

みんな笑顔で
介護保険

平成24年度から
介護保険が
変わりました!



平成24年度から、介護保険が変わりました!



より地域に寄りそった介護保険になりました!改正点は…

サービスが新設されました!

地域密着型サービスに、「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」と「複合型サービス」が新設されました。▶詳しくは29ページへ。

福祉用具と住宅改修の対象が広がりました!

福祉用具(貸与と購入費支給)の対象品目が増え、住宅改修の対象範囲が広がりました。▶詳しくは25ページへ。

介護保険料が変わりました!

介護保険料の財源負担割合が、第1号被保険者は20%→21%に、第2号被保険者は30%→29%に変わりました。また、介護保険料も変更になりました。▶詳しくは6~9ページへ。

介護保険サービスの利用料が変わりました!

介護報酬の見直しにより、サービスの利用料が変わりました。▶詳しくは22ページへ。

介護福祉士などによるたん吸引などの実施が可能になりました!

たん吸引などが必要な人に、医師の指示のもとで、介護福祉士などによるたん吸引などの実施が可能になりました。

もくじ

介護保険制度のしくみ

- ▶みんなで支えあう制度です 3
- ▶介護保険の被保険者 4
- ▶介護保険の保険証が交付されます 5

介護保険料

- ▶介護保険料は大切な財源です 6
- ▶40歳以上65歳未満の人(第2号被保険者)の介護保険料 7
- ▶65歳以上の人(第1号被保険者)の介護保険料 8

利用者の負担

- ▶原則として費用の1割を負担します 11

サービスの利用のしかた

- ▶申請から認定までの流れ 14
- ▶通知から利用までの流れ 18

利用できるサービス

- ▶介護保険で利用できるサービス 22

なんでもご相談ください

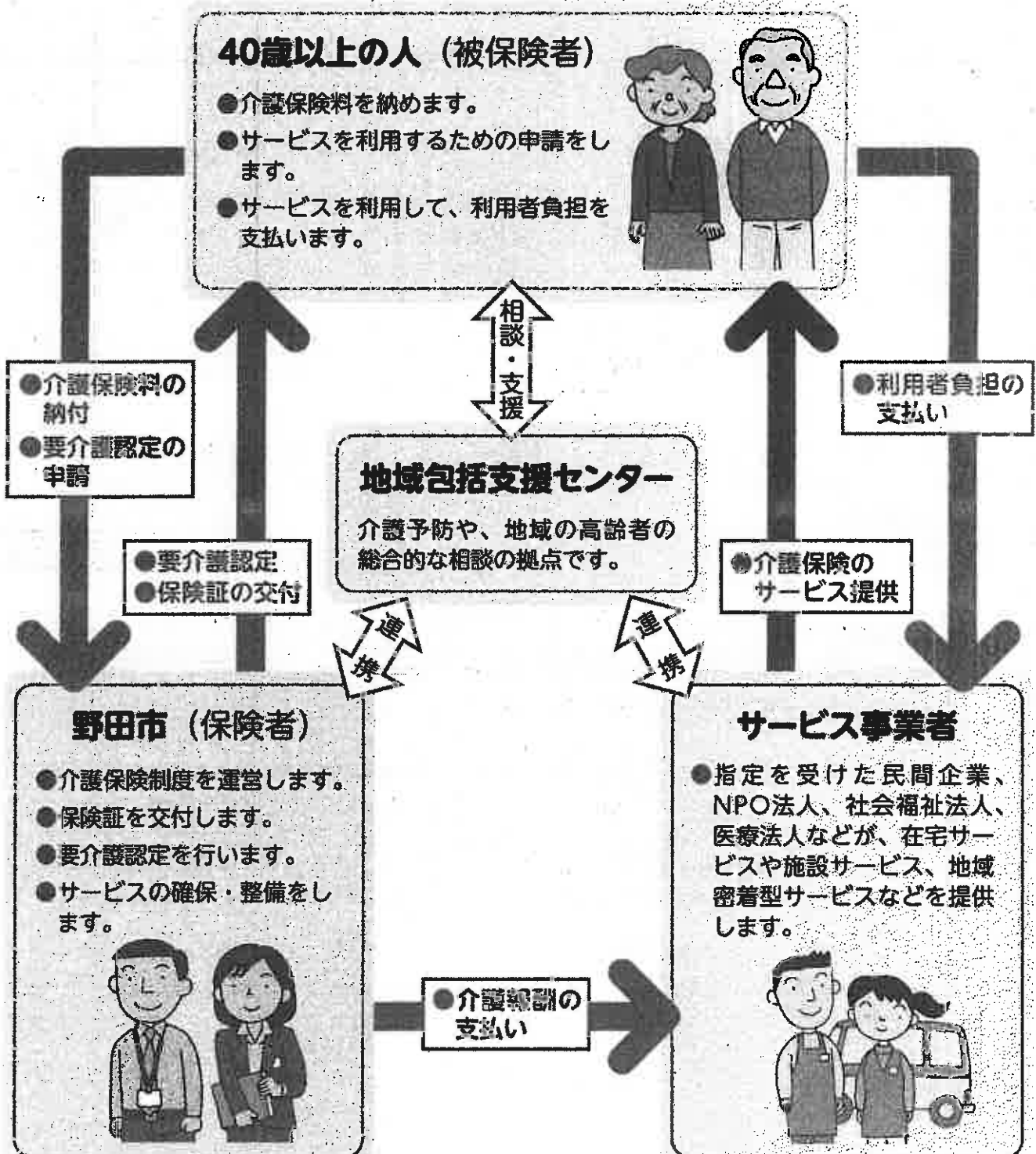
- ▶地域包括支援センターを利用しましょう 30

地域支援事業

- ▶介護予防事業を利用しましょう 31

みんなで支えあう制度です

介護保険制度は、40歳以上の人が被保険者となって介護保険料を納め、介護や支援が必要となったときにサービスが利用できる、支えあいの制度です。お住まいの市町村が運営しています。



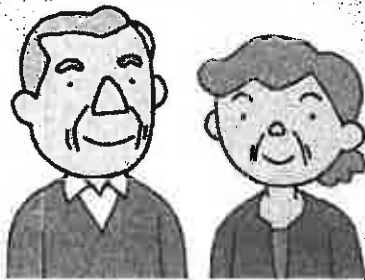
介護保険の被保険者

40歳以上の人は、野田市が運営する介護保険の被保険者です。

被保険者は年齢により2種類に分かれ、65歳以上の人は第1号被保険者、40歳以上65歳未満の人は第2号被保険者となります。

65歳以上の人

第1号被保険者



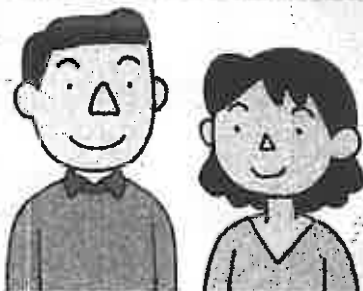
サービスが利用できる人

介護や日常生活に支援が必要となったときに、野田市の認定を受けて、サービスが利用できます。どんな病気やけがが原因で介護が必要になったかは問われません。

40歳以上65歳未満の人

第2号被保険者

(医療保険に加入している人)



サービスが利用できる人

老化が原因とされる病気(特定疾病)により介護や支援が必要となったときに、野田市の認定を受けて、サービスが利用できます。

特定疾病

●がん

(医師が一般に認められている医学的知見にもと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

症およびパーキンソン

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、

糖尿病性腎症および

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

●両側の膝関節または

股関節に著しい変形

を伴う変形性関節症

介護保険の保険証が交付されます

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。

- 65歳以上の人（第1号被保険者）⇒ 65歳に到達する月に交付されます。
- 40歳以上65歳未満の人（第2号被保険者）⇒ 認定を受けた場合などに交付されます。

(一)

介護保険被保険者証			
被 保 険 者	番 号	●	
	住 所	●	
	フリガナ		
	氏 名		
	生年月日		性別
交付年月日			
保険者番号 並びに 保険者の 名称及び印	1 2 2 0 8 5		
	千 葉 県 野 田 市		
印			

保険証の番号を控えておきましょう。

住所、氏名、生年月日などに誤りがないか確認しましょう。

裏面の注意事項をよく読みましょう。

介護保険のサービスを利用するときなどに欠かせないものですから、大切に扱きましょう。



教えて！ 介護保険



介護保険のサービスを利用するつもりがないので、介護保険に入らなくてもよいですか。

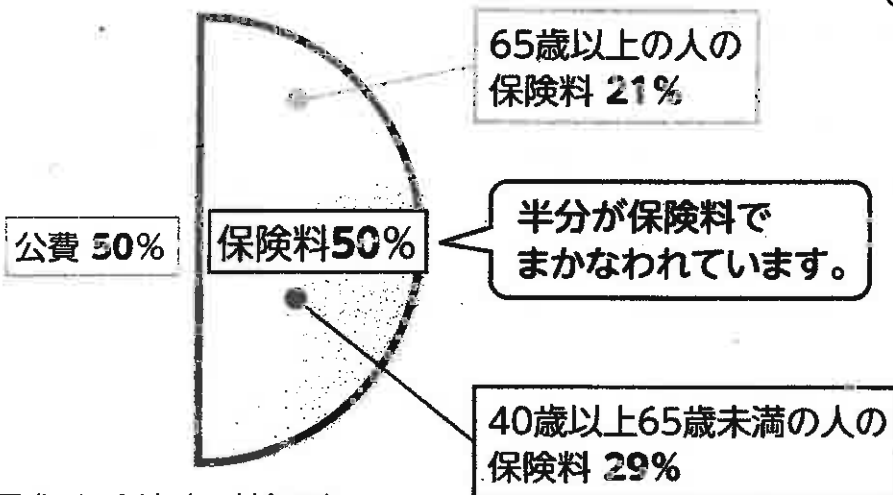


介護保険は、介護の負担を社会全体で支えあう社会保険制度です。サービスを利用する、しないにかかわらず、原則として40歳以上のすべての人が被保険者となるので、手続きをしなくても自動的に介護保険に入ることになります。外国籍の人も、短期滞在などを除き、介護保険の被保険者となります。

介護保険料は大切な財源です

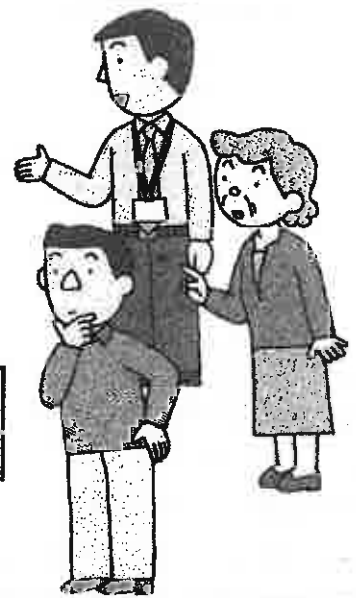
介護保険は、公費と、40歳以上のみなさんが納める保険料を財源に運営しています。介護が必要になったときに、だれもが安心してサービスが利用できるよう、保険料は忘れずに納めましょう。

介護保険の財源（利用者負担分は除く）



※平成24～26年度の割合です。

新しい!
負担割合が変わりました。



教えて! 介護保険



保険料を滞納しているとどうなるのですか。



サービスを利用した際の利用者負担は、通常はかかった費用の1割ですが、保険料を滞納していると滞納期間に応じて次のような措置がとられます。

●1年以上滞納すると…

費用の全額をいったん利用者が負担し、申請により、あとで保険給付分（費用の9割）が支払われます。

●1年6か月以上滞納すると…

費用の全額を利用者が負担し、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となり、滞納していた保険料に充てられることもあります（費用の1割が戻らないことがあります）。

※2年以上滞納した場合には、上記の措置に加え、サービスを利用するとき利用者負担が3割になったり、高額介護サービス費等が受けられなくなったりします。

やむを得ない理由で保険料を納められないときは

災害や失業など、やむを得ない理由で保険料を納めることが難しくなったときは、保険料の減免や納付猶予が受けられることがあります。困ったときは、お早めに野田市の担当窓口にご相談ください。

40歳以上65歳未満の人の介護保険料 (第2号被保険者)

保険料の決め方と納め方

国民健康保険に加入している人



決め方

保険料は下記の算定方法で、世帯ごとに決められます。

介護
保険料

=

所得割

第2号被保険者の所得に応じて計算

+

均等割

世帯の第2号被保険者数に応じて計算

+

平等割

第2号被保険者の属する世帯で1世帯につきいくらか計算

+

資産割

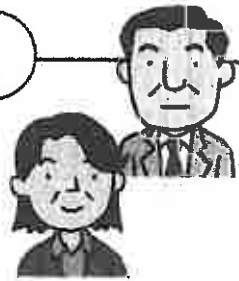
第2号被保険者の資産に応じて計算

※介護保険料と国民健康保険税の賦課限度額は別々に決められます。
 ※保険料と同額の国庫からの負担があります。
 ※市区町村によって組み合わせが異なります。

納め方

医療保険分と介護保険分を合わせて、国民健康保険税として世帯主が納めます。

職場の医療保険に加入している人



決め方

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。

介護
保険料

=

給与および賞与

×

介護保険料率

※原則として事業主が半分負担します。

納め方

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歳以上65歳未満の被扶養者は、保険料を個別に納める必要はありません。

65歳以上の人の介護保険料 (第1号被保険者)

新しい!

