

居宅介護支援事業者		
介護相談センターひばり	君津市三直522	0439-52-6040
アマテラス居宅介護支援	君津市法木作1-6-12 PAL21-102	0439-27-0518
居宅介護支援事業所心路	君津市内箕輪1-19-7	0439-50-9970
アピタシオン君津ケアプランセンター	君津市八重原1338-1	0439-50-0065
山の手グリーンヒル	君津市外箕輪1-36-5	0439-54-2328
JAきみつ介護センター居宅介護支援事業所	君津市宮下2-24-27	0439-50-8836
シェーネ・ベルグ居宅ケアプラン作成事務所	君津市南子安1164-1	0439-52-7473
シェーネ・ルフト在宅ケアプラン作成事務所	君津市南子安1164-1	0439-52-7473
千葉芙蓉ハーモニー	君津市南子安3-25-2	0439-29-6501
玄々堂君津病院	君津市東坂田4-7-20	0439-52-2366
株式会社ノバ・メディクス	君津市東坂田4-8-23	0439-55-0623
やどりぎ	君津市人見1422-1	0439-88-6262
ケアプランセンターはるか	君津市人見1593-2	0439-88-6066
ヤックスケアプラン君津人見	君津市人見2-20-3	0439-27-0701
居宅介護支援事業所つばさ	君津市人見3-6-19	0439-57-6665
ホームケアサポート君津	君津市中野3-3-6	0439-29-6616
なのはなメイト介護相談室	君津市中野5-11-1	0439-55-7161
星野ケアマネージャー事業所	君津市中野6-8-3	0439-54-0727
セントケア君津	君津市久保2-12-19 1F	0439-55-2943
社会福祉法人君津市社会福祉協議会	君津市久保3-1-1	0439-55-2218
ニチイケアセンター君津	君津市久保3-10-9 カーサ・サリタ・フォンテ1F	0439-50-0763
ケアプランセンター鶴と亀	君津市常代2-8-40	0439-29-6257
居宅介護支援センター憩いの里	君津市常代2-10-19	0439-54-3055
居宅介護支援事業所メディケアー君津	君津市八幡62-1	0439-50-3111
居宅介護支援事業所夢の郷	君津市杉谷3-1	0439-50-3301
NPO法人OSCウィル居宅介護支援事業所	君津市郡1-14-3	0439-54-0751
サポール有限公司ヘル居宅介護支援事業所	君津市中島270-1	0439-32-3333
居宅介護支援事業所るびなす	君津市長谷川1234	0439-35-3038
居宅介護支援事業所上総園	君津市広岡375	0439-50-7232
居宅介護支援事業所かめかめ	君津市折木沢452-1	0439-39-2568
介護予防支援事業者		
君津市地域包括支援室	君津市久保2-13-1	0439-56-1732
君津市中部地域包括支援センター	君津市八幡64	0439-32-1717
君津市小糸・清和地域包括支援センター	君津市中島262-2	0439-27-1221
君津市東部地域包括支援センター	君津市広岡375	0439-27-0710
特別養護老人ホーム		
ウステリア八重原	君津市八重原172-275	0439-50-0085
夢の郷	君津市杉谷3-1	0439-50-3301
山の手フラワーヒル	君津市大山野875	0439-55-8601
上総園	君津市広岡375	0439-50-7211
つばさ	君津市貞元510	0439-55-2222
やすらぎの里・尾車	君津市尾車619-1	0439-70-1212
あんしん君津	君津市愛宕162-1	0439-27-0023
介護老人保健施設		
メディケアー君津	君津市八幡 62-1	0439-50-3111
きゃらの樹ケアセンター	君津市広岡 375-3	0439-50-7333
介護療養型医療施設		
鈴木病院	君津市上238	0439-32-2013
認知症対応型共同生活介護		
セントケアホーム君津	君津市大和田4-2-14	0439-50-0405
グループホームふくふく	君津市貞元495	0439-50-8050
ニチイケアセンターひとみ	君津市人見2-6-8	0439-50-8031
やすらぎメゾン・尾車	君津市尾車648-2	0439-70-1214
特定施設入居者生活介護		
有料老人ホームサニーライフ君津	君津市東猪原248-2	0439-37-3600
株式会社サン・ラポール南房総	君津市豊茨355-1	0439-38-2231

市外の居宅介護支援事業者などについては、介護サービス情報公表システムをご覧ください。  
【介護サービス情報公表システム QRコード】



介護保険は「予防」と「安心」で暮らしを支える制度です

知ってあんしん

令和4年4月  
制度改正  
対応版

# 介護保険

わかりやすい利用の手引き



君津市

# 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し、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保険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ただけることを目指すとともに、できる限り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させていただくためにも、ぜひ本書をご活用ください。

## ！ 令和4年度の介護保険制度改正点

### 【介護保険サービスに関して】

- 排せつ予測支援機器が特定福祉用具購入の対象品目に。(令和4年4月から) ▶ 20ページ

## 介護保険の申請や届け出には、「マイナンバー」が必要です

介護保険の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本人確認を行います。

### ◆マイナンバーの確認には次のいずれかが必要

- ・マイナンバー(個人番号)カード ・通知カード(住所、氏名等が住民票と一致している)
- ・個人番号が記載された住民票 等

### ◆本人確認には次のいずれかが必要

- ・マイナンバー(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。

今後の制度改正等により、内容の一部が変更になる場合があります。

## もくじ

### 4 しくみと被保険者

介護保険のしくみ ..... 4

### 6 サービス利用の手順

サービス利用の流れ① 相談～利用できるサービス ..... 6

サービス利用の流れ② ケアプランの作成からサービス利用まで ..... 8

### 10 介護保険サービスの種類と費用

介護保険サービスの種類と費用 ..... 10

① 自宅を中心に利用するサービス ..... 11

② 介護保険施設で受けるサービス ..... 18

③ 生活環境を整えるサービス ..... 20

### 22 地域支援事業(総合事業)

総合事業 自分らしい生活を続けるために ..... 22

### 26 費用の支払い

自己負担限度額と負担の軽減 ..... 26

### 28 介護保険料の決まり方・納め方

社会全体で介護保険を支えています ..... 28

しくみと被保険者 4

サービス利用の手順 6

介護保険サービスの種類と費用 10

地域支援事業(総合事業) 22

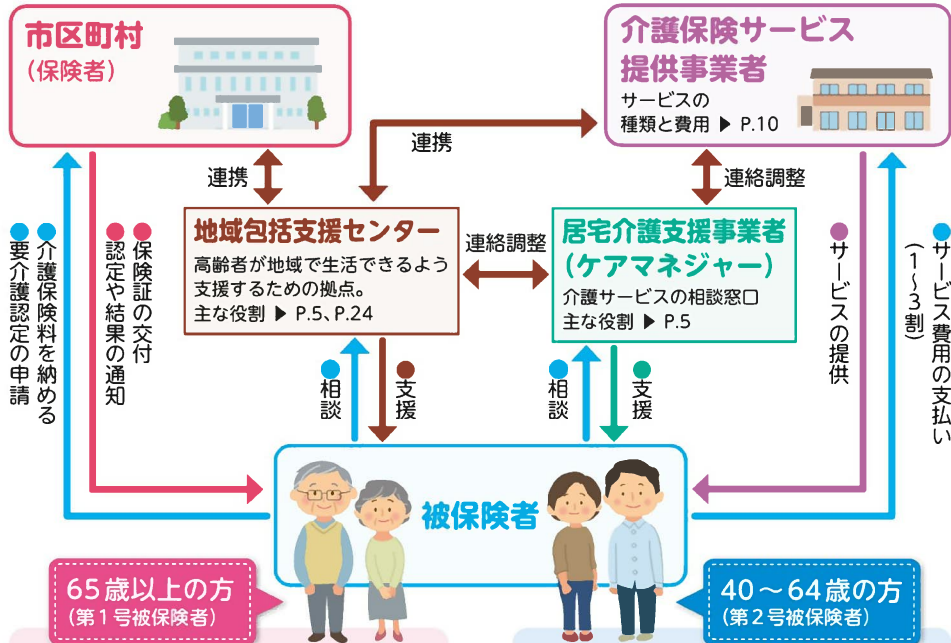
費用の支払い 26

介護保険料の決まり方・納め方 28



# 介護保険のしくみ

介護保険は、介護が必要になった方が地域で安心して暮らしていくための制度です。市区町村が運営し、40歳以上のすべての方が加入して保険料を納めます。介護が必要になったときには、費用の一部（1～3割）を負担することで介護保険サービスを利用できます。



