

2019年4月版

品川区の

# 介護保険

安心して  
我が家で暮らし  
続けるために



## WEB版

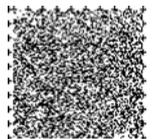
介護に対する不安解消や介護情報提供の充実を図り、品川区の介護に関するもののほか、制度全般についての様々な情報をより多くの区民のみなさんに配信することを目的に「品川区の介護保険 (WEB版)」を提供しています。本パンフレットのほか、介護保険の最新情報や、品川区内で利用できる介護サービスの事業者情報、介護や認知症に関するお役立ち情報などを配信する予定です。スマートフォンにも対応しています。こちらのQRコードを読み取ってご利用ください。



## 音声コードについて

このパンフレットの紙面には、音声コードを印刷しています。音声コードは、音声読み上げ用のコードです。このコードを専用装置で読み上げることで、記録されている情報を音声に変換することができます。この装置を使用することで、視力の弱い高齢者や視覚障害者の方に対する情報提供が可能になります。

- 音声コードの横の切り込みで、コードの位置を知らせています。



見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

制度のしくみは？

保険料は？

利用の手順は？

利用の費用は？

利用できるサービスは？

介護予防のために

地域で支える



ごあいさつ

## 「輝く笑顔 住み続けたいまち しながわ」をめざして

品川区における高齢者人口の割合（高齢化率）は、ここ数年20～21%台で推移しており、平成30年度には、75歳以上の人数が65歳から74歳までの人数を上回る状況となりました。また、認知症高齢者の増加も予測され、今後も介護事業にかかるサービス量や費用等の増大が見込まれます。

区では、「できる限り住み慣れた我が家で暮らす」を目標とし、平成30年度に策定した介護保険事業計画において、「地域の支え合い体制の強化による地域包括ケアの推進」を重点課題といたしました。課題解決に向けた推進プロジェクトとして、「地域との協働によるネットワークと環境の整備」「認知症高齢者を支える施策の推進」「医療と介護の連携の推進」などをまとめ、相談支援体制を強化するとともに、区民・関係機関・区との協働や連携による支え合いのしくみの拡充を進めています。

また、施設整備においては、平成30年度に区立御殿山小学校隣地に区内2か所目となる老人保健施設、さらに平成31年4月には、南品川に特別養護老人ホームが開設され、区民の皆様が引き続き安心して地域での暮らしを継続できるよう、多方面から様々な支援の検討を進めるとともに、諸施策のさらなる充実を図ってまいります。

これからも、区の介護保険事業および高齢者福祉施策に、区民の皆様の一層のご理解とご協力をお願いいたしますとともに、ぜひ、このパンフレットを十分にご活用いただき、介護保険やその他のサービスを活用し「できる限り住み慣れた我が家で暮らす」ことができますよう心から願っております。

平成31年4月

品川区長 濱野 健

## 品川区がめざす高齢者介護の目標

### 「できる限り住み慣れた我が家で暮らす」

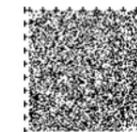
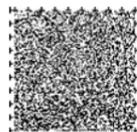
高齢者と家族が、介護保険サービスを含む公的サービスと住民の共助活動、民間サービスを活用しながら、心身の機能が低下しても住み慣れた「我が家」での生活を送ることができる。そのなかで、在宅生活を可能な限り追求し、その継続が困難になった場合には、施設への入所の見通しが立つ。

## 高齢者介護の7原則

- 1 自立支援と家族への支援**  
介護が必要な高齢者等の自立の支援とその家族の支援をめざすこと
- 2 利用者本位**  
介護サービス利用者の意思と選択が尊重されること
- 3 予防の重視**  
高齢者等の心身の能力の維持向上と、その機能の低下の予防を重視すること
- 4 総合的効率的なサービスの提供**  
保健・福祉・医療の連携により、介護サービスが総合的かつ効率的に提供されること
- 5 在宅生活の重視**  
高齢者等が可能な限り自宅で生活を送ることができるための支援を重視すること

- 6 制度の健全運営**  
保険財政の健全な運営を行うとともに、制度の公平かつ公正な運営を図ること

- 7 地域の支え合い（コミュニティサポート）**  
地域における住民相互の支援活動との連携が図られること



## もくじ



介護を社会全体で支え合う制度です	2
みんなで制度を支え合う大切な財源です	4
●40歳から64歳までの人（第2号被保険者）の保険料	5
●65歳以上の人（第1号被保険者）の保険料 保険料を納めないでいると▶P4	6
サービスの利用について	9
●高齢者の在宅生活を支えるためのしくみ（品川区の在宅介護支援システム）	9
●介護予防・介護サービス利用までの流れ	10
●教えて！介護保険Q&A	12
●心身の状態に合ったサービスを利用します	14
サービスを利用したときの自己負担額について	16
在宅サービスの費用	17
施設サービスの費用	17
●サービスに苦情や不満があるとき	18
負担が高額になったとき	19
要支援1・2の人は介護予防サービス、要介護1～5の人は介護サービスが利用できます	20
●在宅サービス	20
●入所・入居の施設サービス	26
●地域密着型サービス	28
●基本チェックリストについて	30
介護予防・日常生活支援総合事業	32
●介護予防・生活支援サービス事業（一般介護予防事業を含む）	32
●社会参加促進事業	36
安心して暮らし続けられるまちをめざして	39
●認知症になっても安心して暮らし続けられるために	41
●高齢者の虐待防止と孤立死をなくすために	44

※相談・申請窓口については裏面に掲載しております。

制度のしくみは？

保険料は？

利用の手順は？

利用の費用は？

利用できるサービスは？

介護予防のために

地域で支える

# 介護を社会全体で支え合う制度です

介護保険は、40歳以上のみなさんが被保険者（加入者）となって保険料を納め、介護が必要になったときには、介護サービスを利用できる制度です。住み慣れたまちでいつまでも安心して暮らせるように、みなさんの住む品川区が運営しています。

## 品川区(保険者)

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



## サービス事業者

- 指定を受けた社会福祉法人、医療法人、民間企業などが、在宅サービスや施設サービス、地域密着型サービスなどを提供します。



## 被保険者

- 保険料を納めます。
- 要介護認定を受けて、サービスを利用します。
- 利用者負担※を支払います。

※所得等により、1割、2割、3割です。詳しくはP16を参照してください。

### 65歳以上の人 (第1号被保険者)



#### サービスを利用できるのは

介護や支援が必要と認定された人（どんな病気やけがが原因で介護が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)

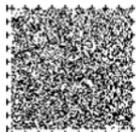


#### サービスを利用できるのは

加齢ともなって生じる**特定疾病**が原因となって、介護や支援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、介護保険の対象にはなりません）

### 特定疾病とは

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



## 保険証を大切に！

介護保険被保険者証	
番号	
住所	140-0000 品川区000丁目0番0号
フリガナ	シナ ガワ タ ロー
氏名	品川太郎
生年月日	昭和27年 1月 1日 性別 男*
交付年月日	平成30年10月 7日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	131094 品川区 印

●ご自身の住所、氏名、生年月日が記載されます。

### こんなときに 必要です

- 要介護認定の申請
- ケアプランの作成
- サービスの利用

保険証には有効期限はありません。ただし、要介護認定には有効期間があります。介護保険のサービスを利用する場合は、有効期間にご注意ください。



### ●介護保険負担割合証(P16)

要介護認定者、介護予防・日常生活支援総合事業対象者には、保険証とは別に、介護サービス等の利用時の自己負担の割合を示す介護保険負担割合証が毎年7月下旬に交付されます。

●認定された介護度が記載されます。

要介護4	
認定年月	平成30年 1月 7日
認定の有効期間	平成30年 2月 1日 ～ 平成32年 1月31日
区分支給限度基準額	平成30年 2月 1日～平成32年 1月31日 1月当たり 30,806 単位
うち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	

●認定された日と認定の有効期間が記載されます。

- 1か月に利用できる上限(単位)が記載されます。
- 要介護4は限度額は30万8,060円です。(P17参照)

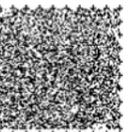
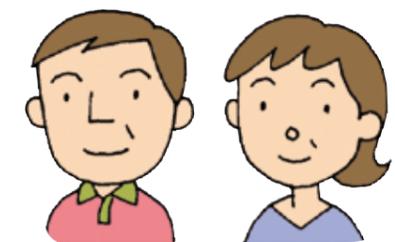
### 65歳以上の人は

65歳になった月(65歳の誕生日の前日の属する月)の前月に交付されます。



### 40歳から64歳までの人は

要支援・要介護と認定された人や、保険証交付の申請をした人に交付されます。

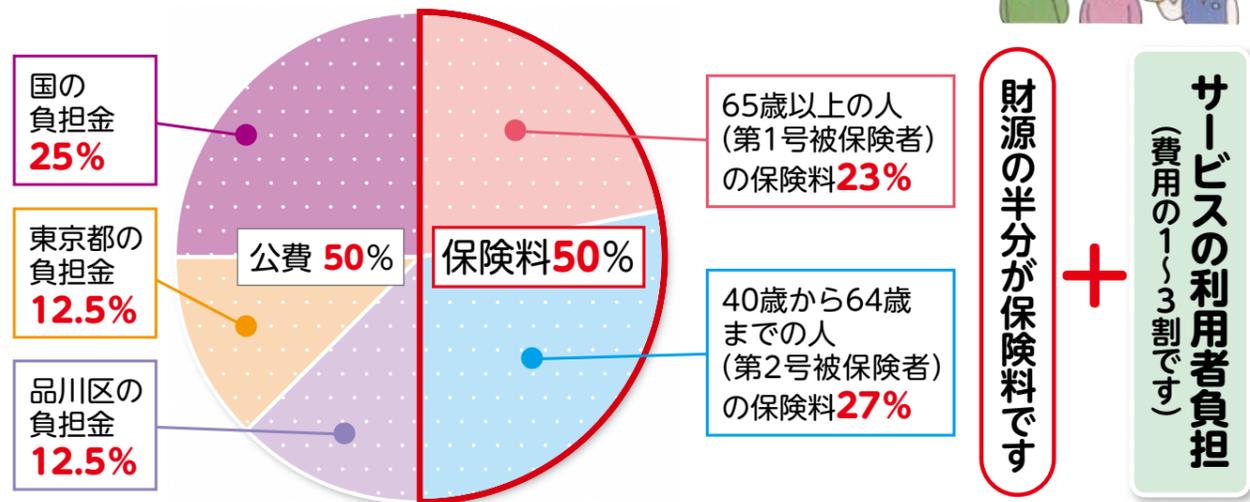


## 保険料は？

# みんなで制度を支え合う大切な財源です

介護保険は、40歳以上の人がある納める保険料と、国や自治体の負担金、利用者負担を財源に運営されています。保険料はわたしたちのまちの介護保険を運営していく大切な財源です。介護が必要になったときに安心してサービスを利用できるよう、保険料は必ず納めましょう。

### 〈居宅サービスにかかる費用負担の割合〉



※利用者負担についてはP16をご覧ください。

※国の負担金のうち、約5% (調整交付金) は、その自治体の後期高齢者数および第1号被保険者の所得分布により、保険者ごとに決定され、過不足分は第1号被保険者の保険料と調整されます。

※介護保険施設および特定施設入居者生活介護の給付については、国(20%)、東京都(17.5%)の割合です。

## 保険料を納めないでいると

特別な事情がないのに保険料を滞納していると、滞納した期間に応じて次のような措置がとられます。保険料は、納め忘れのないようにしましょう。

※災害などの特別な事情があり、一時的に保険料が納められなくなったときには、保険料の徴収の猶予や減額、免除を受けられる場合もあります。

- 1年以上滞納すると…  
費用の全額を利用者がいったん自己負担し、申請により後で保険給付分(費用の9割〜7割)が支払われる形となります。
- 1年6か月以上滞納すると…  
費用の全額を利用者が負担し、申請後も保険給付の一部、または全部が差し止めとなったり、なお滞納が続くと滞納していた保険料と相殺されます。
- 2年以上滞納すると…  
利用者負担が1割または2割の人は3割、3割の人は4割に引き上げられたり、高額介護サービス費が受けられなくなったりします。



