

住み慣れた地域で安心して暮らすために

みんなで支える

介護保険 高齢者支援 ガイドブック



センター名	所在地	電話番号	担当圏域
守口第1地域包括支援センター	大久保町3-30-21	TEL 06-6904-8900	よつば(旧東・旧大久保)・ 梶・藤田・八雲東(大日東町 1番~10番)
守口第2地域包括支援センター	大日町1-11-11	TEL 06-4393-8401	庭窪・金田・佐太
守口第3地域包括支援センター	八雲中町3-13-17	TEL 06-6908-2808	八雲・下島
守口第4地域包括支援センター	京阪本通2-5-5	TEL 06-4250-7878	守口・八雲東町(大日東町 1番~10番を除く)・さつ き(旧滝井)
守口第5地域包括支援センター	大宮通1-13-7	TEL 06-6992-1180	さつき(旧春日)・さくら (旧三郷・旧橋波)
守口第6地域包括支援センター	南寺方南通3-4-13	TEL 06-6997-3336	寺方南(旧寺方・旧南)・錦

介護保険は高齢者の暮らしを 社会みんなで支えるしくみです

介護保険は、高齢者や障がい者など、日常生活の自立が難しい人々のために提供される保険制度のことです。日本を中心に多くの国で導入されています。

介護保険は、被保険者が介護が必要な状態になった場合に、介護サービスや施設の利用費用を一部負担することで、その負担を軽減する目的で設けられています。

介護保険の保険証を大切に保管しましょう

介護保険の被保険者が利用するための証明書が「介護保険証」です。介護保険証は、介護サービスを利用する際に必要となります。

この証は、被保険者の基本情報や要介護度などが記載されており、その情報に基づいて介護サービスの提供や給付が行われます。介護保険証を持っていることで、必要なサービスを受ける際にスムーズに手続きが行えるようになります。

大切に保管しましょう。

● 65歳以上の方は

65歳以上の方の場合は、特別な手続きを行わなくても誕生日を迎える月に守口市から交付されます。

● 40～64歳の方は

要介護・要支援認定を受けた方に交付されます。

● 保険証が必要なとき

- ・要介護・要支援認定を申請するとき
- ・ケアプランを作成するとき
- ・介護給付費の支給申請をするとき など

介護保険被保険者証	
番号	
住所	見本
フリガナ	
氏名	
生年月日	
交付年月日	
保険者番号 並びに 保険者の名称 及び印	〇〇市町村

※市区町村によって様式が異なる場合があります。

介護保険法

(目的) 抜粋

第1条 この法律は加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により（要介護状態となった者が）、尊厳を保持し、**その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保険医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行う**（以下略）

(国民の努力及び義務)

第4条 国民は、自ら要介護状態となることを予防するため、**加齢に伴って生じる心身の変化を自覚して常に健康の保持増進に努めるとともに、要介護状態となった場合においても、（中略）その有する能力の維持向上に努めるものとする。**

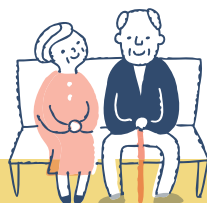
もくじ

1	介護保険制度のしくみ	4
2	介護保険料について	6
3	サービスを利用するには	
	窓口相談シート	9
	介護(予防)サービスを利用するための手順	10
	要介護・要支援認定の申請から認定まで	12
	ケアプラン作成からサービス利用まで	14
4	介護保険で利用できるサービス	
	居宅サービス	16
	施設サービス	22
	地域密着型サービス	24
	福祉用具貸与・購入、住宅改修	26
5	利用者負担について	
	費用の支払い	28
	利用者負担額を軽減するために	29
6	介護予防・日常生活支援総合事業	32
	通所型サービスC	34
7	高齢者支援事業	36
8	地域包括支援センターとは	38

発行 守口市

編集／発行 株式会社鎌倉新書

発行年 2024年4月



1 介護保険制度のしくみ

年齢で2つの被保険者に分かります。

- ## 65歳以上(第1号被保険者)の方

An illustration of a man and a woman. The man on the left has grey hair, a yellow shirt, and a dark blue vest. The woman on the right has grey hair, wears glasses, a yellow shirt, and a light blue cardigan. Both have yellow circular accents on their cheeks.

医療保険に加入している
40～64歳(第2号被保険者)の方



介護保険で対象となる病気（特定疾病※1）が原因で「要介護・要支援認定」を受けた場合に、サービスが利用できます。

- 介護保険料を納める ●要介護・要支援認定の申請

高齢者が地域で生活できるよう 支援する拠点

- 相談

介護サービスの相談窓口となる 介護の専門家

- 支援

- サービスを利用 ●費用の1～3割を支払う

65歳以上(第1号被保険者)で一定所得以上の方は介護(予防)サービス等を利用するときの自己負担が2割または3割になります。 詳細▶▶第5章

本人の合計所得金額が220万円以上で
同じ世帯にいる65歳以上の人の「年金
収入＋その他の合計所得金額(※)」の
合計が単身世帯で340万円以上、2人
以上の世帯では463万円以上の人は負担
割合が3割となります。

負担割合証

有効期限：1年間
(8月1日～翌年7月31日)

介護保険費照野台誌	
姓 名	
住 所	
フリガナ	
氏 名	
生年月日	
介護保険ID 照野台誌	西 西 西 西
保険番号 照野台誌 照野台誌	

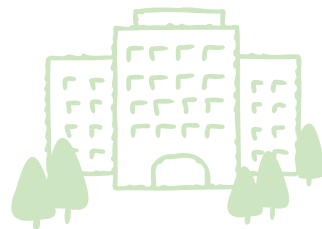
※市区町村によって
様式が異なる場合が
あります。

介護保険は、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、介護が必要になったときには、費用の一部を負担することで、介護(予防)サービスを利用できる制度です。

守口市（保険者）

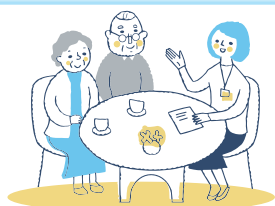
主な役割

- 介護保険料の算定・徴収
- 保険証・負担割合証の交付
- 要介護・要支援認定
- 保険給付 など



連携

詳細 ▶ 第8章



支払

守口市（保険者）が
費用の7～9割を支払う

請求

介護サービス・ 介護予防サービス提供事業者

利用者にあった介護サービスを提供

- 居宅サービス
- 地域密着型サービス
- 施設サービス など



(指定を受けた社会福祉法人、医療法人、民間企業、非営利組織などがサービスを提供)

連絡
調整

詳細 ▶ 第8章



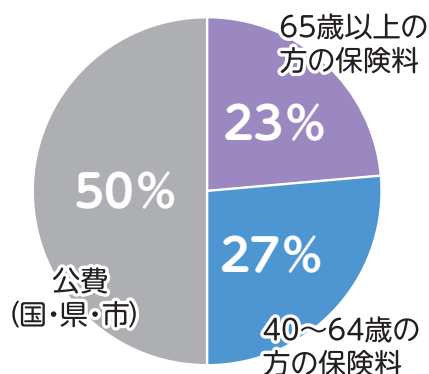
特定疾病とは ※1

介護保険で対象となる病気(特定疾病)には、加齢による心身の変化に起因すると考えられる下記の16種類が指定されています。

- 筋萎縮性側索硬化症
- 後縦靱帯骨化症
- 骨折を伴う骨粗しょう症
- 多系統萎縮症
- 初老期における認知症
- 脊髄小脳変性症
- 脊柱管狭窄症
- 早老症
- 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- 脳血管疾患
- 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
- 閉塞性動脈硬化症
- 関節リウマチ
- 慢性閉塞性肺疾患
- 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症
- がん(医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る。)

2 介護保険料について

介護保険制度は社会全体で介護を支えることを目的に創設された公的保険制度です。
介護保険が健全に運営できるよう、保険料の納付にご理解とご協力をお願いいたします。



● 介護保険の財源

介護保険料は、介護保険を運営するための大切な財源で、40歳以上の方が納めます。保険料が介護保険財源に占める割合は以下の通りです。



65歳以上(第1号被保険者)の方の保険料

守口市の保険料基準額

(月額) **6,748円**

決め方 ▶ 基準額をもとに、所得等に応じて決まります。

市民税課税状況		所得段階		所得区分	負担率	年額保険料
世帯	本人					
非課税	非課税	軽減される方	第1段階	・生活保護受給者または老齢福祉年金受給者で市民税非課税世帯の人 ・世帯全員が市民税非課税で本人の合計所得金額(課税年金に係る雑所得を除く)と課税年金収入額の合計額が80万円以下の人	基準額×0.30	24,300円
			第2段階	世帯全員が市民税非課税で本人の合計所得金額(課税年金に係る雑所得を除く)と課税年金収入額の合計額が120万円以下の人	基準額×0.45	36,440円
			第3段階	世帯全員が市民税非課税の人	基準額×0.70	56,680円
			第4段階	被保険者本人が市民税非課税で本人の合計所得金額(課税年金に係る雑所得を除く)と課税年金収入額の合計額が80万円以下の人	基準額×0.95	76,930円
		基準	第5段階(基準段階)	被保険者本人が市民税非課税の人	基準額	80,970円
課税	課税	割増となる方	以下、被保険者本人が市民税課税で合計所得金額が			
			第6段階	120万円未満の人	基準額×1.20	97,170円
			第7段階	120万円以上200万円未満の人	基準額×1.30	105,270円
			第8段階	200万円以上300万円未満の人	基準額×1.50	121,460円
			第9段階	300万円以上400万円未満の人	基準額×1.60	129,560円
			第10段階	400万円以上500万円未満の人	基準額×1.70	137,650円
			第11段階	500万円以上600万円未満の人	基準額×1.80	145,750円
			第12段階	600万円以上700万円未満の人	基準額×1.90	153,850円
			第13段階	700万円以上800万円未満の人	基準額×2.00	161,940円
			第14段階	800万円以上900万円未満の人	基準額×2.15	174,090円
			第15段階	900万円以上の人	基準額×2.30	186,240円

