2026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2次元バーコードを読み取ってご利用ください。

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

この冊子には、音声コードが各ページ右下、左下に印刷されています。専用の読み上げ装置で読み取ると、記録されている情報を音声で聞くことができます。

UD FONT by MORISAWA 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。

ごあいさつ
「誰もが生きがいを感じ、自分らしく暮らしていける品川」を目指して

介護保険制度は創設から27年目を迎え、区民の皆さまの暮らしを支える大切な社会基盤として発展してまいりました。

現在の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％程度で推移し、その中で75歳以上の後期高齢者人口が65歳から74歳までの人口を上回る状況にあります。また、認知症高齢者の増加など、今後も介護事業にかかるサービス量や費用等の増加が見込まれています。

このような状況を踏まえ、「地域包括ケアの充実による地域共生社会の実現」を引き続き重点課題として位置づけ、課題解決に向けた8つのプロジェクトを様々な関係機関と連携を図りながら着実に取り組んでまいります。そして、今後も持続可能な介護保険制度を運営し、区民の皆様が「できる限り住み慣れた地域・我が家で暮らす」ことができるよう、介護の担い手不足や健康寿命の延伸など、喫緊の課題にも迅速に対応してまいります。

これからも、「区民の幸福（しあわせ）」、すなわちウェルビーイングの視点から介護保険事業および高齢者福祉施策を展開し、「誰もが生きがいを感じ、自分らしく暮らしていける品川」を創造してまいります。区民の皆様の一層のご理解とご協力をお願いするとともに、ぜひ、このパンフレットをご活用いただければ幸いです。

令和8年4月
品川区長　**森澤　恭子**

品川区が目指す高齢者介護の目標

「できる限り住み慣れた地域・我が家で暮らす」

高齢者と家族が、介護保険サービス等の公的サービスと住民の互助活動、民間サービスを活用しながら、心身が不自由になっても、できる限り住み慣れた「地域」や「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目指すこと

2 利用者本位（尊厳の保持）
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）の醸成
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
税金の控除 …… 5
●65歳以上の人（第1号被保険者）の保険料 …… 6
保険料を納めないでいると▶P4

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
●サービス・活動事業（重度化を予防する事業） …… 32
●一般介護予防事業（日常生活に必要な元気度をアップする事業） …… 34
●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 …… 42
●認知症の人を含む誰もが自分らしく暮らし続けられるために …… 44
●高齢者の虐待防止と孤立死をなくすために …… 48

※相談・申請窓口については裏表紙に掲載しております。

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

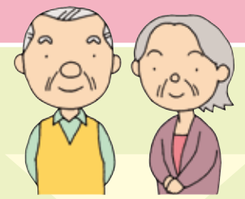
- 指定を受けた社会福祉法人、医療法人、民間企業などが、在宅サービスや施設サービス、地域密着型サービスなどを提供します。

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）

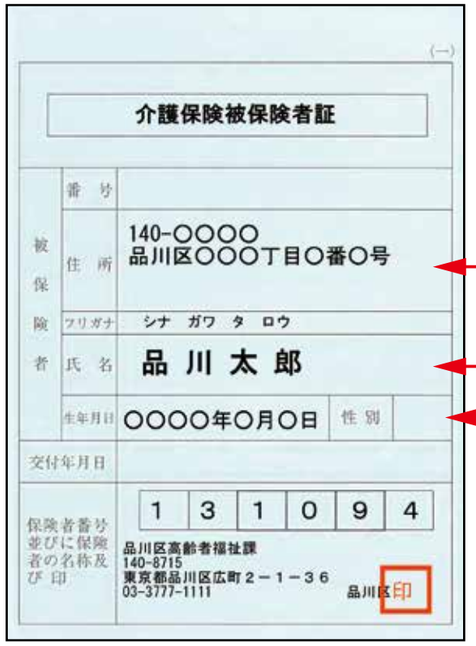
サービスを利用できるのは

加齢に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！



●ご自身の住所、氏名、生年月日が記載されます。

●認定された介護度が記載されます。

●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の方の限度額は30万9,380円です。（標準地域の場合。P17参照）

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

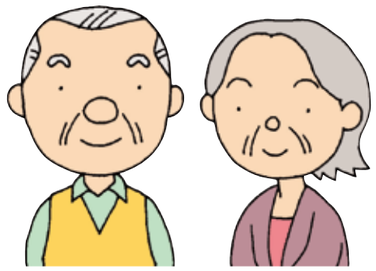
保険証には有効期限はありません。ただし、要介護認定には有効期間があります。介護保険のサービスを利用する場合は、有効期間にご注意ください。

●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月下旬頃に交付されます。

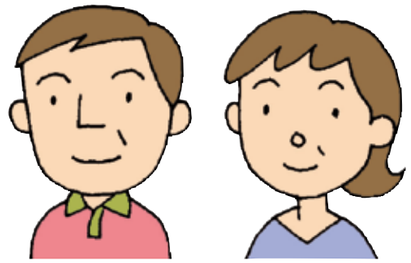
65歳以上の人は

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

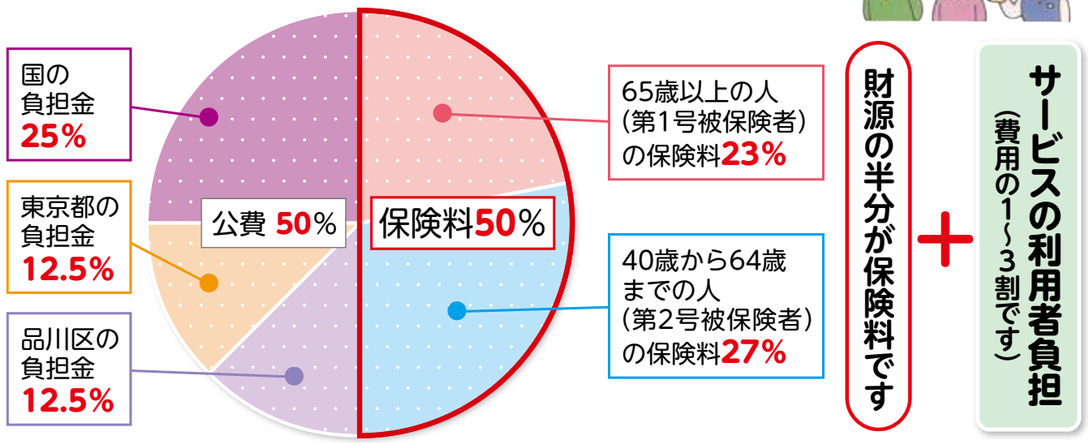
要支援・要介護と認定された人や、保険証交付の申請をした人に交付されます。



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

国民健康保険や社会保険など、その人が加入している医療保険の保険料算定方法に基づいて決められ、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。

納め方　医療保険分（国民健康保険）等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　医療保険料等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。

税金の控除

介護保険料や介護保険サービスの利用料などについて、所得税や区民税の所得控除が受けられる場合があります。

●**社会保険料控除**　支払った介護保険料は社会保険料控除の対象となります。
問い合わせ／高齢者福祉課介護保険料係　☎03-5742-6681

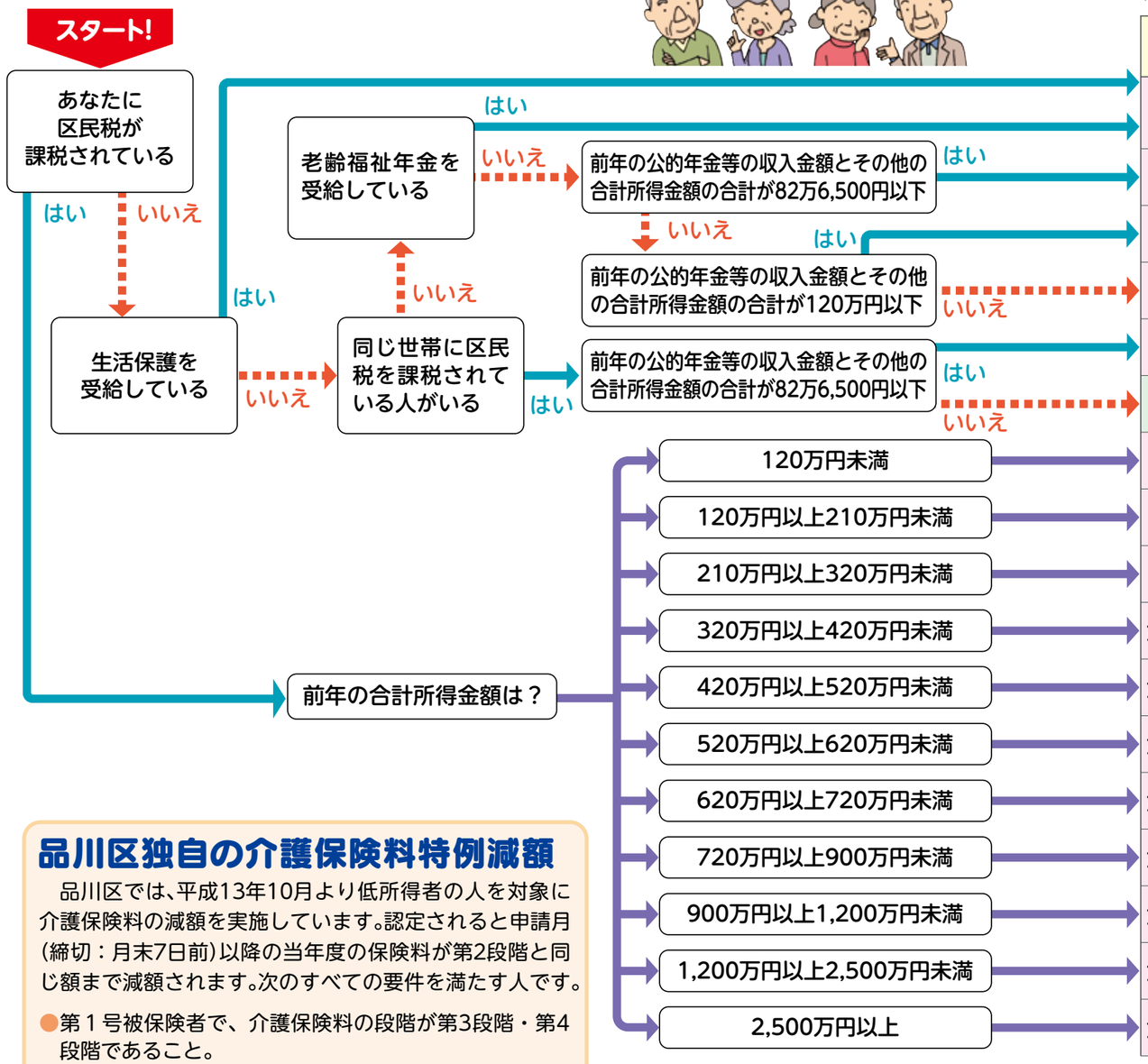
●**障害者または特別障害者控除**　12月末現在で要介護3以上の認定期間が6か月以上継続している65歳以上の方は、障害者手帳をお持ちでなくても、障害者控除対象者認定書の交付により障害者控除等の対象になります。
問い合わせ／高齢者福祉課介護認定係　☎03-5742-6731

●**医療費控除**　介護保険サービスの利用料（自己負担分）は、利用した医療系サービスまたは医療系サービスとの組み合わせによって医療費控除の対象となる場合があります。

