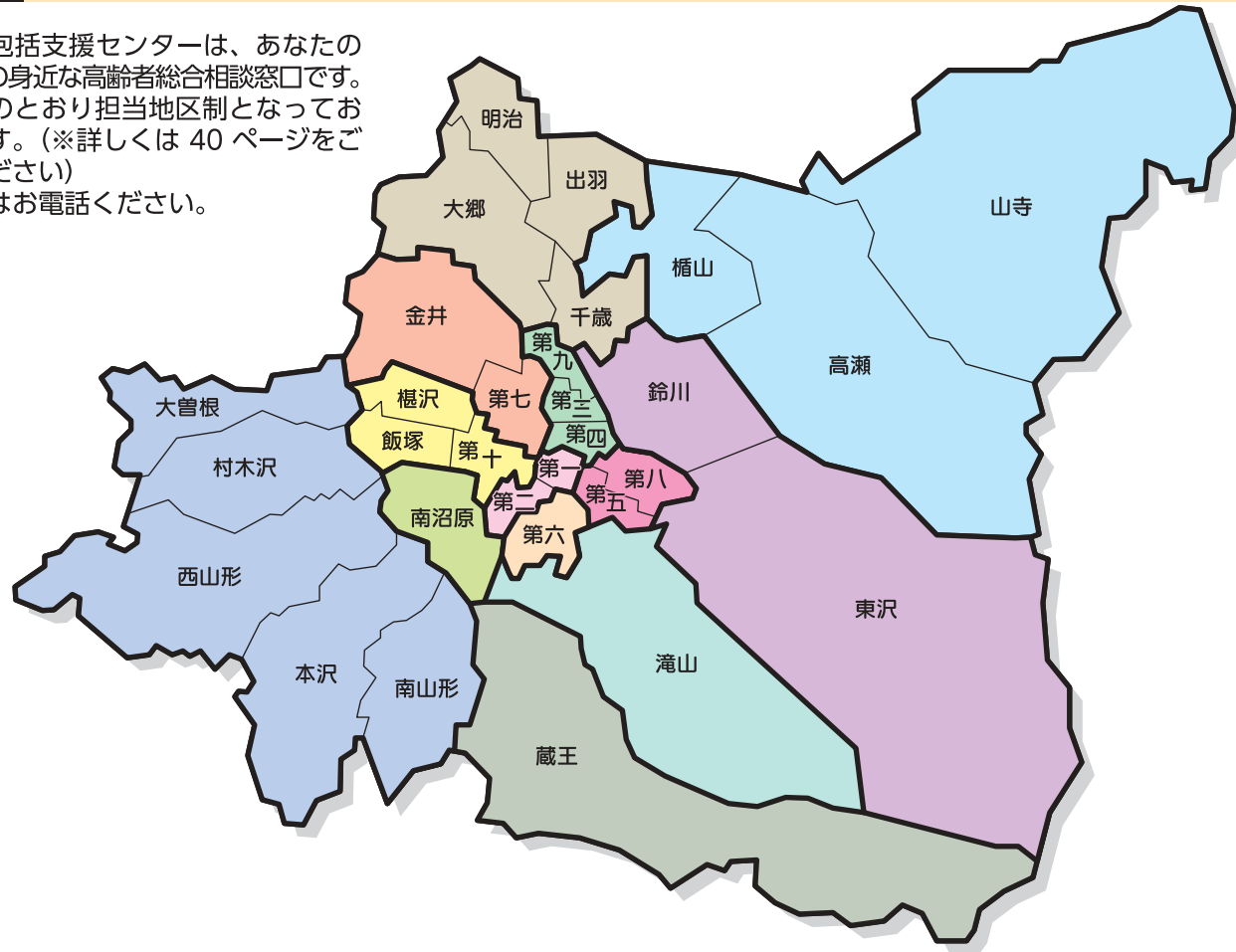


## 9 地域包括支援センター担当地区

地域包括支援センターは、あなたの地域の身近な高齢者総合相談窓口です。下記のとおり担当地区制となっております。（※詳しくは40ページをご覧ください）  
まずはお電話ください。



No	地域包括支援センターの名称	電話	所在地	担当圏域
1	済生会なでしこ地域包括支援センター	681-7450	沖町79番地1	出羽・大郷・明治・千歳
2	地域包括支援センター大森	685-1224	大森2139番地1	楯山・高瀬・山寺
3	地域包括支援センター敬寿会	634-2309	五十鈴三丁目6番17号	東沢・鈴川
4	たきやま地域包括支援センター	622-4577	岩波5番地	滝山
5	地域包括支援センターふれあい	628-3988	桜田西四丁目1番14号	第六
6	山形西部地域包括支援センター	646-1165	すげさわの丘46番地	南山形・本沢・大曽根 西山形・村木沢
7	篠田好生会さくら地域包括支援センター	635-4165	桜町2番68号	第一・第二
8	地域包括支援センターかがやき	631-8020	旅籠町一丁目7番23号	第三・第四・第九
9	山形市社会福祉協議会 霞城北部地域包括支援センター	645-9070	城西町二丁目2番22号	第七・金井
10	山形市社会福祉協議会 霞城西部地域包括支援センター	647-8010	城西町二丁目2番22号	第十・飯塚・榎沢
11	蔵王地域包括支援センター	688-8099	蔵王半郷79番地7	蔵王
12	済生会愛らんど地域包括支援センター	679-3611	小白川町二丁目3番1号	第五・第八
13	南沼原地域包括支援センター	664-3080	沼木1129番地1	南沼原

編集・発行

山形市 長寿支援課・介護保険課

電話641-1212(代)

長寿支援課 内線562~569 651~653 660/介護保険課 内線842~849

# 介護保険と高齢者 保健福祉の手引き

高齢者が自らの能力を活かしながら、住み慣れた地域で  
支えあい、健やかに生きがいを持って暮らせるまちづくり  
～地域包括ケアシステムの深化～

山形市高齢者保健福祉計画[第7期介護保険事業計画] 基本理念



平成30年度版

手引きの案内

1. 介護保険の基本理念 ●高齢者福祉及び 介護保険サービス等の全体図…………… 1-2	●介護保険の自己負担が 高額になったとき…………… 26
2. 介護予防・日常生活支援総合事業 (地域支援事業)…………… 3-6	●介護保険と医療保険の自己負担が 高額になったとき…………… 27
3. 介護保険 ●介護保険のしくみ…………… 7-8 ●介護保険料について…………… 9-14 ●介護保険サービス等を利用するには… 15-18 ●介護サービス利用の費用について… 19 ●介護保険で利用できるサービス… 20-25	●その他の利用者負担軽減について… 28
	4. 介護保険以外の生活支援サービス… 29-34
	5. 認知症について知ろう…………… 35-37
	6. 在宅医療について知ろう…………… 38
	7. 高齢者のための関連施設…………… 39
	8. 相談窓口…………… 40-42
	9. 地域包括支援センター担当地区…………… 43

山形市

全体図

介護予防・日常生活  
支援総合事業

介護保険

生活支援サービス

認知症

在宅医療

関連施設

相談窓口

# 1 介護保険の基本理念

介護保険法(抜粋)

第一条(目的)

この法律は、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、**これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を**

**営むことができるよう**、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設け、その行う保険給付等に関して必要な事項を定め、もって国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。

第二条第二項(介護保険)

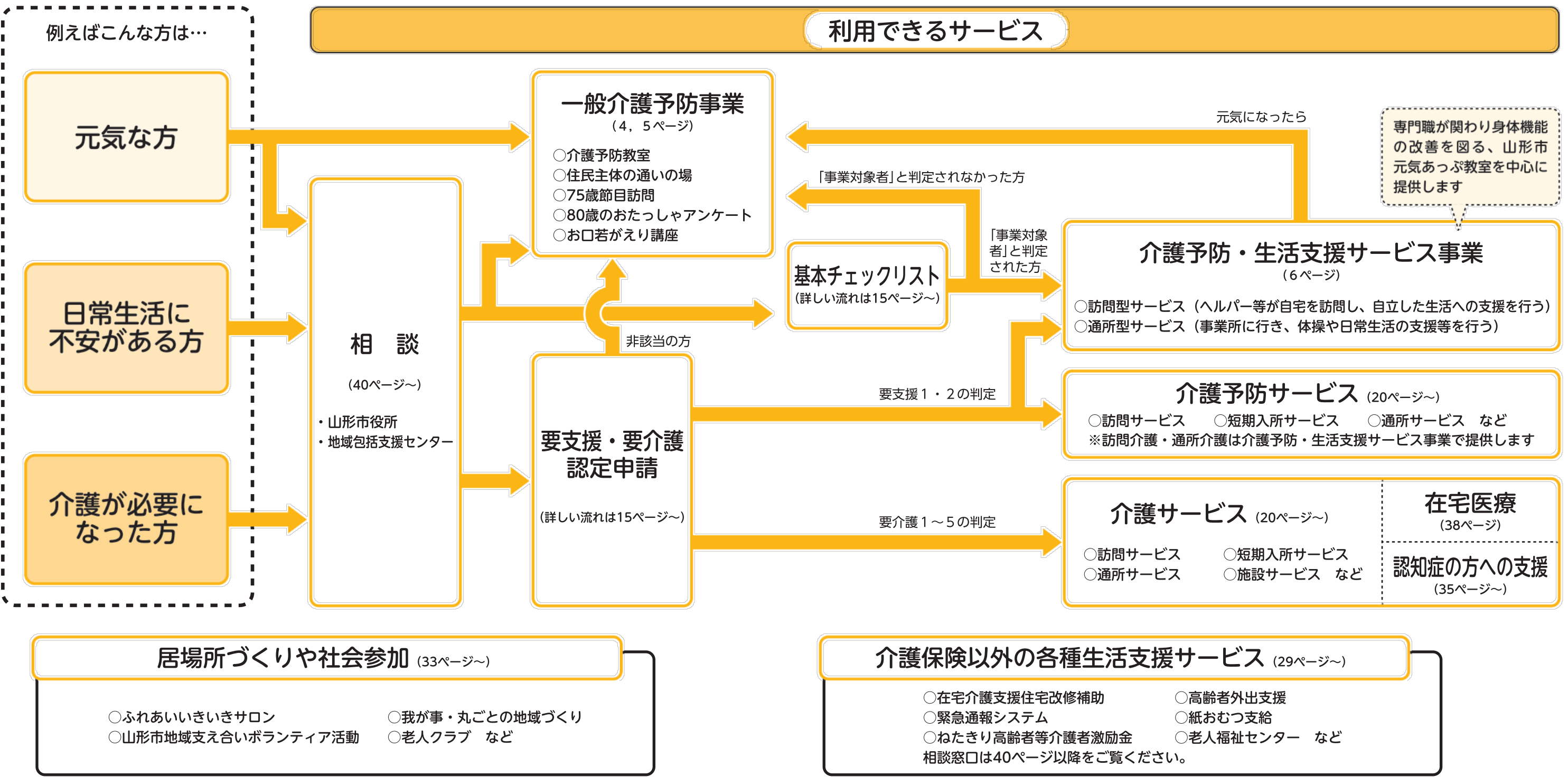
前項の**保険給付は、要介護状態等の軽減又は悪化の防止に資するよう行われるとともに、医療との連携に十分配慮して行われなければならない。**

第四条(国民の努力及び義務)

**国民は、自ら要介護状態となることを予防するため、**

加齢に伴って生ずる心身の変化を自覚して**常に健康の保持増進に努める**とともに、要介護状態となった場合においても、進んでリハビリテーションその他の適切な保健医療サービス及び福祉サービスを利用することにより、その**有する能力の維持向上に努めるものとする。**

## 高齢者福祉及び介護保険サービス等の全体図





## 2 介護予防・日常生活支援総合事業(地域支援事業)

山形市では、65歳以上の皆さんが介護を必要とする状態になることを予防するとともに、いつまでも、いきいきと自分らしく暮らすことを目的として介護予防・日常生活支援総合事業(以下「総合事業」といいます。)を行っています。

「心身機能」だけでなく、「参加」、「活動」の視点を介護予防に取り入れることで、高齢者が地域や社会の中での役割を持ちながら、いきいきとした生活を継続することを目指します。

### 健康づくりの6つのポイント

- ①運動器の機能向上
- ②栄養改善
- ③口腔機能向上
- ④閉じこもり予防
- ⑤認知症予防
- ⑥うつ予防



### 総合事業の目的

団塊の世代が75歳以上となる2025年(平成37年)に向け、一人暮らし高齢者、高齢者夫婦のみ世帯、認知症高齢者が増加していくことが予想されます。高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、介護予防と高齢者を地域全体で支え合う体制づくりを進めていきます。

### 総合事業の構成

一般介護予防事業
◆対象者 65歳以上のすべての方(事業によっては対象者の要件があります。)
◆内容 ・介護予防教室 ・身近な場所での住民主体の通いの場 など ○各事業の内容については、4～5ページをご覧ください。
介護予防・生活支援サービス事業
◆対象者 ①要支援1・2と認定された方 ②65歳以上の方で、「基本チェックリスト(※)」に基づく判定の結果、生活機能の低下がみられた方(事業対象者)
◆内容 ・訪問型サービス ・通所型サービス ○各サービスの内容については、6ページをご覧ください。

※基本チェックリスト…25項目の身体状況等に関する調査票です。地域包括支援センターが実施します。

## 一般介護予防事業

長寿支援課 電話641-1212(内線567・568)

### 介護予防教室

対象者：65歳以上の山形市民

申込：申込は必要ありません。当日、直接会場にお越しください。

時間：14時～15時30分(開場：13時30分)

参加費：無料

※「広報やまがた」にも随時掲載します。日程・会場が変更になる場合もありますので、毎月確認をお願いします。

※会場が「元木公民館」の場合には内ズックが必要です。

その際には外履きを入れるための袋を各自お持ちください。

日程	会場	内容
6月20日 (水)	西部公民館 (3階 集会室)	医師による高齢者の糖尿病予防のお話
7月19日 (木)	北部公民館 (3階 大ホール)	歯科衛生士によるお口のお話
8月10日 (金)	南部公民館 (1階 研修室)	管理栄養士による低栄養予防と1日の食品の目安のお話
9月11日 (火)	霞城公民館 (3階 講堂)	作業療法士による認知症予防についてのお話
10月3日 (水)	江南公民館 (3階 軽運動室)	臨床心理士によるこころの健康のお話
11月2日 (金)	元木公民館 (2AB)	薬剤師によるお薬と上手に付き合うためのお話
11月29日 (木)	西部公民館 (3階 集会室)	尿失禁予防のお話と体操
12月18日 (火)	北部公民館 (3階 大ホール)	足腰が楽になるためのお話と体操
1月16日 (水)	南部公民館 (1階 研修室)	医師による高齢者の高血圧予防のお話
2月7日 (木)	霞城公民館 (3階 講堂)	言語聴覚士によるお口のお話
3月8日 (金)	江南公民館 (3階 軽運動室)	エンディングノートの書き方のお話

