

介護保険

介護保険とは

介護保険制度は、介護が必要になった人が住み慣れた地域で自立した生活ができるよう、みんなで支え合うしくみです。また、従来の生活が続けられるよう、介護予防を通じて支援するしくみでもあります。

65歳以上

第1号被保険者

サービスを利用できるのは
日常生活で介護や支援が必要と認定された人

65歳になった月に保険証が
交付されます

被保険者証は記載内容をよく確認し、
大切に保管しましょう。

こんな時に保険証が必要です

- 要介護認定の申請
- 介護サービス計画作成の依頼
- 介護サービスの利用等



40歳以上65歳未満

第2号被保険者

サービスを利用できるのは
老化に伴う病気(特定疾病)が原因で、介護や支援が必要と認定された人

保険証は、要介護認定を受けた人に
交付されます

特定疾病一覧

- 初老期における認知症(アルツハイマー病等)
- 脳血管疾患(脳出血、脳梗塞等) ●関節リウマチ ●早老症
- 筋萎縮性側索硬化症 ●パーキンソン病関連疾患
- 脊髄小脳変性症 ●多系統萎縮症 ●閉塞性動脈硬化症
- 糖尿病性神経障害・糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- 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
- 骨折を伴う骨粗しょう症 ●後縦靭帯骨化症
- 脊柱管狭窄症 ●慢性閉塞性肺疾患
- がん(末期)



出雲市役所

健康福祉部 高齢者福祉課・医療介護連携課



ミコトッキー

〒693-8530 島根県出雲市今市町70
URL <https://www.city.izumo.shimane.jp>
E-mail kourei@city.izumo.shimane.jp

市外局番【0853】

TEL 21-6971 介護認定係 [介護認定に関すること]
21-6212 介護保険係 [介護保険料に関すること]
21-6972 介護給付係 [介護保険サービスに関すること]
21-6967 高齢者福祉係 [高齢者福祉に関すること]
21-6106 介護予防係 [介護予防に関すること]
(医療介護連携課)
FAX 21-6974

介護保険料の決め方・納め方

介護保険は、介護が必要になった人が地域で安心して暮らせるよう、みんなで支え合う制度です。40歳以上の人が保険料を納め、介護が必要な人がさまざまなサービスを利用できるしくみになっています。

65歳以上の人(第1号被保険者)の保険料<令和6~8年度>

所得段階 区分	対 象 者			料 率	保険料 年額	
	本人の 住民税 課税状況	世帯員の 住民税 課税状況	本人の前年所得等			
第1段階	生活保護の受給者			基準額× 0.285	21,409円	
	老齢福祉年金の受給者					
第2段階	非課税	非課税	課税年金 収入額 + その他の 合計所得 金額	80万円以下	基準額× 0.45	33,804円
第3段階				80万円超 120万円以下	基準額× 0.685	51,457円
第4段階				120万円超	基準額× 0.9	67,608円
第5段階	課税	—	合計所得 金額	80万円以下	基準額× 0.9	67,608円
第6段階				80万円超	基準額	75,120円
第7段階				120万円未満	基準額× 1.2	90,144円
第8段階				120万円以上 190万円未満	基準額× 1.3	97,656円
第9段階				190万円以上 290万円未満	基準額× 1.5	112,680円
第10段階				290万円以上 400万円未満	基準額× 1.7	127,704円
第11段階				400万円以上 640万円未満	基準額× 1.9	142,728円
第12段階	640万円以上 700万円未満	基準額× 2.2	165,264円			
第13段階	700万円以上 800万円未満	基準額× 2.3	172,776円			
			800万円以上	基準額× 2.4	180,288円	

※令和6~8年度の月額基準額は、6,260円です。

※年間保険料を計算した結果、年額に100円未満の端数があるときは、これを切り捨てます。

※住民税非課税世帯の人(第1~3段階)は、公費により保険料を軽減しています。

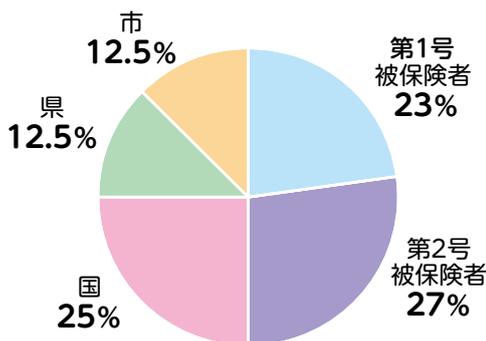
合計所得金額

収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額のことです。なお、長期譲渡所得や短期譲渡所得がある場合には、それにかかる特別控除額を差し引いた金額を用います。

