支えあい 育てる

介護保險制度



名古屋市

支えあい 育てる

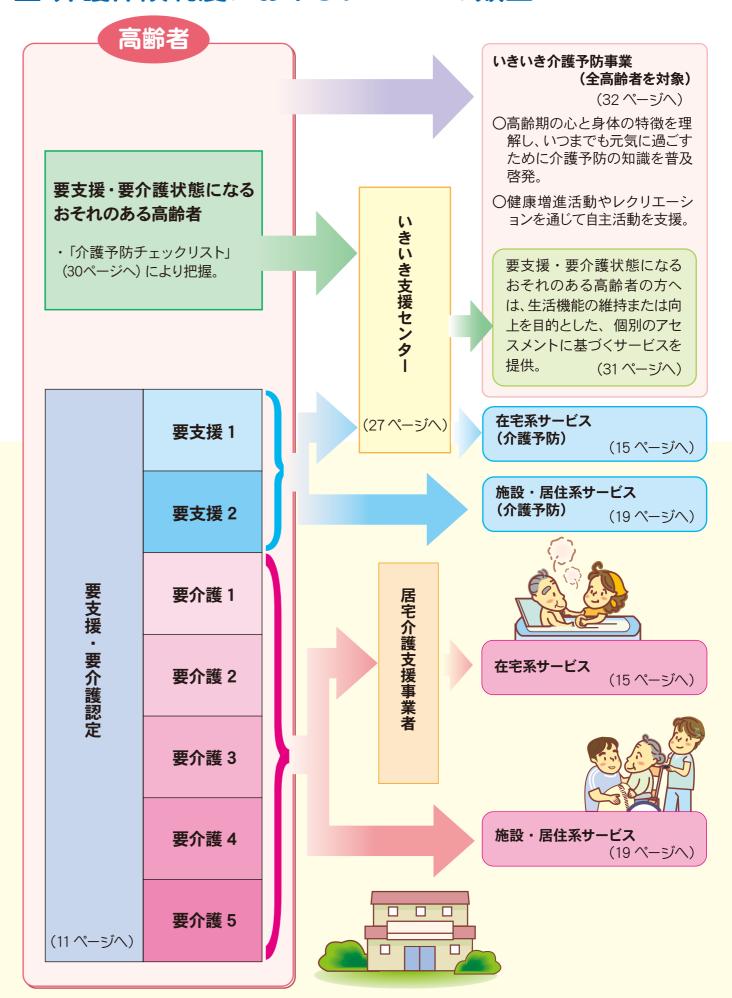
介護保険制度

■ 介護保険制度におけるサービスの類型 ——2
■ 介護保険は介護をみんなで支える制度です。——3
■ 介護保険はこんな制度です。 ——5
■ 介護保険料はこうなります。7
■ 要介護認定の申請が必要です。(要介護認定の手続き) — 11
■ 介護サービスを利用するには ────────────────────────────────────
■ このようなサービスが利用できます。 15
■ サービスを利用したとき負担の軽減制度があります。—20
■ 介護報酬の例25
■ いきいき支援センター(地域包括支援センター)の概要 ──27
■ いきいき支援センター(地域包括支援センター)一覧28
■ 元気なうちから、介護予防しましょう。 29
※名古屋市の「地域包括支援センター」は、「いきいき支援センター」に名称変更しました。

11月11日は介護の日

介護についての理解と認識を深め、介護従事者、介護サービス利用者及び介護を行っている 家族等を支援するとともに、これらの人たちを取り巻く地域社会における支えあいや交流を促 進する観点から、高齢者や障害者等に対する介護に関し、国民への啓発を重点的に実施するた めの日として定められました。

■ 介護保険制度におけるサービスの類型



介護保険は介護をみんなで支える制度です。

●介護保険はこうして生まれました

介護を要する高齢者が 急速に増えています。

介護期間が長くなってい ます。

介護をしている方の高齢化 が進んでいます。

家族介護が難しくなって います。

介護保険制度の創設

- 介護保険制度は、できるだけ家族の負担を軽くし、介護の 問題を社会全体で支え合う仕組みです。
- 介護が必要になってもできる限り住み慣れた家庭や地域で、能力に応じ自立した日常生活が送れるよう支援します。
- 私たち一人ひとりが支え合う社会保険方式で運営されます。

○ 介護を必要とする方や家族の選択により、多様な事業者か ら保健・医療・福祉のサービスを総合的に受けることができます。

●18年4月からの介護保険制度

要支援・要介護認定を受ける方が著しく増えています。

介護サービスに必要な費用(給付費)が著しく増えています。

○介護予防を重視するシステムへ

介護予防事業

要支援・要介護状態になるおそれのある方 に介護予防を中心とした事業を実施し、要支援・要介護状態になる ことを防止します。

予防給付

要支援1、2の方を対象に、運動器の機能向上、栄養改善などのメニューを加えた介護予防サービスを提供し、 要介護度の重度化を防止します。

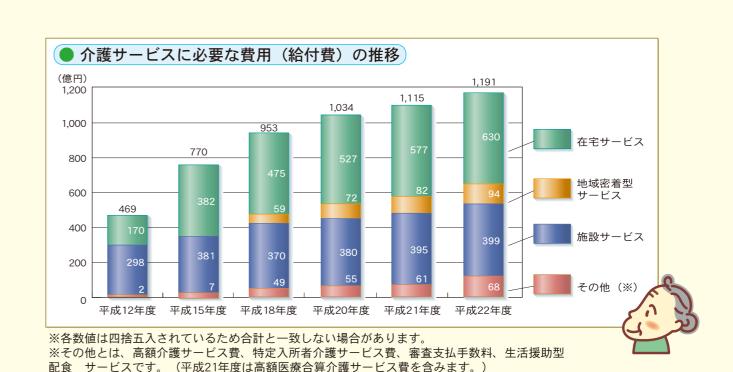
○地域に根ざした介護保険サービスの提供

地域密着型サービスは、高齢者の方ができるだけ長く住み慣れた地域で生活できるよう、身近なところでサービスを提供します。

●名古屋市における介護保険制度施行後の状況



3



介護保険はこんな制度です。

運営主体 (保険者) は名古屋市です。

【第1号被保険者】

65歳以上の方

ねたきりや認知症などで 入浴、排せつ、食事など の日常の生活動作につい て常に介護が必要な方 (要介護者)

要介護者となるおそれが あり、家事や身支度など の日常生活に支援が必 要な方(要支援者)

すべての方に(1人1枚) お渡しします。

所得などに応じて12段 階に定められた保険料 を納付します。

加入する方は

介護サービスを

利用できる方は

脳血管疾患や関節リウマ チなど加齢に伴う16種 類の病気(※)により、 介護や支援が必要となっ た方

【第2号被保険者

40歳~64歳の医療保険

に加入している方

保険証の 交付は

要介護認定等の申請があ った方および保険証の交 付申請があった方にお渡 しします。

介護保険料は

医療保険者が定める保険 料を納付します。

介護サービスを利用したときの利用者負担は

介護サービスを利用したときは、**かかった費用の1割を負担します**。 (サービス計画(ケアプラン)の作成費用については、利用者負担はありません。)

(※) 加齢に伴う16種類の病気

- 1. がん(*)
- 2. 関節リウマチ
- 3. 筋萎縮性側索硬化症
- 4. 後縦靭帯骨化症
- 5. 骨折を伴う骨粗鬆症
- 6. 初老期における認知症
- 7. 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底 核変性症およびパーキンソン病
- 8. 脊髄小脳変性症
- 9. 脊柱管狭窄症
- 10. 早老症

- 11. 多系統萎縮症
- 12. 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症 および糖尿病性網膜症
- 13. 脳血管疾患
- 14. 閉塞性動脈硬化症
- 15. 慢性閉塞性肺疾患
- 16. 両側の膝関節または股関節に著し い変形を伴う変形性関節症
- (*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がない状態に至った と判断したものに限る。)

【費用負担のしくみ】

被保険者

第1号 被保険者

65歳以上の方

第2号

被保険者

40歳~64歳

の医療保険

に加入して

か

か

つた費用の

割を負担

(については、利用者負担はありません。)サービス計画(ケアプラン)の作成費用

いる方

国民健康保険

普通徴収

□座振替(自動払込)