※このほか、地域包括支援センターで実施しているものもありますので、地域包括支援センターへお問い合わせください。(担当地区は裏表紙参照)

## 住民主体の通いの場

### 「住民主体の通いの場」への参加

市内70か所(H30.2月時点)で、週1回以上の介護予防の運動(いきいき百歳体操等)を行う活動が実施されています。是非ご参加ください。

#### ●「住民主体の通いの場」とは

住民のみなさんが主体となって、集会所などで週1回以上の介護予防の運動(いきいき百歳体操等)を実施する活動の場のことです。

参加することで、足腰の力などの維持・向上につながり、また外出の機会や住民同士での地域づくりにもつながる効果があります。

#### ●対象者・会場・申込・参加費

それぞれの「住民主体の通いの場」により異なります。

長寿支援課へお問い合わせください。

### 「住民主体の通いの場」立ち上げ・継続支援

「住民主体の通いの場」を実施している団体・これから実施したいと考えている団体へ、以下の支援を行います。

【立ち上げから1年目まで】介護予防の普及啓発と「いきいき百歳体操」の紹介・説明、技術支援(年4回程度)、体力測定の実施(年2回)と体操のDVDと重りの無料貸出

【2年目以降】技術支援(講師派遣)と、体力測定を合わせて年3回まで(ただし体力測定は年2回まで)

## 75歳節目訪問

内容：介護予防指導員(看護師)が直接自宅に訪問し、介護予防に関する必要なアドバイスを行います。

対象者：年度内に75歳(昭和18年4月1日～昭和19年3月31日生まれ)になる山形市民(要支援・要介護の認定を受けている方と総合事業の事業対象者を除く)

## 80歳のおたっしやアンケート

内容：心身の状況に関するアンケートを自宅に送付し、必要な方には個々に合わせた介護予防に関するアドバイスを行います。

対象者：年度内に80歳(昭和13年4月1日～昭和14年3月31日生まれ)になる山形市民(要支援・要介護の認定を受けている方と総合事業の事業対象者を除く)

## お口若がり講座

内容：在宅で自立した生活が維持できるように、歯科医師や歯科衛生士による講話、口腔ケアやブラッシング指導、噛むことや飲む力を高めるための口の体操を行います。

対象者：65歳以上の山形市民

場所：公民館、コミュニティセンター等

申込：必要ありません。詳しくは長寿支援課へお問い合わせください。

## 介護予防・生活支援サービス事業

### 訪問型サービス

事業	内容	料金	利用者負担
従前相当サービス	従来の介護予防訪問介護と同様のサービスです。訪問介護員等による身体介護や生活援助のサービスを提供します。(おおむね1時間以内)	月単位の定額 週1回利用 11,680円 週2回利用 23,350円 週2回を超える利用 37,040円 ※各種加算があります。	介護保険の利用者負担割合1～2割によります。(平成30年8月から1～3割)
訪問型サービスA (緩和した人員基準等によるサービス)	生活援助のサービスを提供します。(おおむね1時間以内)	月単位の定額 週1回利用 9,340円 週2回利用 18,680円 週2回を超える利用 29,630円 ※各種加算があります。	介護保険の利用者負担割合1～2割によります。(平成30年8月から1～3割)
訪問型サービスB (山形市地域支え合いボランティア活動)	地域の支え合い活動による生活支援を行います。		※実施団体によって異なりますので、山形市のホームページの「実施団体一覧」にある各団体にお問い合わせください。
おいしく栄養あっぷ訪問	管理栄養士が自宅を訪問し、栄養状態や生活行為の改善を支援します。(2時間以内) 4～6カ月間で2週間に1回程度(最大12回)訪問します。	1回につき 5,030円	1回につき 500円

### 通所型サービス

従前相当サービス	従来の介護予防通所介護と同様の日常生活の支援や機能訓練等を行います。(3時間以上) 送迎があります。	月単位の定額 週1回利用・要支援1 16,470円 週2回利用・要支援2 33,770円 ※各種加算があります。	介護保険の利用者負担割合1～2割によります。(平成30年8月から1～3割)
通所型サービスA (緩和した人員基準等によるサービス)	簡単な体操、レクリエーション、交流等を行います。(2時間以上) 送迎のある事業所とない事業所があります。	月単位の定額 週1回利用・要支援1 送迎あり 13,130円 送迎なし 11,530円 週2回利用・要支援2 送迎あり 26,840円 送迎なし 23,640円 ※各種加算があります。	介護保険の利用者負担割合1～2割によります。(平成30年8月から1～3割)
通所型サービスB (山形市地域支え合いボランティア活動)	地域の支え合い活動による高齢者の居場所になります。		※実施団体によって異なりますので、山形市のホームページの「実施団体一覧」にある各団体にお問い合わせください。
山形市元気あっぷ教室	リハビリ職、保健・医療の専門職が、身体機能の向上と生活行為の改善を支援します。またリハビリ専門職が利用開始時と終了時に訪問します。3～6カ月最大24回サービスを提供します。(おおむね1.5時間)送迎があります。	1回につき 4,530円 訪問は、1回につき 6,040円	1回につき 450円 訪問は、1回につき 600円



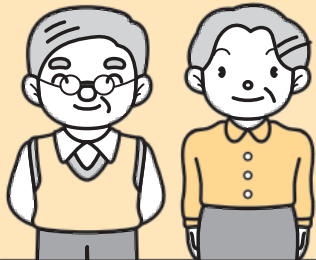
# 3 介護保険 (40歳以上のみなさんが被保険者となって保険料を納め 介護が必要になったときに介護サービス等を利用する制度です)

## 介護保険のしくみ

### 被保険者

- 介護保険料を納めます。
- 介護が必要になった場合に認定を受けて、サービスを利用します。
- 介護サービスを利用した場合利用者負担金を支払います。

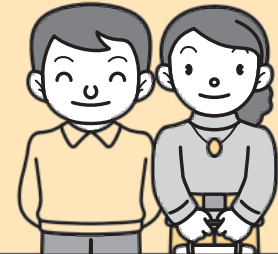
**65歳以上の人**  
(第1号被保険者)



#### サービスが利用できるのは

介護が必要であると認定された人(どんな病気やけがが原因で必要になったのかは問われません)

**40歳から64歳までの人**  
(第2号被保険者)



#### サービスが利用できるのは

特定疾病(8ページ下参照)が原因となって、介護が必要であると認定された人(特定疾病以外の原因で介護が必要になった場合は、介護保険の対象になりません)

### 地域包括支援センター

高齢者の身近な相談窓口です。  
相談内容に応じて、行政や介護サービス事業者などとの連絡調整を行います。  
要支援1・2の方及び事業対象者の介護予防ケアプランの作成、要支援・要介護状態になるおそれのある方の予防や生活支援サービスの利用に関する支援も行います。



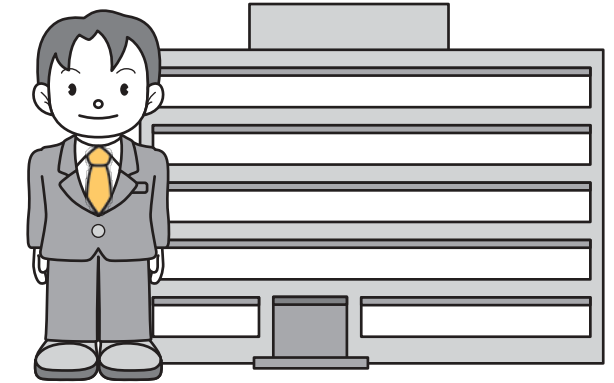
◆担当地区は、裏表紙をご覧ください。

• 委託

- 要介護認定の申請代行
- 事業対象者等申請

### 山形市(保険者)

- 介護保険制度を運営し、介護サービスを計画整備します。
- 介護保険料を徴収し、保険証を交付します。
- 要介護認定を行います。



- 介護保険や福祉に関する相談

- 介護予防ケアプランの作成
- 情報提供・助言

- 介護保険料の納付(第1号被保険者)
- 介護予防・生活支援サービス事業利用の申請
- 要介護認定の申請

- 認定結果の通知
- 介護保険被保険者証の交付
- 負担割合証の交付

- サービス費用の原則9割から7割(※)を給付  
※8月1日以降

- 介護の相談
- 申請手続き委任

- ケアプランの作成

- サービスの提供

- サービス費用の原則1割から3割(※)を負担  
※8月1日以降の利用分から

#### 指定居宅介護支援事業者

介護の知識を有した介護支援専門員(ケアマネジャー)が、ケアプランの作成及びサービス事業者や保険者(山形市)との連絡調整を行います。

### 介護サービス事業者

指定を受けた事業者が、各種介護サービス等を提供します。  
◆各サービスの内容については、6ページ及び20～25ページをご覧ください。  
◆事業所一覧については、市のホームページに掲載しています。  
<http://www.city.yamagata-yamagata.lg.jp>

市民の皆さんへ

福祉

介護保険

山形市内介護保険指定事業所一覧



(介護予防・生活支援サービス事業) 訪問型・通所型サービス実施事業者一覧



#### ※特定疾病とは

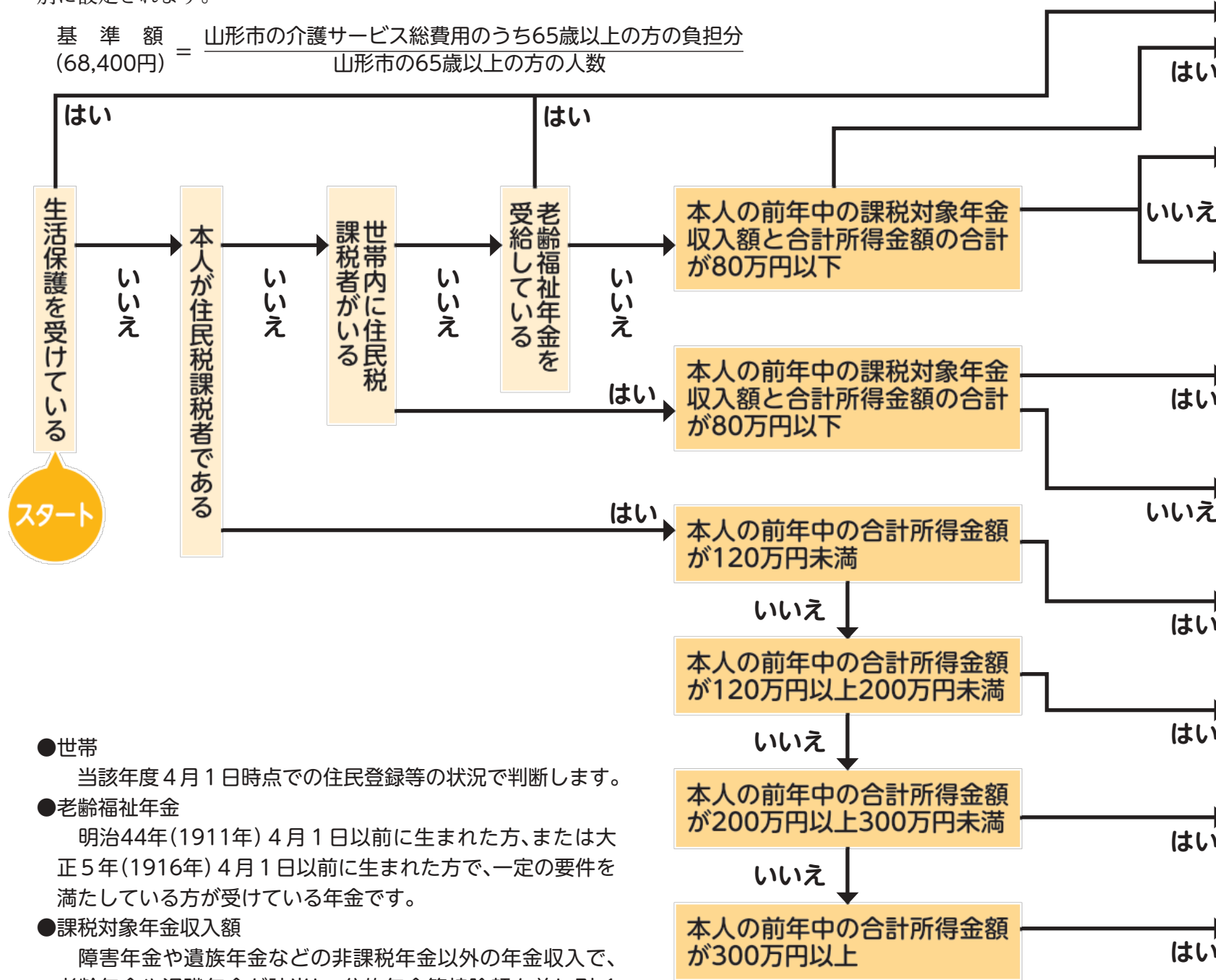
- ① 関節リウマチ
- ② 筋萎縮性側索硬化症
- ③ 後縦靭帯骨化症
- ④ 骨折を伴う骨粗鬆症
- ⑤ 初老期における認知症
- ⑥ 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
- ⑦ 脊髄小脳変性症
- ⑧ 脊柱管狭窄症
- ⑨ 早老症
- ⑩ 多系統萎縮症
- ⑪ 糖尿病性神経障がい、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- ⑫ 脳血管疾患
- ⑬ 閉塞性動脈硬化症
- ⑭ 慢性閉塞性肺疾患
- ⑮ 両側の膝関節または股関節の著しい変形を伴う変形関節症
- ⑯ がん(がん末期)

# 介護保険料について

## 65歳以上の方(第1号被保険者)の介護保険料

介護サービス費用をまかなうために算出された「基準額」を基に、みなさんの住民税課税状況等に応じて段階別に設定されます。

$$\text{基準額} = \frac{\text{山形市の介護サービス総費用のうち65歳以上の方の負担分 (68,400円)}}{\text{山形市の65歳以上の方の人数}}$$



