

住みなれたまちで安心して暮らすために

# 介護保険と 高齢者福祉

2023年度



西宮市

この冊子は西宮市の介護保険制度の概要をはじめ、介護保険サービスの利用方法や西宮市の高齢者福祉サービス全般について、わかりやすくまとめたものです。みなさまが住み慣れたまちで、いきいきと安心して暮らしていただくための手引きとして、ご活用ください。

● **介護保険については** ●

2ページ～33ページ

● **高齢者福祉については** ●

34ページ～49ページ



● **介護保険のしくみ**

みんなが支え合う制度です ..... 2  
 介護保険に加入する人は ..... 4  
 介護保険の被保険者証が交付されます ..... 5



● **保険料**

保険料は大切な財源です ..... 6  
 40歳から64歳の人の保険料 ..... 7  
 65歳以上の人の保険料 ..... 8



● **要介護認定**

介護保険サービスを利用する手順 ..... 12



● **ケアプランの作成**

要支援1・2・事業対象者と認定された人 ..... 14  
 サービス利用の流れ  
 要介護1～5と認定された人 ..... 16  
 サービス利用の流れ



● **サービスを利用するとき**

利用者はサービス費用の一部を負担します ..... 18  
 利用者負担が高額になったとき ..... 19  
 利用者負担の軽減 ..... 20



● **利用できるサービス**

こんなとき、こんなサービスが利用できます ..... 22  
 在宅サービス ..... 23  
 施設サービス ..... 29  
 地域密着型サービス ..... 29  
 介護予防・日常生活支援総合事業 ..... 31



● **高齢者福祉**

西宮市高齢者あんしん窓口 ..... 34  
 安心できる生活のお手伝いをします ..... 38  
 外出のお手伝いをします ..... 42  
 住宅の改造費を助成します ..... 44  
 生きがいのあるくらしを支援します ..... 45  
 認知症の本人や家族を支援します ..... 46  
 ● 民生委員・児童委員とは ..... 48

介護保険のしくみ

保険料

要介護認定

ケアプランの作成

サービスを利用するとき

利用できるサービス

高齢者福祉

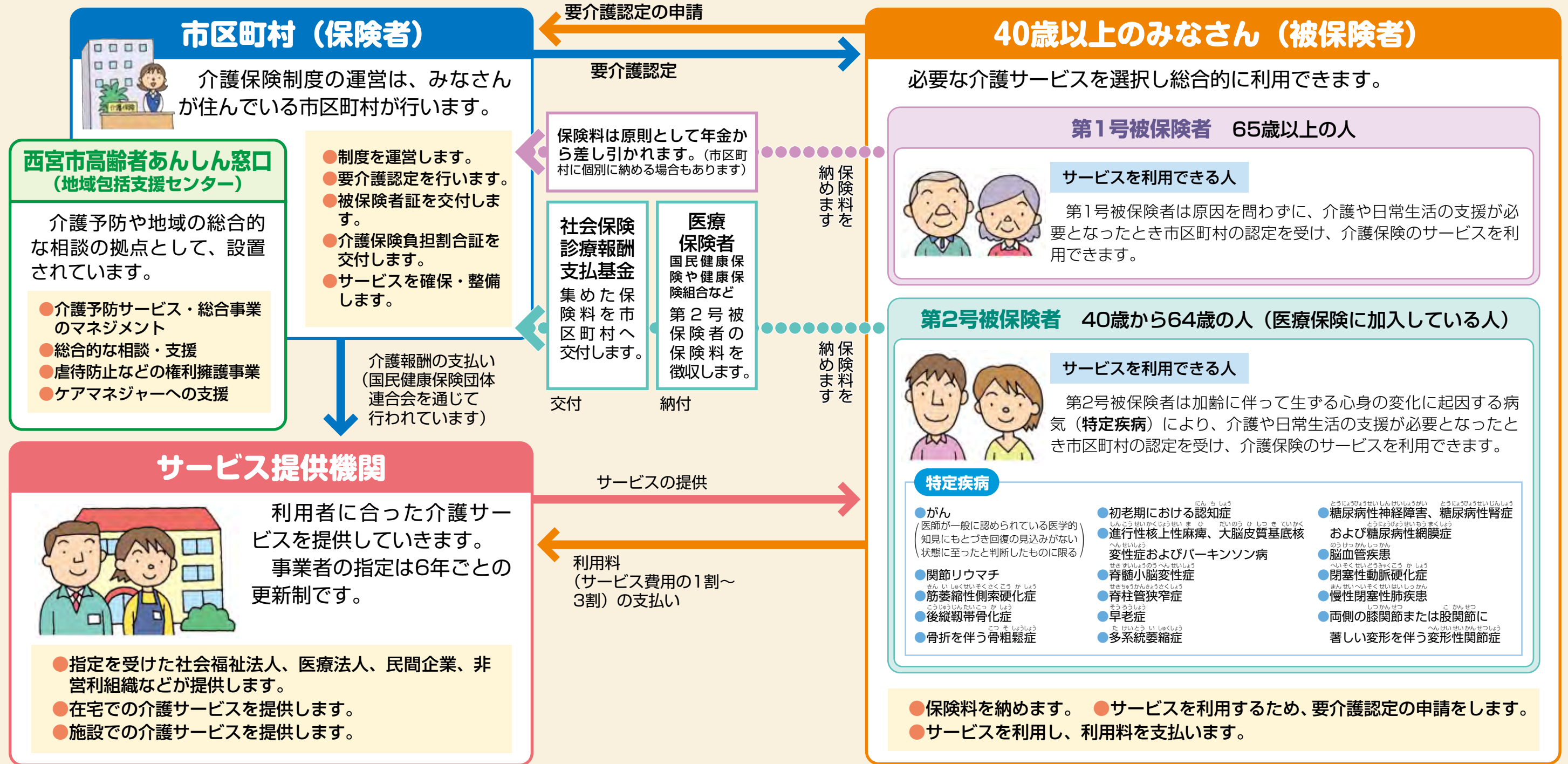


# みんなが支え合う制度です

介護保険制度は市区町村が保険者となって運営します。40歳以上の人全員が被保険者（加入者）として保険料を負担し、介護が必要と認定されたときには、費用の一部を支払いサービスを利用します。



## 介護保険制度のしくみ



- 保険料を納めます。

- サービスを利用するため、要介護認定の申請をします。
- サービスを利用し、利用料を支払います。

- サービスを利用するため、要介護認定の申請をします。



# 介護保険に加入する人は

40歳以上のみなさんは、住んでいる市区町村が運営する介護保険の加入者（被保険者）となります。被保険者は年齢によって第1号被保険者（65歳以上）と第2号被保険者（40歳から64歳）に分けられます。

## 加入は40歳になったら

介護保険に加入するのは40歳になった日（誕生日の前日）※からになります。介護保険に加入するための手続きや新たな届け出等は不要です。

※「年齢計算ニ関スル法律」による。



40歳になったとき	例	7月1日生まれ	6月分から第2号被保険者として保険料を負担します
		7月2日～末日生まれ	7月分から第2号被保険者として保険料を負担します

65歳になったとき	例	9月1日生まれ	8月分から第1号被保険者として保険料を負担します
		9月2日～末日生まれ	9月分から第1号被保険者として保険料を負担します

## こんなときは届け出ましょう

65歳以上の人（第1号被保険者）は、次のようなときに届け出が必要です。

◆下記の手続きについては高齢介護課、または各支所・サービスセンター等で受付できます。

- 他の市区町村から転入したとき
- 氏名が変わったとき※
- 他の市区町村へ転出するとき
- 被保険者が死亡したとき※
- 市区町村内で住所が変わったとき※



※印の場合は被保険者証を添付して届け出てください。



### 市外の介護保険施設や有料老人ホームなどに入所（入居）して住所を施設に変更した場合は？

他の市区町村にある介護保険施設や有料老人ホームに入所（入居）することにより、住所を施設に変更した場合は、住所変更前の市区町村の被保険者になります（住所地特例制度）。また、2つ以上の介護保険施設などに入所して、順次住所を施設に変更した場合も、最初の施設へ入所（入居）する前の住所地の市区町村の被保険者になります。

# 介護保険の被保険者証が交付されます

介護保険の加入者には医療保険の被保険者証とは別に、一人に一枚の被保険者証（介護保険被保険者証）が交付されます。この被保険者証は介護保険の被保険者である証明書であるとともに、介護サービスを利用するときなどに必要です。大切に扱きましょう。

## 被保険者証が交付される時

介護保険の被保険者証は、被保険者一人に一枚交付されます。



65歳以上の人  
第1号被保険者

65歳に到達した月・転入した月の翌月上旬に被保険者証を郵送します。ただし、すでに第2号被保険者（40歳から64歳）として要介護認定を受けている人は、認定時に被保険者証をお渡ししておりますので、従来の被保険者証をそのままお使いいただくことになります。

40歳から64歳の人  
第2号被保険者

要介護・要支援の認定を受けた人に交付されます。また、被保険者証の交付を申請した人にも交付されます。

## 被保険者証はこんなとき使います

被保険者証は、要介護認定の申請やサービスを利用するときなどに必要なものです。忘れずに提示しましょう。

※病気やけがなどでお医者さんにかかる時（診察や治療、投薬など）は、今までと同じように医療保険の被保険者証を提示します。



### 要介護認定の申請

介護が必要となり、要介護認定の申請をするときに提出します。（P13参照）

### ケアプランの作成

ケアプランの作成依頼を市区町村に届け出るとき、また事業者などに計画作成を依頼するとき。（P14参照）

### 介護サービスの利用

在宅サービス、施設サービスを受けるときは、事業者や施設に提示します。（P18参照）

# 保険料は大切な財源です

40歳以上のみなさんが納める保険料は、国や自治体の負担金や介護サービスを利用するみなさんが負担する利用料と合わせて、介護保険を健全に運営していくための大切な財源となります。納付にご協力をお願いいたします。

## 介護保険の財源（1割負担の場合）

1割 利用料	+					9割				
	保険料 50%		公費 50%			保険料 50%		公費 50%		
	65歳以上の人の保険料	23%	40歳から64歳の人の保険料	27%	市区町村の負担金	都道府県の負担金	国の負担金			

## 保険料を納めないでいると

災害などの特別な事情がないのに保険料の滞納が続く場合は、次のような保険給付の制限を受けることがあります。納め忘れに注意しましょう。



- 1年間保険料を滞納した場合は、介護サービスを受けたときに、介護サービス費用をいったん全額負担していただき、後で保険給付分を払い戻します（償還払い）。
- 1年6か月間滞納した場合には、保険給付分の払い戻しが一時差し止められます。なお滞納が続く場合には、差し止めた保険給付額から滞納分を控除することがあります。
- 介護保険料は滞納したまま2年が経過すると時効消滅し、その後には、消滅した分の保険料を納付することはできなくなります。  
時効消滅した期間の長さに応じて、一定期間利用者負担が引き上げられます。また、高額介護サービス費等の支給も受けられなくなります。

### ◆滞納処分

指定された期限までに滞納保険料を納付されなかった場合は、財産調査の上、差押手続きを行う場合があります。

# 40歳から64歳の人(第2号被保険者)の保険料

国民健康保険や職場の健康保険など、その人が加入している医療保険の保険料算定方法にもとづいて決められ、医療保険の保険料とあわせて納めます。保険料の計算も、それぞれの医療保険の方式に準じて行われます。保険者が徴収した保険料は、支払基金（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、そこから各市区町村に交付されます。

※なお、高齢介護課では医療保険に関する情報を管理していないため、お問い合わせいただいてもお答えいたしかねますので、ご了承ください。

## ◆国民健康保険に加入している人は.....

※お問い合わせ先：西宮市国民健康保険課 ☎0798-35-3117

### 決め方

保険料は市の国民健康保険料の算定方法と同様に、世帯ごとに決められます。

### 介護保険料

=

所得割  
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

※介護保険料と国民健康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

国民健康保険の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人は.....

