

高齢者相談窓口



相談窓口	住所	電話番号	
つがる市地域包括支援センター	つがる市稲垣町豊川宮川42-3 (稲垣老人福祉センター内)	69-7117	
つがる市在宅介護支援センター	木造 在宅介護支援センター	つがる市木造若緑52 (社会福祉協議会木造支所内)	42-4620
	在宅介護支援センター 柏風園	つがる市木造筒木坂鳥谷沢18-9 (特別養護老人ホーム柏風園内)	49-5012
	森田 在宅介護支援センター	つがる市森田町森田月見野277-3 (社会福祉協議会森田支所内)	49-7005
	柏 在宅介護支援センター	つがる市柏桑野木田若宮255-1 (特別養護老人ホーム桑寿園内)	25-2115
	稲垣 在宅介護支援センター	つがる市稲垣町豊川宮川136-1 (社会福祉協議会稲垣支所内)	46-2902
	車力 在宅介護支援センター	つがる市豊富町屏風山1-377 (特別養護老人ホームゆうあいの里内)	69-5100

※身近な相談相手として各地区の民生委員もさまざまな相談に応じています

介護保険は「予防」と「安心」で暮らしを支える制度です

わたしたちの 介護保険

わかりやすい利用の手引き



もくじ

しくみと加入者	2
介護保険料の決まり方・ 納め方	4
サービス利用の手順	6

介護保険サービスの種類と費用

① 自宅を中心に利用するサービス	8
② 介護保険施設で受けるサービス	11
③ 生活環境を整えるサービス	12
④ 介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)	13

費用の支払い

つがる市の介護保険事業者一覧	16
つがる市の高齢者福祉サービス	18

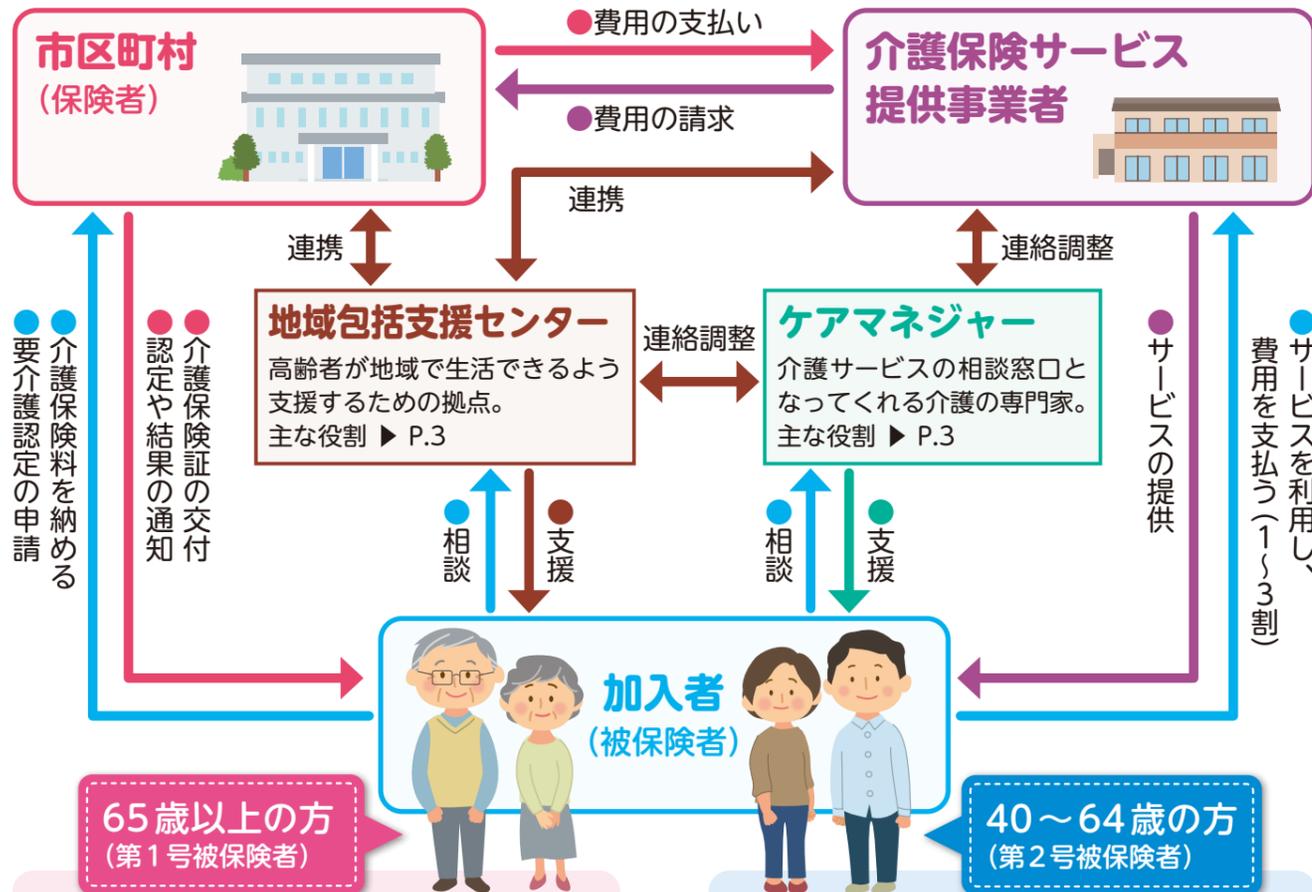
つがる市 福祉部 介護課 電話 42-2111

令和3年7月発行
無断転載・複製禁止
©(株)現代けんこう出版



介護保険のしくみ

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



【介護保険を利用できる方】

「要介護認定」(介護や支援が必要であるという認定)を受けた方。

(▶ **要介護認定 7ページ**)

