

# 介護保険の手引き

令和8年4月改訂版

住みなれた地域で安心して暮らすために



東広島市

# 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

40歳以上の人は、介護保険に加入し、決められた保険料を納めています。その保険料や税金を財源とし、介護が必要な人は、費用の一部を負担することでさまざまな介護保険サービスを利用することができます。

介護保険制度は、介護や支援が必要となったときに必要性に応じてサービスが利用できる、支えあいの制度です。

本書は、介護保険で受けられるサービスや利用のしかたを説明しています。一日一日をより充実したものにさせていただくためにも、ぜひ本書をご活用ください。

## 令和8年度 介護保険制度改正のポイント

### ◆介護保険サービスの費用・保険料に関する主な変更点

- 施設サービスを利用したときの食費の基準費用額を変更。(令和8年8月から) ▶ 31 ページ
- 特定入所者介護サービス費の限度額を変更。(令和8年8月から) ▶ 31 ページ
- 介護保険料等の算定における年金収入等の基準額を変更。(令和8年4月から) ▶ 9 ページ
- (令和8年8月から) ▶ 7・31 ページ

## 介護保険の申請や届け出をする際には、原則、本人確認が必要です

### 次のいずれかが必要

- マイナンバー(個人番号)カード ● 運転免許証 ● パスポート 等の写真つきの本人確認書類

写真がない本人確認書類の場合は2種類が必要。

今後の制度改正等により、内容の一部が変更になる場合があります。

## もくじ

### 介護保険制度のしくみ

みんなで支えあう制度です P.4

### 費用の支払い

自己負担限度額と負担の軽減 P.6

### 介護保険料の決まり方・納め方

社会全体で介護保険を支えています P.8

### サービス利用の手順

サービス利用の流れ① 相談～利用できるサービス P.12

サービス利用の流れ② 要介護認定の手順 P.14

サービス利用の流れ③ ケアプランの作成からサービス利用まで P.18

### 介護保険サービスの種類と費用

介護保険サービスの種類と費用 P.20

①在宅を中心に利用するサービス P.22

②介護保険施設で受けるサービス P.30

③生活環境を整えるサービス P.32

### 介護予防・日常生活支援総合事業

自分らしい生活を続けるために P.34

地域で元気に～介護予防に取り組みましょう～ P.37

### 地域包括支援センター／家族介護支援事業等／ 相談窓口一覧／介護保険Q&A

地域包括支援センターのご案内 P.38

家族介護支援事業等 P.40

相談窓口一覧 P.41

介護保険Q&A P.42

介護保険制度の  
しくみ

費用の支払い

介護保険料の  
決まり方・納め方

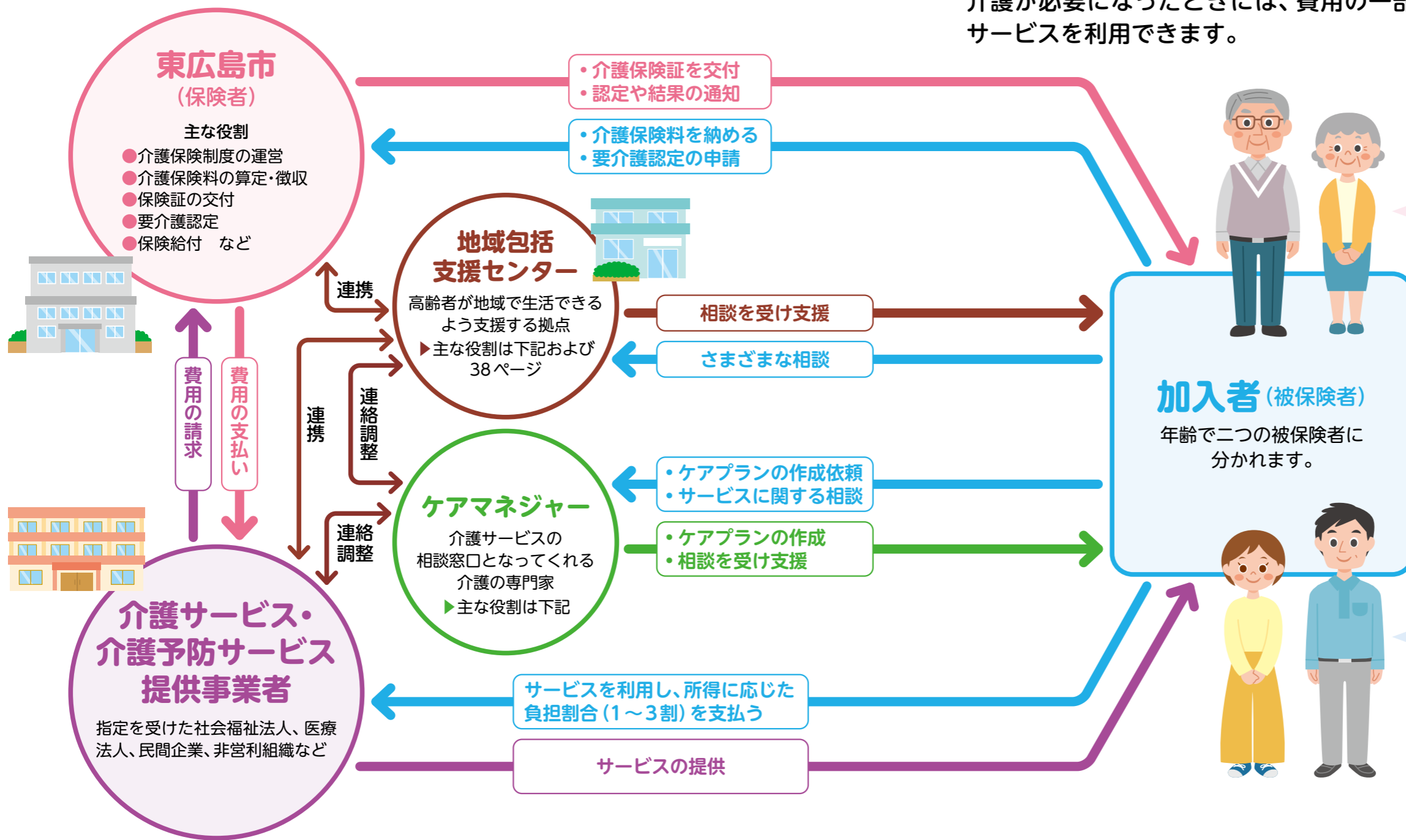
サービス利用の  
手順

介護保険サービス  
の種類と費用

介護予防・  
日常生活支援  
総合事業

地域包括支援センター  
家族介護支援事業等  
相談窓口一覧  
介護保険Q&A

# みんなで支えあう制度です



介護保険は、住みなれた地域で安心して暮らし続けるための制度です。40歳以上の皆さんが加入者(被保険者)となり、保険料を納めます。介護が必要になったときには、費用の一部(1~3割)を負担することで介護保険サービスを利用できます。

**65歳以上の人 (第1号被保険者)**

**【介護保険を利用できる人】**  
「要介護認定」(介護や支援が必要であるという認定)を受けた人。  
**(要介護認定の手順 ▶ 14~15ページ)**  
※65歳以上の方は、介護や日常生活の支援が必要になった場合には市の認定を受けることで、介護保険のサービスを利用できます。

**40~64歳の人 (第2号被保険者)**

**【介護保険を利用できる人】**  
40歳以上65歳未満の医療保険に加入している人は第2号被保険者となります。第2号被保険者は老化が原因とされる病気(特定疾病)により、介護や日常生活の支援が必要になった場合に市の認定を受け、介護保険のサービスを利用できます。  
※介護保険の対象となる病気(特定疾病)には、下記の16種類が指定されています。

**「地域包括支援センター」とは?**  
地域の高齢者のさまざまな困りごとに対応する総合相談窓口です。

**【主にどんなことをするの?】**

- 高齢者やその家族、地域住民からの介護や福祉に関する相談への対応、支援
- 介護予防ケアプランの作成、介護予防事業のマネジメント
- 高齢者に対する虐待の防止やその他の権利擁護事業 など

**「ケアマネジャー」とはどんな人?**

ケアマネジャーは、利用者の希望や心身の状態にあったサービスが利用できるように調整してくれる介護サービスの窓口役です。

**【ケアマネジャーの役割】**

- 要介護認定の申請代行
- ケアプランの作成
- 介護サービス事業者との連絡調整
- サービスの再評価とサービス計画の練り直し など

ケアマネジャーは正式には介護支援専門員といい「居宅介護支援事業者」等に所属しています。

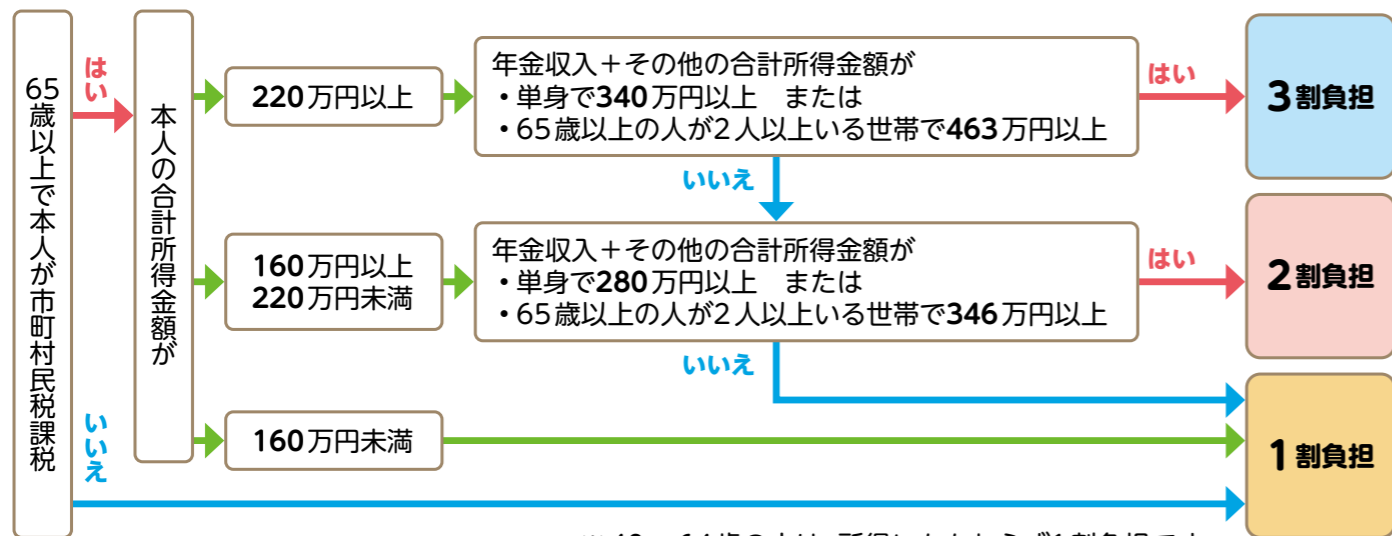
- 40~64歳の人介護保険を利用するときに対象となる病気(特定疾病)**
- がん(医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る。)
  - 関節リウマチ
  - 筋萎縮性側索硬化症
  - 後縦靭帯骨化症
  - 骨折を伴う骨粗鬆症
  - 初老期における認知症
  - 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
  - 脊髄小脳変性症
  - 脊柱管狭窄症
  - 早老症
  - 多系統萎縮症
  - 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
  - 脳血管疾患
  - 閉塞性動脈硬化症
  - 慢性閉塞性肺疾患
 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

