



# 高齢者あんしん相談センター (地域包括支援センター)



高齢者の相談窓口です。お気軽に相談してください。(詳しくは24ページ)

**開設日・開設時間** ・月曜日から土曜日まで(ただし、祝日・12月29日から1月3日を除く)  
・午前8時30分から午後5時15分まで



## 高齢者あんしん相談センター ふくおか

ふじみ野市福岡1-1-1(第3庁舎2階)  
TEL.049-261-1126

**第1圏域 担当地域** 池上、上ノ原、上野台、大原、川崎、北野、清見、駒林、駒林元町1~2丁目、新駒林、新田、滝、築地、水宮、仲、中ノ島、中丸、長宮、中福岡、西原、花ノ木、福岡、福岡新田、松山、本新田、元福岡、谷田



## 高齢者あんしん相談センター かすみがおか

ふじみ野市霞ヶ丘1-5-1(介護予防センター2階)  
TEL.049-264-7620

**第2圏域 担当地域** 霞ヶ丘、上福岡、駒西、駒林元町3~4丁目、西、富士見台、福岡中央、福岡武蔵野、丸山、南台



## 高齢者あんしん相談センター つるがまい

ふじみ野市大井中央2-2-1  
(大井総合福祉センター3階)  
TEL.049-256-6061

**第3圏域 担当地域** 大井中央3~4丁目、亀久保2~4丁目、亀久保(1215~2205番地)、鶴ヶ岡、鶴ヶ舞、西鶴ヶ岡、東久保、ふじみ野、緑ヶ丘



## 高齢者あんしん相談センター おおい

ふじみ野市大井621-1  
(高齢者総合ケアセンター マザーアース敷地内)  
TEL.049-261-3021

**第4圏域 担当地域** 旭、市沢、うれし野、大井、大井中央1~2丁目、大井武蔵野、亀久保1丁目、亀久保(643~1196番地)、桜ヶ丘、苗間

問合せ先

## ふじみ野市 高齢福祉課

〒356-8501 ふじみ野市福岡1-1-1 TEL.049-261-2611

# みんなの あんしん

# 介護保険

令和8年度版

わかりやすい利用の手引き

介護保険は「予防」と「安心」で暮らしを支える制度です



# ふじみ野市

# 介護保険は高齢者の暮らしを 社会みんなで支える仕組みです

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

介護保険は、介護が必要になっても高齢者が地域で安心して暮らしていただけることを目指すとともに、できる限り自立した生活を送れるよう支援します。本冊子は、介護保険で受けられるサービスや利用の方法を説明しています。一日一日をより充実したものにさせていただくためにも、ぜひ本冊子をご活用ください。

## 【地域包括ケアシステムとは】

介護保険サービス、医療保険サービスのみならず、福祉サービスを含めた様々な生活支援サービスが日常生活の場(日常生活圏)で切れ目なく提供される仕組み

## 【介護保険法の本旨】

### 第一条(目的)

この法律は、要介護状態となってもこれらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設けて、国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図る

### 第二条(介護保険)

保険給付は、要介護状態又は要支援状態の軽減又は悪化の防止に資するよう行われる

### 第四条(国民の努力及び義務)

国民は、自ら要介護状態となることを予防するため、常に健康の保持増進に努めるとともに、要介護状態となった場合においても、その有する能力の維持向上に努めるものとする

## 医療・介護・地域資源情報提供システムのご案内

ふじみ野市・富士見市・三芳町の医療・介護・地域に関する情報を検索できるウェブサイトです。各種サービスの選択・活用にお役立てください。

URL <https://carepro-navi.jp/irumatoubu>



今後の制度改正等により、内容の一部が変更になる場合があります。

## もくじ

### 仕組みと加入者

介護保険の仕組み P.4

### サービス利用の手順

サービス利用の流れ① P.6

要介護認定の流れ P.6

サービス利用の流れ② P.8

### 介護サービス【要介護1～5の方へ】

介護サービス(居宅サービス)の種類と費用のめやす P.10

施設サービスの種類と費用のめやす P.14

### 介護予防サービス【要支援1・2の方へ】

介護予防サービスの種類と費用のめやす P.15

### 地域密着型サービス

住み慣れた地域で受けるサービス P.18

### 福祉用具貸与・購入、住宅改修

生活環境を整えるサービス P.20

### 地域支援事業(総合事業)

総合事業 自分らしい生活を続けるために P.22

### 費用の支払い

自己負担限度額と負担の軽減 P.25

### 介護保険料の決まり方・納め方

社会全体で介護保険を支えています P.28

### 市の独自サービス

ふじみ野市の高齢者福祉事業 P.32

基本チェックリスト P.35

### 介護ワンストップサービス(ぴったりサービス)のご案内

マイナーポータルの「ぴったりサービス」を使って、介護保険利用に関する手続の一部をPCやスマートフォンによりオンライン上で行うことができます。利用にはマイナンバーカードが必要です。詳しくは市の高齢福祉課にお問い合わせください。

マイナーポータル「ぴったりサービス」はこちら



## INDEX

仕組みと加入者

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

地域支援事業(総合事業)

