

介護保険 サービスガイド

(令和6年度版)



市原市

もくじ

- 1 介護サービス利用までの流れ … 2
- 2 介護サービス・介護予防サービスの利用のしかた … 4
- 3 介護保険で利用できるサービス … 7
- 4 介護予防・日常生活支援総合事業 … 12
- 5 サービスにかかる費用 … 15
- 6 介護保険制度とは … 18



● 相談窓口

内容	窓口	所在地	電話番号
介護保険の申請、 保険料等に関すること	高齢者支援課 介護保険担当	市原市国分寺台 中央1-1-1	0436-23-9873
介護予防に関すること	高齢者支援課 介護予防担当	第1庁舎2階	0436-23-9814
消費者被害の問題に関すること	消費生活センター	市原市五井中央西1-1-25 サンプラザ市原2階	0436-21-0999
高齢者に関する総合相談窓口	地域包括支援 センター	P6 を御覧ください	

介護サービス利用までの流れ

介護や支援が必要になった場合、介護サービスを利用するには要介護(要支援)認定を受けることが必要です。具体的な認定や、手続きの流れは以下のようになります。

要介護(要支援)認定の申請

相談窓口

- 市役所高齢者支援課
- 地域包括支援センター

申請は、本人や家族が高齢者支援課または各支所の窓口で行います(支所では相談業務を行っていません)。また、居宅介護支援事業者などに、申請を代行してもらうこともできます。

※居宅介護支援事業者などの代行申請受付は高齢者支援課のみです。

〈申請時に必要なもの〉

- ・要介護・要支援認定申請書(受付窓口にあります)
 - ・介護保険被保険者証(65歳以上の人、65歳未満で被保険者証の交付を受けた人)
 - ・健康保険被保険者証
 - ・かかりつけ医師(主治医)の氏名と医療機関名(メモ書き)
- ※主治医に相談し、申請する旨をお伝えください。

認定審査

- 訪問調査
- 主治医意見書

市の調査員などが自宅や施設等を訪問して、心身の状況を確認するための調査を行います。主治医意見書は市が主治医に依頼します。

※申請者の主治医意見書作成料の自己負担はありません。

介護認定審査会において審査後認定結果を通知します。

非該当

「基本チェックリスト」を受ける

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ます。

※65歳以上の人のみ



保険給付事業

介護サービス

要介護1～5の方は、介護サービスを利用できます。介護サービス計画書(ケアプラン)の作成が必要となります。

介護予防サービス

要支援1～2の方は、介護予防サービスを利用できます。(一般介護予防事業、介護予防・生活支援サービス事業も併用できます。)介護予防サービス計画書(ケアプラン)の作成が必要となります。

▶4ページへ

要介護

要介護1～5の方

要支援

要支援1～2の方

生活機能の低下が見られる方

自立した生活を送れる方

総合事業

介護予防・生活支援サービス事業

介護予防・生活支援サービス事業を利用できます。(一般介護予防事業も併用できます。)

