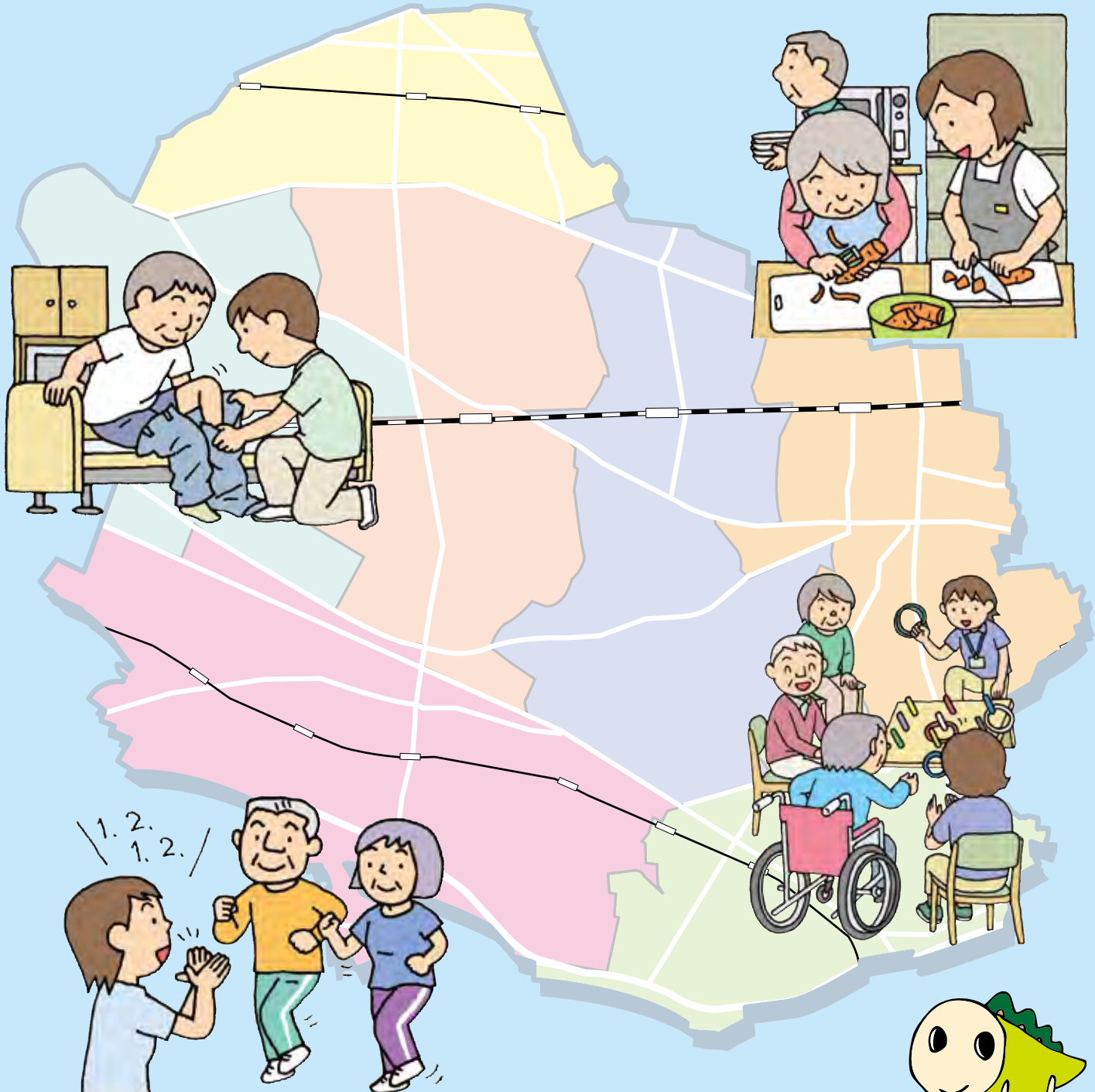


令和5年度

# 介護保険

## 利用者ガイドブック



令和5年6月



杉並区



# 介護保険に関するお問い合わせ一覧

問い合わせ項目	担当課	電話番号
介護に関する相談 要介護（要支援）認定申請 介護予防や生活支援の相談・申請	地域包括支援センター （ケア24）	43ページの一覧を ご覧ください。
要介護（要支援）認定申請	介護保険課認定係	03-5307-0653(直通)
要介護（要支援）認定の進捗状況	介護保険課認定係	03-5307-0797(直通)
介護保険サービスの利用者負担割合・ 給付・利用者負担の軽減	介護保険課給付係	03-5307-0655(直通)
介護保険料	介護保険課資格保険料係	03-5307-0654(直通)
介護保険サービスに関する苦情・相談	介護保険課事業者係	03-3312-2111(代表)
介護予防訪問事業・自立支援訪問事業 介護予防通所事業・自立支援通所事業	介護保険課	03-3312-2111(代表)
訪問型短期集中プログラム 通所型短期集中プログラム	高齢者在宅支援課	03-3312-2111(代表)
一般介護予防事業	杉並保健所 保健サービス課 (荻窪保健センター)	03-3391-0015(直通)

## 介護保険制度とは…

加齢に伴う病気などにより介護を必要とする状態になっても、個人としての尊厳を保持し、できる限り自立した日常生活を送れるよう、必要なサービスを総合的かつ一体的に提供するため、社会全体で支え合う制度です。



## 介護保険のしくみ

- みんなで支えあう制度です ..... 2
- 介護保険の被保険者 ..... 3

## サービスの利用のしかた

- 申請からサービス利用までの流れです ..... 4
- 要介護（要支援）認定の申請、認定調査・主治医意見書 ..... 5
- 審査・判定、認定結果の通知 ..... 6
- 要介護状態区分 ..... 7
- 介護予防サービスの利用のしかた、介護予防・生活支援サービス事業の利用のしかた ..... 8
- 介護サービスの利用のしかた ..... 9
- サービスを利用する前にご確認ください ..... 10

## サービスの種類

- 介護保険サービスの種類 ..... 11
- 居宅サービス ..... 11
- 訪問介護の対象について ..... 12
- 施設に通う ..... 15
- 施設に入って利用するサービス ..... 17
- 住まいの環境を整える ..... 18
- 地域密着型のサービス ..... 20
- 施設サービス ..... 23

## 総合事業など

- 介護予防・日常生活支援総合事業など ..... 24
- 介護予防・生活支援サービス事業 ..... 24
- 一般介護予防事業 ..... 25
- 高齢者在宅サービスのご案内 ..... 26
- 介護サービスに関する相談 ..... 29

## 利用者負担の支払い

- サービスを利用したときは利用者負担分を支払います ..... 30
- サービスを利用した場合の自己負担 ..... 31
- 介護保険で利用できる額には上限があります ..... 31
- 施設を利用した場合の食費・居住費（滞在費）の負担限度額 ..... 32
- 高額介護サービス費、高額医療・高額介護合算制度 ..... 33
- 各種軽減制度等 ..... 34

## 介護保険料

- 介護保険料は大切な財源です ..... 36
- 65歳以上の方（第1号被保険者）の介護保険料 ..... 37
- 40歳から64歳までの方（第2号被保険者）の介護保険料 ..... 39
- 税金の控除 ..... 40
- 介護保険サービスにおける医療費控除の取扱い ..... 41

## 地域包括支援センター

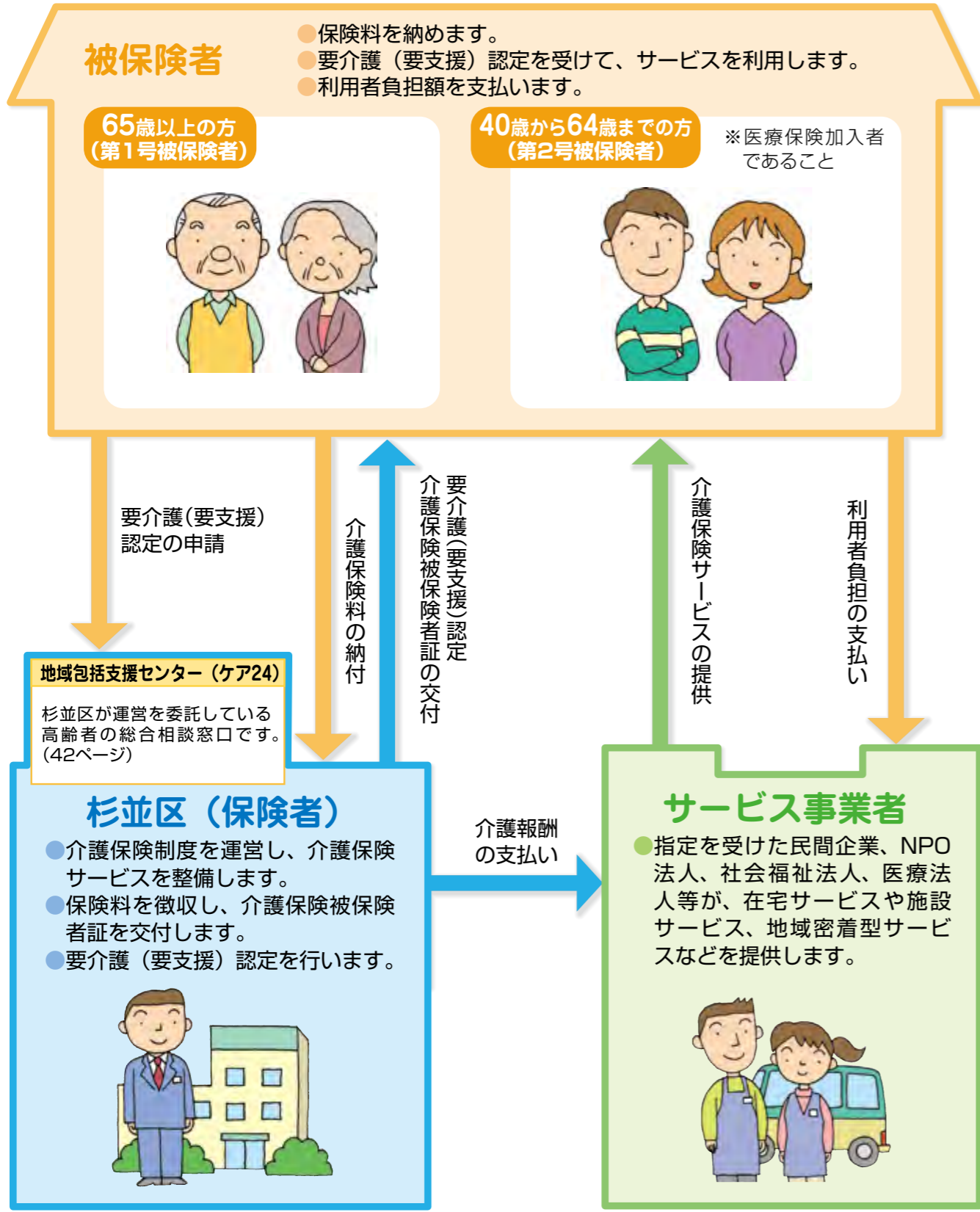
- 地域包括支援センター（ケア24）とは ..... 42
- 地域包括支援センター（ケア24）一覧表 ..... 43
- 地域包括支援センター（ケア24）MAP ..... 44



介護保険のしくみ

# みんなで支えあう制度です

介護保険制度は、杉並区が保険者となり運営しています。40歳以上のみなさまが加入者（被保険者）となって保険料を納め、介護が必要となったときには、サービスを利用できるしくみです。



## 被保険者



### ●第1号被保険者（65歳以上の方）

介護や支援が必要と認定された場合にサービスを利用できます。

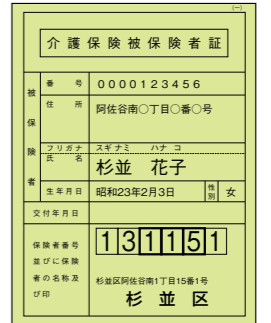
### 介護保険の被保険者証が交付されます

65歳（第1号被保険者）になると、杉並区から介護保険被保険者証が送付されます。

※有効期限はありません。

- 要介護認定の申請
- ケアプランの作成
- サービスの利用

などの際には、被保険者証の提示が必要になります。大切に保管してください。



### ●第2号被保険者（40～64歳で医療保険に加入している方）

特定疾病（下表）により介護や支援が必要と認定された場合に、サービスを利用できます。

被保険者証は、要介護（要支援）の認定を受けた場合に交付されます。



## 特定疾病

※加齢との関係があり、要支援・要介護状態の原因となる心身の障害を引き起こす疾病

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>①がん<br/>(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)</li> <li>②関節リウマチ</li> <li>③筋萎縮性側索硬化症</li> <li>④後縦靭帯骨化症</li> <li>⑤骨折を伴う骨粗鬆症</li> <li>⑥初老期における認知症</li> <li>⑦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【パーキンソン病関連疾患】</li> <li>⑧脊髄小脳変性症</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>⑨脊柱管狭窄症</li> <li>⑩早老症</li> <li>⑪多系統萎縮症</li> <li>⑫糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症</li> <li>⑬脳血管疾患</li> <li>⑭閉塞性動脈硬化症</li> <li>⑮慢性閉塞性肺疾患</li> <li>⑯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</li> </ul> |
|---|--|

## 住所地特例対象施設について

- 杉並区から区外の住所地特例対象施設に入所した方は、転出後も杉並区の介護保険の被保険者となります（引き続き杉並区の介護保険に加入します。）
- 他の区市町村から区内の住所地特例対象施設に入所した場合は、杉並区に住民登録しても、引き続き他の区市町村の介護保険の被保険者となります。

### 適用除外施設について

介護保険の被保険者本人が介護保険法施行令に定める施設（障害者支援施設など）に入所する場合や、施設から退所する場合は、被保険者資格の取得・喪失を伴うため、介護保険課へ届出が必要になります。対象となる施設など詳しくは介護保険課までお問い合わせください。

介護保険のしくみ

サービスの利用のしかた

サービスの種類

総合事業など

利用者負担の支払い

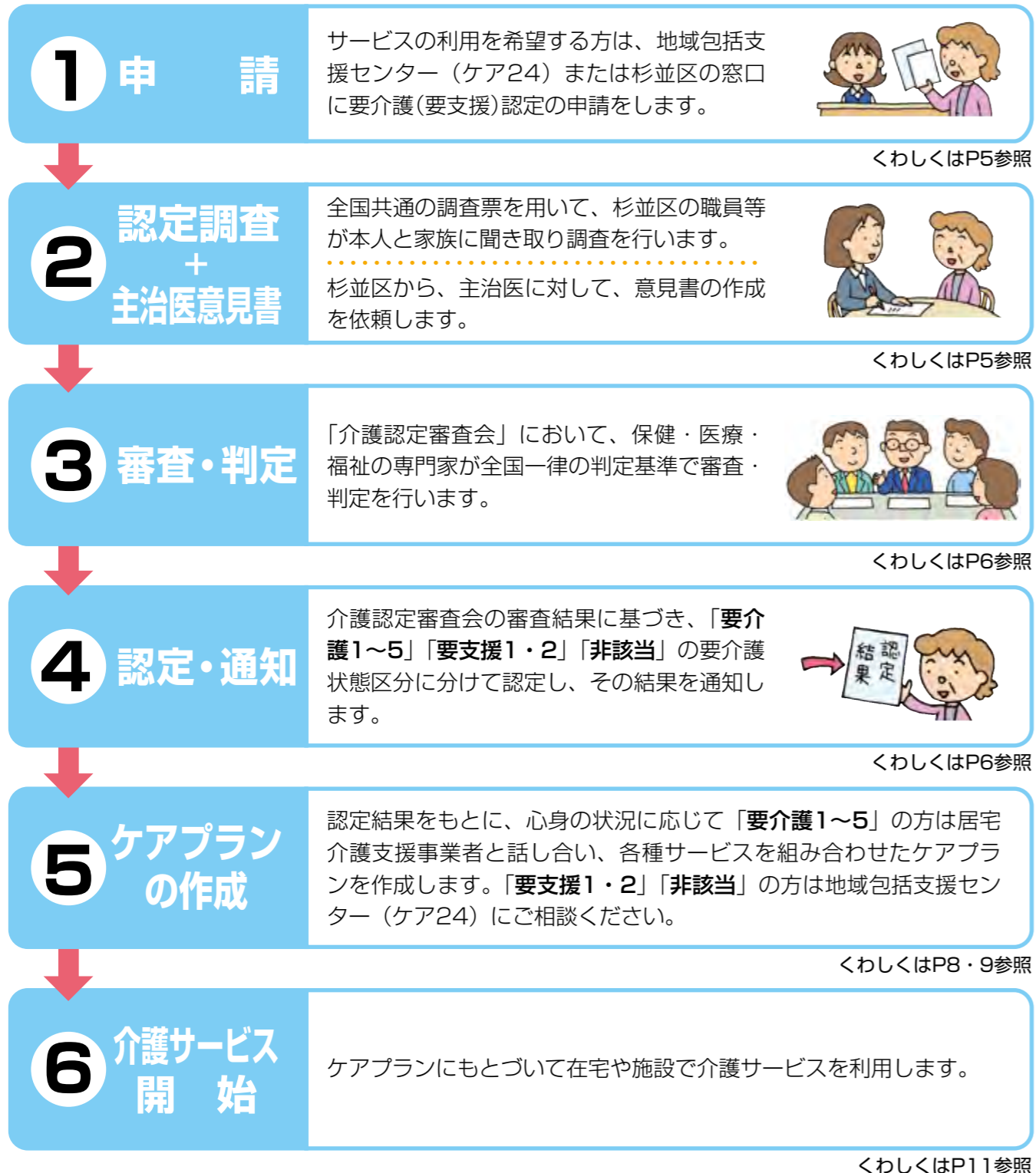
介護保険料

地域包括支援センター



# 申請からサービス利用までの流れです

介護サービス・介護予防サービスを利用するためには、「介護や支援が必要な状態である」と認定される必要があります。申請すると、訪問調査や審査を経て、認定結果が通知されます。



