

問合せ・申請受付

古河市総和福祉センター「健康の駅」

〒306-0221 古河市駒羽根1501番地

介護保険・地域支援事業(総合事業)に関すること

● 高齢介護課 ☎ 0280-92-4921

地域支援事業(一般介護予防事業)に関すること

● 健康づくり課 (古河福祉の森会館内) ☎ 0280-48-6883

介護・福祉・健康・医療など高齢者の相談に関すること

- 高齢者サポートセンター古河 (地域包括支援センター古河) ☎ 0280-23-6517
- 高齢者サポートセンター総和 (地域包括支援センター総和) ☎ 0280-92-5920
- 高齢者サポートセンター三和 (地域包括支援センター三和) ☎ 0280-77-1901

在宅介護支援センター (古河市が委託している身近な相談窓口)

	施設名	電話番号	担当区域
古河	愛光園	0280-48-6944	駅西地区(古河地区)
	わたらせ	0280-47-0161	国道354号線以南(古河地区)
	平成園	0280-31-3737	駅東地区(古河地区)
総和	青嵐荘	0280-98-0030	総和北中学校区
	白英荘	0280-98-6218	総和中学校区
	バックアップ(総和中央病院)	0280-91-1256	総和南中学校区
三和	みどりの里	0280-78-1123	三和中学校区・三和東中学校区(一部)
	秋明館	0280-77-3751	三和北中学校区・三和東中学校区(一部)

介護保険・高齢者福祉サービスに関する申請受付のみ

- 総和庁舎市民総合窓口課 ☎ 0280-92-3111
- 古河庁舎市民総合窓口室 ☎ 0280-22-5111
- 三和庁舎市民総合窓口室 ☎ 0280-76-1511

介護保険は「予防」と「たすけあい」で暮らしを支える制度です

みんなの

令和3~
5年度用

介護保険

わかりやすい利用の手引き



古河市

介護保険は高齢者の暮らしを 社会みんなで支えるしくみです

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

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

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

！ 令和3年度の介護保険制度改正のポイント

【介護保険サービスの費用・保険料に関する主な変更点】

- 介護保険料の変更。(令和3年4月から) ▶ 7ページ
- 特定入所者介護サービス費の支給要件等の変更。(令和3年8月から) ▶ 16ページ
- 高額介護サービス費の限度額等の変更。(令和3年8月から) ▶ 17ページ
- 介護保険サービスを利用した際にかかる費用の変更。(令和3年4月から) ▶ 18～27ページ
- 総合事業サービスを利用した際にかかる費用の変更。(令和3年4月から) ▶ 32～33ページ

※税制が改正され、給与所得控除と公的年金等控除がそれぞれ10万円引き下げられ、基礎控除が10万円引き上げられました。

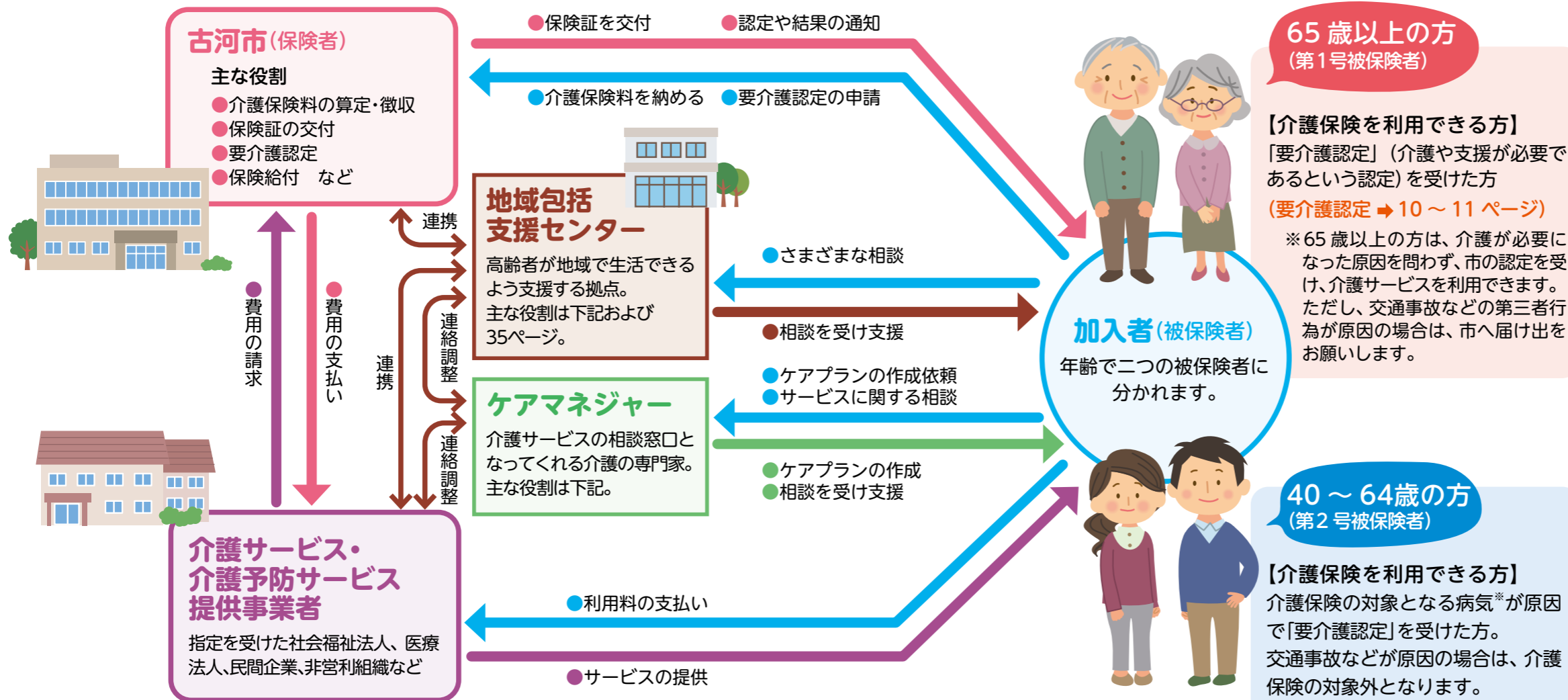
介護保険制度においては、合計所得金額等が調整され、この税制改正による影響で「介護保険サービスの自己負担割合」、「高額介護サービス費」、「特定入所者介護サービス費」、「介護保険料」などについて負担が増えてしまうことはありません。

もくじ

介護保険制度のしくみ	4
住み慣れた地域でいつまでも元気に	4
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
サービス利用の流れ① 要介護認定の流れ	10
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	12
費用の支払い	14
自己負担限度額と負担の軽減	14
介護サービス【要介護1～5の方へ】	18
介護サービス(居宅サービス)の種類と費用のめやす	18
施設サービスの種類と費用のめやす	22
介護予防サービス【要支援1・2の方へ】	23
介護予防サービスの種類と費用のめやす	23
地域密着型サービス	26
住み慣れた地域で受けるサービス	26
福祉用具貸与・購入、住宅改修	28
生活環境を整えるサービス	28
地域支援事業(総合事業)	30
総合事業 利用の流れ	31
介護予防・生活支援サービス事業の種類と費用のめやす	32
一般介護予防事業	34
地域包括支援センターのご案内	35