※お問い合わせ先：加入している各保険組合等

### 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負担します。



### 納め方

健康保険料として給与および賞与から徴収されます。  
※40歳から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)

## 保険料の決め方

### 決め方

介護保険料は、介護サービスにかかる費用などから算出される基準額をもとに、みなさんの所得に応じて設定されます。

$$\begin{matrix} \text{基準額} \\ \text{(西宮市の場合)} \\ \text{年額} \\ \text{67,200円} \end{matrix} = \begin{matrix} \text{市で介護保険} \\ \text{給付にかかる費用} \\ \text{(利用者負担分を除く)} \end{matrix} \times \begin{matrix} \text{65歳以上の} \\ \text{人の負担分} \\ \text{(23\%)} \end{matrix} = \begin{matrix} \text{市の65歳以上の人数} \end{matrix}$$

●保険料は介護保険事業計画の見直しに応じて3年ごとに設定されます。

<2023年度>

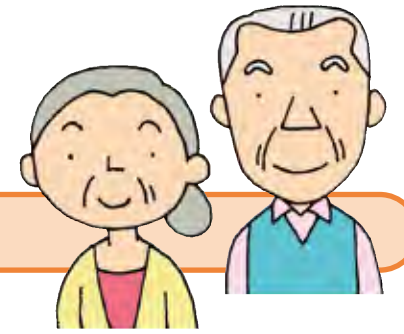
保険料段階	基準額に対する割合	対象者	年間保険料額		
第1段階	0.30	本人が市民税非課税者 世帯員に いない 市民税課税者が	生活保護受給者 老齢福祉年金受給者 本人の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が80万円以下	20,200円	
第2段階	0.50		本人の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が80万円超120万円以下	33,600円	
第3段階	0.70		本人の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が120万円超	47,100円	
第4段階	0.875		本人が市民税課税者 世帯員に いる 市民税課税者が	本人の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が80万円以下	58,800円
第5段階(基準額)	1			本人の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が80万円超	67,200円
第6段階	1.125	本人が市民税課税者	本人の合計所得金額が120万円未満	75,600円	
第7段階	1.20		本人の合計所得金額が120万円以上210万円未満	80,600円	
第8段階	1.45		本人の合計所得金額が210万円以上320万円未満	97,400円	
第9段階	1.55		本人の合計所得金額が320万円以上400万円未満	104,200円	
第10段階	1.70		本人の合計所得金額が400万円以上600万円未満	114,200円	
第11段階	1.85		本人の合計所得金額が600万円以上800万円未満	124,300円	
第12段階	2.00		本人の合計所得金額が800万円以上1,000万円未満	134,400円	
第13段階	2.15		本人の合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満	144,500円	
第14段階	2.30		本人の合計所得金額が1,500万円以上	154,600円	

●合計所得金額(地方税法第292条第1項第13号に規定する金額)  
収入金額から必要経費に相当する金額(収入の種類により計算方法が異なります)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。市民税の非課税基準に用いられます。  
※株式等の譲渡損失などの繰越控除を受けている場合は繰越控除前の金額となります。  
※平成30年度より租税特別措置法に規定する長期譲渡所得又は短期譲渡所得に係る特別控除の適用がある場合には、合計所得金額から特別控除額を控除した後の金額を保険料の算定に用います。  
※令和3年度より合計所得金額に給与所得又は年金所得が含まれている場合には、合計所得金額から10万円を控除した後の金額を介護保険料の算定に用います。

●その他の合計所得金額  
合計所得金額から所得税法第35条第2項第1号に掲げる額(公的年金等に係る雑所得)を除いた金額です。  
※令和3年度より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、所得金額調整控除適用前の給与所得から10万円を控除した後の金額を介護保険料の算定に用います。

# の保険料

## 保険料の納め方



### 年金が年額18万円以上の人

## 特別徴収

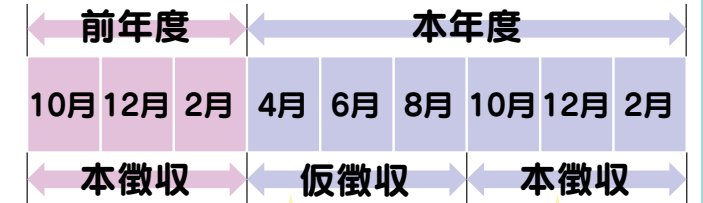
年金の定期支払い(年6回)の際に、介護保険料があらかじめ差し引かれます。

■老齢基礎年金(旧法制度による老齢年金・退職年金)と、遺族年金、障害年金が特別徴収の対象です。  
※年度の途中で65歳になった人、西宮市に転入してきた人は、特別徴収が始まるまでは普通徴収となります。

### 特別徴収の人は

前年度から継続して特別徴収の人は、4・6・8月は前年度2月分の保険料額をそのまま納付します(仮徴収)。10・12・2月は、6月以降に確定する前年の所得などをもとに本年度の保険料を算出し、そこから仮徴収分の保険料を除いて調整された金額を納付します(本徴収)。

※ただし、8月の仮徴収額は、前年度2月分の保険料と異なる場合があります。(徴収額の平準化)



前年度2月分の保険料額をそのまま納めます。

本年度の保険料から仮徴収分を除いた額を納めます。

### 年金が年額18万円未満の人

## 普通徴収

送付される納付書にもとづき、介護保険料を市に個別に納めます。

■市が送付する納付書を持って、市指定の金融機関で納付します。

### 普通徴収の人は

## 口座振替が便利です

- 保険料の納付書
- 預・貯金通帳
- 通帳の届出印

これらを持って西宮市指定の金融機関で手続きを

●特別徴収が始まる場合は、自動的に口座振替が停止となり特別徴収へ切り替えられます。

◎納め方は原則として特別徴収となります。これは介護保険法で定められており、個人で納め方の選択はできません。



## 65歳になった人・転入した人の保険料

### ◆65歳になった人の保険料……………

第1号被保険者の資格を得たときには、その資格取得した月以降の介護保険料を納付していただくことになります。

たとえば、8月15日に65歳になった人の場合、8月以降の資格期間相当分について月単位計算で介護保険料を納付していただくことになります。(第2号被保険者としての保険料は7月分までとなります。)

### ◆西宮市に転入した人の保険料……………

介護保険料の計算は「市民税の課税状況」をもとに行うこととなりますが、他の市区町村から転入した人の場合、西宮市に市民税情報がないため、原則として、いったんは「第1段階」で保険料の計算を行います。

その後、前住所地の市区町村に対して市民税の課税状況の照会を行い、その結果保険料段階が変更になる場合には、改めて保険料を再計算(保険料更正)することがありますのでご了承ください。

## 保険料が変更される場合(保険料の更正)

### ◆年度途中で保険料が変更(更正)される場合があります……………

いったん、介護保険料が決定した後であっても、資格の喪失・市民税の課税状況の変更・年度当初に遡っての世帯状況の変更・減免適用などにより、介護保険料が変更(更正)されることがあります。

このようなときには、更正の理由と新しい保険料額をお知らせするための介護保険料の更正決定通知書をお送りします。

### ◆保険料が増額更正となった場合、特別徴収の人にも納付書をお送りします……………

介護保険料が増額更正された場合、普通徴収の人に対しては改めて新しい納付書をお送りします(口座振替の申し込みをしている人は除く)。

また、特別徴収の人に対しても増額分について納付書をお送りします。これは年度途中で特別徴収の金額を変更できないため、差額分は納付書で納めていただくこととなるためです。



## 保険料の減免 (お問い合わせ先: 高齢介護課 ☎ 0798-35-3313)

### ◆介護保険料の減免制度……………

分割納付・徴収猶予によっても保険料の納付が困難な人で、災害により被害を受けた場合、失業等により本人または生計中心者の収入が著しく減少した場合、一定の要件を満たす生活困窮者である場合などには、申請に基づいて介護保険料を減免する制度があります。

保険料の減免に該当するのは、以下にあげたような事由に該当する場合です。減免申請については、本庁・高齢介護課へお電話にてご相談ください。(受付窓口は本庁・高齢介護課のみです。原則、申請は郵送にてお願いします。)

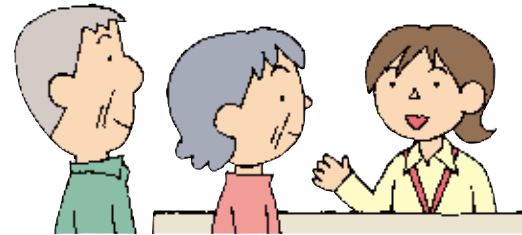
- **災害(地震・風水害・火災等)により一定以上の被害を受けた場合**
  - 必要書類: 災証明(消防署長その他官公署の長が証明する書類)
  - 申請期限: 事由発生日から1年以内
- **失業・廃業・長期入院等により本人または生計中心者の収入が著しく減少した場合**
  - 対象者: 現在も含めて3か月以上の失業等の状況により生活が困難となった人  
収入の減少が本人の場合は保険料段階が第2～10段階(第4段階を除く)で合計所得金額が600万円未満(ただし、合計所得金額に年金所得または給与所得を含む場合は610万円未満)の人、生計中心者の場合は第4・5段階の人
  - 必要書類: 離職した日が分かる書類(離職票・廃業届等)
  - 申請期限: 「当該年度内」または「事由発生日(離職日)から4か月以内」のいずれか遅い日
- **生活困窮で納付が困難な場合**
  - 対象者: 次の項目すべてに該当する人
    - ① 世帯(住民票上の同一世帯)の前年1年間の収入額(遺族年金・障害年金・仕送りなどあらゆる収入を含む)が80万円(※1)以下または、保険料段階が第1・2段階以外の人で世帯の前年1年間の収入額が150万円(※2)以下であること
    - ② 世帯員以外の市民税課税者の扶養家族になっていないこと
    - ③ 世帯員以外の市民税課税者と生計を一にしていない(同居していない)こと
    - ④ 資産等を活用してもなお生計困難な人
    - ⑤ 預貯金等の額が350万円(※3)以下であること
    - (※1) 世帯の合計人数が2人以上の場合は2人目から1人あたり25万円を加算
    - (※2) 世帯の合計人数が2人以上の場合は2人目から1人あたり50万円を加算
    - (※3) 世帯の合計人数が2人以上の場合は2人目から1人あたり100万円を加算
  - 必要書類: 世帯全員の収入額が分かる書類・預貯金通帳(賦課期日現在の残高が確認できるもの)や有価証券などの評価額が分かる書類
  - 申請期限: 当該年度内

# 介護保険サービスを利用する手順

生活する上でなにか困ることが出てきたら、介護保険サービスの利用を検討しましょう。必要な支援の度合いによって、利用できるサービスは異なります。

## 要介護認定の申請をする

申請書類（右ページを参照）を高齢介護課へ提出してください。  
※各支所、サービスセンターでは提出できません。

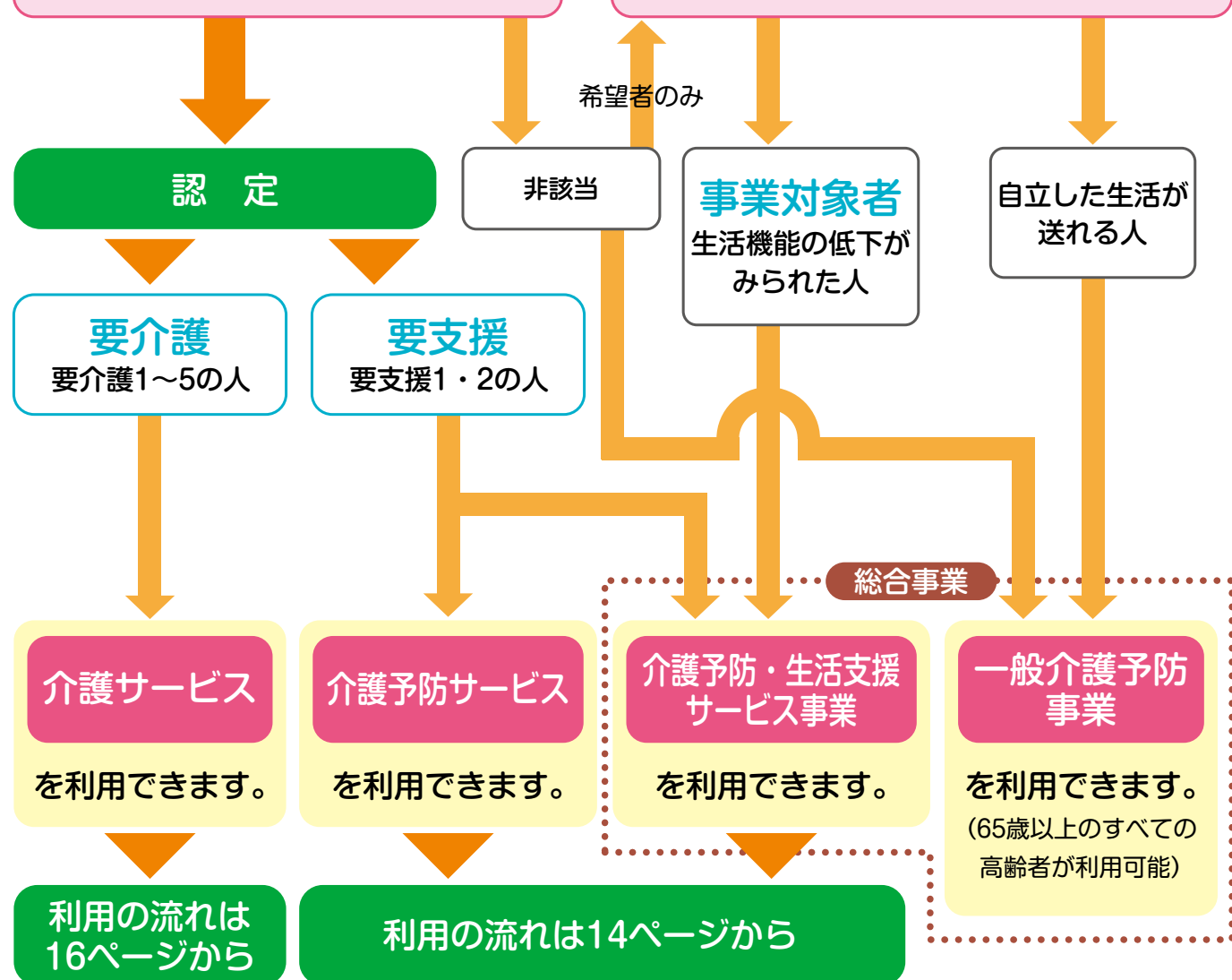


## 要介護認定を受ける

申請から認定までの手順は右ページを参照

## 基本チェックリストを受ける

基本チェックリストについては右ページを参照



## 要介護認定の手順

介護保険サービスを利用するときは「要介護認定」を受ける必要があります。

### 要介護認定の申請

①申請書 ②認定調査について（アンケート） ③介護保険被保険者証  
を高齢介護課へ郵送または窓口へ提出してください。

※各支所、サービスセンターには提出できません。

※40歳から64歳の人は医療保険被保険者証の写しも提出してください。

※介護保険被保険者証を紛失されている場合、介護保険資格異動届兼証交付等申請書を提出してください。

※現在医療保険で、訪問看護やリハビリを利用している場合は、事前に利用中の医療機関もしくは地域包括支援センターへ連絡し、介護認定の申請中であることを必ず伝えてください。これらのサービスについては、介護保険が優先して適用されるため、必要な手続をせずサービスを利用した場合に本人負担額が10割になることがあります。

### 申請書類の入手方法

申請書類は市ホームページ（ページ番号：97175112）からダウンロードできるほか、高齢介護課（☎0798-35-3133）から郵送することもできます。また、高齢介護課および各支所、サービスセンターの窓口でも配布しています。