- 世帯  
当該年度4月1日時点での住民登録等の状況で判断します。
- 老齢福祉年金  
明治44年(1911年)4月1日以前に生まれた方、または大正5年(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。
- 課税対象年金収入額  
障害年金や遺族年金などの非課税年金以外の年金収入で、老齢年金や退職年金が該当し、公的年金等控除額を差し引く前の金額です。
- 合計所得金額  
年金や給与などの収入から公的年金等控除額や給与所得控除額を差し引いた所得額の合計です。土地売却等にかかる特別控除がある場合は、合計所得金額から「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た額」を用います。  
また、第1～5段階については、合計所得金額から「公的年金等に係る雑所得額を控除した額」を用います。

段階	対象となる方の区分	介護保険料(年額)
第1段階	●生活保護受給者の方 ●老齢福祉年金受給者の方 ●本人の前年中の課税対象年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	(※) 基準額×0.45 <b>30,700円</b>
第2段階	世帯全員が住民税非課税 本人の前年中の課税対象年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超120万円以下の方	基準額×0.75 <b>51,300円</b>
第3段階	第1段階、第2段階に該当しない方	基準額×0.75 <b>51,300円</b>
第4段階	世帯内に住民税が課税されている方がいるが、本人は住民税非課税 本人の前年中の課税対象年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	基準額×0.9 <b>61,500円</b>
第5段階	本人の前年中の課税対象年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超の方	基準額 <b>68,400円</b>
第6段階	本人の前年中の合計所得金額が120万円未満の方	基準額×1.2 <b>82,000円</b>
第7段階	本人の前年中の合計所得金額が120万円以上200万円未満の方	基準額×1.3 <b>88,900円</b>
第8段階	本人の前年中の合計所得金額が200万円以上300万円未満の方	基準額×1.5 <b>102,600円</b>
第9段階	本人の前年中の合計所得金額が300万円以上の方	基準額×1.7 <b>116,200円</b>

※第1段階の保険料額については、国の施策(公費による保険料軽減の強化)により負担軽減が図られています。



## 介護保険料の支払い方法について

公的年金からの支払い(特別徴収)となります。

なお、公的年金から支払いができない方については、山形市から送付される納付書もしくは口座振替での支払い(普通徴収)になります。

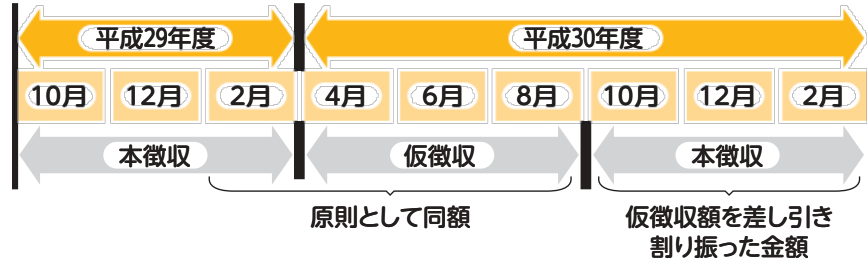
※公的年金からの支払いの対象になっている年金の種類は、老齢(退職)年金、障がい年金、遺族年金です。

### 公的年金を受給しているも、特別徴収にならない場合

- 1) 年金受給金額が年額18万円未満の方
  - 2) 老齢福祉年金のみ受給されている方
  - 3) 年度初め(4月1日)の時点で老齢(退職)年金、障がい年金、遺族年金を受給していなかった方
  - 4) 年金受給が差し止められた方
  - 5) 年金を担保に融資を受けている方
  - 6) 受給している年金の種類を、年度の途中で切り替えた方
  - 7) 65歳(第1号被保険者)になり約半年～1年の方
  - 8) 他の市区町村から転入し約半年～1年の方
  - 9) 年度の途中で所得額の変更等により保険料が増額になった方(特別徴収とともに、増額分を納付書等で支払いいただくこととなります。)
  - 10) 年度の途中で所得額の変更等により保険料が減額になった方
- 等

### ◎年金からの天引き(特別徴収)について

前年度から引き続き特別徴収となる方は、原則として4月、6月、8月分の金額は平成30年2月に支払った金額と同額となります。10月、12月、2月分は、住民税課税状況等をもとに7月に平成30年度分の介護保険料を決定したあと、その年額から4月、6月、8月分を差し引いて割り振った金額です。



## 年金から天引きとならない方(普通徴収)について

毎年7月に送付される納入通知書・納付書により、7月から翌年2月までの8回で支払っていただきます。納付書で納める方には、口座振替のご利用をお勧めします。

### 口座振替のお申し込みについて

お申し込み先	山形市指定の金融機関、ゆうちょ銀行窓口
持っていくもの	預貯金通帳、預貯金通帳届出印鑑、納入通知書
口座振替開始時期	金融機関で受理した月の、翌月末以降の納期分(7月～2月)から

口座振替ですと、次のような点が便利で安心です。

- 1) 納期ごとに金融機関へ支払いに行く手間がなくなります。
- 2) 支払い忘れもなく安心です。
- 3) 手続きも簡単。一度の申し込みで翌年度以降も継続されます。
  - ※納め方が、年金からの天引き(特別徴収)に切り替わった場合は、口座振替は停止となり、重複し納めることはありません。
  - ※介護保険料については、口座振替よりも年金からの天引きが優先されます。

## 第1号被保険者になったばかりの方について

65歳になった方や転入により年度の途中で山形市の第1号被保険者になった方の介護保険料は、以下のとおり計算されます。

### ◎介護保険料の算出方法

第1号被保険者になった月から翌年3月までの月数による月割りで計算されます。なお、1日が誕生日の方は、前の月から第1号被保険者となります。

《例》 昭和28年11月9日生まれで、介護保険料段階が第8段階(年額102,600円)の方の場合

平成30年度の介護保険料の計算  
 $102,600円 \div 12カ月 \times 5カ月$  (平成30年11月～平成31年3月の月数)  
 =42,750円  
 ※42,750円の100円未満を切捨てて得た42,700円が、平成30年度の介護保険料になります。

### ◎介護保険料の納付方法

山形市から送付される納付書もしくは口座振替での支払いになります。

- ・納付方法は普通徴収です。(年金からの天引きになりません)
- ・納付書は65歳になった月の翌月を目処に送付いたします。
- ・最初の納期限は納付書を送付しました月の月末です。
- ・約半年～1年で自動的に特別徴収に切り替わります。
- ※年金の受給状況により、特別徴収できない場合があります。

## 社会保険料控除について

確定申告等により、1月から12月までに実際に支払った介護保険料を社会保険料控除として計上することができます。確定申告等で利用できる介護保険料の納付に関する書類は以下のとおりです。特別徴収の方は、年金保険者から送付される源泉徴収票をご利用ください。

納付方法	書類名	発行者	発行時期	備考
年金天引き(特別徴収)	源泉徴収票	年金保険者	1月中	非課税年金は送付されません。
納付書(普通徴収)	領収証書	金融機関	納付したとき	還付が発生した場合の還付額等は反映されませんので、左記書類の他、窓口で「納付確認書」を発行しています。
口座振替(普通徴収)	口座振替済通知書	市	12月中	

### ◎特別徴収決定通知書と公的年金等の源泉徴収票の金額の違いについて

- ・特別徴収決定通知書は当該年度に納めるべき金額です。
- ・源泉徴収票は当該年に年金から天引きされた金額です。

通知文書	合計期間	納付期間
特別徴収決定通知書	平成30年度分	平成30年4月1日～平成31年3月31日
源泉徴収票	平成30年分	平成30年1月1日～平成30年12月31日

## 40歳から64歳までの方(第2号被保険者)の介護保険料

国民健康保険や社会保険など、加入している医療保険の保険料算定方法にもとづいて算定され、医療保険料とあわせて支払う仕組みになっています。医療保険者が徴収した介護保険料は、支払い基金(社会保険診療報酬支払基金)に一括して集められ、そこから各市町村に交付されます。

要介護認定等を受けた第2号被保険者に未納医療保険料等がある場合、保険給付の償還払い化とともに給付の一時差し止めを行うことがあります。

### 第2号被保険者の介護保険料徴収の流れ

第2号被保険者(40歳以上65歳未満) 医療保険の保険料として一括徴収

介護保険料  
※医療保険各法により、事業主負担および  
国庫負担が行われる。

医療保険者  
・国民健康保険 ・協会けんぽ  
・組合健保 ・共済組合 など  
社会保険診療報酬支払基金に一括納付

介護給付費・地域支援事業支援納付金

社会保険診療報酬支払基金

介護給付費交付金・地域支援事業交付金

保険者(市町村)  
介護給付費および介護予防給付費に要  
する費用の額の約27%の交付を受ける

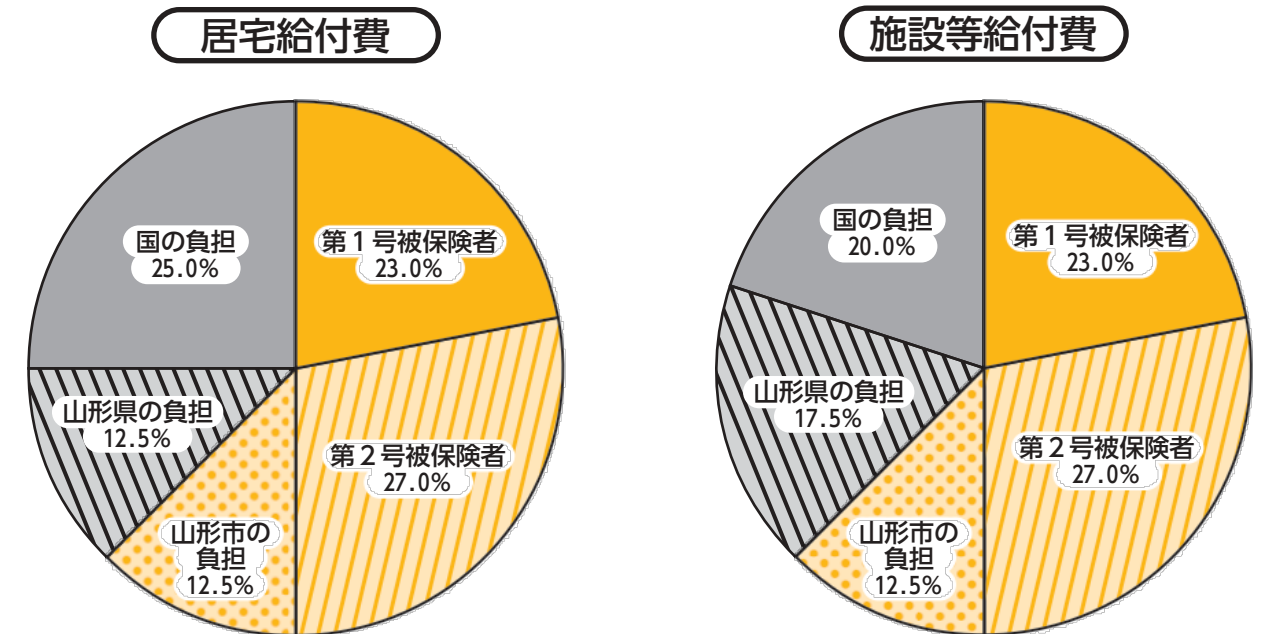
#### 参考/被保険者種別の保険料徴収方法等

被保険者種別	徴収方法	徴収者	保険料算定	納付管理
第1号被保険者	普通徴収	市町村	市町村	市町村
	特別徴収	年金保険者	市町村	市町村
第2号被保険者	医療保険料に上乗せ	医療保険者	医療保険者	医療保険者

## 介護保険料はみんなで制度を支えあう大切な財源です

介護保険は、介護の負担をみんなで支えあうしくみです。65歳以上の第1号被保険者が支払う介護保険料と40歳から65歳未満の方が納める介護保険料、さらに国・県・市の負担金を財源に運営されています。

### 財源の半分は介護保険料です



### 介護保険料を納めないでいると

介護保険制度は社会全体で要介護者を支えあう制度です。介護保険料の滞納が一定期間以上の場合にはサービスを利用する際に、滞納期間に応じて次のような給付制限が行われます。(災害等の場合には、介護保険料が減免される制度があります)

- 第1号被保険者
  - ・支払方法の変更(1年以上の滞納)  
サービスを利用する場合、いったん費用の全額(10割)が自己負担となります。保険給付分(9割から7割、ただし給付額減額等の措置がある場合は6割)の支払いを受けるためには、市への申請手続きが必要となります。
  - ・保険給付の一時差し止め(1年6カ月以上滞納)  
介護保険料が完納されるまでの間、市への申請手続きにより支払われる保険給付分についても、その一部または全部が差し止めになり、滞納している介護保険料に充てられることとなります。
  - ・給付額減額等の措置(2年以上滞納)  
介護保険料が滞納のまま2年以上経過した場合には、時効により保険料徴収権は消滅します。滞納により時効消滅した介護保険料のある方が要介護認定を受けた場合、認定前10年間における滞納期間に応じて①保険給付が7割(\*)に引き下げられるとともに、②高額介護サービス費は支給されません。  
※平成30年8月より、サービスの利用者負担の割合が3割の方は、保険給付が6割に引き下げられます。



# 介護保険サービス等を利用するには

市役所に申請し「介護や支援が必要な状態である」と認定を受ける必要があります。申請すると、訪問調査結果や主治医の意見書をもとに審査を経て、介護や支援が必要な状態かどうか、またどのくらいの介護が必要であるかを決めます。

介護予防・日常生活支援総合事業の訪問型サービスや通所型サービスのみを利用する方は、基本チェックリストに基づく判定を受けることで要支援認定を受けずにサービスを利用することができます。

事業対象者となった後や、介護予防・生活支援サービス事業によるサービスを利用し始めた後も、必要なときは要介護認定の申請が可能です。

## 相談

介護や支援が必要と感じたら、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保険課（市役所2階26番窓口）へご相談ください。

一般介護予防事業（介護予防・日常生活支援総合事業）を利用したい方

要支援の状態と思われる方で訪問型サービス、通所型サービスのみが必要と思われる方

・予防給付が必要と思われる高齢者  
・要介護状態の高齢者、第2号被保険者（40歳以上65歳未満）の方

### 基本チェックリストを受けます

地域包括支援センターの職員が、ご自宅を訪問し生活機能の状態を調べる「基本チェックリスト」を実施します。

#### 生活機能とは？

人が生きていくための機能全体のこと、体や精神の働きのほか、日常生活動作や家事、家庭や社会での役割などのことです。基本チェックリストは生活機能に関する25項目のチェック表です。