住み慣れた地域でいつまでも元気に

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



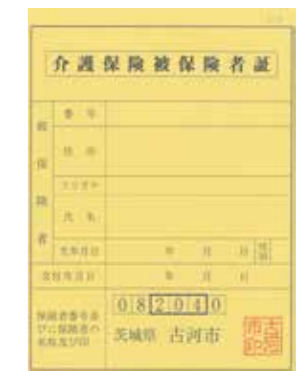
介護保険の保険証

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

65歳以上の方は
65歳に到達する月に全員に交付されます。

40～64歳の方は
認定を受けた方に交付されます。

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



負担割合証

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

※負担割合に関して、詳しくは14ページ。

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



負担割合（1～3割）が記載されます。

介護保険の保険証、負担割合証はイメージです。実際のものとは異なります。

「地域包括支援センター」とは？

地域包括支援センターは、地域の高齢者の総合相談窓口です。古河市では、「高齢者サポートセンター」という名称で市内3カ所に窓口を設置しています。
→詳しくは35ページ。

【主にどんなことをするの？】

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

「ケアマネジャー」とはどんな人？

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

【ケアマネジャーの役割】

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

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



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

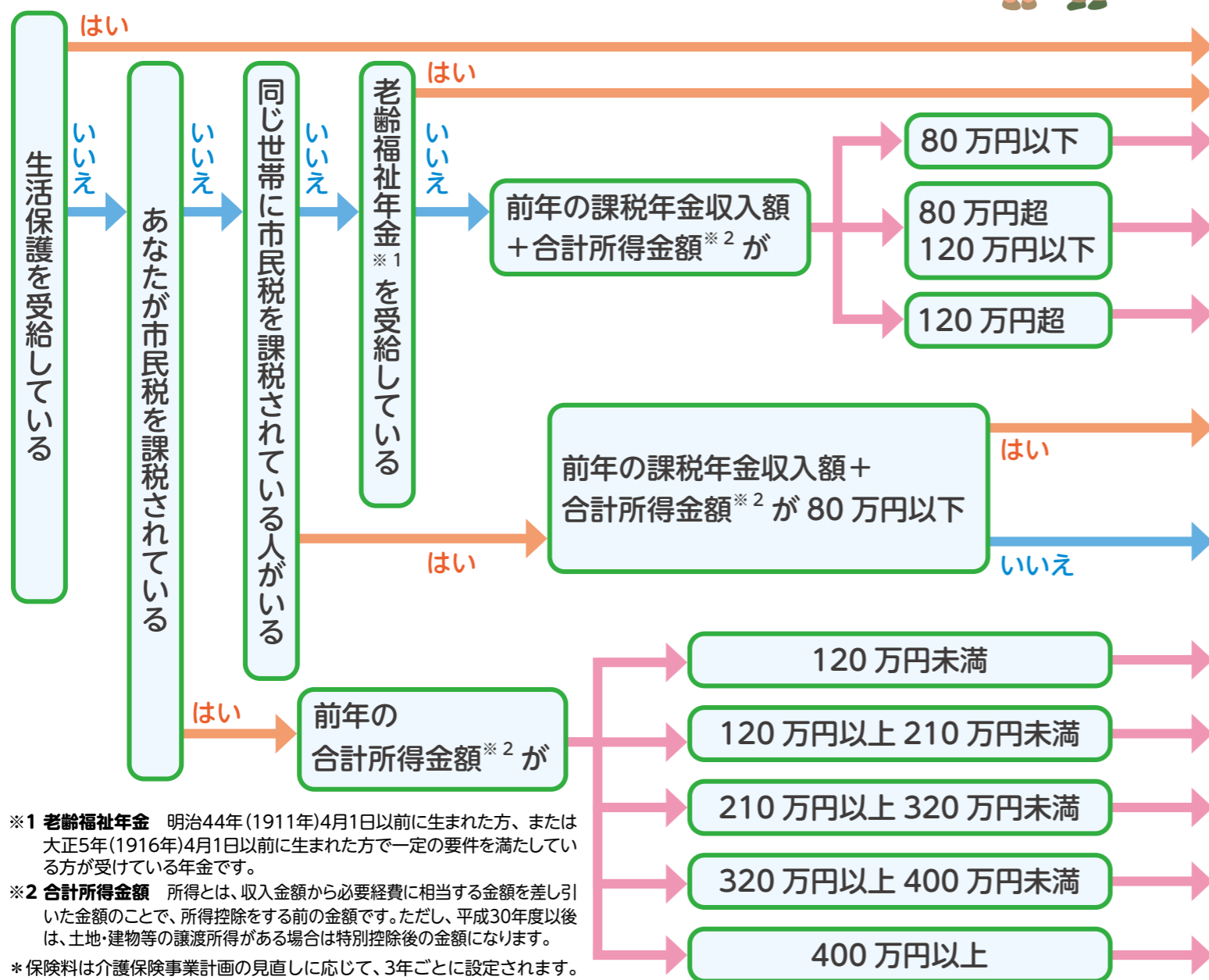
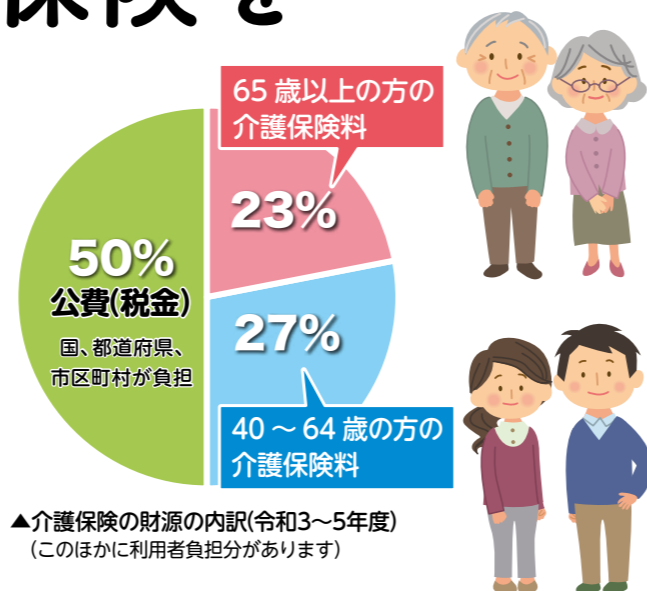
- がん末期 (医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る)
- 関節リウマチ ●筋萎縮性側索硬化症 ●後縦靭帯骨化症
- 骨折を伴う骨粗しょう症 ●初老期における認知症
- 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
- 脊髄小脳変性症 ●脊髄管狭窄症 ●早老症
- 多系統萎縮症
- 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- 脳血管疾患 ●閉塞性動脈硬化症 ●慢性閉塞性肺疾患
- 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

介護保険制度のしくみ
介護保険料の決め方
サービス利用の手順
費用の支払い
介護サービス
介護予防サービス
地域密着型サービス
福祉用具貸与・購入、住宅改修
地域支援事業(総合事業)

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。



※1 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。

※2 合計所得金額 所得とは、収入金額から必要経費に相当する金額を差し引いた金額のことで、所得控除をする前の金額です。ただし、平成30年度以後は、土地・建物等の譲渡所得がある場合は特別控除後の金額になります。

* 保険料は介護保険事業計画の見直しに応じて、3年ごとに設定されます。

* 令和元年10月から消費税率が10%に引き上げられたことに伴い、市区町村市民税非課税世帯の方の介護保険料が軽減されます。

65歳以上の方の介護保険料の決め方

65歳以上の方の介護保険料は、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。

基準額の決め方

$$\text{古河市に必要な介護サービスの総費用} \times \text{65歳以上の方の負担分23\%} \div \text{古河市に住む65歳以上の方の人数}$$

古河市の令和3年度から3年間の保険料の基準額 66,000円/年額 (5,500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、10段階の保険料に分かれます。