または納付書により

特別徴収

年金からの差し引き

老齢・退職、遺族、障害年

金が年額18万円以上の方/

納付

職域の医療保険

- 全国健康保険協会 管掌健康保険 • 健康保険組合
- 共済組合など

社会保険診療報酬支払基金

保険者(市町村)

○在宅サービス │ ○施設等サービス の場合 の場合

保険料 公費 50% 50%

保険料 公費 50% 50%

围

15

%

都道府県

17.5

%

町村

12.5 %

の調整交付金

5 %

保険料 21%※

険者 % Ō

国の調整交付金 2号被保険者の保険料 都道府県 12.5

% |

本市は約22.3% (平成24年度)

市町村

12.5

第2号被保険者の保険料

29

※2 本市は約3.7% (平成24年度)

29

国民健康保険 団体連合会

割を支払い \mathcal{O}

介護サービス事業者

サ

ービスの提供

原則として都道府県知事や市町村長の指定を受けた介護サービス事業者が サービスを提供します。

指定を受けるためには、事業所単位でサービスの種類ごとに、人員や設備・ 運営などの基準を満たすことが必要です。



在宅系サービス

施設・居住系サービス



5

介護保険料はこうなります。

第1号被保険者(65歳以上の方)の保険料

- ・保険料の額は、所得などに応じて次の12段階となっています。低所得の方の負担が重くならないように配慮されています。
- ・平成24年度から26年度の保険料は次のとおりです。

段階			年間	 保険料
第1段階		を受けている方 を受給者で世帯全員が市町村民税非課税の方	29,377円	(基準額×0.45)
第2段階		本人の公的年金等の収入金額と合計所得金額の 合計が80万円以下の方	29,377円	(基準額×0.45)
第3段階	世帯全員が 市町村民税 非課税	本人の公的年金等の収入金額と合計所得金額の 合計が80万円を超え120万円以下の方	42,434円	(基準額×0.65)
第4段階		本人の公的年金等の収入金額と合計所得金額の合計が120万円を超える方	48,962円	(基準額×0.75)
第5段階	本人が 市町村民税 非課税で	本人の公的年金等の収入金額と合計所得金額の 合計が80万円以下の方	55,490円	(基準額×0.85)
第6段階	世帯員に 市町村民税 課税者あり	本人の公的年金等の収入金額と合計所得金額の 合計が80万円を超える方	65,282円	(保険料基準額)
第7段階		合計所得金額が125万円未満の方	71,811円	(基準額×1.1)
第8段階		合計所得金額が125万円以上 200万円未満の方	81,603円	(基準額×1.25)
第9段階	本人が 市町村民税	合計所得金額が200万円以上 400万円未満の方	97,923円	(基準額×1.5)
第10段階	課税	合計所得金額が400万円以上 700万円未満の方	120,772円	(基準額×1.85)
第11段階		合計所得金額が700万円以上 1,000万円未満の方	137,093円	(基準額×2.1)
第12段階		合計所得金額が1,000万円以上の方	150,149円	(基準額×2.3)

※実際に納めていただく保険料は10円未満を切り捨てた額になります。

- 〇公的年金等の収入金額…老齢・退職年金など、課税対象となる年金などの収入金額(所得税 法第35条第2項第1号に規定する公的年金等の収入金額)をいい、遺族、障害年金などの非課 税年金は含まれません。
- ○合計所得金額…損失の繰越控除前の総所得金額(事業所得、給与所得、雑所得等)、特別控除前の土地・建物等の分離譲渡所得金額等の合計額(地方税法第292条第1項第13号に規定する合計所得金額)をいいます。
- ○課税・非課税は、名古屋市市税減免条例に基づく減免の適用前で判定されます。条例により 税額の全部が免除されている場合は課税となります。
- ○世帯は、賦課期日(4月1日)または資格取得時の世帯をいいます。
- ○納付した介護保険料については、税の申告や年末調整のときに、社会保険料控除の対象となります。

◆第1号被保険者の介護保険料はこうして決まります

保険料は、3年間で市民の方が利用する介護サービスなどに必要な費用(保険給付費)の 見込み等をもとに保険料の基準額を算出し定めています。

3年間で65歳以上の方にご負担いただく保険料の総額を、3年間の65歳以上の方の見込み 人数で割ることにより、1人当たりの保険料基準額(年額)を算出します。

保険料は、介護保険事業計画(※)の見直しにともない、3年ごとに見直されます。

※この計画は、介護保険事業の保険給付の円滑な実施のため、サービス量の見込みやサービスの円滑な提供を図るための事業などについて定めるものであり、また、介護保険料の算定の基礎となるものです。

介護保険 Q&A

Q

介護保険料は どうして納めるの?

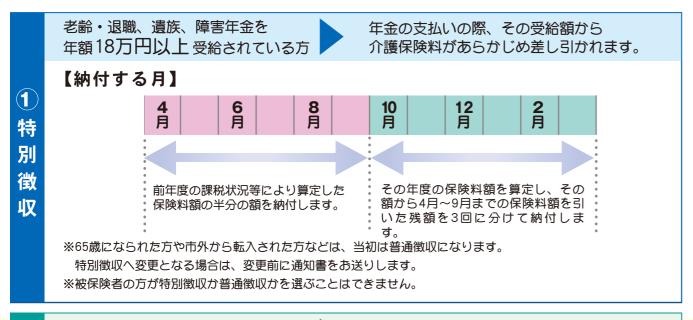


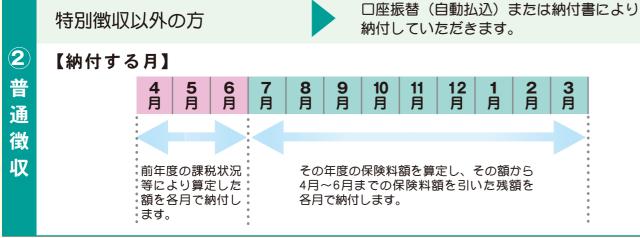
介護保険制度は、40歳以上の方からの 保険料と国・県・市からの公費を財源 として、介護を社会全体で支えあう仕 組みです。皆様に納付していただく介 護保険料は、制度を維持していくため の大切な財源となりますので、ご理解

をお願いいたします。

介護保険料の納め方

介護保険料の納め方には、1年金からの差し引き(特別徴収)と2口座振替または納付書に よる納付(普通徴収)の2通りがあります。





◆介護保険料の納付は口座振替(自動払込)が便利です。

普通徴収の方の保険料の納付には、便利な口座振替(自動払込)をご利用ください。 預(貯)金口座のある金融機関、ゆうちょ銀行・郵便局または区役所福祉課の窓口へお申し込 みください。(申し込み用紙は窓口に置いてあります。)

引き落としのできる口座

被保険者本人・被保険者の配偶者・被保険者の属する世帯の世帯主のいずれかの個人名義のもの

9

申し込みの際にお持ちいただくもの

●預(貯)金通帳等□座番号を確認できるもの ●通帳お届け印 ●介護保険被保険者証

保険料を滞納すると・・・

特別な事情もなく保険料を滞納すると、滞納処分として財産の差押えなどを受ける場 合があるほか、介護サービスを利用したときに滞納期間に応じて介護保険からの給付に ついて制限を受けることがあります。

1年以上 納めないと・・・

介護サービスの費用の 全額をいったん利用者 が負担し、申請により、 あとで保険給付(費用 の9割) が支払われま す。

1年6ヶ月以上 納めないと・・・

費用の全額をいったん 利用者が負担し、申請 後も保険給付の一部、 または全部の支払いが 差し止められます。

2年以上 納めないと・・・

納めていない期間に応 じて、利用者負担が1 割から3割になり、高 額介護サービス費等も 支給されません。

保険料の納付の猶予・減免制度

災害により住宅などに著しい損害を受けたことや、生計を支えている方が長期間入院したこ となどにより、保険料の納付にお困りの方は、申請により保険料の納付が猶予されたり、減免 されることがあります。

