

介護保険 ハンドブック

知りたいときに
.....
すぐ分かる！
.....



千代田区(令和3年度～)

介護保険のしくみ

介護保険料

利用までの流れ

介護サービス

介護予防サービス

サービス利用の費用

介護予防の取組み

もくじ

令和3年度の
介護保険改正について

令和3年4月から

- 介護報酬が改定されました
それにともない、サービスを利用するときに支払う金額も変わりました。
- 介護保険料が変わりました
- 介護予防・生活支援サービス事業の対象者が追加されました
要介護1～5の人も、本人が希望し必要と認められた場合に限り、継続して介護予防・生活支援サービス事業を利用できます。

令和3年8月から

- 高額介護サービス費等の上限額が一部変わります
- 特定入所者介護サービス費等の段階と負担限度額が一部変わります
- 施設を利用する場合に基準となる費用（基準費用額）のうち、食費の金額が変更になります

介護保険のしくみ

- みんなで支えあう制度です…………… 4

介護保険料

- 介護保険料の概要…………… 6
- 保険料の決めり方…………… 8
- 保険料を滞納すると…………… 11

利用までの流れ

- 介護が必要になったら千代田区で要介護認定の申請をしましょう…………… 12
- ケアプランを作成し、サービスを利用します…………… 20

介護サービス〈要介護1～5の方〉

- 介護サービス…………… 22

介護予防サービス〈要支援1・2の方〉

- 介護予防サービス…………… 42

サービス利用の費用

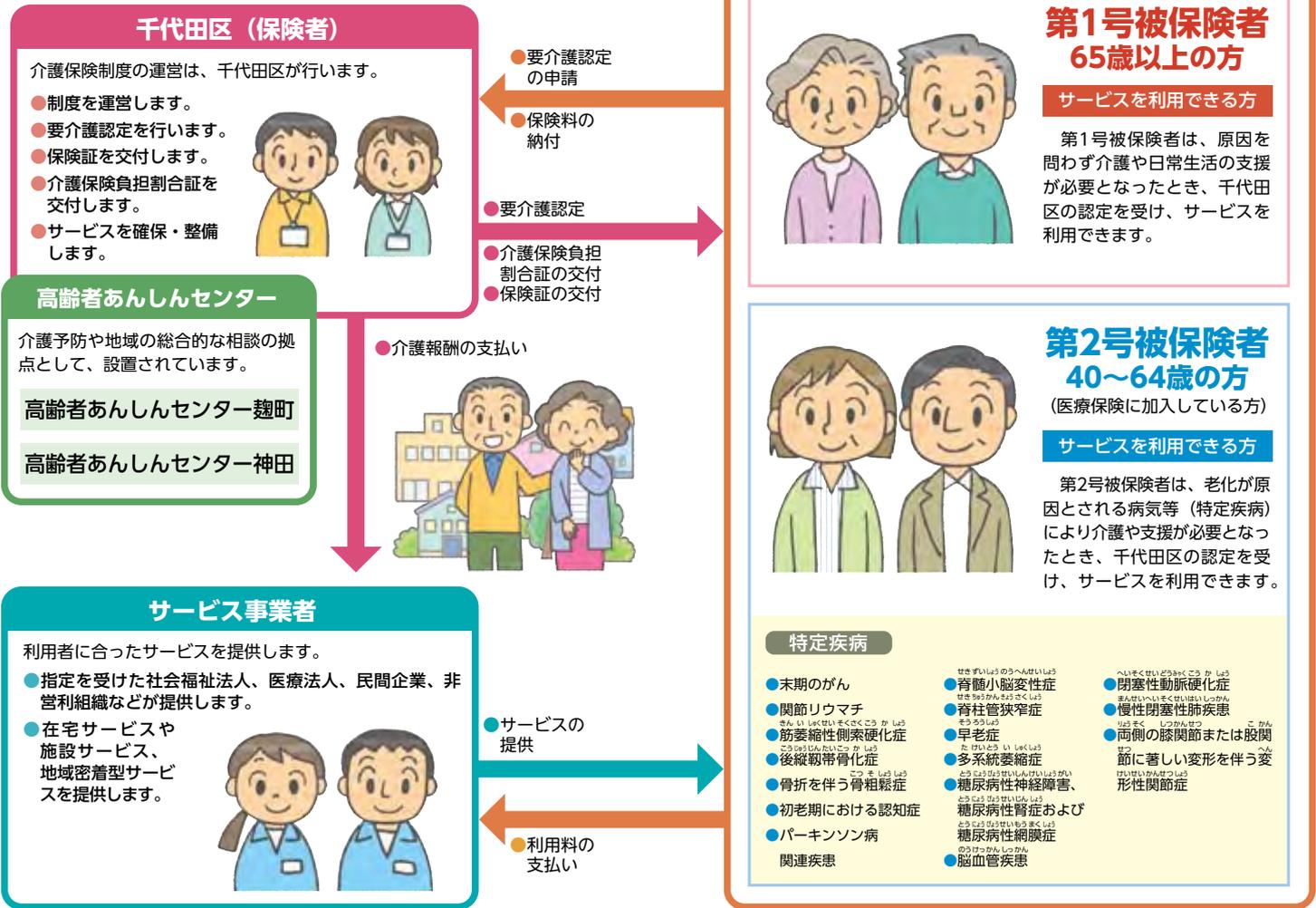
- 介護保険サービスの利用者負担は1・2・3割です…………… 54

区の介護予防の取組み

- 介護予防・日常生活支援総合事業…………… 60

みんなで支えあう制度です

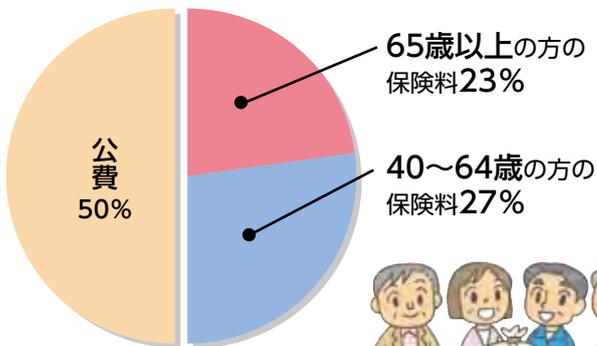
介護保険制度は、千代田区が保険者となって運営しています。40歳以上のおなさんは、加入者（被保険者）となって保険料を納め、介護が必要となったときには、費用の一部を支払ってサービスを利用できるしくみです。



● 介護保険料の概要

介護保険は、40歳以上のおみなさんが納めている保険料が大切な財源になっています。介護が必要となったときに、だれもが安心してサービスを利用できるように、保険料は忘れずに納めましょう。

介護保険の財源（利用者負担分は除く）



半部分が保険料でまかなわれています

※令和3~5年度の割合です。



65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料

65歳以上の方の保険料は、区市町村で介護保険のサービスに必要な費用などから算出された「基準額」をもとに、所得に応じて決まります。



40歳から64歳の方（第2号被保険者）の保険料

- 医療保険の保険料に上乗せされ、医療分と介護分を合わせて1つの健康保険料として納めます。
- 保険料額は、加入している医療保険ごとの算出方法で決まります。
- 国民健康保険の場合は国が、会社の健康保険は原則として事業主が、2分の1を負担します。

● 保険料の納め方は2種類に分かれます

65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料

保険料の納め方は、みなさんが受給している年金額※によって2種類に分けられます。

※老齢・退職年金、遺族年金、障害年金が対象です。国民年金基金などは対象になりません。

特別徴収 年金が 年額18万円以上 の方 ▶ 年金から天引き

年金の定期支払い（年6回）の際、年金から保険料があらかじめ天引きされます。

● 前年度から継続して特別徴収で保険料を納めている方は、4・6・8月は仮に算定された保険料を納め、10・12・2月は、決定した本年度の保険料額からすでに納めている仮徴収分を除いた額を納めますので、保険料額が変わる場合があります。

	仮徴収			本徴収		
年金支給月	4月	6月	8月	10月	12月	2月

年金が年額18万円以上でも一時的に納付書で納めることがあります

次の場合は、特別徴収に切り替わるまで、一時的に納付書で納めます。

- 年度途中で65歳（第1号被保険者）になった場合
- 他の区市町村から転入した場合
- 年度途中で年金（老齢・退職年金、遺族年金、障害年金）の受給が始まった場合
- 収入申告のやり直しなどで、保険料の所得段階が変更になった場合
- 年金が一時的に差止めになった場合 …… など