納め方 ▶ 年金の受給額で異なります。

年金の受給が年額18万円以上

年金から天引き（特別徴収）

年金天引きとは、年金支払月（偶数月）に受給の年金からあらかじめ保険料を差し引くことです。ご自身で納める必要はありません。
（注）個人年金は対象となりません。

仮徴収期間



仮徴収

当年度の介護保険料が確定するまでの間（4月・6月・8月）、仮の保険料額を年金から差し引かせていただきます。すでに年金から差し引かれている方は、前年度の2月と同額をそれぞれ納めていただきます。

本徴収期間



本徴収

保険料が確定しましたら、仮徴収額を差し引いた残りの額を期割（10月・12月・2月）で年金から差し引かせていただきます。

※仮徴収額と本徴収額に大きく差が生じると思われる方に対しては、6月・8月の徴収額を変更（平準化）する場合があります。

年金の受給が年額18万円未満

納付書払か口座振替（普通徴収）

市町村からお送りする納付書で、毎月、指定の金融機関等で納めます。口座振替で納めることもできます。

本算定賦課



本算定賦課

7月から翌年の3月までの9期分の納付書を7月中旬にお送りいたします。納付書に記載の金融機関・市役所の窓口で期限内に納めていただくか、お申込の金融機関の口座から口座振替により納めていただきます。

※前年所得が確定後に計算されたその年度の年間保険料額（本算定賦課）から暫定賦課徴収分を差し引いた金額を残りの9期に分けて納めていただきます。

40歳から64歳(第2号被保険者)の方の保険料

国民健康保険に加入している方

決め方▶ 世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などに応じて世帯ごとに決まります。

納め方▶ 医療分・後期高齢者支援金分と合わせて世帯主が納付します。
※なお、本人負担分と同額を国や県が負担しています。

職場の健康保険に加入している方

決め方▶ 加入している健康保険ごとの算定方法で決まります。

納め方▶ 健康保険料と介護保険料を合わせて納めます。
※原則として事業主が半分納めます。



介護保険料を滞納した場合は？

災害など特別な事情もなく介護保険料を滞納した場合、滞納した期間に応じて次の措置が取られることがあります。

納期限をすぎると… 督促が行われ、督促手数料や延滞金が徴収される場合があります。

1年以上滞納

サービス費用の全額をいったん自己負担し、申請によりあとから保険給付(費用の7～9割)を受けます。

1年以上滞納

サービス費用の全額をいったん自己負担し、給付が一時差し止められます。滞納していた保険料に充当する場合があります。

1年以上滞納

利用者負担が1割～3割負担から、3割～4割に引き上げられるほか、高額介護サービス費の支給が受けられない場合があります。

3 サービスを利用するには

窓口相談シート

日々の生活のなかで、難しくなってきた動作の早期改善を図ることが、いつまでも元気にいきいきと生活するために大切です。生活の状況から、適切なサービス等につなぐ流れを紹介します。以下にあてはまる□に✓してみましょう。

1

- ☐ 物につかまっても寝返り、立ち座りができない
- ☐ 歩行器や杖を使ってもひとりで歩くことができない
- ☐ 入浴や着替え、食事、排せつの後始末が一人ではできない
- ☐ 進行性の疾患がある（がん、認知症、難病等）
- ☐ 65歳未満で特定疾病に該当する

日常生活の動作が
困難になっている

2

- ☐ 足腰が弱ってきて、よくつまずく
- ☐ 入浴（浴槽のまたぎなど）がひとりでしづらくなっている
- ☐ 掃除機を出して掃除することが億劫になってきた
- ☐ 買い物や料理することが大変になってきた
- ☐ 疲れやすく、何をするのも億劫に感じる

※
フレイルかも・・・

要介護認定

支援が必要な状態です。早期に認定申請を行いましょう。

地域包括支援センターでは認定申請の代行をしています。



基本チェックリスト

（利用者の心身の状況を把握するための質問リストです）

認定申請を急ぐ必要はありませんが、早期に介護予防に取り組むことが重要です。

すでに生活に支障があり、支援を必要とする人、介護予防の取り組み方がわからない人は地域包括支援センターに相談しましょう。

※フレイルとは「病気ではないけれど、年齢とともに、筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい、健康と要介護の間の虚弱な状態」のこと。

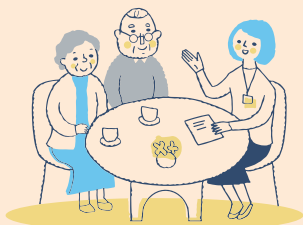
介護(予防)サービスを利用するための手順

相談する

心身の状態を調査

65歳以上の方

地域包括支援センター・
高齢介護課で相談する。



例えば…

- ・ 介護(予防)サービスが必要
- ・ どんなサービスを利用したらよいかわからない
- ・ 介護の予防をしたい など

40～64歳以下の方

※要介護・要支援認定の
申請が必要です。

**要介護・要支援認定
の申請**



申請の窓口は市役所の高齢
介護課です。申請は本人また
は家族でもできます。

**基本チェックリスト
による判定**



25 の質問項目で日常生活
に必要な機能が低下してい
ないかを確認します。

要介護・要支援認定

非該当

コラム

基本チェックリストについて



日頃の生活や心身の状態を確認するため、25 項目の質問に「はい」か「いいえ」で答えます。このチェックリストから、運動機能や口腔機能などといった日常生活に必要な機能が低下していないか確認し、どのような介護予防に取り組めばいいかがわかります。

基本チェックリスト (例)

- ☐ 週に 1 回以上は外出していますか
- ☐ 転倒に対する不安は大きいですか
- ☐ 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか
- ☐ 周りの人から物忘れがあると言われるか

結果を知る

利用できるサービス

要介護 1～5

介護サービス

詳しくは、第4章



要支援 1・2

介護予防サービス

詳しくは、第4章

サービス事業
対象者

- 生活機能の低下がみられた方

介護予防・生活支援
サービス事業

詳しくは、第6章



非該当

- 生活機能の低下がみられない方
- 介護予防したい方

一般介護
予防事業

詳しくは、第6章



コラム

ケアマネジャー(介護支援専門員)ってどんな人？

介護の知識を幅広く持った専門家で、介護(予防)サービスの利用にあたって、右記のような重要な役割を担っています。資格は5年ごとに更新されます。

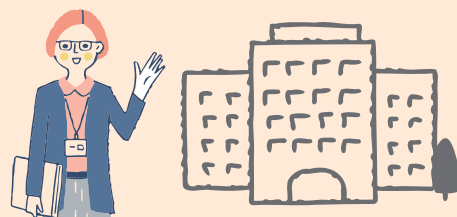
- 本人に適したケアプランの作成
- サービス事業所への連絡・手配
- 施設選びの相談・アドバイス
- 介護に関する家族の相談・アドバイス

要介護・要支援認定の申請から認定まで

介護(予防)サービスを利用するには要介護・要支援認定を受け、「介護(予防)が必要」と認定されることが必要です。

1 申請 介護(予防)サービスが必要になったら 市役所の高齢介護課の窓口で申請をします。

- ・介護(予防)サービスを利用するには、要介護・要支援認定を受けることが必要です。
- ・申請には介護保険被保険者証(2ページ参照)が必要です。



Q 申請は誰でもできますか？

A 申請は、利用者本人または家族、パートナー、成年後見人、地域包括支援センター、省令で定められた居宅介護支援事業所や介護保険施設等に代行してもらうこともできます。

Q 申請の費用は？

A 無料です。要介護・要支援認定に必要な費用は全額保険で負担します。

Q 現在、入院中でも申請できますか？

A 退院後に在宅で介護(予防)サービスを利用する場合や、介護保険施設等への入所を希望する場合に申請できます。なお、要介護・要支援認定は、病状が安定していることが前提となりますので、病院の主治医や看護師、相談員等にご相談ください。

2-1 訪問調査

調査員が自宅等を訪問して、本人と家族から心身の状態や日頃の生活、居住環境等について聞き取り調査等を行います。

2-2 主治医意見書

市から本人の主治医に依頼し、心身の状態についての意見書を作成してもらいます。意見書では、本人の生活機能を評価します。

Q 主治医とは

A かかりつけの医師や、介護が必要になった直接の原因である病気を治療している医師等、本人の心身の状態をより把握している医師のことです。主治医がいない場合は、市役所の高齢介護課へご相談ください。

3

審査・判定

介護認定審査会が、必要な介護の度合いを総合的に判断します。

- ②-1 訪問調査の結果等からコンピュータ判定(一次判定)が行われ、その結果と特記事項、②-2 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(二次判定)されます。

訪問調査の結果

特記事項

主治医の意見書

介護認定審査会



判定

- 要支援 1・2
- 要介護 1～5
- 非該当

4

認定

必要な介護の度合いが認定され、その結果が記載された結果通知書と介護保険被保険者証が届きます。

- 介護認定審査会の判定に基づき、市町村が要介護状態区分を認定します。(原則として申請から30日以内。)