一般介護予防事業

全ての65歳以上の方は、一般介護予防事業を利用できます。

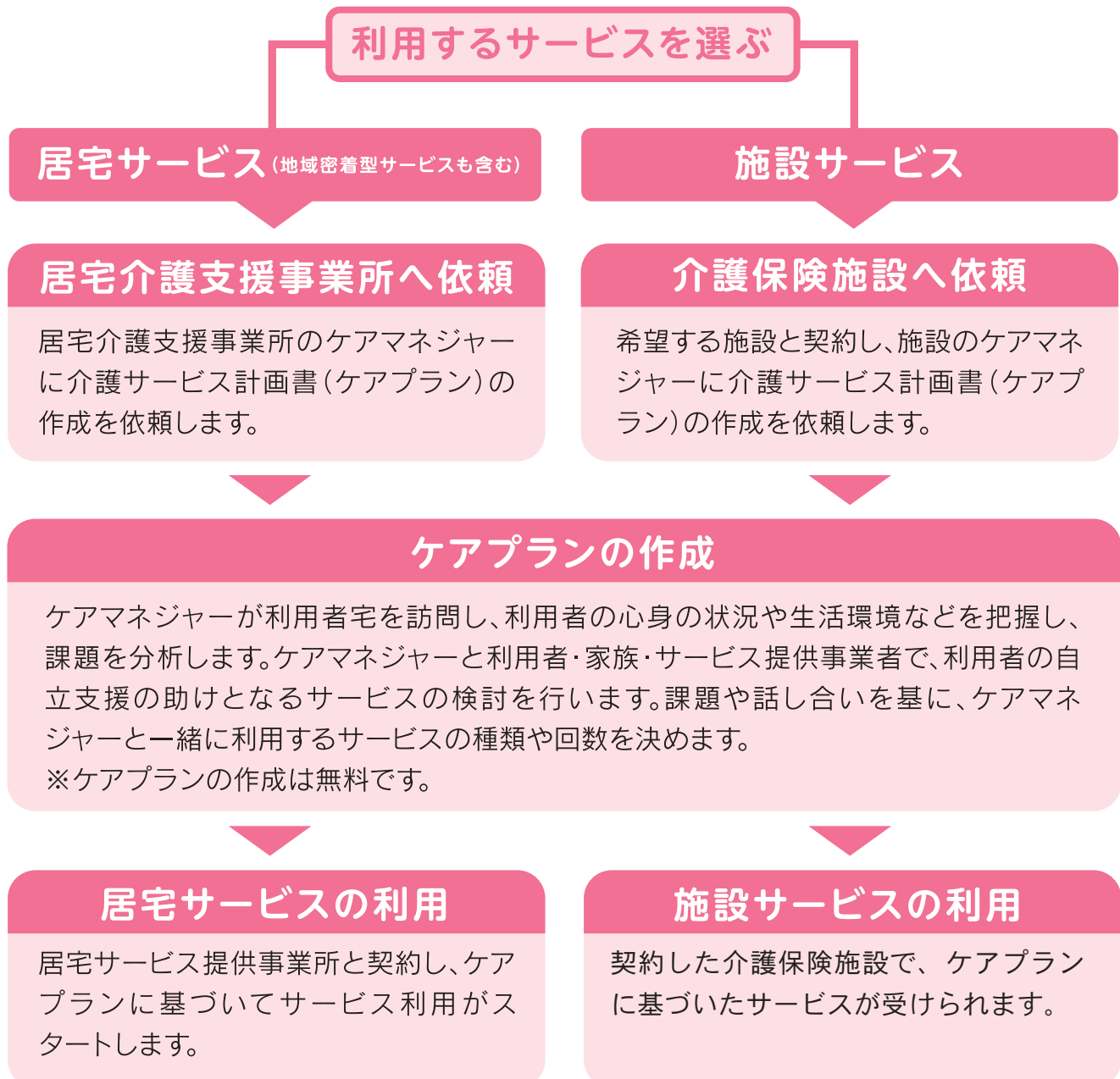
▶12ページへ

介護サービス・介護予防サービスを利用する場合は、介護(予防)サービス計画書(ケアプラン)の作成が必要となります。

ケアプランとは、どのような介護サービスをいつ、どれだけ利用するかを決める計画のことです。「要介護1」以上のケアプランは介護支援専門員(ケアマネジャー)のいる、市町村の指定を受けた居宅介護支援事業所へ依頼し、「要支援1」「要支援2」のケアプランは地域包括支援センター(又は市の指定を受けた介護予防支援事業所)に依頼します。

依頼を受けた介護支援専門員は、どのサービスをどう利用するか、本人や家族の希望、心身の状態を充分考慮して、ケアプランを作成します。

要介護1～5と認定された方



要支援1・2と認定された方

地域包括支援センター等へ依頼

地域包括支援センター（又は市の指定を受けた介護予防支援事業所）に相談し、介護予防サービス計画書（ケアプラン）の作成を依頼します。

ケアプランの作成

担当職員が、利用者の心身の状況や生活環境などを把握し、課題を分析します。担当職員と利用者・家族・サービス提供事業者で、利用者の介護予防の助けとなるサービスの検討を行い、利用するサービスの種類や回数を決めます。
※ケアプランの作成は無料です。

介護予防サービスの利用

ケアプランに基づいて、介護予防サービスを利用します。



ケアマネジャーとは

要介護者や要支援者の相談に応じたり、介護サービスを受けられるようにケアプランの作成や市町村・サービス事業者・施設等との連絡調整を行っています。ケアマネジャーは、主に居宅介護支援事業所や介護保険施設、地域包括支援センターなどにいます。



市原市地域包括支援センター(地区福祉総合相談センター)

名称	所在地	連絡先	担当圏域
市原市地域包括支援センター しおみ	青柳524-1	☎ 0436-26-5151 FAX 0436-26-5171	姉崎
			千種の一部
			五井西
市原市地域包括支援センター たいよう	有秋台東2-3 有秋プラーザ	☎ 0436-63-4016 FAX 0436-63-4017	青葉台
			有秋
			千種の一部
市原市地域包括支援センター ごい	五井5155	☎ 0436-25-5111 FAX 0436-25-5110	五井東
市原市地域包括支援センター こくぶんじ台	西国分寺台2-15-9	☎ 0436-37-3232 FAX 0436-67-1601	国分寺台
市原市地域包括支援センター ふるさと	能満2073-25	☎ 0436-75-2005 FAX 0436-74-3535	市原北
			市原西
市原市地域包括支援センター たつみ	辰巳台東5-7-6	☎ 0436-75-6633 FAX 0436-75-7733	市原東
			辰巳台
市原市地域包括支援センター 市津・ちはら台	潤井戸1362-3	☎ 0436-67-1520 FAX 0436-67-1521	市津
			ちはら台
市原市地域包括支援センター ひまわり	二日市場774-1	☎ 0436-37-7222 FAX 0436-36-7667	三和
			南総北
市原市地域包括支援センター トータス	鶴舞733-2	☎ 0436-50-6262 FAX 0436-88-2010	南総西
			南総東
			加茂

地域包括支援センターでは、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャー等が中心となって、高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を継続できるよう、介護予防に関するマネジメントをはじめとする総合的な支援を行います。

また、地区福祉総合相談センターとして、世代や分野を問わない福祉の相談もお受けしています。

主な事業

- 介護予防ケアマネジメント
- 総合相談・支援
- 権利擁護、虐待早期発見・防止
- 地域のケアマネジャーへの支援 等

基幹型地域包括支援センター(福祉総合相談センター)

地域包括支援センターの総合的な調整や後方支援を行います。介護や福祉、医療などに関する相談等もお受けしますが、ご相談の内容によって各地域の担当センターをご紹介します場合もあります。

所在地	連絡先	担当圏域
国分寺台中央1-1-1 (共生社会推進課内)	☎ 0436-23-7252 FAX 050-3102-3409	特定の担当圏域はありません

(1) 在宅サービス

- 施設へ通所して受けるサービス ※利用料のめやすは、自己負担額が1割の場合です。

要介護1～5の人

通所介護(デイサービス)

通所介護事業所で、食事・入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援を日帰りで行います。

□利用料のめやす

内容	要介護度	利用料
通常規模の事業所の場合 8時間以上9時間未満 ※送迎を含む	要介護 1～5	700円 } 1,221円

通所リハビリテーション(デイケア)

老人保健施設や医療機関等で、食事、入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のためのリハビリテーションを日帰りで行います。

□利用料のめやす

内容	要介護度	利用料
通常規模の事業所の場合 7時間以上8時間未満 ※送迎を含む	要介護 1～5	804円 } 1,455円

要支援1・2の人

介護予防通所リハビリテーション

老人保健施設や医療機関等で、共通のサービスとして日常生活上の支援やリハビリテーションを行うほか、その人の目標に合わせた選択的サービス(運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上)を提供します。

□利用料のめやす

内容	要介護度	利用料
1か月につき (共通のサービス) ※送迎、入浴を含む	要支援1	2,393円
	要支援2	4,461円

- 自宅への訪問により受けるサービス

要介護1～5の人

訪問介護(ホームヘルプサービス)

ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴、排泄、食事などの身体介護や調理、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)も利用できます。

□利用料のめやす

	内容	利用料
身体介護	20分以上30分未満	261円
生活援助	20分以上45分未満	192円
	45分以上	236円
通院時の乗車・降車等の介助	1回につき	104円