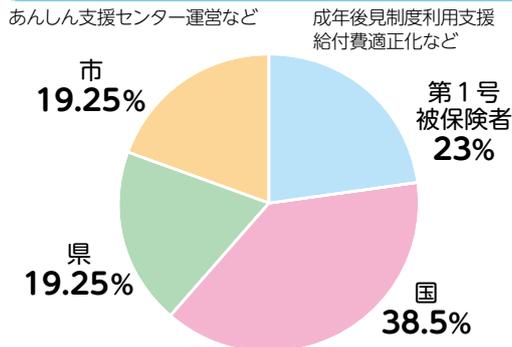
第1~5段階の「その他の合計所得金額」は、合計所得金額から公的年金等に係る雑所得を差し引いた金額のことです。

介護保険の財源について

介護給付費・予防給付費・介護予防・日常生活支援総合事業費



包括的支援 + 任意事業



※上記グラフは、在宅サービスの場合。
施設サービスの場合は国が20%、都道府県が17.5%

保険料の納め方

第1号被保険者として保険料を納めるのは、65歳になった月(65歳の誕生日の前日が属する月)の分からです。

原則として特別徴収(年金天引き)で納めます。ただし、受給している年金の額などによっては、普通徴収(納付書または口座振替)で納めます。

年金が年額18万円以上(月額15,000円以上)の人

年金の定期払い(年6回)の際に、介護保険料があらかじめ天引きされます。

4月・6月・8月は、仮に算定された保険料額を納めます(仮徴収)。
10月・12月・2月は、前年の所得等を基に決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
で納めます**

4月(第1期)	6月(第2期)	8月(第3期)	10月(第4期)	12月(第5期)	2月(第6期)
仮徴収			本徴収		

ただし、こんなときは**普通徴収**になります

- 年度途中で65歳になったとき
65歳到達後、約6～8か月間は普通徴収となります。
- 年度途中で保険料額が変更になったとき
- 年金が一時差し止めになったとき など
- 年度途中で他の市区町村から転入したとき
転入前は特別徴収されていた人も、約6～8か月間は普通徴収となります。

年金が年額18万円未満(月額15,000円未満)の人

- 納付書納付の場合は、各納期(偶数月)にお送りする納付書で納めていただきます。
- 口座振替の場合は、各納期(偶数月)の最終日に振り替えます。

※普通徴収は、口座振替が便利です！

**普通徴収
で納めます**

納め忘れに注意しましょう

特別な事情がないのに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。

1年以上滞納すると

利用者がいったんサービスの全額を負担し、その後申請により保険給付額分が支給されます。

1年6か月以上滞納すると

滞納している保険料の額を本来支給される金額から差し引くことがあります。

2年以上滞納すると

利用者の負担が3割または4割に引き上げられるなどの措置がとられます。

※保険料の滞納が続くと、財産の差押えなどの滞納処分を受ける場合があります。

※介護保険料は、第1号被保険者が納付義務を負うほか、その世帯主及び配偶者に連帯納付義務があります。

**困ったときは
ご相談を**

災害などの特別な事情により、一時的に保険料が納められなくなったときは、保険料の減免や納付の猶予をうけられる場合があります。また、生活が著しく困窮し生計を維持することが困難であると認められる人は、保険料の軽減措置がありますのでご相談ください。