生活機能の低下がみられない

生活機能の低下がみられない

生活機能の低下がみられる  
(介護予防・生活支援サービス事業対象者)

事業対象者

介護保険

### 申請(介護保険を利用する為の申込)

サービスの利用を希望する人は、市役所の介護保険課窓口にて「要介護認定」の申請をします。

ご本人またはご家族が、申請に行くことができない場合などは、地域包括支援センター、指定居宅介護支援事業者、介護保険施設や成年後見人などが代行することもできます。

#### 申請に必要なもの

- 要介護・要支援認定申請書
- 介護保険被保険者証（第2号被保険者の場合は、健康保険被保険者証）

※市役所2階 26番窓口 介護保険課  
641-1212(代) 内線842~845

26 介護保険



### 要介護認定

#### ●認定調査/医師の意見書

調査員が自宅等を訪問し、心身の状況についてご本人やご家族から聞き取り調査を行います。

また本人の主治医に心身の状況についての意見書を作成してもらいます。

※ご本人やご家族が普段困っていることや不便に思っていることは調査員や主治医にお伝えください。

#### ●審査・判定

認定調査の結果と医師の意見書をもとに、保健、医療、福祉の専門家による「介護認定審査会」で審査され、介護を必要とする度合い（要介護状態区分）が判定されます。



### 認定結果の通知

原則として申請から30日以内に、認定結果通知書と、結果が記載された介護保険被保険者証が届きます。

要介護状態区分	利用できるサービス
要支援1 要支援2	<b>介護予防サービス</b> 介護保険の対象者ですが、要介護状態が軽く、生活機能が改善する可能性が高い人などが受けるサービスを利用できます。
要介護1 要介護2 要介護3 要介護4 要介護5	<b>介護サービス</b> 日常生活で介助を必要とする度合いの高い人で生活の維持・改善を図るためのさまざまな介護サービスを利用できます。
非該当	<b>一般介護予防事業</b> 介護保険の対象者にはなりませんが、一般介護予防事業を利用できます。

要支援1・2

要介護1~5

一般介護予防事業を利用

一般介護予防事業を利用

生活機能の低下がみられない

介護予防ケアマネジメント

地域包括支援センターで介護予防ケアマネジメントを実施。

事業対象者

介護予防ケアプランの作成

地域包括支援センターでケアマネジメントを実施して介護予防ケアプランを作成。

地域包括支援センター

介護予防ケアプランを作成

介護保険の介護予防サービスと、介護予防・生活支援サービス事業を組み合わせ利用できます。

要支援1・2

ケアプランの作成

居宅介護支援事業者(※)・施設でケアマネジメントを実施してケアプランを作成。

※ 居宅介護支援事業者とは

ケアマネジャー(介護の知識を幅広く持った専門家)が所属している介護保険事業者です。要介護認定の申請代行やケアプラン作成、サービス事業者との連絡・調整も行っています。

要介護1~5

◆ケアプランとは、要介護者等の心身の状況、生活環境、本人や家族の希望などを考慮し、利用するサービスの種類、内容を定める計画のことです。

一般介護予防事業を利用

介護予防・日常生活支援総合事業 ※山形市が行う地域支援事業です。

山形市が行う介護予防や生活支援のサービスを総合的に利用できます。

一般介護予防事業

65歳以上の人であれば誰でも介護予防のための教室や、身

※詳細については4・5ページをご覧ください。

も参加できる介護予防事業です。事業によっては、対象者が決められています。近な場所での住民主体の通いの場の立上げ支援などを行います。

介護予防・生活支援サービス事業 ※詳細については6ページをご覧ください。

介護サービス事業者のほか、一人ひとりの状態にあった

民間企業やNPO、ボランティアなどによるサービス提供が行われます。サービスを提供することで、みなさんの生活を支え、介護予防の手助けをします。

訪問型サービス(身体介護、生活援助など)

- 従前相当サービス
- 訪問型サービスA
- 訪問型サービスB
- 訪問型サービスC

通所型サービス(身体介護、機能訓練、レクリエーションなど)

- 従前相当サービス
- 通所型サービスA
- 通所型サービスB
- 通所型サービスC

通所型サービスCを中心に提供します

介護予防サービス

「介護予防訪問介護」と「介護予防通所介護」は介護予防・生活支援サービス事業から相当サービスが提供されます。

※詳細については20ページ以降をご覧ください。

在宅(居宅)サービス

- 訪問サービス
  - 介護予防訪問入浴
  - 介護予防訪問看護
  - 介護予防訪問リハビリテーション
  - 介護予防居宅療養管理指導

通所サービス

- 介護予防通所リハビリテーション(デイケア)
- 介護予防認知症対応型通所介護

小規模多機能型居宅サービス

- 介護予防小規模多機能型居宅介護

短期入所サービス

- 介護予防短期入所生活介護(ショートステイ)
- 介護予防短期入所療養介護(ショートステイ)

その他

- 特定介護予防福祉用具販売
- 介護予防福祉用具貸与
- 介護予防住宅改修費支給

施設サービス

- 介護予防特定施設入居者生活介護(介護付有料老人ホームなど)
  - 介護予防認知症対応型共同生活介護(グループホーム)
- ※要支援1の人は利用できません。

介護保険以外の生活支援サービスやインフォーマルサービスの活用 29ページ~

- 宅配サービス、見守りサービス、配食サービスなども活用できます。ケアマネジャーや地域包括支援センターにご相談ください。

介護が必要な状態に変化が無い場合

有効期間がすぎる前に

認定の有効期間は原則6カ月あるいは12カ月です。引き続きサービスを利用したい場合には、有効期間満了前に更新の申請をしてください。

本人の状態により3年以内の範囲で短縮または延長される場合があります。

介護が必要な状態に変化があった場合

有効期間に関係なく変更申請をしてください。



## 介護サービス利用の費用について (サービスを利用したときには費用の1割から3割を負担します)

介護保険のサービスを利用したときの利用者負担の割合は、原則としてサービスにかかった費用の1割または2割(平成30年8月からは1割から3割\*)です。

\*本人の合計所得金額が220万円以上で、同じ世帯にいる65歳以上の方の「年金収入+その他の合計所得金額」が単身の場合340万円以上、2人世帯以上の場合463万円以上の方。

### 介護保険で利用できる額には上限があります

介護保険では、要介護状態区分(要支援1・2、要介護1～5)に応じて上限(支給限度額)が決められています。

この上限を超えてサービスを利用した場合には、超えた分は全額が利用者の負担となります。

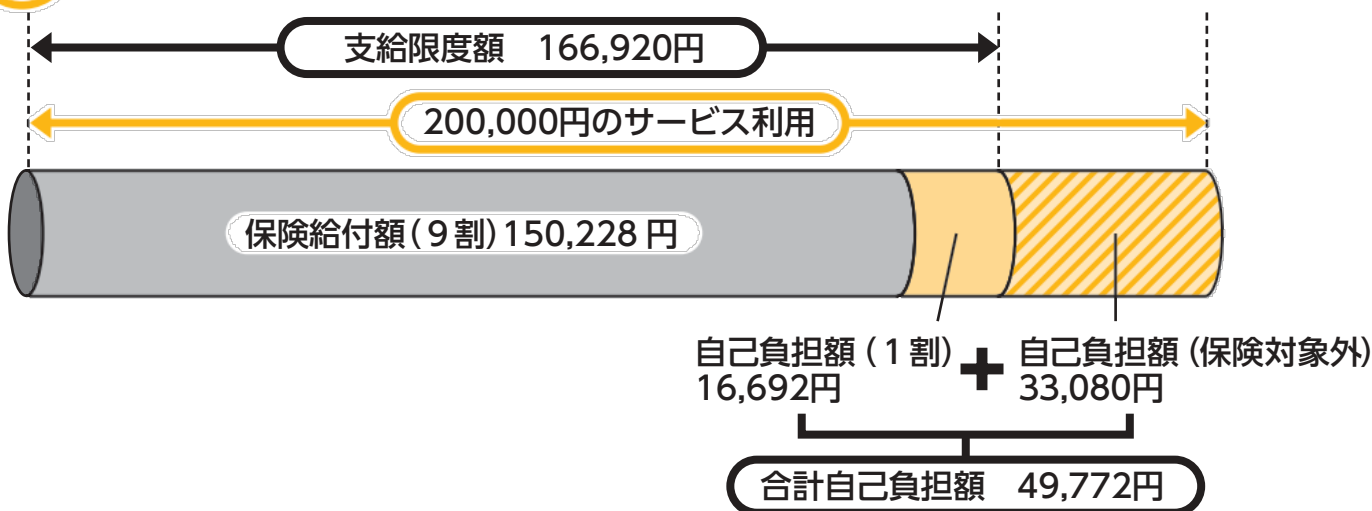
## 在宅(居宅)サービス費の1カ月の支給限度額



おもな居宅サービスの支給限度額

要介護状態区分	1カ月の支給限度額
基本チェックリストによる事業対象者	50,030円
要支援1	50,030円
要支援2	104,730円
要介護1	166,920円
要介護2	196,160円
要介護3	269,310円
要介護4	308,060円
要介護5	360,650円

**例** 要介護1(支給限度額166,920円)で1割負担の人が、200,000円のサービスを利用した場合



## 介護保険で利用できるサービス

### 在宅(居宅)サービス

\*サービスの種類の項で下段に細字で示されているものは、要支援1・2の人が利用できるサービスの名称です。

#### 1 訪問サービス

\*利用者負担は原則としてサービス費用の1割または2割(平成30年8月からは1割から3割)です。これに、介護職員の処遇を改善するための加算などがあります。

#### 訪問を受けて利用する

サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
<b>訪問介護(ホームヘルプ)</b>	ホームヘルパーが自宅を訪問し、入浴、排泄、食事等の身体介護や調理、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。 ●サービス費用のめやす 身体介護(30分以上1時間未満) <b>3,940円(1回につき)</b> 生活援助(20分以上45分未満) <b>1,810円(1回につき)</b> *早朝、夜間、深夜などは加算あり 通院のための乗車または降車の介助 <b>980円(1回につき)</b> *移送にかかる費用は別途自己負担	総合事業の介護予防・生活支援サービス事業へ移行P6参照。
<b>訪問入浴介護</b> 介護予防訪問入浴介護	介護士と看護師が自宅を訪問し、浴槽を提供しての入浴介護を行います。 ●サービス費用のめやす <b>12,500円(1回につき)</b>	自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、訪問による入浴介護が提供されます。 ●サービス費用のめやす <b>8,450円(1回につき)</b>
<b>訪問看護</b> 介護予防訪問看護 *早朝や夜間、深夜に20分未満の短時間訪問が新設されました。	疾患等を抱えている人について、看護師が自宅を訪問して、療養上の世話や診療の補助を行います。 ●サービス費用のめやす 訪問看護ステーションから(30分未満) <b>4,670円(1回につき)</b> 病院又は診療所から(30分未満) <b>3,960円(1回につき)</b>	疾患等を抱えている人について、看護師が自宅を訪問して、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。 ●サービス費用のめやす 訪問看護ステーションから(30分未満) <b>4,480円(1回につき)</b> 病院又は診療所から(30分未満) <b>3,790円(1回につき)</b>
<b>訪問リハビリテーション</b> 介護予防訪問リハビリテーション	自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。 ●サービス費用のめやす <b>2,900円(1回につき)</b> 1回20分以上 1週6回限度	自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り短期集中的なリハビリテーションを行います。 ●サービス費用のめやす <b>2,900円(1回につき)</b> 1回20分以上 1週6回限度
<b>居宅療養管理指導</b> 介護予防居宅療養管理指導	医師、歯科医師、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。 ●サービス費用のめやす 医師または歯科医師による指導 <b>5,070円(1回につき)</b> *介護保険を利用できる回数1カ月に2回まで	医師、歯科医師、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。 ●サービス費用のめやす 医師または歯科医師による指導 <b>5,070円(1回につき)</b> *介護保険を利用できる回数1カ月に2回まで

サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	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、定期巡回型訪問と随時の対応を行います。 <b>●サービス費用のめやす(1カ月につき)</b> 要介護1～5 <b>56,660円～294,410円</b>	※要支援1・2の人は利用できません。

## 2 通所サービス

※利用者負担は原則としてサービス費用の1割または2割(平成30年8月からは1割から3割)です。これに、介護職員の処遇を改善するための加算などがあります。

### 日帰りで施設を利用する

サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
通所介護(デイサービス)	通所介護施設で、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を行います。 <b>●サービス費用のめやす</b> 別に食費が自己負担になります。 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 <b>6,450円～11,240円</b> 療養通所介護 (難病やがん末期の要介護者を対象) 6時間以上 8時間未満 <b>15,110円</b>	総合事業の介護予防・生活支援サービス事業へ移行P6参照。
地域密着型通所介護	定員が18名以下の小規模な通所介護施設で、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を行います。 <b>●サービス費用のめやす</b> (7時間以上9時間未満)※送迎を含む 要介護1～5 <b>7,350円～13,320円</b> 療養通所介護 (難病やがん末期の要介護者を対象) <b>15,110円</b> (6時間以上8時間未満)	※総合事業の介護予防・生活支援サービス事業になります。P6参照
認知症対応型通所介護 介護予防認知症対応型通所介護	認知症の人を対象に専門的なケアを提供する通所介護です。 <b>●サービス費用のめやす(1日につき)</b> 単独型の場合 要介護1～5 <b>9,850円～14,590円</b> (7～9時間のサービス提供)	介護予防を目的として認知症の人を対象に専門的なケアを提供する通所介護です。 <b>●サービス費用のめやす(1日につき)</b> 単独型の場合 要支援1・2 <b>8,520円・9,520円</b> (7～9時間のサービス提供)

サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
通所リハビリテーション(デイケア) 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、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、日帰りでを行います。 <b>●サービス費用のめやす</b> 別に食費が自己負担になります。 (7時間以上8時間未満)※送迎を含む 要介護1～5 <b>7,120円～13,100円</b>	老人保健施設や医療機関等で、共通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。 <b>●サービス費用のめやす(月単位の定額)</b> 別に食費が自己負担になります。 (共通サービス)※送迎、入浴を含む 要支援1 1カ月 <b>17,120円</b> 要支援2 1カ月 <b>36,150円</b>

