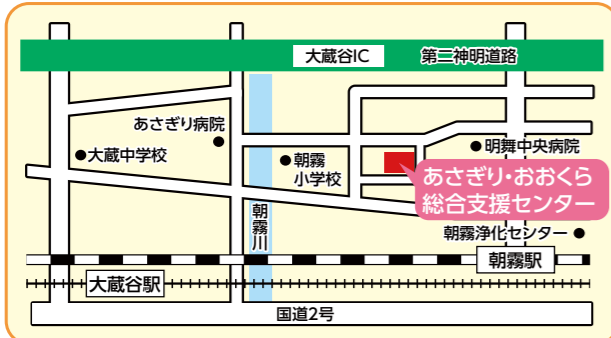
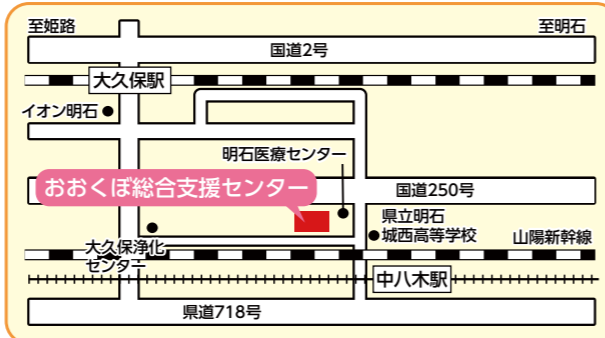


## \*高齢者等の生活を総合的に支えます

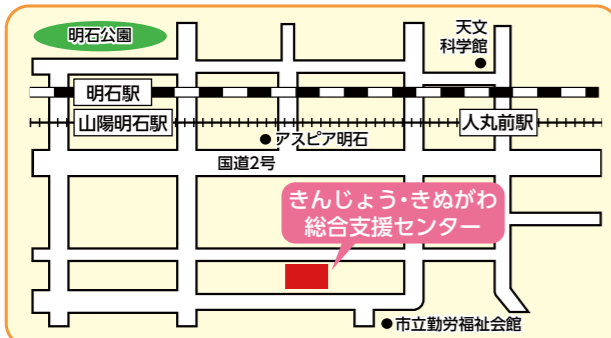
地域総合支援センターは、高齢者等に関する身近な「相談窓口」です。  
 高齢者等が地域で安心した生活を送ることができるように支援します。  
 お住まいの地域の総合支援センターへご相談ください。



**あさぎり・おおくら総合支援センター**  
 明石市松が丘5丁目7番22号  
 あさぎり福祉センター内 ☎078-915-0091



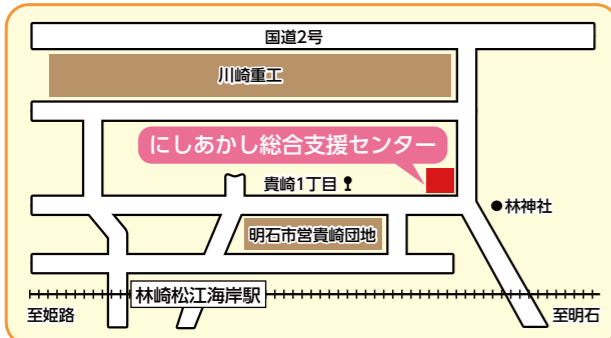
**おおくぼ総合支援センター**  
 明石市大久保町八木743番地の33  
 夜間休日応急診療所2階 ☎078-934-8986



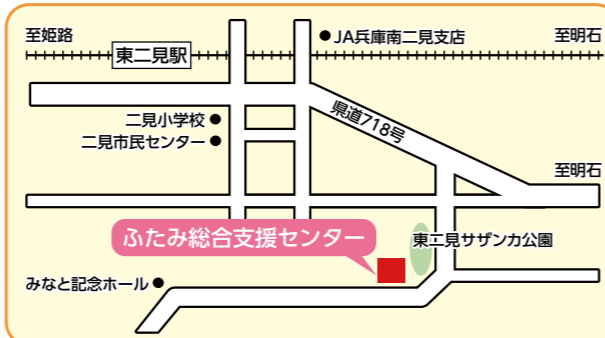
**きんじょう・きめがわ総合支援センター**  
 明石市相生町2丁目5番15号  
 明石市役所北庁舎  
 (旧保健センター)1階 ☎078-915-2631



**うおずみ総合支援センター**  
 明石市魚住町西岡500番地の1  
 魚住市民センター2階 ☎078-948-5081



**にしあかし総合支援センター**  
 明石市貴崎1丁目5番13号  
 総合福祉センター1階 ☎078-924-9113



**ふたみ総合支援センター**  
 明石市二見町東二見1836番地の1  
 ふれあいプラザあかし西1階 ☎078-945-3170

**介護保険** 明石市 高齢者総合支援室 (介護保険担当)  
 に関するお問い合わせは... 明石市中崎1丁目5番1号 TEL: 078-918-5091 FAX: 078-919-4060

**介護予防・日常生活支援総合事業** 明石市 地域共生社会室 (地域総合支援担当)  
 に関するお問い合わせは... 明石市中崎1丁目5番1号 TEL: 078-918-5289 FAX: 078-918-5049

# よくわかる

令和6年度  
改正版

# 介護保険

地図付き施設検索「ちずプラ」



パソコンやスマートフォンからお住まいの地域のサービス事業所が検索できます。



## もくじ

* 介護保険のしくみ	2	* 利用できるサービス	13
・地域総合支援センター	4	・在宅サービス	13
* サービスの利用のしかた	5	・施設サービス	19
・サービスに苦情や不満があるときは	10	・地域密着型サービス	21
・介護従事者への「ハラスメント」について	10	・介護予防・日常生活支援総合事業	24
* サービスの利用者負担	11	* 介護保険料	27

令和6年4月から

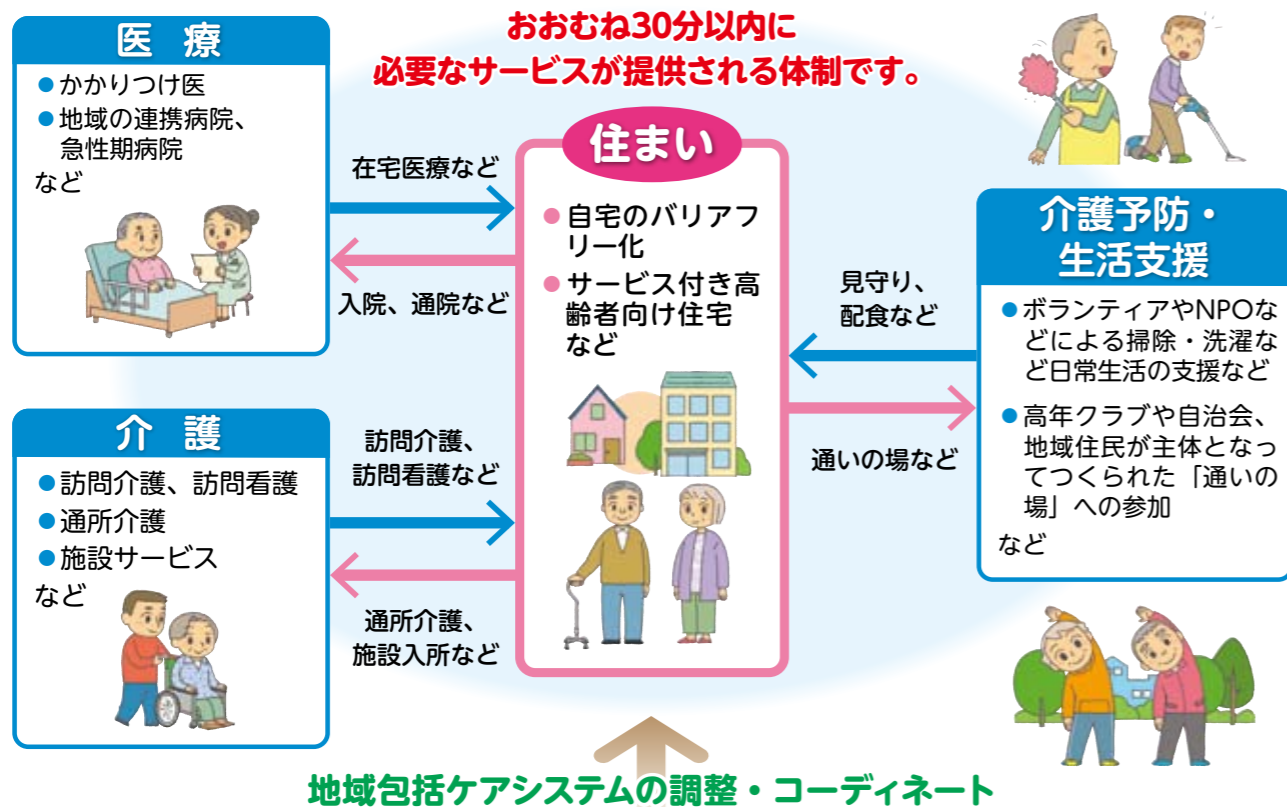
- 第9期（令和6～8年度）の介護保険料が決まりました。
- 介護報酬が改定されました（一部サービスは令和6年6月から）。それに伴い、サービス費用も変わりました。
- 福祉用具の一部は、利用方法（借りる、または購入する）を選択できるようになりました。
- 介護予防ケアプランの作成を、介護予防支援の指定を受けた居宅介護支援事業者にも依頼できるようになりました。

令和6年8月から

- 施設サービス利用時の居住費等の基準となる金額が変わります。

＊ 住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために ＊  
～地域包括ケアシステム～

「地域包括ケアシステム」は、高齢者のみなさんが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるようにするしくみです。市区町村や都道府県が地域の特性を考えながら、「住まい」を前提に地域に必要なサービスを一体的に切れ目なく提供し、地域に住む高齢者の生活を支えます。



●冊子に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。

＊ 介護保険のしくみ

介護保険は、介護や支援が必要な人が介護保険サービスを利用できる制度です。市区町村が運営し、40歳以上の人が出し合って制度を支えています。

40歳以上の人 (被保険者)

- 要介護認定を受けてサービスを利用します。
- 市区町村に保険料を納めます。
- サービス事業者を利用者負担を支払います。



65歳以上の人 (第1号被保険者)

サービスが利用できるのは  
介護が必要と認定された人

介護が必要になった原因は関係なく、サービスが利用できます。

交通事故など「第三者」による行為が原因で介護保険を利用する場合は市区町村へ届け出が必要です。必ず示談前に市区町村の担当窓口へ連絡してください。

40～64歳の人 (第2号被保険者)