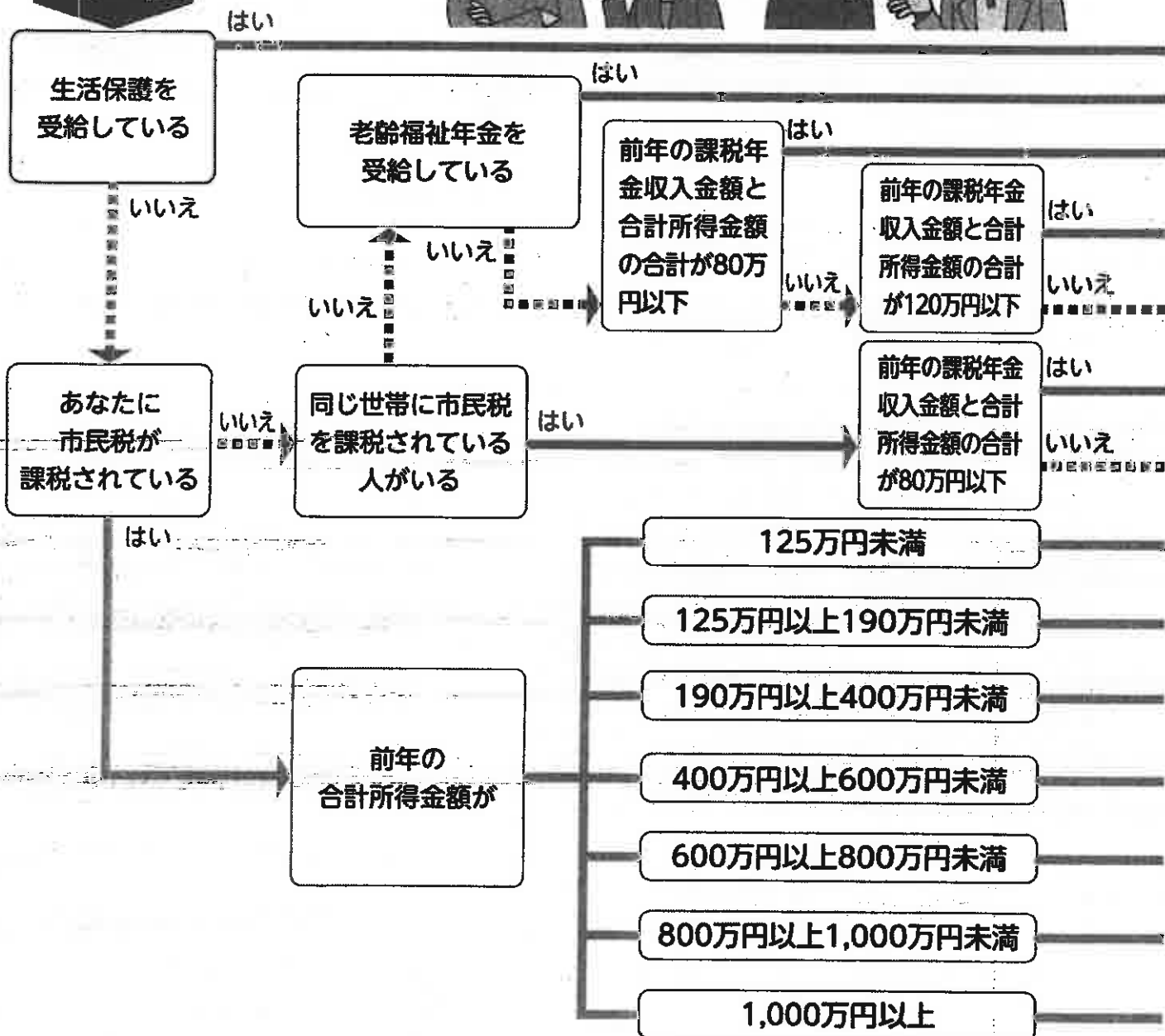
介護保険料が変わりました。

65歳以上の人の介護保険料は、野田市の介護保険サービスにかかる費用などから算出された「基準額」をもとに、みなさんの所得に応じて決まります。

あなたの保険料を確認してみましょう。

保険料の決まり方

スタート!



介護保険料は基準額をもとに決められます

基準額とは、各所得段階において介護保険料を決める基準となる金額のことです。保険料は、本人や世帯の課税状況や所得に応じて、段階的に決められています。

$$\text{基準額(年額)} = \frac{\text{野田市で介護保険の給付にかかる費用} \times \text{65歳以上の人の負担分(21\%)}}{\text{野田市の65歳以上の人数}}$$

- 老齢福祉年金とは…明治44年4月1日以前に生まれた人などで、一定の所得がない人や、他の年金を受給できない人に支給される年金です。
- 合計所得金額とは…収入金額から必要経費に相当する金額（収入の種類により計算方法が異なります）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。

所得段階	対象者	負担割合	保険料(年額)
第1段階	● 生活保護受給者または老齢福祉年金受給者で世帯全員が市民税非課税	0.50	24,600円
第2段階	● 世帯全員が市民税非課税で、課税年金収入金額と合計所得金額の合計が80万円以下	0.50	24,600円
第3段階	● 世帯全員が市民税非課税で、課税年金収入金額と合計所得金額の合計が80万円を超えて120万円以下	0.57	28,000円
	● 世帯全員が市民税非課税で、課税年金収入金額と合計所得金額の合計が120万円を超える	0.65	31,900円
第4段階	● 世帯市民税課税で、本人市民税非課税で、課税年金収入金額と合計所得金額の合計が80万円以下	0.88	43,200円
	● 世帯市民税課税で、本人市民税非課税で、課税年金収入金額と合計所得金額の合計が80万円を超える	1.00 基準額	49,100円
第5段階	● 本人市民税課税で、合計所得金額が125万円未満	1.10	54,100円
第6段階	● 本人市民税課税で、合計所得金額が125万円以上190万円未満	1.25	61,400円
第7段階	● 本人市民税課税で、合計所得金額が190万円以上400万円未満	1.50	73,700円
第8段階	● 本人市民税課税で、合計所得金額が400万円以上600万円未満	1.60	78,600円
第9段階	● 本人市民税課税で、合計所得金額が600万円以上800万円未満	1.70	83,500円
第10段階	● 本人市民税課税で、合計所得金額が800万円以上1,000万円未満	1.80	88,500円
第11段階	● 本人市民税課税で、合計所得金額が1,000万円以上	2.00	98,300円

保険料の納め方

老齢（退職）年金・遺族年金・障害年金が
年額18万円以上の人

年金から天引き
(特別徴収)

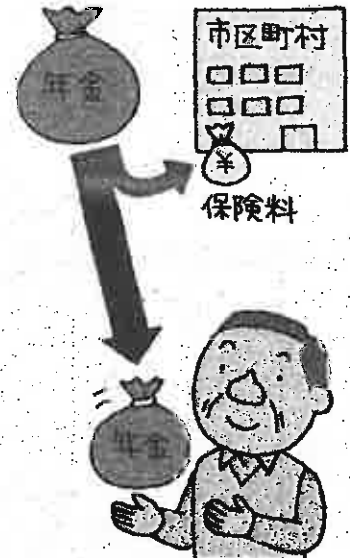
年金の定期支払いの際に、年金の受給額から介護保険料
があらかじめ天引きされます。

※老齢福祉年金などは、特別徴収の対象となりません。

仮徴収			本徴収		
4月	6月	8月	10月	12月	2月

介護保険料は前年の所得にもとづいて決まりますが、前年の所得が確定するのは6月以降となります。そのため、前年度から継続して特別徴収の人は、4・6・8月は仮に算定された保険料を納めます（仮徴収）。

10・12・2月は、確定した年間保険料額から、仮徴収分を差し引いた額を納めます（本徴収）。



次のような場合には、年金が年額18万円以上でも、一時的に納付書で納めます。

- 年度途中で65歳になった場合
- 他の市区町村から転入した場合
- 年度途中で年金の受給が始まった場合
- 年金が一時差し止めになった場合
- 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 など

老齢（退職）年金・遺族年金・障害年金が
年額18万円未満の人

納付書または口座振替で納付
(普通徴収)

口座振替または野田市から送付されてくる納付書で、期日までに金融機関などを通じて納めます。

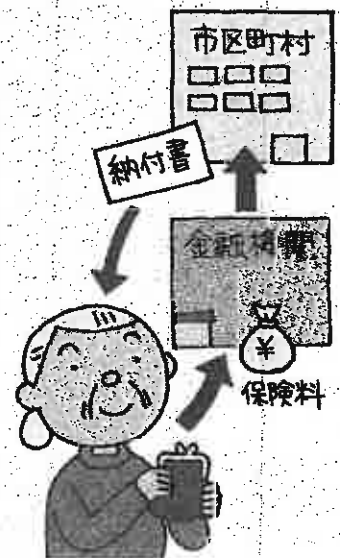
口座振替がおすすめです!

普通徴収の人には、便利で安心な口座振替がおすすめです。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、野田市指定の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
- 印かん（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されなかった場合などには、納付書で納めることになります。



利用者の負担

原則として費用の1割を負担します

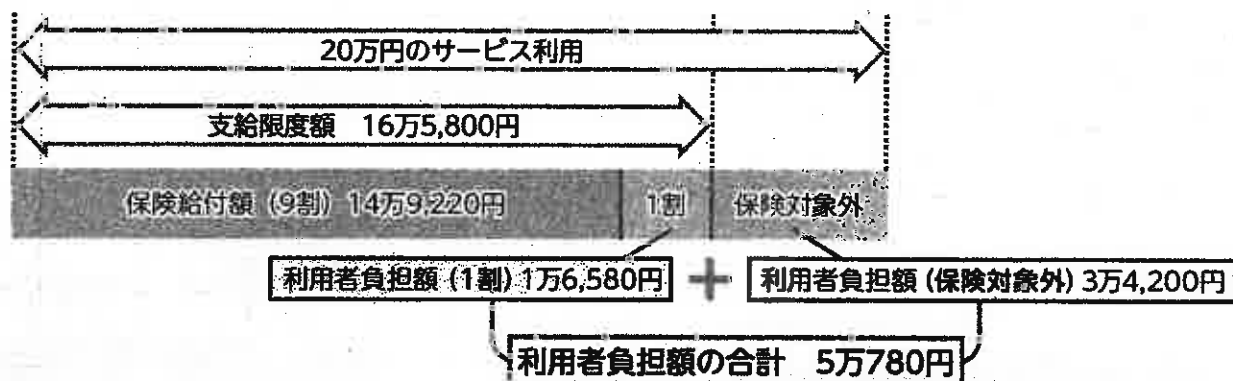
ケアプランにもとづいてサービスを利用した場合、サービス事業者に支払うのは、原則としてかかった費用の1割です。

在宅サービスの費用

●介護保険で利用できる額には上限があります

介護保険では、要介護状態区分に応じて上限額（支給限度額）が決められています。上限額の範囲内でサービスを利用するときは、利用者負担は1割ですが、上限を超えてサービスを利用した場合には、超えた分は全額利用者の負担となります。

例 要介護1（支給限度額16万5,800円）の人が、20万円のサービスを利用した場合



◆主な在宅サービスの支給限度額

要介護状態区分	1か月の支給限度額
要支援1	4万9,700円
要支援2	10万4,000円
要介護1	16万5,800円
要介護2	19万4,800円
要介護3	26万7,500円
要介護4	30万6,000円
要介護5	35万8,300円

支給限度額が適用されないサービス

要支援1・2の人のサービス

- 介護予防居宅療養管理指導
- 介護予防特定施設入居者生活介護
- 介護予防認知症対応型共同生活介護（短期利用を除く）
- 特定介護予防福祉用具販売
- 介護予防住宅改修費支給

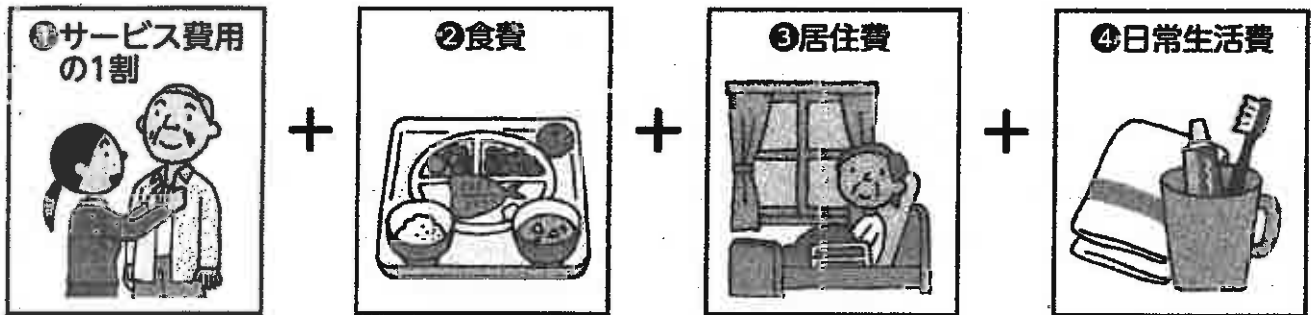
要介護1～5の人のサービス

- 居宅療養管理指導
- 特定施設入居者生活介護
- 認知症対応型共同生活介護（短期利用を除く）
- 地域密着型特定施設入居者生活介護
- 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
- 特定福祉用具販売
- 住宅改修費支給

※上記の支給限度額は標準的な金額のもので、人件費などの地域差に応じて限度額の加算が行われます。野田市はサービスの種類に応じ、1.4%～2.1%の加算となります。(22ページ以降に記載しているサービスのめやすは、地域差分が加算されています。)

施設サービスの費用

介護保険施設に入所した場合は、下の①～④が利用者の負担となります。



■基準費用額：施設における食費・居住費の平均的な費用を勘案して定める額（1日当たり）
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、水準となる額が定められています。

- 食費：1,380円
- 居住費：ユニット型個室 1,970円
 ユニット型準個室 1,640円
 従来型個室 1,640円（介護老人福祉施設と短期入所生活介護は1,150円）
 多床室320円

※施設が定める食費および居住費が基準額を下回る場合は、施設の定める額と自己負担限度額の差額が給付されます。

●低所得の人は食費と居住費が軽減されます

低所得の人の施設利用が困難とならないように、申請により、食費と居住費の一定額以上は保険給付されます。所得に応じた負担限度額までを負担し、残りの基準費用額との差額は介護保険から給付されます（特定入所者介護サービス費）。



