

《お問い合わせ先》

長崎市役所 (所在地) 〒850-8685 長崎市魚の町4番1号

介護保険サービスの利用についての相談は…

介護保険課	電 話	095-829-1163	FAX	095-829-1250
	E-mail	kaigo@city.nagasaki.lg.jp		
	ホームページ	「長崎市 介護保険」で検索		

長崎市の介護・高齢福祉に関するお問い合わせは…

高齢者 すこやか支援課	電 話	095-829-1146	FAX	095-829-1228
	E-mail	sukoyaka@city.nagasaki.lg.jp		

長崎市地域包括支援センター連絡先 (高齢者の介護・福祉・保健に関するお問い合わせ)

名 称	地 区	所 在 地	電話番号
東長崎地域包括支援センター	東長崎中学校区	田中町888	813-8060
日見・橘地域包括支援センター	日見・橘中学校区	かき道1丁目1-2	801-2037
桜馬場地域包括支援センター	桜馬場中学校区	古川町8-15 磨屋町ビル2階	818-6602
片淵・長崎地域包括支援センター	片淵・長崎中学校区	夫婦川町1-10 リバーカップル1階	801-5188
大浦地域包括支援センター	大浦・梅香崎中学校区	相生町1-17 メゾンド田中202号	818-8311
江平・山里地域包括支援センター	山里中学校区	本原町13-15 本原ハイツ102号	841-7770
西浦上・三川地域包括支援センター	西浦上・三川中学校区	花丘町20-3 花東ビル1階	847-0151
緑が丘地域包括支援センター	緑が丘中学校区	白鳥町3-28	847-3812
淵地域包括支援センター	淵中学校区	城栄町19-7 1-B ツインズ城栄	814-0202
小江原・式見地域包括支援センター	小江原中学校区	小江原5丁目6-5 小江原ゴルフセンター2階	848-1222
西部地域包括支援センター	丸尾・福田・西泊中学校区	旭町8-23 ボナール ビルディング103号	862-0119
岩屋地域包括支援センター	岩屋中学校区	岩屋町23-13 富吉ビル	855-8000
滑石・横尾地域包括支援センター	滑石・横尾中学校区	滑石3丁目5-34	814-7770
北部地域包括支援センター	三重・外海・池島中学校区	京泊2丁目4-37 プレジデント京泊1号室	860-1100
	琴海中学校区	琴海村松町704-14	801-2730
小島・茂木地域包括支援センター	小島・南・茂木・日吉中学校区	田上2丁目2-7	820-8231
戸町・小ヶ倉地域包括支援センター	戸町・小ヶ倉中学校区	上戸町2丁目9-8 1階、2階	879-7408
土井首地域包括支援センター	土井首中学校区	江川町131 102号	833-5454
深堀・香焼地域包括支援センター	深堀・香焼・伊王島・ 高島中学校区	深堀町1丁目11-18	895-7007
南部地域包括支援センター	三和・野母崎中学校区	布巻町111-1 三和地域センター 3階	892-3124

なるほど
介護保険

令和6年度制度改正版

わかりやすい利用の手引き



長崎市

介護保険は高齢者の暮らしを 社会みんなで支えるための仕組みです

40歳以上の方は、介護保険に加入し、決められた保険料を納めています。その保険料や税金を財源とすることで、介護が必要な方は、費用の一部を負担するだけでさまざまな介護サービスを受けられます。

介護保険は、介護が必要になっても高齢者が地域で安心して暮らしていけることを目指すとともに、いつまでも自立した生活を送れるよう支援します。

本書は、介護保険で受けられるサービスや利用のしかたを説明しています。一日一日をより充実したものにしていただくためにもぜひ本書をご活用ください。



しくみと加入者	4
住み慣れた地域でいつまでも元気に	
サービス利用の手順	6
介護保険の利用には申請が必要です	6
要介護認定の申請書 記載要領	8
介護保険の保険証・負担割合証	9
「認定調査」とは	10
審査・判定について	11
介護(介護予防)サービス利用の手順	12
サービスを利用する前に	14
居宅介護支援・介護予防支援	14
サービスの種類と費用	16
自宅を中心に利用するサービス	16
訪問介護	17
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	18
夜間対応型訪問介護	
訪問入浴介護・介護予防訪問入浴介護	
訪問看護・介護予防訪問看護	19
訪問リハビリテーション・介護予防訪問リハビリテーション	
居宅療養管理指導・介護予防居宅療養管理指導	
通所介護・地域密着型通所介護(デイサービス)	20
認知症対応型通所介護・介護予防認知症対応型通所介護	21
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(デイケア)	
短期入所生活介護・介護予防短期入所生活介護(ショートステイ)	22
短期入所療養介護・介護予防短期入所療養介護(医療型ショートステイ)	
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	23
看護小規模多機能型居宅介護	
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	24
認知症対応型共同生活介護・介護予防認知症対応型共同生活介護(グループホーム)	25
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	
施設サービスの種類と費用のめやす	26
介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)	26
介護老人保健施設	
介護医療院	
生活環境を整えるサービス	28
福祉用具貸与・介護予防福祉用具貸与	28
特定福祉用具購入・特定介護予防福祉用具購入	29
居宅介護住宅改修・介護予防住宅改修	30
外出にお困りの方へ 一移送支援サービス“いこ〜で”	32
費用の支払い	34
自己負担割合と負担の軽減	34
在宅でサービスを利用したときは利用料の1〜3割を支払います	34
ひと月の自己負担が高額になったとき(高額介護サービス費)	35
1年間の介護保険と医療保険の自己負担が高額になったとき(高額医療合算介護サービス費)	36

施設サービスを利用したときの費用	
所得が低い方は、食費と居住費の負担が軽くなります	37
介護保険の手続きは電子申請できないの？	38
低所得の障害者の方のための負担軽減	39
障害者ホームヘルプサービス利用者の負担免除	
離島等でのサービス利用についての軽減措置	
災害、収入激減など特別な事情による利用者負担の軽減	
生活福祉資金貸付制度	
原爆被爆者の利用料助成について	40
被爆体験者の利用料助成について	41
社会福祉法人による利用者負担の軽減	
いろいろな所得控除	42
介護保険料	42
介護サービス利用料	
医療費控除の対象外サービス	43
おむつ代	
身体障害者手帳の交付を受けていない方の障害者控除	
地域支援事業	44
自分らしい生活続けるために(総合事業)	44
地域包括支援センターにご相談ください	47
地域の高齢者のためのさまざまなサービス	48
在宅生活支援事業	49
介護保険料	52
社会全体で介護保険を支えています	52
65歳以上の方の保険料	53
65歳以上の方の保険料の納め方	54
40〜64歳の方の保険料	55
保険料を滞納すると？	56
いろいろな福祉相談窓口	57
主な関係先	61

介護保険 Q&A

認定調査ではどんな心構えが必要ですか？	10
介護保険 Q&A	33
介護保険の手続きは電子申請できないの？	38
サービスを利用していないのですが納めた保険料は返してもらえますか？	55
保険料を納めないとどうなるの？	56

コラム

納得のいくケアプランのために	14
地域密着型サービスって何？	18
「居宅療養管理指導」は「訪問看護」と何が違うの？	19
「通う」サービスはなぜいいの？	20
事業者を選ぶために	24
介護相談員派遣事業	27

しくみと加入者

サービス利用の手順

サービスの種類と費用

費用の支払い

地域支援事業

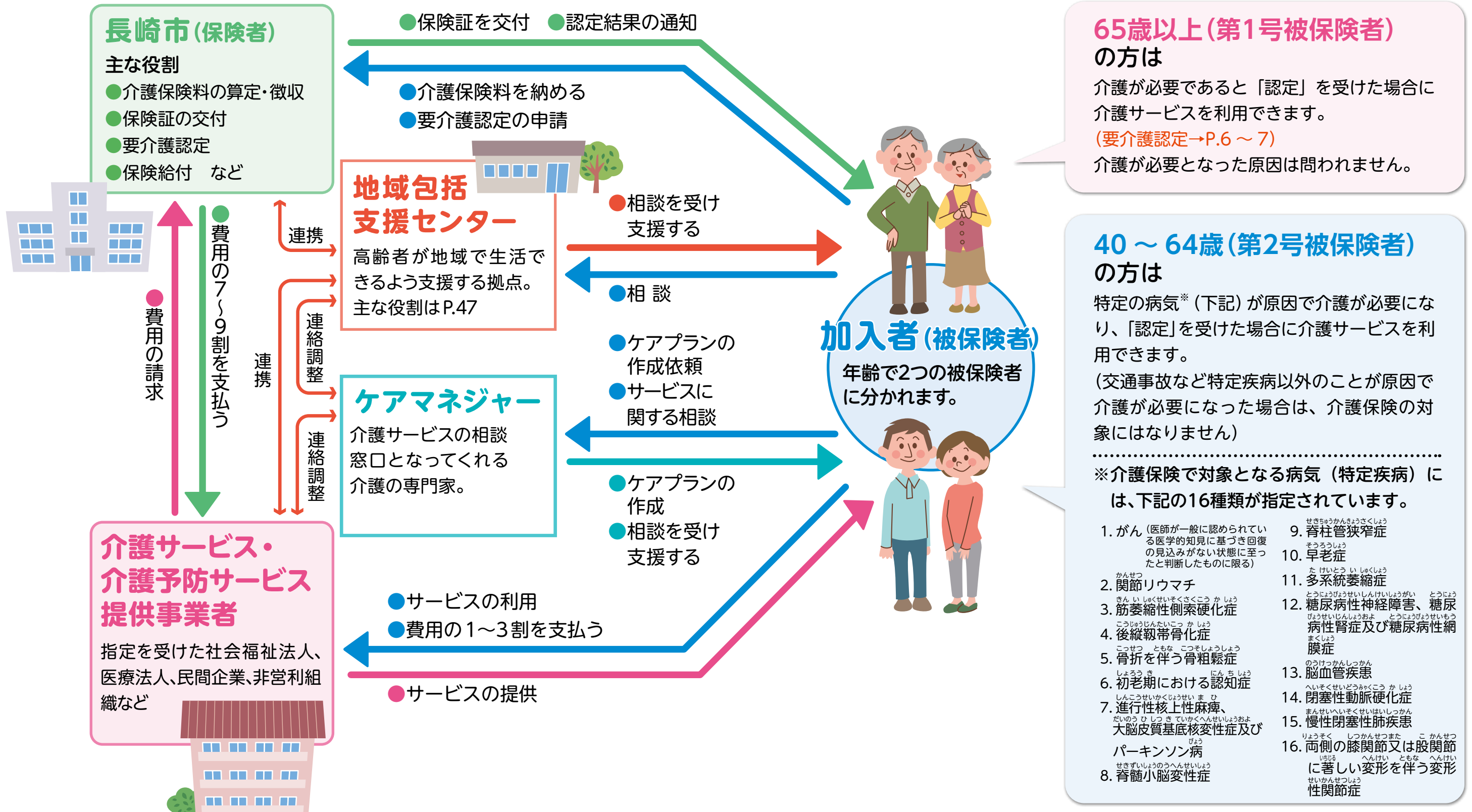
在宅生活支援事業

介護保険料

住み慣れた地域でいつまでも元気に

介護保険は長崎市が運営し、40歳以上の方が加入します。
地域包括支援センターが中核となって、高齢者の暮らしを地域ぐるみで支える制度です。

40歳以上の方は加入者として保険料を納め、介護が必要になったときには、費用の一部(1～3割)を支払って利用します。



介護保険の利用には申請が必要です

①申請する

申請の窓口は**各地域センター**です。本人のほか家族や親戚など代理の方や、地域包括支援センター、居宅介護支援事業者等による代行申請もできます。



次のところでも申請の依頼ができます。(更新申請も含まれます)

- ・地域包括支援センター(裏表紙)
- ・居宅介護支援事業者
- ・介護保険施設

申請に必要なもの

●申請書

市の窓口においてあります。長崎市のホームページからもダウンロードできます。

●介護保険証(65歳以上の方)

●医療保険情報がわかるもの(資格確認書等)

申請書には主治医の氏名・医療機関名・所在地・電話番号を記入する欄があります。あらかじめ確認しておきましょう。



②要介護認定

申請をすると、認定調査票と主治医の意見書がそろった後に公平な審査・判定が行われ、介護や支援が必要な度合い(要介護度)が決まります。

●認定調査

調査員が本人のいるところに訪問し、心身の状態や日中の生活、家族・居住環境などについて聞き取り調査を行います。(P.10)

●主治医の意見書

市の依頼により主治医が意見書を作成します。

●一次判定

認定調査の結果と、主治医の意見書をコンピュータ入力し、一次判定を行います。

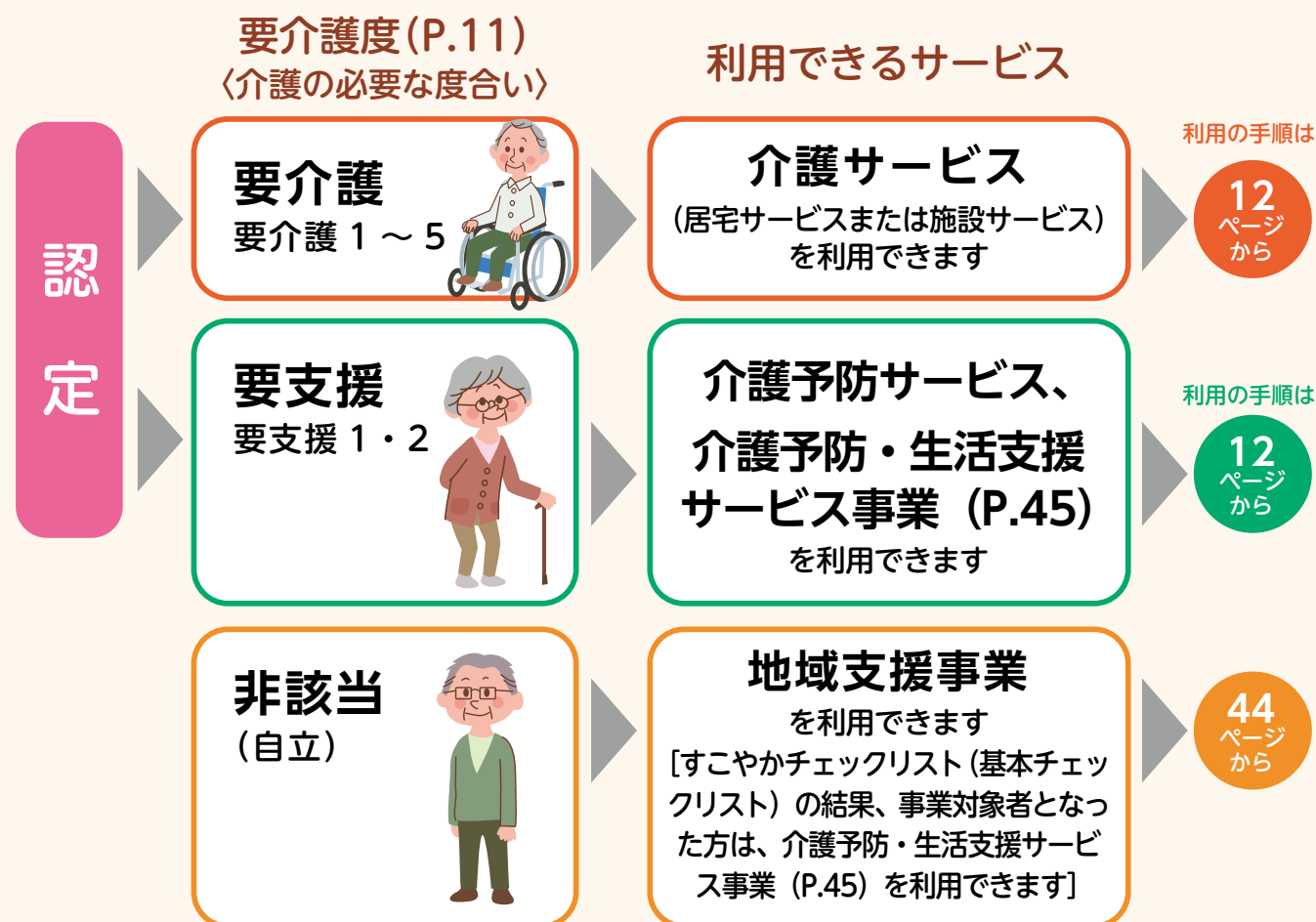
●二次判定(認定審査)