40歳から65歳未満の人(第2号被保険者)の保険料

医療保険ごとに保険料を納めていただきます

加入している国民健康保険や健康保険などの医療保険の算定方法に基づいて決められます。納め方は医療分の保険料と一括して納めます。

介護サービスを利用するには、要介護認定が必要です

受付

介護サービスを希望する人は市役所本庁又は各行政センターの窓口に相談してください。

申請ができる人

● 65歳以上の人

日常生活に支援や介護が必要になった場合。

● 40歳から64歳までの人

老化が原因とされる病気（特定疾病）により日常生活に支援や介護が必要になった場合。

申請・調査

市の認定調査員が訪問し、心身の状況について本人、家族から聞き取り調査をします。（認定調査員が申請書を持参し、調査時に記入していただきます）

準備していただくもの

- 介護保険の保険証
- 医療保険の保険証（40歳～64歳の人）

意見書

本人の主治医に心身の状況についての意見書を作成してもらいます。（市から依頼します）



審査・認定

訪問調査の結果によるコンピュータ判定（一次判定）と訪問調査の特記事項、意見書をもとに「介護認定審査会」で審査し、要介護状態区分の判定（二次判定）を行います。

非該当

要支援1

要支援2

要介護1

要介護2

要介護3

要介護4

要介護5

結果通知

結果通知書と保険証をお送りします。（申請から結果通知までは、およそ30日かかります）

利用できる介護サービス

非該当

必要に応じて、介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）が利用できます。

P10へ

要支援1・2

介護保険の介護予防サービス及び介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）が利用できます。

P8・P10へ

要介護1～5

介護保険の介護サービスが利用できます。

P6～7へ

ケアプランの作成

※ケアプランにないサービスは使えません。

介護予防のケアマネジメント

高齢者あんしん支援センターまたは居宅介護支援事業所が利用者の状態に合ったケアプランを作成し、これに基づいてサービスが利用できます。一定期間ごとにサービスの効果を確認し、利用するサービスを見直します。

介護給付のケアマネジメント

居宅介護支援事業所等のケアマネジャーが、利用者の状態に合ったケアプランを作成します。

*総合事業については、詳しくは10ページを参照してください。

*総合事業における介護予防・生活支援サービス事業については、上記の要介護認定調査で要支援1・2の認定を受けた人のほか、所定のチェックリスト（生活状況等についての簡単な調査）により生活機能の低下が確認された65歳以上の人（事業対象者）が利用することができます。



更新申請のお知らせ

要介護認定には有効期間が定められており、介護サービスを引き続き希望する場合は、有効期間が終了する前に更新の手続きが必要です。更新の時期に、市または居宅介護支援事業所等のケアマネジャーから連絡します。

サービスの利用がない場合は、更新の必要はありません。
相談・申請はいつでもできますのでご安心ください。

途中で心身の
状態が変わったら
「変更申請」も
できます。



意見書 ワンポイントアドバイス

介護の判定には、主治医の意見書が必要です。申請の際、主治医の確認を行い、市からの依頼により、心身の状態について主治医が意見書を作成します。

Q 主治医とはどんなお医者さんですか？

A 介護が必要な状態となった直接の原因である病気を治療している医師や、かかりつけの医師など本人の心身の状況をよく理解している医師です。

こんな場合はどうするの ……………

Q 長い間受診をしていないけれど…

A 長期間受診をされないと、医師は意見書を書くことができません。申請の際には必ず受診をしてください。

診察の際には、日頃の身体の様子など、きちんと主治医に伝えておくことが大切です。必要に応じて、家族も同席し、何でも話せる主治医との信頼関係をつくりましょう。



認定調査の ワンポイントアドバイス

認定調査員が訪問し、本人の心身の状況を調査します。

- 調査にかかる時間は、1時間から1時間半くらいです。
- 全国一律の調査票により、74項目の基本調査、概況調査を行います。
- 調査には、本人だけでなく、本人の日頃の様子ができる人も立ち会ってください。

Q 認定調査はなぜ受けるの？

A 認定調査は、実際にサービスを利用する時のサービス量、サービスの利用料金を決定する要介護度を定めるための調査です。65歳以上の人（40歳から64歳までの人は特定疾病のある人）は誰でも認定調査を無料で受けることができます。

介護サービスを利用したいから認定を受けたいのですが



Q サービスはいつから使えるの？

A 要介護度が決定するまでには申請してから約1か月かかります。しかし、新規・変更申請（更新申請以外）の場合、決定した要介護度は、申請日にさかのぼり有効となりますので、サービスを急がれる場合は、調査後、暫定的にサービスを利用していただくこともできます。

医療介護情報ポータルサイト「ルピナスネット出雲」を公開しています

医療や介護、在宅での生活に役立つサービス等の情報をより分かりやすく提供するために、医療介護に関する情報を掲載するポータルサイト「ルピナスネット出雲」を公開しています。

【主な掲載内容】

- ・地域資源マップ（地図上で医療介護事業所等の情報を掲載）
 - ・医療や介護に関する制度・取り組みのお知らせ 等
- ※詳しくは「ルピナスネット出雲」のホームページをご覧ください。



要介護の人

利用者負担は、かかった費用の1割〜3割です。この負担割合は「介護保険負担割合証」に記載されています。
 (通所サービスや入所して受けるサービスには、食費や居住費の負担が別途必要です)

下記の金額は、利用者負担額※(1割負担の場合)の目安です。利用される施設形態等により利用料金は異なります。

※一定以上所得のある65歳以上の人は2割または3割になります。

居宅サービス

日常生活に介助を必要とする人のためのサービスです。



居宅介護支援

居宅介護支援事業所のケアマネジャーが介護サービスのケアプランを作成します。

自己負担はありません

訪問介護

ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事や排泄などの介助を行う身体介護と、高齢者のみの世帯等の場合に掃除や洗濯などを行う生活援助を行います。