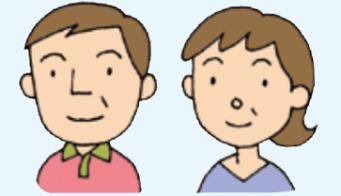
## 40歳から64歳までの人 (第2号被保険者) の保険料

国民健康保険や健康保険など、その人が加入している医療保険の保険料算定方法にもとづいて決められ、医療保険の保険料とあわせて納めます。保険者が徴収した保険料は、支払基金(社会保険診療報酬支払基金)に全国分が一括して集められ、そこから各区市町村に交付されています。

### 国民健康保険に加入している人は

#### 決め方

保険料は区市町村の国民健康保険料の算定方法と同様に、世帯ごとに決められます。



#### 介護保険料

##### 所得割

第2号被保険者の総所得金額等に基づいて計算

##### 均等割

世帯の第2号被保険者の数に基づいて計算

※介護保険料と国民健康保険料の賦課限度額は別々に決められます。  
※保険料と同額の国庫からの負担があります。

#### 納め方

医療保険分(国民健康保険)と介護保険分をあわせて、国民健康保険料として世帯主が納めます。

### 職場の医療保険に加入している人は

#### 決め方

医療保険ごとに設定される介護保険料率と、給与(標準報酬月額)および賞与(標準賞与額)に基づいて決められます。



#### 介護保険料

給与および賞与

介護保険料率

※原則として事業主が半分を負担します。

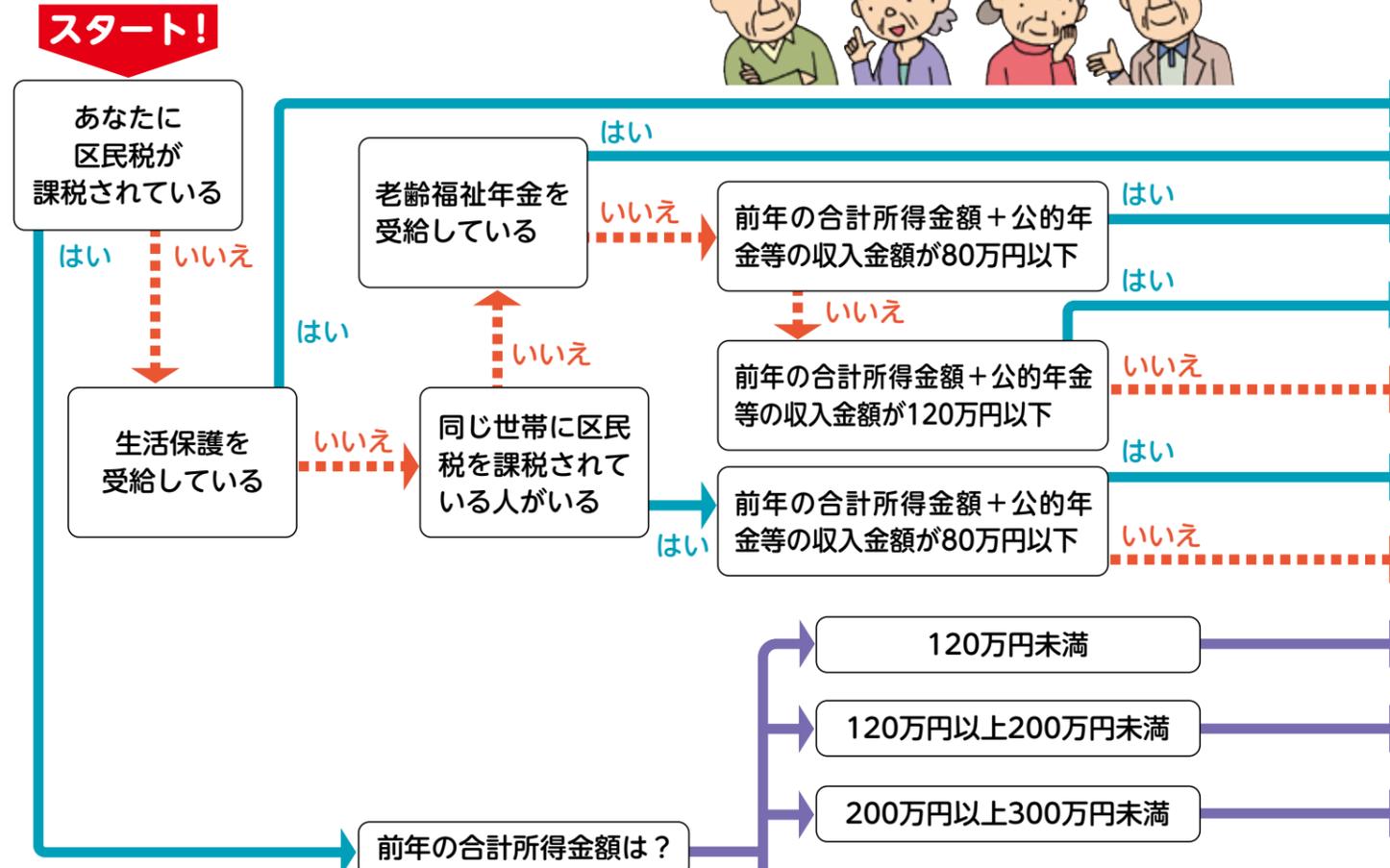
#### 納め方

医療保険料と介護保険料をあわせて給与および賞与から徴収されます。

※40歳から64歳までの被扶養者は、保険料を個別に納める必要はありません。

## 65歳以上の人（第1号被保険者）の保険料

介護保険料は、介護サービスにかかる費用などに応じて区市町村ごとに基準額を決定します。保険料額はその基準額をもとにして、みなさんの所得に対応した14段階に調整されます。



## 保険料は区民税によって決められます

本人が区民税未申告の方、同一世帯の中に区民税未申告者がいる方は、正しい保険料が計算されない場合があります。申告あるいはご相談ください。

問い合わせ / 高齢者福祉課介護保険料係 ☎5742-6681

所得段階	対象者	計算方法	介護保険料(年額)
第1段階	●生活保護を受給している人 ●世帯全員が区民税非課税で老齢福祉年金を受けている人 ●中国残留邦人等生活支援給付を受けている人	基準額×0.40	26,880円
		※基準額×0.325	※21,840円
第2段階	●世帯全員が区民税非課税で、本人の前年の合計所得金額+公的年金等の収入金額が80万円以下の人	基準額×0.40	26,880円
		※基準額×0.325	※21,840円
第3段階	●世帯全員が区民税非課税で、本人の前年の合計所得金額+公的年金等の収入金額が80万円を超え120万円以下の人	基準額×0.55	36,960円
		※基準額×0.425	※28,560円
第4段階	●世帯全員が区民税非課税で、本人の前年の合計所得金額+公的年金等の収入金額が120万円を超える人	基準額×0.70	47,040円
		※基準額×0.675	※45,360円
第5段階	●世帯の誰かに区民税が課税されているが、本人は区民税非課税で、前年の合計所得金額+公的年金等の収入金額が80万円以下の人	基準額×0.85	57,120円
第6段階	●世帯の誰かに区民税が課税されているが、本人は区民税非課税で、前年の合計所得金額+公的年金等の収入金額が80万円を超える人	基準額 (月額5,600円)	67,200円
第7段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の人	基準額×1.05	70,560円
第8段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上200万円未満の人	基準額×1.20	80,640円
第9段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が200万円以上300万円未満の人	基準額×1.40	94,080円
第10段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が300万円以上500万円未満の人	基準額×1.65	110,880円
第11段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が500万円以上800万円未満の人	基準額×1.95	131,040円
第12段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が800万円以上1,200万円未満の人	基準額×2.15	144,480円
第13段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が1,200万円以上2,000万円未満の人	基準額×2.35	157,920円
第14段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が2,000万円以上の人	基準額×2.80	188,160円

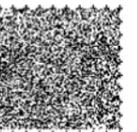
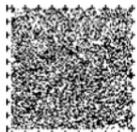
- 「公的年金等の収入金額」とは…税法上課税対象の収入とされる公的年金等(遺族・障害年金を除く)の収入です。
- 「老齢福祉年金」とは…明治44年4月1日以前に生まれた人などで、一定の所得がない人や、他の年金を受給できない人に支給される年金です。
- 「合計所得金額」とは…収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。繰越損失がある場合には繰越控除前の金額をいいます。なお、土地建物等の譲渡所得がある場合には長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除を控除した額を用います。なお、所得段階が第1～6段階については、上記合計所得金額から公的年金等に係る雑所得を控除した額を用います。

※国の公費による保険料の軽減強化が実施された場合は、下段の保険料額となります

### 品川区独自の介護保険料特例減額

品川区では、平成13年10月より低所得者の人を対象に介護保険料の減額を実施しています。認定されると申請月(締切：月末7日前)以降の当年度の保険料が第2段階と同じ額まで減額されます。次のすべての要件を満たす人です。

- 第1号被保険者で、介護保険料の段階が第3段階・第4段階であること。
- 賦課期日現在の世帯の前年の収入額合計が、1人世帯で120万円(1人増えるごとに60万円を加算)以下であること。
- 資産(300万円以上の預貯金、居住用以外の土地・家屋)を持っていないこと。
- 区民税が課税されている人と生計を共にしていないこと、区民税を課税されている人に扶養されていないこと。



保険料は？

保険料の納め方

納め方（特別徴収・普通徴収）をご自分で選択することはできません。

老齢（退職）年金・障害年金・遺族年金が  
**年額18万円以上の人**

**年金から差し引き**  
(特別徴収)

年金の定期支払い（年6回）の際に、年金から介護保険料があらかじめ差し引かれます。

①老齢・退職年金 ②障害年金 ③遺族年金

が特別徴収の対象となります。ふたつ以上の年金を受給している場合、①～③の順番で年金から徴収されることになります。

※老齢福祉年金などは、特別徴収の対象となりません。

介護保険料は前年の所得にもとづいて決まりますが、前年の所得が確定するのは6月以降となります。そのため、前年度から継続して特別徴収の人は、4・6・8月は仮に算定された保険料を納めます（仮徴収）。10・12・2月は、確定した年間保険料額から、仮徴収分を差し引いた額を納めます（本徴収）。



仮徴収			本徴収		
4月 (1期)	6月 (2期)	8月 (3期)	10月 (4期)	12月 (5期)	2月 (6期)

納付書で納める場合があります

納付書での納付となります	<ul style="list-style-type: none"> <li>年金担保、現況届の未提出などで年金が停止し、保険料の差し引きができなくなった場合 ※年金の現況届をお忘れなく</li> <li>所得税や区民税の申告のし直しなどにより、保険料段階が変更になった場合</li> </ul>
納付書で納めていただき、その後順次年金天引に切り替わります	<ul style="list-style-type: none"> <li>すでに老齢・退職・障害・遺族年金を受給していて65歳（第1号被保険者）となったとき</li> <li>他の区市町村で年金天引きで保険料を支払っていて、品川区に転入されたとき</li> <li>新たに老齢・退職・障害・遺族年金を受給しはじめたとき</li> </ul>

老齢（退職）年金・障害年金・遺族年金が  
**年額18万円未満の人**

**納付書または口座振替で納付**  
(普通徴収)

品川区より送付される納付書で、期日までに金融機関などを通じて納めます。

**口座振替が便利です！**

口座振替にすると、納めに行く手間が省け、納め忘れの心配もありません。次のものを持って、区内のゆうちょ銀行（郵便局）・銀行・信用金庫・信用組合・区役所高齢者福祉課・地域センターでお申し込みください。