保健、医療、福祉の専門家が審査します。



③結果の通知

介護認定審査会で判定された結果を保険証といっしょにご自宅へお届けします。要介護度は7段階にわかれます。「要介護」の方は「介護サービス」を、「要支援」の方は「介護予防サービス」、「介護予防・生活支援サービス事業」を受けられます。まだ介護が必要ない方は「非該当」と認定されます。



- 認定結果の有効期限は原則として新規の場合は6カ月、更新の場合は12カ月です。(延長・短縮される場合もあります)
- 更新の申請は有効期限満了日の60日前からできます。
- ご自宅以外へのお届けを希望される場合は介護保険課(☎829-1163)までご連絡ください。

認定結果に納得できないときは

要介護認定の結果へ疑問や納得できないことがあるときは、まずは**高齢者すこやか支援課 認定審査係(☎829-1555)**にご相談ください。その上で納得できないときは、3カ月以内に県に設置されている「介護保険審査会」に審査請求を行うなど不服を申し立てることができます。

サービス利用の手順

要介護認定の申請書 記載要領

第6号様式(第11条関係)

介護保険 要介護認定・要支援認定 申請書

要介護状態区分・要支援状態区分変更認定

受付年月日

(あて先) 長崎市長 様

次のとおり申請します。

該当する申請に○をつけてください。

(新規・更新・変更)

☐ 申請入力
☐ 入力チェック

◆ 認定を受けたい方の氏名などを記入してください。

被 保 者	被保険者番号	0 0 0										申請年月日	年	月	日	
	フリガナ											個人番号				
	氏 名											生年月日	大・昭 年 月 日			
	住民票住所	〒 独居 ☐ 夫婦のみ ☐ 家族と同居 ☐ その他 ☐										性別	☐ 男 ☐ 女			
	調査先住所	〒 転居(移動)・入所・入院日(/ から /)										駐車場 ☐ 有 ☐ 無				
		(被保険者証に記載されている住所)										電話番号 ☐ 有 ☐ 無				
		※所在地が上記住所と異なる場合にお書きください。										電話番号 ☐ 有 ☐ 無				
		施設・病院名										病棟 階 号室				
医 療 保 険 者	保険者名	国保 後期 その他 () 資格取得日: 年 月 日										保険者番号				
	被保険者等	記 号 番 号 枝 番														
	前回の要介護認定の結果等	状態区分 要支援 (1・2) ・要介護 (1・2・3・4・5)														
	有効期間	年 月 日 ~ 年 月 日														
	変更申請の理由	☐ 状態悪化・状態改善 (月 日頃から) ☐ サービス不足 ☐ 直近1か月の認定結果に不服 (軽い・重い) ☐ その他 ()										備考 (左欄チェックに至る経緯)				
		※複数チェック可 ※新規・更新申請時の記載は不要です。														

◆ 本人以外の方が申請される場合に記入してください。

代 理 人 ・ 代 行 者	氏名・名称	☐ 代理人 ☐ 地域包括支援センター ☐ 居宅介護支援事業者 ☐ 介護老人福祉施設 ☐ 介護老人保健施設 ☐ 介護医療院										本人との関係			
	住所	〒										電話番号 () -			

◆ 認定を受ける方(本人)の主治医(入院中の場合は、原則として入院先の医師)又主治医が複数いる場合は、心身の状態を一番よく把握している医師を記入してください。

主 治 医	主治医氏名	医療機関名									
	所在地	〒 電話番号 () -									

◆ 第2号被保険者(40歳から64歳までの医療保険加入者)の方のみ記入してください。
(医療保険情報で確認できる書類等の写しを添付してください。)

特定疾病病名	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.パーキンソン病関連疾患 8.脊髄小脳変性症 9.脊柱管狭窄症 10.老老症 11.多系統萎縮症 12.糖尿病性・腎症・網膜症 13.脳血管疾患 14.閉塞性肺疾患 15.慢性閉塞性肺疾患 16.両側の膝関節又は股関節に著しい変性を伴う変形性関節症									
--------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

◎訪問調査の際、家族等の同席を希望される方は、同席者の氏名、連絡先を記入してください。
(連絡先については、同席者及び日程調整を行う方の連絡先を記入してください。)

調査時の同席	☐ 必要 ☐ 必要ない		連絡先① () -		その他(連絡事項など)	
フリガナ			連絡先② () -			
同席者の氏名						
(本人との関係)						

◎直近のサービスの利用状況 ☐ 介護サービス利用なし

住宅改修:	あり ☐ なし ☐		福祉用具貸与:		()	
ショートステイ・小規模宿泊利用期間:	()		居宅療養管理指導:		()	
居宅療養管理指導:	医師 ☐ 歯科 ☐ 薬剤師 ☐ その他 ☐		在宅生活支援事業		(ふれあい訪問収集・配食・移送支援・緊急時訪問介護)	
在宅生活支援事業	(ふれあい訪問収集・配食・移送支援・緊急時訪問介護)		通所・受診・往診の状況:		()	

※訪問・通所サービス等について詳細に記入してください(ヘルパー等の略称可)

	月	火	水	木	金	土	日
午前							
午後							

介護サービス計画の作成等介護保険事業の適切な運営のために必要があるときは、要介護認定・要支援認定にかかる調査内容・介護保険認定委員会による判定結果・意見、主治医意見書、長崎市が提供を受けた介護サービス計画及び介護予防サービス計画並びに居宅サービス事業者又は介護保険施設の関係者が取得した心身の状況等の情報を、長崎市から地域包括支援センター、居宅介護支援事業者、居宅サービス事業者、地域密着型サービス事業者、介護保険施設、介護予防支援事業者、介護予防サービス事業者若しくは地域密着型介護予防サービス事業者の関係者、介護予防・日常生活支援総合事業を行う者、主治医意見書に係る医師又は認定調査に従事した調査員に提示する(地域支援事業として介護情報基盤経由で電子的に行う場合を含む。)ことに同意します。

更新申請について、認定有効期限内に認定を行うことができるときは、申請日から30日を超えた場合でも延期通知を必要としないことに同意します。

本人氏名

※同意欄は本人が署名してください(本人が自署できない場合は、本人の同意を得て代筆する事は可能です)。

(注)申請の際には「介護保険被保険者証」を添付してください。(R8.4)

主治医の名前（フルネーム）、医療機関名などを漏れなくご記入ください。

介護サービス等の
週間予定について
記入してください。

要介護認定の認定調査時に、家族等の同席を希望される場合は、**同席者の氏名・本人との関係・日中連絡が可能な連絡先**をご記入ください。同席が必要ない場合は「☐必要ない」にレ印をつけてください。

介護保険の保険証をご
確認のうえご記入くだ
さい。

申請された日をご記入
ください。

介護サービスを必要とされるご本人の**氏名・生年月日**などをご記入ください。

介護保険の保険証をご
確認のうえご記入くだ
さい。電話番号は必ずご
記入ください。

医療保険の資格情報
をご確認のうえご記入
ください。

ご家族宅等、現在住民票の住所にお住まいでない場合にご記入ください。

介護保険施設や病院等
に入所、入院中の場合
にご記入ください。

区分変更申請をされる場合には「変更申請の理由」を必ずご記入ください。

ご本人以外の方が申請
される場合にご記入く
ださい。

本人氏名欄に本人が署名してください。本人が書けない場合は、本人に了承を得たうえで、代理人の方が対象者の氏名を代筆してもかまいません。

介護保険の保険証

介護保険のサービスを受けるときなどに介護保険の保険証が必要になります。介護保険証を受け取ったら内容を確認して、大切に保管しておきましょう。

要介護度(要支援1・2、要介護1～5)が記載されます。

認定された年月日が記載されます。

認定の有効期間が記載されます。

要介護度に応じた介護サービスの支給限度額（月額）が記載されます。

サービスごとに**限度額**がある場合は、ここに記載されます。

保険料の滞納などによって給付制限を受けているときに、**制限内容**が記載されます。

表面

裏面

保険料の滞納などによって給付制限を受けているときに、**制限内容**が記載されます。

(一)

介護保険被保険者証

被 保 者	番 号	
	保 住 所	
保 險 者	フリガナ	
	氏 名	
	生年月日	性別
交付年月日		
保険者番号 並びに保険 者の名称及 び印		

長 崎 市

(二)

要介護大 区分等 認定年月日(注) 認定の有無期間	居 宅 サービス等 区分支給限度基準額 1月当たり								
(うち種類支給 限度基準額)	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="width: 50%;">サービスの種類</th> <th style="width: 50%;">種類支給限度基準額</th> </tr> <tr><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td></tr> </table>	サービスの種類	種類支給限度基準額						
	サービスの種類	種類支給限度基準額							
認定審査会 の意見及び サービスの 種類の指定									

長 崎 市

(三)

給付制限	内 容	期 間
給付制限		開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日
給付制限	居宅介護支援 事業者若しくは 介護予防支援 事業者及び その事業所の 名称又は地域 包括支援セン ターの名称	届出年月日 届出年月日 届出年月日
給付制限	介護保険種別 施設等	入所等年月日 年 月 日 退所等年月日 年 月 日 入所等年月日 年 月 日 退所等年月日 年 月 日

(注) 事業対象者の場合は、基本チェックリスト実施日

住所・氏名・生年月日などに誤りがないかを確認しましょう。

介護認定審査会の意見が記載されます。サービスの指定がある場合は、ここに記載されます。

ケアプラン(介護予防ケアプラン)を作成する**事業者の名称**が記載されます。自分で作成した場合は「**自己作成等**」と記載されます。

施設サービスを利用する場合に、**施設の種類や名称、入退所年月日**などが、施設で記載されます。

介護保険の保険証は

●65歳以上の方は

65歳になる月の約2カ月前に交付されます。

●40～64歳の方は

認定を受けた方に交付されます。

◎保険証はこのようなとき必要です

- ・要介護認定の申請をするとき
(65歳以上の方)
- ・ケアプランを作成するとき
- ・サービスを利用するとき など

負担割合証

要介護認定を受けた方には、利用者の負担割合を示す証明書が発行されます。保険証とともに介護サービスを利用するときに必要になります。

有効期限:1 年間 (8 月1 日～翌年7 月31 日)

(一)

介護保険負担割合証			
交付年月日 年 月 日			
被 保 険 者	番 号		
	住 所		
	フリガナ		
	氏 名		
	生年月日	明治大正昭和 年 月 日	性別 男・女
	利用者の負担割合	適用期間	
期 間	開始年月日 年 月 日 終了年月日 年 月 日		
期 間	開始年月日 年 月 日 終了年月日 年 月 日		
保険者番号並びに保険者の名称及び印			
□ □ □ □ □ □			

負担割合(1～3割)
が記載されます。

「認定調査」とは

基本調査では「片足で立っていただけるか」「何かにつかまらな

い

で起き上がれるか」など、あらかじめ定められた項目にしたがって、調査員が質問をします。

認定調査の調査項目

身体機能・起居動作

● 麻痺等の有無(5項目)

● 拘縮の有無(4項目)

● 寝返り

● 起き上がり

● 座位保持

● 両足での立位保持

● 歩行

● 立ち上がり

● 片足での立位保持

● 洗身

● つめ切り

● 視力

● 聴力

生活機能

● 移乗

● 移動

● えん下

● 食事摂取

● 排尿

● 排便

● 口腔清潔

● 洗顔

● 整髪

● 上衣の着脱

● ズボン等の着脱

● 外出頻度

認知機能

● 意思の伝達

● 毎日の日課を理解

● 生年月日や年齢を言う

● 短期記憶

● 自分の名前を言う

● 今の季節を理解

● 場所の理解

● 徘徊

● 外出すると戻れない

精神・行動障害

● 物を盗られたなどと被害的になる

● 作話をする

● 泣いたり、笑ったりして感情が不安定になる

● 昼夜の逆転がある

● しつこく同じ話をする

● 大声をだす

● 介護に抵抗する

● 「家に帰る」等と言い落ち着きがない

● 一人で外に出たがり目が離せない

● いろいろなものを集めたり、無断でもってくる

● 物を壊したり、衣類を破いたりする

● ひどい物忘れ

社会生活への適応

● 薬の内服

● 金銭の管理

● 日常の意思決定

● 集団への不適応

● 買い物

● 簡単な調理

過去14日間にうけた特別な医療について

● 処置内容(9項目)

● 特別な対応(3項目)

および

概況調査・特記事項

審査・判定について

要介護度の判定は、介護認定審査会の審査結果に基づき下記をめやすとしておこなわれます。

要介護度	心身の状態のめやす	利用できるサービス (P.16～32・45～51)
要介護5	要介護4の状態よりさらに動作能力が低下しており、介護なしには日常生活を営むことがほぼ不可能な状態。	介護サービス
要介護4	要介護3の状態に比べ、さらに動作能力が低下し、介護なしには日常生活を営むことが困難な状態。	
要介護3	日常生活の動作の能力が著しく低下しほぼ全面的な介護が必要。	
要介護2	「移動」「衣服の着脱」などの能力が低下し、身の回りの世話全般に介助が必要。立ち上がりや歩行に支えが必要。	
要介護1	「歩行」「洗身」などの能力が少し低下し、身の回りの世話の一部や立ち上がり等に支えが必要。	
要支援2	要介護1相当の状態、心身の状態の現状維持・改善が見込まれる。	介護予防サービス
要支援1	「起き上がり」「立ち上がり」などの能力が少し低下し、身の回りの世話の一部に支援が必要。	介護予防・生活支援サービス事業
非該当	日常生活はほぼ自立している状態。必要に応じて市が行う地域支援事業を受けることができる。 ※すこやかチェックリスト(基本チェックリスト)の結果、事業対象者となった方は、介護予防・生活支援サービス事業を受けることができる。	地域支援事業

介護保険 Q&A

Q 認定調査ではどんな心構えが必要ですか？

A 利用者の普段の生活や身体の状態を、ありのまま伝えましょう。

基本調査では「片足で立っていただけるか」「何かにつかまらな

い

で起き上がれるか」など、あらかじめ定められた74項目にしたがって、調査員が質問をします。日常の様子などについて、詳しくたずねられる場合もありますので、できるだけ具体的に伝えましょう。

認知症の方などは、気候や時間帯によって状態が違ってくる場合がありますので、家族が日頃の様子をメモし、伝えたいことを整理しておくといでしょう。

しくみと加入者

サービス利用の手順

サービスの種類と費用

費用の支払い

地域支援事業

在宅生活支援事業

介護保険料

介護(介護予防)サービス利用の手順

要介護1～5と認定された方は、ケアマネジャーに希望を伝えてケアプラン(介護要支援1・2と認定された方は、地域包括支援センター等に連絡し、介護予防ケアプラン

サービスの利用計画)を作った上で介護サービスを利用します。
ン(介護予防サービスの利用計画)を作った上で介護予防サービスを利用します。

要介護1～5の方

自宅で暮らしながらサービスを利用したい

自宅で暮らしながら利用するサービスの種類と費用のめやす
(P.16～)