身体介護 20分〜30分未満 244円+加算分(回)

生活援助 20分〜45分未満 179円+加算分(回)

訪問看護

看護師が家庭を訪問し、主治医と連絡を取りながら療養上のお世話や診療の補助を行います。

20分未満 314円+加算分(回)

訪問入浴介護

寝たきりなどで自宅で入浴できない人の家庭に、移動入浴車などで訪問し、入浴の介助を行います。

1,266円+加算分(回)

訪問リハビリテーション

理学療法士などが家庭を訪問し、日常生活の自立を促すためのリハビリを行います。

308円+加算分(回)

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、医学的な管理や療養上の指導を行います。

515円(回)

通所介護

デイサービスセンターなどに通い、食事や入浴などの介助を受けるほか、目標に沿って機能訓練や、レクリエーションなどを行います。(7時間以上8時間未満の場合)

要介護2 777円+加算分(回)

要介護3 900円+加算分(回)

通所リハビリテーション

介護老人保健施設や医療機関などに通い、食事、入浴などの介助を受けるほか、目標に沿って心身の機能回復を図るためのリハビリを行います。(6時間以上7時間未満の場合)

要介護2 850円+加算分(回)

要介護3 981円+加算分(回)

短期入所生活介護/療養介護

施設に短期間入所(宿泊)をして、日常生活上のお世話や機能訓練、リハビリなどを受けることができます。

要介護3 847円+加算分(日)

要介護4 918円+加算分(日)

施設サービス

施設に入所して受けるサービスです。ただし、所得の低い人

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

常時介護が必要で、自宅での介護が困難な人が入所します。食事や排泄など日常生活の介護を受けられます。

ユニット型個室

要介護4 27,466円+加算分(月額)

介護老人保健施設(老人保)

病状が安定し、在宅復帰を目指す人が入所します。医学的な管理のもと、リハビリに重点を置いたケアを行います。

※介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)への新規入所は、原則として要介護3以上の人となります。ただし、特例的に入所が認められる場合もあります。

〈区分支給限度基準額〉

在宅で1か月に利用できる介護サービス利用料金の上限額。このうち、かかった費用の1割～3割は利用者負担です。

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

地域密着型サービス

住み慣れた自宅や地域での生活を支えるためのサービスです。

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提供します。

要介護3

679円+加算分(日)

福祉用具貸与

日常生活の自立を助けるための福祉用具を貸し出します。

※車イスや電動ベッドは要介護1の人は原則利用できません。

福祉用具購入費支給

入浴や排泄などに使用し、日常生活の自立を助ける用具を購入する場合に、費用の9割～7割を支給します。(購入費用上限額:1年度につき10万円)

※都道府県の指定を受けた特定福祉用具販売店からのみ購入できます。
※固定用スロープ、歩行器(歩行車を除く)単点杖と多点杖も購入対象になります。

住宅改修費支給

自宅に手すりを取り付けたり、段差を解消するなどの住宅改修を行った場合に、費用の9割～7割を支給します。(改修費用上限:20万円)

※事前申請制度です。必ず施工前にケアマネジャーにご相談ください。

費・食費は自己負担です。には軽減制度があります。

健施設)

ユニット型個室

要介護4 30,008円+加算分(月額)

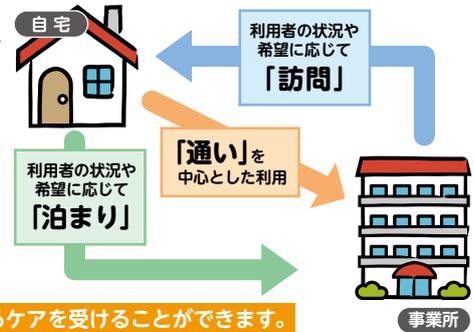
小規模多機能型居宅介護

「通い」の利用を中心に、心身の状況や希望に応じて、随時「泊まり」や「訪問」を組み合わせて利用できます。

要介護2 15,370円+加算分(月額)

要介護3 22,359円+加算分(月額)

どのサービスを利用して、なじみの職員によるケアを受けることができます。



地域密着型通所介護

定員18人以下の少人数のデイサービスです。食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。(7時間以上8時間未満の場合)

要介護2 890円+加算分(回)

要介護3 1,032円+加算分(回)

