービスを利用します

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

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

介護サービス(居宅サービス)の種類と費用のめやす

居宅サービスとは、自宅を中心に利用するサービスです。「施設に通う」「短期間施設に入所する」など、さまざまな種類のサービスが用意されています。

これらのサービスのなかから、利用者の希望に合うものを組み合わせて利用できます。

※費用は施設の体制などによって異なります。 ※ **地域密着型サービス** については18・19ページをご覧ください。 ※自己負担は1～3割です。本冊子は、**自己負担1割の費用をめやす**として掲載しています。

変更
ポイント

介護保険サービスの自己負担割合

65歳以上で介護保険サービスの自己負担割合が2割である方なかで一定の所得以上の方は、3割負担となります。(2018年8月から)

介護保険サービスの自己負担割合		自己負担割合	
所得区分		2018年7月まで	2018年8月から
右の①②の両方を満たす方	① 65歳以上で本人の合計所得金額が220万円以上 ② 本人を含めた同一世帯の65歳以上の方の年金収入+その他の合計所得金額が ◆ 1人の場合340万円以上 ◆ 2人以上の場合、合わせて463万円以上	2割	3割
右の①②の両方を満たす方で3割負担とならない方	① 65歳以上で本人の合計所得金額が160万円以上 ② 本人を含めた同一世帯の65歳以上の方の年金収入+その他の合計所得金額が ◆ 1人の場合280万円以上 ◆ 2人以上の場合、合わせて346万円以上	2割	
2割負担、3割負担の対象とならない方 (① 64歳以下の方 ② 65歳以上で本人の合計所得金額が160万円未満の方等)		1割	

ケアプランの作成・サービス利用についての相談

きよたかくいごしえん
居宅介護支援

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

ケアプランの作成および相談は**無料**です。(全額を介護保険で負担します)



納得のいくケアプランのために

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

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



日常生活の手助けをしてもらう

ほうもんかいご
訪問介護【ホームヘルプサービス】

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を受けます。

〈身体介護〉

- 食事、入浴、排せつのお世話
- 衣類やシーツの交換 など

〈生活援助〉

- 住居の掃除、洗濯、買い物
- 食事の準備、調理 など



自己負担(1割)のめやす

身体介護中心	20分～30分未満	259円
	30分以上1時間未満	411円
生活援助中心	20分～45分未満	189円
	45分以上	233円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

通院等乗降介助(1回)	103円
-------------	------

以下のサービスは、介護保険の対象外です

本人以外のためにすることや、日常生活上の家事の範囲を超えることなどは、サービスの対象外です。

- 本人以外の家族のための家事
- ペットの世話
- 草むしり・花の手入れ
- 来客の応対
- 模様替え
- 洗車 など

自宅を訪問してもらう

ほうもんにゆうよくかいご
訪問入浴介護

自宅に浴槽を持ち込んでもらい、入浴の介助を受けます。



自己負担(1割)のめやす

1回	1,303円
----	--------

ほうもん
訪問リハビリテーション

リハビリの専門家に訪問してもらい、自宅でリハビリを受けます。



自己負担(1割)のめやす

1回	300円
----	------

介護サービス（居宅サービス）の種類と費用のめやす

お医者さんの指導のものと助言・管理

きょたくりようかんりしどう 居宅療養管理指導

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

自己負担(1割)のめやす
【単一建物居住者1人に行う場合】

医師・歯科医師の場合(月2回まで)	507円
医療機関の薬剤師の場合(月2回まで)	558円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	507円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	355円

ほうもんかんご 訪問看護

看護師などに訪問してもらい、床ずれの手当てや点滴の管理をしてもらいます。

自己負担(1割)のめやす

病院・診療所から	20分～30分未満	413円
	30分～1時間未満	593円
訪問看護ステーションから	20分～30分未満	487円
	30分～1時間未満	851円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。



施設に通う

つうしょかいご 通所介護【デイサービス】

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

自己負担(1割)のめやす
【通常規模の施設/7～8時間未満の利用の場合】

要介護1	663円	※利用するメニューによって別に費用が加算されます。 ・個別機能訓練 48円/1日 ・栄養改善 154円/1回 ・口腔機能向上 154円/1回 など ※食費、日常生活費は別途負担となります。
要介護2	782円	
要介護3	907円	
要介護4	1,030円	
要介護5	1,155円	