●納付書 ●預（貯）金通帳 ●通帳の届け出印

※お申込みから口座振替開始月までの間や、残高不足などにより自動引き落としできなかった場合などには、納付書で納めていただきます。

保険料のお知らせ

- 通4月の特別徴収** 4月は平成31年2月の年金から天引きした保険料額と同額となります。6・8月は、平成29年中の所得（平成30年度区民税）などをもとに決定した額です。
- 通4月の普通徴収** 4・5・6月は平成29年中の所得（平成30年度区民税）などをもとに決定した額です。
- 通7月の特別徴収** 平成30年中の所得（平成31年度区民税）などをもとに年間の保険料を決定し、そこから4・6・8月の保険料を除いた金額を10・12・2月に振り分けたものです。
- 通7月の普通徴収** 平成30年中の所得（平成31年度区民税）などをもとに年間の保険料を決定し、そこから4・5・6月の保険料を除いた金額を7月以降に振り分けたものです。

※「年度」とは、該当する年の4月から翌年3月までのことをいいます。

利用の手順は？

サービスの利用について

高齢者の在宅生活を支えるためのしくみ

■品川区の在宅介護支援システム

品川区では、高齢者福祉課が在宅介護支援センターを統括する「統括（基幹型）在宅介護支援センター」として、全体調整と地区在宅介護支援センターのバックアップを行う役割を担っています。高齢者福祉課（統括在宅介護支援センター）を地域包括支援センターと位置付け、各地区在宅介護支援センターに介護予防マネジメント機能を加えて、地域の身近なところで地域包括支援センター機能を分担し、高齢者を支えるしくみの強化を図っています。

高齢者福祉課

統括在宅介護支援センター

- 全体的調整と地区在宅介護支援センターの統括
- 包括的・継続的マネジメント
- 在宅介護支援センターのバックアップ

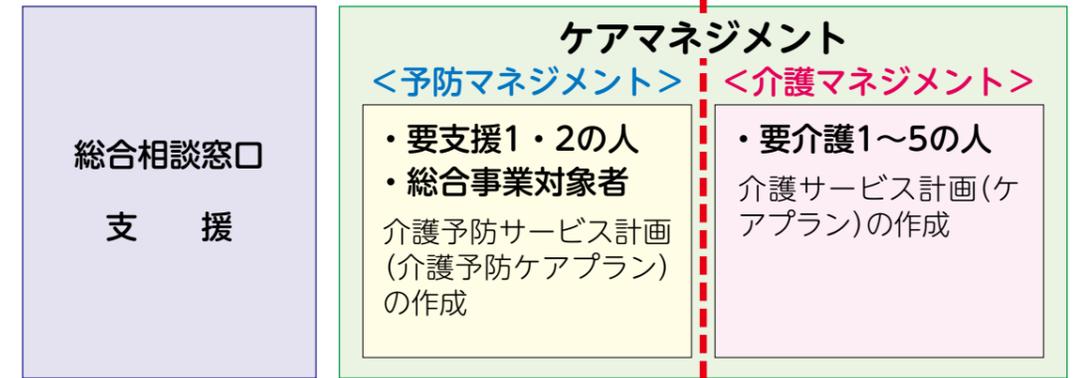
地域包括支援センター

- 総合相談、支援
- 高齢者に対する虐待防止等の権利擁護事業
- 包括的・継続的マネジメントの支援



〈地区在宅介護支援センター〉20か所（担当地区制）  
（※裏表紙をご覧ください）

在宅介護支援センターが、地域包括支援センターの役割を担っています。



在宅サービスのご相談には、名刺や身分証明書を持った担当者（ケアマネジャー）が訪問します。



利用の手順は？

## 介護予防・介護サービス利用までの流れ



介護が必要になった、支援や介護がそろそろ必要…

利用者

在宅介護支援センター  
または高齢者福祉課

※明らかに要介護認定が必要な場合  
※予防給付や介護給付によるサービスを希望している場合 等

※明らかに介護予防・日常生活支援総合事業の対象外と判断できる場合

基本チェックリスト(P30)

要介護認定の申請

介護予防・日常生活支援総合事業対象者

認定調査・主治医の意見書

介護認定審査会の審査・判定

非該当

※チェックリスト実施により対象者となった場合

要介護1~5

要支援1、要支援2

※予防給付を利用

※介護予防・日常生活支援総合事業のみ利用

居宅サービス計画

在宅介護支援センター、居宅介護支援事業所(P13)等のケアマネジャーと相談し、介護サービス計画(ケアプラン)を作成します。

介護予防サービス計画

在宅介護支援センター(地域包括支援センター)のケアマネジャーと相談し、自立した生活を継続できるよう、サービス利用計画を作成します。

介護予防ケアマネジメント

在宅介護支援センター(地域包括支援センター)のケアマネジャーと相談し、自立した生活を継続できるよう、サービス利用計画を作成します。

介護給付

施設で介護を必要とする人の心身状態に合った、日常生活を支援するためのサービス。  
・施設サービス

介護給付

介護を必要とする人の心身状態に合った、日常生活を支援するためのサービス。  
・在宅サービス  
・地域密着型サービス

予防給付

介護が必要な状態になるのを防ぎ、生活能力の維持、向上を目的としたサービス。  
・介護予防訪問看護  
・介護予防通所リハビリテーション  
・介護予防福祉用具貸与 など

介護予防・生活支援サービス

・予防訪問事業  
・生活機能向上支援訪問事業  
・管理栄養士派遣による栄養改善事業  
・予防通所事業  
・いきいき活動支援プログラム  
・はつらつ健康教室 など

一般介護予防

・運動系介護予防事業  
・認知症予防事業  
・栄養改善事業  
・社会参加促進事業 など

## 要介護認定

### ① 認定調査が行われます

申請により、介護が必要な状態かどうか調査が行われます。また、同時に心身の状況について主治医に意見書を作成してもらいます。

**認定調査** 品川区の職員などが自宅などを訪問し、心身の状況などの基本調査、概況調査、特記事項について本人や家族から聞き取り調査などを行います(全国共通の調査票が使われます)。

#### 主な調査項目

##### 基本調査

- |           |         |        |          |               |
|-----------|---------|--------|----------|---------------|
| ●麻痺などの有無  | ●歩行     | ●食事摂取  | ●日常の意思決定 | ●過去14日間に受けた医療 |
| ●拘縮の有無    | ●移乗     | ●排尿    | ●視力      | ●日常生活自立度      |
| ●寝返り      | ●移動     | ●排便    | ●聴力      | ●外出頻度         |
| ●起き上がり    | ●立ち上がり  | ●清潔    | ●意思の伝達   |               |
| ●座位保持     | ●片足での立位 | ●衣服着脱  | ●記憶・理解   |               |
| ●両足での立位保持 | ●洗身     | ●薬の内服  | ●ひどい物忘れ  |               |
|           | ●えん下    | ●金銭の管理 | ●大声を出す   |               |

**主治医意見書** 品川区の依頼により本人の主治医(P13)に、心身の状況についての意見書を作成してもらいます。

### ② 審査・判定します

コンピュータ判定(一次判定)の結果と、認定調査票(特記事項)、主治医意見書をもとに介護認定審査会で審査し、どのくらいの介護が必要かという要介護状態区分を判定(二次判定)します。

#### コンピュータ判定(一次判定)

公平に判定するため、認定調査の結果は全国共通のコンピュータソフトで処理されます。

#### 特記事項

調査項目で把握できない介護の手間などが記入されます。

#### 主治医意見書

主治医による心身の状況についての意見書です。

#### 介護認定審査会が審査・判定(二次判定)

品川区が任命する医療、保健、福祉の専門家で構成された介護認定審査会が総合的に審査し、要介護状態区分が決められます。

### ③ 認定結果が通知されます

**要介護状態区分** ※状態の説明は、あくまでめやすです。

要介護状態区分	状態のめやす
非該当	自立した生活ができ、今のところ介護や支援を必要としていない ※基本チェックリストを受けて対象者と判定された場合は、介護予防・日常生活支援総合事業が利用できます。
要支援1	ほぼ自立した生活ができるが、介護予防のための支援や改善が必要
要支援2	日常生活に支援は必要だが、それによって介護予防できる可能性が高い
要介護1	歩行などに不安定さがあり、日常生活に部分的な介護が必要
要介護2	歩行などが不安定で、排せつや入浴などの一部または全部に介護が必要
要介護3	歩行や排せつ、入浴、衣服の着脱などに、ほぼ全面的な介護が必要
要介護4	日常生活全般に動作能力が低下しており、介護なしでの生活は困難
要介護5	生活全般に介護が必要で、介護なしでは日常生活がほぼ不可能

認定結果の通知は、原則として30日以内に品川区から送付されます。(書類の遅延などで30日を超える場合があります。この場合は延期通知によりお知らせします。) 介護認定審査会の判定結果にもとづいて、「非該当」「要支援1・2」「要介護1~5」の区分に認定されます。認定結果通知書と保険証の記載内容を確認しましょう。

■認定結果通知書に書かれていること  
あなたの要介護状態区分、その理由、認定の有効期間など

■保険証に記載されていること  
要介護状態区分、認定の有効期間、支給限度額、認定審査会の意見など、給付制限、居宅介護支援事業者名・事業所名など

## 教えて！介護保険Q&A

### 要介護認定の申請に必要なものはなんですか？

申請には①要介護・要支援認定申請書 ②介護保険の被保険者証 ③医療保険の被保険者証（第2号被保険者）が必要です。

#### 身元確認書類提示のお願い

マイナンバー制度開始に伴い、申請書提出の際に身元確認書類の提示が必要です。

●本人または使者（家族等）が申請する場合

①1点で身元確認ができる書類…被保険者本人の個人番号カード、運転免許証、パスポート、身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、愛の手帳（療育手帳）など公的機関で発行された写真付きの書類

②2点で身元確認ができる書類…被保険者本人の介護保険被保険者証、健康保険被保険者証、後期高齢者医療被保険者証、介護保険負担割合証など公的機関で発行された写真無しの書類

### 認定調査には本人以外の方が立ち会う必要がありますか？

調査には、家族など本人の状態をよく知った人がご同席いただき、普段の生活状況や介護の様子についてお聞かせください。ただし、ご入院中の場合は、看護師等への聞きとりが中心となりますので、お立ち会いは必須ではありません。

### 家族に介護できる人がいる場合は、認定に影響するのですか？

認定は本人の介護の手間が基準となりますので、住環境や介助者の有無、現在受けているサービスの状況等で、軽くなったり重くなったりすることはありません。なお、サービスを利用する際には、家族や住宅の状況に応じた、その人に合ったサービスを選択してください。

### 認定結果に不服があるときは、どうすればよいですか。

要介護認定の結果に疑問や納得できない点がある場合は、まず品川区の窓口（高齢者福祉課 介護認定係 ☎5742-6731）にご相談ください。その上で、納得できない場合は、3か月以内に、東京都に設置されている「介護保険審査会」に不服申し立てができます。

### 要介護認定に有効期間はありますか？

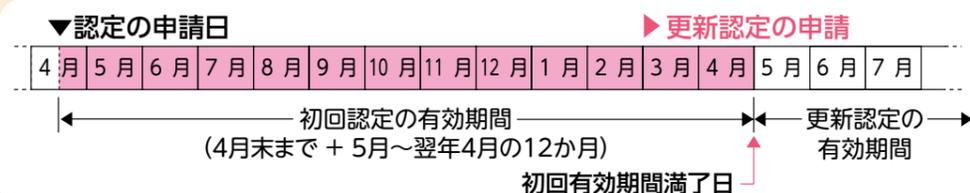
要介護認定の初回認定の有効期間は、原則として申請日から12か月となります。

※月途中の申請の場合は、その月の末日までの期間+12か月となります。

引き続き介護サービスを利用したい場合には、有効期間満了日の60日前から満了日までの間に、高齢者福祉課の窓口か在宅介護支援センターで更新の申請をしてください。更新の申請をすると、あらためて、調査・審査、認定が行われます。

更新認定の有効期間は、状態により前回有効期間満了日の翌日から3～36か月の範囲で決定されます。身体の状態が変わったときは「区分変更」の申請をして、新たな認定を受けることができます。

