

施設に通い利用するサービス

介護予防通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や医療機関などに日帰りで通い、食事・入浴などの支援や生活行為向上のためのリハビリテーションなどの「基本サービス」を受けるほか、その人の目的に合わせた「選択的サービス」を受けることができます。

●自己負担のめやす

- 基本サービス(1か月につき) ※送迎、入浴を含む

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割	食費
要支援①	20,530円	2,053円	昼食 630円
要支援②	39,990円	3,999円	

※サービス費用と食費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。

- 選択的サービス(1か月につき)

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割
運動器機能向上	2,250円	225円
栄養改善	2,000円	200円
口腔機能向上	1,500円	150円

ショートステイ

(介護予防短期入所生活介護・介護予防短期入所療養介護)

福祉施設や医療施設に短期間入所して、介護予防を目的とした支援やリハビリテーションが受けられます。

※特別養護老人ホームや短期入所専門施設などで日常生活上の介護を受ける「介護予防短期入所生活介護」と介護老人保健施設などの医療系の施設で医学的な管理のもとで介護やリハビリテーションを受ける「介護予防短期入所療養介護」があります。

●自己負担のめやす(1日につき)※送迎を含まない

- 介護予防短期入所生活介護(短期入所専門施設の多床室を利用する場合)

要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食費	③滞在費	①+②+③ 自己負担
要支援①	4,740円	474円	1,445円	855円	2,774円
要支援②	5,890円	589円			2,889円

- 介護予防短期入所療養介護(介護老人保健施設の多床室を利用する場合)

要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食費	③滞在費	①+②+③ 自己負担
要支援①	6,100円	610円	1,445円	377円	2,432円
要支援②	7,680円	768円			2,590円

※サービス費用と食費、滞在費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。

◎在宅サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。

施設に入って利用する在宅サービス

介護予防特定施設入居者生活介護

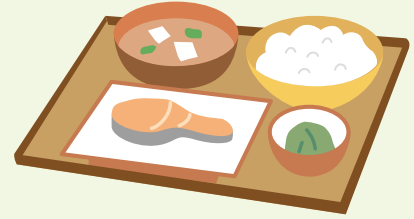
有料老人ホームなどに入居し、食事や入浴などの支援や機能訓練などが受けられます。

●自己負担のめやす(1日につき)

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割
要支援1	1,820円	182円
要支援2	3,110円	311円

※食費と滞在費、入居時一時金等は別途自己負担となります。

◎在宅サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。



その他に利用できるサービス

地域密着型サービス 35～38ページ

福祉用具貸与・購入、住宅改修 39～40ページ



在宅サービスの内容と費用のめやす

訪問介護(ホームヘルプサービス)

ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事、排せつ、入浴などの身体介護や調理、洗濯などの生活援助を行います。通院などを目的とした、乗降介助(介護タクシー)も利用できます。

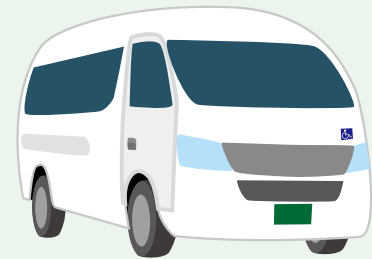


●自己負担のめやす(1回につき)

	内 容	◎サービス費用	サービス費用の1割
身体介護	20分未満	1,670円	167円
	20分以上30分未満	2,500円	250円
	30分以上1時間未満	3,960円	396円
	1時間以上1時間30分未満	5,790円	579円
生活援助	20分以上45分未満	1,830円	183円
	45分以上	2,250円	225円
通院時の乗車・降車等介助	片道につき	990円	99円

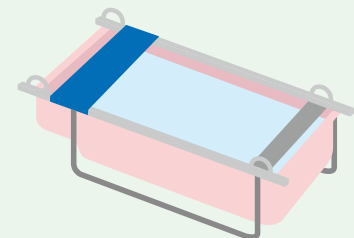
訪問入浴介護

自宅の浴槽で入浴が困難な場合などに、浴槽を積んだ入浴車が自宅を訪問し、介護職員と看護師が入浴サービスを行います。



●自己負担のめやす(1回につき)

内 容	◎サービス費用	サービス費用の1割
全身入浴	12,600円	1,260円



◎在宅サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。

要介護1～5の人が利用できるサービス

訪問看護

看護師などが自宅を訪問し、病状の観察や床ずれの手当て・点滴の管理などを行います。

●自己負担のめやす(1回につき)

内 容		◎サービス費用	サービス費用の1割
訪問看護 ステーションから 訪問する場合	20分未満	3,130円	313円
	20分以上30分未満	4,700円	470円
	30分以上1時間未満	8,210円	821円
	1時間以上1時間30分未満	11,250円	1,125円
病院または 診療所から 訪問する場合	20分未満	2,650円	265円
	20分以上30分未満	3,980円	398円
	30分以上1時間未満	5,730円	573円
	1時間以上1時間30分未満	8,420円	842円

訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が自宅を訪問し、リハビリテーションを行います。

●自己負担のめやす(1回につき)

内 容	◎サービス費用	サービス費用の1割
20分以上リハビリテーションを行った場合	3,070円	307円

■加算料金(1日につき)

内 容	◎サービス費用	サービス費用の1割
短期集中リハビリテーション実施加算 (退院退所・認定日から3か月以内)	2,000円	200円

居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士などが自宅(グループホーム・有料老人ホームなどの居住系施設を含む)を訪問して、療養上の管理や指導を行います。

●自己負担のめやす(1回につき)

[在宅利用者の場合]