## ★要介護（要支援）認定の申請

サービスの利用を希望する方は、地域包括支援センター（ケア24）または介護保険課の窓口で要介護（要支援）認定の申請をしてください。申請は本人、家族、成年後見人等が行うことができます。また、代行が認められた地域包括支援センター（ケア24）や指定居宅介護支援事業者、介護保険施設等にも申請してもらうことができます。

※入院中の方の介護申請を行う場合は病状が落ち着いてから申請してください。

### ●申請に必要なもの

※直近の受診がない場合、主治医が意見書を作成できない場合があります。

- ①介護保険被保険者証
  - ②主治医の情報…医師の氏名（フルネーム）、医療機関名、診療科目、所在地、電話番号
- \* 代理人が申請する場合は、上記①②のほかに代理人の身元確認ができるものをお持ちください。  
\* 40歳以上65歳未満の方は、加入している医療保険の保険者名及び記号番号をご記入いただきますので、医療保険被保険者証をお持ちください。（医療保険に加入している方で特定疾病（3ページ参照）に該当する方）

## ★認定調査・主治医意見書

### ●認定調査

全国共通の調査票を用いて、杉並区の職員等が本人と家族に聞き取り調査を行い、調査票を作成します。

\* 認定調査は、区の職員か、区から調査の委託を受けた指定居宅介護支援事業者等の介護支援専門員（ケアマネジャー）が行います。

### ●主治医意見書

杉並区の依頼により、申請書に記載された主治医が傷病や心身の状態についての意見書を作成します。

### 認定調査を受けるときのポイント

#### 体調のよいとき（通常時）に調査を受ける

いつもと違う体調のときでは正しい調査ができないことがあります。

#### 困っていることはメモしておく

緊張などから状況が伝えきれない場合も困りごとなどはメモしておくで安心です。

#### 家族などに同席してもらう

家族などいつもの介護者に同席してもらえば、より正確な調査ができます。

#### 日常の補装具があれば伝える

つえなど日常的に使っている補装具がある場合は、使用状態を伝えましょう。

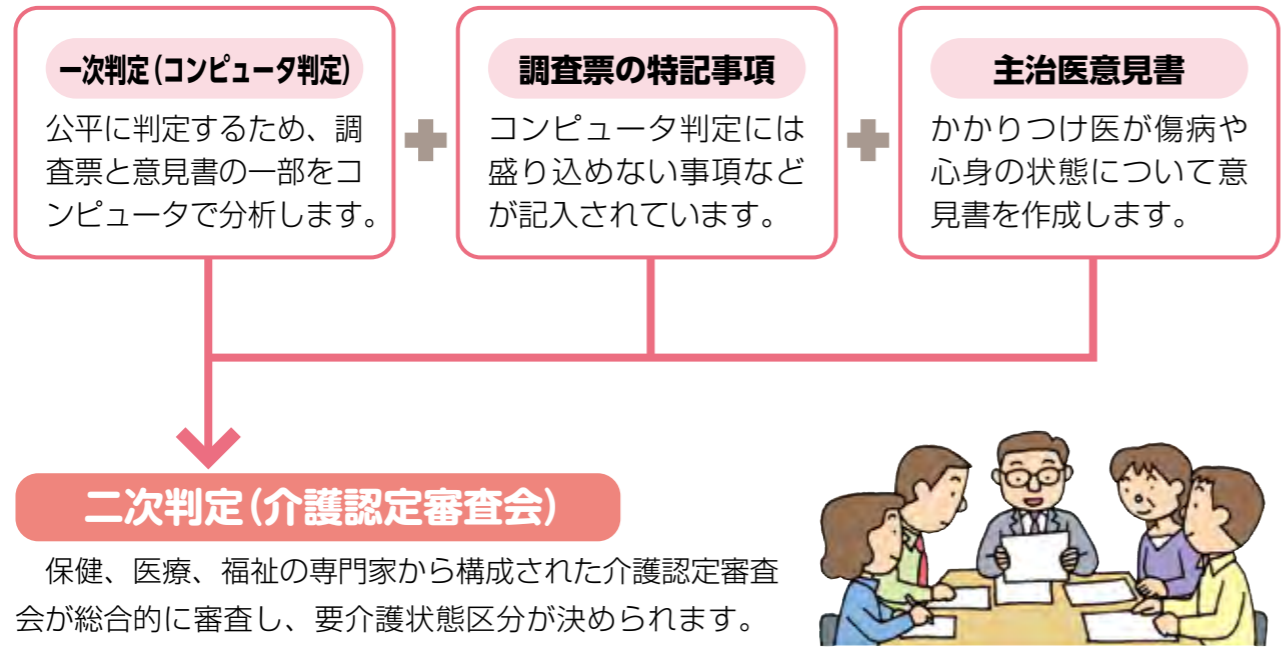
主な調査項目	
基本調査	
●麻痺等の有無	●排尿
●拘縮の有無	●排便
●寝返り	●清潔
●起き上がり	●衣服着脱
●座位保持	●外出頻度
●両足での立位保持	●意思の伝達
●歩行	●記憶・理解
●立ち上がり	●大声を出す
●片足での立位	●ひどい物忘れ
●洗身	●薬の内服
●視力	●金銭の管理
●聴力	●日常の意思決定
●移乗	●過去14日間に受けた医療
●移動	●日常生活自立度
●えん下	●食事摂取
●食事摂取	など
概況調査	
特記事項	

介護保険のしくみ  
サービスの種類  
サービスの種類  
総合事業など  
利用者負担の支払い  
介護保険料  
地域包括支援センター



## ★審査・判定

一次判定（コンピュータ判定）の結果と調査票の特記事項、主治医意見書をもとに、「介護認定審査会」で審査し、要介護状態区分が判定されます。



## ★認定結果の通知

介護認定審査会の審査結果にもとづいて、右の要介護状態区分に分けて認定されます。結果が記載された「認定結果通知書」と「保険証」がお手元に届きますので、記載されている内容を確認しましょう。

サービスの利用方法は、要介護状態区分ごとに8、9ページでご確認ください。

## 認定結果の有効期間と更新手続

認定の有効期間は、新規・区分変更認定の場合は6～12か月、更新認定の場合は6～48か月です（月途中の申請の場合は、その月の末日までの期間+有効期間）。

また、認定の効力発生日は、原則認定申請日になります（更新認定の場合は前回認定の有効期間満了日の翌日）。

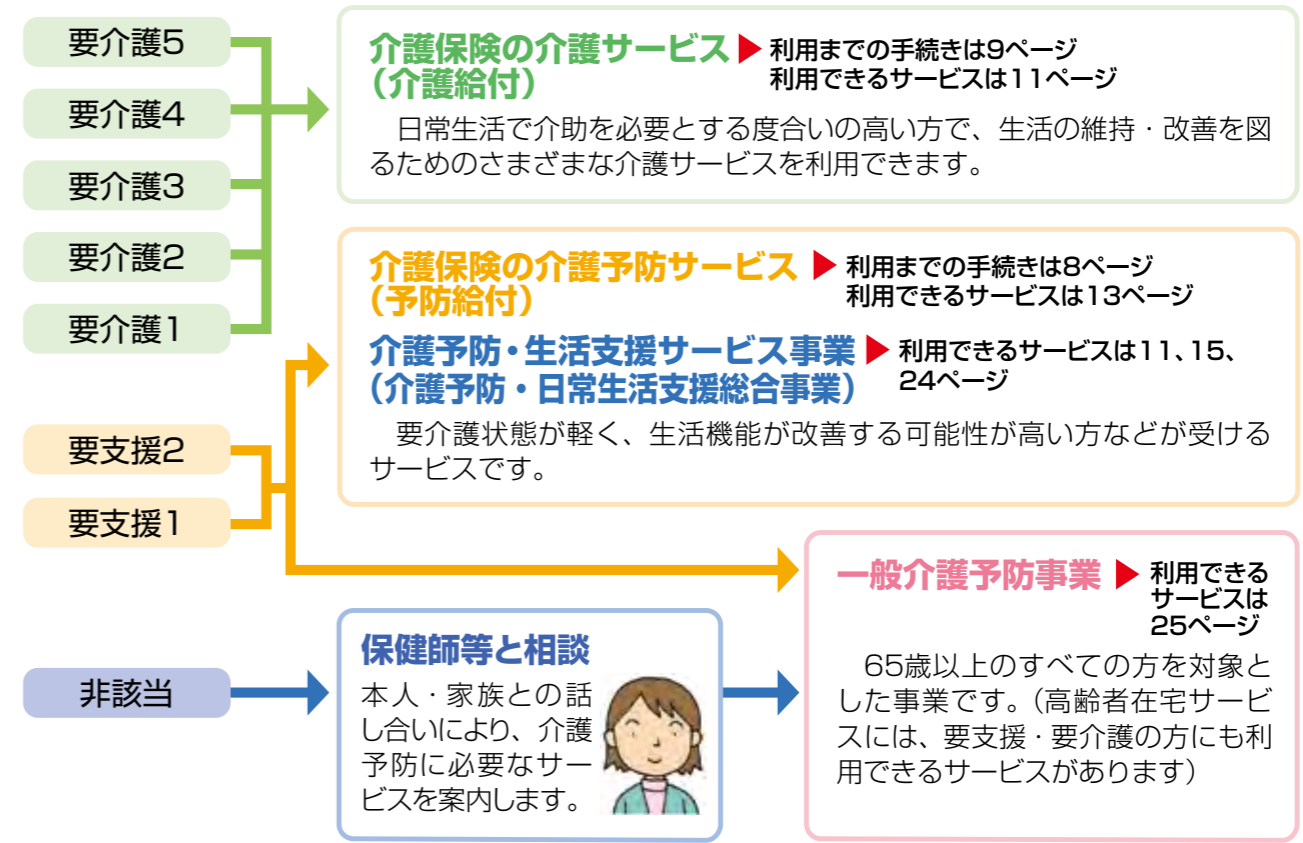
継続してサービスを利用する場合は、有効期間満了前に更新申請が必要で、要介護認定の有効期間満了日の60日前から受け付けます。

## 認定結果に不服があるときは

要介護認定の結果などに疑問や不服がある場合は、まずは介護保険課認定係にご相談ください。その上で納得できないときには、認定結果を知った日の翌日から起算して3か月以内に、東京都に設置されている「東京都介護保険審査会」に申立てをすることができます。

※審査結果が通知されるまでの間は、認定された要介護状態区分でサービスを利用します。

## ■要介護状態区分



**こんなときは？**

**現在入院中の場合は？**

入院中の場合は、状態が変化しやすいため、正しい調査・認定ができない場合があります。主治医とよく相談して、病状が安定したとき、または退院・転院の予定が決まったときなどに申請してください。

**申請後、認定結果が通知されるまでの間に介護サービスを利用したいとき**

申請した後、認定結果が通知されるまでの間も介護保険サービスを利用することができます。その場合は、地域包括支援センター（ケア24）までご相談ください。

※要介護（要支援）認定の申請中であり、「基本チェックリスト」で早急にサービスを利用することで自立につながると判定された方は、「介護予防・生活支援サービス事業」が利用できますので、地域包括支援センター（ケア24）へご相談ください。認定の結果「非該当」の場合は、結果が出るまでの利用となります。

**区分変更申請**

認定の有効期間内に、心身の状態が大きく変わったときなどは、要介護状態区分を見直すための変更の申請ができます。

介護保険のしくみ

サービスの利用のしかた

サービスの種類

総合事業など

利用者負担の支払い

介護保険料

地域包括支援センター

**要支援1・2の方**  
(介護予防サービス)

**介護予防サービスの利用のしかた**

**介護予防・生活支援サービス事業の利用のしかた**

**1 地域包括支援センター(ケア24)に連絡**

住んでいる地区を担当する地域包括支援センター(ケア24)に連絡します。  
※電話番号、所在地等は43ページに掲載



**2 保健師などと話し合い改善点を探します**

本人や家族と話し合い、本人の心身の状況や生活歴などから、課題を分析します。



**3 介護予防ケアプランを作成します**

目標を決めて、達成するための支援メニューを利用者や家族とサービス担当者で検討し、それにもとづいて、介護予防ケアプランを作成します。



**4 介護予防サービスを利用** 13、14、16~19ページへ  
**介護予防・生活支援サービス事業を利用** 11、12、15、24ページへ

介護予防ケアプランにもとづいてサービスが提供されます。利用したサービスの1割~3割を負担します。



**評価・見直し**

地域包括支援センター(ケア24)は、一定期間ごとに効果を評価し、必要な場合には、介護予防ケアプランを見直します。

**「要支援1」と認定された方の介護予防ケアプラン例**

	月	火	水	木	金	土	日
午前		通所型サービス					
午後					訪問型サービス		
福祉用具貸与：手すり							

**要介護1~5の方**  
(介護サービス)

**介護サービスの利用のしかた**

**在宅でサービスを利用したい**

**1 契約した指定居宅介護支援事業者に居宅サービス計画(ケアプラン)作成を依頼**

区に「居宅サービス計画作成依頼届出書」を提出します。(ケアマネジャーが代行できます)

**2 ケアプランの作成**

**居宅介護支援事業者**

- ① **利用者の現状を把握**  
ケアマネジャーが利用者と面接し、問題点や課題を把握してサービス利用の原案を作成します。
- ② **サービス事業者との話し合い**  
利用者本人や家族とサービス事業者の担当者がケアマネジャーを中心に話し合います。
- ③ **ケアプランの作成**  
作成されたケアプランの具体的な内容について利用者の同意を得ます。

**3 サービス事業者と契約**

訪問介護や訪問看護などを行うサービス事業者と契約します。

**4 在宅サービスを利用** 11ページへ



**施設に入所したい**

**1 介護保険施設と契約**

入所を希望する施設に直接申し込みます。居宅介護支援事業者などに紹介してもらってもできます。



**2 ケアプランの作成**

入所した施設で、ケアマネジャーが利用者に向けたケアプランを作成します。



**3 施設サービスを利用** 23ページへ



**「要介護1」と認定された方のケアプラン例**

	月	火	水	木	金	土	日
午前		通所介護 または通所リハビリ				通所介護 または通所リハビリ	
午後	訪問介護			訪問介護			
福祉用具貸与：手すり、歩行器							

**用語解説**

<b>ケアプラン</b>	要支援・要介護に認定された方が、どのような介護サービスをいつ、どれだけ利用するかをアセスメントに基づいて作成した介護サービス計画のこと。本人や家族の心身状況、生活環境などに配慮し作成される。
<b>居宅介護支援事業者</b>	ケアマネジャーがいる事業者です。要介護認定の申請代行やケアプランの作成、サービス事業者と連絡・調整をします。 ※申請を代行できる事業者は厚生労働省令で定められています。
<b>ケアマネジャー(介護支援専門員)</b>	要支援・要介護と認定された方に対して、アセスメントに基づいたケアプランを作成し、利用するサービスの調整を行う専門職。 要介護(要支援)者からの相談に応じたり、要介護(要支援)者がその心身の状況等に応じて適切なサービスを利用できるように、区市町村、居宅サービス事業者、介護保険施設などと連絡調整を行う者で、要介護(要支援)者が自立した日常生活を営むために必要な援助に関する専門知識と技術を有する。



サービスを利用する前にご確認ください

事業者と契約するとき

介護保険によるサービスを利用するには、サービス事業者との「契約」が必要です。契約するときは、次のことに注意しましょう。

<b>サービスの内容</b> 利用者の状況にあったサービス内容か	<b>契約の解除</b> 解約にあたっての理由・時期・方法が契約書に明記されているか
<b>契約期間</b> 要介護認定の有効期間に合わせた契約期間となっているか	<b>損害賠償</b> 利用者が損害を受けた場合の賠償方針が明記されているか
<b>利用者負担額</b> 利用者負担金の額や交通費の要否などの内容が明記されているか	<b>秘密保持</b> 利用者および利用者の家族に関する個人情報の守秘義務が明記されているか

※サービス利用時の注意

- 1 都道府県・区市町村指定の「指定事業者」、区登録の「基準該当事業者」以外の事業者からサービスを受けた場合は、保険給付対象外となり、サービス費用の全額が自己負担になります。
- 2 区外転出等により、杉並区の介護保険の資格を喪失してから保険給付を受けたときは、区が負担した費用を返還していただきます。