※65歳以上の方は、介護が必要になった原因を問わず、介護保険を利用できます。ただし、交通事故などの第三者行為が原因の場合は、市区町村へ届け出をお願いします。

【介護保険を利用できる方】

介護保険の対象となる病気*が原因で「要介護認定」を受けた方。交通事故などが原因の場合は、介護保険の対象外です。

※介護保険の対象となる病気(特定疾病)には、下記の16種類が指定されています。

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

介護保険証

(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受けるときなどに介護保険証が必要になります。

○ 交付対象者

【65歳以上の方】

- 1人に1枚交付されます。
- 65歳になる月(誕生日が1日の方は前月)に交付されます。

【40～64歳の方】

- 要介護認定を受けた方に交付されます。

○ 必要なとき

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



負担割合証

(介護保険負担割合証)

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方、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

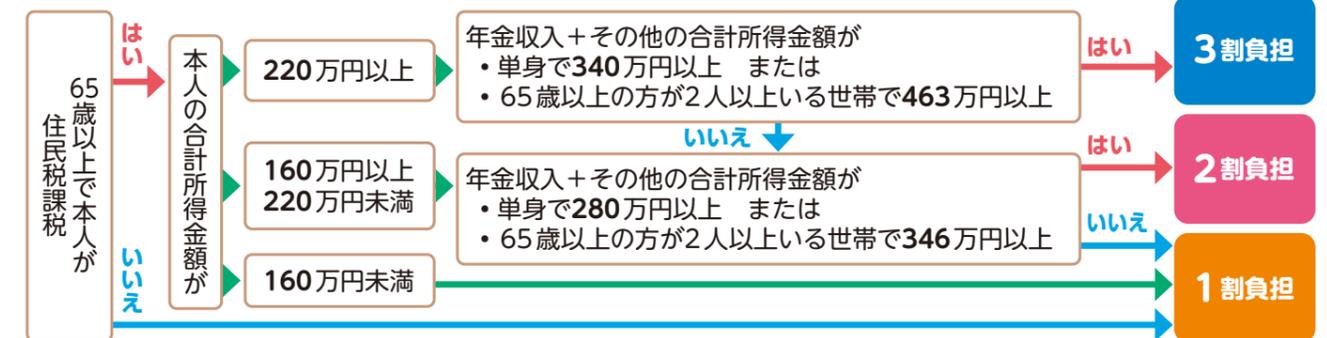
介護保険サービスを利用するとき
【有効期限】1年間(8月1日～翌年7月31日)

負担割合(1～3割)が記載されます。

介護保険証、負担割合証はイメージです。市区町村により内容や色が異なります。



■ 介護保険サービスの自己負担割合と判定基準



※40～64歳の方は、所得にかかわらず1割負担です。

「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



地域包括支援センターのスタッフは、主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士等を中心に構成されています。

「ケアマネジャー」とはどんな人？

介護サービスを利用する方の相談窓口役です。

【ケアマネジャーの役割】

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

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

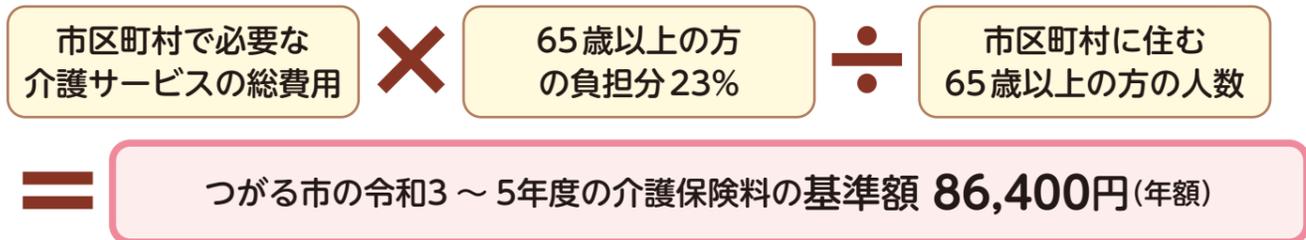


社会全体で介護保険を支えています

● 65歳以上の方の介護保険料の決まり方

65歳以上の方の介護保険料は、市区町村の介護サービス費用がまかなえるよう算出された「基準額」をもとに決まります。

基準額の決まり方



介護保険料は、この「基準額」をもとに、所得状況に応じて、9段階に分かれます。

所得段階	対象となる方	調整率	年額保険料
第1段階	・生活保護受給者の方 ・老齢福祉年金 ^{※1} 受給者で、世帯全員が住民税非課税の方	基準額 × 0.30	25,920円
第2段階	世帯全員が住民税非課税で前年の課税年金収入額と合計所得金額 ^{※2} の合計が	80万円以下の方	基準額 × 0.30
		80万円超120万円以下の方	基準額 × 0.50
第3段階	120万円超の方	基準額 × 0.70	60,480円
第4段階	世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人は住民税非課税で前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が	80万円以下の方	基準額 × 0.90
第5段階	80万円超の方	基準額 × 1.00	86,400円(基準額)
第6段階	120万円未満の方	基準額 × 1.20	103,680円
第7段階	本人が住民税課税で前年の合計所得金額が	120万円以上210万円未満の方	基準額 × 1.30
第8段階	210万円以上320万円未満の方	基準額 × 1.50	129,600円
第9段階	320万円以上の方	基準額 × 1.70	146,880円