内 容	利用限度回数	◎サービス費用	サービス費用の1割
医師が行う場合	1か月に2回	5,140円	514円
歯科医師が行う場合	1か月に2回	5,160円	516円
医療機関の薬剤師が行う場合	1か月に2回	5,650円	565円
薬局の薬剤師が行う場合	1か月に4回	5,170円	517円
管理栄養士が行う場合	1か月に2回	5,440円	544円
歯科衛生士が行う場合	1か月に4回	3,610円	361円

◎在宅サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。

施設に通い利用するサービス

通所介護(デイサービス)

デイサービスに通い、食事・入浴の介護、看護師などによる健康チェック、レクリエーションなどの「基本サービス」のほか、利用者の状況に応じた、「選択的サービス」が受けられます。

●自己負担のめやす(1日につき)

- 基本サービス(7時間以上8時間未満の場合) ※送迎を含む

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割	食費
要介護1	6,550円	655円	昼食 630円
要介護2	7,730円	773円	
要介護3	8,960円	896円	
要介護4	10,180円	1,018円	
要介護5	11,420円	1,142円	

※サービス費用と食費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。

※事業所によって14時間まで延長してサービスを利用することができます。

●選択的サービス

内 容	◎サービス費用	サービス費用の1割
個別機能訓練(1日)	560円	56円
栄養改善(1回)	2,000円	200円
口腔機能向上(1回)	1,500円	150円

●利用者の状態に応じた機能訓練

●食事に関する指導

●口の中の手入れや飲み込みの訓練

通所リハビリテーション(デイケア)

老人保健施設や医療機関に通い、食事・入浴の介護、リハビリテーションなどの「基本サービス」のほか、利用者の目標に合わせた「選択的サービス」が受けられます。

●自己負担のめやす(1日につき)

- 基本サービス 通常規模の事業所(7時間以上8時間未満の場合) ※送迎を含む

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割	食費
要介護1	7,570円	757円	昼食 630円
要介護2	8,970円	897円	
要介護3	10,390円	1,039円	
要介護4	12,060円	1,206円	
要介護5	13,690円	1,369円	

※サービス費用と食費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。

●選択的サービス

内 容	◎サービス費用	サービス費用の1割
栄養改善(1回)	2,000円	200円
口腔機能向上(1回)	1,500円	150円

●食事に関する指導

●口の中の手入れや飲み込みの訓練

◎在宅サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。

🌸 ショートステイ (短期入所生活介護・短期入所療養介護)

福祉施設や医療施設などに短期間入所し、介護やリハビリテーションが受けられます。

※特別養護老人ホームや短期入所専門施設などで日常生活上の介護を受ける「短期入所生活介護」と介護老人保健施設などの施設で医学的な管理のもとで、介護・リハビリテーションを受ける「短期入所療養介護」があります。

●自己負担のめやす(1日につき)

●短期入所生活介護(短期入所専門施設の多床室を利用する場合)

要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食費	③滞在費	①+②+③ 自己負担
要介護1	6,380円	638円	1,445円	855円	2,938円
要介護2	7,070円	707円			3,007円
要介護3	7,780円	778円			3,078円
要介護4	8,470円	847円			3,147円
要介護5	9,160円	916円			3,216円

●短期入所療養介護(介護老人保健施設の多床室を利用する場合)

要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食費	③滞在費	①+②+③ 自己負担
要介護1	8,270円	827円	1,445円	377円	2,649円
要介護2	8,760円	876円			2,698円
要介護3	9,390円	939円			2,761円
要介護4	9,910円	991円			2,813円
要介護5	10,450円	1,045円			2,867円

※サービス費用と食費、滞在費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。

◎在宅サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。



施設に入って利用する在宅サービス

特定施設入居者生活介護

有料老人ホームに入居し、食事や入浴などの介護や機能訓練などが受けられます。

●自己負担のめやす(1日につき)

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割
要介護1	5,380円	538円
要介護2	6,040円	604円
要介護3	6,740円	674円
要介護4	7,380円	738円
要介護5	8,070円	807円

※食費と滞在費、入居一時金などは別途自己負担となります。

◎在宅サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じてサービス費用の1割から3割を負担します。

その他に利用できるサービス

地域密着型サービス 35～38ページ

福祉用具貸与・購入、住宅改修 39～40ページ



施設サービスの内容と費用のめやす

施設サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。また、その他に食費・居住費・日常生活費などを自己負担します。

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

寝たきりや認知症で日常生活において常に介護が必要で、自宅では介護ができない人が対象の施設です。食事・入浴などの日常生活の介護や機能訓練、健康管理などが受けられます。

※原則として、要介護**3**以上の人に限られます。
ただし、要介護**1・2**の人でも、やむを得ない事情により居宅での生活が著しく困難である場合は、特例的に入所が認められます。



●自己負担のめやす(1か月・30日あたり)

	要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食費	③居住費	①+②+③ 自己負担
多 床 室	要介護 1	171,900円	17,190円	43,350円	25,650円	86,190円
	要介護 2	192,300円	19,230円			88,230円
	要介護 3	213,600円	21,360円			90,360円
	要介護 4	234,000円	23,400円			92,400円
	要介護 5	254,100円	25,410円			94,410円

●自己負担のめやす(1か月・30日あたり)

	要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食費	③居住費	①+②+③ 自己負担
ユ ニ ット 型 個 室	要介護 1	195,600円	19,560円	43,350円	60,180円	123,090円
	要介護 2	216,000円	21,600円			125,130円
	要介護 3	237,900円	23,790円			127,320円
	要介護 4	258,600円	25,860円			129,390円
	要介護 5	278,700円	27,870円			131,400円

※サービス費用と食費、居住費は基本的な額であり、サービス内容や施設の規模などによって異なります。

◎施設サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。

介護老人保健施設(老人保健施設)