訪問入浴介護

介護職員と看護職員が家庭を訪問し、浴槽を提供しての入浴介護を行います。

□利用料のめやす

内容	利用料
全身入浴	1,355円

訪問リハビリテーション

居宅での生活行為を向上させるために、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問によるリハビリテーションを行います。

□利用料のめやす

内容	利用料
1回(20分)につき	325円

要支援1・2の人

介護予防訪問入浴介護

居宅に浴室がない場合や、感染症などの理由からその他の施設における浴室の利用が困難な場合などに限定して、訪問による入浴介護が提供されます。

□利用料のめやす

内容	利用料
全身入浴	916円

介護予防訪問リハビリテーション

居宅での生活行為を向上させる訓練が必要な場合に、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問による短期集中的なリハビリテーションを行います。

□利用料のめやす

内容	利用料
1回(20分)につき	315円

●自宅に訪問を受けるサービス

要介護1～5の人

訪問看護

疾患などを抱えている人について、看護師などが自宅を訪問して、療養上の世話や診療の補助を行います。

利用料のめやす

内容		利用料
訪問看護 ステーションから	30分未満	504円
病院または 診療所から	30分未満	427円

居宅療養管理指導

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

利用料のめやす

内容	利用限度回数	利用料
医師が行う場合	1か月に2回	515円

要支援1・2の人

介護予防訪問看護

疾患などを抱えている人について、看護師などが自宅を訪問して、介護予防を目的とした療養上の世話や診療の補助を行います。

利用料のめやす

内容		利用料
訪問看護 ステーションから	30分未満	483円
病院または 診療所から	30分未満	409円

介護予防居宅療養管理指導

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

利用料のめやす

内容	利用限度回数	利用料
医師が行う場合	1か月に2回	515円

●自立のための生活用具の貸与

要介護1～5の人	要支援1・2の人
<h3>福祉用具貸与</h3> <p>日常生活の自立を助けるための福祉用具を貸与します。</p>	<h3>介護予防福祉用具貸与</h3> <p>福祉用具のうち、介護予防に資するものについて貸与します。</p>
<h3>福祉用具貸与の対象品目</h3> <p>車いす・車いす付属品・特殊寝台・特殊寝台付属品・床ずれ防止用具 体位変換器・認知症老人徘徊感知機器・移動用リフト（つり具を除く） 【要支援1・2と要介護1の方は原則保険給付の対象となりません】</p> <p>自動排泄処理装置 【要介護1～3の方は原則保険給付の対象となりません】</p> <p>手すり（工事をとみなさないもの）・スロープ（工事をとみなさないもの） 歩行補助つえ・歩行器</p> <p>令和6年4月から、以下の福祉用具については、貸与と販売の選択制が導入されました。 固定用スロープ・歩行器（歩行車を除く）・単点杖（松葉づえを除く）・多点杖</p>	



●自立のための生活用具の購入

要介護1～5の人	要支援1・2の人
<h3 style="background-color: #00AEEF; color: white; border-radius: 10px; padding: 5px;">特定福祉用具購入費支給</h3> <p>入浴や排泄などに使用する福祉用具を購入した際、年間10万円を支給限度基準額として購入費の7割または8割または9割を介護保険から支給します。</p>	<h3 style="background-color: #00AEEF; color: white; border-radius: 10px;">特定介護予防福祉用具購入費支給</h3> <p>入浴や排泄などに使用する福祉用具のうち、介護予防に役立つ用具を購入した際、年間10万円を支給限度基準額として購入費の7割または8割または9割を介護保険から支給します。</p>
<h3 style="background-color: #00AEEF; color: white; border-radius: 10px; padding: 5px;">特定福祉用具販売の対象品目</h3> <p>※利用者の状態に応じて、要介護状態が悪化するおそれがある用品については、対象にならない場合があります。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <ul style="list-style-type: none"> ●腰掛け便座 ●自動排泄処理装置の交換可能部品 ●排泄予測支援機器 ●簡易浴槽 <ul style="list-style-type: none"> ●入浴補助用具 ●移動用リフトのつり具 </div> <p>販売事業所ごとに「福祉用具専門相談員」が配置されています。</p>	
<p>事前に指定された事業所(福祉用具販売業者に対する指定制度)で販売される特定福祉用具を購入した場合に限り、福祉用具購入費が支給されます。</p>	

●身体の状態にあわせての自宅の改修

要介護1～5の人	要支援1・2の人
<h3 style="background-color: #00AEEF; color: white; border-radius: 10px; padding: 5px;">住宅改修費支給</h3> <p>手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をした際、20万円を支給限度基準額として改修費の7割または8割または9割を介護保険から支給します。</p>	<h3 style="background-color: #00AEEF; color: white; border-radius: 10px;">介護予防住宅改修費支給</h3> <p>介護予防に役立つ手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をした際、20万円を支給限度基準額として改修費の7割または8割または9割を介護保険から支給します。</p>
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <ul style="list-style-type: none"> ●廊下や階段、浴室やトイレなどへの手すりの設置 ●段差解消のためのスロープ設置など ●滑り止めなどのための床または通路面の材料の変更 ●引き戸などの扉の取り替え等 <ul style="list-style-type: none"> ●洋式便器などへの便器の取り替え (水洗化に係る給排水設備工事を除く) ●上記の改修にともなって必要となる工事 </div> <p>※住宅改修の支給を受けるためには、工事着工前の事前確認申請が必要です。 詳しくは、担当ケアマネジャーもしくは市の相談窓口(P1参照)でご相談ください。</p>	