#### 要介護認定の有効期間と更新の時期 ※月の途中で申請した場合



### ケアプランを自分で作成した場合は？

利用者自身がサービス事業者のサービス内容や単価を確認してケアプランを作成した場合は、保険証を添付し、高齢者福祉課に届け出て確認をもらいます。

### 居宅介護支援事業者とは？

ケアマネジャー（介護支援専門員）を配置している事業者です。要介護認定の申請代行やケアプランの作成を依頼するときの窓口となり、サービス事業者との連絡・調整をします。

※申請を代行できる事業者は厚生労働省令で定められています。

### ケアマネジャーとは？

介護の知識を幅広く持った専門家で、サービスの利用にあたり次のような役割を担っています。資格は5年ごとの更新制です。

- 利用者や家族の相談に応じアドバイスします。
- 利用者・ご家族と相談しながらケアプランを作成します。
- サービス事業者との連絡や調整をします。
- 施設入所を希望する人に適切な施設を紹介します。 など



### 主治医とは？

介護が必要な状態となった直接の原因である病気を治療している医師や、かかりつけの医師など、本人の心身の状況をよく理解している医師のことです。主治医がいない場合は、品川区の担当窓口にご相談ください。



### 契約するときの注意点は？

居宅介護支援事業者やサービス提供事業者などと契約を交わす際は、以下のようなことに注意しましょう。

契約の目的	契約の目的となるサービスが明記されていますか。
契約の当事者	利用者と事業者との間の契約になっていますか。
指定事業者	都道府県等から指定された事業者ですか。
サービスの内容	利用者の状況に合ったサービス内容や回数ですか。
契約期間	在宅サービスは要介護認定の有効期間に合わせた契約期間となっていますか。
利用者負担金	利用者負担の金額や交通費の要否などの内容が明記されていますか。
利用者からの解約	利用者からの解約が認められる場合およびその手続きが明記されていますか。
損害賠償	サービス提供によって利用者が損害を与えられた場合の賠償義務が明記されていますか。
秘密保持	利用者および利用者の家族に関する秘密や個人情報保持が保持されるようになっていますか。

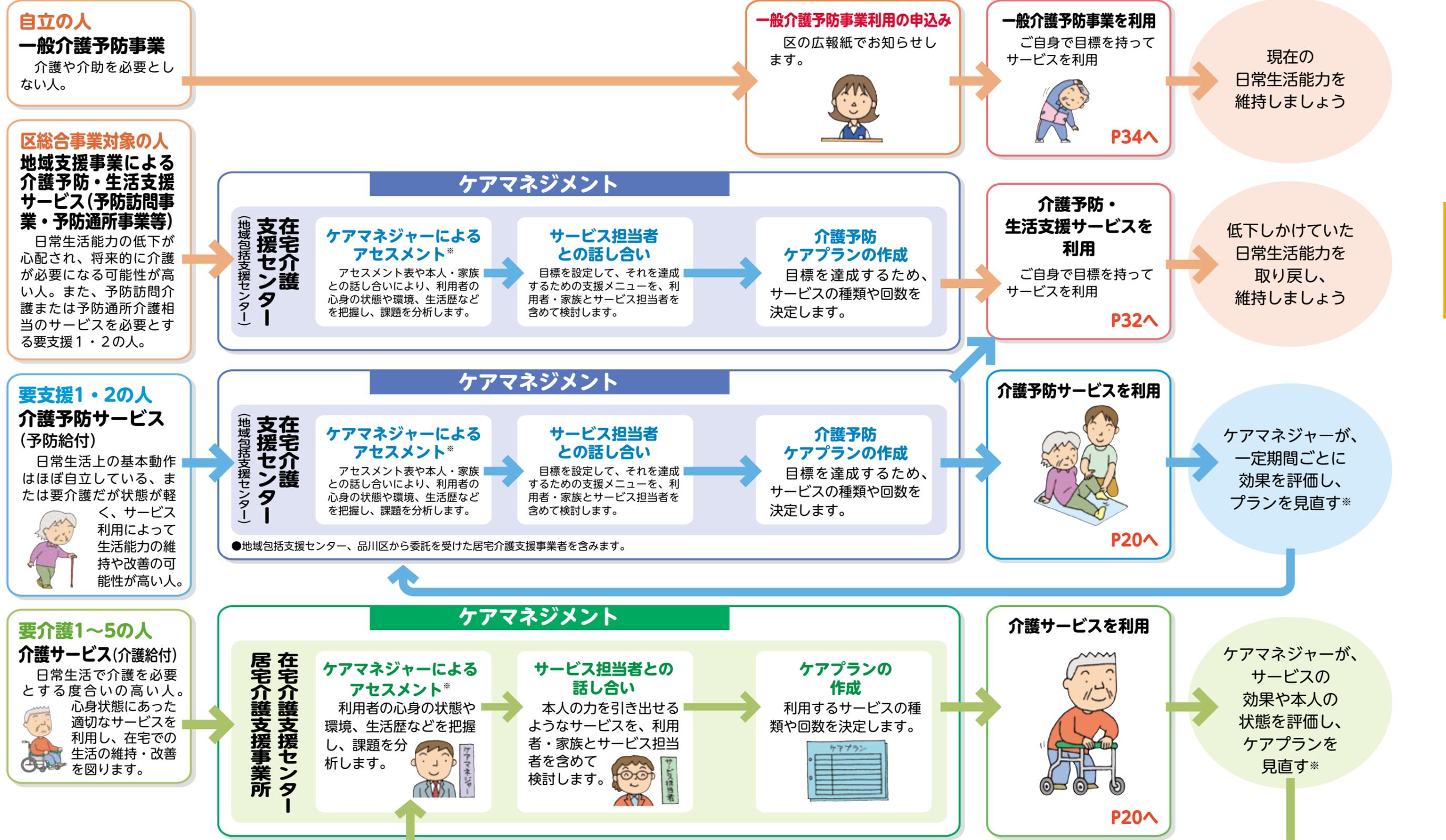


※契約書には上の項目以外にもさまざまな項目があります。よく読み、不明なところは説明を受けて確認しましょう。

# 心身の状態に合ったサービスを利用します

非該当の人は地域支援事業による介護予防・日常生活支援総合事業を利用します。要支援・要介護の人は個人に合わせた介護予防ケアプラン・ケアプランを作成し、そのプランのもと

づいてサービスを利用します。ケアマネジャーに本人や家族の要望をきちんと伝え、サービスを適切に利用できるようにサービスの内容や費用などについてアドバイスを受けましょう。



利用の手順は？

※アセスメント  
生活機能が低下した背景・原因および課題の分析をし、どのような介護が必要であるかを考えます。

※要支援1・2の人の介護予防サービスにおける介護予防ケアプランの作成については、3か月に1度、要介護1~5の人の介護サービスにおけるケアプランの作成については毎月、ケアマネジャーがご自宅を訪問することとなっています。

## 利用の費用は？

# サービスを利用したときの自己負担額について

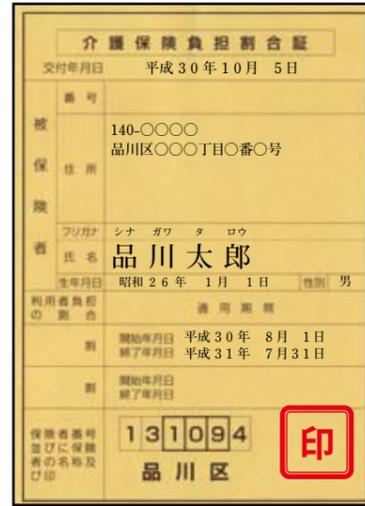
## 自己負担の割合について(「負担割合証」について)

ケアプランにもとづいてサービスを利用した際の支払は、原則としてかかった費用(介護度に応じた支給限度額※1まで)の1割、2割、3割です。

- 介護認定もしくは総合事業対象者の判定を受けた(受けている)方等に「負担割合証」を交付します。
- 「負担割合証」はご自身の負担割合が何割か示す証となり、サービスを利用する際は「介護保険被保険者証」と一緒に担当ケアマネジャーやサービス提供事業者へ提示します。
- 自己負担の割合は毎年判定※2し、判定後の「負担割合証」は7月下旬に送付します(有効期間は8月1日～翌年7月31日)。

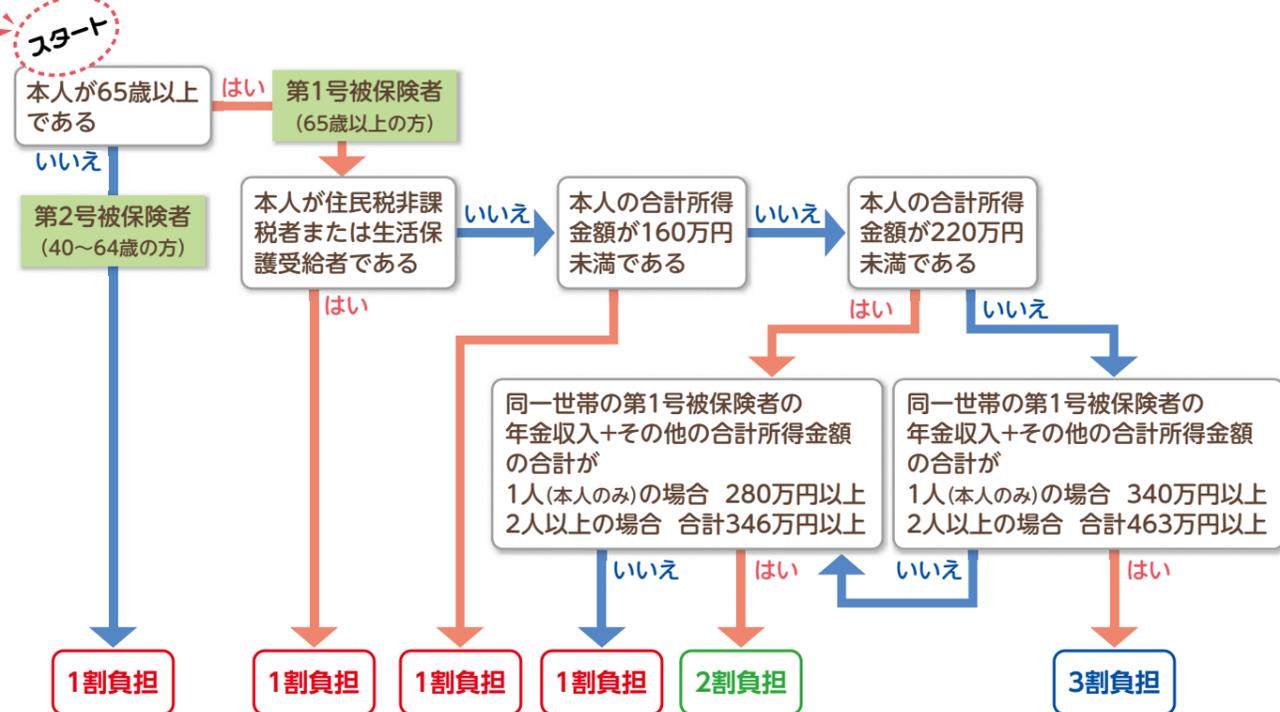
※1 介護度に応じた支給限度額については17ページをご参照ください。

※2 世帯状況(世帯構成や合計所得金額等)の変更等により、有効期間の途中でも自己負担の割合が変更となる場合があります。



\*負担割合証の色は毎年度異なります。

## ●負担割合の判定の流れ



- 「合計所得金額」とは、年金(障害年金・遺族年金等の非課税年金を除く)や給与等収入から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額をいいます。土地建物の売却等による長期譲渡所得および短期譲渡所得にかかる特別控除がある場合は、それを控除した額を用います。
- 「その他の合計所得金額」とは、合計所得金額から、年金の雑所得を除いた所得金額をいいます。