## 【介護保険を利用できる方】

「要介護認定」(介護や支援が必要であるという認定)を受けた方。

(▶ 要介護認定 6～7ページ)

※65歳以上の方は、介護が必要になった原因を問わず、介護保険を利用できます。ただし、交通事故などの第三者行為が原因の場合は、市区町村へ届け出をお願いします。

## 【介護保険を利用できる方】

介護保険の対象となる病気<sup>※</sup>が原因で「要介護認定」を受けた方。交通事故などが原因の場合は、介護保険の対象外です。

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

- 40～64歳の方が介護保険を利用するときの対象となる病気(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

## 介護保険証

(介護保険被保険者証)

要介護認定を申請するときや介護保険のサービスを受けるときなどに介護保険証が必要になります。

### ● 交付対象者

#### 【65歳以上の方】

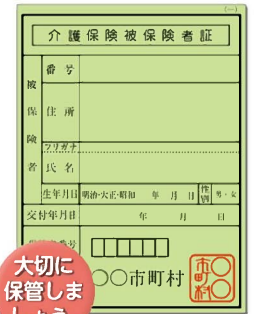
- 1人に1枚交付されます。
- 65歳になる月の前月末(誕生日が1日の方は前々月末)に交付されます。

#### 【40～64歳の方】

- 要介護認定を受けた方に交付されます。

### ● 必要なとき

- 要介護認定の申請をするとき(65歳以上の方)
- 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



大切に保管しましょう。

## 負担割合証

(介護保険負担割合証)

介護保険サービス等を利用するときの負担割合(1～3割)が記載されています。

### ● 交付対象者

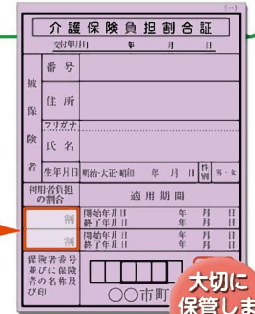
要介護認定を受けた方、介護予防・生活支援サービス事業対象者に交付されます。

### ● 必要なとき

介護保険サービスを利用するとき  
【有効期間】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。

▶ 負担割合に関して、詳しくは26ページ。



大切に保管しましょう。

## 【「地域包括支援センター」とは?】

地域の高齢者のさまざまな困りごとに対応する総合相談窓口です。

▶ 詳しくは 24 ページ。

## 【主にどんなことをするの?】

- 高齢者やその家族、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?】

介護サービスの相談窓口となってくれる介護の専門家です。

### 【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(「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 相談～利用できる サービス

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、市区町村の窓口や地域包括支援センターに相談しましょう。

## 1 相談する

市区町村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。

## 2 心身の状態を調べる

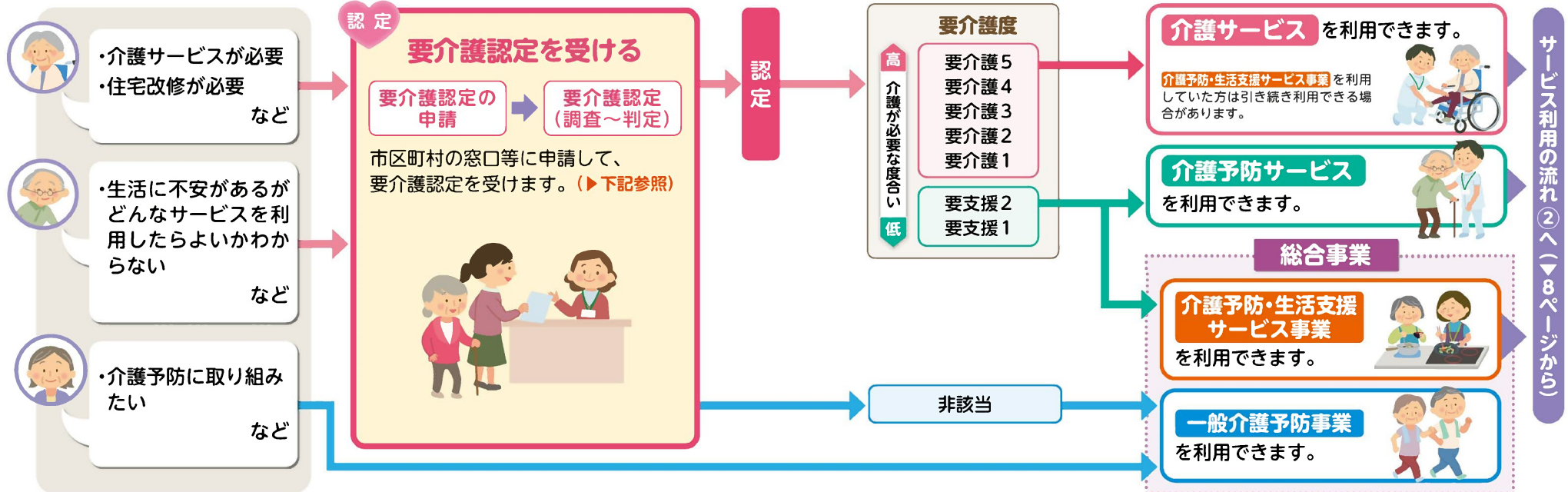
要介護認定を受けます。まだ支援が必要でない方には、一般介護予防事業などを紹介します。

## 3 心身の状態を知る

要介護認定によって心身の状態を判定します。

## 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。



サービス利用の手順

## 認定 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

申請の窓口は市区町村の介護保険担当課です。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 市区町村の窓口にあります。
- 介護保険証
- 医療保険の保険証
- マイナンバーと本人確認書類(▶P.2参照)

申請書には主治医の氏名・医療機関名・所在地・電話番号を記入する欄があります。かかりつけの医師がいる方は、確認しておきましょう。

### ② 要介護認定 (調査～判定)

申請をすると、訪問調査のあとに公平な審査・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 市区町村の担当職員など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 市区町村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。

## サービス利用の流れ② ケアプランの作成 からサービス利用まで

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事業者に、施設への入所を希望する方は介護保険施設に連絡します。また、要支援1・2と認定された方は地域包括支援センターに連絡します。

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



### 1 居宅介護支援事業者に連絡

- 市区町村などが発行する事業者一覧の中から**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※<sup>1</sup>を作成

- 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

- サービス事業者と契約※<sup>2</sup>します。
  - ケアプランにそって **介護サービス** を利用します。
- 介護予防・生活支援サービス事業** を利用していた方は引き続き利用できる場合があります。