① 居宅介護支援事業者に連絡します

- 市区町村などが発行する事業者一覧のなかから**居宅介護支援事業者**(ケアマネジャーを配置しているサービス事業者)を選び、連絡します。
- 担当の**ケアマネジャー**が決まります。



② ケアプランを作成します

- 担当のケアマネジャーといっしょにどのようなサービスをどのくらい利用するかを決めた計画書(ケアプラン)を相談しながら作成します。
- ケアプランの作成は「居宅介護支援」(P.14)として、無料です。

③ サービスを利用します

- サービス事業者と契約^{※2}します。
- ケアプランにそって介護サービスを利用します。



介護保険施設へ入所したい

施設は3タイプに分かれます。
(P.26、27)



① 介護保険施設に連絡します

- 入所前に見学したりサービス内容や利用料について検討した上で、施設に直接申込みます。



② ケアプラン^{※1}を作成します

- 入所した施設のケアマネジャーとケアプランを作ります。



③ サービスを利用します

- ケアプランにそって介護サービスを利用します。



要支援1・2の方

① 地域包括支援センター等に連絡します

- 地域包括支援センターまたは市区町村から認定を受けた居宅介護支援事業者に連絡、相談をします。
- 介護予防サービスの種類 (P.16～)
介護予防・生活支援サービス事業について (P.45)

② 地域包括支援センター等に希望を伝えます

- 家族や地域包括支援センター等とこれからどのような生活を希望するのかなどについて話し合います。

③ 介護予防ケアプラン^{※1}を作成します

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

④ サービスを利用します

- サービス事業者と契約^{※2}します。
- 介護予防ケアプランにそって **介護予防サービス** および **介護予防・生活支援サービス事業** を利用します。

事業対象者

① 地域包括支援センターに連絡します

- 地域包括支援センターに連絡、相談をします。
- 介護予防・生活支援サービス事業について (P.45)



② 地域包括支援センターに希望を伝えます

- 家族や地域包括支援センターと、これからどのような生活を希望するのかなどについて話し合います。

③ ケアプラン^{※1}を作成します

- 地域包括支援センターとケアプラン(どのようなサービスをどのくらい利用するかを決めた計画書)を相談しながら作成します。

④ サービスを利用します

- サービス事業者と契約^{※2}します。
- ケアプランにそって **介護予防・生活支援サービス事業** を利用します。



※1 ケアプランの作成、介護予防ケアプランの作成は、利用者の負担はありません。

※2 契約にあたってはサービス内容や料金などをよく確認しましょう。

サービスを利用する前に

ケアプラン（介護サービスの利用計画）または介護予防ケアプランを作成する必要があります。

介護サービス・介護予防サービスの利用について相談する

要介護 1～5 きょたくかいごしえん
居宅介護支援

希望を伝えてケアマネジャーにケアプランを作成してもらうサービスです。また、計画どおりにサービスが提供されるよう調整します。



要支援 1・2 かいごよぼうしえん
介護予防支援

希望を伝えて地域包括支援センターに所属するケアマネジャーなどに介護予防ケアプランを作成してもらうサービスです。また、計画どおりにサービスが提供されるよう調整します。

介護予防ケアプランの作成を、市区町村から指定を受けた居宅介護支援事業者へ依頼できるようになりました。

ケアプランの作成および相談は**無料**です。（全額を介護保険で負担します）

納得のいくケアプランのために

ケアプランはこれからの生活の設計図。目標の達成につながるサービスがきちんと組み込まれていることが大切です。

ケアプランを作成することは、どんな生活を送りたいかをよく考えるきっかけにもなります。「全て担当のケアマネジャーさんにお任せ」というのではなく、希望や目標をケアマネジャーに積極的に伝えましょう。

サービス利用開始から一定期間後、目標が達成されているか評価します。サービス利用の途中でも「自分の生活に合わない」「改善が見られない」という場合は、ケアプランの見直しができますので、遠慮なくケアマネジャーに相談してください。



ケアプランの作成例

【要介護3 / Aさんの場合】

状態・要望
・夫は入院中のため、現在は一人暮らし
・脳梗塞で倒れ、退院して間もない
・歩行が不安定
・足の筋力を回復し、自分で家事ができるようになりたい

	月	火	水	木	金	土	日
早朝	6:00						
午前	8:00						
10:00	通所リハビリテーション	訪問介護		通所リハビリテーション	訪問介護		訪問リハビリテーション
12:00		11:00			11:00		
14:00	10:00	12:00		10:00	12:00		14:30
午後	16:00	生活援助・調理・掃除・洗濯		16:30	生活援助・調理・掃除・洗濯		15:00
18:00							
夜間	20:00	足の筋力回復のための機能訓練を行う。外出することがよい気分転換にも。			家の中で転ばないため、日常動作のリハビリ。		
22:00							
深夜	0:00						
2:00							
4:00							
週単位以外のサービス 福祉用具貸与で特殊寝台を借りる							

サービス事業者と契約する際の注意点

- ☐ 重要事項説明書などの書類を受け取り、サービスの内容に納得しましたか？
- ☐ 利用者の病気や身体の状態をよく把握してもらっていますか？
- ☐ 介護保険が使えるサービスと使えないサービスがわかるようになっていますか？
- ☐ 利用料やキャンセル料、支払いについて納得しましたか？
- ☐ 契約をやめるときにどうすればよいのかがわかりますか？

サービス利用開始後も不満な点や納得できないときは、事業所を変えることができます。疑問な点は、ケアマネジャーに相談してみましょう。

通うサービスなどでは、実際に施設を見学してみましょう



しくみと加入者

サービス利用の手順

サービスの種類と費用

費用の支払い

地域支援事業

在宅生活支援事業

介護保険料

自宅を中心に利用するサービス

介護サービスでは、自宅を中心に受けるサービスである「居宅サービス」と「地域密着型サービス」の二つがあります。「居宅サービス」には「訪問を受けるサービス」や「施設に通うサービス」など、さまざまな種類があります。「地域密着型サービス」は、原則として事業所のある市区町村の住民だけが利用できるサービスです。

※利用者負担は1～3割です。本冊子は1割の費用をめやすとして掲載しています。

介護保険サービスの種類

自宅を訪問してもらう P.17～19

- ◎訪問介護
- ◎定期巡回・随時対応型訪問介護看護
- ◎夜間対応型訪問介護
- ◎訪問入浴介護
- ◎訪問看護
- ◎訪問リハビリテーション
- ◎居宅療養管理指導

生活する環境を整える P.28～31

- ◎福祉用具貸与
- ◎特定福祉用具購入
- ◎居宅介護住宅改修

施設に通って受ける P.20～21

- ◎通所介護
- ◎地域密着型通所介護
- ◎認知症対応型通所介護
- ◎通所リハビリテーション

短期間施設に泊まる P.22

- ◎短期入所生活介護
- ◎短期入所療養介護

通いを中心とした複合的なサービス P.23

- ◎小規模多機能型居宅介護
- ◎看護小規模多機能型居宅介護

介護保険施設に移り住む P.26～27

- ◎介護老人福祉施設
- ◎介護老人保健施設
- ◎介護医療院

自宅から移り住んで利用する P.24～25

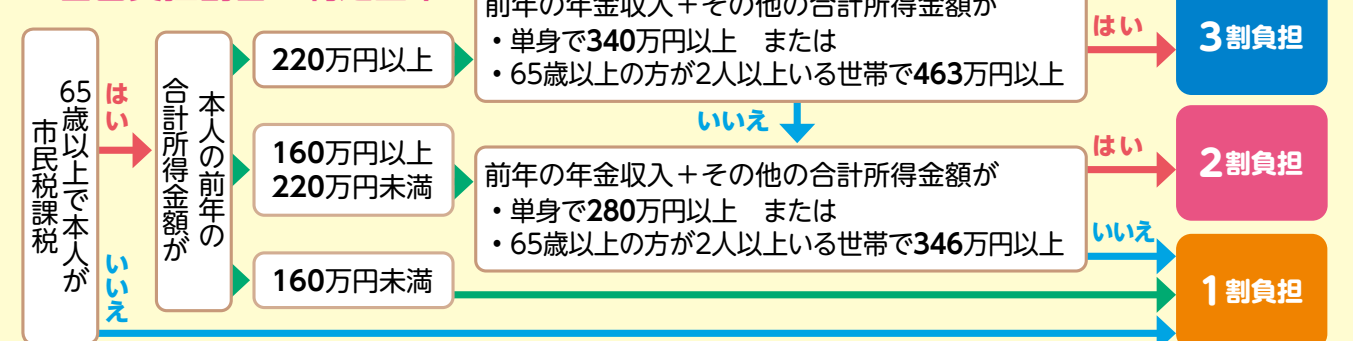
- ◎特定施設入居者生活介護
- ◎認知症対応型共同生活介護
- ◎地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

外出にお困りの方 P.32

市内の居宅サービス事業者一覧は介護保険課窓口で配布しているほか、介護保険課のホームページ（<https://www.city.nagasaki.lg.jp/fukushi/>）でも検索できます。

介護保険サービスの自己負担割合は、所得の状況などによって、1割、2割、3割のいずれかになります。

■自己負担割合の判定基準



※40～64歳の方は、所得にかかわらず1割負担です。

日常生活の手助けをしてもらう

要介護1～5 訪問介護(ホームヘルプサービス)

ホームヘルパーなどに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を受けます。

〈身体介護中心〉

- 食事、入浴、排せつのお世話
- 衣類の交換 など

〈生活援助中心〉

- 居室の掃除、洗濯、買い物
- 食事の準備、調理 など

1回あたりのサービス費のめやす

身体介護	サービス費	利用者負担額
所要時間 30 分以上 1 時間未満の場合	3,951 円	396 円

生活援助	サービス費	利用者負担額
45 分以上	2,246 円	225 円

	サービス費	利用者負担額
通院等のための乗車 または降車の介助	990 円	99 円

ご注意ください

本人以外のためにすることや、日常生活上の家事の範囲を超えることなどは、サービスの対象外です。

- 本人が使う部屋以外の清掃
- ペットの世話
- 預金の引き出し預け入れ
- 本人以外の人の物の洗濯
- 草むしり
- 家具の移動や修繕
- 来客の応対
- 模様替え
- 留守番 など



自宅に訪問してもらう

24時間対応の訪問介護・訪問看護サービスを受ける

要介護 1～5 てい き じゅんかい ずい じ たいおうがた ほうもん かい ご かん ご 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

地域密着型サービス

介護職員と看護師が一体または密接に連携し、決められた時間に訪問します。また、利用者の通報や電話などに対して随時対応します。



1カ月あたりのサービス費のめやす
【介護、看護一体型事業所で介護と看護を利用した場合】

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1	81,128 円	8,113 円
要介護 2	126,736 円	12,674 円
要介護 3	193,459 円	19,346 円
要介護 4	238,485 円	23,849 円
要介護 5	288,922 円	28,893 円

※要支援の方は利用できません。

夜間に訪問介護を受ける

要介護 1～5 や かんたいおうがた ほうもん かい ご 夜間対応型訪問介護

地域密着型サービス

夜間に定期的にヘルパーなどが巡回して介護を行う訪問介護と、緊急時に利用者が通報するとヘルパーが急行する 24 時間体制の訪問介護があります。

1カ月あたりのサービス費のめやす
【基本対応の場合】

サービス費	利用者負担額
10,097 円	1,010 円

※要支援の方は利用できません。
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
サービス費（利用者負担額）のめやす
・定期巡回サービス 3,798円(380円) /1回
・随時訪問サービス 5,789円(579円) /1回

自宅で入浴する

要介護 1～5 要支援 1・2 ほうもんにゆうよくかい ご かい ご よ ぼうほうもんにゆうよくかい ご 訪問入浴介護（介護予防訪問入浴介護）

自宅に浴槽を持ち込んでもらい、入浴の介助を受けます。全身浴が難しいときにはタオルで体を拭いてもらうこともできます。

1回あたりのサービス費のめやす

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1～5	12,925 円	1,293 円
要支援 1・2	8,739 円	874 円

地域密着型サービスって何？

住み慣れた地域を離れずに生活を続けられるように、地域の特性に応じた柔軟な体制で提供されるサービスです。長崎市内に所在する事業所は、長崎市内に住所を有する方が利用でき、市が事業所の指定や監督を行います。



自宅に訪問してもらう

看護師などに訪問してもらう

要介護 1～5 要支援 1・2 ほうもん かん ご かい ご よ ぼうほうもん かん ご 訪問看護（介護予防訪問看護）

看護師、保健師などに訪問してもらい、床ずれの手当てや点滴の管理をしてもらいます。

サービス費のめやす

		要介護度	サービス費	利用者負担額
病院・診療所から	20分～30分未満	要介護 1～5	4,073 円	408 円
		要支援 1・2	3,900 円	390 円
	30分～1時間未満	要介護 1～5	5,860 円	586 円
		要支援 1・2	5,646 円	565 円
訪問看護ステーションから	20分～30分未満	要介護 1～5	4,808 円	481 円
		要支援 1・2	4,604 円	461 円
	30分～1時間未満	要介護 1～5	8,402 円	841 円
		要支援 1・2	8,106 円	811 円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

自宅でリハビリをする

要介護 1～5 要支援 1・2 ほうもん かい ご よ ぼうほうもん 訪問リハビリテーション（介護予防訪問リハビリテーション）

リハビリの専門家に訪問してもらい、自宅でリハビリを受けます。



1回あたりのサービス費のめやす

サービス費	利用者負担額
3,132 円	314 円

お医者さんなどによる療養上の管理や指導

要介護 1～5 要支援 1・2 きょたくりょうようかん り し どう かい ご よ ぼうきょたくりょうようかん り し どう 居宅療養管理指導（介護予防居宅療養管理指導）

通院が困難な方に対して、医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士、管理栄養士、看護職員に訪問してもらい、薬の飲み方、食事など療養上の管理・指導をします。

1日あたりのサービス費用のめやす
【同日、単一の建物にサービスを受ける人がほかにいない場合】

	サービス費	利用者負担額
医師の場合（月2回まで）	5,150 円	515 円
歯科医師の場合（月2回まで）	5,170 円	517 円
医療機関の薬剤師の場合（月2回まで）	5,660 円	566 円
薬局の薬剤師の場合（月4回まで）	5,180 円	518 円

※訪問する職種により費用や限度回数が異なります。

「居宅療養管理指導」は「訪問看護」と何が違うの？

「訪問看護」は、医師の指示によって注射などの医療行為が行われますが「居宅療養管理指導」には、医療行為は伴いません。日常生活で注意すべき点などについて相談したり、アドバイスを受けたりするサービスです。ですから、可能ならば利用者だけでなく、家族や介護する人もいっしょにアドバイス等を聞いておくことより効果的です。





施設に通って食事や入浴などのサービスを受ける

施設に通って受ける

要介護1～5 通所介護(デイサービス)

デイサービスセンターで、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。

基本のサービスに加えて

- 個々の状態に応じた機能訓練(個別機能訓練)
 - 食事に関する指導など(栄養改善)
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。

1日あたりのサービス費用のめやす
【通常規模の施設/8～9時間未満の利用の場合】

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1	6,783 円	679 円
要介護 2	8,020 円	802 円
要介護 3	9,278 円	928 円
要介護 4	10,555 円	1,056 円
要介護 5	11,843 円	1,185 円

※食費、日常生活費は別途負担となります。
※事業所により提供できるメニューが変わることがあります。
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
サービス費(利用者負担額)のめやす
・(若年性)認知症ケア 608円(61円) /1日
・栄養改善 2,028円(203円) /1回
・口腔機能向上 1,521円(153円) /1回
など