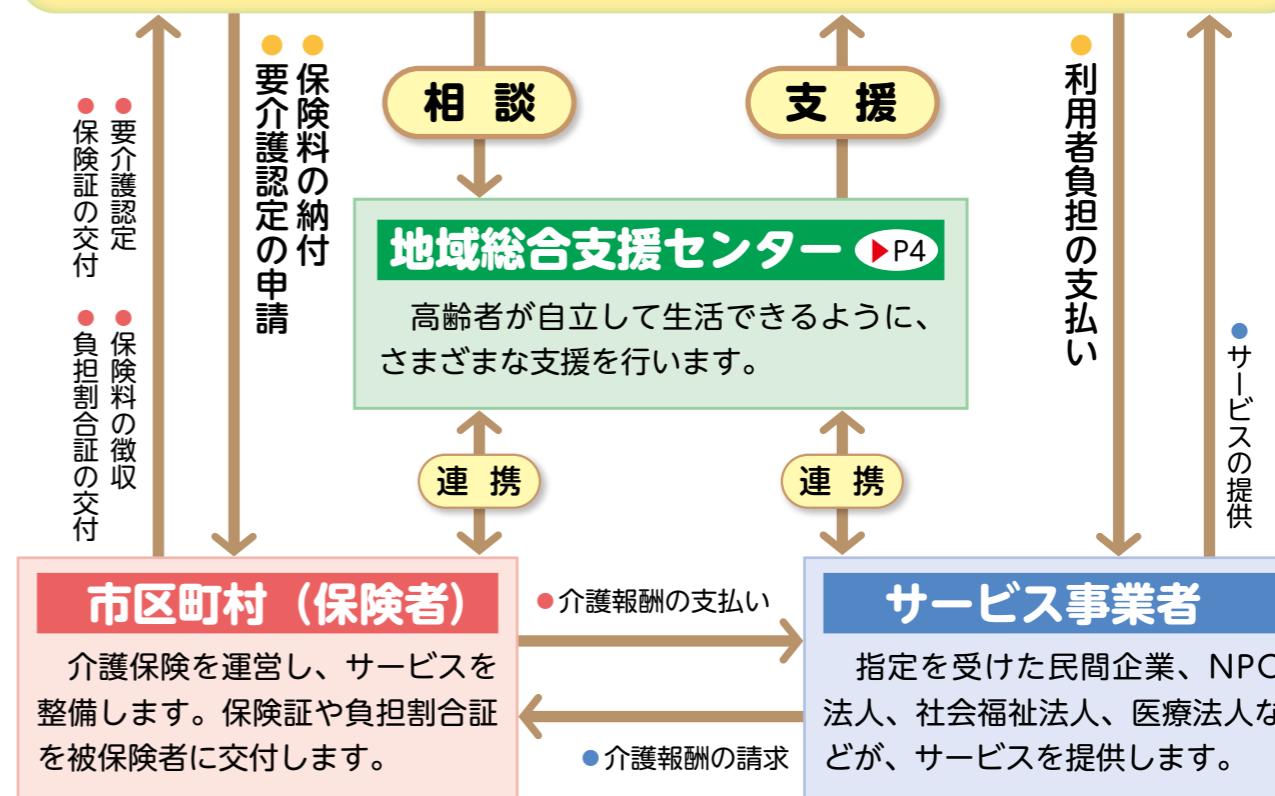
サービスが利用できるのは  
「特定疾病」が原因で  
介護が必要と認定された人

特定疾病以外(交通事故など)が原因の場合は、介護保険のサービスは利用できません。

特定疾病とは

加齢と関係があり、要介護・要支援状態の原因である心身の障害を生じさせると認められる16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
- 骨折を伴う骨粗鬆症 ●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





# \* サービスの利用のしかた

まず、地域総合支援センターや、住んでいる市区町村の窓口にご相談しましょう。介護保険を利用したい場合は、市区町村の窓口にて要介護認定の申請をしてください。要介護認定には有効期間があります。引き続きサービスを利用したい場合は、有効期間満了前に更新の申請をしてください。

## 1 相談

地域総合支援センターや明石市高齢者総合支援室の窓口で、相談します。

日常生活で介助が必要と感じてきた など

介護保険のサービスを利用したい



体操教室などに参加したい  
地域の人と交流したい  
など

65歳以上の方が対象です

## 2 申請

申請の窓口は明石市高齢者総合支援室（介護保険担当）または、あかし総合窓口、地域総合支援センターです。



地域総合支援センター、居宅介護支援事業者、介護保険施設などに申請の代行をしてもらうこともできます。

### 申請に必要なもの

- 要介護・要支援認定申請書
- 介護保険の保険証
- 医療保険の保険証
- マイナンバーと身元確認書類

申請書には主治医の氏名・医療機関名・所在地を記入する欄がありますので、確認しておきましょう。また、申請することを主治医にお伝えください。

要支援1・2の人は、更新時に再度要介護認定を申請するか、基本チェックリスト（詳細は26ページ参照）などで、生活機能が低下しているかどうかを判断します。  
※担当ケアマネジャーと相談。



## 3 認定調査

市の職員など（認定調査員）に訪問してもらい、心身の状態について調査を受けます。



意識しすぎず、普段の状態を見てもらうことが大切です。できる限り介護の状況が分かる人に同席してもらいましょう。

### 認定調査でのおもな調査項目

- ・麻痺等の有無
- ・関節の動く範囲の制限の有無
- ・寝返り、起き上がり
- ・座位保持、両足・片足での立位保持
- ・歩行、立ち上がり
- ・洗身、つめ切り
- ・視力や聴力
- ・移乗や移動
- ・えん下や食事摂取
- ・排尿や排便
- ・口腔清潔、洗顔や整髪
- ・上衣やズボン等の着脱
- ・外出頻度
- ・意思の伝達、理解や記憶の有無
- ・問題行動
- ・ひどいもの忘れ
- ・薬の内服
- ・金銭管理
- ・日常の意思決定
- ・集団への不適応
- ・買い物
- ・簡単な調理
- ・過去14日間に受けた医療
- ・日常生活自立度
- ・特記事項（聞き取った詳しい情報など） など

調査結果はコンピュータ判定（一次判定）され、その結果と主治医意見書、調査票とともに「介護認定審査会」で審査・判定（二次判定）されます。

生活機能の低下がみられる

※「介護予防・生活支援サービス事業」の事業対象者

自立した生活が送れる

## 4 認定結果の通知

申請数が多い時期等は、結果通知の送付に30日以上かかる場合があります。その場合は、市からお知らせが届きます。

### 要介護1～5 ▶P7

介護サービスを利用することで生活機能の維持や改善をはかることが適切な人



### 要支援1・2 ▶P7

介護予防サービスなどを利用することで生活機能が改善する可能性の高い人



### 非該当

今は介護保険のサービスを利用する必要がないと判断された人

介護サービス、介護予防サービスは利用できません

●一般介護予防事業を利用できます。▶P24

認定結果に疑問などがある場合は

明石市高齢者総合支援室（介護保険担当）にご相談しましょう。また、結果通知が届いた日の翌日から3か月以内に兵庫県の「介護保険審査会」に審査請求できます。

### 介護予防・日常生活支援総合事業

#### 介護予防・生活支援サービス事業 ▶P25

介護予防のための訪問型サービス、通所型サービスなどが利用できます。  
●一般介護予防事業も利用できます。

#### 一般介護予防事業 ▶P24


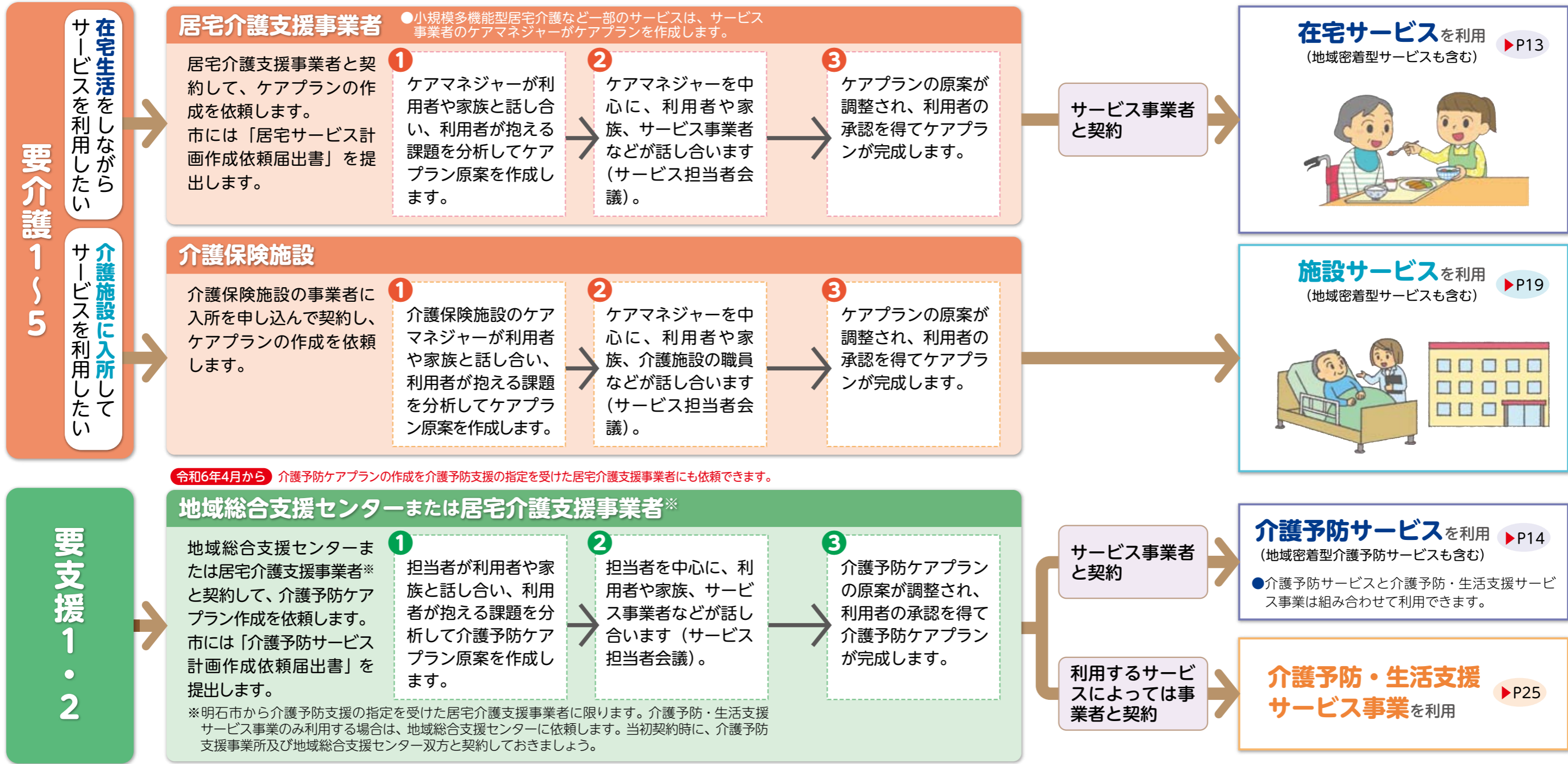
介護予防教室や講座、地域の「通いの場」などへ参加できます。

●一般介護予防事業のみ利用の場合は、基本チェックリストは不要です。

**\*ケアプランの作成** ●ケアプランの作成に利用者負担はありません。

ケアプランとは、どんなサービスを、いつ、どのくらい利用するのかを決めた計画書のことです。介護保険のサービスはこのケアプランに基づいて利用します。

**居宅介護支援事業者とは**  
 ケアマネジャー（▶P1）が在籍する事業者で、ケアプラン作成の窓口、要介護認定の申請代行、サービス事業者との連絡や調整などを行っています。

**サービス事業者を選びましょう**


利用するサービスが決まったら、サービス事業者を探しましょう。事業者を選ぶときにはケアマネジャーに相談してアドバイスをもらいましょう。事業者のホームページを閲覧したり、実際に見学に行ったりすることもできます。