# 自己負担限度額と負担の軽減

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

## ■介護保険サービスの自己負担割合と判定基準

介護保険サービスの自己負担割合は、所得の状況などによって、1割、2割、3割のいずれかになります。



※40～64歳の人、所得にかかわらず1割負担です。

## ●介護保険サービスは1～3割の自己負担で利用できます

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

## ■おもな在宅サービスの支給限度額

要介護状態区分	1か月の居宅サービスの支給限度額
事業対象者	5,032単位
要支援1	5,032単位
要支援2	10,531単位
要介護1	16,765単位
要介護2	19,705単位
要介護3	27,048単位
要介護4	30,938単位
要介護5	36,217単位

※サービスにかかった費用は、サービス種類ごとの単位数に、地域ごとかつサービス種類ごとの単価を乗じた金額となります。(端数切り捨て)

※上記の単位に10.14円をかけるサービスの例  
通所介護(デイサービス)、地域密着型通所介護など

※上記の単位に10.17円をかけるサービスの例  
訪問リハビリテーションなど

※上記の単位に10.21円をかけるサービスの例  
訪問介護(ホームヘルプサービス)、訪問入浴介護など

## ■支給限度額に含まれないサービス

- 特定福祉用具購入
- 住宅改修費
- 居宅療養管理指導
- 特定施設入居者生活介護(外部サービス利用型、短期利用を除く)
- 地域密着型特定施設入居者生活介護(短期利用を除く)
- 認知症対応型共同生活介護(短期利用を除く)
- 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
- 介護保険施設に入所して利用するサービス

※介護予防サービスについても同様です。

## ●自己負担が高額になったときの負担軽減

同じ月に利用した介護サービス利用者負担(1～3割)の合計が高額になり、下記の限度額を超えたときは、超えた分が「高額介護サービス費」として後から支給されます。

- 支給対象者には「高額介護サービス費等支給申請書」をお送りしますので、必要事項を記入の上、市に提出してください。
- 施設サービスの食費・居住費・日常生活費など介護保険の対象外の費用は含まれません。

自己負担の限度額(月額)

**変更ポイント** 区分の基準額を変更。(令和8年8月から)

区分	限度額
課税所得690万円(年収約1,160万円)以上の65歳以上の人を含む世帯	140,100円(世帯)
課税所得380万円以上690万円未満(年収約770万円以上約1,160万円未満)の65歳以上の人を含む世帯	93,000円(世帯)
市町村民税課税世帯で課税所得380万円(年収約770万円)未満の人	44,400円(世帯)
世帯全員が市町村民税非課税	24,600円(世帯)
・老齢福祉年金受給者の人	24,600円(世帯)
・前年の合計所得金額+課税年金収入額が80.9万円*以下の人等	15,000円(個人)
生活保護受給者の人等	15,000円(個人)

\*令和8年8月より82.65万円になります。

## ●介護保険と医療保険の支払いが高額になったときの負担軽減

同一世帯内で介護保険と国民健康保険などの医療保険の両方を利用して、介護と医療の自己負担額が下記の限度額を超えたときは、超えた分が払い戻されます。(高額医療・高額介護合算制度)

- 支給を受けるには、加入している医療保険への申請が必要です。
- 同じ世帯でも、家族がそれぞれ異なる医療保険に加入している場合は合算できません。
- 自己負担合算後の限度額を超える額が500円以下の場合には支給されません。

医療と介護の自己負担合算後の限度額(年額:毎年8月1日から翌年7月31日まで)

70歳未満の人

区分	限度額
901万円超	212万円
600万円超～901万円以下	141万円
210万円超～600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
市町村民税非課税世帯	34万円

70歳以上の人・後期高齢者医療制度の対象者

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



## 65歳以上の人の介護保険料の納め方

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

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

### 普通徴収

年金が年額**18万円未満**の人

→【納付書】や【口座振替】で各自納めます



- 介護保険料の年額を納付期限に合わせて納めます。
- 市が送付する納付書を持って、市指定の取扱金融機関で納めてください。

忙しい人、なかなか外出ができない人は、**口座振替が便利**です。

口座振替が便利ね

手続き

- 1 介護保険料の納付書、通帳、印かん(通帳届出印)を用意します。
- 2 取り扱い金融機関で「口座振替依頼書」に必要事項を記入し、申し込みます(市役所窓口や郵送も可)。

※口座振替の開始は、通常、申し込み日の翌月からになります。

※口座の残高をご確認ください。残高不足で引き落としできない場合があります。



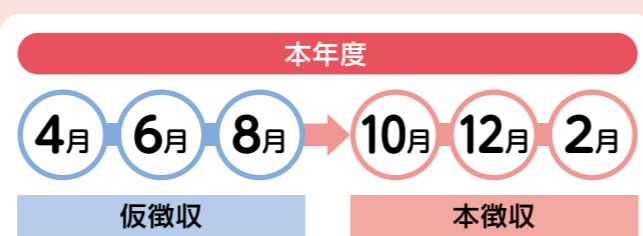
### 特別徴収

年金が年額**18万円以上**の人

→年金から【天引き】になります

- 介護保険料の年額が、年金の支払い月(4月・6月・8月・10月・12月・2月)の年6回に分けて天引きになります。

4月、6月、8月は、仮に算定された保険料を納め(仮徴収)、10月、12月、2月は、確定した年間保険料額から仮徴収分を除いた額を納めます(本徴収)。



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



#### こんなときは、一時的に納付書で納めます

- 年度途中で介護保険料が増額になった
- 年度途中で他の市区町村から転入した
- 年度途中で65歳になった
- 介護保険料が減額になった
- 年度途中で老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金の受給が始まった
- 年金が一時差し止めになった

など

## 介護保険料を滞納すると?

災害など特別な事情もなく介護保険料を納めないでいると、次のような措置がとられます。介護保険料は納め忘れのないよう納期限までに納めましょう。



納期限を過ぎると

督促が行われます。**延滞金が徴収**される場合があります。

1年以上滞納すると

利用したサービス費用は**いったん全額を自己負担**します。申請によりあとから保険給付費(本来の自己負担を除く費用)が支払われます。

1年6か月以上滞納すると

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

2年以上滞納すると

上記に加えて、滞納期間に応じて、利用したサービス費用の自己負担割合が**3割または4割に引き上げ**られたり、**高額介護サービス費、特定入所者介護サービス費**などが受けられなくなったりします。

納付が難しい場合は

災害などの特別な事情で介護保険料を納めることが難しくなった場合は東広島市の担当窓口にご相談ください。減免や猶予が受けられる場合があります。

## 40~64歳の人介護保険料

40~64歳の人(第2号被保険者)の介護保険料は、加入している医療保険の算定方式を基本として決まります。詳しくは加入している医療保険にお問い合わせください。

	決め方	納め方
<p>国民健康保険に加入している人</p>	世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。	介護保険料は国民健康保険税のうち介護保険分として世帯主が納めます。
<p>職場の医療保険に加入している人</p>	加入している医療保険の算定方式にもとづいて決まります。	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。 ※40~64歳の被扶養者は個別に介護保険料を納める必要はありません。

# サービス利用の流れ① 相談～利用できるサービス

## 1 | 相談する

東広島市の窓口または地域包括支援センターで、相談の目的を伝えます。希望するサービスがあれば伝えましょう。

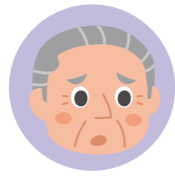
- ▶ 介護サービスが必要
- ▶ 住宅改修が必要

など



- ▶ 生活に不安があるがどんなサービスを利用したらよいかわからない

など



- ▶ 介護予防に組みたい

など



## 2 | 心身の状態を調べる

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

### 認定 要介護認定を受ける

東広島市の窓口等に申請して、要介護認定を受けます。

詳しくは ▶

サービス利用の流れ②  
(14～15ページ)

### 基本チェックリストを受ける

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。

介護予防・生活支援サービス事業のみを希望する場合には、基本チェックリストによる判定で、サービスを利用できます。



認定

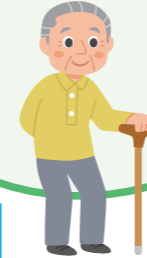
## 3 | 心身の状態を知る

要介護認定や基本チェックリストによって心身の状態を判定します。

### 要介護1～5



### 要支援1・2



非該当

生活機能の低下がみられる  
(事業対象者)



自立した生活が送れる

## 4 | 利用できるサービス

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。

### 介護サービスを利用できます。

「介護サービス」は要介護1～5の人が利用できます。

種類と費用は ▶ P.20～



### 介護予防サービスを利用できます。

「介護予防サービス」は、要支援1・2の人が利用できます。

種類と費用は ▶ P.20～



### 介護予防・日常生活支援総合事業

#### 介護予防・生活支援サービス事業を利用できます。

「介護予防・生活支援サービス事業」は、要支援1・2の人、基本チェックリストによって、生活機能が低下していると判定された人(事業対象者)が利用できます。

詳しくは ▶ P.34～35



#### 一般介護予防事業を利用できます。

一般介護予防事業は、65歳以上のすべての人が対象です。

詳しくは ▶ P.36



サービス利用の手順

サービス利用の流れ③へ(▼18ページから)

# サービス利用の流れ② 要介護認定の手順



介護サービス、介護予防サービスを利用するには「要介護認定」を受けて、介護や支援が必要であると認定を受ける必要があります。  
「要介護認定」では、どれくらい介護保険サービスが必要かなどを判断します。