介護保険施設へ入所したい



### 1 介護保険施設に連絡

- 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※<sup>1</sup>を作成

- 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

- 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

- 地域包括支援センターに連絡、相談をします。



### 2 介護予防ケアプラン※<sup>1</sup>を作成

- 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(介護予防ケアプラン)を作成します。



### 3 サービスを利用

- サービス事業者と契約※<sup>2</sup>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。



### 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



※<sup>1</sup> 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。

※<sup>2</sup> 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。

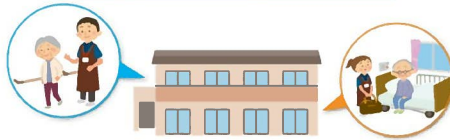
# 介護保険サービスの種類と費用

介護保険サービスには、自宅を中心に利用する「居宅サービス」、介護保険施設に入所する「施設サービス」があります。また、事業所のある市区町村にお住まいの方のみが利用できる「地域密着型サービス」があります。

## 介護保険サービスの種類


 自宅を訪問してもらう  
▶P.11～12

 施設に通って利用する  
▶P.13～14



 生活する環境を整える  
▶P.20～21

 短期間施設に泊まる  
▶P.15

 通いを中心とした複合的なサービス  
▶P.16



 自宅から移り住んで利用する  
▶P.17

 介護保険施設に移り住む  
▶P.18

### 各サービスの見方

利用できる要介護度を示します。

認知症の方が施設に通ってサービスを受ける

要介護 1～5 要支援 1～2 地域密着型サービス

**認知症対応型通所介護**  
(介護予防認知症対応型通所介護)

認知症と診断された方が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

このマークのついたサービスは地域密着型サービスです。原則として事業所のある市区町村の住民だけが利用できます。

自己負担(1割)のめやす [7～8時間未満利用した場合]

要支援 1	859円
要支援 2	959円
要介護 1	992円
要介護 2	1,100円
要介護 3	1,208円
要介護 4	1,316円
要介護 5	1,424円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

自己負担(1割)の費用をめやすとして掲載しています。実際の自己負担は所得状況などにより1割、2割、3割のいずれかです。(▶P.26参照)

※自己負担のめやすは標準的な地域のもので、実際の費用は、利用する事業者の所在地やサービスの内容、加算項目などにより異なります。また、加算項目は一部項目のみを記載しています。



【サービスを利用する前に】

ケアプラン(介護サービスの利用計画)または介護予防ケアプランを作成する必要があります。



## 介護サービス・介護予防サービスの利用について相談する

要介護 1～5 **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い、安心して介護サービスを利用できるように支援してもらいます。



要支援 1～2 **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い、安心して介護予防サービスを利用できるように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)

※小規模多機能型居宅介護を利用する場合や施設に入所する場合は、事業者または施設にいる専属のケアマネジャーにケアプランを作成してもらいます。

## ①自宅を中心に利用するサービス

自宅を中心に利用するサービス(居宅サービス)には、訪問してもらうサービスや施設に通うサービスなど、さまざまな種類があります。



自宅を訪問してもらう

### 日常生活の手助けを受ける

要介護 1～5 **訪問介護(ホームヘルプサービス)** 要支援 1～2 総合事業 P22へ

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。



自己負担(1割)のめやす

- 〈身体介護〉
- 食事、入浴、排せつの介助
  - 衣類の着脱の介助 ● 服薬の確認 など

- 〈生活援助〉
- 住居の掃除 ● 洗濯 ● 買い物
  - 食事の準備、調理 ● 薬の受け取り など

身体介護中心	20分～30分未満	250円
	30分～1時間未満	396円
生活援助中心	20分～45分未満	183円
	45分以上	225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) 99円

※要支援の方は利用できません。

### 自宅で入浴の介助を受ける

要介護 1～5 要支援 1～2 **訪問入浴介護**  
(介護予防訪問入浴介護)

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回あたり]

要介護 1～5	1,260円	要支援 1～2	852円
---------	--------	---------	------



① 自宅を中心に利用するサービス

自宅を訪問してもらう

自宅で看護を受ける

要介護 1~5 要支援 1~2 訪問看護(介護予防訪問看護)

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[30分~1時間未満の場合]

要介護度	病院・診療所から	訪問看護ステーションから
要支援 1~2	552円	792円
要介護 1~5	573円	821円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

自宅でリハビリをする

要介護 1~5 要支援 1~2 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)

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	307円
----	------

お医者さんなどによる療養上の管理や指導を受ける

要介護 1~5 要支援 1~2 居宅療養管理指導(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人に対して行う場合】

医師の場合(月2回まで)	514円
歯科医師の場合(月2回まで)	516円
医療機関の薬剤師の場合(月2回まで)	565円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	361円

夜間に訪問介護を受ける

要介護 1~5 地域密着型サービス 夜間対応型訪問介護

夜間に定期的な訪問で介護を受けられる「定期巡回」、緊急時など、利用者の求めに応じて介護を受けられる「随時対応」のサービスなどがあります。

自己負担(1割)のめやす【基本対応の場合】

1カ月	1,025円
-----	--------

※要支援の方は利用できません。

24時間対応の訪問介護・訪問看護サービスを受ける

要介護 1~5 地域密着型サービス 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

密接に連携をとっている介護職員と看護師の定期的な訪問を受けられます。また、通報や電話などをするなどで、随時対応も受けられます。



1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす  
【介護、看護一体型事業所の場合】

要介護度	介護のみ利用	介護と看護を利用
要介護 1	5,697円	8,312円
要介護 2	10,168円	12,985円
要介護 3	16,883円	19,821円
要介護 4	21,357円	24,434円
要介護 5	25,829円	29,601円

※要支援の方は利用できません。

施設に通って利用する

施設に通って食事や入浴などのサービスを受ける

要介護 1~5 通所介護(デイサービス)

要支援 1~2 総合事業 P22へ

通所介護施設で、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。

基本のサービスに加えて

- 個々の状態に応じた機能訓練(個別機能訓練)
- 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・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)などのメニューを選択して利用できます。(利用するメニューによって費用が加算されます)



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	655円
要介護 2	773円
要介護 3	896円
要介護 4	1,018円
要介護 5	1,142円

※食費、日常生活費は別途負担となります。  
※要支援の方は利用できません。

小規模な施設に通って食事や入浴などのサービスを受ける

要介護 1~5 地域密着型サービス 地域密着型通所介護

定員18人以下の小規模な通所介護施設で、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  
【7~8時間未満の利用の場合】

要介護 1	750円
要介護 2	887円
要介護 3	1,028円
要介護 4	1,168円
要介護 5	1,308円

※食費、日常生活費は別途負担となります。  
※要支援の方は利用できません。



事業者を選ぶために...

