

お問い合わせ・ご相談の窓口

介護保険・高齢者福祉に関するお問い合わせ

東久留米市役所 〒203-8555 東久留米市本町3丁目3番1号
TEL.042-470-7777(代表) FAX.042-470-7808
【受付時間】 平日 午前8時30分～午後5時
(土・日・祝日、国民の休日、年末年始を除く)

介護福祉課 保険係 内線4910・4911

●介護保険被保険者の資格管理 ●第1号被保険者の保険料に関すること

介護福祉課 介護サービス係 内線2553～2557

●要介護(要支援)認定 ●負担割合証 ●負担限度額認定証
●住宅改修・福祉用具 ●高額介護(予防)サービス費に関すること

介護福祉課 地域ケア係 内線2501～2503

●介護予防 ●認知症ケア ●地域支援事業
●地域包括支援センターの運営に関すること

福祉総務課 高齢者福祉係 内線2508

●救急通報システム ●訪問理美容
●一人暮らし高齢者住宅手当 ●老人クラブに関すること

マイナンバー制度について

各種申請や届け出には、原則として、マイナンバー(個人番号)の記入が必要です。
窓口では本人確認のため、マイナンバーの確認と身元確認を行います。

◆マイナンバーの確認には次のいずれかが必要

- ・マイナンバーカード
- ・マイナンバーが記載された住民票
- ・通知カード(住所、氏名等が住民票と一致している) 等

◆身元確認には次のいずれかが必要

- ・マイナンバーカード
- ・運転免許証
- ・パスポート等の写真付きの身分証明書

写真がない身分証明書の場合は2種類が必要。

※マイナンバーカードは、マイナンバーと身元確認の両方ができます。

発行 2026年7月 東久留米市 福祉保健部 介護福祉課

介護保険は「予防」と「安心」で暮らしを支える制度です

ともにはぐくむ

令和8年度
改訂版

介護保険

わかりやすい利用の手引き



東久留米市

はじめに

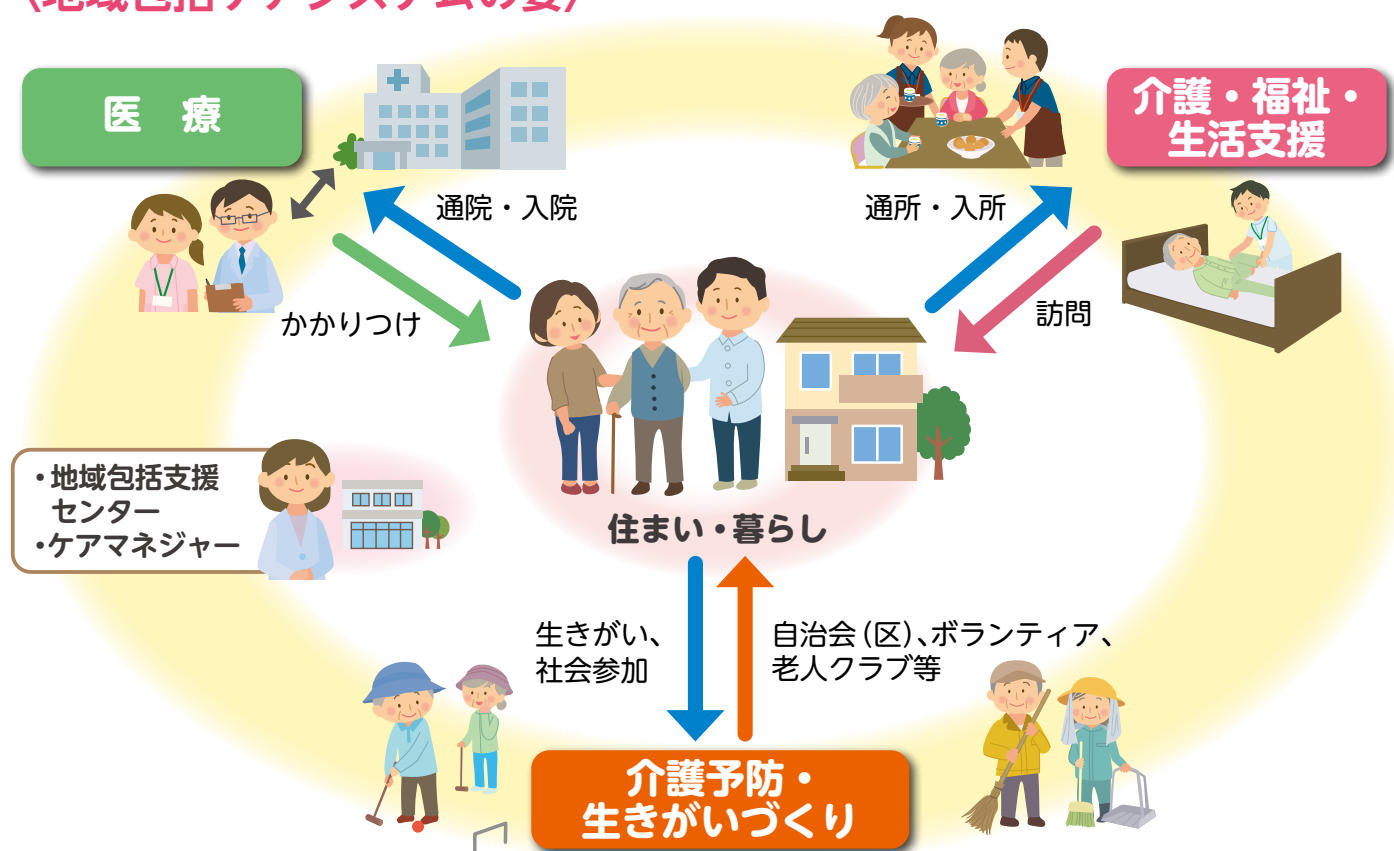
介護保険制度とは、40歳以上の方が納める介護保険料や公費(税金)を財源として、介護が必要な高齢者に対して介護サービスを提供するほか、介護予防のための取組や地域包括支援センターの運営、認知症のある方の支援などを実施することで、地域の高齢者やその家族を支援する制度です。

本市では、「高齢者がいきいきと暮らせる地域づくり」を掲げ、日常の生活で介護予防や健康づくりの自主的・積極的な活動を促進し、心の豊かさや生きがいを持った暮らしにつながるように、高齢者の仲間づくりや社会参加の機会・集いの場づくりを進めています。

この利用の手引きには、介護サービスの種類や利用方法、介護予防や生活支援、相談窓口など、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために役立つ情報を掲載しています。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、この利用の手引きをぜひご活用ください。

「高齢者がいきいきと暮らせる地域づくり」のために
東久留米市は地域包括ケアシステムの推進に取り組みます

〈地域包括ケアシステムの姿〉



地域包括ケアシステムとは…

「ニーズに応じた住宅が提供されることを基本とした上で、生活上の安全・安心・健康を確保するために医療や介護のみならず、福祉サービスも含めた様々な生活サービスが日常生活の場で適切に提供できるような地域での体制」を指します。

※この手引きは令和8年7月時点での情報をもとに作成しているため、今後の制度改正等により内容が変更となる可能性があります。

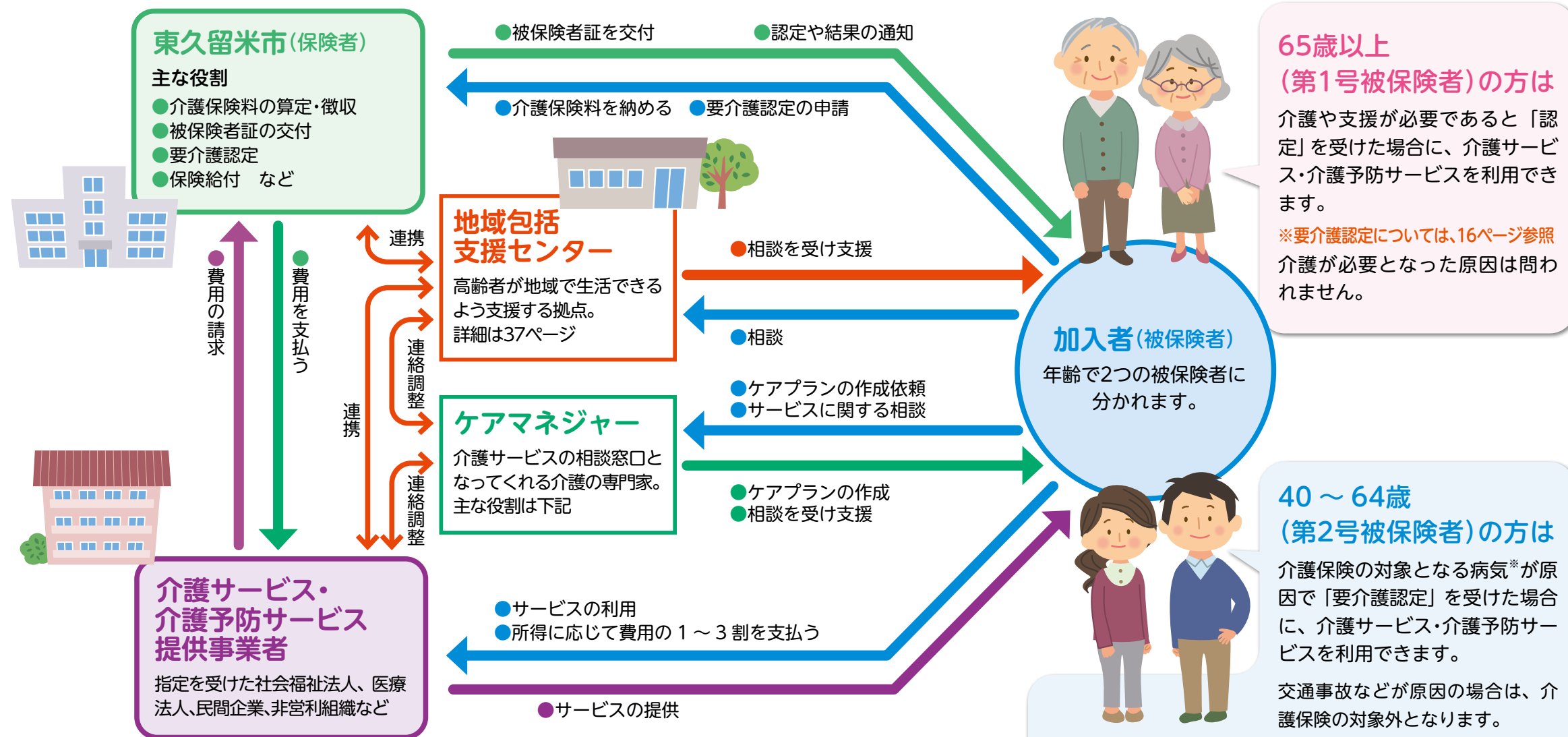
もくじ

しくみと加入者	4
住み慣れた地域でいつまでも元気に	4
介護保険の財源と保険料	6
社会全体で介護保険を支えています	6
相談～利用できるサービス	10
あなたに合ったサービスを確認しましょう	10
介護予防・日常生活支援総合事業	12
一般介護予防事業	12
サービス・活動事業	14
要介護認定とサービス利用の手順	16
要介護認定の手順	16
ケアプランの作成からサービスの利用開始まで	17
費用の支払い	18
自己負担割合と負担の軽減	18
サービスの種類と費用	22
介護保険サービスの種類	22
介護保険外のサービス等	34
高齢者向け事業・サービス	34
高齢者のみまもりに関する支援	35
認知症に関する支援	36
地域包括支援センター	37
地域包括支援センターのご案内	37