問い合わせ / 高齢者福祉課介護給付係 ☎5742-6927

## 在宅サービスの費用

### ●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、要介護状態区分に応じて上限額(支給限度額)が決められています。上限額の範囲内でサービスを利用するときは、利用者負担は1割、2割、3割ですが、上限を超えてサービスを利用した場合には、超えた分は全額利用者の負担となります。

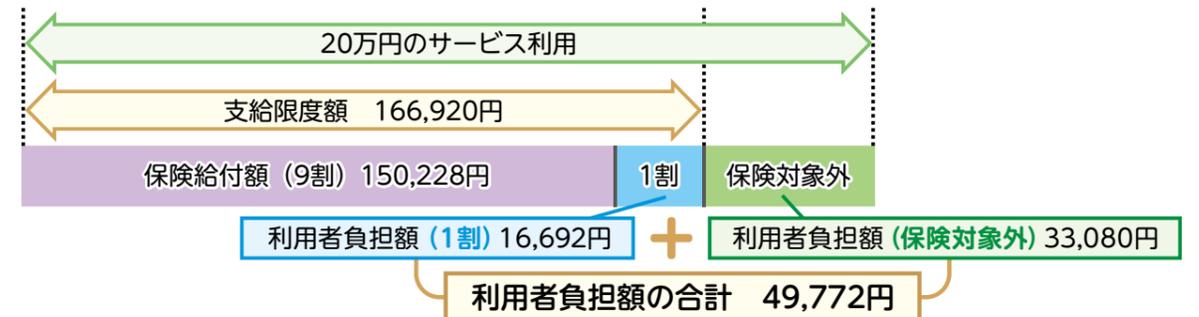
### ◆在宅サービスの支給限度額

要介護状態区分	1か月の支給限度額
要支援1	50,030円
要支援2	104,730円
<b>例</b> 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

※上記の支給限度額は標準地域のケースで、人件費等の地域差に応じて限度額の加算が行われます。

◆消費税率の引き上げに伴い、2019年10月から支給限度額が変更になる予定です。

**例** 要介護1(支給限度額166,920円)の人が、20万円のサービスを利用した場合(1割負担の場合)



## 施設サービスの費用

介護保険施設に入所した場合は、下の①～④が利用者の負担となります。



◆消費税率の引き上げに伴い、2019年10月から基準費用額が変更になる予定です。

■基準費用額：施設における食費・居住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の間で契約により決められますが、基準となる額が定められています。

- 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)

※施設が定める食費および居住費(滞在費)が基準額を下回る場合は、施設の定める額と自己負担限度額の差額が給付されます。

※所得に応じた減額があります(区への申請が必要。P18参照)。

## ●低所得の人は食費と居住費（滞在費）が軽減されます「負担限度額認定証」

申請※により「負担限度額認定証」が交付され、施設利用の際に証を提示することで食費と居住費（滞在費）の軽減を適用することができます。自己負担額は所得等に応じて決まり、基準費用額との差額は保険給付（特定入所者介護サービス費）されます。

※有効期間は8月1日～翌年7月31日（毎年度申請が必要です）。

※施設利用者の配偶者が区民税を課税されている場合、または預貯金が一定額（単身1,000万円、夫婦2,000万円）を超える場合には、特定入所者介護サービス費は受けられません。

※施設入所により世帯分離している場合、配偶者の所得を含めて判定されます。



\*限度額認定証の色は毎年度異なります。

### ◆負担限度額（1日あたり）

※年金収入および合計所得金額の合計額に遺族年金および障害年金といった非課税年金の額も含めて判定します。

利用者負担段階	食費の負担限度額	居住費等の負担限度額			
		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
第1段階 本人および世帯全員が区民税非課税で、老齢福祉年金の受給者、または生活保護の受給者	300円	820円	490円	490円(320円)	0円
第2段階 本人および世帯全員が区民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が80万円以下の人	390円	820円	490円	490円(420円)	370円
第3段階 本人および世帯全員が区民税非課税で、利用者負担段階第2段階以外の人	650円	1,310円	1,310円	1,310円(820円)	370円

※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。

## ●社会福祉法人等による利用者負担軽減制度

社会福祉法人が運営主体となっている介護老人福祉施設利用者のうち、生計が困難であると認められた人は、利用者負担額、食費、居住費（滞在費）を軽減します。制度利用には申請と預貯金・収入等の申告が必要です。

**軽減内容** 介護費、食費、居住費（滞在費）の利用者負担額のうち、4分の1を軽減します。老齢福祉年金受給者は2分の1です。

問い合わせ／高齢者福祉課介護給付係 ☎5742-6927

## サービスに苦情や不満があるとき

サービスを利用して困ったことがあったとき、サービス提供事業者と相談しづらいときは、下のよう相談先があります。サービスに関する苦情や要望は、サービス事業者・ケアマネジャー・高齢者福祉課などが身近な相談窓口として受けとめ、互いに連携をとりながら、迅速な解決を図っていきます。

### ◎ケアマネジャーに相談

担当ケアマネジャーには日ごろからサービス状況などを細かく報告しておくことで安心です。

### ◎区（地域包括支援センター）の窓口相談

●区の相談窓口…高齢者福祉課、各在宅介護支援センターで相談を受け付けます。区は必要により事業者を調査し指導します。

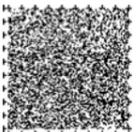
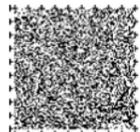
### ◎国保連に相談

区市町村において取り扱うことが困難な場合や、利用者が特に希望する場合は、国保連（国民健康保険団体連合会）に申し立てることができます。

●東京都国民健康保険団体連合会 苦情相談窓口専用ダイヤル ☎03-6238-0177  
受付時間 9:00～17:00（土・日・祝日・年末年始を除く）

東京都国民健康保険団体連合会では、介護保険法及びその他法令又は通知に基づき、電話での苦情相談のほか、サービスの質に関する「苦情申立」により事業所調査を行い、必要な指導助言を事業者に行います。

●東京都介護保険制度相談窓口 ☎03-5320-4597  
受付時間 9:00～12:00 13:00～16:30 月～金曜日（祝日・年末年始を除く）  
介護保険制度全般についての相談窓口です。



## 負担が高額になったとき

### ●介護保険の利用者負担が高額になったとき

事業者からのサービス利用実績を計算し、ひと月の利用者負担額が、下表の上限額を超えた場合は、「介護保険高額サービス費支給申請書」が送付されます。申請書を提出した翌月以降、上限額を超えた分が指定された口座へ振り込まれます。



### ◆利用者負担の上限（1か月）

利用者負担段階区分	利用者負担上限額
現役並み所得者 同一世帯に課税所得145万円以上の第1号被保険者がいて、年収が単身世帯383万円以上、2人以上世帯520万円以上の人のことです。	世帯：44,400円
一般	世帯：44,400円*
住民税世帯非課税	世帯：24,600円
<ul style="list-style-type: none"> <li>●合計所得金額および課税年金収入額の合計が80万円以下の人</li> <li>●老齢福祉年金の受給者</li> </ul>	個人：15,000円
<ul style="list-style-type: none"> <li>●生活保護の受給者</li> <li>●利用者負担を15,000円に減額することで、生活保護の受給者とならない場合</li> </ul>	個人：15,000円 世帯：15,000円

※1割負担の被保険者のみの世帯の場合、平成32年7月までは年間の負担上限額が446,400円(37,200円×12か月)となります。

## ●高額医療・高額介護合算制度の改正について

医療費が高額になった世帯に介護保険の受給者がいる場合、医療費と介護費を合算して一定の限度額を超えたときには、その超えた分が支給される高額医療・高額介護合算制度について、限度額の変更が行われます。平成30年8月以降の計算期間の分から現役並み所得者の所得区分を細分化して、70歳未満の方と同じ所得区分の限度額に設定されます。一般と低所得者Ⅰ・Ⅱについては変更なく据え置かれます。

### ◆高額医療・高額介護合算制度の負担限度額（8月～翌年7月の算定分）

所得（基礎控除後の総所得金額等）	70歳未満の人がいる世帯	所得区分 平成30年7月算定分まで	70～74歳の人がいる世帯	後期高齢者医療制度で医療を受ける人がいる世帯	所得区分 平成30年8月算定分から	70～74歳の人がいる世帯	後期高齢者医療制度で医療を受ける人がいる世帯
901万円超	212万円	現役並み所得者	67万円	67万円	課税所得690万円以上	212万円	212万円
600万円超 901万円以下	141万円	一般	56万円	56万円	課税所得380万円以上	141万円	141万円
210万円超 600万円以下	67万円	低所得者Ⅱ	31万円	31万円	課税所得145万円以上	67万円	67万円
210万円以下	60万円	低所得者Ⅰ*	19万円	19万円	一般	56万円	56万円
住民税非課税世帯	34万円	低所得者Ⅰ*	19万円	19万円	低所得者Ⅱ	31万円	31万円
					低所得者Ⅰ*	19万円	19万円

※低所得者Ⅰ区分の世帯で介護保険サービスの利用者が複数いる場合は、31万円。

●所得区分について、詳しくは下記にお問い合わせください。

●支給対象となる人は各医療保険へ申請が必要です。

問い合わせ／高齢者福祉課介護給付係 ☎5742-6927

## 利用できるサービスは？

# 要支援1・2の人は介護予防サービス、 要介護1～5の人は介護サービスが 利用できます

●利用者負担は原則としてサービス費用の1割、2割、3割です。利用者負担についてはP16参照。

※医療費控除の対象となるサービスもありますので、ケアマネジャーに確認してください。65歳以上の方で、要介護3以上に該当する方は、障害者控除等を受けることができる場合があります。詳しくは介護認定係までお問い合わせください。

●共生型サービスに対応したサービスには★マークがついています。共生型サービス事業所の指定を受けた障害福祉サービス事業所でも介護保険のサービスを利用できます。

◆消費税率の引き上げに伴い、2019年10月からサービス費用のめやすが変更になる予定です。

## 在宅サービス ※サービスの種類の項で下段に青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。

●サービス費用のめやすは、(介護報酬による費用額(自己負担1割相当))を表記しています。このほかに、利用するサービスの種類や内容などによる加算がある場合があります。

## ●通所して利用する

サービスの種類	要支援1・2の人 介護予防サービス (予防給付)	要介護1～5の人 介護サービス (介護給付)
<b>通所介護★</b> (デイサービス)  <b>予防通所事業</b>  	<p>区が実施する地域支援事業による介護予防・日常生活支援総合事業の「予防通所事業」として利用します。</p> <p style="text-align: center;"><b>くわしくはP33へ</b></p>	<p>通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や、生活能力向上のための支援を日帰りで行います。</p> <p>◆サービス費用のめやす (利用者負担/1日) ※送迎を含む</p> <p>◎通常規模の事業所の場合 (5時間以上6時間未満の場合)</p> <p>要介護1 / 6,082円 (609円)                  要介護2 / 7,194円 (720円)                  要介護3 / 8,294円 (830円)                  要介護4 / 9,406円 (941円)                  要介護5 / 10,507円 (1,051円)</p> <p>◎通常規模の事業所の場合 (7時間以上8時間未満の場合)</p> <p>要介護1 / 7,030円 (703円)                  要介護2 / 8,294円 (830円)                  要介護3 / 9,624円 (963円)                  要介護4 / 10,932円 (1,094円)                  要介護5 / 12,251円 (1,226円)</p> <p>※食事代は別途600円程度の自己負担</p>