サービス利用の手順

サービス利用の手順

## 1 申請する

申請の窓口は東広島市の介護保険課です。申請は、本人のほか家族でもできます。  
次のところでも申請の依頼ができます。(更新申請も含む)

- ・地域包括支援センター
- ・居宅介護支援事業者
- ・介護保険施設



### 申請に必要なもの

- ✓ 要介護・要支援認定申請書  
担当窓口においてあります。
- ✓ 介護保険証 (▶ P.16参照)  
原則、申請時に窓口で回収し、介護保険資格者証(介護保険暫定被保険者証)を交付します。
- ✓ 医療保険の資格情報がわかる書類  
(第2号被保険者)



申請書には主治医の氏名・医療機関名・所在地・電話番号を記入する欄があります。  
かかりつけの医師がいる人は、確認しておきましょう。

※ 40～64歳の方は、「医療保険の資格情報画面(マイナポータルからダウンロード)」「資格情報のお知らせ」「資格確認書」いずれかの提示が必要です。

## 2 要介護認定

申請をすると、訪問調査のあとに公平な審査・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

認定調査員が自宅などを訪問し、心身の状態や日中の生活、家族・居住環境などについて聞き取り調査を行います。(▶ P.17参照)

### 主治医の意見書

東広島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。



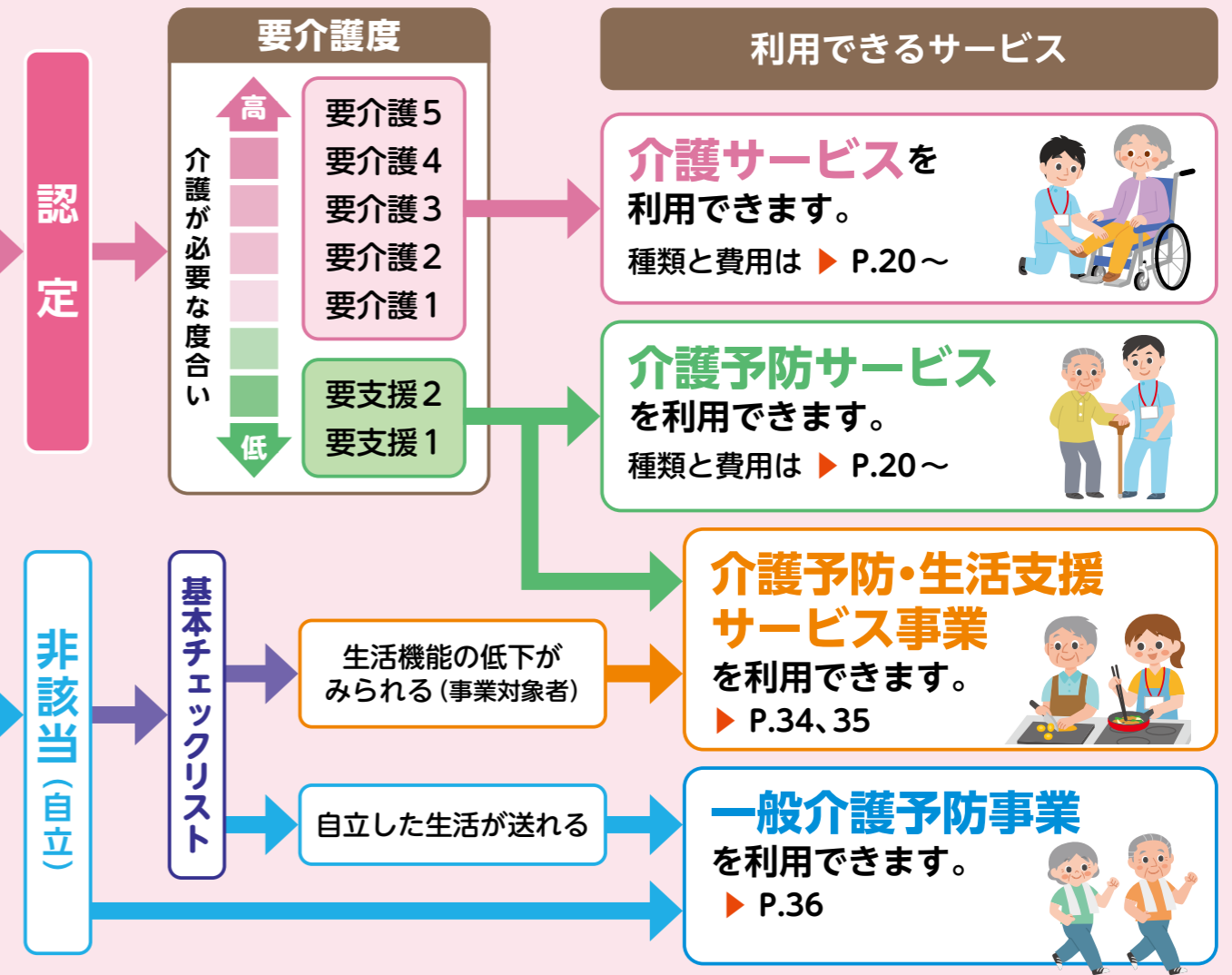
### 二次判定(認定審査)

一次判定や主治医の意見書などをもとに、保健、医療、福祉の専門家が審査・判定します。



## 3 結果の通知

結果の通知は申請から原則30日以内に届きます。  
「要介護」と認定された人は「介護サービス」を、「要支援」と認定された人は「介護予防サービス」、「介護予防・生活支援サービス事業」を利用できます。



認定には有効期間があります

有効期間など要介護認定の結果は、介護保険証に記載されます。  
有効期間後もサービスの利用を希望する場合には、有効期間満了前に更新の申請をしてください(介護が必要な度合いに変化がある場合は、認定の変更を申請してください)。

引き続き利用するには「更新申請」が必要です。



## 介護保険証 (介護保険被保険者証)

要介護認定を申請するときや介護保険のサービスを利用するときなどに必要になります。介護保険証を受け取ったら内容を確認して、大切に保管しておきましょう。



大切に保管  
しましょう。

### 交付対象者

- **65歳以上の人**
  - ・1人に1枚交付されます。
  - ・65歳になる月(誕生日が1日の人は前月)に交付されます。

### 必要なとき

- **40～64歳の人**
  - ・要介護認定を受けた人に交付されます。
- ・要介護認定の申請をするとき (65歳以上の人)
- ・ケアプランを作成するとき
- ・介護保険サービスを利用するとき など

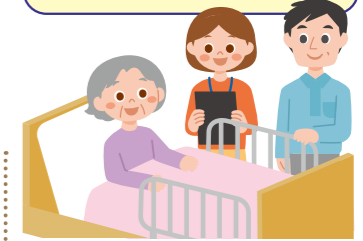
## 「訪問調査」とは？

訪問調査では「片足で立っていただけるか」「何かにつかまらないうで起き上がるか」など、あらかじめ定められた項目を市の認定調査員または市から委託を受けた認定調査員が質問します。

### 【訪問調査を受けるときのポイント】

- 本人だけでなく、介護している人や家族などが同席する
- 24時間通しての様子を伝える(夜間の様子なども伝える)

伝えたいことを事前に  
まとめておきましょう。



### 概況調査

### 特記事項

調査時に聞き取った本人の状態や実際の介護の状況など詳しい内容を記載したもの

### 基本調査

- |            |            |                |
|------------|------------|----------------|
| ● 麻痺などの有無  | ● 洗身       | ● 意思の伝達        |
| ● 拘縮の有無    | ● つめ切り     | ● 記憶・理解        |
| ● 寝返り      | ● 視力・聴力    | ● 問題行動         |
| ● 起き上がり    | ● 移乗・移動    | ● 薬の内服         |
| ● 座位保持     | ● えん下・食事摂取 | ● 金銭の管理        |
| ● 両足での立位保持 | ● 排泄       | ● 日常の意思決定      |
| ● 歩行       | ● 清潔       | ● 社会生活への適応     |
| ● 立ち上がり    | ● 衣服の着脱    | ● 過去14日間にうけた医療 |
| ● 片足での立位   | ● 外出頻度     | ● 日常生活自立度      |

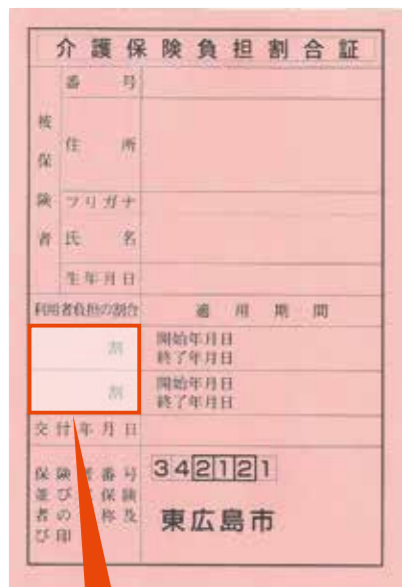
## 要介護と要支援の違い

要介護認定の結果は、「自立」、「要支援1・2」、「要介護1～5」のいずれかになります。結果によって利用できるサービスなどに違いがあります。

要介護と要支援とでは  
利用できるサービスや  
サービス利用の手順が  
異なります。

## 負担割合証 (介護保険負担割合証)

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



### 交付対象者

要介護認定を受けた人、介護予防・生活支援サービス事業対象者に交付されます。

### 必要なとき

介護保険サービスを利用するとき  
【有効期限】  
1年間(8月1日～翌年7月31日)

大切に保管  
しましょう。

負担割合 (1～3割) が  
記載されます。

▶ 負担割合に関して、詳しくは6ページ。

### 要介護状態区分

※状態の説明は、あくまでめやすです。

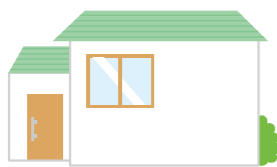
要介護状態区分	状態のめやす	利用できるサービス・事業
<b>要支援1</b>	ほぼ自立した生活ができるが、介護予防のための支援や改善が必要	<b>介護予防サービス 介護予防・生活支援サービス事業</b>
<b>要支援2</b>	日常生活に支援は必要だが、それによって介護予防できる可能性が高い	
<b>要介護1</b>	歩行などに不安定さがあり、日常生活に部分的な介護が必要	<b>介護サービス</b>
<b>要介護2</b>	歩行などが不安定で、排せつや入浴などの一部または全部に介護が必要	
<b>要介護3</b>	歩行や排せつ、入浴、衣服の着脱などに、ほぼ全面的な介護が必要	
<b>要介護4</b>	日常生活全般に動作能力が低下しており、介護なしでの生活は困難	
<b>要介護5</b>	生活全般に介護が必要で、介護なしでは日常生活がほぼ不可能	
<b>非該当</b>	要支援や要介護に当てはまらない人	基本チェックリストで介護予防・生活支援サービス事業対象者と判定された場合は <b>介護予防・生活支援サービス事業</b>