●短期間入所する

要介護1～5の人	要支援1・2の人																												
<h3 style="background-color: #00AEEF; color: white; border-radius: 10px; padding: 5px;">短期入所生活／療養介護(ショートステイ)</h3> <p>福祉施設や医療施設等に短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。</p> <p><input type="checkbox"/>利用料のめやす</p> <p>●短期入所生活介護</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">内容</th> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">要介護度</th> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">利用料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">介護老人福祉施設の利用(多床室) 1日につき</td> <td style="text-align: center;">要介護1～5</td> <td style="text-align: center;">637円 ～ 933円</td> </tr> </tbody> </table> <p>●短期入所療養介護</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">内容</th> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">要介護度</th> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">利用料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">介護老人保健施設の利用(多床室) 1日につき</td> <td style="text-align: center;">要介護1～5</td> <td style="text-align: center;">868円 ～ 1,100円</td> </tr> </tbody> </table>	内容	要介護度	利用料	介護老人福祉施設の利用(多床室) 1日につき	要介護1～5	637円 ～ 933円	内容	要介護度	利用料	介護老人保健施設の利用(多床室) 1日につき	要介護1～5	868円 ～ 1,100円	<h3 style="background-color: #00AEEF; color: white; border-radius: 10px; padding: 5px;">介護予防短期入所生活／療養介護(ショートステイ)</h3> <p>福祉施設や医療施設等に短期間入所して、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。</p> <p><input type="checkbox"/>利用料のめやす</p> <p>●介護予防短期入所生活介護</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">内容</th> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">要介護度</th> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">利用料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">介護老人福祉施設の利用(多床室) 1日につき</td> <td style="text-align: center;">要支援1</td> <td style="text-align: center;">476円</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">要支援2</td> <td style="text-align: center;">592円</td> </tr> </tbody> </table> <p>●介護予防短期入所療養介護</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">内容</th> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">要介護度</th> <th style="background-color: #00AEEF; color: white;">利用料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">介護老人保健施設の利用(多床室) 1日につき</td> <td style="text-align: center;">要支援1</td> <td style="text-align: center;">641円</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">要支援2</td> <td style="text-align: center;">809円</td> </tr> </tbody> </table>	内容	要介護度	利用料	介護老人福祉施設の利用(多床室) 1日につき	要支援1	476円	要支援2	592円	内容	要介護度	利用料	介護老人保健施設の利用(多床室) 1日につき	要支援1	641円	要支援2	809円
内容	要介護度	利用料																											
介護老人福祉施設の利用(多床室) 1日につき	要介護1～5	637円 ～ 933円																											
	内容	要介護度	利用料																										
介護老人保健施設の利用(多床室) 1日につき	要介護1～5	868円 ～ 1,100円																											
	内容	要介護度	利用料																										
介護老人福祉施設の利用(多床室) 1日につき	要支援1	476円																											
	要支援2	592円																											
内容	要介護度	利用料																											
介護老人保健施設の利用(多床室) 1日につき	要支援1	641円																											
	要支援2	809円																											

※この利用料以外に、食費と滞在費が全額自己負担となります。

●在宅に近い暮らしをする

要介護1～5の人

特定施設入居者生活介護

有料老人ホーム等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。

利用料のめやす

内容	要介護度	利用料
1日につき	要介護1～5	567円 ～ 850円

要支援1・2の人

介護予防特定施設入居者生活介護

有料老人ホーム等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提供します。

利用料のめやす

内容	要介護度	利用料
1日につき	要支援1	192円
	要支援2	327円

(2) 施設サービス

●施設に入所する

**介護老人福祉施設
(特別養護老人ホーム)**

原則、要介護3～5の人が利用できます。常時介護が必要で居宅での生活が困難な人が入居して、日常生活上の支援や介護が受けられます。
※要介護1～2であっても決められた理由により在宅が困難と認められれば、利用できる場合があります。 ※各施設へ直接お問い合わせください。

**介護老人保健施設
(老人保健施設)**

要介護1～5の人が利用できます。状態が安定している人が在宅復帰できるよう、リハビリテーションを中心としたケアを行います。
※各施設へ直接お問い合わせください。

介護医療院

要介護1～5の人が利用できます。長期の療養が必要な方を対象に医学的管理の下、看護や機能訓練とともに、日常生活上の介護や、健康管理などを一体的に行います。
※令和6年5月現在、市内に当該施設はありません。

(3) 地域密着型サービス

●住み慣れた地域での生活を支援する

※原則として、他の市町村のサービスは利用できません。

要介護1～5の人

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訪問系のサービスや泊まりのサービスを組み合わせ、多機能な介護サービスを受けられます。

利用料のめやす

内容	要介護度	利用料
1か月につき	要介護1～5	11,034円 ～ 28,706円

要支援1・2の人

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訪問系のサービスや泊まりのサービスを組み合わせ、多機能な介護予防を目的とするサービスを受けられます。

利用料のめやす

内容	要介護度	利用料
1か月につき	要支援1	3,640円
	要支援2	7,356円

● **住み慣れた地域での生活を支援する**

※原則として、他の市町村のサービスは利用できません。

要介護1～5の人	要支援1・2の人
認知症対応型通所介護	介護予防認知症対応型通所介護
※現在市原市ではサービスを提供できる体制が整っていません。	

要介護1～5の人	要支援2の人												
認知症対応型共同生活介護(グループホーム)	介護予防認知症対応型共同生活介護												
<p>認知症の高齢者が、共同生活をする住宅で、日常生活上の世話や機能訓練などの介護サービスを受けられます。</p> <p>□ 利用料のめやす</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>内容</th> <th>要介護度</th> <th>利用料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1日につき</td> <td>要介護1～5</td> <td>800円 } 898円</td> </tr> </tbody> </table>	内容	要介護度	利用料	1日につき	要介護1～5	800円 } 898円	<p>認知症の高齢者が、共同生活をする住宅で、日常生活上の世話や機能訓練などの介護サービスを受けられます。</p> <p>※要支援1の人は利用できません。</p> <p>□ 利用料のめやす</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>内容</th> <th>要介護度</th> <th>利用料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1日につき</td> <td>要支援2</td> <td>796円</td> </tr> </tbody> </table>	内容	要介護度	利用料	1日につき	要支援2	796円
内容	要介護度	利用料											
1日につき	要介護1～5	800円 } 898円											
内容	要介護度	利用料											
1日につき	要支援2	796円											

原則要介護3～5の人

※要介護1・2であっても利用できる場合があります。

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

入所定員が30人未満の小規模な介護老人福祉施設に入所する人が、日常生活上の世話や機能訓練などの介護サービスを受けられます。

□ **利用料のめやす**

内容	要介護度	利用料
1日につき	要介護1～5	713円 } 1,015円

要介護1～5の人

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中と夜間を通じた複数回の定期訪問と随時の対応で、介護と看護を一体的に提供します。