病状が安定しリハビリテーションが必要な人が利用する施設で、食事・入浴などの日常生活の介護や機能訓練など、在宅の生活への復帰をめざしたサービスが受けられます。

●自己負担のめやす(1か月・30日あたり)

	要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食費	③居住費	①+②+③ 自己負担
多 床 室	要介護①	236,400円	23,640円	43,350円	11,310円	78,300円
	要介護②	250,800円	25,080円			79,740円
	要介護③	269,400円	26,940円			81,600円
	要介護④	284,700円	28,470円			83,130円
	要介護⑤	300,900円	30,090円			84,750円

※サービス費用と食費、居住費は基本的な額であり、サービス内容や施設の規模などによって異なります。

◎施設サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じてサービス費用の1割から3割を負担します。

介護医療院

長期にわたって療養が必要である人が可能な限り自立した日常生活を送ることができるよう、療養上の管理、看護、介護、機能訓練、その他必要な医療と日常生活に必要なサービスを受けられます。

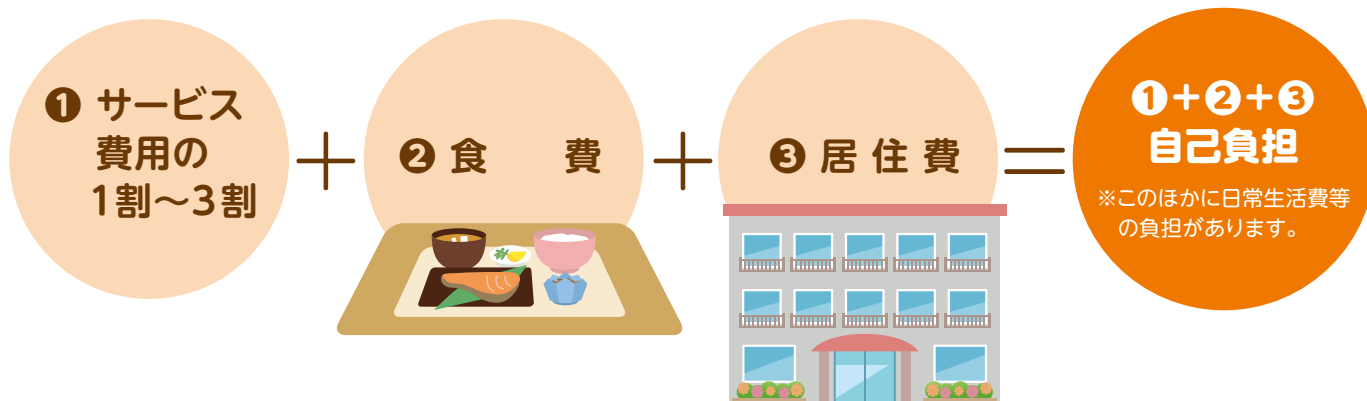
●自己負担のめやす(1か月・30日あたり)

	要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食費	③居住費	①+②+③ 自己負担
多 床 室	要介護①	233,700円	23,370円	43,350円	11,310円	78,030円
	要介護②	262,500円	26,250円			80,910円
	要介護③	324,600円	32,460円			87,120円
	要介護④	351,000円	35,100円			89,760円
	要介護⑤	374,700円	37,470円			92,130円

※サービス費用と食費、居住費は基本的な額であり、サービス内容や施設の規模などによって異なります。

◎施設サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じてサービス費用の1割から3割を負担します。

要介護①～⑤の人が
利用できるサービス



食費及び居住費の利用者負担限度額

所得の低い人が、施設サービス等を利用したときにかかる食費・居住費の負担を軽くするための制度です。この制度を利用するには市への申請手続きを行い、限度額認定証の交付を受ける必要があります。

国の制度改正により、令和3年8月から対象者の要件、食費の限度額が変更になります。

🌿 認定の要件 ※全てに該当する人が対象

- 本人を含む世帯全員(世帯分離している配偶者を含む)が市民税非課税であること。
- 預貯金等が下表の金額以下であること。

🌿 認定者は、所得等により決まる負担段階別に、給付が受けられます

下表の限度額(1日につき)を超えた費用を、介護保険から給付します(市から施設へ直接支払います。)

負担段階	所得の状況	預貯金等の資産状況	食費		居住費			
			施設サービス	短期入所サービス	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室(※)	多床室
第1段階	生活保護の受給者 または老齢福祉年金の受給者	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	300円	300円	820円	490円	320円 (490円)	0円
第2段階	年金収入額とその他の合計所得金額の合計が80万円以下の人	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下 令和3年8月から 単身: 650万円以下 夫婦:1,650万円以下	390円	390円 令和3年8月から 600円	820円	490円	420円 (490円)	370円
第3段階 (令和3年7月まで)	年金収入額とその他の合計所得金額の合計が80万円を超える人	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	650円	650円	1,310円	1,310円	820円 (1,310円)	370円
令和3年8月から	第3段階① 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、120万円以下の人	単身: 550万円以下 夫婦:1,550万円以下	650円	1,000円	1,310円	1,310円	820円 (1,310円)	370円
	第3段階② 年金収入額とその他の合計所得金額の合計が120万円を超える人	単身: 500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,360円	1,300円	1,310円	1,310円	820円 (1,310円)	370円

※ ()内の金額は、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院または短期入所療養介護を利用した場合の額です。

預貯金等の範囲

- 対象となるもの:現金、預貯金、有価証券、金・銀など
- 対象とならないもの:腕時計・宝石、生命保険、自動車など

年金収入額について

- 対象となるもの:課税年金及び非課税年金(遺族年金、障害年金など)