**条件を比較・検討してサービス事業者を探せます！**

厚生労働省の介護事業所・生活関連情報検索サイト

**検索** **介護サービス情報公表システム** (<https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp>)

でサービス事業者を検索してみましょう。



**ケアプラン依頼時は、要望や目標などを伝えましょう**

サービスに対する要望や目標は、あらかじめ利用者や家族で話し合っておき、ケアプラン依頼の際に明確にケアマネジャーに伝えましょう。

サービスについては、利用者が「できる限り自立」した生活を送ることを目的としたものを選ぶことが大切です。

このほか、利用者や家族の状況、介護する家族の労働状況も具体的に伝えておき、ケアマネジャーに利用者の家庭環境を把握してもらいましょう。



## \*ケアプランの計画例

ケアプランは、利用者本人が意欲的に自立した日常生活を送れるように、必要なサービス、回数、時間などを細かく決めて作成されます。

実際にサービスを利用してみて不都合な点があれば、ケアマネジャーに相談してケアプランを見直してみましょう。



### 例 要介護3 の場合 (ケアプランの週間サービス計画表部分：第3表)

第3表		週間サービス計画表							作成年月日 ○○年○○月○○日
利用者名 ○○ ○○ 殿		○○年○○月分より							主な日常生活上の活動
	月	火	水	木	金	土	日		
0:00									
2:00									
4:00									
6:00	起床	起床	起床	起床	起床	起床	起床		
8:00	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食		
10:00	通所介護 ※送迎あり	訪問介護	通所介護 ※送迎あり	訪問看護	通所介護 ※送迎あり	訪問介護	訪問介護	長男と外出	
12:00		昼食		昼食		昼食	昼食	月、水、金ほデイサービスで機能訓練	
14:00								火、土は午前にはホームヘルパーの生活援助	
16:00									
18:00	夕食	訪問介護	夕食	訪問介護	夕食	訪問介護	訪問介護	火、木、土、日ほ夕方にはホームヘルパーの生活援助	
20:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝		
22:00									
24:00									

週単位以外  
のサービス

福祉用具貸与 (車いす、特殊寝台、マットレス)  
短期入所 (利用する日数に応じて他のサービスとの調整が必要)

通所介護で機能訓練をいっ  
つ、訪問介護で  
生活を支援しま  
す。また、訪問看  
護による療養上  
の世話や診療の  
補助を行いま



## ◆サービスに苦情や不満があるときは

サービスを利用して困ったことがあったときは、早めにご相談ください。

### サービス事業者

相談窓口で受けた苦情や不満に担当者が対応します。



### ケアマネジャー

相談内容に応じて、サービス事業者と調整します。



### 地域総合支援センター

相談内容に応じて、専門職が対応します。



### 市区町村の介護保険担当窓口

相談や苦情の内容をもとに、市区町村で事業者を調査して指導します。



### 国民健康保険団体連合会(国保連)

市区町村での解決が難しい場合や、利用者が希望する場合は、都道府県ごとに設置されている国保連に苦情申立てができます。



## ◆介護従事者への「ハラスメント」について

近年、一部の利用者や家族等による介護従事者への「ハラスメント」が問題になっています。ハラスメントが起こると、介護従事者は安心して働くことが難しくなってしまいます。

「ハラスメントのない介護現場」の実現により、介護従事者は安心して働くことができ、利用者も不安なくサービスを利用し続けられることにつながります。



### ハラスメントとは

身体的、精神的、性的な嫌がらせなどにより、相手に不快感や不利益、苦痛を与えることで、人格や尊厳を傷つける行為のことです。

### ▶こんなことがハラスメントになります

● <b>身体的暴力</b> (身体的な力で危害を加えようとする行為)	ものを投げつける、つばを吐く、叩く、蹴る、ひっかく、つねる など
● <b>精神的暴力</b> (言葉や態度で尊厳や人格をおとしめたりする行為)	怒鳴る、理不尽なサービスを要求する、威圧的な態度で文句を言う、無視する など
● <b>セクシュアルハラスメント</b> (性的な嫌がらせ行為)	必要もなく触る、抱きしめる、わいせつな図画を見せる、性的な言動をする など

### ▶以下の言動はハラスメントではないとされています

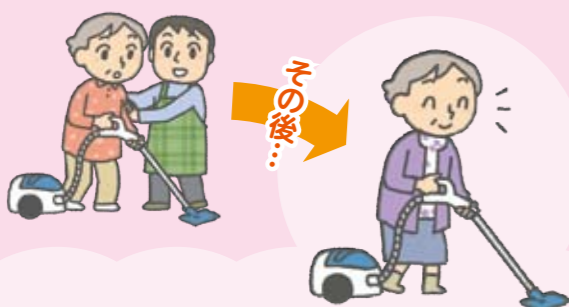
- 認知症等の病気、障害の症状として現れた言動 (BPSD※等)
  - 苦情の申し立て など
- ※BPSDとは認知症の症状として現れた行動症状 (暴力、暴言、徘徊、拒絶、不潔行為等)・心理症状 (抑うつ、不安、幻覚、妄想、睡眠障害等) を指します。

## \*目標を持ったサービス利用をこころがけましょう!

体は使わないと機能が低下していきます。自分でできることは自分でい、できない部分は介護保険のサービスを利用する、といった意識が大切です。介護保険のサービスを利用しながら、「自分でできることを増やしていく」など、しっかり目標を立ててサービスを利用しましょう。

### ●「明確な目標」を持ってサービスを利用

**A**さん 自分一人でできるようにがんばろう!



一人で掃除ができるようになった!

### ●「任せきり」にしてサービスを利用

**B**さん やらうと思えばできそうだけど全部お願いしちゃえば楽だ!

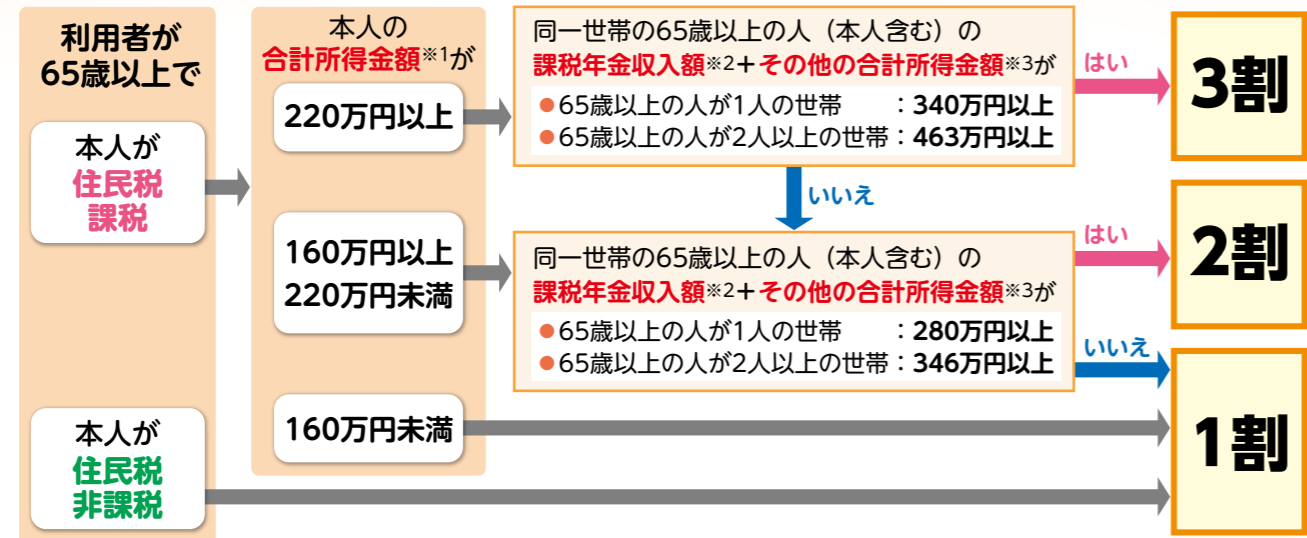


ますます体が動かなくなってきた...

# \* サービスの利用者負担

サービスの利用者負担は、原則費用の1割、2割、3割です（残りは支給限度額まで介護保険が負担）。サービス内容によっては居住費等、食費などが別途必要です。

■ **利用者負担の割合** ● 40～64歳の人（第2号被保険者）、生活保護受給者は所得にかかわらず1割負担。



- ※1 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のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。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、給与所得及び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。土地売却等に係る特別控除額がある場合は、合計所得金額から長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額を用います。
- ※2 課税年金収入額とは、老齢（退職）年金など、課税対象となる公的年金等の年金額のことです。
- ※3 その他の合計所得金額とは、合計所得金額（※1）から「公的年金等に係る雑所得」を控除した金額のことです。

**「介護保険負担割合証」に利用者負担の割合が記載されています**

サービス事業者が負担割合を確認します。サービスを利用するときは、介護保険の保険証と一緒にサービス事業者に渡してください。

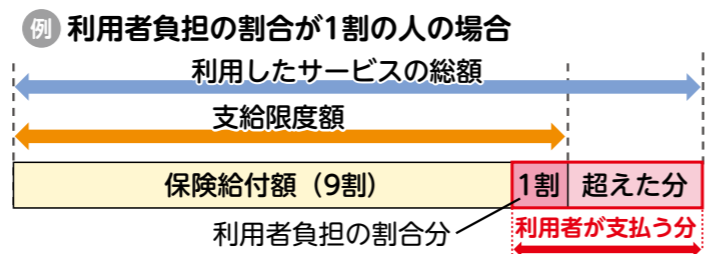
交付される人	適用期間
①要介護、要支援と認定された人 ②事業対象者（▶P26）	8月1日～翌年7月31日 ※新規認定の人は、申請日～7月31日

## ■ 支給限度額

おもな在宅サービスなどでは、介護保険が負担する上限（支給限度額）が決められています。支給限度額を超えたサービスを利用した場合は、超えた分を利用者が全額負担します。

おもな在宅サービスなどの支給限度額

要介護状態区分等	1か月の支給限度額
事業対象者	50,320円 (例外的に105,310円)
要支援1	50,320円
要支援2	105,310円
要介護1	167,650円
要介護2	197,050円
要介護3	270,480円
要介護4	309,380円
要介護5	362,170円