つうしょ 通所リハビリテーション【デイケア】

介護老人保健施設や病院・診療所で、日帰りの機能訓練などが受けられます。

自己負担(1割)のめやす
【通常規模の施設/7～8時間未満の利用の場合】

要介護1	736円	※利用するメニューによって別に費用が加算されます。 ・栄養改善 155円/1回 ・口腔機能向上 155円/1回 など ※食費、日常生活費は別途負担となります。
要介護2	877円	
要介護3	1,021円	
要介護4	1,189円	
要介護5	1,354円	



変更ポイント 「共生型サービス」が創設されました。(2018年4月から)

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



【対象サービス】

訪問介護 デイサービス ショートステイ等を想定

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

低所得の障がい者の方のための負担の減免が行われます。→27ページ

※自己負担は1～3割です。本冊子は、自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。

短期間施設に泊まる

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】

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

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【併設型の施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	604円	604円	705円
要介護2	674円	674円	774円
要介護3	746円	746円	850円
要介護4	816円	816円	919円
要介護5	885円	885円	988円

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

たんきにゅうしょりようようかいご 短期入所療養介護 【医療型ショートステイ】

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

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【介護老人保健施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	774円	849円	855円
要介護2	820円	898円	901円
要介護3	883円	961円	965円
要介護4	936円	1,013円	1,019円
要介護5	988円	1,067円	1,072円

※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。



【居室の違い】

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

施設に入っている方が利用する介護サービス

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

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

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【包括型(一般型)】

要介護1	549円
要介護2	616円
要介護3	686円
要介護4	752円
要介護5	822円

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



その他のサービス

- 地域密着型サービス…………… 18・19ページ
- 福祉用具貸与・購入、住宅改修…………… 20・21ページ

施設サービスの種類と費用のめやす

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

- ※施設サービスの費用は、要介護度や施設の体制、部屋のタイプによって異なります。
- ※居住費、食費、日常生活費は別途負担となります。
- ※居室の違いは、13ページを参照してください。
- ※入所金や生活費などの詳細は、施設にお問い合わせください。
- ※自己負担は1～3割です。本冊子は、自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。



生活介護が中心の施設

介護老人福祉施設【特別養護老人ホーム】

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

※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。

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室約多床室
要介護3	約2万1,413円	約2万1,413円	約2万3,909円
要介護4	約2万3,508円	約2万3,508円	約2万5,973円
要介護5	約2万5,542円	約2万5,542円	約2万8,038円

介護やリハビリが中心の施設

介護老人保健施設

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

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室約多床室
要介護1	約2万1,506円	約2万3,755円	約2万3,940円
要介護2	約2万2,892円	約2万5,234円	約2万5,326円
要介護3	約2万4,772円	約2万7,113円	約2万7,236円
要介護4	約2万6,374円	約2万8,685円	約2万8,869円
要介護5	約2万7,945円	約3万 317円	約3万 441円

医療が中心の施設

介護療養型医療施設

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

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室約多床室
要介護1	約1万9,750円	約2万2,954円	約2万3,632円
要介護2	約2万2,923円	約2万6,127円	約2万6,805円
要介護3	約2万9,794円	約3万2,998円	約3万3,676円
要介護4	約3万2,721円	約3万5,925円	約3万6,603円
要介護5	約3万5,339円	約3万8,544円	約3万9,222円

長期療養の機能を備えた施設

介護医療院

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

※2024年3月末に廃止が予定されている介護療養型医療施設の転換先と位置付けられています。

変更ポイント 新たな介護保険施設として「介護医療院」が新設されました。(2018年4月から)

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室約多床室
要介護1	約2万1,383円	約2万4,741円	約2万5,265円
要介護2	約2万4,710円	約2万8,068円	約2万8,592円
要介護3	約3万1,889円	約3万5,247円	約3万5,771円
要介護4	約3万4,939円	約3万8,297円	約3万8,821円
要介護5	約3万7,681円	約4万1,039円	約4万1,563円

介護予防サービスの種類と費用のめやす



介護予防サービスは、状態の改善と悪化の予防を目的としたサービスです。できないことを補助するだけでなく、利用者本人のできることを増やし、いきいきとした生活を送れるよう支援します。

