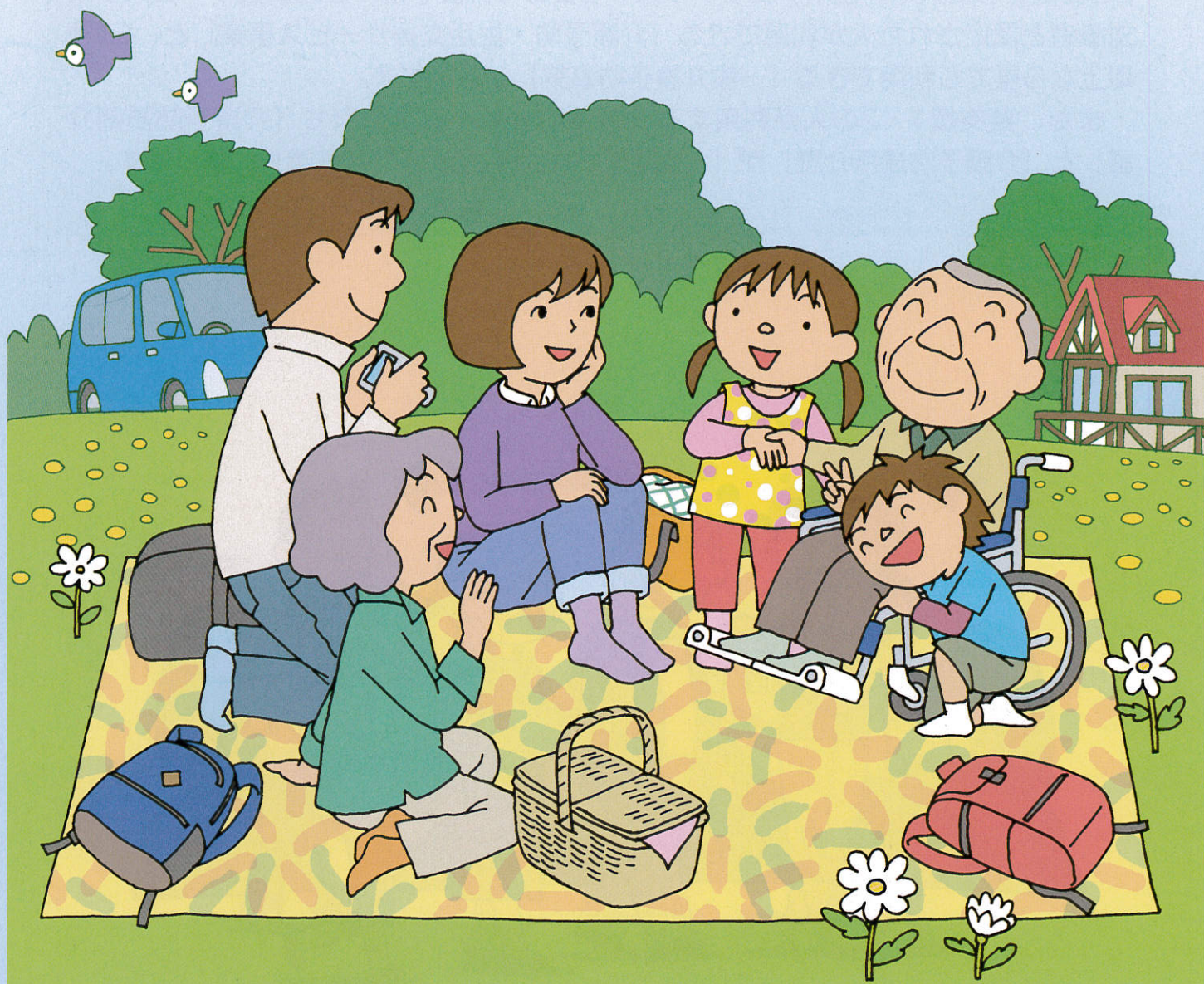


高齢者施策の あらまし

くらしをささえる制度があります！



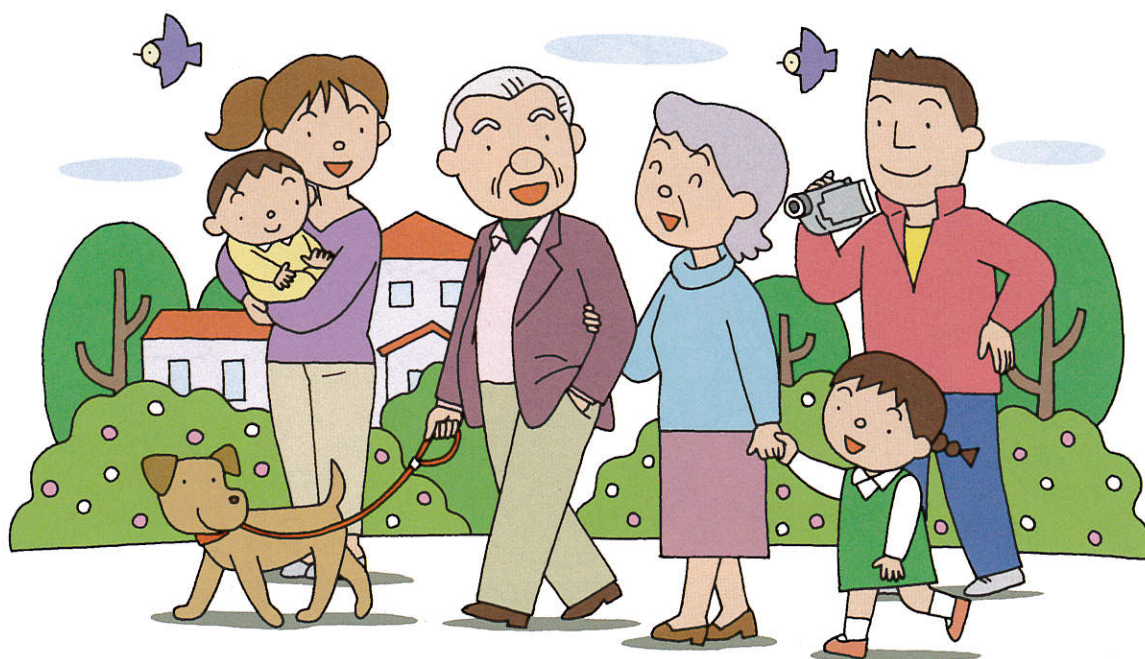
平成29年4月から始まります！

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では、市区町村が中心となって、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるための支援をします。一人ひとりの状態に合わせた介護予防や生活支援のサービスを利用することができます。