■市から主治医に対して意見書の作成を依頼しますので、**事前に承諾をもらってください。**

### 要介護認定（調査～判定）

申請をすると、訪問調査の後に公平な審査・判定が行われ、介護や支援が必要な度合い（要介護度）が決まります。



#### ●訪問調査

市の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り調査を行います。

#### ●主治医の意見書

市の依頼により主治医が意見書を作成します。

#### ●一次判定

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

#### ●二次判定

一次判定と特記事項、主治医の意見書をもとに、「介護認定審査会」で二次判定を行います。

### 認定

認定の結果によって利用できるサービスなどは異なります。

### 基本チェックリストとは

基本チェックリストは、25の質問項目で日常生活に必要な機能が低下していないかを調べます。要介護認定で非該当と認定を受けた場合でも、希望する場合には、基本チェックリストによる判定等により、介護予防・生活支援サービス事業を利用できる場合があります。

### 第三者行為の届出が義務化されました

交通事故等の第三者による不法行為により介護保険の給付を受ける場合、第1号被保険者は保険者への届出が義務となりました。

該当される人は高齢介護課（☎0798-35-3048）までご連絡ください。



# 要支援1・2・事業対象者と認定された人 サービス利用の流れ

「要支援1・2」と認定された人は介護予防サービス及び介護予防・生活支援サービスを、事業対象者に該当した人は介護予防・生活支援サービスを利用できます。西宮市高齢者あんしん窓口が中心となって、住みなれた地域でいつまでも自立した生活を続けていけるようサポートしていきます。



## キーワード解説 西宮市高齢者あんしん窓口とは？

保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーが中心となって、地域支援事業の包括的支援事業を実施しています。※地域包括支援センターの呼称です。くわしくはP34～P37をごらんください。

- 介護予防サービス・総合事業のマネジメント
- 総合的な相談・支援
- 虐待防止などの権利擁護事業
- ケアマネジャーへの支援



保健師  
(または経験豊富な看護師)



社会福祉士



主任  
ケアマネジャー

## 西宮市高齢者あんしん窓口(地域包括支援センター)

要介護認定の通知(要支援1・2・事業対象者)

要支援1・2・事業対象者の人

### 西宮市高齢者あんしん窓口 ケアプラン作成を依頼



お住まいの地域を担当している西宮市高齢者あんしん窓口にてケアプランの作成を依頼し、市に「ケアプラン作成依頼届出書」を提出します。

※ケアプランの作成は全額保険給付となり利用者負担はかかりません。

### ケアプランの作成



- ①利用者の現状を把握  
西宮市高齢者あんしん窓口の職員が利用者と面接し、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西宮市高齢者あんしん窓口の職員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。

### サービス事業者と契約



予防専門型訪問サービスや訪問看護などを行うサービス事業者と契約します。

### 介護予防を目的とした在宅サービスを利用



一定期間ごとに効果を評価、プランを見直します。

- 在宅サービス → P23へ
- 地域密着型サービス → P29へ
- 介護予防・生活支援サービス → P31へ

ケアプランの作成

# 要介護1～5と認定された人 サービス利用の流れ

「要介護1～5」と認定された人は、介護保険の介護サービスを利用できます。実際にサービスを利用する前に居宅介護支援事業者などに依頼して、心身の状況に応じて利用するサービス内容を具体的に盛り込んだケアプランを作成します。

要介護認定の通知（要介護1～5）

在宅でサービスを利用したい

## 居宅介護支援事業者 にケアプラン作成を依頼

依頼する居宅介護支援事業者が決まったら市に「ケアプラン作成依頼届出書」を提出します。

※ケアプランの作成は全額保険給付となり利用者負担はかかりません。

## 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。

## 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。



## 在宅サービスを利用

ケアプランにもとづいてサービスが提供されます。

在宅サービス →P23へ  
地域密着型サービス →P29へ

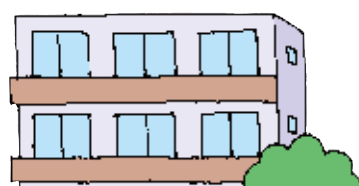


ケアプランの作成

施設に入所したい

## 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うこともできます。



## 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。



## 施設サービスを利用

ケアプランにもとづいてサービスが提供されます。

施設サービス →P29へ  
地域密着型サービス →P30へ





# 利用者はサービス費用の一部を負担します

## 費用の1割～3割を負担します

介護サービスを利用する人は、サービスにかかった費用の1割～3割を負担します。

サービス提供事業者には被保険者証と負担割合証を提示して、ケアプラ

ンにもとづいたサービスを利用します。

### ◆負担割合の判定基準

- ①負担割合が3割となる人…本人の「合計所得金額※1※2が220万円以上」かつ「年金収入＋その他の合計所得金額※1※3が340万円以上（同一世帯に65歳以上の人が2人以上いる場合はあわせて463万円以上）」の人
- ②負担割合が2割となる人…上記①以外の人で、本人の「合計所得金額※1※2が160万円以上」かつ「年金収入＋その他の合計所得金額※1※3が280万円以上（同一世帯に65歳以上の人が2人以上いる場合はあわせて346万円以上）」の人
- ③負担割合が1割となる人…上記①②以外の人

※1 譲渡所得に係る特別控除額を除く。

※2 令和3年度より合計所得金額に給与所得又は年金所得が含まれている場合には、合計所得金額から10万円を控除した後の金額を用います。

※3 令和3年度より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、所得金額調整控除適用前の給与所得から10万円を控除した後の金額を用います。

※4 第2号被保険者の人は、上記にかかわらず負担割合が1割となります。



## 居宅サービスの費用の目安

### ◆主な居宅サービスの利用限度額

介護保険の居宅サービスを利用する際には、要介護状態区別に1か月に利用できる上限額（利用限度額）が決められています。

要介護状態区分	利用限度額
要支援1・事業対象者	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

※上記の利用限度額は標準地域のケースで、人件費等の地域差に応じて限度額の加算が行われます。

※居宅療養管理指導は利用限度額の対象外です。



ご注意ください！

### 限度額を超えてサービスを利用する場合は？

介護サービスには要介護度に応じた上限（利用限度額）が決められますが、もしその上限を超えるサービスを利用する場合は、その分については全額自己負担になります。



# 利用者負担が高額になったとき

## 高額介護サービス費が支給されます

利用者が同じ月内に受けた、居宅サービスまたは介護予防・生活支援サービス、施設サービスの利用者負担の合計（同じ世帯に複数の利用者がある場合は世帯合計額）が、利用者負担の上限を超えた場合、申請により市区町村が認めるときは超えた分が高額介護サービス費として支給されます。また、世帯全員が市民税非課税の人は、所得に応じて個人単位の上限額が設定されます。

※高額介護サービス費に該当している人には、原則、対象となった月の3か月後に申請書を送付しています。



### ◆1か月の利用者負担の上限

利用者負担段階区分	利用者負担上限額
課税所得が690万円以上（年収約1,160万円以上）の第1号被保険者がいる世帯	世帯 140,100円
課税所得が380万円以上690万円未満（年収が約770万円～約1,160万円未満）の第1号被保険者がいる世帯	世帯 93,000円
課税所得が145万円以上380万円未満（年収が約383万円～約770万円未満）の第1号被保険者がいる世帯	世帯 44,400円
一般世帯（上記以外の市民税課税者がいる世帯）	世帯 44,400円
世帯全員が市民税非課税	世帯 24,600円
<ul style="list-style-type: none"> <li>・課税年金収入額とその他の合計所得金額（※1※2）の合計が80万円以下の人</li> <li>・老齢福祉年金の受給者</li> </ul>	個人 15,000円

※1 譲渡所得に係る特別控除額を除きます。

※2 令和3年度より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、所得金額控除適用前の給与所得から10万円を控除した後の金額を用います。

## 介護保険と医療保険の利用者負担が高額になった場合は

介護保険と医療保険の両方の利用者負担を年間で合算し高額になった場合は、下の限度額を超えた分が支給される高額医療・高額介護合算制度があります。



### ◆高額医療・高額介護合算制度の自己負担限度額＜年額／8月～翌年7月＞

所得区分 (基礎控除後の総所得金額等)	被用者保険又は 国民健康保険加入者 (70歳未満)	所得区分	被用者保険又は 国民健康保険加入者 (70歳～74歳)	後期高齢者 医療制度 加入者
901万円超	212万円	現役並み所得者Ⅲ	212万円	212万円
600万円超901万円以下	141万円	現役並み所得者Ⅱ	141万円	141万円
210万円超600万円以下	67万円	現役並み所得者Ⅰ	67万円	67万円
210万円以下	60万円	一般	56万円	56万円
市民税非課税世帯	34万円	低所得者Ⅱ	31万円	31万円
		低所得者Ⅰ*	19万円	19万円

※低所得者Ⅰ区分の世帯で介護（介護予防）サービスの利用者が複数いる場合、医療保険からの支給は上記表通りの算定基準額で計算され、介護保険からの支給は別途設定された算定基準額の、「世帯で31万円」で計算されます。



# 利用者負担の軽減

## 施設サービスを利用した場合の負担額

施設サービスを利用した場合の負担額は、サービス費用の1割～3割、居住費、食費、日常生活費が自己負担となります。



### 低所得の人には負担限度額が設けられます

低所得の人の施設利用が困難とならないように、申請により食費・居住費の一定額以上は保険給付されます。低所得の人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）。

※施設が定める居住費および食費が基準額を下回る場合は、施設の定める額と自己負担限度額の差額が給付されます。

### ◆ 軽減制度の対象となるサービス

- 特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院、地域密着型特別養護老人ホームの居住費・食費
- (介護予防) 短期入所生活介護、(介護予防) 短期入所療養介護の滞在費・食費

### ◆ 利用者負担段階

利用者負担段階	対象者	
	収入等	預貯金等の合計
第1段階	生活保護受給者	—
	世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む）が市民税非課税の老齢福祉年金受給者	1,000万円（夫婦は2,000万円）以下
第2段階	世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む）が市民税非課税で、年金収入額とその他の合計所得金額の合計額が年額80万円以下	650万円（夫婦は1,650万円）以下
第3段階①	世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む）が市民税非課税で、年金収入額とその他の合計所得金額の合計額が年額80万円超120万円以下	550万円（夫婦は1,550万円）以下
第3段階②	世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む）が市民税非課税で、年金収入額とその他の合計所得金額の合計額が年額120万円超	500万円（夫婦は1,500万円）以下
第4段階	上記利用者負担第1段階～第3段階以外の人（制度対象外）	

※年金収入額には、老齢年金などの課税年金だけでなく、非課税年金（遺族年金、障害年金）も含まれます。  
 ※その他の合計所得金額は、譲渡所得に係る特別控除を除きます。  
 ※令和3年度よりその他の合計所得金額に給付所得が含まれている場合には、所得金額調整控除適用前の給与所得から10万円を控除した後の金額を用います。  
 ※65歳未満の人は、収入等に関係なく、預貯金等の合計は1,000万円（夫婦は2,000万円）以下です。

### ◆ 1日あたりの負担限度額および基準費用額

利用者負担段階	食費	居住費（滞在費）					
		多床室（特養等）	多床室（老健、療養等）	従来型個室（特養等）	従来型個室（老健、療養等）	ユニット型個室の多床室	ユニット型個室
第1段階	300円	0円	0円	320円	490円	490円	820円
第2段階	390円(600円)	370円	370円	420円	490円	490円	820円
第3段階①	650円(1,000円)	370円	370円	820円	1,310円	1,310円	1,310円
第3段階②	1,360円(1,300円)	370円	370円	820円	1,310円	1,310円	1,310円
基準費用額	1,445円	855円	377円	1,171円	1,668円	1,668円	2,006円

- 短期入所サービスを利用した場合、食費の負担限度額は（ ）内の金額です。
- 基準費用額は施設における平均的な費用の額等を勘案して厚生労働省が定める額です。
- 利用者負担第4段階の人の費用は入所される施設に直接お問い合わせください。
- 市民税課税世帯であっても、高齢者夫婦の一方又は双方が介護保険施設に入所され、一定条件に該当する場合に負担限度額が認定されることがあります。（ショートステイを除く。）

## 災害等により著しい被害を受けた場合等の利用料軽減

収入の著しい減少や災害による著しい被害を受けた場合にも、利用料が減額もしくは、免除される制度があります。

この軽減に該当するのは、以下のような特別の事情にあたる場合です。

- 災害により著しい損害を受けたとき
- 生計維持者が死亡や、長期入院等により収入が著しく減少したとき
- 生計維持者の収入が事業の休廃止、失業等により著しく減少したとき

## 社会福祉法人等による利用者負担軽減

この軽減制度は、各社会福祉法人等が、その社会的役割にかんがみ、利用者負担の軽減を行うものであり、市は軽減対象者の確認を行っています。

また、この制度は、社会福祉法人等の負担を求めているものであるため、この軽減制度を行っていない社会福祉法人等もあります。

### ◆ この軽減制度の対象者の要件

- 世帯全員が市民税非課税であって、次の要件のすべてを満たす人及び生活保護受給者
- 年間収入が単身世帯で150万円、世帯員が1人増えるごとに50万円を加算した額以下であること（収入には遺族年金・障害年金等や仕送りなどすべての収入を含む）
- 預貯金等の額が単身世帯で350万円、世帯員が1人増えるごとに100万円を加算した額以下であること
- 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
- 負担能力のある親族等に扶養されていないこと（市民税課税者と同居していない、市民税課税者の扶養家族になっていない、市民税課税者から仕送り等の援助を受けていない）
- 介護保険料を滞納していないこと

### ◆ 軽減対象となるサービス及び軽減対象内容

- (1) 訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、夜間対応型訪問介護、予防専門型訪問サービス（軽減対象：利用者負担額）
- (2) 通所介護、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護、介護予防認知症対応型通所介護、予防専門型通所サービス（軽減対象：利用者負担額、食費）
- (3) 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（複合型サービス）（軽減対象：利用者負担額、食費、宿泊費）
- (4) 短期入所生活介護、介護予防短期入所生活介護（軽減対象：利用者負担額、食費、滞在費）
- (5) 介護福祉施設サービス、地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護（軽減対象：利用者負担額、食費、居住費）