住み慣れた地域でいつまでも元気に

介護保険は、40歳以上の皆さんが加入者(被保険者)となって、保険料を納め、介護が必要に保険サービスを利用できる制度です。また、介護予防のための取組や地域包括支援センターの運営も実施しています。

なったときには、費用の一部を負担することで、介護運営など、地域の高齢者やその家族を支援する様々な事



「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導いてくれるサービスの窓口役です。

利用者はケアマネジャーを選ぶことができますし、変えることもできます。その場合は地域包括支援センターや介護福祉課の窓口にご相談しましょう。

【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「居宅介護支援事業所」等に所属しています。



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

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

介護保険被保険者証

介護保険のサービスを受けるときなどに介護保険の被保険者証が必要になります。大切に保管しましょう。

65歳以上の方は

65歳になる月(65歳の誕生日の前日の属する月)に交付されます。

40～64歳の方は

要介護認定を受けた方に交付されます。

【被保険者証が必要なとき】

- 要介護認定を申請(更新)するとき
- 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

介護保険被保険者証	
被保険者番号	交付年月日
住所	氏名
生年月日	性別
交付年月日	年 月 日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	〇〇市町村

介護保険負担割合証

要介護認定を受けた方、サービス・活動事業対象者には、負担割合(1～3割)を示す「介護保険負担割合証」が交付されます。

※負担割合については、18ページ参照

【負担割合証が必要なとき】

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

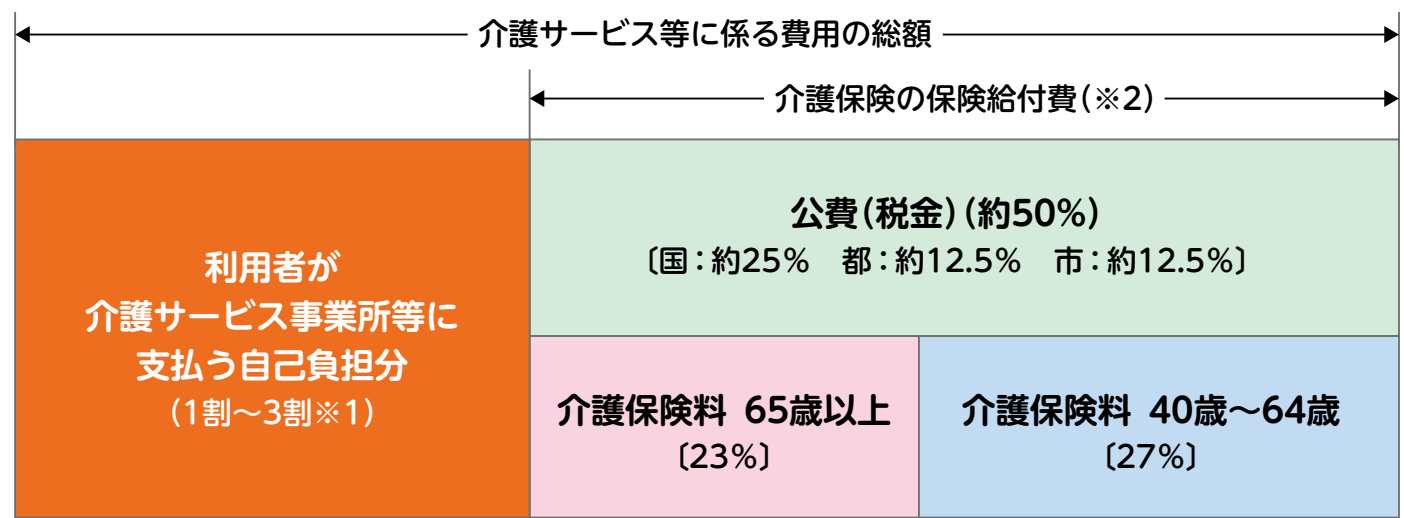
介護保険負担割合証	
交付年月日	年 月 日
被保険者番号	氏名
住所	氏名
生年月日	性別
交付年月日	年 月 日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	〇〇市町村

負担割合(1～3割)が記載されます。

介護保険の保険証、負担割合証はイメージです。実際のものとは異なります。

社会全体で介護保険を支えています

介護サービス等を利用した時にかかる費用のうち、利用者の自己負担分は1割～3割（※1）で、残りは介護保険の保険給付費によりまかなわれます。この保険給付費は、半分（50%）を公費（税金）で負担し、残りの50%に40歳以上の皆さんが納める介護保険料（40歳から64歳までの方が27%、65歳以上の方が23%）が充てられています。介護保険料は、介護保険を健全に運営するための大切な財源です。

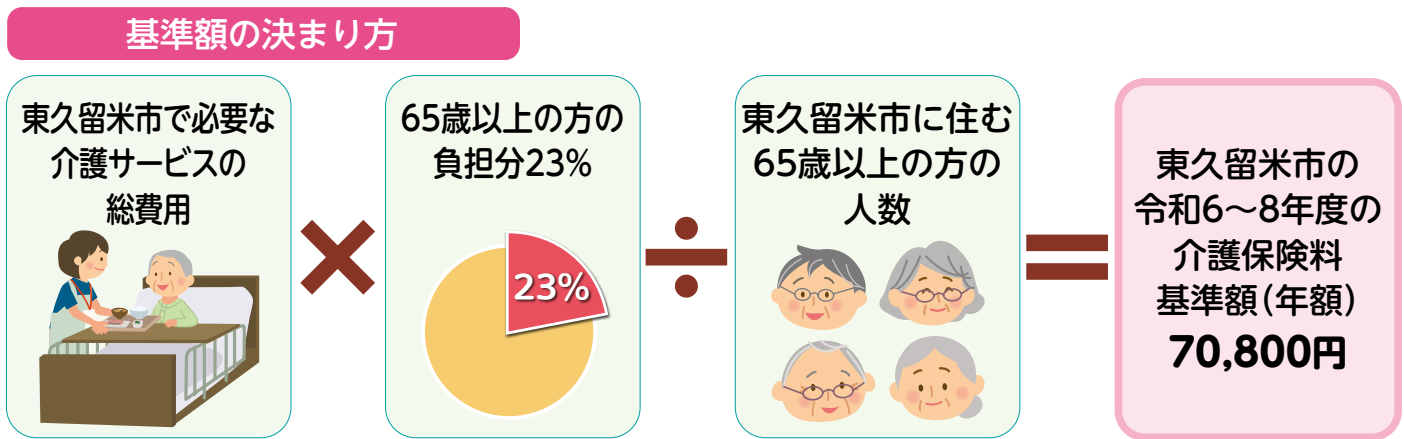


※1 介護サービス等を利用した場合の自己負担の割合（1割～3割）は、利用者の負担能力（所得等）により決まります。詳しくは、18ページをご覧ください。

※2 このほか、地域支援事業に係る費用（介護予防・日常生活支援総合事業、地域包括支援センターの運営に係る費用等）にも介護保険料が充てられています。

65歳以上の方の保険料

65歳以上の方の保険料は、東久留米市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。



●この「基準額」をもとに、所得に応じた負担になるように、15段階の保険料に分かれます。詳細は右ページの表をご覧ください。

保険料段階	対象となる方		保険料率	保険料（年額）
第1段階	生活保護受給者、老齢福祉年金 ^{※1} 受給者で住民税非課税世帯の方、住民税非課税世帯で前年の「課税年金収入額+その他の合計所得金額 ^{※3} 」が82万6千5百円以下の方		基準額 × 0.250 (0.420)	17,700円 (29,700円)
第2段階	住民税非課税世帯で、 前年の「課税年金収入額+ その他の合計所得金額」が	82万6千5百円超 120万円以下の方	基準額 × 0.350 (0.550)	24,700円 (38,900円)
第3段階		120万円超の方	基準額 × 0.650 (0.655)	46,000円 (46,300円)
第4段階	住民税課税世帯で本人が 住民税非課税、かつ前年の 「課税年金収入額+その他の 合計所得金額」が	82万6千5百円以下の方	基準額 × 0.800	56,600円
第5段階		82万6千5百円超の方	基準額 × 1.000	70,800円
第6段階	本人が住民税課税で 前年の合計所得金額 ^{※2} が	120万円未満の方	基準額 × 1.080	76,400円
第7段階		120万円以上210万円未満の方	基準額 × 1.260	89,200円
第8段階		210万円以上320万円未満の方	基準額 × 1.395	98,700円
第9段階		320万円以上420万円未満の方	基準額 × 1.635	115,700円
第10段階		420万円以上520万円未満の方	基準額 × 1.760	124,600円
第11段階		520万円以上620万円未満の方	基準額 × 1.985	140,500円
第12段階		620万円以上720万円未満の方	基準額 × 2.095	148,300円
第13段階		720万円以上 1,000万円未満の方	基準額 × 2.134	151,000円
第14段階		1,000万円以上 2,000万円未満の方	基準額 × 2.295	162,400円
第15段階		2,000万円以上の方	基準額 × 2.338	165,500円

●表中第1～3段階の（ ）内は低所得者に対する軽減を行う前の保険料率・保険料年額です。

●本表は令和6～8年度の内容です。令和9年度以降は変更となる場合があります。

※1 老齢福祉年金 明治44（1911）年4月1日以前に生まれた方、または大正5（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 給与所得、雑所得（公的年金に係る所得等）、配当所得、不動産所得、事業所得等を合計した金額（純損失又は雑損失等の繰越控除を適用する前の金額）です。ただし、土地・建物の売却等に係る特別控除の適用がある場合には、長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除します。なお、令和7年中の給与収入が55万1千円以上190万円未満の場合の合計所得金額の算定においては、令和7年度税制改正前の給与所得控除を適用した金額とします。そのため、住民税が非課税であっても課税の場合の保険料段階となる場合があります。

※3 その他の合計所得金額 合計所得金額（※2）から公的年金等に係る雑所得を控除した額です。ただし、当該合計所得金額に給与所得が含まれている場合には、当該給与所得の金額（租税特別措置法第41条の3の3第2項に規定する所得金額調整控除の適用がある場合は当該控除を適用する前の金額）から10万円を控除します（控除後の金額が0円を下回る場合は0円とします）。

しくみと加入者

介護保険の財源と保険料

相談・利用できるサービス

介護予防・日常生活支援総合事業

要介護認定とサービス利用の手順

費用の支払い

サービスの種類と費用

介護保険外のサービス等

地域包括支援センター

65歳以上(第1号被保険者)の方の介護保険料の納め方

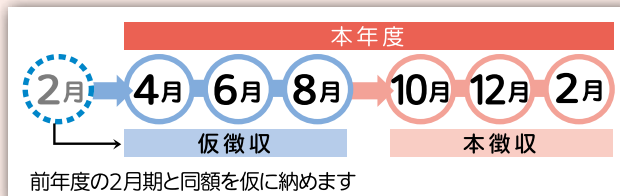
65歳になった月(65歳の誕生日の前日の属する月)の分から納めます。
納め方は受給している年金^{*}の額等によって特別徴収と普通徴収に分かれ、個人で納め方を選ぶことはできません。

^{*}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。

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(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、前年度の保険料額をもとに仮に算定した額を納め(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カ月～1年後より年金からの天引きが開始されます。