要介護状態区分

利用できるサービス

予防的な対策が必要

要支援1

要支援2

介護予防サービスが利用できます。
介護予防・生活支援サービス事業が利用できます。

第4章

第5章

介護が必要

数字が高いほど
介護が必要な
度合いが高い

要介護1

要介護2

要介護3

要介護4

要介護5

介護サービスが利用できます。

第4章

保険給付の対象外

非該当

希望者は基本チェックリストを受けます

第3章

Q

認定結果が出るまで、介護(予防)サービスの利用はできないの？

A

介護(予防)サービスは、申請した日から利用できます。申請後、認定結果が通知されるまでの間でも必要に応じて利用できます。

サービス利用を具体的に考えてから申請しても間に合います。なお、申請からサービス利用するまでに長く時間が空いていると、介護(予防)サービスを利用する時点では心身の状態が変化している可能性もあり、要介護・要支援認定のやり直しが必要になる場合があります。

介護(予防)サービスが必要な時に、要介護・要支援認定の申請をしましょう。

ケアプラン作成からサービス利用まで

要介護 1～5
と認定された方

在宅で
サービスを利用したい



居宅介護支援事業所に
ケアプランの作成を依頼

- 居宅介護支援事業所を選び、連絡します。
- 担当のケアマネジャーが決まります。



施設に
入所して
サービスを利用したい

介護保険施設と契約

入所を希望する施設へ
直接申し込みます。



要支援 1・2
と認定された方

介護予防・生活支援
サービス事業対象
となった方

地域包括支援センターに
ケアプランの作成を
依頼

- 心身の状態や環境、生活歴などから、課題を分析します。
- お住まいの地域によって担当のセンターが決まっています。(第8章参照)

ケアプランの作成

本人や家族とサービス担当者を含めて目標を達成するための具体策、利用サービスなどの支援メニューを決定します。



要介護・要支援認定は期間ごとに更新が必要です



要介護・要支援の認定には有効期間
(原則、新規は6か月、更新は12か月)があります。

引き続きサービスを利用したい場合は、
有効期間が終了する前に更新認定の申請をする必要があります。
更新認定の申請は、有効期間終了日の60日前から受付します。

介護サービス・介護予防サービス提供事業者や介護保険施設と契約したり、居宅介護支援事業所や地域包括支援センターに依頼し、介護（予防）サービス計画（ケアプラン）に基づいてサービスを利用します。

ケアプランの作成

- 計画の原案の作成
- サービスの担当者との話し合い
- ケアプランを作成

ケアマネジャーと面接して生活上の課題等を把握し、サービス利用の原案を作ったあと、家族やサービス事業所と、原案について検討します。サービスの種類、利用回数などを盛り込んだケアプランが作成され、同意により完成します。

サービス事業所と契約

在宅サービスの利用開始

ケアプランに基づいて
居宅サービスを利用します。



第4章

ケアプランの作成



施設のケアマネジャーが
本人にあったケアプランを作成します。

施設サービスの利用開始

ケアプランに基づいて
施設サービスを利用します。

第4章



サービス事業所と契約 ※1

介護予防サービスの利用開始

ケアプランにそって介護予防サービス 第4章
および 介護予防・生活支援サービス事業 第6章 を利用します。

介護予防・生活支援サービス事業の利用開始

ケアプランにそって
介護予防・生活支援サービス事業 第6章 を利用します。

※1 介護予防・生活支援サービス事業所との契約は一部サービスを除きます。

Q なぜ要介護・要支援の認定には有効期間があるのですか？

A 高齢者の心身の状態は変化しやすいため、必要な介護の度合いは一定であるとは限りません。適切なサービスが提供されるよう、一定期間ごとに状態をチェックして、認定を見直す必要があるためです。

Q 要介護・要支援の認定結果に納得ができない場合は？

A 認定結果などに疑問や不服がある場合、まずは高齢介護課までご相談ください。その上で納得できない場合は、認定結果を受け取った日の翌日から3か月以内に「大阪府国民保険団体連合会」に申立てできます。

介護保険制度のしくみ

介護保険料について

サービスを利用するには

介護保険で利用できるサービス

利用者負担について

介護予防・日常生活支援総合事業

高齢者支援事業

地域包括支援センターとは

4 介護保険で利用できるサービス

「在宅で」「通いで」「施設で」利用できるさまざまな介護サービスは、1割～3割の自己負担で利用できます。このほかに、居住費、食費、日常生活費がかかる場合があります。費用はサービスを提供する事業所などの体制などによって異なります。

第4章で
使用している
マークの意味

要介護 要介護1～5の方が利用できるサービス

要支援 要支援1・2の方が利用できるサービス

居宅サービス＜在宅でサービス利用＞

※(カッコ)内は1割の場合の利用者負担費用です。 2023年4月1日現在の費用額のめやす

自宅での日常生活をサポートしてもらう

要介護 訪問介護(ホームヘルプ)

自分ではできない日常生活上の行為がある場合に、ホームヘルパーによる本人への身体介護や生活援助が受けられます。

※共生型サービス事業所の場合は、障がい福祉サービス事業所でも介護保険サービスを利用できます。

▼サービス費用のめやす

身体介護(30分以上1時間未満)(1回) 例) 食事・排せつ・入浴の介助 など	4,375円(438円)
生活援助(20分以上45分未満)(1回) 例) 掃除・洗濯・買い物・調理の支援 など	2,022円(203円)

※早朝、夜間、深夜、緊急時訪問などは加算あり

通院などのための乗車・降車の介助(1回)	1,093円(110円)
----------------------	--------------

！ サービスの対象外です

- 本人以外の家族のための家事
- ペットの世話
- 来客の対応
- 草むしり・花の手入れ
- 洗車
- 大掃除や屋根の修理などの
日常的な家事の範囲を超えるもの 等

共生型サービスとは？

共生型サービスは、1つの事業所で、介護保険と障がい福祉サービスを一体的に提供する取り組みです。障がいのある方が65歳以上になっても、なじみの事業所でサービスを受けることができます。

※ 対象サービス……「訪問介護」「(地域密着型)通所介護」「(予防)短期入所生活介護」「(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」

ビス (例)

自宅で入浴の介助をしてもらう

要介護 訪問入浴介護

訪問入浴車などで訪問し、入浴の介護が受けられます。

▼サービス費用のめやす

全身入浴(1回)

13,923円(1,393円)



要支援 介護予防訪問入浴介護

自宅に浴槽がない場合や、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に限定して、訪問による入浴の介護が受けられます。

▼サービス費用のめやす

全身入浴(1回)

9,414円(942円)

自宅で看護を受ける

要介護 訪問看護

看護師などによる療養上の世話や診療の補助が受けられます。

▼サービス費用のめやす

訪問看護ステーションの場合
(30分未満)(1回)

5,193円
(520円)

病院または診療所の場合
(30分未満)(1回)

4,397円
(440円)

※早朝、夜間、深夜、緊急時訪問などは加算あり

要支援 介護予防訪問看護

疾患などを抱えて外出が困難な場合に、看護師などによる療養上の世話や診療の補助が受けられます。

▼サービス費用のめやす

訪問看護ステーションの場合
(30分未満)(1回)

4,972円
(498円)

病院または診療所の場合
(30分未満)(1回)

4,210円
(421円)

介護保険制度のしくみ

介護保険料について

サービスを利用するには

介護保険で利用できるサービス

利用者負担について

介護予防・日常生活支援総合事業

高齢者支援事業

地域包括支援センターとは

自宅でリハビリをする

要介護 訪問リハビリテーション

理学療法士、作業療法士などによる機能訓練が受けられます。

要支援 介護予防訪問リハビリテーション

在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、作業療法士などによる機能訓練が受けられます。

▼サービス費用のめやす

1回につき

3,324円(333円)



自宅で医師などから指導・管理を受ける

要介護 居宅療養管理指導

要支援 介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師などが家庭を訪問し、医学的な管理や指導が受けられます。

▼サービス費用のめやす

医師による指導(1か月に2回まで)

5,140円(514円)

日帰りで施設に通って入浴や食事などのサービスを受ける

要介護 通所介護(デイサービス)

通所介護事業所に通って入浴や食事の介助、機能訓練などが受けられます。

※共生型サービス事業所の場合は、障がい福祉サービス事業所でも介護保険サービスを利用できます。

▼サービス費用のめやす

通常規模事業所利用の場合
(7時間以上8時間未満)

要介護1
↓
要介護5

6,995円(700円)
↓
12,196円(1,220円)

※食事、日常生活費は別途かかります。
※費用は事業所の種類・サービスによって異なります。



使用している
マークの意味

要介護 要介護1～5の方が利用できるサービス
要支援 要支援1・2の方が利用できるサービス

日帰りで施設に通ってリハビリする

要介護 通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や病院・診療所に通って、必要な機能訓練が受けられます。



▼サービス費用のめやす

通常規模事業所利用の場合 (7時間以上8時間未満)	要介護1	8,198円(820円)
	要介護5	14,826円(1,483円)

※個別のリハビリを行った場合は加算あり ※食事、日常生活費は別途かかります。

要支援 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病院・診療所に通って、必要な機能訓練が受けられるほか、その人の目標に合わせたサービスを提供します。

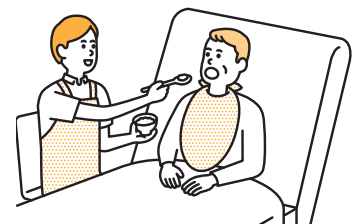
▼サービス費用のめやす

1か月あたり	要支援1	22,233円(2,224円)
	要支援2	43,309円(4,331円)

※食事、日常生活費は別途かかります。

特定の施設に入居している方が利用するサービス

有料老人ホームや軽費老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅などのうち、介護保険の指定を受けた施設に入居している方が受けるサービスです。
食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。