※適用を受けるためには、野田市の担当窓口にて申請して「介護保険負担限度額認定証」の発行を受けてください。

◆負担限度額（1日当たり）

利用者負担段階	食費の負担限度額	居住費等の負担限度額			
		ユニット型個室	ユニット型準個室	従来型個室	多床室
第1段階 本人および世帯全員が市民税非課税で、 老齢福祉年金の受給者 生活保護の受給者	300円	820円	490円	490円 (320円)	0円
第2段階 本人および世帯全員が市民税非課税で、 合計所得金額+課税年金収入額が80万 円以下の人	390円	820円	490円	490円 (420円)	320円
第3段階 本人および世帯全員が市民税非課税で、 利用者負担段階第2段階以外の人	650円	1,310円	1,310円	1,310円 (820円)	320円

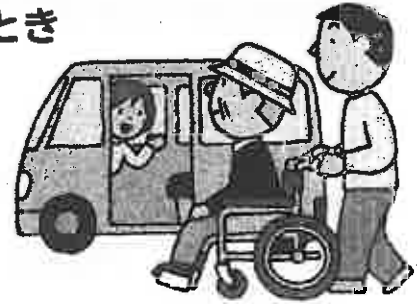
※介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合の従来型個室の負担限度額は、（ ）内の金額となります。

負担が高額になったとき

●介護保険の利用者負担（1割分）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（1割）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）が下表の上限額を超えたときは、申請により超えた分が「高額介護サービス費等」として後から支給されます。

※野田市の担当窓口にて「高額介護サービス費等支給申請書」を提出してください。



◆利用者負担の上限（1か月）

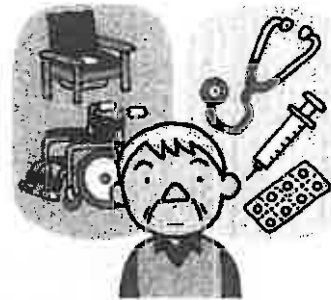
利用者負担段階区分	上限額（世帯合計）
●一般世帯	3万7,200円
●市民税世帯非課税	2万4,600円
<ul style="list-style-type: none"> ●合計所得金額および課税年金収入額の合計が80万円以下の人 ●高齢福祉年金の受給者 	個人*1万5,000円
<ul style="list-style-type: none"> ●生活保護の受給者 ●利用者負担を1万5,000円に減額することで、生活保護の受給者とならない場合 	個人*1万5,000円 1万5,000円

*印は、世帯単位ではなく個人単位の上限額になります。

●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利用者負担が高額になった場合は、合算することができます（高額医療・高額介護合算制度）。

介護保険と医療保険のそれぞれ月の限度額を適用後、年間（8月～翌年7月）の利用者負担額を合算して下表の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。



◆高額医療・高額介護合算制度の負担限度額＜年額／8月～翌年7月＞

所得区分	70歳未満の人
上位所得者	126万円
一般	67万円
市民税非課税世帯	34万円

所得区分	70～74歳の人	後期高齢者医療制度で医療を受ける人
現役並み所得者	67万円	67万円
一般	56万円	56万円
低所得者Ⅱ	31万円	31万円
低所得者Ⅰ*	19万円	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、医療保険からの支給は上記表通りの算定基準額で計算され、介護保険からの支給は別途設定された算定基準額の「世帯で31万円」で計算されます。

●所得区分について、詳しくは野田市の担当窓口にお問い合わせください。

●支給対象となる人は国保年金課へ申請が必要です。

申請から認定までの流れ

① 要介護認定の申請をします

サービスを利用するためには、要介護認定の申請が必要です。要介護認定では、介護保険のサービスが必要かどうか、また必要な場合にはその程度などを決めます。まずは、野田市の担当窓口で申請の手続きをしてください。

本人が申請に行くことができない場合などには、家族や成年後見人、地域包括支援センター、省令で定められた居宅介護支援事業者や介護保険施設などに申請を代行してもらうことができます。

申請に必要なもの

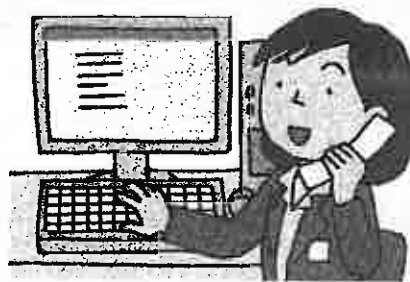
- 要介護・要支援認定申請書（野田市の担当窓口で設置またはホームページでダウンロード可）
- 介護保険の保険証（第1号被保険者の場合）
- 医療保険の保険証（第2号被保険者の場合）
- 主治医氏名と医療機関名の控え



居宅介護支援事業者とは？

ケアマネジャー（介護支援専門員）を配置している事業者です。要介護認定の申請代行やケアプランの作成を依頼するときの窓口となり、サービス事業者との連絡・調整をします。

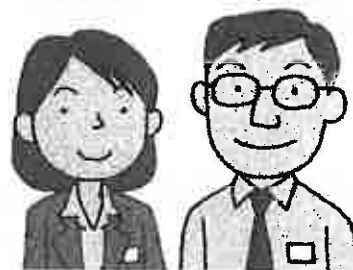
※申請を代行できる事業者は厚生労働省令で定められています。



ケアマネジャーとは？

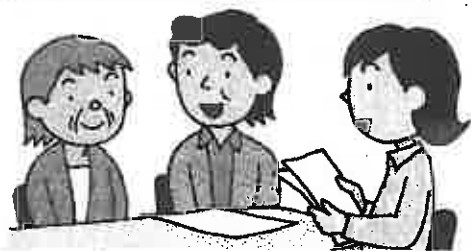
介護の知識を幅広く持った専門家で、サービスの利用にあたり次のような役割を担っています。資格は5年ごとの更新制です。

- 利用者や家族の相談に応じアドバイスします。
- 利用者の希望にそったケアプランを作成します。
- サービス事業者との連絡や調整をします。
- 施設入所を希望する人に適切な施設を紹介します。 など



② 認定調査が行われます

申請により、介護が必要な状態かどうか調査が行われます。また、同時に心身の状況について主治医に意見書を作成してもらいます。



認定調査

野田市の職員などが自宅などを訪問し、心身の状況などの基本調査、概況調査、特記事項について、本人や家族から聞き取り調査（40分程度）などを行います（全国共通の調査票が使われます）。

主な調査項目

◆身体機能・起居動作

- 麻痺の有無
- 拘縮の有無
- 寝返り
- 起き上がり
- 座位保持
- 両足での立位保持
- 歩行
- 立ち上がり
- 片足での立位
- 洗身
- 視力
- 聴力

◆生活機能

- 移乗
- 移動
- えん下
- 食事摂取
- 排尿
- 排便
- 清潔
- 衣服着脱
- 外出頻度
- ◆認知機能
- 意思の伝達
- 徘徊

●記憶・理解

- ◆精神・行動障がい
- 物を盗まれたなどと被害的になる
- 昼夜の逆転がある
- 大声を出す
- 介護に抵抗する
- ひどい物忘れ
- 自分勝手に行動する
- 話がまとまらず、会話にならない
- ◆社会生活への適応
- 薬の内服

●金銭の管理

- 日常の意思決定
- 集団への不適応
- 買い物
- 簡単な調理

◆その他

- 過去14日間に受けた特別な医療

●概況調査

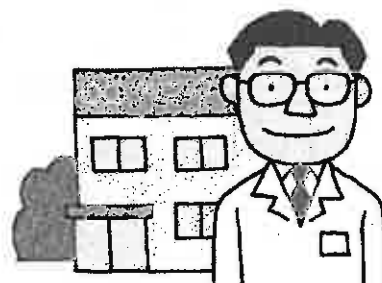
●特記事項

主治医意見書

本人の主治医に、野田市から心身の状況についての意見書を作成してもらいます。意見書では、本人の生活機能を評価します。

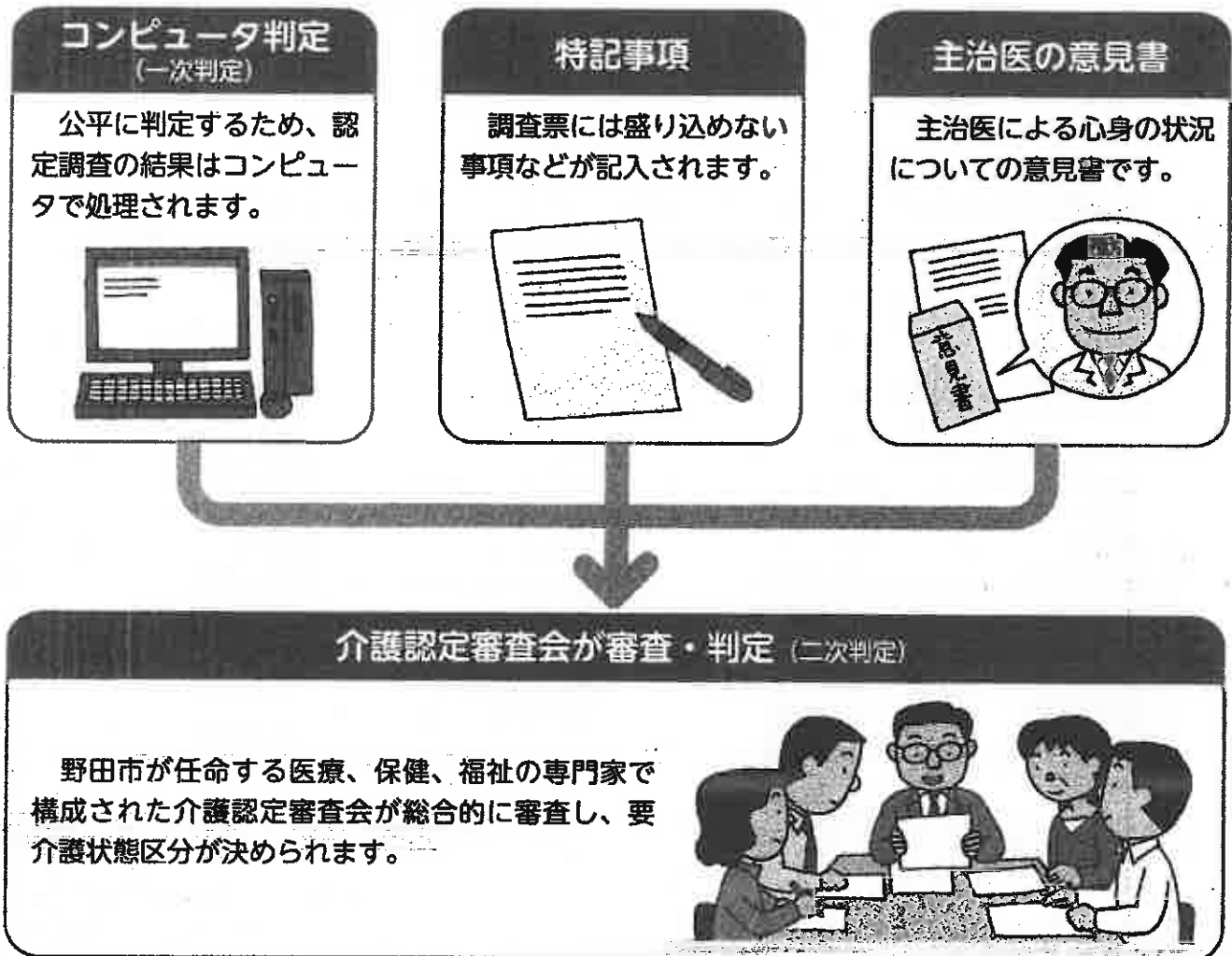
主治医とは？

介護が必要な状態となった直接の原因である病気を治療している医師や、かかりつけの医師など、本人の心身の状況をよく理解している医師のことで、主治医がいない場合は、野田市の担当窓口にご相談ください。



3 審査・判定します

コンピュータ判定（一次判定）の結果と、特記事項、主治医の意見書をもとに介護認定審査会で審査し、どのくらいの介護が必要かという要介護状態区分を判定（二次判定）します。



4 認定結果が通知されます

介護認定審査会の判定結果にもとづいて、「非該当」「要支援1・2」「要介護1～5」の区分に認定されます。結果が記載された認定結果通知書と保険証が届きますので、それぞれ記載されている内容を確認しましょう。

※認定結果の通知は、原則として申請から30日以内に野田市から送付されます。

■認定結果通知書に書かれていること

あなたの要介護状態区分、その理由、認定の有効期間など

■保険証に記載されていること

要介護状態区分、認定の有効期間、支給限度額、認定審査会の意見など、給付制限、居宅介護支援事業者名・事業所名など

要介護状態区分

※状態の説明は、あくまでめやすです。

要介護状態区分	状態のめやす	利用できるサービス・事業
非該当	自立した生活ができ、今のところ介護や支援を必要としていない	介護予防事業
要支援1	ほぼ自立した生活ができるが、介護予防のための支援や改善が必要	介護予防サービス
要支援2	日常生活に支援は必要だが、それによって介護予防できる可能性が高い	
要介護1	歩行などに不安定さがあり、日常生活に部分的な介護が必要	介護サービス
要介護2	歩行などが不安定で、排せつや入浴などの一部または全部に介護が必要	
要介護3	歩行や排せつ、入浴、衣服の着脱などに、ほぼ全面的な介護が必要	
要介護4	日常生活全般に動作能力が低下しており、介護なしでの生活は困難	
要介護5	生活全般に介護が必要で、介護なしでは日常生活がほぼ不可能	

認定結果の有効期間と更新手続き

認定の有効期間は原則として新規の場合は12か月、更新認定の場合は12か月～24か月です（月途中の申請の場合は、その月の末日までの期間＋有効期間）。また、認定の効力発生日は認定申請日になります（更新認定の場合は前回認定の有効期間満了日の翌日）。

要介護・要支援認定は、有効期間満了前に更新手続きが必要です。更新の申請は、要介護認定の有効期間満了日の60日前（野田市から申請書を郵送します）から受け付けます。



教えて！介護保険



認定結果に不服があるときは、どうすればよいですか。



要介護認定の結果に疑問や納得できない点がある場合は、まず野田市の担当窓口にご相談ください。その上で、なお納得できない場合は、千葉県に設置されている「介護保険審査会」に不服申し立てができます。