## ●通所して利用する

サービスの種類	要支援1・2の人 介護予防サービス (予防給付)	要介護1～5の人 介護サービス (介護給付)						
<b>通所リハビリテーション</b> (デイケア)  <b>介護予防通所リハビリテーション</b>  	<p>老人保健施設や医療機関等で、共通的服务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(下の表)を提供します。</p> <p>※利用できるのは1つの事業所のみです。</p> <p>◆サービス費用のめやす(月単位の定額) (利用者負担/1月)</p> <p>共通的服务 ※送迎、入浴を含む</p> <p>要支援1 / 19,003円 (1,901円)                  要支援2 / 40,126円 (4,013円)</p> <p>選択的サービス等の加算                  利用者の目標に応じて単独で、あるいは複数を組み合わせて利用します。</p> <table border="1"> <tr> <td>運動器機能向上</td> <td>2,497円 (250円)</td> </tr> <tr> <td>栄養改善</td> <td>1,665円 (167円)</td> </tr> <tr> <td>口腔機能向上</td> <td>1,665円 (167円)</td> </tr> </table> <p><b>運動器の機能向上</b> 理学療法士等の指導により、ストレッチや有酸素運動、筋力トレーニング、バランストレーニングなどを行います。</p> <p><b>栄養改善</b> 管理栄養士等が、低栄養を予防するための食べ方や、食事作りや食材購入方法の指導、情報提供などを行います。</p> <p><b>口腔機能の向上</b> 歯科衛生士や言語聴覚士等が、歯みがきや義歯の手入れ法の指導や、摂食・嚥下機能を向上させる訓練などを行います。</p> <p style="text-align: right;">※食事代は別途600円程度の自己負担</p>	運動器機能向上	2,497円 (250円)	栄養改善	1,665円 (167円)	口腔機能向上	1,665円 (167円)	<p>老人保健施設や医療機関等で、食事、入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のためのリハビリテーションを、日帰りで行います。</p> <p>◆サービス費用のめやす (利用者負担/1日) ※送迎を含む</p> <p>◎通常規模の事業所の場合 (7時間以上8時間未満の場合)</p> <p>要介護1 / 7,903円 (791円)                  要介護2 / 9,423円 (943円)                  要介護3 / 10,966円 (1,097円)                  要介護4 / 12,776円 (1,278円)                  要介護5 / 14,541円 (1,455円)</p>
運動器機能向上	2,497円 (250円)							
栄養改善	1,665円 (167円)							
口腔機能向上	1,665円 (167円)							

## ●品川区が独自に行う市町村特別給付のサービス

サービスの種類	要支援1・2、要介護1・2程度の人
<b>要支援者夜間対応サービス</b>	要介護から要支援に移行した場合であっても、引き続き「夜間対応型訪問介護サービス」を受けられるサービスです。
<b>要支援者通院介助サービス</b>	要支援者の通院時をサポートします。車いすや杖歩行など歩行が不安定の要支援者に対して、安全に通院できるよう支援します。予防訪問介護に引き続きサービスを提供します。 ◆1月の利用回数 1回60分以内のサービスを月1回提供します。 ◆利用料 3,000円 (300円)
<b>要介護者病院内介助サービス</b>	要介護者が通院したとき、病院内における待ち時間の付き添い・医師等との面談などで介助が必要な場合に介助サービスを提供します。訪問介護と組み合わせてサービスを提供します。 ◆1月の利用回数 1回90分以内 (30分単位) のサービスを月1回提供します。 ◆利用料 病院内での時間が ①30分以内は1回2,500円 (250円) ②60分以内は1回3,000円 (300円) ③90分以内は1回3,500円 (350円)

このほか、地域密着型ケアハウスサービス提供費があります。

利用できるサービスは？

●訪問を受けて利用する

サービスの種類	要支援1・2の人 介護予防サービス（予防給付）	要介護1～5の人 介護サービス（介護給付）
<p><b>訪問介護★</b> (ホームヘルプ)</p> <p><b>予防訪問事業</b></p> 	<p>区が実施する地域支援事業による介護予防・日常生活支援総合事業の「予防訪問事業」として利用します。</p> <p style="text-align: center;"><b>くわしくはP32へ</b></p>	<p>ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴、排泄、食事等の身体介護や本人に関わる調理、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。</p> <p>◆サービス費用のめやす (利用者負担/1回)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎身体介護(20分以上30分未満の場合) 2,827円 (283円)</li> <li>◎生活援助(20分以上45分未満の場合) 2,063円 (207円)</li> </ul> <p>※早朝、夜間、深夜などは加算あり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎通院のための乗車または降車の介助(1回につき) 1,117円 (112円)</li> </ul> <p>※運賃は別途自己負担</p>

訪問介護サービスでは提供できるサービスとできないサービスがあります

○訪問介護サービスの対象となるもの

身体介護

食事、入浴、排せつなどの生活動作ができず、  
介助を必要とする場合に利用

- 衣服の着脱や体位変換
  - 清拭や入浴の介助
  - 起床・就寝の介助
  - 排せつの介助
  - 服薬の介助 ●食事の介助
  - 通院などのため乗車・降車の介助
  - 通所介護事業所や介護保険施設の見学(今後受けるサービスを選択する目的)の同行
  - 家族への見舞い(頻繁でない場合に限る)の同行
  - 官公署への届け出の同行
- 

生活援助

ひとり暮らしの人や、同居家族が病気などで  
自ら家事を行うことが困難な場合に利用

- 生活必需品の買い物、薬の受け取り
  - 日常の食事の準備や調理
  - 衣服の整理・補修やベッドメイク
  - 洗濯や専用部屋の掃除 等
- ※本人が不在中の生活援助はできません。
- ※生活援助は、同居の家族がいる場合は、基本的に利用できません。
- 

※要支援1・2の人が利用する予防訪問事業では「身体介護」と「生活援助」の区分がなくなり、本人が自分で家事などを行うことが困難な場合にサービスが提供されます。

通院のための乗車または降車の介助

自宅の中で

- 着替えや外出の支度などの介助

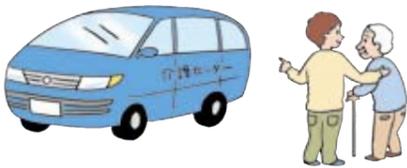
自宅から乗車までの間で

- 転倒しないように支える介助
- 乗車するための介助

降車から病院等までの間で

- 車から降りるための介助
- 階段や段差を超えるための介助
- 院内の移動(受付まで)・受診等の手続き

※要支援1・2の人は利用できません。また乗降介助の必要がない人は、このサービスを利用することはできません。 ※運賃は別途自己負担となります。



×訪問介護サービスの対象とならないもの

直接本人の援助に該当しない行為

主として家族の利便に供する行為または家族が行うことが適当であると判断される行為

- 利用者以外のための調理、洗濯、買い物、布団干し
  - 主として利用者が使用する居室等以外の掃除
- 

※家族との共用部分(トイレ・浴室・居間など)の掃除は原則としてできません。

- 来客の応接(お茶、食事の手配など)
  - ドライブ ●カラオケ
  - 冠婚葬祭
  - お祭りなど地域の行事への参加
  - 自家用車の洗車・清掃
  - 外食 ●理美容 等
- 
- 

日常生活の援助に該当しない行為

訪問介護員が行わなくても日常生活を営むのに支障が生じないと判断される行為

- 草むしり
  - 花木の水やり
  - 犬の散歩等ペットの世話 等
- 
- 

日常的に行われる家事の範囲を超える行為

- 家具・電気器具等の移動、修繕、模様替え
  - 大掃除、窓のガラス磨き、床のワックス掛け
  - 室内外家屋の修理、ペンキ塗り
  - 植木の剪定等の園芸
  - 正月、節句等のために特別な手間をかけて行う調理 等
- 
- 

医療行為

ホームヘルパーによる医療行為は原則認められていません。ただし、一定の研修を修了した介護職員等は、医師の指示や看護師等との連携のもとで以下の医療行為が認められます。

①たんの吸引 ②経管栄養

また、医療行為に該当しない以下の行為は原則認められます(必要に応じて医師や看護師等に確認や連絡が行われます)。

体温計による脇の下・耳による検温、自動血圧測定器による血圧測定、パルスオキシメータの装着、軽微な外傷等に対して専門的な判断や技術を必要としない処置、軟膏の塗布・湿布の貼付・点眼薬の点眼・一包化された内服薬の内服・坐薬挿入・鼻腔粘膜への薬剤噴霧の介助【ただし、容態が安定し、投薬による危険性等がない場合】、爪切り、爪やすりがけ、口腔内の刷掃・清拭、耳垢の除去、ストマ装具のパウチにたまった排泄物の廃棄、自己導尿を補助するためカテーテルの準備や体位の保持、市販の浣腸器による浣腸

金銭・貴重品の取り扱い

預貯金の引き出しや年金の受け取りなど、ホームヘルパーに金銭や貴重品の取り扱いを頼むことは原則としてできません。トラブルの原因ともなりかねないので、現金や通帳などは本人または家族が管理しましょう。成年後見制度(P43)が利用できる場合があります。

●品川区では、利用を希望される方の身体状況や介護の状況等により、個別に総合的な利用の判断を行っています。

利用できるサービスは？

●訪問を受けて利用する

サービスの種類	要支援1・2の人 介護予防サービス（予防給付）	要介護1～5の人 介護サービス（介護給付）
訪問入浴介護 介護予防 訪問入浴介護	介護職員と看護職員が入浴車で家庭を訪問し、利用者が自分で入浴できるよう支援します。 ◆サービス費用のめやす（利用者負担／1回） 9,633円（964円）	介護職員と看護職員が入浴車で家庭を訪問し、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（利用者負担／1回） 14,250円（1,425円）
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	主治医が必要と認めた人に、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が家庭を訪問して日常生活能力を向上させるためリハビリテーションを行います。 ◆サービス費用のめやす（利用者負担／1回） 3,219円（322円） ※20分以上の指導を行った場合	主治医が必要と認めた人に、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が家庭を訪問して日常生活能力を向上させるためリハビリテーションを行います。 ◆サービス費用のめやす（利用者負担／1回） 3,219円（322円） ※20分以上の指導を行った場合
訪問看護 介護予防 訪問看護	主治医が必要と認めた人に、看護師などが家庭を訪問して、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（利用者負担／1回） ◎訪問看護ステーションから (30分未満) 5,107円（511円） (30分以上1時間未満) 8,971円（898円） ◎病院または診療所から (30分未満) 4,320円（432円） (30分以上1時間未満) 6,247円（625円）	主治医が必要と認めた人に、看護師などが家庭を訪問して、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（利用者負担／1回） ◎訪問看護ステーションから (30分未満) 5,323円（533円） (30分以上1時間未満) 9,302円（931円） ◎病院または診療所から (30分未満) 4,514円（452円） (30分以上1時間未満) 6,486円（649円）
居宅療養管理指導 介護予防 居宅療養管理指導	通院が困難な人に、医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士が家庭を訪問し、療養生活上の助言や指導を行います。 ◆サービス費用のめやす（利用者負担／1回） ◎医師または歯科医師による指導の場合 5,070円（507円）（1か月に2回まで）	通院が困難な人に、医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士が家庭を訪問し、療養生活上の助言や指導を行います。 ◆サービス費用のめやす（利用者負担／1回） ◎医師または歯科医師による指導の場合 5,070円（507円）（1か月に2回まで）

●在宅での暮らしを支える

サービスの種類	要支援1・2の人 介護予防サービス（予防給付）	要介護1～5の人 介護サービス（介護給付）
福祉用具貸与 介護予防 福祉用具貸与	福祉用具のうち介護予防に資するものについて貸与を行います。 ●手すり（工事をとまわらないもの） ●スロープ（工事をとまわらないもの） ●歩行器 ●歩行補助つえ	日常生活の自立を助けるための福祉用具を貸与します。 ●車いす ●車いす付属品 ●特殊寝台 ●特殊寝台付属品 ●床ずれ防止用具 ●体位変換器 ●歩行器 ●歩行補助つえ ●手すり（工事をとまわらないもの） ●スロープ（工事をとまわらないもの） ●認知症老人徘徊感知機器 ●移動用リフト（つり具を除く） ●自動排泄処理装置（要介護4・5の人のみ）
	サービス費用は、実際に貸与に要した費用に応じて異なります（利用者負担割合分を負担します）。同じ福祉用具でも、料金は事業者によって異なります。説明を受け、納得のいく事業者から借りてください。	
	■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、移動用リフトは原則として保険給付の対象となりません。	
	●機能や価格帯の異なるいくつかの商品が事業者から提示されます。 ●商品ごとに全国平均貸与価格が公表され、上限額が設定されています。	