小規模な施設の通所介護サービス

要介護1～5 地域密着型通所介護

地域密着型サービス

定員18人以下の小規模な通所介護施設で、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。

※食費、日常生活費は別途負担となります。
※事業所により提供できるメニューが変わることがあります。
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。

1日あたりのサービス費用のめやす
【8～9時間未満の利用の場合】

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1	7,939 円	794 円
要介護 2	9,379 円	938 円
要介護 3	10,870 円	1,087 円
要介護 4	12,370 円	1,237 円
要介護 5	13,841 円	1,385 円

「通う」サービスはなぜいいの？

介護が必要になると、外に出る機会が少なくなりがちです。そこで、サービスを選ぶときに軸としたいのが「通所サービス」です。運動量が増えることなどによりできることが増えることに加えて、外に出ることで、気分転換にもなりますし、利用者同士の交流で社交性を取り戻したりするメリットもあります。

ただし「社交が苦手」「どうしても外に出て行く気になれない」という場合もあるので、利用者の気持ちに配慮することも大切です。



認知症の方が施設に通って受けるサービス

要介護1～5 要支援1・2 地域密着型サービス 認知症対応型通所介護(介護予防認知症対応型通所介護)

認知症の高齢者が、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

1日あたりのサービス費用のめやす
【通常規模の施設/8～9時間未満の利用の場合】

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1	10,434 円	1,044 円
要介護 2	11,563 円	1,157 円
要介護 3	12,692 円	1,270 円
要介護 4	13,851 円	1,386 円
要介護 5	14,970 円	1,497 円

1日あたりのサービス費用のめやす

要介護度	サービス費	利用者負担額
要支援 1	9,030 円	903 円
要支援 2	10,078 円	1,008 円

施設に通ってリハビリをする

要介護1～5 通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や病院・診療所で、日帰りの機能訓練などが受けられます。

基本のサービスに加えて

- 食事に関する指導など(栄養改善)
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。

1日あたりのサービス費用のめやす
【通常規模の施設/7～8時間未満の利用の場合】

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1	7,749 円	775 円
要介護 2	9,183 円	919 円
要介護 3	10,637 円	1,064 円
要介護 4	12,356 円	1,236 円
要介護 5	14,024 円	1,403 円

※食費、日常生活費は別途負担となります。
※事業所により提供できるメニューが変わることがあります。
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
サービス費(利用者負担額)のめやす
・短期集中個別リハビリ 1,118円(112円) /1日
・栄養改善 2,034円(204円) /1回
・口腔機能向上 1,525円(153円) /1回
など

要支援1・2 介護予防通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や病院・診療所で、介護予防を目的とした生活機能の維持向上のための機能訓練などを日帰りで受けられます。

基本のサービスに加えて

- 筋力トレーニングなどの機能訓練(運動器機能向上)
 - 食事に関する指導など(栄養改善)
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。

1カ月あたりのサービス費用のめやす

要介護度	サービス費	利用者負担額
要支援 1	23,065 円	2,307 円
要支援 2	42,998 円	4,300 円

※食費、日常生活費は別途負担となります。
※事業所により提供できるメニューが変わることがあります。
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
1カ月あたりのサービス費(利用者負担額)のめやす
・栄養改善 2,034円(204円)
・口腔機能向上 1,525円(153円)
など



自宅で介護を受けている人が一時的に施設に泊まる

短期間施設に泊まる

要介護 1～5 要支援 1・2 たん き にゅうしょせいかつかい ご
短期入所生活介護(ショートステイ)
かい ご よ ぼうたん き にゅうしょせいかつかい ご
(介護予防短期入所生活介護)

介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。



1日あたりのサービス費のめやす【併設型施設・ユニット型個室の場合】

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1	7,159 円	716 円
要介護 2	7,851 円	786 円
要介護 3	8,613 円	862 円
要介護 4	9,336 円	934 円
要介護 5	10,037 円	1,004 円

要介護度	サービス費	利用者負担額
要支援 1	5,379 円	538 円
要支援 2	6,671 円	668 円

※費用は施設の種類や部屋のタイプ、サービスに応じて異なります。
※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。
※連続した利用日数が30日を超えた場合、31日目は全額自己負担となります。
※連続した利用日数が60日を超えた場合、61日目からは介護老人福祉施設のサービス費と同程度になります。
※ユニット型個室とは、共同生活室(リビング)を併設している個室

自宅で医療の助けが必要な人が一時的に施設に泊まる

要介護 1～5 要支援 1・2 たん き にゅうしよりょうようかい ご いりょうがた
短期入所療養介護(医療型ショートステイ)
かい ご よ ぼうたん き にゅうしよりょうようかい ご
(介護予防短期入所療養介護)

介護老人保健施設などに短期間入所して、医療や介護、機能訓練が受けられます。医療によるケアが必要な方に向いています。

1日あたりのサービス費のめやす【介護老人保健施設・ユニット型個室の場合】

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1	8,477 円	848 円
要介護 2	8,953 円	896 円
要介護 3	9,612 円	962 円
要介護 4	10,170 円	1,017 円
要介護 5	10,707 円	1,071 円

要介護度	サービス費	利用者負担額
要支援 1	6,327 円	633 円
要支援 2	8,000 円	800 円

※費用は施設の種類や部屋のタイプ、サービスに応じて異なります。
※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。
※連続した利用が30日を超えた場合、31日目からは全額自己負担となります。
※ユニット型個室とは、共同生活室(リビング)を併設している個室



通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービスを受ける

要介護 1～5 要支援 1・2 しやう き ぼ た き のうがたきょたくかい ご
小規模多機能型居宅介護
かい ご よ ぼうしやう き ぼ た き のうがたきょたくかい ご
(介護予防小規模多機能型居宅介護)

地域密着型サービス

サービス提供事業所への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、事業所へ泊まる「宿泊」の複合的なサービスを受けることができます。



1カ月あたりのサービス費のめやす

要介護度	サービス費	利用者負担額
要支援 1	35,086 円	3,509 円
要支援 2	70,905 円	7,091 円
要介護 1	106,357 円	10,636 円
要介護 2	156,312 円	15,632 円
要介護 3	227,391 円	22,740 円
要介護 4	250,965 円	25,097 円
要介護 5	276,715 円	27,672 円

※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。

※小規模多機能型居宅介護を利用している間は、訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、福祉用具貸与、福祉用具購入及び住宅改修以外のサービスは利用できません。

通い・訪問・泊まりに看護を組み合わせたサービスを受ける

要介護 1～5 かん ご しやう き ぼ た き のうがたきょたくかい ご
看護小規模多機能型居宅介護

地域密着型サービス

サービス提供事業所への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、事業所へ泊まる「宿泊」のサービスに看護を組み合わせたサービスを受けることができます。

1カ月あたりのサービス費のめやす

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1	126,585 円	12,659 円
要介護 2	177,110 円	17,711 円
要介護 3	248,971 円	24,898 円
要介護 4	282,380 円	28,238 円
要介護 5	319,419 円	31,942 円

※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。
※要支援の方は利用できません。

通いを中心とした複合的なサービス

しくみと加入者

サービス利用の手順

サービスの種類と費用

費用の支払い

地域支援事業

在宅生活支援事業

介護保険料



有料老人ホームなどに入居している人が介護サービスを受ける

自宅から移り住んで利用する

とくてい し せつ にゅうきょしゃせい かつ かい ご
特定施設入居者生活介護
 かい ご よ ぼうとくてい し せつ にゅうきょしゃせい かつ かい ご
 (介護予防特定施設入居者生活介護)

有料老人ホームなどに入所している人が受けるサービスです。食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。
 ※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

1日あたりのサービス費のめやす

要介護度	サービス費	利用者負担額
要支援 1	1,855 円	186 円
要支援 2	3,173 円	318 円
要介護 1	5,495 円	550 円
要介護 2	6,175 円	618 円
要介護 3	6,885 円	689 円
要介護 4	7,544 円	755 円
要介護 5	8,243 円	825 円

●特定施設に入居し、施設外部からの居宅サービスを受ける場合

1カ月あたりの支給限度額

要介護度	サービス費	利用者負担額
要支援 1	51,024 円	5,103 円
要支援 2	106,784 円	10,679 円
要介護 1	165,839 円	16,584 円
要介護 2	186,190 円	18,619 円
要介護 3	207,768 円	20,777 円
要介護 4	227,490 円	22,749 円
要介護 5	248,764 円	24,877 円

事業者を選ぶために…

介護保険は「利用者本位」が原則。利用者の意思が最も尊重されますので、自分なりに情報を集めることも大切です。

全てのサービス提供事業者・施設には、決められた項目にそった情報を公開することが義務づけられています。[介護サービス情報公表システム (<https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp>)] のホームページで閲覧できますので、インターネットが使える方は、参考にしてください。

また、デイサービスセンターなどの施設を比較・検討するなら、実際に見学や体験利用をしてみることがおすすめです。職員の対応や食事の内容などをよくチェックしてみましょう。



認知症の方が施設で共同生活を送る

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

認知症の高齢者が共同で生活しながら、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

※食費、日常生活費、居住費等は別途負担となります。
 ※要支援 1 の方は利用できません。



●あらかじめ30日以内の利用期間を定めて短期利用した場合

1日あたりのサービス費のめやす

要介護度	サービス費	利用者負担額
要支援 2	8,000 円	800 円
要介護 1	8,041 円	805 円
要介護 2	8,406 円	841 円
要介護 3	8,659 円	866 円
要介護 4	8,821 円	883 円
要介護 5	8,994 円	900 円

1日あたりのサービス費のめやす

要介護度	サービス費	利用者負担額
要支援 2	7,716 円	772 円
要介護 1	7,757 円	776 円
要介護 2	8,122 円	813 円
要介護 3	8,355 円	836 円
要介護 4	8,527 円	853 円
要介護 5	8,710 円	871 円

地域の小規模な介護老人福祉施設で介護サービスを受ける

ち いきみっちゃくが た
地域密着型
 かい ご ろうじんふく し し せつ にゅうきょしゃせい かつ かい ご
介護老人福祉施設入所者生活介護

地域密着型サービス

定員30人未満の小規模な介護老人福祉施設で、食事・入浴などの介護や健康管理が受けられます。

※食費、日常生活費、居住費等は別途負担となります。

※要支援の方は利用できません。

※新規に入所できるのは原則として、要介護3以上の方になりますが、やむを得ない事情がある場合、要介護1・2の方も入所は可能です。

30日あたりのサービス費用のめやす

【ユニット型個室の場合】

要介護度	サービス費	利用者負担額
要介護 1	207,464 円	20,747 円
要介護 2	229,062 円	22,907 円
要介護 3	251,877 円	25,188 円
要介護 4	274,084 円	27,409 円
要介護 5	295,378 円	29,538 円

高齢者のための住まいには、P.26・27の3施設のほかに有料老人ホームや軽費老人ホームなどがあります。そのなかで「特定施設」(入居者がそこで受ける介護サービスが介護保険の対象となる施設)と指定を受けた施設では「特定施設入居者生活介護」を利用できます。「特定施設入居者生活介護」は入居している居室が自宅とみなされるため、大きくは居宅サービスや地域密着型サービスに分類されます。

施設サービスの種類と費用のめやす

「施設サービス」は、下記の介護保険施設に入所して受けるサービスです。介護保険施設は、どのような介護が必要かによって、3つのタイプに分かれています。入所を希望するときは、施設に直接申し込みます。必要度の高い人から入所できます。

※要支援の方は施設サービスは利用できません。
※施設サービスの費用は、要介護度や施設の体制、部屋のタイプによって異なります。

生活介護が中心の施設

介護保険施設に移り住む

要介護 3～5 かい ご ろうじん ふく し し せつ とくべつようごろうじん 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

つねに介護が必要で、自宅では介護ができない方が対象の施設です。食事・入浴など日常生活の介護や健康管理を受けられます。

30日あたりの施設サービス費のめやす

【介護老人福祉施設・多床室】

要介護度	サービス費用の例	利用者負担額
要介護 1	179,173円	17,918円
要介護 2	200,467円	20,047円
要介護 3	222,674円	22,268円
要介護 4	243,968円	24,397円
要介護 5	264,958円	26,496円

【ユニット型介護福祉施設・ユニット型個室】

要介護度	サービス費用の例	利用者負担額
要介護 1	203,814円	20,382円
要介護 2	225,108円	22,511円
要介護 3	247,923円	24,793円
要介護 4	269,521円	26,953円
要介護 5	290,511円	29,052円

※食事代、居住費、日常生活費、個室料等は別途負担

※新規に入所できるのは原則として、要介護3以上の方になりますが、やむを得ない事情がある場合、要介護1・2の方も入所は可能です。

介護やリハビリが中心の施設

要介護 1～5 かい ご ろうじん ほ けん し せつ 介護老人保健施設

病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。医学的な管理のもとでの介護や看護、リハビリを受けて、家庭への復帰を目指します。

30日あたりの施設サービス費のめやす

(従来型個室)

要介護度	サービス費用の例	利用者負担額
要介護 1	218,111円	21,812円
要介護 2	232,104円	23,211円
要介護 3	251,877円	25,188円

要介護度	サービス費用の例	利用者負担額
要介護 4	268,608円	26,861円
要介護 5	283,514円	28,352円

※食事代、居住費、日常生活費等は別途負担



長期療養の機能を備えた施設

要介護 1～5 かい ご い りょういん 介護医療院

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

30日あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護 1	21,933円	25,340円	25,857円
要介護 2	25,310円	28,686円	29,204円
要介護 3	32,550円	35,957円	36,474円
要介護 4	35,653円	39,029円	39,546円
要介護 5	38,421円	41,828円	42,345円



介護相談員派遣事業

高齢者すこやか支援課では、介護相談員を介護事業所やサービス利用者の自宅へ派遣し、介護保険サービス利用者や家族の相談を受け付ける「介護相談員派遣事業」を行っています。

介護事業所等への訪問は不定期ですが、訪問日時をお知らせするチラシの掲示をお願いしますので、サービスを受けている事業所の掲示板などをご確認ください。

生活環境を整えるサービス



自立した生活をするための福祉用具をレンタルする

要介護 1～5 **要支援 1・2** ふくし ようぐ たいよ かいご よぼうふくし ようぐ たいよ
福祉用具貸与(介護予防福祉用具貸与)

次の13種類が貸し出しの対象となり、費用の1～3割が自己負担です。ケアプラン(P.14・15)に組み込まれるので、利用したいときはケアマネジャーに相談しましょう。

要支援1・2の方、要介護1の方は利用できる品目が限られます。

原則、要支援1・2の方、要介護1の方は、①～④のみ、⑬については尿と便の両方を吸引する機能のものは要介護4・5の方のみが利用できます。

要介護4・5の方が利用できる福祉用具

要介護2・3の方が利用できる福祉用具

要支援1・2、要介護1の方が利用できる福祉用具

- | | |
|--|---|
| ① 手すり(工事をとみなさないもの) | ③ 歩行器 |
| ② スロープ(工事をとみなさないもの) | ④ 歩行補助つえ(松葉づえ、多点つえ等) |
| ⑤ 車いす | ⑨ 床ずれ防止用具 |
| ⑥ 車いす付属品(クッション、電動補助装置等) | ⑩ 体位変換器(起き上がり補助装置を含む) |
| ⑦ 特殊寝台 | ⑪ 認知症老人徘徊感知機器(離床センサーを含む) |
| ⑧ 特殊寝台付属品(サイドレール、マットレス、スライディングボード、入浴用でない介助用ベルト等) | ⑫ 移動用リフト(立ち上がり座いす、入浴用リフト、段差解消機、階段移動用リフトを含む) |
| ⑬ 自動排せつ処理装置
(尿のみを自動的に吸引できるものは要支援1・2の方、要介護1～3の方でも利用できます) | |