認知症対応型通所介護

認知症のある高齢者を対象としたデイサービスです。家庭的な雰囲気の中で、なじみの職員によるケアを提供します。(7時間以上8時間未満の場合)

要介護2 1,102円+加算分(回)

要介護3 1,210円+加算分(回)

認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症のある高齢者が少人数で共同生活を行います。家庭的な雰囲気の中で、穏やかな生活環境を提供します。

要介護2 24,831円+加算分(月額)

要介護3 25,544円+加算分(月額)

地域密着型介護老人福祉施設

定員29人以下の特別養護老人ホームです。家庭的な雰囲気の中で、食事や排泄などの日常生活の介護が受けられます。

ユニット型個室

要介護4 27,931円+加算分(月額)

要介護5 30,101円+加算分(月額)

看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護に訪問看護の機能を付加した介護サービスを行います。

要介護2 17,415円+加算分(月額)

要介護3 24,481円+加算分(月額)

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて、1日に複数回の定期的な訪問や、通報による訪問で、介護と看護の連携したサービスが受けられます。

要介護2 9,720円+加算分(月額)

要介護3 16,140円+加算分(月額)

介護医療院

急性期の治療を終え、長期の療養を必要とする人のための医療施設です。

多床室

要介護4

36,611円+加算分(月額)

従来型個室

要介護4

33,139円+加算分(月額)

要支援の人

利用者負担は、かかった費用の1割〜3割です。この負担割合は「介護保険負担割合証」に記載されています。
 (通所サービスや入所して受けるサービスには、食費や居住費の負担が別途必要です)

下記の金額は、利用者負担額※(1割負担の場合)の目安です。利用される施設形態等により利用料金は異なります。
 ※一定以上所得のある65歳以上の人は2割または3割になります。

〈区分支給限度基準額〉在宅で1か月間に利用できる介護サービス利用料金の上限額。このうち、かかった費用の1割〜3割は利用者負担です。 要支援1/50,320円 要支援2/105,310円

居宅サービス

重度化を防ぎ、できる限り本人の意欲や能力を引き出すためのサービスです。

介護予防支援

高齢者あんしん支援センターのケアマネジャー等が介護予防ケアプランの作成をします。

自己負担はありません



訪問入浴介護 **856円+加算分(回)**

訪問リハビリテーション **298円+加算分(回)**

訪問看護 **20分未満 303円+加算分(回)**

居宅療養管理指導 **515円(回)**

短期入所生活介護／療養介護 **要支援2 656円+加算分(日)**

特定施設入居者生活介護 **要支援2 313円+加算分(日)**

通所リハビリテーション

介護老人保健施設や医療機関などに通って受けるサービスです。食事や入浴などのお世話を受けるほか、個々の目標に合わせて

- 運動器の機能向上
 - 口腔機能の向上
 - 栄養改善
- などのメニューを組み合わせてリハビリを行います。

要支援1 **2,268円+加算分(月額)**

要支援2 **4,228円+加算分(月額)**

福祉用具貸与

日常生活の自立を助けるための福祉用具を貸し出します。

※車イスや電動ベッドは要支援1・2の人は原則利用できません。

福祉用具購入費支給

購入費用上限額：1年度につき10万円

※都道府県の指定を受けた特定福祉用具販売店からのみ購入できます。

住宅改修費支給

改修費用上限額：20万円

※事前申請制度です。必ず施工前にケアマネジャーにご相談ください。

地域密着型サービス

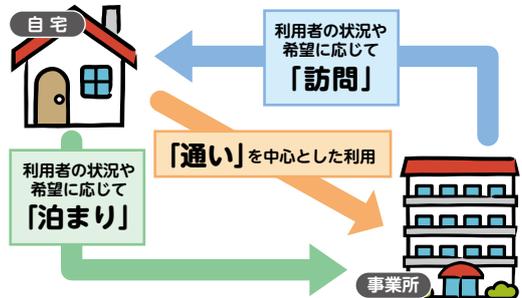
住みなれた自宅や地域での生活を支えるためのサービスです。

小規模多機能型居宅介護

「通い」の利用を中心に、心身の状況や希望に応じて、随時「泊まり」や「訪問」を組み合わせ利用できます。

なじみの施設への「通い」 通いなれた施設への「泊まり」 顔なじみの職員による「訪問」

要支援1 **3,450円+加算分(月額)** 要支援2 **6,972円+加算分(月額)**



認知症対応型通所介護

認知症のある高齢者を対象としたデイサービスです。家庭的な雰囲気なかで、なじみの職員によるケアを提供します。(7時間以上8時間未満の場合)