通知から利用までの流れ

要介護1～5の人

「要介護1～5」と認定された人は、介護保険の介護サービスが利用できます。利用する場合には、居宅介護支援事業者や入所した介護保険施設などで、心身の状況に応じたケアプランを作成してもらいます。

※ケアプランの作成は全額保険給付となり、利用者負担はありません。



要介護認定の通知（要介護1～5）

在宅でサービスを利用したい

居宅介護支援 事業者に ケアプラン作成 を依頼

依頼する居宅介護支援事業者が決まったら、野田市の担当窓口で「ケアプラン作成依頼届出書」を提出します。

ケアプランの 作成

依頼した居宅介護支援事業者のケアマネジャーが、利用者と面接し、問題点や課題を把握します。さらに、家族やサービス事業者を含めた話し合いを行い、ケアプランを作成してもらいます。

施設に入所したい

介護保険施設と 契約

入所を希望する施設に、利用者が直接申し込みます。施設は、居宅介護支援事業者などに紹介してもらうこともできます。

ケアプランの 作成

入所した施設のケアマネジャーに、ケアプランを作成してもらいます。



事業者と契約するときは、こんなことに注意しましょう！

◆サービスの内容

利用者の状況に合ったサービス内容や回数か。

◆契約期間

在宅サービスは要介護認定の有効期間に合わせた契約期間となっているか。

◆利用者からの解約

利用者からの解約が認められる場合およびその手続きの方法が明記されているか。

◆損害賠償

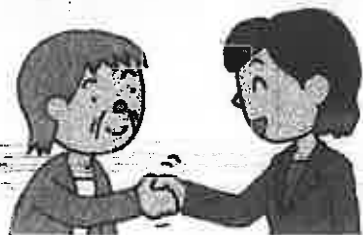
サービス提供によって利用者が損害を与えられた場合の賠償義務が明記されているか。

◆秘密保持

利用者および利用者の家族に関する秘密や個人情報が保持されるようになっているか。 など

サービス事業者と 契約

訪問介護や通所介護などを行うサービス事業者と契約します。



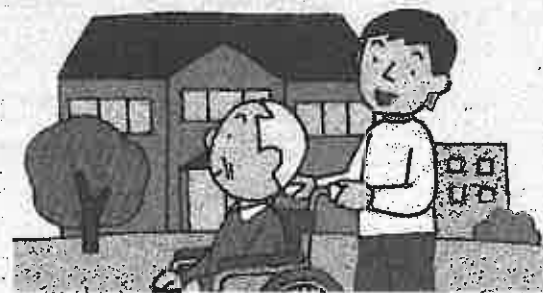
介護保険の在宅サービスや 地域密着型サービスを利用

ケアプランにもとづいたサービスを利用します。 [22~26、28ページへ](#)



介護保険の 施設サービスを利用

ケアプランにもとづいたサービスを利用します。 [27ページへ](#)



教えて！介護保険



ケアプランを自分で作成した場合は？



利用者自身がサービス事業者のサービス内容や単価を確認してケアプランを作成した場合は、保険証を添付し、野田市の担当窓口へ届け出て確認をもらいます。

要支援1・2の人 または **非該当の人**

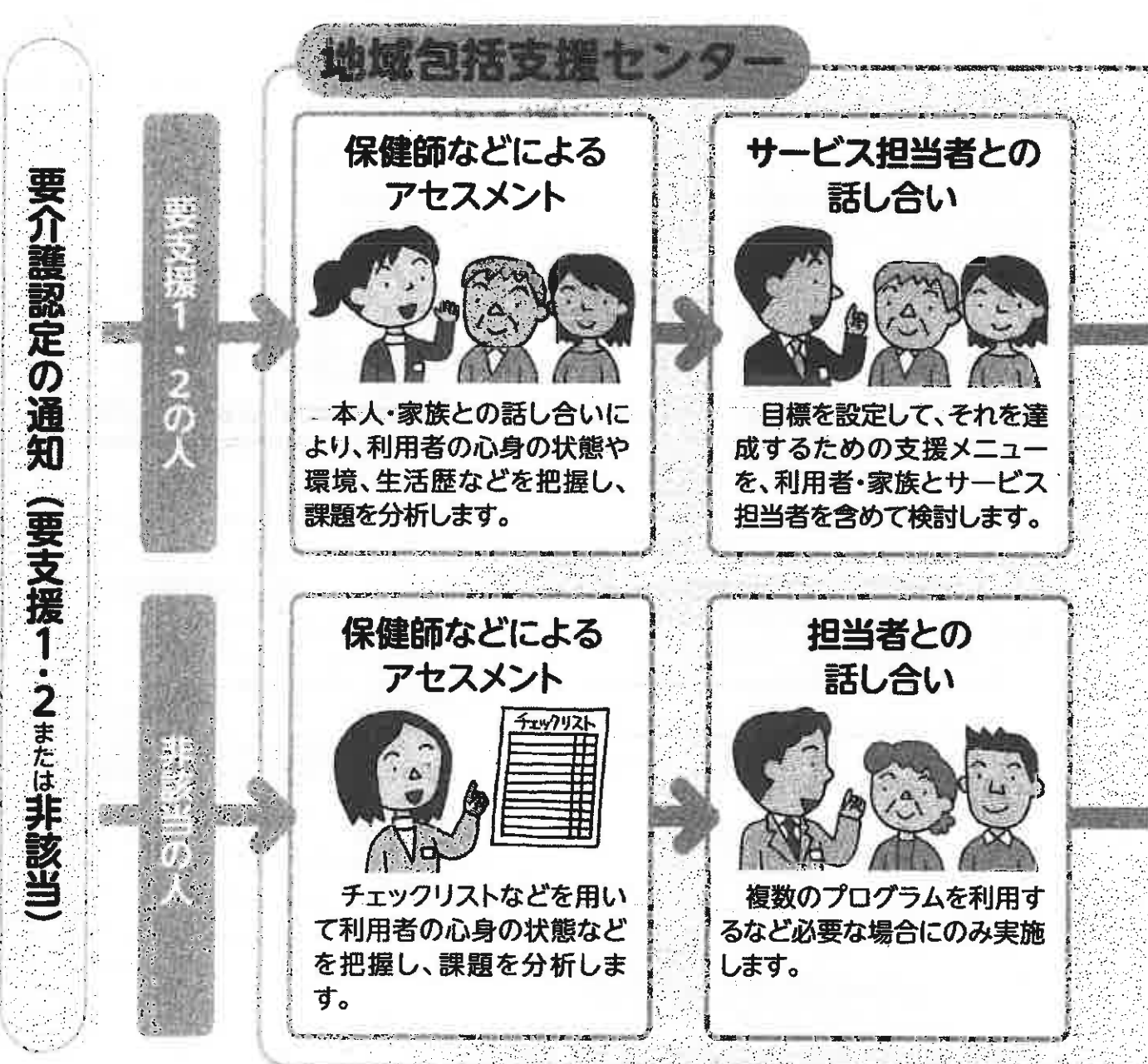
「要支援1・2」または「非該当」と認定された人は、地域包括支援センター（裏表紙参照）に連絡します。

●要支援1・2と認定された人

介護保険の介護予防サービスが利用できます。地域包括支援センターで心身の状況に応じたケアプランを作成してもらいます。

●非該当と認定された人

野田市で実施する介護予防事業の二次予防事業（はつらつ教室など）を利用することができます。



○ 介護予防事業で利用できるプログラム

- ● **運動器の機能向上**
理学療法士などの指導により、ストレッチや筋力トレーニング、バランストレーニングなどを行います。
- ● **栄養改善**
管理栄養士などが、低栄養予防の食べ方や、食事作りなどの指導・情報提供などを行います。
- ● **口腔機能の向上**
歯科医師などが、歯みがきや義歯の手入れ方法、摂食・えん下機能を向上させる指導などを行います。



介護予防ケアプランの作成



目標を達成するためのサービスの種類や回数を決定します。

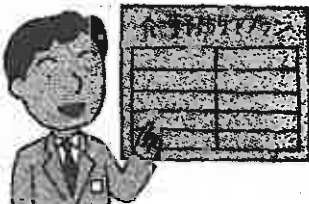
予防給付の介護予防サービスを利用

22～26、28ページへ



一定期間ごとに効果を評価、プランを見直します。

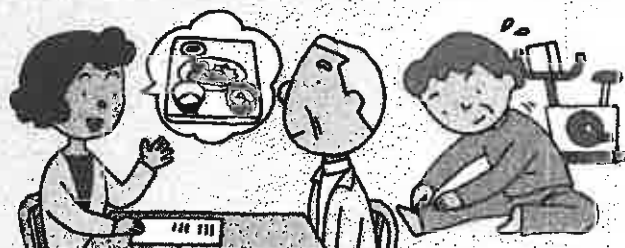
介護予防ケアプランの作成



必要な場合は、介護予防ケアプランを作成します。目標を設定して利用するプログラムを決定します。

地域支援事業の介護予防事業(はつらつ教室など)を利用

31ページへ



一定期間ごとに効果を評価、プランを見直します。

介護保険で利用できるサービス

新しい!

費用のめやすが変わりました。

利用者負担のめやすは、サービスにかかる基本的な費用の1割をめやすとして掲載しています。サービスの内容により様々な加算があります。(めやすは野田市の地域加算を計算した金額です。)

在宅サービス

★施設を利用したサービスの場合、食費・滞在費・日常生活費などは別途負担が必要です。

●訪問を受けて利用する

(めやすは1割)

要介護1～5の人	要支援1・2の人												
<p>訪問介護 (ホームヘルプ)</p> <p>ホームヘルパーに居宅を訪問してもらい、食事・入浴・排せつなどの身体介護や、調理・洗濯などの生活援助が受けられます。通院などを目的とした乗降介助も利用できます。</p> <p>◆利用者負担のめやす</p> <table border="1"> <tr> <td>◎身体介護 (20分以上30分未満の場合)</td> <td>260円</td> </tr> <tr> <td>◎生活援助 (20分以上45分未満の場合)</td> <td>194円</td> </tr> </table> <p>※早朝、夜間、深夜などは加算があります。</p> <table border="1"> <tr> <td>◎通院のための乗車または降車の介助 (1回につき)</td> <td>103円</td> </tr> </table> <p>※移送にかかる費用は別途負担が必要です。</p>	◎身体介護 (20分以上30分未満の場合)	260円	◎生活援助 (20分以上45分未満の場合)	194円	◎通院のための乗車または降車の介助 (1回につき)	103円	<p>介護予防訪問介護 (ホームヘルプ)</p> <p>利用者が自力では困難な行為について、同居家族の支援などが受けられない場合に、ホームヘルパーによるサービスが受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(月単位の定額)</p> <table border="1"> <tr> <td>◎週1回程度の利用(1か月)</td> <td>要支援1・2 / 1,246円</td> </tr> <tr> <td>◎週2回程度の利用(1か月)</td> <td>要支援1・2 / 2,492円</td> </tr> <tr> <td>◎週2回程度を超える利用(1か月)</td> <td>要支援2のみ / 3,952円</td> </tr> </table> <p>※身体介護・生活援助の区分はありません。 ※乗降介助は利用できません。</p>	◎週1回程度の利用(1か月)	要支援1・2 / 1,246円	◎週2回程度の利用(1か月)	要支援1・2 / 2,492円	◎週2回程度を超える利用(1か月)	要支援2のみ / 3,952円
◎身体介護 (20分以上30分未満の場合)	260円												
◎生活援助 (20分以上45分未満の場合)	194円												
◎通院のための乗車または降車の介助 (1回につき)	103円												
◎週1回程度の利用(1か月)	要支援1・2 / 1,246円												
◎週2回程度の利用(1か月)	要支援1・2 / 2,492円												
◎週2回程度を超える利用(1か月)	要支援2のみ / 3,952円												
<p>訪問入浴介護</p> <p>介護職員と看護職員に移動入浴車などで居宅を訪問してもらい、浴槽の提供を受けて、入浴介護が受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1回につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>1,277円</td> </tr> </table>	1,277円	<p>介護予防訪問入浴介護</p> <p>疾病などの特別な理由がある場合に、介護職員と看護職員に居宅を訪問してもらい、入浴の支援が受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1回につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>872円</td> </tr> </table>	872円										
1,277円													
872円													

要介護1~5の人

訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士に居宅を訪問してもらい、リハビリテーションが受けられます。

◆利用者負担のめやす(1回につき*)

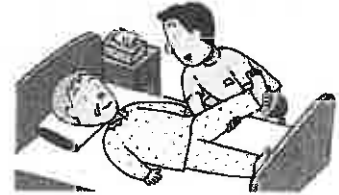
311円

* 20分間リハビリテーションを行った場合

要支援1・2の人

介護予防訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士に居宅を訪問してもらい、介護予防を目的としたリハビリテーションが受けられます。



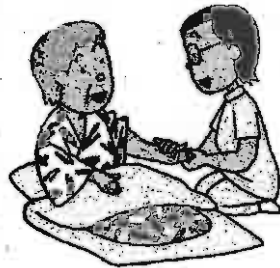
◆利用者負担のめやす(1回につき*)

311円

* 20分間リハビリテーションを行った場合

訪問看護

疾患等を抱えている人が、看護師などに居宅を訪問してもらい、療養上の世話や診療の補助が受けられます。



◆利用者負担のめやす

○訪問看護ステーションからの場合
(30分未満の場合) 482円

○病院または診療所からの場合
(30分未満の場合) 389円

介護予防訪問看護

疾患等を抱えている人が、看護師などに居宅を訪問してもらい、介護予防を目的とした療養上の世話や診療の補助が受けられます。

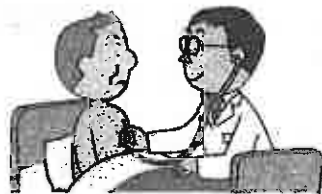
◆利用者負担のめやす

○訪問看護ステーションからの場合
(30分未満の場合) 482円

○病院または診療所からの場合
(30分未満の場合) 389円

居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などに居宅を訪問してもらい、療養上の管理や指導が受けられます。



