

みんなでささえる

# 介護保険

利用  
ガイド

令和元年度版



柏市

(令和元年 7 月)

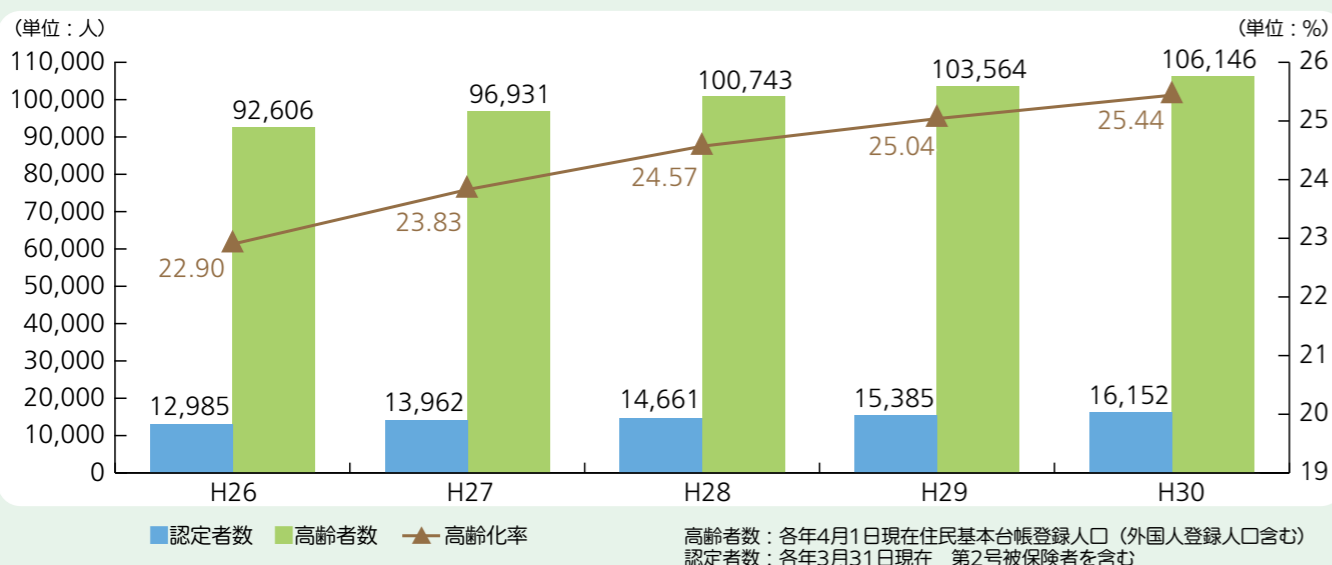
# 介護保険制度について

介護保険は、全国的に高齢化が進む中で、介護を必要とするかたができるだけ自分の力で日常生活を送れるよう社会全体で支えるために作られた社会保険制度です。

## 高齢者を取りまく現状と課題

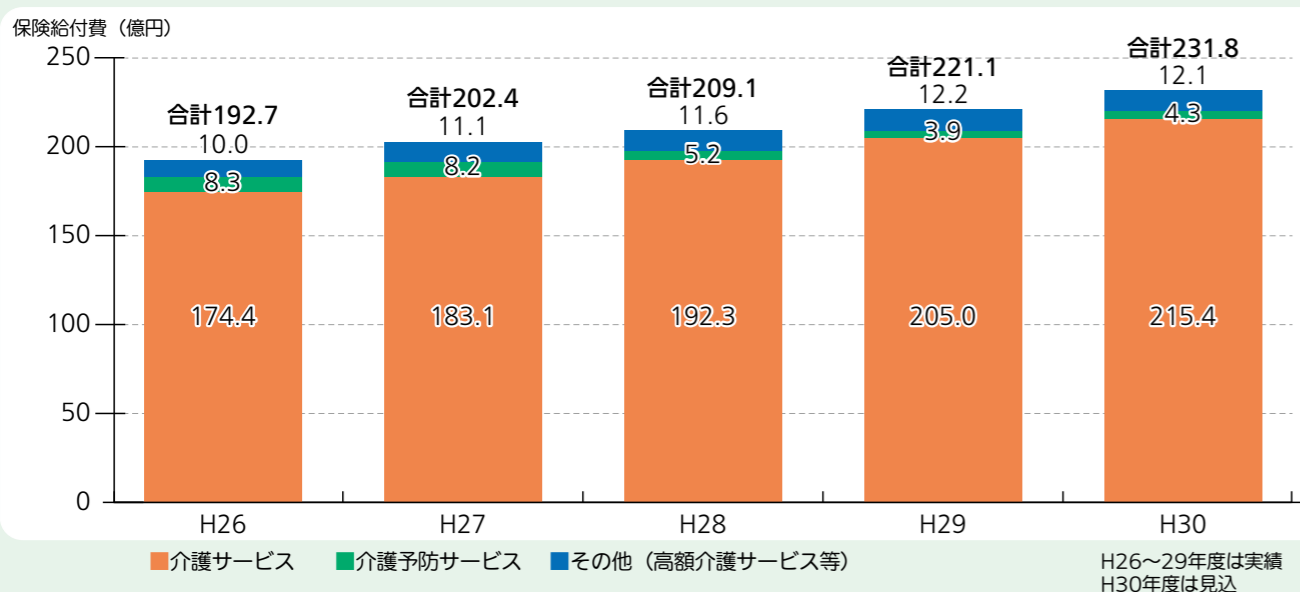
柏市の平成31年4月現在の高齢化率は25.72%で、国全体の高齢化率28.3%と比較し低い水準にあります。しかし高齢者数・高齢化率ともに今後も増加が続いていく見込みとなっています。

高齢者数、認定者数および高齢化率



また、高齢化に伴い、介護保険給付費も増大しています。平成26年度と平成30年度を比較すると、給付費は1.2倍に増えています。

保険給付費の推移



## もくじ

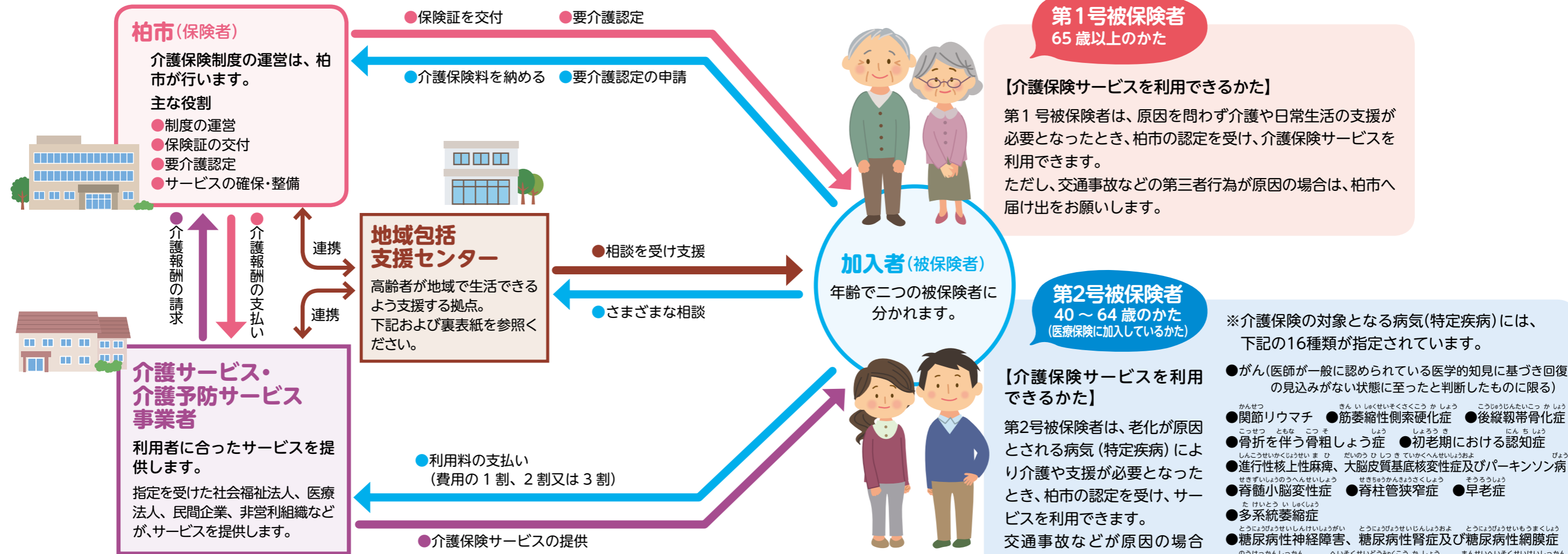
- 介護保険制度のしくみ ..... 4
  - みんなで支えあう制度です ..... 4
- 介護保険料の決まり方・納め方 ..... 6
  - 社会全体で介護保険を支えています ..... 6
- サービス利用の手順 ..... 10
  - 介護保険サービス 利用の流れ ..... 10
  - 要介護認定の手順 ..... 11
  - ケアプランの作成 ..... 14
- 介護サービス【要介護1～5のかたへ】 ... 16
  - 介護サービス（居宅サービス） ..... 16
  - 介護サービス（施設サービス） ..... 19
- 介護予防サービス【要支援1・2のかたへ】 21
  - 介護予防サービス ..... 21
- 地域密着型サービス ..... 24
  - 住み慣れた地域で受けるサービス ..... 24
- 福祉用具貸与・購入、住宅改修 ..... 26
  - 生活環境を整えるサービス ..... 26
- サービス利用時の費用負担 ..... 28
  - 費用の一部を負担します ..... 28
- 地域支援事業（総合事業） ..... 30
  - 介護予防・日常生活支援総合事業 ..... 30