減免の適用には、要件および申請期限があります。

詳しい内容につきましては、お住まいの区の区役所福祉課または支所民生係^{*}へお問い合わ せください。

※平成24年5月7日より、支所民生係は支所区民福祉課に変更予定

「第2号被保険者(40歳~64歳の方)の保険料

医療保険分の保険料に介護保険分の保険料を合わせて納付します。 介護保険分の保険料額は各医療保険者が、所得などに応じて決定します。

●国民健康保険に加入している方

- ・市県民税額や被保険者数に応じて異なります。
- ・世帯主が世帯員の分も合わせて納付します。
- ・国庫負担があります。

●健康保険や共済組合などに加入している方

- 給与の額に応じて異なります。
- ・半額は、事業主が負担します。
- ・被扶養者の保険料は、40歳~64歳の被保険者で分担して納付します。

※第2号被保険者の保険料につきましては、各医療保険者にお問い合わせください。



要介護認定の申請が必要です。 (要介護認 定の流れ)

介護保険サービスを利用するには、要介護認定が必要です。なお、認定は申請の時までさかのぼって有効となります。

1申請

申請の窓口は、お住まいの 区の区役所福祉課または支 所区民福祉課※です。

申請は、本人や家族だけでなく、次のところでも申請の代行ができます。

※平成24年5月7日開始予定

◇申請の代行をしているところ

- いきいき支援センター
- 指定居宅介護支援事業者
- 介護保険施設 等
- ◇申請に必要なもの
- ◆第1号被保険者 (65歳以上の方)
- 介護保険被保険者証
- ◆第2号被保険者 (40~64歳の方)
- 加入している医療保険の 被保険者証

2 要介護認定

訪問調査

市の職員、または市が委託した指定居 宅介護支援事業者や介護保険施設等の 介護支援専門員(ケアマネジャー)がご 自宅等へ訪問します。

概況調査

現在利用しているサービスの状況 など

基本調査

心身の状況や日頃の介護の状況、 特別な医療に関すること

特記事項

基本調査だけでは把握しきれない特に介護に影響を与える事項や活動の 状況

主治医の意見書

区役所から主治医に、心身の障害の原 因である病気などに関して意見書の記 入を依頼します。

一次判定

基本調査 の結果等をも とに全国 共通の基準に より判定 を行います。



主治医がいな い場合には、 主治医を紹介 する制度があります。



審査・判定 (二次判定)

審査判定」を行います。間に係る審査判定」と「状態の維持・改善可能性に一次判定結果や主治医の意見書などをもとに「介護保健・医療・福祉の専門家からなる介護認定審査会

介護認定 審 査 会

係る手で、

3 結果通知

認

定

申請日から原則30日以内に通知します。

要介護1~5

介護サービスを利用できます。 (15ページへ)

要支援1・2

介護予防サービスを利用できます。 (15ページへ)

非該当(自立)

介護サービスの利用はできませんが、介護予防事業を利用して、状態の維持・改善をはかります。

(27ページへ) いきいき支援センター

認定の結果に不服があるときは、結果を 知った日の翌日から60日以内に愛知県介 護保険審査会へ不服申立てができます。

◆要介護度(介護の手間)は必要とされる介護の量できまります。

要支援・要介護の認定は、病気やケガの症状そのものではなく、介護サービスの必要な程度を判定することが目的です。したがって、身体の状態や病状の重症度と要介護度が一致しない場合も考えられます。次の事例のように、認知症の症状は同程度でも、Aさんのほうが身体機能が高い分、認知症に伴う行動・心理症状(BPSD)により見守りやお世話を必要とすることが多く見られ、結果的にBさんよりも介護により時間がかかると判定される場合もあります。

	認知症	身体状態	BPSD	\rightarrow	必要とされる介護の量
Aさん	同程度	障害軽い	俳かいなどが多い	\rightarrow	BPSDに対応した介護に要する時間がより長い
Bさん	同程度	ねたきり	少ない	\rightarrow	BPSDに対応した介護に要する時間がより短い

◆認定の有効期間・更新について

認定の有効期間は、原則として申請した月およびその後6か月間(申請が月の初日の場合は、その月を含めて6か月間)です。引き続き介護が必要な方は、有効期間が終了する60日前から30日前までの間に、更新の申請をして下さい。

(更新認定の場合は、有効期間が2年まで延長される場合があります。)

【所得税、市県民税の障害者控除認定】

65歳以上のねたきりや認知症の方が、一定の基準により 社会福祉事務所長の認定を受けた場合は、所得税や市・ 県民税の障害者控除の対象となり、所得金額から一定額 が控除されます。

一般障害者控除	特別障害者控除
①知的障害者 (軽度・中度) に準ずる方	②知的障害者(重度)に準ずる方 ③6ヵ月以上ねたきりで食事・排せつ 等の日常生活に支障がある方
所得税 : 27万円控除 市•県民税 : 26万円控除	所得税 : 40万円控除 市・県民税 : 30万円控除

※上記①~③の認定基準と要介護認定の基準は異なりますが、要介護の認定を受けられた方は控除認定の対象となる場合があります。 ※認定については、お住まいの区の福祉課へお問合せください。

介護サービスを利用するには

はありません。

居 宅で 宅 **D** 生活を 支 援 希望 事 業 さ 者 ħ 0 る 選 場 合

施設等での生活を希望される場合

サービス計画(ケアプラン)の 作成が必要です。

在宅系サービスを利用するときには、居宅介護支援事業者(要介護者) またはいきいき支援センター(要支援者)に依頼して、サービス計画(ケアプラン)の作成が必要となります。 サービス計画(ケアプラン)の作成費用については、利用者負担

◆居宅介護支援事業者とは・・・

要介護の方やご家族と相談しながら、一緒に介護サービス計画 (ケアプラン)を作成する身近な相談機関です。介護サービス事業者や施設との連絡調整や、認定申請の代行、在宅系サービスの給付管理なども行います。このようなサービスを、『居宅介護支援』といいます。

要支援の方の介護予防サービス計画(ケアプラン)の作成等は、いきいき支援センターが行います。このようなサービスを、 『介護予防支援』といいます。(介護予防サービス計画の作成を 居宅介護支援事業所に委託することもあります。)

また、居宅支援事業者・いきいき支援センターは、市から委託 を受けた要介護認定等のための訪問調査なども行います。

サービス計画 (ケアプラン) の作成

利用者やその家族は、利用者の心身の状況や生活環境などに応じて、サービスの種類や内容などを介護支援専門員(ケアマネジャー)またはいきいき支援センターと相談して決めます。

◆居宅介護支援事業者の介護サービス計画 (ケアプラン) の例

●例…日帰りで通うサービスを多く利用する要介護3の方の場合

	月	火	水	木	金	土	日
午前 午後	通所介護 ま た は 通 所 リハビリ	訪問介護	通所介護 ま た は 通 所 リハビリ	訪問看護	通所介護 ま た は 通 所 リハビリ	訪問介護	
夜	訪問介護 (夜間対応型)	訪問介護 (夜間対応型)	訪問介護 (夜間対応型)	訪問介護 (夜間対応型)	訪問介護 (夜間対応型)	訪問介護 (夜間対応型)	訪問介護 (夜間対応型)

14



福祉用具貸与

車いす、マットレス、特殊寝台など

短期入所サービス

施設等へ 直接申し込みます。

介護老人福祉施設

介護老人保健施設

介護療養型医療施設

13

特定施設入居者生活介護

認知症対応型共同生活介護



事業所との契約

利用するサービス 事業者とは契約が 必要です。

サービス事業者は、 利用者に対してサービス内容や利用料に対しての、事業者を選びための重要な事項について文書で説明を行い、同意を得ることになっています。 必ず確認して契約ましょう。

在宅系サービスの種類

(15~18ページ)

○訪問サービス

居室(居宅)で介護などを受けるサービスです。

○通所サービス

居宅から施設に通って介護などを受けるサービスです。

○短期入所サービス

介護老人福祉施設などの入所・入居施設へ期間を決めて入所するサービスです。

○小規模多機能型居宅介護

上記のサービスを組み合わせて受けるサービ スです。(ケアプラン作成も事業所で行います。)