適正な価格で、福祉用具を利用しましょう。

適正な価格で利用するために下記の点を理解しておきましょう。疑問点は事業者に相談しましょう。

- 商品ごとに貸与価格の全国平均が公表されており、その平均価格をもとに**貸与価格の上限額が設定**されています。※上限を超えた場合は、保険給付対象外(全額自己負担)となります。
- 事業者には下記①、②が義務付けられています。

① 貸与する商品の機能や価格帯の異なる複数商品を選択肢として示す。
② 貸与する商品の全国平均価格とその事業者の価格を説明する。

一部の福祉用具は貸与と購入を選択できます。

固定用スロープ、歩行器(歩行車を除く)、単点つえ(松葉づえを除く)、多点つえについては、福祉用具専門相談員またはケアマネジャーからの提案により、貸与と購入を選択できます。

※購入を選択する場合はP.29をご確認ください。

かかった費用の1～3割を自己負担します。
(用具の種類、事業者によって貸し出し料は異なります)



トイレ、入浴関連の福祉用具を買う

要介護 1～5 **要支援 1・2** とくてい ふくし ようぐ こうにゅう とくていかい ご よぼうふくし ようぐ こうにゅう
特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入)

下記の福祉用具を**指定特定(介護予防)福祉用具販売事業者**から購入したときは、費用の7～9割が支給されます。要介護度区分に関係なく上限額は、同一年度に10万円でその1～3割が自己負担です。

- 腰掛便座
- 入浴補助用具
(入浴いす、浴槽用手すり、浴槽内いす、入浴用介助ベルト等)
- 簡易浴槽 ●移動用リフトのつり具の部分(移動用リフト本体は除く)
- 特殊尿器(交換可能部品のみ) ●排せつ予測支援機器
- ★固定用スロープ ★歩行器(歩行車を除く)
- ★単点つえ(松葉づえを除く) ★多点つえ

※★の福祉用具については、福祉用具専門相談員またはケアマネジャーからの提案により、貸与と購入を選択できます。貸与を選択する場合はP.28をご確認ください。

※指定を受けていない事業者から購入した場合は、支給の対象になりません。

年間10万円までが限度で、その1～3割が自己負担です。

費用の支払いについては次の方法があります。

- ①**償還払**…費用の全額を事業者へ一旦支払い、後から7～9割が長崎市より利用者へ支給されます。**購入後に申請が必要です。**
- ②**受領委任払**…費用の1～3割分を事業者へ支払い、7～9割を長崎市より事業者へ直接支払います。**購入前と購入後に申請が必要です。長崎市へ受領委任払事業者として登録している事業所に限ります。**

申請方法

支給を受ける場合は、購入業者(指定事業者)の福祉用具専門相談員にご相談のうえ、下記の必要書類を介護保険課に提出(郵送可)して、手続きを行ってください。

【償還払の場合】

- 購入後**
- ①福祉用具購入費支給申請書(振込口座が分かるものを添付)
 - ②領収書(原本)
 - ③委任状(ご本人以外の方の口座に振込される場合)
 - ④福祉用具のパフレットなど福祉用具の概要が分かるもの(コピーでも可)
 - ⑤特定福祉用具販売計画の写し又は納品写真*

【受領委任払の場合】

- 購入前**
- ①特定福祉用具給付券交付申請書
 - ②見積書(内訳の分かるもの)
 - ③福祉用具のパフレットなど福祉用具の概要が分かるもの(コピーでも可)

審査後、市からご本人に交付される「特定福祉用具給付券」が届いてから購入してください。

- 購入後**
- ④福祉用具購入費支給申請書
 - ⑤領収書(原本)
 - ⑥委任状(事業者への振込となるため)
 - ⑦特定福祉用具給付券
 - ⑧請求書または納品書
 - ⑨特定福祉用具販売計画の写し又は納品写真*

※納品時に利用者宅で撮影し、被保険者番号、被保険者氏名、品名、撮影日を記載してください。



より安全な生活が送れるように住宅改修を行う

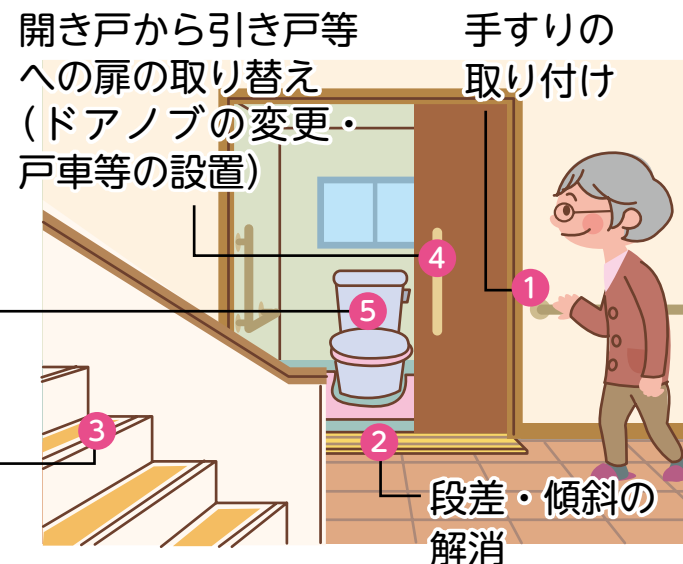
要介護 1～5 要支援 1・2 居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)

心身並びに家屋の状況から必要と認められた小規模な住宅改修を行った場合は、介護保険の給付対象となります。給付対象となる費用の上限額は、要介護区分に関係なく20万円です。自己負担割合が1割の方が20万円の住宅改修を行った時の自己負担額は2万円です。(自己負担割合が2割の方は4万円、3割の方は6万円となります)

●工事を検討する際に保険給付の対象となるかどうかを、ケアマネジャーか介護保険課に相談しましょう。

和式便器から洋式便器への
取り替え

滑りにくい床材・移動
しやすい床材への変更



◎介護保険の対象となる工事

- ① 手すりの取り付け
- ② 段差・傾斜の解消
- ③ 滑りにくい床材・移動しやすい床材への変更
- ④ 開き戸から引き戸等への扉の取り替え(扉の撤去を含む)
- ⑤ 和式から洋式への便器の取り替え
- ⑥ その他これらの各工事に付帯して必要な工事

※屋外部分の改修工事も給付の対象となる場合があります。

利用限度額／20万円まで
(原則1回限り)

※1回の改修で20万円を使い切らずに、数回に分けて使うこともできます。

※引っ越しをした場合や要介護度が著しく高くなった場合、再度支給を受けることができます。

※本人や家族などが住宅改修を行ったときには、材料の購入費が対象となります。

費用の支払いについては次の方法があります。どちらも施工前と施工後に申請が必要です。

- ①償還払…利用者は、費用の全額を施工業者へ支払います。後から給付割合に応じた金額が長崎市より利用者へ支給されます。施工業者の選択に制限はありません。
- ②受領委任払…利用者は、費用のうち自己負担割合に応じた金額を施工業者へ支払います。後から給付割合に応じた金額が長崎市より事業者へ直接支払われます。施工業者はあらかじめ長崎市に登録している事業所から選択します。

申請方法

施工前に必ず事前申請(償還払、受領委任払)を行い、確認を受けてください。

事前申請の確認を受ける前に施工を行った場合は、住宅改修費の支給対象となりませんのでご注意ください。

*申請書類等についての詳細は、介護保険課にお問い合わせください。



住宅支援制度パンフレット
※デザイン・内容は変更する場合があります。

長崎市の住宅支援制度

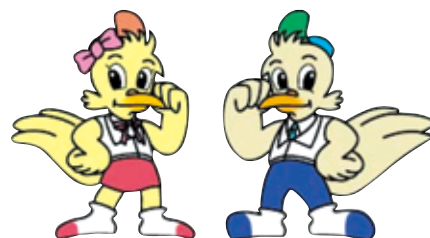
長崎市には、介護保険の対象となる住宅改修のほか、よりよい住まいづくりを支援するさまざまな制度があります。

パンフレットの内容は、長崎市ホームページ「長崎市の住宅支援制度」をご覧ください。



左記の二次元
バーコードからアクセス
又は
「長崎市の住宅支援制度」
で検索

外出にお困りの方へ



移送支援サービス “いこ〜で” (介護保険の市町村特別給付)

“坂のまち長崎”で外出のお手伝いをするサービスとして、「移送支援サービス(愛称:いこ〜で)」を実施しています。外出のときにお困りの方はご相談ください。

ご利用できる方	要介護・要支援認定を受けている方で、自宅から車道まで階段があるか、または、車が通れない路地奥等に自宅がある方
サービス内容	自宅から車道まで、ヘルパー 2級以上の資格を持ち、長崎市が行う研修を修了した移送介護員が外出介助を行います。 ①通所サービス等を利用する時（場合によっては、短期入所サービスを利用する時も利用可） ②通院、買物などの日常生活において必要な時
利用回数	①通所サービスなど介護保険サービスや介護予防・日常生活支援総合事業利用時において利用する場合は、ケアプランもしくは介護予防ケアプランで計画した回数 ②通院、買物などにおいて利用する場合は、1月あたり24回まで
利用料	サービスを利用したときに、利用者にお支払いいただく利用料は、サービス提供時間が30分未満のとき移送介護員1人につき100円です。
利用方法	①介護保険課へ申請してください。 ②審査(もしくは調査)を行います。 ③利用申請が承認されると「移送支援サービス利用者証」が交付されます。 【予約方法】 ○担当のケアマネジャーもしくは、地域包括支援センターの担当職員へ予約の連絡をしてください。 ○担当のケアマネジャーもしくは、地域包括支援センターの担当職員がお決まりでない場合、入所・入院中の場合は、介護保険課へご連絡ください。

介護保険 Q&A

- Q** 認定の申請をしましたが、結果が出る前にサービスは利用できますか？
- A** 暫定プランによりサービスを利用できます。ただし、認定結果によっては非該当になる場合や介護保険で利用できるサービスの支給限度額が変わる場合がありますので、ケアマネジャーとよく相談し、サービスを利用してください。
-
- Q** 以前はできたのですが、最近歩行が困難になってきました。現在のサービスでは足りないと感じるのですが、要介護度の変更はできますか？
- A** 要介護認定期間は一定の期間が設けられていますが、その間に心身の状況がかわることもあります。その場合には「変更申請」ができます。詳しくは、高齢者すこやか支援課へご相談ください。
-
- Q** 現在、要介護認定を受けていますが、他の市区町村に引っ越したらどうなりますか？
- A** すでに要介護認定を受けている方が他の市区町村に引っ越した場合は、審査を経なくても、引っ越し先の市区町村ですぐに認定されます。詳しくは、高齢者すこやか支援課へご相談ください。
-
- Q** 運動が苦手なのですが、介護予防の筋力トレーニングなどは、どうしてもやらなければなりませんか？
- A** 強制ではありません。しかし、軽度の方は、適切な運動をすることで、もとの元気な状態に戻れる可能性が十分ありますので、できる範囲で取り組んでみてください。介護予防サービスの筋力トレーニングは、その方の体力にあわせた内容になりますので、スタッフとよく相談してみましょう。
-
- Q** 介護サービスをキャンセルした場合、サービス利用料を支払う必要はありますか？
- A** 急な用事などでサービスを利用しなかった場合は、キャンセル料のみを事業者を支払います。利用していないサービスの料金を支払う必要はありません。キャンセル料は事業者によって異なりますので、契約の際に納得できる金額か確認しましょう。

自己負担割合と負担の軽減

介護保険のサービスを利用したときは、原則として利用料の1～3割を支払います。(自己負担1～3割) 自己負担が重くなったときや、所得の低い方には、負担を軽減するしくみもあります。

在宅でサービスを利用したときは利用料の1～3割を支払います

要介護度ごとに1カ月に利用できる金額に上限(限度額)が設けられています(下表)。限度額を超えてサービスを利用した分は全額自己負担になります。

サービスの利用限度額のめやす(1カ月)

要介護度	利用限度額 (1カ月)	自己負担 (1割)	要介護度	利用限度額 (1カ月)	自己負担 (1割)
要介護 1	167,650円	16,765円	要支援 1	50,320円	5,032円
要介護 2	197,050円	19,705円	要支援 2	105,310円	10,531円
要介護 3	270,480円	27,048円			
要介護 4	309,380円	30,938円			
要介護 5	362,170円	36,217円			

例 要支援1の人が、55,000円分のサービスを利用した場合は・・・

実際に利用した金額 55,000円

1割負担の場合 5,032円

利用限度額 50,320円

利用限度額を超えた分 4,680円

自己負担は 5,032+4,680 = 9,712円

- 上記の限度額に含まれないサービスは、以下の通りです。
- ・居宅療養管理指導(介護予防居宅療養管理指導)
 - ・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)
 - ・認知症対応型共同生活介護(介護予防認知症対応型共同生活介護)(短期利用を除く)
 - ・地域密着型特定施設入居者生活介護
 - ・地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
 - ・特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入)
 - ・居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)
 - ・移送支援サービス

ひと月の自己負担が高額になったとき(高額介護サービス費)

同じ月に利用したサービスの自己負担額(1～3割)の合計が下記の限度額を超えたときは、超えた分が後から支給されます。

- ※給付を受けるには、市への申請が必要です(申請は初回のみで済みます)
- 同じ世帯にサービス利用者が複数いる場合は、全員の自己負担額を合計します。

自己負担の限度額(月額) 令和8年8月から

区分		限度額
市民税課税世帯	課税所得 690 万円(年収約 1,160 万円) 以上の方	140,100 円(世帯)
	課税所得 380 万円以上 690 万円未満(年収約 770 万円以上約 1,160 万円未満)の方	93,000 円(世帯)
	課税所得 380 万円(年収約 770 万円) 未満の方	44,400 円(世帯)
世帯全員が市民税非課税の方等		24,600 円(世帯)
・老齢福祉年金受給者の方 ・前年のその他の合計所得金額+課税年金収入額の合計が82.65 万円以下の方		24,600 円(世帯)
		15,000 円(個人)
生活保護受給者の方等		15,000 円(個人)

高額介護サービス費受領委任払制度

介護保険施設に入所されている単身の方の一時的負担を軽減するために、高額介護サービス費受領委任払制度を実施しています。

この制度では入所者が上記の自己負担限度額を介護保険施設に支払い、限度額を超える負担については市から介護保険施設に直接支払われます。

ご利用を希望される方は、入所している介護保険施設にご相談ください。



費用の支払い

1 年間の介護保険と医療保険の自己負担が高額になったとき
(高額医療合算介護サービス費)

医療保険と介護保険の自己負担額が高額になったときは、両制度の限度額を適用した後に、世帯内で1年間の自己負担額を合計し、下記の限度額を超えた分が支給されます。
※給付を受けるには、市への申請が必要です

医療と介護の自己負担合算後の限度額(年額) ●計算期間は、毎年8月1日から翌年7月31日までの12カ月間。
70歳未満の方 70歳以上の方※1

区分		限度額	区分		限度額
基準総所得額	901万円超	212万円	課税所得	690万円以上	212万円
	600万円超～901万円以下	141万円		380万円以上690万円未満	141万円
	210万円超～600万円以下	67万円		145万円以上380万円未満	67万円
	210万円以下	60万円	一般(市民税課税世帯の方)		56万円
市民税非課税世帯		34万円	低所得者(市民税非課税世帯の方)		31万円
			世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに所得が0円になる方(年金収入のみの場合82.65万円※2以下の方)		19万円

※1 後期高齢者医療制度の対象者も含まれます。
※2 令和8年8月から

【高額医療合算介護サービス費の手続き方法】

- 国民健康保険の方は国民健康保険課へ申請してください。
- 後期高齢者医療の方は後期高齢者医療室へ申請してください。
- 被用者保険(職場の健康保険)の方は介護保険課で「自己負担額証明書」の申請を行い、交付を受けた後に被用者保険の窓口へ申請してください。