四日市市では、平成29年4月から当該事業を実施します。要介護認定で要支援1・2と認定された人や、基本チェックリストを受けて介護予防・生活支援サービス事業対象者と認定された人が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と、65歳以上なら誰でも利用できる「一般介護予防事業」があります。

また、要支援1・2の人が利用する介護予防のサービスのうち「介護予防訪問介護」と「介護予防通所介護」が「介護予防・生活支援サービス事業」に移ります。





もくじ

*掲載している内容については、今後見直される場合があります

- 介護保険のしくみ** 4
 介護保険のしくみについて知りましょう
- 要介護認定** 6
 **介護保険のサービスを利用するには
 要介護認定の申請が必要です**
- ケアプラン** 8
 **ケアプラン・介護予防ケアプランを
 作成します**
- 利用者の負担** 10
 介護（介護予防）サービスの利用者負担
- 介護サービス（要介護1~5）** 13
 介護保険で利用できるサービス
 介護サービス（在宅サービス）
- 施設サービス（要介護1~5）** 16
 介護保険で利用できるサービス
 施設サービス
- 介護予防サービス（要支援1・2）** 18
 介護保険で利用できるサービス
 介護予防サービス
- 生活環境を整えるサービス** 22
 介護保険で利用できるサービス
 生活環境を整えるサービス
- 地域密着型サービス** 24
 介護保険で利用できるサービス
 地域密着型サービス
- 介護保険料** 28
 **介護保険はみなさんが納める保険料を
 財源としています**
- お困りのことはありませんか** 32
 **お近くの在宅介護支援センターや
 地域包括支援センターまでご連絡ください！**
- 高齢者福祉サービス** 36
 **四日市市が行う介護保険以外の
 高齢者福祉サービス**

40歳以上の方が介護保険の被保険者になります

被保険者は年齢により2種類に分けられます。

介護や支援が必要と認められた場合、介護保険のサービスが利用できます。

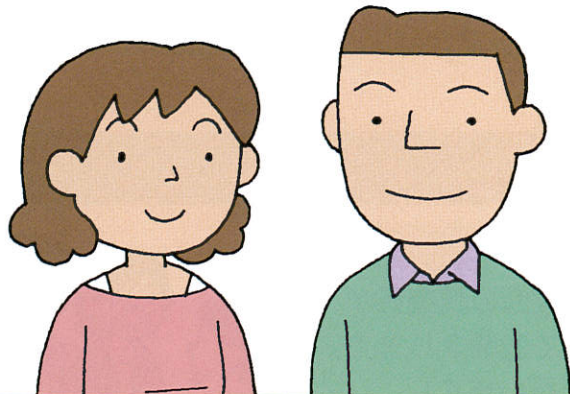
65歳以上の方



➔ 第1号被保険者

第1号被保険者は、原因を問わず介護や日常生活の支援が必要となったとき、四日市市の認定を受け、介護保険のサービスを利用できます。

40～64歳の方



(医療保険に加入している方)

➔ 第2号被保険者

第2号被保険者は、老化が原因とされる病気（下記の特定疾病）により介護や支援が必要となったとき、四日市市の認定を受け、介護保険サービスを利用します。

交通事故や転倒などが原因の場合、介護保険は利用できません。

特定疾病（16種類）

- | | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● がん（がん末期）
（医師が一般に認められている医学的知見にもと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 ● 骨折を伴う骨粗鬆症 ● 初老期における認知症 | <ul style="list-style-type: none"> ● 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 ● 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 | <ul style="list-style-type: none"> ● 脳血管疾患 ● 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に著しい変形を伴う変形性関節症 |
|--|--|--|