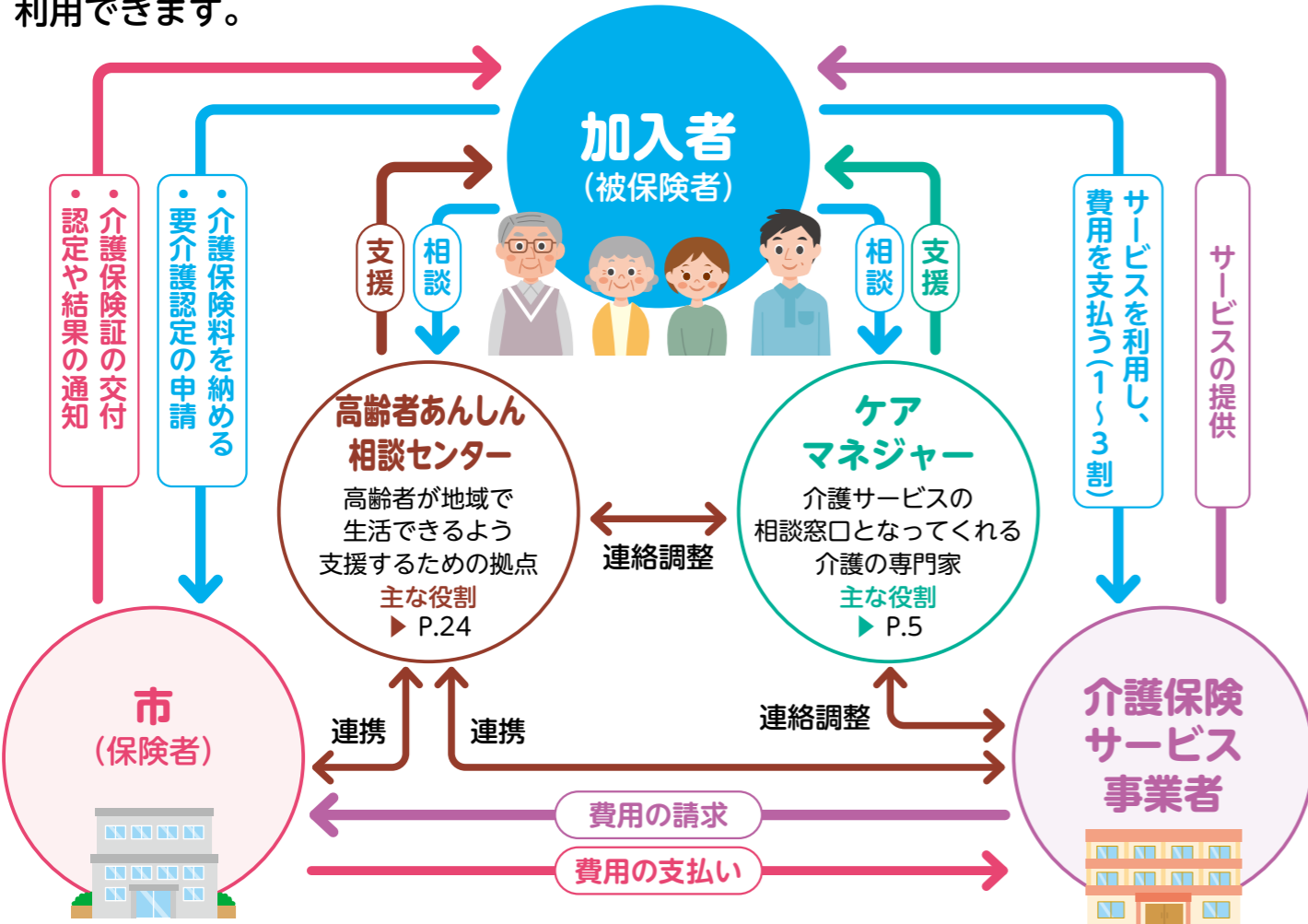
費用の支払い

介護保険料の決まり方・納め方

市の独自サービス

# 介護保険の仕組み

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



## 加入者 (被保険者) は年齢により2つに分けられます

**65歳以上の方 (第1号被保険者)** 【介護保険を利用できる方】  
 「要介護認定」(介護や支援が必要であるという認定)を受けた方  
 (▶ 要介護認定 P.6～7)  
 ※65歳以上の方は、介護が必要になった原因を問わず、介護保険を利用できます。ただし、交通事故などの第三者行為が原因の場合は、市区町村へ届け出をお願いします。

**40～64歳の方 (第2号被保険者)** 【介護保険を利用できる方】  
 介護保険の対象となる病気\*が原因で「要介護認定」を受けた方  
 交通事故などが原因の場合は、介護保険の対象外です。  
 ※介護保険の対象となる病気(特定疾病)には、下記の16種類が指定されています。

- 40～64歳の方が介護保険を利用するときに対象となる病気(特定疾病)**
- がん(医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る)
  - 関節リウマチ ●筋萎縮性側索硬化症 ●後縦靭帯骨化症 ●骨折を伴う骨粗しょう症
  - 初老期における認知症 ●進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病 ●脊髄小脳変性症
  - 脊柱管狭窄症 ●早老症 ●多系統萎縮症 ●糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
  - 脳血管疾患 ●閉塞性動脈硬化症 ●慢性閉塞性肺疾患 ●両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

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

大切に保管しましょう。

- 交付対象者**
- 【65歳以上の方】
    - 1人に1枚交付されます。
    - 65歳になる月(誕生日が1日の方は前月)に交付されます。
  - 【40～64歳の方】
    - 要介護認定を受けた方に交付されます。

- 必要なとき**
- 要介護認定の申請をするとき(65歳以上の方)
  - ケアプランを作成するとき
  - 介護保険サービスを利用するとき など

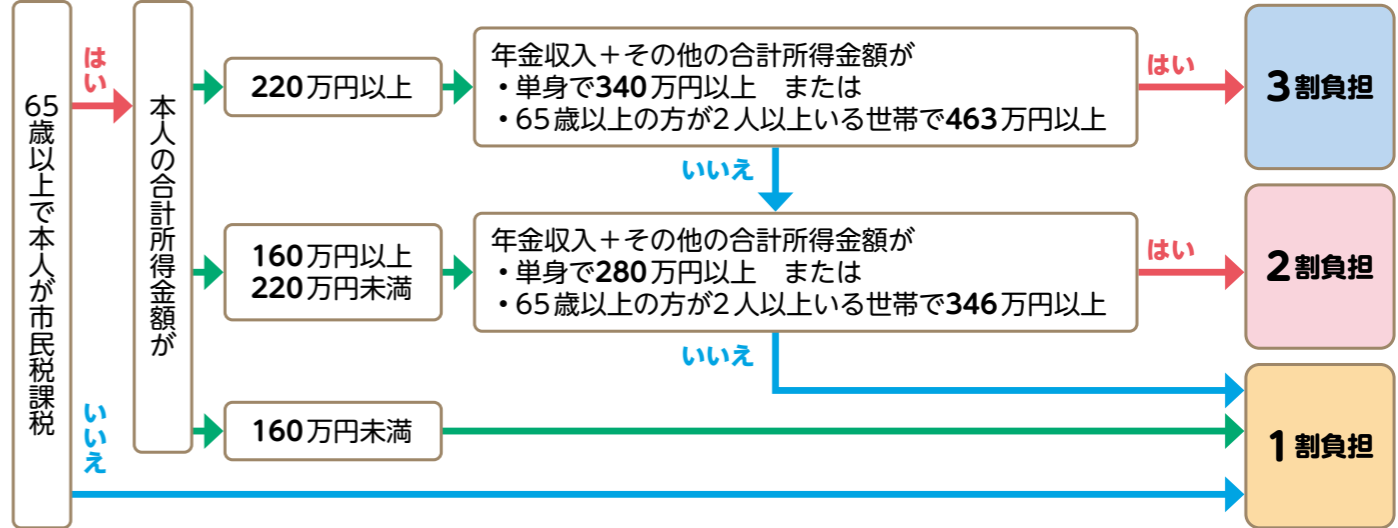
**負担割合証** 介護保険サービス等を利用するときの負担割合(1～3割)が記載されています。

大切に保管しましょう。

- 交付対象者** 要介護認定を受けた方、事業対象者に交付されます。
- 必要なとき** 介護保険サービスを利用するとき  
 【有効期限】1年間(8月1日～翌年7月31日)