不正行為への加算金

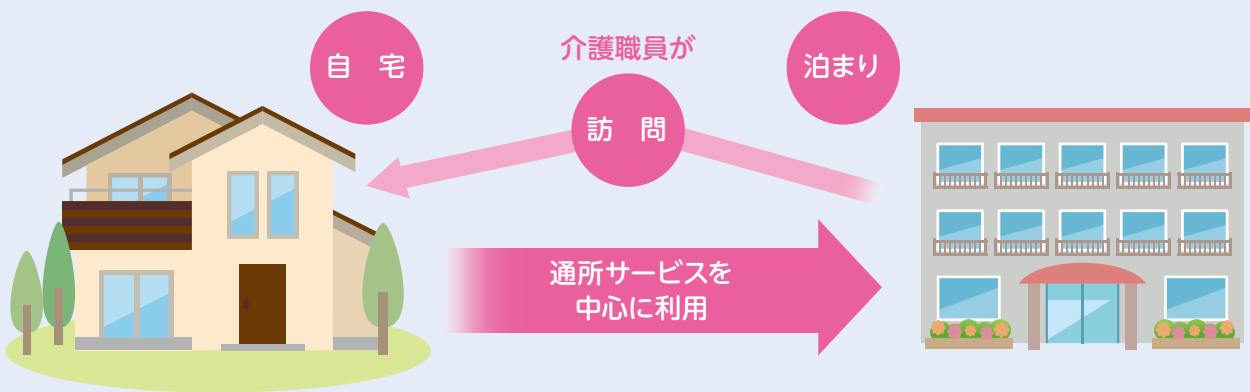
- 配偶者や預貯金等については、基本的に自己申告により確認しますが、申告において不正を行った場合は、支給額の返還に加えて加算金を請求します。

地域密着型サービスの内容と費用のめやす

住み慣れた地域で生活が続けられるよう、地域の特性に応じた柔軟な体制で提供され、各市町村の住民のみが利用できる介護保険サービスです。

小規模多機能型居宅介護

「通所サービス」を中心に「訪問サービス」や「泊まりサービス」を組み合わせ、本人の心身の状態や希望に応じ、食事・入浴・排せつ等の介護や機能訓練などが受けられます。



●自己負担のめやす(1か月につき)

[同一建物居住者以外の登録者に対して行う場合]

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割	食費(1日)	宿泊費(1日)
要支援1	34,380円	3,438円	朝食 370円 昼食 570円 夕食 530円	1,600円
要支援2	69,480円	6,948円		
要介護1	104,230円	10,423円		
要介護2	153,180円	15,318円		
要介護3	222,830円	22,283円		
要介護4	245,930円	24,593円		
要介護5	271,170円	27,117円		

※サービス費用と食費、宿泊費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。

◎地域密着型サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

24時間安心して在宅生活を送れるよう、日中・夜間を通じて、ホームヘルパーが、食事や入浴、調理などの訪問介護を行ったり、看護師などが病状の観察や手当てなどの訪問看護を行ったりします。また、通報システムにより、必要に応じて随時訪問します。

●自己負担のめやす(1か月につき)

[訪問看護サービスを行う場合]

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割
要介護1	83,120円	8,312円
要介護2	129,850円	12,985円
要介護3	198,210円	19,821円
要介護4	244,340円	24,434円
要介護5	296,010円	29,601円

※要支援1・2の人は利用できません。



認知症対応型通所介護

認知症の高齢者がデイサービスに通い、食事・入浴の介護やリハビリテーションなどが受けられます。

●自己負担のめやす(1日につき)

[7時間以上8時間未満の場合(送迎を含む)]単独型

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割	食費
要支援1	8,590円	859円	昼食 630円
要支援2	9,590円	959円	
要介護1	9,920円	992円	
要介護2	11,000円	1,100円	
要介護3	12,080円	1,208円	
要介護4	13,160円	1,316円	
要介護5	14,240円	1,424円	

※サービス費用と食費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。



◎地域密着型サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。

認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症の高齢者が少人数で共同生活をしながら、家庭的な雰囲気と地域住民と交流のもと、介護や機能訓練が受けられます。

●自己負担のめやす(1か月・30日あたり)

[2ユニット以上の場合]

要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食材料費	③居住費	①+②+③ 自己負担
要支援②	224,400円	22,440円	35,400円	46,500円	104,340円
要介護①	225,600円	22,560円			104,460円
要介護②	236,100円	23,610円			105,510円
要介護③	243,300円	24,330円			106,230円
要介護④	248,100円	24,810円			106,710円
要介護⑤	253,200円	25,320円			107,220円

※サービス費用と食材料費、居住費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。

※水道光熱費など別途自己負担があります。

※要支援1の人は利用できません。

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

定員が29人以下の小規模な特別養護老人ホームに入所して、食事・入浴・排せつ等の介護や機能訓練が受けられます。

●自己負担のめやす(1か月・30日あたり)

	要介護度	◎サービス費用	①サービス費用の1割	②食費	③居住費	①+②+③ 自己負担
ユニット型個室	要介護①	198,300円	19,830円	43,350円	60,180円	123,360円
	要介護②	219,000円	21,900円			125,430円
	要介護③	240,900円	24,090円			127,620円
	要介護④	262,200円	26,220円			129,750円
	要介護⑤	282,600円	28,260円			131,790円

※サービス費用と食費、居住費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。

※要支援1・2の人は利用できません。

◎地域密着型サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。

地域密着型通所介護

デイサービスに通い、食事・入浴の介護、看護師などによる健康チェック、レクリエーションなどの「基本サービス」のほか、利用者の状況に応じた、「選択的サービス」が受けられます。