※掲載している内容については、今後見直される場合があります。

介護保険制度のしくみ  
介護保険料の決まり方・納め方  
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  
費用負担  
地域支援事業（総合事業）

# みんなで支えあう制度です

介護保険制度は、柏市が保険者となって運営しています。40歳以上のかたは、加入者(被保険者)となって保険料を納め、介護が必要となったときには、費用の一部を支払ってサービスを利用できるしくみです。



## 「地域包括支援センター」とは？

地域包括支援センターは、介護予防ケアプランを作成するほか、市・医療機関・サービス提供事業者・ボランティアなどと協力しながら、地域の高齢者のさまざまな相談に対応する総合的な役割を担っています。

### 【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
- ケアマネジャーへの支援やネットワークづくり など

## 【どんなスタッフがいるの？】



## 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歳以上のかたは

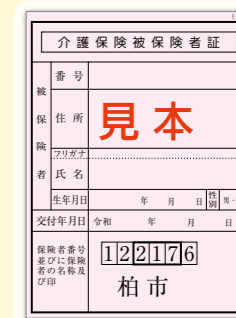
65歳になる前月に全員に交付されます。

### 40～64歳のかたは

認定を受けたかたに交付されます。

## 【保険証が必要なとき】

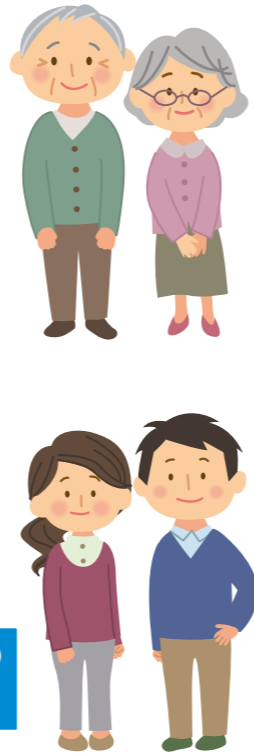
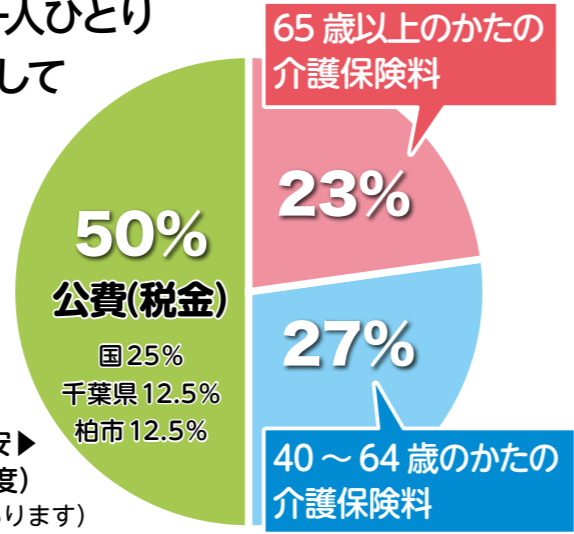
- 要介護認定を申請(更新)するとき
- ケアプランを作成するとき
- 介護保険サービスを利用するとき など



※介護保険被保険者証はイメージです。実際のものとは異なります。

# 社会全体で介護保険を支えています

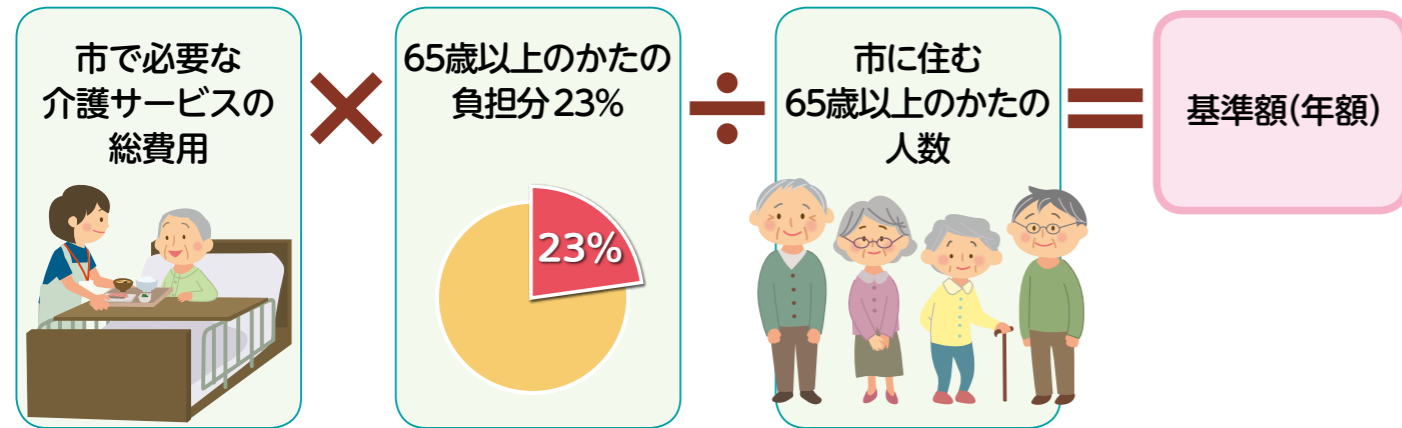
介護保険は、国や都道府県、市区町村が負担する「公費(税金)」と、みなさん一人ひとりが納める「介護保険料」を財源として運営されています。



## 65歳以上のかたの介護保険料の決め方

65歳以上のかたの介護保険料は、柏市の介護サービス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」は3年ごとに見直されます。

### 基準額の決め方



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額のことです。介護保険料は、基準額をもとに、所得の低いかたなどの負担が大きくなならないよう本人や世帯の課税状況や所得に応じて決まります。

あなたの介護保険料を確認しましょう

柏市の平成30年度から3年間の「基準額」67,200円(年額) / 5,600円(月額)

この「基準額」をもとに、所得に応じた負担になるように、18段階の保険料に分かれます。

所得段階	対象となるかた	調整率	保険料(年額)
第1段階	●生活保護受給者のかた ●世帯全員が市民税非課税で、課税年金収入額とその他の合計所得金額 <sup>※1</sup> の合計が80万円以下のかた	基準額 × 0.325	21,840円
第2段階	世帯全員が市民税非課税で、課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計が80万円を超え120万円以下のかた	基準額 × 0.475	31,920円
第3段階	世帯全員が市民税非課税で、課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計が120万円を超えるかた	基準額 × 0.675	45,360円
第4段階	本人が市民税非課税で同じ世帯に市民税課税者がいて本人の課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計が80万円以下のかた	基準額 × 0.80	53,760円
第5段階(基準額)	本人が市民税非課税で同じ世帯に市民税課税者がいて本人の課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計が80万円を超えるかた	基準額 × 1.00	67,200円
第6段階	本人が市民税課税で、合計所得金額 <sup>※2</sup> が100万円未満のかた	基準額 × 1.05	70,560円
第7段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が100万円以上150万円未満のかた	基準額 × 1.10	73,920円
第8段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が150万円以上200万円未満のかた	基準額 × 1.20	80,640円
第9段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が200万円以上300万円未満のかた	基準額 × 1.30	87,360円
第10段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が300万円以上400万円未満のかた	基準額 × 1.45	97,440円
第11段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が400万円以上500万円未満のかた	基準額 × 1.55	104,160円
第12段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が500万円以上600万円未満のかた	基準額 × 1.75	117,600円
第13段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が600万円以上700万円未満のかた	基準額 × 1.85	124,320円
第14段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が700万円以上800万円未満のかた	基準額 × 1.95	131,040円
第15段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が800万円以上900万円未満のかた	基準額 × 2.10	141,120円
第16段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が900万円以上1,000万円未満のかた	基準額 × 2.25	151,200円
第17段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満のかた	基準額 × 2.40	161,280円
第18段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が1,500万円以上のかた	基準額 × 2.55	171,360円

※1 その他の合計所得金額とは、合計所得金額から年金収入に係る雑所得を控除した金額です。

※2 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を控除した金額で所得控除(扶養控除、医療費控除等)や損失の繰越控除する前の金額です。なお、土地建物の譲渡所得がある場合は特別控除後の金額となります。

## 65歳以上のかたの介護保険料の納め方

65歳以上になった月(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<sup>\*</sup>の額に応じて次の2通りに分かれ、個人で納め方を選ぶことはできません。

<sup>\*</sup>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**のかた →  
【納付書】や【口座振替】で各自納めます

- 介護保険料の年額を納付期限に合わせて納めます。
- 柏市から納付書が送付されますので、柏市指定の金融機関等で納めてください。

忙しいかた、なかなか外出ができないかたは、  
**口座振替が便利です。**

口座振替が  
便利ね

- 手続き**
- 1 介護保険料の納付書、通帳、印かん(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。

<sup>\*</sup>口座振替の開始は、通常、申し込み日の翌々月からになります。

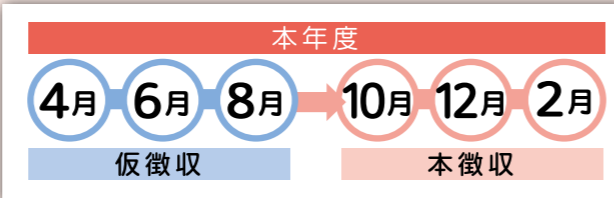
<sup>\*</sup>口座の残高をご確認ください。残高不足で引き落としされなかった場合は、納付書で納めることになります。