第三者行為（交通事故等）で介護サービスを受ける時は届出が必要になります。

- 介護保険の被保険者は交通事故などの第三者行為によって状態が悪化した場合でも介護保険サービスを受けることができます。
- ただし、介護保険サービスの提供にかかった費用は加害者が負担するのが原則で、杉並区が一時的に立て替えたあとで加害者へ請求することになります。
- 支払った介護給付が第三者行為によるものかを把握する必要があるため、65歳以上の方が、交通事故等の第三者行為を起因として介護保険サービスを受けた場合は届出が必要です。
- 交通事故等により要介護状態になった場合や状態が悪化した場合は、介護保険課給付係へ届出をしてください。



介護保険サービスの種類

※各サービスの「費用のめやす」は基本額です。実際の利用料金には、各種の加算が加わります。

各サービスの費用のめやすは、利用者負担の割合が「1割」の場合です。

障がいのある方が介護保険を利用する場合、「共生型サービス」としてこれまで利用していた障害福祉事業所から引き続きサービスを受けられる場合があります。対象となるサービスは「訪問介護」「通所介護」「地域密着型通所介護」「短期入所生活介護（予防を含む）」です。詳しくはケアマネジャーや現在ご利用の事業所などへご確認ください。

日常生活の手助け

■ 訪問介護（ホームヘルプ）



- 入浴やトイレに行くのに手を貸してほしい
- 買い物や洗濯、掃除などが十分にできない



要支援 1・2 訪問型サービス（総合事業）

ホームヘルパーなどが訪問して、日常生活でのさまざまな身体介護や生活援助などを行う「介護予防訪問事業」「自立支援訪問事業」と、身体機能等の改善を目的に短期間・集中的に専門職が訪問する「訪問型短期集中プログラム」があります。

- ① 介護予防訪問事業では入浴介助等の身体介護や、掃除等の日常的な家事の範囲内の生活援助が利用できます。
- ② 自立支援訪問事業では掃除等の日常的な家事の範囲内の生活援助が利用できます。
- ③ 訪問型短期集中プログラムでは保健・医療の専門職が概ね3か月の短期間・集中的に訪問し、助言やホームプログラム指導などを行います。

※費用のめやすは24ページを参照。

※「生活援助」については、原則、一人暮らしの場合、もしくは同居家族に障害、疾病がある場合等で、本人や家族が家事を行うことが困難な場合に利用できます。

要介護 1～5

ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴、排せつ、食事介助等の身体介護や、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、乗車・降車等介助も利用できます。

※「生活援助」については、原則、一人暮らしの場合、もしくは同居家族に障害、疾病がある場合等で、本人や家族が家事を行うことが困難な場合に利用できます。

●費用のめやす(1回につき) ( )内は利用者負担

身体介護	20分未満	1,903円 (191円)
	20分以上30分未満	2,850円 (285円)
	30分以上1時間未満	4,514円 (452円)
	1時間以上1時間30分未満	6,600円 (660円)
生活援助	1時間30分以上 (30分ごと)	957円 (96円)
	20分以上45分未満	2,086円 (209円)
	45分以上	2,565円 (257円)

※早朝・夜間・深夜などは加算があります。

乗車・降車等介助 (1回) 1,128円 (113円)

※移送にかかる費用 (タクシー代等) は別途利用者負担となります。



# 介護保険訪問介護(ホームヘルプ)の対象になるもの ならないもの

## ○ 対象になるもの (事例)

### 身体介護

入浴や排せつ、食事の介助など利用者の身体に直接触れる介助等で、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



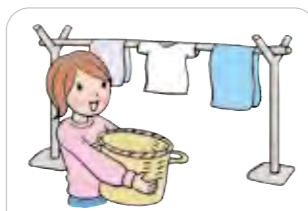
通院等の外出介助

### 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(同居の家族等がいる場合は、当該家族が障害、疾病等の理由でできない場合)



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

※介護保険の訪問介護は、ケアマネジャーが利用者の身体状況や家族の状況等を勘案して居宅サービス計画に位置づける必要があります。

## ✕ 対象にならないもの (事例)

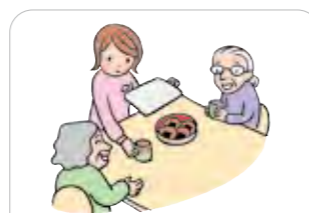
「直接本人の援助」にならない行為や、「日常生活の援助」に該当しない行為、「日常的な家事の範囲」を超える行為は、介護保険の対象になりません。



利用者以外の者の洗濯、調理、買物



利用者が使用する居室等以外の掃除



来客の応接



自家用車の洗車や掃除



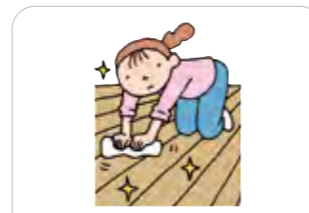
庭の草取り、植物の剪定



犬の散歩やペットの世話



家具の移動や部屋の模様替え



大掃除、床のワックスかけ

## 自宅で入浴

### ■ 訪問入浴介護



- 自宅や施設などでの入浴ができない
- ひとりではお風呂に入れない



### 要支援 1・2 介護予防訪問入浴介護

疾病等により自宅浴室や通所介護などにおける入浴が困難な場合に、自宅に浴槽を持ち込んで、入浴のサービスを行います。

● 費用のめやす(1回につき) ( )内は利用者負担

全身入浴	9,712円 (972円)
------	---------------

### 要介護 1~5

自宅浴室や通所介護などにおける入浴が困難な場合に、自宅に浴槽を持ち込んで、入浴のサービスを行います。

● 費用のめやす(1回につき) ( )内は利用者負担

全身入浴	14,364円 (1,437円)
------	------------------

## 自宅でリハビリ

### ■ 訪問リハビリテーション



- 通院・通所が困難なので自宅でリハビリを続けていきたい
- 自分や家族ではリハビリができない

### 要支援 1・2 介護予防訪問リハビリテーション

居宅での機能訓練が必要な場合に、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問によるリハビリテーションを行います。



● 費用のめやす ( )内は利用者負担

1回につき	3,407円 (341円)
-------	---------------

### 要介護 1~5

居宅での機能訓練が必要な場合に、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問によるリハビリテーションを行います。



● 費用のめやす ( )内は利用者負担

1回につき	3,407円 (341円)
-------	---------------

### 用語解説

#### 理学療法士 (PT)

加齢による身体機能の低下、脳卒中での半身不随等、様々な身体的な障害のある方に対して、医師の指示の下、その基本的動作能力の回復を図るため、治療体操その他の運動、電気刺激、運動療法、温熱その他の物理的手段を行う専門職のこと。

#### 作業療法士 (OT)

医師の指示の下に、身体又は精神に障害のある方、またはそれが予測される方に対し、応用的動作能力または、社会的適応能力の回復を図るため、日常生活動作(ADL)や絵画、手工芸、園芸等を通じて訓練や治療・指導を行う専門職のこと。

#### 言語聴覚士 (ST)

音声機能、言語機能又は聴覚に障害のある方に対し、その機能の維持向上を図ることができるよう言語訓練その他の訓練、これに必要な検査及び助言、指導その他の援助を行う専門職のこと。





## 医師の指導のもとでの助言や管理

### ■ 居宅療養管理指導



- 通院が困難なので自宅で療養上の指導を受けたい
- 歯や入れ歯のチェックをしてほしい

※医師や歯科医師による居宅療養管理指導は、訪問診療または往診を行った同じ日に適用されます。

#### 要支援 1・2

#### 介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが居宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の管理や指導を行います。



- 費用のめやす(1回につき) ( )内は利用者負担  
単一建物居住者1人に対して行う場合

医師による指導	5,140円 (514円) (1か月2回まで)
---------	----------------------------

#### 要介護 1~5

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが居宅を訪問し、療養上の管理や指導を行います。



- 費用のめやす(1回につき) ( )内は利用者負担  
単一建物居住者1人に対して行う場合

医師による指導	5,140円 (514円) (1か月2回まで)
---------	----------------------------

### ■ 訪問看護



- 病気などで外出がむずかしい
- 床ずれの手当てをしてほしい
- 経管栄養や点滴の管理などをしてほしい



#### 要支援 1・2

#### 介護予防訪問看護

疾患等を抱えて原則外出が困難な方について、看護師が居宅を訪問して、介護予防を目的とした療養上のお世話や診療の補助を行います。

- 費用のめやす(1回につき) ( )内は利用者負担

訪問看護ステーションから (30分未満)	5,130円 (513円)
病院または診療所から (30分未満)	4,343円 (435円)

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算。緊急時訪問加算、特別な管理を必要とする場合などの加算があります。

#### 要介護 1~5

疾患等を抱えて原則外出が困難な方について、看護師が居宅を訪問して、療養上のお世話や診療の補助を行います。

- 費用のめやす(1回につき) ( )内は利用者負担

訪問看護ステーションから (30分未満)	5,358円 (536円)
病院または診療所から (30分未満)	4,537円 (454円)

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算。緊急時訪問加算、特別な管理を必要とする場合などの加算があります。

#### 用語解説

訪問看護ステーション

かかりつけの医師の指示により看護師や保健師が自宅を訪問し、療養上の世話や医療的処置、管理等のサービスを提供する機関。

## 施設に通う

### ■ 通所介護 (デイサービス)



- 施設に通って閉じこもりなどを予防したい
- 自分でできることを増やしたい
- 家族の介護の手を休めたい



#### 要支援 1・2

#### 通所型サービス (総合事業)

生活機能を向上させるための機能訓練、日常生活でのさまざまな支援などをサービス提供する「介護予防通所事業」「自立支援通所事業」と、生活機能の改善を目的に保健・医療の専門職が短期間・集中的にサービスを提供する「通所型短期集中プログラム」があります。

- ①介護予防通所事業・自立支援通所事業では生活機能向上のための支援や利用者の目的に合わせた選択的サービスが利用できます。
- ②通所型短期集中プログラムでは、動作の向上や機能の改善で日常生活の活動性を高め地域活動への参加を目指す生活行為向上プログラムと、低下した運動機能を改善し生活機能の向上を図る運動を中心とした運動器機能向上プログラムがあります。

※費用のめやすは24ページを参照。



#### 要介護 1~5

通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の介護や、機能訓練などを日帰りで行います。

- 費用のめやす(1回につき) ( )内は利用者負担  
通常規模の事業所の場合 (7時間以上8時間未満) ※送迎を含む

要介護1	7,139円 (714円)
要介護2	8,425円 (843円)
要介護3	9,766円 (977円)
要介護4	11,096円 (1,110円)
要介護5	12,447円 (1,245円)

※食費、日常生活費は別途自己負担となります。

#### 加算される金額

個別機能訓練加算(I)イ (1日につき)	610円 (61円)
認知症加算 (1日につき)	654円 (66円)
若年性認知症利用者受入加算 (1日につき)	654円 (66円)
栄養改善加算 (月2回まで原則3か月)	2,180円 (218円)
入浴介助加算 I (1日につき)	436円 (44円)
入浴介助加算 II (1日につき)	599円 (60円)

定員18名以下の通所介護(療養通所介護を含む)を利用できるのは事業所のある区市町村の居住者です。「地域密着型通所介護」(20ページ)



## 施設に通う

### ■ 通所リハビリテーション (デイケア)



- 施設に通ってリハビリを受けたい
- 自分でできることを増やしたい

#### 要支援 1・2

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等で、食事などの日常生活上の支援やリハビリテーションを行うほか、その方の目標に合わせた選択的なサービスが利用できます。



#### ●費用のめやす (1か月につき)

( ) 内は利用者負担

共通的サービス ※送迎、入浴を含む

要支援1	22,788円 (2,279円)
要支援2	44,388円 (4,439円)

選択的サービス

運動器の機能向上	2,497円 (250円)
栄養改善	2,220円 (222円)
口腔機能の向上	1,665円 (167円)

- ※食費、日常生活費は別途自己負担となります。
- ※選択的サービスは施設によって、メニューが異なります。
- ※同月内に利用できるのは1事業所のみです。

#### 要介護 1~5

介護老人保健施設や医療機関等で、食事、入浴などの日常生活上の介護やリハビリテーションを、日帰りで行います。

●費用のめやす(1回につき) ( )内は利用者負担  
7時間以上8時間未満 ※送迎を含む

要介護1	8,402円 (841円)
要介護2	9,956円 (996円)
要介護3	11,532円 (1,154円)
要介護4	13,386円 (1,339円)
要介護5	15,195円 (1,520円)

※食費、日常生活費は別途自己負担となります。

加算される金額

リハビリテーションマネジメント加算(A)イ(1か月につき)	6,216円 (622円)
若年性認知症利用者受入加算(1日につき)	666円 (67円)
栄養改善加算(月2回まで原則3か月)	2,220円 (222円)
入浴介助加算(I)(1日につき)	444円 (45円)
入浴介助加算(II)(1日につき)	666円 (67円)

## 選択的サービス

介護予防通所リハビリテーションでは、要支援1・2の方に提供される選択的サービスとして、以下のプログラムがあります。利用者の目標に応じて単独で、あるいは複数を組み合わせて利用します。

#### 【運動器の機能向上】

理学療法士等の指導により、ストレッチや有酸素運動、筋力トレーニング、バランストレーニングなどを行います。



#### 【栄養改善】

管理栄養士等が、低栄養を予防するための食べ方や、食事作りや食材購入方法の指導、情報提供などを行います。



#### 【口腔機能の向上】

歯科衛生士や言語聴覚士等が、歯みがきや義歯の手入れ法の指導や、摂食・えん下機能を向上させる訓練などを行います。



## 施設に入って利用するサービス

### ■ 短期入所生活介護 (ショートステイ)



●家族が病気などの理由で家庭で介護ができない



#### 要支援 1・2

介護予防短期入所生活介護 (ショートステイ)

特別養護老人ホームなどに短期間入所して、介護予防を目的とした日常生活上の支援(食事、入浴、排せつなど)や機能訓練などが受けられます。

●費用のめやす(1日につき) ( )内は利用者負担  
特別養護老人ホーム(併設型・多床室)の場合

要支援1	4,950円 (495円)
要支援2	6,160円 (616円)

- ※滞在費、食費、日常生活費は別途自己負担となります。
- ※利用料は施設の人員基準によって異なります。

#### 要介護 1~5

特別養護老人ホームなどに短期間入所して、食事、入浴、排せつなど日常生活上の介護や機能訓練などが受けられます。

●費用のめやす(1日につき) ( )内は利用者負担  
特別養護老人ホーム(併設型・多床室)の場合

要介護1	6,615円 (662円)
要介護2	7,381円 (739円)
要介護3	8,180円 (818円)
要介護4	8,946円 (895円)
要介護5	9,701円 (971円)

- ※滞在費、食費、日常生活費は別途自己負担となります。
- ※利用料は施設の人員基準によって異なります。

### ■ 短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)



●家族が病気などの理由で家庭で療養介護ができない

#### 要支援 1・2

介護予防短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)

介護老人保健施設や医療施設に短期間入所して、介護予防を目的とした医療上のケアを含む日常生活上の支援や機能訓練、医師の診療などが受けられます。



●費用のめやす(1日につき) ( )内は利用者負担  
介護老人保健施設(多床室)の場合

要支援1	6,649円 (665円)
要支援2	8,371円 (838円)

- ※滞在費、食費、日常生活費は別途自己負担となります。
- ※利用料は施設の人員基準によって異なります。

#### 要介護 1~5

介護老人保健施設や医療施設に短期間入所して、医学的な管理のもとで、医療上のケアを含む日常生活上の介護や機能訓練、医師の診療などが受けられます。

●費用のめやす(1日につき) ( )内は利用者負担  
介護老人保健施設(多床室)の場合

要介護1	9,014円 (902円)
要介護2	9,548円 (955円)
要介護3	10,235円 (1,024円)
要介護4	10,801円 (1,081円)
要介護5	11,390円 (1,139円)

- ※滞在費、食費、日常生活費は別途自己負担となります。
- ※利用料は施設の人員基準によって異なります。

### 短期入所サービスを利用するときの注意点

短期入所サービスは、あくまで在宅生活の継続のために利用するサービスです。利用できる日数に制限がありますので注意してください。

- 短期入所サービスの連続した利用は30日までとなります。
- 連続して30日を超えない利用であっても、短期入所サービスの利用日数は、要支援認定・要介護認定の有効期間のおおむね半数を超えないことをめやすとします。



## 施設に入って利用する居宅サービス

### ■ 特定施設入居者生活介護

**どんなとき?** ●有料老人ホームなどで介護（予防）サービスを利用したい

#### 要支援 1・2 介護予防特定施設入居者生活介護

有料老人ホーム等に入居している、要支援の認定を受けた方が、介護予防を目的とした日常生活上の支援を受けます。

●費用のめやす（1日につき）（ ）内は利用者負担

要支援1	1,983円 (199円)
要支援2	3,389円 (339円)

※滞在費、食費、日常生活費は別途自己負担となります。

#### 要介護 1～5

有料老人ホーム等に入居している、要介護の認定を受けた方が、日常生活上の介護を受けます。

●費用のめやす（1日につき）（ ）内は利用者負担

要介護1	5,864円 (587円)
要介護2	6,583円 (659円)
要介護3	7,346円 (735円)
要介護4	8,044円 (805円)
要介護5	8,796円 (880円)