＊所得控除に関する全般的なお問い合わせは、管轄の税務署または区役所税務課までお問い合わせください。

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17段階に調整されます。



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。

- 「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。

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　☎03-5742-6681

保険料段階	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×0.25	19,500円
第2段階	●世帯全員が区民税非課税で、本人の前年の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が82万6,500円以下の人	基準額×0.25	19,500円
第3段階	●世帯全員が区民税非課税で、本人の前年の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が82万6,500円を超え120万円以下の人	基準額×0.30	23,400円
第4段階	●世帯全員が区民税非課税で、本人の前年の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が120万円を超える人	基準額×0.65	50,700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、前年の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が82万6,500円以下の人	基準額×0.85	66,300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、前年の公的年金等の収入金額とその他の合計所得金額の合計が82万6,500円を超える人	基準額（月額6,500円）	78,000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×1.10	85,800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210万円未満の人	基準額×1.25	97,500円
第9段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の人	基準額×1.45	113,100円
第10段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上420万円未満の人	基準額×1.65	128,700円
第11段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が420万円以上520万円未満の人	基準額×1.80	140,400円
第12段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が520万円以上620万円未満の人	基準額×1.90	148,200円
第13段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満の人	基準額×2.00	156,000円
第14段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が720万円以上900万円未満の人	基準額×2.10	163,800円
第15段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が900万円以上1,200万円未満の人	基準額×2.40	187,200円
第16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2,500万円未満の人	基準額×2.70	210,600円
第17段階	●本人が区民税課税で、前年の合計所得金額が2,500万円以上の人	基準額×3.30	257,400円

- 「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、所得控除（扶養控除や医療費控除等）や損失の繰越控除をする前の金額です。分離所得も含まれます。土地建物等の譲渡所得がある場合には、長期譲渡所得および短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した額を用います。
- 「その他の合計所得金額」とは…
  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です。給与所得が含まれている場合は、当該給与所得（所得金額調整控除が行われている場合にはその控除前の金額）から10万円を控除した金額となります。（控除後の金額が0円を下回った場合は0円とみなします）。
- 令和8年度介護保険料算定の特例…
  令和7年度税制改正により、令和7年中の給与所得控除の最低保証額が55万円から65万円に引き上げられますが、介護保険事業の歳入歳出バランスを保つため、令和8年度の介護保険料の算定においては、従前の控除額と同様に調整して計算します。また、世帯の住民税賦課状況の判定においても、同様に調整して介護保険料を算定します。

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。

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）

介護保険料は前年の所得に基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）。

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	●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 ●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
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	●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 ●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 ●新たに老齢・退職・障害・遺族年金を受給しはじめたとき

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！

●口座振替依頼書（紙）での申込
必要事項のご記入、通帳届出印を押印の上、お申し込みください。毎月15日までの申込で、翌月分より口座振替開始予定です。

●パソコン・スマホでの申込（届出印不要）
毎月末日までの申込（正常に登録完了）で、翌月分より口座振替開始予定です。
専用サイト「品川区Web口座振替受付サービス」からお申し込みください。

↑バーコードを読み取ると専用サイトへアクセスできます

7月に令和8年度の介護保険料額をお知らせします。

特別徴収
令和7年中の所得（令和8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月の保険料額を除いた金額を10・12・2月に振り分けたものです。
●令和8年4・6・8月の金額は令和8年2月の年金から天引きした額と同額になります。
※8月の徴収額が変更になる方には7月の通知でお知らせします。

普通徴収
令和7年中の所得（令和8年度区民税）などをもとに年間の保険料を決定し、令和8年7月～令和9年3月までの9期に振り分けたものです。
※令和8年度から4月の介護保険料額の通知を廃止して、7月のみ通知をお送りします。
※「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。

介護保険料額をお知らせする通知はシルバーパス（70歳以上）の手続きに使用できるので、大切に保管してください。
シルバーパスのお問い合わせは下記へお願いします。
▶一般社団法人東京バス協会　☎03-5308-6950（区役所では取扱いしていません）

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。

総合相談窓口
支　援

ケアマネジメント

＜予防マネジメント＞
・要支援1・2の人
・総合事業対象者
介護予防サービス計画（介護予防ケアプラン）の作成

＜介護マネジメント＞
・要介護1～5の人
介護サービス計画（ケアプラン）の作成

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。

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、居宅介護支援事業者（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）、居宅介護支援事業者等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

サービス・活動事業

・予防訪問事業
・生活機能向上支援訪問事業
・すけっとサービス
・管理栄養士派遣による栄養改善事業
・柔道整復師による機能訓練訪問事業
・予防通所事業
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
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（まひ）などの有無
- 拘縮（こうしゅく）の有無
- 寝返り
- 起き上がり
- 座位保持
- 両足での立位保持
- 歩行
- 移乗
- 移動
- 立ち上がり
- 片足での立位
- 洗身
- えん下
- 食事摂取
- 排尿
- 排便
- 清潔
- 衣服着脱
- 薬の内服
- 金銭の管理
- 日常の意思決定
- 視力
- 聴力
- 意思の伝達
- 記憶・理解
- ひどい物忘れ
- 大声を出す

概況調査
- 過去14日間に受けた医療
- 日常生活自立度
- 外出頻度

特記事項

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基づいて、「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　が必要です。

身元確認書類提示のお願い

申請の際には身元確認書類が必要です。以下の書類をご提示ください。

●本人または使者（家族等）が申請する場合

❶1点で身元確認ができる書類…被保険者本人のマイナンバーカード（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

❷2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、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人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　☎03-5742-6731）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るのですか？

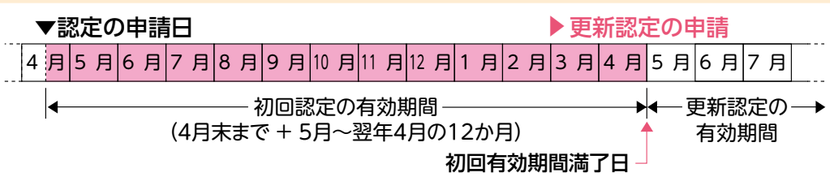
要介護認定の初回認定の有効期間は、原則として申請日から12か月となります。

※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3～48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、そのプランに基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。

自立の人
一般介護予防事業
介護や介助を必要としない人。

→ **一般介護予防事業利用の申込み**
区の広報紙でお知らせします。

→ **一般介護予防事業を利用**
ご自身で目標を持ってサービスを利用

P34へ

→ 現在の日常生活能力を維持しましょう

区総合事業対象の人
地域支援事業によるサービス・活動事業（予防訪問事業・予防通所事業等）
日常生活能力の低下が心配され、将来的に介護が必要になる可能性が高い人。また、予防訪問介護または予防通所介護相当のサービスを必要とする要支援１・２の人。

→ **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）

ケアマネジャーによるアセスメント※
アセスメント表や本人・家族との話し合いにより、利用者の心身の状態や環境、生活歴などを把握し、課題を分析します。

→ **サービス担当者との話し合い**
目標を設定して、それを達成するための支援メニューを、利用者・家族とサービス担当者を含めて検討します。

→ **介護予防ケアプランの作成**
目標を達成するため、サービスの種類や回数を決定します。

→ **サービス・活動事業を利用**
ご自身で目標を持ってサービスを利用

P32へ

→ 低下しかけていた日常生活能力を取り戻し、維持しましょう

要支援1・2の人
介護予防サービス（予防給付）
日常生活上の基本動作はほぼ自立している、または要介護だが状態が軽く、サービス利用によって生活能力の維持や改善の可能性が高い人。

→ **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）
居宅介護支援事業所

ケアマネジャーによるアセスメント※
アセスメント表や本人・家族との話し合いにより、利用者の心身の状態や環境、生活歴などを把握し、課題を分析します。

→ **サービス担当者との話し合い**
目標を設定して、それを達成するための支援メニューを、利用者・家族とサービス担当者を含めて検討します。

→ **介護予防ケアプランの作成**
目標を達成するため、サービスの種類や回数を決定します。

→ **介護予防サービスを利用**

P20へ

→ ケアマネジャーが、一定期間ごとに効果を評価し、プランを見直す※

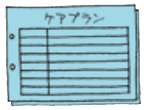
要介護1～5の人
介護サービス（介護給付）
日常生活で介護を必要とする度合いの高い人。心身状態にあった適切なサービスを利用し、在宅での生活の維持・改善を図ります。

→ **ケアマネジメント**
在宅介護支援センター
居宅介護支援事業所

ケアマネジャーによるアセスメント※
利用者の心身の状態や環境、生活歴などを把握し、課題を分析します。

サービス担当者との話し合い
本人の力を引き出せるようなサービスを、利用者・家族とサービス担当者を含めて検討します。

ケアプランの作成
利用するサービスの種類や回数を決定します。



→ **介護サービスを利用**

P20へ

→ ケアマネジャーが、サービスの効果や本人の状態を評価し、ケアプランを見直す※

※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。

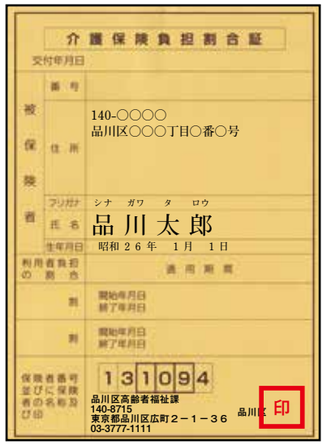
サービスを利用したときの自己負担額について

自己負担の割合について（「負担割合証」について）

ケアプランに基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。

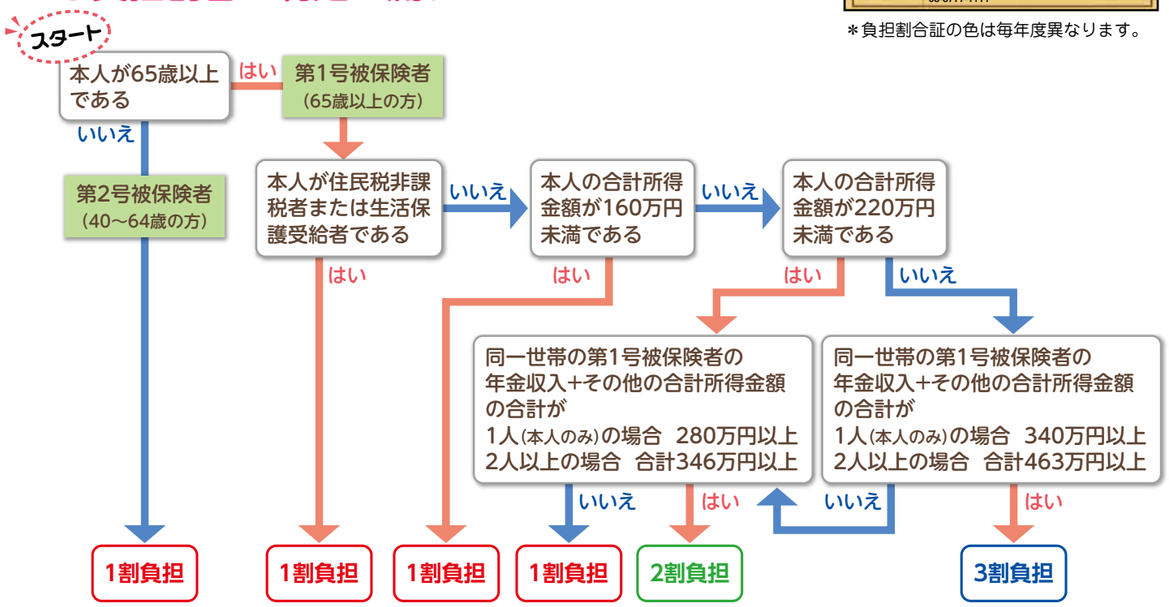
- 介護認定または総合事業対象者の判定を受けた（受けている）方等に「負担割合証」を交付します。
- 「負担割合証」はご自身の負担割合が何割か示す証となり、サービスを利用する際は「介護保険被保険者証」と一緒に担当ケアマネジャーやサービス提供事業者へ提示します。
- 自己負担の割合は毎年判定※2し、判定後の「負担割合証」は7月下旬頃に送付します（有効期間は8月1日～翌年７月31日）。

※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。「合計所得金額」に給与所得または公的年金等に係る雑所得が含まれている場合には、当該給与所得の金額または公的年金等所得の合計額から10万円を控除（控除後の額が0円を下回る場合は0円）します。