要介護 特定施設入居者生活介護

▼サービス費用のめやす

1日あたり	要介護1	5,745円(575円)
	要介護5	8,618円(862円)

要支援 介護予防特定施設入居者生活介護

▼サービス費用のめやす

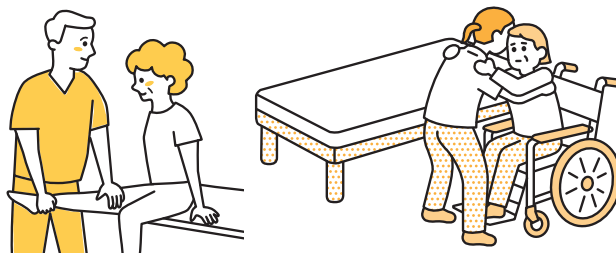
1日あたり	要支援1	1,943円(195円)
	要支援2	3,321円(333円)

※食費、居住費などは別途かかります。
※費用は施設の種類・サービスによって異なります。

一時的に介護ができないとき

要介護 短期入所生活(療養)介護(ショートステイ)

介護老人福祉(保健)施設などに短期間入所し、日常生活の支援や機能訓練が受けられます。



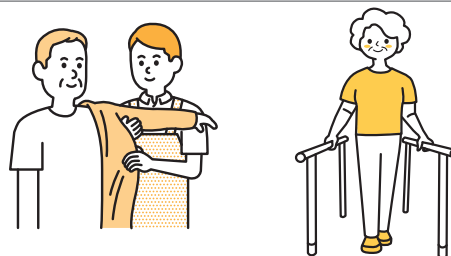
▼サービス費用のめやす

介護老人福祉施設 (併設型・ユニット型)生活介護 (1日あたり)	要介護1	7,537円(754円)
	要介護5	10,570円(1,057円)
介護老人保健施設 (併設型・ユニット型)療養介護 (1日あたり)	要介護1	8,896円(890円)
	要介護5	11,203円(1,121円)

※食費、滞在費、日常生活費などは別途かかります。
※費用は施設の種類・サービスによって異なります。

要支援 介護予防短期入所生活(療養)介護(ショートステイ)

介護老人福祉(保健)施設などに短期間入所し、日常生活の支援や機能訓練が受けられます。



▼サービス費用のめやす

介護老人福祉施設 (併設型・ユニット型)生活介護 (1日あたり)	要支援1	5,664円(564円)
	要支援2	7,028円(703円)
介護老人保健施設 (併設型・ユニット型)療養介護 (1日あたり)	要支援1	6,632円(664円)
	要支援2	8,351円(836円)

※食費、滞在費、日常生活費などは別途かかります。
※費用は施設の種類・サービスによって異なります。

使用している
マークの意味

要介護 要介護1～5の方が利用できるサービス
要支援 要支援1・2の方が利用できるサービス

MEMO

介護保険制度の
しくみ

介護保険料に
ついて

サービスを利用するには

介護保険で利用
できるサービス

利用者負担に
ついて

介護予防・日常生活
支援総合事業

高齢者支援事業

地域包括支援
センターとは

要介護3～5 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

原則として要介護3～5の方が対象です。

入所できるのは、身体上または精神上著しい障がいがあるため、常に介護が必要で、自宅では介護できない人です。入所した要介護者は、食事・排せつ・入浴などの介護や日常生活上の世話や健康管理を受けられます。また、少人数の家庭的な雰囲気の中で、サービスの提供を行う施設もあります。(ユニットケア) ●居室(部屋タイプ)はユニット型個室、ユニット型個室的多床室、従来型個室、多床室があります。

要介護 介護老人保健施設(老健)

入所できるのは、病状が安定し、在宅生活への復帰を目指したりハビリに重点をおいた介護が必要な人です。

入所した要介護者(要介護1～5に認定されている人)は、医学的な管理のもとでの看護やリハビリ、食事・排せつ・入浴などの介護や日常生活上の世話を受けられます。

●居室(部屋タイプ)はユニット型個室、ユニット型個室的多床室、従来型個室、多床室があります。

要介護 介護医療院

主に長期にわたり療養が必要な方が対象の施設です。医療と介護(日常生活上の世話)が一体的に受けられます。医療ニーズの高い要介護者を対象とするⅠ型と、比較的容態が安定した要介護者を対象とするⅡ型があります。

要介護 介護療養型医療施設

入院できるのは、急性期の治療が終わり、病状は安定しているものの長期の療養を必要とする人です。

入院した要介護者(要介護1～5に認定されている人)は、食事・排せつ・入浴などの介護体制の整った病院・診療所の療養病床で、医療や看護などを受けられます。

●居室(部屋タイプ)はユニット型個室、ユニット型個室的多床室、従来型個室、多床室があります。

サービスを利用するとき

在宅サービスなどで施設を利用した場合の負担額

通所サービス、施設を利用するサービスの利用者負担は、次のとおりとなります。

●通って受けるサービス

は利用者負担額

(通所介護、通所リハビリテーション、認知症対応型通所介護、地域密着型通所介護)



●施設を利用するサービス

は利用者負担額

(短期入所生活介護、短期入所療養介護、小規模多機能型居宅介護、看護小規模多機能型居宅介護)



施設サービスを利用した場合の負担額

介護サービス利用時の1か月の自己負担額の平均的なめやす(1割負担の場合)

	介護老人 福祉施設	介護老人 保健施設	介護療養型 医療施設	地域密着型介護老人福祉 施設入所者生活介護	介護医療院
要介護1	18,359円	25,248円	21,980円	18,648円	26,433円
要介護2	20,538円	26,786円	25,024円	20,858円	29,926円
要介護3	22,813円	28,772円	31,464円	23,133円	37,519円
要介護4	24,992円	30,406円	34,283円	25,376円	40,723円
要介護5	27,138円	32,137円	36,718円	27,555円	43,639円

※利用者負担額は基本的な額であり、サービス内容や施設の規模などによって異なります。このほかに、日常生活費、食費、居住費などの負担があります。

●施設サービスを利用した場合の負担額は、①介護サービス費用の1割、2割または3割、②日常生活費、③食費、④居住費になります。



※おむつ代(おむつかバー、洗濯代などを含む)は、介護サービス費に含まれるので日常生活費として支払う必要はありません。

地域密着型サービス

要介護度が比較的高い状態になっても、可能な限り住み慣れた地域で生活し続けることができるようにするためのサービスです。

原則として、守口市内に所在する事業所から守口市民の方だけがサービスを利用できます。費用は施設などの体制などによって異なります。

要介護 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて、訪問介護と訪問看護が綿密に連携しながら、定期巡回型訪問と随時の対応を行うサービスが受けられます。

要介護 地域密着型通所介護(デイサービス)

小規模なデイサービスセンターに通って、入浴・排せつ・食事の介助、機能訓練などが受けられます。



難病やがん末期の方などが、常時看護師による観察がある環境で、入浴・排せつ・食事の介助や日常生活上の支援などを受けられます。

要介護 認知症対応型通所介護(認知症デイサービス)

要支援 介護予防認知症対応型通所介護

認知症と診断された方が、デイサービスに通って、入浴・排せつ・食事の介助、機能訓練などを受けられます。

要介護 小規模多機能型居宅介護

要支援 介護予防小規模多機能型居宅介護

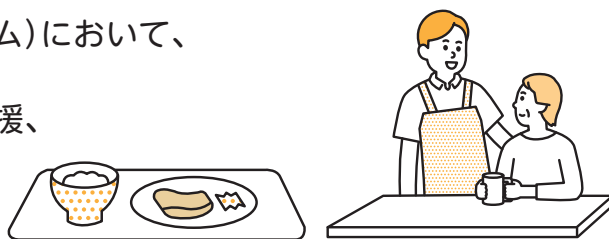
「通い」を中心としながら、「訪問」や短期間の「宿泊」を組み合わせ、入浴・排せつ・食事の介助、調理・洗濯・掃除などの家事、健康状態の確認や機能訓練など多機能なサービスが受けられます。

要介護 看護小規模多機能型居宅介護(複合型サービス)

介護度が高く、医療ニーズの高い方に対応するため、小規模多機能型居宅介護のサービスに加え、必要に応じて訪問看護が受けられます。
市内に事業所はありませんが、協定により利用できる事業所が近隣に1事業所あります。

要介護 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)**要支援 介護予防認知症対応型共同生活介護**

認知症の方が共同生活住居(グループホーム)において、家庭的な環境と地域住民との交流の下、入浴・排せつ・食事の介助、日常生活上の支援、機能訓練などが受けられます。



ユニットとは?・・・9人程度の少人数のグループのこと。入居者の尊厳を重視したケアを目指します。

要介護3以上 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護(小規模特別養護老人ホーム)

原則として要介護3以上の方が入所できます。
定員29人以下の特別養護老人ホームに入所して、入浴・排せつ・食事の介助、日常生活上の世話などが受けられます。

要介護 夜間対応型訪問介護

夜間に定期的な巡回訪問又は随時の訪問により、入浴・排せつ・食事の介助や緊急時の対応などが受けられるサービスです。

※注意事項あればここに記載

要介護 地域密着型特定施設入居者生活介護

介護保険の指定を受けた定員29人以下の有料老人ホームなどに入居して、食事・排せつ・食事の介助、洗濯掃除などの家事、日常生活上の支援、機能訓練などが受けられるサービスです。