※1 老齢福祉年金 明治44年(1911年)4月1日以前に生まれた方、または大正5年(1916年)4月1日以前に生まれた方で一定の要件を満たしている方が受けている年金です。

※2 合計所得金額 「収入」から「必要経費など」を控除した額です。所得段階が第1～5段階の方の合計所得金額は、年金収入に係る雑所得差し引き後の金額です。分離課税所得がある方の合計所得金額は、特別控除額差し引き後の金額です。

●税制の改正により、給与所得控除と公的年金等控除がそれぞれ10万円引き下げられ、基礎控除が10万円引き上げられましたが、保険料算定等に影響はありません。

● 65歳以上の方の介護保険料の納め方

年金が年額 **18万円未満**の方 → **【納付書】** や **【口座振替】** で各自納めます

●市区町村から納付書が送付されますので、取り扱い金融機関等で納めてください。

忙しい方、なかなか外出ができない方は、**口座振替が便利**です。

手続き

- 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。

※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。



普通徴収

年金が年額 **18万円以上**の方 → 年金から **【天引き】** になります

●介護保険料の年額が、年金の支払い月に年6回に分けて天引きになります。



特別徴収

本来、年金から天引きの「特別徴収」の方もこんなときは、一時的に納付書で納めます

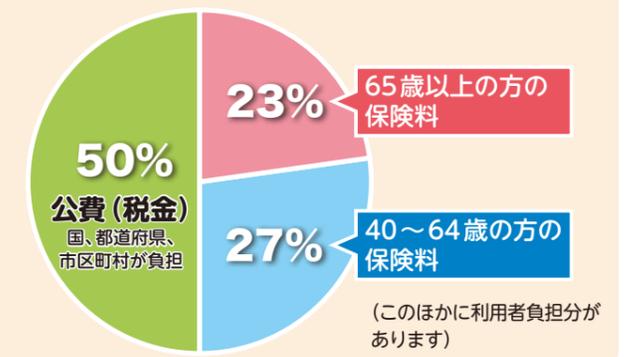
- 年度途中で介護保険料が増額になった
- 年度途中で老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金の受給が始まった
- 年度途中で他の市区町村から転入した
- 年金が一時差し止めになった など
- 年度途中で65歳になった
- 介護保険料が減額になった

介護保険料を滞納すると？

災害など、特別な事情がないのに滞納が続く場合、未納期間に応じて利用者負担が引き上げられるなどの措置がとられます。介護保険料は必ず、お納めください。納めることが難しくなった場合は、市区町村の担当窓口にご相談しましょう。



【介護保険の財源の内訳】(令和3～5年度)



● 40～64歳の方の介護保険料

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

介護サービス 利用の流れ



介護サービスや介護予防サービス、介護予防・生活支援サービス事業を利用するには、まずは、市区町村の窓口や地域包括支援センターに相談しましょう。

1 相談する

市区町村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。

2 心身の状態を調べる

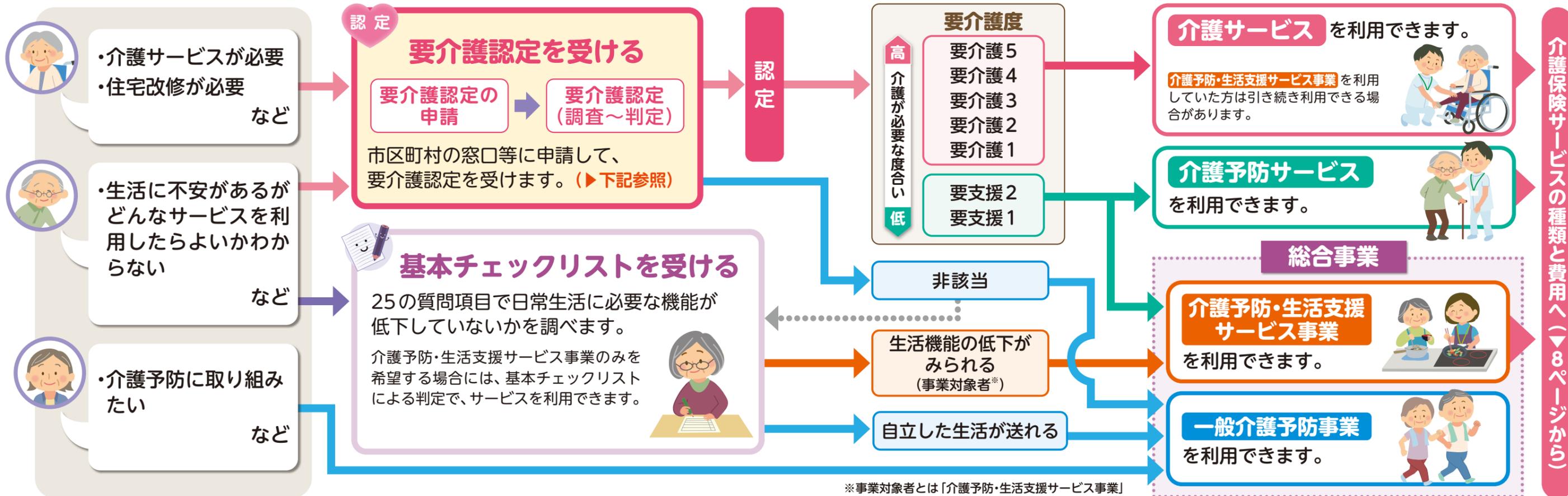
要介護認定または基本チェックリストを受けます。まだ支援が必要でない方には、一般介護予防事業などを紹介します。