- 支給限度額に含まれないサービス**
- 特定福祉用具販売 ● 住宅改修費支給 ● 居宅療養管理指導
  - 認知症対応型共同生活介護（短期利用以外）
  - 特定施設入居者生活介護（外部サービス利用型、短期利用以外）
  - 介護老人福祉施設 ● 介護老人保健施設 ● 介護医療院
- ※ 介護予防サービス、地域密着型の当該サービス含む

- 表は標準地域の場合です。
- 介護保険からの保険給付分も含んだ額です。

# \* 利用者負担を軽減します（申請が必要です）

## ● 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」として後から支給されます。

- 対象となる人には、申請書を送付します。
- 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。

## ■ 利用者負担の上限（1か月）

利用者負担段階区分		上限額（世帯合計）
住民税課税世帯で、右記に該当する65歳以上の人 が世帯にいる場合	課税所得690万円以上	140,100円
	課税所得380万円以上690万円未満	93,000円
	課税所得145万円以上380万円未満	44,400円
一般（住民税課税世帯で、上記3区分に該当しない場合）		44,400円
住民税世帯非課税等		24,600円
● 課税年金収入額※+その他の合計所得金額※が80万円以下の人 ● 老齢福祉年金の受給者		15,000円（個人）
生活保護の受給者 利用者負担を15,000円に減額することで、生活保護の受給者とならない場合		15,000円（個人） 15,000円

※P11の「課税年金収入額」「その他の合計所得金額」の説明を参照。

- 高額介護サービス費の対象にならない費用**
- 支給限度額を超えた利用者負担
  - 居住費等、食費、日常生活費
  - 住宅改修や福祉用具購入の費用 など

## ● 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）

- 対象となる人には、申請書を送付します。（ただし、転入・転出された場合等で、届かないこともあります。）
- 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円以下の場合は支給されません。

## ■ 高額医療・高額介護合算制度の負担限度額（8月1日～翌年7月31日の算定分）

所得（基礎控除後の総所得金額等）	70歳未満の人がいる世帯	所得区分	①70～74歳の人がある世帯 ②後期高齢者医療制度で医療を受ける人がいる世帯
901万円超	212万円	課税所得690万円以上	212万円
600万円超 901万円以下	141万円	課税所得380万円以上 690万円未満	141万円
		課税所得145万円以上 380万円未満	67万円
210万円超 600万円以下	67万円	一般	56万円
210万円以下	60万円	低所得者 (住民税非課税世帯の人)	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円になる人（年金収入のみの場合80万円以下の人）	19万円
住民税非課税世帯	34万円		

- 毎年7月31日時点で加入している医療保険の所得区分が適用されます。医療保険が異なる場合は合算できません。
- 支給対象となる人は医療保険の窓口へ申請が必要です。

その他、社会福祉法人等による利用者負担軽減があります

# \*利用できるサービス

利用者の負担は、原則としてサービス費用の1割、2割、3割（▶P11）です。

- 介護保険と医療保険で同様の給付がある場合、要介護認定を受けた後は原則として介護保険の給付が優先され、医療保険の給付は行われません。
- 訪問介護、通所介護、短期入所生活介護は、共生型サービス事業所の指定を受けた障害福祉サービス事業所でも介護保険のサービスを利用できる共生型サービスの対象です。
- 「サービス費用」はめやすです。これ以外に、サービスによっては居住費等、食費、日常生活費などの自己負担や、サービス内容や地域などによる加算があります。

令和6年4月から サービス費用が変わりました。（訪問リハビリテーション、訪問看護、居宅療養管理指導、通所リハビリテーションは、令和6年6月から）

凡例	要介護	要介護1～5の人が対象（介護サービス）	事業対象者	事業対象者（▶P26）が対象
	要支援	要支援1・2の人が対象（介護予防サービス）	65歳以上	65歳以上の人が対象

**在宅サービス** 自宅などで生活しながら利用するサービスです。

## \*ホームヘルパーの訪問を受けて利用するサービス

### 訪問介護 (ホームヘルプ)

要介護

ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事、入浴、排せつの介護などの「身体介護」や、調理、洗濯などの「生活援助」を行います。



- 要支援1・2、事業対象者の人は、介護予防・生活支援サービス事業の訪問型サービスが利用できます（▶P25）。

内容	利用時間など	サービス費用
身体介護が中心	30分以上 1時間未満	3,870円
生活援助が中心	45分以上	2,200円

- 早朝、夜間、深夜などは加算があります。

内容	利用時間など	サービス費用
通院時の乗車・降車等介助	1回につき	970円

- 通院等のために訪問介護員等が自ら運転する車両への乗車・降車の介助、乗車前降車後の屋内での移動等の介助、または通院先での受診等の手続きや移動等の介助を行います。

身体介護	食事、入浴、排せつの介助など利用者の身体に直接接触する介助等で、本人が行うのが困難な場合	●排せつ介助・おむつ交換 ●入浴介助・身体の清拭 ●着替え・体位変換の介助 ●通院、官公署への届出等の外出介助 など
生活援助	掃除、洗濯、買物、調理などの家事で、利用者が行うことが困難な場合	●利用者が使用する居室等の掃除 ●利用者の衣類等の洗濯 ●食料等の生活必需品の買物 ●一般的な食事の調理 など

### 介護保険の訪問介護では利用できないもの

- 利用者の日常生活の援助の範囲を超えるものや、趣味嗜好に関するもの
  - 利用者以外の人の洗濯、調理、買物、布団干し
  - おもに利用者が使用する居室等以外の掃除
  - 来客の応接
  - 留守番
  - 自家用車の洗車や掃除
  - 庭の草取り、植物の剪定、草木の水やり
  - 犬の散歩
  - 家具の移動
  - 部屋の模様替え
  - 特別な手間をかけて行う調理
  - 大掃除、床のワックスがけ
  - 家屋の修理、ペンキ塗り
  - ドライブ
  - カラオケ
  - パチンコ
  - 冠婚葬祭
  - お祭りなど地域の行事への参加 など
- 金銭・貴重品の取り扱い 預貯金の引き出しや年金の受け取り など
- 医療行為

## \*介護職員などに訪問してもらい入浴するサービス

### 訪問入浴介護

要支援 要介護

介護職員と看護職員に移動入浴車で居宅を訪問してもらい、事業者が持参した浴槽で入浴介護を行います。



内容	要介護度	サービス費用
1回につき	要支援1・2	8,560円
	要介護1～5	12,660円

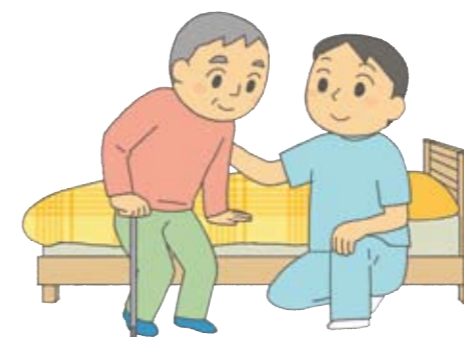
- 看護職員は利用者の入浴前後の体温や血圧、脈拍等のバイタルチェックや入浴介助等を行います。医療行為はできません。

## \*自宅での生活を続けるためのリハビリテーション

### 訪問リハビリテーション

要支援 要介護

事業所の医師の指示により、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問して、居宅での生活機能の維持・向上のためのリハビリテーションを行います。



内容	要介護度	サービス費用
1回(20分以上)につき	要支援1・2	2,980円
	要介護1～5	3,080円

- 週6回を限度。

理学療法士 (PT)	身体的な機能低下が見られる人などに、医師の指示のもと、立つ・座る・歩くなどの基本動作の能力の回復や改善を目的とした支援をします。
作業療法士 (OT)	身体的な機能低下が見られる人などに、医師の指示のもと、絵画、手工芸、園芸等さまざまな作業を通して、日常生活に必要な能力の回復や改善を目的とした支援をします。
言語聴覚士 (ST)	言葉や発声、聴覚の障害がある人に、機能の回復や改善を目的とした訓練や助言、支援をします。

## \*看護師などに訪問してもらい療養上のケアを受けるサービス

### 訪問看護

要支援 要介護

医師の指示により、看護師などが居宅を訪問して、療養上の世話や診療の補助等を行います。



訪問看護ステーションから訪問の場合

訪問看護の時間	要介護度	サービス費用
20分未満	要支援1・2	3,030円
30分未満		4,510円
30分以上1時間未満		7,940円
20分未満	要介護1～5	3,140円
30分未満		4,710円
30分以上1時間未満		8,230円

- がん末期や難病の人、人工呼吸器を使用している場合、急性増悪などによって主治医の指示があった場合、精神科訪問看護の場合は、医療保険による訪問看護が行われます。



※ 居宅で療養上の管理、助言を受けられるサービス

きょ たくりょうよう かん り し どう  
**居宅療養管理指導**

医師や歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士などが、通院や通所が困難な人の居宅を訪問し、療養上の管理や指導をします。



**要支援** **要介護**

単一建物居住者が1人の場合

職種	利用限度	サービス費用/1回
医師※1	1か月に2回	5,150円
歯科医師※1	1か月に2回	5,170円
薬剤師(医療機関)	1か月に2回	5,660円
薬剤師(薬局)	1か月に4回	5,180円
管理栄養士※2	1か月に2回	5,450円
歯科衛生士等	1か月に4回	3,620円

※1 訪問診療または往診を行った日に限る。  
※2 指定居宅療養管理指導事業所の管理栄養士の場合。

※ 事業所に通所して利用するサービス

つう しょ かい ご  
**通所介護**  
(デイサービス)

**要介護**

通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や機能訓練を日帰りで利用します。



●要支援1・2、事業対象者の人は、介護予防・生活支援サービス事業の通所型サービスが利用できます(▶P25)。

通常規模の事業所の場合

内容	要介護度	サービス費用
7時間以上 8時間未満の場合 (送迎含む)	要介護1	6,580円
	要介護2	7,770円
	要介護3	9,000円
	要介護4	10,230円
	要介護5	11,480円

●食費などは自己負担になります。

つう しょ  
**通所リハビリテーション**  
(デイケア)

**要支援** **要介護**

介護老人保健施設や病院、診療所などで、食事などの日常生活上の支援や機能訓練、リハビリテーションを受けます。要支援の人は目標に応じた選択的サービスも利用できます。

通常規模の事業所の場合

内容	要介護度	サービス費用
1か月につき (送迎、入浴含む)	要支援1	22,680円
	要支援2	42,280円

●食費などは自己負担になります。  
●利用者の目標に応じた「運動器機能向上(令和6年5月まで。6月からは基本のサービスに含まれます)」「栄養改善」「口腔機能向上」などの選択的サービスを利用できます。

通常規模の事業所の場合

内容	要介護度	サービス費用
7時間以上 8時間未満 の場合 (送迎含む)	要介護1	7,620円
	要介護2	9,030円
	要介護3	10,460円
	要介護4	12,150円
	要介護5	13,790円

●食費などは自己負担になります。

※ 短期間施設に入所して利用するサービス

●連続した利用が30日を超えた場合は、31日目は全額自己負担になります。  
●連続して30日を超えない日数であっても、ショートステイの利用日数は認定の有効期間のおおむね半分を超えないことをめやすとしています。