普通徴収 年金が 年額18万円未満 の方 ▶ 納付書・口座振替

千代田区から送付されてくる納付書や口座振替で、期日までに金融機関などを通じて保険料を納めます。

保険料納付は口座振替が便利です

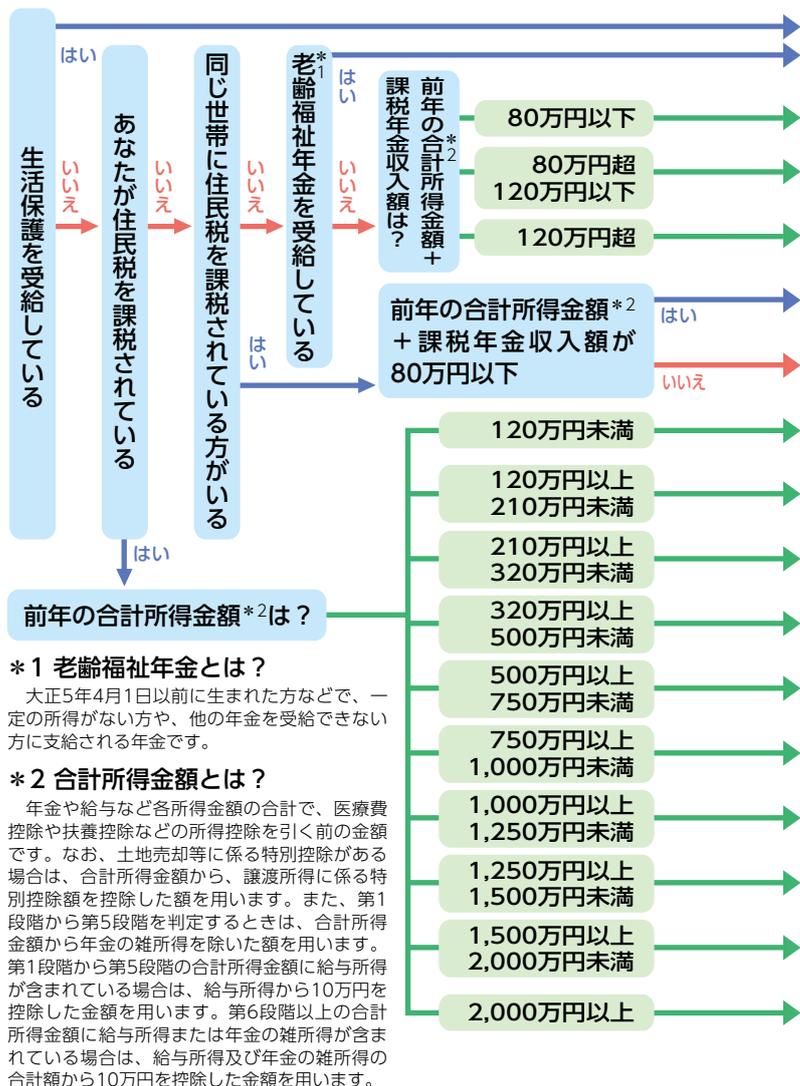
- 保険料口座振替依頼書
 - 預（貯）金通帳
 - 印かん（通帳届け出印）
- これらを持って区市町村指定の金融機関で手続きしてください



保険料の決まり方

●65歳以上の方の保険料は、千代田区に必要な介護サービス費用をまかなうために算出された基準額をもとに、15段階に分かれています。

65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料



* 1 老齢福祉年金とは？

大正5年4月1日以前に生まれた方などで、一定の所得がない方や、他の年金を受給できない方に支給される年金です。

* 2 合計所得金額とは？

年金や給与など各所得金額の合計で、医療費控除や扶養控除などの所得控除を引く前の金額です。なお、土地売却等に係る特別控除がある場合は、合計所得金額から、譲渡所得に係る特別控除額を控除した額を用います。また、第1段階から第5段階を判定するときは、合計所得金額から年金の雑所得を除いた額を用います。第1段階から第5段階の合計所得金額に給与所得が含まれている場合は、給与所得から10万円を控除した金額を用います。第6段階以上の合計所得金額に給与所得または年金の雑所得が含まれている場合は、給与所得及び年金の雑所得の合計額から10万円を控除した金額を用います。

段階	住民税の課税状況	対象者	料率 (基準額に対する割合)	保険料年額
第1段階	世帯全員が非課税	生活保護を受けている方	基準額 × 0.3	19,400円
		老齢福祉年金を受給している方 本人の合計所得金額 + 課税年金収入が80万円以下の方		
第2段階	世帯全員が非課税	本人の合計所得金額 + 課税年金収入が80万円を超え120万円以下の方	基準額 × 0.5	32,400円
第3段階		本人の合計所得金額 + 課税年金収入が120万円を超える方	基準額 × 0.7	45,300円
第4段階		本人は非課税で世帯に課税者がいる	本人の合計所得金額 + 課税年金収入が80万円以下の方	基準額 × 0.8
第5段階	本人が課税	本人の合計所得金額 + 課税年金収入が80万円を超える方	基準額	64,800円
第6段階		本人の合計所得金額が120万円未満の方	基準額 × 1.15	74,500円
第7段階		本人の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	基準額 × 1.25	81,000円
第8段階		本人の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	基準額 × 1.5	97,200円
第9段階		本人の合計所得金額が320万円以上500万円未満の方	基準額 × 1.75	113,400円
第10段階		本人の合計所得金額が500万円以上750万円未満の方	基準額 × 2.0	129,600円
第11段階		本人の合計所得金額が750万円以上1,000万円未満の方	基準額 × 2.3	149,000円
第12段階		本人の合計所得金額が1,000万円以上1,250万円未満の方	基準額 × 2.6	168,400円
第13段階	本人の合計所得金額が1,250万円以上1,500万円未満の方	基準額 × 2.9	187,900円	
第14段階	本人の合計所得金額が1,500万円以上2,000万円未満の方	基準額 × 3.2	207,300円	
第15段階	本人の合計所得金額が2,000万円以上の方	基準額 × 3.5	226,800円	

※「世帯」は、毎年4月1日時点の世帯構成で判断します。年度途中で転入された方や65歳となった方は、資格取得日で判断します。

やむを得ない理由で保険料を納められないときは

災害や失業など、やむを得ない理由で保険料を納めることが難しくなったときは、保険料の減免や徴収猶予が受けられることがあります。困ったときは、お早めに高齢介護課までご相談ください。

所得の低い方への支援

災害・失業・事業の廃止等により負担が困難になった場合

対象者の要件	災害による損害額が財産の3割以上の場合
軽減内容	<ul style="list-style-type: none"> ○保険料の減免 ・損害額が3割以上5割未満の場合は、5割軽減します ・損害額が5割以上の場合は、免除します

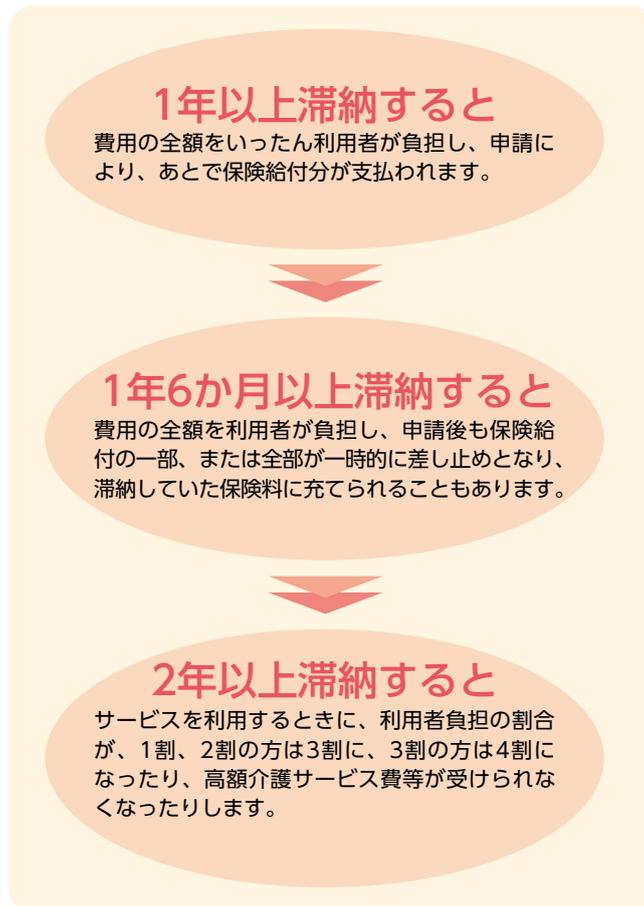
対象者の要件	失業・事業の廃止等の場合
軽減内容	<ul style="list-style-type: none"> ○保険料の減免 ・保険料賦課額から、実収入月額と収入基準額12万円（世帯員1名増すごとに6万円を加えた額）との差額を減免します。