●「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。「その他の合計所得金額」に給与所得が含まれている場合には、給与所得から10万円を控除（控除後の額が0円を下回る場合は0円）します。公的年金等に係る雑所得があり、所得金額調整控除の適用がある場合は、給与所得に所得金額調整控除額を加えた額から10万円を控除（控除後の額が0円を下回る場合は0円）します。

問い合わせ／高齢者福祉課介護給付係　☎03-5742-6927

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	50,320円
要支援2	105,310円
例 要介護1	167,650円
要介護2	197,050円
要介護3	270,480円
要介護4	309,380円
要介護5	362,170円

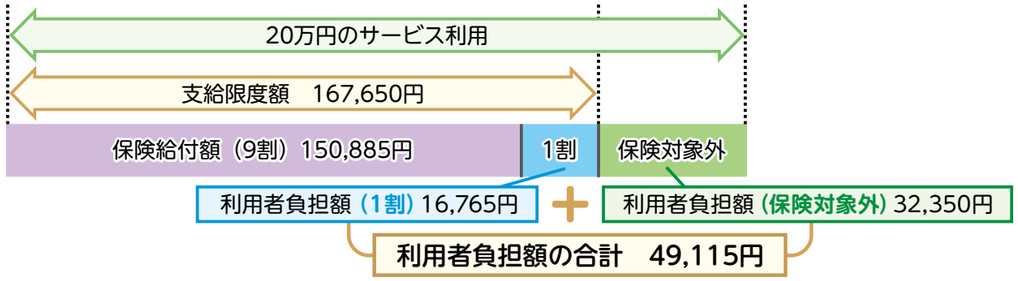
※上記の支給限度額は標準地域のケースで、人件費等の地域差に応じて限度額の加算が行われます。

介護職員等処遇改善加算があります

介護に従事する人の処遇を改善するため、「介護職員等処遇改善加算」がおもな在宅サービスと施設サービス、地域密着型サービス等に加算されます。

なお、この加算は支給限度額の算定の対象にはなりません。

例　要介護1（支給限度額167,650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❶～❹が利用者の負担となります。

❶サービス費用の1割、2割、3割　＋　❷食費（全額）　＋　❸居住費（滞在費）（全額）　＋　❹日常生活費（全額）

■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**：1,445円（【令和8年8月から1,545円】）
- **居住費**：ユニット型個室 2,066円
  ユニット型個室的多床室 1,728円
  従来型個室 1,728円（介護老人福祉施設と短期入所生活介護は1,231円）
  多床室 437円（介護老人福祉施設と短期入所生活介護は915円）
  （室料を徴収する介護老人保健施設・介護医療院は697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。

＊限度額認定証の色は毎年度異なります。

※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）。
※非課税世帯（別世帯配偶者も含む）かつ預貯金等が一定額（下記参照）以下である場合に適用となります。
・第1段階　：単身1,000万円、夫婦2,000万円以下
・第2段階　：単身　650万円、夫婦1,650万円以下
・第3段階①：単身　550万円、夫婦1,550万円以下
・第3段階②：単身　500万円、夫婦1,500万円以下
・第2号被保険者（40歳以上65歳未満）：単身1,000万円、夫婦2,000万円以下
※課税世帯に対する特例措置もあります。詳しくはお問い合わせください。

◆負担限度額（1日当たり）

●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。
●令和8年8月から食費と居住費等が（赤字）の金額に変わります。

利用者負担段階		居住費等				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	施設サービス	短期入所サービス
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 ・生活保護の受給者	880円	550円	550円 (380円)	0円	300円	300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・非課税年金収入額が80.9万円以下の人 └──令和8年8月から【82.65万円】	880円	550円	550円 (480円)	430円	390円	600円
第3段階①	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・非課税年金収入額が80.9万円超120万円以下の人 └──令和8年8月から【82.65万円】	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	650円 680円	1,000円 1,030円
第3段階②	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・非課税年金収入額が120万円超の人	1,370円 1,470円	1,370円 1,470円	1,370円 (880円) 1,470円 (980円)	430円 530円※1	1,360円 1,420円	1,300円 1,360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。
※1 室料を徴収しない老健・医療院の多床室の第3段階②における限度額は430円となります。

●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、段階に応じて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　☎03-5742-6927

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）

※「合計所得金額」P16参照

利用者負担段階区分	上限額（世帯合計）
●課税所得690万円（年収約1,160万円）以上の第1号被保険者（65歳以上）がいる世帯	140,100円
●課税所得380万円（年収約770万円）以上690万円（年収約1,160万円）未満の第1号被保険者（65歳以上）がいる世帯	93,000円
●課税所得380万円（年収約770万円）未満の第1号被保険者（65歳以上）がいる世帯 ●住民税課税者がいる世帯	44,400円
●住民税世帯非課税等	24,600円
●合計所得金額※および課税年金収入額の合計が80.9万円以下（令和8年8月以降は82.65万円以下）の人 ●老齢福祉年金の受給者	15,000円（個人）
●生活保護の受給者 ●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	15,000円（個人） 15,000円

●介護保険と医療保険の利用者負担が高額になったとき

介護保険と医療保険の両方の利用者負担が高額になった場合は合算することができます（高額医療・高額介護合算制度）。介護保険と医療保険でそれぞれ月の限度額を適用後、年間（8月～翌年7月）の利用者負担額を合算して下表の限度額を超えたときは申請により超えた分が後から支給されます。

◆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
901万円超	212万円
600万円超901万円以下	141万円
210万円超600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
住民税非課税世帯	34万円

所得区分	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
課税所得690万円以上	212万円	212万円
課税所得380万円以上	141万円	141万円
課税所得145万円以上	67万円	67万円
一　般	56万円	56万円
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　☎03-5742-6927

利用の費用は？

サービスに苦情や不満があるとき

サービスを利用していて困ったことがあったとき、サービス提供事業者に相談しづらいときは、下のような相談先があります。サービスに関しての苦情や要望は、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と安心です。

区（地域包括支援センター）の窓口に相談

●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、介護保険法およびその他法令または通知に基づき、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。

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。

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）
通所介護★ （デイサービス） **予防通所事業** 	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。 **くわしくはP33へ**	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。 **◆サービス費用のめやす** （利用者負担／1日）※送迎を含む ◎通常規模の事業所の場合 （5時間以上6時間未満の場合） 要介護1／ 6,213円（ 622円） 要介護2／ 7,335円（ 734円） 要介護3／ 8,469円（ 847円） 要介護4／ 9,592円（ 960円） 要介護5／10,725円（1,073円） ◎通常規模の事業所の場合 （7時間以上8時間未満の場合） 要介護1／ 7,172円（ 718円） 要介護2／ 8,469円（ 847円） 要介護3／ 9,810円（ 981円） 要介護4／11,150円（1,115円） 要介護5／12,513円（1,252円） ※食事代は別途700円程度の自己負担

●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）
通所リハビリテーション （デイケア） **介護予防通所リハビリテーション** 	老人保健施設や医療機関等で、共通的サービスとして日常生活上の支援やリハビリテーションを行うほか、その人の目標に合わせた選択的サービス（下の表）を提供します。 ※利用できるのは1つの事業所のみです。 **◆サービス費用のめやす**（月単位の定額） （利用者負担／1月） 共通的サービス ※送迎、入浴を含む 要支援1／25,174円（2,518円） 要支援2／46,930円（4,693円） 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。 栄養改善 2,220円（222円） 口腔機能向上 1,665円（167円） **栄養改善** 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。 **口腔機能の向上** 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。	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。 **◆サービス費用のめやす** （利用者負担／1日）※送迎を含む ◎通常規模の事業所の場合 （7時間以上8時間未満の場合） 要介護1／ 8,458円（ 846円） 要介護2／10,023円（1,003円） 要介護3／11,610円（1,161円） 要介護4／13,486円（1,349円） 要介護5／15,306円（1,531円） ※食事代は別途700円程度の自己負担

●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1～5の人
要支援者夜間対応サービス	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。サービス内容等は、夜間対応型訪問介護サービスに準じます。
要支援者通院介助サービス	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。予防訪問事業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）
要介護者病院内介助サービス	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）

●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）
訪問介護★ （ホームヘルプ） **予防訪問事業** 	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。 **くわしくはP32へ**	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。 **◆サービス費用のめやす** （利用者負担／1回） ◎身体介護（20分以上30分未満の場合） 2,781円（279円） ◎生活援助（20分以上45分未満の場合） 2,040円（204円） ※早朝、夜間、深夜などは加算あり ◎通院のための乗車または降車の介助（1回につき） 1,105円（111円） ※運賃は別途自己負担

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
- 官公署への届け出等の同行

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、本人が自身で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、床のワックスがけ
- 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（P47）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。

●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） 9,758円（976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） 14,432円（1,444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の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） 3,307円（331円） ※20分以上の指導を行った場合	◆サービス費用のめやす（利用者負担／1回） 3,418円（342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）5,141円（515円） （30分以上1時間未満）9,051円（906円） ◎病院または診療所から （30分未満）4,354円（436円） （30分以上1時間未満）6,304円（631円）	◆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）5,369円（537円） （30分以上1時間未満）9,382円（939円） ◎病院または診療所から （30分未満）4,548円（455円） （30分以上1時間未満）6,543円（655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） ◎医師による指導の場合 5,150円（515円）〈1か月に2回まで〉	◆サービス費用のめやす（利用者負担／1回） ◎医師による指導の場合 5,150円（515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（工事をともなわないもの） ●スロープ（工事をともなわないもの） ●歩行器 ●歩行補助つえ ●固定用スロープ ●歩行器（歩行車を除く） ●単点杖（松葉杖を除く） ●多点杖	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（工事をともなわないもの） ●スロープ（工事をともなわないもの） ●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。

貸与の対象となる用具のうち、固定用スロープ（携帯用は除く）、歩行器（歩行車は除く）、単点杖（松葉杖は除く）、多点杖は、ケアマネジャーや福祉用具専門相談員の提案を受け、利用者の意思決定で購入することも可能です。

●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。

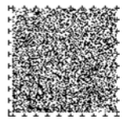
●在宅での暮らしを支える

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　●排泄予測支援機器　●固定用スロープ ●歩行器（歩行車を除く）　●単点杖（松葉杖を除く）　●多点杖 貸与の対象となる用具のうち、固定用スロープ（携帯用は除く）、歩行器（歩行車は除く）、単点杖（松葉杖は除く）、多点杖は、ケアマネジャーや福祉用具専門相談員の提案を受け、利用者の意思決定で購入することも可能です。 ■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　☎03-5742-6927**	

●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） **介護予防短期入所生活介護**★／ **介護予防短期入所療養介護**	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1／5,006円（501円） 要支援2／6,227円（623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1／6,681円（669円） 要支援2／8,436円（844円）	◆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1／6,693円（670円） 要介護2／7,459円（746円） 要介護3／8,269円（827円） 要介護4／9,046円（905円） 要介護5／9,812円（982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／　9,047円（　905円） 要介護2／　9,592円（　960円） 要介護3／10,289円（1,029円） 要介護4／10,867円（1,087円） 要介護5／11,466円（1,147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） 14,126円（1,413円）

※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）



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。
※入所対象者は、原則として要介護3以上の人です。

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

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。

◆施設サービス費用（自己負担1割相当）のめやす<多床室>（30日）

要介護3 ／約239,364円（約23,937円）
要介護4 ／約262,254円（約26,226円）
要介護5 ／約284,817円（約28,482円）

【参考】
要介護1 ／約192,603円（約19,261円）
要介護2 ／約215,493円（約21,550円）

●食費（約47,000円）、居住費 （約10,000円～60,000円）
※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）

地域密着型サービス 地域密着型介護老人福祉施設（入所定員が29人以下）

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。

◆サービス費用のめやす（利用者負担／30日）

◎ユニット型個室の場合
要介護3 ／約270,756円（約27,076円）
要介護4 ／約294,627円（約29,463円）
要介護5 ／約317,517円（約31,752円）