◆利用者負担のめやす

○医師による指導の場合
(1か月に2回まで) 500円

* 同一建物居住者以外の利用者に対して行う場合

介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などに居宅を訪問してもらい、介護予防を目的とした療養上の管理や指導が受けられます。

◆利用者負担のめやす

○医師による指導の場合
(1か月に2回まで) 500円

* 同一建物居住者以外の利用者に対して行う場合

●通所して利用する

(めやすは1割)

要介護1~5の人

通所介護 (デイサービス)

通所介護施設で、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、機能訓練などが日帰りで受けられます。

◆利用者負担のめやす

◎通常規模の事業所の場合
(7時間以上9時間未満の場合)

要介護 1 /	700 円
要介護 2 /	823 円
要介護 3 /	951 円
要介護 4 /	1,078 円
要介護 5 /	1,205 円

※送迎を含む

◎療養通所介護

難病やがん末期等の要介護者が対象
(6時間以上8時間未満の場合)

1,521 円

通所リハビリテーション (デイケア)

介護老人保健施設や医療施設などで、食事・入浴・排せつなどの介護や、生活行為向上のためのリハビリテーションが日帰りで受けられます。

◆利用者負担のめやす

◎通常規模の事業所の場合
(6時間以上8時間未満の場合)

要介護 1 /	683 円
要介護 2 /	835 円
要介護 3 /	987 円
要介護 4 /	1,140 円
要介護 5 /	1,293 円

※送迎を含む

要支援1・2の人

介護予防通所介護 (デイサービス)

通所介護施設で食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、機能訓練などが日帰りで受けられます。また、目標に合わせた選択的サービスも利用できます。



◆利用者負担のめやす (月単位の定額)
(共通のサービス)(1か月につき)

要支援 1 /	2,129 円
要支援 2 /	4,264 円

※送迎、入浴を含む

(選択的サービス)(1か月につき)

運動器機能向上	229 円
栄養改善	153 円
口腔機能向上	153 円
生活機能向上グループ活動	102 円

介護予防通所リハビリテーション (デイケア)

介護老人保健施設や医療施設などで、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、リハビリテーションが日帰りで受けられます。また、目標に合わせた選択的サービスも利用できます。

◆利用者負担のめやす (月単位の定額)
(共通のサービス)(1か月につき)

要支援 1 /	2,453 円
要支援 2 /	4,910 円

※送迎、入浴を含む

(選択的サービス)(1か月につき)

運動器機能向上	229 円
栄養改善	153 円
口腔機能向上	153 円

●在宅での暮らしを支える

要介護1～5の人	要支援1・2の人
<p>福祉用具貸与</p> <p>日常生活の自立を助けるための福祉用具の貸与が受けられます。</p> <p>●車いす ●車いす付属品 ●特殊寝台 ●特殊寝台付属品 ●床ずれ防止用具 ●体位変換器 ●手すり(工事をとまなわないもの) ●スロープ(工事をとまなわないもの) ●歩行器 ●歩行補助つえ ●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(追加)</p> <p>■要介護度により、下記の福祉用具は、原則として保険給付の対象となりません。(ただし、病状等により必要と認められる場合には、ケアマネジャーに相談してください) 【要支援1・2、要介護1の人】 車いす(付属品含む)、特殊寝台(付属品含む)、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(つり具を除く) 【要支援1・2、要介護1～3の人】 自動排泄処理装置</p>	<p>介護予防福祉用具貸与</p> <p>福祉用具のうち、介護予防に役立つものについて貸与が受けられます。</p> <p>新しい! 「自動排泄処理装置」が追加されました。</p>
<p>◆利用者負担について</p> <p>実際に貸与に要した費用に応じて異なります。</p>	<p>◆利用者負担について</p> <p>実際に貸与に要した費用に応じて異なります。</p>
<p>特定福祉用具販売 (福祉用具購入費の支給)</p> <p>入浴や排せつなどに使用する福祉用具を購入したとき、購入費が支給されます。</p> <p>① 申請が必要です。</p> <p>●腰掛け便座(拡充) ●入浴補助用具 ●特殊尿器(貸与対象部分以外) ●簡易浴槽 ●移動用リフトのつり具</p> <p>◆利用者負担について</p> <p>同年度で10万円を上限に費用の9割が支給され、利用者は1割を負担します。</p>	<p>特定介護予防福祉用具販売</p> <p>入浴や排せつなどに使用する福祉用具のうち介護予防に役立つ用具を購入したとき、購入費が支給されます。</p> <p>① 申請が必要です。</p> <p>新しい! 対象品目の範囲が広がりました。</p> <p>◆利用者負担について</p> <p>同年度で10万円を上限に費用の9割が支給され、利用者は1割を負担します。</p>
<p>■都道府県の指定を受けた事業者から購入した場合のみ、福祉用具購入費が支給されます。 ■事業所ごとに「福祉用具専門相談員」が配置されていますので、購入の際は相談しましょう。</p>	
<p>住宅改修費支給</p> <p>手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、住宅改修費が支給されます。</p> <p>① 事前に申請が必要です。</p> <p>●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 ●手すりの取り付け ●段差の解消(拡充) ●引き戸などへの扉の取り替え(拡充) ●洋式便器などへの便器の取り替え ※上記の改修に伴って必要となる改修も対象となります。</p> <p>◆利用者負担について</p> <p>20万円を上限に費用の9割が支給され、利用者は1割を負担します。</p>	<p>介護予防住宅改修費支給</p> <p>介護予防に役立つ、手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、住宅改修費が支給されます。</p> <p>① 事前に申請が必要です。</p> <p>新しい! 対象となる範囲が広がりました。</p> <p>◆利用者負担について</p> <p>20万円を上限に費用の9割が支給され、利用者は1割を負担します。</p>

●短期間入所する

(めやすは1割)

要介護1～5の人	要支援1・2の人																																				
<p>短期入所生活介護／ 短期入所療養介護 (ショートステイ)</p> <p>介護老人福祉施設や介護老人保健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。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1日につき) 〈短期入所生活介護〉</p> <table border="1"> <tr> <td>◎介護老人福祉施設 (併設型・多床室の場合)</td> <td>◎介護老人福祉施設 (併設型・ ユニット型個室の場合)</td> </tr> <tr> <td>要介護1 / 692円</td> <td>要介護1 / 721円</td> </tr> <tr> <td>要介護2 / 762円</td> <td>要介護2 / 792円</td> </tr> <tr> <td>要介護3 / 834円</td> <td>要介護3 / 866円</td> </tr> <tr> <td>要介護4 / 904円</td> <td>要介護4 / 937円</td> </tr> <tr> <td>要介護5 / 973円</td> <td>要介護5 / 1,007円</td> </tr> </table> <p>〈短期入所療養介護〉</p> <table border="1"> <tr> <td>◎介護老人保健施設 (多床室の場合)</td> <td>◎介護老人保健施設 (ユニット型個室の場合)</td> </tr> <tr> <td>要介護1 / 838円</td> <td>要介護1 / 841円</td> </tr> <tr> <td>要介護2 / 887円</td> <td>要介護2 / 889円</td> </tr> <tr> <td>要介護3 / 951円</td> <td>要介護3 / 954円</td> </tr> <tr> <td>要介護4 / 1,004円</td> <td>要介護4 / 1,007円</td> </tr> <tr> <td>要介護5 / 1,058円</td> <td>要介護5 / 1,061円</td> </tr> </table>	◎介護老人福祉施設 (併設型・多床室の場合)	◎介護老人福祉施設 (併設型・ ユニット型個室の場合)	要介護1 / 692円	要介護1 / 721円	要介護2 / 762円	要介護2 / 792円	要介護3 / 834円	要介護3 / 866円	要介護4 / 904円	要介護4 / 937円	要介護5 / 973円	要介護5 / 1,007円	◎介護老人保健施設 (多床室の場合)	◎介護老人保健施設 (ユニット型個室の場合)	要介護1 / 838円	要介護1 / 841円	要介護2 / 887円	要介護2 / 889円	要介護3 / 951円	要介護3 / 954円	要介護4 / 1,004円	要介護4 / 1,007円	要介護5 / 1,058円	要介護5 / 1,061円	<p>介護予防短期入所生活介護／ 介護予防短期入所療養介護 (ショートステイ)</p> <p>介護老人福祉施設や介護老人保健施設などに短期間入所して、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。</p>  <p>◆利用者負担のめやす(1日につき) 〈介護予防短期入所生活介護〉</p> <table border="1"> <tr> <td>◎介護老人福祉施設 (併設型・多床室の場合)</td> <td>◎介護老人福祉施設 (併設型・ ユニット型個室の場合)</td> </tr> <tr> <td>要支援1 / 506円</td> <td>要支援1 / 541円</td> </tr> <tr> <td>要支援2 / 623円</td> <td>要支援2 / 672円</td> </tr> </table> <p>〈介護予防短期入所療養介護〉</p> <table border="1"> <tr> <td>◎介護老人保健施設 (多床室の場合)</td> <td>◎介護老人保健施設 (ユニット型個室の場合)</td> </tr> <tr> <td>要支援1 / 621円</td> <td>要支援1 / 628円</td> </tr> <tr> <td>要支援2 / 777円</td> <td>要支援2 / 786円</td> </tr> </table>	◎介護老人福祉施設 (併設型・多床室の場合)	◎介護老人福祉施設 (併設型・ ユニット型個室の場合)	要支援1 / 506円	要支援1 / 541円	要支援2 / 623円	要支援2 / 672円	◎介護老人保健施設 (多床室の場合)	◎介護老人保健施設 (ユニット型個室の場合)	要支援1 / 621円	要支援1 / 628円	要支援2 / 777円	要支援2 / 786円
◎介護老人福祉施設 (併設型・多床室の場合)	◎介護老人福祉施設 (併設型・ ユニット型個室の場合)																																				
要介護1 / 692円	要介護1 / 721円																																				
要介護2 / 762円	要介護2 / 792円																																				
要介護3 / 834円	要介護3 / 866円																																				
要介護4 / 904円	要介護4 / 937円																																				
要介護5 / 973円	要介護5 / 1,007円																																				
◎介護老人保健施設 (多床室の場合)	◎介護老人保健施設 (ユニット型個室の場合)																																				
要介護1 / 838円	要介護1 / 841円																																				
要介護2 / 887円	要介護2 / 889円																																				
要介護3 / 951円	要介護3 / 954円																																				
要介護4 / 1,004円	要介護4 / 1,007円																																				
要介護5 / 1,058円	要介護5 / 1,061円																																				
◎介護老人福祉施設 (併設型・多床室の場合)	◎介護老人福祉施設 (併設型・ ユニット型個室の場合)																																				
要支援1 / 506円	要支援1 / 541円																																				
要支援2 / 623円	要支援2 / 672円																																				
◎介護老人保健施設 (多床室の場合)	◎介護老人保健施設 (ユニット型個室の場合)																																				
要支援1 / 621円	要支援1 / 628円																																				
要支援2 / 777円	要支援2 / 786円																																				

●有料老人ホームなどで介護を受ける

要介護1～5の人	要支援1・2の人							
<p>特定施設入居者生活介護</p> <p>有料老人ホームなどに入居している人が、日常生活上の世話や機能訓練が受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1日につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>要介護1 / 568円</td> </tr> <tr> <td>要介護2 / 637円</td> </tr> <tr> <td>要介護3 / 710円</td> </tr> <tr> <td>要介護4 / 779円</td> </tr> <tr> <td>要介護5 / 850円</td> </tr> </table>	要介護1 / 568円	要介護2 / 637円	要介護3 / 710円	要介護4 / 779円	要介護5 / 850円	<p>介護予防特定施設入居者生活介護</p> <p>有料老人ホームなどに入居している人が、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1日につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>要支援1 / 199円</td> </tr> <tr> <td>要支援2 / 460円</td> </tr> </table>	要支援1 / 199円	要支援2 / 460円
要介護1 / 568円								
要介護2 / 637円								
要介護3 / 710円								
要介護4 / 779円								
要介護5 / 850円								
要支援1 / 199円								
要支援2 / 460円								

施設サービス (要支援1・2の人は利用できません)

★食費・居住費・日常生活費などは別途負担が必要です。(めやすは1割)

要介護1~5の人

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人が入所して、日常生活上の支援や介護が受けられます。

◆利用者負担のめやす(30日)

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型準個室
要介護1	17,553円	19,165円	20,047円
要介護2	19,682円	21,264円	22,177円
要介護3	21,872円	23,424円	24,397円
要介護4	24,002円	25,523円	26,527円
要介護5	26,101円	27,591円	28,626円

介護老人保健施設
(老人保健施設)

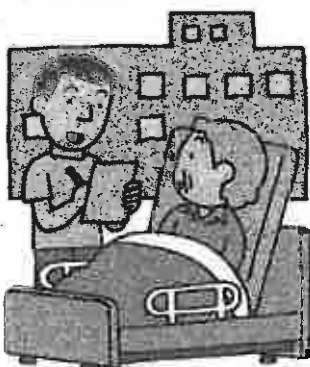


状態が安定している人が在宅復帰できるよう、リハビリテーションや介護が受けられます。

◆利用者負担のめやす(30日)

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型準個室
要介護1	21,599円	23,911円	24,002円
要介護2	23,028円	25,371円	25,432円
要介護3	24,945円	27,287円	27,378円
要介護4	26,527円	28,899円	28,991円
要介護5	28,139円	30,512円	30,603円

介護療養型医療施設
(療養病床等)



長期の療養を必要とする人のための施設で、医療・看護・介護・リハビリテーションなどが受けられます。

◆利用者負担のめやす(30日)