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。

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。一般介護予防事業は、65歳以上のすべての方が利用できます。



認定 要介護認定の流れ

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

① 要介護認定の申請

申請の窓口は市区町村の介護保険担当課です。申請は、本人のほか家族でもできます。
次のところでも申請の依頼ができます。(更新申請も含まず)

- ・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

- ☑ 申請書
市区町村の窓口にあります。
- ☑ 介護保険証
40～64歳の方は健康保険の保険証が必要です。

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方は、確認しておきましょう。

② 要介護認定 (調査～判定)

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
市区町村の担当職員などが自宅などを訪問し、心身の状態などについて聞き取る。
- 主治医の意見書
市区町村の依頼により主治医が意見書を作成。
※主治医がいない方は市区町村が紹介する医師の診断を受ける。
- 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、一次判定を行う。
- 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、専門家が審査する。



介護保険サービスの種類と費用

介護保険サービスには、自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方のみが利用できる「地域密着型サービス」があります。

各サービスの種類の見方

利用できる要介護度を示します。

認知症の方が施設に通ってサービスを受ける

要介護 1~5 要支援 1~2 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方が、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

自己負担(1割)のめやす[7~8時間未満利用した場合]

要介護 1~5	992円~1,424円	要支援 1	859円
		要支援 2	959円

このマークは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る「地域密着型サービス」であることを表します。サービスの種類などは市区町村によって異なります。

自己負担(1割)の費用をめやすとして掲載しています。実際の自己負担は所得などの状況により1割、2割、3割のいずれかです。(▶負担割合については、3ページ)
※自己負担のめやすは標準的な地域のもので、実際の費用は、利用する事業者の所在地やサービスの内容、加算項目などにより異なります。また、食費、日常生活費などが別途負担となることがあります。

① 自宅を中心に利用するサービス

自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。

ケアプランを作成する

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)

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。

〈身体介護〉

- 食事、入浴、排せつのお世話
- 衣類やシーツの交換 など

〈生活援助〉

- 住居の掃除、洗濯、買い物
- 食事の準備、調理 など

自己負担(1割)のめやす

身体介護中心	20分~30分未満	250円
生活援助中心	20分~45分未満	183円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

ご注意ください!

本人以外のためにすることや、日常生活上の家事の範囲を超えることなどは、**サービスの対象外**です。



自宅を訪問してもらう

自宅を訪問してもらう

自宅で入浴の介助を受ける

要介護 1~5 要支援 1~2 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。



自己負担(1割)のめやす
【1回あたり】

要支援 1~2	852円
要介護 1~5	1,260円

自宅で看護を受ける

要介護 1~5 要支援 1~2 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。

自己負担(1割)のめやす[30分~1時間未満の場合]

要介護度	病院・診療所から	訪問看護ステーションから
要支援 1~2	552円	792円
要介護 1~5	573円	821円



自宅でリハビリをする

要介護 1~5 要支援 1~2 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。

自己負担(1割)のめやす

1回	307円
----	------



お医者さんなどによる療養上の管理や指導を受ける

要介護 1~5 要支援 1~2 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。



自己負担(1割)のめやす
【単一建物居住者1人に対して行う場合】

薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	517円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	361円

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。



自己負担(1割)のめやす
【通常規模の施設/7~8時間未満の利用の場合】

要介護 1~5	655円~1,142円
---------	-------------

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。



自己負担(1割)のめやす
【7~8時間未満の利用の場合】

要介護 1~5	750円~1,308円
---------	-------------

施設に通って受ける

施設に通って受ける

施設に通ってリハビリをする

要介護 1~5 **要支援 1~2** **通所リハビリテーション【デイケア】**
(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、日帰りの機能訓練などが受けられます。

自己負担(1割)のめやす
【通常規模の施設/7~8時間未満の利用の場合】

要介護 1~5	757円~1,369円
---------	-------------

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援 1	2,053円
要支援 2	3,999円



認知症の方が施設に通ってサービスを受ける

要介護 1~5 **要支援 1~2** **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方が、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

自己負担(1割)のめやす【7~8時間未満利用した場合】

要介護度	単独型	共用型	要介護度	単独型	共用型
要介護 1	992円	522円	要介護 1	859円	483円
要介護 5	1,424円	597円	要支援 2	959円	512円



短期間施設に泊まる

自宅で介護を受けている方が一時的に施設に泊まる

要介護 1~5 **要支援 1~2** **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日あたりの自己負担(1割)のめやす【併設型の施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護 1	596円	596円	696円	要支援 1	446円	446円	523円
要介護 5	874円	874円	976円	要支援 2	555円	555円	649円



医療の助けが必要な方が一時的に施設に泊まる

要介護 1~5 **要支援 1~2** **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日あたりの自己負担(1割)のめやす【介護老人保健施設の場合】

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護 1	752円	827円	833円	要支援 1	577円	610円	621円
要介護 5	966円	1,045円	1,049円	要支援 2	721円	768円	782円



※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。
※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。

※自己負担は1~3割です。自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。

自宅から移り住んで利用する

認知症の方が施設で共同生活を送る

要介護 1~5 **要支援 2** **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高齢者が共同で生活できる場(住居)で、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす【1ユニットの事業所の場合】