所得段階	対象となる方	調整率	保険料(年額)	
第1段階	世帯全員が市民税非課税	基準額 × 0.30	19,800円	
				●生活保護受給者及び老齢福祉年金受給者で世帯全員が市民税非課税の方
				●世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額(年金収入に係る所得を除く) + 課税年金収入額が80万円以下の方
第2段階	世帯全員が市民税非課税	基準額 × 0.50	33,000円	
				●世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額(年金収入に係る所得を除く) + 課税年金収入額が120万円以下の方
第3段階	世帯全員が市民税非課税	基準額 × 0.70	46,200円	
第4段階	本人が市民税非課税	基準額 × 0.90	59,400円	
				●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、前年の合計所得金額(年金収入に係る所得を除く) + 課税年金収入額が80万円以下の方
第5段階	本人が市民税非課税	基準額 × 1.00	66,000円	
第6段階	本人が市民税課税	基準額 × 1.20	79,200円	
				●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
第7段階	本人が市民税課税	基準額 × 1.30	85,800円	
第8段階	本人が市民税課税	基準額 × 1.50	99,000円	
				●本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方
第9段階	本人が市民税課税	基準額 × 1.70	112,200円	
				●本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上400万円未満の方
第10段階	本人が市民税課税	基準額 × 1.75	115,500円	
			●本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が400万円以上の方	

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

費用の支払い

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業(総合事業)

65歳以上の方の介護保険料の納め方

納め方は受給している年金*の額により普通徴収と特別徴収に分かれ、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・障害年金等をいいます。

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

●市役所から送付される納付書で納めていただきます。

納付場所

① 次の金融機関の本店及び各支店

常陽銀行・みずほ銀行・足利銀行・筑波銀行・栃木銀行・東日本銀行・結城信用金庫・茨城県信用組合・中央労働金庫・茨城むつみ農業協同組合
関東各都県及び山梨県に所在のゆうちょ銀行・郵便局

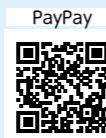
② 古河市役所

総和庁舎・古河庁舎・三和庁舎・健康の駅(高齢介護課)

③ 納付書に記載の各コンビニエンスストア

④ スマートフォンアプリによる納付

- *手数料は無料ですが、通信料は利用者負担となります。
- *納付期限の過ぎた納付書及びバーコード印字のないものは、使用できません。
- *詳しくは、各アプリのガイドページをご覧ください。



忙しい方、なかなか外出ができない方は、**介護保険料の口座振替が便利**です。

手続き

- ① 通帳、印かん(金融機関届出印)を用意します。
- ② 市役所または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。

※口座振替の開始は、通常、申し込み日の翌月からになります。
※口座の残高をご確認ください。残高不足で引き落としできないケースがあります。

口座振替が便利ね



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



特別徴収

- 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)に年6回に分けて天引きになります。
- 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年後に保険料が天引きになります。年金から天引きになる方には、市から事前に「介護保険料特別徴収開始通知書」が送られますので、金額や天引きされる月日等をご確認ください。

こんなときは、一時的に納付書で納めます！

- 年度途中で65歳になった
- 年度途中で他の市区町村から転入した
- 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
- 申告等で保険料の所得段階が変更になった
- 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

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(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

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。

2年以上滞納すると

サービスを利用するとき利用者負担が引き上げられたり、高額介護サービス費等が受けられなくなったりします。

納付がむずかしい場合は

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。

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
費用の支払い
介護サービス
介護予防サービス
地域密着型サービス
福祉用具貸与・購入・住宅改修
地域支援事業(総合事業)

サービス利用の流れ① 要介護認定の流れ

介護保険サービス、介護予防サービスを利用するには「要介護認定」を受けて、介護や「要介護認定」とは、どれくらい介護サービスが必要かなどを判断するための審査です。

支援が必要であると認定を受ける必要があります。

※要介護認定は、総合事業対象者となったあとでも申請できます。



介護保険制度のしくみ
介護保険料の決め方
介護保険料の納め方

① 申請する

申請の窓口は市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。(更新申請も含まれます)