要支援1 **861円+加算分(回)** 要支援2 **961円+加算分(回)**

認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症のある高齢者が少人数で共同生活を行います。家庭的な雰囲気なかで、穏やかな生活環境を提供します。

要支援1 **利用できません** 要支援2 **23,591円+加算分(月額)**

居住費と食費の負担額について

特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院への入所やショートステイを利用すると、介護サービス費用の自己負担分のほかに、居住費と食費を負担することになります。ただし、所得の低い人は収入に応じて上限額（負担限度額）が定められ、居住費や食費の負担額が軽減されます。

〈負担限度額(1日あたり)〉(令和6年8月から)

令和6年7月までは従来の金額が適応されます。

利用者負担段階	預貯金等の資産 ※1	居住費等 ※2				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	施設 サービス	短期入所	
第1段階 ・世帯全員が住民税非課税で高齢福祉年金受給者 ・生活保護受給者	単身で1,000万円以下 夫婦で2,000万円以下	880円	550円	550円 (380円)	0円	300円	300円	
第2段階 世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額+課税 年金収入額+非課税年金収入額が年額80万円以下の人	単身で650万円以下 夫婦で1,650万円以下	880円	550円	550円 (480円)	430円	390円	600円	
第3段階 第3段階 ① 第3段階 ②	世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額 +課税年金収入額+非課税年金収入額が年額80 万円を超え120万円以下の人	単身で550万円以下 夫婦で1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	650円	1,000円
	世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額 +課税年金収入額+非課税年金収入額が120万円 を超える人	単身で500万円以下 夫婦で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
第4段階 上記以外の人		2,066円	1,728円	1,728円 (1,231円)	437円 (915円)	1,445円	1,445円	

※1 住民票上世帯が異なる配偶者（事実婚も含む）の住民税課税状況や預貯金等の資産も判断材料とします。
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です。
第2号被保険者の預貯金等の資産の状況の要件は、段階に関わらず単身で1,000万円以下、夫婦で2,000万円以下です。

※2 特別養護老人ホームに入所または短期入所生活介護を利用した場合は、()内の金額となります。

高額介護（介護予防）サービス費の支給について

「高額介護（介護予防）サービス費」は、介護サービスを利用したときに支払う1割～3割の利用者負担額の合計額について、負担が重くなり過ぎないようにするため、所得に応じて1か月の上限額を設定するものです。

上限額を超えた金額が「高額介護（介護予防）サービス費」として後日払い戻されます。

ただし、次の費用については、この制度の対象とはなりませんのでご注意ください。

- 居住費（滞在費）及び食費
- 住宅改修費
- 福祉用具購入費
- 日常生活費など、介護保険の適用とならない費用
- 支給限度額を超えて利用した際の利用者負担額

〈所得別の自己負担の上限額〉

利用者負担区分	利用者負担上限額	
生活保護受給者	15,000円(個人)	
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)	
● 高齢福祉年金受給者 ● 前年の合計所得金額と課税年金収入額の 合計額が80万円以下の人	24,600円(世帯) 15,000円(個人)	
住民税課税世帯	44,400円(世帯)	
現役並み 所得相当の人が いる世帯の人	● 年収約383万円以上 約770万円未満の人	44,400円(世帯)
	● 年収約770万円以上 約1,160万円未満の人	93,000円(世帯)
	● 年収約1,160万円以上の人	140,100円(世帯)



高額医療・高額介護合算制度について

介護保険と医療保険の両方の利用者負担が高額になったときは合算することができます。

同じ世帯で1年間（8月1日～翌年7月31日）に介護保険と医療保険の自己負担額を合算した額が基準額を超えて高額になったとき、超えた金額が支給されます。

介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）

いくつになっても生き生きと自立した暮らしを続けるためには、自ら積極的に「介護予防・健康づくり」に取り組むことが大切です。

総合事業では、地域の支え合い体制を推進するとともに、高齢者ご自身の能力を最大限活かし「できることを維持すること・増やすこと(重症化予防・自立の促進)」を目指して、通所型・訪問型サービスのほか、地域の介護予防活動を支援する取組など、介護予防や生活支援のニーズに応える多様なサービスを総合的に提供しています。

詳しくは、高齢者あんしん支援センターまたは市役所へご相談ください。

介護予防・生活支援サービス事業

利用できる人：要支援1・要支援2・事業対象者※1・継続利用要介護者※2

- ※1 事業対象者とは、所定のチェックリストの結果により、生活機能の低下が確認された65歳以上の人です。
- ※2 継続利用要介護者とは、要支援者・事業対象者のときから、訪問型サービスA・B・D、通所型サービスAを利用していた人で、要介護者になった後も継続的に同じサービスを利用する人です。