普通徴収

年金が年額**18万円以上**のかた → 年金から**【天引き】**になります

- 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回に分けて天引きになります。

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)。



**!** 年金が年額18万円以上でも、一時的に納付書で納めることがあります。

- 年度途中で保険料が増額になった → **増額分を納付書で納めます。**
- 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  
● 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 → **原則、10月以降(柏市が年金受給を把握できた6か月後)から年金天引きになります。それまでは、納付書で納めます。**

特別徴収

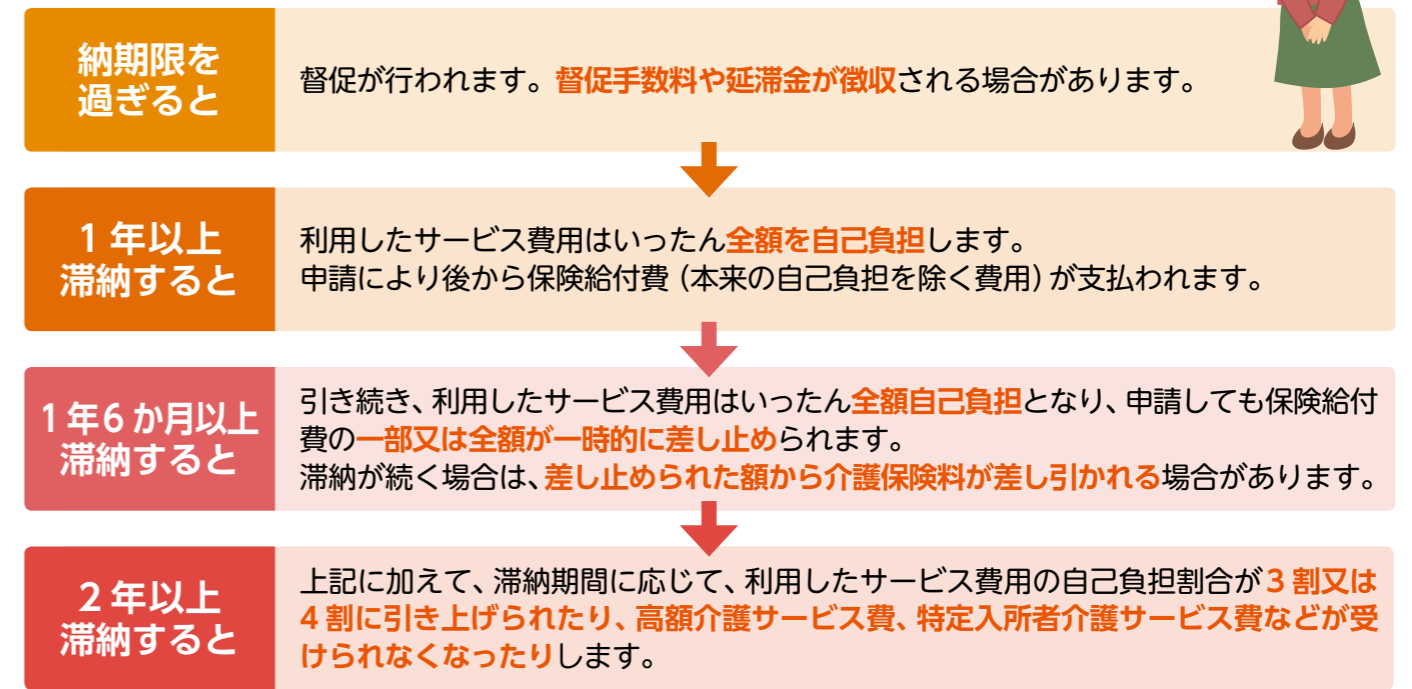
## 40～64歳のかたの介護保険料

40～64歳のかた(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かた	世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などに応じて決まります。	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かた	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。 (2017年8月からは段階的に保険者ごとの総報酬に連動した総報酬割により決まるようになりました。2020年度から全面的に総報酬割になる予定です。)	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。 <sup>*</sup> 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。

## 介護保険料を滞納すると?

特別な事情<sup>\*</sup>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。



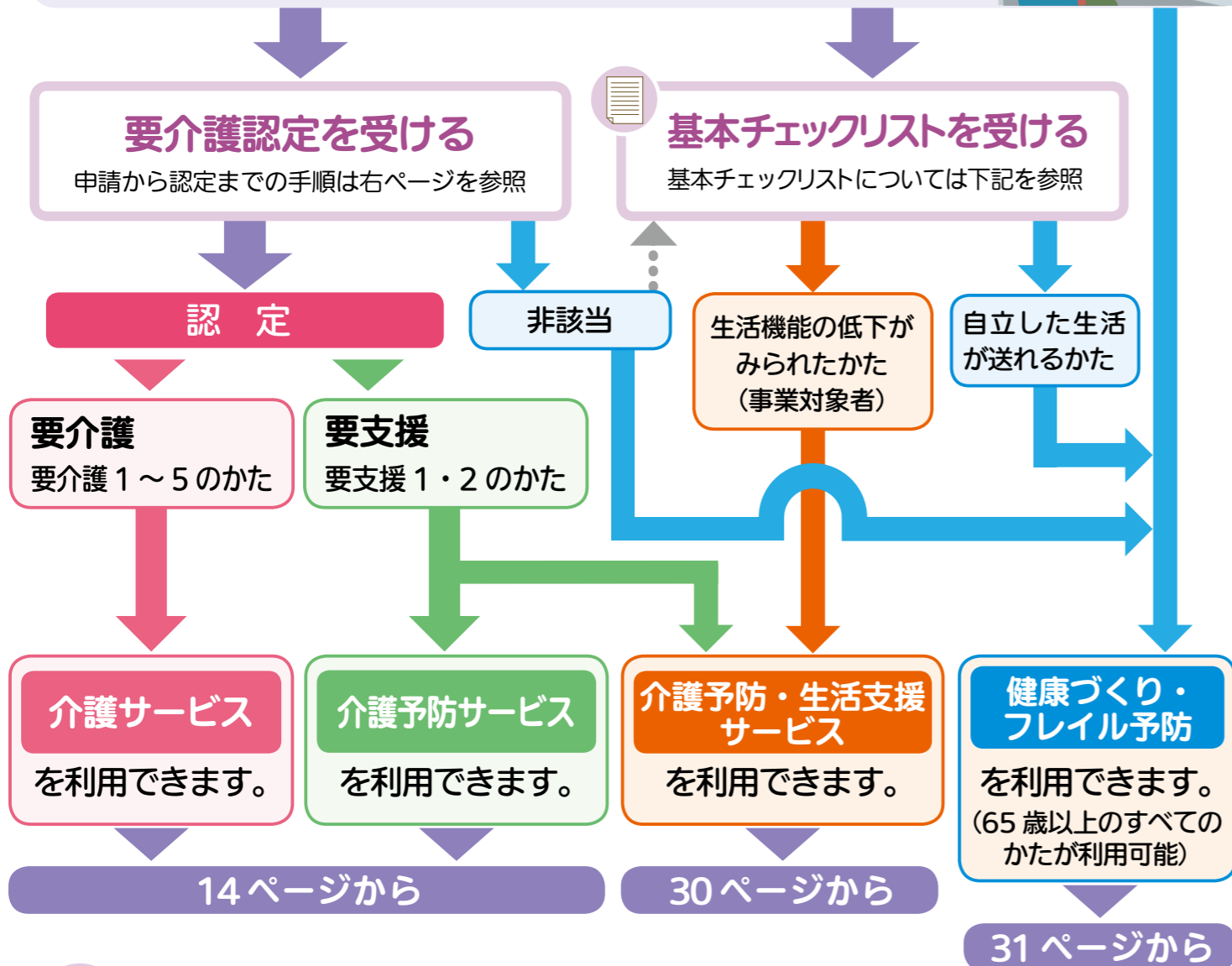
# 介護保険サービス 利用の流れ

生活する上でなにか困ることが出てきたら、介護保険サービスの利用を検討しましょう。必要な支援の度合いに応じて、利用できるサービスは異なります。



## 相談する 65歳以上のかた

地域包括支援センター、柏市高齢者支援課で、相談の目的を伝えます。



## 基本チェックリストとは

基本チェックリストは、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るものです。介護予防・生活支援サービス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。基本チェックリストによる判定は地域包括支援センターで受けることができます。

### 基本チェックリスト(一部)

- バスや電車で1人で外出していますか？
- 転倒に対する不安は大きいですか？
- 週に1回以上は外出していますか？
- 今日が何月何日かわからない時がありますか？

# 要介護認定の手順

## ① 申請する



申請の窓口は市役所の高齢者支援課等です。申請は、本人又は家族のほか、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代行してもらうこともできます。

次のところでも申請ができます。

- ・沼南支所窓口サービス課
- ・地域包括支援センター

### 申請するときのポイント！

- 介護の申請をすることを医師に伝え、主治医意見書を書いてもらえるかを確認しておくことです。
- 入院中のかたは事前に申請時期等について高齢者支援課にご相談ください。

### 申請に必要なもの

- 要介護・要支援認定申請書  
(高齢者支援課窓口・沼南支所窓口サービス課・地域包括支援センターにあります)
- 要介護認定のための日常生活状況申出書
- 介護保険の保険証(5ページ参照)
- 健康保険の保険証(第2号被保険者の場合)
- 主治医の氏名や医療機関名がわかるもの