※滞在費、食費、日常生活費は別途自己負担となります。

## 住まいの環境を整える

### ■ 福祉用具の貸与 **どんなとき?** ●介護を受けやすい環境にしたい

#### 要支援 1・2 介護予防福祉用具の貸与

日常生活の自立を助けるための福祉用具のうち、介護予防に資するものについて貸与を行います。なお、使用期間を限定し、定期的に必要な見直しをします。

●費用のめやす

利用者負担はレンタル費用の1割～3割  
(レンタル料は事業者によって異なります)

#### 貸与の対象となる用具

- 手すり(工事をとまなわないもの)
- スロープ(工事をとまなわないもの)
- 歩行器 ●歩行補助つえ
- 車いすや特殊寝台等、上記以外の福祉用具については、要支援1・2での利用が想定しづらいことから原則として保険給付の対象となりません。ただし、これらの用具を必要とする状態である場合は、一定の条件のもとに例外的に給付される場合があります。

- 機能や価格帯の異なるいくつかの商品が事業所から提示されます。
- 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。

#### 要介護 1～5

日常生活の自立を助けたり、介護者の負担を軽くするための福祉用具を貸与します。なお、使用期間を限定し、定期的に必要な見直しをします。

●費用のめやす

利用者負担はレンタル費用の1割～3割  
(レンタル料は事業者によって異なります)

#### 貸与の対象となる用具

- 車いす\* ●車いす付属品\* ●特殊寝台\*
- 特殊寝台付属品\* ●床ずれ防止用具\*
- 体位変換器\* ●手すり(工事をとまなわないもの)
- スロープ(工事をとまなわないもの)
- 歩行器 ●歩行補助つえ ●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(交換可能部品を除く)\*

※の用具は要介護1の方、★の用具は要介護1～3の方には原則として対象となりません。ただし、これらの用具を必要とする状態である場合は、一定の条件のもとに例外的に給付される場合があります。

## 住まいの環境を整える

### ■ 介護予防住宅改修費・住宅改修費の支給

**どんなとき?** ●トイレやお風呂を使いやすくしたい  
●玄関や廊下を安全に通れるようにしたい

#### 要支援 1・2 要介護 1～5

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をした際、申請により介護保険対象工事の限度額（現住居につき20万円）の9割～7割を上限に費用が支給されます。

限度額以内の工事を行った場合、残額は再度住宅改修費として給付を受けることができます。



●事前に申請が必要です

\*住宅改修事前申請された方へ\*  
必ず区が発行する確認書を受取ってから工事を着工してください。確認が下りる前に着工した場合は対象になりませんのでご注意ください。

#### 対象となる住宅改修

- ①廊下、階段、浴室などへの手すり取り付け
- ②段差解消のためのスロープ設置等
- ③滑り防止、移動円滑化のための床材変更等
- ④引き戸などへの扉の取り替え
- ⑤洋式便器などへの便器の取り替え
- ⑥①～⑤の改修にともなって必要となる工事

※新築、大規模リフォーム、老朽化や破損、身体状況に関係のない改修は対象となりません。

### ■ 特定介護予防福祉用具・特定福祉用具購入費の支給

**どんなとき?** ●入浴やトイレで使う福祉用具がほしい

#### 要支援 1・2 要介護 1～5

排せつや入浴に使われる貸与になじまない福祉用具を、指定された事業者から購入した場合、申請により年間（4月から翌3月）10万円を上限に、その購入費の9割～7割が支給されます。

※ただし過去に介護保険の支給を受けて購入した福祉用具と同一種目の場合は原則対象となりません。

! 都道府県知事から指定を受けた特定福祉用具販売事業者から購入した用具のみ保険給付の対象となります。また、特定福祉用具販売事業者であっても、当該事業所の福祉用具専門相談員の助言を受けず、インターネット・通信販売等で購入した場合は、保険給付の対象となりません。

#### 販売の対象となる用具

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

●事業所ごとに「福祉用具専門相談員」が配置されています。利用するには必ずアドバイスを受けましょう。

住宅改修費・特定福祉用具購入費のどちらも支給方法は以下の2種類あります。

- 償還払い制度  
利用者が費用の全額を事業者へ支払い、後から保険給付分が支給されます。
- 受領委任払い制度  
利用者が費用のうち、利用者負担（1割～3割）に応じた金額を事業者へ支払い、保険給付分を利用者の委任に基づき、区から事業者へ支払います。  
※受領委任払いの利用には以下の条件があります。  
・ご利用いただける事業者は区に登録済みの事業者のみとなります。  
・入院中の方、認定申請中の方、介護保険料の滞納により給付制限を受けている方は利用できません。



## 地域密着型のサービス

高齢者が住みなれた地域で安心して暮らせるよう区内居住者を対象として支援するサービスです。

### ■ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

**要介護 1～5**



●緊急時の対応等を含め、安心して自宅で生活できるよう、日中・夜間を通じて介護と看護を受けたい

定期的な巡回や随時の通報により訪問し、入浴、排せつ、食事等の介護や、日常生活上の緊急時の対応を行います。通所系サービスや短期入所系サービス利用時には、サービス費が日割りで軽減されます。

●費用のめやす (1か月につき)

介護・看護利用 ( )内は利用者負担	介護利用 ( )内は利用者負担
要介護1 94,756円 (9,476円)	要介護1 64,945円 (6,495円)
要介護2 148,029円 (14,803円)	要介護2 115,915円 (11,592円)
要介護3 225,959円 (22,596円)	要介護3 192,466円 (19,247円)
要介護4 278,547円 (27,855円)	要介護4 243,469円 (24,347円)
要介護5 337,451円 (33,746円)	要介護5 294,450円 (29,445円)

### ■ 夜間対応型訪問介護

**要介護 1～5**



●夜間に排せつ介助や体位変換をしてほしい

夜間 (22時～6時) の定期的な巡回訪問と通報 (オペレーションコール) に対応する随時訪問により、排せつ介助や体位変換などの介護を行います。

●費用のめやす (オペレーションセンターがある場合)

基本料金 (1か月)	11,685円 (1,169円)	定期巡回訪問 (1回)	4,400円 (440円)
		随時訪問 (1回)	6,703円 (671円)

※24時間通報に対応する場合には加算があります。

### ■ 地域密着型通所介護 (デイサービス)

**要介護 1～5**



- 施設に通って閉じこもりなどを予防したい
- 自分でできることを増やしたい
- 家族の介護の手を休めたい

定員18名以下の通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の介護や、機能訓練などを日帰りで行います。

●費用のめやす (1日につき)

( )内は利用者負担 (7時間以上8時間未満) ※送迎を含む

要介護1	8,175円 (818円)
要介護2	9,668円 (967円)
要介護3	11,205円 (1,121円)
要介護4	12,731円 (1,274円)
要介護5	14,257円 (1,426円)

※食費、日常生活費は別途自己負担となります。

●加算される金額 (例)

個別機能訓練加算 I イ (1日につき)	610円 (61円)
個別機能訓練加算 I ロ (1日につき)	926円 (93円)
若年性認知症利用者受入加算 (1日につき)	654円 (66円)
栄養改善加算 (月2回まで原則3か月)	2,180円 (218円)
入浴介助加算 I (1日につき)	436円 (44円)
入浴介助加算 II (1日につき)	599円 (60円)

※定員19名以上の通所介護は、「通所介護」(15ページ)となります。

## 地域密着型のサービス

高齢者が住みなれた地域で安心して暮らせるよう区内居住者を対象として支援するサービスです。

### ■ 認知症対応型通所介護



●認知症に対応したケアを施設に通って受けたい



**要支援 1・2**

介護予防認知症対応型通所介護

もの忘れがあるなど、軽度の認知症が心配される高齢者を対象に、施設への通所による認知症予防ケアを提供します。

●費用のめやす (1回につき) ( )内は利用者負担

単独型事業所を利用した場合 (6時間以上7時間未満) ※送迎を含む

要支援1	8,424円 (843円)
要支援2	9,423円 (943円)

※食費・日常生活費は別途自己負担となります。

**要介護 1～5**

認知症の方を対象に専門的なケアを行います。

●費用のめやす (1回につき) ( )内は利用者負担

単独型事業所を利用した場合 (7時間以上8時間未満) ※送迎を含む

要介護1	11,011円 (1,102円)
要介護2	12,210円 (1,221円)
要介護3	13,408円 (1,341円)
要介護4	14,607円 (1,461円)
要介護5	15,806円 (1,581円)

※食費・日常生活費は別途自己負担となります。

### ■ 小規模多機能型居宅介護



●自宅で生活しながら、通いや訪問、泊まりのサービスを受けたい



**要支援 1・2**

介護予防小規模多機能型居宅介護

「通い」を中心に、「訪問」「泊まり」の3つのサービス形態が一体になっている、365日24時間切れ間のないサービスです。

●費用のめやす (1か月につき)

事業所と別の建物に居住する場合 ( )内は利用者負担

要支援1	38,161円 (3,817円)
要支援2	77,122円 (7,713円)

※宿泊費、食費、日常生活費等は別途自己負担となります。  
※通所介護、訪問介護等のサービスの併用はできません。

**要介護 1～5**

「通い」を中心に、「訪問」「泊まり」の3つのサービス形態が一体になっている、365日24時間切れ間のないサービスです。

●費用のめやす (1か月につき)

事業所と別の建物に居住する場合 ( )内は利用者負担

要介護1	115,695円 (11,570円)
要介護2	170,029円 (17,003円)
要介護3	247,341円 (24,735円)
要介護4	272,982円 (27,299円)
要介護5	300,998円 (30,100円)

※宿泊費、食費、日常生活費等は別途自己負担となります。  
※通所介護、訪問介護等のサービスの併用はできません。



## 地域密着型のサービス

高齢者が住みなれた地域で安心して暮らせるよう区内居住者を対象として支援するサービスです。

### ■ 看護小規模多機能型居宅介護

**要介護 1～5**

どんなとき?

- 医療的ケアを伴う介護が必要な方が自宅で生活したい
- 病院から退院後、住み慣れた自宅で暮らしたい

医療ニーズの高い要介護者を対象に「通い」を中心に「訪問」「泊まり」のサービスを提供する「小規模多機能型居宅介護」と「訪問看護」を組み合わせるケアが受けられます。

● 費用のめやす (1か月につき) ( )内は利用者負担

要介護1	138,061円 (13,807円)
要介護2	193,173円 (19,318円)
要介護3	271,550円 (27,155円)
要介護4	307,991円 (30,800円)
要介護5	348,384円 (34,839円)

- ※要支援1・2の方は利用できません。
- ※宿泊費、食費、日常生活費は別途自己負担となります。
- ※通所介護、訪問介護等のサービスの併用はできません。

### ■ 認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)

どんなとき?

- 認知症に対応したケアを受けたい
- 家庭的な環境でケアを受けたい

要支援 2

介護予防認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)

もの忘れがあるなど軽度の認知症が心配される高齢者が、スタッフによるケアを受けながら共同生活するサービスです。

※要支援2の方のみが対象となります。

● 費用のめやす (1日につき) ( )内は利用者負担  
2ユニット以上の場合

要支援2	8,153円 (816円)
------	---------------

※家賃・食材費・光熱費等は別途自己負担となります。

**要介護 1～5**

比較的安定した認知症の状態にある高齢者が、スタッフのケアを受けながら、共同生活するサービスです。

● 費用のめやす (1日につき) ( )内は利用者負担  
2ユニット以上の場合

要介護1	8,196円 (820円)
要介護2	8,578円 (858円)
要介護3	8,839円 (884円)
要介護4	9,014円 (902円)
要介護5	9,199円 (920円)

※家賃・食材費・光熱費等は別途自己負担となります。

### ■ 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)

定員が29名以下の小規模な介護老人福祉施設に入所する方に食事、入浴や機能訓練などのサービスを行います。

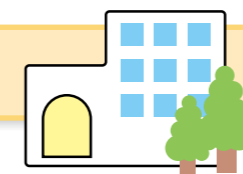
● 費用のめやすは、次ページ「施設サービス」下段の費用のめやすをご覧ください。

※原則として要介護3以上の方が対象です。

用語解説

ユニット

介護保険施設等において、10人程度のグループに分けて、居室と食堂・リビング等の共同スペースで、日常生活を送る生活単位のこと。



## 施設サービス

施設サービスは、介護が中心か、治療が中心か、どの程度医療上のケアが必要かなどによって、入所する施設を4種類から選択します。入所の申し込みは施設へ直接行います。



### 施設に入所する

#### ■ 介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)

生活全般の介護が必要な方



寝たきりや認知症により常時介護が必要で、自宅では介護が困難な原則要介護3以上の方が入所します。食事、入浴、排せつなどの日常生活上の介護や療養上の世話が受けられます。

#### ■ 介護老人保健施設 (老人保健施設)

在宅復帰をめざしリハビリを受けたい方



病状が安定している方に対し、医学的管理のもとで看護、介護、リハビリテーションを行う施設です。医療上のケアやリハビリテーション、日常生活上の介護を一体的に提供し、家庭への復帰を支援します。

#### ■ 介護療養型医療施設 (療養病床等)

病院での長期的な療養が必要な方



急性期の治療は終わったものの、医学的管理のもとで長期療養が必要な方のための医療機関の病床です。医療、看護、介護、リハビリテーションなどを提供し、家庭への復帰を支援します。

#### ■ 介護医療院

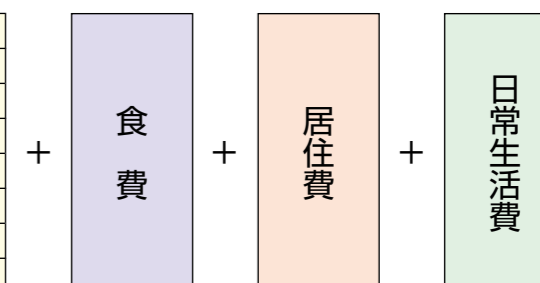
生活の場で長期的な療養が必要な方



急性期の治療は終わったものの、医学的管理のもとで長期療養が必要な方のための医療機関の病床です。生活の場としての機能も兼ね備え、日常生活上の支援をします。

● 費用のめやす (1か月につき) ( )内は利用者負担

特別養護老人ホーム	193,616～286,201円 (19,362～28,621円)
老人保健施設	266,265～338,913円 (26,627～33,892円)
療養病床等	231,799～387,233円 (23,180～38,724円)
介護医療院	278,767～460,219円 (27,877～46,022円)



※上記介護サービス費用は、多床室を利用した場合の31日分です。

※自己負担割合が1割の場合

# 介護予防・日常生活支援総合事業など

杉並区では平成28年度から介護予防・日常生活支援総合事業（以下、総合事業といいます）を開始しました。総合事業では、要支援に認定された方や生活機能の低下がみられる方が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と、65歳以上のすべての方が利用できる「一般介護予防事業」を行い、みなさまの介護予防と日常生活の自立を支援します。

## 介護予防・生活支援サービス事業

要支援 1・2※

※要介護（要支援）認定の申請中であり「基本チェックリスト」で早急にサービスを利用することで自立につながると判定された方は利用できます。また、訪問型・通所型短期集中プログラムのみのサービス利用の場合は、基本チェックリストに該当することにより要介護（要支援）認定申請せずに事業対象者として利用できます。地域包括支援センター（ケア24）へご相談ください。

### ●訪問型サービス

	介護予防訪問事業	自立支援訪問事業
自己負担金 (1割負担の場合)	月ごとの定額利用料です。 週1回程度 1月あたり 1,341円 週2回程度 1月あたり 2,678円 週2回程度を超える利用 (要支援2のみ) 1月あたり 4,249円	利用回数に応じた利用料金です。 1回 257円 ※月4回まで利用可能な事業と、月5回から8回まで利用できる事業があります。利用回数は必要に応じ介護予防ケアマネジメントで決まります。

※上記事業の対象にならないものについては、12ページを参照してください。

### ●訪問型短期集中プログラム

期間等	おおむね3か月 必要に応じ週1回～月1回（1回1時間程度）
自己負担金	利用回数に応じた利用料金です。 1回 500円

### ●通所型サービス

	介護予防通所事業	自立支援通所事業
自己負担金 (1割負担の場合)	月ごとの定額利用料です。※送迎を含む。 週1回程度 1月あたり 1,823円 週2回程度 1月あたり 3,737円 選択的サービス 運動器機能向上 246円 栄養改善 218円 口腔機能向上 164円～175円	利用回数に応じた利用料金です。 送迎付き 1回あたり 419円 送迎なし 1回あたり 317円
利用可能回数	要支援1 週1回程度 要支援2 週1回程度または週2回程度	要支援1 月4回まで 要支援2 月8回まで

※食費・日常生活費は別途負担となります。  
※同じ月に介護予防通所リハビリテーション（デイケア）の併用はできません。

### ●通所型短期集中プログラム

	生活行為向上プログラム	運動器機能向上プログラム
期間・送迎	期間：原則3か月 送迎：必要に応じて	期間：原則3か月 送迎：必要に応じて
自己負担金	月ごとの定額利用料です。 週1回 1,600円（送迎なしの場合1,200円） 週2回 3,200円（送迎なしの場合2,400円） （別途、毎回750円程度の食費）	月ごとの定額利用料です。 週1回 1,600円（送迎なしの場合1,200円） 週2回 3,200円（送迎なしの場合2,400円）