【参考】
要介護1 ／約223,014円（約22,302円）
要介護2 ／約246,231円（約24,624円）

●食費（約47,000円）、居住費 （約10,000円～60,000円）
※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）

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、できる限り住み慣れた地域・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。

高齢者福祉課

- 在宅介護が、困難になった ⇄ ケアマネジャーと相談、ケアプランやサービスの再調整
- 入所申込（申込締切8月末、2月末）（その都度申込みが必要です）
- 退院予定だが在宅生活は難しい
- 他の施設での介護が困難になった

特別養護老人ホーム入所調整会議

◆入所優先度の審査と調整名簿の作成（年2回）希望の施設を聞き、優先順位を審査して名簿を作成します。
入所調整の基準：要介護度／年齢／介護期間／介護の状況（介護者の年齢・健康状態等）
◆委　員　保険者（区）、社会福祉法人（特別養護老人ホーム施設長・在宅介護支援センター管理者等）、医師、民生委員

施設へ調整名簿等の情報提供 → **特別養護老人ホーム**
名簿掲載者の状況の把握
↓
本人・家族と入所契約

※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　☎03-5742-6737**

介護老人保健施設

※要支援1・2の人は利用できません。

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。

◆施設サービス費用（自己負担1割相当）のめやす<多床室>（30日）

要介護1 ／約259,311円（約25,932円）
要介護2 ／約275,661円（約27,567円）
要介護3 ／約296,916円（約29,692円）
要介護4 ／約314,247円（約31,425円）
要介護5 ／約330,924円（約33,093円）

●食　費（約47,000円）、居住費（約10,000円～60,000円）
※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）

介護医療院

※要支援1・2の人は利用できません。

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。

◆施設サービス費用（自己負担1割相当）のめやす<多床室>（30日）

要介護1 ／約272,391円（約27,240円）
要介護2 ／約308,361円（約30,837円）
要介護3 ／約386,514円（約38,652円）
要介護4 ／約419,541円（約41,955円）
要介護5 ／約449,625円（約44,963円）

●食　費（約47,000円）、居住費（約10,000円～60,000円）
※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）

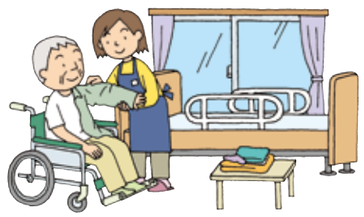
●自宅生活に近い暮らしをする

特定施設入居者生活介護(※1)　介護予防特定施設入居者生活介護

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。

◆サービス費用のめやす（利用者負担／30日）

要支援1 ／ 約59,841円（ 約5,985円）
要支援2 ／約102,351円（約10,236円）
要介護1 ／約177,234円（約17,724円）
要介護2 ／約199,143円（約19,915円）
要介護3 ／約222,033円（約22,204円）
要介護4 ／約243,288円（約24,329円）
要介護5 ／約265,851円（約26,586円）



※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

地域密着型サービス 地域密着型特定施設入居者生活介護(※1)

※要支援1・2の人は利用できません。

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。

◆サービス費用のめやす（利用者負担／30日）

要介護1 ／約178,542円（約17,855円）
要介護2 ／約200,778円（約20,078円）
要介護3 ／約223,995円（約22,400円）
要介護4 ／約245,250円（約24,526円）
要介護5 ／約268,140円（約26,815円）

※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

※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

地域密着型サービス
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
（認知症高齢者グループホーム）
※要支援1の人は利用できません。

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。

◆サービス費用のめやす（利用者負担／30日）

◎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）

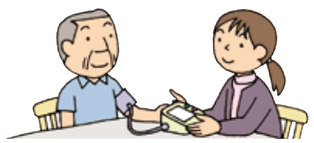
要支援2 ／約248,847円（約24,885円）
要介護1 ／約250,155円（約25,016円）
要介護2 ／約261,927円（約26,193円）
要介護3 ／約269,448円（約26,945円）
要介護4 ／約275,007円（約27,501円）
要介護5 ／約280,893円（約28,090円）

※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））

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実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）
小規模多機能型居宅介護★ ※要支援1・2の人も利用できます。	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 ／ 116,083円（11,609円） 要介護2 ／ 170,607円（17,061円） 要介護3 ／ 248,184円（24,819円） 要介護4 ／ 273,914円（27,392円） 要介護5 ／ 302,019円（30,202円）
看護小規模多機能型居宅介護★	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 ／ 138,161円（13,817円） 要介護2 ／ 193,306円（19,331円） 要介護3 ／ 271,739円（27,174円） 要介護4 ／ 308,202円（30,821円） 要介護5 ／ 348,628円（34,863円） 

認知症対応型通所介護 **（認知症デイサービス）** ※要支援1・2の人も利用できます。	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）※送迎を含む ※食事代等は別途700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 ／ 11,033円（1,104円） 要介護2 ／ 12,232円（1,224円） 要介護3 ／ 13,431円（1,344円） 要介護4 ／ 14,640円（1,464円） 要介護5 ／ 15,839円（1,584円）
夜間対応型訪問介護 ※品川区では、市町村特別給付により要支援1・2の人も利用することができます。	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）　11,274円（1,128円） ◎定期訪問（1回につき）　4,240円（424円） ◎随時訪問（1人対応、1回につき）　6,463円（647円） ※その他通話料等は全額自己負担
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	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 ／ 62,084円（6,209円） 要介護2 ／ 110,808円（11,081円） 要介護3 ／ 183,996円（18,400円） 要介護4 ／ 232,753円（23,276円） 要介護5 ／ 281,488円（28,149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 ／ 33,755円（3,376円）、 要介護5 ／ 42,875円（4,288円）
地域密着型通所介護★	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 ／ 8,207円（821円） 要介護2 ／ 9,701円（971円） 要介護3 ／ 11,248円（1,125円） 要介護4 ／ 12,774円（1,278円） 要介護5 ／ 14,300円（1,430円） ※食事代は別途700円程度の自己負担

※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。

◆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。

（いずれかにチェックしてください）→ 回答

1	バスや電車で1人で外出していますか	□はい	□いいえ
2	日用品の買い物をしていますか	□はい	□いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	□はい	□いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	□はい	□いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	□はい	□いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか	□はい	□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	□はい	□いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	□はい	□いいえ
9	この1年間に転んだことはありますか	□はい	□いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	□はい	□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	□はい	□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）	□はい	□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	□はい	□いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	□はい	□いいえ
15	口の渇きが気になりますか	□はい	□いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	□はい	□いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	□はい	□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言われますか	□はい	□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	□はい	□いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	□はい	□いいえ
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	□はい	□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	□はい	□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	□はい	□いいえ
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	□はい	□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	□はい	□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。

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。

主な介護予防サービス

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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、うつなどを招きやすくなります。

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。

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。

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。

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。

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。

介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・日常生活支援総合事業（通称：総合事業）は、要介護認定により要支援1または要支援2の認定を受けた方、基本チェックリストの実施により総合事業対象者となった方（P10「利用までの流れ」参照）が、訪問型または通所型サービスを必要とする場合（P14・15「心身の状態に合ったサービスを利用します」参照）に、サービス・活動事業として次のサービスを利用することができます。

また、すべての高齢者を対象とした一般介護予防事業では、要介護状態にならないよう多様な介護予防事業を実施しています。

このほかに総合事業以外にも、健康づくり・生きがいづくりなどを介護予防に関連する事業として実施しているほか、日常生活を支援し在宅を支える事業や安否確認・安全確保、介護者への支援のための事業も行っています。

サービス・活動事業（重度化を予防する事業）

●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。

●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。

※事業の種類によって、加算により別途費用がかかる場合があります。

■予防訪問事業

訪問介護員（ヘルパー）が自宅に訪問し、食事・入浴・排せつの介助などの身体介護や掃除・洗濯・調理などの生活援助などが利用できます。

◆サービス費用のめやす〈月単位の定額〉（　）内は利用者負担額

週1回利用の場合／1か月	13,406円（1,341円）
週2回利用の場合／1か月	26,778円（2,678円）

■生活機能向上支援訪問事業

「予防訪問事業」におけるサービスのうち、身体介護を除く専ら生活援助中心型のサービスです。

◆サービス費用のめやす〈月単位の定額〉（　）内は利用者負担額

週1回利用の場合／1か月	11,742円（1,175円）
週2回利用の場合／1か月	23,484円（2,349円）

■すけっとサービス

さわやかサービス協力会員（ボランティア）が自宅に訪問し、掃除・調理・買い物などの家事援助を行います。

◆サービス費用のめやす

週1回　400円／回　1回1時間程度　利用会員年会費　2,000円

■管理栄養士派遣による栄養改善事業

管理栄養士が自宅に訪問し、介護や支援が必要となるおそれのある人向けに、低栄養や生活習慣病等を予防するための食事・栄養指導を行います。

◆サービス費用のめやす

月2回程度、3か月／1クール（300円／回） 1回1時間程度

■柔道整復師による機能訓練訪問事業

柔道整復師（機能訓練指導員）が自宅に訪問し外出が難しい人や閉じこもりがちな人向けに、生活・運動機能を向上するための運動指導・外出訓練を行います。

◆サービス費用のめやす

週2回　3か月／1クール　300円／回　1回30分程度

■予防通所事業

通所介護施設で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〈月単位の定額〉（　）内は利用者負担額

週1回利用の場合／1か月	13,319円（1,332円）
週2回利用の場合／1か月	26,923円（2,693円）

※入浴・送迎を利用する場合は別途費用がかかります。

■いきいき活動支援プログラム

通所介護施設において、予防通所事業を組み合わせて、介護予防や自立支援のための通所介護施設ごとに独自のサービスを行います。

◆サービス費用のめやす〈月単位の定額〉（　）内は利用者負担額

週1回利用の場合／1か月	4,926円（493円）
週2回利用の場合／1か月	8,763円（877円）

※内容はご利用になる通所介護施設が区に届け出て承認された内容で、施設により異なります。

■介護予防サービス「地域ミニデイ」

区内社会福祉法人などの有償ボランティアが主体となり、体操やレクリエーション活動などを行うことで、日常生活に必要な機能訓練を行います。

◆サービス費用のめやす

週1回　無料（ただし、昼食代等の実費あり）　1回2～4時間程度

名　称	会　場	所在地	日　時
東品川ゆうゆう	東品川ゆうゆうプラザ	東品川3-32-10	月曜日 午前9時30分～正午
平塚ゆうゆう	平塚ゆうゆうプラザ	平塚2-10-20	火曜日 午前9時～正午
北品川ゆうゆう	北品川ゆうゆうプラザ	北品川1-29-12	火曜日 午前9時～11時
大井三丁目ゆうゆう	大井三丁目ゆうゆうプラザ	大井3-17-16	水曜日 午前10時30分～午後3時30分
大井林町ほのぼの	大井林町高齢者住宅「憩いの場」	東大井4-9-1	木曜日 午前10時～正午
平塚橋ゆうゆう	平塚橋ゆうゆうプラザ	西中延1-2-8	金曜日 午前10時～午後0時30分
大崎ゆうゆう	大崎ゆうゆうプラザ	大崎2-7-13	金曜日 午前9時30分～11時30分

一般介護予防事業
（日常生活に必要な元気度をアップする事業）

高齢者のさまざまなニーズに対応し、転倒予防・認知症予防・栄養改善など目的に応じた多様な介護予防事業を行っています。65歳以上の方が対象です。

募集期間や定員等は広報しながわなどでお知らせします。

こんな方にお勧めです

ステップ１　日常生活に多少の不安を感じている方、最近、外出する機会が少なくなった方
ステップ２　もの忘れが気になる、日常生活でつまずきやすくなった、転びやすくなったと感じる方
ステップ３　日常生活に支障はないが、普段あまり身体を動かす機会の少ない方