○福祉用具貸与など

サービス計画(ケ アプラン)の作成 依頼届

居宅介護支援事業者またはい きいき支援センターにサービ ス計画 (ケアプラン) の作成を 依頼したことを、お住まいの 区の区役所福祉課または支所 区民福祉課に届け出て下さい。

※平成24年5月7日開始予定

このようなサービスが利用できます。

要介護1~5の方が利用できるサービス(介護サービス)、要支援1・2の方が利用できるサービス(介護予防サービス)には次のようなものがあります。

【在宅系サービス】

「自宅で受けることのできる介護サービス」

	サービスの種類	内容
1	訪問介護 (ホームヘルプサービス)	ホームヘルパーなどが家庭を訪問して、介護や家事の援助をします。
	介護予防訪問介護	介護予防訪問介護では、利用者の自立した生活を支 援する観点からサービスを提供します。
2	夜間対応型訪問介護	夜間に定期的に巡回して行う訪問介護と、利用者からの連絡を受け必要に応じて随時対応する訪問介護を組み合わせたサービスです。
3	訪問入浴介護	浴槽を積んだ入浴車で家庭を 訪問して、入浴の介護をしま
	介護予防訪問入浴介護	す。
4	訪問看護	医師の指示のもとに、看護師などが家庭を訪問して
	介護予防訪問看護	看護や診療の補助を行います。
5	訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士が家庭を訪問して、リハビ
	介護予防リハビリテーション	リテーションを行います。
67	定期巡回・随時対応型 訪問介護看護 (※平成24年度より新設)	日中・夜間を通じて、訪問介護と訪問看護が密接に 連携しながら、短時間の定期巡回型訪問と随時の対 応を行います。
7	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て、療
	介護予防居宅療養管理指導	養上の管理や指導をします。

15

…要介護1~5の方が利用できるサービス(介護サービス)…要支援1・2の方が利用できるサービス(介護予防サービス)☆ …地域密着型サービス

W	… 地域密有型サービス	
	サービスの種類	内容
8	福祉用具貸与	福祉用具の貸し出しを行います。 < <mark>対象となる福祉用具> <u>車いす、特殊寝台、床ずれ防止用具(空気マットなど)、体位変換器</u>手すり・スロープ(取付け工事のいらないもの)、歩行器、歩行補助杖、認知症老人</mark>
	介護予防福祉用具貸与	(非かい感知器、移動用リフト、自動排泄処理装置など ※下線の用具は原則要介護2から5の方が対象です。 ※自動排泄処理装置のうち便が自動的に吸引されるものについては、原則として要介護4・5の方が対象です。
9	福祉用具購入費の支給	特定福祉用具販売事業者として指定を受けた介護保険サービス事業者で福祉用具を購入したときに、その費用の一部を支給します。
	介護予防福祉用具購入費の支給	
10	住宅改修費の支給	介護のための小規模な住宅改修について、その費用の 一部を支給します。 ※改修工事の前に区役所福祉課への申請が必要です。
10	介護予防住宅改修費の支給	
11	生活援助型配食サービス (市町村特別給付) ※要支援・要介護度に関係なく利用できます。	利用者の居宅に食事を配達するとと もに、本人の安否確認を行い必要な 場合には関係機関などへ連絡しま す。

福祉用具を購入した場合および住宅改修をした場合の費用は、利用者が立て替え払いし、 後からその費用の9割を支給します。ただし、住宅改修については登録事業者を利用する 場合、1割負担のみでサービスを受けることができます。

施設に通ったり、短期間入所して受ける介護サービス



<日帰り滞在型>

\ - \ \ \		
	サービスの種類	内容
12	通所介護(デイサービス)	デイサービスセンターなどの施設で、入浴や食事その他の日常生活に必要な介護をします。 介護予防通所介護では、運動器の機能向上や栄養改
12	介護予防通所介護	善などを目的とした介護予防のサービスも選択し利用できます。
13	認知症対応型通所介護 (デイサービス)	認知症の高齢者を対象に、デイサービスセンターな どの施設で、入浴や食事その他の日常生活に必要な
	介護予防認知症対応型通所介護	介護をします。
14	通所リハビリテーション (デイケア)	施設などで、理学療法士や作業療法士などがリハビ リテーションを行います。 介護予防通所リハビリテーションでは、運動器の機
'-	介護予防通所リハビリテーション	能向上や栄養改善などを目的とした介護予防のサービスも選択し利用できます。

○食費のほか、日常生活に要する実費が別にかかります。

<短期宿泊型>

	サービスの種類	内容			
15	短期入所生活介護 (ショートステイ)	短期間、特別養護老人ホームなどの施設に入所して いただき、介護をします。			
	介護短期入所生活介護	いにには、川豆としのり。			
16	短期入所療養介護 (ショートステイ)	短期間、介護老人保健施設などの施設に入所してい ただき、医学的管理のもとでの介護をします。			
	介護予防短期入所療養介護				

- ○滞在費・食費のほか、日常生活に要する実費が別にかかります。
- ○認定有効期間内において、原則としてその半分の日数を超える利用はできません。

17

○連続利用は最大30日までです。

「通い」「泊り」「訪問」を組み合わせて受ける介護サービス

	サービスの種類	内容
17	小規模多機能型居宅介護	事業所で入浴や食事その他の日常生活に必要な介護 を行う「通い」のサービスのほか、利用者の状態や
	介護予防小規模多機能型居宅介護	希望に応じ、随時「訪問」や「泊まり」のサービス を組み合わせて提供します。
18	複合型サービス (※平成24年度より新設)	小規模多機能型居宅介護と訪問看護の複数のサービ スを組み合わせて提供します。

○食費のほか、日常生活に要する実費が別にかかります。

○「泊り」サービスの利用時には、滞在費が別にかかります。



利用限度額

在宅系サービスには、要介護度ごとに利用できるサービスの限度額があります。

(ただし、(介護予防) 居宅療養管理指導、(介護予防) 福祉用具購入費の支給、(介護予防) 住宅改修費の支給、生活援助型配食サービス(市町村特別給付) を除きます。)

(1か月あたり)

	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
要介護度	利用限度額(介護報酬)
要支援1	4, 970単位
要支援2	10,400単位
要介護1	16,580単位
要介護2	19,480単位
要介護3	26,750単位
要介護4	30,600単位
要介護5	35,830単位

※介護報酬とは、利用者負担(1割分)を含んだ介護サービスの価格で、単位数で表します。 ※利用者負担は、「介護報酬(単位)×1単位の単価」の1割となります。(サービスごとの介護報酬は25~26 ページを参照してください。)

【施設・居住系サービス】



中・長期間、施設に入所して受ける介護サービス

	サービスの種類	内容
19	認知症対応型共同生活介護 (認知症高齢者グループホーム) 介護予防認知症対応型共同生活 介護 (認知症高齢者グループホーム)	認知症の方が、少人数で共同生活を営めるよう介護 をします。 ※要支援1の方は対象となりません。
20	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	指定を受けた有料老人ホームやケアハウス(特定施設)などに入居している方に、その施設が行う介護などのサービスも介護保険のサービスとなります。
217	地域密着型特定施設入居者生活介護	定員29人以下の小規模の特定施設において介護など を行うサービスです。
22	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、家庭での介護が困難なねたきり や認知症の方に対し、介護を行う施設です。
23	地域密着型介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	定員29人以下の小規模な特別養護老人ホームです。 常に介護が必要で、家庭での介護が困難なねたきり や認知症の方に対し、介護を行います。
24	介護老人保健施設	比較的病状が安定し、介護や看護を必要とする方に対し、看護、医学的管理のもとでの介護やリハビリテーションなどを行う施設です。
25	介護療養型医療施設	治療よりも長期にわたる療養が必要な方に対し、看護、医学的管理のもとでの介護、必要な医療などを 行う施設です。

○滞在費・食費(認知症対応型共同生活介護は食材料費)のほか、日常生活に要する実費が別 にかかります。

地域密着型サービス

地域密着型サービスは、介護や支援を必要とする方が、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けることができるように、平成18年度より創設されました。このサービスは原則名古屋市の住民の方のみが利用できます。(☆のついたサービスが地域密着型サービスです。)