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型準個室
要介護1	20,382円	23,698円	23,789円
要介護2	23,667円	26,983円	27,074円
要介護3	30,755円	34,071円	34,162円
要介護4	33,797円	37,082円	37,174円
要介護5	36,504円	39,820円	39,911円

従来型個室とは…ユニットを構成しない個室。 多床室とは…ユニットを構成しない相部屋。

ユニット型個室…個室の壁が天井まであり、完全に仕切られている。

ユニット型準個室…個室の壁が天井までなく、すき間がある。

※ユニットとは、個室と共同生活室によって一体的に構成される場所のことです。

地域密着型サービス (原則として他の市区町村のサービスは利用できません。)

★施設を利用したサービスの場合、食費・居住費(滞在費)・日常生活費などは別途負担が必要です。(めやすは1割)

要介護1～5の人	要支援1・2の人																
<p>夜間対応型訪問介護</p> <p>定期巡回または通報による夜間専用の訪問介護が受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす</p> <table border="1"> <tr> <td>○基本夜間対応型訪問介護費 (1か月につき)</td> <td>1,021 円</td> </tr> <tr> <td>○定期巡回サービス(1回)</td> <td>389 円</td> </tr> <tr> <td>○随時訪問サービス(1回)</td> <td>593 円</td> </tr> </table>	○基本夜間対応型訪問介護費 (1か月につき)	1,021 円	○定期巡回サービス(1回)	389 円	○随時訪問サービス(1回)	593 円	<p>※要支援1・2の人はご利用できません。</p>										
○基本夜間対応型訪問介護費 (1か月につき)	1,021 円																
○定期巡回サービス(1回)	389 円																
○随時訪問サービス(1回)	593 円																
<p>認知症対応型通所介護 (認知症デイサービス)</p> <p>認知症の人が、食事・入浴などの介護や機能訓練などを日帰りで受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1日につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>○単独型の場合 (7時間以上9時間未満の場合)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>要介護1 / 1,048 円</td> <td>要介護4 / 1,389 円</td> </tr> <tr> <td>要介護2 / 1,161 円</td> <td>要介護5 / 1,503 円</td> </tr> <tr> <td>要介護3 / 1,275 円</td> <td></td> </tr> </table>	○単独型の場合 (7時間以上9時間未満の場合)		要介護1 / 1,048 円	要介護4 / 1,389 円	要介護2 / 1,161 円	要介護5 / 1,503 円	要介護3 / 1,275 円		<p>介護予防認知症対応型通所介護 (認知症デイサービス)</p> <p>認知症の人が、食事・入浴などの日常生活上の支援や機能訓練などを日帰りで受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1日につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>○単独型の場合 (7時間以上9時間未満の場合)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>要支援1 / 906 円</td> <td>要支援2 / 1,012 円</td> </tr> </table>	○単独型の場合 (7時間以上9時間未満の場合)		要支援1 / 906 円	要支援2 / 1,012 円				
○単独型の場合 (7時間以上9時間未満の場合)																	
要介護1 / 1,048 円	要介護4 / 1,389 円																
要介護2 / 1,161 円	要介護5 / 1,503 円																
要介護3 / 1,275 円																	
○単独型の場合 (7時間以上9時間未満の場合)																	
要支援1 / 906 円	要支援2 / 1,012 円																
<p>小規模多機能型居宅介護</p> <p>通所を中心に、利用者の選択に応じて、訪問や短期間の宿泊を組み合わせ、多機能なサービスが受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1か月につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>要介護1 / 11,625 円</td> <td>要介護4 / 26,033 円</td> </tr> <tr> <td>要介護2 / 16,603 円</td> <td>要介護5 / 28,598 円</td> </tr> <tr> <td>要介護3 / 23,682 円</td> <td></td> </tr> </table>	要介護1 / 11,625 円	要介護4 / 26,033 円	要介護2 / 16,603 円	要介護5 / 28,598 円	要介護3 / 23,682 円		<p>介護予防小規模多機能型居宅介護</p> <p>通所を中心に、利用者の選択に応じて、訪問や短期間の宿泊を組み合わせ、介護予防を目的とした多機能なサービスが受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1か月につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>要支援1 / 4,545 円</td> <td>要支援2 / 8,131 円</td> </tr> </table>	要支援1 / 4,545 円	要支援2 / 8,131 円								
要介護1 / 11,625 円	要介護4 / 26,033 円																
要介護2 / 16,603 円	要介護5 / 28,598 円																
要介護3 / 23,682 円																	
要支援1 / 4,545 円	要支援2 / 8,131 円																
<p>認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)</p> <p>認知症の人が共同生活する住居で、食事・入浴などの介護や機能訓練などが受けられます。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1日につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>○ユニット数1の場合</td> <td>○ユニット数2の場合</td> </tr> <tr> <td>要介護1 / 814 円</td> <td>要介護1 / 800 円</td> </tr> <tr> <td>要介護2 / 852 円</td> <td>要介護2 / 839 円</td> </tr> <tr> <td>要介護3 / 878 円</td> <td>要介護3 / 864 円</td> </tr> <tr> <td>要介護4 / 895 円</td> <td>要介護4 / 882 円</td> </tr> <tr> <td>要介護5 / 913 円</td> <td>要介護5 / 899 円</td> </tr> </table>	○ユニット数1の場合	○ユニット数2の場合	要介護1 / 814 円	要介護1 / 800 円	要介護2 / 852 円	要介護2 / 839 円	要介護3 / 878 円	要介護3 / 864 円	要介護4 / 895 円	要介護4 / 882 円	要介護5 / 913 円	要介護5 / 899 円	<p>介護予防認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)</p> <p>認知症の人が共同生活する住居で、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。</p> <p>※要支援1の人はご利用できません。</p> <p>◆利用者負担のめやす(1日につき)</p> <table border="1"> <tr> <td>○ユニット数1の場合</td> <td>要支援2 / 810 円</td> </tr> <tr> <td>○ユニット数2の場合</td> <td>要支援2 / 796 円</td> </tr> </table>	○ユニット数1の場合	要支援2 / 810 円	○ユニット数2の場合	要支援2 / 796 円
○ユニット数1の場合	○ユニット数2の場合																
要介護1 / 814 円	要介護1 / 800 円																
要介護2 / 852 円	要介護2 / 839 円																
要介護3 / 878 円	要介護3 / 864 円																
要介護4 / 895 円	要介護4 / 882 円																
要介護5 / 913 円	要介護5 / 899 円																
○ユニット数1の場合	要支援2 / 810 円																
○ユニット数2の場合	要支援2 / 796 円																

要介護1~5の人

地域密着型特定施設入居者生活介護

定員が29人以下の介護専用型特定施設で、食事・入浴・排せつなどの介護や、日常生活上の世話、機能訓練などが受けられます。

※要支援1・2の人はご利用できません。

◆利用者負担のめやす(1日につき)

要介護1 / 568円	要介護4 / 779円
要介護2 / 637円	要介護5 / 850円
要介護3 / 710円	

地域密着型介護老人福祉施設 入所者生活介護 (小規模特別養護老人ホーム)

定員が29人以下の小規模な介護老人福祉施設で、介護や機能訓練などが受けられます。

※要支援1・2の人はご利用できません。

◆利用者負担のめやす(1日につき)

(多床室の場合)

要介護1 / 639円	要介護4 / 851円
要介護2 / 709円	要介護5 / 920円
要介護3 / 781円	

定期巡回・随時対応型 訪問介護看護

日中・夜間(24時間)を通じて、定期的な巡回と随時の通報により居宅を訪問してもらい、入浴、排せつ、食事などの介護や、日常生活上の緊急時の対応などが受けられます。

※要支援1・2の人はご利用できません。

新しい!

新しいサービスです。



◆利用者負担のめやす(1か月につき)

◎一体型・訪問看護サービスを行う場合

要介護1 / 9,465円	要介護4 / 25,842円
要介護2 / 14,213円	要介護5 / 31,090円
要介護3 / 21,156円	

◎一体型・訪問看護サービスを行わない場合

要介護1 / 6,810円	要介護4 / 22,718円
要介護2 / 11,354円	要介護5 / 27,261円
要介護3 / 18,174円	

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、通所・訪問・短期間の宿泊で介護や医療・看護のケアが受けられます。

※要支援1・2の人はご利用できません。

新しい!

新しいサービスです。

◆利用者負担のめやす(1か月につき)

要介護1 / 13,481円	要介護4 / 28,829円
要介護2 / 18,459円	要介護5 / 32,477円
要介護3 / 25,538円	

なんでもご相談ください

地域包括支援センターを利用しましょう

地域包括支援センターは、地域のみなさんの安心を支えます

地域包括支援センターは、高齢者の生活を総合的に支えていくための拠点です。住みなれた地域で安心して暮らしていけるように、介護・福祉・健康などさまざまな面から、高齢者やその家族を支えています。また、高齢者本人や家族、地域住民、ケアマネジャーなどから受けた悩みや相談を、適切な機関と連携して解決に努めます。

自立して生活できるよう支援します

介護予防ケアマネジメント

要支援1・2と認定された人や、支援や介護が必要となるおそれの高い人が自立して生活できるよう、介護保険や介護予防事業などで介護予防の支援をします。

みなさんの権利を守ります

権利擁護

みなさんが安心していきいきと暮らせるように、みなさんの持つさまざまな権利を守ります。虐待を早期に発見したり、成年後見制度の紹介や、消費者被害などに対応します。

地域包括支援センター



主任ケアマネジャー



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では、主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などが中心となり、お互いに連携をとりながら、総合的に高齢者を支えます。

なんでもご相談ください

総合相談

介護に関する相談や悩み以外にも、福祉や健康、その他なんでもご相談ください。

さまざまな方面からみなさんを支えます

包括的・継続的ケアマネジメント

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。

悩みや相談ごとなど、お気軽にご相談ください!

介護予防事業を利用しましょう

要介護認定で非該当と判定された人や、生活機能が低下していて介護が必要となるおそれがある高齢者は、野田市が行う介護予防事業を利用できます。また、自立した生活を送れる高齢者も、健康づくりのサービスなどを利用できます。

介護予防の必要性

介護予防とは、「できるかぎり介護が必要にならないようにする」「もし介護が必要になってもそれ以上悪化させないようにする」ことを目的としています。いつまでも自分らしく自立した生活を送るために、元気なうちや生活機能の低下が軽度な段階から、野田市が実施する介護予防事業を継続的に利用していきましょう。



介護予防事業の流れ

65歳以上の人

■要介護認定で非該当と判定された人や、介護予防のための基本チェックリストなどにより生活機能の低下がみられた人

介護予防事業(二次予防事業)が利用できます

- 介護予防のための通所型教室
 - 運動器機能向上：筋トレ教室
 - 運動・栄養・口腔機能向上：はつらつ教室
- ※参加していただくためには医療機関への受診が必要です。(自己負担なし)

■介護予防のための基本チェックリストなどにより自立した生活を送れるとされた人

介護予防事業(一次予防事業)が利用できます

- 健康づくり教室
 - 介護予防サポーター育成研修
- 日程などの詳細は市報で確認のうえご参加ください。

生活機能とは？

生活機能とは、人が生きていくための機能全体のことです。体や精神の働きのほか、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。今の自分の状態をチェックして、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。

地域包括支援センターのご案内

日常生活圏域



市内全体図

関宿地区地域包括支援センター

【野田市鶴ヶ作666番地、特別養護老人ホーム関宿ナーシングビル内】
TEL 04-7196-5588 ※関宿地域担当

関宿地区

いちいのホール

北部・川間地区地域包括支援センター

【野田市中里43番地の3、特別養護老人ホーム松葉園内】
TEL 04-7128-0113
※北部・川間地区担当

北部・川間地区

中央・東部地区

市役所

南部・福田地区

野田地区地域包括支援センター

【野田市鶴奉7番地の1、野田市保健福祉部高齢者福祉課内】
TEL 04-7125-1111 内線2128
※中央・南部地区担当、南部・福田地区担当（南部・福田地区地域包括支援センターが設置されるまで）

南部・福田地区地域包括支援センター（仮称）

【野田市山崎2723番地の3、特別養護老人ホーム椿寿の里内】
（平成24年度設置予定）
※南部・福田地区担当

野田市 保健福祉部 高齢者福祉課

〒278-8550 野田市鶴奉7番地の1 ☎04-7125-1111

UD FONT
by MORISAWA

ユニバーサルデザイン (UD) の考え方に基づき、より多くの人へ適切に情報を伝えられるよう配慮した見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

R70



この冊子は環境に配慮し、古紙配合率70%の再生紙及び植物油インキを使用しています

禁断転載 © 東京法規出版
203 M15

みんな笑顔で 介護保険 一部変更について

平成26年4月から介護保険サービスの利用者負担金が
消費税引き上げに伴い変更になりました。

平成26年4月から消費税が8%へ変わったことに伴い平成26年4月以降に利用する介護保険の利用者負担金に変更になりました。

引上げ額については、各サービスにより異なりますが、全体で平均の0.63%の上乗せとなります。

【消費税の増税に伴う 「介護保険料」「食費・居住費等の利用者負担限度額」「特定福祉用具販売や住宅改修」 の変更はありません。】

○支給限度額の変更【11頁】

要介護状態区分	平成26年3月まで	平成26年4月から
要支援1	4万9,700円	5万0,030円
要支援2	10万4,000円	10万4,730円
要介護1	16万5,800円	16万6,920円
要介護2	19万4,800円	19万6,160円
要介護3	26万7,500円	26万9,310円
要介護4	30万6,000円	30万8,060円
要介護5	35万8,300円	36万0,650円

○おもなサービスの利用額の変更【要介護3想定の場合】

◆訪問介護（ホームヘルプ）【22頁】

①身体介護（20分以上30分未満） 260円⇒261円

②生活援助（20分以上45分未満） 194円⇒195円

③通院のための乗車又は降車の介助 103円⇒104円

◆通所介護（デイサービス）【24頁】 951円⇒958円

◆通所リハビリテーション（デイケア）【24頁】 987円⇒996円

◆短期入所（ショートステイ）（介護老人福祉施設併設・ユニット型）【26頁】

866円⇒871円

◆介護老人福祉施設（特養・ユニット型）【27頁】 24,397円⇒24,570円

○地域包括支援センターのご案内 「南部・福田地区」について（裏表紙）

（平成24年度設置予定）となっておりますが

平成24年8月より開設され、次のとおりとなっております。

南部・福田地区地域包括支援センター

【野田市山崎2723番地の3、特別養護老人ホーム椿寿の里内】

TEL 04-7123-7066 ※南部・福田地区担当

わかりやすい!