事業名		内　容	開催回数・費用等	お問い合わせ先
運動系介護予防事業	カラダ見える化トレーニング 元 日	民間フィットネスジム等で、筋力や歩行姿勢などを専用機器で測定し“見える化”します。 ①**筋トレマシンクラス（ステップ3）** 最先端のトレーニングマシンを使って、全身の筋力をバランスよく効率的に鍛えるトレーニング。 ②**足腰しっかりクラス（ステップ3）** マシンとマット運動を組み合わせ、下肢筋力の向上と安定して歩ける足腰づくりを目指したトレーニング。 ③**しなやかストレッチクラス（ステップ2）** 身体のバランスを整えながら、体の正しい動きを習得し、歩行や日常動作をスムーズにすることを目指したトレーニング。 ④**体幹バランスクラス（ステップ3）** 体幹の使い方を学びながら、全身を用いた移動の動きがスムーズに遂行できる力を鍛えることを目指したトレーニング。 ⑤**姿勢歩行改善クラス（ステップ2）** マシンとステップ運動を組み合わせ、リズムよく歩ける能力と姿勢改善を目指すトレーニング。	週1回、6か月間 全24回 ①6,000円 ②6,000円 ③4,800円 ④4,800円 ⑤6,000円 （テキスト代別途負担あり） 1回　2時間程度	 高齢者地域支援課 介護予防推進係 ☎03-5742-6733 ※区の広報紙でお知らせします。
	マシンでトレーニング（ステップ3） 元 日	デイサービスセンターで、高齢者用に設計された筋力を鍛える運動機器（トレーニングマシン）を使って日常生活に必要な筋力をアップする運動です。	週1回、5か月間 全20回 4,000円 1回　1～2時間程度	
	うんどう機能トレーニング（ステップ3） 元 日	3つの選べるクラスで教室終了後も自主グループで仲間とともに運動を継続する方法を学べます。 ①ベーシッククラス 日常に必要な筋力や体力をアップする運動を行います。 ②ウォーキングクラス 日常の「歩き」を効果的にする体づくりを行います。 ③ニュースポーツクラス 年齢や体力にかかわらず取り組めるスポーツを行います。	週1回、5か月間 全12回 2,400円 1回　2時間程度	
	水中トレーニング（ステップ3） 元 日	水中運動浴槽を使用し、水圧・水温・浮力・抵抗・水流など水の持つ特性を活かして筋力・バランス機能をアップする運動です。	週1回、5か月間 全20回、8,000円 1回　1～2時間程度	
	身近でトレーニング（ステップ2） 元 日	デイサービスセンターで、椅子やタオルなど身近な物を使って日常生活に必要な筋力、柔軟性、バランス機能をアップする運動を行います。教室終了後も自宅で継続して行える運動です。	週1回、5か月間 全20回 4,000円 1回　1～2時間程度	

元 元気で自立している　日 日常生活に不安がある　介 介護が必要

事業名		内　容	開催回数・費用等	お問い合わせ先
運動系介護予防事業	健康やわら体操（ステップ２） 元 日	椅子を使って日常生活に必要な柔軟性・バランス機能をアップする運動を行います。教室終了後も自宅で継続して行える運動です。	週1回、3か月間 全10回 2,000円 1回　1時間30分程度	高齢者地域支援課 介護予防推進係 ☎03-5742-6733 ※区の広報紙でお知らせします。
	うんどう教室（ステップ１） 元 日	公園等に設置した健康遊具を使って日常生活で「つまずかない」・「ふらつかない」からだづくりを行う運動です。	月2回／全24回 特別養護老人ホームロイヤルサニーの屋上 鈴ヶ森・京陽・北浜・八潮公園 無料	
	予防ミニデイ 元 日	デイサービスセンターで、身体を動かしたり、趣味活動などの交流を図り、心身の活性化と仲間づくりを行います。	隔週1回、5か月間 全10回、2,000円 1回　2～3時間程度 会場によって実施日数・時間・費用が異なります。	
	ふれあい健康塾（ステップ１） 日	閉じこもりがちで足腰が弱ってきた方を対象とした、転倒骨折予防のための体操と、遊びや生活指導などを盛り込んだ健康教室です。健康維持と仲間づくり、心身のリフレッシュを目的としています。	月1回、無料 1回　90分程度	健康課 健康づくり係 ☎03-5742-6746
	しながわ出会いの湯 日	公衆浴場で、介護予防のための健康体操など気軽に参加できるお楽しみプログラムと入浴サービスを提供します。	毎週木曜日 （祝日除く）	
認知症予防事業	絵本読み聞かせ講座 元	絵本の読み聞かせ方法の基礎を学び、実践発表を行います。知的活動と社会参加を通した認知機能低下の予防を目的とする講座です。	週1回、4か月間 全18回（集団版認知機能検査2回＋基本講座12回＋フォローアップ講座4回） 無料、1回　2時間程度	高齢者地域支援課 認知症施策推進係 ☎03-5742-6802 ※区の広報紙でお知らせします。
	計画力育成講座（ステップ１） 元	効果的なウォーキングの方法の紹介や、日帰り旅行の計画・実践を通じて脳を活性化する認知機能低下の予防を目的とする講座です。	週1回、2か月間、全8回 1,000円（教材費） 日帰り旅行の実践に必要な交通費などは自己負担。1回　2時間程度	
	脳力アップ元気教室学習コース（ステップ２） 日	簡単な読み書き・計算を中心とする学習療法と、脳活性化エクササイズなどの軽い体操を組み合わせて行い、認知機能の低下を予防します。	週1回、延べ5か月 全20回 月額2,400円（教材費） 1回　90分程度	
	脳力アップ元気教室運動コース（ステップ２） 元 日	認知機能の低下予防に役立つ有酸素運動などを行い、自宅での運動習慣を身につけます。	週1回、3か月間 全10回 2,000円（教材費） 1回　90分程度	
	脳力アップ元気教室eスポーツコース（ステップ２） 元 日	4つのボタンを使い、どなたでも楽しめるコンピューターゲームです。脳を活性化させるとともに、対戦等による参加者同士の交流を行います。	週1回、3か月間 全10回 2,000円（教材費） 1回　90分程度	
栄養改善事業	シニアのためのやさしい手料理教室 元 日	買い物の仕方から、1人分を簡単につくる調理の実習や、低栄養を予防するための講習などを行います。	週1回、3か月間 全10回 10,000円（食材費含む） 1回　2時間程度	高齢者地域支援課 介護予防推進係 ☎03-5742-6733 ※区の広報紙でお知らせします。
	わくわくクッキング 元 日	栄養バランスの良い簡単な調理実習をしながら、口腔ケアをはじめとした健康的な食生活について学びます。	月2～4回、全10回 2,000円 （材料費別途負担あり） 1回　2時間程度	

事業名	内　容	開催回数・費用等	お問い合わせ先
品川区 地域貢献ポイント事業 元	区が指定するボランティア活動に対してポイントが付与され、ためたポイントは区内共通商品券と交換、または福祉施設などへ寄附できます。	おおむね60歳以上の方	品川区社会福祉協議会品川ボランティアセンター ☎03-5718-7172 高齢者地域支援課 介護予防推進係 ☎03-5742-6733

社会参加促進事業

元気な高齢者がいつまでも元気でいきいきと暮らし続けていただけるよう、区ではさまざまな生きがいづくりのための事業を行っています。

■健康づくり・生きがいづくり

事業名	内　容	対象者・開催回数・費用等	お問い合わせ先
高齢者外出習慣化事業 元	会話や運動、食などを通じた交流の場に参加することで、外出の習慣を身につけます。	60歳以上で、自分で会場への往復が可能な方 月1回(全6回)、3,000円	高齢者地域支援課 高齢者活動支援担当 ☎03-5742-7671 ※区の広報紙でお知らせします。
シニアにやさしいパソコン教室 元	初心者・初級者を対象に、インターネットやメール体験、Word、Excelなどを学習します。	55歳以上の方 週1回、全4回 2,000円	
シニアにやさしいタブレット教室 元	初心者・初級者を対象に、基本操作方法や、役立つアプリの活用方法などを学習します。		
シニアにやさしいスマホ教室 元	初心者・初級者を対象に、基本操作方法や設定、役立つアプリの活用方法などを学習します。		
はじめてのスマホ体験教室 元	スマートフォンの基本操作を体験しながら学べる入門教室です。 ※スマートフォンはご持参いただくか、受講期間中無料で貸し出します。	スマートフォンを持っていないか、ほとんど使ったことがない60歳以上の方 全4回　1,000円	
スマホよろず相談 元	スマートフォンに関する様々な相談をお受けします。 ※データ操作や金銭に関することなど、一部ご対応できない場合もあります。	スマートフォンの操作や疑問などを相談したい60歳以上の方 1人1回30分まで	
いきいき健康マージャン広場 元	賭けない、飲まない、吸わないをモットーに、健康マージャンを楽しみます。	60歳以上の方 700～1,500円	
いきいきカラオケ広場 元	民間カラオケ施設の協力により、「仲間とのカラオケ」を通じた地域の高齢者相互の親睦の場を提供します。	60歳以上の方 5人以上のグループ (有料各施設割引あり)	

元 元気で自立している　日 日常生活に不安がある　介 介護が必要

事業名	内　容	対象者・開催回数・費用等	お問い合わせ先
高齢者クラブ 元 日	輪投げや歩こう会、グラウンドゴルフに花づくりなど様々な活動をしています。また、高齢者の見守りや清掃などのボランティア活動も地域で行っています。	60歳以上の方	高齢者地域支援課 高齢者クラブ担当 ☎03-5742-6734
シルバーセンター(10ヵ所) 元 日	趣味や健康づくり、交流活動のための施設で、入浴やマッサージのサービスを実施しています。 ※西大井いきいきセンターは、社会福祉法人こうほうえんが開設・運営しています。	60歳以上の方	各シルバーセンター(下記一覧) 高齢者地域支援課 シルバーセンター係 ☎03-5742-6946
西大井いきいきセンター 元 日			西大井 いきいきセンター ☎03-5718-1330
ゆうゆうプラザ(5ヵ所) 元 日	高齢者を主として子育て世代や障害者等、多世代の区民の身近な憩いの場・交流の場として地域に開かれた施設です。入浴やマッサージサービスを実施しています。	主に60歳以上の方 ※60歳未満の方も一部設備を利用できます。詳細はお問い合わせください。	各ゆうゆうプラザ(下記一覧) 高齢者地域支援課 シルバーセンター係 ☎03-5742-6946
ほっと♥サロン 元	誰でも楽しく気軽に参加できる地域のほっと集える憩いの場です。地域の方々が身近な場所に集まり、皆で運営します。	サロンごとに参加費が異なります	品川区 社会福祉協議会 品川ボランティアセンター ☎03-5718-7172
健康塾 元	シルバーセンターなどを会場に、健康体操を通して健康づくりや仲間づくりをします。	60歳以上の元気な方 1期6か月　1,800円	健康課 健康づくり係 ☎03-5742-6746
健康学習・健康相談 元 日	心や体の健康について相談・助言を行います。 また、生活習慣病の予防、ねたきり・認知症・転倒予防、口腔ケア・食生活・健康づくりなど各種講習会を行います。(地域グループへの講師派遣もできます)	60歳以上の元気な方 1期6か月　3,600円	品川保健センター ☎03-3474-2903～4 大井保健センター ☎03-3772-2666 荏原保健センター ☎03-5487-1311
品川シルバー大学 元	3年間で体系的に学習を深める「ふれあいアカデミー」と、半期ごとに趣味や実技を楽しく学ぶ「うるおい塾」があります。	60歳以上の方 有料	文化観光戦略課 生涯学習係 ☎03-5742-6837

シルバーセンター

五反田	☎03-3445-0296	旗の台 ♨	☎03-3783-7479
西五反田	☎03-3493-0076	小山 ♨	☎03-3785-6420
上大崎 ♨	☎03-3449-1750	関ヶ原	☎03-3765-7022
南大井 ♨	☎03-3761-6540	後地	☎03-3781-6506
ゆたか	☎03-3781-5424	南品川 ♨	☎03-3471-7000