生計困難な方

対象者の要件	<ul style="list-style-type: none"> ・世帯全員が住民税非課税 ・収入基準月額12万円（世帯1名増すごとに6万円を加えた額）以下 ・預貯金基準300万円（世帯1名増すごとに100万円を加えた額）以下 ・居住用・事業用を除き、不動産を所有していない ・やむを得ない場合を除き働いていること（65歳以上の場合を除く） ・給付制限を受けていない。または給付制限基準に該当しない
軽減内容	<ul style="list-style-type: none"> ○保険料の減免 ・第1段階の方は、半額に軽減します。 ・第2段階の方は、第1段階の額に軽減します。 ・第3段階の方は、第2段階の額に軽減します。

●保険料を滞納すると…

介護サービスを利用した際の利用者負担は、通常はかかった費用の1割、2割または3割ですが、保険料を滞納していると滞納期間に応じて次のような措置がとられます。



介護が必要になったら千代田区で 要介護認定の申請をしましょう

申請する

サービスの利用を希望する方は、区役所の高齢介護課や高齢者あんしんセンター麹町・神田、もしくは相談センターのいずれかの担当窓口にて「要介護認定」の申請をしましょう。



P14へ

要介護認定

●訪問調査

心身の状況を調べるために、自宅や、病院・施設などに調査員が伺い本人と家族などへの聞き取り調査をします。



P15へ

医師の意見書

●コンピュータ判定（一次判定）

●介護認定審査会（二次判定）

訪問調査の結果と医師の意見書をもとに、保健、医療、福祉の専門家が審査します。



P16～P17へ

認定結果の通知

原則として、申請から30日以内に認定結果が通知されます。



P18へ

利用までの流れ

更新

引き続きサービスを利用したい場合には、有効期間（3～48か月）満了前に更新または変更の申請をしてください。

ご注意ください！

65歳以上の方で、交通事故など第三者による不法行為により介護保険を利用する場合は、区へ届け出が必要です。示談前にご連絡ください。

サービスを利用する

ケアプランにもとづいてサービスを利用します。原則として、費用の1割、2割または3割が利用者負担となります。

サービスの手配などは、ケアマネジャーが行います。



12

ケアプランを作る

ケアマネジャーと相談して、どんなサービスをどのくらい利用するかという介護サービス計画や介護予防サービス計画を作ります。



P22・42へ

利用できるサービス

■介護予防サービスを利用

要支援1・2の方は、介護保険の予防給付または介護予防・日常生活支援総合事業を受けられます。

P42・60へ

■介護サービスを利用

要介護1～5の方は、介護保険の介護給付を受けられます。

P22へ

■地域支援事業の介護予防事業を利用

非該当の方は、区が行う介護予防・日常生活支援総合事業を利用できます。

P60へ

13

要介護認定までの手続き

① 申請をします

介護サービスを利用するためには、高齢介護課に要介護認定の申請をします。

本人が申請に行けない場合には、家族や成年後見人、高齢者あんしんセンター、省令で定められた指定居宅介護支援事業者、介護保険施設などに申請を代行してもらうことができます。郵送もできます。

介護保険
申請書

介護保険申請書のイメージ。表には「介護認定申請書」とあり、申請者の氏名、住所、生年月日、性別、年齢、申請理由、介護サービス利用の有無などの欄が設けられている。また、申請者の印鑑と捺印欄も確認できる。

申請に必要なもの

- 要介護・要支援認定申請書（区の窓口や、高齢者あんしんセンター、相談センターにあります）
- 介護保険の保険証（65歳になった時点で交付されます）
- 医療保険の保険証（第2号被保険者の場合・コピー可）
- 主治医の氏名がわかるもの

指定居宅介護支援事業者

区市町村の指定を受け、ケアマネジャー（介護支援専門員）がいる事業所です。要介護認定の申請の代行やケアプラン作成を依頼するときの窓口となり、サービス事業者との連絡・調整などを行っています。

② 心身の状況を調査します

訪問調査

区の職員などが自宅を訪問し、基本調査、概況調査、特記事項について、本人や家族から聞き取り調査を行います。全国共通の調査票が使われます。

基本調査

心身の状況等についての74項目の聞き取り調査

● このような調査項目があります

- 麻痺などの有無
- 拘縮の有無
- 寝返り
- 起き上がり
- 座位保持
- 両足での立位保持
- 歩行
- 移乗
- 移動
- 立ち上がり
- 片足での立位
- 洗身
- えん下
- 食事摂取
- 排尿
- 排便
- 衣服着脱
- 葉の内服
- 金銭の管理
- 日常の意思決定
- 視力
- 聴力
- 意思の伝達
- 記憶・理解
- ひどい物忘れ
- 大声を出す
- 過去14日間に受けた医療
- 日常生活自立度
- 外出頻度

〔基本調査の概要〕

概況調査

現在利用しているサービスの状況、環境等

調査の結果は、コンピュータで一次判定されます。



③どのくらい介護が必要か 審査・判定します

コンピュータ判定の結果と特記事項、主治医の意見書をもとに、介護認定審査会（二次判定）が審査し、どのくらいの介護が必要か（＝要介護状態区分）を判定します。

コンピュータ判定 （一次判定）

公平な判定を行うため、訪問調査の結果はコンピュータ処理されます。

特記事項

基本調査では盛り込めない事項などについて、訪問調査員が記入します。

主治医の意見書

区の依頼により、心身の状況について主治医が意見書を作成します。

介護認定審査会が総合的に 審査・判定します（二次判定）

コンピュータでの一次判定の結果と特記事項、主治医意見書をもとに、「介護認定審査会」で審査し、要介護状態区分を判定します。



●介護認定審査会とは

保健、医療、福祉の学識経験者から構成されていて、介護の必要性や程度について審査します。

区が認定します

介護認定審査会の判定にもとづき、区が要介護度を認定して、本人に通知します（P18参照）。

認定結果に納得できないときは

要介護認定の結果などに疑問や不服がある場合は、まずは区の介護保険担当窓口までご相談ください。その上で納得できない場合には、3か月以内に、「東京都介護保険審査会」に申し立てをすることができます。

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

4 あなたに必要な介護の度合いが認定され、千代田区から通知されます

介護認定審査会の審査結果にもとづき、介護保険の対象とならない「非該当」、予防的な対策が必要な「要支援1・2」、介護が必要な「要介護1～5」の区分に分けて認定され、その結果が記載された認定結果通知書と保険証が届きます。

原則として申請から30日以内に認定結果通知書と被保険者証が届きます。

なお、認定の有効期間は原則として、新規の場合は6か月、更新認定の場合は12か月です。ただし、心身の状態などによっては期間が延長・短縮される場合があります。

● 認定結果通知書に記載されていること

あなたの要介護状態区分、その理由、認定の有効期間など

● 保険証に記載されていること

あなたの要介護状態区分、認定の有効期間、支給限度額(注)、介護認定審査会の意見など

注) 支給限度額▶ 限度額内でサービスを利用した場合の利用者負担額は1割、2割または3割ですが、限度額を超えるサービス利用の場合は、超えた額のすべてが利用者の負担となります。



介護予防サービス・居宅サービスの支給限度額

要介護状態区分	支給限度基準額
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

非該当

介護保険外の保健福祉サービスなどが利用できません。生活機能が低下している方は介護や支援が必要とならないように区が実施する介護予防・日常生活支援総合事業(P60参照)などを利用できます。

※支給限度基準額は介護保険を利用できる上限の単位数です。
単位数 × (10~11.40) = 金額

ケアプランを作成し、サービス

を利用します

●介護予防サービスを利用するまでの流れ

要支援 1・2の方

1 ケアプラン作成依頼

住んでいる地区を担当する高齢者あんしんセンターに介護予防サービス計画の作成を依頼します。



2 ケアプランの作成

高齢者あんしんセンターの職員が自宅を訪問し、本人の心身の状況や生活の状況などを把握した後、介護予防サービス計画を作成します。



3 サービス提供事業者との契約

介護予防サービスを行うサービス提供事業者と契約します。



4 介護予防サービスを利用

P42~53



介護予防サービス計画にもとづいてサービスが提供されます。**利用したサービスの1割、2割または3割を自己負担**します。

介護予防・日常生活支援総合事業も利用できます。くわしくはP62へ。

利用までの流れ

●在宅サービスを利用するまでの流れ

要介護 1~5の方

1 ケアプラン作成依頼

依頼する居宅介護支援事業者が決まったら高齢介護課に「居宅サービス計画作成依頼届出書」を提出します。



2 ケアプランの作成

居宅介護支援事業者

- ①ケアマネジャーが自宅を訪問して利用者と面接し、課題や問題点を把握してサービス利用の原案を作成します。
- ②利用者本人や家族とサービス事業者の担当者がケアマネジャーを中心に話し合います。
- ③居宅サービス計画を作成し、具体的な内容について利用者の同意を得ます。