- ・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

市の窓口においてあります。

介護保険の保険証

40～64歳の方は健康保険の保険証が必要です。



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

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

市の担当職員などが自宅などを訪問し、心身の状態や日中の生活、家族・居住環境などについて聞き取り調査を行います。

●主治医の意見書

市の依頼により主治医が意見書を作成します。

●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、一次判定を行います。

●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、保健、医療、福祉の専門家が審査します。



③ 結果の通知

「要介護」と認定された方は「介護サービス」を、「要支援」と認定された方は「介護予防サービス」、「介護予防・生活支援サービス事業」を利用できます。

利用できるサービス

介護サービス
を利用できます。

種類と費用は → P.18 ~



介護予防サービス
を利用できます。

種類と費用は → P.23 ~



総合事業

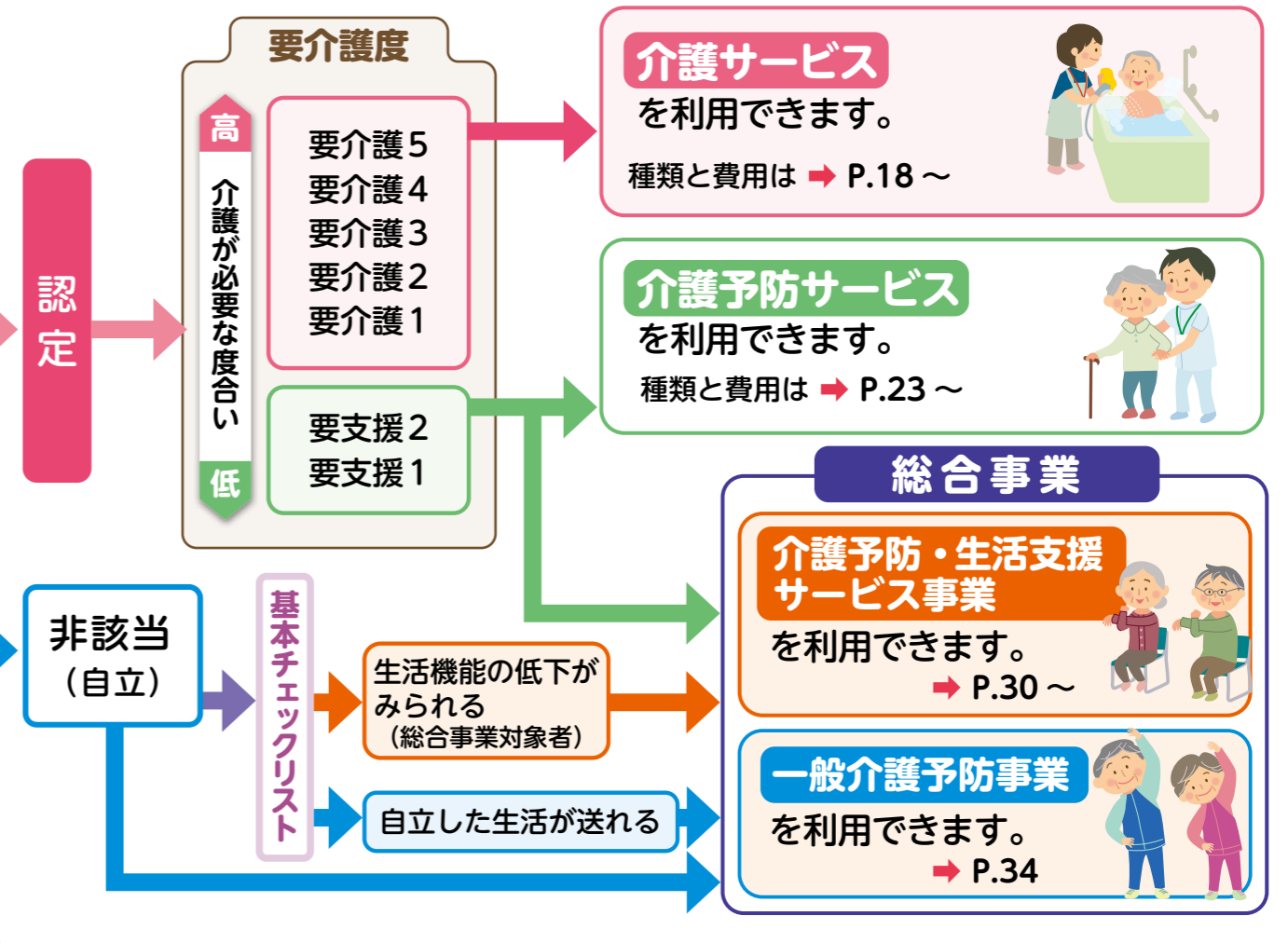
介護予防・生活支援サービス事業
を利用できます。

→ P.30 ~



一般介護予防事業
を利用できます。

→ P.34



サービス利用の手順

費用の支払い

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入・住宅改修

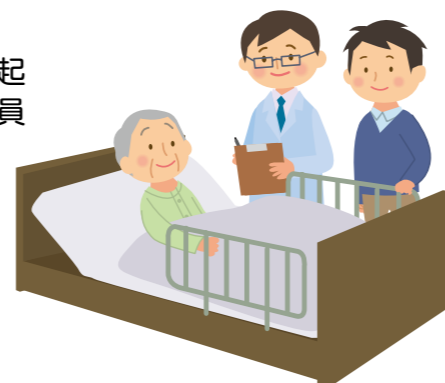
地域支援事業(総合事業)

「訪問調査」とは？

基本調査では「片足で立っていただけるか」「何かにつかまらないで起き上がるか」など、あらかじめ定められた項目にしたがって、調査員(市の職員や委託されたケアマネジャー)が質問をします。

【訪問調査を受けるときのポイント】

- 伝えたいこと(困っていること)はメモしておく
- 本人だけでなく、介護している人が同席する
- 24時間通しての様子を伝える(夜間の様子なども伝える)



【訪問調査の主な調査項目】

基本調査

- 麻痺などの有無
- 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
- つめ切り
- 視力・聴力
- 移乗・移動
- えん下・食事摂取
- 排せつ

- 清潔
- 衣服の着脱
- 外出頻度
- 意思の伝達
- 記憶・理解
- 問題行動
- 薬の内服
- 金銭の管理

- 日常の意思決定
- 社会生活への適応
- 過去14日間にうけた医療
- 日常生活自立度

概況調査

特記事項

- 調査時に聞き取った本人の状態や実際の介護の状況など詳しい内容を記載したもの

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

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

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へ、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と認定された方および介護予防・生活支援サービス事業

支援事業者へ、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と認定された方および介護予防・生活支援サービス事業

要介護1～5の方

自宅で暮らしながらサービスを利用したい

自宅を中心に利用する
介護サービスの種類
(P.18～)



① 居宅介護支援事業者に連絡します

- 市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^{※1}を作成します

- 担当のケアマネジャーと相談しながらケアプランを作成します。



③ サービスを利用します

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



介護保険施設へ入所したい

施設サービスの種類
(P.22)



① 介護保険施設に連絡します

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



② ケアプラン^{※1}を作成します

- 入所する施設のケアマネジャーと相談しながらケアプランを作成します。

③ サービスを利用します

- ケアプランにそって介護保険の**施設サービス**を利用します。



要支援1・2の方

① 地域包括支援センターに連絡します

- 地域包括支援センターに連絡、相談をします。
- 介護予防サービス**の種類 (P.23～)
- 介護予防・生活支援サービス事業**について (P.30)

② 職員に希望を伝えます

- 担当のケアマネジャーが決まります。
- 本人や家族・担当のケアマネジャーと、これからどのような生活を希望するのかなどについて話し合います。

③ 介護予防ケアプラン^{※1}を作成します

- 担当のケアマネジャーと相談しながら介護予防ケアプランを作成します。

④ サービスを利用します

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



介護予防・生活支援サービス事業対象者

① 地域包括支援センターに連絡します

- 地域包括支援センターに連絡、相談をします。
- 介護予防・生活支援サービス事業**について (P.30)

② 職員に希望を伝えます

- 担当のケアマネジャーが決まります。
- 本人や家族・担当のケアマネジャーと、これからどのような生活を希望するのかなどについて話し合います。

③ 介護予防ケアプラン^{※1}を作成します

- 担当のケアマネジャーと相談しながら介護予防ケアプランを作成します。

④ サービスを利用します

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



※1 ケアプランの作成、介護予防ケアプランの作成は、利用者の費用負担はありません。

※2 契約にあたってはサービス内容や料金などをよく確認しましょう。

介護保険制度のしくみ

介護保険料の決め方

サービス利用の手順

費用の支払い

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入、住宅改修

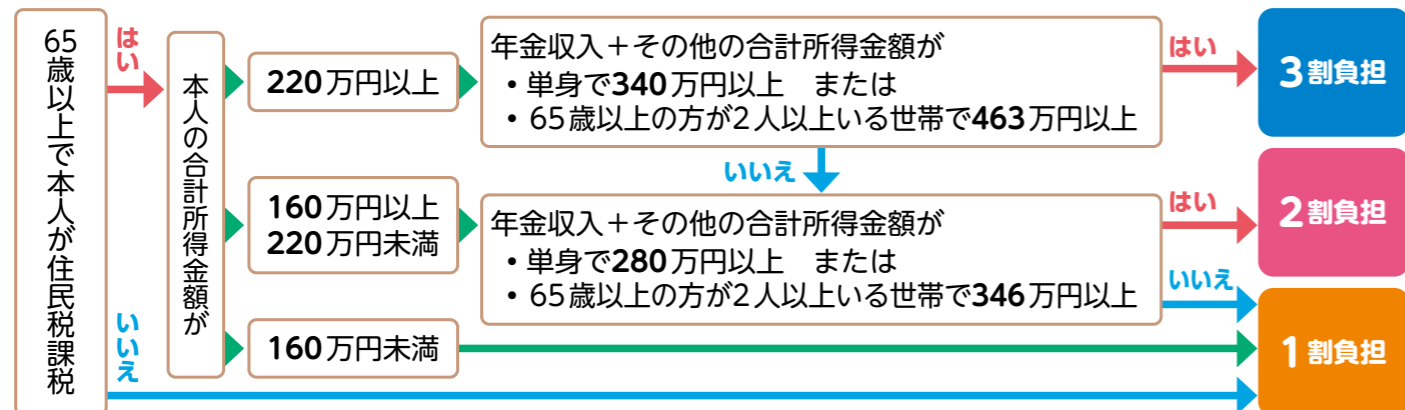
地域支援事業（総合事業）

自己負担限度額と負担の軽減

介護保険の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、前年の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。



※第2号被保険者(40歳以上65歳未満の方)、市民税非課税の方、生活保護受給者は上記にかかわらず1割負担。
 ※負担割合は、前年の所得等によって毎年判定し、7月に新しい負担割合証をお送りします。有効期間は8月1日から翌年7月31日です。

●介護保険サービスは1～3割の自己負担で利用できます

介護保険のサービスは、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カ月に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場合、超えた分が全額自己負担になります。