ゆうゆうプラザ

大崎ゆうゆうプラザ ♨	☎03-5719-5322
平塚橋ゆうゆうプラザ ♨	☎03-5498-7021
平塚ゆうゆうプラザ	☎03-5751-7070
東品川ゆうゆうプラザ ♨	☎03-3472-2944
北品川ゆうゆうプラザ ♨	☎03-3472-7260

※♨…入浴サービスのある施設　※マッサージサービスは平塚ゆうゆうプラザを除き、上記施設で実施しています。

その他にも、さまざまな高齢者向けのスポーツや趣味・学習・ボランティア活動などがありますので、区の広報紙、ホームページなどをご覧ください。

日常生活を支援し、在宅介護を支えます

事業名	内　容	対象者・費用等	お問い合わせ先
住宅改修予防給付 ☆日☆	介護予防の視点から、介護保険の住宅改修と同じ内容の給付をします。(手すり設置、段差解消、床材等の変更、引き戸等への扉の取替え、洋式便器等への取替え、およびこれらの付帯工事) ※工事前の申請が必要です。	65歳以上で、要介護認定が非該当と判定された方	高齢者福祉課 介護給付係 ☎03-5742-6927
住宅設備改修給付 ☆☆介	浴槽、流し、洗面台の取り替え及びこれに付帯して必要な給湯設備等の工事、便器の洋式化及び、これに付帯して必要な工事、階段昇降機の設置が必要な場合、費用の一部を助成します。 ※浴槽、階段昇降機をご希望の方は、申請前に区住宅改修アドバイザーの訪問調査が必要です。 ※工事前の申請が必要です。	65歳以上で、要介護認定が要支援以上と判定された方	
かかりつけ医 紹介窓口 元日介	通院が困難な方への訪問診療や往診、症状にふさわしい診療を受けられる医師を紹介します。	〈受付〉 月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 9：00～17：00	品川区医師会 ☎・FAX 03-3450-6676 荏原医師会 ☎・FAX 03-5749-3088
かかりつけ歯科医 紹介窓口 (訪問歯科診療) 元日介	通院が困難な方への訪問歯科診療、車いすでの通院が可能な歯科医等、事由に対応した歯科医を紹介します。	〈受付〉 月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 9：00～12：00 13：00～17：00	品川歯科医師会 ☎ 03-3492-2535 FAX 03-3493-5056 荏原歯科医師会 ☎ 03-3785-4129 FAX 03-3783-1948
かかりつけ薬局 紹介窓口 元日介	通院が困難な方への訪問薬剤管理、お薬相談や介護用品などの供給等を行うかかりつけ薬局を紹介します。	〈受付〉 月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 10：00～12：00 13：00～16：00	品川区薬剤師会 (品川支部) ☎ 03-5715-8290 FAX 03-5715-8291 品川区薬剤師会 (荏原支部) ☎ 03-6909-7111 FAX 03-3785-2175
高齢者補聴器 購入費助成 元日介	補聴器購入費を助成します。	65歳以上で中等度難聴等、医師より補聴器の使用が必要と認められた方 72,450円を上限として助成	高齢者地域支援課 認知症施策推進係 ☎ 03-5742-6802 FAX 03-5742-6882

元 元気で自立している　日 日常生活に不安がある　介 介護が必要

事業名	内　容	対象者・費用等	お問い合わせ先
訪問理容・美容 ☆☆介	理容師・美容師が自宅を訪問して、調髪します。 ※在宅での理容・美容が可能で家族・ヘルパーなどの介添えのある方	40歳以上のご自宅で寝たきりの状態や認知症または疑いがある方 1回2,000円、 年6回まで	品川区 社会福祉協議会 ☎03-5718-7171
敬老杖の交付 ☆日☆	日常生活において、杖が必要な方に、T字杖を交付します。 ※民生委員の確認が必要です。	75歳以上で杖が必要な方に5年に1本 ※無料	
紙おむつの支給 ☆☆介	紙おむつを毎月配送します。 ※原則として要介護3・4・5の方が対象(入院または、高齢者福祉施設入所者等を除く) ※要介護1・2の方は民生委員の確認が必要です。	在宅で寝たきり等の状態にある方へ月1回 ※月額6,000円まで無料	
入院時の 紙おむつ代助成 ☆☆介	入院時に要した紙おむつ代を助成します。 ※介護保険施設を除く病院に継続して30日以上入院した方	65歳以上の方 月額6,000円を 上限として助成	
リフト・寝台付 福祉タクシー ☆☆介	区内在住の方が移動時に、車いすまたはストレッチャーをご使用のまま乗り降りできるタクシーです。 ※乗務員1名での運行です。介助はできません。	迎車料金530円 以降240m毎に100円、 待機時間90秒毎に 100円加算 (予約料は無料)	障害者支援課 障害者支援係 ☎03-5742-6707
車いす貸出 ☆日☆	区内在住のおおむね65歳以上の自力歩行が困難な方で、介助者がいる方を対象に貸し出します。	貸与期間6か月 ※無料　延長はできません ※要介護2以上の方は要相談	高齢者福祉課 支援調整係 ☎03-5742-6728
	区内在住で障害など心身の事由により歩行が困難で車いすが必要な方に、一時的に貸し出します。	貸与期間1か月 ※無料	障害者支援課 障害者支援係 ☎03-5742-6707 お近くの地域センター
理容 (ケア理容師対応) 元日介	区との協定に基づき、一定の研修を修了したケア理容師による理容サービスを提供します。	各店舗の定める金額	東京都理容生活 衛生同業組合 品川支部 ☎03-6433-0642 ※訪問理容・美容事業に関するお問い合わせは、品川区社会福祉協議会(☎03-5718-7171)にお問い合わせください。

地域センター

品川第一	☎03-3450-2000
品川第二	☎03-3472-2000
大崎第一	☎03-3491-2000
大崎第二	☎03-3492-2000
大井第一	☎03-3761-2000

大井第二	☎03-3772-2000
大井第三	☎03-3773-2000
荏原第一	☎03-3786-2000
荏原第二	☎03-3782-2000
荏原第三	☎03-3783-2000

荏原第四	☎03-3784-2000
荏原第五	☎03-3785-2000
八潮	☎03-3799-2000

安否確認・安全確保

事業名	内　容	対象者・費用等	お問い合わせ先
救急代理通報システム ☆日☆	自宅内で病気や事故・火災などの緊急事態に通報ボタンを押したり、動作確認センサーや火災警報器が作動することにより、民間受信センターから警備員が援助に駆けつけ、対応します。 ※令和8年度より、電子申請および福祉計画課窓口にて申請の受付が可能になりました。	65歳以上の一人暮らしの方 高齢者のみの世帯（日中独居、夜間独居を含む） 無料	各在宅介護支援センター 各支え愛・ほっとステーション 福祉計画課災害要配慮者支援担当 ☎03-5742-3852
災害時自動安否確認システム	事前登録された電話番号に自動架電し、区からの情報提供や安否確認を一斉発信する機能とAIを組み合わせたシステムです。	65歳以上の一人暮らしの方 高齢者のみの世帯（日中独居、夜間独居を含む） 無料	各在宅介護支援センター 各支え愛・ほっとステーション 福祉計画課災害要配慮者支援担当 ☎03-5742-3852
高齢者等GPS端末機利用助成 ☆介	認知症等による行方不明の恐れがある高齢者等の居場所を確認するGPS端末機の初期費用および月額基本料金の一部を助成します。	**利用対象** ●品川区内在住で認知症等により、行方不明になる恐れがある方 **申請対象** ●利用対象者を介護する家族等 **自己負担額** 一部月額基本料金、探索費用等 ※助成対象となるGPS端末機により異なります。	各在宅介護支援センター 高齢者地域支援課認知症施策推進係 ☎03-5742-6802
品川くるみ高齢者見守りアイテム ☆日介	行方不明や身元不明になった時の、早期発見・身元判明を目的としたアイテムです。住所・氏名・緊急連絡先などの情報を事前登録し、登録番号が記載されたアイテムを配布します。	65歳以上の方、認知症（疑いを含む）により、外出時に行方不明になるおそれがある方 無料	各在宅介護支援センター 高齢者地域支援課認知症施策推進係 ☎03-5742-6802
地域見守り活動への助成 元日介	町会・自治会が主体的に行う高齢者等の見守り活動に対して助成金を交付します。	1～3年目 年間10万円（上限） 4年目～ 年間5万円（上限）	福祉計画課地域包括ケア推進担当 ☎03-5742-6914
高齢者相談員（民生委員・児童委員） ☆日介	一人暮らし高齢者等を月1回程度訪問し、安否確認、相談、助言を行い、関係機関とのパイプ役を果たすとともに、高齢者を精神的にサポートします。	75歳以上の一人暮らしの方 75歳以上と70歳以上のみで構成されている世帯等	福祉計画課民生委員担当 ☎03-5742-6708

元 元気で自立している　日 日常生活に不安がある　介 介護が必要

事業名	内　容	対象者・費用等	お問い合わせ先
品川区避難行動要支援者名簿（平常時外部提供用）の配布 ☆☆介	平常時の支援体制づくりや災害時の安否確認・避難誘導等に役立てるため、品川区避難行動要支援者名簿（平常時外部提供用）を防災区民組織・警察・消防に配布しています。	要介護1以上の対象者の方で登録を希望する方等 （施設入所者を除く）	防災課啓発・支援担当 ☎03-5742-6696
自動通話録音機の貸し出し 元日介	特殊詐欺被害防止のため、ご自宅の電話機に取り付ける「自動通話録音機」を無料で貸し出します。電話がかかってくると、自動で警告メッセージが流れ、通話内容を録音します。録音されることを嫌がる犯人に通話を断念させ、被害の未然防止を図るものです。また、電話の内容で特殊詐欺と思われるワードをAIが検知する、AI型特殊詐欺アダプタの補助事業も行っています。	品川区内在住で65歳以上の方 無料 ※ご本人確認のため身元確認書類（官公署が発行した証明書（免許証、保険証等））をご提示いただきます。代理の場合は委任状と代理人の身元確認書類が必要となります。	地域活動課生活安全担当 ☎03-5742-6592 消費者センター ☎03-6421-6136 品川警察署 ☎03-3450-0110 大井警察署 ☎03-3778-0110 大崎警察署 ☎03-3494-0110 荏原警察署 ☎03-3781-0110

介護している家族への支援

事業名	内　容	対象者・費用等	お問い合わせ先
ケアラーの憩いの場 ☆☆介	ケアラー（在宅介護者）が気軽に集まり、当事者同士で自由に話をすることができます。	在宅で高齢者を介護しているご家族等 原則として無料	高齢者福祉課高齢者支援第二係 ☎03-5742-6730 ※区のホームページや広報紙でお知らせします。
介護者支援研修 ☆☆介	ケアラー向けの介護のヒントとなるような研修や、専門職向けの介護者支援についての研修を実施します。	対象は研修内容によって異なります 原則として無料	
介護者教室 ☆☆介	在宅サービスセンターで、介護の方法や食事・健康管理などの講習を行います。	高齢者を介護しているご家族 原則として無料	各在宅サービスセンター ※区の広報紙でお知らせします。
認知症カフェ 元日介	認知症の人やその家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に集うことができる場です。 身近にあるカフェのようにリラックスした中で、参加者同士の交流や情報交換などを行います。	各カフェによる ※各カフェの場所、開催日時や特徴等については、品川区のホームページに掲載されています。	高齢者地域支援課認知症施策推進係 ☎03-5742-6802
認知症家族勉強会 ☆☆介	認知症の人の家族が認知症について理解を深め、交流することのできる勉強会です。 1部が毎回異なるテーマの勉強会、2部が家族同士の交流会を実施します。	認知症の人を介護している方 無料	

安心して暮らし続けられる まちをめざして

ひとり暮らし高齢者や高齢者のみの世帯の増加、さらには認知症高齢者の増加などに対応し、住み慣れた地域・我が家で安心して暮らし続けるためには、地域での支え合いの強化･充実が必要です。

そこで、区では身近な場所で様々な相談を受けられるよう「支え愛･ほっとステーション」を各地域センター内に整備しています。

また、社会福祉協議会を中心に地域で支える日常生活の支援を行っています。

さらに、行方不明や身元不明の場合などにおいて速やかに身元を判明させ、適切に対応するため、品川くるみ高齢者見守りアイテムの配付や品川くるみ高齢者見守りネットワークの強化に取り組んでいます。

支え愛・ほっとステーション

区では、身近な福祉の相談窓口として生活上の相談や見守りなどを行う拠点を地域センター内に設置しています。お気軽にご相談ください。

異変や気づき

身近で「おやっ?」と思うことはありませんか?