3 サービス提供事業者と契約

訪問介護や訪問看護などを行うサービス事業者と契約します。



4 居宅サービスを利用

P22~40



居宅サービス計画にもとづいてサービスが提供されます。**利用したサービスの1割、2割または3割を自己負担**します。

●施設サービスを利用するまでの流れ

要介護 1~5の方

1 介護保険施設と契約

入所を希望する施設に直接申し込みます。高齢介護課又はケアマネジャーなどに情報提供してもらうこともできます。



2 ケアプランの作成

入所した施設で、ケアマネジャーが利用者 に合ったケアプランを作成します。



3 施設サービスを利用

P41



ケアプランにもとづいてサービスが提供されます。**利用したサービスの1割、2割または3割を自己負担**します。

ケアマネジャー（介護支援専門員）とは？

介護の知識を幅広く持った専門家で、介護サービスの利用にあたり次のような役割を担っています。

- 利用者や家族の相談に応じアドバイスします。
- 利用者の希望に沿ったケアプランを作成します。
- サービス事業者との連絡や調整をします。
- 施設入所を希望する方に適切な施設を紹介します。

非該当の方

介護予防・日常生活支援総合事業などが利用できます

P60

介護サービス

記載している自己負担分の金額は、利用者負担の割合が1割の場合の金額です。所得により利用者負担の割合は2割または3割になります。くわしくはP54へ。

サービス利用についての相談

居宅介護支援

ケアマネジャーが、利用者に合った「ケアプラン」を作成し、そのケアプランに沿って、安心してサービスを利用できるように、利用者を支援します。



ケアプランの相談・作成は、全額を介護保険が負担しますので、利用者の負担はありません。

～自宅で利用するサービス～

●訪問介護（ホームヘルプ）

ホームヘルパーが居宅を訪問し、食事や入浴などの身体介護や調理や洗濯などの生活援助を行います。通院などを目的とした乗降介助（介護タクシー利用時等）も利用できます。



●自己負担のめやす

	自己負担分	サービス費用
身体介護中心 (20分未満の場合)	191円	1,903円
身体介護中心 (20分以上30分未満の場合)	285円	2,850円
生活援助中心 (20分以上45分未満の場合)	209円	2,086円
生活援助中心 (45分以上の場合)	257円	2,565円

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%が加算されます。

●訪問看護

疾患などを抱えている高齢者に、看護師が居宅を訪問し、療養上の世話などを行います。



●自己負担のめやす

	自己負担分	サービス費用
訪問看護ステーションから (30分未満の場合)	536円	5,358円
病院または診療所から (30分未満の場合)	454円	4,537円

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算。緊急時訪問看護加算、特別な管理を必要とする場合などの加算あり。

●訪問入浴介護

看護師などが入浴設備のある巡回入浴車で居宅を訪問し、入浴介護を行います。



●自己負担のめやす

	自己負担分	サービス費用
1回	1,437円	14,364円

●訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士などが居宅を訪問し、リハビリテーションを行います。



●自己負担のめやす

	自己負担分	サービス費用
1回	341円	3,407円

※20分間リハビリテーションを行った場合

●居宅療養管理指導

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



●自己負担のめやす (1回)

	自己負担分	サービス費用
医師・歯科医師の指導	440円~516円	4,400円~5,160円

※1か月に2回まで

～施設に通ったり、宿泊したりして
利用するサービス～

●通所介護（デイサービス）

高齢者在宅サービスセンターなどで、食事や入浴などの日常生活上の支援や、機能訓練などを日帰りで行います。



●自己負担のめやす

〈通常規模の事業所の場合〉(7時間以上8時間未満)

	自己負担分	サービス費用
要介護1	714円	7,139円
要介護2	843円	8,425円
要介護3	977円	9,766円
要介護4	1,110円	11,096円
要介護5	1,245円	12,447円

※運動器の機能向上・栄養改善・口腔機能の向上などのサービスを受けた場合は追加費用がかかります。

※食費は自己負担となります。

※送迎にかかる費用は含まれます。

●通所リハビリテーション（デイケア）

医療機関や介護老人保健施設で、リハビリテーションを日帰りで行います。また、「運動器の機能向上」、「栄養改善」、「口腔機能向上」などのサービスを選べます。



●自己負担のめやす

〈通常規模の事業所の場合〉(6時間以上7時間未満)

	自己負担分	サービス費用
要介護1	789円	7,881円
要介護2	937円	9,368円
要介護3	1,082円	10,811円
要介護4	1,254円	12,531円
要介護5	1,422円	14,219円

※運動器の機能向上・栄養改善・口腔機能の向上などのサービスを受けた場合は追加費用がかかります。

※食費は自己負担となります。

※送迎にかかる費用は含まれます。

●短期入所生活介護 (ショートステイ)

特別養護老人ホームなどに短期間入所した方に、日常生活上の支援（食事、入浴、排せつなど）や機能訓練などを行います。



●自己負担のめやす(1日) 〈介護老人福祉施設・併設型、多床室の場合〉

	自己負担分	サービス費用
要介護1	662円	6,615円
要介護2	739円	7,381円
要介護3	818円	8,180円
要介護4	895円	8,946円
要介護5	971円	9,701円

※食費・滞在費は自己負担となります。

※短期入所生活介護の連続した利用日数は30日までとなります。
連続して30日を超えない利用であっても、要介護認定の有効期間のおおむね半分を超えないようにします。

●短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)

老人保健施設などに短期間入所した方に、医療上のケアを含む日常生活上の支援や機能訓練、医師の診療などを行います。



●自己負担のめやす(1日) 〈介護老人保健施設・多床室・基本型の場合〉

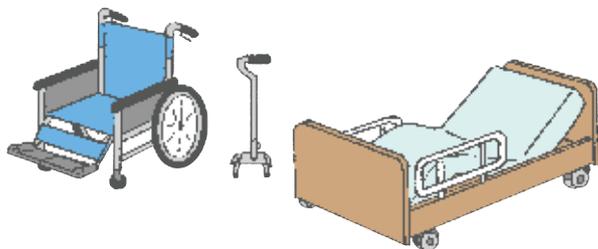
	自己負担分	サービス費用
要介護1	902円	9,014円
要介護2	955円	9,548円
要介護3	1,024円	10,235円
要介護4	1,081円	10,801円
要介護5	1,139円	11,390円

※福祉施設で日常生活上の介護を受ける「生活介護」、医療系の施設で医療上のケアを含む介護を受ける「療養介護」があります。
※食費・滞在費は自己負担となります。

～生活環境を整えるサービス～

●福祉用具貸与

日常生活の自立を助けるための福祉用具（下記の品目）が借りられます。



- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| ① 車いす | ⑨ スロープ（工事をとまな
われないもの） |
| ② 車いす付属品（電動補
助装置など） | ⑩ 歩行器 |
| ③ 特殊寝台 | ⑪ 歩行補助つえ |
| ④ 特殊寝台付属品（サイ
ドレールなど） | ⑫ 認知症老人徘徊感知機器 |
| ⑤ 床ずれ防止用具 | ⑬ 離床センサー |
| ⑥ 体位変換器 | ⑭ 移動用リフト（つり具を
除く） |
| ⑦ 起き上がり補助装置 | ⑮ 階段移動用リフト |
| ⑧ 手すり（工事をとまな
われないもの） | ⑯ 自動排せつ処理装置 |

※要介護度により利用が制限される場合があります。

●自己負担について

※貸出料の1割、2割または3割です。

※用具の種類や事業者によって金額は変わります。

※月々の「居宅サービス」支給限度額の範囲内で利用します。

●特定福祉用具購入費の支給

排せつや入浴など貸与になじまない5種類の福祉用具の購入ができます。



- ① 腰掛け便座
- ② 自動排せつ処理装置の交換可能部品
- ③ 入浴補助用具
- ④ 簡易浴槽
- ⑤ 移動用リフトのつり具

●自己負担のめやす

費用の1割、2割または3割で購入ができます。

★指定事業者での購入のみが対象となります。

- 月々の「居宅サービス」支給限度額にかかわらず、同一年度（4月～翌年3月まで）につき10万円を限度額とします。
- 事業者にいったん全額を支払い、領収書などを添えて高齢介護課に申請すると限度額の範囲内の9割、8割または7割分が戻ります*。