介護保険は「利用者本位」が原則。利用者の意思が最も尊重されますので、自分なりに情報を集めることも大切です。

すべてのサービス提供事業者・施設には、決められた項目にそった情報を公開することが義務付けられています。厚生労働省「介護サービス情報公表システム(https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp)」から閲覧できますので、インターネットが使える方は、参考にしてください。

また、利用する施設を比較・検討するなら、実際に見学や体験利用をしてみることをお勧めします。職員の対応や食事の内容などをよくチェックしてみましょう。



【介護サービス情報公表システム QRコード】

① 自宅を中心に利用するサービス

施設に通って利用する

施設に通ってリハビリをする

**要介護 1~5** 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。

基本のサービスに加えて

- 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・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。(利用するメニューによって費用が加算されます)

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	757円
要介護 2	897円
要介護 3	1,039円
要介護 4	1,206円
要介護 5	1,369円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

**要支援 1~2** 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が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・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)

などのメニューを選択して利用できます。(利用するメニューによって費用が加算されます)

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援 1	2,053円
要支援 2	3,999円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

認知症の方が施設に通ってサービスを受ける

**要介護 1~5** **要支援 1~2** 地域密着型サービス  
認知症対応型通所介護  
(介護予防認知症対応型通所介護)

認知症と診断された方が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで行われます。



自己負担(1割)のめやす  
【7~8時間未満利用した場合】

要支援 1	859円
要支援 2	959円
要介護 1	992円
要介護 2	1,100円
要介護 3	1,208円
要介護 4	1,316円
要介護 5	1,424円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

リハビリの専門家ってどんな人?

リハビリの専門家とは「理学療法士」や「作業療法士」「言語聴覚士」をいいます。具体的には次のようなリハビリを行います。

**理学療法士:** 日常生活に必要な基本動作を行う機能を維持・回復するために、運動療法や温熱を使った物理療法などを行います。

**作業療法士:** 日常活動の仕事や遊びなどの動作を通じて心身の機能の回復を図ります。

**言語聴覚士:** 音声・言語・聴覚に障がいのある方に訓練や検査などを行います。

短期間施設に泊まる

自宅で介護を受けている方が一時的に施設に泊まる

**要介護 1~5** **要支援 1~2** 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、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
要支援 1	446円	446円	523円
要支援 2	555円	555円	649円
要介護 1	596円	596円	696円
要介護 2	665円	665円	764円
要介護 3	737円	737円	838円
要介護 4	806円	806円	908円
要介護 5	874円	874円	976円

医療の助けが必要な方が一時的に施設に泊まる

**要介護 1~5** **要支援 1~2** 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
要支援 1	577円	610円	621円
要支援 2	721円	768円	782円
要介護 1	752円	827円	833円
要介護 2	799円	876円	879円
要介護 3	861円	939円	943円
要介護 4	914円	991円	997円
要介護 5	966円	1,045円	1,049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。

居室(部屋のタイプ)について	
従来型個室	リビングスペース(共同生活室)を併設していない個室
多床室	定員2人以上の相部屋
ユニット型個室	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	リビングスペースを併設しているが完全な個室ではない部屋

「共生型サービス」について

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。例えば、障がい福祉サービス事業所が、共生型サービス事業所の指定を受けることにより、介護保険サービスを提供できるようになり、障がいをお持ちの方が65歳以上になっても、引き続き、同じ施設でサービスが受けられます。

【対象サービス】 訪問介護 通所介護 短期入所生活介護 等

介護保険サービスの種類と費用



① 自宅を中心に利用するサービス



通いを中心とした複合的なサービス

通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービスを受ける

要介護 1~5 要支援 1~2 地域密着型サービス

小規模多機能型居宅介護  
(介護予防小規模多機能型居宅介護)

小規模な住居型の施設への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。



1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援 1	3,438円
要支援 2	6,948円
要介護 1	10,423円
要介護 2	15,318円
要介護 3	22,283円
要介護 4	24,593円
要介護 5	27,117円

※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。

通い・訪問・泊まりに看護を組み合わせたサービスを受ける

要介護 1~5 地域密着型サービス

看護小規模多機能型居宅介護  
【複合型サービス】

利用者の状況に応じて、小規模な住居型の施設への「通い」、自宅に来てもらう「訪問」(介護と看護)、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。



1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護 1	12,438円
要介護 2	17,403円
要介護 3	24,464円
要介護 4	27,747円
要介護 5	31,386円

※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。  
※要支援の方は利用できません。

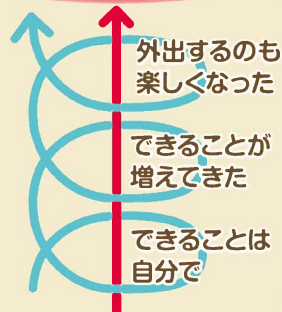
介護予防が大切なのはなぜ？

体は使わないでいると、徐々に機能が低下してしまいます。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、体を動かすことで、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ます。

積極的なリハビリを行うことで、要介護度が改善することは、決して珍しいことではありません。

自分らしい生活へ



自宅から移り住んで利用する

有料老人ホームなどに入居している方がサービスを受ける

要介護 1~5 要支援 1~2 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)

有料老人ホームなどに入居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、施設の職員がサービスを行う包括型(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。

※費用は施設の種類の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。

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	182円
要支援 2	311円
要介護 1	538円
要介護 2	604円
要介護 3	674円
要介護 4	738円
要介護 5	807円

地域の小規模な有料老人ホームなどでサービスを受ける

要介護 1~5 地域密着型サービス 地域密着型 特定施設入居者生活介護

定員29人以下の小規模な介護専用の有料老人ホームに入居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が受けられます。



※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。 ※要支援の方は利用できません。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす

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

認知症の方が施設で共同生活を送る

要介護 1~5 要支援 2 地域密着型サービス 認知症対応型共同生活介護[グループホーム]  
(介護予防認知症対応型共同生活介護)

認知症と診断された方が共同で生活しながら、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。  
※要支援1の方は利用できません。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす  
[ユニット型事業所の場合]

要支援 2	748円
要介護 1	752円
要介護 2	787円
要介護 3	811円
要介護 4	827円
要介護 5	844円

地域の小規模な介護老人福祉施設でサービスを受ける

要介護 3~5 地域密着型サービス 地域密着型 介護老人福祉施設入所者生活介護

定員29人以下の小規模な介護老人福祉施設で、食事・入浴などの介護や健康管理が受けられます。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。  
※新規に入所できるのは原則、要介護3以上の方。  
※要支援の方は利用できません。

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	722円	722円	803円
要介護 4	792円	792円	874円
要介護 5	860円	860円	942円

有料老人ホームや軽費老人ホームなどのうち「特定施設」(入居者がそこで受ける介護サービスが介護保険の対象となる施設)と指定を受けた施設では「特定施設入居者生活介護」を利用できます。「特定施設入居者生活介護」は入居している居室が自宅とみなされるため、大きくは居宅サービスや地域密着型サービスに分類されます。

介護保険サービスの種類と費用

## ② 介護保険施設で受けるサービス

下記の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。
- (従来型個室、多床室、ユニット型個室の違いについて▶15ページ参照)

※要支援の方は利用できません。



介護保険施設に移り住む

### 生活介護が中心の施設

#### 要介護3~5 介護老人福祉施設【特別養護老人ホーム】

常に介護が必要で、自宅では介護が困難な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。

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21,360円	約21,360円	約23,790円
要介護4	約23,400円	約23,400円	約25,860円
要介護5	約25,410円	約25,410円	約27,870円

※新規に入所できるのは原則として、要介護3以上の方。

### 介護やリハビリが中心の施設

#### 要介護1~5 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、リハビリを受けられます。

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21,420円	約23,640円	約23,880円
要介護2	約22,770円	約25,080円	約25,230円
要介護3	約24,630円	約26,940円	約27,090円
要介護4	約26,220円	約28,470円	約28,680円
要介護5	約27,750円	約30,090円	約30,270円