※注意事項あればここに記載

使用している
マークの意味

要介護 要介護1～5の方が利用できるサービス

要支援 要支援1・2の方が利用できるサービス

福祉用具貸与・購入、住宅改修

福祉用具をレンタルする

用具によって要介護、要支援の対象範囲が異なります。

要介護 福祉用具の貸与

日常生活の自立を助ける用具を貸し出します。

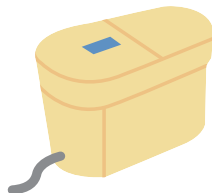
要支援 介護予防福祉用具の貸与

日常生活の自立を助ける福祉用具のうち、介護予防に役立つものを貸し出します。

■ 車いす



★ 自動排泄処理装置



▲ ■ 手すり (工事をともわないもの)



■ 車いす付属品 (クッションなど)



▲ ■ スロープ (工事をともわないもの)



■ 認知症老人徘徊感知器



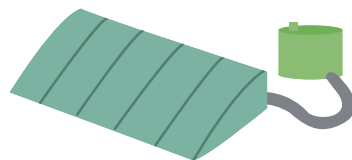
■ 特殊寝台



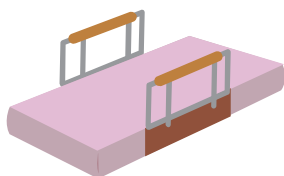
▲ ■ 歩行器



■ 体位変換器



■ 特殊寝台付属品 (マットレスなど)



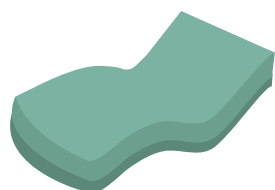
▲ ■ 歩行補助つえ



■ 移動用リフト (つり具の部分を除く)



■ 床ずれ防止用具



対象の範囲

要支援 1・2、要介護 1 の方 → ▲

要介護 2～要介護 5 の方 → ■

要介護 4・要介護 5 の方 → ★

サービス費用のめやす

実際に貸与に要した費用
(利用者負担 1 割～3 割)

▼福祉用具(貸与)について

- 福祉用具(貸与)が適切な価格で利用できるよう、商品ごとの全国平均貸与価格及び貸与価格の上限が公表されました。
- 福祉用具貸与業所に下記①②が義務づけられました。
 - ①貸与する品目の機能や価格帯の異なる複数商品を選択肢として示す
 - ②貸与する品目の全国平均価格とその事業所の価格を示す

使用しているマークの意味

要介護

要介護 1～5 の方が
利用できるサービス

要支援

要支援 1・2 の方が
利用できるサービス

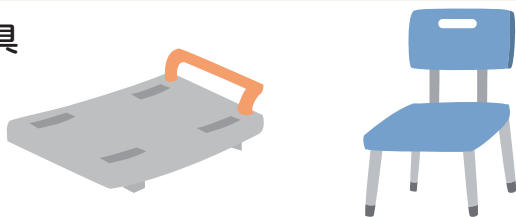
福祉用具を購入する

要介護 特定福祉用具の購入費の支給

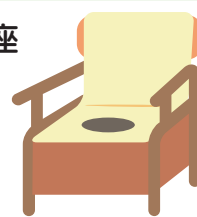
要支援 特定介護予防福祉用具の購入費の支給

指定された事業所から福祉用具を購入した場合、福祉用具の購入費を支給します。

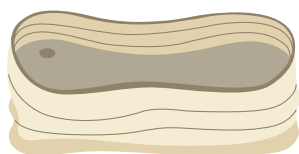
入浴補助用具



腰掛便座



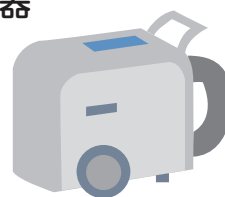
簡易浴槽



移動用リフトつり具



特殊尿器



排泄予測支援機器

膀胱内の状態をセンサーなどで感知することで尿量を測定し、排尿の機会を要介護者または介護者に通知するものです。

手続きに必要な書類

- ①福祉用具購入費支給申請書
- ②領収書(原本、被保険者あて)
- ③購入した福祉用具のパンフレットの写し等
- ④委任状(本人以外が支給を受けるとき)
※指定されていない事業所や販売店からの購入は支給対象外です。

サービス費用のめやす

福祉用具購入費10万円に対し、介護保険より最大9万円～7万円

(利用者負担1割～3割)

※購入費用を一度全額負担していただき、保険給付は後から支払われます。

住宅を改修する

●工事前に必ずケアマネジャーに相談しましょう

要介護 住宅改修費の支給

要支援 介護予防住宅改修費の支給

手すりの設置や段差解消などの小規模な住宅改修をした際、改修費用を支給します。

▼対象となる工事の例

- 廊下やトイレ、浴室などへの手すりの取付け
- スロープの設置等による段差の解消
- 引き戸などへの扉の取替え
- 滑り防止、移動円滑化のための床材の変更

サービス費用のめやす

改修工事費用上限額 20万円に対し、介護保険より最大18万円～14万円
(利用者負担1割～3割)

※住宅改修を利用するときは、複数の業者見積をとりましょう。

※工事費用を一度全額負担していただき、保険給付は後から支払われます。

※1回の改修工事で20万円を使い切らず、複数回に分けて使うこともできます。

支給を受けるためには改修前・改修後にそれぞれ申請手続きが必要です。

手続きに必要な書類(記入例)

<改修前>

- ①住宅改修承認申請書(改修前)
- ②住宅改修が必要な理由書
(ケアマネジャーなどが作成)
- ③改修費見積書(被保険者あて)
- ④住宅所有者の住宅改修承諾書
- ⑤住宅の平面図※
- ⑥着工前の改修箇所写真(日付入り)※
※本人の動線および工事後の状態が読み取れるもの

<改修後>

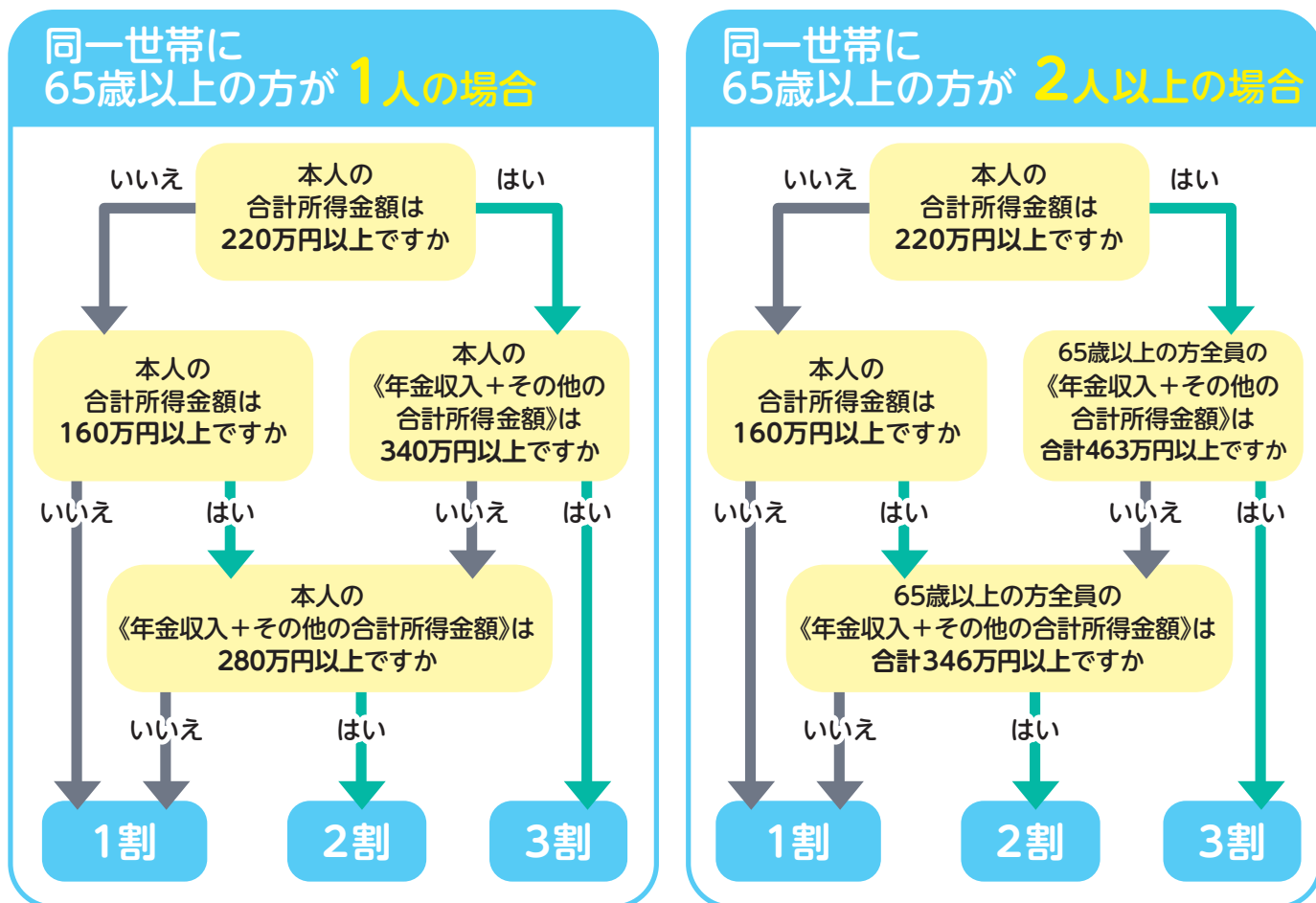
- ①住宅改修費支給申請書(改修後)
- ②領収書(原本、被保険者あて)
- ③改修費の内訳書
- ④改修前後の分かる改修箇所写真(日付入り)※
- ⑤委任状(本人以外が支給を受けるとき)
※改修前後の状態が比較できるもの