## 3 短期入所サービス

※利用者負担は原則としてサービス費用の1割または2割(平成30年8月からは1割から3割)です。これに、介護職員の処遇を改善するための加算などがあります。

### 施設に短期間入所する

サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
短期入所生活/療養介護(ショートステイ) 介護予防短期入所生活/療養介護	福祉施設や医療施設に短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。 <b>●サービス費用のめやす</b> 別に居住費、食費が自己負担になります。 短期入所生活介護 介護老人福祉施設(併設型・多床室)の場合 <b>5,840円～8,560円</b> (1日につき) 短期入所療養介護 介護老人保健施設(多床室)の場合 <b>8,260円～10,390円</b> (1日につき) 特定短期入所療養介護 (難病やがん末期の要介護者が利用した場合) <b>12,570円</b> (6時間以上8時間未満)	福祉施設や医療施設に短期間入所して、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。 <b>●サービス費用のめやす</b> 別に居住費、食費が自己負担になります。 介護予防短期入所生活介護 介護老人福祉施設(併設型・多床室)の場合 <b>要支援1 4,370円(1日につき)</b> <b>要支援2 5,430円(1日につき)</b> 介護予防短期入所療養介護 介護老人保健施設(多床室)の場合 <b>要支援1 6,110円(1日につき)</b> <b>要支援2 7,650円(1日につき)</b>

## 4 小規模多機能型居宅サービス

サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
小規模多機能型居宅介護 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や泊まりのサービスを組み合わせ提供します。 <b>●サービス費用のめやす(1カ月につき)</b> 要介護1～5 <b>103,200円～268,490円</b>	介護予防を目的として通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問や泊まりのサービスを組み合わせ提供します。 <b>●サービス費用のめやす(1カ月につき)</b> 要支援1・2 <b>34,030円・68,770円</b>



サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
<b>看護小規模多機能型居宅介護</b> (複合型サービス)	小規模多機能型居宅介護のサービスに加え、必要に応じて訪問看護を提供できる事業所が行うサービスです。 <b>●サービス費用のめやす(1カ月につき)</b> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>要介護1～5</b>  <b>123,410円～311,410円</b> </div>	※要支援1・2の人は利用できません。

サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
<b>住宅改修費支給</b> 介護予防住宅改修費支給	手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をした際、費用を支給します(支給限度基準額は1人20万円)。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>■改修費の支給を受けるためには、工事の前に申請が必要になります。申請は、担当のケアマネジャー又は、地域包括支援センターに相談してから行ってください。</li> <li>■支払方法は、「償還払い」と「受領委任払い」の二つの方法があります。ただし、受領委任払いは、市と契約した事業所で工事する場合に限られます。</li> </ul> </div>	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、費用を支給します(支給限度基準額は1人20万円)。

## 5 その他のサービス

### 在宅(居宅)での暮らしを支える

サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
<b>福祉用具貸与</b> 介護予防福祉用具貸与	日常生活の自立を助けるための福祉用具を貸与します。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・車いす</li> <li>・車いす付属品</li> <li>・特殊寝台</li> <li>・特殊寝台付属品</li> <li>・床ずれ防止用具</li> <li>・体位変換器</li> <li>・手すり(工事をとまなわないもの)</li> <li>・スロープ(工事をとまなわないもの)</li> <li>・歩行器</li> <li>・歩行補助つえ</li> </ul> <b>●サービス費用のめやす</b> 実際に貸与に要した費用に応じて異なります。	福祉用具のうち介護予防に役立つものについて貸与を行います。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・手すり(工事をとまなわないもの)</li> <li>・スロープ(工事をとまなわないもの)</li> <li>・歩行器</li> <li>・歩行補助つえ</li> </ul> <b>●サービス費用のめやす</b> 実際に貸与に要した費用に応じて異なります。
	<b>●サービス費用のめやす</b> 実際に貸与に要した費用に応じて異なります。	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>■要支援1・2および要介護1の人には、車いす(付属品含む)、特殊寝台(付属品含む)、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、自動排泄処理装置は原則として保険給付の対象となりません。</li> </ul>	
<b>特定福祉用具販売(福祉用具購入費の支給)</b> 特定介護予防福祉用具販売	入浴や排泄などに使用する福祉用具を販売し、その購入費を支給します(支給限度基準額は同一年度で10万円)。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・腰掛け便座</li> <li>・入浴補助用具</li> <li>・特殊尿器</li> <li>・簡易浴槽</li> <li>・移動用リフトのつり具</li> </ul>	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販売し、その購入費を支給します(支給限度基準額は同一年度で10万円)。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・腰掛け便座</li> <li>・入浴補助用具</li> <li>・特殊尿器</li> <li>・簡易浴槽</li> <li>・移動用リフトのつり具</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>■指定を受けた「特定福祉用具販売事業所」から購入した場合に限ります。</li> <li>■支払方法は、「償還払い」と「受領委任払い」の二つの方法があります。ただし、受領委任払いは、市と契約した事業所から購入する場合に限られ、購入する前に事前の審査が必要です。</li> <li>※「償還払い」⇒事業者(購入業者又は施行業者)に全額支払った後に、9割から7割分が本人に支給されます。</li> <li>※「受領委任払い」⇒事業者(購入業者又は施行業者)に1割から2割分(平成30年8月からは1割から3割分)を支払い、9割から8割分(平成30年8月からは9割から7割分)は市から事業者を支払われます。給付対象が確実でない場合(介護認定申請中の方や病院に入院中の方など)は、受領委任払いはできません。</li> </ul>	

## 施設サービス

※利用者負担は原則としてサービス費用の1割または2割(平成30年8月からは1割から3割)です。これに、介護職員の処遇を改善するための加算などがあります。

### 施設に入所する

サービスの種類	要介護1～5の人			
<b>介護老人福祉施設</b> (特別養護老人ホーム)	常時介護が必要で居宅での生活が困難な人が入所して、日常生活上の支援や介護が受けられます。原則として要介護3以上の人が対象となります。 <b>●サービス費用のめやす</b> ※別に居住費、食費が自己負担になります。 <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>従来型個室の場合</b>  <b>5,570円～8,290円</b>            (1日につき)         </td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>多床室の場合</b>  <b>5,570円～8,290円</b>            (1日につき)         </td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>ユニット型個室・</b>  <b>ユニット型個室的多床室</b>  <b>6,360円～9,100円</b>            (1日につき)         </td> </tr> </table>	<b>従来型個室の場合</b> <b>5,570円～8,290円</b> (1日につき)	<b>多床室の場合</b> <b>5,570円～8,290円</b> (1日につき)	<b>ユニット型個室・</b> <b>ユニット型個室的多床室</b> <b>6,360円～9,100円</b> (1日につき)
<b>従来型個室の場合</b> <b>5,570円～8,290円</b> (1日につき)	<b>多床室の場合</b> <b>5,570円～8,290円</b> (1日につき)	<b>ユニット型個室・</b> <b>ユニット型個室的多床室</b> <b>6,360円～9,100円</b> (1日につき)		
<b>地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護</b> ※原則要介護3～5の人のみ	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のための介護サービスです。 <b>●サービス費用のめやす(1日につき)</b> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>ユニット型個室の場合 要介護1～5</b>  <b>6,360円～9,100円</b> </div>			
<b>介護老人保健施設</b> (老人保健施設)	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。 <b>●サービス費用のめやす</b> ※別に居住費、食費が自己負担になります。 <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>従来型個室の場合</b>  <b>6,980円～9,070円</b>            (1日につき)         </td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>多床室の場合</b>  <b>7,710円～9,840円</b>            (1日につき)         </td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>ユニット型個室・</b>  <b>ユニット型個室的多床室</b>  <b>7,770円～9,880円</b>            (1日につき)         </td> </tr> </table>	<b>従来型個室の場合</b> <b>6,980円～9,070円</b> (1日につき)	<b>多床室の場合</b> <b>7,710円～9,840円</b> (1日につき)	<b>ユニット型個室・</b> <b>ユニット型個室的多床室</b> <b>7,770円～9,880円</b> (1日につき)
<b>従来型個室の場合</b> <b>6,980円～9,070円</b> (1日につき)	<b>多床室の場合</b> <b>7,710円～9,840円</b> (1日につき)	<b>ユニット型個室・</b> <b>ユニット型個室的多床室</b> <b>7,770円～9,880円</b> (1日につき)		
<b>介護療養型医療施設</b> (療養病床等)	急性期の治療を終え、長期の療養を必要とする人のための医療施設です。 <b>●サービス費用のめやす(1日につき)</b> ※別に居住費、食費が自己負担になります。 <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>従来型個室の場合</b>  <b>6,410円～11,470円</b>            (1日につき)         </td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>多床室の場合</b>  <b>7,450円～12,510円</b>            (1日につき)         </td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>ユニット型個室・</b>  <b>ユニット型個室的多床室</b>  <b>7,670円～12,730円</b>            (1日につき)         </td> </tr> </table>	<b>従来型個室の場合</b> <b>6,410円～11,470円</b> (1日につき)	<b>多床室の場合</b> <b>7,450円～12,510円</b> (1日につき)	<b>ユニット型個室・</b> <b>ユニット型個室的多床室</b> <b>7,670円～12,730円</b> (1日につき)
<b>従来型個室の場合</b> <b>6,410円～11,470円</b> (1日につき)	<b>多床室の場合</b> <b>7,450円～12,510円</b> (1日につき)	<b>ユニット型個室・</b> <b>ユニット型個室的多床室</b> <b>7,670円～12,730円</b> (1日につき)		

サービスの種類	要介護1～5の人	要支援1・2の人
<b>特定施設入居者生活介護</b> 介護予防特定施設入居者生活介護	介護保険施設として認められた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。 <b>●サービス費用のめやす</b> <b>5,340円～8,000円</b> (1日につき)	介護保険施設として認められた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。 <b>●サービス費用のめやす</b> <b>要支援1 1,800円(1日につき)</b> <b>要支援2 3,090円(1日につき)</b>
<b>認知症対応型共同生活介護(グループホーム)</b> 介護予防認知症対応型共同生活介護 ※要支援2の人のみ	認知症高齢者がスタッフの介護を受けながら共同生活する住宅です。 <b>●サービス費用のめやす(1日につき)</b> <b>1ユニットの場合 要介護1～5</b> <b>7,590円～8,520円</b>	介護予防を目的として認知症高齢者がスタッフの介護を受けながら共同生活する住宅です。 <b>●サービス費用のめやす(1日につき)</b> <b>1ユニットの場合 要支援2</b> <b>7,550円</b>

## 施設サービスの居住費等の負担限度額

低所得の人の施設利用(短期入所を含む)が困難とならないように、申請により居住費(滞在費)や食費の自己負担が軽減されます。

### ■基準費用額

施設における居住費・食費の平均的な費用を勘案して定める額(1日当たり)

利用者負担は施設と利用者間で契約により決められていますが、めやすとなる額は次のとおりです。

●食費：1,380円

●居住費：ユニット型個室 1,970円、ユニット型個室的多床室 1,640円、  
従来型個室 1,640円(介護老人福祉施設と短期入所生活介護は、1,150円)  
多床室 370円(介護老人福祉施設と短期入所生活介護は、840円)

### ■負担限度額(1日当たり)

利用者負担段階	居住費等の負担限度額				食費の負担限度額
	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	
<b>第1段階</b> 本人および世帯全員が住民税非課税であって老齢福祉年金の受給者、生活保護の受給者	<b>820円</b>	<b>490円</b>	<b>490円</b> (320円)	<b>0円</b>	<b>300円</b>
<b>第2段階</b> 本人および世帯全員が住民税非課税であって年金収入額※+合計所得金額の合計額が80万円以下の人 ※課税年金及び非課税年金(遺族年金・障害年金等)の合計額になります。	<b>820円</b>	<b>490円</b>	<b>490円</b> (420円)	<b>370円</b>	<b>390円</b>
<b>第3段階</b> 本人および世帯全員が住民税非課税であって利用者負担段階第2段階以外の人	<b>1,310円</b>	<b>1,310円</b>	<b>1,310円</b> (820円)	<b>370円</b>	<b>650円</b>

※介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合の従来型個室の負担限度額は、( )内の金額となります。

※住民税非課税世帯でも、世帯分離している配偶者が住民税課税の場合、預貯金等が一定額(単身1,000万円、夫婦2,000万円)を超える場合は対象となりません。

## 介護保険の自己負担が高額になったとき

### 高額介護(介護予防)サービス費

1カ月の間に支払った自己負担が高額になり、合計して上限額(下表参照)を超えた場合には、申請によってその超えた分が「高額介護(介護予防)サービス費」として支給されます。

同じ世帯内でサービス利用者が複数いる場合は世帯内で自己負担額を合計することができます。

#### 高額介護(介護予防)サービス費の上限額(1カ月)

第1段階	生活保護受給者	個人単位 <b>15,000円</b>
	住民税非課税世帯で老齢福祉年金の受給者	個人単位 <b>15,000円</b> 世帯合計 <b>24,600円</b>
第2段階	住民税非課税世帯で、合計所得金額及び課税年金収入の合計が80万円以下の方	個人単位 <b>15,000円</b> 世帯合計 <b>24,600円</b>
第3段階	住民税非課税世帯で第2段階以外の方	世帯合計 <b>24,600円</b>
第4段階(一般)	第1段階から第3段階以外の方	世帯合計 <b>44,400円</b>
第4段階	第1段階から第3段階以外で現役並みの所得のある方(同一世帯に65歳以上で課税所得145万円以上ある方がいる世帯)	世帯合計 <b>44,400円</b>

※第4段階(一般)のうち、同じ世帯の全ての65歳以上の方(サービスを利用していない方を含む)の利用負担割合が1割の世帯には、時限措置として、平成29年8月～平成32年7月まで、年間上限額446,400円(37,200円×12カ月)を設けます。

※以下の負担額は、高額介護(介護予防)サービス費の対象となりません。

- 福祉用具購入費、または住宅改修費の自己負担分
- 施設サービス等での食費、居住費(滞在費)、その他日常生活費
- 要介護状態区分別の支給限度額を超えてサービスを利用したときの利用者負担