サービスを利用したとき負担の軽減制度があります。

介護サービスを利用したとき、低所得の方などに負担の軽減制度があります。

利用者負担の減免制度

災害により住宅などに著しい損害を受けたことや、生計を支えている方が長期間入院したことなどにより、利用者負担の支払いにお困りの方は、申請により利用者負担(1割分)が減免されることがあります。

高額介護サービス費

同一世帯の利用者が支払った1ヶ月ごとの利用者負担(1割分)の合計が一定の上限をこえるときは、申請により高額介護サービス費としてそのこえた額が支給されます。

ただし、次の負担は高額介護サービス費の対象となりません。

- (1) 福祉用具購入や住宅改修にかかる負担
- (2) 施設における居住費(短期入所の場合は滞在費) および食費
- (3) 理美容代などの日常生活に要する実費
- (4) 生活援助型配食サービスにかかる負担 等

なお、低所得の方に対しては、高額介護サービス費の対象となる利用者負担(1割分)の上限が低く設定され、負担が軽減されます。また、初回のみ申請にお越しいただければ、以後は自動的に口座に振り込まれます。

<利用者負担(1割分)の上限>

(1ヶ月あたり)

	利用者負担段階			
⇔ 1 F几限比	生活保護等を受けている方	15,000円(個人)		
第1段階	老齢福祉年金受給者で世帯全員が市町村民税非課税の方	15,000円		
第2段階	世帯全員が市町村民税非課税で公的年金等の収入金額と (個人) 合計所得金額の合計が80万円以下の方			
第3段階	世帯全員が市町村民税非課税で利用者負担第2段階に該 当しない方	24,600円		
第4段階	本人が市町村民税非課税で同じ世帯に市町村民税課税者 がいる方 市町村民税が課税されている方	37,200円		

高額医療合算介護サービス費

「高額介護サービス費」の支給に加え、平成20年4月からは、各医療保険(国民健康保険、被用者保険、後期高齢者医療制度)における世帯内で、1年間(毎年8月から翌年7月)の医療保険と介護保険の自己負担額を合算した額から世帯の負担限度額(年額)を差し引いた額が501円以上となる場合、この限度額をこえた分の内、介護保険に係る部分を「高額医療合算介護サービス費」として支給します。なお、医療保険に係る部分については「高額介護合算療養費」として医療保険者より支給されます。

世帯の負担限度額

(年額)

所	保険区分	後期局節百医療 (世帯内の被保険者) +介護保険 (世帯内の70~74歳)		被用者保険または 国民健康保険 (世帯内の70歳未満) +介護保険			
1	一定以上所得がある世帯	6 7	1 2 6 万円				
2	一般世帯	5 6	6 7 万円				
3	市民税非課税世帯	3 1	2 4 FM				
4	③のうち、 所得が一定 以下の世帯	1 9	万円	3 4 万円			

※所得区分は基準日 (7月31日) 現在の医療費の自己負担限度額で適用される 区分です。



居住費・食費の利用者負担(負担限度額)

施設サービスおよび短期入所サービス(ショートステイ)の居住費(滞在費)・食費については、本人の所得や世帯の課税状況によって利用者負担段階が設けられ、その段階ごとに、居住費(滞在費)・食費の負担の限度が決められます。

あらかじめ区役所福祉課へ申請し、区役所の発行した負担限度額認定証を、サービスを利用する施設等へ提示する必要があります。

利用者負担段階と負担限度額

(1日あたり)

会 块 阳 在 药						
	利用者負担	段階		負担限度額		
			居住費・滞	在費	食費	
	生活保護	等を受けてい	ユニット型個室	820円		
	る方		ユニット型準個室	490円		
第1段階	老齢福祉	年金受給者で	従来型個室	490円	300円	
	世帯全員が市町村民税		*特養等	320円		
	非課税の別	J	多床室	0円		
	世帯全員		本人の公的年	ユニット型個室	820円	
			ユニット型準個室	490円		
第2段階			従来型個室	490円	390円	
			*特養等	420円		
	が市町村		多床室	320円		
			ユニット型個室	1,310円		
		第2段階に該当しない方	ユニット型準個室	1,310円		
第3段階			従来型個室	1,310円	650円	
			*特養等	820円		
			多床室	320円		
第4段階	上記以外の方		負担限度額	 なし	負担限度額なし	



- 負担限度額認定は原則として、申請日の属する月の初日から適用されます。
- 「利用者負担第4段階」として負担限度額認定に該当しなかった場合でも、その後「利用者負担第1~3段階」に該当することとなった場合には、再度申請をすることにより申請日の属する月の初日から適用を受けることができます。
- 利用者負担段階における「市町村民税非課税の方」…地方税法の規定による市町村民税 (同法第328条の規定によって課する所得割を除く。)が課されていない方又は市町村の条 例で定めるところにより当該市町村民税が免除された方をいいます。
- 公的年金等の収入金額…老齢・退職年金など、課税対象となる年金などの収入金額(所得税法第35条第2項第1号に規定する公的年金等の収入金額)をいい、遺族、障害年金などの非課税年金は含まれません。
- 合計所得金額…損失の繰越控除前の総所得金額(事業所得、給与所得、雑所得等)、特別 控除前の土地・建物等の分離譲渡所得金額等の合計額(地方税法第292条第1項第13号に規定 する合計所得金額)をいいます。

(居住環境の種類)

ユニット型 個 室	食事や談話ができる共同生活室を併せ持ち、一定の基準を満たした完 全な個室
ユニット型 準 個 室	食事や談話ができる共同生活室を併せ持つが、一定の基準を満たして いない個室
従来型個室	食事や談話ができる共同生活室がない個室
多床室	上記のいずれにも該当しない、定員2人以上の部屋

市町村民税が課税されている世帯に対する居住費・食費の軽減

負担限度額の認定は市町村民税が課税されている世帯は 対象になりませんが、高齢夫婦などで一方が施設に入所し た場合、在宅で生活する配偶者が生計困難にならないよ う、一定の要件を満たす場合には、居住費・食費が軽減さ れます。



その他の負担軽減制度

障害者ホームヘルプサービスを利用していた方などの負担軽減の支援措置

65歳となり介護保険適用となった方で、その前おおむね1年間障害者施策によるホームヘルプサービスを利用していた方または特定疾病を原因とした障害によって要介護認定等を受けた40歳~64歳の方で、負担額を0円にすることで生活保護を必要としなくなる方については、訪問介護、介護予防訪問介護及び夜間対応型訪問介護の利用者負担が減額されます。

あらかじめ区役所福祉課へ申請し、区役所の発行した減額認定証をサービスを 利用する事業者等へ提示する必要があります。

社会福祉法人等による利用者負担の軽減制度(社福軽減)

生活保護受給者もしくは中国残留邦人等支援給付受給者(以下、生活保護受給者等という。) または市町村民税非課税世帯で世帯収入や預貯金等が一定条件にあてはまる方については、軽減を実施している社会福祉法人等が利用者負担を減額する制度があります。

あらかじめ区役所福祉課へ申請し、区役所の発行した社福軽減の確認証をサービスを利用する施設等へ提示する必要があります。

[内 容] 軽減を実施している社会福祉法人および名古屋市が行っている以下の サービスについて、介護サービス費 (1割分)、居住費 (滞在費) および食 費の一部が減額されます。

生活保護受給者等については、特別養護老人ホームもしくは(介護予防)短期入所生活介護における個室の居住費(滞在費)に限る。

[対象サービス]

- 介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)
- 地域密着型介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)
- 動問介護*・夜間対応型訪問介護(ホームヘルプサービス)

24

- 通所介護*・認知症対応型通所介護*(デイサービス)
- 短期入所生活介護*(ショートステイ)
- 小規模多機能型居宅介護*
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護
- 複合型サービス