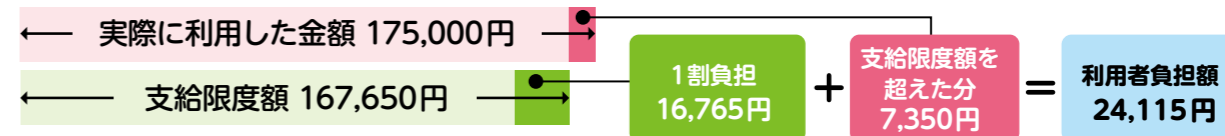
■サービスの支給限度額(1カ月)のめやす

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)
総合事業対象者	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
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

■支給限度額に含まれないサービス

- 特定福祉用具購入
- 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)
- 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
- 居宅介護住宅改修
- 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
- 居宅療養管理指導
- ※介護予防サービスについても同様です。

例 要介護1(1割負担)の方が、175,000円分のサービスを利用した場合の自己負担額は



●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・食費について
 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。

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	ユニット型個室的多床室	令和3年7月まで	令和3年8月から
1,668円 (1,171円)	377円 (855円)	2,006円	1,668円	1,392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。

【居室の違い】

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

●低所得の障がいのある方のための負担軽減

一定の要件を満たした方が障がい福祉サービスに相当するサービスを介護保険で利用する場合、償還払いにより、利用者負担分が軽減されます。【障がい福祉課 ☎0280-92-4919 健康の駅内】

- 【要件】
- ① 介護保険サービスに相当する障がい福祉サービス(居宅介護、生活介護等)に係る支給決定を65歳に達する前に5年間引き続き受けていた方
 - ② 障がい福祉サービスに相当する介護保険サービス(訪問介護、通所介護等)を利用する方
 - ③ 障害支援区分2以上であった方
 - ④ 市民税非課税者または生活保護世帯の方
 - ⑤ 65歳に達するまでに介護保険法による保険給付を受けていない方

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
 費用の支払い
 介護サービス
 介護予防サービス
 地域密着型サービス
 福祉用具貸与・購入、住宅改修
 地域支援事業(総合事業)

● 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、市への申請が必要です。

変更ポイント 対象者の要件、食費の限度額を変更。(令和3年8月から)

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり)
令和3年7月まで

利用者負担段階	所得の状況 ^{*1}	預貯金等の資産 ^{*2} 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	ユニット型個室的多床室	
1	生活保護受給者の方等	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	490円(320円)	0円	820円	490円	300円
	老齢福祉年金受給者の方		490円(420円)	370円	820円	490円	390円
2	前年の合計所得金額+年金収入額が80万円以下の方		490円(420円)	370円	820円	490円	390円
3	前年の合計所得金額+年金収入額が80万円超の方	1,310円(820円)	370円	1,310円	1,310円	650円	

令和3年8月から

利用者負担段階	所得の状況 ^{*1}	預貯金等の資産 ^{*2} 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	ユニット型個室的多床室	
1	生活保護受給者の方等	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	490円(320円)	0円	820円	490円	300円
	老齢福祉年金受給者の方		490円(420円)	370円	820円	490円	390円
2	前年の合計所得金額+年金収入額が80万円以下の方		490円(420円)	370円	820円	490円	390円 [600円]
3-①	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]
3-②	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。

[]内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護を利用した場合の額です。

※1 住民票上世帯が異なる(世帯分離している)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等は対象外の所得も判断材料とします。

※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。

不正があった場合には、ペナルティ(加算金)を設けます。

● 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)

令和3年7月まで

区分	限度額
現役並み所得相当の方(年収約383万円以上)	44,400円(世帯)
住民税課税世帯の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・老齢福祉年金受給者の方 ・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	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

令和3年8月から

区分	限度額
年収約1,160万円以上の方	140,100円(世帯)
年収約770万円以上1,160万円未満の方	93,000円(世帯)
年収約383万円以上770万円未満の方	44,400円(世帯)
上記以外の住民税課税世帯の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・老齢福祉年金受給者の方 ・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	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

変更ポイント 「現役並み所得相当」である方の区分を細分化し、新たな限度額を設定。(令和3年8月から)

● 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Ⅱ ^{*1}		31万円
低所得者Ⅰ ^{*2}		19万円

※1 低所得者Ⅱ 70歳以上で住民税非課税である被保険者もしくはその被扶養者等

※2 低所得者Ⅰ 70歳以上で被保険者およびその被扶養者全員が住民税非課税で、所得が一定基準(年金収入80万円以下等)を満たす人等

*住民税が非課税等であっても現役並み所得者に該当する場合は、低所得者には該当しません。

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

費用の支払い

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業(総合事業)

介護サービス（居宅サービス）の種類と費用のめやす

居宅サービスとは、自宅を中心に利用するサービスです。「施設に通う」「短期間施設にこれらのサービスのなかから、利用者の希望に合うものを組み合わせて利用できます。

※費用は施設の体制などによって異なります。 ※ **地域密着型サービス** については26・27ページをご覧ください。

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。

※自己負担は1～3割です。本冊子は、**自己負担1割の費用をめやすとして**掲載しています。
※利用するサービスやメニューによって加算分の費用がかかります。

ケアプランの作成・サービス利用についての相談

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）

ケアプランの作成例（要介護1の方の例）

要望 足の筋力を回復し、自分で家事ができるようになりたい

	月	火	水	木	金	土	日
午前	訪問介護		訪問介護			訪問介護	
午後		通所介護			通所介護		

足の筋力回復のための機能訓練を行う。外出することがよい気分転換にも。

家の中で転ばないため、日常動作のリハビリ。

納得のいくケアプランのために

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

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



日常生活の手助けをしてもらう

訪問介護【ホームヘルプサービス】

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を受けます。



〈身体介護〉

- 食事、入浴、排せつのお世話
- 衣類やシーツの交換 など

〈生活援助〉

- 住居の掃除、洗濯、買い物
- 食事の準備、調理 など

自己負担(1割)のめやす

身体介護中心	20分～30分未満	250円
	30分以上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
-------------	-----

！以下のサービスは、介護保険の対象外です

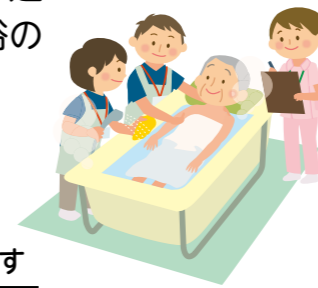
本人以外のためにすることや、日常生活上の家事の範囲を超えることなどは、サービスの対象外です。

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

自宅を訪問してもらう

訪問入浴介護

自宅に浴槽を持ち込んでもらい、入浴の介助を受けます。



自己負担(1割)のめやす

1回	1,260円
----	--------

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
----	------

介護サービス（居宅サービス）の種類と費用のめやす

お医者さんの指導のもとでの助言・管理

居宅療養管理指導

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

自己負担(1割)のめやす
【単一建物居住者1人に行う場合】

医師の場合(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
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	517円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	361円

訪問看護

看護師などに訪問してもらい、病状の観察や診療の補助などを行います。

自己負担(1割)のめやす

病院・診療所から	20分～30分未満	398円
	30分～1時間未満	573円
訪問看護ステーションから	20分～30分未満	470円
	30分～1時間未満	821円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。



施設に通う

通所介護【デイサービス】

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

自己負担(1割)のめやす
【通常規模の施設/7～8時間未満の利用の場合】

要介護1	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



通所リハビリテーション【デイケア】

介護老人保健施設や病院・診療所で、日帰りの機能訓練などが受けられます。

自己負担(1割)のめやす
【通常規模の施設/7～8時間未満の利用の場合】

要介護1	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



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

介護 公表

検索

ください。
また、デイサービスセンターなどの施設を比較・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。