こんなときは、一時的に納付書で納めます

- 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
- 年度途中で65歳になった
- 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

特別徴収

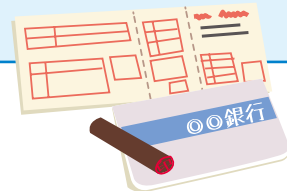
年金が年額**18万円未満**など、特別徴収の対象とならない方
→ **【納付書】**や**【口座振替】**で納めます

- 市から納付書が送付されますので、取り扱い金融機関やコンビニエンスストア、スマートフォン決済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

- 「口座振替依頼書」に必要事項を記入し、通帳届出印を押印して申し込みます。
※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。
※キャッシュカードで申し込む方法もあります。
口座振替について詳しくは、市民部納税課にお問い合わせください。



口座振替が便利ね



普通徴収

介護保険料を滞納すると？

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

督促状が送付されます。また、**延滞金を徴収**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カ月以上滞納すると

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。

※上記のほか、滞納処分(財産の差押え)を行う場合があります。

納付が難しい場合は

災害など特別な事情があると認められたときは、保険料の減免や徴収の猶予を受けられることがあります。納付が難しいときは、そのままにせず、介護福祉課または納税課に相談してください。

40～64歳(第2号被保険者)の方の介護保険料

40～64歳の方の介護保険料は、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。

国民健康保険に加入している方



決まり方
世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。

納め方

同じ世帯の第2号被保険者全員の医療分、後期高齢者支援分、子ども・子育て支援分と介護分を合わせて、世帯主が納めます。

職場の健康保険に加入している方



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。

医療分、後期高齢者支援分、子ども・子育て支援分と介護分を合わせて、給与から差し引かれます。
※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。

しくみと加入者

介護保険の財源と保険料

相談・利用できるサービス

介護予防日常生活支援総合事業

要介護認定とサービス利用の手順

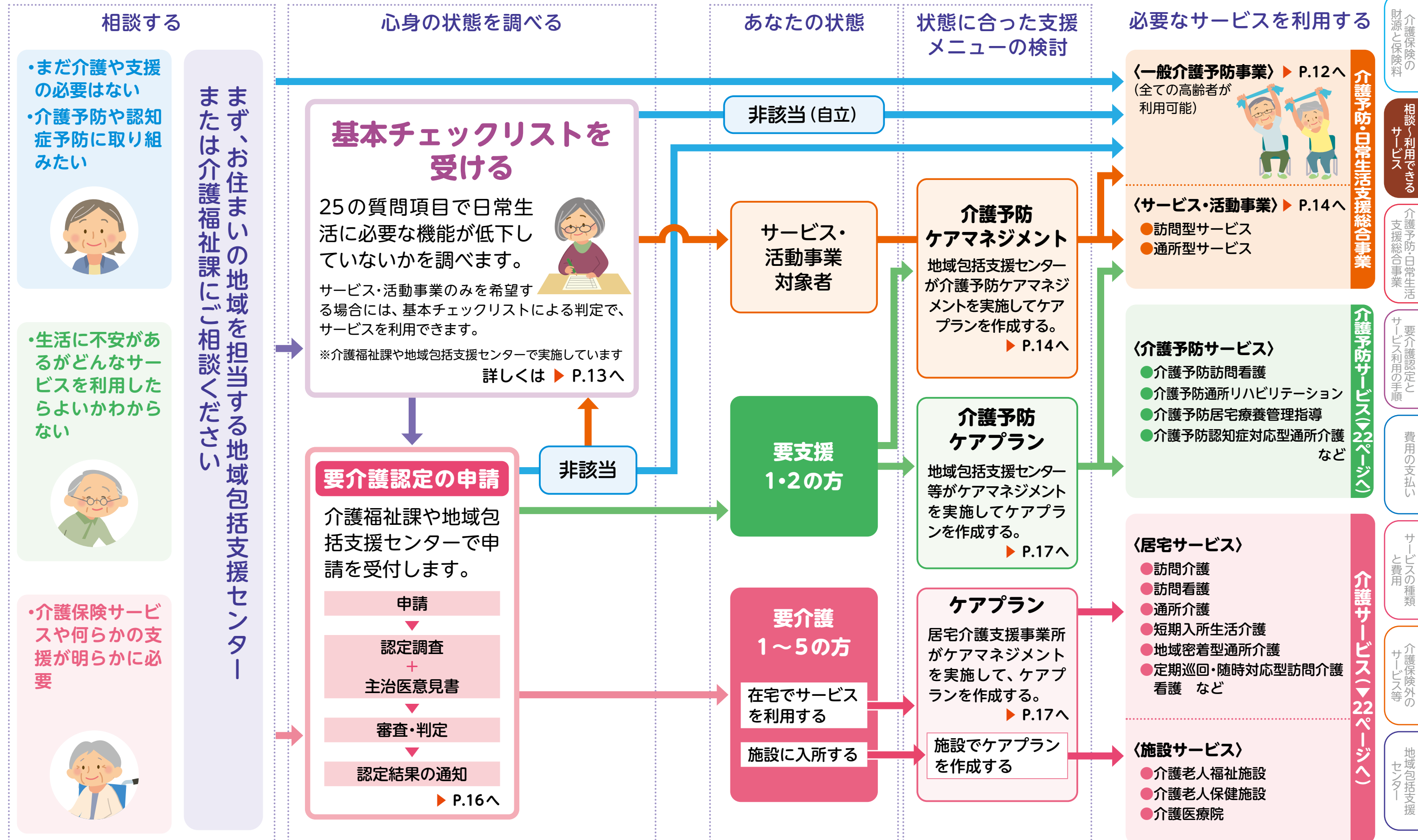
費用の支払い

サービスの種類と費用

介護保険外のサービス等

地域包括支援センター

あなたに合ったサービスを確認 しましょう



一般介護予防事業

「フレイル」とは、高齢になり、筋力や心身の活力が低下して、毎日の生活に不自由はないものの、そのままでは介護が必要になる危険性が高い状態です。フレイルの予防が、介護予防につながります。フレイルの原因や予防策を理解し、主体的に続けて取り組みましょう。

「年をとったから仕方がない」とあきらめるのではなく、まずできることから介護予防・フレイル予防に取り組むことが大切です。心配な方は、P.13の基本チェックリストをつけてみましょう。

介護予防・フレイル予防の教室に参加しましょう

シャキシャキ介護予防教室 全8回

日常生活で簡単に取れられる「運動・栄養・口腔ケア」について知識を深め実践する教室です。「これならできそう!」と思える習慣を身につけていきましょう。教室終了後に、参加者の皆さんと一緒に活動が続けることもできます!

脳の健康教室 全16回

ドリルを使った簡単な読み書きや計算、軽体操で脳の健康維持と認知症予防に取り組む教室です。参加者同士や学習サポーターとの交流会もあり、社会参加にもつながります。

若さを保つ! 元気食教室 全2回

『たくさん』より『まんべんなく』食べることが、『元気で長生き』の秘訣です。元気の出る食べ方のコツを管理栄養士がわかりやすくお伝えします。

～わくわくすこやか体操のご紹介～

東久留米市リハビリテーション協議会では、「わくわくすこやか体操」を作成し、市民の皆さんと一緒に介護予防・フレイル予防に取り組んでいます。



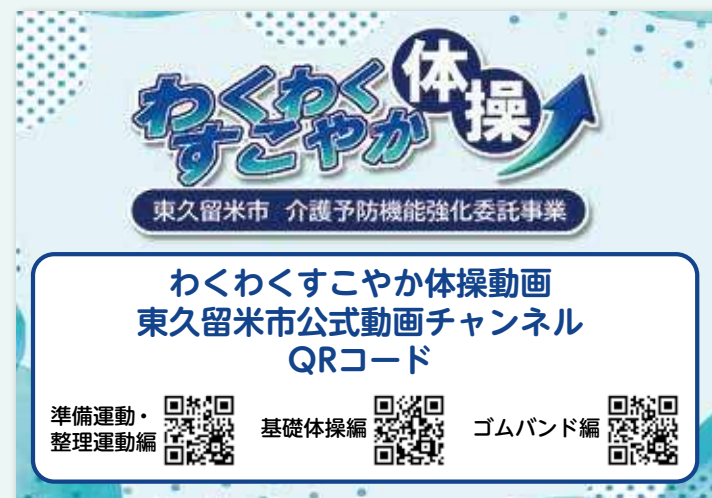
☆「わくわくすこやか体操」の特徴☆

1. 東久留米市のご当地体操です
2. リハビリテーション専門職の先生が考えました
3. 椅子に座ってできます
4. 一人でも、仲間と一緒にでも取り組めます



講演会

- ・介護予防講演会
- ・認知症講演会
- ・口腔ケア講演会
- ・低栄養予防講演会
- ・リハビリテーション専門職講演会



基本チェックリストをつけてみましょう

介護予防・フレイル予防は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターまたは介護福祉課へ相談しましょう。

【基本チェックリスト】

No.	質問項目	回答
生活機能全般	1 バスや電車で1人で外出していますか	はい0点 いいえ1点
	2 日用品の買物をしていますか	はい0点 いいえ1点
	3 預貯金のおし入れをしていますか	はい0点 いいえ1点
	4 友人の家を訪ねていますか	はい0点 いいえ1点
	5 家族や友人の相談にのっていますか	はい0点 いいえ1点
運動機能	6 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい0点 いいえ1点
	7 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい0点 いいえ1点
	8 15分位続けて歩いていますか	はい0点 いいえ1点
	9 この1年間に転んだことがありますか	はい1点 いいえ0点
	10 転倒に対する不安は大きいですか	はい1点 いいえ0点
栄養状態	11 6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい1点 いいえ0点
	12 BMIが18.5未満ですか BMIとは:体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)	はい1点 いいえ0点
口腔機能	13 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい1点 いいえ0点
	14 お茶や汁物等でむせることがありますか	はい1点 いいえ0点
	15 口の渇きが気になりますか	はい1点 いいえ0点
閉じこもり	16 週に1回以上は外出していますか	はい0点 いいえ1点
	17 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい1点 いいえ0点
認知症	18 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	はい1点 いいえ0点
	19 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい0点 いいえ1点
	20 今日が何月何日かわからない時がありますか	はい1点 いいえ0点
うつ	21 (ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	はい1点 いいえ0点
	22 (ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい1点 いいえ0点
	23 (ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	はい1点 いいえ0点
	24 (ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	はい1点 いいえ0点
	25 (ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	はい1点 いいえ0点

次のいずれかにあてはまる方は「生活機能の低下」がみられます

① No.1～20の合計が	10点以上	⑤ No.16に該当	1点
② No.6～10の合計が	3点以上	⑥ No.18～20の合計が	1点以上
③ No.11～12の合計が	2点以上	⑦ No.21～25の合計が	2点以上
④ No.13～15の合計が	2点以上		

上記に該当するようであれば地域包括支援センター(P.37～39)へご相談ください。

サービス・活動事業

基本チェックリストを用いることで、サービス利用のための手続きを簡略化し、要介護認定を受けることなく、サービス・活動事業の一部が利用できます。サービスを利用するには、地域包括支援センターの職員と目標を決めて達成するための支援メニューを検討し、ケアプラン(どのようなサービスをどのくらい利用するかを決めた計画書)を作成する必要があります。東久留米市の総合事業ではリハビリ専門職も一緒に関わることで、運動機能の向上や介護予防に力を入れています。

基本チェックリスト(P.13)とは?