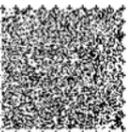
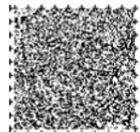
●在宅での暮らしを支える

サービスの種類	要支援1・2の人 介護予防サービス（予防給付）	要介護1～5の人 介護サービス（介護給付）
特定福祉用具販売 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の購入費の9割～7割相当額を支給します。支給限度額は、介護を受けている人ひとりにつき要介護度の程度にかかわらず1年間（4月から翌年3月）に10万円（利用者負担1万～3万円）が上限です。 ●腰掛便座 ●入浴補助用具 ●自動排泄処理装置の交換可能部品 ●簡易浴槽 ●移動用リフトのつり具 ■都道府県知事の事業者指定を受けていない福祉用具販売事業者からの購入については、支給されません。 ■事業所ごとに「福祉用具専門相談員」が配置されています。	
住宅改修費支給 介護予防 住宅改修費支給	手すりの取り付けや段差の解消などの住宅改修をした時、工事費の9割～7割相当額を支給します。支給限度額は、介護を受けている人ひとりにつき要介護度にかかわらず20万円（利用者負担2万～6万円）が上限です。原則1回限りの支給です。20万円までであれば数回に分けて改修することができます。 ■工事の前に区への申請が必要です。改修前にケアマネジャーに相談してください。 ■品川区では住宅改修アドバイザー（1級建築士）を派遣し、相談に応じています。 お問い合わせ：高齢者福祉課介護給付係 ☎5742-6927	

●短期間入所する

サービスの種類	要支援1・2の人 介護予防サービス（予防給付）	要介護1～5の人 介護サービス（介護給付）
短期入所生活介護★ 短期入所療養介護 （ショートステイ）	介護老人福祉施設や介護老人保健施設等で短期間の入所により日常生活上の支援や機能訓練などを行います。 ■利用月の2か月前の1日～20日迄に家族が施設に電話または来所のうえ申込みください。 ■締切り日以降でも随時申込みできますが、キャンセル待ちとなります。 ◆サービス費用のめやす（利用者負担／1日） 〈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） 要支援1 / 4,850円（485円） 要支援2 / 6,027円（603円） ◆サービス費用のめやす（利用者負担／1日） 〈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） 要支援1 / 6,659円（666円） 要支援2 / 8,338円（834円）	介護老人福祉施設や介護老人保健施設等で短期間の入所により日常生活上の支援や機能訓練などを行います。 ◆サービス費用のめやす（利用者負担／1日） 〈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） 要介護1～5 / 6,482円～9,501円 （649円～951円） ◆サービス費用のめやす（利用者負担／1日） 〈短期入所療養介護〉 ◎介護老人保健施設（多床室の場合） 要介護1～5 / 9,003円～11,325円 （901円～1,133円） ◆サービス費用のめやす（利用者負担） ◎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 （6時間以上8時間未満の場合） 13,701円（1,371円）
介護予防短期入所生活介護★ 介護予防短期入所療養介護	※食事代、滞在費は別途自己負担（所得に応じた減額があります。区への申請が必要。P18参照）	

利用できるサービスは？



# 入所・入居の施設サービス

☆サービス費用のめやすは、[介護報酬による費用（自己負担1割相当）]を表記しています。

施設には、入居と入所の2種類があり、身体状況等に合わせた介護や医療上のケアサービスを受けます。

## ●介護保険施設に入所する

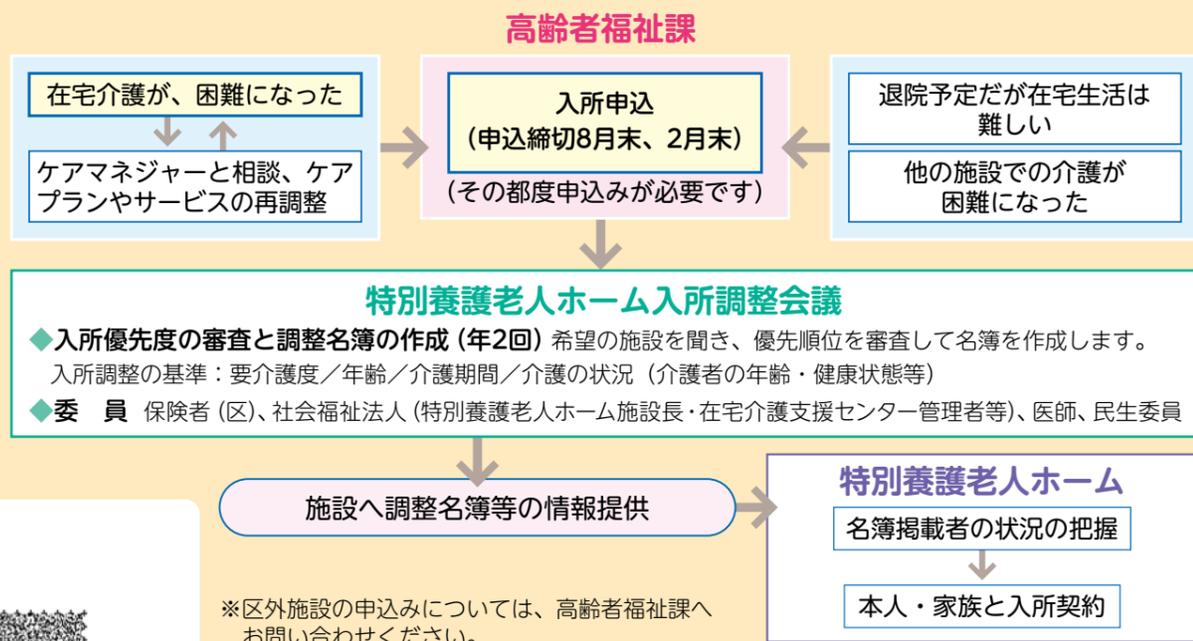
※要支援1・2の人は利用できません。

(平成31年3月現在)

<p><b>介護老人福祉施設</b> (特別養護老人ホーム)</p> <p>※入所対象者は、原則として要介護3以上の人です。</p>	<p>日常生活に常時介護が必要で、自宅では介護が困難な高齢者が入所します。</p> <p>◆施設サービス費用（自己負担1割相当）のめやす&lt;多床室&gt;(30日)</p> <p>要介護1～5 / 約182,139円～約271,083円 (約18,214円～約27,109円)</p> <p>●食費 (約42,000円)、居住費 (約10,000円～60,000円)</p> <p>※施設や部屋のタイプにより差があります。日常生活費などは別途自己負担 ※食費と居住費は所得に応じた減額があります (区への申請が必要。P18参照)</p>
<p>地域密着型サービス <b>地域密着型介護老人福祉施設</b></p> <p>(入所定員が29人以下)</p> <p>※入所対象者は、原則として要介護3以上の人です。</p>	<p>小規模な介護老人福祉施設に入所する人が、日常生活上の世話や機能訓練などのサービスを受けられます。</p> <p>◆サービス費用のめやす (利用者負担/30日)</p> <p>◎ユニット型個室の場合</p> <p>要介護1～5 / 約210,588円～約301,494円 (約21,059円～約30,150円)</p> <p>●食費 (約42,000円)、居住費 (約10,000円～60,000円)</p> <p>※日常生活費などは別途自己負担 ※食費と居住費は所得に応じた減額があります (区への申請が必要。P18参照)</p>

## 品川区の特別養護老人ホーム入所調整の流れ

品川区では、要介護高齢者が、介護サービスを活用しながら、できる限り自宅での生活を継続できるよう支援することを基本に、在宅生活が困難になったときに施設への入所のめどが立つよう公平なルールをつくっています。そのため「特別養護老人ホーム入所調整会議」を行って、高齢者と家族の希望を尊重しながら、必要度の高い人が優先的に入所できるようにしています。



※区外施設の申込みについては、高齢者福祉課へお問い合わせください。

問い合わせ 高齢者福祉課施設支援係 ☎5742-6737

## 利用できるサービスは？

<p><b>介護老人保健施設</b></p> <p>※要支援1・2の人は利用できません。</p>	<p>病状が安定し、在宅復帰のためのリハビリを中心とするサービスが必要な要介護者が入所します。入所できる期間は、3か月～6か月程度です。</p> <p>◆施設サービス費用（自己負担1割相当）のめやす&lt;多床室&gt;(30日)</p> <p>要介護1～5 / 約252,117円～約321,768円 (約25,212円～約32,177円)</p> <p>●食費 (約42,000円)、居住費 (約10,000円～60,000円)</p> <p>※施設や部屋のタイプにより差があります。日常生活費などは別途自己負担 ※食費と居住費は所得に応じた減額があります (区への申請が必要。P18参照)</p>
<p><b>介護療養型医療施設</b></p> <p>※要支援1・2の人は利用できません。</p>	<p>病状が安定し、長期の療養を必要とする要介護者が入院し、医学的管理のもとで介護を受ける施設です。</p> <p>◆施設サービス費用（自己負担1割相当）のめやす&lt;多床室&gt;(30日)</p> <p>要介護1～5 / 約243,615円～約409,077円 (約24,362円～約40,908円)</p> <p>●食費 (約42,000円)、居住費 (約10,000円～60,000円)</p> <p>※施設や部屋のタイプにより差があります。日常生活費などは別途自己負担 ※食費と居住費は所得に応じた減額があります (区への申請が必要。P18参照)</p>
<p><b>介護医療院</b></p> <p>※要支援1・2の人は利用できません。</p>	<p>長期療養のための医療と日常生活上の介護を一体的に提供する施設です。介護療養型医療施設の転換施設です。</p> <p>◆施設サービス費用（自己負担1割相当）のめやす&lt;多床室&gt;(30日)</p> <p>要介護1～5 / 約262,581円～約435,564円 (約26,259円～約43,557円)</p> <p>●食費 (約42,000円)、居住費 (約10,000円～60,000円)</p> <p>※日常生活費などは別途自己負担 ※食費と居住費は所得に応じた減額があります (区への申請が必要。P18参照)</p>

## ●自宅生活に近い暮らしをする

<p><b>特定施設入居者生活介護</b>(※1)</p> <p><b>介護予防特定施設入居者生活介護</b></p> <p>※要支援1・2の人は利用できません。</p>	<p>指定を受けた有料老人ホーム等の入居者へ、日常生活上の支援や介護を提供します。</p> <p>◆サービス費用のめやす (利用者負担/30日)</p> <p>要介護1～5 / 約174,618円～約261,600円 (約17,462円～約26,160円)</p> <p>要支援1 / 約58,860円 (約5,886円)</p> <p>要支援2 / 約101,043円 (約10,105円)</p> <p>※食事代、光熱水費、おむつ代、家賃 (入居費)、日常生活費などは別途自己負担</p>
<p>地域密着型サービス <b>地域密着型特定施設入居者生活介護</b>(※1)</p> <p>※要支援1・2の人は利用できません。</p>	<p>指定を受けた有料老人ホーム等 (入居定員が29人以下の小規模な介護専用型特定施設) の入居者へ、日常生活上の支援や介護を提供します。</p> <p>◆サービス費用のめやす (利用者負担/30日)</p> <p>要介護1～5 / 約174,618円～約261,600円 (約17,462円～約26,160円)</p> <p>※食事代、光熱水費、おむつ代、家賃 (入居費)、日常生活費などは別途自己負担</p>

※1 特定施設とは、有料老人ホーム、ケアハウスおよびサービス付き高齢者住宅などのうち人員配置や設備等一定の基準を満たすものが対象となります。

## ●認知症高齢者のための施設

<p>地域密着型サービス <b>認知症対応型共同生活介護</b> <b>介護予防認知症対応型共同生活介護</b> (認知症高齢者グループホーム)</p> <p>※要支援1の人は利用できません。</p>	<p>認知症高齢者が家庭的な環境のもと共同生活をする中で、顔なじみのスタッフが専門的な介護などを行います。</p> <p>◆サービス費用のめやす (利用者負担/30日)</p> <p>◎ユニット数1の場合 (ユニット数2以上の場合は金額が変わります)</p> <p>要介護1～5 / 約248,193円～約278,604円 (約24,820円～約27,861円)</p> <p>要支援2 / 約246,885円 (約24,689円)</p> <p>※食事代、光熱水費、おむつ代、家賃 (入居費)、日常生活費などは別途自己負担 (区内のグループホームでは家賃助成事業を実施しています。(所得制限あり))</p>
--	--