介護保険証、負担割合証はイメージです。市区町村により内容や色が異なります。

## 介護保険サービスの自己負担割合と判定基準



※40～64歳の方は、所得にかかわらず1割負担です。

## 「ケアマネジャー」とはどんな人?

介護サービスを利用する方の相談・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。



# サービス利用の流れ①



介護サービスや介護予防サービス、サービス・活動事業を利用するには、まずは、市の窓口や高齢者あんしん相談センターに相談しましょう。

サービス利用の手順

サービス利用の手順

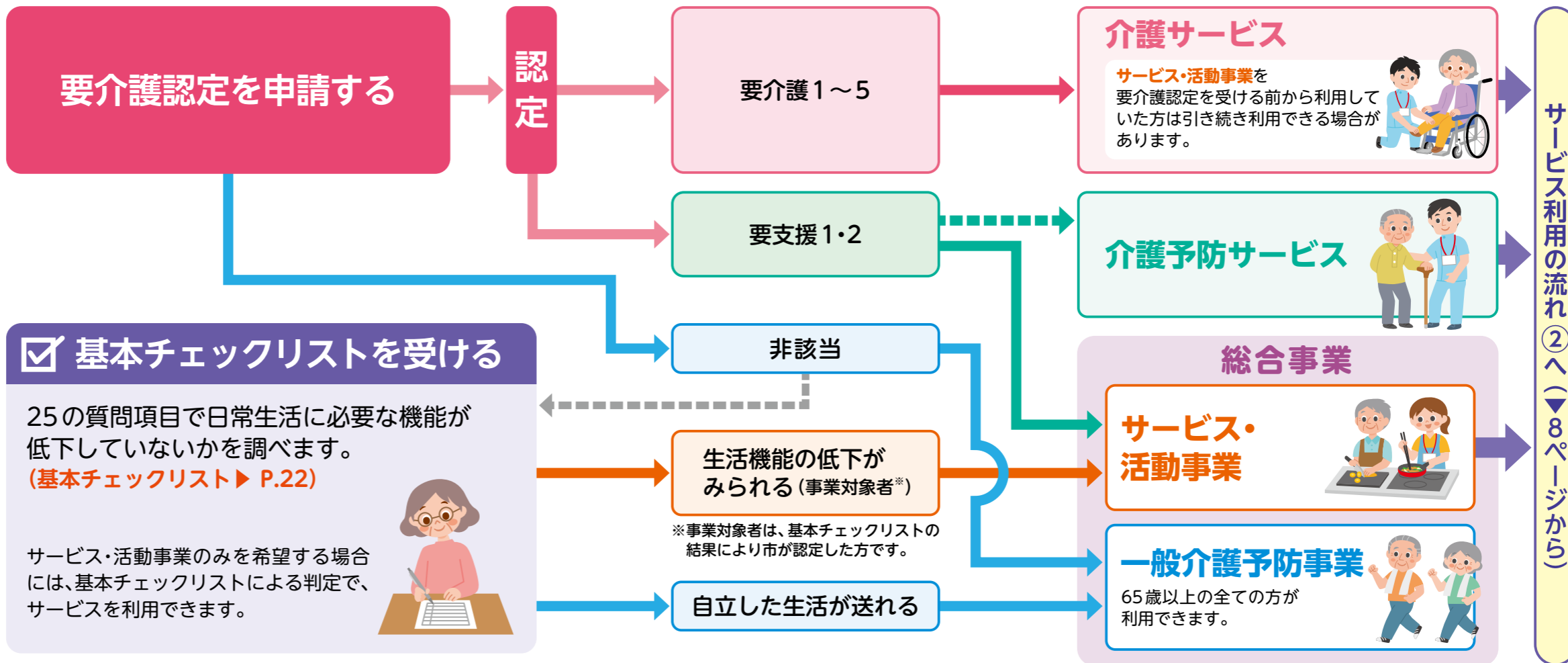
## 1 | 相談する

市の窓口または高齢者あんしん相談センターで、相談の目的を伝えます。希望するサービスがあれば伝えましょう。



## 2 | 心身の状態を調べる

要介護認定または基本チェックリストを受けます。まだ支援が必要でない方には、一般介護予防事業などを紹介します。



## 認定 要介護認定の流れ

介護(予防)サービスを利用するには、要介護認定を受け「介護や支援が必要である」と認定される必要があります。

### 1 要介護認定の申請

申請の窓口は市の高齢福祉課です。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)

- ・高齢者あんしん相談センター
- ・居宅介護支援事業者
- ・介護保険施設

#### 申請に必要なもの

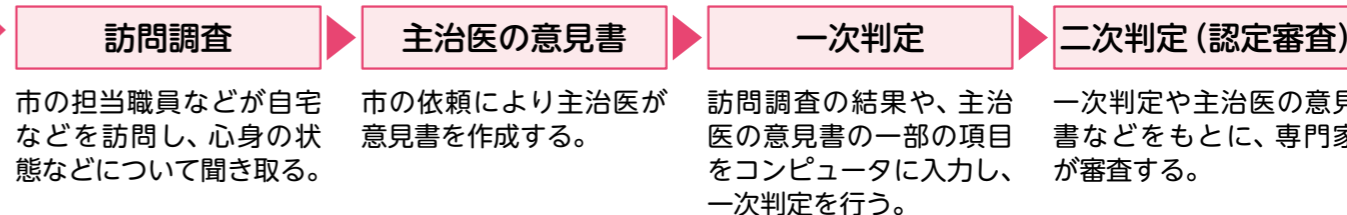
- ✓ 申請書 市の窓口にあります。
- ✓ 介護保険被保険者証
- ✓ マイナンバーカードなどの本人確認書類

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必要があります。



### 2 要介護認定(調査~判定)

申請をすると、訪問調査の後に審査・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。



市の担当職員などが自宅などを訪問し、心身の状態などについて聞き取る。

市の依頼により主治医が意見書を作成する。

訪問調査の結果や、主治医の意見書の一部の項目をコンピュータに入力し、一次判定を行う。

一次判定や主治医の意見書などをもとに、専門家が審査する。



# サービス利用の流れ②

ケアプラン（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。



サービス利用の手順

要介護1～5の方

**自宅で暮らしながらサービスを利用したい**

**1 ケアマネジャーを選ぶ**

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。  
▶居宅介護支援P.10

**2 ケアプラン※1を作成する**

担当のケアマネジャーとケアプランを作成します。

**3 サービスを利用する**

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。

サービス・活動事業を利用していた方が要介護1～5となった場合、本人が希望し、市が必要と判断すれば**サービス・活動事業**を引き続き利用できます。

**介護サービスの種類**

居宅サービス	地域密着型サービス
訪問サービス ▶ P.11～12	訪問サービス ▶ P.18
施設に通う ▶ P.12	認知症の方向け ▶ P.18
短期間施設に泊まる ▶ P.13	施設に通う ▶ P.19
施設に入所して利用する ▶ P.13	通いを中心とした複合サービス ▶ P.19
生活環境を整える ▶ P.20～21	施設に入所して利用する ▶ P.19

**介護保険施設へ入所したい**

**1 介護保険施設を選ぶ**

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を作成する**

入所する施設のケアマネジャーとケアプランを作成します。

**3 サービスを利用する**

ケアプランにそって**施設サービス**を利用します。

**施設サービス**

介護保険施設に入所する ▶ P.14

要支援1・2の方

**1 高齢者あんしん相談センター等に連絡する**

高齢者あんしん相談センターまたは居宅介護支援事業者に連絡します。

**2 介護予防ケアプラン※1を作成する**

高齢者あんしん相談センターの職員や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。  
▶介護予防支援P.15

**3 サービスを利用する**

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**サービス・活動事業**を利用します。

**介護予防サービスの種類**

介護予防サービス	地域密着型介護予防サービス
訪問サービス ▶ P.15～16	認知症の方向け ▶ P.18
施設に通う ▶ P.16	通いを中心とした複合サービス ▶ P.19
短期間施設に泊まる ▶ P.17	
施設に入所して利用する ▶ P.17	
生活環境を整える ▶ P.20～21	

**サービス・活動事業**

訪問サービス ▶ P.23    施設に通う ▶ P.23

事業対象者

**1 高齢者あんしん相談センターに連絡する**

高齢者あんしん相談センターに連絡します。

**2 ケアプラン※1を作成する**

高齢者あんしん相談センターの職員と相談しながらケアプランを作成します。

**3 サービスを利用する**

サービス事業者と契約※2します。ケアプランにそって**サービス・活動事業**を利用します。

**サービス・活動事業**

訪問サービス ▶ P.23    施設に通う ▶ P.23

サービス利用の手順

※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。

# 介護サービス(居宅サービス)の種類と費用のめやす

介護サービス

## 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		通所 リハビリ	訪問介護	
午後		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全てお任せ」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受ける

### 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。



介護サービス

#### 〈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	244円
	30分～1時間未満	387円
生活援助 中心	20分～45分未満	179円
	45分以上	220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)	97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
- 来客の対応
- 模様替え
- 洗車 など

※サービスの内容によっては、「介護保険外」のサービスとして受けることができます。希望するときは、ケアマネジャーやサービス事業者に相談しましょう。



## 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	1,266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、自宅でのリハビリを受けます。



自己負担(1割)のめやす

1回	308円
----	------

自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。実際の自己負担は所得状況などにより1割、2割、3割のいずれかになります。(▶P.5)

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

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人を行う場合】

医師の場合(月2回まで)	515円
歯科医師の場合(月2回まで)	517円
医療機関の薬剤師の場合(月2回まで)	566円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	518円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	362円

訪問看護

看護師などに訪問してもらい、床ずれの手当てや点滴の管理をしてもらいます。



自己負担(1割)のめやす

病院・診療所から	20分～30分未満	399円
	30分～1時間未満	574円
訪問看護ステーションから	20分～30分未満	471円
	30分～1時間未満	823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】

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  
【通常規模の施設／7～8時間未満の利用の場合】

要介護1	658円	要介護4	1,023円
要介護2	777円	要介護5	1,148円
要介護3	900円		

※食費、日常生活費は別途負担となります。  
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。  
・個別機能訓練 56円/1日  
・栄養改善 200円/1回  
・口腔機能向上 150円/1回 など

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	762円
要介護2	903円
要介護3	1,046円
要介護4	1,215円
要介護5	1,379円

※食費、日常生活費は別途負担となります。  
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。  
・栄養改善 200円/1回  
・口腔機能向上 150円/1回 など

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	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
要介護1	704円	603円	603円
要介護2	772円	672円	672円
要介護3	847円	745円	745円
要介護4	918円	815円	815円
要介護5	987円	884円	884円

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	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
要介護1	836円	753円	830円
要介護2	883円	801円	880円
要介護3	948円	864円	944円
要介護4	1,003円	918円	997円
要介護5	1,056円	971円	1,052円

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。  
※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。  
※連続した利用が30日を超えた場合、31日目からは全額自己負担となります。