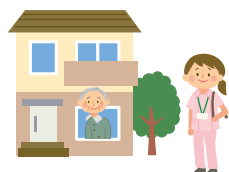
厚生労働省が作成した25の質問項目で日常生活に必要な機能が低下していないかを調べるためのものです。加齢とともに現れる“老化のサイン(運動機能の低下や気分の落ち込み)”などを自身の自覚に基づき判定し、必要に応じてサービスを利用することができます。サービス利用を希望される場合は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センター(P.37～39)または介護福祉課にご相談ください。相談は無料です。



短期集中予防サービス

支援強化型訪問介護

通常の訪問介護に加え、介護予防を必要とする方の家庭にリハビリ専門職が月1回訪問し、日常生活動作や介護予防に関する助言を行います。3カ月集中サービスで、必要に応じてさらに3カ月の延長も可能です。ケアマネジャーの判断に基づき、適切な利用回数を決定します。



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	1,300円
週2回程度の利用	2,596円
週2回程度を超える利用	4,119円

要支援 1・2 事業対象者

支援強化型通所介護

通常の通所介護の中で、リハビリ専門職が月1回日常生活動作や介護予防に関する助言を行います。3カ月集中サービスで、必要に応じてさらに3カ月の延長も可能です。



1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援1・事業対象者	1,921円
要支援2	3,868円

要支援 1・2 事業対象者

～こんな方にお勧め～

- 病後で、一時的に体力が落ちている方
- 骨折等により短期集中サービスでリハビリ専門職のサポートが必要な方

骨折をして、まだ介護保険の申請には抵抗があったけれど、基本チェックリストでサービスを受けられて元気になりました。もうサービスは卒業! 今は地域の自主グループで介護予防に取り組んでいます。



訪問型サービス

ヘルパー等が訪問して、調理や掃除等を利用者とともにやり、利用者自身が日常生活を送る上でできることを増やせるように支援します。

総合事業型予防訪問介護

要支援 1・2

食事や入浴、排せつの介助等の身体介護、食事の準備や掃除等の生活援助。ケアマネジャーの判断に基づき、適切な利用回数を決定します。

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	1,300円
週2回程度の利用	2,596円
週2回程度を超える利用	4,119円



支え合い訪問介護

要支援 1・2

事業対象者

買物、調理、掃除等の生活援助。ケアマネジャーの判断に基づき、適切な利用回数を決定します。
※サービスは有資格者と事業所で研修を受けた地域住民などが提供します。

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	1,235円
週2回程度の利用	2,467円



介護保険のサービスに地域住民などが関わることで、地域の支え合いを推進します。

通所型サービス

通所介護で生活機能の維持向上のための体操などのサービスが受けられます。

総合事業型予防通所介護

要支援 1・2

生活機能向上のための機能訓練、運動、レクリエーション、入浴、食事等。

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援1	1,921円
要支援2	3,868円



支え合い通所介護

要支援 1・2

事業対象者

生活機能向上のための機能訓練、運動、レクリエーション、食事等。
※サービスは有資格者と事業所で研修を受けた地域住民などが提供します。

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援1・事業対象者	1,825円
要支援2	3,674円



介護保険のサービスに地域住民などが関わることで、地域の支え合いを推進します。

要介護認定の手順

介護保険サービスを利用するときは「要介護認定」を受ける必要があります。

※要介護認定は、サービス活動事業対象者となったあとでも申請できます。

要介護認定の申請

申請の窓口は介護福祉課です。
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。(更新申請も含みます。)

- ・地域包括支援センター
- ・居宅介護支援事業所
- ・介護保険施設

申請に必要なもの

- ✓ **申請書**
介護福祉課と地域包括支援センターの窓口に置いてあるほか、市のホームページからもダウンロードができます。
- ✓ **介護保険の被保険者証**
- ✓ **マイナンバーと本人確認書類**
※40～64歳の方は、医療保険の加入関係がわかる「資格情報のお知らせ」「資格確認書」「マイナポータルの『医療保険の資格情報画面』」等が必要な場合があります。
- ✓ **主治医の氏名・医療機関名・所在地・電話番号がわかるもの**



要介護認定 (調査～判定)

申請をすると、訪問調査の後に公平な審査・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など、74項目の基本調査を行います。
- **主治医の意見書**
市の依頼により主治医が意見書を作成します。
※主治医がいない方は介護福祉課または、地域包括支援センターにご相談ください。
- **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、専門家が審査します。

認定

認定の結果によって利用できるサービスなどは異なります。

結果通知が届く前にサービスを利用したいとき

要支援・要介護認定は申請日に遡って有効となります。認定結果が通知される前であっても、申請後、緊急その他やむを得ない理由によりサービスを利用したい場合には、「**暫定ケアプラン**」のもと1～3割の自己負担でサービスを受けることができます。ただし認定結果が「非該当」となった場合は、全額自己負担となりますのでご注意ください。暫定でのサービス利用については、**担当の地域包括支援センターへご連絡ください。**(▶P.37～39)

ケアプランの作成からサービスの利用開始まで

サービス・活動事業対象者および要支援1・2と認定された方は地域包括支援センターに連絡します。要介護1～5と認定された方で自宅を中心としたサービスを希望する方は居宅介護支援事業所に、施設への入所を希望する方は介護保険施設に連絡します。

要支援1・2の方

自宅で暮らしながらサービスを利用したい



- 介護予防サービス**の種類
(▶P.22～)
- サービス・活動事業**の種類
(▶P.14～)

①地域包括支援センターに連絡します

- 地域包括支援センターに連絡、相談をします。
- ▶地域包括支援センターについて(P.37～39)



②介護予防ケアプラン※1を作成します

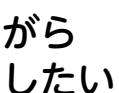
- 地域包括支援センター等の職員と介護予防ケアプラン(どのようなサービスをどのくらい利用するかを決めた計画書)を相談しながら作成します。(▶P.23)

③サービスを利用します

- サービス事業者と契約※2します。
- 介護予防ケアプランにそって**介護予防サービス**および**サービス・活動事業**を利用します。

要介護1～5の方

自宅で暮らしながらサービスを利用したい



- 居宅サービス**の種類
(▶P.22～)

①居宅介護支援事業所に連絡します

- 介護福祉課が発行する事業所一覧などのなかから**居宅介護支援事業所**(ケアマネジャーを配置しているサービス事業所)を選び、連絡します。
- 担当の**ケアマネジャー**が決まります。



②ケアプラン※1を作成します

- 担当のケアマネジャーとケアプラン(どのようなサービスをどのくらい利用するかを決めた計画書)を相談しながら作成します。(▶P.23)

③サービスを利用します

- サービス事業者と契約※2します。
- ケアプランにそって**居宅サービス**を利用します。



介護保険施設へ入所したい

- 施設サービス**の種類
(▶P.32～)

①介護保険施設に連絡します

- 入所前に見学したり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※1を作成します

- 入所施設のケアマネジャーとケアプランを作成します。



③サービスを利用します

- ケアプランにそって**施設サービス**を利用します。

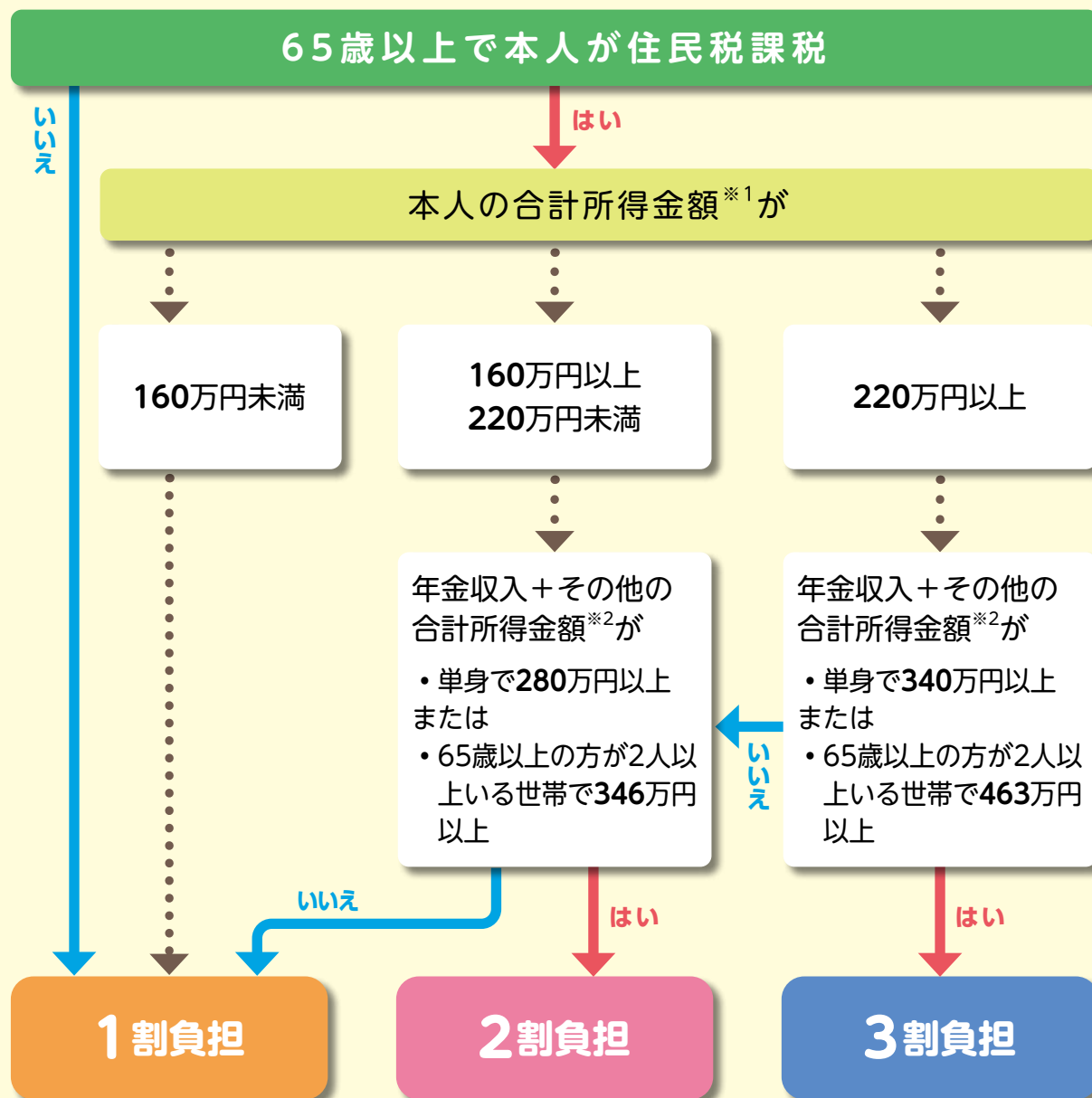


※1 ケアプランの作成、介護予防ケアプランの作成は、利用者の負担はありません。
※2 契約にあたってはサービス内容や料金などをよく確認しましょう。

自己負担割合と負担の軽減

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。自己負担が高額になったときや、所得の低い方には負担を軽減するしくみもあります。