要介護 1~5	764円~858円	要支援 2	760円
---------	-----------	-------	------



地域の小規模な介護老人福祉施設で介護サービスを受ける

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日あたりの自己負担(1割)のめやす
ユニット型個室・ユニット型個室的多床室の場合

要介護 3~5	803円~942円
---------	-----------

※新規に入所できるのは原則、要介護3以上の方。



有料老人ホームなどに入居している方が介護サービスを受ける

要介護 1~5 **要支援 1~2** **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。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす【包括型(一般型)】

要支援 1	182円
要支援 2	311円
要介護 1	538円
要介護 5	807円



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」といいます。入所を希望するときは、施設に直接申し込みます。

※施設サービスの費用は、要介護度や施設の体制、部屋のタイプによって異なります。
※居住費、食費、日常生活費は別途負担となります。



介護保険施設に移り住む

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、自宅では介護ができない方が対象の施設。

1カ月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護 3	約21,360円	約21,360円	約23,790円
要介護 5	約25,410円	約25,410円	約27,870円

※新規に入所できるのは原則、要介護3以上の方。

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方が対象の施設。

1カ月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護 1	約21,420円	約23,640円	約23,880円
要介護 5	約27,750円	約30,090円	約30,270円

介護保険サービスの種類と費用

介護保険施設に
移り住む

病院での療養が中心の施設

要介護1~5 介護療養型医療施設

急性期の治療を終え、病状は安定しているものの、長期間にわたり療養が必要な方が対象の施設。
1カ月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	約17,790円	約20,580円	約21,180円
要介護5	約31,560円	約34,380円	約34,980円

長期療養の機能を備えた施設

要介護1~5 介護医療院

医療と介護が一体的に受けられます。主に長期にわたり療養が必要な方が対象の施設。
1カ月あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	約21,420円	約24,750円	約25,260円
要介護5	約37,530円	約40,860円	約41,370円

※令和6年3月末に廃止が予定されている介護療養型医療施設の転換先と位置付けられています。

③ 生活環境を整えるサービス

福祉用具を借りることや購入することも費用の1~3割を支払うことでできます。福祉用具を使うことで自立した生活ができる上、介護する側の負担も軽くなります。
福祉用具を選ぶときや住宅を改修するときは、専門家によく相談しましょう。

自立した生活を送るための福祉用具を借りる

福祉用具貸与(介護予防福祉用具貸与)

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

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

	要支援1・2 要介護1	要介護2・3	要介護4・5
・手すり ・スロープ ・歩行器 ・歩行補助つえ	○	○	○
・車いす ・車いす付属品 ・特殊寝台 ・特殊寝台付属品 ・床ずれ防止用具	×	○	○
・体位変換器 ・認知症老人徘徊感知機器 ・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。(事業者によって貸し出し料は異なります)

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

トイレ、入浴関連の福祉用具を買う

申請が必要です

要介護1~5 要支援1~2 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5種類です。

- 腰掛便座 ● 自動排せつ処理装置の交換部品
- 入浴補助用具 ● 簡易浴槽 ● 移動用リフトのつり具の部分
- 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。

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

生活する環境を整える

安全な生活が送れるよう住宅を改修する

事前と事後に申請が必要です

要介護1~5 要支援1~2 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小規模な住宅改修に対して、要介護区分に関係なく上限20万円まで住宅改修費が支給されます。(自己負担1~3割)



◎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
- 扉の取り替え、扉の撤去
- 滑りにくい床材・移動しやすい床材への変更
- 和式から洋式への便器の取り替え
- ※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。
- 工事の前に保険給付の対象となるかどうかを、ケアマネジャーか市区町村の窓口にご相談しましょう。また、見積りは複数の業者からとりましょう。

20万円が上限で、その1~3割が自己負担です。費用が20万円だった場合、2~6万円が自己負担です。

④ 介護予防・日常生活支援総合事業(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2つからなります。

自立した日常生活機能の維持向上を目指す

訪問型サービス(訪問介護相当サービス)

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、調理や掃除などをいっしょに行い、利用者ができるよう支援してもらいます。

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

週1回程度の利用	1,176円
週2回程度の利用	2,349円
週2回程度を超える利用(要支援2の方のみ)	3,727円

日帰りで施設に通い、体操や食事、入浴などのサービスを受ける

通所型サービス(通所介護相当サービス)

デイサービスセンターで、食事・入浴などのサービスや、生活機能の維持向上のための体操や筋力トレーニングなどが日帰りで受けられます。

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援1	1,672円
要支援2	3,428円

- ※食費、日常生活費は別途負担となります。
- ※事業対象者は原則、要支援1の料金です。
- ※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
- ・運動器機能向上 225円/月
- ・栄養改善 200円/月
- ・口腔機能向上 150円/月 など

自分らしい生活を続けるために

介護保険サービスの種類と費用

自己負担限度額と負担の軽減

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

●介護保険サービスは1～3割の自己負担で利用できます

介護保険のサービスは、利用料の1～3割を支払うことで利用できますが、要介護度ごとに1カ月に1～3割負担で利用できる金額に上限(支給限度額)が設けられています(下表)。

限度額を超えてサービスを利用した分は全額自己負担になります。

■介護保険サービスの支給限度額(1カ月)のめやす

要介護度	支給限度額	自己負担(1割)	自己負担(2割)	自己負担(3割)
要支援1	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援2	105,310円	10,531円	21,062円	31,593円
要介護1	167,650円	16,765円	33,530円	50,295円
要介護2	197,050円	19,705円	39,410円	59,115円
要介護3	270,480円	27,048円	54,096円	81,144円
要介護4	309,380円	30,938円	61,876円	92,814円
要介護5	362,170円	36,217円	72,434円	108,651円