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

施設に入っ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。サービスは、包括型(一般型)と、外部の事業者がサービスを提供する外部サービス利用型に区分されます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす  
【包括型(一般型)】

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

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

その他のサービス

- ▶ 地域密着型サービス ..... P.18・19
- ▶ 福祉用具貸与・購入、住宅改修 ..... P.20・21

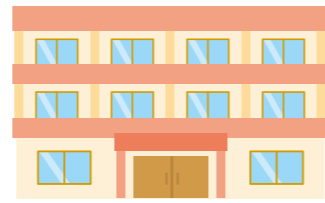
「共生型サービス」について

共生型サービスは、1つの事業所で、介護保険と障がい福祉のサービスを一体的に提供する取組です。

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

【対象サービス】 訪問介護 通所介護 短期入所生活介護 等

# 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。  
 ※施設サービス費の自己負担分(1～3割)に加え、居住費、食費、日常生活費が別途かかります。(▶P.26)

介護サービス

## 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】

常に介護が必要で、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	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
要介護3	約24,450円	約21,960円	約21,960円
要介護4	約26,580円	約24,060円	約24,060円
要介護5	約28,650円	約26,130円	約26,130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【基本型】

要介護度	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
要介護1	約24,060円	約21,510円	約23,790円
要介護2	約25,440円	約22,890円	約25,290円
要介護3	約27,390円	約24,840円	約27,240円
要介護4	約29,040円	約26,490円	約28,830円
要介護5	約30,540円	約27,960円	約30,360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。

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす【I型】

要介護度	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
要介護1	約25,500円	約21,630円	約24,990円
要介護2	約28,800円	約24,960円	約28,290円
要介護3	約35,970円	約32,100円	約35,460円
要介護4	約39,000円	約35,160円	約38,490円
要介護5	約41,760円	約37,890円	約41,250円

自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。

※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。

(ユニット型個室、従来型個室、多床室などの違いについて▶P.13)

# 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、生き生きとした生活を送れるよう支援します。  
 地域密着型サービスについて▶P.18・19

## 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

高齢者あんしん相談センターの職員やケアマネジャー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)



介護予防サービス

## 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	856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	298円
----	------

自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。

実際の自己負担は所得状況などにより1割、2割、3割のいずれかになります。(▶P.5)

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

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。

お医者さんの指導のもとでの助言・管理

介護予防  
居宅療養管理指導

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

自己負担(1割)のめやす  
【単一建物居住者1人に行う場合】

医師の場合(月2回まで)	515円
歯科医師の場合(月2回まで)	517円
医療機関の薬剤師の場合(月2回まで)	566円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	518円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	362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	382円
	30分～1時間未満	553円
訪問看護ステーションから	20分～30分未満	451円
	30分～1時間未満	794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

- 食事に関する指導など(栄養改善)
- 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)

などのメニューを選択して利用できます。



1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援1	2,268円	要支援2	4,228円
------	--------	------	--------

※食費、日常生活費は別途負担となります。  
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。  
・栄養改善 200円/月  
・口腔機能向上 150円/月 など

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	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
要支援1	529円	451円	451円
要支援2	656円	561円	561円

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	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
要支援1	624円	579円	613円
要支援2	789円	726円	774円

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。  
※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。  
※連続した利用が30日を超えた場合、31日目からは全額自己負担となります。

施設に入っ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。サービスは、包括型(一般型)と外部サービス利用型に区分されます。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす  
【包括型(一般型)】

要支援1	183円	要支援2	313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。

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いき、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過ごすことができます。



その他のサービス

- ▶ 地域密着型サービス ..... P.18・19
- ▶ 福祉用具貸与・購入、住宅改修 ..... P.20・21

# 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、内容などは市区町村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区町村の住民に限定され、市区町村が事業者の指定や監督を行います。

## 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

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。



1か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	夜間のみ利用
要介護1	5,446円	7,946円	基本対応 989円
要介護2	9,720円	12,413円	
要介護3	16,140円	18,948円	
要介護4	20,417円	23,358円	
要介護5	24,692円	28,298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

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



自己負担(1割)のめやす  
【基本対応の場合】

1か月	989円
-----	------

※要支援の方は利用できません。

## 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方が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

自己負担(1割)のめやす【7～8時間未満利用した場合】

要支援1	861円	要介護3	1,210円
要支援2	961円	要介護4	1,319円
要介護1	994円	要介護5	1,427円
要介護2	1,102円		

※食費、日常生活費は別途負担となります。

### 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方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。

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	749円	要介護3	812円
要介護1	753円	要介護4	828円
要介護2	788円	要介護5	845円

※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。

自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。

## 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	753円	要介護4	1,172円
要介護2	890円	要介護5	1,312円
要介護3	1,032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。

## 通い・訪問・泊まりなどを組み合わせた複合的なサービス

### 小規模多機能型居宅介護 (介護予防小規模多機能型居宅介護)

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

1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援1	3,450円	要介護3	22,359円
要支援2	6,972円	要介護4	24,677円
要介護1	10,458円	要介護5	27,209円
要介護2	15,370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か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護1	12,447円	要介護4	27,766円
要介護2	17,415円	要介護5	31,408円
要介護3	24,481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。

## 地域の小規模な施設に入所して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で、食事・入浴などの介護や健康管理が受けられます。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護度	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
要介護3	828円	745円	745円
要介護4	901円	817円	817円
要介護5	971円	887円	887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	546円	要介護4	750円
要介護2	614円	要介護5	820円
要介護3	685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。

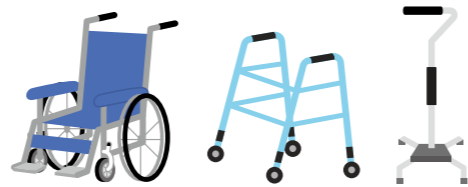
実際の自己負担は所得状況などにより1割、2割、3割のいずれかになります。(▶P.5)  
実際の費用は、利用する事業者の所在地や施設の体制、サービスの内容、加算項目などにより異なります。

# 生活環境を整えるサービス

## 自立した生活を送るための福祉用具を借りる

### 福祉用具貸与 (介護予防福祉用具貸与)

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



- = 利用できる。
- ✕ = 原則として利用できない。
- ▲ = 尿のみを自動的に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) ・歩行補助杖	○	○	○
・車いす ・車いす付属品(クッション、電動補助装置等)			
・特殊寝台 ・床ずれ防止用具			
・特殊寝台付属品(サイドレール、マットレス、スライディングボード、入浴用でない介助用ベルト等)	✕	○	○
・体位変換器(起き上がり補助装置を含む)			
・認知症老人徘徊感知機器(離床センサーを含む)			
・移動用リフト(立ち上がり座いす、入浴用リフト、段差解消機、階段移動用リフトを含む)			
・自動排泄処理装置	▲	▲	○

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。

### 一部の福祉用具は貸与と購入を選択できます。

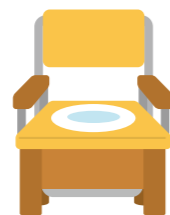
固定用スロープ、歩行器(歩行車を除く)、単点杖(松葉杖を除く)、多点杖については、福祉用具専門相談員またはケアマネジャーからの提案により、貸与と購入を選択できます。

## 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6種類です。

- ・移動用リフトのつり具の部分
- ・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
- ・排せつ予測支援機器
- ・簡易浴槽
- ・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)



年間10万円が上限で、その1～3割が自己負担です。費用が10万円だった場合、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。

※福祉用具購入・住宅改修は、償還払いの他に受領委任払いでの手続が可能です。(入院中の方など、受領委任払いを選択できない場合があります。)

## より安全な生活が送れるように住宅を改修する

事前と事後に申請が必要です

### 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、20万円を上限に費用の7～9割が住宅改修費として支給されます。

(費用が20万円だった場合、自己負担1割の場合2万円、2割の場合4万円、3割の場合6万円が自己負担額です。)