※保険料の滞納により給付が制限されている場合は、高額介護(介護予防)サービス費が支給されない場合があります。

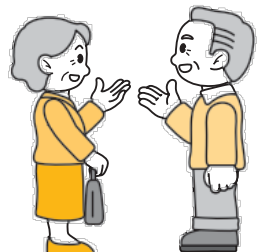
※サービスを利用し、事業者が自己負担分を支払った日から起算して2年を経過すると、支給を受けられなくなります。

※高額介護(介護予防)サービス費の支給対象となる方には、ご利用月の約2カ月後に支給申請のご案内を送付しています。申請の1～2カ月後に支給予定です。

### 高額介護サービス費の貸付けについて

高額介護サービス費の支給を受ける見込みのある方で、介護保険サービスの自己負担額の支払いが困難なときには、高額介護サービス費の支給見込み金額の9割を限度に無利子で借りることができます。

貸付金の返還は支給される高額介護サービス費をもって充てることになります。





## 介護保険と医療保険の自己負担が高額になったとき

### 高額医療・高額介護合算制度(高額介護合算療養費・高額医療合算介護(予防)サービス費)

介護保険と医療保険、両方の自己負担額が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。介護保険と医療保険で、それぞれの限度額(1カ月)を適用した後、年間の自己負担額を合算して限度額(下表参照)を超えた場合には、申請によってその超えた分が支給されます。

支給される場合は、支給額を医療保険と介護保険で按分して、医療保険からは「高額介護合算療養費」として介護保険からは「高額医療合算介護(予防)サービス費」としてそれぞれ支給になります。

〈高額医療・高額介護合算制度の世帯負担限度額〉(対象期間: 8月1日から翌年7月31日まで)

所得区分		70歳以上※1
年収1,160万円～ 標報83万円以上	課税所得690万円以上	212万円
年収770万円～1,160万円 標報53～79万円以上	課税所得380万円以上	141万円
年収370万円～770万円 標報28～50万円以上	課税所得145万円以上	67万円
一般		56万円
低所得者 (住民税非課税世帯)	Ⅱ	31万円
	Ⅰ※3	19万円

所得区分(基礎控除後の総所得金額等)	70歳未満の人※2
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

○同じ医療保険と介護保険を利用した世帯ごとに合算して計算されます。

○70歳未満: 上位所得者とは被用者保険では標準報酬月額53万円以上等

70歳以上: 現役並み所得者とは課税所得金額145万円以上等、医療保険の所得区分による。

※1、2 対象となる世帯に70歳以上75歳未満の方と70歳未満の方が混在する場合は、

①70歳以上75歳未満の方に係る自己負担合算額に※1の限度額を適用した後

②なお残る負担額と70歳未満の方の自己負担額に※2が適用されます。

※3 低所得者Ⅰの世帯で複数の介護サービス利用者がある場合、医療保険分は、低所得者Ⅰの限度額を適用しますが、介護保険分は低所得者Ⅱの限度額を適用します。

○所得区分について、詳しくはご加入の医療保険担当窓口までお問い合わせ願います。

○以下の自己負担額は、高額医療・高額介護合算制度の対象となりません。

- ・入院時の食事代や差額ベッド代
- ・介護保険を利用した「福祉用具購入費」または「住宅改修費」
- ・介護保険施設での食費・居住費(滞在費)、その他日常生活費
- ・要介護状態区別の支給限度額を超えて介護保険サービスを利用したときの利用者負担

## その他の利用者負担軽減について

### 社会福祉法人等による利用者負担軽減制度事業

社会福祉法人が、低所得者で生計が困難である者に対して介護サービスを提供する場合に利用者負担を軽減する制度です。利用者負担の軽減を行った場合は、社会福祉法人に対して一定割合で補助金を交付します。

#### 【対象者】

住民税が世帯全員非課税で次の全ての要件を満たす方、または生活保護を受給されている方

①年間収入が単身世帯で150万円以下、世帯員が1人増えるごとに50万円を加算した額以下であること。(世帯員2人は200万円、3人は250万円)

※年間収入には、非課税年金(遺族年金、障害年金、恩給等)や仕送りも含む

②預貯金等の額が単身世帯で350万円以下、世帯員が1人増えるごとに100万円を加算した額以下であること。(世帯員2人は450万円、3人は550万円)

③自宅の土地、建物以外に活用できる資産がないこと。

④市県民税の扶養控除(配偶者控除含む)対象者並びに医療保険の被扶養者になっていないこと。

⑤介護保険料を滞納していないこと。

#### 【軽減の割合】

利用者負担分 25% (老齢福祉年金受給者は50%)

食費・居住費(滞在費)分 25% (老齢福祉年金受給者は50%)

※特別養護老人ホームへ入所する方で利用者負担段階第2段階の方は、食費・居住費のみ軽減になります。

※特別養護老人ホームへ入所する方または短期入所生活介護を利用する方で、負担限度額認定証(青色)をもっていない方は、食事・居住費の軽減は受けられません。

※生活保護を受給されている方は、居住費のみ軽減(軽減割合100%)になります。

### 介護保険利用者負担助成事業

介護保険制度が開始された平成12年度から生活保護制度に介護扶助が新設されていますが、生活保護受給者以外の低所得者対策として適切なサービス利用を確保し自立を支援するものです。

#### 【対象者】

収入の状況等から生活保護の被保護者と同等の生活水準であると認められる方

利用料の負担が困難でサービスの利用を制限せざるを得ないと認められる方

#### 【軽減(助成)内容】

居宅サービス利用者: 1か月の利用者負担のうち3,000円を超えた額を申請により助成

施設サービス利用者: 1か月の利用者負担(居住費(滞在費)、食費を含む。)のうち15,000円を超えた額を申請により助成

## 4 介護保険以外の生活支援サービス

### 山形市による支援

#### ◎生活支援サービス

長寿支援課 電話641-1212 (代)

##### ◆在宅介護支援住宅改修補助 (内線566)

自宅での不慮の事故を防止し、将来介護が必要な状態になった場合でも、できるだけ長く住み慣れた住宅で生活が続けられる環境を整備するため、住宅改修工事(バリアフリー工事)を行う際の費用の一部補助を実施しています。

対象者	山形市内の住宅で、次のいずれかに該当する世帯 ① 65歳以上の高齢者がいる世帯で、かつ前年の所得額が400万円を超える方がいない世帯 ② 介護保険法による要介護又は要支援認定者がいる世帯で、かつ前年の所得額が400万円を超える方がいない世帯 ③ 身体障がい者手帳の交付を受けており、下肢、体幹、又は脳原性運動機能障がいの個別等級が1～3級に認定されている方がいる世帯
内容等	対象工事：玄関、廊下、階段、居室、浴室、洗面所、台所、トイレ等 補助金：補助金対象工事費の2分の1以内の額で30万円を限度。介護保険と併せて利用できます。 ※申請期間など詳細についてはお問い合わせください。

##### ◆緊急通報システム (内線566)

一人暮らしの高齢者で疾病のために日常生活に注意を要する方に対し、緊急通報装置を設置することにより、緊急対応を行います。また、定期的な安否確認を行い、在宅生活を支援します。

対象者	65歳以上の一人暮らしの高齢者等で次のような身体・医療状況のため日常生活上注意を要する方 身体状況…歩行困難等で、緊急時に電話まで移動することに支障のある方 医療状況…①～③のような既往症又は現症もしくはそれを生じさせる危険因子があり、発作等の危険がある方 ① 狭心症、心筋梗塞などの心疾患 ② 脳出血、脳梗塞、クモ膜下出血などの脳血管障がい ③ その他、昏睡や意識障がい等を起こすおそれのある病気又は歩行困難となるおそれのある病気
内容等	内容：緊急通報装置(ペンダント型)による緊急対応 利用料：無料 協力員：申請の際には協力員を3名確保してください。

##### ◆運転免許証自主返納者へのタクシー券の交付 (内線566)

運転免許証の自主返納を行った方に、タクシー券を交付します。(1回限り)

対象者	70歳以上の高齢者で、平成30年4月1日以降に運転免許証を自主返納した方で、次の要件を満たす方 ① 自主返納後、1年以内である ② 過去に、高齢者外出支援事業による免許返納者のシルバー3ヶ月定期券の補助を受けていない ③ 申請時、シルバー3ヶ月定期券、高齢者移送サービス利用券、福祉タクシー券の補助を受けていない
内容等	10枚綴りのタクシー券5,000円分(1枚あたり500円)を免許証返納後、1回限り交付します。

##### ◆高齢者移送サービス (内線569)

ねたきり状態の高齢者に対し、高齢者移送サービス利用券を交付し、自宅からの通院手段等の確保を図り、在宅生活の継続を支援します。

対象者	65歳以上の在宅の高齢者でねたきり状態の方
内容等	内容：リフト付車両又はストレッチャー装着車両の移送利用券(年度内12枚限度) ※福祉タクシー券及び運転免許証返納者対象のタクシー券との併用は不可 負担金：移送に要する経費の一部(2割又は3割相当額)

##### ◆高齢者外出支援 (内線566)

高齢者の閉じこもりを防止し、住み慣れた住宅で元気に継続して生活できるよう、高齢者の外出を支援します。

対象者	定期券の使用開始日現在で満70歳以上の方														
内容等	山交バス株式会社が販売する「シルバー3ヶ月定期券(定価30,000円)」を購入する際に一定額を助成します。														
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>自己負担額等</th> <th>自己負担額</th> <th>補助額 (定期券1枚につき)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>使用開始日現在の年齢</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>70歳以上75歳未満</td> <td>9,000円</td> <td>21,000円</td> </tr> <tr> <td>75歳以上</td> <td>6,000円</td> <td>24,000円</td> </tr> <tr> <td>70歳以上の運転免許証返納者(運転免許証返納後、最初の購入日から1年間4回まで) ※大型、中型、普通自動車の免許を返納した方に限ります。</td> <td>0円</td> <td>30,000円</td> </tr> </tbody> </table>	自己負担額等	自己負担額	補助額 (定期券1枚につき)	使用開始日現在の年齢			70歳以上75歳未満	9,000円	21,000円	75歳以上	6,000円	24,000円	70歳以上の運転免許証返納者(運転免許証返納後、最初の購入日から1年間4回まで) ※大型、中型、普通自動車の免許を返納した方に限ります。	0円
自己負担額等	自己負担額	補助額 (定期券1枚につき)													
使用開始日現在の年齢															
70歳以上75歳未満	9,000円	21,000円													
75歳以上	6,000円	24,000円													
70歳以上の運転免許証返納者(運転免許証返納後、最初の購入日から1年間4回まで) ※大型、中型、普通自動車の免許を返納した方に限ります。	0円	30,000円													
<p>購入場所：山交バス株式会社バス案内センター(山交ビル1階) 持ち物：本人確認書類として保険証等と印鑑、自己負担額が必要です。運転免許証を返納した方は、運転経歴証明書も必要です。</p>															

##### ◆高齢者訪問理美容サービス (内線569)

理容所又は美容所に向くことが困難な在宅高齢者に対し、訪問による理容又は美容サービスが受けられる利用券を交付します。

対象者	次の要件をすべて満たす方 ① 65歳以上の単身世帯もしくは高齢者のみの世帯、又はこれに準ずる世帯に属する方であること ② 要介護4・5の認定を受けている方、又はこれに相当する心身状態にあると認められる方であること ③ 利用対象者及び住所を同じくする世帯員全員の当該年度の市県民税が非課税であること
内容等	訪問理美容サービスが受けられる利用券(1,000円分)を年間1枚交付します。

##### ◆老人一時入所 (内線651・652)

緊急な理由のため、家庭内において通常の生活ができない方を、施設で一時的に預かる事業です。

対象者	おおむね65歳以上で介護保険の要支援又は要介護の認定を受けていない方で、身体上又は精神上何らかの障がいがあり、かつ同居者の疾病、事故、災害等でやむを得ず一時的な入所が必要であると認められる方
内容等	実施施設：養護老人ホームあたご荘 利用料：1日1,500円(生活保護世帯は無料)、1回につき7日以内



### ◆養護老人ホーム入所（内線651・652）

養護老人ホームは、環境上の理由及び経済的理由により在宅で生活することが困難な高齢者が入所する施設です。

<b>対 象 者</b>	<p>おおむね65歳以上で、環境上の理由及び経済的理由により、居宅において生活することが困難な方が入所できます。</p> <p>次の1及び2のいずれにも該当することが要件となります。</p> <p>1. 環境上の理由 次のいずれにも該当していること。 (1) 家族や住居の状況など、現在置かれている環境の下では在宅において生活することが困難であると認められること。 (2) 健康状態が入院加療を要する病態でないこと。</p> <p>2. 経済的理由 次のいずれかに該当していること。 (1) 生活保護法による保護を受けている世帯に属する場合 (2) 当該高齢者の属する世帯の生計中心者が地方税法に規定する市民税の所得割を課せられていない者である場合 (3) 災害の発生等により所得の状況に著しく変動がある等のため、当該高齢者の属する世帯又はその生計中心者が、(1)又は(2)に相当する状態にあると認められる場合</p>
--------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

※このほか、地域では様々な生活支援サービスが提供されています。

詳しくは山形市ホームページ掲載の「生活支援社会資源一覧」をご覧ください。地域包括支援センター（担当地区は裏表紙参照）にお問い合わせください。

## ◎家族介護者支援サービス

長寿支援課 電話641-1212(代)

### ◆紙おむつ支給（内線569）

ねたきり状態又は重度の認知症高齢者の家族等に対し、紙おむつを支給することにより、本人及び家族の精神的、経済的負担の軽減を図ります。

<b>対 象 者</b>	<p>要介護4・5（これに相当する方）又は認知症により排泄に問題がある方で、常時失禁状態が1カ月以上続く65歳以上の方</p> <p>条 件：（在 宅）同じ住所にお住まいの方々全員の市県民税額が14万円未満であること （入 院）同じ住所にお住まいの方々全員の市県民税が非課税であること</p>
<b>内 容 等</b>	1カ月につき7,000円を限度に紙おむつを現物支給します。

### ◆ねたきり高齢者等介護者激励金（内線566）

ねたきり状態又は重度の認知症高齢者を在宅で一定期間介護している家族介護者に対し、その介護に対する激励と支援のために激励金を支給します。

<b>対 象 者</b>	家庭内において、65歳以上のねたきりの高齢者又は症状の進んだ認知症の高齢者等を継続して6カ月以上介護している方
<b>内 容 等</b>	<p>年額50,000円を上限に支給</p> <p>※申請期間など詳細についてはお問い合わせください。</p>