※自己負担は1～3割です。本冊子は、自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。
※利用するサービスやメニューによって加算分の費用がかかります。

短期間施設に泊まる

短期入所生活介護【ショートステイ】

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

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【併設型の施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	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

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

短期入所療養介護【医療型ショートステイ】

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

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【介護老人保健施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	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

※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。



【居室の違い】

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

施設に入所している方が利用する介護サービス

特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入所している方が受けるサービスです。食事・入浴などの介護や機能訓練を受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす

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



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

その他
のサービス

地域密着型サービス…………… 26・27 ページ
福祉用具貸与・購入、住宅改修…………… 28・29 ページ

施設サービスの種類と費用のめやす

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

- ※施設サービスの費用は、要介護度や施設の体制、部屋のタイプによって異なります。
- ※居住費、食費、日常生活費は別途負担となります。
- ※居室の違いは、21ページを参照してください。
- ※自己負担は1～3割です。本冊子は、**自己負担1割の費用をめやす**として掲載しています。



生活介護が中心の施設

介護老人福祉施設【特別養護老人ホーム】

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

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 ユニット型個室的多床室
要介護3	21,360円	21,360円	23,790円
要介護4	23,400円	23,400円	25,860円
要介護5	25,410円	25,410円	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**です。

介護やリハビリが中心の施設

介護老人保健施設

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

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	21,420円	23,640円	23,880円
要介護2	22,770円	25,080円	25,230円
要介護3	24,630円	26,940円	27,090円
要介護4	26,220円	28,470円	28,680円
要介護5	27,750円	30,090円	30,270円

医療が中心の施設

介護療養型医療施設

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

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	17,790円	20,580円	21,180円
要介護2	20,550円	23,430円	24,030円
要介護3	26,670円	29,460円	30,060円
要介護4	29,220円	32,100円	32,700円
要介護5	31,560円	34,380円	34,980円

長期療養の機能を備えた施設

介護医療院

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

※令和6(2024)年3月末に廃止が予定されている介護療養型医療施設の転換先と位置付けられています。

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 ユニット型個室的多床室
要介護1	21,420円	24,750円	25,260円
要介護2	24,720円	28,020円	28,530円
要介護3	31,800円	35,130円	35,640円
要介護4	34,830円	38,130円	38,640円
要介護5	37,530円	40,860円	41,370円

介護予防サービスの種類と費用のめやす



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

- ※費用は施設の体制などによって異なります。
- ※**地域密着型サービス**については26・27ページをご覧ください。
- ※自己負担は1～3割です(負担割合については14ページ)。
- 本冊子は、**自己負担1割の費用をめやす**として掲載しています。

総合事業の開始にともなって、介護予防サービスの「訪問介護」、「通所介護」は、「介護予防・生活支援サービス事業」に移行しました。要支援1・2の方は、介護予防・生活支援サービス事業の訪問型や通所型のサービスを利用することができます。(▶P.32参照)

介護予防ケアプランの作成・サービス利用についての相談

介護予防支援

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

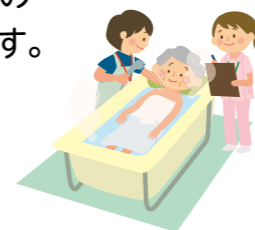


介護予防ケアプランの作成および相談は**無料**です。(全額を介護保険で負担します)

自宅を訪問してもらう

介護予防訪問入浴介護

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



自己負担(1割)のめやす

1回	852円
----	------

介護予防訪問リハビリテーション

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



自己負担(1割)のめやす

1回	307円
----	------

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

費用の支払い

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入
住宅改修

地域支援事業
(総合事業)

介護予防サービスの種類と費用のめやす

お医者さんの指導のもとでの助言・管理

介護予防在宅療養管理指導

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

自己負担(1割)のめやす
【単一建物居住者1人に行う場合】

医師の場合(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
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	517円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	361円

介護予防訪問看護

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



自己負担(1割)のめやす

病院・診療所から	20分～30分未満	381円
	30分～1時間未満	552円
訪問看護ステーションから	20分～30分未満	450円
	30分～1時間未満	792円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

施設に通う

介護予防通所リハビリテーション

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

基本のサービスに加えて

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

1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



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。実際、要介護度が軽い方について調べてみると、足腰が弱くなったために家に閉じこもりがちになり、ますます状態を悪化させ、介護が必要となってしまったケースが多いという結果が出ています。

できることはなるべく自分で行い、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るのです。



※自己負担は1～3割です。本冊子は、自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。
※利用するサービスやメニューによって加算分の費用がかかります。

短期間施設に泊まる

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・入浴などのサービスや、生活機能の維持向上のための機能訓練が受けられます。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【併設型の施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要支援1	446円	446円	523円
要支援2	555円	555円	649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。

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、医療や介護、生活機能の維持向上のための機能訓練が受けられます。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【介護老人保健施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要支援1	577円	610円	621円
要支援2	721円	768円	782円

※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。

施設に入所している方が利用する介護サービス

介護予防特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入所している方が受けるサービスです。食事・入浴などのサービスや生活機能の維持向上のための機能訓練が受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援1	182円
要支援2	311円

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

その他のサービス

- 地域密着型サービス…………… 26・27ページ
- 福祉用具貸与・購入、住宅改修…………… 28・29ページ

住み慣れた地域で受けるサービス

住み慣れた地域を離れずに生活を続けられるように、地域の特性に応じた柔軟な体制で提供されるサービスです。(サービスの種類、内容などは市によって異なります)

- ※基本的には利用者は事業所のある市の住民に限定され、市が事業者の指定や監督を行います。
 - ※費用は施設の体制などによって異なります。
 - ※古河市では実施していないサービスもあります。
 - ※自己負担は1～3割です(負担割合については14ページ)。
- 本冊子は、**自己負担1割の費用をめやす**として掲載しています。

認知症の方向けのサービス

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高齢者が食事・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。



※共有スペースを利用する場合。
※食費、日常生活費は別途負担となります。

自己負担(1割)のめやす
[7～8時間未満の利用の場合]

要支援 1	483円
要支援 2	512円
要介護 1	522円
要介護 2	541円
要介護 3	559円
要介護 4	577円
要介護 5	597円

認知症対応型共同生活介護

(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。

※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
[2ユニットの事業所の場合]

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

通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービス

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カ月あたりの自己負担(1割)のめやす
[事業所と同一の建物に居住していない場合]

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。

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カ月あたりの自己負担(1割)のめやす
[事業所と同一の建物に居住していない場合]

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。

小規模な施設の通所介護サービス

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。

24時間対応の訪問サービス

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、通報や電話などを行うことで、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。

夜間の訪問サービス

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(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。

地域の小規模な施設に移り住んで受ける介護サービス

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に入所している方が、食事・入浴などの介護や健康管理を受けられます。

1日あたりの自己負担(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

※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。

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などで、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

要介護 1	542円
要介護 2	609円
要介護 3	679円
要介護 4	744円
要介護 5	813円

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

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

費用の支払い

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入・住宅改修

地域支援事業(総合事業)

生活環境を整えるサービス

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)

- = 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) ・歩行器	○	○	○
・スロープ(工事をともなわないもの) ・歩行補助つえ	○	○	○
・車いす ・特殊寝台 ・体位変換器 ・移動用リフト	×	○	○
・車いす付属品(クッション、電動補助装置等) ・特殊寝台付属品 ・認知症老人徘徊感知機器	×	○	○
・床ずれ防止用具 ・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。
 - 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。
 - 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