たん き にゅう しょ せい かつ かい ご  
**短期入所生活介護**  
(ショートステイ)

**要支援** **要介護**

介護老人福祉施設などに短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。



介護老人福祉施設〔併設型〕を利用の場合

内容	要介護度	サービス費用		
		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日につき	要支援1	4,510円	4,510円	5,290円
	要支援2	5,610円	5,610円	6,560円
	要介護1	6,030円	6,030円	7,040円
	要介護2	6,720円	6,720円	7,720円
	要介護3	7,450円	7,450円	8,470円
	要介護4	8,150円	8,150円	9,180円
要介護5	8,840円	8,840円	9,870円	

●食費などは自己負担になります。

たん き にゅう しょ りょうよう かい ご  
**短期入所療養介護**  
(ショートステイ)

**要支援** **要介護**

介護老人保健施設や医療施設などに短期間入所して、看護や医学的管理下での介護や支援、日常生活上の世話や機能訓練などが受けられます。医療型のショートステイです。



介護老人保健施設を利用の場合

内容	要介護度	サービス費用		
		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日につき	要支援1	5,790円	6,130円	6,240円
	要支援2	7,260円	7,740円	7,890円
	要介護1	7,530円	8,300円	8,360円
	要介護2	8,010円	8,800円	8,830円
	要介護3	8,640円	9,440円	9,480円
	要介護4	9,180円	9,970円	10,030円
要介護5	9,710円	10,520円	10,560円	

●食費などは自己負担になります。

※ 有料老人ホームなどに入居している人が利用するサービス

とく てい し せつ にゅう きょ しゃ せい かつ かい ご  
**特定施設入居者生活介護**

**要支援** **要介護**

指定を受けた有料老人ホームなどの特定施設に入居している要支援、要介護の人が、食事、入浴、排せつなどの介護やその他の日常生活上の世話、機能訓練、療養上の世話を受けられます。

**住所地特例が適用されます**

他市区町村の特定施設(地域密着型サービスは除く)に入居して、その施設に住所変更した場合でも、住所変更前の市区町村に保険料を納め、保険給付を受けます。

内容	要介護度	サービス費用
1日につき	要支援1	1,830円
	要支援2	3,130円
	要介護1	5,420円
	要介護2	6,090円
	要介護3	6,790円
要介護4	7,440円	
要介護5	8,130円	

●食費などは自己負担になります。

福祉用具で自立した日常生活の促進や介助者の負担を減らすサービス

福祉用具貸与

要支援 要介護

日常生活の自立を助ける福祉用具の貸与が受けられます。利用者はレンタル費用の利用者負担の割合分（▶P11）を負担します。



対象となる福祉用具	要支援1・2 要介護1	要介護2・3	要介護4・5	
◆印の一部は利用者の選択により購入も可能				● 利用できます
手すり (工事をとまなわないもの)	●	●	●	▲ 尿のみを吸引するものは利用できます
スロープ (工事をとまなわないもの) ◆	●	●	●	
歩行器 ◆				✖ 原則として利用できません
歩行補助つえ ◆				
車いす (車いす付属品を含む)				
特殊寝台 (特殊寝台付属品を含む)				
床ずれ防止用具	✖	●	●	
体位変換器		●	●	
認知症老人徘徊感知機器				
移動用リフト (つり具の部分を除く)				
自動排泄処理装置	▲	▲	●	

- 機能や価格帯の異なるいくつかの商品が事業者から提示されます。事業者によって用具の機種や費用は異なります。
- 商品ごとに全国平均貸与価格が公表され、上限額が設定されています。
- ◆印の福祉用具のうち、固定用スロープ、歩行器(歩行車を除く)、単点杖(松葉づえを除く)と多点杖は、利用方法(借りる、または購入する)を選択できます。福祉用具専門相談員やケアマネジャーの提案を受けて、よく検討して決めましょう。購入を選択した場合は、特定福祉用具販売での利用になります。 **令和6年4月から**

特定福祉用具販売

要支援 要介護

申請が必要です

対象の福祉用具を購入したとき、購入費が支給されます。



対象となる福祉用具

- 腰掛便座
- 自動排泄処理装置の交換可能部品
- 排泄予測支援機器 ●入浴補助用具
- 簡易浴槽 ●移動用リフトのつり具の部分

下記の福祉用具は、利用方法(借りる、または購入する)を選択できます。福祉用具専門相談員やケアマネジャーの提案を受けて、よく検討して決めましょう。 **令和6年4月から**

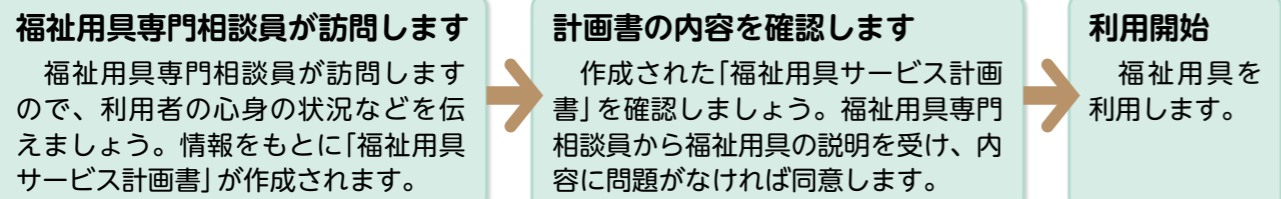
- ◆固定用スロープ ◆歩行器(歩行車を除く)
- ◆単点杖(松葉づえを除く)と多点杖

福祉用具購入費の支給について

いったん購入費全額を利用者が支払います。後日申請により、同年度10万円を上限に、利用者負担の割合分(▶P11)を差し引いた額が支給されます。

- 都道府県などの指定事業者から購入した場合に支給されます。
- 利用者負担分のみを事業者へ支払い、市区町村が事業者へ保険給付分を直接支払う「受領委任払い」の制度がある場合があります。詳しくは市区町村へお問い合わせください。

福祉用具の利用の流れ



●福祉用具専門相談員とは、福祉用具貸与・販売事業所にいる福祉用具の専門家です。利用開始後も定期的に利用者宅を訪問し、福祉用具の点検や使用状況の確認を行います。

福祉用具はインターネットで検索できます。

公益財団法人テクノエイド協会 <https://www.techno-aids.or.jp/>



住宅改修を行ったときに改修費が支給されるサービス

じゅうたく かいしゅう ひ し きゅう

住宅改修費支給

要支援 要介護

事前の申請が必要です

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、住宅改修費が支給されます。

対象となる住宅改修



- 手すりの取り付け
- 引き戸などへの扉の取り替え
- 洋式便器などへの便器の取り替え
- 段差の解消
- 滑りの防止・移動の円滑化などのための床または通路面の材料の変更

●上記の改修に伴って必要となる改修も対象となります。

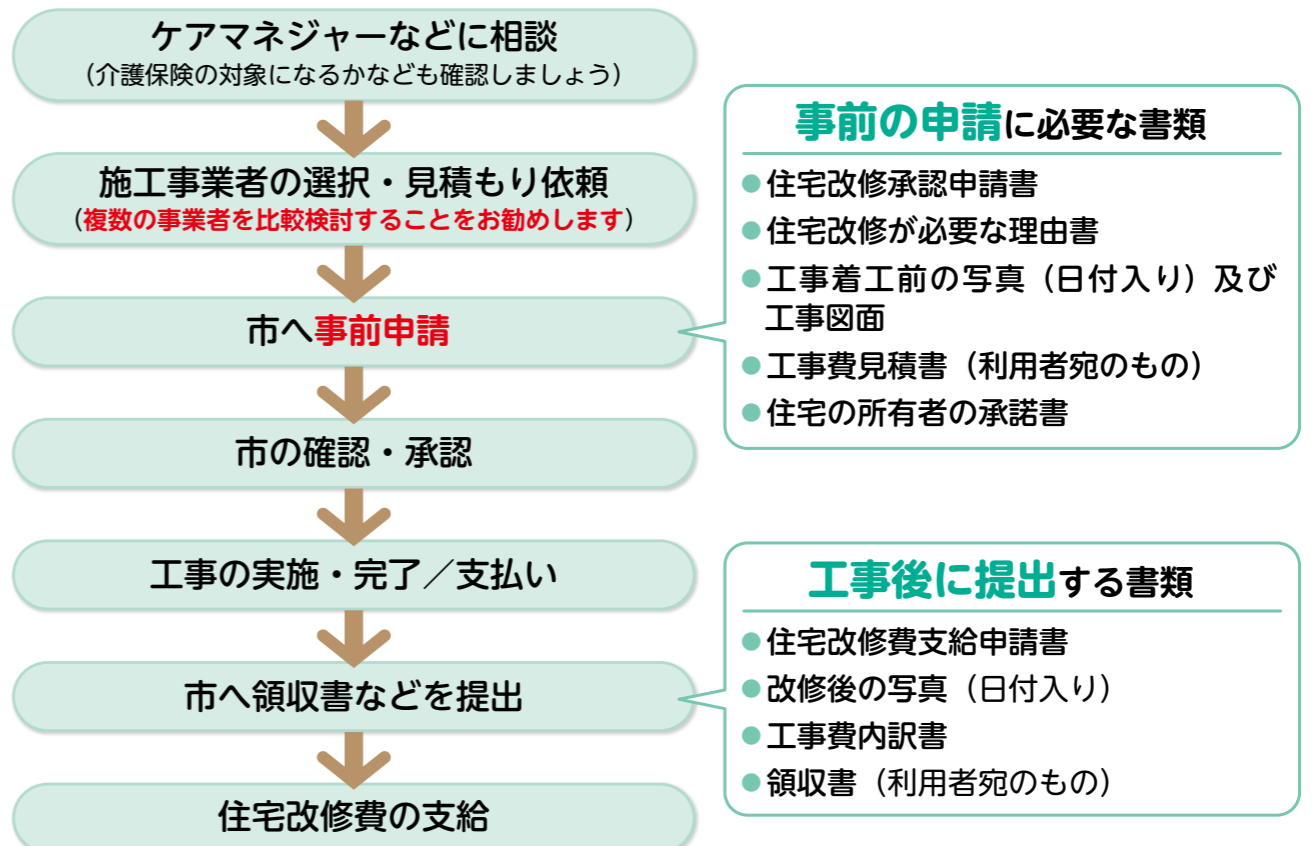
住宅改修費の支給について

いったん改修費全額を利用者が支払います。後日20万円を上限に、利用者負担の割合分(▶P11)を差し引いた額が支給されます。

事前の申請がない場合には、住宅改修費は支給されません。

- 利用者は利用者負担分のみを事業者へ支払い、残りは明石市から事業者へ直接支払われる「受領委任払い」の制度もあります。詳しくはお問い合わせください。

住宅改修の利用の流れ



事前の申請に必要な書類

- 住宅改修承認申請書
- 住宅改修が必要な理由書
- 工事着工前の写真(日付入り)及び工事図面
- 工事費見積書(利用者宛のもの)
- 住宅の所有者の承諾書

工事後に提出する書類

- 住宅改修費支給申請書
- 改修後の写真(日付入り)
- 工事費内訳書
- 領収書(利用者宛のもの)