*は介護予防型を含む





介護報酬の例

【在宅系サービス】		介護サ	ービス	介護予防サー	-ビス
			が利用できます。 この1割となり	要支援 1・2 の方が利 (利用者負担は、この1	
サービスの種類		ます。)		ます。)	
		1回あ	うたり	1月あたり	
訪問介護 介護予防訪問介護		身体介護が中心で、月 1時間未満の場合		週1回程度の利用が必要 援1の方)	
	(10.84円)		402 単位		1,220 単位
定期巡回・随時対応型 訪問介護看護	(10.0.4EL)	1月点 訪問看護サービス (要介護 3 の方)	5たり を行う場合 20,720 単位		
夜間対応型訪問介護	(10.84円)	1回あたり 定期巡回 381 単位 随時対応 580 単位	1月あたり オペレーション センターサービス 1,000単位		
	(10.84円)	300 丰位			
訪問入浴介護			1050 単位	たり	OEV 봤냐
介護予防訪問入浴介護	(10.84円)		1,250 単位		854 単位
訪問看護 介護予防訪問看護	(10.84円)	訪問看護ステ	1回あ ーションによる所要8 830 単位	たり 寺間 30 分以上 1 時間未満 I	の場合 830 単位
訪問リハビリテーション	(10.0-1)		1回あ	たり	000 十四
介護予防訪問リハビリテーション	(10.66円)		305 単位		305 単位
福祉用具貸与		B63 /	1月あ		
介護予防福祉用具貸与	(10円)	実際!	こ要した質用の1/	10が単位数となります	0
\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\			5たり	1月あたり	
通所介護 介護予防通所介護	(10.54円)	小規模事業所における 7時間未満の場合(要		「運動器の機能向上」を (要支援1の方)	·選択する場合 2,324 単位
	(10.54円)		950 辛位	ナ- い	2,52寸 一旦
認知症対応型通所介護 介護予防認知症対応型通所介護	(10.66円)	単独型事業所における 7時間未満の場合(要	5所要時間5時間以上	単独型事業所における所要 7時間未満の場合(要支援	
	(10.00[])	1回ま	,	1月あたり	102
通所リハビリテーション 介護予防通所リハビリテーション		通常規模事業所におい 上6時間未満の場合(ける所要時間4時間以 要介護3の方)	「運動器の機能向上」を選抜援1の方)	
	(10.66円)		717 単位		2,637 単位
短期入所生活介護 介護予防短期入所生活介護			1日あ 、(従来型個室)の場合	特別養護老人ホーム(従来	受型個室)の場合
7.14久 7.77/27/37 7/71上7日711尺	(10.54円)	(要介護3の方)	751 単位	(要支援1の方)	
短期入所療養介護 介護予防短期入所療養介護	(10.54円)	介護老人保健施設(ぞ (要介護3の方)	1日あ 従来型個室)の場合 860 単位	たり 介護老人保健施設(従来型 (要支援1の方)	』個室)の場合 576 単位
小規模多機能型居宅介護			1月あ	たり	
介護予防小規模多機能型居宅介護	(10.66円)	要介護3の方	23,286 単位	要支援1の方	4,469 単位
複合型サービス	(10.66円)	 ∧ =# o o - -	5たり 25,111 単位		
居宅療養管理指導			1回あ		
介護予防居宅療養管理指導	(10円)		医療機関の医 500 単位	師が行う場合 	500 単位
居宅介護支援 介護予防支援		介護支援専門員の取 満の場合(要介護3)		たり	
*利用者負担はありませ	ん。 (10.84円)	/ 쁴ックー刎口(女川 設う)	1,300 単位		412 単位

【施設・居住系サービス】	介護サービス	介護予防サービス
サービスの種類	要介護1~5の方が利用できます。 (利用者負担は、この1割となり ます。)	要支援1・2の方が利用できます。 (利用者負担は、この1割となり ます。)
	1日あ	
認知症対応型共同生活介護	ユニット数	
介護予防認知症対応型共同 生活介護 (10.54円)	要介護 3 の方 852 単位	要支援2の方 *要支援1の方は対象となりません。 785 単位
######################################	1日あ	· -
特定施設入居者生活介護 介護予防特定施設入居者生活	要介護3の方	要支援1の方
介護 (10.54円)	700 単位	196 単位
	1日あたり	
地域密着型特定施設入居者 生活介護	要介護3の方	
生活介護 (10.54円)	700 単位	
	1日あたり	
介護老人福祉施設	多床室の場合 (要介護3の方)	
(特別養護老人ホーム) (10.54円)	770 単位	
	1日あたり	
地域密着型介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)	多床室の場合(要介護3の方)	
(行劢食設名八小一厶) (10.54円)	770 単位	
	1日あたり	
介護老人保健施設	多床室の場合(要介護3の方)	
(10.54円)	897 単位	E O TO THE STATE OF THE STATE O
	1日あたり	
介護療養型医療施設	多床室の場合(要介護3の方)	
(10.54円)	1,120 単位	

- *介護報酬は、利用者負担(1割分)を含んだ介護サービスの価格であり、単位数で表示します。
- *利用者負担は、「介護報酬×1単位の単価」の1割となります。
- *利用するサービスや施設の状況により各種加算などが生じますので、実際の額は状況によって異なります。

【その他のサービス】 以下のサービスは要支援・要介護状態区分に関係なく利用できます。

福祉用具購入費の支給	利用限度額は要支援・要介護状態区分に関係なく一律 10 万円(1 年度あたり)です。
住宅改修費の支給	利用限度額は要支援・要介護状態区分に関係なく一律 20 万円です。
生活援助型配食サービス (市 町 村 特 別 給 付)	利用者負担は食事代の全額と安否確認などに要する経費(200円)の1割(20円) となります。

いきいき支援センター(地域包括支援センター)の概要

【いきいき支援センターとは】

高齢者の身近な相談窓口として、すべての市町村においていきいき支援センター(地域 包括支援センター)が設置されています。本市では、各区に1~2ヵ所、全市に29ヵ所 のいきいき支援センターを設置しています。

いきいき支援センターには、主任介護支援専門員・社会福祉士・保健師などが配置されます。それぞれが専門性を活かしながら、ひとつの「チーム」として業務にあたります。

- ○相談費用は無料です。
- ○開設時間は月~金曜日(祝日、年末年始を除きます)午前9時~午後5時

いつまでも元気に! 介護予防をすすめます

- 要支援・要介護状態になるお それのある方への支援
- 要支援1・2と認定された方へ の支援



保健師等

高齢者のみなさまの 権利を守ります

● 高齢者虐待・権利擁護 消費者被害の相談



いきいき支援センター

社会福祉士

主任介護支援専門員

さまざまな問題について相談に応じます

- 健康、福祉、介護などの総合的な相談
- 認知症に関する相談

認知症高齢者を介護するご家族を支援します

- 家族教室
- 家族サロン
- 医師 (もの忘れ相談医) の専門 相談
- 認知症サポーター養成講座の 開催

※名古屋市のいきいき支援センターは、名古屋市が委託をした法人が運営をしています。

認知症に関する専門の電話相談窓口

認知症コールセンターをご利用ください。 TEL 052-763-1332

- ○社会福祉士などが認知症に関するさまざまな相談に対応します。
- ○相談費用は無料です。(通話料金がかかります。)
- 〇受付時間は月・水・木・金曜日の午前10時~午後4時、火曜日の午後2時~午後8時です。 (祝日、年末年始を除きます。)