●工事に前に保険給付の対象となるかどうかを、ケアマネジャーか市の窓口にご相談しましょう。



### 介護保険の対象となる工事の例

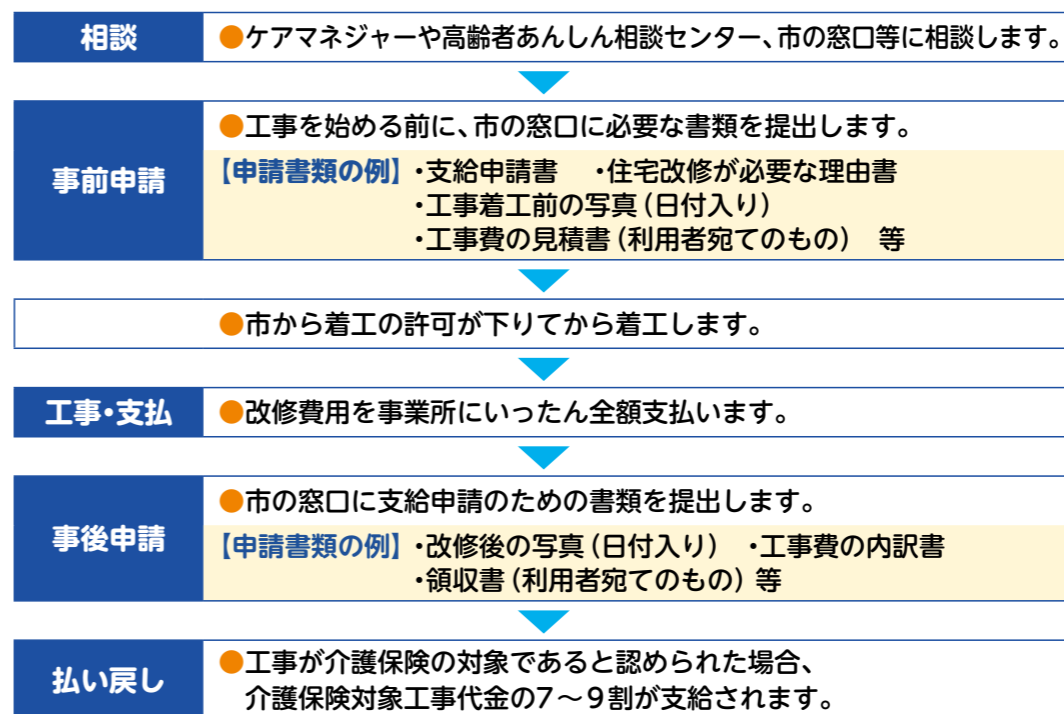
- 手すりの取付け
  - 段差や傾斜の解消
  - 滑りにくい床材・移動しやすい床材への変更
  - 開き戸から引き戸等への扉の取替え、扉の撤去
  - 和式から洋式への便器の取替え
  - その他これらの各工事に付帯して必要な工事
- ※屋外部分の改修工事も給付の対象となる場合があります。

支給限度額 / 20万円(原則1回限り)  
20万円が上限で、その1～3割が自己負担です。  
※1回の改修で20万円を使い切らずに、数回に分けて使うこともできます。  
※引っ越しをした場合や要介護度が著しく高くなった場合、再度支給を受けることができます。

### ●手続の流れ

【償還払い(後から払い戻される)の場合】

事前と事後に申請が必要です



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



受領委任払いとは…利用者は、費用の自己負担分(1～3割)のみを事業者に支払い、後で市が事業者に対して保険給付分を支払う方式

# 総合事業 自分らしい生活を続けるために

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

## 総合事業

### サービス・活動事業

### 一般介護予防事業

#### 総合事業のポイント

- 要支援1・2の方は、**介護予防サービス**と**サービス・活動事業**を利用できます。
- **サービス・活動事業**のみを利用する場合は、基本チェックリストによる判定で利用できます。(要介護認定は不要です)
- サービス・活動事業を利用していた方が要介護1～5となったとき、本人が希望し、市区町村が必要と判断すれば、**サービス・活動事業**を引き続き利用できます。

#### 総合事業を利用するには

まずは、高齢者あんしん相談センターまたは市の高齢福祉課、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上で、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か月間で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」などの物忘れがあると言われますか

「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うことがあります。いつまでも自分らしい生活を続けるためには、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高齢者あんしん相談センターに相談しましょう。

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



## サービス・活動事業

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

- 対象者**
- 要支援1・2の方
  - 基本チェックリストにより事業対象者となった方
  - サービス・活動事業を利用していた方で、要介護となった後も本人が利用を希望し、市が必要と判断した方

### 介護予防 ケアマネジメント

高齢者あんしん相談センターの職員に相談し、サービスの種類や回数を決め、ケアプランを作成します。



### 訪問型 サービス

掃除、洗濯、買物などの日常生活上の支援を行う訪問型サービス。また、日常生活や外出などが行いやすくなるよう、リハビリ職などの専門職が訪問してアドバイスをを行うサービスもあります。



### 通所型 サービス

体操や運動などの機能訓練や、レクリエーションなどを行う集いの場など週1回程度の通所型サービス。また、歩行や生活動作の改善のため、リハビリ職や栄養士などの専門職が短期集中的に関わるサービスもあります。



## 一般介護予防事業

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

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

- 対象者** 65歳以上の全ての方およびその支援のための活動に関わる方

### 一般介護予防事業の例

#### 【通いの場での活動】

- 「ふじみんぴんしゃん体操」、「ふじみんお口ぴんしゃん体操」
- 介護予防手帳 など

#### 【介護予防普及啓発】

- 介護予防講座
- そのほかの介護予防に関する各種教室・講座 など

#### 【ボランティア活動】

- ぴんしゃん(介護予防)サポーター
- 介護支援ボランティア など

#### 【介護予防センター・大井総合福祉センターなど】

- 体力の維持向上や生きがいがづくりの場
- 介護予防に関する情報発信 など



# 高齢者あんしん相談センターのご案内

## ● 高齢者の総合相談窓口です

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



介護予防、総合事業、認知症に関すること、相談や困りごとがあれば、高齢者あんしん相談センターへお問い合わせください。

## 高齢者あんしん相談センターはこのような支援や相談を行っています

**介護予防を応援します!**

要支援1・2および事業対象者の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!**

高齢者の介護・福祉・健康・医療等に関するさまざまな相談を受け、必要なサービスにつなぎます。

**高齢者の権利を守ります!**

高齢者虐待の防止、悪質な訪問販売による被害の防止などの権利擁護を行います。

**充実したサービスを提供するために支援します!**

ケアマネジャーへの指導・助言や医療機関など、関係機関との調整を行います。

**積極的にご利用ください**

介護予防のお手伝い

地域のネットワークづくり

みなさんの権利を守る!!

**高齢者あんしん相談センターの職員**

高齢者あんしん相談センターの職員は、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。

## ● 認知症に関する相談窓口です

認知症の方やその家族、介護者からの支援や相談も行っています。「物忘れが心配だけど相談場所がわからない」「家族が認知症で困っている」などの相談に乗ります。



## ● 高齢者の権利を守ります

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

# 自己負担限度額と負担の軽減

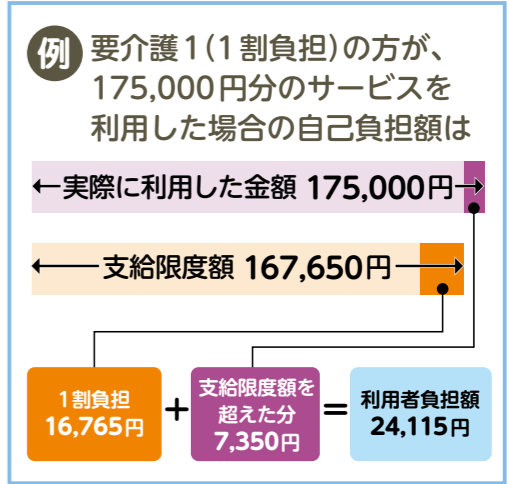
介護保険サービスを利用したときは、原則として利用料の1～3割を支払います。自己負担が重くなったときや、所得の低い方には負担を軽減する仕組みもあります。

## ● 介護保険サービスは1～3割の自己負担で利用できます

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

### ■ 介護保険サービスの支給限度額(1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)
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