訪問型サービス

訪問介護従前相当サービス

ホームヘルパーが訪問し、身体介護や生活援助を行います。

訪問型サービスA（緩和した基準によるサービス）

生活支援を行うスタッフが訪問し、身の回りの生活援助(掃除、洗濯、調理、買い物など)を行います。(※身体介護は行いません)

訪問型サービスB（住民主体によるサービス）

住民主体の団体等のスタッフが訪問し、身の回りの生活援助(掃除、洗濯、調理、買い物など)を行います。(※身体介護は行いません)

訪問型サービスC（短期集中予防サービス）

専門職が自宅等を訪問し、生活機能向上に向けた助言・指導等を行います。

訪問型サービスD（移動支援サービス）

通院及び買物等の移動支援や、市に登録されている通いの場及び通所型サービスの利用に係る送迎の支援を行います。

通所型サービス

通所介護従前相当サービス

デイサービスセンターに通って、個々の目標に合わせて機能訓練を行います。
(食事や入浴などの介助を受けることができます)

通所型サービスA（緩和した基準によるサービス）

地域住民やボランティア等がサポートする地域の教室で、体操やレクリエーションを行います。

通所型サービスC（短期集中予防サービス）

転倒予防に効果のある「出雲市いきいき体操」を中心に、生活機能向上に向けたプログラムを短期集中的に行います。

その他介護予防の取組

介護予防の取組を強化するため、65歳以上の全ての高齢者とその支援のための活動に係わる人を対象として、次のような取組を行っています。

主なもの

介護予防の普及・啓発

- 「通いの場」の立ち上げを支援するため、一定期間専門の指導員を派遣し「出雲市いきいき体操」の指導を行います。自分たちで体操を行い、自主的な活動が継続できることを目標に支援します。
(「通いの場」の立ち上げ支援)
- 介護予防に効果のある「出雲市いきいき体操」の普及に取り組んでいます。
(ケーブルテレビでの放送、市HPへの体操動画の掲載、ポスター・CD)

住民主体の介護予防活動の支援

- 住民主体による介護予防活動の支援を行います。(高齢者ふれあいサロン等)
- 「通いの場」等で参加者と一緒に体操をするなど、地域の介護予防の取組を支援するボランティアである「介護予防サポーター」の養成を行います。

地域の介護予防の取組の機能強化

- 住民主体の「通いの場」等へ専門職を派遣し、介護予防の取組を機能強化するための支援を行います。

なお、地域には、「通いの場」・高齢者ふれあいサロンのほか、ボランティア活動・サークル活動・趣味活動等の多種多様な活動があります。

このような地域住民の自主的なグループ活動は『社会参加の場、体を動かす場、交流する場、楽しむ場』等としてさまざまな機能を持っていますので、住み慣れた地域で生き生きと暮らしていくことができるよう、積極的に参加してみましょう。

高齢者あんしん支援センターは高齢者の暮らしを支えます

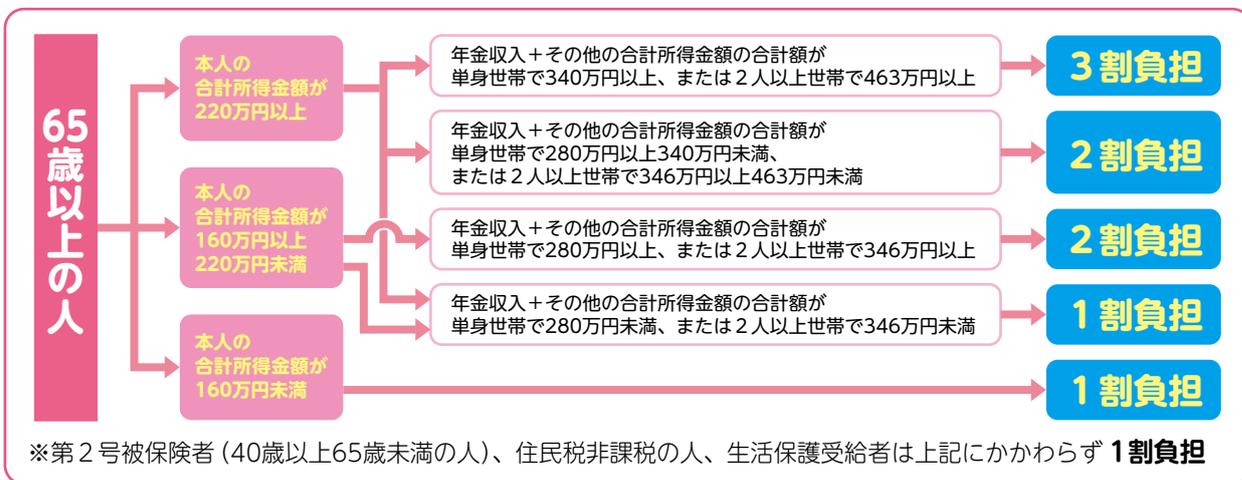
高齢者あんしん支援センター（地域包括支援センター）は、高齢者の総合相談・権利擁護・介護予防の取組など、地域で高齢者が安心して暮らし続けるための相談や支援を総合的に行う機関です。社会福祉士・主任ケアマネジャー・保健師等が相談を受け、外部の専門機関と連携しながら、問題解決のお手伝いをします。