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

■支給限度額に含まれないサービス

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

●自己負担が高額になったときの負担軽減

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

- 給付を受けるには、市区町村への申請が必要です。
- 施設サービスの食費・居住費・日常生活費など介護保険の対象外の費用は、含まれません。

自己負担の限度額(月額)

令和3年7月まで

区分	限度額
現役並み所得相当の方(年収約383万円以上)	44,400円(世帯)
住民税課税世帯の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・老齢福祉年金受給者の方	24,600円(世帯)
・前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方等	15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

令和3年8月から

区分	限度額
年収約1,160万円以上の方	140,100円(世帯)
年収約770万円以上1,160万円未満の方	93,000円(世帯)
年収約383万円以上770万円未満の方	44,400円(世帯)
上記以外の住民税課税世帯の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・老齢福祉年金受給者の方	24,600円(世帯)
・前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方等	15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

変更ポイント 「現役並み所得相当」である方の区分を細分化し、新たな限度額を設定。(令和3年8月から)

●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。

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

●所得が低い方は、居住費と食費の負担が軽くなります

所得が低い方に対しては、所得に応じた自己負担の上限(限度額)が設けられており、これを超える利用者負担はありません。超えた分は「特定入所者介護サービス費」として、介護保険から給付されます。

- 給付を受けるには、市区町村への申請が必要です。

変更ポイント 対象者の要件、食費の限度額を変更。(令和3年8月から)

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり) 令和3年7月まで

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
			従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	
1	生活保護受給者の方等		490円(320円)	0円	820円	490円	300円
2	世帯全員が住民税非課税 老齢福祉年金受給者の方 前年の合計所得金額+年金収入額が80万円以下の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	490円(420円)	370円	820円	490円	390円
3	前年の合計所得金額+年金収入額が80万円超の方		1,310円(820円)	370円	1,310円	1,310円	650円

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり) 令和3年8月から

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
			従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	
1	生活保護受給者の方等	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	490円(320円)	0円	820円	490円	300円
2	世帯全員が住民税非課税 老齢福祉年金受給者の方 前年の合計所得金額+年金収入額が80万円以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	490円(420円)	370円	820円	490円	390円 [600円]
3-①	前年の合計所得金額+年金収入額が80万円超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,310円(820円)	370円	1,310円	1,310円	650円 [1,000円]
3-②	前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の方	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,310円(820円)	370円	1,310円	1,310円	1,360円 [1,300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。

[]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。

※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。

●介護保険と医療保険の支払いが高額になったときの負担軽減

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

- 給付を受けるには、市区町村への申請が必要です。
- 同じ世帯でも、家族がそれぞれ異なる医療保険に加入している場合は合算できません。
- 自己負担限度額を超える額が500円以下の場合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歳未満の方

区分	限度額
基準総所得額	
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
住民税非課税世帯	34万円

70歳以上の方・後期高齢者医療制度の対象者

区分	限度額
課税所得	
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(住民税課税世帯の方)	56万円
低所得者(住民税非課税世帯の方)	31万円
世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに所得が0円になる方(年金収入のみの場合80万円以下の方)	19万円

費用の支払い

つがる市の介護保険事業者一覧

令和3年6月30日現在

サービスの種類	事業所名	住所	電話番号
【木造地区】			
介護医療院 短期入所療養 訪問看護 訪問リハビリ 居宅療養管理指導	医療法人誠仁会 介護医療院 尾野病院	木造若竹 5	42-2133
訪問看護 居宅療養管理指導	医療法人誠仁会 尾野病院		
認知症共同生活	グループホーム「わかたけ」		
老人保健施設 短期入所療養	老人保健施設えんじゅの里	木造曙 82	42-3734
訪問介護	介護センター絆	木造朝日 13-6	42-5541
居宅介護支援 訪問介護	ケアライフ青森木造営業所	木造若緑 87-8	49-1171
居宅介護支援	居宅介護支援事業所つがる	木造吹原西前田 21-18	26-6525
地域通所介護	つがるデイサービスセンター		26-4666
認知症共同生活	グループホームつがる		26-2388
居宅介護支援 通所介護 訪問介護	居宅介護支援事業所和み デイサービスセンター和み 訪問介護事業所和み	木造藤田 44-5	49-2250
居宅介護支援 通所介護	くれもとデイサービスセンター		
居宅介護支援 訪問介護	ニチイケアセンターつがる	木造有楽町 31-2	49-2375
認知症共同生活	グループホームきづくり	木造芦沼 15	49-1217
認知症共同生活	グループホーム白壽	木造福原印元 61-1	42-7032
認知症共同生活	グループホーム日和	木造福原常盤 20-1	26-7466
認知症共同生活 認知症通所介護	グループホーム我が家	木造中館田浦 44-1	49-2312
居宅介護支援 通所介護 訪問介護	ケアプランセンターきづくり デイサービスセンターかつこうの館 ホームヘルプしゃきょう	木造若緑 52	42-4620
訪問介護 訪問入浴	ホームヘルプしゃきょう		42-4066
通所介護 老人福祉施設 短期入所 居宅介護支援 居宅介護支援	デイサービスセンター柏風園 特別養護老人ホーム柏風園 柏風園短期入所生活介護事業所 柏風園居宅介護支援事業所 ずぐりケアプランセンター	木造筒木坂鳥谷沢 18-9	45-3006
地域通所介護 居宅介護支援	デイサービスずぐり通泊サロン ケアプランセンターたんぼぼ		
地域通所介護 地域通所介護 地域通所介護	デイサービスたんぼぼ 高橋リハビリデイサービスセンター 小規模デイサービス陽だまり	木造善積藤田 18-1	42-5397
訪問看護	訪問看護ステーションにじの樹	木造有楽町 13-1	26-6577
		木造下遠山里小田原 213-5	26-5207
		木造赤根 3-16	42-5964