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

### ■ 支給限度額に含まれないサービス

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

**事業者を選ぶために...**

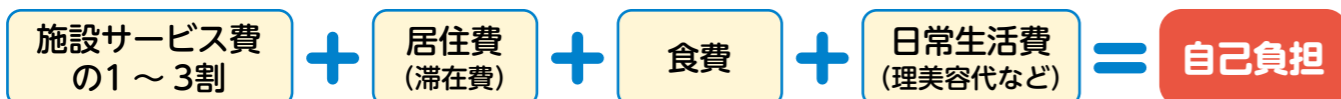
介護保険は「利用者本位」が原則。利用者の意思が最も尊重されますので、自分なりに情報を集めることも大切です。全てのサービス事業者・施設には、決められた項目に沿った情報を公開することが義務付けられています。厚生労働省「介護サービス情報公表システム(<https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp>)」から閲覧できますので、インターネットが使える方は、参考にしてください。また、利用する施設の比較・検討にあたり、実際に見学や体験利用をしてみることをお勧めします。職員の対応や食事の内容などをよくチェックしてみましょう。

介護公表 検索

介護サービス情報公表システム 二次元バーコード

## ●施設サービスを利用したときの費用

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



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

居住費・食費の基準費用額(1日あたり)

居住費(滞在費)				食費	
ユニット型個室	ユニット型個室の多床室	従来型個室	多床室	令和8年7月まで	令和8年8月から
2,066円	1,728円	1,728円 (1,231円)	437円* (915円)	1,445円	1,545円

**変更ポイント**

食費の基準費用額を変更。(令和8年8月から)

( )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。  
※室料が徴収される場合は697円。

## ●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。

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり)

**変更ポイント**

所得の状況および限度額を変更。(令和8年8月から)

利用者負担段階	所得の状況 <sup>※1</sup>	預貯金等の資産 <sup>※2</sup> の状況	居住費(滞在費)				食費
			ユニット型個室	ユニット型個室の多床室	従来型個室	多床室	
令和8年7月まで	生活保護受給者の方等	要件なし					
	1 世帯全員が住民税非課税 老齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	880円	550円	550円 (380円)	0円	300円
	2 前年の合計所得金額+年金収入額が80.9万円以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円 (480円)	430円	390円 [600円]
	3-① 前年の合計所得金額+年金収入額が80.9万円超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430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	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	1,360円 [1,300円]	

利用者負担段階	所得の状況 <sup>※1</sup>	預貯金等の資産 <sup>※2</sup> の状況	居住費(滞在費)				食費
			ユニット型個室	ユニット型個室の多床室	従来型個室	多床室	
令和8年8月から	生活保護受給者の方等	要件なし					
	1 世帯全員が住民税非課税 老齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	880円	550円	550円 (380円)	0円	300円
	2 前年の合計所得金額+年金収入額が82.65万円以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円 (480円)	430円	390円 [600円]
	3-① 前年の合計所得金額+年金収入額が82.65万円超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	680円 [1,030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	1,470円	1,470円	1,470円 (980円)	430円 <sup>※3</sup> (530円)	1,420円 [1,360円]	

- 【 】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金額です。  
( )内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。  
※1 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。  
※3 室料が徴収される場合は530円。  
\*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)を課される場合があります。

## ●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)

**変更ポイント** 区分の基準額を変更。(令和8年8月から)

区分		限度額
現役並み所得相当の65歳以上の方がいる世帯	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)
上記以外の市民税課税世帯の方		44,400円(世帯)
世帯全員が市民税非課税		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80.9万円*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8年8月から82.65万円

## ●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
市民税非課税世帯	34万円

\*区分の基準額は今後変更になる場合があります。

70歳以上の方・後期高齢者医療制度の対象者

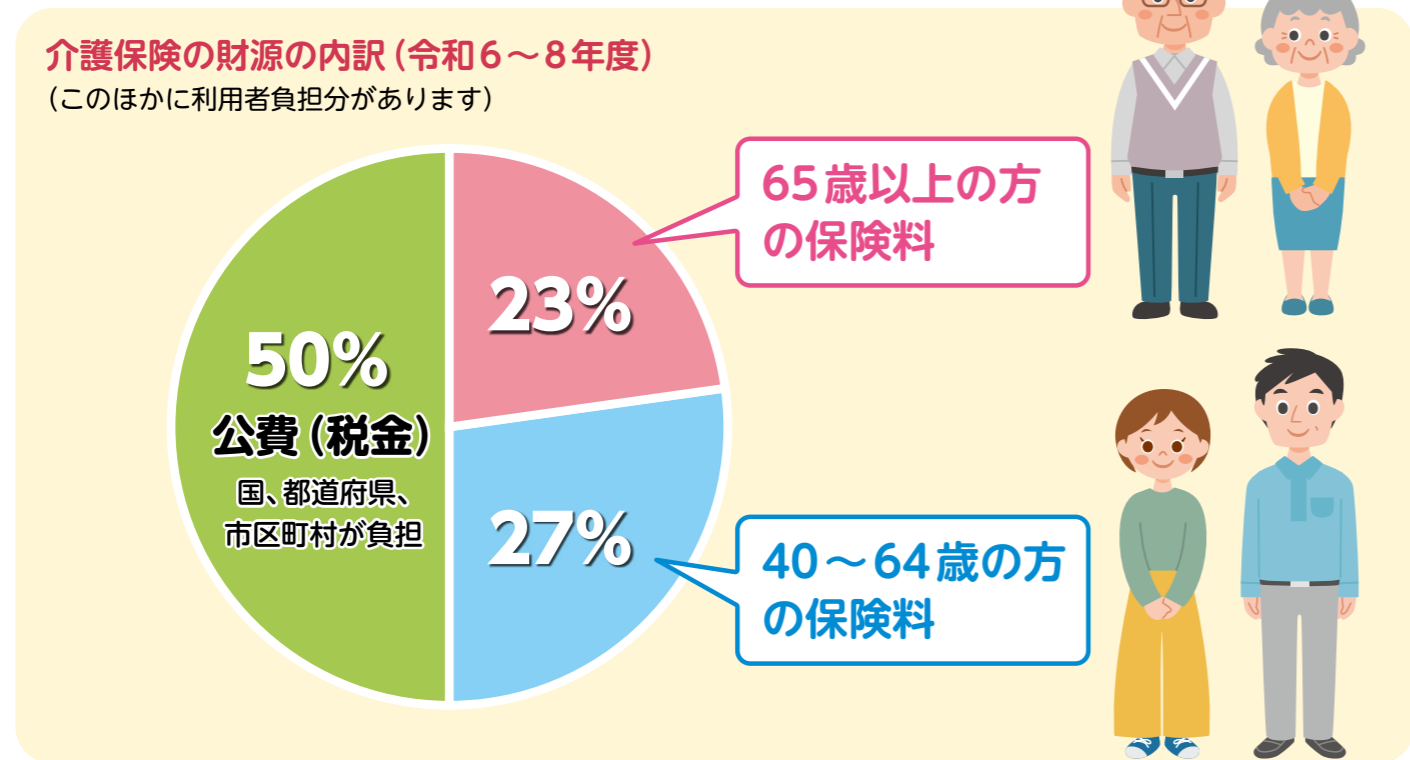
区分	限度額
690万円以上	212万円
380万円以上690万円未満	141万円
145万円以上380万円未満	67万円
一般(市民税課税世帯の方)	56万円
低所得者(市民税非課税世帯の方)	31万円
世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに所得が0円になる方(年金収入のみの場合80.67万円以下の方)	19万円*