### 申請後交付されるもの

- 介護保険資格者証  
申請時に介護保険の保険証を提出するため、認定結果通知が届くまでの間、サービスを利用するときは、介護保険の保険証の代わりになります。

## 居宅介護支援事業者

ケアマネジャーがいる事業者のことで、要介護認定の申請代行やケアプラン作成、サービス事業者との連絡・調整などの窓口です。

## ② 認定調査

### ●訪問調査

市の担当職員などが自宅(状況により病院ほか)を訪問し、心身の状況や日常生活、家族・居住環境などについてを調べるために、本人と家族などから聞き取り調査をします。(全国共通の調査票が使われます。)

### ●主治医の意見書

市の依頼を受けて、本人の主治医から介護を必要とする原因疾患などについての意見書が作成されます。主治医がいないかたは高齢者支援課にご相談ください。

### 主な調査項目

#### 基本調査

- |           |               |
|-----------|---------------|
| ●麻痺等の有無   | ●排尿           |
| ●拘縮の有無    | ●排便           |
| ●寝返り      | ●口腔清潔         |
| ●起き上がり    | ●衣服着脱         |
| ●座位保持     | ●外出頻度         |
| ●両足での立位保持 | ●意思の伝達        |
| ●歩行       | ●記憶・理解        |
| ●立ち上がり    | ●大声を出す        |
| ●片足での立位   | ●ひどい物忘れ       |
| ●洗身       | ●薬の内服         |
| ●視力       | ●金銭の管理        |
| ●聴力       | ●日常の意思決定      |
| ●移乗       | ●過去14日間に受けた医療 |
| ●移動       | ●日常生活自立度      |
| ●えん下      |               |
| ●食事摂取     |               |

#### 概況調査

#### 特記事項

## 要介護認定の手順

### ③ 審査・判定

一次判定(コンピュータ判定)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、要介護状態区分が判定されます。

#### ●一次判定 (コンピュータ判定)

公平に判定するため、訪問調査の結果はコンピュータで処理されます。

#### ●特記事項

調査票には盛り込めない事項などが記入されます。

#### ●主治医の意見書

かかりつけ医が作成した心身の状況についての意見書。

#### 二次判定 (介護認定審査会)

市が任命する保健、医療、福祉の専門家から構成された介護認定審査会が総合的に審査し、要介護度が決められます。

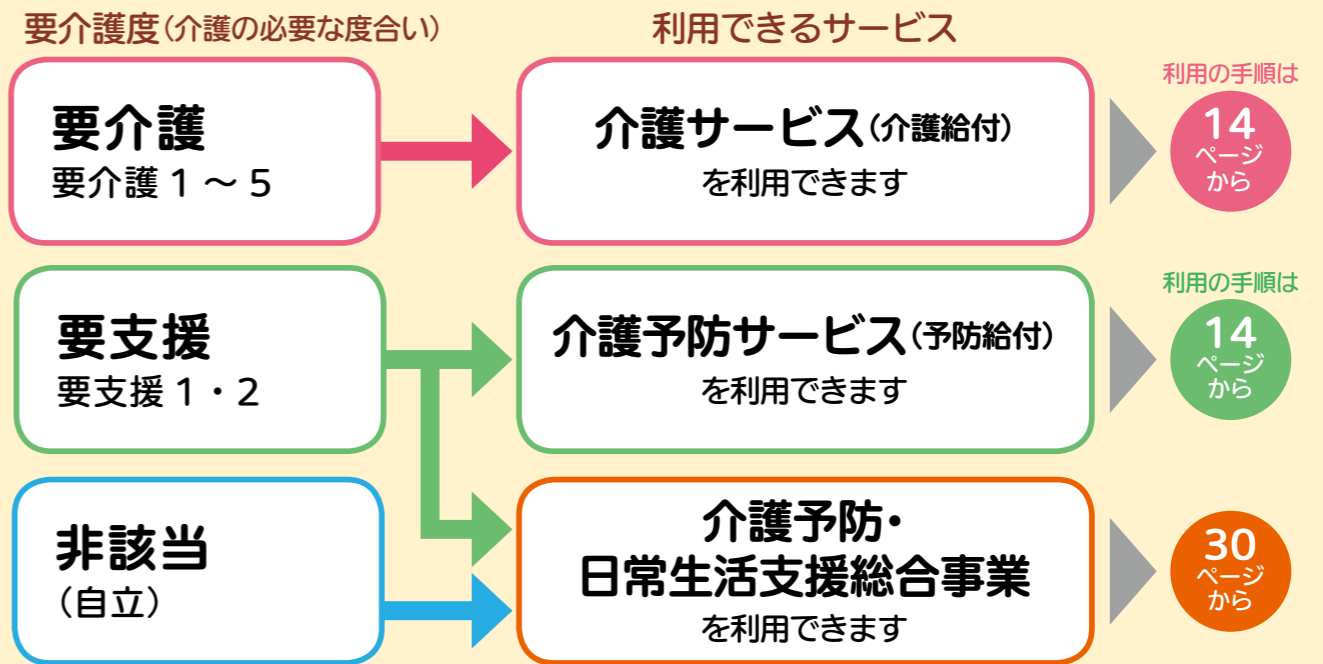


### ④ 認定結果が通知されます(原則、申請から30日以内)

介護認定審査会の審査結果にもとづいて、以下の区分に分けて認定されます。

- 要介護1~5→介護保険の介護サービスが受けられます
- 要支援1・2→介護保険の介護予防サービスや介護予防・日常生活支援総合事業が受けられます
- 非該当→基本チェックリストにより地域支援事業の介護予防・日常生活支援総合事業が利用(自立)できます

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、記載されている内容を確認しましょう。  
※認定結果に疑問がある場合、高齢者支援課に相談してください。



要介護状態区分	身体の状態(例)
要介護5	介護なしには日常生活を営むことがほぼ不可能となる状態
要介護4	介護なしには日常生活を営むことが困難となる状態
要介護3	日常生活においてほぼ全面的な介護が必要となる状態
要介護2	日常生活動作や認知機能の低下によって、より介護が必要となる状態
要介護1	日常生活動作や認知機能の低下によって、部分的な介護が必要となる状態
要支援2	要支援1の状態より基本的な日常生活を行う能力がわずかに低下し、何らかの支援が必要
要支援1	基本的な日常生活は、ほぼ自分で行うことができるが、要介護状態にならないよう何らかの支援が必要
非該当	支援・介護を必要とする対象にならない状態 (介護保険のサービスは、利用できません)

### 認定結果の有効期間と更新手続き

認定の有効期限は原則として新規の場合は6か月(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)、更新認定の場合は12か月です。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日前から受け付けます。

※心身の状態が悪くなったり、必要とされる介護の状況が変わった時は、いつでも変更の申請ができます。

# ケアプランの作成

要介護1～5と認定されたかたは、ケアマネジャーに希望を伝えてケアプラン(介護サービスを作った上で介護サービスを利用します。要支援1・2と認定されたかたは、地域包括支援センター、介護予防ケアプラン(介護予防サービスの利用計画)を作った上で介護予防サービスを利用します。  
(※基本チェックリストを受けてサービスを利用するかたは30ページをご覧ください)

の利用計画)センターに連絡利用します。

## ケアマネジャー(介護支援専門員)

介護の知識を幅広く持った専門家で、介護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。

- 利用者や家族の相談に応じアドバイスします。
- 利用者の希望に沿ったケアプラン(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かたに適切な施設を紹介します。

要介護1～5のかた

**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(16ページから)  
自宅を中心に利用する地域密着型サービス(小規模多機能型居宅介護など)の種類(24ページから)

**①居宅介護支援事業者等に連絡します**  
●市など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。  
●小規模多機能型居宅介護については事業者連絡します。

**②ケアプランを作成します**  
●担当のケアマネジャーと相談しながらいっしょにケアプランを作成します。  
ケアプランの作成は「居宅介護支援」(16ページ)に含まれており、利用者の負担はありません。

**③サービスを利用します**  
●サービス事業者と契約します。  
●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。  
●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**  
施設は3タイプに分かれます。(19ページ)

**①介護保険施設に連絡します**  
●入所前に見学したり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ケアプランを作成します**  
●入所した施設のケアマネジャーと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などを利用します。

要支援1・2のかた

**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(21ページから)

**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介護予防ケアプランを作成します。  
介護予防ケアプランの作成は「介護予防支援」(21ページ)に含まれており、利用者の負担はありません。

**④介護予防サービスや介護予防・生活支援サービスを利用します**  
●サービス事業者と契約します。  
●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。  
●介護予防ケアプランにそって介護予防サービスや介護予防・生活支援サービスを利用します。

事業対象者のかた

**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・生活支援サービスの種類(30ページから)

**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介護予防ケアプランを作成します。  
介護予防ケアプランの作成は「介護予防ケアマネジメント」(30ページ)に含まれており、利用者の負担はありません。

**④介護予防・生活支援サービスを利用します**  
●サービス事業者と契約します。  
●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。  
●介護予防ケアプランにそって介護予防・生活支援サービスを利用します。

非該当のかた

**①地域包括支援センターに相談します**  
●利用できるサービスの種類(31ページ)

**②フレイル予防事業に申し込みます**

●家族や地域包括支援センター職員と相談をしながら、栄養講座や体操講座など、ご本人の状況にあった事業に参加の申し込みをします。

**③フレイル予防事業を利用します**  
●事業が行われている場所に出向き、活動に参加します。

介護保険制度のしくみ

介護保険料の決め方・納め方

サービス利用の手順

介護サービスの

介護予防サービスの

地域密着型サービスの

福祉用具貸与・購入、住宅改修

費用負担

地域支援事業(総合事業)