□ **利用料のめやす**

内容	要介護度	利用料
1か月につき (訪問看護サービスを行う場合)	要介護1～5	8,503円 } 30,279円

要介護1～5の人

夜間対応型訪問介護	看護小規模多機能型居宅介護						
<p>24時間安心して在宅生活を送れるよう、巡回や通報システムによる夜間専用の訪問介護を受けられます。</p> <p>※現在、市原市ではサービスを提供できる体制が整っていません。</p>	<p>小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせたサービスで、介護や看護のケアを一体的に受けられます。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>内容</th> <th>要介護度</th> <th>利用料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1か月につき</td> <td>要介護1～5</td> <td>13,132円 } 33,136円</td> </tr> </tbody> </table>	内容	要介護度	利用料	1か月につき	要介護1～5	13,132円 } 33,136円
内容	要介護度	利用料					
1か月につき	要介護1～5	13,132円 } 33,136円					
地域密着型特定施設入居者生活介護	地域密着型通所介護						
<p>有料老人ホーム等の特定施設のうち、入所定員が30人未満の小規模な介護専用型特定施設に入居する人が、日常生活上の世話や機能訓練などの介護サービスを受けられます。</p> <p>※現在、市原市ではサービスを提供できる体制が整っていません。</p>	<p>定員が18人以下の小規模な通所介護事業所で、日常生活上の支援や機能訓練などのサービスを日帰りで受けられます。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>内容</th> <th>要介護度</th> <th>利用料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>8時間以上 9時間未満 ※送迎を含む</td> <td>要介護1～5</td> <td>819円 } 1,427円</td> </tr> </tbody> </table>	内容	要介護度	利用料	8時間以上 9時間未満 ※送迎を含む	要介護1～5	819円 } 1,427円
内容	要介護度	利用料					
8時間以上 9時間未満 ※送迎を含む	要介護1～5	819円 } 1,427円					

介護予防・日常生活支援総合事業は、市が行う介護予防サービスです。「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」に分かれていて、多様なサービスを受けられます。
※要介護認定などの判定について、詳しくはP2・3をご確認ください。

要介護認定で**要支援1・2**と判定された方



介護予防・
生活支援
サービス事業

一般介護
予防事業

基本チェックリストで **介護予防・生活支援サービス事業の対象者**と 判定された方



介護予防・
生活支援
サービス事業

一般介護
予防事業

65歳以上のすべての方



一般介護
予防事業

介護予防・生活支援サービス事業のサービス



介護予防・生活支援サービス事業では、必要な生活支援に応じて、様々な訪問型サービスと通所型サービスを受けることができます。

訪問型サービス(ホームヘルプ)

●利用料のめやす(1割負担の場合)

	内容	利用料
1か月に つき	週1回程度の利用	1,259円
	週2回程度の利用	2,514円
	週2回程度を超える利用	3,988円

通所型サービス(デイサービス)

●利用料のめやす(1割負担の場合)

	区分	内容	利用料
1か月に つき	要支援1 事業対象者	週1回程度の利用	1,879円
	要支援2 事業対象者	週2回程度の利用	3,784円

※上記に加えて、食事代や受けるサービスによって、追加費用があります。

一般介護予防事業のサービス



健康づくりや介護予防のために、地域で開催されている運動教室や地域の活動に参加できます。

介護予防に取り組もう

介護予防とは、「できる限り介護が必要とならないようにする」「もし介護が必要になっても、それ以上悪化させないようにする」ことです。いつまでも自分らしく自立して生活するためには、健康なうちから介護予防に取り組むことが大切です。

市原市の主な介護予防事業など

① 通いの場事業

介護予防のための体操、レクリエーションなど気軽に通える「通いの場」を地域の皆さんが開設しています。お近くの開催場所は「市のホームページ」に掲載しています。

② はつらつ元気ルーム

アネッサ(姉崎保健福祉センター)内のトレーニングルームでマシンを利用した運動指導を行うほか、自宅でできる運動メニューを紹介しています。

③ 高齢者健康体操普及員の派遣

通いの場、老人クラブ、町会などで、おおむね65歳以上の市民が10人以上参加できるグループへ高齢者向けの健康体操などを紹介する普及員を派遣しています。

④ いちはら筋金近トレ体操

市原市で開発した日常生活に必要な筋力とバランスを高める体操で、通いの場でも活用されています。定期的実施をする団体へ、市の専門職が体操指導等の支援を行っています。また、市のホームページで動画を公開しています。

⑤ ふれあい給食サービス

高齢者世帯などに、定期的に栄養のバランスの取れた食事を提供するとともに、安否確認をしています。

介護者向けサービス

● 在宅介護教室

介護に必要な知識や技術、心構えなどを学ぶ教室を行います。開催日時や内容などについては、「市のホームページ」に掲載します。

● 介護マーク

認知症など外見では症状がわからない方のトイレ介助や女性の下着購入の際などに偏見や誤解をうけることがないように、「介護中」の名札を無料で配布しています。

この他にも市原市独自の高齢者福祉サービスを行なっています。

詳しくは、高齢者支援課 (TEL:0436-23-9814) までお問い合わせください。



サービスを利用した場合、原則費用の1割または2割または3割を負担し、9割または8割または7割が介護保険から給付されます。

介護 サービス の利用者 負担割合	合計所得金額 220万円以上の方 <small>年金収入等とその他の合計所得金額の合計が単身で340万円以上など</small> 3割	合計所得金額 160万円以上の方 <small>年金収入等とその他の合計所得金額の合計が単身で280万円以上など</small> 2割	左記 以外の方 1割
--------------------------------------	--	--	--

居宅サービスを利用した場合

居宅サービスを利用する場合は、利用できるサービスの量（支給限度額）が要介護度別に定められています。限度額の範囲内でサービスを利用した場合は、1割または2割または3割の自己負担です。限度額を超えてサービスを利用した場合は、超えた分が全額自己負担となります。