施設サービスを利用したときの費用

施設サービス費の1～3割に加え、食費・居住費・日常生活費を支払います。



★食費・居住費について

居住費と食費については、施設の平均的な費用をもとに、基準費用額が定められています。実際の費用は施設と利用者との契約により決められます。

住費・食費の基準費用額(1日あたり)

居住費(滞在費)				食費	
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	令和8年7月まで	令和8年8月から
2,066円	1,728円	1,728円(1,231円)	437円※(915円)	1,445円	1,545円

()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。
※室料が徴収される場合は697円。

所得が低い方は、食費と居住費の負担が軽くなります

所得の低い方が介護保険施設に入所したり、ショートステイを利用する場合に、所得に応じて食費と居住費を減額します。
ただし、次の認定要件のいずれも満たす方が該当し、減額を受けるには、市への申請が必要です。
なお、有料老人ホームやグループホームなどは対象外となります。

認定要件

- ・市民税非課税世帯であること(別世帯に配偶者がいる場合は、配偶者も市民税非課税であること)
- ・預貯金等の合計が基準額以下であること(別世帯の配偶者の預貯金等についても対象となります)

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり)

利用者 負担 段階	所得の状況※ ¹	預貯金等の 資産※ ² の状況	居住費（滞在費）				食費	
			ユニット型 個室	ユニット型 個室の多床室	従来型 個室	多床室		
令和8年7月まで	生活保護受給者の方等	要件なし						
	世帯全員が市 民税非課税	老齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	880円	550円	550円 (380円)	0円	300円
	2	前年の合計所得金額+年金収入額が80.9万円以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円 (480円)	430円	390円 [600円]
	3-①	前年の合計所得金額+年金収入額が80.9万円超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	650円 [1,000円]
3-②	前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の方	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	1,360円 [1,300円]	
								
令和8年8月から	生活保護受給者の方等	要件なし						
	世帯全員が市 民税非課税	老齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	880円	550円	550円 (380円)	0円	300円
	2	前年の合計所得金額+年金収入額が82.65万円以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円 (480円)	430円	390円 [600円]
	3-①	前年の合計所得金額+年金収入額が82.65万円超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	680円 [1,030円]
	3-②	前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の方	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,470円	1,470円	1,470円 (980円)	430円※ ³ (530円)	1,420円 [1,360円]

【 】内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護を利用した場合の金額です。
()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。
※1 住民票上世帯が異なる(世帯分離している)配偶者(婚姻届を提出していない事実婚も含む。DV防止法における配偶者からの暴力を受けた場合や行方不明の場合等は対象外)の所得も判断材料とします。
※2【預貯金等に含まれるもの】資産性があり、換金性が高く、価格評価が容易なもの。
※3 室料が徴収される場合は530円。
※第2号被保険者は、利用者負担段階に関わらず、預貯金等の資産が単身:1,000万円以下、夫婦:2,000万円以下であれば支給対象となります。
不正があった場合には、ペナルティ(加算金)を設けます。



介護保険の手続きは電子申請できないの？



介護ワンストップサービス（ぴったりサービス）を利用して電子申請ができます。

介護保険に関する手続きの一部は、国が運営するマイナポータル内の「ぴったりサービス」を利用して、パソコンやスマートフォンで「いつでも」「どこでも」電子申請を行うことができます。

電子申請できる
介護保険の手続き

- ・被保険者証の再交付申請
- ・負担割合証の再交付申請
- ・介護保険負担限度額認定申請
- ・高額介護（予防）サービス費の支給申請
- ・居宅介護（介護予防）福祉用具購入費の支給申請
- ・居宅介護（介護予防）住宅改修費の支給申請
- ・要介護・要支援認定の申請
- ・居宅（介護予防）サービス計画作成（変更）依頼の届出



電子申請には、マイナンバーカードやスマートフォンなどが必要です。詳しくは市のホームページ（「長崎市 介護ワンストップサービス」で検索）をご覧ください。左記の二次元バーコードからもアクセスできます。

メモ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

低所得の障害者の方のための負担軽減

以下の要件を全て満たした方が障害福祉サービスに相当するサービスを介護保険で利用する場合、償還払いにより、利用者負担分が軽減されます。

- 【要件】
- ① 介護保険サービスに相当する障害福祉サービス（居宅介護、生活介護等）に係る支給決定を65歳に達する前に5年間引き続き受けていた
 - ② 障害福祉サービスに相当する介護保険サービス（訪問介護、通所介護等）を利用する
 - ③ 65歳に達する日の前日の属する年度*において本人及び同一世帯に属する配偶者が「市民税非課税」または「生活保護」に該当していた
※65歳に達する日の前日の属する月が4月から6月までの場合にあっては前年度
 - ④ 65歳に達する日の前日において障害支援区分が区分2以上であった
 - ⑤ 本人及び同一の世帯に属する配偶者が「市民税非課税」または「生活保護」に該当している
 - ⑥ 65歳に達するまでに介護保険法による保険給付を受けていない

詳しくは障害福祉課（☎ 829-1141）へご相談ください。

障害者ホームヘルプサービス利用者の負担免除

障害者総合支援法によるホームヘルプサービスの利用において、境界層該当として定率負担額が0円となっている方で、次のいずれかに該当する方については、市に申請することで下に示すサービスの利用者負担額が全額免除となります。

- ① 65歳到達以前のおおむね1年間に障害者施策によるホームヘルプサービスを利用しており、65歳に到達したことで介護保険の対象となられた方
- ② 特定疾病による障害が原因で、要介護または要支援の状態となった40歳から64歳までの方

【対象サービス】

訪問介護・夜間対応型訪問介護・介護予防訪問介護相当サービス

離島等でのサービス利用についての軽減措置

離島等で介護保険サービスを利用した場合、負担を軽減するために下記の制度があります。

- 離島に居住する方が島外の事業所からサービスを受ける場合や、島外に出向いてサービスを受ける場合の渡航に関する費用の助成

災害、収入激減など特別な事情による利用者負担の軽減

震災、風水害、火災などの災害や、扶養者の方の死亡、失業、事業の廃止など特別な理由により収入が激減した方は、利用者負担が軽減される場合があります。詳しくは介護保険課へご相談ください。



生活福祉資金貸付制度

生活上の課題を解決するために、一時的に不足するお金をお貸しします。（申し込みの際に、高齢者の場合、連帯借受人が必要となります。）貸付条件があるので、詳しくは長崎市社会福祉協議会（☎ 801-0057）へご相談ください。

しくみと加入者

サービス利用の手順

サービスの種類と費用

費用の支払い

地域支援事業

在宅生活支援事業

介護保険料

費用の支払い

原爆被爆者の利用料助成について

原則として被爆者健康手帳の交付を受けている方が、介護保険サービスを受けた場合は、次の助成があります。サービス利用時に介護保険の被保険者証と被爆者健康手帳を同時にサービス事業者へ提示してください。

対象サービス	被爆者の利用料の自己負担分		サービス費用の対象外 (自己負担分)
訪問入浴介護・介護予防訪問入浴介護	1 ～ 3 割負担		事業所の実施地域以外 の場合の交通費
夜間対応型訪問介護	1 ～ 3 割負担		
訪問介護・介護予防訪問介護相当サービス (ホームヘルプサービス)	1 ～ 3 割 負担	所得税非課税 世帯は負担なし*	
生活援助サービス	1 ～ 3 割負担		
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	負担なし		
訪問看護・介護予防訪問看護			
訪問リハビリテーション・介護予防訪問リハビリテーション			
居宅療養管理指導・介護予防居宅療養管理指導			
通所介護・介護予防通所介護相当サービス・地域 密着型通所介護・認知症対応型通所介護・介護予 防認知症対応型通所介護 (デイサービス)、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 (デイケア)			食費、おむつ代、 日用品代等
ミニデイサービス	1 ～ 3 割負担		
短期入所生活介護・介護予防短期入所生活介護 (ショートステイ)、短期入所療養介護・ 介護予防短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)	負担なし		食費、調理代、理美容代、 日用品代、滞在費等
認知症対応型共同生活介護・ 介護予防認知症対応型共同生活介護	負担なし		食費、居住費、理美容代、 おむつ代、日用品代等
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	負担なし		食費、調理代、日用品代、 宿泊費等
看護小規模多機能型居宅介護	負担なし		食費、調理代、日用品代、 宿泊費等
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	1 ～ 3 割負担		おむつ代、日用品代等
福祉用具貸与・介護予防福祉用具貸与	1 ～ 3 割負担		事業所の実施地域以外 の場合の交通費、搬入に 係る特別な措置の費用
福祉用具購入、住宅改修費	1 ～ 3 割負担		—
介護老人福祉施設・地域密着型介護老人福祉 施設 (特別養護老人ホーム) への入所	負担なし		食費、居住費、 特別な食事の提供代、 特別室代、理美容代、 日用品代等
介護老人保健施設への入所			
介護医療院への入所			

* 所得税非課税世帯の方は、「低所得被爆者訪問介護利用助成受給者証」(援護課発行)の提示が必要です。
※ 訪問介護・夜間対応型訪問介護・訪問型サービス(第1号訪問事業)を利用したとき、自己負担部分を介護手当の限度額内で支給を受けることができます。

詳しくは 原爆被爆対策部 援護課 (☎ 829-1149)

被爆体験者の利用料助成について

被爆体験者精神医療受給者証の交付を受けた方が、次の対象外疾患を除く疾患で介護保険の医療系サービスを受けた場合は、次の助成があります。サービス利用時に介護保険の被保険者証と被爆体験者精神医療受給者証を同時にサービス事業者へ提示してください。

- 【対象外疾患】
- ・がん(受給者証に記載されたがんを除く)
 - ・感染症 ・外傷 ・遺伝性疾患 ・先天性疾患
 - ・被爆体験以前にかかった精神病 ・虫歯のうちC1、C2、Ce



対象サービス	被爆体験者の利用料の自己負担分	サービス費用の対象外(自己負担分)
訪問看護・介護予防訪問看護	負担なし*	事業所の実施地域以外の場合交通費
訪問リハビリテーション・介護予防訪問リハビリテーション		
居宅療養管理指導・介護予防居宅療養管理指導		
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(デイケア)	負担なし*	食費、おむつ代、日用品代等
短期入所療養介護・介護予防短期入所療養介護(医療型ショートステイ)	負担なし*	食費、居住費、理美容代、日用品代等
介護老人保健施設への入所	負担なし*	食費、居住費、特別な食事の提供代、特別室代、理美容代、日用品代等
介護医療院への入所		

詳しくは 原爆被爆対策部 調査課 拡大地域支援係 (☎ 829-1290)

社会福祉法人による利用者負担の軽減

世帯での所得が低く、特に生計が困難な方及び生活保護受給の方は社会福祉法人が提供する介護保険サービスを利用される場合、利用料が軽減できる場合があります。

※ 軽減を受けるには、市への申請が必要です。

しくみと加入者
サービス利用の手順
サービスの種類と費用
費用の支払い
地域支援事業
在宅生活支援事業
介護保険料

いろいろな所得控除

支払った介護保険料やサービス利用料については所得税および市・県民税の所得控除の対象となるものがあります。

介護保険料（P.52）

介護保険料は、社会保険料控除の対象となります。

年間の支払額が不明な場合は納付確認書を発行いたしますので、**各地域センター、地区事務所**または**事務所**までお問い合わせください。

介護サービス利用料

介護サービス利用料のうち、次のものについては医療費控除の対象となります。詳しくは**税務署**または**市民税課**もしくは**高齢者すこやか支援課**までお問い合わせください。

【対象サービス】

●居宅で受けるサービス

- ・訪問看護（介護予防訪問看護）^{*1}、訪問リハビリテーション（介護予防訪問リハビリテーション）、居宅療養管理指導（介護予防居宅療養管理指導）、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）、短期入所療養介護（介護予防短期入所療養介護）、定期巡回・随時対応型訪問介護看護^{*2}、看護小規模多機能型居宅介護^{*3}のサービスにかかる**自己負担額全額**（支給限度額を超えた分を含む）

^{*1} 医療保険の訪問看護療養費の支給に係る訪問看護を含む

^{*2} 一体型事業所で訪問看護を利用する場合に限る

^{*3} 生活援助中心型の訪問介護の部分を除く

※上記のサービスとともにケアプランに位置づけられ、その計画に基づいて利用を行った場合は次のサービスも対象となります

- 訪問介護（介護予防訪問介護相当サービス）^{*4}、訪問入浴介護（介護予防訪問入浴介護）、通所介護（介護予防通所介護相当サービス）、短期入所生活介護（介護予防短期入所生活介護）、夜間対応型訪問介護、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護（介護予防認知症対応型通所介護）、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）、定期巡回・随時対応型訪問介護看護^{*5}の**保険給付対象の自己負担額全額**（支給限度額を超えた分を除く）

^{*4} 生活援助が中心である場合を除く

^{*5} 一体型事業所で訪問看護を利用しない場合及び連携型事業所に限る

●施設で受けるサービス

- ・介護老人福祉施設での自己負担額、食費および居住費にかかる自己負担額として**支払った額の1/2**
- ・介護老人保健施設、介護医療院での自己負担額、食費にかかる自己負担額および居住費にかかる自己負担額として**支払った額全額**



医療費控除の対象外サービス

- ・認知症対応型共同生活介護（介護予防認知症対応型共同生活介護）（グループホーム）
- ・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）
- ・福祉用具貸与（介護予防福祉用具貸与）

税控除に関するお問い合わせは

所得税について……………**長崎税務署（☎ 822-4231）**

市・県民税について………**市民税課（☎ 829-1427）**

おむつ代

おおむね6カ月以上寝たきりの状態で、治療上おむつの使用が必要であると医師が認めた場合、おむつ代は医療費控除の対象となります。

【必要書類】

必要書類	
おむつ使用証明書 ^{*1} または おむつ使用に係る確認書 ^{*2}	おむつ代の領収書

^{*1} 高齢者すこやか支援課にあります。証明は病院で行います。

^{*2} 発行可能か確認のうえ、**高齢者すこやか支援課**で発行します。

身体障害者手帳等の交付を受けていない方の障害者控除

要介護認定で要介護の認定を受けた満65歳以上で身体や精神に障害があり、障害者に準ずるとみなされる方は身体障害者手帳等をお持ちでない場合であっても、所得税や市民税の障害者控除を受けられる場合があります。証明のための申請を**各地域センター**で行ってください。審査の結果、該当する方には「障害者控除対象者認定証」を発行します。

詳しくは **高齢者すこやか支援課（☎ 829-1146）**

自分らしい生活をするために（総合事業）

介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」）は、高齢者の介護予防と自立した日常生活の支援を目的とした事業です。

総合事業は

介護予防・生活支援サービス事業 と 一般介護予防事業 の二つからなります。

総合事業のポイント

- 要支援1・2の方は、介護予防・生活支援サービス事業 と 介護予防サービス を利用できます。
- 介護予防・生活支援サービス事業 のみを利用する場合は、すこやかチェックリスト（基本チェックリスト）による判定だけで利用できます。（要介護認定は不要です）