5 利用者負担について

費用の支払い

介護(予防)サービスを利用するときは、介護保険負担割合証に記載される利用者負担割合に応じて、サービス費用の1割～3割を事業者に支払います。利用者負担割合は、サービスを利用する方の所得や世帯構成によって判定されます。

利用者負担割合判定の流れ



● 65歳未満の方、住民税非課税の方、生活保護受給者は1割負担となります。

利用者負担額の例

要介護1、利用者負担割合が1割の方が、
月15万円分の介護サービスを利用した場合・・・

支給限度額 167,650円

介護サービス費用額 150,000円

介護保険より給付
135,000円

利用者負担額
15,000円

※ 利用者負担額のほかに、
食費、日常生活費などは全額自己負担となります。

支給限度額

要介護度ごとに、介護保険が利用できる
サービス費用の限度額が決められています。

要介護 状態区分	居宅サービスの 支給限度額(1か月)
要支援1	50,320円
要支援2	105,310円
要介護1	167,650円
要介護2	197,050円
要介護3	270,480円
要介護4	309,380円
要介護5	362,170円

※限度額を超えて介護サービスを利用した場合は、
超えた分の費用は全額自己負担となります。

利用者負担額を軽減するために

介護保険では、所得が少ない方でも介護(予防)サービスを利用しやすくするために、さまざまな支援対策があります。

特定入所者介護(予防)サービス費(介護保険負担限度額認定)

低所得者の方の介護保険施設サービス、短期入所サービスを利用するときの居住費(滞在費)、食費の利用者負担額を軽減します。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支払われます。

お手続き

守口市高齢介護課の窓口で申請が必要です。
対象になる方に「**介護保険負担限度額認定証**」を発行しますので、施設等へ提示してください。なお、有効期間は申請された月から次の7月末までです。

基準費用額 (1日あたり)

施設における居住費・食費の平均的な費用を勘案して定める額
(施設が定める居住費及び食費が基準額を下回る場合、施設の定める額と自己負担額の差額が支給されます。)

居住費				食費
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	1,445円
2,006円	1,668円	1,668円(1,171円)	377円(855円)	

()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合です。

負担限度額 (1日あたり)

対象となる方は以下の条件を満たす方です。
●本人、本人と同じ世帯の方全員および配偶者が住民税非課税である
●預貯金等の資産状況が、表に示される金額以下である

利用者負担段階		預貯金等の資産の状況※1	居住費等の負担限度額				食費の負担限度額※3
			ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室※2	多床室	
第1段階	生活保護の受給者	要件なし					
	老齢福祉年金の受給者	単身：1,000万円 夫婦：2,000万円	820円	490円	490円(320円)	0円	300円
第2段階	本人の合計所得金額+課税年金収入+非課税年金収入が80万円以下の方	単身：650万円 夫婦：1,650万円	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+課税年金収入+非課税年金収入が80万円超120万円以下の方	単身：550万円 夫婦：1,550万円	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+課税年金収入+非課税年金収入が120万円超の方	単身：500万円 夫婦：1,500万円	1,310円	1,310円	1,310円(820円)	370円	1,360円【1,300円】

※1 第2号被保険者(40歳以上64歳以下)の場合、単身：1,000万円、夫婦：2,000万円

※2 介護老人福祉施設を利用した場合の従来型個室の負担限度額は()内の金額です

※3 短期入所生活介護を利用した場合の食費の負担限度額は【 】内の金額です

●虚偽の申告により、不正に支給を受けた場合には支給された額および最大2倍の加算金を返還していただくことがあります。

介護保険制度のしくみ

介護保険料について

サービスを利用するには

介護保険で利用できるサービス

利用者負担について

介護予防・日常生活支援総合事業

高齢者支援事業

地域包括支援センターとは

高額介護サービス費

1割～3割の利用者負担額が、一定金額(上限額)を超えたときは、超えた分が払い戻されます。上限額は所得に応じて下表のとおり設定されており、支給を受けるためには、市から送付する申請書の提出が必要です。

負担区分	利用者負担上限額(1ヶ月)
住民税課税世帯(同一世帯の第一号被保険者の課税所得額で判定)	
課税所得 690万円(年収1,160万円)以上の方がいる場合	世帯 140,100円
課税所得 380万円(年収約770万円)以上、 課税所得 690万円(年収約1,160万円)未満の方がいる場合	世帯 93,000円
課税所得 380万円(年収約770万円)未満の方がいる場合	世帯 44,000円
住民非課税世帯	世帯 24,600円
本人の合計所得金額と課税年金収入金額の合計金額が 80万円以下の方	個人 15,000円 世帯 24,600円
老齢福祉年金の受給者の方	
生活保護の受給者の方	世帯 15,000円

ポイント

預貯金等に含まれるものとは？

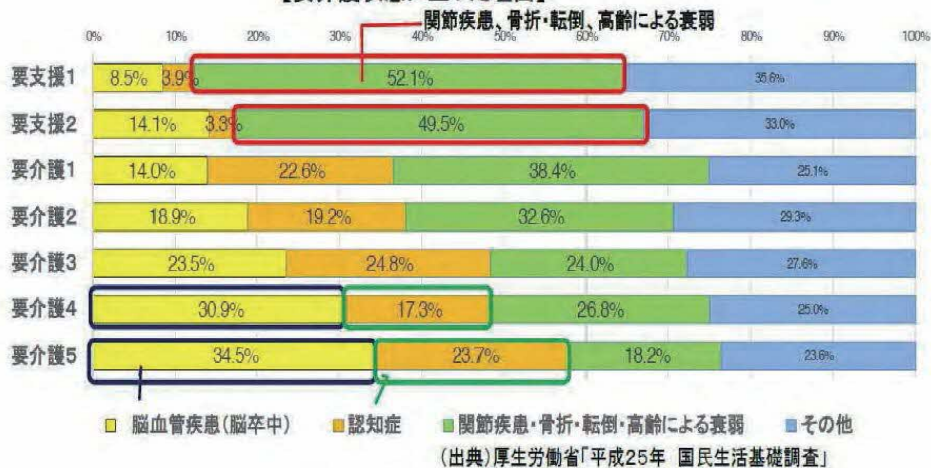
預貯金等に含まれるもの	確認方法
預貯金(普通・定期)、タンス預金(現金)	通帳の写し等(タンス預金の場合は自己申告)
有価証券(株式・国債・地方債・社債等)	証券会社や銀行の口座残高の写し等
金・銀(積立購入含む)等、購入先の口座残高によって 時価評価額が容易に把握できる貴金属	購入先の銀行等の口座残高の写し等
投資信託	銀行、信託銀行、証券会社等の口座残高の写し等
負債(住宅ローン等)	借用証書等

預貯金等に含まれないもの

生命保険、自動車、腕時計・宝石等の時価評価額の把握が困難な貴金属、絵画・骨董品、家財等は預貯金等に含まれません

いつまでも自立して 元気で過ごせる人が多いほど得！！

【要介護状態に至った理由】



要介護状態に至った理由

厚生労働省、国民生活基礎調査では、新規要介護認定の約7割が軽度者で、進行性の病気を除いても、要支援1、2ともに約半数の方が骨折、転倒、高齢による衰弱によるものとなっています。

P 6で介護保険料の仕組みのとおり、介護保険料は市町村（保険者）ごとに3年間で必要となる介護費用を見込み、そのうちの半分はみなさんの保険料が財源となっています。

守口市では介護保険料の基準額が大阪府内で高水準となっています。「とりあえず介護認定を受けたい」と実際に介護サービスを利用しないのに申請しても、結局役に立たないものになってしまいます。介護認定に係る費用は認定調査や医師からの意見書等で1人あたり約10,000円です。「介護保険料を払っているから、介護サービスを使わなきゃ損!!」と思うかもしれませんが、介護を必要とする人が増えれば増えるほど、みなさんの介護保険料の負担が重くなる計算です。

みなさんが元気で過ごせる期間が長ければ長いほど、介護の費用はかからないので、介護保険料が下がることになります。実は、「介護サービスを使わないで元気で過ごせる人が多いほど得」になるのです。

年だから仕方がないと思いませんか？

通所型サービスCで元気を取り戻しましょう!!

要介護状態となってしまっても、仕方がないなどとあきらめていませんか？骨折などによるきっかけから、寝たきりになるケースも珍しくありません。過度な安静による筋力低下などによる生活不活発発病は実は改善の可能性が高いのです。リハビリテーション専門職による指導を受けて元気をとりもどしましょう!!