■自己負担割合の判定基準



●40～64歳の方、住民税非課税の方、生活保護受給者は、上記にかかわらず1割負担です。

※1「合計所得金額」…収入から公的年金等控除や給与所得控除、必要経費を控除した後で、基礎控除や人的控除等、また損失の繰越控除をする前の所得金額。
ただし、当該合計所得金額に給与所得または公的年金等に係る所得が含まれている場合には、給与所得の金額及び公的年金等に係る所得の金額の合計額から10万円を差し引いた額(当該金額が0円を下回る場合は0円とする)を用います。また、土地建物等の長期・短期譲渡所得に係る特別控除額がある場合は、特別控除額控除後の数字を用います。
〈注意〉市民税・都民税税額決定・納税通知書に記載された合計所得金額とは異なります。

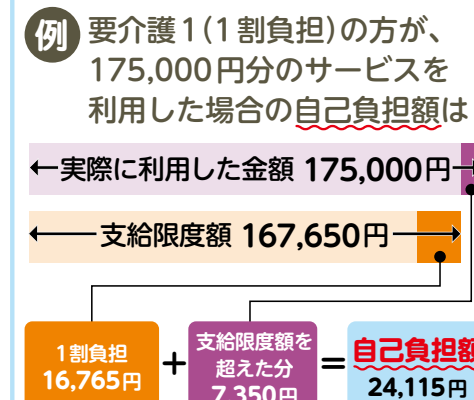
※2「その他の合計所得金額」…上記の「合計所得金額」から、公的年金等に係る所得を除いた所得金額。
ただし、当該合計所得金額に給与所得が含まれている場合には、給与所得の金額(給与所得と年金所得の双方を有する方に対する所得金額調整控除がある場合は控除前の金額)から10万円を差し引いた額(当該金額が0円を下回る場合は0円とする)を用います。

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。(負担割合については、▶P.18 参照)

■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)
事業対象者	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
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



- 上記の限度額に含まれないサービス(下記のサービスは1～3割負担で使える限度額が個別に設けられています)
・特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入) ・居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)
・居宅療養管理指導(介護予防居宅療養管理指導)
- 施設に入所して利用するサービスは、上記の限度額に含まれません。

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。

- 事前の申請は不要です。対象となった方には申請書を送付しますので、介護福祉課に申請してください。
- 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)

区分	限度額
課税所得690万円(年収約1,160万円)以上の方	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)の方	93,000円(世帯)
住民税課税世帯で課税所得380万円(年収約770万円)未満の方	44,400円(世帯)
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の方 ・前年の合計所得金額+課税年金収入額が82万6千500円以下の方等	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

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、加入している医療保険の保険者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
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
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82万6千5百円以下の方)	※19万円

※介護サービス利用者が複数いる世帯の場合は、介護分については、限度額が31万円になります。

低所得の障害者の方のための負担軽減

一定の要件を満たした方が障害福祉サービスに相当するサービスを介護保険で利用する場合、利用者負担分が軽減されます。

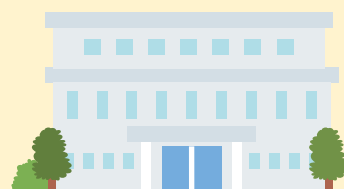
- 【要件】① 介護保険サービスに相当する障害福祉サービス(居宅介護、生活介護等)に係る支給決定を65歳に達する前に5年間引き続き受けていた方
- ② 障害福祉サービスに相当する介護保険サービス(訪問介護、通所介護等)を利用する方
- ③ 障害支援区分2以上であった方
- ④ 住民税非課税者または生活保護世帯の方
- ⑤ 65歳に達するまでに介護保険法による保険給付を受けていない方

※詳細は、障害福祉課にお問い合わせください。

災害など特別な事情があるときの 介護保険サービス利用料等の負担軽減・減免

震災、風水害、火災その他の災害により被害を受けた場合などの特別な事由によって、介護保険サービスの支払いが困難になったときは、その被害の程度や状況に応じて、介護保険サービス利用料等の軽減・免除を受けられる場合があります。

※詳細は、介護福祉課にお問い合わせください。



介護保険 Q & A

Q 介護保険料はいつから支払うのですか？

A 介護保険の被保険者となる40歳からです。40歳から64歳までは、健康保険料(税)の中に含まれる「介護分」として納付します。65歳になると健康保険制度による負担はなくなり、「介護保険料」として市に納めていただくことになります。(P.9参照)

Q 市区町村によって介護保険料の金額は違うのですか？

A 介護保険料は、その市区町村で必要な介護サービスの総費用や、65歳以上の人数などをもとに基準額を算定します(P.6参照)。そのため、市区町村ごとに金額は異なります。

Q 介護保険料が年金から天引きされていますが、納付書払いにしたいのですが？

A 被保険者の方の希望で、年金天引き(特別徴収)を納付書払いや口座振替(普通徴収)に変更することはできません。

Q 事故が原因で介護サービスが必要となった場合、 介護保険のサービスは利用できますか？

A 交通事故など第三者(加害者)が原因で介護サービスが必要になった場合でも、介護保険のサービスを利用することができます。ただし、第三者が原因で介護保険のサービスを利用する場合は、第三者行為の届出が必要となります。40歳から64歳(第2号被保険者)は、交通事故等が原因の場合、介護保険のサービスを利用することはできません。

Q 認定期間の途中で、要介護度の変更はできますか？

A 本人の状態が変化したなどの理由で要介護度を見直したい場合は、変更の申請をすることができます。

Q 介護保険施設へ入所したいのですが？

A 介護保険施設への入所については、直接施設にお申し込みください。なお、特別養護老人ホームへは、原則として要介護3以上の方でなければ入所できません。入所の順番は先着順ではなく、「入所の必要性が高い方を優先する」という考え方に基き決められています。

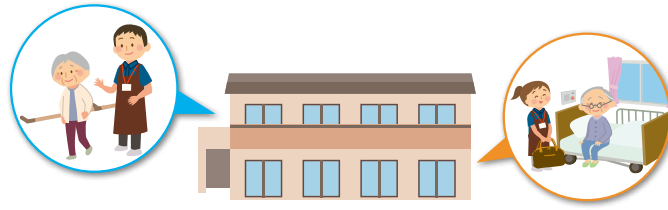
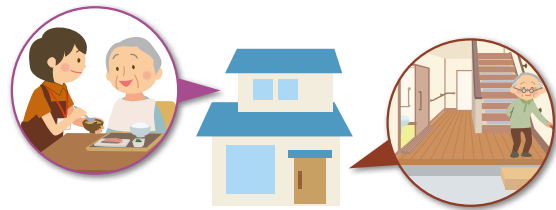
介護保険サービスの種類

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」、地域の方が利用できる「地域密着型サービス」、施設に入所する「施設サービス」があります。

介護保険サービスの種類

 自宅を訪問してもらう
▶P.23～25

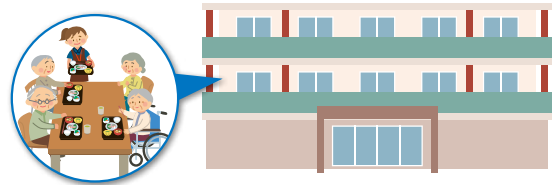
 施設に通って利用する
▶P.25～26



 生活する環境を整える
▶P.27～28

 短期間施設に泊まる
▶P.29

 通いを中心とした複合的なサービス
▶P.30



 自宅から移り住んで利用する
▶P.31

 介護保険施設に移り住む
▶P.32

マーク、自己負担のめやす等について

要介護1～5 要介護1～5の方が介護保険を使って利用できるサービス。

要支援1・2 要支援1・2の方が介護保険を使って利用できるサービス。

地域密着型サービス 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介護保険サービス。サービスの種類などは市区町村によって異なります。

- 自己負担は1割、2割、3割のいずれかです。本冊子は、**自己負担1割の費用をめやすとして**掲載しています。
- 実際にかかる費用は、サービス事業所の所在地や体制、利用するサービスの内容によって異なります。

【サービスを利用する前に】ケアプラン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

ケアプランを作成する

要介護1～5 きょたくかいごしえん
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 かいごよぼうしえん
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)

① 自宅等を中心に利用するサービス

自宅等を中心に利用するサービス(居宅サービス)には、訪問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。



日常生活の手助けをしてもらう

自宅を訪問してもらう

要介護1～5 ほうもんかいご
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[1回あたり]

身体介護 中心	20分～30分未満	270円
	30分～1時間未満	428円
生活援助 中心	20分～45分未満	198円
	45分以上	244円

通院等乗降介助(1回)
108円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。
※要支援の方は14～15ページをご覧ください。

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。

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。

- 本人以外の家族のための家事
- ペットの世話
- 預金の引き出し、預け入れ
- 留守番
- 来客の応対
- 家具の移動や修繕、模様替え
- 草むしり など

自宅で入浴する

要介護1～5 ほうもんにゅうよくかいご **要支援1・2** かいごよぼうほうもんにゅうよくかいご
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]

要介護1～5	1,399円	要支援1・2	946円
--------	--------	--------	------





看護師などに訪問してもらう

自宅を訪問してもらう

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
【1回あたり(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	611 円	878 円
要介護 1～5	635 円	910 円

※早朝・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回あたり】

要支援 1・2	323 円
要介護 1～5	334 円

医師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
【1回あたり(単一建物居住者が1人の場合)】

医師の場合(月2回まで)	515 円
歯科医師の場合(月2回まで)	517 円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	518 円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	362 円

夜間に訪問介護を受ける

要介護1～5 夜間対応型訪問介護

夜間に定期的な巡回で介護を受けられる訪問介護、緊急時など、利用者の求めに応じて介護を受けられる随時対応の訪問介護などがあります。

※市内で、現在このサービスを提供している事業所はありません。

地域密着型サービス

自己負担(1割)のめやす
【基本対応の場合】

1 カ月	1,093 円
------	---------

※要支援の方は利用できません。



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 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

地域密着型サービス

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カ月あたりの自己負担(1割)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
要介護 1	6,018 円	8,781 円
要介護 2	10,741 円	13,717 円
要介護 3	17,835 円	20,938 円
要介護 4	22,561 円	25,811 円
要介護 5	27,285 円	31,270 円

※要支援の方は利用できません。



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】

デイサービスセンターで、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
【1回あたり(通常規模の施設/8～9時間未満の利用の場合)】

要介護 1	715 円
要介護 2	845 円
要介護 3	978 円
要介護 4	1,112 円
要介護 5	1,248 円

※利用するメニューによって別に費用が加算されます。

※食費、日常生活費は別途負担となります。

※要支援の方は14～15ページをご覧ください。

小規模な施設の通所介護サービス

要介護1～5 地域密着型通所介護

地域密着型サービス

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
【1回あたり(8～9時間未満の利用の場合)】

要介護 1	837 円
要介護 2	988 円
要介護 3	1,145 円
要介護 4	1,303 円
要介護 5	1,458 円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

※要支援の方は14～15ページをご覧ください。



施設に通ってリハビリをする

施設に通って利用する

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。



自己負担(1割)のめやす
【1回あたり(通常規模の施設／7～8時間未満の利用の場合)】

要介護 1	826 円
要介護 2	978 円
要介護 3	1,133 円
要介護 4	1,316 円
要介護 5	1,494 円

※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
※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。



1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援 1	2,457 円
要支援 2	4,579 円

※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
※食費、日常生活費は別途負担となります。

認知症のある方が施設に通って受けるサービス

要介護1~5 要支援1・2 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高齢者が食事・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
【併設型の施設/1回あたり(8～9時間未満利用した場合)】