# 介護サービス(居宅サービス)

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。

※ **地域密着型サービス** については24・25ページをご覧ください。

※令和元年10月からの金額です。

## ケアプランの作成・サービス利用についての相談

### きょたくかいごしえん 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)

## 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、食事や掃除、洗濯、買い物などの身体介護や生活援助をします。通院などを目的とした乗降介助も利用できます。

自己負担のめやす	1割	2割	3割	
身体介護中心	20分未満	173円	346円	519円
	20分～30分未満	260円	519円	779円
	30分～1時間未満	412円	823円	1,235円
生活援助中心	20分～45分未満	190円	380円	569円
	45分以上	234円	467円	701円
通院等乗降介助(1回につき)	103円	205円	307円	

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%が加算されます。

- ＜身体介護の例＞
- 食事や入浴の介助
  - オムツの交換、排せつの介助
  - 衣類の着脱の介助
  - 洗髪、つめ切り、身体の清拭
  - 通院・外出の付き添い など

- ＜生活援助の例＞
- 食事の準備や調理
  - 衣類の洗濯や補修
  - 掃除や整理整頓
  - 生活必需品の買い物
  - 薬の受け取り 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。

自己負担のめやす	1割	2割	3割
1回	1,309円	2,618円	3,927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。

自己負担のめやす	1割	2割	3割
1回*	302円	604円	905円

※20分間リハビリテーションを行った場合。



## お医者さんの指導のもとでの助言・管理

### きょたくりょうようかんりしどう 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、薬の飲みかた、食事など療養上の管理・指導を受けます。

自己負担のめやす	1割	2割	3割
医師・歯科医師の指導(月2回まで)	509円	1,018円	1,527円
医療機関の薬剤師の指導(月2回まで)	560円	1,120円	1,680円
薬局の薬剤師の指導(月4回まで)	509円	1,018円	1,527円
管理栄養士の指導(月2回まで)	539円	1,078円	1,617円
歯科衛生士の指導(月4回まで)	356円	712円	1,068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。

自己負担のめやす	1割	2割	3割	
病院・診療所から	20～30分未満	414円	828円	1,241円
	30～1時間未満	595円	1,190円	1,785円
訪問看護ステーションから	20～30分未満	489円	978円	1,466円
	30～1時間未満	854円	1,707円	2,560円

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算。緊急時訪問看護加算、特別な管理を必要とする場合などの加算あり。



## 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。

自己負担のめやす  
【通常規模の事業所／8時間以上9時間未満の場合】

	1割	2割	3割
要介護1	677円	1,354円	2,031円
要介護2	800円	1,600円	2,400円
要介護3	927円	1,853円	2,779円
要介護4	1,054円	2,108円	3,162円
要介護5	1,181円	2,362円	3,543円

※利用するメニューに応じて別に費用が加算されます。

	1割	2割	3割
個別機能訓練(1日)	48円	95円	142円
栄養改善(1回)	154円	308円	462円
口腔機能向上(1回)	154円	308円	462円
入浴介助(1回)	52円	103円	154円

※送迎を含みます。など  
※食費、日常生活費は別途自己負担となります。

### つうしょ 通所リハビリテーション【デイケア】

介護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。

自己負担のめやす  
【通常規模の事業所／4時間以上5時間未満の場合】

	1割	2割	3割
要介護1	528円	1,056円	1,584円
要介護2	618円	1,236円	1,854円
要介護3	707円	1,413円	2,120円
要介護4	822円	1,643円	2,464円
要介護5	935円	1,870円	2,805円

※利用するメニューに応じて別に費用が加算されます。

	1割	2割	3割
栄養改善(1回)	155円	310円	465円
口腔機能向上(1回)	155円	310円	465円
入浴介助(1回)	52円	104円	155円

※送迎を含みます。など  
※食費、日常生活費は別途自己負担となります。



介護保険制度のしくみ

介護保険料の決まり方・納め方

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

費用負担

地域支援事業(総合事業)



# 利用者や家族のかたへの負担軽減

低所得のかたが施設を利用した場合は居住費・食費の負担が軽減されます **申請が必要です**

低所得のかたの施設利用が困難とならないように、居住費・食費は下表の負担限度額までの自己負担となり、超えた分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)。なお、負担の軽減を受けるためには、高齢者支援課窓口にて申請して「介護保険負担限度額認定証」の交付を受け、サービスを受けるときに事業者へ提示することが必要です。

<b>対象要件</b> (次の3つのすべてを満たすかた)	①世帯全員が市民税非課税のかた ②別世帯の配偶者がいる場合は、その配偶者も市民税非課税のかた ③預貯金等の額が1,000万円以下(配偶者がいるかたは、夫婦合わせて2,000万円以下)
---------------------------------	---

負担限度額(1日あたり)

利用者負担段階	利用者負担段階	居住費等の負担限度額				食費の負担限度額
		ユニット型個室	ユニット型個室(病室)	従来型個室	多床室	
第1段階	世帯全員が市民税非課税で、老齢福祉年金を受給されているかた、生活保護等を受給されているかた	820円	490円	490円(320円)	0円	300円
第2段階	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+非課税年金収入額の合計が年間80万円以下のかた	820円	490円	490円(420円)	370円	390円
第3段階	世帯全員が市民税非課税で、上記以外のかた	1,310円	1,310円	1,310円(820円)	370円	650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。  
 ※施設の設定した居住費(滞在費)・食費が限度額を下回る場合は、施設の設定した金額が基準となります。  
 ※限度額を超えた分は、特定入所者介護サービス費として介護保険から施設に支払われます。  
 ※申請には、印かん・通帳等の写しが必要です。

## 社会福祉法人による施設サービス負担額軽減制度

この制度を実施している特別養護老人ホームに入所されているかたで、生計が困難と認められた場合は軽減されます。この制度を受けるためには高齢者支援課が発行する認定証が必要です。対象要件、申請方法など詳しくはお問い合わせください。

## 柏市家族介護慰労金支給制度

この制度は、居宅で介護サービスを利用せず、医療機関に月8日以上入院をしていない要介護4・5の認定を受けている要介護高齢者の介護をしている家族のかたに対し支給するものです。対象と思われるかたには、市より申請書が送付されますので、高齢者支援課まで提出してください。

## 柏市介護保険居宅サービス利用者負担金助成

**申請が必要です**

低所得のかたを対象に、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護(以上、介護予防サービスを含む)、訪問介護、通所介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、地域密着型通所介護、看護小規模多機能型居宅介護、第1号訪問事業、第1号通所事業の20種類の居宅サービスについて、利用者負担金の一部を助成します。助成を受けるためには、高齢者支援課が発行する認定証が必要です。申請方法など詳しくはお問い合わせください。

<b>対象要件</b> (①～④のすべてを満たすかた)	①生計を同一にする世帯に活用できる資産がない ②世帯全員の預貯金が100万円以下 ③年間の収入が生活保護基準の1.3倍以内 ④世帯全員が所得税非課税のかた
--------------------------------	---

# 介護予防サービス



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応じて異なります。  
 ※令和元年10月からの金額です。

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のかたは、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

### かいごよぼうしえん 介護予防支援

地域包括支援センターの保健師などが、利用者に合った「介護予防ケアプラン」を作成し、そのプランにそって、安心してサービスを利用できるように、利用者を支援します。介護予防ケアプランの相談・作成は全額を介護保険が負担しますので、利用者に自己負担はありません。



## 自宅を訪問してもらう

### かいごよぼうほうもん 介護予防訪問入浴介護

居宅に浴室がない場合や、感染症などで浴室の利用が難しい場合、移動入浴車などでの入浴サービスが利用できます。



自己負担のめやす

	1割	2割	3割
1回	885円	1,770円	2,654円

### かいごよぼうほうもん 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、言語聴覚士に訪問してもらい、リハビリをします。



自己負担のめやす

	1割	2割	3割
1回*	302円	604円	905円

※20分間リハビリテーションを行った場合。

介護保険制度のしくみ

介護保険料の決めり方・納め方

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

費用負担

地域支援事業(総合事業)

## 介護予防サービス

### お医者さんの指導のもとのお言・管理

#### かいごよぼうきょたくりょ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、管理栄養士などが居宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の管理や指導をします。

自己負担のめやす	1割	2割	3割
医師・歯科医師の指導(月2回まで)	509円	1,018円	1,527円
医療機関の薬剤師の指導(月2回まで)	560円	1,120円	1,680円
薬局の薬剤師の指導(月4回まで)	509円	1,018円	1,527円
管理栄養士の指導(月2回まで)	539円	1,078円	1,617円
歯科衛生士の指導(月4回まで)	356円	712円	1,068円

#### かいごよぼうほうもんかんご 介護予防訪問看護

看護師などが居宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の世話や診療の補助をします。

自己負担のめやす	1割	2割	3割	
病院・診療所から	20分～30分未満	396円	792円	1,188円
	30分～1時間未満	574円	1,147円	1,720円
訪問看護ステーションから	20分～30分未満	468円	936円	1,404円
	30分～1時間未満	824円	1,647円	2,470円

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算。緊急時訪問看護加算、特別な管理を必要とする場合などの加算あり。



### 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(デイケア)

介護老人保健施設や病院・診療所で、食事などの日常生活上の支援や生活行為向上のための支援、リハビリテーション、目標に合わせた選択的サービスが利用できます。

自己負担のめやす(1か月)  
【共通的服务】

	1割	2割	3割
要支援1	1,778円	3,556円	5,334円
要支援2	3,754円	7,508円	11,262円

※送迎、入浴を含みます。  
※食費、日常生活費は別途自己負担となります。

【選択的サービス】

	1割	2割	3割
運動器機能向上	233円	465円	698円
栄養改善	155円	310円	465円
口腔機能向上	155円	310円	465円



### 選択的サービスの例

介護予防通所リハビリテーションで提供される選択的サービスには、次のようなものがあります。利用者の目標に応じて利用できます。また、組み合わせて利用することもできます。