■上限を超えて利用した場合

超えた分	1、2、3割	支給限度額	9、8、7割
自己負担	利用者負担		介護保険給付

■サービスの支給限度額

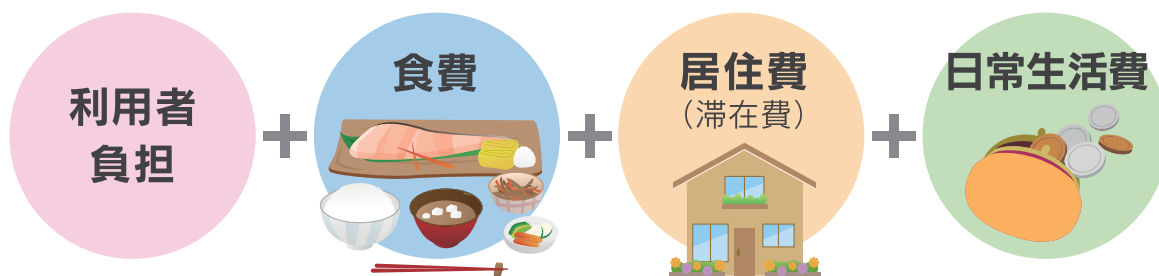


要介護状態区分	1か月の支給限度額
要支援 1	50,320円 (5,032単位)
要支援 2	105,310円 (10,531単位)
要介護 1	167,650円 (16,765単位)
要介護 2	197,050円 (19,705単位)
要介護 3	270,480円 (27,048単位)
要介護 4	309,380円 (30,938単位)
要介護 5	362,170円 (36,217単位)

上記の支給限度額は標準地域のものです。1単位10円として金額に換算しています。市原市ではサービスの種類によって、1単位が10円、10.45円、10.55円、10.70円となっています。

施設サービスを利用した場合

介護保険施設利用の場合は、費用の1割または2割または3割の負担のほかに、食費、居住費、日常生活費の負担も必要になります。



食費や居住費(滞在費)の軽減制度(負担限度額認定)

介護保険施設入所者で、所得や資産等が一定以下の方に対して、負担限度額を超えた居住費と食費の負担額が介護保険から支給されます。

なお、利用にあたっては、負担限度額認定を受ける必要がありますので、市原市高齢者支援課に申請をしてください。

負担限度額は所得段階、施設の種類、部屋のタイプによって異なります。

利用者負担段階と負担限度額

利用者負担段階	居住(滞在)費【日額】						食費の限度額 (施設サービス)	食費の限度額 (ショートステイサービス)
	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			
			特養等	老健・療養等	特養等	老健・療養等		
第1段階	880円	550円	380円	550円	0円	0円	300円	300円
第2段階	880円	550円	480円	550円	430円	430円	390円	600円
第3段階①	1,370円	1,370円	880円	1,370円	430円	430円	650円	1,000円
第3段階②	1,370円	1,370円	880円	1,370円	430円	430円	1,360円	1,300円

※令和6年8月からの額となります。

対象となる方

設定区分	対象者
第1段階	生活保護受給者
	世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金受給者
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、本人の公的年金収入額+合計所得金額が80万円以下
第3段階①	世帯全員が住民税非課税で、本人の公的年金収入額+合計所得金額が80万円超120万円以下
第3段階②	世帯全員が住民税非課税で、本人の公的年金収入額+合計所得金額が120万円超

※公的年金収入には、非課税年金を含みます。 ※住民税課税世帯の方及び、一定以上の資産(預貯金等)をお持ちの方は対象外です。

利用者負担が高額になったとき

●高額介護(介護予防)サービス費の支給

同じ月に利用した在宅サービスや施設サービスの利用者負担合計額が、下表の金額を超えた場合は、超えた分について高額介護サービス費の支給が受けられます。

高額介護サービス費支給対象者には、市からお知らせします。お知らせがあった場合は、同封の『介護保険高額介護(介護予防)サービス費支給申請書』をご確認いただき、必要事項を記入のうえ高齢者支援課に提出してください。

なお、同じ世帯に介護サービスを利用されている人が複数いる場合は、サービス利用者全員の自己負担合計額が世帯の基準額を超えた場合に、その超えた額が支給されます。

所得状況		利用者負担上限額
世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金の受給者 生活保護受給者		世帯:15,000円
世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額と合計所得金額 の合計額が80万円以下の人		個人:15,000円 世帯:24,600円
世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額と合計所得金額 の合計額が80万円を超える人		世帯:24,600円
一般	・住民税課税者がいる世帯で下記 「現役並み所得世帯」以外の方	世帯:44,400円
現役並み 所得世帯	・住民税の課税所得金額145万円以上 380万円未満の方 (年収約383万円以上約770万円未満の方)	
	・住民税の課税所得金額380万円以上 690万円未満の方 (年収約770万円以上約1,160万円未満の方)	世帯:93,000円
	・住民税の課税所得金額690万円以上の方 (年収約1,160万円以上の方)	世帯:140,100円

●介護保険と医療保険の利用者負担を年間で合算し高額になったときは、限度額を超えた分が支給される「高額医療・高額介護合算制度」があります。



介護保険制度とは

介護保険制度は、介護を必要とする高齢者や、その家族が抱えている不安や負担を軽減し、介護を社会全体で支えることを目的として創設されました。高齢者が住み慣れた地域で、安心してその人らしい生活を送るためにも、介護保険制度はなくてはならない制度です。

介護保険制度は、私たちが住む市原市が運営します。
40歳以上のみなさんが保険料を負担し
老後の安心を社会全体で支え合う制度です。



**40歳以上のみなさん
(被保険者)**

第1号被保険者
65歳以上の方

第2号被保険者
医療保険に加入している
40歳から64歳までの方



+
**要介護・要支援
認定者**

保険料

市原市(保険者)