### ◆家族介護者交流会（内線569）

ねたきり状態又は重度の認知症高齢者を在宅で介護している介護者に心身のリフレッシュを図っていただくため、介護者相互の交流会等を開催します。

<b>対 象 者</b>	家庭内において、要介護4・5の認定を受けている方、又は症状の進んだ認知症の高齢者を介護している方
<b>内 容 等</b>	<p>介護者を対象とした交流会等を開催</p> <p>※申請期間など詳細についてはお問い合わせください。</p>

## ◎生きがい関連事業

長寿支援課 電話641-1212(代)

### ◆敬老祝い（内線566・569）

高齢者の長寿を祝うため、敬老の日を中心にして、米寿、100歳の方々にお祝いを差し上げています。

### ◆老人クラブ活動への助成（内線562・563）

老後の生活を健康で豊かなものにするため、高齢者自身が自主的に組織し、教養の向上、健康の保持、レクリエーション、地域社会の交流などの活動を行っており、市・地区老人クラブ連合会に加入して活動を行っている、老人クラブに助成を行っています。

※老人クラブの連合組織として、山形市老人クラブ連合会があります。

（連絡先 城西町二丁目2番22号 山形市総合福祉センター2階 電話674-8127）

## 山形市福祉文化センター 電話642-5181

### ◆鍼灸マッサージ等施術費の助成

高齢者福祉の向上と健康増進を図るため鍼灸マッサージ等施術費の一部を助成します。

<b>対 象 者</b>	山形市民で70歳以上の方（本年度中に70歳に達する方も含む）。平成30年度は、昭和24年4月1日以前に生まれた方
<b>内 容 等</b>	健康増進のため、高齢者がマッサージ等の施術を受けた場合に、1人につき年間12回まで（1回当たり800円）助成します。

### ◆肺炎球菌予防接種（接種費用の助成）

■健康課 電話641-1212(代) 内線374

※平成31年1月より霞城セントラルに移転するため電話番号が変わります。

肺炎球菌という細菌による肺炎を予防する予防接種です。

高齢者の方を対象に、接種費用の一部助成を行っています。助成対象者や接種方法など詳細については健康課までお問い合わせください。

## 山形市避難行動支援制度

### ■防災対策課地域防災係 電話641-1212(代) 内線382

災害が起きた時に、高齢者世帯や障がいのある方が地域の方から避難支援を受けられるように、要支援者本人が山形市に登録を行う制度です。



## 定期的な健康診断の受診

### 健康課成人保健係

電話641-1212 (内線372・373)

※平成31年1月より霞城セントラルに移転するため電話番号が変わります。

#### ●受けられる健診

##### ①特定健診(65歳～74歳)、健康診査(75歳以上)

診察、身体計測(65～74歳の方は腹囲測定を含みます。)、血圧測定、血液検査(脂質、血糖、貧血、肝機能、腎機能)、心電図、眼底検査、尿検査

##### ②がん検診

胃がん、大腸がん、肺がん、前立腺がん、子宮がん(※)、乳がん(※)、胃がんリスク層別化検査(※)  
※のある検診は受診要件がありますので、広報やまがた3月15日号に折り込みの「健診べんり帳」でご確認ください。

#### ●料金

健診の種類	対象者		75歳以上 (後期高齢者医療保険)
	65歳～74歳	国保加入者以外の方	
①特定健診・健康診査	無料	保険証の発行元にお問合せください	無料
②がん検診	65歳以上の市民の方は、無料です。 ただし、前立腺がん検診は800円、胃がんリスク層別化検査は、集団健診で500円、個別健診で1000円の自己負担があります。		

#### ●健診の受け方: 集団健診…公民館等で受ける方法

個別健診…ご希望の医療機関で受ける方法

- ・申込方法や集団健診の日程、健診を受けることができる医療機関等の詳細については、「健診べんり帳」をご覧ください。
- ・生活保護世帯の方および中国残留邦人等支援給付を受けている方が属する世帯の方は事前申請が必要です。

#### ●その他: 70歳(昭和23年4月1日～昭和24年3月31日生まれ)の方は、歯科医療機関で歯周疾患健診を受けることができます(6～12月まで)。

受診希望の方には受診券を交付しますので、事前に健康課へお問い合わせください。

## 居場所づくりや社会参加

### ◆住民主体の居場所づくり・担い手として活動

軽体操や気軽に交流できる居場所づくりや、住民同士のちょっとしたボランティアなど、お互いさまの活動が広がっています。担い手として参加してみませんか。

活動の場所	ふれあいいきいきサロン ■山形市社会福祉協議会 電話:645-8061 閉じこもりの解消や交流による仲間づくりなどを目的に、隣近所の高齢者等が気軽に集まり、お茶飲みや趣味活動等を行っています。
	我が事・丸ごとの地域づくり ■山形市社会福祉協議会 電話:645-8061 高齢者、障がい者、子ども等の区別なく行う地域支え合い活動と相談活動を行っています。
	山形市地域支え合いボランティア活動(介護予防・日常生活支援総合事業 通所型・訪問型サービスB) ■長寿支援課地域包括支援係 電話641-1212 (内線564・565) 生活支援コーディネーター (41ページ参照) 高齢者に対する買い物や掃除、外出同行、ごみ出し等の支え合い活動(訪問型サービスB)、趣味活動、運動など、交流を目的として集まる居場所(通所型サービスB)の運営を行っています。

### ◆老人クラブ

■山形市老人クラブ連合会 電話674-8127

地域を基盤とする高齢者の自主的な組織です。仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動や地域を豊かにする社会活動を行っています。

### ◆高齢者交流サロン



城西町二丁目2番22号 山形市総合福祉センター2階 電話674-8127

高齢者の方が自由に集い、談話や趣味活動などをおして、仲間づくりや交流の促進を図ることを目的としたサロンです。利用料は無料です。運営は、山形市老人クラブ連合会が行っています。

開設日:月曜日から金曜日 午前9時～午後5時

(土・日曜日、祝日、振替休日、年末年始は休み)

### ◆ふれあいいきいきサロン

■山形市社会福祉協議会 電話645-8061

閉じこもりの解消や交流による仲間づくりなどを目的に、隣近所の高齢者等が気軽に集まり、お茶飲みや趣味活動等を行っています。

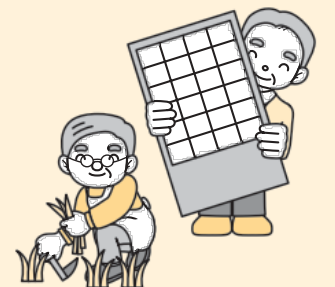
### ◆シルバー人材センター

■公益社団法人山形市シルバー人材センター

双葉町一丁目2番3号 山形テルサ1階 電話647-6647

健康な高齢者が働く場を得ることにより、社会参加や生きがいの充実を実現することを目指して、昭和55年に発足しました。

おおむね60歳以上の方が会員となり、各人の経験や能力を生かした多様な就業機会の確保や社会参加活動を支援しています。



### ◆ボランティア活動等

■山形市社会福祉協議会ボランティアセンター

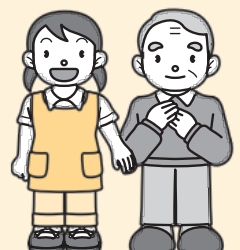
城西町二丁目2番22号 山形市総合福祉センター 電話645-9233

ボランティア活動は、みんなが幸せに暮らしていけるよう協力し支え合う活動です。小さなことでも、みなさんのおもいやりの心を行動に移すことで、ボランティア活動への第一歩となり、やさしさあふれる福祉のまちづくりにつながります。ボランティアセンターでは、みなさんのボランティア活動を応援します。興味のある方は、ぜひお気軽にご相談ください。

■山形市市民活動支援センター

城南町一丁目1番1号 霞城セントラル22階 電話647-2260

市内の市民活動やボランティア活動を応援し、推進しています。市民活動等に関する情報の紹介や市民活動に関心のある方はお問い合わせください。





## 5 認知症について知ろう

### 認知症は脳の病気です

認知症とは、様々な原因で脳の細胞が死んでしまったり働きが悪くなったりしたために記憶力や判断力に障害が起こり、社会生活や対人関係に支障が出ている状態をいいます。

認知症を引き起こす主な病気として、アルツハイマー病や脳梗塞などがあります。

### 必ずあらわれる「中核症状」と、本人の性格や周囲の環境が要因であらわれる「行動・心理症状」の二つの症状があります

脳の細胞が壊れることによって直接起こるのが中核症状です。記憶障害、見当識障害(季節や時間、場所などがわからなくなる)、理解・判断力の低下、実行機能の低下などが見られ、周囲で起こっている現実を正しく認識できなくなります。

これに対し、本人の性格や環境などの様々な要因が絡み合って、うつ状態や妄想、徘徊などといった問題が起こることがあります。これが行動・心理症状です。この行動・心理症状は周囲の接し方やお薬で改善できる場合があります。

### こんなことはありませんか？～認知症の初期サイン～

日常生活でのちょっとした変化に最初に気付くことができるのは家族です。最近、こんなことはありませんか？もしかして…と思ったら、早めに対応しましょう。



### 早期に治療に結び付けることで、進行を遅らせたり、症状を改善させたりできる場合があります

認知症は、早期発見・早期診断が大変重要です。早期に適切な治療に結びつけることで、進行を遅らせたり症状を改善させたりできる場合があります。また、症状が軽いうちに今後の準備をしておくことで、将来的に余裕のある対応ができるようになります。ちょっとした変化に気が付いたら、すぐにかかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談しましょう。

### 相談窓口

地域包括支援センター (詳細は40ページ及び裏表紙をご覧ください。)

山形県認知症疾患医療センター (篠田総合病院内2F精神心療科外来)

認知症に関する質の高い専門医療の提供、専門医療相談を行います。 電話623-1711 (代表)

まずは電話にてご相談・ご予約ください。

(電話予約受付)月～金曜日 午前8時40分～午後4時(できるだけ午後2時以降にお願いします。)

認知症の人と家族の会

認知症の電話相談 0120-294-456 (フリーダイヤル) 午前10時～午後3時(土・日・祝日を除く)

さくらんぼカフェ (やまがた認知症コールセンター)

小白川町2丁目3-30 山形県小白川庁舎内

電話来所相談 687-0387 月～金曜日 正午～午後4時(祝日・年末年始を除く)

### 認知症は高齢者だけの病気ではありません 若年性認知症の場合も早期発見・早期受診が大切です

若年性認知症とは、65歳未満で発症する認知症をいいます。若年性認知症の場合、高齢で発症する認知症とは違った社会的・家庭的問題が出てきます。まずはご相談ください。

#### 若年性認知症相談窓口

山形県若年性認知症支援コーディネーターが対応します。

電話687-0387 月～金曜日 正午～午後4時(祝日・年末年始を除く)

#### 若年性認知症コールセンター

若年性認知症の無料相談窓口です。

電話0800-100-2707 (フリーコール) 月～土曜日 午前10時～午後3時(祝日・年末年始を除く)

### 認知症の人を支えるための取組み

#### おれんじサポートチーム(認知症初期集中支援チーム)が支援します

医療・介護の専門職がご家庭を訪問し、専門医の受診や介護サービスの利用、支援、その他家族介護者への相談助言など、専門的な視点からサポートします。

- たとえばこんなとき…
- ・認知症かどうか診断を受けたいがうまく受診につながらない
  - ・認知症の症状がひどく対応に困っている
  - ・介護サービスを利用したいが本人が拒否している
  - ・閉じこもりがちで人付き合いもなくなっている

■おれんじサポートチーム「えがお」(山形市北部担当・ながまち荘内)

■おれんじサポートチーム「こころ」(山形市南部担当・大島医院内)

まずは、地域包括支援センターへご相談ください。(担当地区は裏表紙参照)

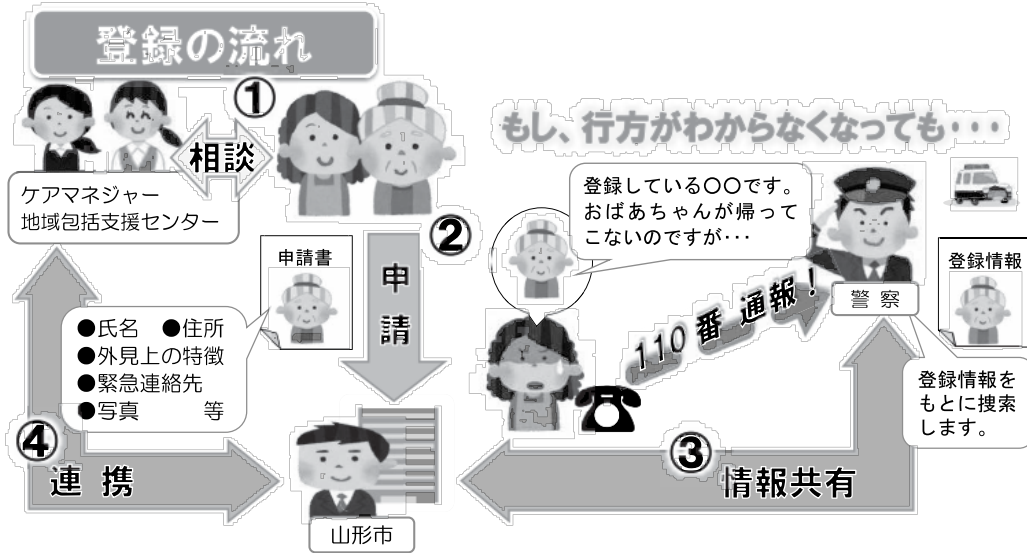
### 認知症地域支援推進員

認知症の人やその家族が、住み慣れた地域で安心して生活ができる支援体制を作るため、関係機関や支援する人たちとの連携体制づくりや認知症についての正しい理解を深めるための研修会を企画するなど、行政と一体となって認知症施策を推進します。



## おかえり・見守り事前登録制度

認知症等により、徘徊のおそれのある高齢者の情報をあらかじめ登録しておくことで、行方不明になったとき、捜索に必要な情報を迅速に関係機関に提供することができ、早期発見・早期保護につながります。また、登録者を警察が保護したとき、早期に身元を確認し、いち早くご家族に連絡することができます。