利用できるサービスは？

## 地域密着型サービス

住み慣れた地域での生活を継続するためには、身近な地域ごとにサービスの拠点をつくり、支援していく必要があります。そこで、主に要介護1～5の人のために地域の实情に合わせて品川区が整備する「地域密着型サービス」では、以下のようなサービスが行われます。

### ●住み慣れた地域での生活を支援

サービスの種類	要介護1～5の人 介護サービス (介護給付)
<b>小規模多機能型居宅介護★</b> <small>※要支援1・2の人 も利用できます。</small>	通いを中心に、利用者の選択に応じて訪問介護などのサービスや泊まりのサービスを組み合わせた多機能なサービスを提供し、在宅生活の継続を支援します。 ◆サービス費用のめやす (利用者負担/1月) ※食事代、宿泊費は別途自己負担 要介護1～5 / 114,552円～298,023円 (11,456円～29,803円)
<b>看護小規模多機能型居宅介護★</b>	訪問看護と小規模多機能型居宅介護を組み合わせたサービスを提供します。 ◆サービス費用のめやす (利用者負担/1月) ※食事代、宿泊費は別途自己負担 要介護1～5 / 136,985円～345,665円 (13,699円～34,567円)
<b>認知症対応型通所介護</b> (認知症高齢者) デイサービス <small>※要支援1・2の人 も利用できます。</small>	通所介護施設で、認知症高齢者を対象とした専門的な介護や機能訓練を行います。 ◆サービス費用のめやす (利用者負担/1回) ※食事代等は別途600円程度の自己負担 ◎単独型事業所の場合(7時間以上8時間未満) 要介護1～5 / 10,933円～15,695円 (1,094円～1,570円)
<b>夜間対応型訪問介護</b> <small>※品川区では、市 町村特別給付に より要支援1・2 の人にも利用する ことができます。</small>	夜間(午後10時～午前6時)において定期または随時に訪問介護を行います。また、看護師等のオペレータが利用者からの通報(コール)を受けて、調整・対応するとともに、介護が必要なときには、介護スタッフが速やかに駆けつけ対応します。 ◆サービス費用のめやす (利用者負担) ◎基本夜間対応型訪問介護費(1か月につき) 11,502円 (1,151円) ◎定期訪問(1回につき) 4,309円 (431円) ◎随時訪問(1人対応、1回につき) 6,566円 (657円) ◎通話料(1分につき) 全額自己負担 (42円)
<b>定期巡回・随時対応型訪問介護看護</b>	日中・夜間を通じて1日複数回の定期訪問と通報(コール)を受けての随時対応を、介護・看護が連携しながら提供します。 ◆サービス費用のめやす (利用者負担/1月) ◎連携型 要介護1～5 / 64,592円～292,866円 (6,460円～29,287円) ◎必要に応じて訪問看護を利用した場合は、別途下記料金がかかります。 要介護1～4 / 33,459円 (3,346円)、要介護5 / 42,579円 (4,258円)
<b>地域密着型通所介護★</b>	定員が18人以下の小規模な通所介護施設で、日常生活上の支援や機能訓練などのサービスを提供します。 ◆サービス費用のめやす (利用者負担/1回) ※送迎を含む ◎7時間以上8時間未満の場合 要介護1～5 / 8,011円～13,962円 (802円～1,397円)

※原則として品川区の被保険者を対象としたサービスです。

## 利用できるサービスは？

### 品川区の事業所

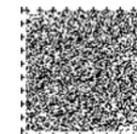
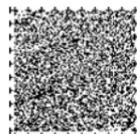
#### ◆入居・入所の施設サービス事業所

サービスの種類	事業所名	所在地	電話番号	
介護老人福祉施設	晴楓ホーム	東品川3-1-8	☎5479-2744	
	かえで荘	八潮5-1-1	☎3790-4826	
	ロイヤルサニー	西大井2-4-4	☎5743-6111	
	品川区立荏原特別養護老人ホーム	荏原2-9-6	☎5750-2941	
	成幸ホーム	中延1-8-7	☎3787-3616	
	品川区立中延特別養護老人ホーム	中延6-8-8	☎3787-2951	
	品川区立戸越台特別養護老人ホーム	戸越1-15-23	☎5750-1054	
	品川区立八潮南特別養護老人ホーム	八潮5-9-2	☎5755-9360	
	品川区立平塚橋特別養護老人ホーム	西中延1-2-8	☎5750-3632	
	品川区立上大崎特別養護老人ホーム	上大崎3-10-7	☎5447-5363	
	グランアークみづほ	南品川4-2-32	☎6717-6022	
	地域密着型介護老人福祉施設	品川区立杜松特別養護老人ホーム	豊町4-24-15	☎6426-8213
	介護老人保健施設	ケアセンター南大井	南大井5-19-1	☎5753-3901
	ソピア御殿山	北品川5-2-1	☎5793-3355	
介護療養型医療施設	康済会病院	小山3-4-17	☎3716-8111	
特定施設入居者生活介護	ケアホーム西五反田	西五反田3-6-6	☎5434-7831	
	ケアホーム西大井こうほうえん	西大井2-5-21	☎5718-1331	
	ニチイホーム大森	南大井6-4-1	☎0120-555-800	
	グッドタイムホーム・不動前	西五反田5-25-13	☎5435-6520	
	グランド大井町	二葉1-4-15	☎0120-17-1165	
	メディカルホーム ボンセジュール東品川	東品川3-17-25	☎0120-17-1165	
	メディカルホームまどか西大井	西大井5-23-13	☎0120-17-1165	
	東急ウェリナ旗の台	旗の台2-12-1	☎0120-51-7201	
	ニチイホーム南品川	南品川4-13-1	☎0120-555-800	
	アライブ品川大井	大井5-21-18	☎0120-650-915	
	ニチイホーム不動前	西五反田5-22-13	☎0120-555-800	
	サニーライフ北品川	北品川3-8-6	☎6864-0036	
	地域密着型特定施設入居者生活介護	ファミリアガーデン品川	大崎3-20-9	☎5759-8186
		ケアホーム東大井	東大井5-8-12	☎5783-0753
	認知症対応型共同生活介護	グループホーム温々	大井6-1-1	☎3774-3937
		認知症高齢者グループホームロイヤル西大井	西大井2-4-4	☎5709-7652
		グループホーム小山	小山7-14-4	☎5751-7206
ミモザ品川八潮		八潮5-5-7	☎3790-7780	
認知症高齢者グループホームロイヤル中延		中延5-9-22	☎5751-8475	
グループホーム東大井		東大井5-8-12	☎5783-0753	
グループホーム八潮南		八潮5-9-2	☎5755-9385	
グループホームソラストふたば		二葉1-12-18	☎5751-2030	
グループホームきらら品川荏原		荏原6-17-10	☎5749-3776	
あんしんケアホーム小山		小山4-5-16	☎6426-7791	
グループホーム杜松		豊町4-24-15	☎6426-8213	
carna (カルナ) 五反田		西五反田3-10-9	☎5496-8772	
大井認知症高齢者グループホーム		大井6-20-5	☎4283-7072	
グループホーム東五反田		東五反田4-11-6	☎5422-7158	

#### ◆在宅での暮らしを支える地域密着型サービス事業所

サービスの種類	事業所名	所在地	電話番号
小規模多機能型居宅介護	小山倶楽部	小山7-14-4	☎5751-7205
	東大井倶楽部	東大井5-8-12	☎5783-0789
	おもてなし	北品川1-30-4	☎3450-6464
	ぶらりす・湯～亀	旗の台4-5-17	☎5788-6164
	大井林町倶楽部	東大井4-9-1	☎5495-7081
	けめともの家・品川八潮	八潮5-6-37-109	☎6412-9161
	carna (カルナ) 五反田	西五反田3-10-9	☎5496-8771
	東五反田倶楽部	東五反田4-11-6	☎5422-7157
	ぶらりす・湯～亀SUN	旗の台3-2-9	☎6451-3645
	杜松倶楽部	豊町4-24-15	☎6426-8213
看護小規模多機能型居宅介護	けめともの家・カンタキ 西大井	西大井2-4-14	☎6303-8050
認知症対応型通所介護	在宅サービスセンターなど12か所(平成31年3月現在)で行います。		
夜間対応型訪問介護 提供時間18:00～8:00	SOMPOケア品川	北品川3-11-16	☎5783-8831
定期巡回・随時対応型訪問介護看護			

利用できるサービスは？



## ◆基本チェックリストについて

基本チェックリストは、相談窓口において、本人の状況を確認するために実施するものです。また、介護予防ケアマネジメントによって、利用者本人や家族との面接にて基本チェックリストの内容を更に深め、利用者の状況や希望等も踏まえて、自立支援に向けたケアプランを作成し、サービス利用につなげます。

要介護認定申請やサービス・事業の利用等にかかわらず、自分の心身の状況を知るために、活用してみましょう。

( いくつか ) → 回答

1	バスや電車で1人で外出していますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
2	日用品の買い物をしていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
9	この1年間に転んだことはありますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
11	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
12	BMIが18.5未満ですか (BMIの求め方は下記を参照してください)	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
15	口の渇きが気になりますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
22	(ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
23	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
24	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
25	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ

※回答でピンク色の項目に該当していることが多いほど、その分野での問題が多いと考えられます。

※BMIの求め方：BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)  
(例) 体重60kg、身長150cmの人の場合：BMI=60÷1.5÷1.5=26.7

もし、該当する項目(ピンクの枠にチェック)が多い場合、次の介護予防の取り組みが必要かもしれません。



### 主な介護予防サービス

#### ピンク枠のチェックが多かった

生活が不活発になっている可能性があります。その結果心身がより早く衰える危険があるかもしれません。

#### ピンク枠のチェックが多かった

筋力が衰えていることから、活動が不活発になったり、転倒などからねたきりを招くことがあります。

#### ピンク枠のチェックが多かった

低栄養の可能性があります。低栄養になると、筋力が衰えたり病気にかかりやすくなり、衰弱しやすくなります。

#### ピンク枠のチェックが多かった

口腔機能が低下すると、食べたり飲み込んだりしにくくなるため、低栄養や肺炎など、全身の健康状態が悪化します。

#### ピンク枠のチェックが多かった

家に閉じこもりがちだと心身の活動が少ないため、全身の衰弱や認知症、うつなどを引きやすくなります。

#### ピンク枠のチェックが多かった

初期の認知症の可能性があります。認知症は予防と早期発見・早期対応が重要です。

#### ピンク枠のチェックが多かった

うつになると活動量が減って心身が衰えるだけでなく、自殺などの危険もあります。

#### 運動器の機能向上

専門の指導員により、筋力トレーニング、バランストレーニング、有酸素運動、ストレッチングなどを行います。

#### 栄養改善

管理栄養士などの指導により、低栄養などを予防するための食事や調理方法、食材調達方法などの指導や相談を行います。

#### 口腔機能の向上

歯科衛生士などの指導により、口腔内の健康を保つための指導や、摂食・嚥下機能を向上させる訓練などを行います。

#### 閉じこもり予防・支援

居宅に閉じこもりがちな人に対し、通所系プログラムや地域の趣味活動、ボランティア活動などへの参加をうながす働きかけを行い、生活全般の活性化につなげます。

#### 認知症予防・支援

認知症の予防に関心の高い人や軽度の認知障害のある人に対し、認知機能訓練や趣味活動、運動、栄養、口腔に関するプログラムなどを提供します。

#### うつ病予防・支援

心の健康相談や訪問による個別支援、運動、栄養、口腔に関するプログラムの提供などを行います。

利用できるサービスは？