※旧措置入所者で利用者負担割合が5%以下の人は対象になりません。ただし、ユニット型個室の居住費は軽減の対象となります。  
 ※生活保護受給者は個室の居住費（滞在費）のみが軽減の対象となります。  
 ※高額介護サービス費の利用者負担上限額が15,000円の人(5)のサービスに係る利用者負担額は軽減の対象になりません。  
 ※特定入所者介護サービス費等の対象外となる人は、(4)と(5)のサービスに係る食費・居住費（滞在費）が軽減の対象になりません。  
 ※特別な室料、特別な食費は軽減の対象になりません。

### ◆ 軽減割合

軽減対象の25%（老齢福祉年金受給者は50%、生活保護受給者は100%）



# こんなとき、こんなサービスが利用できます

介護保険で利用できるサービスには、自宅などの生活の場で利用できる在宅サービスと、それ以外の在宅でのサービス、施設へ入所して利用する施設サービスなどがあります。利用する人の心身の状況などに合ったサービスを選んで有効に活用しましょう。

## 自宅での家事や介護の手助けがほしいときは？

- 訪問介護（ホームヘルプ）……P23へ
- 訪問入浴介護……P23へ

## 自宅でリハビリや医療チェック、療養のアドバイスを受けたいときは？

- 訪問看護……P24へ
- 訪問リハビリテーション……P24へ
- 居宅療養管理指導……P24へ

## 外に出て介護や機能訓練を受けたり、みんなと交流したいときは？

- 通所介護（デイサービス）……P25へ
- 通所リハビリテーション（デイケア）……P25へ

## 気分転換をしたり、家族の介護の手を休めたいときは？

- ショートステイ（短期入所生活介護・療養介護）……P26へ

## 生活の場としての施設でサービスを受けたいときは？

- 特定施設入居者生活介護……P26へ

## 家庭での介護環境を整えたいときは？

- 福祉用具貸与……P27へ
- 特定福祉用具販売……P27へ
- 住宅改修費支給……P28へ

## 介護保険が適用される施設へ入所したいときは？

- 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）……P29へ
- 介護老人保健施設（老人保健施設）……P29へ
- 介護医療院……P29へ
- 介護療養型医療施設（療養病床等）……P29へ

## 住み慣れた地域で生活続けるために

- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護……P29へ
- 夜間対応型訪問介護……P29へ
- 地域密着型通所介護……P30へ
- 認知症対応型通所介護……P30へ
- 小規模多機能型居宅介護……P30へ
- 看護小規模多機能型居宅介護……P30へ
- 認知症対応型共同生活介護……P30へ
- 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護……P30へ

- 介護予防・日常生活支援総合事業……P31へ

# 在宅サービス

## 訪問を受けて利用するサービス

※「自己負担」は負担割合1割の人の利用料です。

### 訪問介護（ホームヘルプ）

#### 要介護1～5の人

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

#### ■サービス費用のめやす

身体介護(30分以上1時間未満) ▶ 4,375円(自己負担 438円)  
 生活援助(45分以上) ▶ 2,486円(自己負担 249円)

※早朝、夜間、深夜などは加算あり

通院のための乗車または降車の介助 ▶ 1,093円(自己負担 110円)

※移送にかかる費用は別途自己負担

#### 要支援1・2、事業対象者の人

31ページをご覧ください。



### 主なサービス内容

#### 身体介護の例

- 食事や入浴の介助
- オムツの交換、排せつの介助
- 衣類の着脱の介助
- 洗髪、つめ切り、身体せいしきの清拭
- 通院・外出の付き添い など

#### 生活援助の例

- 食事の準備や調理
- 衣類の洗濯や補修
- 掃除や整理整頓
- 生活必需品の買い物
- 薬の受け取り など

### 訪問入浴介護

#### 要介護1～5の人

介護職員と看護職員が居室を訪問し、浴槽を提供しての入浴介護を行います。

#### ■サービス費用のめやす

13,923円(自己負担 1,393円)

### 主なサービス内容

- 入浴、洗髪、清拭の介助
- 看護師などによる健康チェック など

#### 要支援1・2の人

居室に浴室がない場合や、感染症などの理由からその他の施設における浴室の利用が困難な場合などに限定して、訪問による入浴介護が提供されます。

#### ■サービス費用のめやす

9,414円(自己負担 942円)





## 訪問看護

要介護1～5の人

疾患等を抱えている人について、看護師が居宅を訪問して、療養上の世話や診療の補助を行います。

### 主なサービス内容

- 血圧や脈拍など病状のチェック
- 食事や入浴、排せつの介助
- 床ずれの予防や処置
- 経管栄養のチューブや尿の管、在宅酸素療法に使う機器などの管理や医療措置 など

### ■サービス費用のめやす

訪問看護ステーションから（30分未満）▶5,193円  
（自己負担 520円）  
病院または診療所から（30分未満）▶4,397円  
（自己負担 440円）

※「自己負担」は負担割合1割の人の利用料です。

要支援1・2の人

疾患等を抱えている人について、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世話や診療の補助を行います。



### ■サービス費用のめやす

訪問看護ステーションから（30分未満）▶4,972円  
（自己負担 498円）  
病院または診療所から（30分未満）▶4,210円  
（自己負担 421円）

## 訪問リハビリテーション

要介護1～5の人

居宅での生活行為を向上させるために、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。

### 主なサービス内容

- 理学療法士によるマッサージ、運動などによる機能訓練
- 作業療法士による手芸、工芸など手先の訓練、作業補装具の利用による機能訓練
- 言語聴覚士による言語、聴覚、えん下などの機能訓練 など

### ■サービス費用のめやす（1回につき）

3,324円（自己負担 333円） ※20分間リハビリテーションを行った場合

要支援1・2の人

居宅での生活行為を向上させる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り短期集中的なリハビリテーションを行います。



## 居宅療養管理指導

要介護1～5の人

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。

### 主なサービス内容

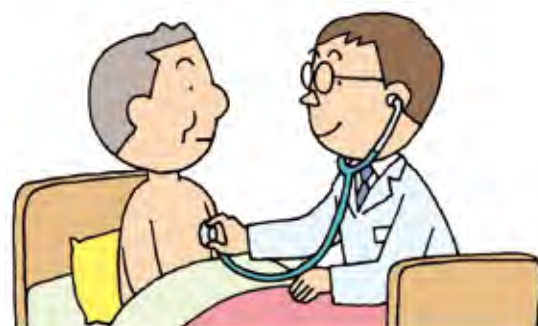
- 医師や歯科医師による療養上の管理や指導
- 薬剤師による服薬などの管理や指導
- 管理栄養士による特別食の献立などの管理や指導
- 歯科衛生士による口腔や義歯の管理や指導 など

### ■サービス費用のめやす

医師による指導 ▶5,140円（1か月に2回まで）  
（自己負担 514円）

要支援1・2の人

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。



## 施設に通って受けるサービス 通所介護（デイサービス）

要介護1～5の人

通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援を日帰りで行います。

### ■サービス費用のめやす

通常規模の事業所の場合（6時間以上7時間未満）※送迎を含む

要介護1～5 ▶6,205円～10,712円  
（自己負担 621円～1,072円）

### 主なサービス内容

- 看護師や保健師などによる健康チェック
- 機能訓練指導員の計画にそった日常動作訓練
- レクリエーションなどほかの人との交流 など

※「自己負担」は負担割合1割の人の利用料です。

要支援1・2、事業対象者の人

31ページをご覧ください。



## 通所リハビリテーション（デイケア）

要介護1～5の人

介護老人保健施設や医療機関などで、食事、入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のためのリハビリテーションを、日帰りで行います。

### ■サービス費用のめやす

通常規模の事業所の場合（5時間以上6時間未満）※送迎を含む

要介護1～5 ▶6,692円～12,042円  
（自己負担 670円～1,205円）

### 主なサービス内容

- リフトバスなどによる送迎
- 医師の指示にもとづく、理学療法士、作業療法士などによる機能訓練 など
- レクリエーションなどほかの人との交流 など

要支援1・2の人

介護老人保健施設や医療機関などで、食事などの日常生活上の支援や生活行為向上のための支援、リハビリテーションを行うほか、その人の目標に合わせた選択的サービス（運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上）を提供します。

### ■サービス費用のめやす（月単位の定額）

（共通サービス）※送迎、入浴を含む

要支援1 ▶1か月22,233円（自己負担 2,224円）  
要支援2 ▶1か月43,309円（自己負担 4,331円）





施設に入所して受けるサービス

※「自己負担」は負担割合1割の人の利用料です。

ショートステイ（短期入所生活介護・療養介護）

要介護1～5の人

介護老人福祉施設や医療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。

■サービス費用のめやす

介護老人福祉施設（併設型・多床室）の場合（1日につき）

要介護1～5 ▶ 6,454円～9,465円  
（自己負担646円～947円）

■サービス費用のめやす

介護老人保健施設（多床室）の場合（1日につき）

要介護1～5 ▶ 8,832円～11,160円  
（自己負担 884円～1,116円）

主なサービス内容

- 食事、入浴、排せつの介助
- 看護師などによる機能訓練
- 理学療法士などによる機能訓練
- 医師による診察（短期入所療養介護の場合） など

要支援1・2の人

介護老人福祉施設や医療施設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や機能訓練などが受けられます。

■サービス費用のめやす

介護老人福祉施設（併設型・多床室）の場合（1日につき）

要支援1 ▶ 4,830円 要支援2 ▶ 6,010円  
（自己負担 483円） （自己負担 601円）

■サービス費用のめやす

介護老人保健施設（多床室）の場合（1日につき）

要支援1 ▶ 6,514円 要支援2 ▶ 8,202円  
（自己負担 652円） （自己負担 821円）



特定施設入居者生活介護

要介護1～5の人

有料老人ホームなどに入居している高齢者に、日常生活上の支援や介護を提供します。

■サービス費用のめやす（1日につき）

要介護1～5 ▶ 5,745円～8,618円  
（自己負担 575円～862円）

主なサービス内容

- 食事、入浴、排せつの介助
- 日常生活の世話
- 機能訓練 など

要支援1・2の人

有料老人ホームなどに入居している高齢者に、介護予防を目的とした日常生活上の支援や介護を提供します。

■サービス費用のめやす（1日につき）

要支援1 ▶ 1,943円 要支援2 ▶ 3,321円  
（自己負担 195円） （自己負担 333円）



福祉用具を整備するサービス

福祉用具貸与

要介護1～5の人

日常生活の自立を助けるための福祉用具を貸与します。

対象の福祉用具

●：利用できます  
×：原則として利用できません  
▲：尿のみ吸引するものは利用できません

	要介護1 要支援1・2	要介護2・3	要介護4・5
手すり（工事をともなわないもの）	●	●	●
スロープ（工事をともなわないもの）	●	●	●
歩行器	●	●	●
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	▲	▲	●

※事業所ごとに「福祉用具専門相談員」が配置されています。

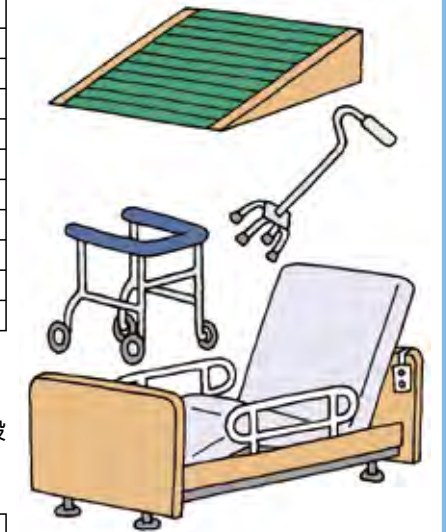
■レンタル費用のめやす

レンタル費用については、公定価格は定められておらず、各事業者ごとに価格設定をします。主な用具の1か月あたりの料金のめやすは以下のとおりです。（国民健康保険団体連合会より提供のデータを元に作成）

車いす	6,000円（自己負担 600円）
車いす付属品（例：クッション）	2,000円（自己負担 200円）
特殊寝台（本体のみ）	10,000円（自己負担1,000円）
特殊寝台付属品（例：マットレス）	2,000円（自己負担 200円）
歩行器	3,000円（自己負担 300円）
歩行補助つえ（例：多点杖）	1,000円（自己負担 100円）

要支援1・2の人

福祉用具のうち介護予防に役立つものについて貸与を行います。



特定福祉用具販売（福祉用具購入費の支給）

要介護1～5の人

入浴や排せつなどに使用する福祉用具の購入費を1年度（領収日が4月1日から翌年3月31日までの間）につき10万円を上限に支給します。申請が必要です。

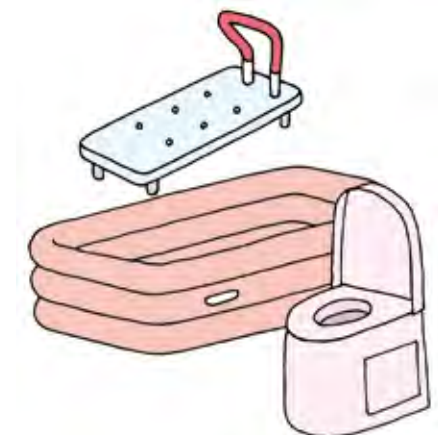
特定福祉用具販売の対象

- 腰掛け便座
- 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

※事前に指定された事業所で販売される特定福祉用具を購入した場合に限り、福祉用具の購入費が支給されます。  
※事業者ごとに「福祉用具専門相談員」が配置されています。

要支援1・2の人

介護予防に役立つ入浴や排せつなどに使用する福祉用具の購入費を1年度（領収日が4月1日から翌年3月31日までの間）につき10万円を上限に支給します。申請が必要です。