1~3割負担での
サービス利用

サービスの
提供

サービス事業者

- 居宅サービス
- 地域密着型サービス
- 施設サービス

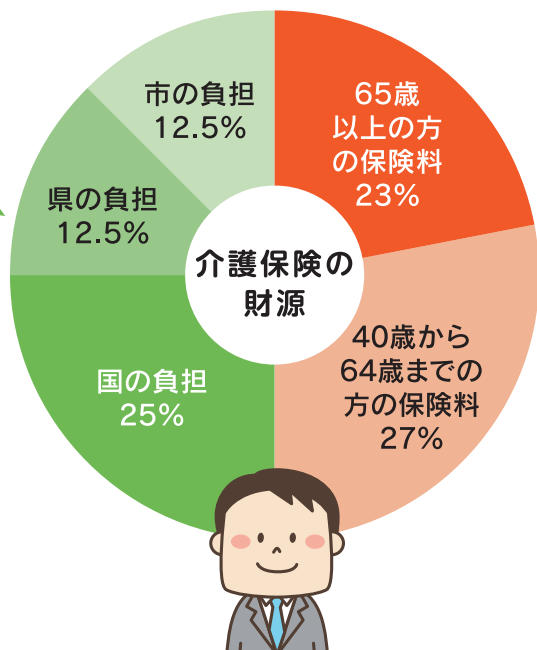


保険料
50%

請求

費用の
7~9割分の
支払い

税金
50%



介護保険サービスを利用できる方

<第1号被保険者(65歳以上の方)>

市が行う要介護(要支援)認定において、要介護状態(※1)または要支援状態(※2)と認定された場合、いつでも介護サービスを受けることができます。

※1)要介護状態 寝たきりや認知症などで、常時介護を必要とする状態

※2)要支援状態 家事や身支度などの日常生活に支援が必要な状態

<第2号被保険者(40～64歳の方)>

介護保険で対象となる特定疾病(※3)が原因で、介護や支援が必要と認定された場合のみ、介護サービスを受けることができます。

※3)特定疾病 加齢に伴って生ずる心身の変化に起因し要介護状態の原因である心身の障がいを生じさせると認められる疾病。

以下16種類の疾病が対象

《介護保険で対象となる特定疾病》

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

65歳になったら、介護保険被保険者証が交付されます

介護保険被保険者証									
被 保 険 者	番 号								
	住 所								
	フリガナ								
	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 者名称及び 印	<table border="1" style="display: inline-table; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>2</td><td>1</td><td>9</td><td>2</td> </tr> </table> 市原市			1	2	2	1	9	2
1	2	2	1	9	2				

65歳以上の方(第1号被保険者)

⇒すべての人に介護保険証(被保険者証)が交付されます。

40歳から64歳までの方(第2号被保険者)

⇒要介護認定の申請をし、認定を受けた人に交付されます。

保険証はこんなときに必要です

- 要介護認定を新たに申請または更新・区分変更するとき
- 介護サービス計画書(ケアプラン)の作成を依頼するとき
- 介護保険サービスを利用するとき

※病気やケガなどで医者にかかるとき(診察や治療、投薬など)は、医療保険の保険証(健康保険証)を提示してください。

※介護保険被保険者証を紛失や破損した場合は、下記窓口にて再交付の申請をしてください。

市原市役所高齢者支援課資格保険料係 TEL:0436-23-9873

介護保険料の決め方と納め方

(1)第1号被保険者(65歳以上の人)

介護保険のサービスを利用する際、自己負担分は実際にかかった費用の1割または2割または3割ですが、残りの9割または8割または7割を賄うために介護保険料が使われます。介護が必要になったとき、だれもが安心してサービスを利用できるように、保険料の納付にご協力をお願いします。

決め方

介護保険料は、市町村ごとに、介護サービスにかかる費用に応じて基準額を算出します。市原市では、所得状況などに応じて14段階に設定し、それぞれについて基準額に標準割合(0.28~2.40)を乗じて算出しています。

【基準額の決め方】

基準額(年額)

=

市原市の介護サービスの総費用見込額(第1号被保険者負担分)

市原市の第1号被保険者数

★市原市の基準額は年額 73,220円(月額 6,102円)です。(令和6年度~令和8年度)