●自己負担のめやす(1日につき)

●基本のサービス(7時間以上8時間未満の場合) ※送迎を含む

要介護度	◎サービス費用	サービス費用の1割	食費
要介護1	7,500円	750円	昼食 630円
要介護2	8,870円	887円	
要介護3	10,280円	1,028円	
要介護4	11,680円	1,168円	
要介護5	13,080円	1,308円	

※サービス費用と食費は基本的な額であり、実際の費用は施設によって異なります。

※事業所によって14時間まで延長してサービスを利用することができます。

●選択的サービス

内 容	◎サービス費用	サービス費用の1割
個別機能訓練(1日)	560円	56円
栄養改善(1回)	2,000円	200円
口腔機能向上(1回)	1,500円	150円

●利用者の状態に応じた機能訓練

●食事に関する指導

●口の中の手入れや飲み込みの訓練

◎地域密着型サービスを利用した場合、利用者は所得等に応じて、サービス費用の1割から3割を負担します。



生活環境を整えるサービス

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13種類の福祉用具を借りることができます。

品 目	貸与できる品目		
	要介護4・5	要介護2・3	要支援1・2 要介護1
手すり(工事を伴わないもの)	○	○	○
スロープ(工事を伴わないもの)	○	○	○
歩行器	○	○	○
歩行補助つえ	○	○	○
車いす(自走用標準型車いす、普通型電動車いす、介助用標準型車いす)	○	○	
車いす付属品(クッション、電動補助装置など)	○	○	
特殊寝台	○	○	
特殊寝台付属品(マットレス、サイドレールなど)	○	○	
床ずれ防止用具	○	○	
体位変換器(起き上がり補助装置等)	○	○	
認知症老人徘徊感知機器(センサーマット等)	○	○	
移動用リフト(立ち上がり座いす、段差解消機、階段移動用リフトなど) ※つり具の部分は、「特定福祉用具購入」の対象となります。	○	○	
自動排せつ処理装置 ※交換可能部品については「特定福祉用具購入」の対象となります。	○		

●利用方法

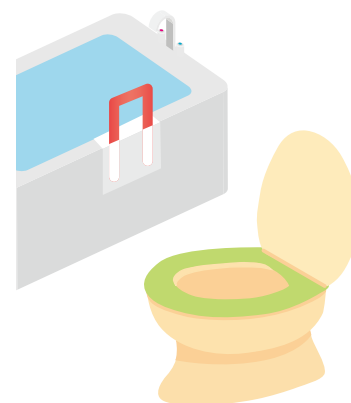
- 福祉用具貸与を希望される場合は、担当するケアマネジャーにご相談ください。
(要介護度により利用が制限される品目がありますが、認定調査票の内容や主治医の所見により利用できる場合がありますので、ご希望の人はケアマネジャーへご相談ください。)
- 費用は、用具の種類や事業所によって異なりますが、利用者負担は1割から3割です。
- 月々の在宅サービス支給限度額の範囲内で利用します(18ページをご覧ください)。

特定福祉用具購入・介護予防福祉用具購入

排せつや入浴など貸与になじまない福祉用具が購入できます。

品
目

- ◆ 腰掛便座 ◆ 自動排せつ処理装置の交換可能部品
- ◆ 入浴補助用具(入浴用いす、浴槽用手すり、入浴介助ベルトなど)
- ◆ 簡易浴槽 ◆ 移動用リフトのつり具



●利用方法

- 保険給付の対象となるのは、指定事業所で購入した福祉用具のみです。
- 自分にあつた用具を購入するため、ケアマネジャーや、指定事業所の福祉用具相談員に相談して、購入してください。
- 同一年度(4月から翌年3月)内で10万円までが、保険給付の対象額となります。給付額は、対象額の7割から9割です。
- 事業者に入ったん全額を支払い、後から保険給付分が返ってくる「償還払い」と、自己負担分のみを支払い、保険給付分は市が事業者へ直接支払う「受領委任払い」が選択できます。

🌸 居宅介護住宅改修・介護予防住宅改修

要支援または要介護の認定を受け、在宅で生活している人が、その居住する住宅において住宅改修を行った場合は、費用の一部が住宅改修費として支給されます。

🌸 対象となる改修内容

- 手すりの取付け(玄関、廊下、階段、寝室、浴室、トイレ等)
- 段差の解消(床面のかさ上げやスロープの設置等)
- 床の材料変更
(滑り防止や車いす利用のためのフローリングへの変更等)
- 引き戸等への扉の取替え
(開き戸を引き戸にする、ドアノブを変更する等)
- 和式便器から洋式への取替え



🌸 工事の前に、ケアマネジャーに相談し、申請書を提出してください

- ケアマネジャーにご相談ください
身体の状態にあった工事とするため、施工業者との契約前に、まず担当ケアマネジャーに相談してください。また市への申請には、ケアマネジャーによる書類の添付が必要です。(担当するケアマネジャーがない場合は、市へご相談ください。)
- 工事の前に、高齢者支援課への申請が必要です
保険給付の対象となるか事前に確認するため、必ず工事の前に申請してください。

🌸 給付を受けられる額

- 月々の在宅サービス支給限度額にかかわらず、改修時に住んでいる住宅につき1人当たり20万円を限度とし、対象となる改修費用の7割から9割を支給します。
- 過去に介護保険住宅改修費の給付を受けている場合、過去の改修費用が20万円未満で残額があれば、その残額の範囲内で支給します。
- ただし、引っ越した場合や、要介護状態区分が大きく上がった場合には、再度20万円までの改修費の支給対象となります。
- 施工業者にいったん全額を支払い、後から保険給付分が返ってくる「償還払い」と、自己負担分のみを支払い、保険給付分は市が事業者へ直接支払う「受領委任払い」が選択できます。