# サービス利用の流れ③ ケアプランの作成から サービス利用まで

サービス利用の手順

要介護1～5の人

自宅で暮らしながら  
サービスを利用したい



## 1 居宅介護支援事業者に連絡

- 東広島市が発行する事業者一覧（他市町の事業者でも可）のなかから**居宅介護支援事業者**（ケアマネジャーを配置しているサービス事業者）を選び、連絡します。
- 担当の**ケアマネジャー**が決まります。



## 2 ケアプラン<sup>※1</sup>を作成

担当のケアマネジャーと相談しながらケアプランを作成します。



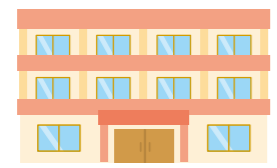
## 3 サービスを利用

- サービス事業者と契約<sup>※2</sup>します。
- ケアプランにそって**介護サービス**（▶P.22～）を利用します。



サービス利用の手順

介護保険施設へ  
入所したい



## 1 介護保険施設に連絡

入所前に見学するなどサービス内容や利用料について検討した上で、施設に直接申し込みます。



## 2 ケアプラン<sup>※1</sup>を作成

入所する施設のケアマネジャーと相談しながらケアプランを作成します。

## 3 サービスを利用

ケアプランにそって介護保険の**施設サービス**（▶P.30）を利用します。



要支援1・2の人

## 1 地域包括支援センター等に連絡

地域包括支援センターまたは居宅介護支援事業者に連絡、相談をします。



## 2 介護予防ケアプラン<sup>※1</sup>を作成

地域包括支援センターの職員やケアマネジャーと相談しながら介護予防ケアプランを作成します。

## 3 サービスを利用

- サービス事業者と契約<sup>※2</sup>します。
- 介護予防ケアプランにそって**介護予防サービス**（▶P.23～）および**介護予防・生活支援サービス事業**（▶P.34～35）を利用します。



介護予防・生活支援サービス事業対象者

## 1 地域包括支援センターに連絡

地域包括支援センターに連絡します。

## 2 介護予防ケアプラン<sup>※1</sup>を作成

地域包括支援センターの職員と相談しながら介護予防ケアプランを作成します。



## 3 サービスを利用

- サービス事業者と契約<sup>※2</sup>します。
- 介護予防ケアプランにそって**介護予防・生活支援サービス事業**（▶P.34～35）を利用します。



### サービス事業者と契約する際の注意点

- 重要事項説明書などの書類を受け取り、サービスの内容に納得した
- 利用者の病気や身体の状態をよく把握してもらっている
- 介護保険が使えるサービスと使えないサービスがわかるようになっている
- 利用料やキャンセル料、支払いについて納得した
- 契約解除の方法の説明を受けた

利用開始後も事業者を変えることができます。疑問点は、ケアマネジャーに相談してみましょう。



通うサービスなどでは、実際に施設を見学してみましょう。

要介護1～5と認定された人で、在宅を中心としたサービスを希望する人は居宅介護支援事業者に、施設への入所を希望する人は介護保険施設に連絡します。また、要支援1・2と認定された人および介護予防・生活支援サービス事業対象者は地域包括支援センター等に連絡します。

※1 ケアプランの作成、介護予防ケアプランの作成は、利用者の費用負担はありません。

※2 契約にあたってはサービス内容や料金などをよく確認しましょう。

# 介護保険サービスの種類と費用

介護保険サービスには、在宅を中心に利用する「居宅サービス」、介護保険施設に入所する「施設サービス」があります。また、事業所のある市区町村にお住まいの人のみが利用できる「地域密着型サービス」があります。

自己負担10割の費用をめやすとして掲載しています。利用者の自己負担は所得状況などにより「サービス費用のめやす」の1割、2割、3割のいずれかです。(▶P.6参照)

介護保険サービスの種類と費用

	▶P.22~24	自宅を訪問してもらう	
	▶P.25~26	施設に通って利用する	
	▶P.27	短期間施設に泊まる	
	▶P.28	通いを中心とした複合的なサービス	
	▶P.29	自宅から移り住んで利用する	
	▶P.30	介護保険施設に移り住む	
	▶P.32~33	生活する環境を整える	

## 各サービスの見方

利用できる要介護度を示します。

認知症の人が施設に通ってサービスを受ける

要支援1・2 要介護1~5 地域密着型サービス

認知症対応型通所介護(介護予防認知症対応型通所介護)

このマークのついたサービスは地域密着型サービスです。原則として事業所のある市区町村の住民だけが利用できます。

症と診断された人が食事・入浴などケアや支援、機能訓練を日帰りで受けられます。



サービス費用のめやす(7~8時間未満の利用の場合)

要支援1	8,756円	要介護3	12,305円
要支援2	9,773円	要介護4	13,414円
要介護1	10,108円	要介護5	14,512円
要介護2	11,207円		

※食費、日常生活費は別途負担となります。

※サービス費用のめやすは令和6年6月時点の情報をもとにしており、今後変更になる場合があります。

## 【サービスを利用する前に】

ケアプラン(介護サービスの利用計画)または介護予防ケアプランを作成する必要があります。



## 介護サービス・介護予防サービスの利用について相談する

### 要介護1~5 居宅介護支援

ケアマネジャーにケアプランを作成してもらうほか、安心して介護サービスを利用できるよう支援してもらいます。



### 要支援1・2 介護予防支援

地域包括支援センターの職員やケアマネジャーなどに介護予防ケアプランを作成してもらうほか、安心して介護予防サービスを利用できるよう支援してもらいます。



ケアプランの作成および相談は**無料**です。(全額を介護保険で負担します)

※小規模多機能型居宅介護を利用する場合や施設に入所する場合は、事業者または施設にいる専属のケアマネジャーにケアプランを作成してもらいます。

## ケアプランの作成例(要介護1の人の例)

**要望** 足の筋力を回復し、自分で家事ができるようになりたい

	月	火	水	木	金	土	日
午前	訪問介護	通所介護	訪問介護		通所リハビリ	訪問介護	
午後							

足の筋力回復のための機能訓練を行う。外出することがよい気分転換にもなる。

家の中で転ばないため、日常動作のリハビリ。

### 納得のいくケアプランのために

ケアプランは生活の設計図。目標の達成につながるサービスを組み込むことが大切です。「担当のケアマネジャーさんにすべてお任せ」ではなく、目標やどんな生活を送りたいかをケアマネジャーに積極的に伝えましょう。サービス利用開始から一定期間後、目標が達成されているか評価します。サービス利用の途中でも「自分の生活に合わない」「改善が見られない」という場合は、ケアプランの見直しができますので、遠慮なくケアマネジャーに相談してください。



# ①在宅を中心に利用するサービス

在宅を中心に利用するサービス(居宅サービス)には、訪問をしてもらうサービスや施設に通うサービスなど、さまざまな種類があります。

自宅を訪問してもらう

## 日常生活の手助けを受ける

### 要介護1~5 訪問介護【ホームヘルプサービス】

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を受けます。



サービス費用のめやす

〈身体介護〉	●食事、入浴、排せつのお世話 ●衣類やシーツの交換 など	身体介護中心	20分~30分未満	2,491円
			30分~1時間未満	3,951円
〈生活援助〉	●住居の掃除、洗濯、買い物 ●食事の準備、調理 など	生活援助中心	20分~45分未満	1,827円
			45分以上	2,246円
		通院等乗降介助(1回)		990円

※要支援の人は市が行う介護予防・生活支援サービス事業の訪問型サービスを利用できます。詳しくは35ページへ。

※早期・夜間・深夜などの加算があります。

**！** ご注意ください! 以下のサービスは、介護保険の対象となりません。

- 利用者以外の家族のための家事
  - ・利用者以外の家族のための洗濯、調理、布団干し ・自家用車の洗車、掃除
  - ・来客の応対 ・主として利用者が使用する居室等以外の掃除 など
- 日常生活の家事の範囲を超えるもの
  - ・花木の水やり、草むしり ・話し相手のみ、留守番 ・ペットの世話
  - ・大掃除、窓のガラス磨き、床のワックスがけ
- 金銭・貴重品の取り扱い
  - ・預金の引き出し、預け入れ
- リハビリや医療行為
- 利用者本人が不在のとき



ヘルパーさんになんでもお願いできるわけではありません

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

給付対象外  
のお願いを  
しないために

どのようなサービスを希望するのか、そのサービスが介護保険の対象になるのかなど、ケアプランを作成するときにケアマネジャーと具体的に話し合い、確認しましょう。



自宅を訪問してもらう

## 自宅で入浴の介助を受ける

要支援1・2 要介護1~5

### 訪問入浴介護(介護予防訪問入浴介護)

自宅に浴槽を持ち込んでもらい、入浴の介助を受けます。

サービス費用のめやす  
【1回あたり】

要支援1・2	8,739円	要介護1~5	12,925円
--------	--------	--------	---------



## 自宅で看護を受ける

要支援1・2 要介護1~5

### 訪問看護(介護予防訪問看護)

看護師などに訪問してもらい、床ずれの手当てや点滴の管理をしてもらいます。

サービス費用のめやす

要介護度	病院・診療所から		訪問看護ステーションから	
	20分~30分未満	30分~1時間未満	20分~30分未満	30分~1時間未満
要支援1・2	3,900円	5,646円	4,604円	8,106円
要介護1~5	4,073円	5,860円	4,808円	8,402円

※早期・夜間・深夜などの加算があります。



## 自宅でリハビリをする

要支援1・2 要介護1~5

### 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)

リハビリの専門家に訪問してもらい、自宅でリハビリを受けます。

サービス費用のめやす

1回	要支援1・2	3,030円
	要介護1~5	3,132円



介護や支援が必要になっても  
自分でできることは自分で!