#### 運動器の機能向上

ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動、バランストレーニングなどの指導や、運動に関する相談

#### 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や、相談

#### 口腔機能の向上

口の中や義歯の手入れ方法、味覚障害や気道感染の予防法、咀嚼や飲み込みの訓練法などの指導

### 施設に入っているかた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ょしゃせいかつかいご 介護予防特定施設入居者生活介護

介護付有料老人ホームなどに入居して、介護予防を目的とした日常生活上の支援や介護を提供します。

自己負担のめやす(30日)

	1割	2割	3割
要支援1	5,577円	11,154円	16,730円
要支援2	9,552円	19,103円	28,654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、居住費は別途自己負担となります。



### 短期間施設に泊まる ※連続した利用が30日を超えた場合、31日目は全額自己負担となります。

#### かいごよぼうたんきにゆうしょせいかつかいご 介護予防短期入所生活介護(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、日常生活上の支援(食事、入浴、排せつなど)や機能訓練などが受けられます。

自己負担のめやす(1日)【介護老人福祉施設・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		
	1割	2割	3割	1割	2割	3割	1割	2割	3割
要支援1	453円	905円	1,358円	453円	905円	1,358円	531円	1,062円	1,593円
要支援2	563円	1,126円	1,689円	563円	1,126円	1,689円	659円	1,318円	1,977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、滞在費は別途自己負担となります。

#### かいごよぼうたんきにゆうしりょうようかいご 介護予防短期入所療養介護(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、介護予防を目的とした医療上のケアを含む、日常生活上の支援や機能訓練、医師の診療などが受けられます。

自己負担のめやす(1日)【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		
	1割	2割	3割	1割	2割	3割	1割	2割	3割
要支援1	596円	1,192円	1,787円	630円	1,259円	1,889円	640円	1,280円	1,920円
要支援2	741円	1,481円	2,222円	789円	1,578円	2,367円	802円	1,604円	2,406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、滞在費は別途自己負担となります。



介護保険制度のしくみ

介護保険料の決まり方・納め方

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

費用負担

地域支援事業(総合事業)

# 住み慣れた地域で受けるサービス

住み慣れた地域での生活を続けるために、地域の特性に応じたサービスが受けられます。ただし、原則として、他の市区町村のサービスは受けられません。

(サービスの種類、内容などは市区町村によって異なります)

※費用は施設の体制などに応じて異なります。

※令和元年10月からの金額です。

## 通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービス

しょうきぼたきのうがたきよたくかいご  
**小規模多機能型居宅介護**  
かいごよぼうしょうきぼたきのうがたきよたくかいご  
(介護予防小規模多機能型居宅介護)

通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問系や泊まりのサービスを組み合わせ、多機能なサービスを受けられます。

自己負担のめやす(1か月)

	1割	2割	3割
要支援1	3,531円	7,062円	10,593円
要支援2	7,136円	14,272円	21,408円
要介護1	10,706円	21,412円	32,118円
要介護2	15,735円	31,470円	47,204円
要介護3	22,889円	45,777円	68,665円
要介護4	25,261円	50,522円	75,783円
要介護5	27,854円	55,708円	83,562円

※食費、日常生活費、宿泊費は別途自己負担となります。

かんごしょうきぼたきのうがたきよたくかいご  
**看護小規模多機能型居宅介護**

通所を中心に、利用者の状況や選択に応じて泊まりや訪問系(看護・介護)のサービスを柔軟に選択して組み合わせ、医療ニーズにも対応したサービスを受けられます。

自己負担のめやす(1か月)

	1割	2割	3割
要介護1	12,811円	25,621円	38,431円
要介護2	17,925円	35,850円	53,774円
要介護3	25,197円	50,394円	75,591円
要介護4	28,578円	57,156円	85,734円
要介護5	32,326円	64,652円	96,977円

※食費、日常生活費、宿泊費は別途自己負担となります。

※要支援のかたは利用できません。

## 夜間の訪問サービス

やかんたいおうがたほうもんかいご  
**夜間対応型訪問介護**

夜間に定期的な巡回で介護を受けられる訪問介護、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訪問介護などがあります。

自己負担のめやす

【オペレーションセンターを設置している場合】

	1割	2割	3割
基本夜間対応型訪問介護	1,056円/月	2,111円/月	3,167円/月
定期巡回サービス	395円/回	790円/回	1,185円/回
随時訪問サービス	603円/回	1,205円/回	1,807円/回

※要支援のかたは利用できません。

## 24時間対応の訪問サービス

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

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ことで、随時対応も受けられます。

自己負担のめやす(1か月)

	1割	2割	3割
要介護1	8,635円	17,270円	25,905円
要介護2	13,490円	26,980円	40,470円
要介護3	20,592円	41,184円	61,776円
要介護4	25,385円	50,769円	76,153円
要介護5	30,752円	61,503円	92,255円

※要支援のかたは利用できません。

## 認知症のかた向けのサービス

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

認知症と診断された高齢者が食事・入浴などの介護や支援、専門的なケアが日帰りで受けられます。

自己負担のめやす

【8時間以上9時間未満の場合/併設型の場合】

	1割	2割	3割
要支援1	821円	1,641円	2,461円
要支援2	916円	1,831円	2,746円
要介護1	1,055円	2,110円	3,164円
要介護2	1,170円	2,339円	3,508円
要介護3	1,283円	2,566円	3,849円
要介護4	1,400円	2,800円	4,200円
要介護5	1,514円	3,027円	4,540円

※食費、日常生活費は別途自己負担となります。

にんちしょうたいおうがたきょうどうせいかつかいご  
**認知症対応型共同生活介護**  
かいごよぼうにんちしょうたいおうがたきょうどうせいかつかいご  
(介護予防認知症対応型共同生活介護)  
【グループホーム】

認知症と診断された高齢者が共同で生活できる場(住居)で、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

自己負担のめやす(30日)

	1割	2割	3割
要支援2	22,954円	45,907円	68,861円
要介護1	23,077円	46,154円	69,230円
要介護2	24,155円	48,310円	72,465円
要介護3	24,895円	49,789円	74,684円
要介護4	25,388円	50,775円	76,163円
要介護5	25,881円	51,761円	77,642円

※食費、日常生活費、居住費は別途自己負担となります。

※要支援1のかたは利用できません。

## 小規模な施設に移り住んで受ける介護サービス

ちいきみつちやくがたかいごろうじんふくししせつ  
**地域密着型介護老人福祉施設**  
にゅうしょしゃせいかつかいご  
**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・入浴などの介護や機能訓練などのサービスが受けられます。

自己負担のめやす(30日)

要介護度	ユニット型個室		
	1割	2割	3割
要介護1	19,904円	39,807円	59,710円
要介護2	21,999円	43,997円	65,995円
要介護3	24,248円	48,495円	72,743円
要介護4	26,405円	52,809円	79,213円
要介護5	28,500円	56,999円	85,498円

※食費、日常生活費、居住費は別途自己負担となります。

※新規に入所できるのは原則、要介護3以上のかた。

## 小規模な施設の通所介護サービス

ちいきみつちやくがたつうしょかいご  
**地域密着型通所介護**

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。

自己負担のめやす【8時間以上9時間未満の場合】

	1割	2割	3割
要介護1	789円	1,578円	2,367円
要介護2	933円	1,865円	2,798円
要介護3	1,081円	2,161円	3,242円
要介護4	1,230円	2,459円	3,688円
要介護5	1,376円	2,751円	4,126円

※食費、日常生活費、居住費は別途自己負担となります。

※要支援のかたは利用できません。

# 生活環境を整えるサービス

※ ( ) 内は介護予防サービスの名称です。

## 自立した生活をす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)

日常生活の自立を助けるための福祉用具(下記の品目)をレンタルするサービスです。

要介護4・5のかたが利用できる福祉用具

要介護2・3のかたが利用できる福祉用具

要支援1・2、要介護1のかたが利用できる福祉用具

- |                     |  |
|---------------------|--|
| ① 手すり(工事をともなわないもの)  | ③ 歩行器                                  |
| ② スロープ(工事をともなわないもの) | ④ 歩行補助つえ                               |
| ⑤ 車いす               | ⑩ 体位変換器                                |
| ⑥ 車いす付属品(電動補助装置等)   | ⑪ 認知症老人徘徊感知機器                          |
| ⑦ 特殊寝台              | ⑫ 移動用リフト(つり具を除く)                       |
| ⑧ 特殊寝台付属品(サイドレール等)  | ※入浴リフト(垂直移動のみ)、段差解消機、階段移動用リフトなども該当します。 |
| ⑨ 床ずれ防止用具           |  |

⑬ 自動排せつ処理装置(尿のみを自動的に吸引できるものは要支援1・2のかた、要介護1～3のかたも利用できます)

原則として、⑤～⑫の福祉用具は、要介護2～5、⑬の福祉用具は、要介護4、5のかたが利用の対象です。ただし、それ以外の介護度のかたでも、身体状況等によっては利用できることがありますので、担当ケアマネジャーにご確認ください。