成年後見制度とは

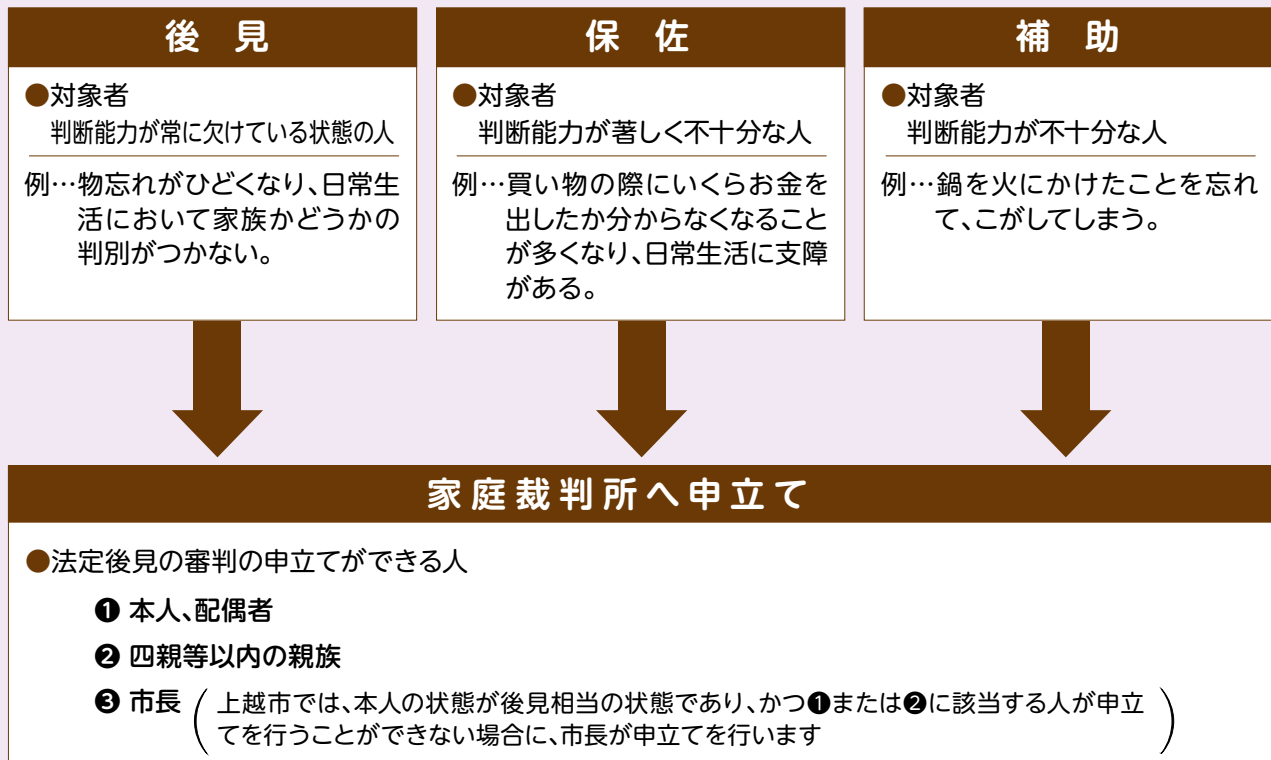
～皆さんの暮らしを支援する制度です～

認知症や知的障害、精神障害などにより、判断能力が不十分な人について、家庭裁判所が「成年後見人」等を選任することで、ご本人の権利を法的に守る制度です。

成年後見制度には、法定後見制度と任意後見制度があります。

法定後見制度

本人の判断能力に応じて3つの制度を利用できます。



任意後見制度

将来、判断能力が不十分な状態になった場合に備えてあらかじめ自ら契約します。

問い合わせ・相談窓口

- 地域包括支援センター（P47参照）
- すこやかな暮らし包括支援センター TEL 025-526-5623

※生活保護を受給されている人などは、申立て費用等の助成制度があります。

詳しい内容については、高齢者支援課へお問い合わせください。

交通事故等が原因で介護保険サービスを利用するときは早めにご連絡を

交通事故や傷害事件等、第三者(加害者)から受けた傷害により、被保険者が介護保険のサービスを利用した場合、本来その介護費用は加害者(第三者)が負担すべきものです。上越市が一時立て替えをしますが、後で被害者である被保険者に代わって上越市が加害者に請求します。この請求には手続が必要ですので高齢者支援課にご連絡をお願いします。なお、医療保険(国民健康保険・後期高齢者医療保険・社会保険・労災保険)で第三者行為の手続を済ませている場合も、介護保険について別途手続が必要となります。

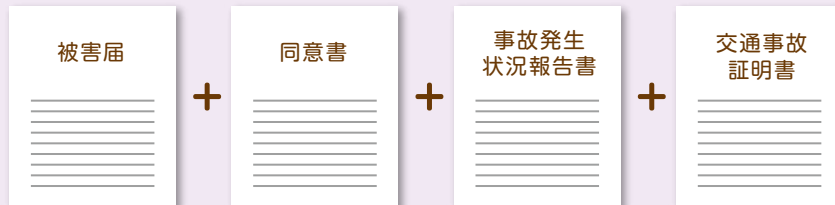


第三者行為による手続はこうしたらいいの？

- まずは、高齢者支援課へご相談ください。手続に必要な書類(①から③)等をお送りします。
- 自動車安全運転センターで④を発行してもらった後、下記の①から③の書類に必要事項を記載し、④を添えて市に提出して下さい。