要介護 1	999 円	要支援 1	865 円
要介護 2	1,105 円	要支援 2	965 円
要介護 3	1,213 円		
要介護 4	1,323 円		
要介護 5	1,431 円		

※食費、日常生活費は別途負担となります。

地域密着型サービス

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「起きる」「立つ」「歩く」等を行う機能を維持・改善するために、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：日常活動の生活行為や仕事などの動作を通じて心身の機能の改善を図ります。

言語聴覚士：音声・言語・聴覚に障害のある方に訓練や検査などを行います。

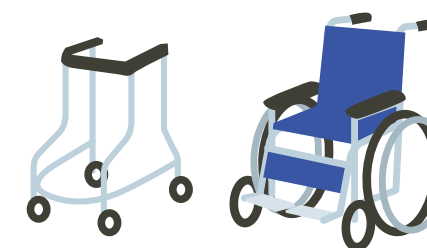


自立した生活を送るための福祉用具を借りる

生活する環境を整える

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。
原則、要支援1・2の方、要介護1の方は、①～④のみ利用できます。⑬は、要介護4・5の方のみ利用できます。



月々の支給限度額の範囲内で、実際にかかった費用の1～3割を自己負担します。

要介護4・5の方が利用できる福祉用具

要介護2・3の方が利用できる福祉用具

要支援1・2、要介護1の方が利用できる福祉用具

- ① 手すり(工事をとまなわないもの)
- ② スロープ(工事をとまなわないもの)
- ③ 歩行器
- ④ 歩行補助つえ(松葉づえ、多点つえ等)
- ⑤ 車いす
- ⑥ 車いす付属品(クッション、電動補助装置等)
- ⑦ 特殊寝台
- ⑧ 特殊寝台付属品(サイドレール、マットレス、スライディングボード、入浴用でない介助用ベルト等)
- ⑨ 床ずれ防止用具
- ⑩ 体位変換器(起き上がり補助装置を含む)
- ⑪ 認知症老人徘徊感知機器(離床センサーを含む)
- ⑫ 移動用リフト(立ち上がり座いす、入浴用リフト、段差解消機、階段移動用リフトを含む)

⑬ 自動排せつ処理装置

(尿のみを自動的に吸引できるものは要支援1・2の方、要介護1～3の方も利用できます)

※原則として対象となっていない用具も必要と認められた場合は例外的に借りることができます。
※用具の種類や事業者によりレンタル金額は変わります。
※商品ごとの全国平均貸与価格や上限額は厚生労働省のホームページなどでご確認いただけます。

自立した生活を送るための福祉用具を買う

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)

次の9種類が購入費支給の対象となります。

- ① 入浴補助用具(入浴用いす、入浴用手すり、浴槽内いす、入浴用介助ベルト等)
- ② 簡易浴槽
- ③ 移動用リフトのつり具の部分
- ④ 腰掛便座(便座の底上げ部材を含む)
- ⑤ 排せつ予測支援機器
- ⑥ 自動排せつ処理装置の交換部品
- ⑦ スロープ(取付工事・持ち運びをしないもの)
- ⑧ 歩行器(車輪やキャスターのついていないもの)
- ⑨ 歩行補助つえ(ロフトスタンド・クラッチ、カナディアン・クラッチ、プラットホームクラッチ、および多点つえに限り、松葉づえは対象外です)

※⑦～⑨は、身体状態や生活環境によって貸与と購入の選択ができます。

要介護区分に関係なく年間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)
上記の福祉用具を指定の事業者から購入したときは、自己負担分以外の費用があとから支給されます。

※購入前に、ケアマネジャーまたは地域包括支援センターにご相談ください。

※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。

※原則として、同一種目の福祉用具購入費の支給は2回以上行えません。

再購入を必要とする場合は事前にケアマネジャーまたは地域包括支援センターにご相談ください。



より安全な生活が送れるように住宅を改修する

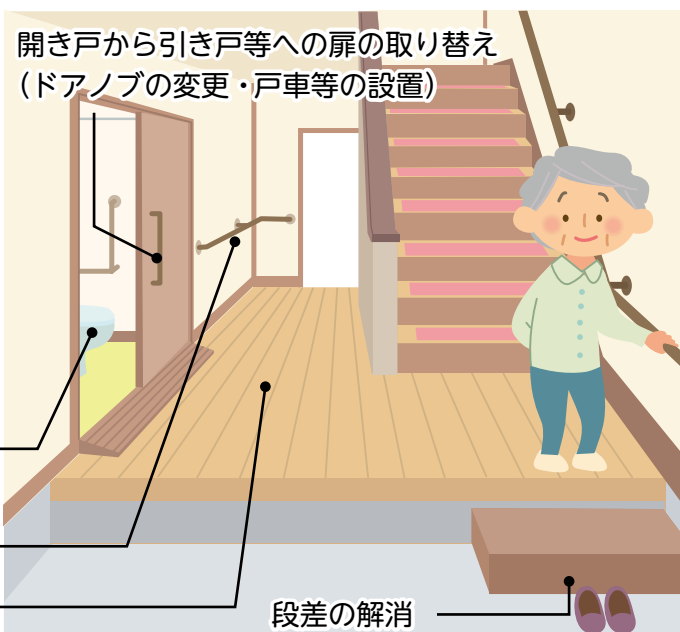
生活する環境を整える

要介護 1～5 要支援 1・2 きょたくかい ご じゅうたくかいしゅう かい ご よ ぼうじゅうたくかいしゅう
居宅介護住宅改修 (介護予防住宅改修)

事前と事後に申請が必要です

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)

●工事の前に保険給付の対象となるかどうかを、ケアマネジャー(ケアマネジャーが決まっていな方は地域包括支援センター)に相談しましょう。



和式便器から洋式便器への取り替え

手すりの取り付け

滑りにくい床材・移動しやすい床材への変更

段差の解消

◎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
 - 洋式便器等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 万円まで

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、再度支給を受けられる場合があります。

※本人や家族などが住宅改修を行ったときは、材料の購入費が対象となります。

※入院(入所)中に事前申請をした場合、支給は退院(退所)後に改修箇所を利用することが条件となります。

※対象となるのは、住民票と生活実態のある東久留米市内のご自宅に限ります。

住宅改修を利用するときには、複数の業者から見積りをとることをおすすめします。



手続きの流れ (事前と事後の申請が必要です)

相談

- ケアマネジャーに相談します。

事前申請

- 工事を始める前に、市の窓口に必要な書類を提出します。

【申請書類の例】

- ・支給申請書
- ・住宅改修が必要な理由書
- ・工事費の見積書(利用者宛のもの)
- ・図面
- ・工事着工前の写真(日付入り) 等

- 市から着工の許可が下りてから着工します。

工事・支払い

- 改修費用を事業所にいったん全額支払います。

事後申請

- 市の窓口で支給申請のための書類を提出します。

【申請書類の例】

- ・完了報告書
- ・改修後の写真(日付入り)
- ・領収書(利用者宛のもの) 等

払い戻し

- 工事が介護保険の対象であると認められた場合、介護保険対象工事代金の 7～9 割が支給されます。



自宅で介護を受けている方が一時的に施設に泊まる

短期間施設に泊まる

要介護 1～5 要支援 1・2 たん き にゅうしよせいかつかい ご かい ご よ ぼうたん き にゅうしよせいかつかい ご
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 1	653 円	653 円	763 円
要介護 2	728 円	728 円	836 円
要介護 3	807 円	807 円	918 円
要介護 4	883 円	883 円	995 円
要介護 5	958 円	958 円	1,069 円

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
要支援 1	489 円	489 円	573 円
要支援 2	608 円	608 円	711 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 たん き にゅうしよしょうようかい ご いりょうがた かい ご よ ぼうたん き にゅうしよしょうようかい ご
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)

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 1	805 円	887 円	893 円
要介護 2	856 円	940 円	943 円
要介護 3	923 円	1,009 円	1,013 円
要介護 4	981 円	1,065 円	1,072 円
要介護 5	1,037 円	1,124 円	1,128 円

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。



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
要支援 1	619 円	675 円	667 円
要支援 2	776 円	831 円	843 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。

【居室の違い】

- 従来型個室：共同生活室(リビングスペース)を併設していない個室
- 多床室：定員 2 人以上の個室ではない居室
- ユニット型個室：共同生活室(リビングスペース)を併設している個室
- ユニット型個室的多床室：ユニット型個室に準じた完全な個室ではない居室。「ユニット型準個室」から名称が変更されました。

事業所を選ぶために…

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所・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。厚生労働省「介護サービス情報公表システム (<https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp>)」から閲覧できますので、インターネットが使える方は、参考にしてください。

また、デイサービスセンターなどの施設を比較・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



通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービスを受ける

通いを中心とした複合的なサービス

要介護 1~5 要支援 1~2 しょうき ぼ た き のうがたきよたくかい ご
小規模多機能型居宅介護
かい ご よ ぼうしょうき ぼ た き のうがたきよたくかい ご
(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。



※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。

地域密着型サービス

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす【事業所と同一の建物に居住していない場合】

要支援 1	3,737 円
要支援 2	7,551 円
要介護 1	11,326 円
要介護 2	16,646 円
要介護 3	24,215 円
要介護 4	26,726 円
要介護 5	29,468 円

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

かん ご しょうき ぼ た き のうがたきよたくかい ご
看護小規模多機能型居宅介護
ふくごうがた
【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。



※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。

※要支援の方は利用できません。

地域密着型サービス

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす【事業所と同一の建物に居住していない場合】

要介護 1	13,481 円
要介護 2	18,861 円
要介護 3	26,513 円
要介護 4	30,071 円
要介護 5	34,015 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、できることを増やすことを目指しましょう。

家族の方が介護する場合も、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。



買い物などでもできるうちはなるべく積極的に行いましょう。



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

とくてい し せつにゆうきよしゃせいかつかい ご
特定施設入居者生活介護
かい ご よ ぼうとくてい し せつにゆうきよしゃせいかつかい ご
(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。

※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。

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす【包括型(一般型)】

要支援 1	5,864 円
要支援 2	10,029 円
要介護 1	17,366 円
要介護 2	19,513 円
要介護 3	21,756 円
要介護 4	23,838 円
要介護 5	26,049 円

地域の小規模な有料老人ホームなどで介護サービスを受ける

ち いきみつちやくがた とくてい し せつにゆうきよしゃせいかつかい ご
地域密着型 特定施設入居者生活介護

定員 29 人以下の小規模な介護専用の有料老人ホーム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。

※市内で、現在このサービスを提供している事業所はありません。
※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

※要支援の方は利用できません。

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護 1	17,494 円
要介護 2	19,673 円
要介護 3	21,948 円
要介護 4	24,030 円
要介護 5	26,273 円

認知症のある方が施設で共同生活を送る

にん ち しょうたいおうがたきょうどうせいかつかい ご
認知症対応型共同生活介護(グループホーム)
かい ご よ ぼうにん ち しょうたいおうがたきょうどうせいかつかい ご
(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。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

※要支援 1 の方は利用できません。



地域密着型サービス

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす【1ユニットの事業所の場合】

要支援 2	24,383 円
要介護 1	24,511 円
要介護 2	25,664 円
要介護 3	26,401 円
要介護 4	26,946 円
要介護 5	27,523 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