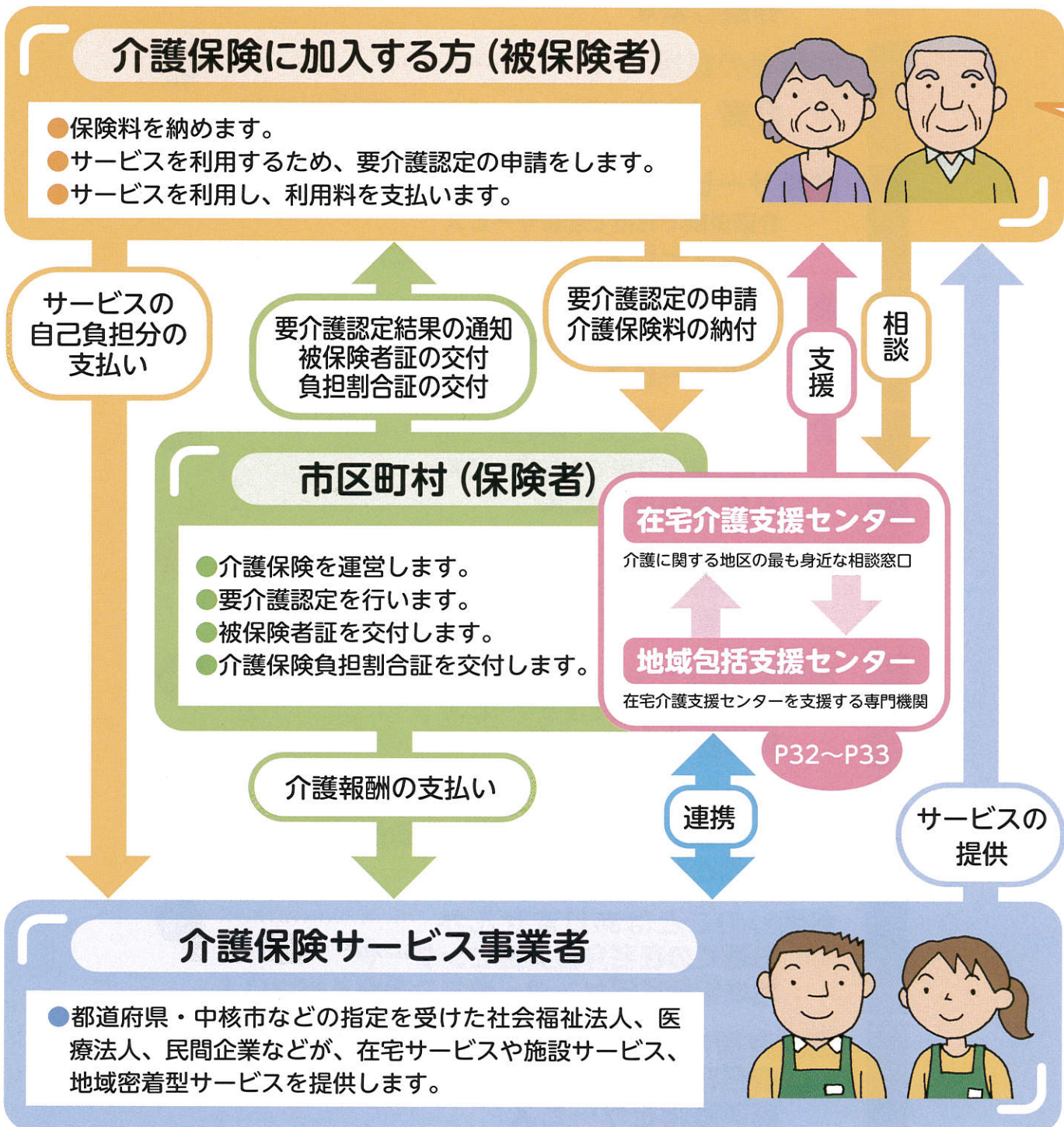


介護保険はささえあいの制度です



介護保険のしくみについて知りましょう

介護保険制度は、市区町村が保険者となって運営しています。40歳以上のみなさんは、加入者（被保険者）となって保険料を納め、介護が必要となったときには、費用の一部を支払ってサービスを利用できるしくみです。





要介護認定までの流れを確認しましょう

介護保険のサービスを利用するには要介護認定の申請が必要です



1

要介護（要支援）認定の申請をします

介護サービスを利用したいときは、市役所の介護・高齢福祉課認定審査係（☎354-8427）と、中部地区を除く各地区市民センターにある申請書に必要事項を記入して提出します。申請できるのは本人または家族ですが、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（介護サービス計画作成事業者）や介護保険施設などが代行することもできます。

■申請には以下のものが必要です

- 介護保険被保険者証 ●本人と申請者の認印
- 健康保険被保険者証（40～64歳の人の場合）

上記以外に、本人や代理人の身元確認書類などが必要です。くわしくは市役所の介護・高齢福祉課認定審査係（☎354-8427）にお問い合わせください。



2

認定調査が行われます

認定調査

市または市から委託された四日市市社会福祉協議会の調査員がご自宅へお伺いし、お体の状態など74項目についてお聞きします。（その結果をもとにコンピュータによる一次判定を行います）

主治医意見書

利用者本人の主治医から介護を必要とする原因疾患などについての記載を受けます。主治医がいない人は市区町村の指定した医師の診断を受けます。



認定調査を受けるときは…

体調のよいとき（通常時）に調査を受ける

いつもと違う体調のときでは、正しい調査ができないことがあります。

困っていることはメモしておく

緊張などから状況が伝えきれないこともあります。困りごとなどはメモしておくで安心です。

家族などに同席してもらおう

家族などいつもの介護者に同席してもらえば、より正確な調査ができます。

日常使っている補装具があれば伝える

つえなど日常使っている補装具がある場合は、使用状況を伝えましょう。

3

審査・判定されます

三河介護認定審査会で、コンピュータによる一次判定結果と調査員の特記事項、主治医意見書により、どの程度の支援・介護が必要かを公平に審査し、判定します。審査会は、保健・医療・福祉に関する専門家100人で構成されており、5人1組で審査を行います。

- **コンピュータ判定の結果**…公平に判定するため、認定調査の結果はコンピュータで処理されます。(一次判定の結果)
- **特記事項**……………調査票には盛り込めない事項などが記入されます。
- **主治医意見書**……………かかりつけ医が作成した心身の状況についての意見書。

介護認定審査会が審査・判定 (二次判定)

市区町村が任命する保健、医療、福祉の専門家から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。



4

審査結果にもとづいて認定結果が通知されます

要介護1～5までの認定を受けた人は介護サービス、要支援1・2の認定を受けた人は介護予防サービスを利用できます。非該当の通知を受けた場合は、介護保険のサービスは利用できません。結果に不服がある場合は、三重県の介護保険審査会に申し立てができます。

※認定後も引き続きサービスの利用を希望する場合、一定期間ごとに更新申請が必要です。また、状態が変わったらいつでも変更申請ができます。

※認定の効力は申請日までさかのぼります。

要介護1～5

生活機能の維持・改善を図ることが適切な人などです。介護サービスが利用できます。

P8

要支援1・2

要介護状態が軽く、生活機能が改善する可能性の高い人などです。介護予防サービスが利用できます。

P8

非該当

生活機能の低下により将来的に要支援などへ移行する危険性がある人などです。市区町村が行う介護予防事業が利用できます。

※平成29年4月に、「介護予防・日常生活支援総合事業」へ移行します。

認定結果の有効期間と更新手続き

認定の有効期間は新規の場合は原則6か月、更新認定の場合は原則6～12か月です(月途中の申請の場合は、その月の末日までの期間+有効期間)。また、認定の効力発生日は認定申請日になります(更新認定の場合は前回認定の有効期間満了日の翌日)。要介護・要支援認定は、有効期間満了前に更新手続きが必要です。更新の申請は、要介護認定の有効期間満了日の60日前から受け付けます。