【手続に必要な書類】

- ①被害届
- ②同意書
- ③事故発生状況報告書
- ④交通事故証明書



【提出先】

上越市役所 高齢者支援課 (電話番号025-526-5111)

※加害者側との交渉の結果、賠償額のうち介護保険の保険給付分が保険者(場合によっては被害者)に支払われます。既に示談交渉が済んで、被保険者(被害者)が加害者・損保会社から介護保険の保険者給付分(7割から9割分)も含めた示談金を受領している場合、保険者(上越市)は介護保険の被保険者(被害者)にその給付額を請求することもありますのでご承知ください。

介護保険サービスの相談、苦情があるときは

介護保険では、サービス等についての苦情を処理する仕組みが制度的に位置づけられています。

❁ サービス事業者、担当のケアマネジャーや地域包括支援センターに相談してみましょう

各介護保険サービス事業所には、苦情受付窓口があります。サービスを利用して、相談したいことや困ったことがあったら、早めに介護保険サービス事業者に話して解決するようにしましょう。

また、居宅介護支援事業所のケアマネジャーや地域包括支援センターの保健師・社会福祉士等も、利用者や事業者等から事情を聞き、対応を検討することとなっています。普段から介護保険サービスを利用して気づいた点、不明な点があればその都度何でも話しておき、信頼関係を築いておくと安心です。



❁ それでも改善されない場合には

上越市役所高齢者支援課へご相談ください。
また、都道府県単位で設置されている国民健康保険団体連合会へ申し立てることもできます。



認知症は、だれでもかかる可能性のある身近な病気です

認知症は、2025年において、65歳以上の5人に1人が発症すると推計されており、多くの人にとって身近なものとなっています。

自分や家族等が認知症かもしれないと思ったら、一人で悩まず、お近くの地域包括支援センターやすこやかなくらし包括支援センターなどにご相談ください。

認知症とは

いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなったりすることで、認知機能(*)が低下し、さまざまな生活のしづらさが現れる状態をいいます。65歳未満で発症する若年性認知症もあります。

※認知機能とは、物事を記憶する、言葉を使う、計算する、問題を解決するために深く考えるなどの頭の働きを指します。

認知症の初期に現れる症状は、個人差があります。
身近な人に症状が見られた場合は、できるだけ早く相談するようにしましょう。

こんな症状は、認知症のサインです

- 何度も同じ話をする
- 物忘れが気になる
- 忘れ物・探し物が増える
- 問題なくできていたことで失敗する
- 趣味や好み、言動が変わる
- 身だしなみに気を使わなくなる

早く気付くことのメリット

- 症状が軽いうちにご本人やご家族が認知症への理解を深めることにより、今後の生活の備えをすることができます。
- 早い段階からの服薬等の治療や、適切なケアにより、改善する場合があるほか、認知症の進行をゆるやかにすることができます。

どこに相談したらいいの

電話で気軽に相談したい 直接会って相談したい	<ul style="list-style-type: none"> ● お近くの地域包括支援センターへ (P47) ※地域の担当の専門職が、電話や訪問での相談をお受けします。 ● すこやかなくらし包括支援センターへ 電話 025-526-5623 ※認知症の症状や受診先等に関する相談について専門職がお受けします。
もの忘れが気になり はじめた	まずは、かかりつけの医師に相談してみましょう。
認知症の専門的な治療について相談したい	認知症疾患医療センター(高田西城病院)へ 電話 090-7801-7533 ※認知症の専門医や相談員を配置しており、認知症の人の診察や家族の相談ができる専門機関です。

認知症の人と家族が、安心して暮らせる地域をつくることが大切です

認知症の予防は

最近の研究では、生活習慣病(高血圧症、糖尿病、脂質異常症など)を予防することが、認知症の予防や進行予防につながる事が分かってきました。

【認知症の予防のためにできること】

- ① 毎年健康診断を受けましょう。
- ② 食生活に気を付けましょう。
- ③ 適度な運動をしましょう。
- ④ 趣味や様々な活動などに参加し、人と積極的に交流しましょう。



認知症の人に接するときの心がまえ

不安を感じながら生活していることを理解しましょう

- 認知症の人は、自分はこれからどうなるのか不安を感じたり、もの忘れや失敗が増えて気分が沈んでうつ状態になることがあります。
- 何か失敗をした時にどうしていいかわからずに混乱し、イライラしやすくなったり、怒りっぽく、不機嫌になったりすることがあります。

本人の自尊心を大切に

- 認知症になっても全てのことができなくなるわけではありません。本人のできることを生かしながらさりげなく手助けをしましょう。

認知症の人への
対応の心得
3つの「ない」

驚かせない

急がせない

自尊心を傷つけない

認知症サポーター養成講座を受けてみませんか

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気です。

上越市では、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り支援できる地域づくりを進めるため、「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

講座では、認知症の症状のほか認知症の人と接するときの心がまえ等についてわかりやすく説明します。ご本人やご家族等への支援について、できることから始めてみませんか？

認知症サポーター養成講座の開催日・申込方法等は、
すこやかなくらし包括支援センターへ(電話 025-526-5623)