自分でできることまで介護サービスに頼ると、徐々に身体機能が低下し、状態は悪化してしまいます。ケアプランを作成する時からできないことだけを介護サービスで補うことにして、自分でできることは自分で行い、できることを増やすことを目指しましょう。

家族が介護する場合も、本人のためにも本人ができないことだけを支援するようにしましょう。



買い物などもできるうちはなるべく積極的に行いましょう。

介護保険サービスの種類と費用

自宅を訪問してもらおう

お医者さんなどによる療養上の管理や指導を受ける

要支援1・2 要介護1～5

居宅療養管理指導

(介護予防居宅療養管理指導)

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

サービス費用のめやす  
【単一建物居住者1人に行う場合】

医師の場合(月2回まで)	5,150円
歯科医師の場合(月2回まで)	5,170円
医療機関の薬剤師の場合(月2回まで)	5,660円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	5,180円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	3,620円



24時間対応の訪問介護・訪問看護サービスを受ける

要介護1～5 地域密着型サービス

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

密接に連携をとっている介護職員と看護師の定期的な訪問を受けられます。また、通報や電話などをすることで、随時対応も受けられます。



1か月あたりのサービス費用のめやす  
【介護、看護一体型事業所の場合】

要介護度	介護のみ利用	介護と看護を利用	夜間のみ利用
要介護1	55,603円	81,128円	基本対応 10,097円
要介護2	99,241円	126,736円	
要介護3	164,789円	193,459円	
要介護4	208,457円	238,485円	
要介護5	252,105円	288,922円	

※要支援の人は利用できません。

施設に通って利用する

施設に通って食事や入浴などのサービスを受ける

要介護1～5

通所介護(デイサービス)

通所介護施設で、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。

基本のサービスに加えて

- 個々の状態に応じた機能訓練(個別機能訓練)
- 食事に関する指導など(栄養改善)
- 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)

などのメニューを選択して利用できます。(利用するメニューによって費用が加算されます)

サービス費用のめやす  
【通常規模の施設 / 7～8時間未満の利用の場合】

要介護1	6,672円	要介護4	10,373円
要介護2	7,878円	要介護5	11,640円
要介護3	9,126円		

※食費、日常生活費は別途負担となります。  
※要支援の人は市が行う介護予防・生活支援サービスの通所型サービスを利用できません。  
詳しくは34ページへ。



小規模な施設に通って食事や入浴などのサービスを受ける

要介護1～5 地域密着型サービス 地域密着型通所介護

定員18人以下の小規模な通所介護施設で、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。



サービス費用のめやす  
【7～8時間未満の利用の場合】

要介護1	7,635円	要介護4	11,884円
要介護2	9,024円	要介護5	13,303円
要介護3	10,464円		

※食費、日常生活費は別途負担となります。  
※要支援の人は市が行う介護予防・生活支援サービスの通所型サービスを利用できません。  
詳しくは34ページへ。

事業者を選ぶために...

介護保険は「利用者本位」が原則。利用者の意思が最も尊重されますので、自分なりに情報を集めることも大切です。

すべてのサービス提供事業者・施設には、決められた項目にそった情報を公開することが義務付けられています。広島県「介護サービス情報公開システム (<https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/34/index.php>)」から閲覧できますので、インターネットが使える人は、参考にしてください。

また、利用する施設を比較・検討するなら、実際に見学や体験利用をしてみることをお勧めします。職員の対応や食事の内容などをよくチェックしてみましょう。

介護公表

検索



介護サービス情報  
公表システム  
二次元バーコード

介護予防が大切なのはなぜ？

体を使わないでいると、徐々に機能が低下してしまいます。要介護度が軽い人について調べてみると、足腰が弱くなったために家に閉じこもりがちになり、ますます状態を悪化させ、介護が必要となってしまったケースが多いという結果が出ています。できることはなるべく自分でいき、体を動かすことで、心身の機能を向上させ、自分らしい自立した生活を目指すことができるのです。積極的なリハビリを行うことで、要介護度が改善することは、決して珍しいことではありません。

自分らしい生活へ

外出するの  
も  
楽しくなった

できることが  
増えてきた

できることは  
自分で



介護保険サービスの種類と費用

施設に通って利用する

施設に通ってリハビリをする

要介護1~5 通所リハビリテーション【デイケア】

介護老人保健施設や病院・診療所で、日帰りの機能訓練などが受けられます。

基本のサービスに加えて

- 食事に関する指導など(栄養改善)
  - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。  
(利用するメニューによって費用が加算されます)

サービス費用のめやす  
【通常規模の施設/7~8時間未満の利用の場合】

要介護1	7,749円	要介護4	12,356円
要介護2	9,183円	要介護5	14,024円
要介護3	10,637円		

※食費、日常生活費は別途負担となります。



要支援1~2 介護予防通所リハビリテーション

介護老人保健施設や病院・診療所で、介護予防を目的とした生活機能の維持向上のための機能訓練などが日帰りで受けられます。

基本のサービスに加えて

- 食事に関する指導など(栄養改善)
  - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。  
(利用するメニューによって費用が加算されます)

1か月あたりのサービス費用のめやす

要支援1	23,065円	要支援2	42,998円
------	---------	------	---------

※食費、日常生活費は別途負担となります。



認知症の人が施設に通ってサービスを受ける

要支援1~2 要介護1~5 地域密着型サービス

認知症対応型通所介護(介護予防認知症対応型通所介護)

認知症と診断された人が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

サービス費用のめやす【7~8時間未満の利用の場合】

要支援1	8,756円	要介護3	12,305円
要支援2	9,773円	要介護4	13,414円
要介護1	10,108円	要介護5	14,512円
要介護2	11,207円		

※食費、日常生活費は別途負担となります。



リハビリの専門家ってどんな人?

リハビリの専門家とは「理学療法士」や「作業療法士」「言語聴覚士」をいいます。具体的には次のようなリハビリを行います。

理学療法士:日常生活に必要な基本動作を行う機能を維持・回復するために、運動療法や温熱を使った物理療法などを行います。

作業療法士:日常活動の仕事や遊びなどの動作を通じて心身の機能の回復を図ります。

言語聴覚士:音声・言語・聴覚に障がいのある人に訓練や検査などを行います。

短期間施設に泊まる

自宅で介護を受けている人が一時的に施設に泊まる

要支援1~2 要介護1~5

短期入所生活介護【ショートステイ】

(介護予防短期入所生活介護)

介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。

1日あたりのサービス費用のめやす  
【併設型の施設の場合】

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要支援1	5,379円	4,586円	4,586円
要支援2	6,671円	5,705円	5,705円
要介護1	7,159円	6,132円	6,132円
要介護2	7,851円	6,834円	6,834円
要介護3	8,613円	7,576円	7,576円
要介護4	9,336円	8,288円	8,288円
要介護5	10,037円	8,990円	8,990円



医療の助けが必要な人が一時的に施設に泊まる

要支援1~2 要介護1~5

短期入所療養介護【医療型ショートステイ】

(介護予防短期入所療養介護)

介護老人保健施設などに短期間入所して、医療によるケアや介護、機能訓練などが受けられます。

1日あたりのサービス費用のめやす  
【介護老人保健施設の場合】

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要支援1	6,327円	5,871円	6,215円
要支援2	8,000円	7,361円	7,848円
要介護1	8,477円	7,635円	8,416円
要介護2	8,953円	8,122円	8,923円
要介護3	9,612円	8,760円	9,572円
要介護4	10,170円	9,308円	10,109円
要介護5	10,707円	9,845円	10,667円



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

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

「共生型サービス」について

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

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

【対象サービス】 訪問介護 通所介護 短期入所生活介護 等

介護保険サービスの種類と費用

通いを中心とした複合的なサービス

通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービスを受ける

要支援1・2 要介護1～5 地域密着型サービス

小規模多機能型居宅介護(介護予防小規模多機能型居宅介護)

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



1か月あたりのサービス費用のめやす

要支援1	35,086円	要介護3	227,391円
要支援2	70,905円	要介護4	250,965円
要介護1	106,357円	要介護5	276,715円
要介護2	156,312円		

※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。

通い・訪問・泊まりに看護を組み合わせたサービスを受ける

要介護1～5 地域密着型サービス

看護小規模多機能型居宅介護【複合型サービス】

利用者の状況に応じて、小規模な住居型の施設への「通い」、自宅に来てもらう「訪問」(介護と看護)、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。



1か月あたりのサービス費用のめやす

要介護1	126,585円	要介護4	282,380円
要介護2	177,110円	要介護5	319,419円
要介護3	248,971円		

※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。

※要支援の人は利用できません。

自宅から移り住んで利用する

有料老人ホームなどに入居している人がサービスを受ける

要支援1・2 要介護1～5

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)

有料老人ホームなどに入所している人が受けるサービスです。食事・入浴などの介護や機能訓練を受けられます。サービスは、施設の職員がサービスを行う包括型(一般型)と、外部の事業者がサービスを提供する外部サービス利用型に区分されます。



1日あたりのサービス費用のめやす  
【包括型(一般型)の場合】

要支援1	1,855円	要介護3	6,885円
要支援2	3,173円	要介護4	7,544円
要介護1	5,495円	要介護5	8,243円
要介護2	6,175円		

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

認知症の人が施設で共同生活を送る

要支援2 要介護1～5 地域密着型サービス

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)

認知症と診断された人が共同で生活しながら、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。



1日あたりのサービス費用のめやす  
【2ユニットの事業所の場合】

要支援2	7,594円	要介護3	8,233円
要介護1	7,635円	要介護4	8,395円
要介護2	7,990円	要介護5	8,568円

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

※要支援1の人は利用できません。

地域の小規模な介護老人福祉施設でサービスを受ける

要介護3～5 地域密着型サービス

地域密着型 介護老人福祉施設入所者生活介護

定員29人以下の小規模な介護老人福祉施設で、食事・入浴などの介護や健康管理が受けられます。

1日あたりのサービス費用のめやす

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要介護1	6,915円	6,084円	6,084円
要介護2	7,635円	6,803円	6,803円
要介護3	8,395円	7,554円	7,554円
要介護4	9,136円	8,284円	8,284円
要介護5	9,845円	8,994円	8,994円

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

※新規に入所できるのは原則、要介護3以上の人。

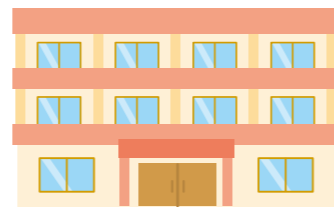
※要支援の人は利用できません。

有料老人ホームや軽費老人ホームなどのうち「特定施設」(入居者がそこで受ける介護サービスが介護保険の対象となる施設)と指定を受けた施設では「特定施設入居者生活介護」を利用できます。「特定施設入居者生活介護」は入居している居室が自宅とみなされるため、大きくは居宅サービスや地域密着型サービスに分類されます。