*事業者によっては別の支払い方法が可能な場合があります。

※身体状況に見合った福祉用具が購入できるように指定事業者の福祉用具専門相談員、ケアマネジャー等に相談しましょう。

●住宅改修費の支給

住みなれた自宅で安心して暮らすために、改修費用を支給します。

- ①手すりの取り付け
- ②段差の解消
- ③滑りの防止および移動の円滑化などのための床材の変更
- ④引き戸などへの扉の取り替え
- ⑤引き戸の新設・撤去
- ⑥洋式便器などへの便器の取り替え
- ⑦その他、各工事に付帯して必要な工事



●自己負担のめやす

費用の1割、2割または3割で改修ができます。

★事前に高齢介護課に申請して審査を受けてください。

- 月々の「居宅サービス」支給限度額にかかわらず、住民登録地の住宅につき1人あたり20万円を限度額とします。(原則1回限りの支給です。)
- 改修工事完了後、事業者にいったん全額を支払い、領収書などを添えて高齢介護課に申請すると限度額の範囲内の9割、8割または7割分が戻ります*。

*事業者によっては別の支払い方法が可能な場合があります。

※自立支援につながる住宅改修となるように事前にケアマネジャーに相談しましょう。

～特定施設に入居している方へのサービス～

●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高齢者に、日常生活上の支援や介護を行います。



●自己負担のめやす(1日)

	自己負担分	サービス費用
要介護1	587円	5,864円
要介護2	659円	6,583円
要介護3	735円	7,346円
要介護4	805円	8,044円
要介護5	880円	8,796円

※食費・居住費は自己負担となります。

地域密着型サービス

●夜間対応型訪問介護

夜間の定期的な巡回や通報システムによる随時訪問などで、排せつの介護や日常生活上の世話、緊急時の対応等の援助を行います。



●自己負担のめやす

〈オペレーションセンターを設置してる場合〉

	自己負担分	サービス費用
基本夜間対応型訪問介護	1,169円/月	11,685円
定期巡回サービス	440円/回	4,400円
随時訪問サービス	671円/回	6,703円

※要支援1・2の方は利用できません。

※千代田区には、現在このサービスの事業者はありません。

●認知症対応型通所介護

認知症の高齢者に、食事や入浴、専門的なケアを日帰りで行います。

●自己負担のめやす

〈単独型の事業所の場合〉(7時間以上8時間未満)

	自己負担分	サービス費用
要介護1	1,102円	11,011円
要介護2	1,221円	12,210円
要介護3	1,341円	13,408円
要介護4	1,461円	14,607円
要介護5	1,581円	15,806円

※食費は自己負担となります。

●地域密着型通所介護

定員が18人以下の小規模な通所介護施設で、日常生活上の支援や機能訓練などを日帰りで行います。

●自己負担のめやす

(7時間以上8時間未満)

	自己負担分	サービス費用
要介護1	818円	8,175円
要介護2	967円	9,668円
要介護3	1,121円	11,205円
要介護4	1,274円	12,731円
要介護5	1,426円	14,257円

※送迎にかかる費用は含まれます。

●小規模多機能型居宅介護

通所を中心に、利用者の選択に応じて在宅への訪問や泊まりのサービスを組み合わせ、食事・入浴・排せつなどの介護や支援、機能訓練を行います。利用するためには登録が必要です。また、登録した事業所以外のサービスは利用できません。



●自己負担のめやす(1か月)

	自己負担分	サービス費用
要介護1	11,570円	115,695円
要介護2	17,003円	170,029円
要介護3	24,735円	247,341円
要介護4	27,299円	272,982円
要介護5	30,100円	300,998円

※区独自の加算分の金額は含まれません。

※食費・滞在費は自己負担となります。

●認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)

認知症高齢者が、共同生活をする住宅で、食事・入浴などの日常生活の支援や介護、機能訓練を行います。



●自己負担のめやす(1日)

	自己負担分	サービス費用
要介護1	833円	8,327円
要介護2	872円	8,720円
要介護3	897円	8,970円
要介護4	916円	9,156円
要介護5	936円	9,352円

※食費・居住費は自己負担となります。

●地域密着型介護老人福祉施設 入所者生活介護

定員が29人以下の小規模な特別養護老人ホームなどで、食事・入浴・排せつなどの介護や、機能訓練及び療養上の世話をを行います。

●自己負担のめやす(ユニット型個室・1日)

	自己負担分	サービス費用
要介護1	721円	7,204円
要介護2	796円	7,957円
要介護3	876円	8,752円
要介護4	953円	9,526円
要介護5	1,027円	10,267円

※要支援1・2の方は利用できません。

※食費・居住費は自己負担となります。

●地域密着型特定施設入居者生活介護

定員が29人以下の小規模な介護専用の有料老人ホームなどで、食事・入浴・排せつなどの介護や、機能訓練及び療養上の世話をを行います。

●自己負担のめやす(1日)

	自己負担分	サービス費用
要介護1	591円	5,907円
要介護5	887円	8,861円

※要支援1・2の方は利用できません。

※食費・居住費は自己負担となります。

※千代田区には、現在このサービスの事業者はありません。

●定期巡回・随時対応型訪問 介護看護

定期巡回と随時対応による訪問介護と訪問看護を、24時間いつでも行います。

●自己負担のめやす(1か月)〈連携型の場合〉

◆訪問看護サービスを行わない場合

	自己負担分	サービス費用
要介護1	6,495円	64,945円
要介護2	11,592円	115,915円
要介護3	19,247円	192,466円
要介護4	24,347円	243,469円
要介護5	29,445円	294,450円

※要支援1・2の方は利用できません。

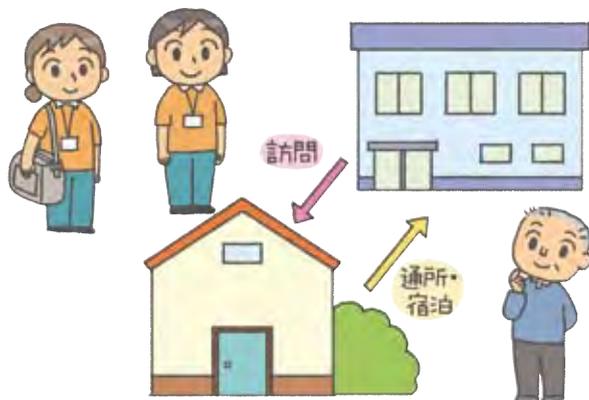
◆訪問看護サービスを行う場合

	自己負担分	サービス費用
要介護1	9,863円	98,620円
要介護2	14,960円	149,590円
要介護3	22,615円	226,141円
要介護4	27,715円	277,144円
要介護5	33,725円	337,245円

※要支援1・2の方は利用できません。

●看護小規模多機能型 居宅介護

訪問看護と小規模多機能型居宅介護を組み合わせて、一体的に提供するサービスです。



●自己負担のめやす (1か月)

〈同一建物に居住する者以外の方に対して行う場合〉

	自己負担分	サービス費用
要介護1	13,807円	138,061円
要介護2	19,318円	193,173円
要介護3	27,155円	271,550円
要介護4	30,800円	307,991円
要介護5	34,839円	348,384円

※要支援1・2の方は利用できません。

※食費・居住費は自己負担となります。

※千代田区には、現在このサービスの事業者はありません。

施設サービスの種類

※サービス利用の費用は55ページ参照

日常生活全般で介護が必要な方

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、自宅での介護が難しい方が入所する施設で、日常生活の介助などを行います。



自宅に戻るためにリハビリを受けたい方

介護老人保健施設 (老人保健施設)

病状が安定し、リハビリテーションに重点を置いたケアを必要とする方が入所する施設で、医学的な管理のもとで介護や機能訓練などを行います。



長期間、医療ケアが必要な方

介護療養型医療施設 (療養病床等)

病状が安定し、長期間の療養が必要な方が入所する施設で、医療や看護または介護などを行います。



介護医療院

生活の場としての機能もそなえた施設で、長期の療養を必要とする方に、医療と日常生活上の介護を一体的に行います。



介護予防サービス

記載している自己負担分の金額は、利用者負担の割合が1割の場合の金額です。所得により利用者負担の割合は2割または3割になります。くわしくはP54へ。

区が行う介護予防・日常生活支援総合事業の訪問型サービスと通所型サービスについてはP62へ。

サービス利用についての相談

介護予防支援

高齢者あんしんセンターの相談員などが、利用者にした「介護予防ケアプラン」を作成し、そのプランに沿って、安心してサービスを利用できるように、利用者を支援します。



「介護予防ケアプラン」の相談・作成は全額を介護保険が負担しますので、利用者の負担はありません。

～自宅で利用するサービス～

●介護予防訪問看護

看護師が居宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の世話などを行います。



●自己負担のめやす

	自己負担分	サービス費用
訪問看護ステーションから (30分未満)	513円	5,130円
病院または診療所から (30分未満)	435円	4,343円

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算。緊急時訪問看護加算、特別な管理を必要とする場合などの加算あり。