## 施設サービス 施設に入所して利用するサービスです。

**住所地特例が適用されます** 他市区町村の施設に入所して、その施設に住所変更した場合でも、住所変更前の市区町村に保険料を納め、保険給付を受けます。

### \* 生活全般の介護が必要な人が利用する施設

#### 介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)

常時介護が必要で居宅での生活が困難な人が、日常生活上の介護を受けられる施設です。



**要介護** ※新規入所は原則として要介護3~5の人が対象です。

サービス費用のめやす(1日につき)

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*	5,890円	5,890円	6,700円
要介護2*	6,590円	6,590円	7,400円
要介護3	7,320円	7,320円	8,150円
要介護4	8,020円	8,020円	8,860円
要介護5	8,710円	8,710円	9,550円

### \* 在宅復帰を目指す人が利用する施設

#### 介護老人保健施設 (老人保健施設)

状態が安定している人が在宅復帰を目指し、リハビリテーションや日常生活上の介護を受けられる施設です。



**要介護**

サービス費用のめやす(1日につき)

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	7,170円	7,930円	8,020円
要介護2	7,630円	8,430円	8,480円
要介護3	8,280円	9,080円	9,130円
要介護4	8,830円	9,610円	9,680円
要介護5	9,320円	10,120円	10,180円

### \* 長期療養と介護を一体的に受けられる施設

#### 介護医療院

医学的管理のもとで長期療養が必要な人が、医療や日常生活上の介護を受けられる施設です。生活の場としての機能も持っています。

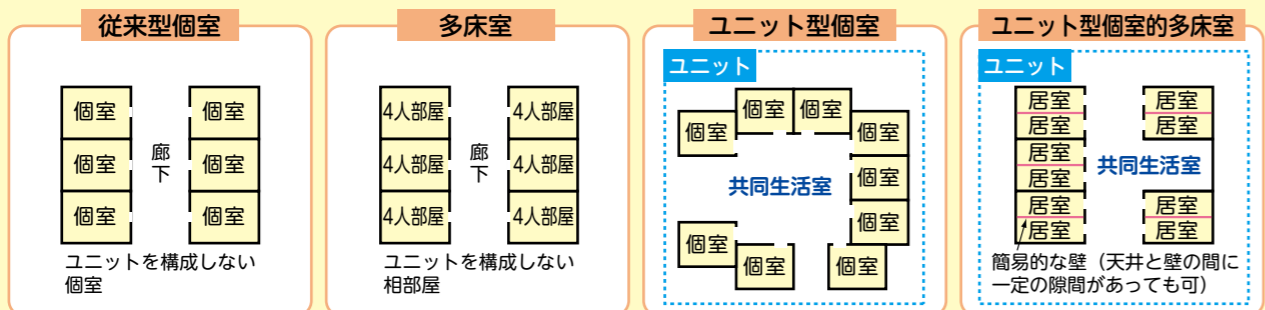


**要介護**

サービス費用のめやす(1日につき)

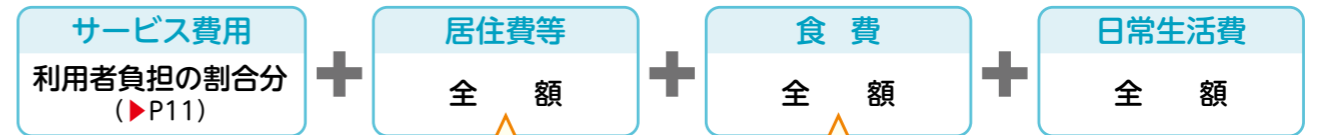
要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	7,210円	8,330円	8,500円
要介護2	8,320円	9,430円	9,600円
要介護3	10,700円	11,820円	11,990円
要介護4	11,720円	12,830円	13,000円
要介護5	12,630円	13,750円	13,920円

#### ■ 介護施設の部屋のタイプについて



## \* 施設を利用したサービスの費用

利用者負担の割合分(▶P11)のほかに、居住費(短期入所サービスは滞在費)、食費、日常生活費が利用者の負担となります。



### 基準費用額

居住費等、食費の利用者負担は、施設と利用者との間で契約により決められますが、基準となる額(基準費用額)が定められています。

令和6年8月から 居住費等の額が変わります。【 】は令和6年8月からの額です。

■ 基準費用額(1日につき)

● 介護老人福祉施設、短期入所生活介護は( )の金額です。

居住費等				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	
1,668円(1,171円) 【1,728円(1,231円)】	377円(855円) 【437円(915円)】	2,006円 【2,066円】	1,668円 【1,728円】	1,445円

### 低所得の人には負担を軽くする制度があります

申請が必要です

低所得の人は、申請により下表のA・B両方に該当していると認定された場合、居住費等、食費は負担限度額までの負担となり、超えた分は「特定入所者介護(予防)サービス費」として介護保険が負担します。認定の有効期間は、毎年8月1日から翌年7月31日までです。継続して利用を希望する場合は、有効期間満了前に更新の手続きをしてください。

令和6年8月から 居住費等の額が変わります。【 】は令和6年8月からの額です。

■ 負担限度額(1日につき)

● 介護老人福祉施設、短期入所生活介護は( )の金額です。

利用者負担段階	A課税状況等	B預貯金等	居住費等				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	施設サービス	短期入所サービス
第1段階	生活保護受給者等	単身：1,000万円以下 夫婦：2,000万円以下	490円(320円) 【550円(380円)】	0円	820円 【880円】	490円 【550円】	300円	300円
	老齢福祉年金受給者	同上	同上	同上	同上	同上	同上	同上
第2段階	課税年金収入額※+非課税年金収入額+その他の合計所得金額※が80万円以下の人	単身：650万円以下 夫婦：1,650万円以下	490円(420円) 【550円(480円)】	370円 【430円】	820円 【880円】	490円 【550円】	390円	600円
		同上	同上	同上	同上	同上	同上	同上
第3段階①	課税年金収入額※+非課税年金収入額+その他の合計所得金額※が80万円超120万円以下の人	単身：550万円以下 夫婦：1,550万円以下	1,310円(820円) 【1,370円(880円)】	370円 【430円】	1,310円 【1,370円】	1,310円 【1,370円】	650円	1,000円
		同上	同上	同上	同上	同上	同上	同上
第3段階②	課税年金収入額※+非課税年金収入額+その他の合計所得金額※が120万円超の人	単身：500万円以下 夫婦：1,500万円以下	1,310円(820円) 【1,370円(880円)】	370円 【430円】	1,310円 【1,370円】	1,310円 【1,370円】	1,360円	1,300円
		同上	同上	同上	同上	同上	同上	同上

※P11の「課税年金収入額」「その他の合計所得金額」の説明を参照。「非課税年金」は遺族年金や障害年金などを指します。

#### 預貯金等の範囲

##### 【対象となるもの】

預貯金、投資信託、有価証券、現金、時価評価額が容易に把握できる貴金属、負債(住宅ローン等)

##### 【対象とならないもの】

生命保険、自動車、腕時計、宝石など時価評価額が把握できない貴金属、絵画、骨董品など

- 住民票上世帯が異なる配偶者(世帯分離や事実婚含む。ただしDV防止法における配偶者から暴力を受けた場合や行方不明の場合などは除く)も含まれます。
- 第2号被保険者(40~64歳の医療保険加入者)の預貯金等の資産要件は、利用者負担段階にかかわらず「単身1,000万円以下、夫婦2,000万円以下」となります。また、生活保護受給者は資産要件はありません。
- 住民税課税世帯の人でも、一定の要件を満たせば特例的に第3段階②の負担限度額が適用される場合があります。

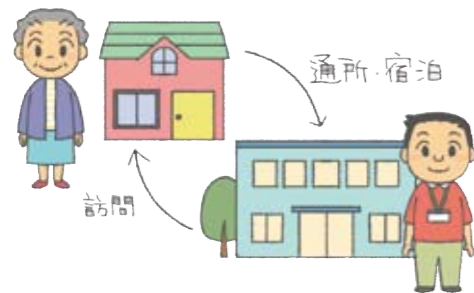
## 地域密着型サービス 地域のニーズに応じて提供されるサービスです。

住み慣れた地域での生活を続けるためのサービスです。地域の特性に応じたサービスのため、原則として住んでいる市区町村のサービスのみ利用できます。

### \* 通所、訪問、短期宿泊を組み合わせた多機能なサービス

## 小規模多機能型居宅介護

通いを中心に、利用者の選択に応じて訪問や短期間の宿泊のサービスを組み合わせた多機能なサービスが受けられます。



同一建物に居住する人以外の人を利用する場合

内容	要介護度	サービス費用
1か月につき	要支援1	34,500円
	要支援2	69,720円
	要介護1	104,580円
	要介護2	153,700円
	要介護3	223,590円
	要介護4	246,770円
	要介護5	272,090円

- 緊急時などに短期利用ができる場合があります。
- 食費などは自己負担になります。

## 看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせたサービスです。通い、宿泊、訪問看護、訪問介護のサービスが受けられます。



同一建物に居住する人以外の人を利用する場合

内容	要介護度	サービス費用
1か月につき	要介護1	124,470円
	要介護2	174,150円
	要介護3	244,810円
	要介護4	277,660円
	要介護5	314,080円

- 緊急時などに短期利用ができる場合があります。
- 通いと宿泊のサービスにも、看護サービス（療養上の世話または必要な診療の補助）が含まれます。
- 食費などは自己負担になります。

### \* 24時間対応の訪問介護と訪問看護のサービス

## 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

訪問介護と訪問看護が連携して、1日に複数回の「短時間の定期訪問」と、通報などによる「随時の対応」を24時間対応で行うサービスです。

一体型（訪問介護・訪問看護を同じ事業者で一体的に提供）を利用する場合

内容	要介護度	サービス費用	
		（訪問看護を利用しない場合）	（訪問看護を利用する場合）
1か月につき	要介護1	54,460円	79,460円
	要介護2	97,200円	124,130円
	要介護3	161,400円	189,480円
	要介護4	204,170円	233,580円
	要介護5	246,920円	282,980円

### \* 日中通所して日常生活上の支援や機能訓練などを受けられるサービス

## 地域密着型通所介護

(デイサービス)

定員が18人以下の小規模な通所介護施設で、日常生活上の支援や機能訓練などのサービスが受けられます。



### 要介護

通常規模の事業所の場合

内容	要介護度	サービス費用
7時間以上 8時間未満の場合 (送迎含む)	要介護1	7,530円
	要介護2	8,900円
	要介護3	10,320円
	要介護4	11,720円
	要介護5	13,120円

- 共生型サービス事業所の指定を受けた障害福祉サービス事業所でも介護保険のサービスを利用できます。
- 食費などは自己負担になります。

## 認知症対応型通所介護

認知症の人を対象にした通所介護です。認知症対応型通所介護事業所などで、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。