地域包括

支援センター

利用のてびき



いまの状態を
知るための
チェックリスト付

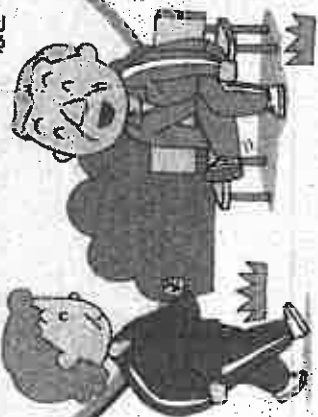
いつまでも 自分らしく
住みなれた地域で暮らすために

市川市

介護や健康のこと

(介護予防ケアマネジャー) 4~7ページ

- 介護予防ケアプランを作りたい
- 要介護認定の申請を頼みたい
- 身体の機能に不安がある
- 今の健康を維持したい など

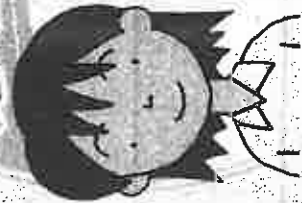


悩み 疑問

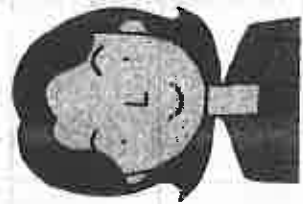
一人で抱えこんでいませんか?

こんなとき

地域包括支援センター



保健師

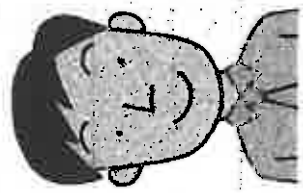


主任ケアマネジャー

相談ごと

お役にたちます!

支援センター

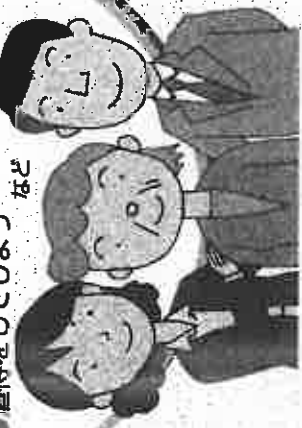


社会福祉士

権利を守ること

(権利擁護) 8~11ページ

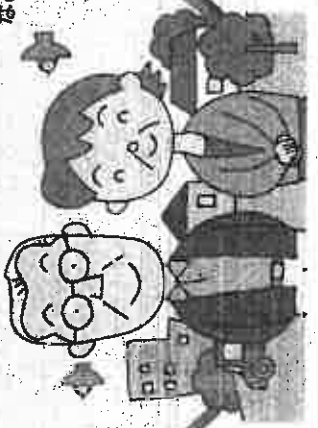
- 悪質な訪問販売の被害にあった
- 財産管理に自信がなくなってきたときは?
- 虐待にあっている人がいる
- 虐待をしてしまう など



喜らしやすい地域のために

13ページ

- ケアマネジャーってどんな人? など



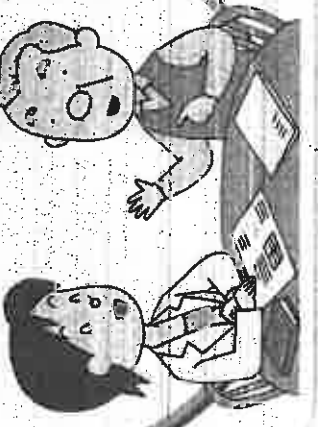
ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などを行います。3人はそれぞれ専門分野の仕事で行うのではなく、互いに連携をとりながら「チーム」として総合的に高齢者を支えます。

地域包括支援センターでは、主任介護師などが中心となって、高齢者専門分野を持っていますが、互いに連携をとりながら「チーム」として総合的に高齢者を支えます。

さまざまな相談ごと

12ページ

- 近所の一人暮らしの高齢者が心配 など



介護や健康のこと

介護予防ケアマネジメント（介護保険が利用できる場合）

介護予防ケアプランを作りたい

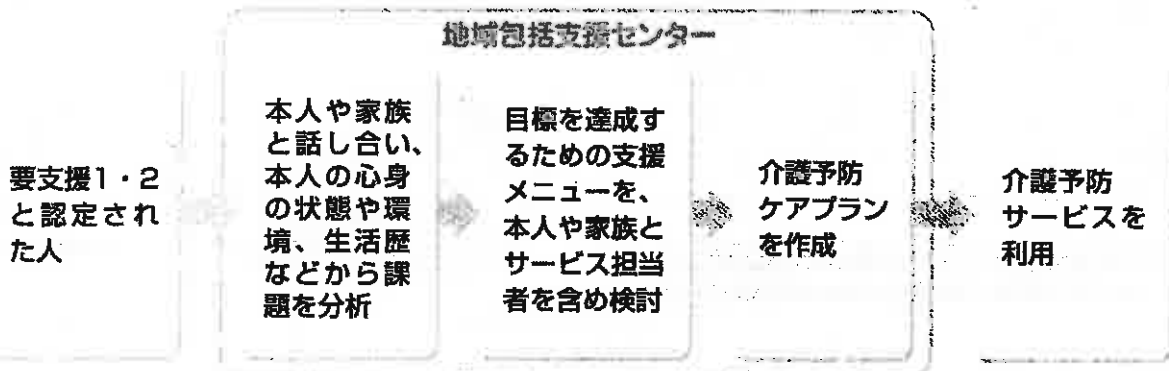
要介護認定で、要支援1と認定されました。地域包括支援センターで介護予防ケアプランを作成するのですが、どうすればよいのですか？



地域包括支援センターでは、保健師などが介護予防ケアプランを作成します。まずはご連絡ください。介護が必要な状態にならないことを目標に、サービスを検討します。

介護予防ケアプランは、利用者の意思や意欲を尊重したものですから、利用者の同意なしに決定することはありません。

介護予防ケアプラン作成の流れ



要介護認定の申請を頼みたい

要介護認定を申請したいのですが、体調がよくないので自分で行けません。家族もいないので、誰にも頼めないので、地域包括支援センターにお願いできるのですか？



地域包括支援センターでは、本人または家族が要介護認定の申請に行くことができない場合などには、手続きを代行します。また、地域包括支援センターのほか、省令で定められた指定居宅介護支援事業者や介護保険施設、成年後見人などに代行してもらうこともできます。

介護予防ケアプランを作成した後は、 こんな介護予防サービスが利用できます。

要支援1・2の人が利用できる介護予防サービス

通所して利用する

- ・介護予防通所介護
- ・介護予防通所リハビリテーション

訪問を受けて利用する

- ・介護予防訪問介護
- ・介護予防訪問看護
- ・介護予防訪問入浴介護
- ・介護予防訪問リハビリテーション

居宅での暮らしを支える

- ・介護予防居宅療養管理指導
- ・介護予防福祉用具貸与
- ・特定介護予防福祉用具販売
- ・介護予防住宅改修費支給

短期間入所する

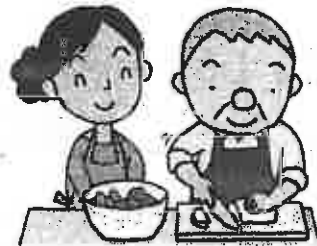
- ・介護予防短期入所生活介護
- ・介護予防短期入所療養介護

在宅に近い暮らしをする

- ・介護予防特定施設入居者生活介護

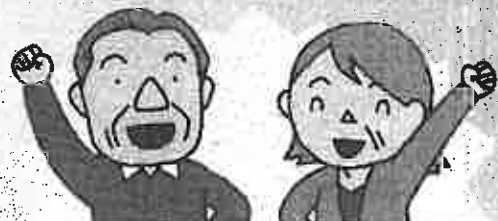
住みなれた地域で生活を続ける

- ・介護予防認知症対応型通所介護
- ・介護予防小規模多機能型居宅介護
- ・介護予防認知症対応型共同生活介護



介護予防ってどんなこと?

「ヘルパーさんにやってもらった方が楽」「福祉用具を使えば便利だ」……安易にサービスを頼れば、生活機能はどんどん低下していきます。介護予防とは、「できる限り介護が必要にならないようにする」「介護が必要になっても、それ以上悪化させないようにする」ことです。いつまでも自分らしく自立して生活するために、健康なうちから介護予防に取り組むことが大切です。



介護や健康のこと

介護予防ケアマネジメント（介護保険対象外の場合）

身体の機能に不安がある

要介護認定で「非該当」と判定されたのですが、足腰が弱くなり転びやすいので、何かサービスを受けたいと思っています。介護保険のサービスは受けられないのですか？



「非該当」と判定された場合、介護保険のサービスは受けられませんが、市区町村が行う介護予防事業のプログラムが利用できます。プログラムは、運動器の機能向上や栄養改善など、生活機能の向上を目的としています。

また、市区町村が実施する「基本チェックリスト」で生活機能の低下がみられた場合にも、プログラムが利用できます。14ページのチェックリストで自分の身体の状態を確認してみましょう。生活機能の低下がみられた場合には、地域包括支援センターにご相談ください。

生活機能とは、人が生きていくための機能全体のことです。体や精神の動きのほか、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。

介護予防事業のプログラム利用までの流れ

要介護認定で
非該当となった人

65歳以上の
高齢者*

市区町村

基本チェックリストを実施、生活
機能が低下している人を把握

地域包括支援センター

課題を分析し、目
標や参加プログラ
ムを決定
(必要に応じて介護予
防ケアプランを作成)

介護予防事
業のプログラ
ムを利用

※要介護、要支援の認定を受けている人は対象なりません。

今の健康を維持したい

今は一人で元気に暮らしていますが、今後のことを考えると少し不安です。健康を維持するために、なにか利用できるサービスはありますか？



市区町村が行う、すべての高齢者を対象とした介護予防事業が利用できます。介護予防に関する情報の提供や講演会の開催、介護予防教室など、市区町村ごとに地域の実情に合わせて決められます。地域包括支援センターでも紹介していますので、ご相談ください。

介護予防事業で利用できるプログラム

通所を中心に、保健師等による訪問指導など、市区町村が地域の実情に合わせたプログラムを提供します。
プログラム参加の自己負担については、各市区町村で決められています。

生活機能の低下がみられた高齢者向け

運動器の機能向上

機能訓練指導員等の指導により、筋力トレーニング、バランストレーニング、有酸素運動、ストレッチングなどを行います。

栄養改善

管理栄養士等の指導により、低栄養や疾病を予防するための食事内容や、調理方法、食材調達方法などの指導や相談を行います。



口腔機能の向上

歯科衛生士等の指導により、口腔内の健康を保つための指導や、摂食・嚥下機能を向上させる訓練などを行います。

すべての高齢者向け

- 健康づくり事業
- 寝たきり予防事業
- 食生活改善事業
- 介護家族健康教育事業
- 生きがいづくり事業
- その他

閉じこもり予防・支援

居宅に閉じこもりがちな人に対し、通所系プログラムや地域の趣味活動、ボランティア活動などへの参加を働きかけるなど、生活全般の活性化につなげます。

認知症予防・支援

認知症予防に関心の高い人や軽度の認知障害のある人に対し、機能訓練や趣味活動、運動、栄養、口腔に関するプログラムなどを提供します。

うつ予防・支援

心の健康相談や訪問による個別支援、運動、栄養、口腔に関するプログラムなどを提供します。

など



権利擁護

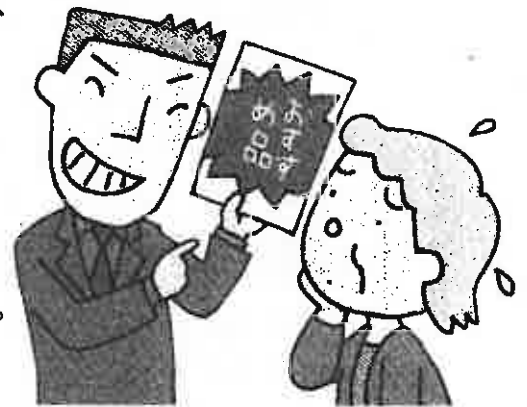
悪質な訪問販売の被害にあった

離れて暮らしている母親が悪質な訪問販売で、高価な品物を買ってしまいました。軽い認知症があるので、今後も同じような被害にあわないか心配です。



高齢者を狙った消費者金融や、悪質な訪問販売、住宅リフォームなど、高齢者の弱みにつけこんで、財産を奪ってしまう事件が増えています。被害にあったときには、地域包括支援センターや市区町村などにご相談ください。地域包括支援センターでは、消費生活センターや行政などと協力して、適切なサービスが利用できるように支援するとともに、高齢者の被害を未然に防ぐよう努めています。

また、地域包括支援センターで成年後見制度の利用が必要と判断した場合には、申し立てなどの手続きの支援もします。



財産管理に自信がなくなったときは？

今は大丈夫ですが、認知症などの病気になったとき、一人暮らしなので財産管理が心配です。



将来、認知症などにより判断能力が衰えた場合に備えて、あらかじめ後見人を決めておくことができます（任意後見制度）。地域包括支援センターでは、成年後見制度の利用にあたって、以下のような支援をします。

- 成年後見制度の利用に関する判断
- 成年後見制度の利用が必要な場合の申し立て支援
- 成年後見人候補を推薦する団体などの紹介 など

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十分でない人が、財産管理や日常生活でのさまざまな契約などを行うときに、判断がむずかしく不利益をこうむったり悪質商法の被害者となることを防ぎ、権利と財産を守り支援する制度です。