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5種類です。

- 腰掛便座(便座の底上げ部材を含む)
- 自動排せつ処理装置の交換部品
- 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
- 移動用リフトのつり具の部分

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。



より安全な生活が送れるように住宅を改修する

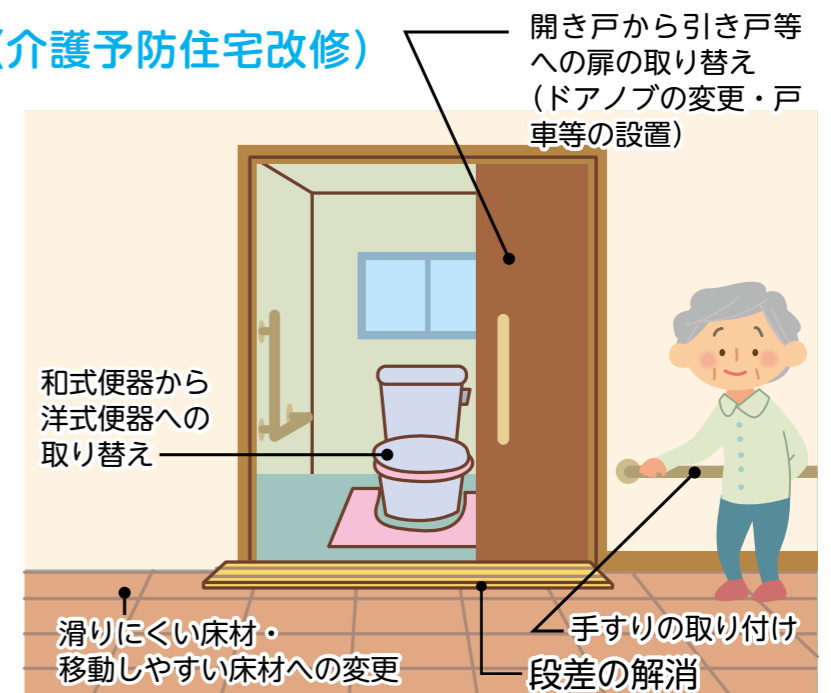
居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)

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)

事前の申請が必要です

事前申請および着工許可なしで行われた工事については給付を受けることはできませんのでご注意ください。

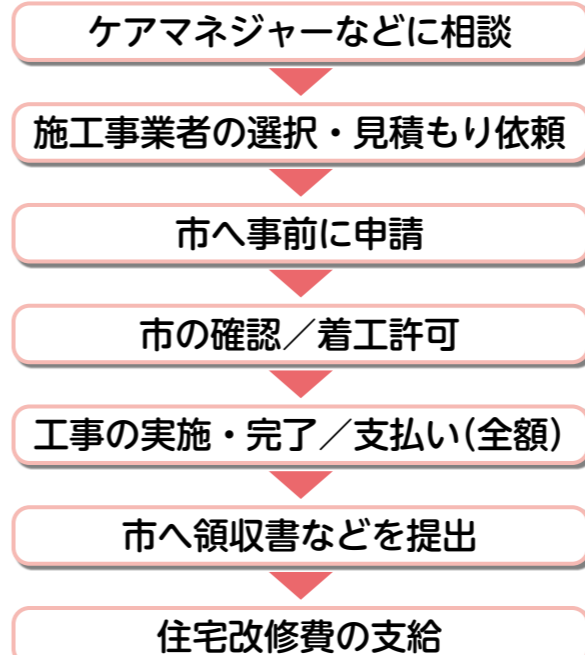
住宅改修のサービスを受けるには、要介護認定を受けていることが前提となります。また、住宅改修を利用するときには、複数の業者から見積りをとりましょう。



利用者負担について

- いったん利用者が改修費全額を負担します。あとで市に申請すると、20万円を上限に費用の7割～9割が支給されます。
- 原則1回限りですが、引っ越した場合や要介護状態区分が大きく上がったときには、再度の給付を受けられます。
- 本人や家族などが住宅改修をしたときには、材料の購入費が対象となります。

手続きの流れ



事前申請に必要な書類

- 住宅改修事前申請書
- 住宅改修が必要な理由書①②
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。
- 住宅の所有者の承諾書
(改修の利用者と住宅の所有者が異なる場合)
- 工事費見積書
- 住宅の平面図
(改修後の完成予定のわかるもの。生活動線記載)
- 改修前写真(日付入りのもの)

完了後提出に必要な書類

- 住宅改修費支給申請書
- 住宅改修に要した費用の領収書
- 委任状(口座名義人が本人でないとき)
- 改修前、改修後の写真(日付入りのもの)

総合事業 自分らしい生活を持続するために

介護予防・日常生活支援総合事業（以下、「総合事業」）とは、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生かして、要介護状態を予防するための事業です。総合事業は、自立した日常生活の支援と介護予防を目的としており、**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

介護予防・生活支援サービス事業

- 介護予防ケアマネジメント ●訪問型サービス ●通所型サービス

対象者

- ・要支援1・2の認定を受けた方
- ・基本チェックリストによって、生活機能が低下していると判定された方（総合事業対象者）

一般介護予防事業

高齢者が日常的に介護予防に取り組めるような教室など

対象者

- ・65歳以上のすべての方が対象

総合事業を利用するには

地域包括支援センターまたは、高齢介護課、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。



基本チェックリストについて

基本チェックリストとは、日常生活に必要な機能が低下していないかを確認するための25項目からなる質問票です。基本チェックリストから、どのような介護予防に取り組めばよいかわかります。