### 要支援 要介護

単独型を利用の場合

内容	要介護度	サービス費用
7時間以上 8時間未満の場合 (送迎含む)	要支援1	8,610円
	要支援2	9,610円
	要介護1	9,940円
	要介護2	11,020円
	要介護3	12,100円
	要介護4	13,190円
	要介護5	14,270円

- 食費などは自己負担になります。

### \* 認知症の人が共同生活しながら利用できるサービス

## 認知症対応型共同生活介護

(グループホーム)

認知症の人が共同生活する住宅で、食事、入浴、排せつなどの日常生活上の支援や機能訓練などのサービスが受けられます。



### 要支援 要介護

- 要支援1の人は利用できません。

2ユニット以上の場合

内容	要介護度	サービス費用
1日につき	要支援2	7,490円
	要介護1	7,530円
	要介護2	7,880円
	要介護3	8,120円
	要介護4	8,280円
	要介護5	8,450円

- 30日以内の短期利用もできる場合があります。
- 食費などは自己負担になります。

＊小規模な介護老人福祉施設

ち いき みつ ちやく がた かい ご ろう じん ぶく し し せつ にゆう しょ しゃ せい かつ かい ご  
**地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護**  
 (特別養護老人ホーム)

要介護

定員が29人以下の小規模な介護老人福祉施設に入所する人が、日常生活上の世話や機能訓練などのサービスを受けられます。

サービス費用のめやす(1日につき)

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*	6,000円	6,000円	6,820円
要介護2*	6,710円	6,710円	7,530円
要介護3	7,450円	7,450円	8,280円
要介護4	8,170円	8,170円	9,010円
要介護5	8,870円	8,870円	9,710円

※新規入所は原則として要介護3～5の人が対象です。  
 ●食費などは自己負担になります。



＊夜間の訪問介護サービス

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**

要介護

夜間でも安心して在宅生活を送れるよう、定期巡回や通報システムによるオペレーションセンターサービス、随時訪問による夜間専用の訪問介護を受けられます。

オペレーションセンターを設置している場合

内容	サービス費用
基本夜間対応型訪問介護費	9,890円/月
定期巡回サービス	3,720円/回
随時訪問サービス(I)	5,670円/回

＊小規模な介護専用型特定施設でのサービス

ち いき みつ ちやく がた とく てい し せつ にゆう きょ しゃ せい かつ かい ご  
**地域密着型特定施設入居者生活介護**

要介護

特定施設(指定を受けた有料老人ホーム、軽費老人ホーム、養護老人ホームなど)のうち、入居定員29人以下の小規模な介護専用型特定施設に入居する人が、食事、入浴、排せつなどの介護やその他の日常生活上の世話、機能訓練、療養上の世話を受けられます。

内容	要介護度	サービス費用
1日につき	要介護1	5,460円
	要介護2	6,140円
	要介護3	6,850円
	要介護4	7,500円
	要介護5	8,200円

●食費などは自己負担になります。

介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・日常生活支援総合事業(以下、総合事業)は、市区町村が行う介護予防の取り組みです。要介護認定を受けなくても、一人ひとりの生活や心身の状態に応じた介護予防のためのサービスが利用できます。「一般介護予防事業」と「介護予防・生活支援サービス事業(▶P25)」の2つがあります。



総合事業のサービスを利用するには

総合事業の利用を希望する場合は、地域総合支援センターまたはケアマネジャーにご相談ください。

65歳以上で心身の状態に不安を感じている人は、市の窓口や地域総合支援センターで「基本チェックリスト(▶P26)」を受けましょう。

＊65歳以上の人のための介護予防の取り組み

いっ ばん かい ご よ ぼう じ ぎょう

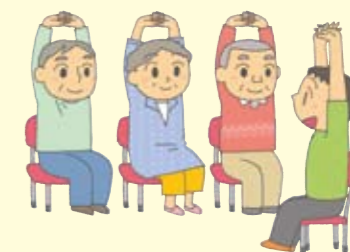
**一般介護予防事業**

65歳以上

65歳以上の人を対象とした、市区町村が行う介護予防の取り組みです。要介護認定や基本チェックリストを受けることなく利用できます。

このような取り組みに参加できます

- 介護予防についての各種講演会
- 介護予防に関するパンフレットの配布
- 栄養改善・口腔機能向上・認知症予防などについて学ぶ介護予防教室や体力づくり教室
- 住民主体の「通いの場」など介護予防活動の育成や支援
- 閉じこもりを防ぐための高齢者が気軽に集えるサロンや生きがいくりのための活動
- ほかの高齢者をサポートするボランティア養成講座など
- 市区町村によって行われる事業内容は異なります。詳しくは、地域総合支援センターや明石市の担当窓口にお問い合わせください。



住民主体の「通いの場」

地域の高齢者が自主的に通い、体操、茶話会、趣味活動などを行って介護予防や地域コミュニティの拠点となる場です。この「通いの場」への参加が「また来るのが楽しみ」「地域に入りやすくなった」「住民同士の見守りの場になった」というような、関わる人の意識の変化を生み、介護予防や地域のつながり、地域活動の活性化へつながっています。

参考 ●明石市ホームページの一般介護予防事業

[https://www.city.akashi.lg.jp/fukushi/k\\_kaigo\\_shitsu/ippankaigoyoboujigyoku.html](https://www.city.akashi.lg.jp/fukushi/k_kaigo_shitsu/ippankaigoyoboujigyoku.html)



＊身体機能を回復させるための介護予防の取り組み

かいごよぼう せいかつしえん じぎょう  
**介護予防・生活支援サービス事業**

事業対象者

要支援

事業対象者や要支援の人を対象とした介護予防の事業です。利用者の負担は原則としてサービス費用の1割、2割、3割（▶P11）です。このほか、サービス内容や地域による加算などがあります。

- 要介護1～5の認定を受ける以前から、継続的に総合事業を利用していた人は、要介護認定後も引き続き利用できる場合があります。
- 市区町村によって行われる事業内容は異なります。詳しくは、地域総合支援センターや明石市の担当窓口にお問い合わせください。

**訪問型サービス**

●介護サービス事業者によるサービス（予防専門訪問型サービス）

ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事、入浴、排せつの介護などの「身体介護」や、調理、洗濯などの「生活援助」を行います。

内容	利用頻度	サービス費用
週1回程度 要支援1・2、 事業対象者	月4回まで／1回につき	2,792円
	月5回以上／1月につき	12,253円
週2回程度 要支援1・2、 事業対象者	月8回まで／1回につき	2,834円
	月9回以上／1月につき	24,476円
週2回を超える程度 要支援2、 事業対象者	月12回まで／1回につき	2,990円
	月13回以上／1月につき	38,835円

●各種加算、減算などにより、実際の利用料は上記と異なる場合があります。

●生活援助訪問型サービス

- 明石市の指定を受けた事業所や一定の研修を受けた高齢者等が調理、洗濯などの「生活援助」を行います。予防専門訪問型サービスと比べて低額でサービスを受けることができます。

**通所型サービス**

●介護サービス事業者によるサービス（予防専門通所型サービス）

通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や機能訓練を日帰りで利用します。生活機能向上のための選択的サービスも利用できます。

内容	利用頻度	サービス費用
要支援1、 事業対象者	月4回まで／1回につき	4,477円
	月5回以上／1月につき	18,465円
要支援2、 事業対象者	月8回まで／1回につき	4,590円
	月9回以上／1月につき	37,187円

●各種加算、減算などにより、実際の利用料は上記と異なる場合があります。

●再見！生活プログラム(短期集中予防サービス)

- 生活目標(生活の中でやってみたいことなど)を実現するために、リハビリテーション専門職が作成した運動等のプログラムを受けることができます。

**基本チェックリスト**

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みればよいかがわかります。生活機能の低下が気になったら地域総合支援センターに相談しましょう。



生活機能とは？

人が生きていくための機能全体（体や精神の働き、日常生活動作や家事、家庭や社会での役割など）のことです。できるだけ生活機能を低下させないことが介護予防につながります。

No.	質問項目	回答（どちらかに○をつけてください）	
		はい	いいえ
1	バスや電車で1人で外出していますか	はい	いいえ
2	日用品の買物をしていますか	はい	いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	はい	いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	はい	いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	はい	いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい	いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい	いいえ
8	15分くらい続けて歩いていますか	はい	いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	はい	いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	はい	いいえ
11	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ
12	BMI（注）が18.5以上ですか	はい	いいえ
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい	いいえ
15	口の渇きが気になりますか	はい	いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	はい	いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい	いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	はい	いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい	いいえ
20	今日が何月何日かわからないときがありますか	はい	いいえ
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ
22	（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい	いいえ
23	（ここ2週間）以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	はい	いいえ
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ
25	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ

（注）あなたのBMI＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）

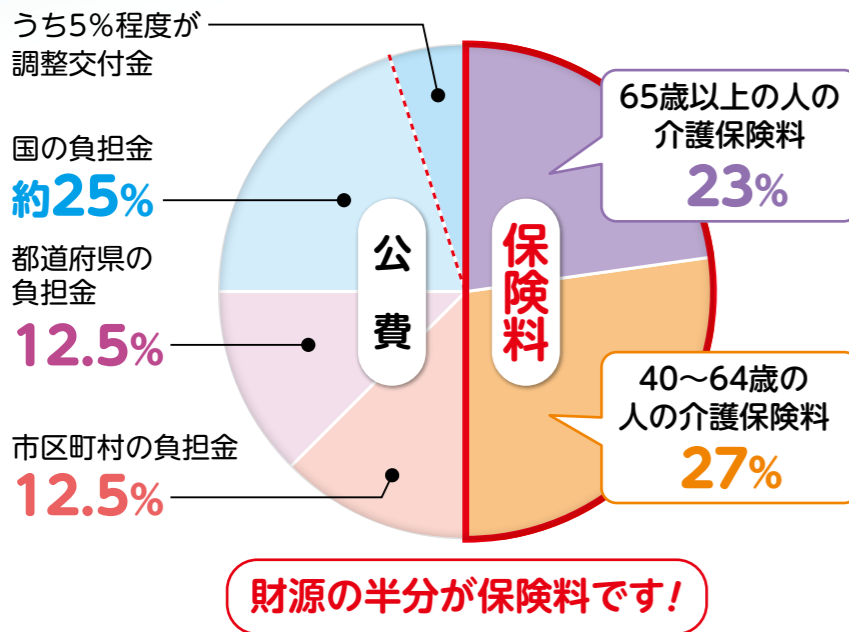
【例】体重50kg、身長150cmの場合は、BMI＝50÷1.5÷1.5＝22.2→「はい」に○

ピンク色の回答に○が多かった場合、生活機能の低下が考えられます。

# \* 介護保険料

介護保険は、介護や支援が必要な人を社会全体で支え合うしくみです。みなさんが納める「介護保険料」と、国、都道府県、市区町村が負担する「公費」を財源として運営されています。