### 病院での療養が中心の施設

#### 要介護1~5 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17,790円	約20,580円	約21,180円
要介護2	約20,550円	約23,430円	約24,030円
要介護3	約26,670円	約29,460円	約30,060円
要介護4	約29,220円	約32,100円	約32,700円
要介護5	約31,560円	約34,380円	約34,980円

### 長期療養の機能を備えた施設

#### 要介護1~5 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。

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21,420円	約24,750円	約25,260円
要介護2	約24,720円	約28,020円	約28,530円
要介護3	約31,800円	約35,130円	約35,640円
要介護4	約34,830円	約38,130円	約38,640円
要介護5	約37,530円	約40,860円	約41,370円

※令和6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。

## ● 施設サービスを利用したときの費用

施設サービス費の自己負担分(1~3割)に加え、居住費・食費・日常生活費を支払います。



居住費と食費については、施設の平均的な費用をもとに、基準費用額が定められています。実際の費用は施設と利用者との契約により決められます。

居住費・食費の基準費用額(1日あたり)

居住費(滞在費)				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)	377円 (855円)	2,006円	1,668円	1,445円

( )内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。



## ● 所得が低い方は、居住費と食費の負担が軽くなります

所得が低い方に対しては、所得に応じた自己負担の上限(限度額)が設けられており、これを超える利用者負担はありません。超えた分は「特定入所者介護サービス費」として、介護保険から給付されます。

● 給付を受けるには、市区町村への申請が必要です。

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり)

利用者負担段階	所得の状況 <sup>※1</sup>	預貯金等の資産 <sup>※2</sup> の状況	居住費(滞在費)				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	ショートステイ
1	生活保護受給者の方等	要件なし	490円 (320円)	0円	820円	490円	300円	300円
	高齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	490円 (420円)	0円	820円	490円	300円	300円
2	前年の合計所得金額+年金収入額が80万円以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	490円 (420円)	370円	820円	490円	390円	600円
	前年の合計所得金額+年金収入額が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)	370円	1,310円	1,310円	650円	1,000円
3-①	前年の合計所得金額+年金収入額が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)	370円	1,310円	1,310円	1,360円	1,300円

( )内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。

※1 年金収入額とは、課税年金収入額と非課税年金収入額を合計したものをいいます。住民票上世帯が異なる(世帯分離をしている)配偶者(婚姻届を提出していない事実婚も含む。DV防止法における配偶者からの暴力を受けた場合や行方不明の場合は対象外)の所得も判断材料とします。なお、1月~7月の申請分については、前々年の合計所得金額、年金収入額により判定します。

※2【預貯金等に含まれるもの】資産性があり、換金性が高く、価格評価が容易なもの。

※第2号被保険者は、利用者負担段階に関わらず、預貯金等の資産が単身:1,000万円以下、夫婦:2,000万円以下であれば支給対象となります。

虚偽の申告により不正に特定入所者介護サービス費の支給を受けた場合には、ペナルティ(加算金)が発生します。

### ③生活環境を整えるサービス



生活する環境を整える

#### 自立した生活を送るための福祉用具を借りる

#### 福祉用具貸与(介護予防福祉用具貸与)

次の13種類が貸し出しの対象となります。  
要介護度によって利用できる用具が異なります。



- = 利用できる。
- × = 原則として利用できない。
- ▲ = 尿のみを吸引するものは利用できる。

	要支援1・2 要介護1	要介護2・3	要介護4・5
・手すり(工事をともなわないもの) ・スロープ(工事をともなわないもの)	○	○	○
・歩行器 ・歩行補助つえ	○	○	○
・車いす ・車いす付属品(クッション、電動補助装置等)	○	○	○
・特殊寝台 ・特殊寝台付属品 ・床ずれ防止用具	×	○	○
・体位変換器 ・認知症老人徘徊感知機器	×	○	○
・移動用リフト	○	○	○
・自動排せつ処理装置	▲	▲	○

月々の利用限度額の範囲内で、実際にかかった費用の1～3割を自己負担します。

#### 適正な価格で、福祉用具を利用しましょう。

適正な価格で利用するために下記の点を理解しておきましょう。疑問点は事業者に相談しましょう。

- ・商品ごとに貸与価格の全国平均が公表されており、その平均価格をもとに貸与価格の上限額が設定されています。※上限を超えた場合は、保険給付対象外(全額自己負担)となります。
- ・事業者には下記①、②が義務付けられています。
  - ① 貸与する商品の機能や価格帯の異なる複数商品を選択肢として示す。
  - ② 貸与する商品の全国平均価格とその事業者の価格を説明する。

#### トイレ、入浴関連の福祉用具を買う 申請が必要です

#### 要介護1～5 要支援1・2 特定福祉用具購入 (特定介護予防福祉用具購入)



購入費支給の対象は、次の6種類です

- 腰掛便座(便座の底上げ部を含む)
- 移動用リフトのつり具の部分
- 入浴補助用具(入浴用いす、浴槽用手すり、浴槽内いす、入浴用介助ベルト等)
- 簡易浴槽
- 排せつ予測支援機器(令和4年4月から)
- 自動排せつ処理装置の交換部品

変更ポイント

年間10万円が上限で、その1～3割が自己負担です。費用が10万円かかった場合、1～3万円が自己負担です。(毎年4月1日から1年間)

※指定を受けていない事業者から購入した場合は、支給の対象になりませんのでご注意ください。



生活する環境を整える

#### より安全な生活が送れるように住宅を改修する

事前と事後に申請が必要です

#### 要介護1～5 要支援1・2 居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)

生活環境を整えるための住宅改修に対し、20万円を上限として費用の7～9割が住宅改修費として支給されます。  
(費用が20万円かかった場合、自己負担1割の場合2万円、2割の場合4万円、3割の場合6万円が自己負担額です)

●工事前前に保険給付の対象となるかどうかを、ケアマネジャーが市区町村の窓口にご相談しましょう。



#### ◎介護保険の対象となる工事の例

- 手すりの取り付け
  - 段差や傾斜の解消
  - 滑りにくい床材・移動しやすい床材への変更
  - 開き戸から引き戸等への扉の取り替え、扉の撤去
  - 和式から洋式への便器の取り替え
  - その他これらの各工事に付帯して必要な工事
- ※屋外部分の改修工事も給付の対象となる場合があります。

支給限度額 / 20万円(原則1回限り)  
20万円が上限で、その1～3割が自己負担です。

- ※1回の改修で20万円を使い切らずに、数回に分けて使うこともできます。
- ※引越をした場合や要介護度が著しく高くなった場合、再度支給を受けることができます。

#### 手続きの流れ

事前と事後に申請が必要です

【償還払い(後から払い戻される)の場合】

**相談**  
●ケアマネジャーや市区町村の窓口等に相談します。

**事前申請**  
●工事を始める前に、市区町村の窓口に必要な書類を提出します。

**【申請書類の例】**  
・支給申請書 ・住宅改修が必要な理由書  
・工事着工前の写真(日付入り)  
・工事費の見積書(利用者宛のもの) 等

●市区町村から着工の許可が下りてから着工します。

**工事・支払い**  
●改修費用を事業所にいったん全額支払います。

**事後申請**  
●市区町村の窓口へ支給申請のための書類を提出します。

**【申請書類の例】**  
・改修後の写真(日付入り)  
・工事費の内訳書  
・領収書(利用者宛のもの) 等

**払い戻し**  
●工事が介護保険の対象であると認められた場合、介護保険対象工事代金の7～9割が支給されます。

住宅改修のサービスを受けるには、要介護認定を受けていることが前提となります。また、住宅改修を利用するときには、複数の業者から見積りをとりましょう。



# 総合事業 自分らしい生活をするために

介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」）は、高齢者の介護予防と自立した日常生活の支援を目的とした事業で、**介護予防・生活支援サービス事業**と**一般介護予防事業**の二つからなります。