## 住宅環境を整備するサービス

### 住宅改修費支給

要介護1～5の人

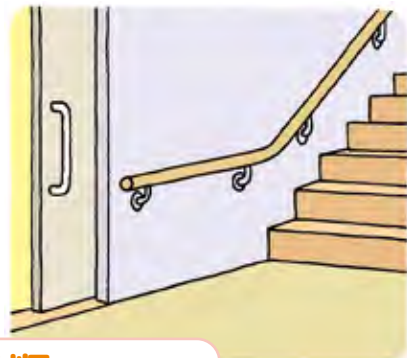
手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をした際、20万円を上限に費用を支給します。事前の申請が必要です。

要支援1・2の人

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をした際、20万円を上限に費用を支給します。事前の申請が必要です。

#### 介護保険でできる住宅改修の例

- 廊下や階段、浴室やトイレなどへの「手すりの設置」
  - 「段差解消」のためのスロープ設置など
  - 滑り止め防止などのための「床または通路面の材料の変更」
  - 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」
- ※上記の改修にともなって必要となる工事も支給の対象になります。



#### 住宅改修利用の手順

##### 1 家族や専門家などに相談

本人だけでなく家族ぐるみで話し合い、心身の状況などを考慮しながら、ケアマネジャーや理学療法士などの専門家に相談します。

##### 2 市区町村への事前申請

###### 提出書類

- 住宅改修費事前承認申請書
- 工事費見積書
- 住宅改修が必要な理由書
- 住宅改修前の写真(改修前の日付入)と見取図(改修後の完成予定の状態がわかるもの)
- 住宅所有者の承諾書(改修の利用者と住宅の所有者が異なる場合) など



##### 3 工事の実施

##### 4 住宅改修費の支給申請(工事後)

###### 提出書類

- 住宅改修費支給申請書
- 住宅改修に要した費用の領収書(原本)
- 住宅改修後の写真(改修後の日付入) など

##### 5 住宅改修費の支給

※介護保険で住宅改修をはじめて行う場合、住宅改造助成事業もあわせて利用できる場合があります。(44頁参照)

## 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。入所の申し込みは介護保険施設へ直接行い、事業者と契約します。

※要支援の人は、施設サービスは利用できません。

#### 生活全般の介護が必要

##### 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

寝たきりや認知症で日常生活において常時介護が必要で、自宅では介護が困難な人が入所します。食事、入浴、排せつなどの日常生活介護や療養上の世話が受けられます。

新規入所は原則として要介護3以上の人です。



#### リハビリを受けたい

##### 介護老人保健施設(老人保健施設)

病状が安定している人に対し、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、日常的介護を一体的に提供し、家庭への復帰を支援します。



#### 生活全般の介護・長期的な療養が必要

##### 介護医療院

長期にわたり療養が必要な人のための施設です。療養上の管理、看護、医学的管理の下における介護、機能訓練、医療、日常生活上の世話などが受けられます。



#### 病院での長期的な療養が必要

##### 介護療養型医療施設(療養病床等)

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人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が受けられます。

※令和6年3月末で廃止。

## 地域密着型サービス

住み慣れた地域での生活を続けるために、地域の特性に応じたサービスが受けられます。ただし、原則として、他の市区町村のサービスは受けられません。

※サービスの内容や種類は、市区町村によって異なります。

※【 】内は介護予防サービスの名称です。

#### 訪問を受けて利用する

##### 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

重度者をはじめとした要介護高齢者の在宅生活を支えるため、日中・夜間を通じて、訪問介護と訪問看護を一体的に又はそれぞれが密接に連携しながら、定期巡回訪問と随時の対応を行うサービスです。

※要支援1、2の人は利用できません。

##### 夜間対応型訪問介護

夜間専用の訪問介護です。定期的な巡回や通報システムによりサービスが受けられます。

※要支援1、2の人は利用できません。



通所して利用する

地域密着型通所介護

定員が18人以下の小規模な通所介護施設で、日常生活上の世話や機能訓練などを行います。

※要支援1、2の人は利用できません。

認知症対応型通所介護

【介護予防認知症対応型通所介護】

認知症高齢者を対象に、食事や入浴、専門的なケアが日帰りで受けられます。



多機能なサービス

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】

通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問系や泊まりのサービスを組み合わせ、多機能なサービスを受けられます。

看護小規模多機能型居宅介護  
(複合型サービス)

小規模多機能型居宅介護のサービスに加え、訪問看護の提供を行います。

※要支援1、2の人は利用できません。



グループホーム

認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

【介護予防認知症対応型共同生活介護】

認知症高齢者が、共同生活をする住宅で、スタッフの介護を受けながら、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を受けられます。



※入居を希望する施設に直接申し込みます。

●自己負担のめやす(1日)  
(1ユニットの場合で1割負担の場合)

要支援2	812円
要介護1	816円
要介護2	855円
要介護3	879円
要介護4	898円
要介護5	917円

※要支援1の人は利用できません。

入所して利用する(小規模施設サービス)

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人以下の小規模な介護老人福祉施設に入所する人が、食事・入浴、機能訓練などのサービスを受けられます。 ※入所を希望する施設に直接申し込みます。

新規入所は原則として要介護3以上の人です。

# 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、高齢者の介護予防と自立した日常生活を目的とした事業です。

総合事業は、要支援1・2と事業対象者の人を対象とした「介護予防・生活支援サービス事業」と、すべての高齢者を対象とした「一般介護予防事業」で構成されています。

## 介護予防・生活支援サービス事業

※西宮市に住民票のある人のみが利用できるサービスです。

### 訪問型サービス

#### 予防専門型訪問サービス (ホームヘルパーによるサービス)

要支援1・2、事業対象者の人

ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴、排せつ、食事などの身体介護や掃除、買い物などの生活援助を行います。

■サービス費用のめやす(月単位の定額)

週1回程度の利用	要支援1・2、事業対象者	▶1か月12,994円(自己負担1,300円)
週2回程度の利用	要支援1・2、事業対象者	▶1か月25,956円(自己負担2,596円)
週2回程度を超える利用	要支援2	▶1か月41,183円(自己負担4,119円)

※身体介護・生活援助の区別はありません。

#### 家事援助限定型訪問サービス (一定の研修修了者「介護予防・生活支援員」によるサービス)

要支援1・2、事業対象者の人

介護予防・生活支援員が居宅を訪問し、掃除や買い物などの家事(生活)援助を行います。

■サービス費用のめやす(月単位の定額)

週1回程度の利用	要支援1・2、事業対象者	▶1か月10,398円(自己負担1,040円)
週2回程度の利用	要支援1・2、事業対象者	▶1か月20,762円(自己負担2,077円)
週2回程度を超える利用	要支援2	▶1か月32,951円(自己負担3,296円)

※身体介護は行えません。

### 通所型サービス

#### 予防専門型通所サービス

要支援1・2、事業対象者の人

通所介護施設で食事などの基本的サービスや生活行為向上のための支援を行うほか、その人の目標に合わせた選択的サービス(運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上、生活機能向上グループ活動など)を提供します。

■サービス費用のめやす(月単位の定額)

要支援1、事業対象者	▶1か月17,856円(自己負担1,786円)
要支援2	▶1か月36,611円(自己負担3,662円)



## 一般介護予防事業

### 介護予防の必要性

介護予防とは、「できるかぎり介護が必要にならないようにする」「もし介護が必要になってもそれ以上悪化させないこと」を目的としています。いつまでも自分らしく自立した生活を送るために、元気なうちから筋力アップのための「西宮いきいき体操」や自身の力を活かしてボランティア活動などに取り組みましょう。



### 西宮いきいき体操

高知市の「いきいき百歳体操」などを参考にして、作成した筋力アップを図る体操です。この体操は、地域の方が集まる身近な会場で、手首や足首におもりをつけ、DVDの映像にあわせてゆっくりと行います。体力に自信がなくても大丈夫です。おもりの量を調整したり、座ったまま体操することにより、体力差があってもみなさんと一緒に体操できます。

#### 新たに地域で始める場合

おおむね10人以上のグループを対象として、みなさんがお集まりの会場へ、作業療法士や理学療法士が運動の必要性を説明しに伺います。説明時には体操も体験していただけます。お気軽に健康増進課へお問い合わせください。

#### 作業療法士・理学療法士などが支援します

西宮いきいき体操に取り組まれるグループには、初めに3回、作業療法士・理学療法士などが伺い、体操のポイントや、運動を行う上での注意点を伝えます。日程調整をしますので、まずは健康増進課までお問い合わせください。

#### 実施条件

- ①週1回以上、おおむね10人以上で集まり、3か月以上継続していただくこと
- ②地域の誰でも参加可能であること※1
- ③場所・椅子・テレビ・DVDデッキ・血圧計を準備していただくこと※2
- ④運営は参加されるみなさんで行っていただくこと

※1 会場利用に制限のある場合はご相談ください。

※2 DVDデッキがない場合はパソコンやビデオデッキ、CDラジカセでも実施可能です。

#### 市の支援内容

- ①体操のDVD・おもりの無料貸し出し
- ②専門職による体操指導（初めの3回・3か月後・6か月後・1年後）
- ③体力測定（初回・6か月後・1年後）※3
- ④スペシャル版の体操・口腔体操の指導、栄養講義、認知症予防の運動（コグニサイズなど）

※3 感染症等の影響により、実施を見合わせている場合があります。

実施グループ情報はコチラ▼

#### 新たに個人で参加したい場合

地域で自主的に「西宮いきいき体操」に取り組まれているグループへご参加ください。実施グループについては、健康増進課または西宮市高齢者あんしん窓口までお問い合わせください。



●問 合 せ：健康増進課 西宮いきいき体操チーム ☎0798-35-3294

### シニアサポート

高齢者同士の助け合いと地域におけるボランティア活動の促進を目的とした有償ボランティア制度を実施しています。

- 対 象 者：①おおむね60歳以上で有償ボランティア活動を希望する人（提供会員）  
②65歳以上で提供会員による支援を希望する人（利用会員）  
①・②ともに事前登録が必要となります。
- 支 援 内 容：電球交換、庭の草取り、部屋の掃除、窓ガラス拭き、必需品の買い物代行など（専門的知識を要する内容、身体介護を除く）
- 費 用：
  - ・会員登録費用 無料
  - ・利用会員は支援を受ける際に、提供会員に対して1時間あたり500円（交通費別途）を直接支払います。
- 申込・問合せ：西宮市シニアサポートセンター ☎0798-67-0630

## 契約するときの注意点は？

居宅介護支援事業者やサービス提供事業者などと契約を交わす際は、以下のようなことに注意しましょう。

**契約の目的** …契約の目的となるサービスが明記されているか。

**契約の当事者** …利用者と事業者との間の契約になっているか。

**指定事業者** …都道府県・市から指定された事業者か。

**サービスの内容** …利用者の状況に合ったサービス内容や回数か。

**契約期間** …在宅サービスは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。

**利用者負担金** …利用者負担金の額や交通費の可否などの内容が明記されているか。

**利用者からの解約** …利用者からの解約が認められる場合およびその手続きが明記されているか。

**損害賠償** …サービス提供によって利用者が損害を与えられた場合の賠償義務が明記されているか。

**秘密保持** …利用者および利用者の家族に関する秘密や個人情報保持されるようになっているか。

※契約書には上の項目以外にも様々な項目があります。よく読み、また不明なところは説明を受けて確認しましょう。

利用者から契約の解除を申し出ることは当然可能ですが、事業者からの解除は原則できません。ただし、利用者の著しい不信行為（利用料金の長期未払い、身体的・精神的暴力等）により、サービスの提供が困難になった場合はこの限りではありません。

介護保険における契約は事業者・利用者による相対の契約ですので、双方に履すべき責任及び守るべき義務を果たし、気持ちよくサービスを利用しましょう。





# 西宮市高齡者あんしん窓口

## 西宮市高齡者あんしん窓口は 高齡者のくらしを守る総合相談・支援の拠点となります。

※地域包括支援センターの呼称です

地域にあるさまざまな社会資源を使って、高齡者の生活を総合的に支えていくための拠点として、市が主体となり「西宮市高齡者あんしん窓口」が設置されています。ここでは、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが中心となって、介護予防に関するマネジメントをはじめとする高齡者への総合支援をおこないます。公正・中立性を確保するために、地域住民や関係職種による「西宮市地域包括支援センター運営協議会」が運営に関わります。