●介護予防訪問入浴介護

感染症などで浴室の利用が難しい場合に介護予防を目的とした訪問による入浴介護を行います。



●自己負担のめやす

	自己負担分	サービス費用
1回	972円	9,712円

●介護予防訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士などが居宅を訪問し、介護予防を目的としたリハビリテーションを行います。



●自己負担のめやす

	自己負担分	サービス費用
1回※	341円	3,407円

※20分間リハビリテーションを行った場合

●介護予防居宅療養管理指導

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



●自己負担のめやす(1回)

	自己負担分	サービス費用
医師・歯科医師の指導	440円～516円	4,400円～5,160円

※1か月に2回まで

～施設に通ったり、
宿泊したりして利用するサービス～

●介護予防通所リハビリテーション (デイケア)

医療機関や介護老人保健施設で介護予防を目的としたリハビリテーションを日帰りで行います。また、「運動器の機能向上」、「栄養改善」、「口腔機能向上」などのサービスを選べます。



●自己負担のめやす(1か月)

	自己負担分	サービス費用
要支援1	2,279円	22,788円
要支援2	4,439円	44,388円

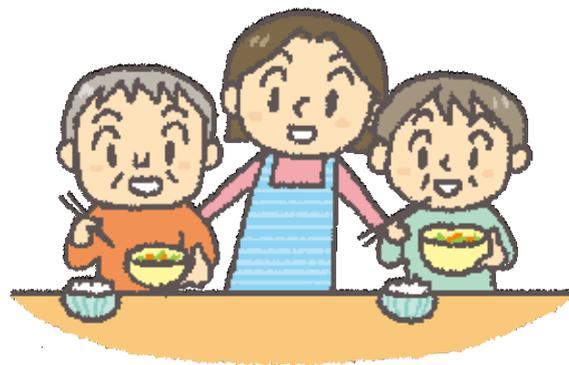
※運動器の機能向上・栄養改善・口腔機能の向上などのサービスを受けた場合は追加費用がかかります。

※食費は自己負担となります。

※送迎にかかる費用は含まれます。

●介護予防短期入所生活介護 (ショートステイ)

特別養護老人ホームなどに短期間入所した方に、介護予防を目的とした日常生活上の支援(食事、入浴、排せつなど)や機能訓練などを行います。



●自己負担のめやす(1日)

〈介護老人福祉施設・併設型・多床室の場合〉

	自己負担分	サービス費用
要支援1	495円	4,950円
要支援2	616円	6,160円

※食費・滞在費は自己負担となります。

●介護予防短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)

老人保健施設などに短期間入所した方に、介護予防を目的とした医療上のケアを含む日常生活上の支援や機能訓練、医師の診療などを行います。



●自己負担のめやす(1日)

〈介護老人保健施設・多床室・基本型の場合〉

	自己負担分	サービス費用
要支援1	665円	6,649円
要支援2	838円	8,371円

※費用は施設の種類によって異なります。

※食費・滞在費は自己負担となります。

～生活環境を整えるサービス～

●介護予防福祉用具貸与

日常生活の自立を助けるための福祉用具(下記の品目)が借りられます。



- ①手すり(工事をとみなわないもの)
- ②スロープ(工事をとみなわないもの)
- ③歩行器 ④歩行補助つえ

●上記以外にも必要と認められるものについては借りることができます。

●自己負担について

※貸出料の1割、2割または3割です。

※用具の種類や事業者によって金額は変わります。

※月々の「介護予防サービス」支給限度額の範囲内で利用します。

●特定介護予防福祉用具 購入費の支給

排せつや入浴など貸与になじまない5種類の福祉用具の購入ができます。



- ①腰掛け便座
- ②自動排せつ処理装置の交換可能部品を含む
- ③入浴補助用具
- ④簡易浴槽
- ⑤移動用リフトのつり具

●自己負担のめやす

費用の1割、2割または3割で購入ができます。

★指定事業者での購入のみが対象となります。

- 月々の「介護予防サービス」支給限度額にかかわらず、同一年度(4月～翌年3月まで)につき10万円を限度額とします。
- 事業者にいったん全額を支払い、領収書などを添えて高齢介護課に申請すると限度額の範囲内の9割、8割または7割分が戻ります*。

*事業者によっては別の支払い方法が可能な場合があります。

※身体状況に見合った福祉用具が購入できるように指定事業者の福祉用具専門相談員、ケアマネジャー等に相談しましょう。

●介護予防住宅改修費の支給

住みなれた自宅で安心して暮らすために、改修費用を支給します。

- ①手すりの取り付け
- ②段差の解消
- ③滑りの防止および移動の円滑化などのための床材の変更
- ④引き戸などへの扉の取り替え
- ⑤引き戸の新設・撤去
- ⑥洋式便器などへの便器の取り替え
- ⑦その他、各工事に付帯して必要な工事



●自己負担のめやす

費用の1割、2割または3割で改修ができます。

★事前に高齢介護課に申請して審査を受けてください。

- 月々の「介護予防サービス」支給限度額にかかわらず、住民登録地の住宅につき1人あたり20万円を限度額とします。(原則1回限りの支給です。)
- 改修工事完了後、事業者にいったん全額を支払い、領収書などを添えて高齢介護課に申請すると限度額の範囲内の9割、8割または7割分が戻ります*。

*事業者によっては別の支払い方法が可能な場合があります。

※自立支援につながる住宅改修となるように事前にケアマネジャーに相談しましょう。

～特定施設に入居している方へのサービス～

●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高齢者に、介護予防を目的とした日常生活上の支援や介護を行います。

●自己負担のめやす(1日)

	自己負担分	サービス費用
要支援1	199円	1,983円
要支援2	339円	3,389円

※食費・居住費は自己負担となります。

地域密着型サービス

●介護予防認知症対応型通所介護

認知症の高齢者に、介護予防を目的とした食事や入浴、専門的なケアを日帰りで行います。



●自己負担のめやす

〈単独型の事業所の場合〉(7時間以上8時間未満)

	自己負担分	サービス費用
要支援1	954円	9,534円
要支援2	1,065円	10,644円

※食費は自己負担となります。

●介護予防小規模多機能型 居宅介護

通所を中心に、利用者の選択に応じて在宅への訪問や泊まりのサービスを組み合わせ、介護予防を目的とした多機能なサービスを行います。

利用するためには登録が必要です。また、登録した事業所以外のサービスは利用できません。



●自己負担のめやす(1か月)

	自己負担分	サービス費用
要支援1	3,817円	38,161円
要支援2	7,713円	77,122円

※食費・滞在費は自己負担となります。

●介護予防認知症対応型共同 生活介護(グループホーム)

認知症高齢者が、共同生活をする住宅で、介護予防を目的とした、食事・入浴などの日常生活の支援や介護、機能訓練を行います。



●自己負担のめやす(1日)

	自己負担分	サービス費用
要支援2	829円	8,284円

※要支援1の方は利用できません。

※食費・居住費は自己負担となります。

介護保険サービスの利用者

サービスを利用したら、利用者負担の割合分（1割、2割または3割）を負担し、残りは介護保険から給付されます。

利用者負担の割合	対象となる人
3割	下記の①②両方に該当する場合 ①本人の合計所得金額が220万円以上 ②同一世帯にいる65歳以上の人の「年金収入+その他の合計所得金額」が、 ●単身の場合340万円以上 ●2人以上世帯の場合463万円以上
2割	3割に該当しない人で、下記の①②両方に該当する場合 ①本人の合計所得金額が160万円以上 ②同一世帯にいる65歳以上の人の「年金収入+その他の合計所得金額」が、 ●単身の場合280万円以上 ●2人以上世帯の場合346万円以上
1割	上記以外の人

介護サービス（在宅サービス）、 介護予防サービスを利用した場合

- 利用者負担は、サービス費用の1割、2割または3割です。
- 施設に通ったり、宿泊（入所）したりして利用するサービスの利用者負担は次の通りです。

施設に通って利用するサービス

$$\text{サービス費用の1割、2割または3割} + \text{日常生活費} + \text{食費}$$

施設に宿泊（入所）して利用するサービス

$$\text{サービス費用の1割、2割または3割} + \text{日常生活費} + \text{食費} + \text{滞在費(居住費)}$$

負担は1・2・3割です

施設サービスを利用した場合

- 施設サービス費用の1割、2割または3割と居住費、食費、日常生活費が利用者負担となります。

$$\text{サービス費用の1割、2割または3割} + \text{日常生活費} + \text{食費} + \text{滞在費}$$

※おむつ代（おむつカバー、洗濯代などを含む）は、保険給付の中に含まれます。

利用者負担額のめやす（1日あたり）

種類	利用者負担額
介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	625～1,013円
介護老人保健施設 (老人保健施設)	763～1,365円
介護療養型医療施設 (療養病床等)	552～1,495円
介護医療院	663～1,504円