※費用は施設の体制などによって異なります。

※**地域密着型サービス**については18・19ページをご覧ください。
※自己負担は1～3割です(負担割合については10ページ)。
本冊子は、自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。

総合事業の開始にともなって、介護予防サービスの「訪問介護」、「通所介護」は、「介護予防・生活支援サービス事業」に移行しました。要支援1・2の方は、介護予防・生活支援サービス事業の訪問型や通所型のサービスを利用することができます。

介護予防ケアプランの作成・サービス利用についての相談

介護予防支援

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



介護予防ケアプランの作成および相談は**無料**です。(全額を介護保険で負担します)

自宅を訪問してもらう

介護予防訪問入浴介護

浴室がない場合や浴室の利用が難しい場合に入浴のお手伝いのサービスを受けられます。



自己負担(1割)のめやす

1回	881円
----	------

介護予防訪問リハビリテーション

専門家に訪問してもらい、利用者が自分で行える体操やリハビリなどの指導を受けます。



自己負担(1割)のめやす

1回	300円
----	------

介護保険制度のしくみ
サービス利用の手順
介護サービス
介護予防サービス
地域密着型サービス
福祉用具等購入・住宅改修
地域支援事業
費用の支払い
決まり方・納め方
介護保険料の方

介護予防サービスの種類と費用のめやす

お医者さんの指導のものと助言・管理

かいごよぼうきよたくりようようかんりしどう 介護予防居宅療養管理指導

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

自己負担(1割)のめやす
【単一建物居住者1人に行う場合】

医師・歯科医師の場合(月2回まで)	507円
医療機関の薬剤師の場合(月2回まで)	558円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	507円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	355円

かいごよぼうほうもんかんご 介護予防訪問看護

看護師などに訪問してもらい、介護予防を目的とした療養上のお世話や必要な診療の補助などを受けます。

自己負担(1割)のめやす

病院・診療所から	20分～30分未満	395円
	30分～1時間未満	571円
訪問看護ステーションから	20分～30分未満	467円
	30分～1時間未満	820円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。



施設に通う

かいごよぼうつうしょ 介護予防通所リハビリテーション

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

基本のサービスに加えて

- 筋力トレーニングなどの機能訓練(運動器機能向上)
 - 食事に関する指導など(栄養改善)
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。

1ヵ月あたりの自己負担(1割)のめやす ※利用するメニューによって別に費用が加算されます。

要支援 1	1,769円
要支援 2	3,735円

- ・運動器機能向上 233円/月
 - ・栄養改善 155円/月
 - ・口腔機能向上 155円/月 など
- ※食費、日常生活費は別途負担となります。



介護予防が大切なのはなぜ？

からだは使わないでいると、徐々に機能が低下してしまいます。実際、要介護度が軽い方について調べてみると、足腰が弱くなったために家に閉じこもりがちになり、ますます状態を悪化させ、介護が必要となってしまったケースが多いという結果が出ています。できることはなるべく自分でを行い、からだを動かすことで、心身の機能を向上させ、自分らしい自立した生活を目指すことができるのです。



※自己負担は1～3割です。本冊子は、自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。

短期間施設に泊まる

かいごよぼう 介護予防 たんきにゆうしょせいかつかいご 短期入所生活介護

介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事・入浴などのサービスや、生活機能の維持向上のための機能訓練が受けられます。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【併設型の施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要支援 1	452円	452円	529円
要支援 2	561円	561円	657円

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

かいごよぼう 介護予防 たんきにゆうしょりようようかいご 短期入所療養介護

介護老人保健施設などに短期間入所して、医療や介護、生活機能の維持向上のための機能訓練が受けられます。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【介護老人保健施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要支援 1	594円	628円	638円
要支援 2	739円	786円	799円

施設に入っている方が利用する介護サービス

かいごよぼうとくていしせつにゆうきよしゃせいかつかいご 介護予防特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入所している方が受けるサービスです。食事・入浴などのサービスや生活機能の維持向上のための機能訓練が受けられます。サービスは、包括型(一般型)と外部サービス利用型に区分されます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【包括型(一般型)】

要支援 1	185円
要支援 2	318円

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

その他のサービス

- 地域密着型サービス…………… 18・19ページ
- 福祉用具貸与・購入、住宅改修…………… 20・21ページ