総合事業

介護予防・生活支援サービス事業

●訪問型サービス ●通所型サービス ●生活支援サービス

サービスの具体例

- ・調理や掃除などをホームヘルパーの手助けを受けながら行う。
- ・デイサービスセンターなどで筋力トレーニングを受ける。

対象者

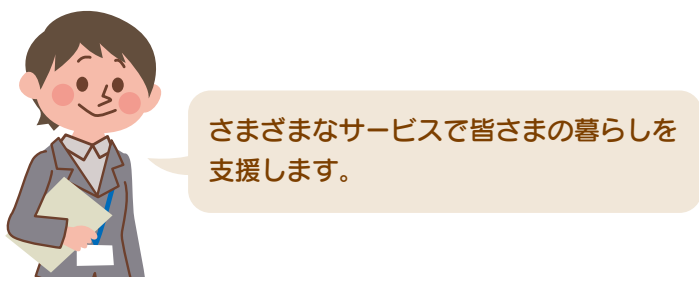
- ・要支援1・2の認定を受けた方
- ・すこやかチェックリスト（基本チェックリスト）により生活機能の低下がみられた方（事業対象者）

一般介護予防事業

●介護予防教室など

対象者

- ・65歳以上のすべての高齢者が対象



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は、利用者の能力を最大限活かしつつ、個人の状態に応じたサービスを提供し、生きがいや役割をもって自立した生活ができるよう、既存の介護サービス事業者だけでなく、保健医療専門職や住民によるボランティア、民間企業などにより実施する事業です。

- 対象者 ①要支援1・2の方
②すこやかチェックリスト（基本チェックリスト）により事業対象者となった方
- 費用 サービスの内容に応じて、市が単価や利用者負担を設定します。

主な事業

事業名		内 容
訪問型サービス	介護予防訪問介護相当サービス	自力では困難な日常生活動作を、訪問介護員（ヘルパー）により実施する、身体介護・生活援助サービスです。
	生活援助サービス	一人暮らし、または高齢者のみの世帯等で、家族が疾病や障害等により家事支援が難しい場合に、身体介護以外の掃除・洗濯・調理等の家事を、お手伝いするサービスです。
	住民主体型訪問サービス	ゴミ出し・草むしり・電球交換・花の水やり等の簡易な援助を地域住民の協力によって提供される住民主体型のサービスです。 ※今後実施予定
	短期集中型訪問サービス	理学療法士、作業療法士、歯科衛生士、管理栄養士、保健師等の保健医療専門職が訪問し、相談指導を行うことで、短期集中的に機能回復を図るサービスです。
通所型サービス	介護予防通所介護相当サービス	身体介助や生活援助、見守りが必要な高齢者に対し、食事・入浴・その他の必要な日常生活上の支援や機能訓練などを提供するサービスです。
	ミニデイサービス	生活援助や見守りが必要な高齢者に対し、機能訓練やレクリエーションなどを、半日（3～5時間）程度で行うサービスです。 ※入浴・食事は含まれないため、利用の場合は実費負担となります。
	住民主体型通所サービス	介護予防・閉じこもりを防止するため、地域の身近な場所で、運動やレクリエーション等を住民が自主的に行うサービスです。
	短期集中型通所サービス	初めて通所型サービスを利用する方等を対象に、保健医療専門職による運動・認知機能向上プログラムを短期集中的に、集団で行うサービスです。
生活支援サービス	総合支援配食サービス	定期的に居宅に訪問して安否確認を行うとともに、栄養バランスの取れた食事を配達します。

しくみと加入者
サービス利用の手順
サービスの種類と費用
費用の支払い
地域支援事業
在宅生活支援事業
介護保険料

一般介護予防事業

一般介護予防事業は、高齢者が自ら介護予防や生きがいづくり、地域づくりに取り組むことで、これからもお元気に過ごしていただくための事業です。

対象者 65歳以上(第1号被保険者)のすべての方

主な事業

事業名	内 容
介護予防 普及啓発事業	介護予防の重要性について、普及啓発を図ります。
生涯元気事業	月に2回、公民館やふれあいセンターなどで「すこやか運動教室」を行っています。家庭でも取り組める筋力アップのための体操の紹介と介護予防に関する講話等を行っています。
口腔ケア 指導事業	いつまでも食事をおいしくいただけるよう、お口の機能を見直し、嚥下体操等も紹介します。エイジングケアにかかせないお口の老化防止のための教室です。
地域活動 支援事業	長く元気に、地域で生活するために、ボランティア養成講座を開催しています。ボランティア活動を通して、仲間福利ができ、楽しみ・生きがいとなっている方も多くいます。

介護予防・生活支援サービスの充実と高齢者の社会参加

一人暮らしの方が増え、生活の支援を必要とする方が増えています。市では、多様な介護予防・生活支援サービスを提供できるような地域づくりを進めています。自分らしく地域で暮らし続けるためには、一人ひとりができる限り介護予防に努めるとともに、地域や家庭の中で何らかの役割を担いながら生活することが大切です。また、役割を担うことは、介護予防にもつながります。地域の誰もが参加できる、身近な場所での教室やサロンなどの住民による自主的な介護予防の立ち上げや運営、ボランティア活動への参加等、幅広く応援します。

社会的な役割を持つことは、生きがいにもなるし、自然と介護予防にもなりますね。



民生委員・ボランティアなど

介護予防・生活支援サービス

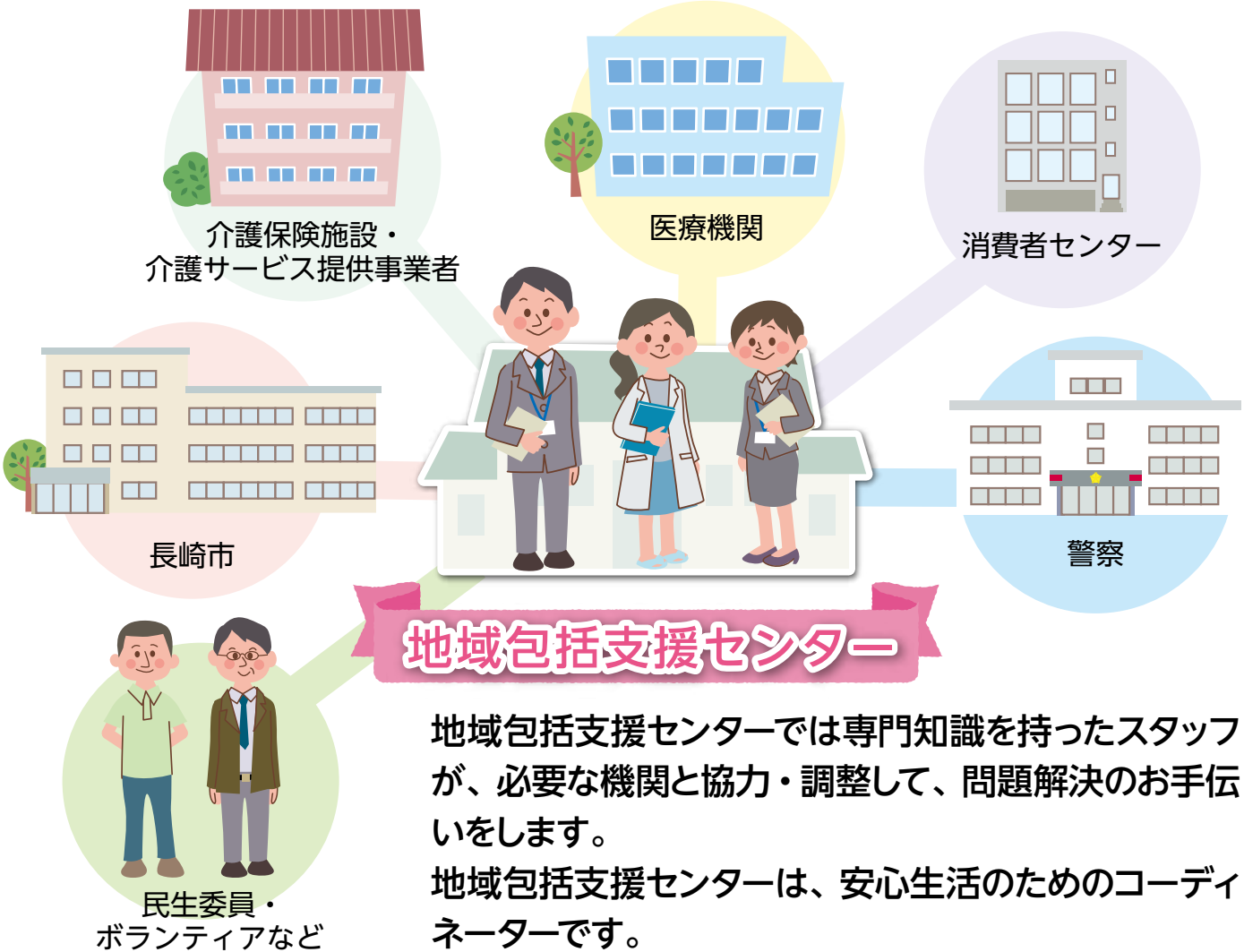
- ニーズに合った多様なサービス
(住民主体、NPO、民間企業等
多様な主体によるサービス)
高齢者ふれあいサロン、見守り、
安否確認
外出支援、買い物、調理、掃除
介護者支援 等

生活支援の担い手
としての社会参加

高齢者の社会参加

- 現役時代の能力を活かした活動
- 興味関心がある活動
- 新たにチャレンジする活動
一般就労、起業
趣味活動、地域活動
ボランティア活動

地域包括支援センターに
ご相談ください



地域包括支援センターでは専門知識を持ったスタッフが、必要な機関と協力・調整して、問題解決のお手伝いをします。
地域包括支援センターは、安心生活のためのコーディネーターです。

【主にどんなことをするの？】

- 高齢者や家族、地域住民からの介護や福祉に関する相談への対応、支援
- 介護予防ケアプランの作成、介護予防事業のマネジメント
- ケアマネジャーへの支援やネットワークづくり
- 高齢者に対する虐待の防止やその他の権利擁護事業

各地域包括支援センターの連絡先は裏表紙をご覧ください。

どんなスタッフがいるの？

- 社会福祉士**
高齢者の権利擁護に関する相談 など
- 主任ケアマネジャー**
事業者やケアマネジャーの指導 など
- 保健師(または経験のある看護師)**
介護予防ケアプランの作成や介護予防指導 など



しくみと加入者

サービス利用の手順

サービスの種類と費用

費用の支払い

地域支援事業

在宅生活支援事業

介護保険料

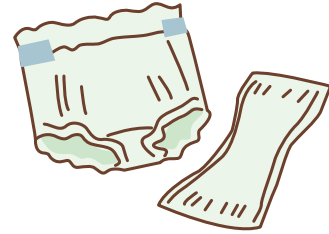
地域の高齢者のための さまざまなサービス

自宅で介護している家族の方へ

介護用品の支給

要介護4以上または要介護3であって対象要件に該当している方を介護している市内に住所がある家族の方に、介護用品を支給します。

ただし、介護を受けている本人を含む世帯全員の市民税が、非課税であることが要件となります。



【支給される品目】

紙おむつ、尿取りパット、使い捨て手袋、清拭剤、ドライシャンプー、おしりふき、ポータブルトイレ用消臭剤、防水シーツ

介護者慰労金支給事業

次の3項目のすべてに該当する寝たきりの高齢者を介護している市内に住所のある家族の方に、介護者慰労金（年額10万円）を支給します。

- (1) 介護者慰労金の申請前6カ月間、介護保険サービスを利用していない高齢者（1カ月程度のショートステイ利用は除く）
- (2) 介護者慰労金の申請前6カ月に要介護4または要介護5と認定された高齢者
- (3) 市民税非課税世帯の高齢者

家族介護教室

在宅で高齢者の介護をしている家族や今後家族の介護をする予定のある方を対象に、介護に関する知識や技術を習得するための教室を開催します。

在宅介護リフレッシュ支援

在宅で高齢者の介護をしている家族の方に、介護者自身の健康づくりに関する講習会や介護者同士の交流を通し、リフレッシュの機会を提供します。

高齢者の方が介護が必要となっても、在宅で自立した生活が送れるよう各種支援を実施します。

要介護者配食サービス事業

要介護認定を受けている方で一人暮らしまたは高齢者のみの世帯に属する安否確認が必要な方を対象に定期的に自宅に訪問し、安否確認を行い栄養バランスのとれた食事を配達します。



緊急時訪問介護事業

一人暮らしまたは高齢者のみの世帯の方等で、緊急を要する疾患をお持ちの方に急病等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図れるよう緊急通報装置を設置し、必要に応じて訪問介護員の派遣を行います。



訪問理美容サービス事業

理容店や美容院へ出向くことが困難な高齢者の方に、理美容師が自宅へ出向いてサービスを行います。理美容代金は自己負担です。



日常生活用具給付事業

一人暮らしまたは高齢者のみの世帯の方等で、心身機能の低下により、防火等の配慮が必要な高齢者の方に、電磁調理器・火災警報器・自動消火器を給付します。ただし給付を受けようとする本人を含む世帯全員の市民税が非課税であることが要件となります。



高齢者安心火災警報器給付事業

一人暮らしまたは高齢者のみの世帯の方等で、心身機能の低下により、防火等の配慮が必要な高齢者の方に、屋外警報機能のある火災警報器（ブザー付）を給付します。ただし給付を受けようとする本人を含む世帯全員の市民税が非課税であることが要件となります。

ふれあい訪問収集事業

斜面地、路地の奥またはエレベーターのない中高層住宅などにお住まいの一人暮らし高齢者等で、家族等による支援が受けられず、ごみ出しが困難な方に対し、ごみの戸別収集を行い、あわせて、収集の際に安否確認のための声かけを行います。



移送支援サービス事業（介護保険対象外の方に）

斜面地等にお住まいで外出が困難な高齢者の方に、通院または日常的な社会参加を支援するため、自宅から自力で移動可能な場所まで移送支援を行います。

※要介護・要支援認定のある方は、移送支援サービス「いこ〜で」（P32）があります。



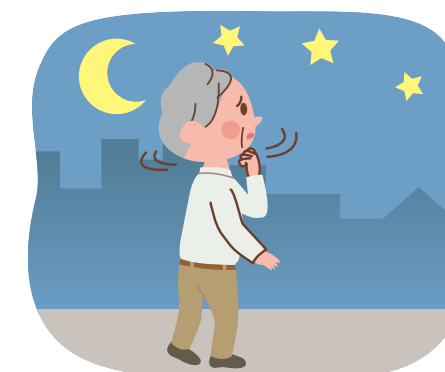
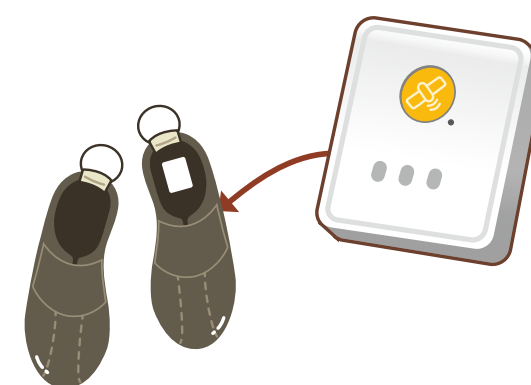
認知症のかたとご家族の皆様へ

徘徊高齢者等家族支援事業

認知症等によりひとり歩き（徘徊）をした場合に、位置情報を確認できる小型の発信機（GPS）を貸与し、家族へ位置情報を提供することで早期発見につなげるものです。

また、現場への駆けつけサービスか保険付きサービスを選ぶことができ、保険付きサービスでは、ひとり歩き（徘徊）をした場合に起こった事故等により、損害賠償責任を負うことになった場合には保険により補償されます。

万が一、認知症等によるひとり歩き（徘徊）が発生した場合には、警察及びあじさいコール822-8888へ速やかにご連絡ください。



徘徊高齢者等 SOS ネットワーク事業

事前に登録されたかたが行方不明になられた際、市内の地域包括支援センター・捜索に協力していただける協力事業所等に捜索依頼情報をメールで一斉送信し、可能な範囲で捜索に協力していただくことで、早期発見・早期保護につなげます。