### 西宮市高齡者あんしん窓口がおこなう主な業務

#### 介護予防ケアマネジメント

要支援1・2の方および事業対象者に、介護予防ケアプラン等の作成、評価などをおこないます。

#### 総合相談・支援

介護保険だけではなく、さまざまな制度や地域資源を利用した総合的な支援をおこないます。



保健師 (または地域保健等に関する経験のある看護師) 社会福祉士 主任ケアマネジャー

#### 権利擁護、虐待早期発見・防止

高齡者の人権や財産をまもる権利擁護や虐待防止の拠点として、成年後見制度の活用や虐待の早期発見・防止を進めていきます。

#### 地域のケアマネジャーなどの支援

包括的・継続的な支援がおこなわれるように、地域のケアマネジャーのネットワークの構築や、困難事例に対する助言などをおこないます。

### 西宮市地域包括支援センター運営協議会

- 学識経験者 ■保健関係者 ■医療関係者
- 社会福祉団体 ■介護保険サービス事業者 ■市民

## 西宮市高齡者あんしん窓口 担当地域 (利用時間 月～土、9:00～17:00) ※職員が不在の場合もありますので、来所される時は事前にお電話ください。

名称	担当地域 (あいうえお順)
西宮市高齡者あんしん窓口 安井	相生町、江上町、大井手町、大谷町、御茶家所町、霞町、神垣町、菊谷町、木津山町、久出ヶ谷町、雲井町、郷免町、越水町、寿町、桜谷町、清水町、城ヶ堀町、城山、末広町、高塚町、千歳町、津田町、常磐町、殿山町、中須佐町1～8番、中前田町、南郷町、西田町、羽衣町、榎塚町、平松町、深谷町、分銅町、松生町、松ヶ丘町、松園町、満池谷町、室川町、安井町、柳本町、若松町
西宮市高齡者あんしん窓口 今津南	朝風町、池田町、石在町、今津大東町、今津久寿川町、今津社前町、今津巽町、今津出在家町、今津西浜町、今津二葉町、今津真砂町、今津水波町、今津港町、甲子園綱引町、甲子園洲島町、甲子園高潮町、染殿町、津門川町、津門住江町、浜松原町、東浜町、東町、松原町、用海町、与古道町
西宮市高齡者あんしん窓口 浜脇	荒戎町、泉町、市庭町、今在家町、大浜町、神楽町、上葎原町、川添町、川西町、川東町、久保町、鞍掛町、産所町、下葎原町、社家町、建石町、田中町、戸田町、中浜町、中葎原町、西波止町、馬場町、浜町、浜脇町、堀切町、本町、前浜町、松下町、宮西町、宮前町、屋敷町、弓場町、六湊寺町、和上町
西宮市高齡者あんしん窓口 西宮浜	西宮浜
西宮市高齡者あんしん窓口 小松	上鳴尾町、学文殿町、甲子園一～六番町、小曾根町、小松北町、小松町、小松西町、小松東町、小松南町、里中町、花園町、若草町
西宮市高齡者あんしん窓口 高須	上田中町、上田西町、上田東町、笠屋町、高須町、鳴尾浜、東鳴尾町
西宮市高齡者あんしん窓口 浜甲子園	池開町、枝川町、甲子園七～九番町、甲子園町、甲子園浜、鳴尾町、浜甲子園、古川町、南甲子園、武庫川町
西宮市高齡者あんしん窓口 上甲子園	今津曙町、今津上野町、今津野田町、今津山中町、上甲子園、甲子園浦風町、甲子園口、甲子園砂田町、甲子園浜田町、甲子園春風町、甲子園三保町、甲子園六石町、津門綾羽町、津門飯田町、津門稲荷町、津門大筒町、津門大塚町、津門呉羽町、津門西口町、津門仁辺町、津門宝津町、戸崎町
西宮市高齡者あんしん窓口 深津	青木町、芦原町、大屋町、瓦林町、熊野町、甲子園口北町、西福町、神祇官町、神明町、高畑町、高松町、田代町、天道町、中島町、中須佐町9番、中殿町、平木町、深津町、二見町、松並町、松山町、南昭和町3番以外、森下町、両度町
西宮市高齡者あんしん窓口 瓦木	愛宕山、荒木町、大畑町、大森町、岡田山1～3番、上之町、河原町、北口町、北昭和町、甲風園、大社町1・2・7～10・13番、高木西町、高木東町、高座町、堤町、長田町、中屋町、能登町、野間町、林田町、日野町、広田町、伏原町、丸橋町、南昭和町3番、薬師町
西宮市高齡者あんしん窓口 甲山	石別町、老松町、奥畑、甲山町、神園町、柏堂町、柏堂西町、神原、北名次町、北山町、苦楽園一～六番町、結善町、剣谷町、甲陽園山王町、甲陽園西山町、甲陽園東山町、甲陽園日之出町、甲陽園本庄町、甲陽園目神山町、甲陽園若江町、甕岩町、越水字社家郷山、桜町、五月ヶ丘、獅子ヶ口町、鷺林寺、鷺林寺字剣谷、鷺林寺町、鷺林寺南町、新甲陽町、角石町、大社町3～6番・11・12番、名次町、西平町、毘沙門町、樋之池町、豊楽町、松風町、美作町、南越木岩町、湯元町、六軒町
西宮市高齡者あんしん窓口 甲武	一里山町、大島町、上大市3～5丁目、甲東園1・2丁目、田近野町、段上町、仁川町1・2丁目、樋ノ口町
西宮市高齡者あんしん窓口 甲東	一ヶ谷町、上ヶ原一～十番町、上ヶ原山田町、上ヶ原山手町、岡田山4～7番、上大市1・2丁目、上甲東園、神尻町、甲東園3丁目、下大市西町、下大市東町、松籟荘、仁川五ヶ山町、仁川町3～6丁目、仁川百合野町、門前町、門戸岡田町、門戸荘、門戸西町、門戸東町、若山町
西宮市高齡者あんしん窓口 塩瀬	青葉台、清瀬台、国見台、塩瀬町名塩、塩瀬町生瀬、名塩、名塩赤坂、名塩ガーデン、名塩木之元、名塩さくら台、名塩山荘、名塩新町、名塩茶園町、名塩東久保、名塩平成台、名塩南台、名塩美山、生瀬高台、生瀬町、生瀬東町、生瀬武庫川町、花の峯、東山台、宝生ヶ丘
西宮市高齡者あんしん窓口 山口	北六甲台、すみれ台、山口町上山口、山口町金仙寺、山口町香花園、山口町下山口、山口町中野、山口町名来、山口町阪神流通センター、山口町船坂

# 西宮市 高齢者あんしん窓口 マップ

## 西宮市高齢者あんしん窓口 甲山

西宮市石列町19-13  
☎ 0798-71-9904  
FAX.0798-73-8475



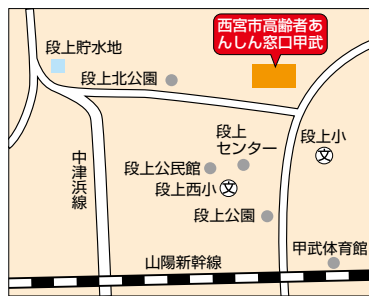
## 西宮市高齢者あんしん窓口 甲東

西宮市上甲東園2丁目11-60  
☎ 0798-57-5280  
FAX.0798-54-8788



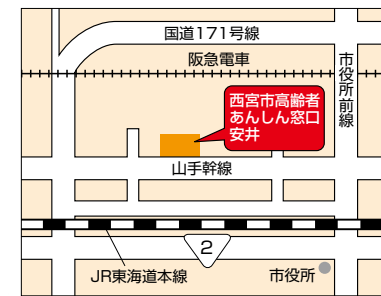
## 西宮市高齢者あんしん窓口 甲武

西宮市段上町6丁目24-1  
☎ 0798-54-8883  
FAX.0798-54-8870



## 西宮市高齢者あんしん窓口 安井

西宮市城ヶ堀町1番39号  
☎ 0798-37-1870  
FAX.0798-56-9350



## 西宮市高齢者あんしん窓口 浜脇

西宮市久保町14-12  
☎ 0798-35-2440  
FAX.0798-35-2441



## 西宮市高齢者あんしん窓口 今津南

西宮市今津巽町7-10  
☎ 0798-32-1702  
FAX.0798-32-1703



## 西宮市高齢者あんしん窓口 西宮浜

西宮市西宮浜3丁目7-7  
☎ 0798-32-6064  
FAX.0798-32-6062



## 西宮市高齢者あんしん窓口 小松

西宮市小松北町2丁目8-1  
☎ 0798-45-7810  
FAX.0798-31-3330



## 西宮市高齢者あんしん窓口 浜甲子園

西宮市枝川町17-40  
☎ 0798-42-3530  
FAX.0798-43-6180

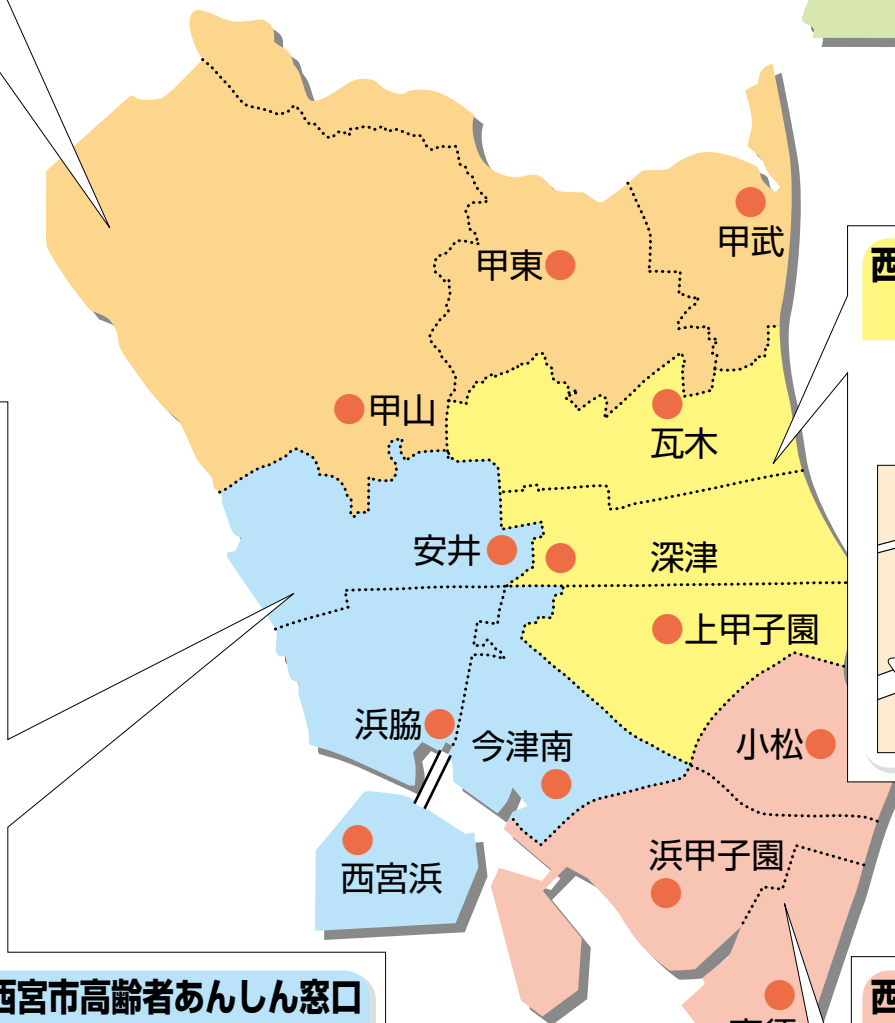


## 西宮市高齢者あんしん窓口 高須

西宮市高須町1丁目7-91  
☎ 0798-44-4505  
FAX.0798-48-6116



●は西宮市高齢者あんしん窓口



## 西宮市高齢者あんしん窓口 塩瀬

西宮市名塩さくら台2丁目44  
☎ 0797-63-3320  
FAX.0797-63-3211



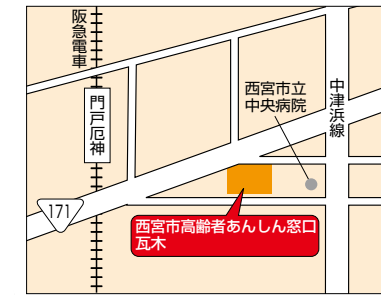
## 西宮市高齢者あんしん窓口 山口

西宮市山口町上山口4丁目26-14  
☎ 078-903-0525  
FAX.078-903-0572



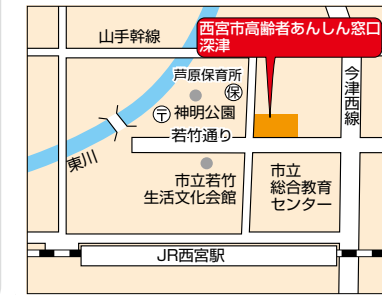
## 西宮市高齢者あんしん窓口 瓦木

西宮市林田町7-17  
☎ 0798-68-2702  
FAX.0798-68-2724



## 西宮市高齢者あんしん窓口 深津

西宮市芦原町1-20  
☎ 0798-64-0050  
FAX.0798-64-0058



## 西宮市高齢者あんしん窓口 上甲子園

西宮市上甲子園5丁目7-21  
☎ 0798-38-6031  
FAX.0798-38-6162





# 安心できる生活のお手伝いをします

## 見守りホットライン事業

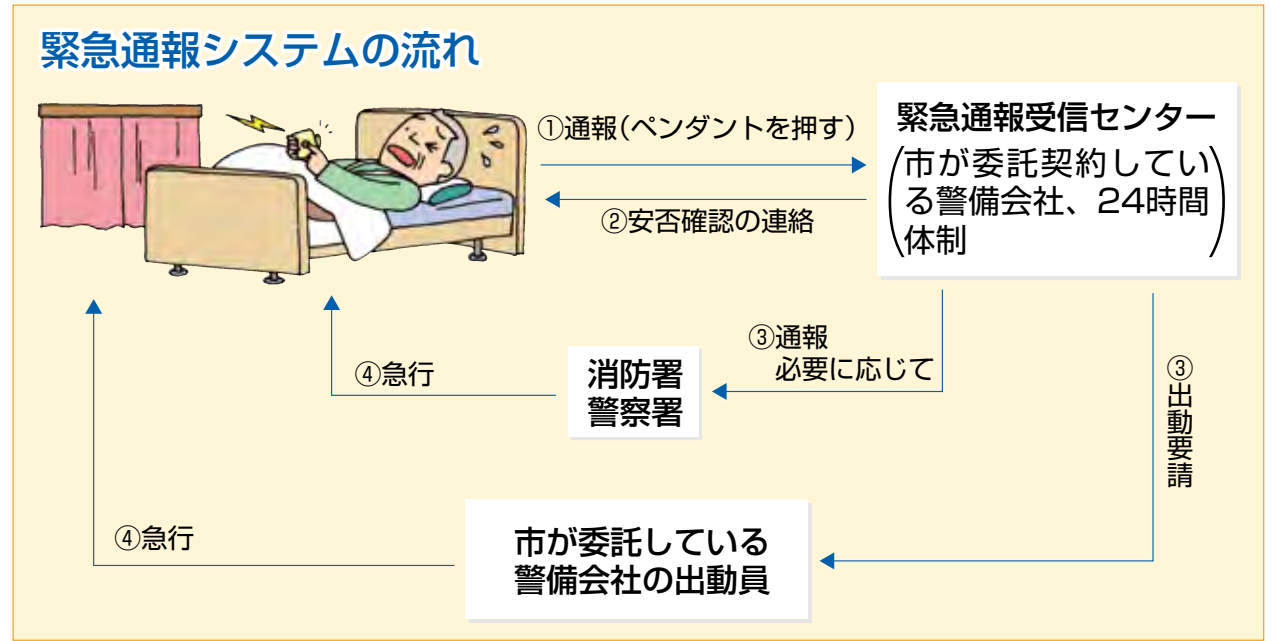
在宅での生活が不安な高齢者等に、緊急時に通報する機器を貸与しています。緊急時にボタンを押すと、24時間対応の受信センターにつながり、そこより消防署等の関係機関に連絡を行い、また市が委託している業者の出動員が駆け付け等の対応を行います。加えて24時間対応の健康相談や月に1回のお元気コール（安否確認連絡）も行います。