いきいき支援センター(地域包括支援センター)一覧

	名	称	所 在	地	電話 (ファックス)	担当地域(小学校区)
千種	千 種 区 月 いきいき支援セ		千種区桜が丘11-1 ソフィアビル1F		781-8343 (781-8346)	上野、自由ヶ丘、千代田橋、東山、 富士見台、星ヶ丘、宮根、大和
	千種区 le いきいき支援セ		千種区西崎町2-4- 千種区在宅サービスセンタ		763-1530 (763-1547)	内山、千石、高見、田代、千種、春岡、見付
東	東 いきいき支援セ	区 2ンター	東区泉二丁目28-5 東区在宅サービスセン	ター内	932-8236 (932-9311)	区内全域
北	北 区 東 いきいき支援セ		北区上飯田通二丁目3 CKビル1F	7	991-5432 (991-3501)	飯田、城北、杉村、辻、東志賀、宮前、 名北、六郷、六郷北
	北 区 西 いきいき支援セ		北区清水四丁目17- 北区在宅サービスセン		915-7545 (915-2641)	味鋺、大杉、川中、金城、楠、楠西、光城、 清水、西味鋺、如意
西	西 区 北 いきいき支援セ		西区市場木町 1 5 7 パークサイドなかしま	1 F	505-8343 (505-8345)	稲生、浮野、大野木、庄内、中小田井、 比良、平田、比良西、山田
	西 区 南 いきいき支援セ		西区花の木二丁目18 西区在宅サービスセン		532-9079 (532-9020)	榎、上名古屋、江西、児玉、栄生、城西、 那古野、幅下、枇杷島、南押切
中村	中 村 区 コ いきいき支援セ		中村区名楽町4-7- 中村区在宅サービスセンタ		486-2133 (483-3410)	稲西、稲葉地、諏訪、豊臣、中村、日比津、 ほのか
	中村区原いきいき支援セ		中村区豊国通1-14		483-6866 (483-6867)	岩塚、米野、千成、八社、日吉、牧野、柳、笹島(新明、六反)
中	中 いきいき支援セ		中区上前津二丁目12· 中区在宅サービスセン		331-9674 (331-9953)	区内全域
昭和	昭和区月 いきいき支援セ	ンター	昭和区滝川町33 いりなかスクエア3F		861-9335 (861-9336)	伊勝、川原、滝川、広路、八事
	昭和区 いきいき支援セ	ンター	昭和区御器所三丁目 1 昭和区在宅サービスセンタ		884-5513 (883-2231)	御器所、松栄、白金、鶴舞、吹上、村雲
瑞穂	瑞穂区 りいきいき支援セ	ンター	瑞穂区佐渡町3-18 瑞穂区在宅サービスセンタ	-内	858-4008 (841-4080)	汐路、豊岡、中根、弥富、陽明
	瑞 穂 区 🏻 いきいき支援セ		瑞穂区堀田通1-18 シティアーク1F		872-1705 (872-1707)	井戸田、高田、穂波、堀田、瑞穂、御劔
熱田	熱 田 いきいき支援セ		熱田区神宮三丁目1- 熱田区在宅サービスセンタ	一内	671-3195 (671-4019)	区内全域
中川	中川区 見いきいき支援セ	ンター	中川区八幡本通2-2 コーポ中野1F		354-8343 (354-8341)	愛知、篠原、昭和橋、玉川、露橋、常磐、 中島、西中島、広見、八熊、八幡
	中 川区 🛭 いきいき支援セ	ンター	中川区小城町一丁目1 中川区在宅サービスセン	ター内	352-8258 (353-5879)	赤星、荒子、五反田、千音寺、戸田、豊治、 長須賀、西前田、野田、春田、正色、万場、明正
港	港 区 東 いきいき支援セ	ンター	港区港楽二丁目6-3 港区在宅サービスセン		651-0568 (661-2940)	稲永、大手、港楽、成章、東海、中川、 西築地、野跡、東築地
	港 区 西 いきいき支援セ	ンター	港区寛政町6-25		381-3260 (381-3261)	小碓、港西、正保、神宮寺、高木、当知、 南陽、西福田、福田、福春、明徳
南	南 区 北 いきいき支援セ	ンター	南区桜本町112 桜台コーポ1F		811-9377 (811-9387)	大磯、春日野、菊住、桜、伝馬、道徳、 豊田、明治、呼続
	南 区 南 いきいき支援セ	ンター	南区前浜通3-10 南区在宅サービスセン		819-5050 (823-2688)	笠寺、笠東、柴田、大生、宝、千鳥、白水、 宝南、星崎
守山	守山区見いきいき支援セ	ンター	守山区小幡南一丁目24 守山区在宅サービスセンタ		758-2013 (758-2015)	天子田、大森、大森北、小幡、志段味西、下志段味、 吉根、志段味東、苗代、本地丘、森孝西、森孝東
	守山区でいきいき支援セ	ンター	守山区瀬古東二丁目4	1 1	758-5560 (758-5582)	小幡北、白沢、西城、瀬古、鳥羽見、 廿軒家、二城、守山
緑	緑区北いきります	ンター	緑区鹿山二丁目 1 – 5 NTT鳴子ビル内		899-2002 (891-7640)	旭出、浦里、大清水、片平、神の倉、熊の前、黒石、小坂、滝ノ水、常安、戸笠、徳重、長根台、鳴子、鳴海東部、桃山
	緑 区 南いきり接せ	ンター	緑区左京山3038		624-8343 (624-8361)	相原、有松、大高、大高北、大高南、桶狭間、太子、鳴海、南陵、東丘、平子、緑
名東	名東区はいきいき支援を	ンター	名東区上社一丁目80 名東区在宅サービスセン・	9-内	726-8777 (726-8776)	猪高、猪子石、香流、北一社、豊が丘、 引山、藤が丘、平和が丘、蓬来、本郷
	名東区で	ンター	名東区代万町3-11 エイジトピア星ヶ丘ドクタース		709-6121 (701-5400)	梅森坂、上社、貴船、極楽、高針、西山、 前山、牧の原、名東
天白	天白区見いきいき支援セ	ンター	天白区原一丁目301 天白区在宅サービスセン・	9-内	809-5555 (809-5551)	相生、植田、植田東、植田北、植田南、 しまだ、高坂、原、平針、平針北、平針南
	天 白 区 🛭		天白区大坪二丁目80	1	839-3663 (839-3665)	大坪、表山、天白、野並、八事東、山根

28

元気なうちから、介護予防をしましょう

年齢とともに『からだとこころの機能』が低下することは、誰にでも起こり えることです。しかし、「もう年だから」「おっくうだから」と言って何もし ないと、更に機能が低下し、日常生活を送る上でさまざまな支障がでてくるこ とがあります。

次ページの**『介護予防チェックリスト』**で、定期的に自己チェックを行い、 ご自分のからだのサインに早く気づき、心身の状況に応じた介護予防に積極的 に取り組みましょう。

名古屋市では、運動で体を動かすこと、生活に活かすことができる食生活や お口の健康についての学習、生きがいづくりなど、心身の状況に応じて参加・ 利用できる『いきいき介護予防事業』(31~32ページ)を提供しています。

◆「介護予防チェックリスト」の対象となる方

65歳以上の方(要介護・要支援認定を受けている方、認定申請中の方を除きます)

◆ 「介護予防チェックリスト」の記入方法

- ①「介護予防チェックリスト」の1~27の質問項目にお答えください。
- ② 右端の集計欄に「1」の数を記入してください。
- ③「介護予防チェックリスト」下の 【元気度の判定】 に基づいて、確認してください。

◆ 結果

【元気度の判定】 で「元気度が低下している心配があります」にあてはまる方は、 お住まいの地域のいきいき支援センターにご相談ください。 介護予防のための事業などをご案内させていただきます。