地域包括支援センターは、地域の総合 相談窓口です

高齢者のみなさんが住み慣れた地域で安心して生活していけるよう、関係機関と連携し、みなさんを支援します。お気軽にご相談ください。

🌸 健康や生活に関する 相談窓口です

総合相談

高齢者のみなさんやご家族などからの相談をお受けしています。健康や介護サービス、認知症に関することなどの相談に対し、サービスの紹介や解決に向けた支援を行います。

🌸 自立した生活ができる よう支援します

介護予防に向けたケアプランの作成

介護保険の要支援に認定された人や、要介護状態になるおそれのある人が介護予防のためのサービスを利用できるよう、ケアプラン(P14~P15)を作成します。

🌸 みなさんの権利を 守ります

人権や財産等を守る支援

安心して日常生活を送れるよう、高齢者の権利を守る支援を行います。

成年後見制度などの紹介のほか、虐待の早期発見、消費者被害の未然防止などに取り組みます。

🌸 地域のネットワーク を構築します

暮らしやすい地域づくりのための支援

地域のさまざまな関係者と連携・協力し、地域の現状や課題を共有しながら、暮らしやすい地域づくりに取り組みます。

※上記に加え、令和2年4月から、障害や生活困窮、ひきこもりなどの相談も行っています。

ひとりで悩みや不安を抱えていませんか？
ひとりで抱え込まず、地域包括支援センターに
ご相談ください。

(相談は無料です。ご自宅への訪問も行います。)



地域包括支援センターのご案内

お住まいの地域包括支援センターをご利用ください。 ※はサテライト

	名称及び所在地	電話番号	担当エリア
1	地域包括支援センターたかだ 西城町3-6-31 介護老人保健施設「くびきの」内	025-526-1155	本町3.4.5.6.7、仲町3.4.5.6、大町3.4.5、寺町2.3、西城町1.2.3.4、北本町1.2.3.4、幸町、東本町1.2.3.4.5、大手町、本城町、栄町、北城町1.2.3.4、新町、高士町1.2
2	みんなでいきる地域包括支援センター 大貫2-16-23 特別養護老人ホーム「サンクスレルヒの森」内	025-520-8970	金谷区、三郷区
3	センター病院地域包括支援センター 南高田町6-9 「上越地域医療センター病院」内	025-527-3880	南本町1.2.3、南城町1.2.3.4、本町1.2、仲町1.2、大町1.2、東城町1.2.3、寺町1、南新町、南高田町和田区
4	高田の郷地域包括支援センター 新南町28-3 介護老人保健施設「高田の郷」内	025-521-5133	新道区、諏訪区、津有区、高士区
5	リボーン地域包括支援センター 下門前1910 有料老人ホーム「スローライフもんぜん」内	025-530-7802	春日区、有田区
6	ふもと地域包括支援センター 中央1-23-26 介護医療院「えがおと虹の森ふもと」内	025-531-1502	西本町1.2.3、御幸町、あけぼの、四ツ屋、旭区、横町本町、天王町、荒川町、福永町、沖見町、塩浜町、浜町住吉町、港町1.2、市之町、八千浦区、保倉区、北諏訪区
7	地域包括支援センター府中会(拠点) 東雲町2-11-6 ケアハウス「至徳路」内	025-544-3325	東雲町1.2、栄町1.2、新光町3、石橋、石橋1・2、五智地区、谷浜・桑取区名立区
	名立地域包括支援センター* 名立区名立大町4174 地域密着型介護老人福祉施設「名立ひなさき」内	025-520-8320	
8	しおさいの里地域包括支援センター大湍くらし支援室(拠点) 大湍区土底浜1079 「大湍保健センター」内	025-535-1151	大湍区、頸城区
	しおさいの里地域包括支援センター頸城くらし支援室* 頸城区百間町636 「頸城区総合事務所」内	025-546-7323	
9	柿崎地域包括支援センター(拠点) 柿崎区柿崎5548 特別養護老人ホーム「よねやまの里」内	025-536-6312	柿崎区、吉川区
	吉川地域包括支援センター* 吉川区原之町1819-1 特別養護老人ホーム「ほほ笑よしかわの里」隣	025-548-3030	
10	浦川原地域包括支援センター(拠点) 浦川原区顕聖寺242-2 「浦川原高齢者生活福祉センター」内	025-599-3872	浦川原区、安塚区、大島区、牧区
	安塚地域包括支援センター* 安塚区安塚2549-5 「安塚やすらぎ荘」内	025-592-3033	
	大島地域包括支援センター* 大島区岡3388-1 「大島地区公民館」内	025-594-7109	
	牧地域包括支援センター* 牧区大月252 特別養護老人ホーム「沖見の里」内	025-529-3181	
11	上越あたご地域包括支援センター三和(拠点) 三和区井ノ口444 「三和区総合事務所」内	025-530-7581	三和区、中郷区、板倉区、清里区
	上越あたご地域包括支援センター中郷* 中郷区二本木1959-4 「中郷保健相談センター」内	0255-74-2355	
	上越あたご地域包括支援センター板倉* 板倉区針722-1 「板倉区総合事務所」内	0255-78-7531	
	上越あたご地域包括支援センター清里* 清里区荒牧18 「清里区総合事務所」内	025-530-7612	

2025年度(令和7年度)・2040年度(令和22年度)の上越市の姿

- ① 高齢者のみなさんが住み慣れた地域で、サービスや支援を受けるなど、地域支え合いの体制が構築されている状態
- ② 一人一人が介護予防の重要性を認識し、生活習慣病等の重症化予防を始め、介護予防に取り組んでいる状態
- ③ 家族や地域の人が認知症を正しく理解し、全ての認知症の人が住み慣れた地域で安心して生活を営んでいる状態
- ④ 重度な介護状態になっても24時間365日安心して快適な生活を送ることができるよう、医療・介護・住まいなどの環境が充実している状態

お問い合わせ

上越市役所／高齢者支援課 〒943-8601 上越市木田1-1-3
TEL 025-526-5111 FAX 025-526-6115
メールアドレス koureisya@city.joetsu.lg.jp

上越市のホームページでも情報を公表しています。
アドレス <https://www.city.joetsu.niigata.jp/soshiki/koureisya/>