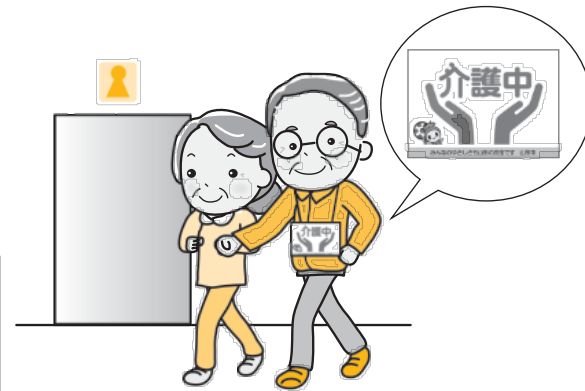


### 問合せ先

- ・山形市役所長寿支援課(内線566)
- ・地域包括支援センター(担当地区は、裏表紙参照)
- ・担当ケアマネジャー

## 介護マーク

認知症などの方の介護は、介護していることが分かりにくいと、誤解や偏見を持たれてしまうことがあります。そこで、介護中であることを周囲に理解していただくために「介護マーク」を配布しています。高齢者や障がいのある方を介護・支援されている方は、ご活用ください。



### 問合せ先

- ・山形市役所長寿支援課(内線566)
- ・地域包括支援センター(担当地区は裏表紙参照)

## 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り、支援する人(認知症サポーター)を1人でも増やし、「認知症になっても誰もが安心して暮らせるまち」を地域住民の手でつくりあげることを目的に平成18年度から開催し、これまでに21,000人を超える認知症サポーターを養成しています(平成30年3月末現在)。

講座内容 1. 認知症についての基礎知識 2. 認知症の方への接し方  
■受講者には、認知症サポーターの証であるオレンジリングを配布しています。



### 申込・問合せ先

- ・山形市役所長寿支援課(内線567・568)
- ・地域包括支援センター(担当地区は裏表紙参照)

## 6 在宅医療について知ろう

外来診療や入院治療ではなく、自宅などの生活の場で、診療や治療、処置などを行うのが「在宅医療」です。主に病院への通院が難しい患者さんが、医師や看護師、リハビリ従事者などに、自宅または入居施設に来てもらい、医療の継続や支援を受けることができます。

費用は加入している医療保険の種類や所得、年齢などにより異なりますが、原則として、かかった医療費の1~3割が自己負担となります。くわしくは、加入している保険の担当窓口を確認しましょう。

## 在宅医療を受けられる人

在宅医療が可能かどうかの判断は、かかりつけの主治医が行います。例えば、難病やひざの障がいなどで通院できない人や、寝たきりになった人なども利用しています。また、がんの終末期などで、住み慣れた家で過ごしたいと、在宅医療を希望する方もいます。

## 在宅医療の相談は

入院していない方	入院している方
<ul style="list-style-type: none"> <li>・かかりつけ医</li> <li>・地域包括支援センター</li> <li>・ケアマネジャー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・入院先の医師、看護師</li> <li>・医療相談室(退院調整看護師やソーシャルワーカー)</li> </ul>

※どこに相談すればよいか迷われたときは、在宅医療・介護連携室「ポピー」(42ページ)まで。ポピーホームページ内に「在宅医療サービス情報」を掲載しています。ご活用ください。

## みんなで支える在宅医療

在宅で病気を治療しながら安心して療養生活を送ることができるようにするために、医師だけではなく看護師、薬剤師、栄養士、理学療法士などのほか、ケアマネジャー、ホームヘルパーなどが連携し、患者さんのみならず、家族や介護者も含めて在宅医療で支えています。

かかりつけ医	日常の診療、治療および健康管理を行います。
病院医師	状態が悪化したときなどは、病院の主治医が状態に応じて医療ケアを担当します。
看護師	医療処置の補助や療養上の世話をはじめ日常の健康状態管理を行います。
薬剤師	薬の管理や服薬についての説明、飲み合わせ管理、服薬治療などについてサポートします。
歯科医師・歯科衛生士	口腔内の診察や治療、継続的な口腔機能の維持・管理を行います。
栄養士・管理栄養士	疾病、病状、栄養状態に適した栄養指導を行います。
理学療法士・作業療法士・言語聴覚士	心身の機能の維持回復を目的に、拘縮予防や日常動作、摂食・嚥下など必要に応じたりハビリテーションを行います。
ホームヘルパー	生活全般のサポートや身体介護など、日常生活支援を行います。
ケアマネジャー	医療と介護の連携・調整のうえケアプランを作成し、介護サービス等の調整を行います。
病院の医療相談室	福祉の視点から療養生活上の相談に応じ、関係者との調整を行います。

※山形市では退院支援フローを作成し、円滑な退院支援と医療介護の連携を推進しています。

## 在宅ねたきり高齢者等歯科診療

### ■山形市歯科医師会 電話632-1108

月曜日~金曜日 午前9時~午後5時 祝日は休み  
在宅等で療養を行っており、疾病、傷病のため歯科医療機関に通って診療を受けることが困難な方に、歯科医師が往診します。





## 7 高齢者のための関連施設

### 軽費老人ホーム(ケアハウス)

家庭環境、住宅事情の理由により居宅において生活することが困難な高齢者が、低額な料金で利用し、健康で明るい生活を送ることを目的とする施設です。

施設名	所在地	電話	定員
蔵王やすらぎの里(A型)	蔵王上野920番地	688-6266	50人
敬寿園(ケアハウス)	大字妙見寺500番地1	634-2020	50人
いきいきの郷(ケアハウス)	大字成安425番地2	681-3088	50人

※軽費老人ホームへの入所のご相談は直接各施設へお願いします。

### かすみが温泉

老後の安心のよりどころ、福祉活動の推進拠点、市民の交流の場、温泉入浴による心と身体のリフレッシュの場で、在宅福祉の支援を目的とした施設です。

浴室使用料1人につき(高校生以上) 200円(小・中学生) 100円

障がい者浴室 障がい者及びその家族は無料(予約制)

午前10時～午後8時30分 祝日及び振替休日は休み

■山形市総合福祉センター 城西町二丁目2番22号 電話645-9234

### 老人福祉センター

各種相談、健康増進、教養講座の開催など、高齢者福祉の増進を目的とした施設です。

浴場付き施設について

浴室使用料1人につき100円

※身体障がい者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳の所持者及びその介助者1名の浴室使用料が無料になります。ご利用の際には、窓口で手帳を提示してください。

休 荘 日 ・大曾根さわやか荘……毎週月曜日、年末年始

・大曾根さわやか荘以外…毎週月曜日(ただし第3日曜日の翌日を除く)、第3日曜日、国民の祝日、年末年始

利用時間 午前9時～午後6時30分(入浴時間 午前9時～午後6時)



- 小白川やすらぎ荘 小白川町二丁目3番47号(浴場なし) 電話642-5181
- 漆山やすらぎ荘 大字漆山字月山堂818(浴場付き) 電話686-5567
- 大曾根さわやか荘 並柳47(浴場付き) 電話644-0016
- 鈴川ことぶき荘 下山家町字下宿81-5(浴場付き) 電話625-3251
- 黒沢いこい荘 大字黒沢字中川原541(浴場付き) 電話688-9060

### 地域福祉センター

地域の健康福祉増進の拠点として、温泉入浴、プール開放等により心と身体のリフレッシュや健康維持を図る施設です。

■いきいきの郷 大字成安425番地2 電話681-4770

営業時間 午前10時～午後9時(最終受付 午後8時30分)

定休日 毎月第1木曜日

浴室使用料 大人300円 小人100円

プール使用料 大人500円 小人200円 ※プール使用料には、浴室使用料を含みます。

## 8 相談窓口

### 山形市役所 2階 電話641-1212(代)

- 介護保険課(26番窓口) 内線842～849
- 長寿支援課(27番窓口) 内線562～569 内線651～653・660
- 障がい福祉課(28番窓口) 内線549・580・590
- 生活福祉課(25番窓口) 内線551・552・594



### 地域包括支援センター

■担当地区については裏表紙をご覧ください。

市内30地区を基本として13の圏域を定め、各圏域に地域包括支援センターを設置しています。

地域包括支援センターでは、地域で暮らす高齢者やそのご家族の皆さんを、介護、福祉、健康、医療など様々な面から総合的に支援し、住み慣れた地域で安心して生活していけるよう支援いたします。また、センター間の総合調整や、センターの後方支援等を行う基幹型地域包括支援センターを設置しています。

○こんな時は、地域包括支援センターへお気軽にご相談ください。

- ・介護保険サービスについて知りたい
- ・最近、おじいちゃんの物忘れが気になる
- ・おばあちゃんの介護に疲れてしまい、どうしたらいいかわからない
- ・近所に住む高齢者が、家族から虐待をうけている様子がある
- ・引っ越ししてきたばかりなので、地域の高齢者の集まりを教えてください など

地域包括支援センターには、保健師、主任介護支援専門員、社会福祉士が配置されており、専門性を活かして相互連携しながら業務にあたっています。



◇保健師

健康に関する相談を受けたり、介護予防に関する支援を行う専門職です。

◇主任介護支援専門員

ケアプランの管理やサービスの調整を行う専門職です。

◇社会福祉士

福祉サービスを必要とする人の相談に応じ、助言や援助を行う専門職です。

### ◆高齢者等の権利擁護に関する相談

#### ■虐待への対応

家族などから虐待を受けている高齢者及び障がい者に心当たりのある方は、早急に下記の相談窓口にご相談、ご連絡ください。

○高齢者虐待相談窓口 山形市役所長寿支援課 ようご支援係

電話641-1212(代) 内線651・652

地域包括支援センター 担当地区については、裏表紙をご覧ください。

○障がい者虐待相談窓口 山形市役所障がい福祉課 障がい福祉第一係・第二係

電話641-1212(代) 内線580・590

## ■山形市成年後見センター

山形市社会福祉協議会(山形市総合福祉センター) 電話674-0680

住み慣れた地域で安心して生活を継続していくための権利を擁護するために、山形市成年後見センターでは、制度の説明や活用法の情報提供、申し立ての手続き等について相談を受けています。市の委託を受け、無料で相談に応じます。なお、秘密は厳守いたします。  
(相談日:月~金曜日 午前8時30分~午後5時30分)

## ■山形市消費生活センター(霞城セントラル3階) 電話647-2211

消費者生活専門相談員などの専門の相談員が消費者トラブルなどの相談・問い合わせを受け付け、解決のための助言・あっせんを行っています。  
(相談日:火~日曜日 午前9時30分~午後5時30分)

## 生活支援コーディネーター

高齢者の生活支援サービスの体制整備等を推進していくことを目的とし、地域において、生活支援サービス等の資源開発や担い手の養成、ネットワーク構築等の機能を担う生活支援コーディネーターを山形市社会福祉協議会に配置しています。市内13の圏域ごとに地域の高齢者支援のニーズと地域資源の状況を把握し、地域における高齢者支援の取り組みを総合的に推進していきます。

### ○例えばこんな時

- ・雪かきやごみ出しなどで困っている住民を、町内会でボランティア組織を立ち上げ支援したいが、何から始めたらよいか相談したい。
- ・近所の人と気軽に茶饮みをしたが、集まれる場所がなくて困っている。

■山形市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係 電話645-8061

## 山形市社会福祉協議会ふれあい総合相談所

■山形市社会福祉協議会(山形市総合福祉センター2階) 電話645-8177

### ・困りごと相談

心配ごと、家族問題、高齢者関係のいろいろな情報など生活全般について相談を受けています。(相談日:月~金曜日 午後1時~午後4時)

### ・介護相談

家庭介護、介護の仕方、介護用品の事などや高齢者に関する諸問題について相談を受けています。(相談日:月~金曜日 午前9時~午後5時30分)

## 山形市生活サポート相談窓口

■生活福祉課 電話641-1212(代) 内線594

■山形市社会福祉協議会(山形市総合福祉センター) 電話674-0680

山形市在住で失業や離職、病気など様々な理由により経済的に暮らしの不安や困りごとを抱えている方のご相談を受け付け、各関係機関と連携していきながら支援していく窓口です。市の委託を受け、無料で相談に応じます。なお秘密は厳守いたします。  
(相談日:月~金曜日 午前8時30分~午後5時30分)

## 民生委員・児童委員

地域福祉のボランティアとして、高齢者、障がい者、子育て世帯などサポートが必要な方々に、福祉サービスのお知らせや、市や福祉団体への橋渡しを行っています。

担当の民生委員・児童委員がわからない場合は、

■生活福祉課地域福祉係 電話641-1212(代) 内線595・587

## 山形市医師会

■山形市医師会 電話641-3650

- ・医療全般に関する相談に応じます。

(相談日:月~金曜日 午前9時~午後5時 祝日及び年末年始は休み)

## 在宅医療・介護連携室「ポピー」

■在宅医療・介護連携室(山形市医師会内) 電話641-5555 FAX641-5570

- ・在宅医療と介護に関する、市民と医療・介護従事者のための相談窓口です。  
(相談日:月曜日~金曜日 午前9時~午後3時30分 祝日及び年末年始は休み)

※不在になる場合がありますので、その際はFAXにてご連絡ください。

- ・在宅医療機関などの情報をホームページで紹介しています。

<http://www.yamagatashi-ishikai.or.jp/zaitaku>

## 24時間健康・医療相談サービス



フリーダイヤル

0120-023-660 (24時間年中無休/通話料・相談料無料)

医師、看護師などが24時間・年中無休体制でご相談に応じ、わかりやすくアドバイスいたします。

### ○例えばこんな時

- ・家族の健康状態が気になる時
- ・不意のケガの応急手当、どうすればいいの?
- ・子供が急に熱を出した、どうしよう?
- ・すぐ連れて行ける病院はあるかな?

## 精神保健福祉相談

■村山保健所 精神保健福祉担当 電話627-1184(直通)

(相談日:毎月2回 午後2時~)

※予約が必要になります。相談は無料です。

## 介護相談員

施設にて利用者の声をお聞きします。

介護相談員は、利用者とサービス提供者、さらには行政との間に立って、問題解決に向けた手伝いを行う市民ボランティアです。

介護相談員は、受け入れを希望した施設に月1回訪問します。そして利用者や家族の方からサービスに関する苦情や不満をよく聞き、事実の確認を含め、その内容を見きわめます。

その上で利用者に助言を行い、事業者との意見交換を通じて問題解決の提案を行うなど、利用者の権利擁護の手助けを行うとともに、利用者と事業者の橋渡し役として、利用者本位のサービス実現を目指します。