総合事業は、地域全体で高齢者を支え、高齢者の方も自らの持つ能力をできる限り活かして、要介護状態になることを予防するための事業です。



## 総合事業

介護予防・生活支援サービス事業

一般介護予防事業

### 総合事業のポイント

- 要支援1・2の方は、**介護予防サービス**と**介護予防・生活支援サービス事業**を利用できます。

### 総合事業を利用するには

まずは、地域包括支援センターまたは、市区町村の担当課、ケアマネジャーへご相談ください。心身の状態を確認したうえで、その方に合ったサービスや支援を受けることができます。

## 介護予防・生活支援サービス事業

地域の実情に応じた「介護予防」と「生活支援」を目的としたサービスなどがあります。  
※市区町村によって提供されるサービスは異なります。詳しくは、お住まいの市区町村にご相談ください。

**対象者** ● 要支援1・2の方

### ■ 介護予防ケアマネジメント

地域包括支援センターの職員に相談し、サービスの種類や回数を決め、ケアプランを作成します。



### ■ 訪問型サービス

掃除、洗濯などの日常生活上の訪問型のサービス。  
ボランティアによるゴミ出しから、介護事業者による、以前の介護予防訪問介護に相当するサービスまで多様なサービスが想定されています。

1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援1・2	週1回程度	1,172円
	週2回程度	2,342円
要支援2	週2回を超える程度	3,715円

### ■ 通所型サービス

機能訓練や集いの場など通所型のサービス。  
ボランティアが主体となった体操や運動等のサービスから、介護事業者による、以前の介護予防通所介護に相当するサービスまで多様なサービスが想定されています。

1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援1	1,655円
要支援2	3,393円

## 一般介護予防事業

高齢者のみなさんが元気でいきいきと生活し、要介護状態にならないようするための教室（介護予防教室）などを実施します。

※市区町村によって提供されるサービスは異なります。詳しくは、お住まいの市区町村にご相談ください。

**対象者** 65歳以上のすべての方、およびその支援のための活動に関わる方

### 介護予防教室の例

#### 【運動器の機能向上】

- 筋力トレーニング
- 有酸素運動



#### 【栄養改善】

栄養改善のための食材の選び方や調理方法などに関する指導、相談受け付け



#### 【口腔機能の向上】

- 口の中や義歯の手入れ方法
- 咀嚼、飲み込みの訓練法などの指導



## その他の地域支援事業

### ● 高齢者の権利を守ります

総合事業のほかに地域支援事業として、高齢者の権利を擁護するための支援も行っています。

次のようなお悩みは、地域包括支援センターにご相談ください。



預貯金通帳や財産の管理が自分では不安になってきた



悪質な商法によって高額な買い物させられた



これって虐待？「大きな物音や怒鳴り声が聞こえてくる」など



など

# 地域包括支援センターのご案内

## ● 高齢者の総合相談窓口です

地域包括支援センターは、高齢者のみなさんの身近な相談窓口です。地域で暮らすみなさんがいつまでも住み慣れた地域で生活ができるよう、介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面から総合的に支援します。

介護予防、総合事業に関する  
こと、相談や困りごとがあれば、地域包括支援センター  
へお問い合わせください。



### 地域包括支援センターはこのような支援や相談を行っています

#### ■ 介護予防を応援します！

要支援1・2および事業対象者のための介護予防ケアプランなどを作成して、効果を評価します。



#### ■ さまざまな問題に対応します！

高齢者に関するさまざまな相談を受け、必要なサービスにつなぎます。



#### ■ 高齢者の権利を守ります！

高齢者虐待の防止、悪質な訪問販売による被害の防止などの権利擁護を行います。



#### ■ 充実したサービスを提供するために支援します！

ケアマネジャーへの指導・助言や医療機関など、関係機関との調整を行います。



積極的にご利用ください

● 業務時間 月曜日から金曜日 午前8時30分から午後5時15分まで  
(休業日:土・日・祝日、12月29日から1月3日まで)

名称・所在地	連絡先	担当地区（お住まいの地区）
君津市地域包括支援室 君津市久保2-13-1 (君津市役所1階13番窓口)	TEL.56-1732 ※業務時間外の相談窓口 君津市中部地域包括支援センター TEL 32-1717	坂田、東坂田、西坂田、君津台、大和田、人見、中野、久保、北久保、南久保、陽光台、高坂、台、中富(870~1054番地)
君津市中部地域包括支援センター 君津市八幡64 (介護老人保健施設 メディケア 君津敷地内)	TEL.32-1717	三直、内箕輪、内裏輪、八重原、法木作、外箕輪、空師、北子安、南子安、宮下、小山野、常代、浜子、六手、血引、尾車、草牛、馬登、大山野、作木、山高原、貞元、八幡、新御堂、杉谷、郡、小香、上湯江、下湯江、中富(870~1054番地を除く)
君津市小糸・清和地域包括支援センター 君津市中島262-2 (千葉信用金庫 小糸出張所建物内)	TEL.27-1221	小糸地区、清和地区
君津市東部地域包括支援センター 君津市広岡375 (特別養護老人ホーム 上総園 敷地内)	TEL.27-0710	小櫃地区、上総地区

※業務時間外の相談は電話対応のみ

## 介護保険 Q & A



### 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う仕組みです。介護保険サービスを利用する、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。(▶P.4参照)

### 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、介護保険サービスの費用をまかなう大切な財源です。介護保険は、助け合いの精神に基づく社会のしくみです。どうぞご理解ください。(▶P.28参照)

### Q 交通事故が原因で介護が必要となった場合、介護保険サービスは利用できますか？

A 65歳以上(第1号被保険者)の方は、介護が必要となった原因を問わず、要介護認定を受ければ介護保険サービスを利用できます。ただし、交通事故などの第三者行為が原因の場合は、市区町村へ届け出をお願いします。40~64歳(第2号被保険者)の方については、交通事故などの第三者行為が原因で介護が必要となった場合、介護保険サービスは利用できません。第2号被保険者については、加齢を起因とする病気(特定疾病)により介護が必要となった場合に限り、要介護認定を受け、介護保険サービスを利用することができます。(▶P.4参照)

### Q 認定の申請をしましたが、結果が出る前にサービスは利用できますか？

A 暫定プランによりサービスを利用できます。ただし、認定結果によっては非該当になる場合や介護保険で利用できるサービスの支給限度額が変わる場合がありますので、ケアマネジャーとよく相談し、サービスを利用してください。(▶P.8参照)

### Q 現在入院中ですが、認定の申請をすることはできますか？

A 退院後に在宅で介護保険サービスを利用する場合、または、介護保険施設への入所を希望する場合は申請できます。要介護認定は、病状が安定していることが前提となりますので、安定してから申請してください。(▶P.6参照)

### Q 本人の状態が変化した場合、認定結果を変更してもらうことはできますか？

A 介護の必要な度合いが変わった場合などには、要介護度の区分変更申請ができます。(▶P.6参照)