サービスの種類	事業所名	住所	電話番号
【森田地区】			
認知症共同生活 認知症通所介護	グループホームぬくもりの家	森田町上相野榎木 19-4	49-1577
居宅介護支援 通所介護	ケアプランセンターもりた デイサービスセンターあーすとぴあ	森田町森田月見野 277-3	49-7005
訪問介護	ホームヘルプしゃきょうサテライトわかな		49-7037
老人福祉施設 短期入所 居宅介護支援 訪問介護	特別養護老人ホーム明光園 明光園短期入所生活介護事業所 明光園居宅介護支援事業所 明光園訪問介護事業所	森田町大館勝山 142-3	26-3836
【柏地区】			
居宅介護支援 訪問介護 老人福祉施設 短期入所 認知症共同生活 認知症通所介護	介護保険指定居宅介護支援事業所 桑寿園 特別養護老人ホーム桑寿園 グループホーム桑寿園	柏桑野木田若宮 255-1	25-2115
訪問介護 通所介護 地域通所介護 訪問介護	かしわ デイサービスセンターかしわ デイサービスセンターはなさき ヘルパーステーションふくろう		
認知症共同生活 認知症通所介護	グループホーム桑寿園	柏桑野木田福井 59-1	25-3110
訪問介護 通所介護 地域通所介護 訪問介護	かしわ デイサービスセンターかしわ デイサービスセンターはなさき ヘルパーステーションふくろう	柏桑野木田若宮 258-1	25-2464
共生型地域通所介護	こもれび	柏下古川花崎 112-2	25-2840
		柏下古川稲森 53-6	26-0662
		柏上古川八重崎 37-23	25-2525
【稲垣地区】			
通所介護 居宅介護支援 地域通所介護 訪問介護	デイサービスセンター武田の湯 ケアプランセンターいながき デイサービスセンターふれあいの家 ホームヘルプしゃきょうサテライトいなほ	稲垣町繁田袋井 109-19	69-1919
認知症共同生活 地域老人福祉施設 短期入所 通所介護 介護予防支援 認知症共同生活 認知症通所介護	グループホーム安住の里 特別養護老人ホーム安住の里 ショートステイ安住の里 デイサービスセンターいながき つがる市地域包括支援センター グループホームいながき	稲垣町豊川宮川 136-1	46-2902
訪問介護 認知症共同生活 地域老人福祉施設 短期入所 通所介護 介護予防支援 認知症共同生活 認知症通所介護	グループホーム安住の里 特別養護老人ホーム安住の里 ショートステイ安住の里 デイサービスセンターいながき つがる市地域包括支援センター グループホームいながき	稲垣町豊川宮川 143-1	46-3049
訪問介護 地域通所介護	訪問介護センターいながき 山口さん家のディホーム	稲垣町豊川宮川 42-3	46-3100
居宅介護支援 通所介護 訪問介護 認知症共同生活 認知症通所介護	ケアプランセンターしゃりき デイサービスセンターしゃりき ホームヘルプしゃきょうサテライトはなばやし グループホームゆうあいの里 特別養護老人ホームゆうあいの里 ショートステイゆうあいの里 デイサービスセンターゆうあいの里	稲垣町豊川初瀬山 9-1	46-2305
訪問介護 地域通所介護	訪問介護センターいながき 山口さん家のディホーム	稲垣町豊川初瀬山 9-4	69-7117
居宅介護支援 通所介護 訪問介護 認知症共同生活 地域老人福祉施設 短期入所 認知症通所介護 認知症共同生活 認知症通所介護	ケアプランセンターしゃりき デイサービスセンターしゃりき ホームヘルプしゃきょうサテライトはなばやし グループホームゆうあいの里 特別養護老人ホームゆうあいの里 ショートステイゆうあいの里 デイサービスセンターゆうあいの里 グループホーム清里	稲垣町吉出霞 96-1	46-3247
居宅介護支援 通所介護 訪問介護 認知症共同生活 地域老人福祉施設 短期入所 認知症通所介護 認知症共同生活 認知症通所介護	ケアプランセンターしゃりき デイサービスセンターしゃりき ホームヘルプしゃきょうサテライトはなばやし グループホームゆうあいの里 特別養護老人ホームゆうあいの里 ショートステイゆうあいの里 デイサービスセンターゆうあいの里 グループホーム清里	車力町花林 48	26-7420
居宅介護支援 通所介護 訪問看護	ケアプランセンターしゃりき デイサービスセンターしゃりき ホームヘルプしゃきょうサテライトはなばやし グループホームゆうあいの里 特別養護老人ホームゆうあいの里 ショートステイゆうあいの里 デイサービスセンターゆうあいの里 グループホーム清里	豊富町屏風山 1-377	46-2093
居宅介護支援 通所介護 訪問看護	ケアプランセンターしゃりき デイサービスセンターしゃりき ホームヘルプしゃきょうサテライトはなばやし グループホームゆうあいの里 特別養護老人ホームゆうあいの里 ショートステイゆうあいの里 デイサービスセンターゆうあいの里 グループホーム清里	豊富町屏風山 1-1048	56-3000
居宅介護支援 通所介護 訪問看護	ケアプランセンターしゃりき デイサービスセンターしゃりき ホームヘルプしゃきょうサテライトはなばやし グループホームゆうあいの里 特別養護老人ホームゆうあいの里 ショートステイゆうあいの里 デイサービスセンターゆうあいの里 グループホーム清里		56-3051
居宅介護支援 通所介護 訪問看護	ケアプランセンターしゃりき デイサービスセンターしゃりき ホームヘルプしゃきょうサテライトはなばやし グループホームゆうあいの里 特別養護老人ホームゆうあいの里 ショートステイゆうあいの里 デイサービスセンターゆうあいの里 グループホーム清里		69-5100
居宅介護支援 通所介護 訪問看護	ケアプランセンターしゃりき デイサービスセンターしゃりき ホームヘルプしゃきょうサテライトはなばやし グループホームゆうあいの里 特別養護老人ホームゆうあいの里 ショートステイゆうあいの里 デイサービスセンターゆうあいの里 グループホーム清里		26-7533