詳しくは **お近くの総合事務所（P.61）** にお問い合わせください。

成年後見制度利用支援事業

判断能力が低下した高齢者等で、適切な金銭管理や契約ができず、成年後見制度を必要とするものの、本人または親族による申し立てができない場合、本人保護の必要性を確認のうえ、市が成年後見制度の申し立てを家庭裁判所に対し行います。また、成年後見制度を利用するにあたり、後見人等への報酬を支払うことが困難な低所得者に対し、市が報酬を助成します。

詳しくは **高齢者すこやか支援課（☎ 829-1146）**

この他にも、認知症に関する様々な支援を行っています。詳しくは、地域包括支援センターへご相談ください。

しくみと加入者

サービス利用の手順

サービスの種類と費用

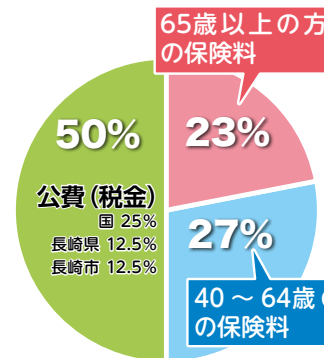
費用の支払い

地域支援事業

在宅生活支援事業

介護保険料

あなたの介護保険料は？ 令和8年度分



長崎市に住む
65歳以上の方の人数

長崎市の保険料の基準額 81,600 円 (年額)

所得段階	対象となる方	調整率	保険料（年額）
第1段階	・生活保護受給者の方 ・老齢福祉年金 ^{※1} 受給者で、世帯全員が市民税非課税の方	基準額 × 0.285	23,300円
第2段階	82.65万円以下の方		
第2段階	世帯全員が市民税非課税で 前年の課税年金収入額と 合計所得金額 ^{※2} の合計が 82.65万円超 120万円以下の方	基準額 × 0.485	39,600円
第3段階	120万円超の方	基準額 × 0.685	55,900円
第4段階	世帯の誰かに市民税が 課税されているが、本人は住民税 非課税で前年の課税年金収入額と 合計所得金額の合計が 82.65万円以下の方	基準額 × 0.90	73,400円
第5段階	82.65万円超の方	基準額 × 1.00	81,600円 （基準額）
第6段階	120万円未満の方	基準額 × 1.20	97,900円
第7段階	120万円以上 210万円未満の方	基準額 × 1.30	106,000円
第8段階	210万円以上 320万円未満の方	基準額 × 1.50	122,400円
第9段階	320万円以上 420万円未満の方	基準額 × 1.70	138,700円
第10段階	本人が市民税課税で 前年の合計所得金額が 420万円以上 520万円未満の方	基準額 × 1.90	155,000円
第11段階	520万円以上 620万円未満の方	基準額 × 2.10	171,300円
第12段階	620万円以上 720万円未満の方	基準額 × 2.30	187,600円
第13段階	720万円以上の方	基準額 × 2.40	195,800円

※3 毎年度の初日(4月1日)現在の世帯の状況で、当該年度中に市民税を課税されたかどうか(年度途中の変更を含みます。)で判断します。

介護保険料

65歳以上の方の保険料の納め方

納め方は受給している年金※の額によって2通りに分かります。

※受給している年金とは、老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金をいいます。老齢福祉年金は対象にはなりません。

年金が年額**18万円以上**の方

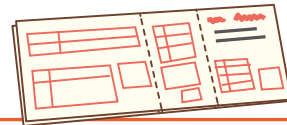
→年金から**《天引き》**になります(特別徴収)

- 保険料の年額が、年金の支払い月に年6回に分けて天引きになります。

年金の支払い月に天引きされます

4月 6月 8月 10月 12月 2月

！本来、年金から天引きになる「特別徴収」の方でも、一時的に納付書で納める場合があります。



- 年度途中で保険料が増額になった

→増額分を納付書で納めます。

- 年度途中で65歳になった
- 年度途中で老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金の受給が始まった
- 年度途中で他の市区町村から転入した
- 保険料が減額になった
- 年金が一時差し止めになった など

→原則、特別徴収の対象者として把握される月のおおむね6カ月後から天引きになります。
それまでは、納付書で納めます。

年金が年額**18万円未満**の方

→**《納付書》**で各自納めます(普通徴収)

- 市から送られてくる納付書により、金融機関や市役所窓口、コンビニエンスストアで納付できます。



口座振替が便利ね

手続き

- 1 介護保険料の納付書、通帳、印かん(通帳届出印)を用意します。
 - 2 取り扱い金融機関で「口座振替依頼書」に必要事項を記入し、申し込みます。
- ※口座振替の開始は、通常、申し込み日の翌月からになります。
※口座の残高をご確認ください。残高不足で引き落としできない場合があります。
※スマートフォンやパソコンからも口座振替申込ができます。
詳しくは「長崎市口座振替」で検索してください。

また、スマートフォンを利用した納付もできます。
納付書に印刷されたバーコードをスマートフォンのカメラで読み取り、インターネットバンキングやクレジットカード、スマートフォン決済アプリを利用して自宅や外出先から納付ができるサービスです。
※領収書は発行されません。詳しくは長崎市ホームページでご確認ください。

長崎市
ホームページ



◎収納課の窓口でも口座振替の申し込みができます(ペイジー口座振替受付サービス)。キャッシュカードと本人確認ができるものをお持ちください。利用できない金融機関がありますので、詳しくは収納課(☎829-1130)へ。

40～64歳の方の保険料

40～64歳の方(第2号被保険者)の保険料は、加入している医療保険の算定方式により決まります。

国民健康保険に
加入している方



決まり方

世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。

納め方

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

職場の健康保険に
加入している方



健康保険組合、共済組合など、加入している医療保険の算定方式に基づいて決まります。

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

※40～64歳の被扶養者(主婦など)は個別に保険料を納める必要はありません。

介護保険 Q&A

Q サービスを利用していないのですが納めた保険料は返してもらえますか？

A 65歳以上の方の保険料は、地域の介護サービスをまかなう大切な財源になっています。ですから、医療保険と同様に、保険料をお返しすることはありません。介護保険は、助け合いの精神に基づく社会のしくみです。どうぞご理解ください。

使っていないの
だけど...



しくみと加入者

サービス利用の手順

サービスの種類と費用

費用の支払い

地域支援事業

在宅生活支援事業

介護保険料

保険料を滞納すると？

特別な事情がないのに、保険料の滞納が続く場合、未納期間に応じて給付が一時差し止めになったり、利用者負担が1割（または2・3割）から3割または4割になったりする措置がとられる場合があります。保険料は必ずお納めください。



【1年間滞納した場合】

- サービス利用時の支払い方法の変更（償還払いへの変更）

サービスを利用したとき、いったん利用料の全額を自己負担しなければなりません。（7～9割相当分は後で市から払い戻されます）

【1年6カ月間滞納した場合】

- 保険給付の一時差し止め
- 差し止め額から滞納保険料を控除

市から払い戻されるはずの給付費（7～9割相当分）の一部または全部を、一時的に差し止めるなどの措置がとられます。なお滞納が続く場合は、差し止められた額から、保険料が差し引かれる場合もあります。

【2年以上滞納した場合】

- 利用者負担の引き上げ
- 高額介護サービス費等の支給停止

介護保険料の未納期間に応じて、本来1割（または2・3割）である利用者負担が3割または4割に引き上げられたり、高額介護サービス費等が受けられなくなったりします。

困ったときは、
介護保険課の
窓口へ…

災害や扶養者の方の失業などで、保険料を納めることが難しい場合は、保険料の減免や猶予が受けられる場合もあります。困ったときは、お早めに介護保険課にご相談ください。

介護保険 Q&A

Q 保険料を納めないとどうなるの？

A 保険料の滞納が続く場合（災害などの特別な事情が認められた場合を除く）、本来利用料の1割（または2・3割）負担で利用できる介護サービスが、いったん全額または3割（または4割）負担をしなければならなくなるなど、未納期間に応じた措置が取られます。また、介護サービスを利用していなくても差押等の滞納処分を受ける場合があります。

※差押等の滞納処分 特定の財産（不動産・預金・生命保険・給与・電話加入権・動産等）を差押さえ、それを換価し、その換価代金をもって未納税等にあてること

いろいろな福祉相談窓口

いずれも、相談は無料ですが、相談日・場所については相談内容により異なりますので、詳しくはお電話でお確かめください。なお、秘密は必ず守られますので安心してご相談ください。

総合相談窓口（しゃきょうなんでも相談）

生活上の様々な困りごとに関するご相談をお受けし、各関係機関等と連携しながら対応させていただきます。

相談内容 福祉、生計、家族、苦情など

受付時間 月～金曜日 午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日、年末年始はお休み）

場 所 長崎市社会福祉協議会内（恵美須町4-5 NBC3rdビル3階）
および社協各支所（三和・琴海）

詳しくは、[長崎市社会福祉協議会](#) 総合相談専用（☎828-5016）へ

日常生活自立支援事業

在宅や施設などで、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理等に不安がある方々が、地域の中で、安心して暮らせるようお手伝いします。

- サービスの内容**
1. 福祉サービスの利用援助
 2. 日常的な金銭管理サービス
 3. 生活改善のための情報提供、助言、手続きの援助
 4. 書類等預かりサービス
- ※ただし、2～4のみの利用は不可

利用料金

1. 福祉サービス等についての相談……無料
 2. 利用者に代わって行うお金の出し入れや支払い、役所の手続き、福祉サービスの利用のための手続きなど……1回1,200円と交通費
 3. 書類等の保管……実費
- ※ただし、生活保護を受けている方は全て無料です。

対象となる方 認知症高齢者、知的障害者、精神障害者などで判断能力が不十分な方であって、本事業の契約内容について判断できると認められる方

受付日 月～金曜日 午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日、年末年始はお休み）

詳しくは、[長崎市社会福祉協議会](#) 福祉あんしんセンターながさき（☎828-0162）へ

消費生活相談

市民のみなさんの、商品やサービスの契約など消費生活に関するトラブル・被害等の相談に応じます。

受付日 火～金曜日 午前10時～午後5時
土・日・祝日 午前10時～午後5時

休業日 月曜日・年末年始
(月曜日が祝日の時は開所し、翌平日休業)

詳しくは、[消費者センター 消費生活相談担当](#)
(☎829-1234) または消費者ホットライン188へ



アマランス相談

夫婦や家族、恋人のこと、職場や地域での人間関係、セクハラ、DV などに対するご相談に応じます。

受付日 ●一般相談(電話・面談)……毎日 午前10時～12時、午後1時～午後4時
(予約優先、年末年始は除く)
水曜夜間電話相談……水曜日 午後6時～午後8時(予約優先、祝日、年末年始は除く)
●法律相談(面談)……毎週金曜日 午後1時～午後4時(祝日、年末年始は除く、一般相談後要予約)
●心の健康相談(面談) ……月2回 午後1時～午後4時(予約優先、年末年始は除く)

場 所 長崎市役所(魚の町 4-1)

詳しくは、[人権男女共同参画室 アマランス相談](#) (☎826-4417) へ

市民相談

日常生活のことでお困りの方の相談に応じます。

相談内容 ●一般相談……いろいろな民事相談(相隣、借地借家、相続関係など)
●市政相談……市政についての相談など
●専門相談……法律、国税、登記、不動産、住宅リフォーム事前相談、マンション管理、交通事故

※専門相談は、相談希望日の前週月曜日から事前予約を受け付けています。

場 所 長崎市役所 1 階(魚の町 4-1)

詳しくは、[市民相談窓口担当](#) (☎829-1231) へ

長崎市生活支援相談センター

「生活が苦しい」「今後の生活に不安がある」という方の相談をお聴きし、生活の立て直しに向けてお手伝いをさせていただきます。

相談内容 仕事、病気、家族関係、借金、家計管理、ひきこもりなど

受付時間 月～金曜日 午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始はお休み)

場 所 長崎市社会福祉協議会内(恵美須町 4-5 NBC3rdビル3階)

詳しくは、[長崎市社会福祉協議会 長崎市生活支援相談センター](#) (☎828-0028) へ

長崎市包括ケアまちなかラウンジ

医療や介護に関する総合相談窓口として、病気で療養を余儀なくされた患者さんやご家族の方からの医療や介護についての相談を、専門の職員が受けています。また、在宅医療等についての市民向けの講座や専門職向けの研修会を実施しています。

相談開設時間 月～金曜日 午前8時45分～午後5時30分
(土日祝日、年末年始、8月15日はお休み)

主な業務 医療や介護に関する相談、在宅医療に関する普及啓発、専門職に対する在宅医療と介護連携に関する情報提供、在宅医療提供関係機関との連携など

場 所 長崎市医師会館 2 階(栄町 2-22)

詳しくは、[長崎市包括ケアまちなかラウンジ](#) (☎893-6621) へ

多機関型地域包括支援センター

「子育てと親の介護で大変」、「障害のある子の世話をしながら、自分の病気の治療が必要」など、家庭の中で悩みがたくさんあり、どこに相談したらいいのかわからないときには、まずご相談ください。

相談員(社会福祉士)が、あなたの悩みをひとつひとつ整理しながら、様々な相談機関と協力し解決に向けて支援します。

受付時間 月～金曜日 午前8時30分～午後5時30分
(緊急時は、休日・時間外も連絡可能)

場 所 南多機関型地域包括支援センター … 大浦地域包括支援センター内(相生町 1-17)
北多機関型地域包括支援センター … 琴海地域包括支援センター内(琴海村松町 704-14)

詳しくは、[南多機関型地域包括支援センター](#) (☎801-0711)、もしくは[北多機関型地域包括支援センター](#) (☎801-2765) へ

※南、北のどちらに相談いただいても構いません。

メモ

主な関係先

関係先名	所在地	電話番号	主な事業
長崎市 社会福祉協議会	恵美須町 4-5 NBC3rdビル3階	828-1281 【相談専用】 828-5016 828-0028	総合相談、地域福祉、ボランティア
長崎市民生委員 児童委員協議会	恵美須町 4-5 NBC3rdビル5 階	825-7083	友愛訪問、相談活動、情報提供活動、 社会調査活動など
長崎市老人クラブ連合会	恵美須町 4-5 NBC3rdビル5 階	827-6060	老人クラブの入会・結成・活動促進、 各種大会の開催等による高齢者の 生きがいや健康づくり
長崎市 シルバー人材センター	岡町 2-13	842-9500	経験・知識などを生かした就業、 軽作業などの受注
長崎県 すこやか長寿財団	茂里町 3-24 総合福祉センター 県棟 3 階	847-5212	県ねんりんピック（スポーツ・文化 交流大会・生きがい作品展）の開催、 情報誌「そよかぜ」の発行、ながさ き生涯現役応援センター
長崎市歯科医師会	茂里町 3-19	846-1717	訪問歯科診療、居宅療養管理指導
原爆被爆対策部 援護課	市役所1階・13階	829-1149	訪問指導、健康教室、健康相談、 原爆養護ホームへの入所相談
健康づくり課	市役所 11 階	829-1154	がん検診・歯科健診等、健康相談
地域保健課	市役所 11 階	829-1153	精神健康相談、訪問指導
長崎県長寿社会課	尾上町 3-1	895-2431	介護支援専門員・介護職員初任者研 修の問い合わせ、介護保険審査会

● 各総合事務所 ●

総合事務所名	担当	所在地	電話番号
中央総合事務所	地域福祉課	魚の町 4-1（市役所 4 階）	095-829-1429
東総合事務所	地域福祉課	矢上町 8-21	095-813-9001
南総合事務所	地域福祉課	布巻町 111-1	095-892-1113
北総合事務所	地域福祉課	琴海村松町 703-14	095-814-3400