※サービス内容や施設によって利用者負担額は異なります。このほかに日常生活費、食費、居住費などが自己負担となります。



サービス利用の費用

居住費（滞在費）、食費のめやす

利用者が負担する額は、施設との契約により決まり、施設により異なります。世帯に住民税を課税されている方がいる場合には、下表の金額が標準的な費用となります。

● 居住費（滞在費）、食費の標準的な利用者負担額（1日あたり）

部屋のタイプ	居住費（滞在費）	食費
ユニット型個室	2,006円	1,392円 令和3年8月から 1,445円
ユニット型個室的多床室	1,668円	
従来型個室	1,668円 (1,171円)	
多床室	377円 (855円)	

※介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合の従来型個室および多床室の額は、（ ）内の金額となります。
※施設の設定した居住費（滞在費）・食費が標準的な費用を下回る場合は、施設の設定した金額が基準となります。

● 居住費（滞在費）の範囲

■ ユニット型個室（少人数ごとに共同リビングあり）

室料 + 光熱水費相当額

■ ユニット型個室的多床室（リビングがあるが、完全に隣室と仕切られていない）

室料 + 光熱水費相当額

■ 従来型個室（リビングなし）

室料 + 光熱水費相当額

■ 多床室（相部屋）

光熱水費相当額（+ 室料）
介護老人福祉施設の場合は室料が加わります。

低所得の方が施設を利用した場合の居住費・食費の負担限度額

低所得の方の施設利用が困難とならないように、申請により居住費・食費は下表の負担限度額までの自己負担となります。超えた分は介護保険から給付されます（特定入所者介護サービス費）。

● 負担限度額（1日あたり）

利用者負担段階	第1段階	第2段階	第3段階 (令和3年7月まで)	令和3年8月から	
				第3段階①	第3段階②
居住費等	ユニット型個室	820円	820円	1,310円	1,310円
	ユニット型個室的多床室	490円	490円	1,310円	1,310円
	従来型個室	490円 (320円)	490円 (420円)	1,310円 (820円)	1,310円 (820円)
	多床室	0円	370円	370円	370円
食費	短期入所サービス	300円	390円 令和3年8月から 600円	650円	1,000円
	施設サービス	300円	390円	650円	1,360円

※介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合の従来型個室の負担限度額は、（ ）内の金額となります。

第1段階	第2段階	令和3年7月まで 第3段階	令和3年8月から	
			第3段階①	第3段階②
本人および世帯全員が住民税非課税である高齢福祉年金受給者、生活保護の受給者	本人および世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が80万円以下の方	本人および世帯全員が住民税非課税で、利用者負担段階第2段階以外の方	本人および世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額が80万円超120万円以下の方	本人および世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額が120万円超の方

軽減の制度を利用するには申請が必要です

「介護保険負担限度額認定」を受けるためには、下記の2つの要件を満たす必要があります。

- 所得要件** 世帯全員が住民税非課税であること。（世帯分離している配偶者を含む）
- 資産要件** 本人及び配偶者の資産が一定額以下であること。（通帳等の写しの提出が必要です）



サービス利用の費用

● 社会福祉法人等による生計困難者の利用者負担軽減

対象サービス	軽減事業を行う申出を都道府県に行った社会福祉法人または区市町村が提供する下記のサービスが対象 ・(地域密着型) 介護老人福祉施設の施設サービス
対象者の要件	<ul style="list-style-type: none"> ・世帯全員が住民税非課税 ・年間収入が単身世帯で150万円（世帯員1名増すごとに50万円を加算した額）以下 ・預貯金等の額が単身世帯で350万円（世帯員1名増すごとに100万円を加算した額）以下 ・日常生活に供する資産以外の資産がないこと ・負担能力のある親族等に扶養されていないこと ・介護保険料を滞納していないこと
軽減内容	<ul style="list-style-type: none"> ・介護費（10%負担分） ・食費 合計額の4分の1 ・居住費（滞在費） (老齢福祉年金受給者は2分の1)

※交付された「利用者負担軽減確認証」を施設利用時に必ずご提示ください。

● 千代田区独自の生計困難者利用者負担軽減

対象サービス	すべての介護保険居宅サービス
対象者の要件	<ul style="list-style-type: none"> ・世帯全員が住民税非課税 ・年間収入が単身世帯で150万円（世帯員が1名増すごとに50万円を加算した額）以下 ・世帯の預貯金等の額が単身世帯で350万円（世帯員1名増すごとに100万円を加算した額）以下 ・日常生活に供する資産以外の資産がないこと ・負担能力のある親族等に扶養されていないこと ・介護保険料を滞納していないこと
軽減内容	サービス利用料（10%負担分）を3%に軽減

● 利用者負担が高額になった場合

同じ月に利用したサービスの、利用者負担の合計額（同じ世帯に複数の利用者がある場合は世帯合計額）が下の表の上限額を超えた場合、区への申請により超えた金額が支給されます。

※高齢介護課に「高額介護（予防）サービス費等支給申請書」を提出してください。

利用者負担段階区分		利用者負担上限額
現役並み所得者*（令和3年7月まで）		世帯 44,400円
令和3年8月から	年収約1,160万円以上	世帯 140,100円
	年収約770万円以上約1,160万円未満	世帯 93,000円
	年収約383万円以上約770万円未満	世帯 44,400円
一般世帯		世帯 44,400円
住民税世帯非課税		世帯 24,600円
<ul style="list-style-type: none"> ● 合計所得金額および課税年金収入額の合計が80万円以下の方 ● 老齢福祉年金の受給者 		個人 15,000円 世帯 24,600円
<ul style="list-style-type: none"> ● 生活保護の受給者 ● 利用者負担を15,000円に減額することで、生活保護の受給者とならない場合 		個人 15,000円 世帯 15,000円

* 現役並み所得者とは、同一世帯に課税所得145万円以上の第1号被保険者がいて、収入が単身383万円以上、2人以上520万円以上の方。

● 介護保険＋医療保険の負担が高額になった場合

介護保険と医療保険を利用したときの自己負担が年間で高額になったときは、それらを合算して年額で限度額を設ける「高額医療・高額介護合算制度」があります。申請により、限度額を超えた分が支給されます。

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の流れ…………… 利用には申請が必要です。

申請する

「介護予防・生活支援サービス事業」の利用を希望する方は、「区役所」や「高齢者あんしんセンター 麹町・神田」に申請します。

- ① 総合事業申請書
- ② 基本チェックリスト



面接等

申請時、提出された書類の内容を確認し、高齢者あんしんセンターの職員が面接または訪問調査を行います。



事業対象者 決定・通知

区から、事業利用の可否、また利用できるサービスの内容をお知らせします。



利用できる サービス

■ 介護予防・生活支援サービス事業

P62へ

■ 一般介護予防事業

P64へ



評価・見直し

高齢者あんしんセンターは一定の期間ごとに効果を評価し、必要な場合にはケアプランを見直します。



サービスを利用する

ケアプラン等にもとづいてサービスを利用します。



介護予防 ケアマネジメント

高齢者あんしんセンターが本人・家族と相談し、心身の状況などに応じたケアプランを作成します。



一般介護予防事業の流れ

65歳以上の方ならどなたでも参加できます。内容については在宅支援課にお問合せください。

介護予防・生活支援サービス事業

基本チェックリストで該当になる方や要支援認定を受けた方等、生活機能の向上が必要な方を対象とした事業です。お住まいの地域の高齢者あんしんセンターがご利用の相談にのり、自立を支援します。

記載している自己負担分の金額は、利用者負担の割合が1割の場合の金額です。所得により利用者負担の割合は2割または3割になります。くわしくはP54へ。

訪問型サービス

●予防訪問サービス（ホームヘルプ）

利用者が自立した生活ができるよう、ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事や入浴などの日常生活上の支援を行います。



●自己負担のめやす〈1か月につき〉

	自己負担分	サービス費用
週1回程度の利用	1,341円	13,406円
週2回程度の利用	2,678円	26,778円
週2回程度を超える利用 (要支援2のみ)	4,249円	42,487円