### Q 施設に入所するにはどうすればいいのですか？

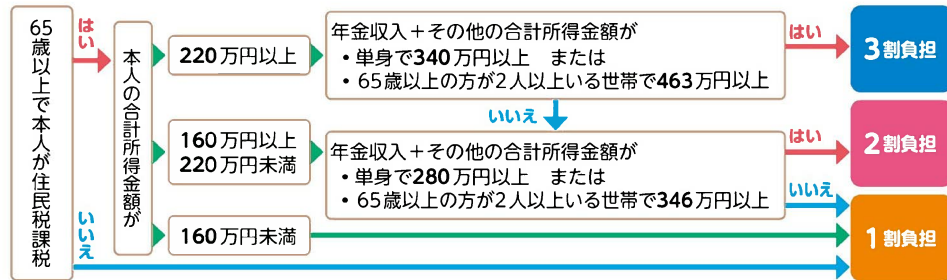
A 施設への入所を希望する場合は、施設に直接お申し込みください。(▶P.8参照)

# 自己負担限度額と負担の軽減

介護保険サービスを利用したときは、原則として利用料の1～3割を支払います。自己負担が重くなったときや、所得の低い方には負担を軽減するしくみもあります。

## ■介護保険サービスの自己負担割合と判定基準

介護保険サービスの自己負担割合は、所得の状況などによって、1割、2割、3割のいずれかになります。



※40～64歳の方は、所得にかかわらず1割負担です。

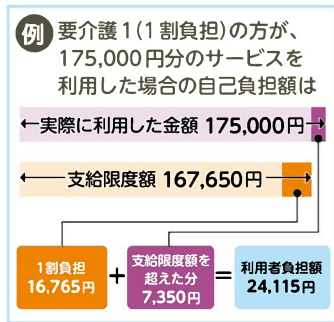
## ●介護保険サービスは1～3割の自己負担で利用できます

介護保険サービスは、利用料の1～3割を支払うことで利用できますが、要介護度ごとに1か月に1～3割負担で利用できる金額に上限(支給限度額)が設けられています(下表)。限度額を超えてサービスを利用した分は全額自己負担になります。

### ■介護保険サービスの支給限度額(1カ月)のめやす

要介護度	支給限度額	自己負担(1割)	自己負担(2割)	自己負担(3割)
要支援1	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援2	105,310円	10,531円	21,062円	31,593円
要介護1	167,650円	16,765円	33,530円	50,295円
要介護2	197,050円	19,705円	39,410円	59,115円
要介護3	270,480円	27,048円	54,096円	81,144円
要介護4	309,380円	30,938円	61,876円	92,814円
要介護5	362,170円	36,217円	72,434円	108,651円

○上記金額は、標準地域の金額です。実際の支給限度額は、住んでいる地域や利用したサービスにより異なります。



### ■支給限度額に含まれないサービス

- 特定福祉用具購入
  - 居宅介護住宅改修
  - 居宅療養管理指導
  - 特定施設入居者生活介護(外部サービス利用型、短期利用を除く)
  - 地域密着型特定施設入居者生活介護(短期利用を除く)
  - 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
  - 認知症対応型共同生活介護(短期利用を除く)
  - 介護保険施設に入所して利用するサービス
- ※介護予防サービスについても同様です。

## ●自己負担が高額になったときの負担軽減

同じ月に利用した介護サービス利用者負担(1～3割)の合計が高額になり、下記の限度額を超えたときは、超えた分が「高額介護サービス費」として後から給付されます。

- 給付を受けるには、市区町村への申請が必要です。
- 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。

自己負担の限度額(月額)

区分	限度額
課税所得690万円(年収約1,160万円)以上の方	140,100円(世帯)
課税所得380万円以上690万円未満(年収約770万円以上約1,160万円未満)の方	93,000円(世帯)
住民税課税世帯で課税所得380万円(年収約770万円)未満の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・高齢福祉年金受給者の方	24,600円(世帯)
・前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方等	15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

## ●介護保険と医療保険の支払いが高額になったときの負担軽減

同一世帯内で介護保険と国保などの医療保険の両方を利用して、介護と医療の自己負担額が下記の限度額を超えたときは、超えた分が払い戻されます。(高額医療・高額介護合算制度)

- 給付を受けるには、市区町村への申請が必要です。
- 同じ世帯でも、家族がそれぞれ異なる医療保険に加入している場合は合算できません。
- 自己負担限度額を超える額が500円以下の場合には支給されません。

医療と介護の自己負担合算後の限度額(年額:毎年8月1日から翌年7月31日まで)

70歳未満の方

区分	限度額
901万円超	212万円
600万円超～901万円以下	141万円
210万円超～600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
住民税非課税世帯	34万円

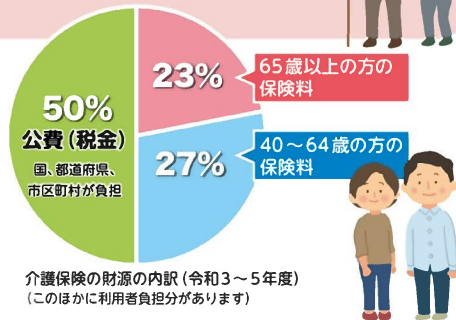
70歳以上の方・後期高齢者医療制度の対象者

区分	限度額
課税所得	
690万円以上	212万円
380万円以上690万円未満	141万円
145万円以上380万円未満	67万円
一般(住民税課税世帯の方)	56万円
低所得者(住民税非課税世帯の方)	31万円
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(年金収入のみの場合80万円以下の方)	19万円

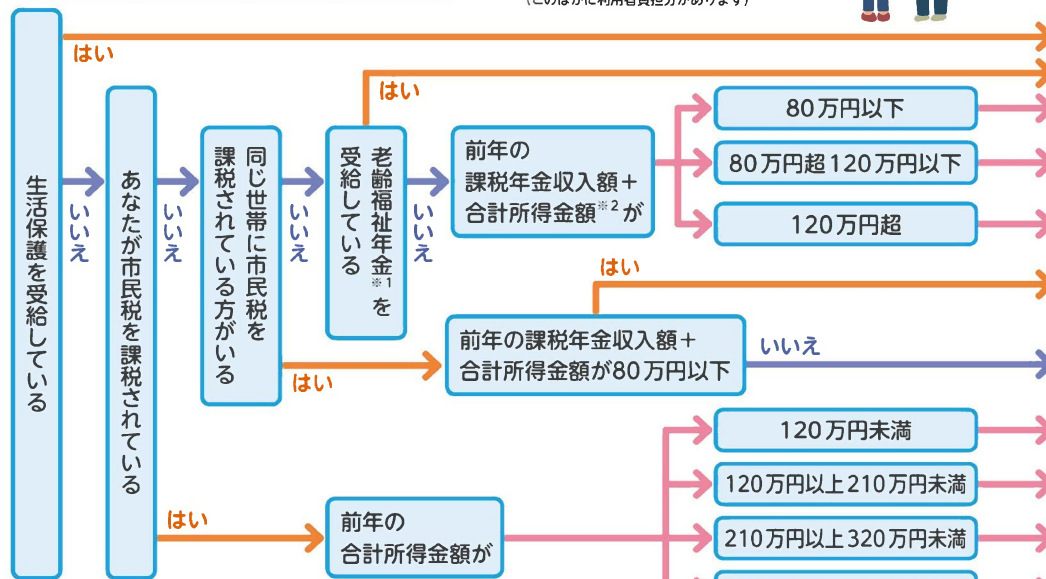
# 社会全体で介護保険を支えています

介護保険は、国や都道府県、市区町村が負担する「公費（税金）」と、みなさん一人ひとりが納める「介護保険料」を財源として運営されています。

介護保険料はきちんと納めましょう。



## あなたの介護保険料は？



<sup>\*1</sup> 老齢福祉年金 明治44年（1911年）4月1日以前に生まれた方、または大正5年（1916年）4月1日以前に生まれた方で一定の要件を満たしている方が受けている年金です。