- **対象者**：西宮市に住居登録され、かつ市内に居住しており、以下の全ての要件に該当する人
  - ① 対象者が属する世帯が次に掲げるいずれかの方で構成されていること
    - ア おおむね65歳以上の高齢者
    - イ 障害者手帳所持者
  - ② 事業の目的及び趣旨を理解しており、緊急通報の装置であることが識別できること。
  - ③ 他の緊急通報システムを住居に備えていないこと。また市から貸与する装置の正常な動作を妨げる設備等がないこと。
  - ④ 固定電話番号又は携帯電話番号を所有しており、その番号を用いて電話連絡ができること。

● **費用**：市民税所得割課税者については、月々の費用負担があります。  
（生活保護受給者・市民税所得割非課税者は無手数料でご利用いただけます）

- **必要事項**：① 固定電話番号又は携帯電話番号
  - ※有線の固定電話回線及び固定電話番号をご利用の方は、原則固定型装置を設置します。
  - ※携帯電話番号のみご利用の方は、携帯型装置を設置します。
- ② 緊急通報時の駆け付け対応のため、市が委託する警備会社にご自宅の鍵を預けていただきます。
- ③ 緊急搬送時の連絡等のため、緊急連絡先を必ず1名は設定していただきます。

● **申込・問合せ**：地域共生推進課 ☎0798-35-3286



※通報ペンダントを押せば消防署につながるわけではありません。

## 自動消火器・火災警報器・電磁調理器の給付

認知症高齢者等による不測の事故に備え、日常の安全を期するため、自動消火器及び火災警報器を取り付け、又は電磁調理器を給付します。

### ● 対象者及び給付品

\* **自動消火器・火災警報器**：当該年度に65歳以上となる認知症等により防火の配慮が必要なひとり暮らし、ねたきりの高齢者、高齢者のみの世帯の人（介護保険の要支援及び要介護と認定された第2号被保険者を含む）

\* **電磁調理器**：当該年度に65歳以上となる認知症等により防火の配慮が必要なひとり暮らし又は高齢者のみの世帯の人（介護保険の要支援及び要介護と認定された第2号被保険者を含む）

● **費用の負担**：市民税額に応じて費用の一部負担があります。  
（生活保護・市民税非課税世帯 無料）

● **申込・問合せ**：担当西宮市高齢者あんしん窓口  
又は高齢介護課 ☎0798-35-3077

## にこやか収集

「にこやか収集」とは、ごみステーションまでのごみ出しが困難な高齢者や身体に障害がある人などを対象に、玄関先まで出向いてごみの収集を行うサービスです。

### ● 対象者

\* **高齢者**：おおむね65歳以上のひとり暮らしの人、身体の状態が介護保険認定における要介護2程度の人、介護保険のホームヘルプサービスを利用している人、ご近所、親類等による協力が得られない人

\* **障害のある人**：ひとり暮らしの人、身体障害者（難病患者を含む）、知的障害者、精神障害者に対する支援制度でホームヘルプサービスを利用している人、ご近所、親類等による協力が得られない人

※粗大ごみ・片づけごみは対象外です。

※上記要件を満たさない方につきましてもご相談ください。

（例：高齢者夫婦世帯や高齢者と障害者の複合世帯等の非単身世帯）

● **申請から開始まで**：①電話で問い合わせ、②現在のごみ出し状況などを確認、③担当職員が自宅を訪問し面談、④「にこやか収集」の可否を本人に通知、⑤「にこやか収集依頼書」を提出

● **収集方法**：定められた日に、玄関先で行います

● **問合せ**：美化第1課 ☎0798-33-4758、美化第2課 ☎0798-41-6265



## ●はり・きゅう・マッサージ施術費補助

高齢者の地域への参加と福祉の増進を図るために、はり・きゅう・マッサージ施術費補助券を交付します。

- 対象者：4月1日現在、満70歳以上で西宮市に住所を有している人
- 実施期間：当該年度の4月1日から翌年3月31日まで
- 補助の内容：西宮市と契約しているはり・きゅう・マッサージ指定施術所で保険外施術を受ける場合、1人につき年1回、1枚1,000円分の5枚綴り(5,000円分)の補助券を交付します。
- 申請に必要なもの：
  - 本人が申請する場合 本人確認書類(健康保険証・運転免許証等)
  - 代理人が申請する場合 本人及び代理人確認書類(健康保険証・運転免許証等)
- 利用方法：西宮市の各窓口で交付する補助券をもって、指定施術所へお越しください。
- 申込・問合せ：高齢介護課 ☎0798-35-3077 又は各支所、アクタ西宮ステーション、各市民サービスセンター

## ●障害者控除対象者認定書

65歳以上で介護保険制度の要介護の認定を受けた人に、所得税の確定申告や市県民税の申告で障害者控除を受けるための証明書類を交付します。

※あくまで税の申告の際にお使いいただける認定書ですので、障害者手帳に代替するものではありません。

- 対象者：下記条件全てに該当する人。  
基準日は税申告の対象となる年の12月31日です。
  - 条件1 65歳以上
  - 条件2 要介護1～要介護5の認定を受けている
  - 条件3 身体障害者手帳等の交付を受けていない  
(ただし、身体障害者手帳3級以下、精神障害者保健福祉手帳2級以下、療育手帳B1・B2を交付されている人が要介護4～5の認定を受けている場合は対象です)。
- 交付方法：上記条件全てに該当する人で、前年所得が課税の人には毎年1月に市より「障害者控除対象者認定書」を送付します。また、上記条件全てに該当する人で、昨年「障害者控除対象者認定書」を送付した人にも送付します。いずれも申請は不要です。本人の前年所得が非課税で上記全ての条件を満たし、認定書が必要な人は申請が必要です。
- 申請に必要なもの：申請書、申請者の本人確認書類(運転免許証、健康保険証等)
- 問合せ：高齢介護課 ☎0798-35-3348

## ●高齢者虐待相談窓口

『高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律』に基づき、高齢者虐待の早期発見・防止を目的とした相談窓口を設置しております。

高齢者虐待でお悩みのある人、虐待の疑いがあるとお気づきの人は、下記の電話番号までお気軽にご相談ください。

- 相談・問合せ：生活支援課 ☎0798-35-3175  
又は各地区の西宮市高齢者あんしん窓口



## ●養護老人ホーム

経済的、家庭環境などの理由により、居宅で生活することが困難な高齢者が契約ではなく行政の措置によって入所できる施設です。

- 対象者：介護を必要としない65歳以上の高齢者で、環境上の理由及び経済的理由により自宅で生活することが困難な人。ただし、本人及びその世帯の生計中心者に市民税所得割が課税されていない人に限ります。
- 費用の負担：入所者本人・扶養義務者の収入に応じて、費用を負担していただきます。
- 問合せ：生活支援課 ☎0798-35-3175

## ●成年後見制度利用支援

日常生活を営むのに支障があり、身寄りがいない等で成年後見制度を利用するための申立を行う人がいない場合に、市長による審判の申立を行います。加えて、助成を受けなければ制度利用が困難な人に対し、申立に係る費用及び後見人等の報酬の全部又は一部を助成します。

- 対象者：認知症高齢者や知的障害又は精神障害があり、配偶者や四親等内の親族がいない人など
- 相談・問合せ：生活支援課 ☎0798-35-3175

## ●家族介護慰労金の支給

ねたきり又は認知症の人を在宅で介護している家族(同世帯の直系血族(子・孫)・配偶者および兄弟姉妹)に家族介護慰労金を支給します。

- 対象者：介護保険の要介護度が「4」又は「5」に認定された市民税非課税世帯に属する在宅高齢者などであって、過去1年間介護保険のサービスを利用していない(年7日以内のショートステイを除く)人を介護している家族。又、重度心身障害者(児)介護手当との併給はできません。
- 支給額：年額12万円
- 問合せ：高齢介護課 ☎0798-35-3077





## 介護用品の支給

在宅で失禁のあるねたきりの人などを介護している家族に紙おむつなどの介護用品を現物支給します。

- 対象者：下記のすべての条件を満たす人を介護している家族（世帯構成員全員の当該年度の市民税が非課税であること）
  1. 西宮市に住居登録され、かつ現に西宮市に居住していること
  2. 要介護認定において、要介護度4又は5に認定されていること
  3. 常に失禁状態にあること
  4. 当該年度の市民税が非課税であること
  5. 生活保護を受けていないこと
  6. 障害者日常生活用具給付等事業で紙おむつ等の受給者でないこと
- 内容：月に1回、紙おむつや尿とりパッドを指定業者が自宅へ配達します。
- 費用の負担：助成限度額（月額6,500円）を超える額は利用者負担となります。
- 申込・問合せ：高齢介護課 ☎0798-35-3077

# 外出のお手伝いをします

## 高齢者バス運賃助成割引購入証

バスを利用する高齢者の外出を支援する為に、高齢者バス運賃助成割引購入証（1枚1,000円分の割引購入証が5枚綴りの冊子）を交付します。

- 対象者：4月1日現在、満70歳以上で西宮市に住居を有している人
- 申請方法：登録申請書の提出が必要です。  
※一度登録していただきましたら、次年度以降の提出は不要です。
- 助成額：年間5,000円
- 助成方法：バスの対象商品（ICカードや回数券）を購入又はチャージする際の料金を割引します。  
※割引購入証で直接バスに乗車できるわけではありません。  
※割引購入証には有効期限がありますのでご注意ください。
- 登録・問合せ：高齢介護課 ☎0798-35-3077

## 高齢者交通安全杖の支給

高齢者が外出時に交通事故等を未然に防止するための杖を支給します。

- 対象者：西宮市内に住居を有している65歳以上の高齢者（すでに支給を受けた人を除く）
- 申込・問合せ：高齢介護課 ☎0798-35-3199 又は各支所、  
アクタ西宮ステーション、上甲子園サービスセンター、  
担当西宮市高齢者あんしん窓口

## 車いすの貸出し

病気の回復期など、一時的に自宅で必要とされる車いすを無料で貸し出します。

\* 次の項目に該当する人は、貸し出しの対象から除外されます。

1. 該当者が入院中で、病院内での使用を目的とする場合
  2. 該当者が施設に入所中で、施設内での使用を目的とする場合
  3. 介護保険の要介護認定結果が要介護2以上の人
  4. 介護保険の要介護認定結果が要介護1以下の人で、下記の①、②に該当する場合
    - ① 日常的に歩行が困難な人
    - ② 日常生活範囲における移動の支援が特に必要と認められる人
- ※①、②に該当する人は、介護保険の例外規定により車いす（福祉用具）の貸与を受けることができます。
5. 障害者施策により補装具費の支給を受けることができる人



- 申込・問合せ：高齢介護課 ☎0798-35-3199  
又は各支所、担当西宮市高齢者あんしん窓口

## 福祉タクシーの派遣

一般の交通機関を利用することが困難な在宅の高齢者や障害のある人に対し、自宅と病院等の間を福祉タクシーで移動した際のタクシー料金を助成する福祉タクシーチケットを交付します。



- 対象者：① 要介護3～5の65歳以上の高齢者で、原則として介護者が添乗できる人  
② 身体障害者手帳の視覚・下肢・体幹・移動機能障害（脳病変）1種1、2級もしくは上肢・上肢機能障害（脳病変）・内部障害1級をお持ちの人、療育手帳Aをお持ちの人、又は精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの人で、原則として介護者が添乗できる人
- 利用方法：あらかじめ「予約制」と「定額制」のどちらかを選択し、市担当課へ登録をしていただきます。
  1. 「予約制」
    - 利用方法：利用日の前日までに直接タクシー会社に予約をしていただきます。
    - 利用者負担：利用料金の1割（障害者手帳をお持ちの人は障害者割引後の1割）と助成限度額（南部地域2,000円、北部地域4,000円）を超える額は利用者負担となります。
    - 行き先：病院や公的機関等に限定されます。
  2. 「定額制」
    - 利用方法：予約は不要です。
    - 利用者負担：利用券1枚の助成額は500円で（おつりは出ません）1回の乗車で最大3枚まで使用できます。それ以外（障害者手帳提示の場合は障害者割引後の金額）は利用者負担となります。
    - 行き先：行き先に制限はありません。
- 登録・問合せ：対象者①に当てはまる人は高齢介護課 ☎0798-35-3077  
対象者②に当てはまる人は障害福祉課 ☎0798-35-3757

# 住宅の改造費を助成します

## 住宅改造費の助成

介護保険の要介護又は要支援認定を受けた人が、現在居住している居宅を身体状況にあわせて改造工事をする際に、工事費の一部を助成します。

- 対象 象：①介護保険の要介護認定または要支援認定を受けた人  
※介護認定新規申請中の方を含みます。ただし、認定結果が非該当となった場合は助成ができませんので、ご注意ください。
- ②世帯の生計中心者の前年（1～6月の申請の場合は前々年）収入（所得）が以下であること
  - 生計中心者が給与収入のみの場合……800万円以下（収入）
  - 生計中心者が給与収入のみでない場合……600万円以下（所得）
- ③介護保険の住宅改修をはじめて利用する場合の一体的な申請であること  
 原則としてこの事業の助成を一度受けた世帯は再度助成を受けることはできません。
- ④工事前に申請すること  
 工事後の申請には助成できません。必ず工事前に相談・申請し、決定が下りてから工事に着工してください。
- ⑤現在居住している居宅の改造であること  
※建て替えや新築・中古の家屋を購入される場合、転居される場合は対象になりません。