ち いきみつちやくがた かい ご ろうじんふく し せつにゆうきよしゃせいかつかい ご
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。

※市内で、現在このサービスを提供している事業所はありません。
※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 以上の方。

1カ月あたりの自己負担(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 ユニット型個室の多床室
要介護 3	23,870 円	23,870 円	26,530 円
要介護 4	26,177 円	26,177 円	28,868 円
要介護 5	28,420 円	28,420 円	31,111 円

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)の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。

②介護保険施設で受けるサービス

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。必要性の高い方から入所できます。



※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、日常生活費が別途負担となります。

※居室の違い（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）については、29 ページ参照。



生活介護が中心の施設

要介護
3～5

かいごろうじんふくししせつ
介護老人福祉施設
【特別養護老人ホーム】

つねに介護が必要で、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	23,454円	23,454円	26,113円
要介護 4	25,696円	25,696円	28,388円
要介護 5	27,907円	27,907円	30,599円

※新規に入所できるのは原則として、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

かいごろうじんほけんしせつ
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	22,973円	25,408円	25,696円
要介護 2	24,447円	27,010円	27,170円
要介護 3	26,530円	29,093円	29,253円
要介護 4	28,292円	30,791円	31,015円
要介護 5	29,862円	32,425円	32,617円

長期療養の機能を備えた施設

要介護
1～5

かいごいりょういん
介護医療院

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

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	23,101円	26,690円	27,234円
要介護 2	26,658円	30,214円	30,759円
要介護 3	34,283円	37,872円	38,416円
要介護 4	37,551円	41,108円	41,652円
要介護 5	40,467円	44,055円	44,600円

●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。



★居住費・食費について

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。

居住費・食費の基準費用額(1日あたり)

従来型個室	居住費(滞在費)			食費
	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	
1,728円 (1,231円)	437円 (915円) [697円]	2,066円	1,728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。

[]内の金額は、「療養型」「その他型」の介護老人保健施設の多床室、「Ⅱ型」の介護医療院の多床室(いずれも8㎡/人以上に限る)を利用した場合の額です。(短期入所療養介護も含む)

●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、介護福祉課への申請が必要です。)

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	預貯金等の資産の状況	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	施設	ショートステイ
1	生活保護受給者の方等	資産要件なし	550円 (380円)	0円	880円	550円	300円	300円
	世帯全員が住民税非課税 老齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下						
2	前年の合計所得金額＋年金収入額が82万6千5百円以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	550円 (480円)	430円	880円	550円	390円	600円
	世帯全員が住民税非課税 前年の合計所得金額＋年金収入額が82万6千5百円超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下						
3-①	前年の合計所得金額＋年金収入額が82万6千5百円超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円 (880円)	430円	1,370円	1,370円	680円	1,030円
3-②	前年の合計所得金額＋年金収入額が120万円超の方	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,470円 (980円)	430円 [530円]	1,470円	1,470円	1,420円	1,360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、介護老人福祉施設(短期入所生活介護も含む)と「療養型」「その他型」の介護老人保健施設及び「Ⅱ型」の介護医療院(いずれも8㎡/人以上に限る。短期入所生活介護も含む)を利用した場合の額です。

*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。

介護保険負担限度額認定を申請する場合は、以下についてご確認ください。

- 住民票上世帯が異なる(世帯分離している)配偶者の所得も判断材料とします。
【配偶者の範囲】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。
- 【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が対象(預貯金(積立・定期)、有価証券・投資信託等)。
- 区分の決定にあたり、非課税年金(遺族年金、障害年金)を収入として算定しています。
- 特例減額措置制度:2人以上の世帯で、一方もしくは両方が施設に入所し、一定の要件を満たす方は、住民税課税世帯でも軽減制度を受けられる場合がありますので、介護福祉課までご相談ください。
- 【ご注意】疑義がある場合を除き、認定後に基準を上回る所得・資産であったことが判明した場合は、給付を受けた金額の返還だけでなく、加算金を課される場合もあります。

高齢者向け事業・サービス

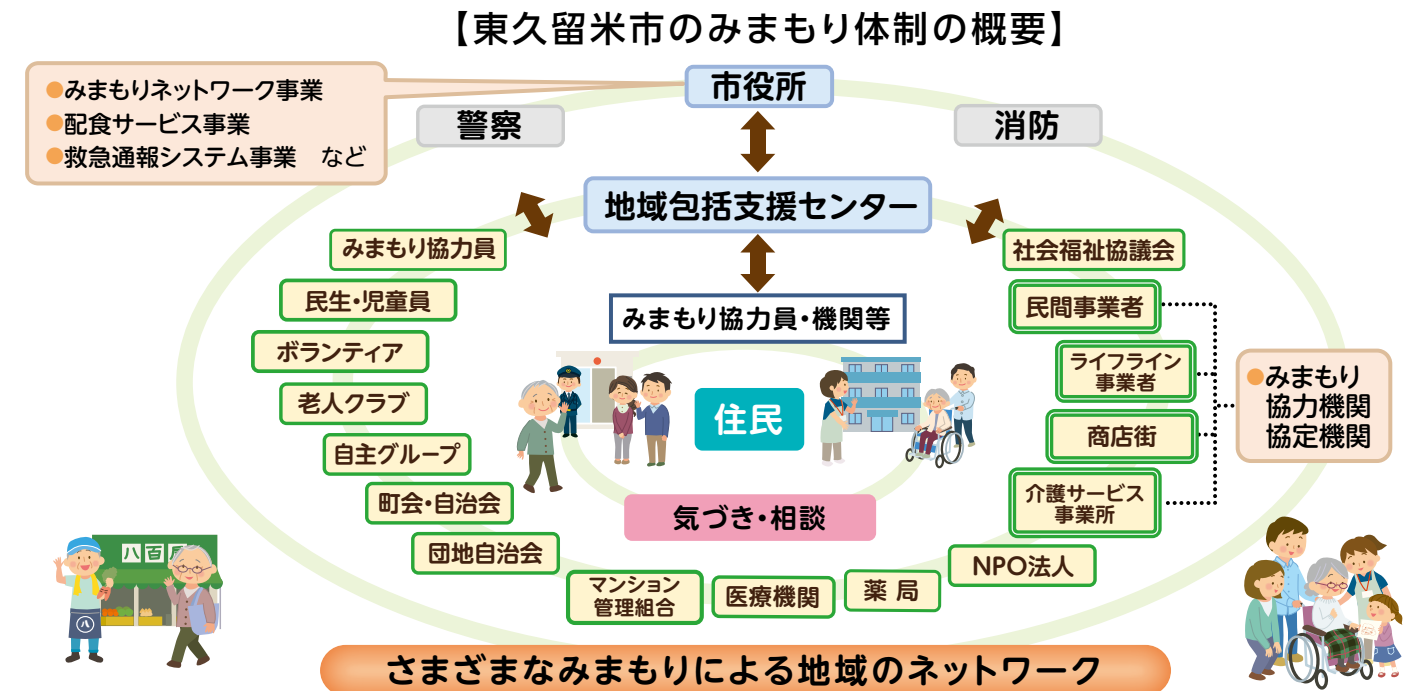
高齢者の方を対象としたその他の事業やサービス（介護保険外）を掲載しています。各事業・サービスにはそれぞれ対象者や要件が定められています。詳細につきましては、各担当へお問い合わせください。

事業・サービスの名称	対象者	事業・サービスの内容	問い合わせ先
自立支援福祉用具購入	65歳以上で、介護認定の申請の結果、非該当と認定された方	腰掛便座・入浴補助用具・歩行支援用具・スロープ購入費用の助成を行います。同一種目の購入費助成は1回に限ります。	介護福祉課介護サービス係 ☎042-470-7777 (内線2553～2557)
自立支援住宅改修	(1) 65歳以上で、介護認定の申請の結果、非該当と認定された方 (2) 65歳以上で、要支援・要介護の認定を受け、一定の要件を満たす方	(1) 手すりの取り付け・段差の解消・滑り防止等のための床材の変更・引き戸等への扉の取り替え・洋式便器等への便器の取り替え等の改修費用の助成を行います。 (2) 浴槽の取り替え・流し等の取り替え・和式便器の洋式化の改修費用の助成を行います（介護保険住宅改修費の給付と併用できない場合があります）。	
紙おむつ等購入費助成金支給事業	65歳以上で要介護4・5の認定を受け、受給者本人が住民税非課税で、東久留米市内の在宅において常時紙おむつを使用している方	家族介護者の負担軽減を目的として紙おむつ等の購入費の助成金を支給します。	
訪問理美容	65歳以上で要介護3以上の認定を受け、かつ在宅で生活している方	1回2,000円の理美容助成券を1年度につき4枚配布します。（10月以降申請の場合は2枚）	福祉総務課高齢者福祉係 ☎042-470-7777 (内線2508)
一人暮らし高齢者住宅手当	市内の民間のアパート・借家等の賃貸住宅にお住まいの65歳以上の一人暮らしの方で、住民税が非課税の方	月3,500円の住宅手当を支給します。	
高齢者等世帯に対するごみ出しサポート事業	次の(1)から(4)のいずれかに該当する方のみで構成されている世帯 (1) 要介護4又は要介護5の認定を受けた方 (2) 身体障害者手帳1級又は2級の認定を受けた方 (3) 精神障害者保健福祉手帳1級の認定を受けた方 (4) 愛の手帳の交付を受け、障害の程度が1度又は2度の方	身近な方等の協力を得てもなお、市が定めた収集・回収曜日および排出時間までに家庭廃棄物の排出が困難である場合に、利用者は事前にご用意いただいたごみ収集容器（ポリバケツ等）に、決められた収集曜日や時間にかかわらずごみや資源物を出すことができます。 詳しくは、ごみ対策課へお問い合わせください。	ごみ対策課 ☎042-473-2117(直通)
東京都シルバーパス	70歳以上の方	事業者への申し込みにより都バス・都営地下鉄・都電・民営バスが利用できるパスです。住民税の課税状況や所得によって負担額が異なります。 詳細は、一般社団法人東京バス協会にお問い合わせください。	一般社団法人東京バス協会 ☎03-5308-6950