### 問い合わせ先

（介護予防訪問事業 自立支援訪問事業） 介護保険課  
 （介護予防通所事業 自立支援通所事業）  
 （訪問型短期集中プログラム） 高齢者在宅支援課  
 （通所型短期集中プログラム）

## 一般介護予防事業

65歳以上の区民で事業参加にあたり、他の人の介助を必要とせず参加できる方が対象です。各プログラムで介護予防のお手伝いをします。

### 一般介護予防事業一覧

#### ■65歳からの身体能力測定会（年8回 直接会場へ）

介護予防・フレイル予防を目的にご自身の心身の状態を知る機会として、握力、5メートル歩行速度、筋肉量などの測定をし、フレイルチェックも実施します。併せて、健康運動指導士による健康体操も行っています。

利用料 無料

#### ■足腰げんき教室（年30教室 1教室4回／週1回 要申込み）

健康運動指導士が体操を指導します。生活の中に運動を取り入れ習慣化するきっかけづくりを目指します。

利用料 無料

#### ■口腔・栄養講座 人生100年時代！はつらつ生活のための口腔ケアと栄養講座（年5教室 1教室3回／週1回 要申込み）

毎日をはつらつと過ごすためには、口の健康と食生活が大切です。口の体操や元気の出る食事などを学びます。

利用料 無料

#### ■認知症予防教室（5教室 各教室12回／週1回 要申込み）

脳を鍛える活動とウォーキングの習慣化を通しての認知症予防を目的としています。教室終了後は、自主グループとしての活動を目指します。

利用料 プログラムごとの教材費・実費負担あり

#### ■ウォーキング講座（年6教室 1教室3回／週1回 要申込み）

ウォーキングの認知症予防効果や安全で効果的な方法と習慣化のコツを学びます。

利用料 無料

#### ■公園から歩く会（12会場／7月～9月は中止の会場あり／月1回 直接会場へ）

健康づくりのための運動習慣を目指し、ウォーキングの機会を提供します。

参加費 無料

#### ■らくらく歩行筋トレ教室（7・9月に2会場 要申込み）

「歩く」時のウォーミングアップ・クールダウンと初心者向けの自宅でもできる筋トレメニューを学びます。

参加費 無料

#### ■わがまち一番体操（約30会場／8月を除く月1～2回 直接会場へ）

地域の方が気軽に参加できる、椅子に座って行う準備体操や筋力アップ体操です。（定員があります。）

参加費 無料

#### ■栄養満点サロン（6会場／8月を除く月1回 要申込み）

健康的な食生活のヒントとともに、栄養士が紹介する簡単でバランスの良い料理の試食を行います。

利用料 食材料費 200円程度

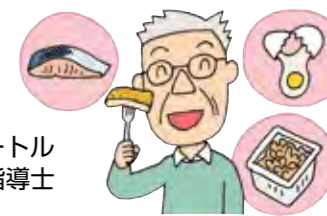
#### ■地域ささえ愛グループ（63グループ登録）

介護予防のために自主的に集まったグループが、体操・音楽・手芸・レクリエーションなどを実施しています。区はグループに対して、必要に応じて相談や専門スタッフの派遣等の支援を行っています。

利用料 グループごとに異なります。

### 問い合わせ先

杉並保健所 保健サービス課  
電話 03-3391-0015（荻窪保健センター）





## 高齢者在宅サービスのご案内

サービスの利用にあたっては、所得に応じて費用負担がありますので、お問い合わせください。

### 日常生活支援サービス お問い合わせ先 高齢者在宅支援課

#### ■いっときお助けサービス

退院直後又は、捻挫・ぎっくり腰などで一時的に家事援助が必要な方に、原則1か月間ホームヘルパーを派遣します。

**対象者** 介護保険の認定を受けていない65歳以上の高齢者のみの世帯で、近隣に援助者がいないなど緊急に家事援助が必要な方

**内容** 調理・洗濯・掃除・生活必需品の買物など  
1回の利用は45分を基本とし、1単位を15分とした6単位(90分)まで、週12単位(180分)が限度  
※訪問調査をして必要なサービス内容・派遣時間を決定します。

**利用料金** 所得に応じた費用負担があります。(生活保護受給の方は無料です。)

#### ■訪問理美容サービス

外出が困難な高齢者に、ご自宅で理美容サービスを受ける際の出張費に相当する利用券を交付します。カット代は全額自己負担です。

**対象者** 外出が困難な介護保険の要介護1以上の方

**内容** 年間最大6枚の利用券を交付します。(承認月により異なります。)

**利用料金** 所得に応じた費用負担があります。(生活保護受給の方は無料です。)

#### ■寝具洗濯乾燥サービス

寝たきりなど寝具を干すことが困難な高齢者等に、洗濯・乾燥サービスを行い寝具の衛生を保ちます。(寝具を干せる同居者がいる場合は除きます。)

**対象者** 寝具を干すことが困難な65歳以上の介護保険の第2号被保険者(40~64歳)で要介護・要支援の認定を受けている方

**内容** 対象寝具は敷布団・掛布団・毛布・マットレスの4種類。以下のコースを選んで利用していただきます。

- 乾燥コース  
毎月一乾燥(4枚まで:7・1月は洗濯する枚数を除く)  
7・1月一洗濯(2枚まで)
- 洗濯コース  
5・7・9・11・1・3月一洗濯(2枚まで)

**利用料金** 利用枚数及び所得に応じた費用負担があります。(生活保護受給の方は無料です。)

#### ■住宅改修給付事業

高齢で転倒等のおそれのある方に、手すりの取り付けや便器の洋式化などの予防給付(上限20万円)や入浴補助用具などの附帯用具の給付(上限10万円)を行い、在宅生活を支援します。

**対象者** 65歳以上で申請日前6か月以内に介護保険非該当(自立)と認定された方で身体状況により、特に給付が必要と認められた方

**利用料金** 1割の自己負担があります。(生活保護受給の方は無料です。)

#### ■家具転倒防止器具取付

地震等の災害時に備えて、高齢者世帯の家に「家具転倒防止器具」を無料で取り付けます。  
※設置箇所等事前調査があります。

**対象者** ●一般給付  
65歳以上の高齢者のみの世帯の方  
●特例給付  
避難行動要支援者名簿に登録されている65歳以上の高齢者のみの世帯の方

#### ■高齢者火災安全器具給付

電磁調理器などを給付し、防火の配慮をして高齢者の安全を確保します。

**対象者** 認知機能の低下に伴い防火等の配慮が必要な65歳以上の高齢者のみの世帯の方

**内容** 電磁調理器・自動消火装置・ガス警報器のうち一つを給付

**利用料金** 所得に応じた費用負担があります。(生活保護受給の方は無料です。)

#### ■補聴器購入費助成事業

聴力が低下している高齢者に対し、補聴器の購入に要する費用の一部を助成します。

**対象者** 補聴器相談医から補聴器の必要性を認められた65歳以上の方

**助成額** 住民税課税状況及び補聴器購入費総額により決定します。

## 家族介護支援サービス お問い合わせ先 高齢者在宅支援課

#### ■介護用品の支給・おむつ代金の助成

介護用品を必要とする高齢者等に快適な生活を過ごしていただき、介護者の負担を軽減するために、介護用品の支給又はおむつ代金を助成します。同月に重複してのサービスの利用はできません。

**対象者** 常時おむつが必要な介護保険の要介護3以上の方(要介護1・2の方は身体状況確認書に医師の証明が必要です。)  
※介護保険施設に入所している方は対象になりません。

#### ●介護用品の支給

**内容** 月額7,000円を上限に、専用のカタログから選んだ紙おむつ等を毎月配送します。

**利用料金** 1割の自己負担があります。(生活保護受給の方、世帯全員が住民税非課税の方は無料です。)

#### ●おむつ代金の助成

**内容** おむつを持ち込めない病院に入院している方に、おむつ代金を助成します。事前に介護用品の支給決定を受けている必要があります。  
※決定前のおむつ代金については助成の対象となりません。

**助成額** 月額7,000円を上限に、1割負担分を差し引いた額を助成します(生活保護受給の方、世帯全員が住民税非課税の方は月額7,000円を上限に全額を助成します)。

#### ■ほっと一息、介護者ヘルプ

要介護高齢者等を同居で介護している家族の休息を目的とした支援サービスです。ホームヘルパーが訪問して、掃除、洗濯、調理、生活必需品の買物などを代行するための利用券を交付します。利用できるサービスは、介護保険の訪問介護生活援助サービスに準じた項目です。

**対象者** 次のいずれかの高齢者等を同居で在宅介護している家族  
①介護保険の要介護1以上の方  
②介護保険の要支援1・2の方で、認知機能の低下により日常生活に支障があり、支援が必要と認められる方

**内容** 一家族につき、年間最大24枚の利用券を交付します。(承認月により異なります。)  
※1枚あたり1時間の利用が可能です。

**利用料金** 利用券1枚の利用につき300円(生活保護受給の方は無料です。)

#### ■緊急ショートステイ

日常的な医療行為が必要な高齢者を在宅で介護している家族が病気やケガ、葬儀等により急に介護ができなくなった場合に、介護が必要な高齢者を一時的に病院で介護します。

利用を希望される際は、まずケアマネジャーから事前に高齢者在宅支援課に電話でご相談ください。

**対象者** 次のすべてにあてはまる方  
①介護保険の要介護1以上の方  
②介護する家族の病気等により、介護が受けられない方  
③介護保険サービスの療養型ショートステイに空きがなく、他に介護する人がいない方

**利用料金** 1日4,000円(生活保護受給の方、世帯全員が住民税非課税の方は無料です。)  
※利用料金の他に1日1,000円の食事代がかかります。

**利用日数** 最大10日間

#### ■徘徊高齢者探索システム

認知症高齢者が徘徊した時に、GPSを使って位置情報を探索し、高齢者の居場所をお知らせします。

**対象者** 認知症による徘徊のある高齢者を介護している家族

**利用料金** 所得に応じた費用負担があります。(生活保護受給の方は無料です。)

#### ■認知症高齢者家族安らぎ支援

認知症高齢者を在宅で介護している家族の休息のため、安らぎ支援員が訪問し、家族や認知症高齢者の話し相手になります。

**対象者** 介護保険の要支援1以上の認知症高齢者を在宅で介護している家族

**利用時間** 原則として、週1回。祝日・年末年始を除く月~土曜日の午前10時から午後6時。1回2時間まで。

**利用料金** 1時間200円(生活保護受給の方、世帯全員が住民税非課税の方は無料です。)  
※安らぎ支援員の交通費は別途必要です。



**見守りサービス 問い合わせ先 高齢者在宅支援課**

**■高齢者緊急通報システム**

自宅に通報機、安心センサー、火災センサーを設置します。急病時にはペンダント型の救急ボタンを押すだけで受信センターに通報され、現場派遣員が自宅に駆けつけます。また、利用者に代わり救急車を要請します。

※「安心センサー」赤外線センサーで、一定時間、人の動きを検知しないと自動通報します。  
 ※「火災センサー」煙を検知すると自動通報します。

**対象者** 65歳以上の高齢者のみの世帯で、慢性疾患があるなど常時注意を要する方（慢性疾患がある方、慢性疾患がなくても身体状況や生活状況から在宅生活に不安があり緊急時に適切な対応ができない可能性のある方）  
 固定電話か携帯電話をお持ちの方

**利用料金** 所得に応じた費用負担があります。（生活保護受給の方は無料です。）

**■高齢者安心コール**

週1回、定期的に電話をかけ、心身の健康状態を確認するなど安否確認を行います。日常生活における健康不安などについての相談にも応じます。また、利用者からの電話相談は、24時間365日対応します。

**対象者** 65歳以上の高齢者のみの世帯で、固定電話か携帯電話をお持ちの方

**利用料金** 所得に応じた費用負担があります。（生活保護受給の方は無料です。）



**たすけあいネットワーク（地域の目）**

問い合わせ先 高齢者在宅支援課

**対象者** おおむね65歳以上の高齢者のみの世帯

地域で安心して暮らせるように、あんしん協力員（ボランティア）等が見守り・声かけを行います。

**安心おたっしや訪問 問い合わせ先 高齢者在宅支援課**

高齢者が住み慣れた地域でより安心して生活できるように、地域の中で日常的に相談できる関係づくりと必要な支援につなげることを目的として、年度ごとに対象者を定め、民生委員や地域包括支援センター（ケア24）の職員が訪問します。



**在宅医療相談調整窓口 問い合わせ先 在宅医療・生活支援センター**

区民や医療・介護・福祉の関係者からの在宅療養に関する様々な相談に応じます。安心して在宅医療が受けられるよう、専門の相談員が情報提供や関係機関との調整を行います。

相談受付：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）午前8時30分～午後5時

電話番号：03-3391-1380

所在地：杉並区天沼3丁目19番16号 ウェルファーム杉並複合施設棟3階

**介護サービスに関する相談**

**■介護サービスを利用して困ったことやトラブルがあった場合**

- 1 サービス事業者にご相談してみましよう。
- 2 サービス事業者にご相談しても解決が見つからない場合は、担当のケアマネジャーにご相談しましょう。

**■介護サービス事業者やケアマネジャーに相談しにくいとき**

利用しているサービスに関するトラブルについてサービス事業者やケアマネジャーに相談しにくいときは「介護保険課」または「地域包括支援センター（ケア24）」にご相談ください。

**■上記以外の介護保険に関する相談機関**

相談機関	業務内容
その他の相談機関	介護保険相談員 介護保険相談員は、地域の民生委員です。介護保険の制度やサービスについての身近な相談先です。
	まちかど介護相談薬局 気軽に立ち寄って相談ができる身近な薬局です。区の保健福祉サービスの紹介などの情報提供を行っています。
第三者相談機関	杉並区保健福祉サービス苦情調整委員 区では、保健福祉サービスの苦情・要望に中立な立場で対応する第三者機関として「保健福祉サービス苦情調整委員」を設置しています。



介護保険のしくみ

サービスの利用のしかた

サービスの種類

総合事業など

利用者負担の支払い

介護保険料

地域包括支援センター





利用者負担の  
支払い

# サービスを利用したときは 利用者負担分を支払います

ケアプランにもとづいてサービスを利用するとき、利用者がサービス事業者  
に支払うのは、サービス費用の1割～3割です。ただし、第2号被保険者（65  
歳未満）は所得にかかわらず1割です。

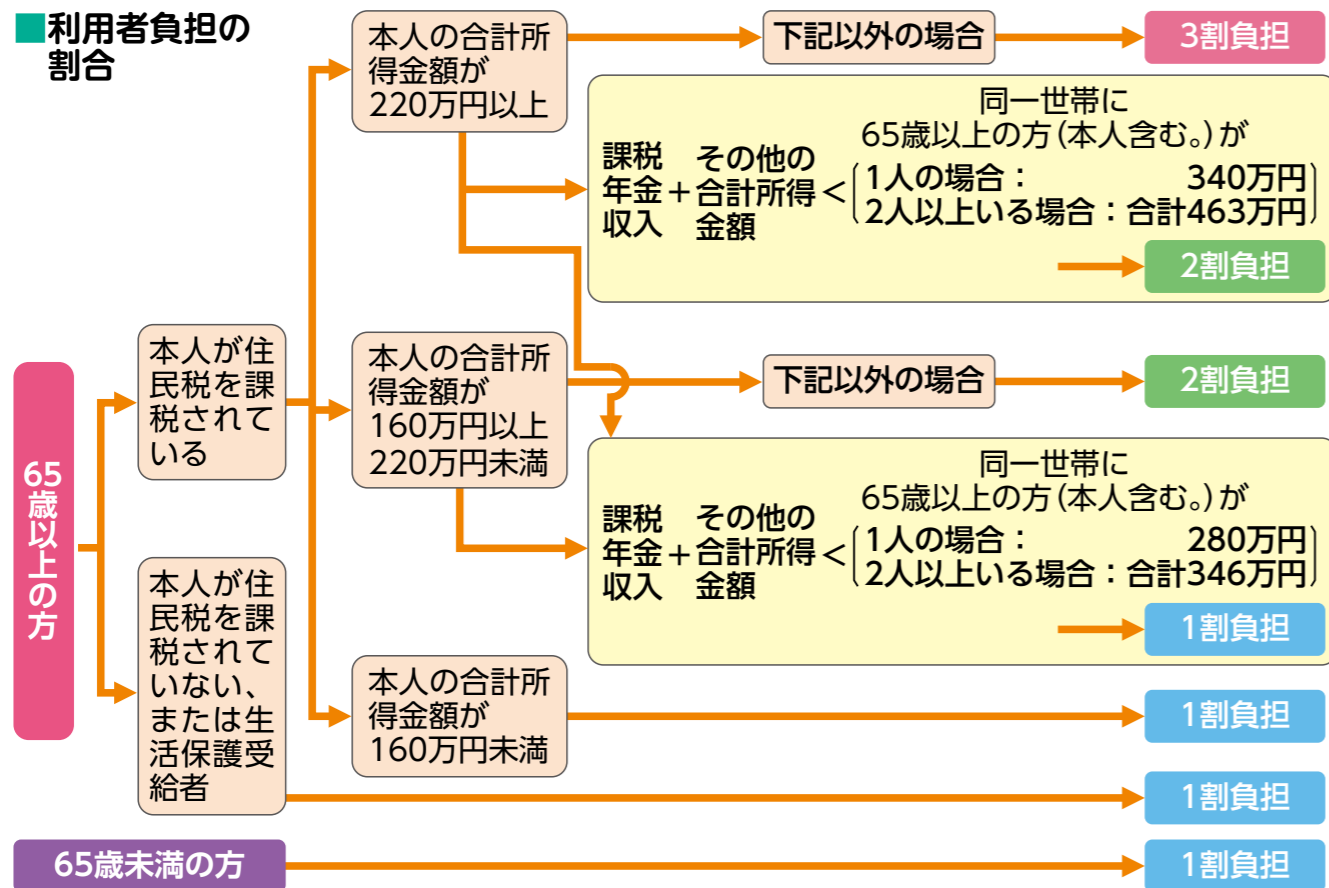
## 要介護認定の申請をした方には介護保険負担割合証が交付されます

要介護認定の申請をした方には、区から介護保険負担割合証（負担割合証）が交付されます。サービス  
を利用したときに支払う利用者負担の割合（1割～3割）が記載されています。要介護（要支援）の認  
定がある方には、毎年7月中に8月1日から翌年7月31日まで有効の介護保険負担割合証を交付します。