●助成 額：介護保険等の住宅改修対象費20万円を超える工事費に対する助成で、それと合わせて100万円が対象となる工事費の上限です。課税状況に応じて対象工事費に対する助成率が決められています。  
※同一世帯に複数の対象者（障害者を含む）がいる場合はこの限りではありません。

- その他：●介護保険の要介護又は要支援認定を受けていない65歳以上の人に対して、将来に備えたバリアフリー工事の一部を助成する住宅改造（一般型）という制度があります。  
 （すまいづくり推進課 ☎0798-35-3761）
- 自己負担（助成額を除く）が50万円を超えた場合、固定資産税の減額措置が受けられる場合があります。  
 （資産税課 ☎0798-35-3225）

●申込・問合せ：高齢介護課 ☎0798-35-3048



# 生きがいのあるくらしを支援します

## 老人福祉センター

高齢者の各種相談に応じるとともに、健康の増進・教養の向上及びレクリエーションなどをおこなう施設です。

### 鳴尾老人福祉センター

西宮市上田中町2-7 ☎0798-47-9519



### 利用方法

- 対象者：西宮市在住の60歳以上の人、その他市長が特に必要と認めた人
- 開館時間：午前9時から午後5時まで（土曜日を除く）  
 土曜日は、午前9時から正午まで
- 休館日：日曜日及び国民の休日に関する法律に規定する休日及び年末年始（12月29日から翌年1月3日まで）
- 利用料：無料

## 老人いこいの家

西宮市に住所を有するおおむね60歳以上の高齢者が気軽に集まって自由な時間を楽しむ場所として、老人いこいの家を設置し無料開放しています。開館は月曜～土曜の午前9時～午後5時です。（国民の休日及び年末年始を除く）

（あいうえお順）

名称	所在地	名称	所在地
泉町	泉町1-1 泉町自治会館内	千鳥ヶ浜	高須町1-4-20
今津二葉	今津二葉町4-49	津門	津門綾羽町2-31
北口	高松町20-20 市民交流センター内	津門西口	津門西口町5-9 西口公園内
北六甲台	北六甲台5-29-12	生瀬	生瀬町2-25-1 生瀬皇太神社内
越木岩	樋之池町5-29 越木岩公民館内	鳴尾北	学文殿町2-4-29
越水	桜谷町7-16 越水自治会館内	仁川	仁川五ヶ山町3-13 五ヶ山会館内
小松西町	小松西町2-3-6 小松西町自治会館内	浜甲団地	枝川町9-3
塩瀬	名塩新町1 塩瀬センター内	東鳴尾	東鳴尾町2-14-13 東鳴尾皇太神社内
夙川	若松町5-1	東山台	東山台1丁目106-2ナシオンホール内
高須	高須町1-1-7 7号棟集会室内	門戸	下大市東町33-4
高須2丁目	高須町2-1-19 19号棟集会室内	山口	山口町下山口4-1-8 山口センター内

●問合せ先：地域共生推進課 ☎0798-35-3286



# 認知症の本人や家族を支援します

## 認知症について

認知症は誰にも起こりうる脳の病気によるものです。  
認知症は早期診断・早期発見で進行を遅らせたり、早期相談をすることで生活を継続する準備ができます。



認知症チェックシート 認知症サポートべんり帳

### 【認知症の早期診断・早期発見】

心身の不調など、おかしいなと感じたらすぐにかかりつけ医もしくは、専門医(※)を受診しましょう。

(※) 専門医…精神科・心療内科・神経科・神経内科・脳神経外科・物忘れ外来など

### 【認知症の相談】

認知症になってもこれまでの生活を続けられるように、各種窓口での相談をおすすめしています。  
相談先は、高齢者あんしん窓口 (P.34~37参照)、または下記の間合せ先までお願いします。  
また、相談先や制度をまとめた認知症サポートべんり帳や認知症のチェックシートを配布しています。

## 認知症高齢者等位置探索サービス事業

認知症等により行方不明となる可能性がある高齢者等を介護している家族に、位置探索システム専用端末機 (GPS端末機) を貸与します。行方不明になった際には、家族が電話又はインターネット検索により、位置情報の提供を受けることが可能です。

●対象者：西宮市の住民として登録され、かつ現に西宮市に居住する65歳以上の認知症高齢者等 (介護保険の要支援及び要介護と認定された第2号被保険者を含む。) を介護し、この事業による支援が必要と認められる家族。

●費用の負担：サービスは下記のどちらかを選択していただけます。

※認知症高齢者等及び対象者が属する世帯の全員が市民税非課税もしくは生活保護世帯であれば、基本料金は免除。

【セコム株式会社】基本使用料 月額1,200円 (税抜)  
検索料 ●インターネット検索料 無料  
●電話検索料 1回200円 (税抜) (対応可能時間：24時間)

【株式会社やさしい手】基本使用料 月額2,000円 (税抜)  
検索料 ●インターネット検索料 無料  
●電話検索料 1回200円 (税抜) (対応可能時間：8時から22時)

●申込・問合せ：地域共生推進課 ☎0798-35-3286

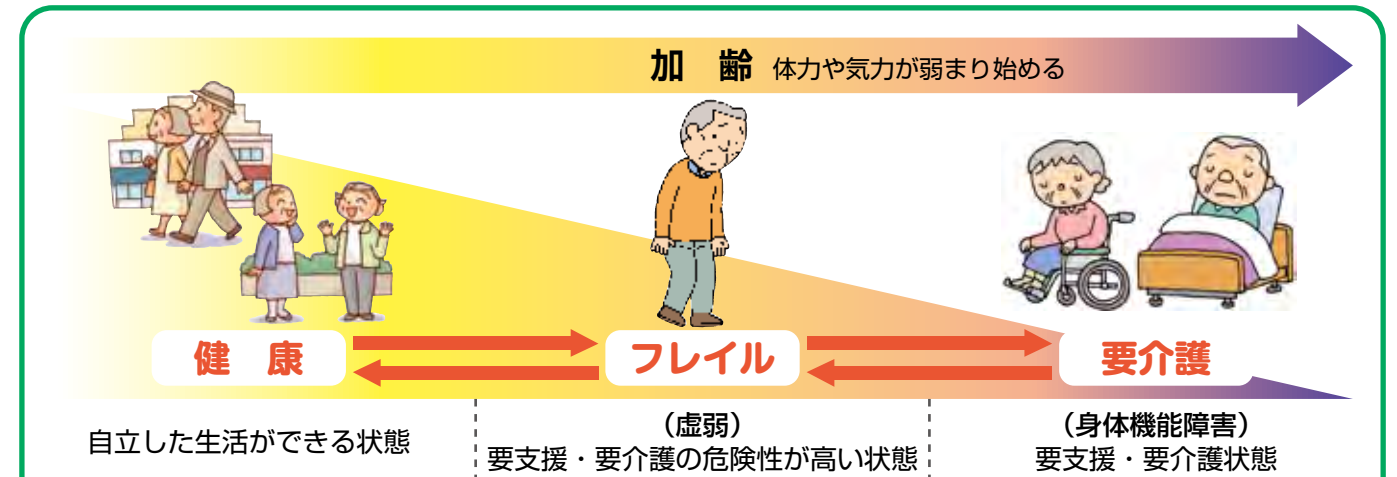
## 認知症SOSメールの登録・配信

認知症などにより行方不明となるおそれのある人の写真・氏名等を事前に登録し、行方不明が発生した際に捜索協力者へ電子メールで情報提供を行うことで、いち早く発見・保護につながります。

- 登録対象者：西宮市内に在住する認知症などにより行方不明となるおそれのある人
- 登録申請できる人：家族・親族・同居している介護者など
- 費用の負担：無し (事業の利用にかかる通信料等は利用者負担)
- 申込・問合せ：地域共生推進課 ☎0798-35-3286

# その衰え、本当に年のせい？

## フレイル予防で健康長寿



### フレイルってなに？

年をとって筋力や認知機能、社会とのつながりなどが低下した状態のことです。  
要介護となるリスクが高い状態ですが、早めに気づき、対応することで健康を維持して、自立した生活を送ることもできます。

### やせてきたら要注意!

高齢期のやせは肥満よりも死亡率が高くなります。65歳を過ぎて病気でもないのにやせてきたら、メタボ予防からフレイル予防に切り替えどきかもしれません。まずはかかりつけ医に相談しましょう。

フレイル予防の4つの柱	
<b>食事</b> ①1日3食食べる ②毎日決まった時間に食べる ③肉、魚、卵、大豆製品のどれかを毎食食べる ④牛乳・乳製品を毎日食べる ⑤家族や仲間と一緒に楽しく食べる	<b>運動</b> ①今より10分多く体を動かす ②寝るより座る、座るより立つことを心がける ③家事をキビキビ行う ④積極的に階段を利用する
<b>お口の健康</b> ①デンタルフロス、歯間ブラシ等を使う ②定期的に歯石除去や健診を受ける ③口腔体操を行い、噛む力、飲み込む力を鍛える	<b>社会参加</b> ①1日1回以上外出する ②週1回以上友人や知り合いと交流する ③月1回以上楽しさややりがいのある活動に参加する

## 西宮市の社会資源情報サイト

地域活動や相談窓口、生活支援といった様々な社会資源情報を集約したホームページです。自宅の近く等どのような資源があるかを検索することができます。  
(リンク：<https://chiiki-kaigo.casio.jp/nishinomiya1>)

●問合せ：地域共生推進課 ☎0798-35-3286





# 民生委員・児童委員とは

～地域の福祉を支えるあなたの身近な存在です～

民生委員・児童委員は、地域の推薦によって選ばれ、厚生労働大臣から委嘱された地域のボランティアです。現在、西宮市には734名（定員）の民生委員・児童委員がいます。あなたの住んでいる地域にも民生委員・児童委員がいて、高齢者から子供まで幅広く相談支援や見守り等の活動を行い、地域福祉を支えています。

## 高齢者実態把握調査にご協力を

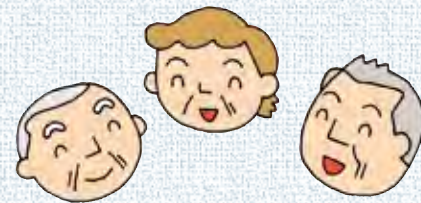
市では、毎年9～12月頃にかけて、日常の見守りや緊急時の備えとして「高齢者実態把握調査」を行っています。調査は70歳以上の一人暮らしや高齢者のみの世帯を中心に行います（その他の世帯も必要に応じて訪問することがあります）。

身分証を携行した民生委員が訪問し、世帯の状況や緊急連絡先などの聞き取りを行なっています。この調査は、緊急時に円滑な対応ができるよう事前の情報把握を行うものです。可能な限りのご協力をお願いします。

●問合せ先：地域共生推進課 ☎0798-35-3032

## 西宮の福祉にあなたの善意を （福祉基金へのご寄附）

西宮市では、誰もが住みやすい福祉のまちづくり向上に役立てるため、2つの福祉基金を設置しております。あなたの善意をお寄せください。



### ●「青い鳥」福祉基金

障害のある人や子ども、高齢者など幅広い世代の福祉を充実するための基金です。市民の皆様の寄附金を「青い鳥」福祉基金として積み立て活用することで、心身障害者扶養共済制度（県の制度）に対する市独自の追加支給や老人ホーム・児童施設で使う備品の購入等を通じ、市民福祉の向上を図っております。

### ●長寿ふれあい基金

高齢者の福祉を充実するための基金です。市民の皆様の寄附金を積み立て活用することで、高齢者の社会参加を支援し、健康の保持等を増進することにより市民福祉の向上を図っております。

●問合せ先：福祉総務課 ☎0798-35-3482

## 介護保険サービス事業者のさがしかた

実際に介護保険サービス事業者をさがすとき、次のような情報源がありますのでご利用ください。

### ハートページ西宮市版

初めて要介護認定を申請した人にお渡ししています。

この冊子は要介護（要支援）認定を受けてから、サービスを利用する方法、サービスの内容、制度のしくみなどについて解説したものです。

市内の介護保険サービス事業者の一覧表もついていますので、地域にどんな事業者があるのかをさがすこともできます。

ご希望の人には、高齢介護課等の窓口でお渡ししています。

### 介護・障害福祉サービス事業者情報

西宮市のホームページで、西宮市が指定している介護保険と障害福祉サービス事業者を検索することができます。

ホームページアドレス

<https://momo.nishi.or.jp/kaigo/>

### 介護事業所・生活関連情報検索

厚生労働省等が運営しているホームページです。

このホームページでは、介護保険制度についてのさまざまな資料のほかに、全国の介護保険サービス事業者を検索することができます。

ホームページアドレス

<https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp>

### 市は介護サービス事業者の紹介・斡旋は行っていません

市は介護保険の保険者（保険の運営者）として、公平な立場を維持する観点から、介護保険サービス事業者の紹介・斡旋は行っていません。

事業者をおさがしの場合は、上記の情報サービスなどをご利用いただきますようお願いいたします。



## 介護保険に関するお問い合わせは

要介護認定については ☎(0798)35-3133  
3348

介護保険の給付については ☎(0798)35-3048

介護保険の資格については ☎(0798)35-3313

介護保険料の納付については ☎(0798)35-3148

## 高齢者の福祉サービスについては

☎(0798)35-3199

## 認知症に関する相談窓口

各窓口によって相談日時が異なります。

西宮市高齢者あんしん窓口 ☎P.34～37を参照

認知症支援の施策 P.46を参照

高齢介護課 ☎(0798)35-3199