●自立支援訪問サービス

利用者の自立した生活を支援するために、ホームヘルパーがご自宅を訪問し、利用者と一緒に、掃除や洗濯等を行います。



●自己負担のめやす〈1か月につき〉

	自己負担分	サービス費用
週1回程度の利用	1,139円	11,388円

●生活機能改善訪問アドバイス

閉じこもりがちな方のご自宅に理学療法士や作業療法士、看護師などが訪問し、生活機能改善の為の相談等を行います。



通所型サービス

●予防通所サービス（デイサービス）

介護予防を目的とした食事や入浴などの日常生活上の支援や、運動器の機能向上のための支援を日帰りで行います。



●自己負担のめやす〈1か月につき〉

	自己負担分	サービス費用
週1回程度の利用	1,823円	18,224円
週2回程度の利用	3,737円	37,365円

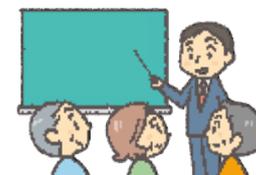
●生活機能向上デイサービス

●自己負担のめやす〈1か月につき〉

	自己負担分	サービス費用
週1回程度の利用	1,256円	12,556円

●転倒予防運動講座

筋力向上プログラムを実施します。栄養改善、口腔機能向上についても学びます。



どなたでも参加できる 介護予防事業 (一般介護予防事業)

65歳以上の方であればどなたでも参加できる介護予防事業です。

●介護予防普及啓発事業

介護予防のための体操教室や認知症予防教室、口腔機能向上プログラムを実施します。



●介護保険サポーター・ポイント制度

「介護保険サポーター」として登録した方が、区内で高齢者をサポートする活動（ボランティア活動）を行った場合に、ポイントが付与されます。ポイントを貯めると、交付金が受けられます。



どうぞ、お気軽に
ご相談ください!



●窓口一覧

■高齢介護課

高齢介護係 TEL 5211-4224 TEL 5211-4321 FAX 3288-1365	●介護保険の資格、保険料に関すること ●区内の特別養護老人ホームの入所申込に関すること
介護認定係 TEL 5211-4225 FAX 3288-1365	●介護認定に関すること
介護事業指定係 TEL 5211-4336 FAX 3288-1365	●介護サービスの給付の相談、苦情に関すること ●総合事業に関すること

■在宅支援課

在宅支援係 TEL 6265-6482 FAX 3265-1163	●紙おむつの支給などの在宅福祉サービスの利用に関すること
相談係 TEL 6265-6483 FAX 3265-1163	●高齢者の生活や介護、高齢者の虐待などさまざまな相談に関すること
地域包括ケア推進係 TEL 6265-6485 FAX 3265-1163	●医療と介護の連携推進に関すること ●認知症支援サービスに関すること
介護予防担当 TEL 5211-4223 FAX 3265-1163	●介護予防事業に関すること

■高齢者あんしんセンター

高齢者あんしんセンター^{薊町} TEL 3265-6141 FAX 3265-6138	●高齢者の生活や介護、高齢者虐待などのさまざまな相談に関すること
高齢者あんしんセンター^{神田} TEL 5297-2255 FAX 5297-2256	●要介護認定の要支援1・2の方、総合事業対象者のケアプラン作成に関すること

■相談センター（かがやきプラザ1階）

TEL 3265-1165 FAX 3265-1163	●高齢者やその家族の皆さんからのさまざまな相談に関すること(24時間365日有人体制で対応)
--------------------------------	--

■ちよだ成年後見センター

TEL 6265-6521 FAX 3265-1902	●成年後見、福祉サービスの利用支援、日常的な金銭管理に関すること
--------------------------------	----------------------------------

●区内の介護サービス提供施設

施設名	提供している施設・介護サービス
いきいきプラザ一番町 社会福祉法人 東京栄和会 住所 一番町12 TEL 3265-6131 FAX 3265-6136	<ul style="list-style-type: none"> ●特別養護老人ホーム……〔定員82名〕 ●短期入所生活介護……〔定員8名〕 <p>【高齢者在宅サービスセンター】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●通所介護……〔定員35名〕 ●認知症対応型通所介護…〔定員12名〕
岩本町ほほえみプラザ 社会福祉法人 多摩同胞会 住所 岩本町2-15-3 TEL 5825-3407 FAX 5825-3408	<p>【高齢者在宅サービスセンター】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●通所介護……〔定員30名〕 ●認知症対応型通所介護…〔定員12名〕 ●短期入所生活介護……〔定員20名〕 <p>【グループホーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●認知症対応型共同生活介護〔定員9名〕 <p>【ケアハウス】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●軽費老人ホーム……〔定員18室20名〕
特別養護老人ホーム かんだ連雀 社会福祉法人 多摩同胞会 住所 神田淡路町2-8-1 TEL 3252-8815 FAX 3252-8816	<ul style="list-style-type: none"> ●特別養護老人ホーム……〔定員59名〕 <p>【高齢者在宅サービスセンター】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●通所介護……〔定員15名〕
ジロール神田佐久間町 社会福祉法人 新生寿会 住所 神田佐久間町3-16-6 TEL 5822-2650 FAX 5822-5360	<p>【グループホーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●認知症対応型共同生活介護〔定員9名〕 <p>【高齢者在宅サービスセンター】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●認知症対応型通所介護…〔定員12名〕
ジロール麹町 社会福祉法人 新生寿会 住所 麹町2-14-3 TEL 3222-8750 FAX 3222-9680	<ul style="list-style-type: none"> ●小規模多機能型居宅介護…〔定員25名〕 ●小規模特別養護老人ホーム…〔定員24名〕 ●認知症対応型通所介護…〔定員12名〕 <p>【グループホーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●認知症対応型共同生活介護…〔定員18名〕
THE BANCHO 社会福祉法人 平成会 住所 二番町7-6 ●特養・短期入所 TEL 3238-0088 FAX 3238-0100 ●グループホーム TEL 5213-0088 FAX 3238-0100	<p>【ザ番町ハウス】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●特別養護老人ホーム…〔定員108名〕 ●短期入所生活介護……〔定員12名〕 <p>【番町グループホーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●認知症対応型共同生活介護…〔定員18名〕

施設名	提供している施設・介護サービス
淡路にこここフォーユープラザ 社会福祉法人 奉優会 住所 神田淡路町2-109 通所介護・認知症対応型通所介護 TEL 5298-6018 FAX 5298-6019 短期入所生活介護 TEL 5298-6028 FAX 5298-6029	<p>【フォーユーデイサービス淡路】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●通所介護……〔定員30名〕 <p>【優っくりデイサービス淡路】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●認知症対応型通所介護…〔定員6名〕 <p>【フォーユーショートステイ淡路】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●短期入所生活介護……〔定員21名〕

●こんなときは届け出を(65歳以上)

こんなとき		届け出るもの
他区市町村から転入したとき	要介護認定を受けていない方	転入届
	要介護認定を受けている方	転入届、 受給資格証明書、 介護保険要介護・要支援認定申請書
介護保険の資格がなくなる	他区市町村へ転出するとき	転出届、 介護保険被保険者証
	死亡したとき	介護保険被保険者証
その他	千代田区内で住所が変わったとき	介護保険被保険者証
	氏名が変わったとき	介護保険被保険者証
	介護保険証をなくしたり汚して使えなくなったとき	被保険者証等再交付申請書、介護保険被保険者証(汚した場合)、身分を証明するもの
	介護保険施設、特定施設等に入所または退所し、住所を変更したとき	住所地特例届

高齢者あんしんセンター

「自分にはどのようなサービスが利用できるのかな」「サービスを利用したいが、どこに申し込めばいいかわからない」など、ちょっとした問い合わせから健康・生活・介護に関する事など、高齢者に関する事ならなんでも構いませんので、気軽にご相談ください。



リーダー的なケアマネジャー
(主任ケアマネジャー)



保健師
(または経験豊富な看護師)



社会福祉士

- 介護予防ケアマネジメント (自立した生活ができるよう支援します)
- 総合的な相談・支援 (何でもご相談ください・無料)
- 権利擁護、虐待の早期発見・防止 (老年期の尊厳ある生活を一緒に考えていきます)
- 地域・ケアマネジャーへの支援 (さまざまな方面から支えます)

■ 高齢者あんしんセンター 麹町 ☎3265-6141

■ 高齢者あんしんセンター 神田 ☎5297-2255

※開館は日曜・年始を除く 9時～18時

相談センター

相談センターでも高齢者の生活や介護のことなど、さまざまな相談に24時間365日対応します。

■ 相談センター (かがやきプラザ1階)

..... ☎3265-1165 イイロゴ

問い合わせ

千代田区 保健福祉部 高齢介護課

〒102-8688 千代田区九段南1-2-1

TEL03-3264-2111(代表)

発行：令和3年3月

禁無断転載©東京法規出版