6 介護予防・日常生活支援

「介護予防・日常生活支援総合事業」とは、日本における介護サービスの一環として行われる取り組みの一つです。

これは、高齢者や障がいを持つ人々が、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるよう支援するためのもので、市町村によって実施されるサービスの種類や内容が異なります。

介護予防・生活支援サービス事業

要支援1・2

サービス事業対象者の方が利用できるサービス

(できることはできるだけご本人が行いながら、できない部分をお手伝いしてもらいます)

サービスの種類		サービス内容	標準的な状態など
訪問型サービス	介護予防訪問介護相当サービス	ホームヘルパーによる入浴や食事などの生活を受けられます。原則、身体介護を要する人が利用できます。	身体介護が必要な人、進行性のがん、難病、認知症、精神疾患等により、専門職による中長期的なサポートが必要な人
	訪問型サービスA(緩和型)	市が定める研修を修了した生活援助サービス従事者等による身体介護を伴わない掃除や買物等の生活の支援が受けられます。※身体介護は含まれない	介護予防訪問介護相当サービスの対象以外で日常的に家事援助が必要な人
通所型サービス	介護予防通所介護相当サービス	食事・入浴などの日常生活上の支援や生活機能の維持向上のための機能訓練等の支援が受けられます。	進行性のがん、難病、認知症、精神疾患等により、専門職による関わりが必要な状態で、中長期的なサポートが必要な人
	通所型サービスA(緩和型)	自立支援に資する生活機能の向上のための運動などのサービスが受けられます。	閉じこもりがちのため地域の活動参加が難しく、介護予防通所介護相当サービス又は通所型サービスCの対象とならない人、または自宅入浴が困難なため通所型サービスCを併用し介護予防を図れる人
	通所型サービスC(短期集中型)	筋肉・骨・関節の構造など身体の知識を持ったリハビリテーション専門職が、一人一人の身体の状況や生活で困っている動作、生活習慣を評価し、効果のある運動プログラムの提供や、家でできる体操などを指導し「自分で運動習慣を継続できること」を目的に原則3か月間支援します。運動だけでなく、高齢期の栄養の摂り方や、「話す」「かむ」「飲み込む」を改善する口腔ケアについても学ぶことができます。少人数制のため、個々に細かく丁寧な指導が受けられます。	介護予防通所介護相当サービスの対象以外で医師から運動制限のない人

総合事業

一般介護予防事業

介護予防教室	介護が必要になる可能性のある高齢者などを対象に、「運動器の機能向上」「栄養改善」「口の中の健康」「閉じこもり予防」「うつ予防」などを目的として、専門家の指導のよるさまざまな介護予防教室を開催しています。積極的に参加して、心身の維持・向上に生かしましょう。 問い合わせ先 P38の地域包括支援センターにお問い合わせください
通いの場	通いの場は、みんなで気軽に集い、一緒になって内容を企画し活動内容を決め、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場です。またカラコロ体操などの介護予防のための活動の場でもあります。場所は、集会所や、公園、コミュニティセンターなど通いやすい場所で、「気軽に」「無理なく」「楽しく」おしゃべりや体操をして、笑い、みんなと一緒に時間を過ごす場所です。 問い合わせ先 P38の地域包括支援センターにお問い合わせください

介護保険制度のしくみ

介護保険料について

サービスを利用するには

介護保険で利用できるサービス

利用者負担について

その他の活動の場

友愛もりぐち いきいきクラブ (守口市老人クラブ 連合会)	生きがいづくり、健康づくり、地域づくりを目標にクラブ活動を行っています。市内には約100のクラブがあります。若手高齢者の方の活躍で多彩な活動を企画・実施しています。 問い合わせ先 高齢者健康生きがい支援室 ☎06-6992-7634												
さんあい広場	さんあい広場は「ふれあい」「語り合い」「助け合い」の3つのあい(愛)から「さんあい広場」を名付けられました。高齢者のみなさんが地域の人たちと一緒に自宅近くで気軽に1日を過ごしていただくために学校の空き教室などを利用して自主的に活動運営されています。さんあい広場ではボランティアや担い手を募集しています。活動に関心がある方は高齢介護課へご連絡ください。 <table border="1"> <tr> <td>さんあい広場さた</td><td>佐太小学校</td></tr> <tr> <td>さんあい広場さくら</td><td>さくら小学校</td></tr> <tr> <td>さんあい広場かすが</td><td>さつき学園</td></tr> <tr> <td>さんあい広場とうだ</td><td>藤田小学校</td></tr> <tr> <td>さんあい広場きんだ</td><td>金田小学校</td></tr> <tr> <td>さんあい広場よつば</td><td>よつば小学校 等</td></tr> </table> 問い合わせ先 高齢介護課 ☎06-6992-1610	さんあい広場さた	佐太小学校	さんあい広場さくら	さくら小学校	さんあい広場かすが	さつき学園	さんあい広場とうだ	藤田小学校	さんあい広場きんだ	金田小学校	さんあい広場よつば	よつば小学校 等
さんあい広場さた	佐太小学校												
さんあい広場さくら	さくら小学校												
さんあい広場かすが	さつき学園												
さんあい広場とうだ	藤田小学校												
さんあい広場きんだ	金田小学校												
さんあい広場よつば	よつば小学校 等												

介護予防・日常生活支援総合事業

高齢者支援事業

地域包括支援センターとは

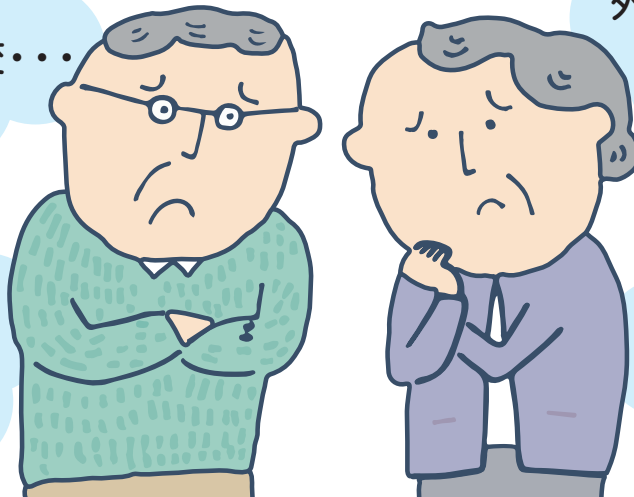
こんな日常生活のお悩みはありませんか？

床からの
立ち上がりが大変・・・

外を歩くことも大変で
買い物に行けない

階段を上るのが
大変・・・

ゴミ出しなど
家事が大変



通所型サービスCとは？

運動や体操を行う時、何となく体を動かしていませんか？

通所型サービスCで、運動のポイントを正しく理解して元気な身体になりましょう！！

筋肉、骨、関節の構造など身体の知識を持ったリハビリ専門職が、運動、体操のポイントをおさえて身体に効果が出る運動や、自宅でできる体操などを3か月間指導します。運動だけでなく、元気な身体を維持するための栄養や「話す」、「かむ」、「飲み込む」を改善する口腔についても学ぶことができます。少人数制のため、個々に細かく丁寧な指導が受けられます。

一人では続かないけれど仲間と一緒に取り組むとやる気も出ます。みんなで励まし合って笑顔いっぱいの輝く汗をかきましょう！！そしていつまでも輝き溢れる元気な身体で過ごしましょう！！

どのような人が利用できるの？

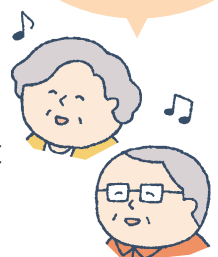
- 新規で **要支援1・2に認定された人** **事業対象者に該当した人**
総合事業サービスを利用希望される場合、まずは、通所型サービスC（短期集中型）の利用となります。
- 既に要支援1・2の認定がある人、事業対象者に該当している人で、運動機能向上、生活行為の改善の見込みがある人、自分で出来るようになりたいと意欲のある人

方法 地域包括支援センターにご相談ください

期間 3か月間（3か月でお身体や生活の困り事が改善しない場合、必要に応じて最大3か月延長する場合があります。）

費用 3か月まで：1回300円、延長した場合4か月目からは1回500円

身体の不安や生活の課題を解決させて、元気を取り戻しませんか！

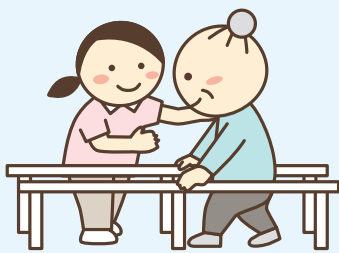


通所型サービスCの紹介

年齢のせいと思っていませんか？3項目以上当てはまるとフレイルの疑いがあります。

- ☐6か月で体重が2～3kg減った ☐歩くのが遅くなった
☐身体の活動量が減った ☐筋力（握力）が低下した ☐疲れやすくなった

フレイル状態にあって日常生活に支障が出ている人に、リハビリ専門職が、運動や体操のポイントをおさえて、身体に効果が出る運動や自宅でできる体操などを3か月間指導します。



事業所での支援のポイント

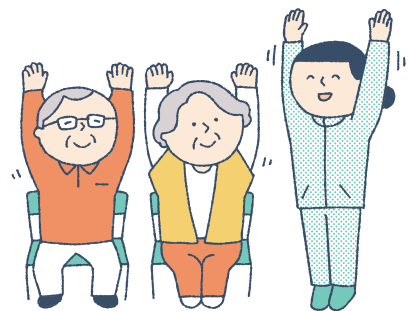
専門職が一人ひとりの身体の状態や生活で困っている動作、生活習慣を評価したうえで、効果のある運動プログラムの提供や家でできる体操などを指導し、「自分で運動習慣を継続できること」をめざし、支援します。

1 サービス利用前

- 事業所のリハビリ専門職が自宅訪問をします。
- 難しくなってきた生活行為（外出、入浴、家事など）の確認とアドバイスをします。
- 元気になったら、どうなりたいかを一緒に考えます（目標確認）。

2 サービス利用開始

- 体調等を確認し、運動プログラム等を実施します。
- 利用開始初日、それ以降は毎月体力測定を行います。
- 自宅でも運動に取り組みます。
- サービス終了後にどのような活動に参加したいのか確認し、活動参加に繋げるように支援をします。



3 サービス終了直前

- 事業所のリハビリ専門職が自宅を訪問します。サービス利用前と比べて改善しているかどうか確認します。
- サービス利用前に難しかった生活行為（外出、入浴、家事など）の確認とアドバイスをします。