成年後見制度では、次のような法律行為が支援されます

財産の管理など
(財産管理)

本人の預貯金の管理、不動産などの処分、遺産分割など財産に関する契約などについての助言や支援

日常生活での
契約など
(身上監護)

介護・福祉サービスの利用や医療・福祉施設への入退所の手続きや費用の支払いなど、日常生活にかかわってくる契約などの支援

成年後見制度には、法定後見制度と任意後見制度という2つの制度があります

法定後見制度



判断能力が不十分な人が、今すぐ成年後見制度を利用する

任意後見制度



判断能力のある人が、将来に備えて後見人を決める

2つの制度は利用する手順が違いますので、地域包括支援センターや市区町村の担当窓口、お住まいの都道府県の(社)成年後見センター・リーガルサポートなどへご相談ください。

成年後見人等には、どのような人が選ばれるの？

配偶者や親族、知人以外に、法律や福祉の専門家、または法人〔社会福祉協議会や(社)成年後見センター・リーガルサポートなど〕など、家庭裁判所が本人にとって最も適切と思われる人や法人などを選任します。また、複数の成年後見人等を選任する場合があります。

地域包括支援センターでは、成年後見制度のほかに、日常生活自立支援事業の情報の提供もします

日常生活自立支援事業とは、認知症や知的障害、精神障害のある人など、判断能力が不十分な人のための社会福祉制度です。この事業では、利用者が地域で安心して暮らしていくために、介護や福祉サービスの選択・契約の援助や、日常生活に必要な金銭管理などの相談や援助等を行います。成年後見制度と似ていますが、サポートする範囲が違います。

権利を守ること

権利擁護

虐待にあっている人がいる

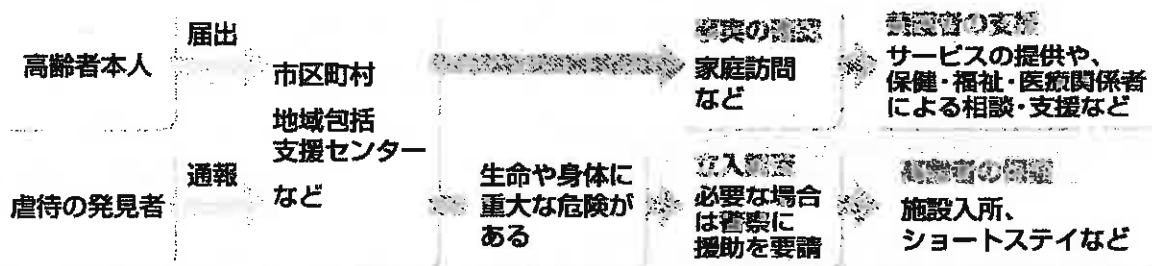
近所に住む高齢者が虐待されているようです。
なんとかしたいのですが……。



「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」（以下、高齢者虐待防止法）では、虐待に気づいた人は、市区町村に通報義務があることが定められています。早期に発見し、第三者が介入することで虐待の深刻化を防ぐことができます。虐待を発見したり、虐待があると思われたときは、地域包括支援センターや市区町村の担当窓口などに連絡してください。通報者が誰であるかなどの個人情報や、通報したことによる解雇等の不利益な扱いなどを受けないことも、法律で定められています。

緊急の場合には、必要に応じて老人福祉施設等への入所など、他の機関と連携して高齢者を守ります。

緊急の場合には、必要に応じて老人福祉施設等への入所など、他の機関と連携して高齢者を守ります。



虐待をしてしまう

認知症の父親を介護していますが、言うことを聞かないので、いけないと分かっているにもかかわらず無視をしてしまったり強い口調でしかってしまいます。



介護者（養護者）が介護により心身共に疲労し、追い詰められていることも虐待の原因のひとつにあげられています。高齢者虐待防止法では、虐待をしている介護者も支援の対象としています。地域包括支援センターでは、介護の負担やストレスを軽減するためのサービスを紹介したり、情報を提供します。まずはご相談ください。

高齢者の虐待

高齢者虐待防止法では、「高齢者」を65歳以上の人としたうえで「高齢者虐待」とは、養護者（高齢者を養護する人）による高齢者虐待および養介護施設従事者（介護施設の職員など）などによる高齢者虐待、と定義しています。

こんなことが虐待になります。

「高齢者虐待防止法」では、高齢者の虐待として、次の5つをあげています

身体的虐待

- ・たたく、つねる、殴る、ける、やけどを負わせるなど
- ・ベッドにしぼりつけたり、意図的に薬を過剰に与えるなど

介護・世帯の放棄・放任

- ・空腹、脱水、栄養失調の状態のままにするなど
- ・ごみを放置するなど劣悪な住環境の中で生活させるなど

心理的虐待

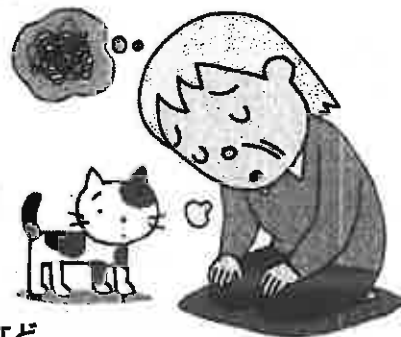
- ・排せつなどの失敗に対して高齢者に恥をかかせるなど
- ・子ども扱いする、怒鳴る、ののしる、悪口を言う、無視するなど

性的虐待

- ・懲罰的に下半身を裸にして放置するなど
- ・キス、性器への接触、セックスを強要するなど

経済的虐待

- ・本人のお金を必要な額渡さない、使わせないなど
- ・本人の不動産、年金、預貯金などを本人の意思・利益に反して使用するなど



介護は一人で抱え込まないで!

高齢者の介護は、考える以上に大変です。高齢者の虐待が増えていることの原因のひとつには、「介護者の心身の疲労」があります。ショートステイやデイサービスなど介護保険のサービスを利用し、介護者の心身のストレスを緩和することが必要です。

介護は長期にわたることも多く、家族だけでがんばっても限界があります。無理をせず、さまざまな制度やサービスを上手に利用して介護をしていきましょう。困ったときや悩んだときには、地域包括支援センターにご相談ください。

総合相談

近所の一人暮らしの高齢者が心配

近所に住む一人暮らしの高齢者が、最近閉じこもりがちで心配です。頼れる身内がないようなのですが、あまり口出しもできず、どこに相談してよいかも分からないので困っています。



どこに相談してよいか分からない心配ごとや悩みなどは、まず地域包括支援センターにご相談ください。この場合は、スタッフが一人暮らしの高齢者の家庭を訪問し、解決策を探ります。

地域包括支援センターでは、介護に関する相談や心配ごと、悩み以外に、健康や福祉、医療や生活に関することなど、また、高齢者だけでなく、その家族、近隣に暮らす人の高齢者に関する相談も受けます。相談を受けた地域包括支援センターは、適切な機関等につなぎ、つないだ後も支援をしていきます。

悩み・相談ごとの種類

相談先

福祉	福祉事務所、在宅介護支援センター
保健	保健センター
医療	病院、診療所
介護保険	居宅介護支援事業所
介護保険外	福祉事務所、在宅介護支援センター等

悩み・相談ごとの種類

相談先

福祉	地域包括支援センター
保健	
医療	社会福祉士 保健師 主任ケアマネジャー 等
介護保険	
介護保険外	

- ・サービス事業者に不満があるが、直接言いづらい。
 - ・近所に住む一人暮らしの高齢者が、最近徘徊^{はいかい}をしていて心配だ。
 - ・引っ越してきたばかりで友人がいないので、地域の高齢者と交流できるサークルなどを教えてほしい。
- など、どんな悩みでもご相談ください。高齢者や住民が住みやすい地域のために、必要な情報やサービス、関係機関を紹介したり、支援をします。



暮らしやすい地域のために

包括的・継続的ケアマネジメント

ケアマネジャーってどんな人？

ケアマネジャーって、どんな仕事をしているのですか？
地域包括支援センターにいる主任ケアマネジャーと、
どう違うのですか？



ケアマネジャーは、介護の知識を幅広く持った専門家で、ケアプランの作成やサービス事業者、医療機関などとの連絡調整などを行います。主任ケアマネジャーは、一定の研修を修了したケアマネジャーのことで、地域包括支援センターで高齢者が暮らしやすい地域づくりのために、医療機関や行政その他の関係機関との連携体制づくりを進めます。また、地域のケアマネジャーが円滑に仕事ができるよう支援や指導を行い、質の高いサービスの提供に努めます。

そのほかにも

地域包括支援センターでは、高齢者が住みなれた地域で安心して暮らすことができるよう、さまざまな職種や機関と連携するためのネットワークづくりを進めています。自宅でも施設でも途切れることなく一貫して支援が受けられ、地域で暮らし続けることができるよう、高齢者の生活全体を支えています。



いまの自分の状態を知るために、

次の質問表の、「はい」「いいえ」の当てはまる方に○をつけましょう。
 ピンク色の回答に○がついた場合は、右ページのような心配がある可能性があります。
 気になる人は地域包括支援センターにご相談ください。

基本チェックリスト		（ いずれかに ○をつけてください ） →		回 答	
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分位続けて歩いていますか	はい	いいえ		
9	この1年間に転んだことはありますか	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カ月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ		
12	身長 cm 体重 kg BMI ^(注) が18.5未満ですか	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時がありますか	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		

ピンク色の回答に○が多いほど、その分野での問題が多いと考えられます。

(注) BMIの求め方: BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

(例) 体重60kg、身長150cmの人の場合: BMI = 60 ÷ 1.5 ÷ 1.5 = 約26.7

基本チェックリストを活用しましょう

! ピンク色の回答に○印が多い場合、次の介護予防の取り組みが必要かもしれません。

生活機能全般を調べます

生活機能全般でピンク色の回答に○が多かった

生活が不活発になっている可能性があります。
その結果心身がより早く衰える危険があるかもしれません。

運動器の機能の状態を調べます

運動器の機能でピンク色の回答に○が多かった

筋力が衰えていることから、活動が不活発になったり、転倒などから寝たきりを招くことがあります。
関係する介護予防 → 運動器の機能向上

栄養がとれているか調べます

栄養状態でピンク色の回答に○が多かった

低栄養の可能性があります。低栄養になると、筋力が衰えたり病気にかかりやすくなり、衰弱しやすくなります。
関係する介護予防 → 栄養改善

口腔機能の状態を調べます

口腔機能でピンク色の回答に○が多かった

口腔機能が低下すると、食べたり飲み込んだりしにくくなるため、低栄養や肺炎など、全身の健康状態が悪化します。
関係する介護予防 → 口腔機能の向上

閉じこもり気味かどうか調べます

閉じこもりでピンク色の回答に○が多かった

家に閉じこもりがちだと心身の活動が少ないため、全身の衰弱や認知症、うつなどを招きやすくなります。
関係する介護予防 → 閉じこもり予防・支援

認知症の可能性がないか調べます

認知症でピンク色の回答に○が多かった

初期の認知症の可能性あります。
認知症は予防と早期発見・早期対応が重要です。
関係する介護予防 → 認知症予防・支援

うつの可能性がないか調べます

うつでピンク色の回答に○が多かった

うつになると活動量が減って心身が衰えるだけでなく、自殺などの危険もあります。
関係する介護予防 → うつ予防・支援

介護が必要と感じたら…

高齢者の健康や悩み

高齢者の虐待や権利擁護について

このような相談は、こちらにご相談ください

地域包括支援センター		担当地域	在宅介護支援センター		
施設名	所在地・連絡先	地域名	施設名	所在地	電話(FAX)
市川市 地域包括支援 センター あんしん大柏	南大野2-3-19 (大柏出張所内) ☎303-9555	大町・大野町 南大野・柏井町 奉免町	市川あさひ荘 在宅介護 支援センター	大町537	☎338-6595 (337-6667)
		宮久保・下貝塚 曾谷	大野 在宅介護 支援センター	下貝塚3-31-2	☎371-4708 (371-4710)
市川市 地域包括支援 センター あんしん市川 駅前	市川南1-1-1 (ザ・タワーズ イースト3F) ☎700-5139	国府台・北国分 中国分・堀之内 稻越町・東国分 国分	国府台 在宅介護 支援センター	国府台5-25-4	☎373-6539 (375-0856)
		市川・真間・菅野 須和田	市川市医師会 在宅介護 支援センター	真間1-9-10	☎323-8660 (326-8010)
		市川南・新田 平田・大洲	大洲 在宅介護 支援センター	大洲1-18-1 ふれあい センター2F	☎320-3105 (314-0236)
中部 地域包括支援 センター	八幡1-1-1 (市川市役所 地域福祉支援課) ☎334-1152	北方町・本北方 若宮・北方・中山 鬼越・高石神	清山荘 在宅介護 支援センター	柏井町4-310	☎337-1232 (338-7701)
		八幡・南八幡 東大和田・大和田 東菅野	市川市福祉公社 在宅介護 支援センター	東大和田 1-2-10	☎320-3422 (377-5421)
		鬼高・稻荷木・ 田尻・高谷・原木 二俣・東浜 二俣新町・上妙典 高谷新町	ホワイト市川 在宅介護 支援センター	高谷1854	☎327-5497 (327-5531)
南部 地域包括支援 センター	末広1-1-31 (行徳支所内) ☎359-1274	河原・妙典 下妙典・下新宿 本行徳・本堀 関ヶ島・伊勢宿 押切・富浜・末広 行徳駅前	行徳 在宅介護 支援センター	行徳駅前 1-8-17	☎396-4061 (396-4061)
		湊・湊新田・香取 欠真間・福栄 南行徳・相之川 広尾・島尻・新井	香取 在宅介護 支援センター	香取2-2-2	☎359-2211 (359-6659)
		塩焼・宝・幸 加藤新田・高浜町 入船・日之出 千鳥町・新浜・塩浜	ゆうこう 在宅介護 支援センター	日之出17-9	☎307-6871 (307-6872)