ケアプラン・介護予防 ケアプランを作成します

介護サービス・介護予防サービスともに、個人の心身の状態に合わせたケアプラン・介護予防ケアプランを作り、それにもとづいてサービスを利用します。

ケアプラン、介護予防ケアプランの相談・作成は全額を介護保険が負担しますので、利用者負担はありません。

要介護認定の通知

在宅でサービス
を利用したい

ケアプランの作成を依頼

依頼する居宅介護支援事業者を選び、決まったら市区町村に「ケアプラン作成依頼届出書」を提出します。その後、居宅介護支援事業者のケアマネジャーが利用者と面接して、問題点や課題を把握し、家族やサービス事業者を含めた話し合いを行って、ケアプランを作成してもらいます。



要介護1～5

施設に入所したい

介護保険施設と契約

入所を希望する施設に、直接申し込みます。施設は、居宅介護支援事業者などに紹介してもらうこともできます。



要支援認定
の通知

住んでいる地区の地域包括
支援センターへ連絡

地域包括支援センター

アセスメント

地域包括支援センターで、本人や家族と話し合い、課題を分析します。



1・2 要支援

■居宅介護支援事業者とは

都道府県などの指定を受け、ケアマネジャーを配置している事業者です。要介護認定申請の代行やケアプランの作成を依頼するときの窓口となり、サービス提供機関と連絡・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（介護支援専門員）とは

介護の知識を幅広く持った専門家で、介護保険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。

- 利用者や家族の相談に応じアドバイスします。
- サービス事業者との連絡や調整をします。
- 利用者の希望に沿ったケアプランを作成します。
- 施設入所を希望する人に適切な施設を紹介します。

サービス事業者と契約

介護保険サービスを提供する事業者と契約します。



在宅サービスを利用

ケアプランにもとづいたサービスを利用します。



P13

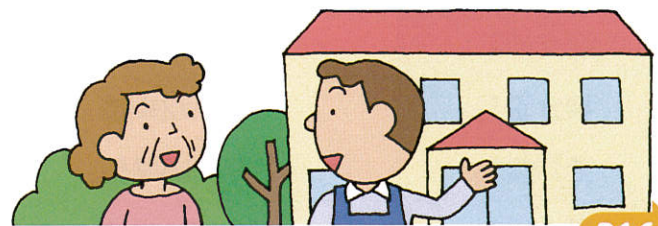
ケアプランの作成

入所した施設のケアマネジャーに、ケアプランを作成してもらいます。



施設サービスを利用

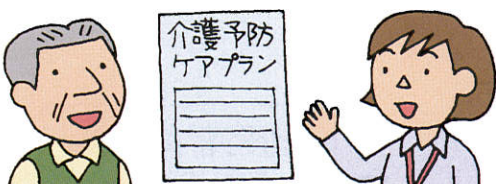
ケアプランにもとづいたサービスを利用します。



P16

介護予防ケアプランの作成

サービスの種類や回数を決定し、介護予防ケアプランを作成してもらいます。



介護予防サービスを利用

介護予防ケアプランにもとづいたサービスを利用します。



P18

※一定期間ごとに効果を評価し、必要な場合には、介護予防ケアプランを見直します

サービスにかかった費用の一部を負担します

介護(介護予防)サービスの利用者負担



ケアプランにもとづいてサービスを利用した場合、かかった費用の1割または2割をサービス事業者に支払います。

- 一定以上所得者（本人の合計所得金額が160万円以上で、同一世帯の65歳以上の人の「年金収入＋その他の合計所得金額」が単身280万円以上、2人以上世帯346万円以上）は利用者負担の割合が2割になります。



介護保険負担割合証について

要介護認定を受けた人などには、利用者負担の割合（1割または2割）が記載された「介護保険負担割合証」が発行されます（適用期間は8月～翌年7月で毎年交付されます）。サービス利用時にサービス事業者に提示します。

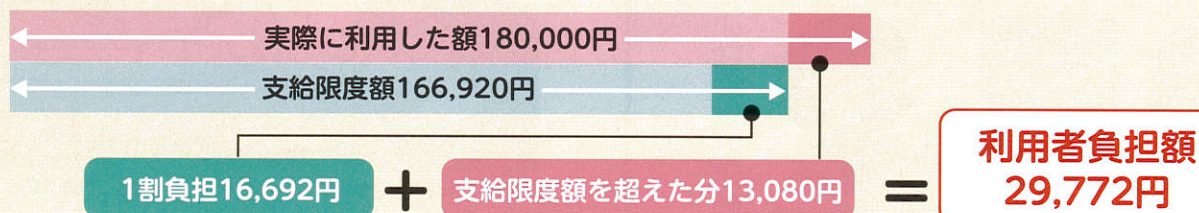
介護保険で利用できる上限額について

介護保険では、要介護状態区分に応じて利用できる上限額（支給限度基準額）が決められています。上限の範囲内でサービスを利用するときは、利用者負担は1割または2割ですが、上限を超えてサービスを利用した場合には、超えた分は全額が利用者の負担となります。

要介護状態区分	1か月あたりの支給限度基準額	1か月あたりの利用限度額※	
要支援1	5,003単位	50,030円程度	※1単位を10円として計算した場合の目安の金額です。 ※実際の費用は、「単位数×四日市市の地域区分単価（10円～10.42円）」によって算定されます。
要支援2	10,473単位	104,730円程度	
要介護1	16,692単位	166,920円程度	
要介護2	19,616単位	196,160円程度	
要介護3	26,931単位	269,310円程度	
要介護4	30,806単位	308,060円程度	
要介護5	36,065単位	360,650円程度	

※利用者負担が高額になり、一定額を超えたときは、申請により高額介護サービス費等として、後から払い戻されます。くわしくはP11をご覧ください。

例 要介護1の人が、1か月180,000円分のサービスを利用した場合の利用者負担額(1割負担の場合)