### 自己負担について

※レンタル費用の1割、2割又は3割です。支給限度額(28ページ参照)が適用されます。  
※用具の種類や事業者により金額は変わります。

## 福祉用具を購入する

申請が必要です

### 特定福祉用具購入費(特定介護予防福祉用具購入費)

右記の福祉用具を、都道府県の指定を受けた事業者から購入したとき、購入費が支給されます。同年度(4月1日～翌年3月31日)で10万円を上限に費用の9割、8割又は7割が支給されます(1割、2割又は3割は自己負担)。

- 腰掛便座
- 簡易浴槽
- 入浴補助用具
- 移動用リフトのつり具
- 自動排せつ処理装置の交換可能部品

※都道府県の指定を受けていない事業者から購入した場合は支給されませんので、ご注意ください。なお、介護保険の福祉用具販売の指定を各都道府県から受けている事業者であれば、市外事業者からの購入も可能です。

※事業所にいる「福祉用具専門相談員」に必ずアドバイスを受けましょう。

※償還払い(いったん全額立てかえ)と受領委任払い(販売業者立てかえ)の支払い方法があります。

※受領委任払いの登録をしている業者については、ケアマネジャーか高齢者支援課へお問い合わせください。

## より安全な生活が送れるように住宅を改修する

### 住宅改修費支給(介護予防住宅改修費支給)

事前と事後に申請が必要です

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20万円かかったとき、自己負担1割の場合は2万円、2割の場合は4万円、3割の場合は6万円が自己負担額です)



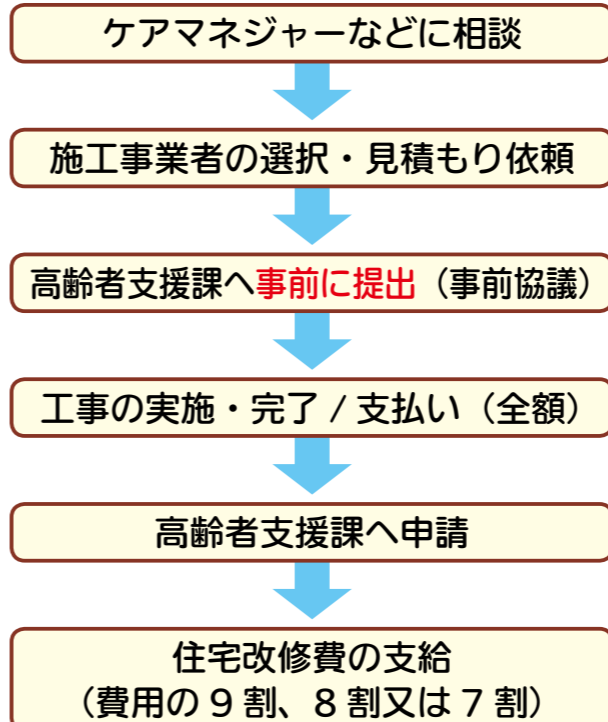
工事を開始する前に、必ず高齢者支援課で事前の手続き(事前協議)をしてください。

※事前協議前に工事を開始した場合は、支給対象になりません。  
※申請の際に必要な書類の確認やそれぞれのかたに合った改修方法など、わからないことがあれば、ケアマネジャーや高齢者支援課窓口にご相談ください。

### 自己負担について

※償還払い(一度全額を施工業者に支払い、9割、8割又は7割分を支給申請する。)と、受領委任払い(施工業者立てかえ)とがあります。受領委任払いの登録をしている業者については、ケアマネジャーか高齢者支援課にお問い合わせください。  
※引っ越した場合や、要介護状態区分が著しく重くなったときには、再度の給付を受けられます。  
※屋外の部分の改修工事も給付の対象となる場合があります。

## 手続きの流れ【償還払いの例】



### 【提出に必要な書類】

- 住宅改修費支給事前協議書
- 工事費内訳書  
介護保険の対象となる工事の種類を明記し、各費用などが適切に区分してあるもの。
- 住宅改修が必要な理由書  
ケアマネジャーや福祉住環境コーディネーターなどに作成を依頼します。
- 工事予定箇所の現状写真(日付入り)
- 図面
- 住宅の所有者の承諾書  
(改修の利用者と住宅の所有者が異なる場合)
- 委任状(事前協議用)

### 【申請に必要な書類】

- 住宅改修費支給申請書
- 住宅改修に要した費用の領収書の原本
- 工事完了箇所の工事後写真(日付入り)

介護保険制度のしくみ

介護保険料の決め方・納め方

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

費用負担

地域支援事業(総合事業)

# 費用の一部を負担します

おもな在宅サービスでは、要介護状態区分に応じて、「支給限度額」が決められていて、その範囲内でサービスを利用する場合は、自己負担は1割、2割又は3割です。ただし、上限を超えてサービスを利用した場合は、超えた分は全額が自己負担になります。

## サービスの支給限度額(1か月)のめやす

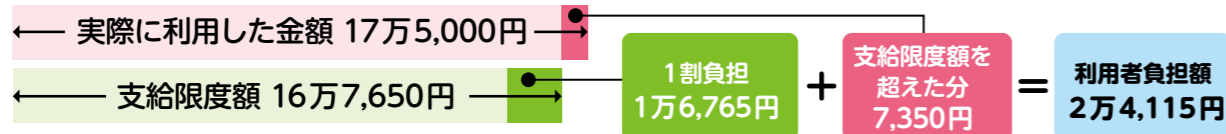
要介護度	支給限度額	自己負担(1割)	自己負担(2割)	自己負担(3割)
要支援1	5万 320円	5,032円	1万 64円	1万5,096円
要支援2	10万5,310円	1万 531円	2万1,062円	3万1,593円
要介護1	16万7,650円	1万6,765円	3万3,530円	5万 295円
要介護2	19万7,050円	1万9,705円	3万9,410円	5万9,115円
要介護3	27万 480円	2万7,048円	5万4,096円	8万1,144円
要介護4	30万9,380円	3万 938円	6万1,876円	9万2,814円
要介護5	36万2,170円	3万6,217円	7万2,434円	10万8,651円

このような費用は介護保険給付の対象となりません

- 支給限度額を超えた利用者負担
- 食費・居住費(滞在費)・日常生活費など

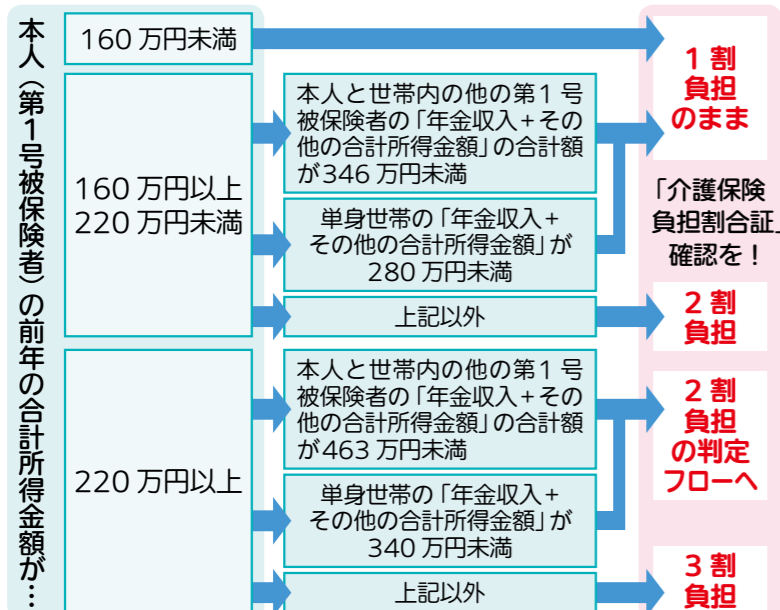
- ・上記の支給限度額は、利用するサービスの種類や事業所の所在地により若干の違いがあります。
- ・福祉用具購入費と住宅改修費は上記の限度額に含まれません。
- ※令和元年10月からの金額です。

例 要介護1(1割負担)のかたが、17万5,000円分のサービスを利用した場合の自己負担額は



## 負担割合

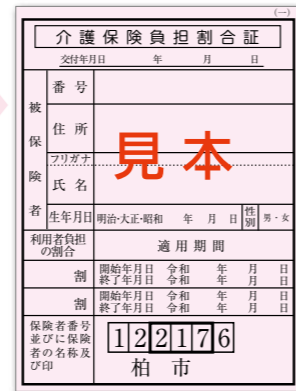
一定以上所得者は、サービスの利用者負担の割合が2割又は3割になります。



## 負担割合証

負担割合が記載された「介護保険負担割合証」が交付されます。

既に要介護認定を受けているかたには、負担割合(1割、2割又は3割)を記載した「負担割合証」(左図)を7月上旬に郵送でお送りします。初めて認定を受けるかたには、認定結果通知と併せてお送りします。



- ※負担割合は、個人ごとに決まるので、世帯内で負担割合が異なる場合があります。
- ※負担割合証はイメージです。実際のものとは異なります。

## 利用者負担が高額になったとき

同じ月に利用したサービスの利用者負担(1割、2割又は3割)が高額になった場合は、1か月の利用者負担を合算(同じ世帯内に複数の利用者がある場合には、世帯合算)して、上限額(下表)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」として後から支給されます。

利用者負担段階区分	上限額
市民税課税世帯のかた(現役並み所得者)	世帯 4万4,400円
市民税課税世帯のかた(一般)	世帯 4万4,400円(世帯) +年間上限額の設定(1割負担者のみの世帯)
世帯全員が市民税非課税のかた	世帯 2万4,600円
● 合計所得金額および課税年金収入額の合計が80万円以下のかた ● 老齢福祉年金の受給者	個人 1万5,000円
生活保護の受給者等	個人 1万5,000円 世帯 1万5,000円