【問い合わせ先】

お住まいの地域のいきいき支援センター

※担当地域は28ページをご覧ください。

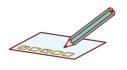
介護予防チェックリスト

★ 太わくの中をすべて記入してください。

No		質問項目			こ「O」を ください	「1.」の数を 記入	
1		バスや電車で1人で外出しています	けか	0.はい	1.いいえ	(ア)	
2	日常生活	日用品の買い物をしていますか		0.はい	1. いいえ		
3	活	預貯金の出し入れをしていますか		0.はい	1. いいえ		
4	の状況	友人の家を訪ねていますか 0.はい 1.いいえ					
5	沉	家族や友人の相談にのっていますだ)	0.はい	1.いいえ	個	
6		階段を手すりや壁をつたわらずに	昇っていますか	0.はい	1. いいえ	(1)	
7	足腰	椅子に座った状態から何もつかまらず	ずに立ち上がっていますか	0.はい	1.いいえ		
8	殿の状況	15分位続けて歩いていますか		0.はい	1. いいえ		
9	沿	この1年間に転んだことがあります	けか	1.はい	0.いいえ		
10		転倒に対する不安は大きいですか		1.はい	0.いいえ	個	
11		6 カ月間で2~3 kg以上の体重減少	かがありましたか	1.はい	0.いいえ	(ウ)	
12	栄養状況	体重 . 身長	か 50cmの場合は、1.5 mと記入) n ÷ <mark>身長 m</mark> 18.5未満の場合:「1.は い」 18.5以上の場合:「0.いいえ」	1. はい	0.いいえ	個	
13	お 口	半年前に比べて固いものが食べに<	1.はい	0.いいえ	(工)		
14	の状況	お茶や汁物等でむせることがありますか 1.はい 0.いいえ				\/	
15	淣	口の渇きが気になりますか 1.1			0.いいえ	個	
16	閉	週に1回以上は外出していますか	0.はい	1.いいえ	(オ)		
17	閉じこもり	昨年と比べて外出の回数が減っていますか 1			0.いいえ	(21)	
18	り	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などは	の物忘れがあると言われますか	1.はい	0.いいえ		
19	· 物	自分で電話番号を調べて、電話をな	かけることをしていますか	0.はい	1.いいえ		
20	忘れ	今日が何月何日かわからないときた	がありますか	1.はい	0.いいえ	個	
21	25	毎日の生活に充実感がない		1.はい	0.いいえ		
22	ここ2週間	これまで楽しんでやれていたことだ	が楽しめなくなった	1.はい	0.いいえ		
23		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 1.はい 0.いいえ					
24	の気持ち	自分が役に立つ人間だと思えない 1.はい 0.いいえ					
25	ち 1到	わけもなく疲れたような感じがする 1.はい 0.いいえ					
26	7	健康状態についてお尋ねします	1.よい 2.まあよい 3.ふつ	う 4.あまり)よくない !	5.よくない	
27	その他	介護予防事業への参加を1. ぜひ希望する2. 興味はある希望しますか3. 希望しない4. すでに参加している			ている		

【元気度の判定】

下記の<u>いずれかに</u>当てはまる場合は、元気度が低下している心配があります。 積極的に介護予防事業に参加しましょう。



・ (ア)~(オ)の合計が10個以上 ・ (イ)が3個以上 ・ (ウ)が2個 ・ (エ)が2個以上

名古屋市のいきいき介護予防事業

◆元気度が低下している心配がある方が対象の事業

問い合わせ先:いきいき支援センター

	事業名		内容		
	得トク運動教室(運動器の機能向上)	無料	フィットネスクラブや接骨院、デイサービスなどで、転倒予防や足腰の筋力を保つための家庭でもできる軽い運動や体操等を行います。		
	いきいき教室	実践編	・・・保健所などで行います。		
生活	食生活充実事業(低栄養改善)	無料	食事の相談や楽しい体験教室などを行い、低栄養を改善し、元 気になるおいしい食生活を応援します。		
生活機能の向	お□の機能向上事業 (□腔機能向上)	無料	口腔清掃やお口の体操などを行い、噛む、飲み込むな どの機能の低下を防ぎ、お口とからだの健康を保ちま す。		
上	上 認知症・うつ 予防教室		脳の活性化とこころの元気を保つためのレクリエーション等のプログラムを体験し、あたまとこころの健康を支援します。		
	福 祉 会 館 わくわく通所事業 (閉じこもり予防)		福祉会館において閉じこもり等の介護予防が必要な方を対象に 、健康増進活動やレクリエーション活動を通じて介護予防を支 援します。※教材費等の実費は必要。		
日常生活の支援	高齢者自立支援 配食サービス事業		配食が必要と判断された方を対象に配食サービスを提供し、日常生活を支援します。		
支援	高齢者自立支援 訪 問 事 業	有料	介護予防が必要とされた方に、自立支援訪問員を派遣し、家事の指導等を行い、要介護状態への進行を予防し自立生活を支援します。		



31

◆65歳以上の全ての方に参加いただける事業

	事業名	内容
	いきいき教室運動編	〇楽ひざ健康講座、ウォーキング講座など 問い合わせ先:保健所 運動器の機能向上に関する知識や運動の紹介をします。
		〇食生活充実事業(短期型) 高齢者の栄養に関する知識を学習します。
介護予防の普及	いきいき教室	〇お口の機能向上事業 (口腔機能向上普及事業) 問い合わせ先:保健所 高齢者の口腔ケアに関する知識を学習します。
の普及		〇介護予防保健学級 自分で介護予防に取り組めるよう、介護予防に関する知識を学習します。
	松ケ島における健康づくり事業	休養温泉ホーム松ケ島において、保健師等による健康相談や健康講話を定期的に行うとともに、健康指導を中心とした宿泊プランをご用意します。 ※宿泊プランは、平成24年4月~12月の間に年8回(有料) 問い合わせ先:休養温泉ホーム松ヶ島 電話:0594-42-5544
自主活動	高齢者はつらつ 長寿推進事業	コミュニティセンターなどの身近な場所でレクリエーションなどを通し、自主活動 (仲間づくり) の支援をします。地域ボランティアとしての参加もあります。 ※教材費等の実費は必要。 問い合わせ先:各区の社会福祉協議会
目主活動の支援	地域住民 法動支援事業	閉じこもり・認知症等の予防や転倒・骨折の防止を目的に、地域のコミュニティセンター等で健康チェック、健康相談を実施します。 問い合わせ先:保健所





● お問い合わせ・ご相談は ●

お住まいの区の区役所福祉課または支所民生係へおたずね下さい。

```
●千
    種
        区
           役
                   TEL 753-1848
                                 FAX 751-3120
              所
●東
          役
              所
                   TEL 934-1195
                                  FAX 936-4303
      区
●北
      区
          役
              所
                   TEL 917-6523
                                 FAX 914-2100
      X
          役
                   TEL 523-4519
                                  FAX 521-0067
● 西
              所
    村
        区役
              所
                   TEL 453-5420
                                 FAX 453-8232
中
     X
          役
              所
                   TEL 265-2324
                                 FAX 241-6986
中
                   TEL 735-3918
                                 FAX 731-8900
●昭
    和
        区
           役
              所
    穂
        X
           役
              所
                   TEL 852-9396
                                  FAX 851-1350
● 瑞
                                 FAX 682-0346
    \blacksquare
        X
           役
              所
                   TEL 683-9915
●熱
中
    Ш
        X
           役
              所
                   TEL 363-4327
                                 FAX 352-7824
●港
          役
                   TEL 654-9715
                                 FAX 651-1190
     X
              所
      区
          役
              所
                   TEL 823-9415
                                 FAX 811-6366
●南
守
    Ш
        区
           役
              所
                   TEL 796-4603
                                  FAX 793-1451
     X
          役
                   TEL 625-3964
                                  FAX 621-6841
● 緑
              所
    東
        X
              所
                   TEL 778-3007
                                 FAX 774-2781
● 名
           役
●天
    Á
        X
           役
              所
                   TEL 807-3897
                                 FAX 802-9726
                                  FAX 902-7291
●北
    区役所 楠 支所
                   TEL 901-2262
                   (★TEL 9 0 1 − 2 2 6 9
                                  FAX 902-1843)
● 西
    区役所 山田支所
                   TEL 501-4935
                                  FAX 504-7409
                   (\pm TEL 501 - 4978)
● 中川区役所 富田支所
                   TEL 301-8143
                                  FAX 302-7516
                   (★TEL 3 0 1 − 8 3 7 6
                                 FAX 301-8661)
● 港 区役所 南陽支所
                   TEL 301-8154
                                  FAX 302-3682
                   (★TEL 3 0 1 − 8 3 4 5
                                 FAX 301-8411)
● 守山区役所 志段味支所
                   TEL 736-2257
                                  FAX 736-9885
                   (★TEL 7 3 6 - 2 1 9 2
                                 FAX 736 - 4670)
●緑
   区役所の徳重支所
                   TEL 875-2206
                                  FAX 875-2208
                   (★TEL 8 7 5 - 2 2 0 7
                                 FAX 875 - 2215)
```

※平成24年5月7日より、支所区民福祉課へ変更予定です。電話番号等も同日より(★)に変更されます。



介護保険制度の概要などはNAGOYAかいごネットでもご覧になれます。 アドレス(http://www.kaigo-wel.city.nagoya.jp)

発行/名古屋市健康福祉局高齢福祉部介護保険課 TEL 972-2591 FAX 955-3367 このパンフレットは、平成24年4月現在の内容で作成しています。 このパンフレットは、古紙パルプを含んだ再生紙を使用しています。