つがる市の高齢者福祉サービス

軽度生活援助事業 (除雪支援)



- 事業内容** 自宅玄関から公道までの安全路を確保するため除雪する。
- 利用対象者** 65歳以上の1人暮らしや高齢者世帯等で、独力で除雪することが困難な方
- 利用料金** 1時間 500円 (別途事務手数料がかかります)
●冬期間 10回までの利用が可能

短期入所事業 (ショートステイ)



- 事業内容** 病気やケガなどにより、一時的に在宅生活が不可能となった場合に、介護施設の空床を利用して、介護の支援を行う。
- 利用対象者** 要介護認定を受けていない、一時的に在宅生活が不可能となった方
- 利用料金** 1日 2,000円
●利用日数 7日間以内

外出支援サービス事業



- 事業内容** 外出が困難な方や交通機関の利用が困難な方を、移送用車両等で、自宅と医療機関との間を送迎する。
- 利用対象者** 65歳以上で、一般の交通機関を利用することが困難な方 (車いす・ストレッチャー使用者)
- 利用料金** 無料
●利用回数 月2回

配食サービス事業



- 事業内容** 高齢者の自宅を訪問して、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、訪問時に安否確認を行う。
- 利用対象者** 調理が困難な下記の方
おおむね 65歳以上の1人暮らしの方、高齢者世帯およびその他上記に準ずる世帯
- 利用料金** 1食 300円
●週3回までの利用が可能

寝具乾燥消毒 サービス事業



- 事業内容** 寝具類を干す、洗濯することが困難な方に、衛生を保つため水洗いおよび乾燥消毒のサービスを提供する。
- 利用対象者** 寝具の衛生管理が困難な下記の方
おおむね 65歳以上の寝たきりの高齢者、重度身体障がい者およびその他上記に準ずる高齢者
- 利用料金** 布団1組 1回 300円 (乾燥等)
布団1組 1回 1,000円 (完全な水洗いの場合)
●利用回数 月1回

緊急通報装置等貸与事業 (福祉安心電話)



- 事業内容** 1人暮らしや高齢者世帯の方が安心して在宅生活ができるよう、緊急時の通報や対応のための緊急通報装置を貸与し、在宅生活の支援を行う。
- 利用対象者** ●1人暮らしや高齢者のみの非課税世帯
●障がい者等その他上記に準ずる方
- 利用料金** 無料 ※ただし、一般の通話料は実費負担

介護用品支給事業



- 事業内容** 紙おむつ、尿取りパット、使い捨て手袋、清拭剤、ドライシャンプー、口腔ケア用綿棒、とろみ剤を支給し、在宅生活の支援を行う。
●1人年額 70,000円まで
- 利用対象者** 65歳以上の要介護度4・5で非課税世帯の方を在宅で介護している方

家族介護慰労事業



- 事業内容** 65歳以上の要介護度4・5で寝たきり状態の方を介護している家族に対し現金を支給し、支援する。
●支給額 1人年額 100,000円
- 利用対象者** 介護サービスを1年間利用していない、65歳以上の要介護度4・5相当で、寝たきりの非課税世帯の方を介護している方

サービスの提供は、市が委託している事業者に限られます。
サービスを利用するには事前に申請が必要です。
申請についての相談窓口は次のページをご覧ください。

趣味講座

つがる市では、いつまでも生きがいを持って生活していただくために、趣味講座を開催しています。

教室名	講座開催日	各自持参するもの
生け花	毎月第3木曜日 午前10:00~12:00	生け花用はさみ、新聞紙、ナイロン風呂敷、剣山、水盤、花代(700円程度)(剣山と水盤はお貸しできます)
着物の着付	毎月第1・3水曜日 午前10:00~12:00	ゆかた、ひも2~3本、半幅帯、伊達締め、帯板
陶芸	毎月第2・4木曜日 午前9:00~午後3:30	材料費500円(湯飲み茶碗2個作れます)、エプロン、おしぼり
書道	毎月第1・3月曜日 午前10:00~12:00	書道道具一式(硯、墨汁、筆、下敷き、新聞紙、半紙)

- 実施場所: 木造老人福祉センター (つがる市木造末広 42-3)
各講座は自由に見学することができます。
ただし、都合により開催日を変更する場合がありますので、下記の申込問合せ先に確認のうえおいでください。
- 申込問合せ先: つがる市福祉部介護課 高齢福祉係 電話 42-2111 (内線 243)