4 サービス終了 元気になるって豊かな「なりたい生活」を送りましょう。

- 活動的な生活を維持するよう心掛けることができますようになります。（例えば、地域活動（通いの場、サロン、ボランティア等）に参加する）
- 体調等を確認しながら、習った運動や生活習慣を心掛けましょう。

7 高齢者支援事業

外出支援サービス

● 守口市高齢者及び重度障がい者（児） 外出支援事業

公共交通機関だけでは移動が困難な寝たきり等の高齢者及び重度障がい者（児）に対して、**リフト付き福祉タクシー利用券（1回1,200円）**を交付し、一定の運賃を助成します。

福祉タクシー車両

車椅子のまま乗車できるタクシーで、市より指定された事業所から予約した場合のみ利用できます。

利用対象者・利用条件

- ① 市内に住所を有する65歳以上の者であって、要介護4または5と認定されている者
- ② 市内に住所を有する身体障害者手帳所持者であって、肢体不自由のうち、下肢機能、体幹機能、運動機能及び移動機能障がいについて、1級または2級の判定を受けている者

利用者負担

片道1,200円/1枚上限で、ひと月あたり2枚支給（年間最大24枚支給）

外出支援事業についてのオンライン申請や詳細の確認はこちら



インターネットでの検索はこちら



守口市 高齢者外出支援

お問い合わせ先

- ① 高齢介護課 06-6992-1610
- ② 障がい福祉課 06-6992-1630



● 日常生活用具（車いす）貸与について

利用対象者・利用条件

守口市在住の65歳以上の在宅の高齢者で、歩行が困難な方及び緊急に必要な方に**短期間車椅子を貸与します**。ただし、介護保険受給対象者（認定を受けている方）は除きます。

インターネットでの検索はこちら



守口市 車椅子貸与

お問い合わせ先

高齢介護課 06-6992-1610



●緊急通報機器設置事業

ご自宅内での体調の急変や転倒によるケガなど緊急の時に、ボタンを押すだけでナースコールセンターにつながり看護師等が状況を確認し、必要に応じて救急車や協力員等が駆け付けます。



利用対象者

病弱のため、定期的に安否の確認が必要な方で65歳以上の一人暮らしの高齢者

利用条件

2名の協力員(5～10分で駆け付けられる方)
固定電話回線の契約ができる方

利用者負担

市民税課税の方:月額1,265円(税込)

非課税または生活保護受給者の方:全額助成

※電話の基本料、通話料は自己負担です。

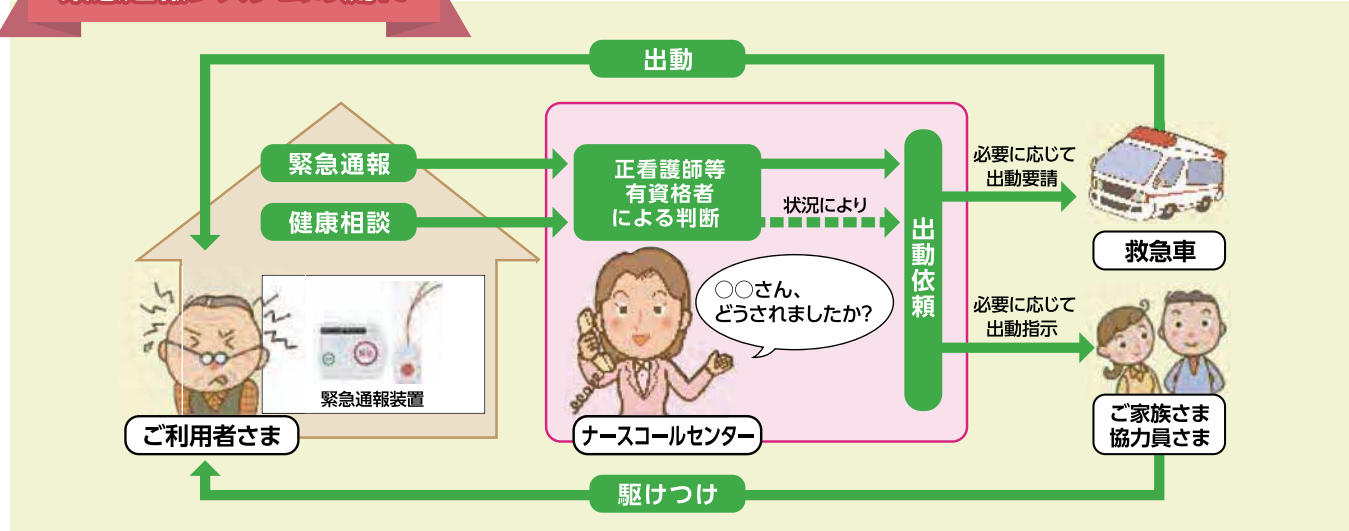
お問い合わせ先

高齢介護課 06-6992-1610

緊急通報機器についての
オンライン申請や詳細の確認はこちら



緊急通報システムの流れ



●安否確認ホットライン

洗濯物が干し放し、郵便受けに新聞などがずっとたまっている、ご近所の方を最近みかけていないなど、普段と様子が違うといった光景を目の当たりにした場合、勇気をもって**安否確認ホットライン(06-6992-4010)**へご連絡下さい。

～安否確認ホットライン～

地域の一人暮らしの高齢者などが、自宅で生命の危険が案じられるような「SOS」に気づいたときの総合窓口です。

連絡を受けた場合は、関係各課と連携しながら必要に応じて、警察や消防にも協力を要請し、迅速な安否確認を行います。

受付日時	月曜日～金曜日(祝日を除く) 9時～17時30分
受付場所	高齢介護課
備考	予約不要(秘密は厳守します)
相談専用電話	06-6992-4010
メールアドレス	Anpi4010line@city-moriguchi-osaka.jp

市民の皆さん

連絡

安否確認ホットライン
関係部局

安否確認



警察・消防

介護保険制度のしくみ

介護保険料について

サービスを利用するには

介護保険で利用できるサービス

利用者負担について

介護予防・日常生活支援総合事業

高齢者支援事業

地域包括支援センターとは

8 地域包括支援センターとは

高齢者が、住みなれた地域で、その人らしい生活を送るためには、介護サービスをはじめ、福祉、医療、権利擁護などさまざまなサービスを提供していく必要があります。

そこで、高齢者の生活を支える総合機関として、平成18年度から地域包括支援センターが設置されました。

地域包括支援センターは**社会福祉士、保健師等、主任ケアマネジャー**が在籍し、互いに連携をとりながら「チーム」として高齢者を支えます。

同センターは、現在、守口市内に6箇所あり、居住地域によって分かれています。



守口市の地域包括支援センター圏域MAP

概ね小学校区単位を基本に
生活圏域を設置していますので、
境界上の地域では同じ町であっても
生活圏域が異なる場合があります。

守口第3 地域包括支援センター

所在地 八雲中町3-13-17
電話(06) 6908-2808
小学校区
担当地区 八雲・下島

守口第2 地域包括支援センター

所在地 大目町1-11-11
電話(06) 4393-8401
小学校区
担当地区 庭窪・金田・佐太

守口第1 地域包括支援センター

所在地 大久保町3-30-21
電話(06) 6904-8900
小学校区
担当地区 よつば(旧大久保・旧東)・梶・藤田・八雲東(大目東町1番～10番)

守口第5 地域包括支援センター

所在地 大宮町1-13-7
電話(06) 6992-1180
小学校区
担当地区 さつき(旧春日)・さくら(旧三郷・旧橋波)

守口第4 地域包括支援センター

所在地 京阪本通2-5-5
電話(06) 4250-7878
小学校区
担当地区 守口・八雲東(大目東町1番～10番を除く)・さつき(旧滝井)

守口第6 地域包括支援センター

所在地 南寺方南通3-4-13
電話(06) 6997-3336
小学校区
担当地区 寺方南(旧寺方・旧南)・錦



おひとりさま・おふたりさまのための

身元保証 生前準備 パック

ひとり暮らし

子どもがいない

頼れる身内がいない

誰にも迷惑をかけたくない

身元保証人のお引き受けから認知症対策・葬儀・お墓のことまで
ワンストップでお手伝いします

元気なうちに事前準備をしておかないと…

施設入居・入院

身元保証人がおらず
高齢者住宅や介護施設へ入居できない



病気・認知症

認知症になってしまった場合に、役所での手続きや
お金の管理を行ってくれる人がいない



葬儀・お墓

自分が希望する形の
葬儀や納骨・供養を行ってくれる人がいない



身元保証・生前準備パックならまとめてお手伝い

施設入居・入院

身元保証

介護施設や病院への入居・入院時に
身元保証人を引き受け

認知症

任意後見契約

認知症発症時に、支払や手続き・
契約行為を代行

葬儀・お墓

死後事務委任

葬儀や納骨・供養の希望を
聞いてご逝去後も確実に実行

お一人おひとりのご状況・ご希望に合わせた
生前準備パック



専門家・専門機関とともにオーダーメイドでご用意します！



ご案内・ご相談からご紹介まで完全無料！



0120-982-219

【受付時間】
9:00～17:30(年中無休)
※年末年始を除く

※「身元保証・生前準備パック」ではお客さまのご要望をお伺いして最適な専門事業者をご紹介します。
専門事業者とのご契約にあたっては、入会金や月会費が発生する他、入会にあたって審査が必要な場合もございます。
※「身元保証・生前準備パック」は株式会社鎌倉新書が運営する「わたしの死後手続き」の別称です。

株式会社 鎌倉新書 〒104-0031 東京都中央区京橋2丁目14-1 兼松ビルディング3階

お問合せ・
お申し込みフォーム
はこちら

