

# 介護保険とは

～どんなサービスが利用できるの？～

# 要支援と要介護

要介護認定の結果には要介護、要支援、非該当があります。

## ◆要介護（要介護1～5）

現在は日常生活を自分で行なうことが難しく、  
介護サービスが必要である。

## ◆要支援（要支援1～2）

現在介護の必要はないが、  
将来的に要介護状態になる可能性がある。

## ◆非該当 要支援や要介護に該当せず自立している。



# サービスの費用はどのくらい？

自己負担は介護サービスにかかった費用の 1割 ~ 3割  
(一定以上の所得がある方が2割または3割)

その他にもサービスや事業所によって自己負担の費用あり。

例) 利用中に食事提供がある場合の食費、  
入所施設の場合は居住費、日用品費など



# 居宅サービスの1ヶ月あたりの利用限度額

居宅サービスは、利用できるサービスの量（支給限度額）が決まっている。

限度額内でのサービス利用は1割負担  
(一定以上所得者は2割または3割)

限度額を超えてサービス利用した場合  
超えた分は**全額自己負担**

サービスの利用調整は  
担当ケアマネジャーへ相談しましょう。

<1ヵ月あたりの限度額>

|       |          |
|-------|----------|
| 要支援 1 | 50,320円  |
| 要支援 2 | 105,310円 |
| 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 |

# 自宅で利用できる介護保険サービス（訪問）

## ◆訪問介護（ホームヘルプ）

身体介護：直接身体に触れて行う介助（食事介助、入浴介助、排泄介助など）

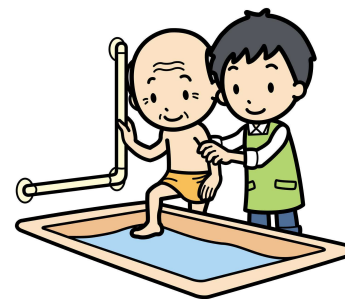
生活援助：家事の支援（洗濯、掃除、調理など）

## ◆訪問リハビリテーション

リハビリ専門職が訪問し自宅でリハビリを行う

## ◆訪問看護

看護師が訪問し、病状の確認や医療的なケアを行なう



# 自宅で利用できる介護保険サービス（通所）

## ◆通所介護（デイサービス）

自宅から通って、食事や入浴などの支援を受ける



## ◆通所リハビリテーション（デイケア）

自宅から通って、リハビリ専門職によるリハビリを受ける

通所時には送迎サービスを受けることもできます



# 自宅で利用できる介護保険サービス

## ◆福祉用具貸与

自宅での生活に必要な福祉用具のレンタル。

レンタル品の変更や返却も可能。

## ◆福祉用具購入

他の人と使いまわしができない物は、  
レンタルはなく購入のみ。

例) ポータブルトイレ、浴室用椅子など



※要支援の方はレンタル対象外のものもあります。  
担当ケアマネジャーへご相談ください。

# 自宅で利用できる介護保険サービス

## ◆住宅改修

段差解消や手すりの取り付け、扉を開き度から引き戸に、和式トイレを洋式トイレにするなどの生活に必要な住宅の改修。

※償還払い（一旦利用者が全額負担し、自己負担を除いた額が返ってくる仕組み）

※事前に申請が必要

※上限：介護保険内では一人につき生涯20万円





# 自宅で利用できる介護サービス（ショートステイ）

## ◆短期入所生活介護

特別養護老人ホームに短期間入所し、食事や入浴などの日常生活上の支援を受ける。

## ◆短期入所療養介護

介護老人保健施設に短期間入所し、食事や入浴などの日常生活上の支援を受ける。  
ショートステイ中にリハビリを受けることができる。

家族のレスパイト（介護の休息）としても活用できます。  
また、状態に応じてショートステイではなく入所もできますので、  
各施設や担当ケアマネジャーへ相談してみましょう。



# 総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）

## 総合事業

…要介護認定が「非該当」の場合でも、状態や必要性に合わせ、市町村ごとに行なっている様々なサービスを受けることができる。

### 介護予防・生活支援サービス事業

対象：要支援認定者または事業対象者（※）

内容：訪問型サービス、通所型サービス、その他の生活支援サービス  
例）掃除・洗濯・調理援助、専門職によるリハビリ、栄養に関する助言など

※事業対象者…生活の様子を確認するための「基本チェックリスト」で生活機能の低下がみられた方

### 一般介護予防事業

65歳以上のすべての高齢者が対象

例）健康に関する講習会、地域のサークル活動など

実施している内容は市町村により異なりますので、お住まいの市町村や地域包括支援センターへお問い合わせ下さい。

# その他にも・・・

## ◆認知症カフェ

認知症の方やその家族、地域住民の方々など、誰でも参加できる集い。  
認知症や生活に関する相談、意見・情報交換などを行っています。  
お茶を飲みながら気軽にお話できます。

## ◆公民館活動

## ◆地域で行われる教室や講演会

いろいろな場所に出かけてみましょう!



# 安心して暮らしていくために



介護保険では生活に必要なさまざまな介護サービスが利用できます。  
また介護保険外でも、気軽に参加できる地域での活動や  
生活の助けになるサービスがたくさんあります。  
住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、  
身の回りにある社会資源をうまく活用していきましょう。

困り事があれば身近な人や市役所の担当課などに相談してみましょう。