負担割合証はこんなときに必要です

●介護サービスを利用するとき

### 利用者負担の 割合



### 合計所得金額

収入から公的年金等控除や給与所得控除、必要経費を控除した後で、基礎控除や人的控除、医療費控除等の控除をする前の所得金額です。令和3年8月以降は、合計所得金額に給与所得又は公的年金等に係る雑所得が含まれている場合には、当該給与所得の金額及び公的年金等所得の合計額から10万円を控除します。（控除後の金額が0円を下回る場合は、0円とみなします。）繰越損失がある場合は繰越控除前の金額です。（合計所得金額が-（マイナス）の場合は0とみなします。）平成30年8月以降は、税法上の合計所得金額から「土地・建物の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」した金額を用いています。

### その他の合計所得金額

合計所得金額から、年金収入に係る所得を控除した金額です。令和3年8月以降は、その他の合計所得金額に給与所得が含まれている場合には、当該給与所得から（給与所得と年金所得の双方を有する方に対する所得金額調整控除の適用を受けている方は、所得金額調整控除適用前の金額から）10万円を控除します。（控除後の金額が0円を下回る場合は0円とみなします。）

### 課税年金

国民年金・厚生年金・共済年金などの課税対象となる種類の年金のことです。障害年金・遺族年金・老齢福祉年金などは含まれません。

サービスを利用する際は、「保険証」とは別に「介護保険負担割合証」も必要になります。大切に扱きましょう。



保険証と  
一緒に大切に  
しましょう！

介護保険被保険者証		見本	
番号	0000123456	交付年月日	〇年〇月〇日
住所	阿佐谷南〇丁目〇番〇号	番号	0000123456
フリガナ	スギナミ ハナコ	住所	阿佐谷南〇丁目〇番〇号
氏名	杉並 花子	フリガナ	スギナミ ハナコ
生年月日	昭和23年2月3日	氏名	杉並 花子
交付年月日		生年月日	昭和23年2月3日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	1311151 杉並区阿佐谷南1丁目15番1号 杉並区	利用者負担の割合	適用期間
		1割	開始年月日 〇年〇月〇日
		2割	終了年月日 〇年〇月〇日
		3割	開始年月日 年 月 日
			終了年月日 年 月 日
		保険者番号並びに保険者の名称及び印	1311151 杉並区

## サービスを利用した場合の自己負担

利用者の負担は、サービス費用の1割～3割となります。

通所介護や短期入所サービス、施設サービス等を利用するときの自己負担は、次のとおりとなります。

の部分、利用者の自己負担分となります。

### ●通所介護等のサービスを利用した場合

$$\begin{matrix} \text{サービス費用の1割～3割} \\ \text{サービス費用(介護保険から給付)} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{食費} \\ \text{サービス費用(介護保険から給付)} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{日常生活費} \\ \text{(介護保険外)} \end{matrix}$$

### ●短期入所生活介護・短期入所療養介護等のサービスを利用した場合

$$\begin{matrix} \text{サービス費用の1割～3割} \\ \text{サービス費用(介護保険から給付)} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{食費} \\ \text{サービス費用(介護保険から給付)} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{滞在費} \\ \text{サービス費用(介護保険から給付)} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{日常生活費} \\ \text{(介護保険外)} \end{matrix}$$

### ●施設サービスを利用した場合

$$\begin{matrix} \text{サービス費用の1割～3割} \\ \text{サービス費用(介護保険から給付)} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{食費} \\ \text{サービス費用(介護保険から給付)} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{居住費} \\ \text{サービス費用(介護保険から給付)} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{日常生活費} \\ \text{(介護保険外)} \end{matrix}$$



## 介護保険で利用できる額には上限があります

介護保険では、要介護状態区分（要支援1・2、要介護1～5）に応じて上限（支給限度額）が決められています。上限の範囲内でサービスを利用するときは、利用者負担は1割～3割ですが、上限を超えてサービスを利用した場合には、超えた分は全額が利用者の負担となります。

### ■おもな居宅サービスの支給限度額

要介護状態区分	1か月の支給限度額
要支援1	約 50,320円
要支援2	約105,310円
要介護1	約167,650円
要介護2	約197,050円
要介護3	約270,480円
要介護4	約309,380円
要介護5	約362,170円

※上記の支給限度額は標準的な地域のもので、特別区は、サービス種類によって単価が異なるため上限額が変動します。



## 施設を利用した場合の食費・居住費（滞在費）の負担限度額

低所得の方の施設利用が困難とならないように、申請により食費・居住費（滞在費）の一定額以上は保険給付されます。低所得の方は所得に応じた負担限度額までを自己負担し、残りの基準費用額との差額は介護保険から給付されます（特定入所者介護サービス費）。

※介護保険課給付係に申請し、「介護保険負担限度額認定証」の交付を受けることが必要です。

申請し、「介護保険負担限度額認定証」の交付を受けたら施設に提示してください。軽減されるのは**申請のあった月の初日から**になります。適用を受けようとする方は、ご注意ください。

「**介護保険負担限度額認定証**」が適用されるのは、以下の施設サービスのみです。

- ①介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）
- ②介護老人保健施設（老人保健施設）
- ③介護療養型医療施設（療養病床等）
- ④介護医療院
- ⑤ショートステイ利用時（短期入所生活介護・短期入所療養介護等）

※デイサービス（通所介護）、有料老人ホーム、グループホーム等は適用されません。

●負担限度額認定の対象となるのは、次の①と②の要件すべてに該当する方です。

### ①所得要件

- 住民税非課税世帯**の方 課税世帯や別の世帯の配偶者が課税されている場合は、対象になりません。

### ②資産要件

- 第1段階：「預貯金額等」が単身で1,000万円以下、夫婦で2,000万円以下の方（生活保護受給者の方は資産要件はありません。）
- 第2段階：「預貯金額等」が単身で650万円以下、夫婦で1,650万円以下の方
- 第3段階①：「預貯金額等」が単身で550万円以下、夫婦で1,550万円以下の方
- 第3段階②：「預貯金額等」が単身で500万円以下、夫婦で1,500万円以下の方

単身とは、配偶者がいない場合。配偶者がいる場合は、夫婦の合計預貯金額等で審査します。

■**基準費用額**：施設における食費・居住費（滞在費）の平均的な費用を勘案して定める額（1日あたり）

※利用者負担額は、施設と利用者間で契約により決められますが、基準となる額が定められています。

- 居住費**：ユニット型個室2,006円、ユニット型個室的多床室1,668円、  
（滞在費）従来型個室1,668円（介護老人福祉施設と短期入所生活介護は1,171円）、  
多床室377円（介護老人福祉施設と短期入所生活介護は855円）
- 食費**：1,445円 【厚生労働省資料による】

■**負担限度額**（1日あたり）

利用者負担段階	居住費（滞在費）の負担限度額				食費の負担限度額	
	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	施設サービス	短期入所サービス
第1段階 生活保護受給の方または、本人が老齢福祉年金受給の方	820円	490円	490円(320円)	0円	300円	300円
第2段階 本人の合計所得金額と公的年金等収入金額（非課税年金を含む）の合計が80万円以下の方	820円	490円	490円(420円)	370円	390円	600円
第3段階① 本人の合計所得金額と公的年金等収入金額（非課税年金を含む）の合計が80万円超120万円以下の方	1,310円	1,310円	1,310円(820円)	370円	650円	1,000円
第3段階② 本人の合計所得金額と公的年金等収入金額（非課税年金を含む）の合計が120万円超の方	1,310円	1,310円	1,310円(820円)	370円	1,360円	1,300円

※介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合の従来型個室の負担限度額は、（ ）内の金額となります。  
※平成30年8月以降、合計所得金額は、税法上の合計所得金額から「長期譲渡所得」及び「短期譲渡所得」の控除額及び年金収入に係る所得を控除した金額を用いています。合計所得金額に給与所得が含まれている場合は当該給与所得金額（給与所得と年金所得の双方を有する方に対する所得金額調整控除の適用を受けている方は、所得金額調整控除適用前の金額）から10万円を控除します。（控除後の額が0円を下回る場合は、0円とします。）

- ユニット型個室………食堂やリビングなどの共用スペースを併設している個室。一つの居室を一人の入所者が占有するとともに、その居室は食堂やリビングとともにユニットを構成しており、壁が天井までである場合。
- ユニット型個室的多床室…居室が、プライバシー保護の観点より透過できず、可能な限り音を遮音できる素材で作られ、天井との間に隙間があるが、立った状態で視線を遮断できる高さを有する、可動しない間仕切りなどで区切られて完全個室になっていないタイプのユニット型個室。
- 従来型個室………一つの居室を一人の入所者が占有する形態であるが、「ユニット」を構成しない場合。
- 多床室………定員2人以上の居室。相部屋。

●「**住民税課税世帯**」及び「**世帯分離している配偶者が住民税を課税されている方**」に対する**特例減額措置**  
高齢者夫婦等の2人以上の世帯で、1人が施設に入所し費用を負担したことで、在宅の方の生活費が一定額以下になってしまう場合などに、食費や居住費が減額されることがあります。

## 高額介護サービス費

負担が高額になったとき

同じ月に利用したサービスの利用者負担の合計額（同じ世帯内に複数の利用者がある場合には、世帯合計額）が高額になり、一定額を超えたときは、申請により超えた分が「高額介護（介護予防）サービス費」として後から支給されます。

※該当する方には、サービス利用月の概ね2か月後に給付係から「高額介護（介護予防）サービス費支給申請書」をお送りします。初回のみ申請書の返送が必要です。以降自己負担が生じた月は、下表の負担上限額を超えたときに自動的に支給されます。

■**高額介護サービス費1か月の自己負担上限額**

所得区分	負担上限額（月額）
課税所得690万円以上	世帯 140,100円
課税所得380万円以上690万円未満	世帯 93,000円
課税所得145万円以上380万円未満	世帯 44,400円
一般世帯（住民税課税世帯）	世帯 44,400円
住民税世帯非課税	世帯 24,600円
合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方 等 住民税世帯非課税で老齢福祉年金を受給している方 等	世帯 24,600円 個人 15,000円
生活保護を受給している方 等	個人 15,000円

※平成30年8月以降、合計所得金額は、税法上の合計所得金額から「長期譲渡所得」及び「短期譲渡所得」の控除額及び年金収入に係る所得を控除した金額を用いています。合計所得金額に給与所得が含まれている場合は当該給与所得金額（給与所得と年金所得の双方を有する方に対する所得金額調整控除の適用を受けている方は、所得金額調整控除適用前の金額）から10万円を控除します。（控除後の額が0円を下回る場合は、0円とします。）

## 高額医療・高額介護合算制度

介護保険の被保険者が、1年間（毎年8月～翌年7月末）にお支払いになった医療保険と介護保険の自己負担額を合計し、負担限度額を超えた場合に、申請によりその超えた金額を支給します。（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。）

※月毎の高額介護サービス費で支給された金額は、差し引いて計算します。  
※国民健康保険又は後期高齢者医療制度（長寿医療制度）の世帯で該当する方には、医療保険者から申請書をお送りします。

■**高額合算制度における世帯の負担限度額（年額）**

所得区分 （※賦課基準額）	70歳未満の方が いる世帯	所得区分 （※課税所得）	70歳以上の方が 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	141万円
210万円超600万円以下	67万円	課税所得145万円以上	67万円
210万円以下	60万円	一般（課税所得145万円未満）	56万円
低所得者（住民税非課税）	34万円	低所得者	II 31万円
		低所得者（住民税非課税）	I 19万円（注意）

※賦課基準額の計算方法は、前年の総所得金額等の合計から基礎控除額43万円を控除した額です。世帯全員の所得で判定します。  
※課税所得の計算方法は、前年の総所得金額等の合計から基礎控除額43万円以外の控除も差し引いた額です。世帯全員の所得で判定します。

- 低所得者Ⅱとは、世帯全員が住民税非課税である方のうち、低所得者Ⅰに該当しない方。
  - 低所得者Ⅰとは、世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員が課税年金収入80万円以下で、その他の所得がない方。または、世帯全員が住民税非課税であり、老齢福祉年金を受給している方。
- （注意）低所得者Ⅰの世帯で介護サービス利用者が複数いる場合、高額介護サービス費12か月分の限度額295,200円との均衡を保つため、医療保険からの支給は限度額19万円と計算し、介護保険からの支給は限度額31万円と再計算します。



## 各種軽減制度等

### ■生計困難者に対する利用者負担額の軽減

都と区に実施を申し出たサービス事業者が、生計困難者に対して、利用者負担額の軽減を行います（事業者により、実施する場合としない場合があります）。

介護保険課給付係に申請し、「生計困難者に対する利用者負担額軽減確認証」の交付を受ける必要があります。



#### 【対象】

世帯全員が住民税非課税で、次の①～⑤を全て満たし、生計困難者として区が認められた方

世帯員数	1人	2人	3人	4人以上
①収入（年間）	150万円以下	200万円以下	250万円以下	以降、世帯員1人増えるごとに50万円を加えます。
②預貯金額	350万円以下	450万円以下	550万円以下	以降、世帯員1人増えるごとに100万円を加えます。
③日常生活に供する資産以外に活用できる資産がないこと。 ④負担能力のある親族等に扶養されていないこと。 <small>※所得税や住民税の控除対象者ならびに医療保険の被扶養者となっていないこと。</small> ⑤介護保険料を滞納していないこと。				

#### 【軽減率】

利用者負担1割、食費、居住費の4分の1（高齢福祉年金受給者は2分の1）を軽減します。

※高額介護サービス費の負担上限額が1万5,000円の方は、下記のサービスを利用した際の利用者負担1割は軽減の対象となりません。

- 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護
- 小規模多機能型居宅介護
- 看護小規模多機能型居宅介護

※介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）・ショートステイのサービスを利用するときの食費・居住費（滞在費）は、「負担限度額認定証」の交付を受けている方が軽減されます。「負担限度額認定証」の交付を受けていない場合は、軽減されません。（負担限度額認定証については、32ページ参照）

### ■生計困難者に対する利用者負担額の特別助成（区制度）

「生計困難者に対する利用者負担額の軽減」制度の確認を受けた方については、同一月の利用者負担額の2分の1をあとから助成します。なお、高額介護サービス費の支給がある場合は、その支給額を2分の1の額から差し引いてなお残額がある場合に助成します。

※該当する方には、介護保険課給付係から申請書をお送りします。

### ■介護保険サービス利用者負担額の助成（区制度）

高齢福祉年金受給者で世帯全員の住民税が非課税の方と、福祉事務所から境界層該当証明書を交付された方の方については、利用者負担額の上限額を月額3,000円とし、それを超えた分について区が助成します。

※福祉事務所から境界層該当証明書を交付された方については、高額介護サービス費の負担上限額が1万5,000円の方が対象です。  
 ※該当する方には、介護保険課給付係から申請書をお送りします。



### ■利用者負担額の減免

病気や災害などで、一時的に収入が著しく減少したときは、利用者負担額を減免する制度があります。

### ■訪問介護等利用者負担額の助成

「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律（障害者総合支援法）」によるホームヘルプサービスの利用において境界層該当と認定されて定率負担額が0円になっている方が介護保険に移行した場合で、一定の要件に該当する場合は訪問介護等の利用者負担額（1割）を全額助成します。

### ■その他

難病や原爆医療（一般疾病医療）などの公費助成を受けている場合、一部のサービスにおいて、利用者負担額が軽減される場合があります。

### ■住宅改修費等の資金の貸付

住宅改修費・福祉用具購入費や、高額介護サービス費については、支給されるまで、2～3か月程度かかります。支払いが困難な方には、保険給付見込額の範囲内で無利子で資金を貸付けます。その後支給される保険給付金を、貸付金の返済にあてさせていただきます。