介護保険を利用しやすくするために 利用者負担の軽減制度があります



1か月の利用者負担が上限額を超えたとき

同じ月に利用したサービスの利用者負担の合計額（同じ世帯内に複数の利用者がある場合は世帯合計額）が下表の上限額を超えたときは、申請により超えた分が「高額介護サービス費等」として後から支給されます。

● 手続き：介護・高齢福祉課保険料係（☎354-8190）に申請が必要です。（該当する人には介護・高齢福祉課から通知します）

◆利用者負担の上限額（1か月）

利用者負担段階区分	上限額（世帯合計）
● 現役並み所得者に相当する方がいる世帯の人 [※]	44,400円
● 世帯内のどなたかが市民税を課税されている人	37,200円
● 世帯の全員が市民税を課税されていない人	24,600円
● 前年の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 ● 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

※同一世帯に課税所得145万円以上の65歳以上の人（本人を含む）がいる人。ただし同一世帯内に65歳以上の人の収入が単身の場合383万円未満、2人以上いる場合520万円未満である世帯の人は申請をすることで上限額が37,200円になります。

介護保険高額介護サービス費貸付事業

介護保険の要介護認定で要支援1以上の認定を受け、高額介護サービス費や償還払いのサービスの支払いが困難な人を対象に必要な資金の貸付を行います。

※償還払い：住宅改修費、福祉用具購入費の支給を受けようとする場合や、介護認定申請日以降から要介護認定を受けるまでの間にサービスを受けた場合などは、その費用の全額を一旦支払っていただく必要があります。その後、介護保険から9割または8割が払い戻されます。

● 手続き：介護・高齢福祉課保険料係（☎354-8190）に申請が必要です。

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の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利用者負担限度額〈年額／8月～翌年7月〉

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	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
600万円超901万円以下	141万円	一般	56万円	56万円
210万円超600万円以下	67万円	低所得者Ⅱ	31万円	31万円
210万円以下	60万円	低所得者Ⅰ [※]	19万円	19万円
市民税非課税世帯	34万円			

※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、限度額の適用方法が異なります

● 毎年7月31日時点で加入している医療保険の所得区分が適用されます

● 支給対象となる人は医療保険の窓口へ申請が必要です

市民税課税世帯の居住費・食費の特例減額措置

市民税課税世帯の人で、居住費・食費の軽減の対象とならなかった人のうち、高齢者世帯等で施設入所(ショートステイを除く)に伴い、居住費、食費を負担した結果、同世帯の家族が生活困窮に陥ってしまうような場合は、特例減額措置を受けることができます。

●下記の①～⑥の要件をすべて満たす人が対象になります。軽減を受けるには申請が必要です。

- ①介護保険施設に入所する時点で、世帯の構成人数が2名以上であること。
- ②世帯に市民税課税者がいること。
- ③世帯(施設入所するにあたり世帯が別になる場合は、世帯を分ける前の状態で判断)の年間収入*から、施設の年間利用者負担(自己負担、居住費、食費)見込み額を除いた額が、80万円以下であること。
※ここでいう収入額とは、世帯の課税年金収入額に合計所得金額(ただし、公的年金等にかかる雑所得を算入しない)を加えた金額のことをいいます。
- ④世帯(配偶者が別世帯の場合、その配偶者も含む)の預貯金等の合計額が450万円以下であること。
- ⑤日常生活に必要な資産(自分の土地、建物など)以外の資産を保有していないこと。
- ⑥介護保険料を滞納していないこと。

●お問い合わせ：介護・高齢福祉課保険料係(☎354-8190)

社会福祉法人等による利用者負担軽減制度

市民税非課税世帯の人で、特に生計が困難な人を対象に、社会福祉法人等が運営主体となっている、訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、地域密着型サービス(各介護予防サービスを含む)、および介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)サービスを利用する場合にかかる、自己負担額(1割)、居住費(滞在費)、食費の1/4(高齢福祉年金受給者は1/2)を軽減します。

●世帯全員が市民税非課税で、下記の①～⑤の要件をすべて満たす人が対象になります。

世帯員数	1人	2人	3人	4人以上
①前年中の年間収入	150万円以下	200万円以下	250万円以下	…以降、世帯員が1人増えるごとに50万円を加えます。
②預貯金等の合計額	350万円以下	450万円以下	550万円以下	…以降、世帯員が1人増えるごとに100万円を加えます。
③日常生活のために必要な資産(自宅の土地、建物など)以外の資産を保有していない。				
④負担能力のある親族等に扶養されていないこと。 <small>(扶養とは、税の扶養控除の対象、健康保険の被扶養、課税者に日常生活の援助を受けている等をいいます)</small>				
⑤介護保険料を滞納していないこと。				

●手続き：介護・高齢福祉課保険料係(☎354-8190)へ預貯金の通帳の写し等を添えて申請してください。対象となる人には「社会福祉法人等利用者負担軽減確認証」を交付します。

サービス利用料等を支払った場合に、生活保護の適用となる人の負担軽減

本来適用すべき利用者負担段階とした場合に生活保護が必要となり、それより低い利用者負担段階であれば生活保護を必要としなくなる場合には、低い利用者負担段階に該当するものとし、負担軽減を行います。

●お問い合わせ：介護・高齢福祉課保険料係(☎354-8190)

特例居宅介護サービス費等の支給

要介護認定の効力が生じた日前に、緊急その他やむを得ない理由によりサービスを受け、必要があると認められた場合、サービス費の給付を受けることができます。

この場合は利用したサービスの費用の全額を一旦支払い、あとでその9割分または8割分の払い戻しを受ける償還払いとなります。

●お問い合わせ：介護・高齢福祉課保険料係(☎354-8190)または居宅介護支援事業者

災害時などの場合の利用者負担額の減免

災害などで収入に著しい減少があり、費用の自己負担が困難である場合には、利用者負担額を減免することができます。

●お問い合わせ：介護・高齢福祉課保険料係(☎354-8190)