介護保険サービスの種類と費用

## ②介護保険施設で受けるサービス

下記の介護保険施設に入所して受けるサービスを「施設サービス」と呼びます。介護保険施設は、どのような介護が必要かによって、下記のタイプに分かれています。入所を希望するときは、施設に直接申し込みます。必要性の高い人から入所できます。



### 生活介護が中心の施設

要介護3～5

#### 介護老人福祉施設 【特別養護老人ホーム】

常に介護が必要で、自宅では介護が困難な人が対象の施設です。食事・入浴など日常生活の介護や健康管理が受けられます。

1か月あたりの施設サービス費のめやす

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要介護1	203,814円	179,173円	179,173円
要介護2	225,108円	200,467円	200,467円
要介護3	247,923円	222,674円	222,674円
要介護4	269,521円	243,968円	243,968円
要介護5	290,511円	264,958円	264,958円

※新規に入所できるのは原則として、要介護3以上の人です。

### 介護やリハビリが中心の施設

要介護1～5

#### 介護老人保健施設

病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な人が対象の施設です。医学的な管理のもとで介護や看護、リハビリを受けられます。

1か月あたりの施設サービス費のめやす【基本型】

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要介護1	243,968円	218,111円	241,230円
要介護2	257,961円	232,104円	256,440円
要介護3	277,734円	251,877円	276,213円
要介護4	294,465円	268,608円	292,336円
要介護5	309,675円	283,514円	307,850円

### 長期療養の機能を備えた施設

要介護1～5

#### 介護医療院

主に長期にわたり療養が必要な人が対象の施設です。医療と介護(日常生活上の世話)が一体的に受けられます。

1か月あたりの施設サービス費のめやす【I型】

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要介護1	258,570円	219,328円	253,398円
要介護2	292,032円	253,094円	286,860円
要介護3	364,735円	325,494円	359,564円
要介護4	395,460円	356,522円	390,288円
要介護5	423,446円	384,204円	418,275円

※施設サービスの費用は、要介護度や施設の体制、部屋のタイプによって異なります。

※居住費、食費、日常生活費は別途負担となります。

(従来型個室、多床室、ユニット型個室などの違いについて▶27ページ参照)

※要支援の人は利用できません。

## ●施設サービスを利用したときの費用

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

$$\text{施設サービス費の1～3割} + \text{居住費(滞在費)} + \text{食費} + \text{日常生活費(理美容代など)} = \text{自己負担}$$

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

変更ポイント

食費の基準費用額を変更。(令和8年8月から)

居住費・食費の基準費用額(1日あたり)

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

( )内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。  
※室料が徴収される場合は697円。

## ●所得が低い人は、居住費と食費の負担が軽くなります

介護保険施設やショートステイを利用されている人で、所得が低い人に対しては、所得に応じた自己負担の上限(限度額)が設けられており、これを超える利用者負担はありません。超えた分は「特定入所者介護サービス費」として、介護保険から給付されます。

●給付を受けるには、東広島市への申請が必要です。

変更ポイント

所得の状況および限度額を変更。(令和8年8月から)

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり)

利用者負担段階	所得の状況*1	預貯金等の資産*2の状況	居住費(滞在費)				食費
			ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
令和8年7月まで	生活保護受給者の人等	要件なし					
	世帯全員が市町村民税非課税 高齢福祉年金受給者の人	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	880円	550円	550円(380円)	0円	300円
	前年の合計所得金額+年金収入額が80.9万円以下の人	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円(480円)	430円	390円[600円]
	前年の合計所得金額+年金収入額が80.9万円超120万円以下の人	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	650円[1,000円]
3-②	前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の人	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	1,360円[1,300円]

利用者負担段階	所得の状況*1	預貯金等の資産*2の状況	居住費(滞在費)				食費
			ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
令和8年8月から	生活保護受給者の人等	要件なし					
	世帯全員が市町村民税非課税 高齢福祉年金受給者の人	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	880円	550円	550円(380円)	0円	300円
	前年の合計所得金額+年金収入額が82.65万円以下の人	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円(480円)	430円	390円[600円]
	前年の合計所得金額+年金収入額が82.65万円超120万円以下の人	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	680円[1,030円]
3-②	前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の人	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,470円	1,470円	1,470円(980円)	430円*3(530円)	1,420円[1,360円]

[ ]内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護を利用した場合の金額です。

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

※1 住民票上世帯が異なる(世帯分離している)配偶者(婚姻届を提出していない事実婚も含む。DV防止法における配偶者からの暴力を受けた場合や行方不明の場合等は対象外)の所得も判断材料とします。

※2【預貯金等に含まれるもの】資産性があり、換金性が高く、価格評価が容易なもの。

※3 室料が徴収される場合は530円。

※第2号被保険者は、利用者負担段階に関わらず、預貯金等の資産が単身:1,000万円以下、夫婦:2,000万円以下であれば支給対象となります。

不正があった場合には、ペナルティ(加算金)を設けます。

### ③生活環境を整えるサービス



生活する環境を整える

#### 自立した生活を送るための福祉用具を借りる

##### 福祉用具貸与(介護予防福祉用具貸与)

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



- = 利用できる。
- ✕ = 原則として利用できない。
- ▲ = 尿のみを吸引するものは利用できる。

	要支援1・2	要介護2・3	要介護4・5
	要介護1		
・手すり(工事をともなわないもの) ・歩行器	○	○	○
・車いす ・特殊寝台 ・体位変換器 ・移動用リフト	✕	○	○
・自動排せつ処理装置	▲	▲	○

月々の利用限度額の範囲内で、実際にかかった費用の1～3割を自己負担します。

##### 適正な価格で、福祉用具を利用しましょう。

- 適正な価格で利用するために下記の点を理解しておきましょう。疑問点は事業者に相談しましょう。
- ・商品ごとに貸与価格の全国平均が公表されており、その平均価格をもとに貸与価格の上限額が設定されています。※上限を超えた場合は、保険給付対象外(全額自己負担)となります。
  - ・事業者には下記①、②が義務付けられています。
  - ① 貸与する商品の機能や価格帯の異なる複数商品を選択肢として示す。
  - ② 貸与する商品の全国平均価格とその事業者の価格を説明する。

#### 福祉用具を買う

申請が必要です

要支援1・2 要介護1～5

##### 特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入)

購入費支給の対象は、次の品目です。

- ・移動用リフトのつり具の部分
- ・腰掛便座(便座の底上げ部材を含む)
- ・自動排せつ処理装置の交換部品
- ・排せつ予測支援機器
- ・簡易浴槽
- ・入浴補助用具(入浴用いす、浴槽用手すり、浴槽内いす、入浴用介助ベルト等)
- ・固定用スロープ
- ・歩行器(歩行車を除く)
- ・歩行補助つえ(松葉づえを除く単点つえおよび多点つえ)



年間10万円が上限で、その1～3割が自己負担です。  
費用が10万円かかった場合、1～3万円が自己負担です。  
(毎年4月1日から1年間)

※指定を受けていない事業者から購入した場合は、支給の対象になりませんのでご注意ください。

貸与と購入を選択できます。



生活する環境を整える

#### より安全な生活が送れるように住宅を改修する

事前と事後に申請が必要です

##### 要支援1・2 要介護1～5 居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)

生活環境を整えるための住宅改修に対し、20万円を上限として費用の7～9割が住宅改修費として支給されます。  
(費用が20万円かかった場合、自己負担1割の場合2万円、2割の場合4万円、3割の場合6万円が自己負担額です)

●工事の前に必ずケアマネジャーに相談をしてください。



##### 介護保険の対象となる工事の例

- 手すりの取り付け
- 段差や傾斜の解消
- 滑りにくい床材・移動しやすい床材への変更
- 開き戸から引き戸等への扉の取り替え、扉の撤去
- 和式から洋式への便器の取り替え
- その他これらの各工事に付帯して必要な工事

※屋外部分の改修工事も給付の対象となる場合があります。

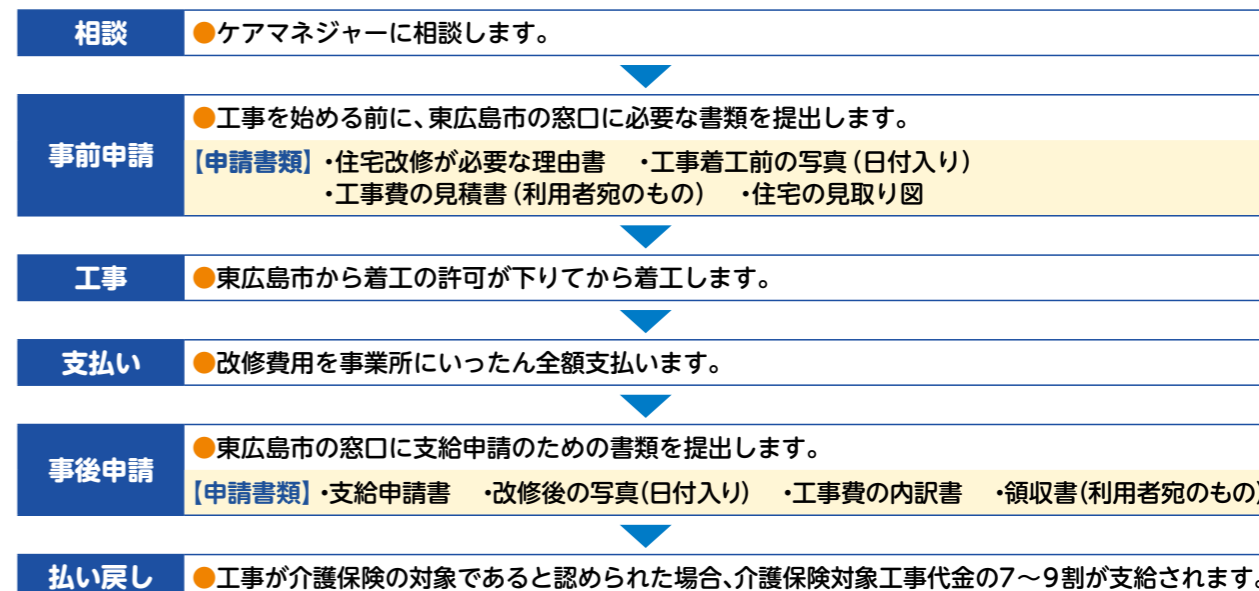
支給限度額/20万円(原則1回限り)  
20万円が上限で、その1～3割が自己負担です。