### ■家族介護者への支援（家族介護慰労金）

要介護4または要介護5の認定を受けた方を、在宅で1年間介護している同居家族の方に、10万円の慰労金を支給します。

対象となる方は、介護保険課給付係へ申請してください。

#### 【支給要件】

- ①介護保険サービスを\*1年間利用していない場合（福祉用具貸与、特定福祉用具購入及び住宅改修、10日以内のショートステイ利用は除く。また、医療機関の入院期間が90日以内であること）
- ②上記の介護保険サービスを\*1年間利用していない期間、要介護者及びその方を介護している家族が住民税非課税世帯であること  
\*1年間とは、申請月が6月の場合、前年の6月～5月の期間です。

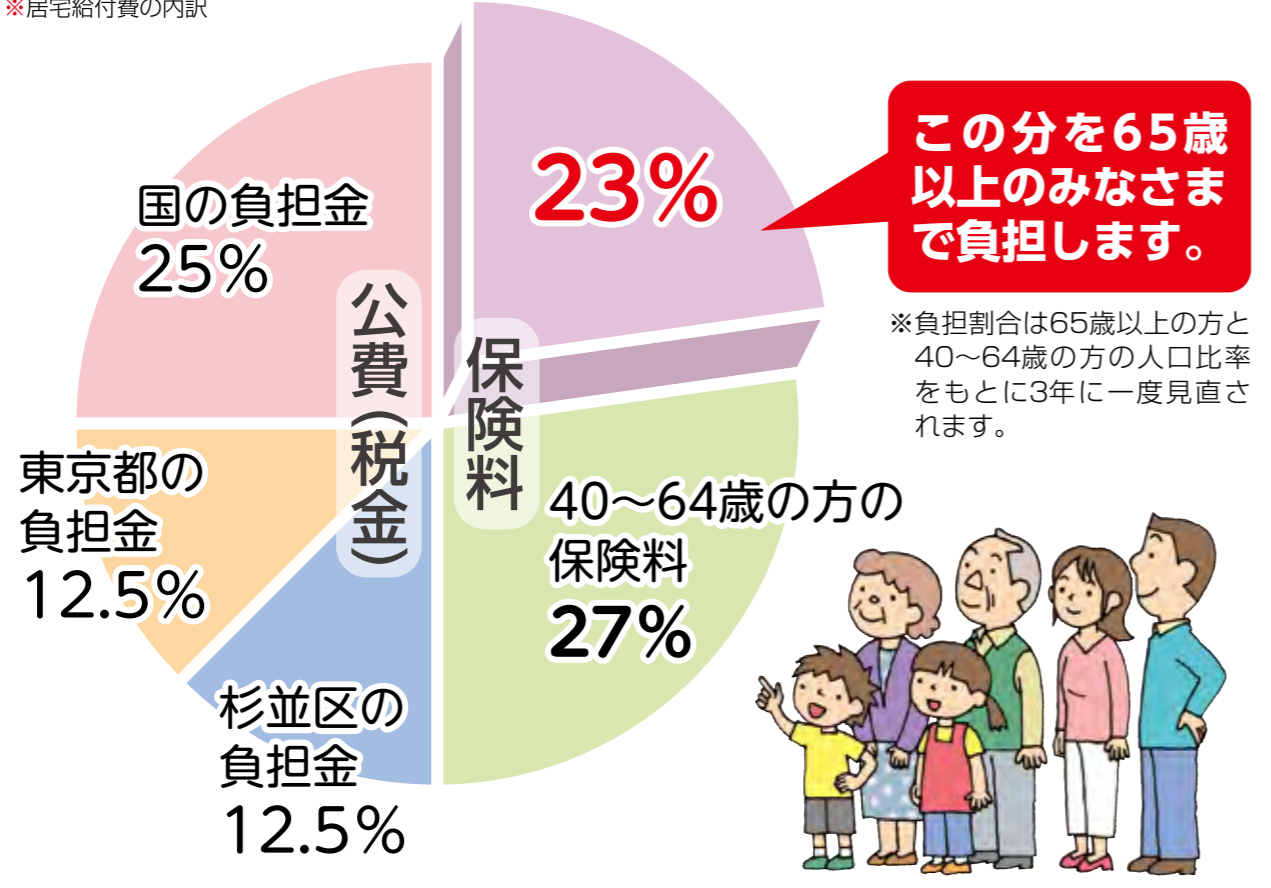


# 保険料は大切な財源です

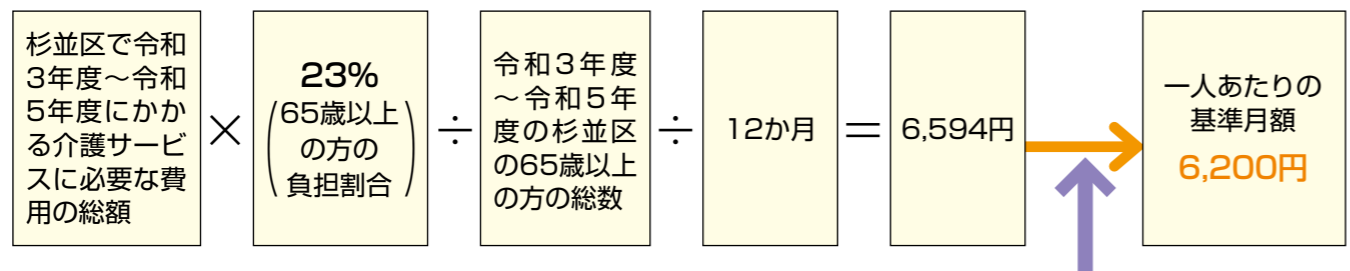
介護保険は、公費（国や都道府県、市区町村の負担金）と40歳以上のみなさまが納める保険料を財源に運営しています。サービスを十分に整えることができるように、そして介護が必要となったときには、誰もが安心してサービスを利用できるように、保険料は必ず納めましょう。

## 令和3年度から3年間の財源割合

※ 住宅給付費の内訳



## 65歳以上の方の介護保険料基準月額はおおよそ算出しています。



保険料の上昇をできる限り抑えるため、介護給付費準備基金を活用し、本来の保険料と比べ、月額で394円を引き下げました。

## 65歳以上の方(第1号被保険者)の介護保険料

介護保険制度はみなさまからお預かりした保険料をもとに運営されています。介護が必要になったときにだれもが安心してサービスを利用できるように、保険料の納付をお願いします。



第1～第3段階の介護保険料については国の低所得者保険料軽減強化の実施により、令和元年度から引き下げています。

### ● 保険料段階表

65歳以上の方(第1号被保険者)の保険料は当該年度の4月1日現在の世帯状況と前年の合計所得金額等をもとに下表の14段階別の保険料額が決められます。  
※65歳になられた方や転入された方は、資格取得時の世帯状況となります。

段階	対象者	保険料年額(月額)
第1段階 基準年額×0.30	○生活保護受給の方 ○世帯全員(一人世帯を含む)が住民税非課税で本人が老齢福祉年金受給の方または本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	年22,440円 (月1,870円)
第2段階 基準年額×0.40	世帯全員(一人世帯を含む)が住民税非課税で本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超え、120万円以下の方	年30,000円 (月2,500円)
第3段階 基準年額×0.73	世帯全員(一人世帯を含む)が住民税非課税で本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円を超える方	年54,480円 (月4,540円)
第4段階 基準年額×0.85	本人が住民税非課税で他の世帯員が住民税課税であり、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	年63,000円 (月5,250円)
第5段階 基準年額	本人が住民税非課税で他の世帯員が住民税課税であり、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超える方	年74,400円 (月6,200円)
第6段階 基準年額×1.06	本人が住民税課税の方 (合計所得金額125万円未満)	年78,600円 (月6,550円)
第7段階 基準年額×1.19	本人が住民税課税の方 (合計所得金額125万円以上210万円未満)	年88,800円 (月7,400円)
第8段階 基準年額×1.40	本人が住民税課税の方 (合計所得金額210万円以上320万円未満)	年104,400円 (月8,700円)
第9段階 基準年額×1.61	本人が住民税課税の方 (合計所得金額320万円以上500万円未満)	年120,000円 (月10,000円)
第10段階 基準年額×1.89	本人が住民税課税の方 (合計所得金額500万円以上700万円未満)	年140,400円 (月11,700円)
第11段階 基準年額×2.20	本人が住民税課税の方 (合計所得金額700万円以上1,000万円未満)	年163,800円 (月13,650円)
第12段階 基準年額×2.50	本人が住民税課税の方 (合計所得金額1,000万円以上1,500万円未満)	年186,000円 (月15,500円)
第13段階 基準年額×2.70	本人が住民税課税の方 (合計所得金額1,500万円以上2,500万円未満)	年201,000円 (月16,750円)
第14段階 基準年額×3.00	本人が住民税課税の方 (合計所得金額2,500万円以上)	年223,200円 (月18,600円)

- 保険料額は、基準額に料率を掛けています。なお保険料率は、小数第3位を四捨五入しています。
- 保険料判定に使われる「合計所得金額」とは、以下のとおりです。
  - 年金や給与、譲渡などの各所得金額の合計で、医療費控除や扶養控除などの所得控除を引く前の金額をさします。また、繰越損失がある場合は繰越控除前の金額をいいます。(合計所得金額が0円を下回る場合は、0円とする。)
  - 短期・長期譲渡所得がある場合は、特別控除の金額を差し引いた額になります。(控除後の額が0円を下回る場合は、合計所得金額を0円とする。)
  - 第1段階から第5段階の合計所得金額は、公的年金に係る雑所得を差し引いた額になります。
  - 合計所得金額に給与所得又は公的年金に係る雑所得が含まれている場合には、給与所得金額及び公的年金等所得額の合計額から10万円を差し引いた額(控除後の額が0円を下回る場合は、合計所得金額を0円とする。)になります。第1段階から第5段階の方は、合計所得金額に給与所得が含まれている場合は当該給与所得金額(給与所得と年金所得の双方を有する方に対する所得金額調整控除の適用を受けている方は、所得金額調整控除適用前の金額)から10万円を控除します。(控除後の額が0円を下回る場合は、0円とする。)

介護保険のしくみ

サービスの利用のしかた

サービスの種類

総合事業など

利用者負担の支払い

介護保険料

地域包括支援センター

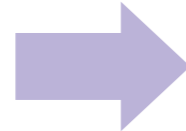
## ● 保険料の納め方

### 年金が年額18万円以上の方

#### 特別徴収

年金の定期支払い（年6回）の際に、介護保険料があらかじめ引き落としされます。

■特別徴収の対象となるのは、老齢（退職）年金、障害年金、遺族年金です。



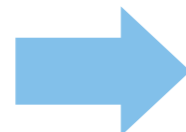
- 4・6・8月（仮徴収）  
原則としてその年の2月の引き落とし額と同額が引き落としされます。
- 10・12・2月（本徴収）  
当該年度の住民税課税状況等を基に年間保険料を決定し、年間保険料から仮徴収分を差し引いた残りの額が引き落としされます。

※介護保険料は、ご本人の希望により特別徴収と普通徴収を選択することはできません。

### 年金が年額18万円未満の方

#### 普通徴収

納付書・口座振替により、介護保険料を杉並区に個別に納めます。



- 年2回に分けて保険料のお知らせをお送りします。
- 4月～6月分は、前年度の住民税課税状況等を基に決定した保険料額を納めます。
  - 7月～3月分は、当該年度の住民税課税状況等を基に年間保険料を決定し、年間保険料から4月～6月分を差し引いた残りの額を納めます。
- ※口座振替を希望の方は、介護保険課資格保険料係までお問い合わせください。

### ●65歳になられた方、杉並区へ転入してきた方

特別徴収（年金からの引き落とし）に該当する場合でも、当初は特別徴収はされません。しばらくの間は納付書または口座振替でお支払いいただきます。特別徴収が開始できるようになりましたら、あらかじめお知らせいたします。

## 保険料を納めないでいると…

介護保険制度は、公費とみなさまが納める保険料を財源として運営され、社会全体で支えあう制度です。介護サービスを利用する、しないにかかわらず保険料を納めなければなりません。介護が必要となったときに、本人だけでなくご家族等が安心して介護サービスを利用できるよう、介護保険料をお支払いくださいますようお願いいたします。

### ●保険料を1年以上（令和3年度の保険料から適用）滞納すると…

介護サービスを受けた場合、一旦全額を事業者へ支払い、後日、区役所の窓口で給付費を請求することになります。

### ●保険料を1年6か月以上（令和3年度の保険料から適用）滞納すると…

保険給付の一時差止をします。給付費は未納保険料に充てることとなります。

### ●保険料に未納がある方が介護保険のサービスを利用する場合

滞納して2年経過した保険料は、納めることができなくなります。（時効による保険料の徴収権の消滅＝消滅保険料）

#### ※消滅保険料があると…

- サービスを利用するときには、消滅保険料があるかを過去10年間さかのぼって調査します。
- 消滅保険料のある期間に応じて一定の期間、サービス利用時の自己負担が3割または4割に引き上げられます。
- 高額介護サービス費等の支給や、負担限度額の認定も受けられなくなります。

### ●督促・催告を行ってもお支払いがない場合

保険料を納めない方に対しては、法律に基づき、財産調査のうえ給料・預貯金等の財産の差押を行う場合があります。

## 保険料を納めることが難しい場合

以下の第1号被保険者に対して保険料の減額を行っています。減額を受けるには条件がありますので、介護保険課までお問い合わせください。

- ①病気や災害等で一時的に収入が著しく減少したり、財産に甚大な損害を受けた場合。
- ②保険料段階が第3段階以下で（生活保護受給の方を除く）、親族等に扶養されておらず、収入・預貯金や資産が少なく、生計を立てるのが困難な場合。
- ③刑事施設等に1か月以上収監されており介護保険給付の対象とならない場合。

## 40歳から64歳までの方(第2号被保険者)の介護保険料

国民健康保険や勤務先の健康保険組合等、その方が加入している医療保険の保険料算定方法に基づいて決められ、医療保険の保険料とあわせて納めます。保険者が徴収した保険料は、社会保険診療報酬支払基金に全国分が一括して集められ、そこから各区市町村に交付されています。

### ●国民健康保険に加入している方は…

#### 決め方

杉並区の国民健康保険料の算定方法と同様に、加入者ごとに計算し、その合計が世帯の介護分保険料となります。

#### 介護分保険料

=

#### 所得割

各第2号被保険者の所得に応じて計算

#### 均等割

世帯の第2号被保険者の数に応じて計算

※介護分保険料と医療分保険料の賦課限度額は別々に決められます。 ※保険料と同額の国庫からの負担があります。

#### 納め方

医療分保険料と介護分保険料をあわせて国民健康保険料として世帯主が納めます。

### ●職場の医療保険に加入している方は…

#### 決め方

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。

#### 介護保険料

=

給与および賞与

×

介護保険料率

※原則として事業主が半分を負担します。

#### 納め方

医療保険料と介護保険料をあわせて給与および賞与から徴収されます。

※40歳から64歳までの被扶養者は、原則として保険料を個別に納める必要はありません。

## 税金の控除

介護保険料や介護サービス利用料などについて、所得税・住民税の控除が受けられる場合があります。

### ●介護保険料.....問合せ先 介護保険課資格保険料係

ご自身がお支払いになった介護保険料は、税の申告をする場合に社会保険料控除の対象となります。1月から12月の1年間に杉並区へお支払いいただいた介護保険・国民健康保険・後期高齢者医療保険の保険料額について、翌年1月下旬に「杉並区保険料 年内納付済額に関するお知らせ」をお送りします。

税の申告の際には参考資料として使うことができます。

なお、年金から引き落としされた保険料額は、日本年金機構や共済組合等から翌年1月に送付される「公的年金等の源泉徴収票」でも確認できます。

### ●介護サービス自己負担額(利用料).....問合せ先 介護保険課給付係 (領収書については、各事業所へ)

介護保険サービスを利用したときの自己負担額(利用料)等は、サービスの種類により、全部または一部が医療費控除の対象になる場合があります。(41ページ表参照)

### ●おむつ代の医療費控除.....問合せ先 介護保険課認定係

介護保険の認定を受けている方は、医師の証明書かわりに区が発行する確認書で医療費控除が受けられる場合があります。

#### ●対象(次の①と②の要件を満たしている方)

- ① おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降である。
- ② 寝たきり状態で尿失禁があることが介護認定資料(主治医意見書)で確認できる。

### ●障害者控除.....問合せ先 介護保険課認定係

介護保険の認定を受けている区内に住所がある65歳以上の方は、心身が障害者等に準じた状態であれば、障害者手帳をお持ちでなくても税法上の障害者控除を受けられる場合があります。

控除を受けるには、区が心身の状態を確認して発行する「障害者控除対象者認定書」が必要です。

## 介護保険サービスにおける医療費控除の取扱い

医療費控除を受けるためには、サービス事業者(指定居宅サービス事業者等及び施設サービスを提供する各施設)が発行する「医療費控除の対象となる金額」が記載された『居宅サービス等利用料領収証』、『指定介護老人福祉施設等利用料領収証』などが必要になります。