高齢者のみまもりに関する支援

地域の緩やかなみまもりが大切です。

日常生活の中で、「いつもと違う」「何かおかしい」と感じたら、担当の地域包括支援センター（P.37～39）へご相談ください。



事業・サービスの名称	対象者	事業・サービスの内容	問い合わせ先
みまもりネットワーク事業	おおむね65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、介護保険など定期的な公的サービス未利用の方	みまもり協力員が高齢者に声掛けなど見守りを行います。地域包括支援センターで相談のうえ、個別に計画します。	介護福祉課地域ケア係 ☎042-470-7777 (内線2501～2503)
配食サービス事業	おおむね65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、日常生活（食の確保）に支障があり、定期的な安否確認を要する方	バランスのとれた食事で健康保持を図り、定期的なふれあいで安否確認をします。最大週4食まで可能。申請に基づき決定します。1食500円。	東部地域包括支援センター ☎042-473-9996 中部地域包括支援センター ☎042-451-5121 西部地域包括支援センター ☎042-472-0661
あんしん生活調査	75歳以上の「ひとり暮らし世帯」または「高齢者（65歳以上の方を含む）のみの世帯」	高齢者の方がいつまでも住み慣れた地域で安心して生活できるよう、生活状況等を把握する調査です。調査内容は、介護福祉課および地域包括支援センターにて保管します。	
救急通報システム事業	65歳以上のひとり暮らしまたは病弱な高齢者のみの世帯で、心臓疾患などで常時注意を要する方など	直接消防署へ連絡できる機器を貸与します。NTTの電話回線と協力員が2人必要（おおむね500m以内に居住している方）。所得により負担額が異なります。	福祉総務課高齢者福祉係 ☎042-470-7777 (内線2508)
友愛活動（東久留米市シニアクラブ連合会）	シニアクラブ連合会に加入している老人クラブの活動区域で、ひとり暮らしをしている高齢者の方や高齢者世帯など	見守りなどが必要な方に対して、シニアクラブ連合会の会員が電話や声掛けで安否確認を行い、家庭訪問をして話し相手になることで孤立感を解消します。	
ミニデイホーム・子育てサロン活動	主に日中に孤立しがちなひとり暮らし高齢者、障害者、乳幼児を抱える親など	趣味・健康・交流活動などを通して、顔の見える関係をつくります。月1～2回。	東久留米市社会福祉協議会 ☎042-475-0739
あんしん居住制度	都内（島しょは除く）にお住まい、あるいはこれからお住まいになる高齢者等	「生活リズムセンサー」「緊急通報装置」「携帯用ペンダント」により、24時間安否確認と緊急対応を行います。	東京都防災・建築まちづくりセンター ☎03-5989-1784

認知症に関する支援

介護福祉課と地域包括支援センターでは、下記の事業を行っています。

事業・サービスの名称	対象者	事業・サービスの内容	問い合わせ先
認知症サポーター養成講座	市民・市内企業・自治会など	地域の生活者として、認知症のある方やそのご家族をあたたく見守り、認知症について正しく理解するための講座です。概ね5～10名程度集まった団体には、出張講座も開催しています。	
認知症介護者家族会	認知症のある方を介護するご家族	「介護で疲れているのに、相談できる人がいない」「他の方はどうやって接しているのだろう？」など、認知症のある方を介護するご家族の方が、日々の不安や心配ごとなどを気軽に話すことができる場です。 お住まいの地域を担当している地域包括支援センターに申し込みの上、ご参加ください。	介護福祉課地域ケア係 ☎042-470-7777 (内線2501～2503) 東部地域包括支援センター ☎042-473-9996 中部地域包括支援センター ☎042-451-5121 西部地域包括支援センター ☎042-472-0661
認知症高齢者等みまもり事業	在宅で生活している認知症等の症状により迷い人となるおそれのある高齢者等(若年性認知症のある方を含みます)	認知症等の症状により迷い人となった高齢者等を早期に発見及び保護するための事業です。 介護者の方などに、スマートフォンで読み取ることでできる二次元コードが印刷されたシールを交付し、みまもりシールとICTサービス(どこシル伝言板)を用いて、発見者、高齢者等(本人)、介護者等が個人情報を開示することなく、伝言板を介してやり取りすることで、身元確認や介護者等への引き渡しを迅速に行うことができます。	

認知症についてもっと知りたい方は

「東久留米市知って安心認知症ガイドブック」を介護福祉課や地域包括支援センターで配布しています。
「認知症はどんな病気?」「もしかして認知症かな?」「こんな時はどこに相談したらいい?」といった疑問について詳しく解説しています。

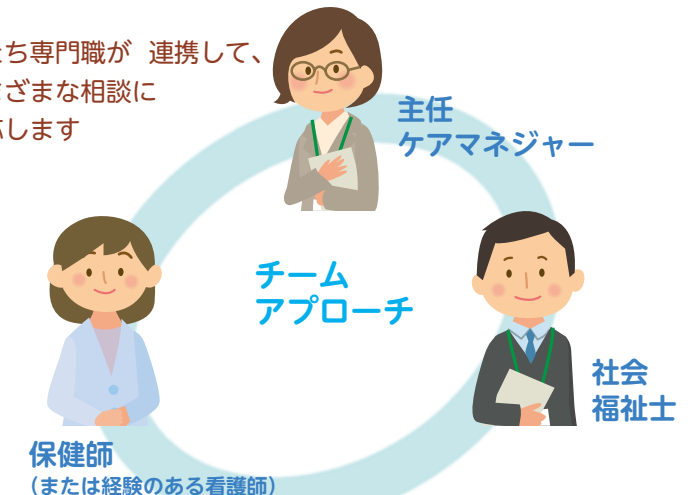


地域包括支援センターのご案内

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、高齢者の皆さんが、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のほか、保健・医療・福祉に関するさまざまな支援を行っています。

私たち専門職が連携して、さまざまな相談に対応します



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と認定された方や、介護が必要となるおそれがある方への支援を行います(介護予防ケアプランの作成など)。

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、保健・医療・福祉など、さまざまな相談を受け付けています。

高齢者の皆さんの
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。

生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加

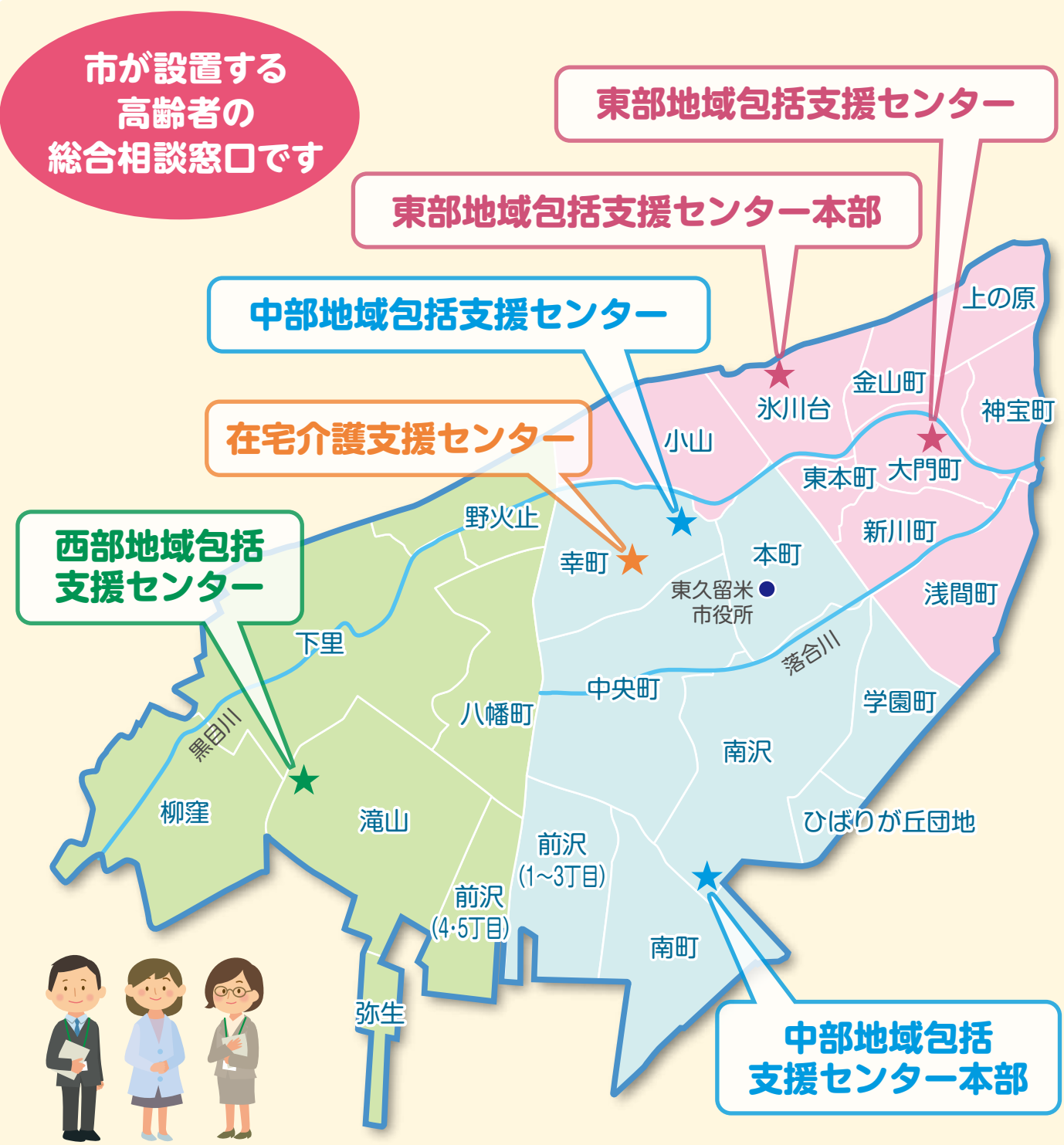
住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、地域包括支援センターに1名ずつ配置されている「生活支援コーディネーター」が、様々な要望とサービスをつなぎ、地域にある活動の場や人などを見つけ、支援するとともに、新しいサービスを作るなど、地域で高齢者を支えるためのネットワークづくりをしています。

興味のある方は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターの生活支援コーディネーターへご相談ください。

生活支援
コーディネーターが
お手伝いします



東久留米市の地域包括支援センターの場所と連絡先



地域包括支援センターの受付時間

月曜日～土曜日:午前9時～午後5時30分

(祝日、国民の休日、年末年始を除く)

上記受付時間外であっても、緊急電話は受け付けています。

※各地域包括支援センター本部は、土曜日がお休みです。

※令和8年10月1日(木)より、在宅介護支援センターが地域包括支援センターに移行します。
なお、移行に伴い、各担当エリアが変更になります。

来所によるご相談は、
事前に電話での
予約をお願いします。

お住まいの地域を担当している
地域包括支援センターへ
ご相談ください



	連絡先・所在地	担当地域
東部	東部地域包括支援センター ☎042-473-9996 (大門町2-10-5 東部地域センター内)	上の原・神宝町・金山町・ 氷川台・大門町・東本町・ 新川町・浅間町・ 小山1～3丁目
	東部地域包括支援センター本部 ☎042-428-7788 (氷川台2-6-6 社会福祉法人マザアス隣)	
	在宅介護支援センター ☎042-479-0803 (幸町3-11-10 介護老人保健施設ケア東久留米内)	小山4・5丁目
中部	中部地域包括支援センター ☎042-470-8186 (幸町1-19-5 幸町1丁目アパート5号棟1階 幸町デイサービスセンター内)	学園町・ひばりが丘団地・ 本町・中央町・幸町1丁目・ 南沢・前沢1～3丁目・ 南町
	中部地域包括支援センター本部 ☎042-451-5121 (南沢5-18-36 特別養護老人ホームシャローム東久留米内)	
	在宅介護支援センター ☎042-479-0803 (幸町3-11-10 介護老人保健施設ケア東久留米内)	幸町2～5丁目
西部	西部地域包括支援センター ☎042-472-0661 (滝山5-22-5 西武バス滝山団地バス停前)	前沢4・5丁目・滝山・ 下里・柳窪・弥生
	在宅介護支援センター ☎042-479-0803 (幸町3-11-10 介護老人保健施設ケア東久留米内)	野火止・八幡町

(令和8年10月1日以降、変更があります。)

しくみと加入者

介護保険の
財源と保険料

相談・利用できる
サービス

介護予防日常生活
支援総合事業

要介護認定と
サービス利用の手順

費用の支払い

サービスの種類
と費用

介護保険外の
サービス等

地域包括支援
センター