※1回の改修で20万円を使い切らずに、数回に分けて使うこともできます。  
※引っ越しをした場合や要介護度が著しく高くなった場合、再度支給を受けることができます。

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



##### ●手続きの流れ【償還払い(後から払い戻される)の場合】



介護保険サービスの種類と費用

# 自分らしい生活を続けるために

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

## 介護予防・生活支援サービス事業

対象者 ●要支援1・2 ●事業対象者の人

### サービスを利用するには

まずは、地域包括支援センターへご相談ください。心身の状態を確認したうえで、その人に合ったサービスや支援を受けることができます。

- 原則としてサービス費用の1割～3割を負担します。
- また、要介護状態の区分により1か月あたりの上限額が決められています。

## 通所型サービス

要支援1・2 事業対象者

### 通所介護

通所介護施設で、入浴や排せつ、食事などの日常生活上の支援を日帰りで受けることができます。また、栄養改善、口腔機能の向上等の選択的サービスも受けることができます。

利用回数のめやす

- 要支援2認定者/週2回程度
- 要支援1認定者・事業対象者/週1回程度

サービス費用のめやす(月額制)

週1回程度の利用	18,231円/月
週2回程度の利用	36,716円/月

要支援1・2 事業対象者

### 通所型サービスA (一部地域で実施)

サービス提供施設で、運動機能向上に関するプログラムを受けることができます。また、口腔機能の向上のプログラム等必要なサービスを総合的に受けることで、生活機能の改善(サービス利用からの卒業)を目指します。(送迎は希望者のみ、入浴サービスはなし)

利用回数のめやす

- 週1回

サービス費用のめやす(回数制)

週1回程度の利用	4,238円/回
----------	----------

要支援1・2 事業対象者

### 通所型サービスC (短期集中予防サービス)(一部地域で実施)

サービス提供施設等で、理学療法士や健康運動指導士等により短期集中的に運動機能向上に関するプログラムを受けられます。(約3か月)

利用回数・期間のめやす

- 週1回(約3か月間)

自己負担	なし
------	----



## 訪問型サービス

要支援1・2 事業対象者

### 訪問介護

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調理や買物、掃除、洗濯などの支援が受けられます(原則、独居・高齢者世帯)。



利用回数のめやす

- 要支援2認定者/週1～3回程度
- 要支援1認定者・事業対象者/週1・2回程度

サービス費用のめやす(月額制)

週1回程度の利用	12,006円/月
週2回程度の利用	23,983円/月
週2回を超える利用	38,052円/月

要支援1・2 事業対象者

### 訪問型サービスA

自分ではできない日常生活上の行為がある場合に、「ぐるマルサポーター」\*による調理や買物、掃除、洗濯などの支援が受けられます。(原則、独居・高齢者世帯)

\*ぐるマルサポーター:

市が実施する「ぐるマルサポーター養成講座」修了者

\*要支援認定者、事業対象者の時に訪問型サービスAを利用していた場合、要介護認定を受けた後も引き続きサービスを利用する事ができます。



利用回数 ●週1回

自己負担のめやす(回数制)

1時間未満	210円/回
1時間以上 1時間30分未満	265円/回
1時間30分以上	320円/回

要支援1・2 事業対象者

### 訪問型サービスB

住民ボランティアによる調理、掃除、洗濯、外出支援、草取りなどの支援が受けられます。

\*要支援認定者、事業対象者の時に訪問型サービスBを利用していた場合、要介護認定を受けた後も引き続きサービスを利用する事ができます。



利用者負担

実施団体が決めた利用料

要支援1・2 事業対象者

### 訪問型サービスC (短期集中予防サービス)

理学療法士や歯科衛生士、管理栄養士等が自宅に訪問し、短期集中的に日常生活動作の改善や口腔機能向上、栄養改善の支援等を受けられます。(約3か月)

利用回数・期間のめやす

- 週1回(約3か月間)

自己負担	なし
------	----



## 一般介護予防事業

65歳以上の人ならどなたでも健康維持と介護予防につながる活動に参加できます。

### 地域サロン

地域の誰もが定期的に集い、「気軽に」「無理なく」「楽しく」「自由に」過ごせる、地域の「仲間づくり」「出会いづくり」の場です。参加者の皆さんが、会食・健康体操・創作活動・レクリエーション等自由な発想で企画し、自主的に運営しています。



### 住民主体の通いの場

地域で自主的に「いきいき百歳体操」など、介護予防に効果的な体操を行う場です。地域住民が誰でも参加でき、週1回程度実施しています。



### 元気輝きポイント制度

高齢者の健康づくり、介護予防活動や、地域で取り組む高齢者への支援活動を推進することを目的とした制度です。対象となる活動に参加するとポイントが付与され、1年間貯めたポイント数に応じて、報奨金を支給する制度です。



## 地域で元気に ～介護予防に取り組みましょう～

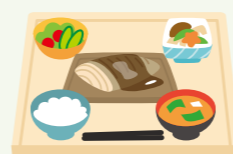
ここでは、自分で取り組める介護予防の方法をお伝えします。

### バランスよくしっかり食べましょう

やせないように  
よく食べることが  
重要です！

栄養バランスのよい食事を心がけましょう。  
肉や魚、卵などのたんぱく質をしっかりととりましょう。

1日3食抜かずに  
バランスよく食べる



たんぱく質を  
十分にとる



さまざまな野菜を  
毎日食べる



カルシウムの不足  
に気をつける



### 体を動かす時間を増やしましょう

筋力は何歳からでも  
鍛えられます。運動を毎日の生活に  
取り入れましょう！

散歩(ウォーキング)や体操、筋力トレーニングを  
生活に取り入れましょう。

#### 散歩(ウォーキング)

・人混みを避けて散歩をしましょう。可能な場合は、少し速めに歩くことを意識すると、さらに運動効果が高まります。



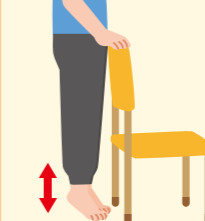
#### 体操

・ラジオ体操などを広い場所  
や庭などで行いましょう。



#### ふくらはぎの筋トレ 1セット10回

1 いすの背もたれをつかみ、軽く脚を開いてまっすぐ立つ。  
2 体が高くなるように、かかとを上げ下げする。



・回数はめやすです。体力や体の状態に合わせて回数を設定してください。  
・4秒かけてゆっくり行い、4秒かけてゆっくり戻しましょう。

体に痛みなどがある人は、運動を行う前に医師に相談しましょう。

### 口の健康を保ちましょう

歯だけでなく  
舌や口の中全体を清潔に  
保ちましょう。

歯みがきや、入れ歯の手入れをしっかりと、  
口の健康を保ちましょう。噛む力を鍛えることも重要です。

#### 食後の口の手入れ を忘れずに

・1日1回は、十分な時間をかけて歯をみがきましょう。  
・義歯(入れ歯)は外してみがきましょう。



# 地域包括支援センターのご案内

## 地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口です

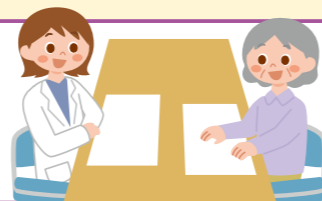
地域包括支援センターは、高齢者のみなさんが、いつまでも住み慣れた地域で生活ができるよう支援するための拠点です。介護に関する悩みや心配ごとへの対応のほか、健康や福祉、医療に関するさまざまな支援を行っています。



## 地域包括支援センターが行っている主な支援

### 自立した生活ができるよう介護予防をすすめます

要支援1・2および事業対象者の人の介護予防ケアプランなどを作成して、効果を評価します。



### 介護に関する悩みなどさまざまな相談に応じます

介護が必要な高齢者やその家族のために、介護に関する相談のほか、福祉や医療など、さまざまな相談を受け付けています。



### 高齢者のみなさんの権利を守ります

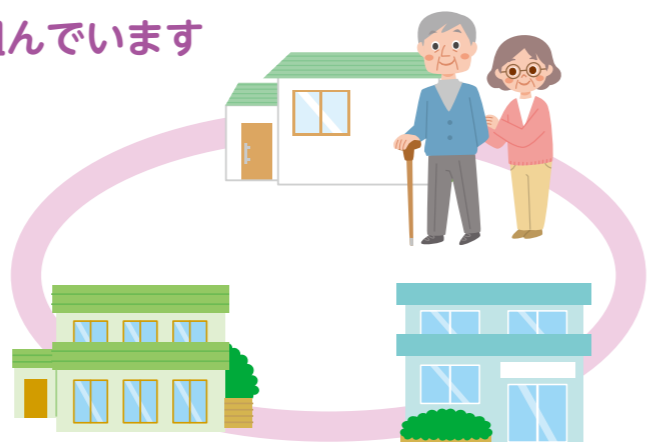
消費者被害などへの対応、成年後見制度の利用支援や、高齢者の虐待防止や早期発見・早期対応などに取り組みます。



### 暮らしやすい地域づくりに取り組んでいます

いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、介護サービス事業者や医療・行政機関のネットワークづくりを進めています。