介護保険サービスの利用料等(生計を一にする配偶者その他の親族の利用料等を含む)は、確定申告の際に領収書を添付または提示すると、保険金や高額介護サービス費などで補てんされる金額を除き、医療費控除の対象となります。

### ■居宅サービスの対価についての取扱い ○印は、医療費控除の対象となる費用です。

	介護保険サービスの種類	介護費用	居住費(滞在費)	食費
1	訪問看護・介護予防訪問看護	○		
	訪問リハビリテーション・介護予防訪問リハビリテーション	○		
	居宅療養管理指導・介護予防居宅療養管理指導	○		
	通所リハビリテーション・介護予防通所リハビリテーション	○		×
	短期入所療養介護・介護予防短期入所療養介護	○	○	○
	定期巡回・随時対応型訪問介護看護(訪問看護を利用する場合のみ)	○		
	看護小規模多機能型居宅介護(上記のサービスを含む組合せに限る)	○		
2	訪問介護(生活援助が中心の場合を除く)	△		
	夜間対応型訪問介護	△		
	定期巡回・随時対応型訪問介護看護(訪問看護を利用しない場合)	△		
	通所介護	△		×
	認知症対応型通所介護・介護予防認知症対応型通所介護	△		×
	地域密着型通所介護	△		×
	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	△		×
	看護小規模多機能型居宅介護(上記居宅①のサービスを含まない組合せに限る)	△		×
	訪問入浴介護・介護予防訪問入浴介護	△		
	短期入所生活介護・介護予防短期入所生活介護	△	×	×
3	介護予防・生活支援サービス事業の介護予防訪問事業	△		
	介護予防・生活支援サービス事業の介護予防通所事業	△		
	訪問介護(生活援助が中心の場合)	×		
	特定施設入居者生活介護・介護予防特定施設入居者生活介護	×	×	×
	福祉用具貸与・介護予防福祉用具貸与	×		
	特定福祉用具購入・特定介護予防福祉用具購入	×		
	住宅改修・介護予防住宅改修	×		
	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	×	×	×
地域密着型特定施設入居者生活介護	×	×	×	
介護予防・生活支援サービス事業の自立支援訪問事業、訪問型短期集中プログラム	×			
介護予防・生活支援サービス事業の自立支援通所事業、通所型短期集中プログラム	×		×	

「1」は、医療系サービスとして医療費控除の対象になります。  
 「2」は、居宅サービス計画(ケアプラン)に位置づけられた「1」のサービスと併せて利用した場合に医療費控除の対象になります。(△印は、○印と同じ月に併用した場合のみ対象となります。)

「3」は、医療費控除の対象にならない居宅サービスです。  
 ※「1」内で、『通所リハビリテーション・介護予防通所リハビリテーション』や『短期入所療養介護・介護予防短期入所療養介護』のサービスを利用するため、介護老人保健施設等へ通う際に支払う費用(交通費)で、通常必要なものは医療費控除の対象になります。

※「2」の居宅サービス(「1」の居宅サービスと併せて利用しない場合に限ります。)または、「3」の居宅サービスにおいて行われる介護福祉士等による喀痰吸引等の対価(居宅サービスの対価として支払った額の10分の1に相当する金額)は、医療費控除の対象になります。

※「1」は保険給付の支給限度額超過分(全額自己負担となった部分)も控除の対象となりますが、「2」は支給限度額超過分は控除の対象となりません。

### ■施設サービスの対価についての取扱い

施設名	介護費用	居住費	食費
介護老人福祉施設・地域密着型介護老人福祉施設	D半額	D半額	D半額
介護老人保健施設・介護療養型医療施設・介護医療院	○	○	○

※介護老人保健施設等で、個室等の特別室の使用料(診療または治療を受けるためにやむを得ず支払ったものに限る。)は、医療費控除の対象になります。

# 地域包括支援センター (ケア24)とは

杉並区が運営を委託している高齢者の総合相談窓口です。

保健師や看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが中心となって、高齢者への総合的な相談、支援を行っています。介護予防サービスや、介護予防・生活支援サービス事業の支援も行います。

お気軽にご相談ください。相談は無料です。



## ●ケア24が行うおもな事業

- 高齢者や介護者に関する相談や、杉並区の保健福祉、介護予防、生活支援などのさまざまな事業の案内、申請の受付を行っています。
- 介護保険制度の説明や介護保険の申請・更新の受付を行っています。
- 要支援1・2と認定された方の相談、介護予防サービスと介護予防・生活支援サービス事業のケアプランを作成します。
- 家族介護教室を開催します。
- 車いすやオムツなど、福祉用具の展示や紹介をしています。
- 高齢者を地域で支えるネットワークづくりを進めています。

※保健や福祉の専門職がご相談をお受けします。必要に応じてご家庭にお伺いすることもあります。  
※相談内容など、個人の秘密は守ります。

ケア24は、区内20か所に設置され、それぞれの地域を担当しています。次ページに各ケア24の問い合わせ先と、担当する地域を記載しています。

## 杉並区地域包括支援センター（ケア24）一覧表

マップは次ページをご覧ください

No	圏域	ケア24名	所在地	電話番号 FAX番号	担当区域
1	井草	上井草	上井草3-33-10 (特別養護老人ホーム上井草園内)	03-3396-0024 03-5311-1291	上井草1・2・3・4丁目 井草3・4・5丁目
2		下井草	下井草2-44-4 (ビル3階)	03-5303-5341 03-5303-5342	井草1・2丁目 下井草2・3・4・5丁目
3	西荻	善福寺	西荻北4-31-11 (西荻ミキサンハイツ1階)	03-5311-1024 03-5311-1027	善福寺1・2・3・4丁目 西荻北3・4・5丁目
4		上荻	上荻3-29-5 (杉並会館等複合施設内)	03-5303-6851 03-5303-6853	今川3・4丁目 桃井3・4丁目 上荻2・3・4丁目 西荻北1・2丁目
5		西荻	西荻南4-2-7 (西荻窪診療所2階)	03-3333-4668 03-3333-3968	松庵2・3丁目 宮前3丁目 西荻南1・2・3・4丁目
6	荻窪	清水	清水2-15-24 (特別養護老人ホームすぎなみ正吉苑内)	03-5303-5823 03-5382-2633	清水1・2・3丁目 本天沼2・3丁目 桃井1・2丁目 今川1・2丁目
7		荻窪	荻窪5-20-1 (杉並保健所5階)	03-3391-0888 03-3391-2304	天沼1・2・3丁目 上荻1丁目 荻窪3・4・5丁目
8	阿佐谷	南荻窪	南荻窪2-28-13 (荻窪会議室1階)	03-5336-3724 03-5336-3727	荻窪1・2丁目 高井戸東4丁目 宮前2丁目 南荻窪1・2・3・4丁目
9		阿佐谷	阿佐谷北1-3-12 (櫻ビルディングB館1階)	03-3339-1588 03-3339-1600	阿佐谷北1・2・3・4・5・6丁目 阿佐谷南2丁目 下井草1丁目 本天沼1丁目
10		成田	成田西3-7-4 (2階)	03-5307-3822 03-5307-3820	成田東2・5丁目 成田西1・2・3・4丁目 阿佐谷南3丁目 浜田山4丁目
11	高円寺	松ノ木	松ノ木3-3-4	03-3318-8530 03-3318-8533	松ノ木1・2・3丁目 大宮2丁目 成田東1・3・4丁目 阿佐谷南1丁目
12		高円寺	高円寺南4-26-16 (ビクトリアプラザ高円寺4階)	03-5305-6151 03-5305-6152	高円寺北1・2・3・4丁目 高円寺南3・4丁目
13		梅里	梅里1-7-17 (K&Iビル5階)	03-5929-1924 03-5929-1925	梅里1・2丁目 堀ノ内2・3丁目 高円寺南2丁目
14		和田	和田3-52-4 (和田ふれあいの家2階)	03-5305-6024 03-5305-6023	和田1・2・3丁目 高円寺南1・5丁目
15	高井戸	久我山	久我山3-47-16 (特別養護老人ホームさんじゅ久我山内)	03-5346-3348 03-5336-3370	久我山1・2・3・4・5丁目 松庵1丁目 宮前5丁目
16		高井戸	高井戸西1-12-1 (認知症介護研究・研修東京センター内)	03-3334-2495 03-3334-2307	高井戸西1・2・3丁目 高井戸東2丁目 上高井戸1・2丁目 宮前1・4丁目
17		浜田山	浜田山1-36-3 (浜田山会館内)	03-5357-4944 03-5357-4966	浜田山1・2・3丁目 上高井戸3丁目 下高井戸4・5丁目 高井戸東1・3丁目
18	方南・和泉	堀ノ内	堀ノ内1-6-6 (老人保健施設ウェルファー内)	03-5305-7328 03-5305-7331	堀ノ内1丁目 大宮1丁目 和泉3・4丁目 永福4丁目
19		永福	永福3-35-11	03-5355-5124 03-5355-5125	永福1・2・3丁目 下高井戸1・2・3丁目
20		方南	方南2-6-28 (方南二丁目福祉施設内)	03-5929-2751 03-5929-2757	方南1・2丁目 和泉1・2丁目

# 地域包括支援センター（ケア24）MAP

### 西荻地域

**3 ケア24善福寺**  
(TEL)03-5311-1024  
(所在地)西荻北4-31-11 西荻ミキサンハイツ1階

**4 ケア24上荻**  
(TEL)03-5303-6851  
(所在地)上荻3-29-5 杉並会館等複合施設内

**5 ケア24西荻**  
(TEL)03-3333-4668  
(所在地)西荻南4-2-7 西荻窪診療所2階

### 荻窪地域

**6 ケア24清水**  
(TEL)03-5303-5823  
(所在地)清水2-15-24  
特別養護老人ホーム  
すぎなみ正吉苑内

**7 ケア24荻窪**  
(TEL)03-3391-0888  
(所在地)荻窪5-20-1 杉並保健所5階

**8 ケア24南荻窪**  
(TEL)03-5336-3724  
(所在地)南荻窪2-28-13  
荻窪会議室1階

### 高井戸地域

**15 ケア24久我山**  
(TEL)03-5346-3348  
(所在地)久我山3-47-16  
特別養護老人ホームさんじゅ久我山内

**16 ケア24高井戸**  
(TEL)03-3334-2495  
(所在地)高井戸西1-12-1  
認知症介護研究・研修東京センター内

**17 ケア24浜田山**  
(TEL)03-5357-4944  
(所在地)浜田山1-36-3 浜田山会館内

### 井草地域

**1 ケア24上井草**  
(TEL)03-3396-0024  
(所在地)上井草3-33-10  
特別養護老人ホーム上井草園内

**2 ケア24下井草**  
(TEL)03-5303-5341  
(所在地)下井草2-44-4 ビル3階

### 阿佐谷地域

**9 ケア24阿佐谷**  
(TEL)03-3339-1588  
(所在地)阿佐谷北1-3-12  
樺ビルディングB館1階

**10 ケア24成田**  
(TEL)03-5307-3822  
(所在地)成田西3-7-4 2階

**11 ケア24松ノ木**  
(TEL)03-3318-8530  
(所在地)松ノ木3-3-4

### 高円寺地域

**12 ケア24高円寺**  
(TEL)03-5305-6151  
(所在地)高円寺南4-26-16  
ビクトリアプラザ高円寺4階

**13 ケア24梅里**  
(TEL)03-5929-1924  
(所在地)梅里1-7-17 K&Iビル5階

**14 ケア24和田**  
(TEL)03-5305-6024  
(所在地)和田3-52-4 和田ふれあいの家2階

### 方南・和泉地域

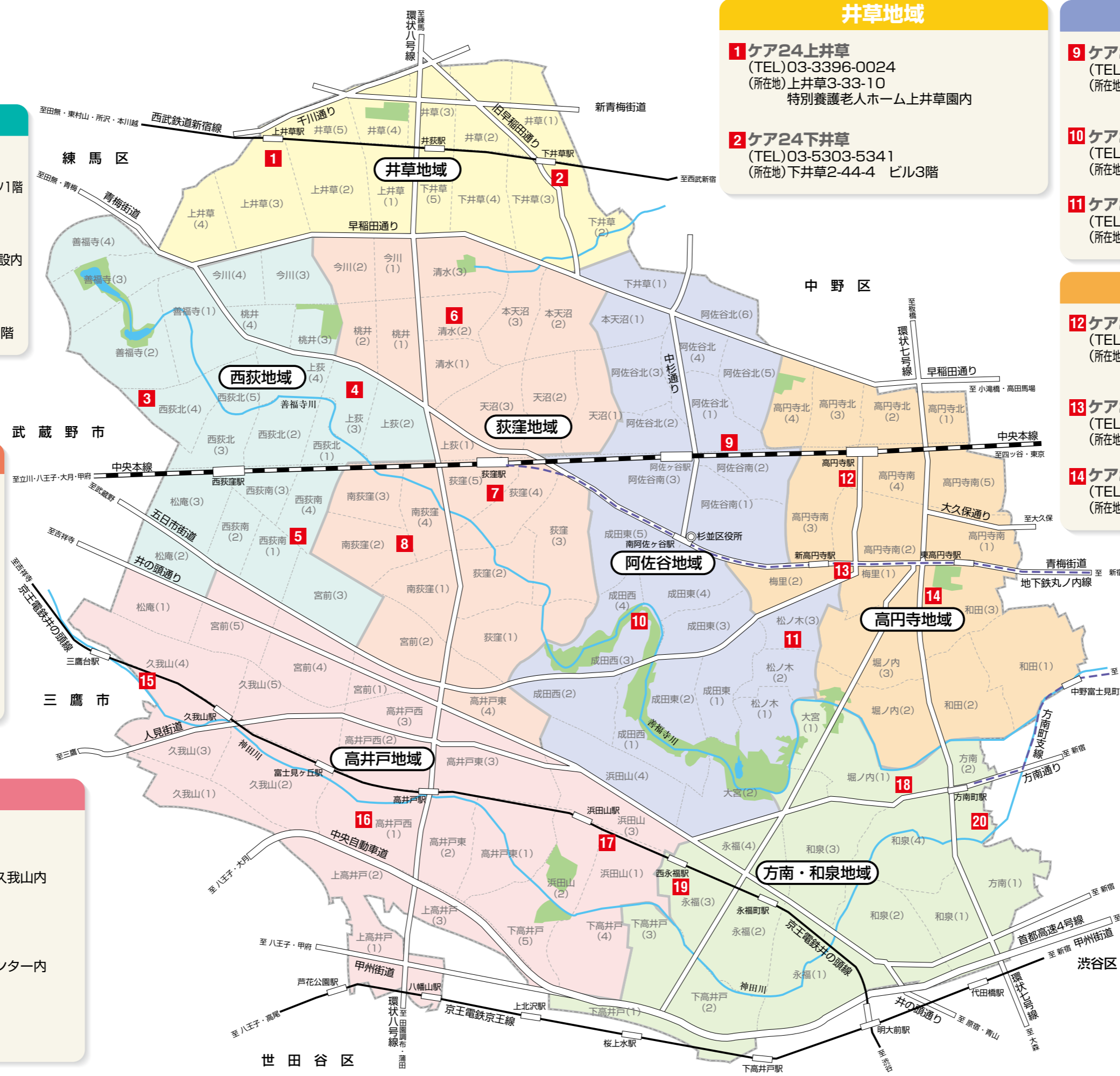
**18 ケア24堀ノ内**  
(TEL)03-5305-7328  
(所在地)堀ノ内1-6-6  
老人保健施設ウエルファー内

**19 ケア24永福**  
(TEL)03-5355-5124  
(所在地)永福3-35-11

**20 ケア24方南**  
(TEL)03-5929-2751  
(所在地)方南2-6-28  
方南二丁目福祉施設内

### 窓口受付時間

月～金曜日 9:00～19:00  
土曜日 9:00～13:00



介護保険のしくみ

サービスの種類

総合事業など

利用者負担の支払い

介護保険料

地域包括支援センター



# 杉並区のホームページで区内のサービス事業者を検索できます

杉並区のホームページ内にある『在宅医療・介護保険サービス事業者・地域の集いの場情報検索システム』から、区内のサービス事業者を探ることができます。

## 検索ページは以下の方法で見ることができます。

- URLを直接入力する → <https://carepro-navi.jp/suginami>
- 杉並区のホームページトップから入る  
＜トップページ＞→＜場面から探す 高齢者＞→＜介護保険＞→  
＜区内介護保険 サービス事業所を探す＞→＜在宅医療・介護保険  
サービス事業者・地域の集いの場情報検索システム（外部リンク）＞



## 検索システム画面



介護サービス事業者の種類や場所、受け入れ状況など様々な方法で探すことができます。

介護についてお困りのことや介護保険に関することなどの相談窓口を探すことができます。

ケアマネジャーやケアプランを作成する事業者を、お住まいの地域や事業所名などから探すことができます。

## 令和5年度 介護保険利用者ガイドブック

登録印刷物番号

05-0022

## 令和5年度版

令和5年6月発行

編集・発行 杉並区保健福祉部介護保険課

〒166-8570 杉並区阿佐谷南一丁目15番1号

TEL (03) 3312-2111 (代)

☆杉並区のホームページでご覧になれます。

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/guide/zei/kaigo/seido/1014593.html>