\*介護サービス利用者が世帯に複数いる場合は、介護保険からの支給額は31万円です。

# 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。

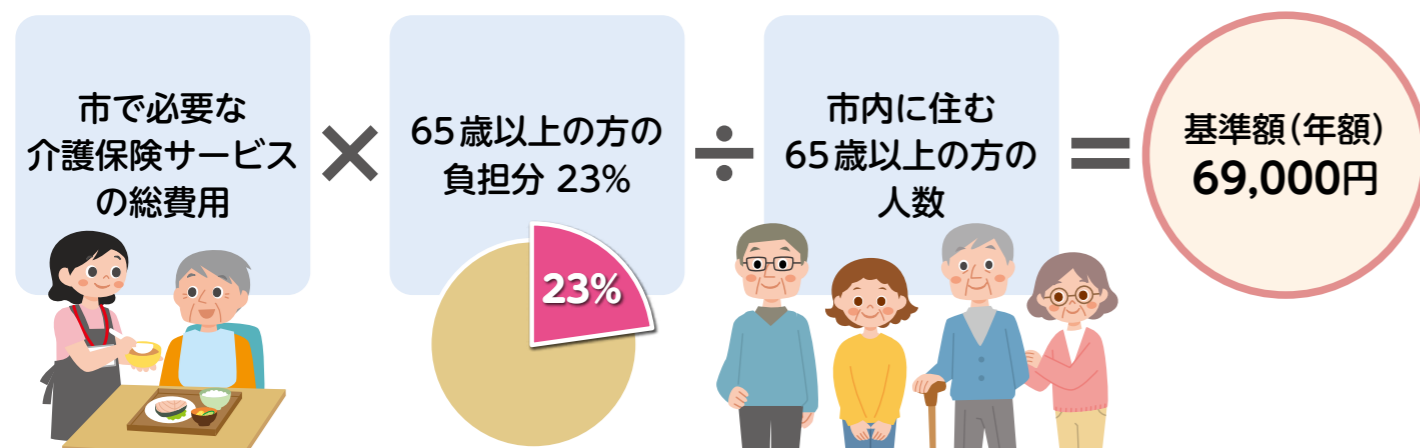
介護保険料はきちんと納めましょう。



## ● 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、市の介護保険サービスの費用が賄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



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、所得の低い方などの負担が大きくなるよう世帯の市民税課税状況や本人の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

ふじみ野市の令和8年度の介護保険料の基準額 **69,000円** (年額)

介護保険料は、この「基準額」をもとに、所得状況に応じて、17段階に分かれます。

### ● 所得段階別介護保険料

所得段階	対象となる方	調整率	保険料(年額)
第1段階	・生活保護受給者の方 ・世帯全員が市民税非課税で、老齢福祉年金 <sup>*1</sup> 受給者の方	基準額 × 0.285	19,665円
第2段階	世帯全員が市民税非課税で、本人の前年の合計所得金額 <sup>*2</sup> と公的年金等収入金額の合計額	82.65万円以下の方	基準額 × 0.485
第3段階		82.65万円を超え120万円以下の方	基準額 × 0.685
第4段階		120万円を超える方	基準額 × 0.90
第5段階	世帯に市民税が課税されている方がいるが、本人は市民税非課税で、本人の前年の合計所得金額と公的年金等収入金額の合計額	82.65万円以下の方	基準額 × 1.00
第6段階		82.65万円を超える方	基準額 × 1.20
第7段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額	120万円未満の方	基準額 × 1.30
第8段階		120万円以上210万円未満の方	基準額 × 1.50
第9段階		210万円以上320万円未満の方	基準額 × 1.70
第10段階		320万円以上420万円未満の方	基準額 × 1.90
第11段階		420万円以上520万円未満の方	基準額 × 2.10
第12段階		520万円以上620万円未満の方	基準額 × 2.30
第13段階		620万円以上720万円未満の方	基準額 × 2.40
第14段階		720万円以上900万円未満の方	基準額 × 2.50
第15段階		900万円以上1,100万円未満の方	基準額 × 2.60
第16段階		1,100万円以上1,500万円未満の方	基準額 × 2.70
第17段階		1,500万円以上2,000万円未満の方	基準額 × 2.80
	2,000万円以上の方		

※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 「収入」から「必要経費など」を控除した額です。分離課税所得がある方の合計所得金額は、特別控除額差し引き後の金額です。所得段階が第1～5段階の方の合計所得金額は、年金収入に係る雑所得差し引き後の金額です。また、給与所得がある場合は、給与所得(所得金額調整控除の適用を受けている場合は適用前の金額)から10万円を控除します。

● 令和7年度税制改正により、個人住民税に係る給与所得控除の最低保障額が10万円引き上げられましたが、介護保険制度の安定運営のため、令和8年度の介護保険料算定においては、引き上げ前の算定方法となります。

## ● 65歳以上の方の介護保険料の納め方

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

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

### 普通徴収

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



- 介護保険料の年額を納付期限に合わせて納めます。
- 市から納付書が送付されますので、取扱金融機関、コンビニエンスストアまたはスマートフォンアプリで納めてください。

忙しい方、なかなか外出ができない方は、**口座振替が便利**です。

#### 手続①(口座振替依頼書による場合)

介護保険料の**納付書、通帳、印かん(通帳届出印)**を取扱金融機関にご持参ください。

- ・各納期限の6週間前までにお申し込みください。
- ・取扱金融機関は、納付書裏面に記載のある金融機関、みずほ銀行、三井住友銀行および三菱UFJ銀行になります。

#### 手続②(ペイジー口座振替受付による場合)

介護保険料の**納付書、キャッシュカード**を下記受付場所にご持参ください。

- ・口座振替の開始は、各月10日(土日、祝日の場合は翌営業日)までに申し込むと当月末から開始となります。
- ・申込みの際、受付端末に暗証番号を入力する必要があります。
- ・受付場所は、市役所本庁舎収納課、大井総合支所市民総合窓口課および出張所となります。

安心・確実な  
口座振替が  
便利ね

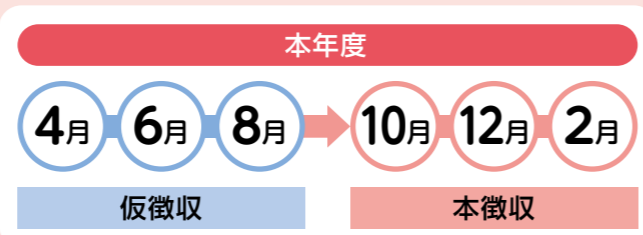


### 特別徴収

年金が年額 **18万円以上**の方  
→ 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)。



- 特別徴収の対象者として把握されると、おおむね6か月後から12か月後に介護保険料が天引きになります。



#### ! こんなときは、一時的に納付書で納めます

- 年度途中で介護保険料が増額になった
- 年度途中で65歳になった
- 年度途中で老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金の受給が始まった
- 年度途中で他の市区町村から転入した
- 介護保険料が減額になった
- 年金が一時差止めになった
- 年金を担保に借入れをした 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。**延滞金が徴収**される場合があります。法律に基づき、預貯金・年金・給与・生命保険・不動産などの財産を差し押さえる場合があります。

#### 1年以上滞納すると

利用したサービス費用はいったん**全額を自己負担**する場合があります。その場合、申請により後から保険給付費(本来の自己負担を除く費用)が支払われます。

#### 1年6か月以上滞納すると

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

#### 2年以上滞納すると

上記に加えて、滞納期間に応じて、利用したサービス費用の自己負担割合が**引き上げ**られたり、**高額介護サービス費、特定入所者介護サービス費などが受けられなくな**ったりする場合があります。

#### 納付が難しい場合は

災害などの特別な事情で介護保険料を納めることが難しくなった場合は市の高齢福祉課に相談しましょう。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。

	決め方	納め方
<b>国民健康保険に加入している方</b>	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、子ども・子育て支援分と介護分を合わせて、世帯主が納めます。
<b>職場の健康保険に加入している方</b>	加入している医療保険の算定方式に基づいて決まります。	医療分、後期高齢者支援分、子ども・子育て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。

# ふじみ野市の高齢者福祉事業

## 介護サービス利用者負担助成金

介護保険適用の介護サービスの自己負担額(1割)の一部を助成します。

- 【対象者】 市民税非課税世帯の方で、対象サービスを利用している方。  
※ただし、高額介護サービス費(P.27)の支給対象になっている月は対象外です。
- 【対象サービス】 ●居宅サービス(P.10～13・20)のうち福祉用具貸与、特定福祉用具購入および特定施設入居者生活介護を除いたもの  
●介護予防サービス(P.15～17・20)のうち介護予防福祉用具貸与、特定介護予防福祉用具購入および介護予防特定施設入居者生活介護を除いたもの  
●地域密着型サービス(P.18・19)のうち夜間対応型訪問介護、認知症対応型通所介護、地域密着型通所介護  
●サービス・活動事業(P.23)のうち訪問型サービス、通所型サービスの一部