出雲市の高齢者あんしん支援センター（地域包括支援センター）の連絡先

名 称	電話番号	住 所
出雲 高齢者あんしん支援センター	25-0707	今市町543番地 出雲市社会福祉センター内
平田 高齢者あんしん支援センター	63-8200	平田町2112番地1 平田福祉館内
佐田 高齢者あんしん支援センター	84-0019	佐田町反辺1747番地6 出雲市役所 佐田行政センター内
多伎 高齢者あんしん支援センター	86-7122	多伎町小田50番地 多伎地域福祉センター「うなばら会館」内
湖陵 高齢者あんしん支援センター	43-7611	湖陵町三部1352番地 湖陵福祉センター内
大社 高齢者あんしん支援センター	53-3232	大社町杵築南1397番地2 出雲市役所大社行政センター内2階(旧大社健康福祉センター)
斐川 高齢者あんしん支援センター	73-9125	斐川町上庄原1766番地2 出雲市社会福祉協議会 斐川支所内

介護サービスを利用するときは、費用の一部を利用者が負担します。
負担割合は1割～3割です。2割または3割となる人は一定以上の所得がある65歳以上の
人です。

- ◆ 要介護・要支援認定を受けている人及び基本チェックリストの結果により生活機能の低下が確認された65歳以上の人(事業対象者)に対し、利用者負担割合の記載された「介護保険負担割合証」を発行します。介護サービス・総合事業を利用するときは、「介護保険被保険者証」とともに、「介護保険負担割合証」も事業者に提示しましょう。
- ◆ 介護保険負担割合証の適用期間は毎年8月1日から翌年7月31日までの1年間となります。



● 高齢者日常生活用具の給付

病気等による心身機能の低下や認知症を有するなど、日常生活を営むのに支障がある65歳以上の高齢者世帯を対象に日常生活用具(電磁調理器、自動消火器)を給付します。(住民税課税世帯は対象になりません)

● 高齢者福祉タクシー事業

70歳以上の高齢者のみの世帯で、自宅から最寄りの駅やバス停留所までの距離が500メートル以上(中山間地域は200メートル以上)離れている人の生活行動範囲を広げ、生活の利便性の向上や社会参加を促進するため、タクシー券を交付します。(住民税課税世帯は対象になりません。また、他の外出支援事業を行っている佐田、多伎、斐川地域にお住まいの人も対象になりません)

● 配食サービス事業

65歳以上の高齢者及び介護認定を受けた第2号被保険者の人で、一人暮らしや高齢者世帯等で、食事の確保が困難で民間事業者の利用が困難な人にお弁当をお届けします。

ご利用の際は、ケアマネジャーにご相談ください

● 区分支給限度基準額の拡大

要介護3・4・5の人で、在宅生活を行うために支給限度基準額を超えてサービスが必要と認められる人は、限度基準額の1.3倍まで、超えた部分の3割の自己負担で利用できます。ただし、所得制限により利用できないこともあります。

● 老老介護支援事業

要介護1以上で一人暮らしの人、又は要介護1以上の人を介護している65歳以上の高齢者世帯に対し、指定事業者の提供する生活支援サービスの利用料金に使用できる生活支援サービス利用券を支給します。(住民税課税世帯は対象になりません)

社会福祉法人による利用者負担軽減制度

社会福祉法人が、社会的役割に鑑み、特に生計が困難な利用者に対して、介護サービスと食費、居住費(滞在費)の利用者負担を軽減する制度があります。

対象は、住民税非課税世帯であり、単身世帯で年収150万円以下などの一定の基準を満たす人、又は生活保護受給者の人です。