### 1割負担者に対する年間上限額の設定

1割負担者のみの世帯については、平成29年8月から3年間に限り、年間の負担総額が現在の年間負担最大額を超えない仕組みとなります。  
年間上限額：44万6,400円  
(3万7,200円×12)

## 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、介護保険と医療保険のそれぞれの月額限度額を適用後、年間(8月～翌年7月)の自己負担額を合算して、下表の限度額を超えた場合は、申請により、超えた分が後から介護保険と医療保険より支給されます(高額医療・高額介護合算制度)。

※対象と思われるかたへ医療保険より申請書が送付されます(国保・後期高齢者医療制度にご加入のかたに限りです)。

高額医療・高額介護合算制度の自己負担限度額 < 年額 / 8月～翌年7月 >

所得区分		70歳未満のかた	70歳以上のかた
現役並み	課税所得690万円以上	212万円	212万円
	課税所得380万円以上	141万円	141万円
	課税所得145万円以上	67万円	67万円
一般		60万円	56万円
低所得者Ⅱ		34万円	31万円
低所得者Ⅰ*			19万円

※低所得者Ⅰ区分の世帯で介護(介護予防)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表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、詳しくは高齢者支援課までお問い合わせください。



# 介護予防・日常生活支援総合事業

高齢者のフレイル予防と自立した日常生活の支援を目的とした事業です。



## 介護予防・生活支援サービス

これまでのサービスに加え、サポーター・地域のたすけあい・NPOなどのボランティア団体が提供する新しいサービスを利用できます。

- 対象者**
- ①要支援認定を受けたかた
  - ②基本チェックリストにより介護予防・生活支援サービス事業対象者となったかた（要支援に相当するかたを想定しています）
- ※基本チェックリストの受け方については、10ページをご覧ください。

### ケアプランを作成

#### ●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などに相談し、サービスの種類や回数を決め、ケアプランを作成してもらいます。（無料）

### 訪問型サービス（ホームヘルプ）

#### ●介護予防訪問サービス（訪問介護相当サービス）

ホームヘルパーが訪問し、生活援助（買い物、調理、洗濯、掃除等）、身体介護（食事や入浴の介助）を利用者とともにを行います。

自己負担のめやす(1か月)

	1割	2割	3割
週1回程度の利用	1,221円	2,442円	3,664円
週2回程度の利用	2,440円	4,881円	7,321円
週2回程度を超える利用（要支援2相当のみ）	3,871円	7,742円	11,613円

※回数は地域包括支援センターの作成するケアプランにより決まります。※令和元年10月からの金額です。

#### ●生活支援訪問サービス（訪問型サービスA）

サポーターが訪問し、生活援助（買い物、調理、洗濯、掃除等）を利用者とともにを行います。

自己負担のめやす(1か月)

	1割	2割	3割
週1回程度の利用	1,021円	2,042円	3,063円
週2回程度の利用	2,040円	4,080円	6,121円
週2回程度を超える利用（要支援2相当のみ）	3,236円	6,473円	9,709円

※回数は地域包括支援センターの作成するケアプランにより決まります。※令和元年10月からの金額です。（予定）

#### ●たすけあいサービス（訪問型サービスB）

日常のちょっとした困りごと（ゴミ出し、掃除、調理、買い物等）を助け合う、地域の支えあいやボランティアによるサービスです。

**自己負担** 各支えあい活動団体が設定。

### 通所型サービス（デイサービス）

#### ●介護予防通所サービス（通所介護相当サービス）

通所介護施設（デイサービスセンター）で、食事のサービスや生活機能の維持向上のための体操や筋力トレーニングなどを日帰りで受けられます。

自己負担のめやす(1か月)  
【共通的サービス】

	1割	2割	3割
要支援1・事業対象者	1,700円	3,399円	5,099円
要支援2・事業対象者	3,485円	6,969円	10,454円

※送迎、入浴を含みます。  
※食費、日常生活費は別途自己負担となります。  
※令和元年10月からの金額です。

【選択的サービス】

	1割	2割	3割
運動器機能向上	231円	462円	693円
栄養改善	154円	308円	462円
口腔機能向上	154円	308円	462円
生活機能向上グループ活動	103円	205円	308円

※令和元年10月からの金額です。

## 健康づくり・フレイル予防

お住まいの近くで健康づくりやフレイル予防に取り組めるよう、さまざまな事業を行っています。いくつかの例をご紹介します。

**対象者** 65歳以上のすべてのかた

講座・体操教室などの開催は「広報かしわ」や市のホームページでもご案内しています。

### 行ってみよう！

#### ●介護予防センター「ほのぼのプラザますお」「いきいきプラザ」

2か所のセンターを中心に健康増進のための講座（運動・認知症予防等）を実施するほか、地域交流、人材育成、情報発信など、フレイル予防を地域に広める活動を支援します。

ほのぼのプラザますお：増尾駅徒歩5分  
いきいきプラザ：柏市役所敷地内16号沿い

ほのぼのプラザますお ☎ 04-7170-5570

#### ●フレイル予防教室

フレイル予防の基本をお伝えします。誰でも気軽に参加できる教室です。日時・場所・内容は、お近くの地域包括支援センターからご案内します。

例 認知症予防講座 □口腔ケア講座  
各種介護予防体操教室など

地域包括支援課 ☎ 04-7167-2318

高齢者のサロンや通いの場などに講師を派遣します！

#### ●フレイル予防・健康づくり出前講座

柏市では、自身の健康状態や日々の生活を振り返る「フレイルチェック」や身近な地域で仲間と気軽に行える「かしわロコトレ！」など、講師が高齢者のサロン等に出向きフレイル予防のプログラムを提供します。ご利用、お待ちしております。

#### ●ふれあいサロンとコミュニティカフェ（月1～2回程度開催）

身近な地域における居場所づくり、見守り・支えあいの取り組みの1つとして、ふれあいサロンや世代を問わず誰もが気軽に利用できるコミュニティカフェがあります。多くのかたに「地域にある居心地よい場所」として利用されています。開催日時、場所などは、柏市社会福祉協議会までお問い合わせください。

柏市社会福祉協議会 ☎ 04-7163-9001

#### ●ロコモフィットかしわ

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を予防するために、近隣センターやふるさと会館などでロコモ予防体操教室を実施します。

◆ロコモティブシンドロームとは…

筋肉や骨、関節などの機能の障害により、「立つ」「歩く」という機能が低下している状態のこと。進行すると日常生活に支障が生じます。

◆ロコ貯体操

ゴムを使ったオリジナル体操です。安定した姿勢やバランスを保つために必要な身体の深層部の筋肉を鍛えます。

地域包括支援課 ☎ 04-7167-2318

メニューの例 フレイルチェック  
お口の健康と介護予防  
栄養から介護予防  
かしわロコトレ！などの体操

ほのぼのプラザますお ☎ 04-7170-5570

### やってみよう！

#### ●介護支援サポーター

柏市社会福祉協議会  
☎ 04-7165-0880

65歳以上のかたの地域貢献を応援します。説明会に参加したあと、登録介護保険施設などでボランティア活動をすることにより、年額5,000円（上限）の奨励金を受け取ることができます。

介護保険制度のしくみ

介護保険料の決まり方・納め方

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

費用負担

地域支援事業（総合事業）



# お問い合わせ先

## ● 柏市 保健福祉部 高齢者支援課 FAX.7167-1282

介護サービスについて	介護サービス担当	7167-1135
要介護認定について	認定審査担当	7167-1134
介護保険料について	資格保険料担当	7167-1022

## ● 柏市 保健福祉部 地域包括支援課 TEL.7167-2318

フレイル予防について

## ● 柏市 保健福祉部 地域医療推進課 TEL.7197-1510

在宅医療の相談について

## ● 地域包括支援センター

介護予防サービスなどのケアプランを作成したり、フレイル予防のご案内、高齢者やその家族からの相談、高齢者の虐待防止等の権利擁護などを行う地域の中核拠点です。

地域包括支援センター名	所在地	電話番号	担当地域
柏北部 地域包括支援センター	十余二 363-15 (県道守谷流山線・柏の葉キャンパス入り口近く)	7140-8818	田中、西原
北柏 地域包括支援センター	布施 1-3 介護老人保健施設はみんぐ 1 階 (柏市立柏病院裏)	7130-7800	富勢
北柏第 2 地域包括支援センター	大山台 2-3 モラージュ柏 2 階	7179-5500	松葉 高田・松ヶ崎
柏西口 地域包括支援センター	豊四季台 1-3-1 (柏地域医療連携センター近く)	7142-8008	豊四季台
柏西口第 2 地域包括支援センター	豊町 2-5-25 イオンモール柏 3 階	7147-8001	新富、旭町
柏東口 地域包括支援センター	東上町 2-6 久大マンション 1 階 (柏銀座通り商店街)	7168-7070	柏中央、新田原
柏東口第 2 地域包括支援センター	中央 2-9-12 リッツハウス C 号室 (柏第三小学校入り口近く)	7192-6610	富里、永楽台
光ヶ丘 地域包括支援センター	今谷南町 4-20 (光ヶ丘小学校近く)	7160-0003	光ヶ丘、酒井根
柏南部 地域包括支援センター	南増尾 58-3 リフレッシュプラザ柏 1 階	7160-0002	藤心、南部
柏南部第 2 地域包括支援センター	増尾台 3-8-51 もりこビル 102 号 (県道 51 号市川柏線沿い)	7170-9300	増尾
沼南 地域包括支援センター	風早 1-2-2 沼南社会福祉センター 1 階	7190-1900	風早北部 風早南部、手賀