## 紙おむつ等の給付

常時紙おむつを使用している在宅の方に紙おむつ等を給付します。

- 【対象者】 要介護3以上で常時失禁のためおむつを使用している65歳以上の方
- 【利用方法等】 委託業者が月1回、自宅にお届けします。
- 【利用者負担】 無料
- 【おむつの種類】 ①フラットタイプ ④尿とりパッド  
②テープ止めタイプ ⑤介護用品  
③パンツタイプ ※枚数は商品によって異なります。



## 寝具洗濯サービス

寝具の洗濯を行います。

- 【対象者】 要介護3以上で常時ねたきりの状態にある方  
※一部障がい者の方も対象になります。
- 【利用方法等】 敷き布団、掛け布団、毛布、枕、ベッドパッドのうち4点を委託業者が洗濯して、自宅へお届けします。年度内に1回、利用できます。
- 【利用者負担】 無料



## 配食サービス

市が指定した配食サービス業者が安否確認を含めた配食サービス(お弁当の宅配)を実施します。

- 【対象者】 ご自身またはご家族による食事の用意が困難な方のうち  
①要支援1以上の認定を受けたひとり暮らしなどの方  
②要支援・要介護状態などになるおそれがあると市が認めたひとり暮らしなどの方  
※一部障がい者の方も対象になります。
- 【助成額】 1回の配達につき200円

## 緊急時連絡システム

緊急時に消防署へ通報ができるシステム(通報器、発信器)を貸与します。

- 【対象者】 ①65歳以上の心疾患等の病気のあるひとり暮らしなどの方  
②要介護認定を受けた心疾患等の病気のあるひとり暮らしなどの方  
※一部障がい者の方も対象になります。
- 【利用者負担】 設置費、利用料は無料。通話料その他の費用は自己負担



## 訪問理美容サービス

理容店や美容院に行くことが困難な方のために、市に登録した業者が自宅を訪問し、カットなどを行います。

- 【対象者】 要介護3以上で6か月以上常時ねたきりの状態にある方  
※一部障がい者の方も対象になります。
- 【助成額】 1回2,000円  
(理美容代金の支払総額から差し引かれます。最大年4回利用できますが、申請時期により、利用できる回数が異なります)



## ふれあい収集サービス

週1回、ごみ収集業者が戸別に訪問し、ごみを収集します。

- 【対象者】 身体状況等によりごみ出しが困難で、協力者が得られない要支援1以上の方  
※一部障がい者の方も対象になります。
- 【利用方法】 ふじみ野市資源リサイクル協同組合が訪問し、ごみを収集します。
- 【利用者負担】 無料

## 介護手当

在宅でねたきりまたは認知症の状態にある高齢者を介護する家族に手当を支給します。

- 【対象者】 要介護3以上で6か月以上常時ねたきりまたは認知症の状態にある65歳以上の高齢者と同居し、介護している方
- 【手当の額】 月額5,000円



## 認知症高齢者等位置検索サービス

早期に居場所を発見するための位置検索端末機を貸与します。行方不明となる可能性のある在宅の認知症高齢者等が外出した場合に、所在の把握に役立てていただくサービスです。

- 【対象者】 要支援1以上の認知症高齢者等を在宅で介護する方
- 【利用者負担】 月額500円  
緊急対応員の現場急行を要請した場合、1回1時間まで11,000円

## 認知症高齢者等早期発見ステッカー

認知症により行方不明となるおそれのある在宅高齢者等に、早期発見、事故の未然防止のため、ステッカーを配付します。衣服や杖などに貼付して使用してください。

- 【対象者】 65歳以上および40歳以上で要支援1以上の認知症高齢者等を在宅で介護する方
- 【利用方法】 ステッカーを衣服や杖などの持ち物に貼ってください。
- 【利用者負担】 無料 ※追加は有料

## オレンジカフェ(認知症カフェ)

認知症の方やその家族、福祉・介護等の専門職、地域住民などが集い、交流する場で、どなたでも参加できます。

【対象者】 認知症の方やその家族、介護や生活面での息抜きをしたい方、認知症に関心のある方、介護経験を生かしたい方、ボランティアをしたい方など

【実施場所等】 各高齢者あんしん相談センターや介護保険事業所などで実施しています。

【費用】 実施先へお問合せください

## 家族介護教室・家族交流会(介護者サロン)

家族介護者(ケアラー)同士が気軽に集まり、ケアのことを学んだり、日々の悩みや不安などを話し合える場です。

【対象者】 介護している方、近隣で援助している方、これから介護をされる予定のある方、介護経験を生かしたい方など

【実施場所等】 各高齢者あんしん相談センター等

【費用】 無料

## 入浴料助成

市内の銭湯を利用する際の入浴助成券を交付します。

【対象者】 ・65歳以上で自宅に入浴設備がない方  
・65歳以上で自宅の入浴設備が故障等で使用できず、修理し難い市民税非課税世帯の方

【利用者負担】 1回100円

## 敬老祝金の贈呈

市内に引き続き2年以上居住している方で、右表のとおり、対象の年齢になった方に敬老祝金を贈呈します。対象の方には、市からご連絡いたします。

対象者	支給金額
77歳(喜寿)	7,000円
88歳(米寿)	20,000円
99歳(白寿)	50,000円

## お出かけサポートタクシー事業

専用タクシーの運行運賃に対し、助成を行います。

【対象者】 65歳以上の方または40歳以上で要支援1以上の方

【利用方法】 専用ダイヤルに電話をかけて配車を依頼します。乗車の際は、利用登録証を提示する必要があります。

【助成額】 1運行の運賃の半額を助成(最大800円)。年度内(4/1～翌年3/31)24回まで。

【利用可能範囲】 ふじみ野市・富士見市・三芳町内の運行で、乗車地または降車地にふじみ野市を含むもの



## 基本チェックリスト

基本チェックリストは、ご自身の心身の状態を振り返っていただくと同時に、運動機能や心身機能の低下の兆候を早期に見つけ、介護予防につなげることを目的としています。

「はい」か「いいえ」のどちらかに○をつけ、ご自身の心身の状態を確認してみましょう♪

No.	質問項目	回答	
1	バスや電車で1人で外出していますか	はい0点	いいえ1点
2	日用品の買物をしていますか	はい0点	いいえ1点
3	預貯金の出し入れをしていますか	はい0点	いいえ1点
4	友人の家を訪ねていますか	はい0点	いいえ1点
5	家族や友人の相談にのっていますか	はい0点	いいえ1点
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい0点	いいえ1点
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0点	いいえ1点
8	15分位続けて歩いていますか	はい0点	いいえ1点
9	この1年間に転んだことがありますか	はい1点	いいえ0点
10	転倒に対する不安は大きいですか	はい1点	いいえ0点
11	6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい1点	いいえ0点
12	BMIが18.5未満ですか BMIとは:体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)	(例)150cm、55kgの場合 55(kg)÷1.5(m)÷1.5(m)=24.4	はい1点 いいえ0点
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1点	いいえ0点
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい1点	いいえ0点
15	口の渇きが気になりますか	はい1点	いいえ0点
16	週に1回以上は外出していますか	はい0点	いいえ1点
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい1点	いいえ0点
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1点	いいえ0点
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0点	いいえ1点
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	はい1点	いいえ0点
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	はい1点	いいえ0点
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1点	いいえ0点
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1点	いいえ0点
24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	はい1点	いいえ0点
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	はい1点	いいえ0点

① No.1～20の合計が 10点以上	生活全般の虚弱予防が必要	⑤ No.16に該当 1点	閉じこもり予防が必要
② No.6～10の合計が 3点以上	筋力アップが必要 転倒や骨折に注意	⑥ No.18～20の合計が 1点以上	もの忘れ予防が必要
③ No.11～12の合計が 2点以上	低栄養予防が必要	⑦ No.21～25の合計が 2点以上	落ち込み予防が必要
④ No.13～15の合計が 2点以上	口腔機能の向上が必要	※心配なことがあれば、高齢者あんしん相談センターに相談してください。	