基本チェックリスト（一部抜粋）

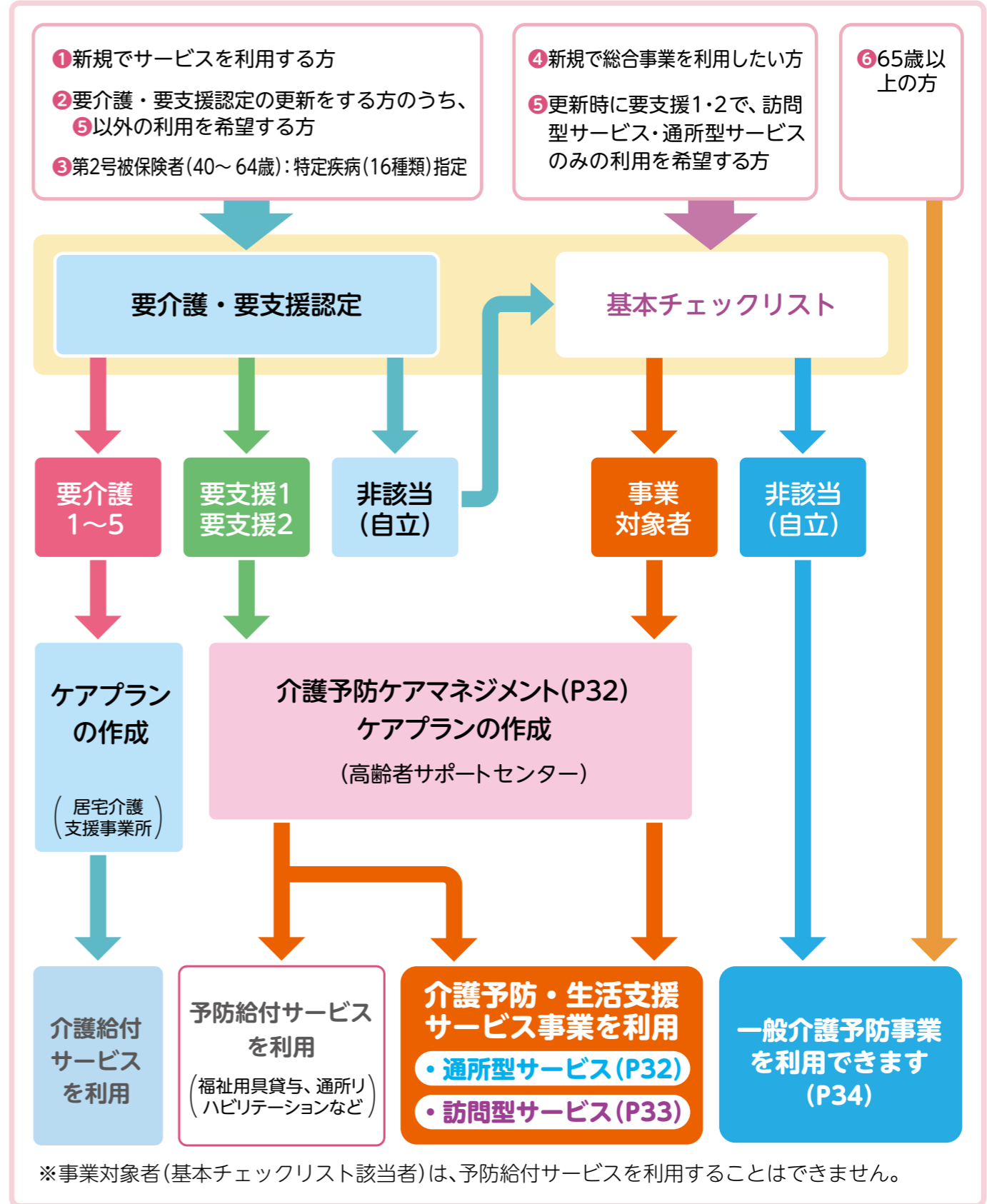
- 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか
- 6カ月間で2～3kg以上の体重減少はありましたか
- 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか
- 週に1回以上は外出していますか
- 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがありますか

「膝が痛く、外出がしづらくなった」「食欲がなくなってきた」などのちょっとした不調が、介護が必要な状態にまで悪化してしまふことがあります。いつまでも自分らしい生活を持続するためには、症状が重くなる前に介護予防などに取り組むことが大切です。



生活機能の低下が気になったら地域包括支援センターに相談しましょう。

総合事業利用の流れ



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
費用の支払い
介護サービス
介護予防サービス
地域密着型サービス
福祉用具貸与・購入、住宅改修
地域支援事業(総合事業)




介護予防・生活支援サービス事業の種類と費用のめやす

要介護状態となることを予防するために、担当のケアマネジャーが介護予防ケアプランを立て、高齢者自身の能力を最大限に生かすことができるよう、生活上の目標を達成するためのサービスです。



介護予防ケアマネジメント

担当のケアマネジャーは、どのようなサービスをどのくらい利用するかについて、本人や家族の希望を考慮しながら、適切な介護予防プランを本人等と相談して作成します。なお、作成に関する費用はかかりません。

通所型サービス

	介護予防通所サービス	ミニデイ型通所サービス (市の独自の基準によるサービス)	短期集中介護予防通所サービス (市の独自の基準によるサービス)
提供する事業所	通所介護事業所		通所リハビリテーション事業所など
内容	デイサービスセンターなどで機能訓練・レクリエーションなどを日帰り利用できます。 ※施設により内容は異なります。 	介護保険施設などで、生活機能向上のための体操やレクリエーションなどを利用できます。 	介護保険施設などで、保健・医療の専門職による運動を中心とした生活機能改善の取り組みを行います。 
提供時間/回	施設により異なります。	3時間以上/回 ※施設により異なります。	2時間程度/回
利用者負担のめやす(1割の場合)	月ごとの定額の利用料 ★週1回程度の利用 1,672円/月 ★週2回程度の利用 3,428円/月 ※個別サービスの利用により加算があります。 ※上記利用料には送迎費用も含まれています。	利用回数に応じた利用料 ★1回あたり 303円 ※個別サービスの利用により加算があります。 ※上記利用料には送迎費用も含まれています。	利用回数に応じた利用料 ★1回あたり 430円 ※週1回2時間程度計12回のサービスとなります。 ※上記利用料には送迎費用も含まれています。

訪問型サービス

	介護予防訪問サービス	家事応援訪問サービス (市の独自の基準によるサービス)
提供する人	訪問介護事業所のヘルパー	訪問介護事業所のヘルパー ★古河市認定ヘルパー (市が指定する研修を修了したヘルパー)
内容	身体介護(食事や入浴等の介助)や生活援助(調理、掃除等) ※身体介護・生活援助の区分はありません。 	調理や掃除などの家事援助 ※身体介護は行いません。 
提供時間/回	おおむね60分程度/回	おおむね60分程度/回
利用者負担のめやす(1割の場合)	月ごとの定額の利用料 ★週1回程度の利用 1,176円/月 ★週2回程度の利用 2,349円/月 ★週2回を超える利用(要支援2のみ) 3,727円/月 ※初回時には加算があります。	利用回数に応じた利用料 ★1回あたり 242円 ※初回時には加算があります。

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

★古河市認定ヘルパーを養成しています！

古河市では、高齢者を支える新たな担い手の体制整備として、「古河市認定ヘルパー」制度を設けています。この古河市認定ヘルパーは、ヘルパーの資格がない方でも研修を受けることで、市内の家事応援訪問サービス(掃除、洗濯、調理等の家事援助)を行う事業所に従事することができます。ぜひ、「古河市認定ヘルパー」として地域で活躍しませんか？

古河市認定ヘルパー養成研修

研修は年2回開催しており、「広報古河」でお知らせしています。

受講日数 2日間

受講料 無料

カリキュラム例 ・家事応援訪問サービス従事者としての心得や倫理
 ・高齢者の心と体に関する理解 等

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
 費用の支払い
 介護サービス
 介護予防サービス
 地域密着型サービス
 福祉用具貸与・購入・住宅改修
 地域支援事業(総合事業)

一般介護予防事業

●地域のつながりを活かした介護予防の取り組みを行っています。

【対象者】 65歳以上のすべての方

介護予防の活動を支援します！

介護予防に役立つ住民主体の通いの場づくりや介護予防活動をするボランティアの育成や支援などを行います。



栄養指導



介護予防の普及啓発をします！

運動機能向上や認知症予防・栄養改善・口腔機能向上・レクリエーションなど、介護予防に関する教室を開催しています。

また介護予防に関するパンフレット配布など情報を発信しています。

介護予防の取り組みの機能強化を図ります！

地域で行う介護予防活動にリハビリテーション専門職を派遣します。



介護予防の活動を始めてみたい、教室に参加したいという方は、「広報古河」をご覧ください。健康づくり課にご相談ください。

それだけじゃない、**介護予防！**

『社会参加や生きがいづくり』が大きな鍵!!

趣味のグループや老人クラブ・地域の支え合い活動（ボランティア、自治会、見守りなど）に参加するなど、ご自分に合った活動の機会を増やすことも、介護予防に効果的です。

地域のつながりを生かした、活動的な生活で、健康長寿を目指しましょう！



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。

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および総合事業対象者の方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。



積極的に
ご利用
ください



地域包括支援センターのスタッフ

地域包括支援センターのスタッフは、主任ケアマネジャー、保健師（または経験のある看護師）、社会福祉士を中心に構成されています。

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。



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

費用の支払い

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入、住宅改修

地域支援事業（総合事業）