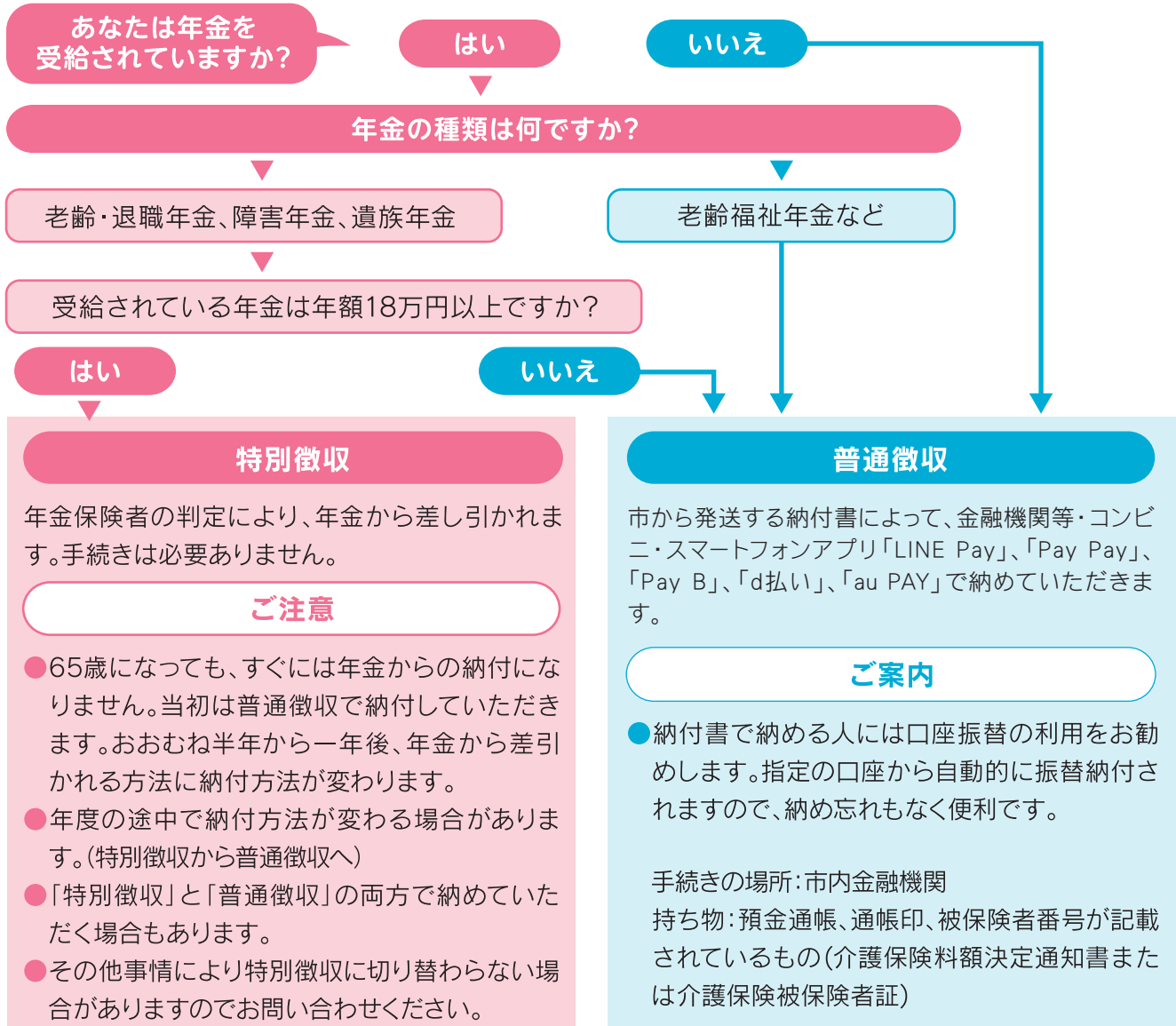
市原市の第9期介護保険料額

所得段階	対 象 者	基準額との割合	令和6年度年額(円)
第1段階	老齢福祉年金を受給されている方で、世帯全員が住民税非課税の場合または生活保護を受給されている方、並びに世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	0.45 (軽減前)	32,950
		0.28 (軽減後)	20,500
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と課税年金収入額の合計が120万円以下の方	0.60 (軽減前)	43,930
		0.40 (軽減後)	29,290
第3段階	世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円を超える方	0.69 (軽減前)	50,520
		0.685 (軽減後)	50,160
第4段階	本人が住民税非課税(世帯内に住民税課税者がいる場合)で、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	0.90	65,900
第5段階 (基準額)	本人が住民税非課税(世帯内に住民税課税者がいる場合)で、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超える方	1.00	73,220
第6段階	本人が住民税課税で、本人の合計所得金額が125万円未満の方	1.16	84,940
第7段階	本人が住民税課税で、本人の合計所得金額が125万円以上190万円未満の方	1.30	95,190
第8段階	本人が住民税課税で、本人の合計所得金額が190万円以上300万円未満の方	1.60	117,160
第9段階	本人が住民税課税で、本人の合計所得金額が300万円以上400万円未満の方	1.75	128,140
第10段階	本人が住民税課税で、本人の合計所得金額が400万円以上500万円未満の方	1.90	139,130
第11段階	本人が住民税課税で、本人の合計所得金額が500万円以上700万円未満の方	1.95	142,790
第12段階	本人が住民税課税で、本人の合計所得金額が700万円以上1,000万円未満の方	2.00	146,450
第13段階	本人が住民税課税で、本人の合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満の方	2.10	153,770
第14段階	本人が住民税課税で、本人の合計所得金額が1,500万円以上の方	2.40	175,740

※令和6年~令和8年度の基準額は月額6,102円で、所得段階別介護保険料(年額)は上記のとおりとなります。 ※住民税非課税とは、所得割・均等割ともに非課税であることをいいます。
 ※老齢福祉年金とは、昭和36年に国民年金制度が始まった当時、すでに高齢に達していたため、加入できなかった人(原則として明治44年4月1日以前生まれ)を対象とした福祉年金で、老齢基礎年金などは別の年金です。
 ※合計所得金額…総合課税分(年金・給与・不動産・配当など)と申告分離課税分(株式の譲渡所得など)等の所得の合計金額で、扶養控除や医療費控除などの所得控除を引く前の金額です(地方税法第292条第1項第13号)。(特別控除前・繰越控除前の金額)
 ※土地や建物の売却に係る特別控除額がある場合は、それらを控除した後の金額を算定に用います。
 ※非課税の方は、合計所得金額から年金収入にかかる所得を控除した後の金額を算定に用います。
 ※課税対象年金とは、国民年金・厚生年金・共済年金等の老齢・退職年金のことで、障害年金・遺族年金は非課税年金に含まれます。
 ※世帯員であるかどうかは、4月1日時点の住民登録により判断します。ただし、年度途中で65歳になられた人や転入された人は、資格取得日時点の住民登録により判断します。
 ※年度途中で65歳になられた人や転入された人は、資格取得日からの月割計算となります。また、年度途中で死亡された人や転出された人は、その前月までの月割で精算します。
 ※年度の途中で住民税課税状況が変更になったときは、介護保険料も変更になることがあります。
 ※被保険者それぞれに保険料をお支払いいただくこととなりますので、夫婦であっても段階が違う場合があります。

納め方

第1号被保険者の保険料の納め方には「特別徴収(年金からの納付)」と「普通徴収(納付書または口座振替による納付)」の2つの方法があります。以下の問いに答えていくと保険料の納め方がわかります。



(2) 第2号被保険者(40歳～64歳の人)の場合

● 医療保険ごとに保険料を徴収します

加入している国民健康保険などの医療保険の算定方法にもとづいて決められます。納め方は医療の保険料と一括して納めます。また、40歳から64歳までの被扶養者の人は、扶養者から徴収されますので、別個に保険料を納める必要はありません。

国民健康保険に加入している人

国民健康保険料の算定方法と同様に、世帯ごとに決められ、国民健康保険料とあ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人

各健康保険に設定される介護保険料率と給与および賞与に応じて決められ、医療保険とあわせて徴収されます。介護保険料は原則として事業主が半分を負担します。

※ 保険料を納めないでいると

第1号、第2号被保険者ともに、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…介護(予防)サービス費用の全額をいったん利用者が負担し、申請により後で保険給付分(9割または8割または7割)が支払われます。
- 1年6か月以上…保険給付分の一部または全部が一時的に差し止めとなります。
- 2年以上…利用者負担が1割または2割または3割から引き上げられたり、高額介護サービス費が受けられなくなります。