## \* 介護保険の財源構成 (令和6~8年度) ●利用者負担分は除く



保険料は介護サービスの円滑な実施を確保するため、サービスに必要な費用に応じて3年ごとに見直されます。



## \* 介護保険料を納めないでいると

特別な事情がないのに保険料を滞納していると、次のような措置がとられます。災害や失業など、やむを得ない理由で保険料を納められないときは、減免や納付猶予を受けられることがあります。困ったときは、お早めに明石市の担当窓口にご相談ください。

**納期限を過ぎると** 督促や催告が行われます。延滞金などを徴収される場合があります。

**1年以上滞納すると** サービス費用の全額をいったん利用者が負担します。申請により後で保険給付分が支払われます。

**1年6か月以上滞納すると** サービス費用の全額をいったん利用者が負担します。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られ、滞納分の保険料にあてられる場合があります。

**2年以上滞納すると** サービスを利用したときの利用者負担の割合が引き上げられ、高額介護サービス費等が受けられなくなります。

みなさんが納める保険料は、制度を運営するための大切な財源です。介護が必要になったときに安心して充実したサービスを利用できるよう、保険料の納付にご理解とご協力をお願いします。

## 40~64歳の人(第2号被保険者)の介護保険料

40~64歳の人の保険料は、加入している医療保険の算定方法により決まり、加入している医療保険の保険料と合わせて納めます。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。



	国民健康保険に加入している人	職場の医療保険に加入している人
決まり方	保険料は国民健康保険税(料)の算定方法と同様に、世帯ごとに決められます。	医療保険ごとに設定される介護保険料率と給与(標準報酬月額)および賞与(標準賞与額)に応じて決められます。
納め方	医療保険分、後期高齢者支援金分、介護保険分を合わせて、国民健康保険税(料)として世帯主が納めます。	医療保険料と介護保険料を合わせて、給与および賞与から徴収されます。 ●40~64歳の被扶養者は、保険料を個別に納める必要はありません。

## 65歳以上の人(第1号被保険者)の介護保険料

決まり方	「基準額」をもとに、本人や世帯の前年の課税状況、所得などに応じて決まります。自分の保険料額を確認してみましょう(▶P29)。	
納め方	65歳の誕生日の「前日」がある月の分から納めます。受給している年金額により、下記の「特別徴収」または「普通徴収」で納めます。 ●納め方は法律で決まっているため、個人で選ぶことはできません。	

**年金から支払い(特別徴収)** 老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金が **年額18万円以上**の人

年金の定期支払い(年6回)の際に、年金の受給額からあらかじめ差し引かれます。

次の場合は、特別徴収に切り替わるまで、一時的に納付書で納めます。

- 65歳になった年度
- 他の市区町村から転入した場合
- 年度途中で年金(老齢(退職)年金、遺族年金、障害年金)の受給が始まった場合
- 政令で規定された「特別徴収の対象となる年金」を受給していない場合
- 老齢基礎年金を繰り下げているため受給していない場合
- 受給する年金の種類が変わった場合
- 年金の年額が18万円未満の場合
- 収入申告のやり直しなどで、保険料の所得段階が変更になった場合
- 年金が一時差し止めになった場合 など

●特別徴収のイメージ

前年度	本年度						
	2月 (6期)	4月 (1期)	6月 (2期)	8月 (3期)	10月 (4期)	12月 (5期)	2月 (6期)
本徴収	仮徴収			本徴収			

年間の介護保険料額は、毎年7月に決定されます。そのため前年度から継続して特別徴収の人は、  
①4・6・8月は前年度2月と同額を納めます(仮徴収)。  
②10・12・2月は確定した年間保険料額から、すでに納付している仮徴収分を差し引いた額を納期に分けて納めます(本徴収)。

**納付書/口座振替(普通徴収)** 老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金が **年額18万円未満**の人

明石市から送付される納付書または口座振替で、期日までに金融機関などを通じて保険料を納めます。

### 口座振替がおすすめです!

保険料を納めに行く手間が省け、納め忘れの心配もありません。次のものを持って、指定の金融機関でお申し込みください。

- 保険料の納付書
  - 預(貯)金通帳
  - 通帳届け出印
- 申し込みから口座振替開始までの月や、残高不足などにより自動引き落としできなかった場合は、納付書で納めます。



## \* 保険料額は所得等に応じて決まります (65歳以上の人)

65歳以上の人々の保険料額は、「基準額」をもとに、本人や世帯の前年の課税状況、所得などに応じて決まります。基準額とは、保険料を決める基準になる金額のことです。市区町村ごとに介護保険給付にかかる費用（介護サービスの利用量など）や65歳以上の人数などから算出します。そのため、市区町村ごとに保険料額は異なります。

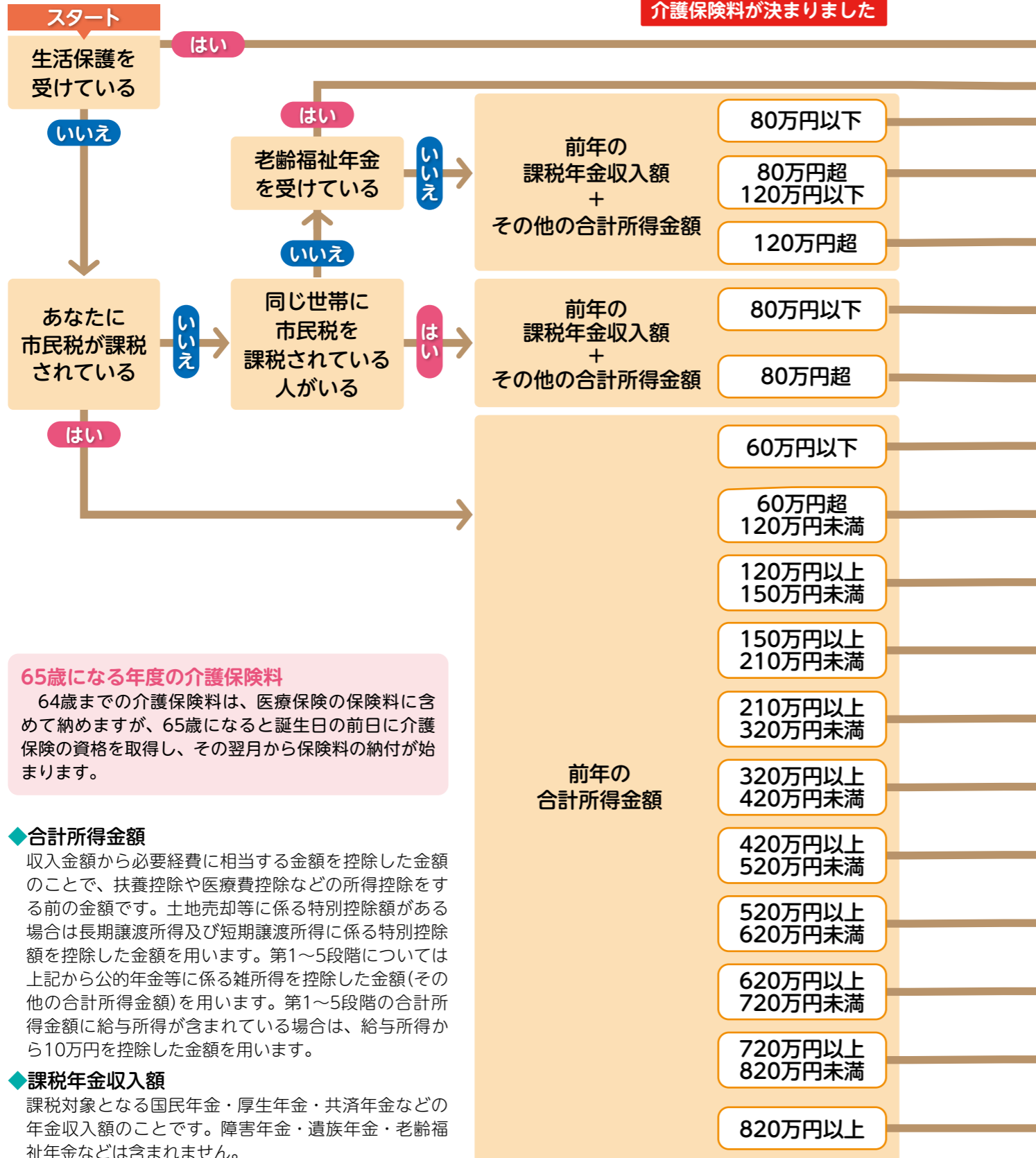
基準額(年額)  
74,400円

=

明石市で  
介護保険給付にかかる費用 × 65歳以上の人  
の負担分(23%)  
明石市の65歳以上の人数

### ● 自分の保険料額を確認しましょう (65歳以上の人)

令和6年4月からの  
介護保険料が決まりました



#### 65歳になる年度の介護保険料

64歳までの介護保険料は、医療保険の保険料に含めて納めますが、65歳になると誕生日の前日に介護保険の資格を取得し、その翌月から保険料の納付が始まります。

#### ◆ 合計所得金額

収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。土地売却等に係る特別控除額がある場合は長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額を用います。第1～5段階については上記から公的年金等に係る雑所得を控除した金額(その他の合計所得金額)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。

#### ◆ 課税年金収入額

課税対象となる国民年金・厚生年金・共済年金などの年金収入額のことです。障害年金・遺族年金・老齢福祉年金などは含まれません。

### ● 明石市の令和6～8年度の所得段階別介護保険料

● 第1段階から第3段階の保険料額は公費により軽減されています。

保険料段階	対象となる人	賦課割合	年間保険料
第1段階	①生活保護受給者 ②世帯員全員が市民税非課税で、かつ本人が老齢福祉年金受給者もしくは、前年の合計所得金額と課税年金収入金額の合計額が80万円以下の人	基準額 × 0.285	21,204円
第2段階	本人が市民税非課税 世帯員全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入金額の合計額が	80万円超120万円以下の人	基準額 × 0.485 36,084円
第3段階		120万円超の人	基準額 × 0.685 50,964円
第4段階		80万円以下の人	基準額 × 0.85 63,240円
第5段階	本人が市民税課税 世帯員に市民税課税者がいて、前年の合計所得金額と課税年金収入金額の合計額が	80万円超の人	基準額月額 6,200円 74,400円
第6段階		60万円以下の人	基準額 × 1.05 78,120円
第7段階		60万円超120万円未満の人	基準額 × 1.18 87,792円
第8段階		120万円以上150万円未満の人	基準額 × 1.22 90,768円
第9段階		150万円以上210万円未満の人	基準額 × 1.28 95,232円
第10段階		210万円以上320万円未満の人	基準額 × 1.5 111,600円
第11段階		320万円以上420万円未満の人	基準額 × 1.7 126,480円
第12段階		420万円以上520万円未満の人	基準額 × 1.9 141,360円
第13段階		520万円以上620万円未満の人	基準額 × 2.1 156,240円
第14段階		620万円以上720万円未満の人	基準額 × 2.3 171,120円
第15段階		720万円以上820万円未満の人	基準額 × 2.4 178,560円
第16段階	820万円以上の人	基準額 × 2.5 186,000円	