新聞がたまっている、何日も同じ洗濯物を干したまま、髪や服装が乱れ季節に合わない服を着ている…など、様子がおかしいかも？と感じたときはご連絡ください（匿名でも構いません）。

困りごと

こんな相談どこにしたらよいの?

高齢者等の日常生活のちょっとした困りごとに、ボランティアが30分200円でお手伝いをします。

※素人が対応できるものに限ります。

(例)買い物代行、電球等の交換、粗大ゴミだしや衣類整理などご相談ください。

見守り

一人暮らしで倒れていたらと心配！

■定期訪問や電話による安否確認

■救急代理通報システムの申請受付（機器による安否確認）

地域活動

こんな地域活動だったらできるかな?

ボランティア活動ができる方を募集しています。見守りや困りごとの手伝いなど、またこんな活動ならできるというみなさんの出来ることも教えてください！

●お問い合わせ先

名　称	所在地	連絡先
品川第一支え愛・ほっとステーション	北品川3-11-16	03-6433-9133
品川第二支え愛・ほっとステーション	南品川5-3-20	03-6433-0441
大崎第一支え愛・ほっとステーション	西五反田3-6-3	03-6421-7810
大崎第二支え愛・ほっとステーション	大崎2-9-4	03-6303-9139
大井第一支え愛・ほっとステーション	南大井1-12-6	03-6404-6878
大井第二支え愛・ほっとステーション	大井2-27-20	03-5728-9093
大井第三支え愛・ほっとステーション	西大井2-10-3	03-6429-9637
荏原第一支え愛・ほっとステーション	小山3-14-1	03-6421-5557
荏原第二支え愛・ほっとステーション	荏原6-17-12	03-6426-4110
荏原第三支え愛・ほっとステーション	平塚1-13-18	03-6421-6542
荏原第四支え愛・ほっとステーション	中延5-3-12	03-6426-2464
荏原第五支え愛・ほっとステーション	二葉1-1-2	03-6426-2625
八潮支え愛・ほっとステーション	八潮5-10-27	03-5755-9828

社会福祉協議会

社会福祉協議会とは、社会福祉法に基づき「地域福祉の推進を図ることを目的とする団体」として全国・都道府県・区市町村のそれぞれに組織されている民間団体（社会福祉法人）です。

品川区社会福祉協議会は、品川区と協働して、会員、町会・自治会、民生委員・児童委員、ボランティア、福祉関係者等の皆さまと共に、様々な社会福祉事業を行っています。

地域の支え合いによる日常生活の支援

事業名	内　容	対象者・開催回数・費用等	お問い合わせ先
さわやかサービス	在宅生活に必要なサービスを、協力会員が有償で提供します。 ●家事援助 掃除･洗濯･買物･調理･外出の付き添い･話し相手などをします。	日常生活において手助けを必要としている方 1時間800円、交通費は実費 (利用会員年会費〈4月から翌年3月〉2,000円)	品川区社会福祉協議会 さわやかサービス ☎03-5718-7173
	●入院･退院時サポート 高齢者の入退院時に付き添います。退院直後から安心して生活できるように家事等の支援をします。		
	●おでかけ（移送）サービス 車いす専用車両で、通院など外出時の送迎をします。	1回1時間950円	

認知症の人を含む誰もが自分らしく暮らし続けられるために

しながわオレンジガイド（品川区認知症ケアパス）

品川区では、認知症の人を含む誰もが自分らしく住み続けられるまちを目指し、認知症の状態に応じた適切な医療・介護サービスの流れを整理した「認知症ケアパス」を掲載した普及啓発用パンフレットを作成・配布しています。パンフレットには認知症本人や家族が活用できる区内のサービスや相談先などを掲載しています。

内容は
区ホームページから
ご覧になれます

品川“くるみ”高齢者見守りアイテム

行方不明や身元不明になった場合に、早期に発見し、身元を判明させることを目的とした3種類のアイテムです。住所・氏名・緊急連絡先などの情報と連動した「登録番号」をアイテムに記載し、配付します。

●見守りアイテム配付対象者

品川区に住所があり、以下の（１）または（２）に該当する方

（１）外出に不安のある65歳以上の方

（２）認知症（疑い含む）により、外出時に行方不明になるおそれがある方

●費用　無料

●見守りアイテム（3点セット）

※配布対象者の顔写真、全身写真をご準備ください。（なくても登録はできます。）

●お申込み先

担当地区の在宅介護支援センター

高齢者等GPS端末機利用助成事業

認知症等による行方不明の恐れがある高齢者等の居場所を確認するGPS端末機の初期費用および一部月額基本料金を助成します。

利用対象・品川区内在住で認知症等により、行方不明になる恐れがある方

申請対象・利用対象者を介護する家族等

●お申込み先

担当地区の在宅介護支援センター

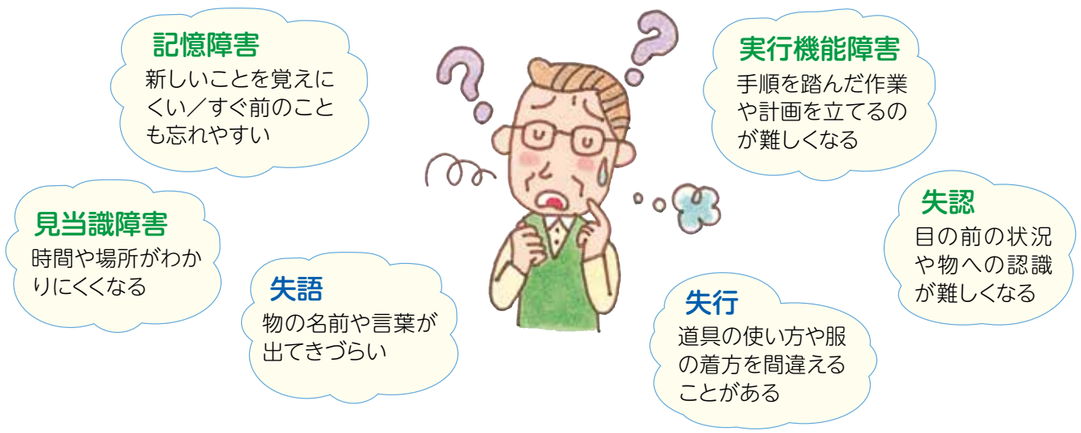
出会いの場・交流の場

	対象	目的	内容	場所	参加方法	問合せ先
認知症カフェ	本人、家族、地域住民、専門職	地域の居場所、認知症への理解を啓発	専門職への相談や講話、レクリエーションなどカフェによって開催内容が異なります。	区内38か所	各カフェへ直接来場 ※予約制のカフェや現在休止しているカフェもありますので、各カフェへお問い合わせください。	各実施場所（区HP参照）
認知症家族勉強会	家族	介護家族の交流や学びの場	１部：勉強会 ２部：交流会 毎回異なるテーマの勉強会と、家族同士の交流会を実施します。	区役所・区立施設	電話または電子申請 ※区ホームページまたは開催1か月前頃に区報にてお知らせいたします	高齢者地域支援課認知症施策推進係☎03-5742-6802
認知症本人・家族ミーティング	本人、家族	本人、家族同士の出会い・交流の場	日々の出来事や思いを、飲食等をしながら当事者同士で語り合います。	区内3か所	電話予約	高齢者地域支援課認知症施策推進係☎03-5742-6802
ミーティングセンター	本人と家族	本人・家族間の関係性のあり方、気づき	話し合いによってやりたいことを決め、活動します。（例：ジャム作りや楽器演奏）	区内2か所	電話予約	各実施場所（区HP参照）

認知症は正しい理解と早期発見・診断・治療が大切です！

認知症について

主な症状



「認知症の本人に自覚がない」というのは間違いで、記憶や判断力などの低下といった症状に不安を感じ悲しんでいるのはご本人です。

認知症は、自分や家族、同僚、友人など誰もが関わるもので、認知症になってからも、一人一人ができること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるということを理解することが大切です。

早期発見のメリット

①治療で改善が期待できる
認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見して早期に適切な治療をはじめることで、年齢相応まで改善が期待できるものがあります。

②今の状態を維持できる
症状が悪化する前に適切な治療やサポートをすることで今の状態を維持し、進行のスピードを遅らせることができる場合があります。

③事前に準備ができる
本人や家族が話し合って治療方針を決めたり、利用できるサービスを調べたりして「認知症に向かう準備」を整えることができます。

早期発見のために

●もの忘れ検診
医療機関で認知機能検査を無料で受けられます。
対象者：実施年度内に70～75歳を迎える区民
方　法：対象者には、品川区から受診券を送付します。

●あたまの元気度チェック
様々なイベントなどで、自身の認知機能チェックを実施します。
対象者：50歳以上の区民
方　法：開催については、広報誌等でお知らせします。

認知症に関する窓口

●症状に関する相談・診療
認知症疾患医療センター（医療法人社団 恵泉会 荏原中延クリニック）
品川区中延2-15-5　酒井ビル1・2階　☎03-6426-6033（祝日を除く月～金　午前9時～午後5時）

●生活に関する相談
高齢者福祉課高齢者支援第一・二係　☎03-5742-6729・6730
各在宅介護支援センター（※裏表紙をご覧ください。）

●認知症に関する相談
くるみ相談室（社会福祉法人 新生寿会 小山倶楽部）
☎090-6078-3184　✉bansou-sinagawa@kinoko-group.jp

認知症サポーター養成講座

●基本講座
認知症の症状や種類等の基礎知識や認知症の人への理解を深める100分程度の講座です。区での開催の他に、地域への出前講座も行っています。詳しくは区HPをご覧ください。
※認知症サポーターとは「認知症について正しい知識をもち、認知症の人や家族を温かく見守る応援者」のことです。

▲区のHP

●ステップアップ講座
認知症サポーター養成講座を受講された方向けの、認知症についてより深く学び、認知症を自分事として捉え考える講座です。事例や寸劇等から、認知症本人の行動には、どのような理由や気持ちがあるか考えます。

●企画会議
認知症啓発イベント「しながわオレンジフェスタ」の企画・運営を通して、認知症サポーターとして、認知症の人を含む誰もが自分らしく暮らし続けられるまちづくりを考える場です。
※認知症サポーターでない方もどなたでも参加できます。

参加方法　電話または電子申請
※区ホームページまたは開催1か月前頃に区報にてお知らせいたします

問合せ先　高齢者地域支援課認知症施策推進係　☎03-5742-6802

成年後見制度の活用

成年後見制度とは

成年後見制度は、認知症等により判断能力が低下した高齢者や知的障害者、精神障害者に対して、本人の契約や各種手続きを法律面で支援するとともに、適切な福祉サービスにつなげるなど生活面で支援し、本人の権利や財産を守ることを目的としています。
また本人の意思を尊重し、本人の希望にそった支援が受けられるのも特徴です。どんな時どんなサービスが受けられるか、ぜひ知っておきましょう。

●親と離れて暮らしています
田舎に残してきた母の認知症が進みました。とても心配ですが、遠方なので頻繁に帰れません。母のことを、私に代わりずっと支えてくれる人、安心してお金の管理を任せられる人が必要です。