要介護1~5の人が利用できるサービスです



介護保険で利用できるサービス 介護サービス (在宅サービス)

在宅サービスには、居宅を訪問してもらう訪問系サービスや施設に通って受ける通所系サービスなどがあります。サービスは組み合わせて利用することができます。

- 利用者負担のめやすは、サービスにかかる基本的な費用の1割をめやすとして掲載しています。一定以上所得者（本人の合計所得金額が160万円以上で、同一世帯の第1号被保険者の「年金収入+その他の合計所得金額」が単身280万円以上、2人以上世帯346万円以上）がサービスを利用したときの利用者負担の割合は2割です。
- サービスの利用内容によってさまざまな加算があります。また、介護職員処遇改善加算などもあります。

自宅での生活の手助けをしてほしい

訪問介護 (ホームヘルプ)

ホームヘルパーが居宅を訪問して、食事・入浴・排せつなどの身体介護、調理・洗濯、掃除などの日常生活上の援助をします。通院などを目的とした乗降介助も行います。

●利用者負担 (1割) のめやす

	内容	サービス費用
身体介護	20分未満	172円
	20分以上30分未満	256円
	30分以上1時間未満	405円
	1時間以上1時間30分未満	588円
生活援助	20分以上45分未満	191円
	45分以上	235円
通院時の乗車・降車等介助	1回につき ※要支援の人は利用できません。	101円

※早朝、夜間、深夜などは加算があります
※ただし、20分未満の場合は要件があります

※次のようなサービスは
介護保険の対象外と
なります。

- 利用者以外の部屋の掃除、洗濯、調理、買い物、布団干し
- 庭の草むしり、大掃除、ガラス拭き
- 家屋の修理、洗車、ペットの世話
- 仕事、趣味や嗜好のための利用（習い事、ドライブ、旅行等）
理美容、冠婚葬祭、日用品以外の買い物、転院の際の利用 など

訪問入浴介護

介護職員と看護職員が移動入浴車などで居宅を訪問し、入浴の介助をします。

●利用者負担(1割)のめやす

内容	サービス費用
全身入浴	1,286円



自宅でリハビリを受けたい

訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問し、リハビリテーションを行います。

●利用者負担(1割)のめやす

内容	サービス費用
1回(20分以上)	315円



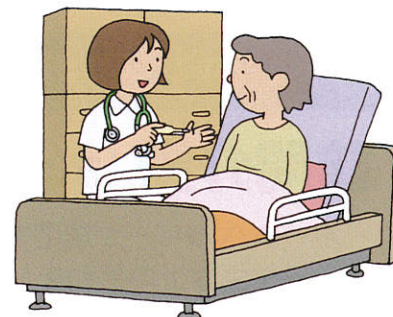
自宅でお医者さんや看護師さんにアドバイスをもらいたい

訪問看護

疾患などを抱えている人へ、看護師などが居宅を訪問し、療養上の世話や診療の補助を行います。

●利用者負担(1割)のめやす

	内容	サービス費用
訪問看護 ステーション から	20分未満(早朝や夜間、深夜のみ)	323円
	30分未満	483円
	30分以上1時間未満	849円
	1時間以上1時間30分未満	1,164円
病院または 診療所から	20分未満(早朝や夜間、深夜のみ)	273円
	30分未満	409円
	30分以上1時間未満	591円
	1時間以上1時間30分未満	870円



※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算されます
※緊急時訪問看護加算、特別な管理を必要とする場合などの加算あり

居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士などが居宅を訪問し、療養上の管理や指導をします。

医療保険からのサービスは利用できません

介護サービスの居宅療養管理指導を利用する利用者は、医療保険からの同様のサービス(訪問薬剤管理指導、訪問栄養食事指導など)は受けられません。ただし、居宅療養管理指導に該当しない医療保険による診療は保険給付が受けられます。

●利用者負担(1割)のめやす

内容	利用限度回数	サービス費用	
		同一建物居住者以外の利用者に対して行う場合	同一建物居住者に対して行う場合(同一日の訪問)
医師または歯科医師が行う場合	1ヵ月に2回	503円	452円
医療機関の薬剤師が行う場合	1ヵ月に2回	553円	387円
薬局の薬剤師が行う場合	1ヵ月に4回	503円	352円
管理栄養士が行う場合	1ヵ月に2回	533円	452円
歯科衛生士等が行う場合	1ヵ月に4回	352円	302円
保健師、看護師が行う場合	要介護認定に伴い作成されたケアプランに基づくサービスの提供を開始してから6ヵ月の間に2回	402円	362円

施設に行って支援やリハビリを受けたい

通所介護(デイサービス)

通所介護施設に通い、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、機能訓練などを日帰りでを行います。



変わりました 平成28年4月から、小規模な通所介護が地域密着型サービスに移行しました

●利用者負担(1割)のめやす

内容	要介護度	サービス費用
通常規模の事業所の場合(5時間以上7時間未満) 1回あたりの自己負担(1割) ※送迎を含む	要介護1	588円
	要介護2	695円
	要介護3	801円
	要介護4	908円
	要介護5	1,015円

通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や医療施設などに通い、食事・入浴・排せつなどの介護や、生活機能向上のためのリハビリテーションを日帰りでを行います。

●利用者負担(1割)のめやす

内容	要介護度	サービス費用
6時間以上8時間未満 1回あたりの自己負担(1割) ※送迎を含む	要介護1	750円
	要介護2	904円
	要介護3	1,056円
	要介護4	1,212円
	要介護5	1,365円

※個別のリハビリテーションを行った場合や入浴の加算あり。食費、日常生活費は別途必要になります

施設に入所してサービスを受けたい

短期入所生活介護(ショートステイ)

短期入所療養介護(医療型ショートステイ)



介護老人福祉施設や医療施設などに短期間入所している人へ、日常生活上の支援や機能訓練などを行います。

ショートステイを利用するときの注意点

ショートステイはあくまでも在宅生活を継続していただくために利用するサービスです。利用する際には、次の点に注意しましょう。

- ショートステイを連続して利用できる日数は30日までとなります。
- 連続して30日を超えない日数であっても、ショートステイの利用日数は要介護認定等の有効期間のおおむね半数を超えないことをめやすとしています。