また、主任ケアマネジャーが地域のケアマネジャーの支援・指導を行い、質の高いサービス提供に努めます。



地域包括支援センター名称	所在地	連絡先
西条北地域包括支援センター 【受託法人 社会医療法人千秋会】	〒739-0007 東広島市西条土与丸六丁目1-91 井野口病院3階	TEL (082)431-6745 FAX (082)431-6746
(担当地域) 朝日町・大坪町・岡町・上市町・御条町・栄町・昭和町・末広町・西本町・本町・西条・西条東・下見・寺家・助実・土与丸・吉行・西条下見・西条東北町・西条土与丸・西条吉行東・寺家駅前		
西条南地域包括支援センター 【受託法人 医療法人好縁会】	〒739-0025 東広島市西条中央六丁目31-38 セラフィックビル1階(中央図書館バス停前)	TEL (082)422-1020 FAX (082)422-1030
(担当地域) 馬木・大沢・上三永・郷曾・下三永・田口・福本・御園宇・森近・鏡山・鏡山北・西条中央・西大沢・三永		
八本松地域包括支援センター 【受託法人 社会福祉法人 広島県リハビリテーション協会】	〒739-0151 東広島市八本松町原5693-3 地域密着型特別養護老人ホームときわ内	TEL (082)420-9717 FAX (082)420-9718
(担当地域) 八本松町		
志和地域包括支援センター 【受託法人 社会福祉法人みずほ会】	〒739-0262 東広島市志和町志和東810-1 ケアハウスみずほ敷地内	TEL (082)401-4110 FAX (082)433-5725
(担当地域) 志和町		
高屋地域包括支援センター 【受託法人 社会福祉法人本永福祉会】	〒739-2111 東広島市高屋町高屋堀3486 特別養護老人ホーム御園寮内	TEL (082)426-5211 FAX (082)434-0465
(担当地域) 高屋町		
黒瀬地域包括支援センター 【受託法人 社会福祉法人白寿会】	〒739-2692 東広島市黒瀬町丸山1333 東広島市役所黒瀬支所南庁舎2階	TEL (0823)82-0203 FAX (0823)27-4355
(担当地域) 黒瀬町		
北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター 【受託法人 社会福祉法人 東広島市社会福祉協議会】	〒739-2303 東広島市福富町久芳1545-1 東広島市役所福富支所内	TEL (082)435-2240 FAX (082)435-2098
(担当地域) 福富町・豊栄町・河内町		
●豊栄相談スペース(東広島市社会福祉協議会 豊栄支所内).....		TEL (082)432-2083
●河内相談スペース(東広島市社会福祉協議会 河内支所内).....		TEL (082)420-7011
安芸津地域包括支援センター 【受託法人 社会福祉法人白寿会】	〒739-2402 東広島市安芸津町三津4398 安芸津文化福祉センター2階	TEL (0846)46-1305 FAX (0846)46-1306
(担当地域) 安芸津町		
東広島市基幹型 地域包括支援センター	〒739-8601 東広島市西条栄町8-29 東広島市役所地域包括ケア推進課内	TEL (082)422-1022 FAX (082)423-2330

# 家族介護支援事業等

## ● 介護者慰労金の支給

要介護3・4・5の介護保険サービスを利用していない市町村民税非課税世帯に属する高齢者(要介護者)を、過去1年間にわたり在宅で常時介護している家族を対象に、精神的慰労を目的として慰労金を支給します。

## ● 介護用品支給事業

在宅で要介護4または要介護5に相当する高齢者(介護保険第2号被保険者を含む)を介護している同居の家族(市町村民税非課税世帯)を対象に、紙おむつ等(紙おむつ、尿とりパッド、使い捨て手袋、清拭剤)の購入助成券を交付します。

## ● 配食サービス

毎日の食事の調理が困難な、65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯に属する人(介護保険第2号被保険者で、特定疾病により市の認定を受けた人を含む)を対象に、栄養バランスのとれた食事を配達し、併せて利用者の安否確認を行います。

## ● 家族介護教室・家族介護者交流事業

要介護高齢者を介護している家族等を対象に、介護方法や介護者の健康づくりについての知識・技能の習得や、心身の元気回復(リフレッシュ)や交流を図るための教室や交流会を開催します。

## ● 認知症カフェ

地域の居場所として認知症の人、家族介護者や友人、地域住民、専門職等が定期的に集い、会話と対話による情報交換や相談、認知症に関する普及・啓発を行う場です。

## ● 認知症高齢者等見守り支援事業

認知症により行方不明となるおそれのある高齢者等に対し、事前登録した連絡先等の情報を携帯電話等で読み取ることができる二次元コード印字のラベルシールを交付します。高齢者等が保護された場合に、発見者が二次元コードを読み取ることで、本人確認や家族への連絡を円滑に行います。



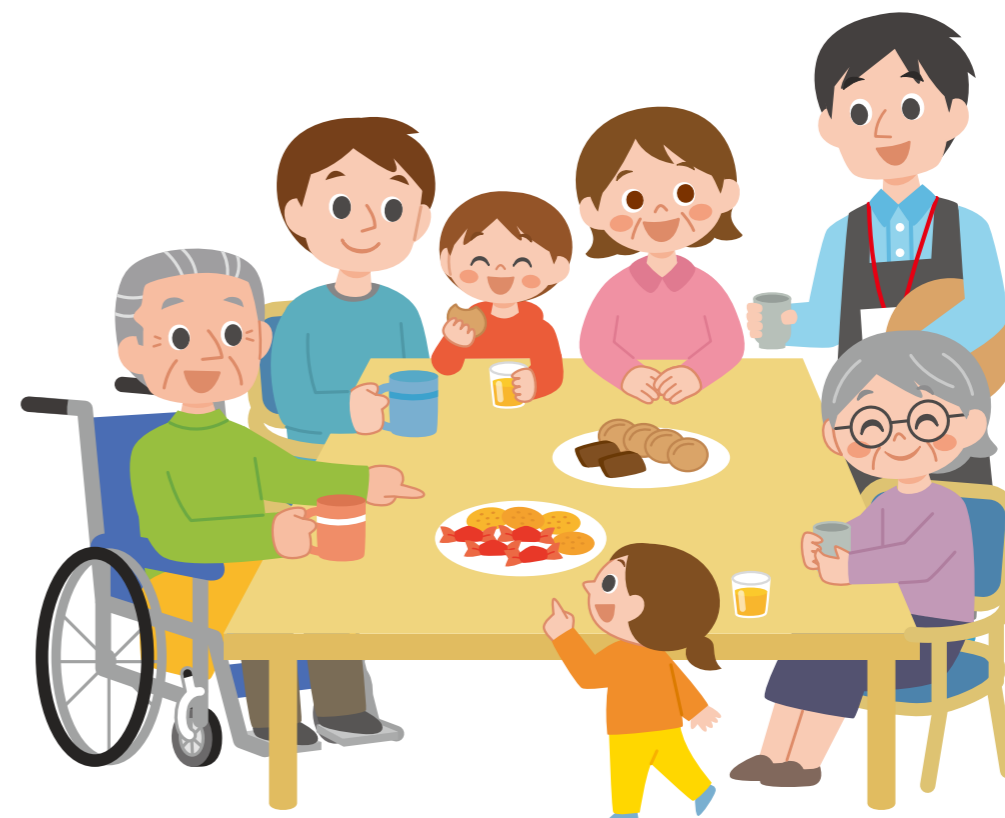
家族介護支援事業等、在宅福祉サービスの詳細は、冊子「いきいきげんき」をご覧ください

★地域包括ケア推進課・各支所・各出張所で配布しています★

# 相談窓口一覧

名称	所在地	連絡先
介護保険課	〒739-8601 東広島市西条栄町 8-29	TEL (082)420-0937 FAX (082)422-6851
地域包括ケア推進課	〒739-8601 東広島市西条栄町 8-29	TEL (082)420-0984 FAX (082)426-3117
黒瀬支所 福祉保健課	〒739-2692 東広島市黒瀬町丸山 1333	TEL (0823)82-0220 FAX (0823)83-2403
福富支所 地域振興課	〒739-2303 東広島市福富町久芳 1545-1	TEL (082)435-2211 FAX (082)435-2030
豊栄支所 地域振興課	〒739-2317 東広島市豊栄町鍛冶屋 963-2	TEL (082)432-2563 FAX (082)432-2328
河内支所 地域振興課	〒739-2201 東広島市河内町中河内 1166	TEL (082)437-1109 FAX (082)437-0229
安芸津支所 福祉保健課	〒739-2402 東広島市安芸津町三津 5556-1	TEL (0846)45-2065 FAX (0846)45-6055

東広島市役所



# 介護保険



## Q & A

**Q** 介護保険には、加入しなくてもいいのですか？

**A** 40歳以上のすべての人が加入します。また加入は自動的に行われ、手続きは必要ありません。介護保険制度は、高齢者などの介護を社会全体で支え合う仕組みです。介護保険サービスを利用する、しないにかかわらず、40歳以上のすべての人が加入することになります。

**Q** サービスを利用していないのですが、納めた保険料は返してもらえますか？

**A** 医療保険と同様に、保険料をお返すことはありません。介護保険料は、介護保険サービスの費用をまかなう大切な財源です。介護保険は、助け合いの精神に基づく社会のしくみです。どうかご理解ください。

**Q** 交通事故が原因で介護が必要となった場合、介護保険サービスは利用できますか？

**A** 65歳以上(第1号被保険者)の人は、介護が必要となった原因を問わず、要介護認定を受ければ介護保険サービスを利用できます。ただし、交通事故などの第三者行為が原因の場合は、東広島市へ届け出をお願いします。40～64歳(第2号被保険者)の人は、特定疾病を原因として介護が必要となり、要介護認定を受けた人のみが介護保険サービスを利用できます。

**Q** 認定の申請をしましたが、結果が出る前にサービスは利用できますか？

**A** 暫定プランによりサービスを利用できます。ただし、認定結果によっては非該当になる場合や介護保険で利用できるサービスの支給限度額が変わる場合がありますので、ケアマネジャーとよく相談し、サービスを利用してください。

**Q** 本人の状態が変化した場合、認定結果を変更してもらうことはできますか？

**A** 介護の必要な度合いが変わった場合などには、要介護度の区分変更申請ができます。まずはケアマネジャーにご相談ください。

**Q** 現在入院中ですが、認定の申請をすることはできますか？

**A** 退院後に在宅で介護保険サービスを利用する場合、または、介護保険施設への入所を希望する場合は申請できます。要介護認定は、病状が安定していることが前提となりますので、入院先の相談員等にご相談のうえ、安定してから申請してください。

**Q** 施設に入所するにはどうすればいいのですか？

**A** 施設への入所を希望する場合は、施設に直接お申し込みください。

**Q** 趣味のための外出(映画鑑賞やカラオケなど)や日用品以外の買い物に行くときもヘルパーさんに介助してもらえますか？

**A** 日常生活上、必要不可欠な範囲を超えた介助は、介護保険での訪問介護サービスの対象外です。

**Q** 同居する家族がいますが、ヘルパーさんに部屋の掃除をお願いできますか？

**A** 原則、同居家族がいる場合は「生活援助」のサービスを受けることができません。ただし、同居する家族が障害や疾病等により家事ができない場合や、やむを得ない事情により家事が困難な場合は利用することもあります。まずは担当のケアマネジャーへご相談ください。※「身体介護」のサービスは同居家族の有無に関わらず利用できます。「生活援助」と「身体介護」の区別については、(P.22)をご覧ください。

**Q** ケアプランは家族やケアマネジャーにすべて任せて大丈夫ですか？

**A** ケアプランは生活の設計図です。自立した生活を続けるために、目標や希望があれば積極的に伝えましょう。

**Q** 要介護(要支援)の認定が下りましたが、実際にどのようなサービスが使えますか？住んでいる地域にどのような事業所がありますか？どこに相談すれば分かりますか？

**A** お住まいの地域の地域包括支援センター(P.39)にご相談ください。