<sup>\*2</sup> 合計所得金額 総合課税分（年金や給与など）と申告分離課税分（株や、土地建物の譲渡所得など）の所得の合計金額（地方税法第292条第1項第13号）で、繰越損失がある場合は繰越控除前の金額をいいます。また、「長期譲渡所得および短期譲渡所得に係る特別控除額」を控除した額を用います。第1～5段階については、「公的年金等に係る雑所得」を控除した金額を用います。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。第6段階以上の合計所得金額に給与所得または公的年金等に係る雑所得が含まれている場合は、給与所得または公的年金等に係る雑所得の合計額から10万円を控除した金額を用います。

## 65歳以上の方の介護保険料の決まり方

65歳以上の方の介護保険料は、市区町村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。

### 基準額の決まり方

$$\text{市区町村で必要な介護保険サービスの総費用} \times \text{65歳以上の方の負担分 23\%} \div \text{市区町村に住む65歳以上の方の人数}$$

＝ 津津市の令和3～5年度の介護保険料の基準額 **64,800円**（年額）

介護保険料は、この「基準額」をもとに、所得状況に応じて、14段階に分かれます。

所得段階	対象となる方	算定方法	保険料（年額）
第1段階	・生活保護受給者の方 ・老齢福祉年金 <sup>*1</sup> 受給者で、世帯全員が市民税非課税の方	基準額 × 0.25	16,200円 <sup>**</sup>
第2段階	世帯全員が市民税非課税で前年の課税年金収入額と合計所得金額 <sup>*2</sup> の合計が	80万円以下の方 基準額 × 0.42	27,210円 <sup>**</sup>
第3段階		80万円超 120万円以下の方 基準額 × 0.70	45,360円 <sup>**</sup>
第4段階	世帯の誰かに市民税が課税されているが、本人は市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 × 0.90	58,320円
第5段階		80万円超の方 基準額 × 1.00	64,800円（基準額）
第6段階	本人が市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 × 1.20	77,760円
第7段階		120万円以上 210万円未満の方 基準額 × 1.30	84,240円
第8段階		210万円以上 320万円未満の方 基準額 × 1.50	97,200円
第9段階		320万円以上 400万円未満の方 基準額 × 1.70	110,160円
第10段階		400万円以上 500万円未満の方 基準額 × 1.80	116,640円
第11段階		500万円以上 600万円未満の方 基準額 × 1.90	123,120円
第12段階		600万円以上 700万円未満の方 基準額 × 2.00	129,600円
第13段階		700万円以上 800万円未満の方 基準額 × 2.10	136,080円
第14段階	800万円以上の方 基準額 × 2.20	142,560円	

<sup>\*\*</sup>第1段階の保険料について、公費により、基準額×0.45（29,160円）から基準額×0.25（16,200円）に軽減がされています。  
<sup>\*\*</sup>第2段階の保険料について、公費により、基準額×0.67（43,410円）から基準額×0.42（27,210円）に軽減がされています。  
<sup>\*\*</sup>第3段階の保険料について、公費により、基準額×0.75（48,600円）から基準額×0.70（45,360円）に軽減がされています。

## 介護保険料の決まり方・納め方

### ● 65歳以上の方の介護保険料の納め方

65歳になった月(65歳の誕生日の前日の属する月)の分から納めます。  
納め方は受給している年金\*の額によって次の2通りに分かれ、個人で納め方を選ぶことはできません。

\*受給している年金とは、老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金をいいます。老齢福祉年金は対象にはなりません。

年金が年額 **18万円未満**の方  
→ **【納付書】** や **【口座振替】** で各自納めます

- 普通徴収**
- 介護保険料の年額を納付期限に合わせて納めます。
  - 市区町村から納付書が送付されますので、取り扱い金融機関等で納めてください。

忙しい方、なかなか外出ができない方は、**口座振替が便利**です。

#### 手続き

- 1 介護保険料の納付書、通帳、はんこ(通帳届出印)を用意します。
  - 2 取り扱い金融機関で「口座振替依頼書」に必要事項を記入し、申し込みます。
- ※口座振替の開始時期は、口座登録完了後にお手紙でお知らせします。  
登録が完了するまでの間は「納付書」で納めます。

口座振替が便利ね

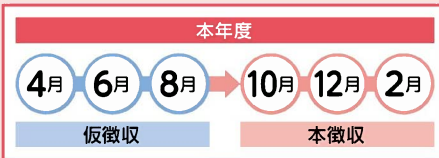


年金が年額 **18万円以上**の方 → 年金から**差し引かれます**

- 介護保険料の年額が、年金の支払い月(4月・6月・8月・10月・12月・2月)の年6回に分けて差し引かれます。

4月、6月、8月は、仮に算定された保険料を納め(仮徴収)、10月、12月、2月は、確定した年間保険料額から仮徴収分を除いた額を納めます(本徴収)。

- 特別徴収の対象者として把握されると、おおむね6カ月から1年後に介護保険料が差し引かれます。



#### ! こんなときは、一時的に納付書で納めます

- 年度途中で介護保険料が増額になった
- 年度途中で65歳になった
- 年度途中で老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金の受給が始まった
- 年度途中で他の市区町村から転入した
- 介護保険料が減額になった
- 年金が一時差し止めになった など



### 介護保険料を滞納すると?

災害など特別な事情もなく介護保険料を納めないでいると、次のような措置がとられます。介護保険料は納め忘れのないよう納期限までに納めましょう。



#### 納期限を過ぎると

督促が行われます。**督促手数料**や**延滞金**が徴収される場合があります。

#### 1年以上滞納すると

利用したサービス費用は**いったん全額を自己負担**します。申請によりあとから保険給付費(本来の自己負担を除く費用)が支払われます。

#### 1年6カ月以上滞納すると

引き続き、利用したサービス費用は**いったん全額自己負担**となり、申請しても保険給付費の**一部または全額が一時的に差し止め**られます。滞納が続く場合は、**差し止められた額から介護保険料が差し引かれる**場合があります。

#### 2年以上滞納すると

上記に加えて、滞納期間に応じて、利用したサービス費用の自己負担割合が**3割または4割に引き上げ**られたり、**高額介護サービス費、特定入所者介護サービス費などが受けられなくな**ったりします。

#### 納付が難しい場合は

災害などの特別な事情で介護保険料を納めることが難しくなった場合は市区町村の担当窓口にご相談しましょう。  
減免や猶予が受けられる場合があります。

### ● 40~64歳の方の介護保険料

40~64歳の方(第2号被保険者)の介護保険料は、加入している医療保険の算定方式を基本として決まります。詳しくは加入している医療保険にお問い合わせください。

#### 決まり方

#### 納め方



#### 国民健康保険に加入している方

世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。  
※所得の低い方への軽減措置などが市区町村ごとに設けられています。

同じ世帯の第2号被保険者全員の医療分・後期高齢者支援分と介護分を合わせて、世帯主が納めます。



#### 職場の健康保険に加入している方

加入している医療保険の算定方式にもとづいて決まります。

医療分・後期高齢者支援分と介護分を合わせて、給与から差し引かれます。

※40~64歳の被扶養者は個別に介護保険料を納める必要はありません。