●利用者負担(1割)のめやす

短期入所生活介護<1日につき>

内容	要介護度	サービス費用
併設型・多床室 介護老人福祉施設の利用	要介護1	619円
	要介護2	688円
	要介護3	759円
	要介護4	828円
	要介護5	895円

※食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります

短期入所療養介護<1日につき>

内容	要介護度	サービス費用
多床室 介護老人保健施設の利用	要介護1	846円
	要介護2	895円
	要介護3	958円
	要介護4	1,010円
	要介護5	1,064円

※食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります

特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入居している人へ、日常生活上の世話や機能訓練などを行います。



●利用者負担(1割)のめやす<1日につき>

	要介護度	サービス費用
一般型	要介護1	548円
	要介護2	614円
	要介護3	684円
	要介護4	750円
	要介護5	820円

※日常生活費は別途必要になります

※外部型サービス費用は、ご利用いただくサービスにより異なりますので各サービスの自己負担のめやすを参考にしてください



施設で生活しながら介護を受けられるサービスです



介護保険で利用できるサービス 施設サービス

施設サービスは、介護が中心か治療が中心かなどによって入所する施設を選択します。入所の申し込みは介護保険施設へ直接行います。

施設サービスを利用できるのは、介護老人福祉施設は原則要介護3以上、その他の施設は要介護1以上の方に限られます。

施設サービスの費用について

施設サービスを利用した場合、サービス費用の1割または2割に加えて、食費、居住費（滞在費）、日常生活費を施設に支払います。

サービス費用の
1割または2割

+

食費

+

居住費
(滞在費)

+

日常生活費

■基準費用額：施設における居住費（滞在費）・食費の平均的な費用を勘案して定める額（1日あたり）
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。

施設の種類	居住費（滞在費）				食費
	ユニット型個室	ユニット型準個室	従来型個室	多床室	
介護老人福祉施設	1,970円	1,640円	1,150円	840円	1,380円
介護老人保健施設・介護療養型医療施設	1,970円	1,640円	1,640円	370円	

※居室の違いは17ページを参照してください。

低所得の人は食費と居住費が軽減されます

低所得の人の施設利用が困難とならないように、申請により、食費と居住費（滞在費）の一定額以上は保険給付されます。所得に応じた負担限度額までを支払い、残りの基準費用額との差額は介護保険から給付されず「特定入所者介護（予防）サービス費」。

●負担限度額（1日あたり）

区分		居住費（滞在費）				食費
		ユニット型個室	ユニット型準個室	従来型個室	多床室	
第1段階	生活保護を受給している方または、老齢福祉年金受給者で、世帯全員が市民税非課税の方	820円	490円	490円 (320円)	0円	300円
第2段階	世帯全員が市民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	820円	490円	490円 (420円)	370円	390円
第3段階	世帯全員（本人を含む）が市民税非課税で、上記に該当しない方	1,310円	1,310円	1,310円 (820円)	370円	650円

●手続き：介護・高齢福祉課保険料係（☎354-8190）へ預貯金の通帳の写し等を添えて申請をしてください。対象になる人には「介護保険負担限度額認定証」を交付します。

ただし、下記の2つのうち、いずれかに該当する人は低所得者として認められません。不正があった場合には、加算金（ペナルティ）がかかります。

●預貯金：預貯金等が単身で1,000万円超、夫婦2,000万円超の場合。

●配偶者の所得：住民票上世帯が異なる（世帯分離含む）配偶者が課税されている場合。

また、平成28年8月からは、区分の決定にあたり、非課税年金（遺族年金、障害年金）も収入として算定します。

生活介護が
中心の施設

介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)

●利用者負担(1割)のめやす<30日の場合>

要介護度	ユニット型個室 ユニット型準個室	従来型個室	多床室
要介護1	19,260円	16,860円	16,860円
要介護2	21,300円	18,930円	18,930円
要介護3	23,490円	21,030円	21,030円
要介護4	25,530円	23,100円	23,100円
要介護5	27,570円	25,080円	25,080円

常時介護が必要で居宅での生活が困難な人が入所して、日常生活上の支援や介護を提供します。



●新規入所は、原則として要介護3以上の人が対象です。

ただし、平成27年4月以前に入所していた要介護1・2の人(要介護3以上から要介護1・2に状態が改善された場合も含む)や、平成27年4月以降に要介護3以上で新規入所したのち要介護1・2に状態が改善された場合でも、やむを得ない事情があれば、引き続き入所できる経過措置が設けられています。また、要介護1・2でも認知症などやむを得ない事情があれば、新規入所が認められる場合があります

介護やリハビリが
中心の施設

介護老人保健施設 (老人保健施設)

●利用者負担(1割)のめやす<30日の場合>

要介護度	ユニット型個室 ユニット型準個室	従来型個室	多床室
要介護1	23,850円	21,420円	23,670円
要介護2	25,260円	22,800円	25,140円
要介護3	27,150円	24,690円	27,030円
要介護4	28,800円	26,280円	28,590円
要介護5	30,360円	27,870円	30,240円

状態が安定している人が在宅復帰できるよう、リハビリテーションや介護を提供します。



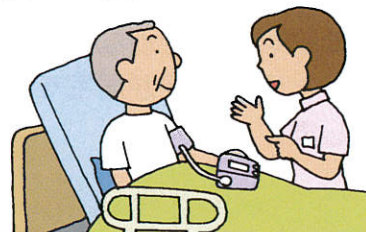
医療が
中心の施設

介護療養型医療施設 (療養病床等)

●利用者負担(1割)のめやす<30日の場合>

要介護度	ユニット型個室 ユニット型準個室	従来型個室	多床室
要介護1	23,640円	19,770円	22,980円
要介護2	26,820円	22,920円	26,130円
要介護3	33,690円	29,820円	33,000円
要介護4	36,600円	32,730円	35,940円
要介護5	39,240円	35,340円	38,550円