●隣人の高齢者が騙されているのでは？
ひとり暮らしの高齢者が、何度も訪問販売で高価なものを買わされているようです。認知症が進み、消費者被害に遭っているようで心配です。

●障害者と暮らしています
障害がある子どもと暮らしています。将来、子どもの世話ができなくなるときのことが心配です。

●夫婦二人で暮らしています
子どもがいないので、いざというときに備えて、安心できるところへ財産管理などをお願いしておきたいのですが…。

成年後見制度には、任意後見制度と法定後見制度の2つの種類があります。

成年後見制度
- 任意後見制度〔任意後見契約〕（将来の不安に備えたい方に）
- 法定後見制度（すでに判断力が不十分な方に）
  - 補　助
  - 保　佐
  - 後　見

品川成年後見センター

◆**情報提供と相談**
成年後見制度の利用を希望する本人・家族等への情報提供、相談、手続き支援を行います。

◆**後見人等の受任**
品川区と連携して、判断能力が低下した高齢者や障害者の後見人等を法人として受任しています。また、市民後見人の育成・支援をしています。

◆**最期まで自分らしく暮らすための支援**
今は元気であるが、判断能力の低下に備えて任意後見契約や公正証書遺言作成を組み合わせた「あんしんの3点セット」を提供しています。

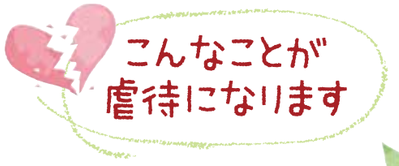
問い合わせ
品川区社会福祉協議会　品川成年後見センター　☎03-5718-7174

高齢者の虐待防止と孤立死をなくすために

●どんな行為が虐待なの？

「身体的虐待」だけが虐待ではありません

「高齢者虐待防止・養護者支援法※」では、高齢者（65歳以上の人）への虐待として、次の5つを挙げています。



① 身体的虐待

- たたく、つねる、なぐる、ける、やけどを負わせるなど
- ベッドにしばりつけたり、意図的に薬を過剰に与えるなど

② 心理的虐待

- 排せつなどの失敗に対して恥をかかせるなど
- 子ども扱いする、怒鳴る、ののしる、悪口を言う、無視するなど

③ 介護等放棄

- 空腹、脱水、低栄養状態のままにするなど
- おむつなどを放置する、劣悪な状態や住環境の中に放置するなど

④ 経済的虐待

- 本人のお金を必要な額渡さない、使わせないなど
- 本人の不動産、年金、預貯金などを本人の意思・利益に反して使用するなど

⑤ 性的虐待

- 懲罰（ちょうばつ）的に下半身を裸にして放置するなど
- キス、性器への接触、セックスを強要するなど

※正式名称は「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」

●誰が虐待しているの？

誰もが虐待者になるおそれがあります

家族など介護や世話をしている人による虐待のうち、約4割が息子、約2割が夫と、男性が半数以上を占めています。これまで仕事中心で生活してきた男性が、慣れない家事や介護をするストレスから、虐待に発展してしまうケースが考えられます。

無自覚に虐待をしてしまうことも

調査によると、介護や世話をしている人の半数以上が「虐待をしている自覚がない」という結果が出ています。自分では気づかずに不適切な対応になりやすい事例を、下のチェックリストで確認してみましょう。

これって虐待？ チェックリスト☑

- ☐ 言うことを聞かないので、無視したり、逆にののしってしまう。
- ☐ 良いことと悪いことをわかってもらうために、たたくなどしてしつけをしている。
- ☐ 認知症により徘徊（はいかい）するので、部屋に閉じ込めている。
- ☐ 認知症や寝たきりで外聞が悪いので、外出させなかったり、訪ねてくる人がいても会わせなかったりしている。
- ☐ 年金通帳、預金通帳などを管理し、本人に無断で使っている。
- ☐ 人前でおむつを替えたり、しばらく裸のままにしておいたりすることがある。

●どうして虐待が起こるの？

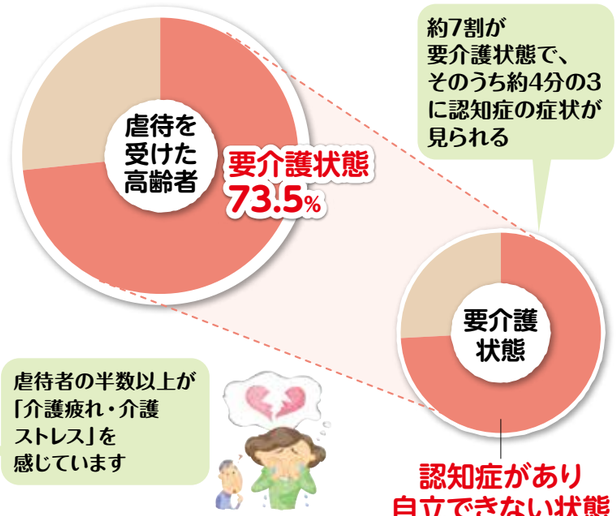
虐待の発生要因はひとつだけではありません

高齢者の介護や世話をすることで心身共に疲れ、追いつめられてしまう人は少なくありません。もともと高齢者と仲が良かったにもかかわらず、適切な介護のしかたや認知症への対応がわからず、つい手をあげてしまったり、虐待していることを自覚できても歯止めがきかなかったりする場合もあります。

虐待の発生要因（複数回答）

第1位	被虐待者の認知症の症状	58.1%
第2位	**虐待者の介護疲れ・介護ストレス**	**57.2%**
第3位	虐待者の理解力の不足や低下	49.6%
第4位	虐待者の知識や情報の不足	49.1%
第5位	被虐待者の身体的自立度の低さ	48.4%

虐待を受けた高齢者と認知症などの関係



虐待者の半数以上が「介護疲れ・介護ストレス」を感じています

出典：厚生労働省「令和6年度 高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」に基づく対応状況等に関する調査結果

●どうすれば虐待がなくなるの？

早期発見・報告で虐待を防ぎましょう

高齢者虐待を防ぐには、第三者が介入することで虐待がエスカレートするのを防ぐ方法や、介護の負担を軽減する方法などがあります。

どんな人でもいつかは高齢者になる以上、高齢者虐待は誰もが直面する可能性のある問題です。自分自身の問題として、高齢者虐待を未然に防ぎ、地域全体で支えあっていくことが大切です。

「ちょっと変だな」と感じたら、下記まで連絡をしてください。

高齢者福祉課高齢者支援第一・二係　☎03-5742-6729・6730
各在宅介護支援センター（※裏表紙をご覧ください。）

虐待かな？
しながわ見守りホットライン
（24時間専用ダイヤル）
高齢者虐待については
0120-726-691

孤立死を防ぐ地域の支え

単身高齢者や高齢者のみの世帯が増加している中で、地域から孤立した状態で高齢者が死亡する事例等が社会問題となっています。単身高齢者や高齢者のみの世帯は今後もますます増加することが予想されている一方で、地域のコミュニティ意識の希薄化も指摘されています。こうした高齢者等が地域から孤立することのないよう、見守りのネットワークづくりを進め、早く異変に気づき対応することが孤立死を防ぐために必要です。

また災害時には、高齢者は自分で避難することができない「避難行動要支援者」になる可能性があります。災害時に要支援者の安否確認や避難誘導ができるよう、見守りネットワークのひとつとして避難行動要支援者をサポートすることが大切です。

相談・申請窓口

■お近くの在宅介護支援センター

在宅介護についてのご相談は、お近くの在宅介護支援センターへお電話ください。ご自宅へ伺って相談や手続きをします。

地区	支援センター	住　所	電話番号	FAX	担当地区	地域センター
品川地区	台場	北品川3-11-16	03-5479-8593	03-5479-8294	北品川、東品川1・2・5	品川第一
	東品川	東品川3-1-5	03-5479-2793	03-5479-2614	東品川3(1～9)、南品川1・2・4・5(1～9)・6	品川第二
	東品川第二	東品川3-27-25	03-5783-2656	03-5783-2658	東品川3(10～32)・4、南品川3・5(10～16)	
大崎地区	上大崎	上大崎3-1-1	03-3473-1831	03-3473-1554	上大崎、東五反田	大崎第一
	西五反田	西五反田3-6-6	03-5740-6115	03-5740-6091	西五反田	
	大崎	大崎2-11-1	03-3779-2981	03-3779-3196	西品川、大崎	大崎第二
大井・八潮地区	八潮	八潮5-9-2	03-3790-0470	03-3790-0439	八潮	八潮
	南大井	南大井4-19-3	03-5753-3902	03-5767-0627	南大井	大井第一
	南大井第二	東大井4-9-1	03-5495-7083	03-5495-7085	東大井、勝島	
大井西地区	大井	大井4-14-8	03-5742-2723	03-5742-2724	大井1・4・6、広町	大井第二
	大井第二	大井3-15-7	03-5743-2943	03-5743-2942	大井2・3・5・7	
	西大井	西大井2-4-4	03-5743-6120	03-5743-6121	西大井	大井第三
荏原西地区	荏原	荏原2-9-6	03-5750-3704	03-5750-3695	小山4・5、荏原1～4	荏原第一
	小山台	小山台1-4-1	03-5794-8511	03-5794-8512	小山台、小山1～3	
	小山	小山7-14-18	03-5749-7288	03-5498-0646	小山6・7、荏原5～7、旗の台1・2・5(1～5、13～20)・6	荏原第二
荏原東地区	成幸	中延1-8-7	03-3787-7493	03-3787-7494	中延1・2、東中延1、西中延1・2、戸越5、平塚	荏原第三
	中延	中延6-8-8	03-3787-2167	03-3787-2236	中延3～6、東中延2、西中延3、旗の台3・4・5(6～12、21～28)	荏原第四
	大原	豊町6-25-13	03-5749-2531	03-5749-2533	戸越6、豊町6、二葉4	
	戸越台	戸越1-15-23	03-5750-1053	03-5750-1496	豊町1、戸越1～4	荏原第五
	杜松	豊町4-24-15	03-5750-7707	03-5750-7709	二葉1～3、豊町2～5	

各支援センター共通の基本的な営業時間は、祝日を除く月～土曜日9:00～19:00です。

令和8年4月1日現在

●在宅の介護、介護予防について
(統括在宅介護支援センター・地域包括支援センター)
高齢者福祉課　FAX.03-5742-6881
高齢者支援第一係(品川・大崎・八潮地区)…☎03-5742-6729
高齢者支援第二係(大井・荏原地区)……☎03-5742-6730

●施設の介護について
高齢者福祉課　施設支援係……☎03-5742-6737

●要介護認定について
高齢者福祉課　介護認定係……☎03-5742-6731

●介護保険の制度・苦情など
高齢者福祉課　支援調整係……☎03-5742-6728

●介護保険料について
高齢者福祉課　介護保険料係……☎03-5742-6681

●介護予防・日常生活支援総合事業について
高齢者地域支援課……☎03-5742-6733
FAX.03-5742-6882

●品川区社会福祉協議会……☎03-5718-7171
(大井1-14-1)　FAX.03-5718-7170
https://shinashakyo.jp
ボランティアセンター……☎03-5718-7172
FAX.03-5718-0015
さわやかサービス……☎03-5718-7173
FAX.03-5718-1274
品川成年後見センター…☎03-5718-7174
FAX.03-6429-7600

●健康づくりについて
健康課　健康づくり係……☎03-5742-6746
FAX.03-5742-6883
品川保健センター(北品川3-11-22)…☎03-3474-2903～4
FAX.03-3474-2034
大井保健センター(大井2-27-20)……☎03-3772-2666
FAX.03-3772-2570
荏原保健センター(西五反田6-6-6)…☎03-5487-1311
FAX.03-5487-1320

◉品川区役所(広町2-1-36)
https://www.city.shinagawa.tokyo.jp/

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
VEGETABLE OIL INK
禁無断転載©東京法規出版

R8.4