長期の療養を必要とする人のための施設で、医療・看護・介護・リハビリテーションなどを提供します。



●従来型個室…ユニットを構成しない個室 ●多床室…ユニットを構成しない相部屋

●ユニット型個室…壁が天井まであり、完全に仕切られている個室

●ユニット型準個室…壁が天井までなく、すき間がある個室

*ユニットとは、少数の個室と、個室に近接して設けられた共同生活室によって一体的に構成される場所のことです

要支援1・2の人が利用できるサービスです



介護保険で利用できるサービス 介護予防サービス

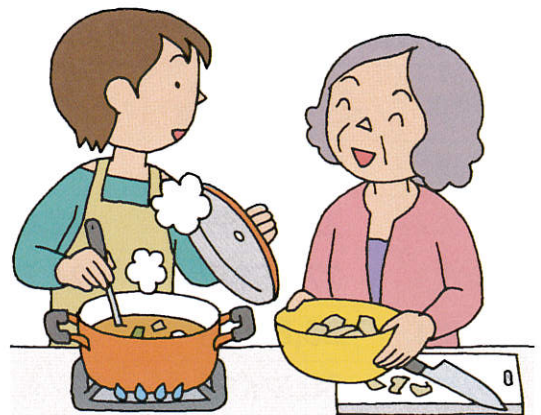
介護予防サービスには、居宅を訪問してもらう訪問系サービスや施設に通って受ける通所系サービスなどがあります。サービスは組み合わせて利用することができます。

- 利用者負担のめやすは、サービスにかかる基本的な費用の1割をめやすとして掲載しています。一定以上所得者（本人の合計所得金額が160万円以上で、同一世帯の第1号被保険者の「年金収入＋その他の合計所得金額」が単身280万円以上、2人以上世帯346万円以上）がサービスを利用したときの利用者負担の割合は2割です。
- サービスの利用内容によってさまざまな加算があります。また、介護職員処遇改善加算などもあります。

自宅での生活の手助けをしてほしい

介護予防訪問介護（ホームヘルプ）

利用者が自立した生活ができるよう、ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴や食事など生活の支援を行います。



- 利用者負担(1割)のめやす<1か月につき>

要介護度	内容	サービス費用
要支援1・2	週1回程度の利用	1,217円
	週2回程度の利用	2,433円
要支援2	週2回程度を超える利用	3,860円

※身体介護・生活援助の区分はありません
※乗車・降車等介助は利用できません

※次のようなサービスは
介護保険の対象外となります。

- 利用者以外の部屋の掃除、洗濯、調理、買い物、布団干し
- 庭の草むしり、大掃除、ガラス拭き
- 家屋の修理、洗車、ペットの世話
- 仕事、趣味や嗜好のための利用（習い事、ドライブ、旅行等）
理美容、冠婚葬祭、日用品以外の買い物、転院の際の利用 など

介護予防訪問入浴介護

疾病などの特別な理由がある場合に、介護職員と看護職員が居宅を訪問し、入浴の介助をします。



- 利用者負担(1割)のめやす

内容	サービス費用
全身入浴	869円

自宅でリハビリを受けたい

介護予防訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が自宅を訪問し、介護予防を目的としたリハビリテーションを行います。

●利用者負担(1割)のめやす

内容	サービス費用
1回(20分以上)	315円

自宅でお医者さんや看護師さんにアドバイスをもらいたい

介護予防訪問看護

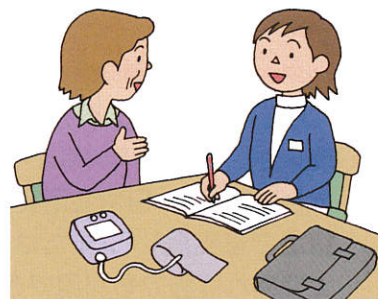
疾患などを抱えている人へ、看護師などが自宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の世話や診療の補助を行います。

●利用者負担(1割)のめやす

内容		サービス費用
訪問看護 ステーション から	20分未満(早朝や夜間、深夜のみ)	323円
	30分未満	483円
	30分以上1時間未満	849円
	1時間以上1時間30分未満	1,164円
病院または 診療所から	20分未満(早朝や夜間、深夜のみ)	273円
	30分未満	409円
	30分以上1時間未満	591円
	1時間以上1時間30分未満	870円

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算されます

※緊急時訪問看護加算、特別な管理を必要とする場合などの加算あり



介護予防居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士などが自宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の管理や指導をします。

医療保険からのサービスは利用できません

介護サービスの居宅療養管理指導を利用する利用者は、医療保険からの同様のサービス(訪問薬剤管理指導、訪問栄養食事指導など)は受けられません。ただし、居宅療養管理指導に該当しない医療保険による診療は保険給付が受けられます。

●利用者負担(1割)のめやす

内容	利用限度回数	サービス費用	
		同一建物居住者以外の利用者に対して行う場合	同一建物居住者に対して行う場合(同一日の訪問)
医師または歯科医師が行う場合	1ヵ月に2回	503円	452円
医療機関の薬剤師が行う場合	1ヵ月に2回	553円	387円
薬局の薬剤師が行う場合	1ヵ月に4回	503円	352円
管理栄養士が行う場合	1ヵ月に2回	533円	452円
歯科衛生士等が行う場合	1ヵ月に4回	352円	302円
保健師、看護師が行う場合	要介護認定に伴い作成されたケアプランに基づくサービスの提供を開始してから6ヵ月の間に2回	402円	362円

施設に行って支援やリハビリを受けたい

介護予防通所介護（デイサービス）

通所介護施設（デイサービスセンター）で、食事・入浴などの基本的サービスや生活行為向上のための支援を行います。また、目標に合わせた選択的サービスも提供します。



●利用者負担(1割)のめやす(1か月につき)

内容	要介護度	サービス費用
1ヵ月あたりの自己負担(1割) (共通的服务) ※送迎、入浴を含む	要支援1	1,692円
	要支援2	3,469円
1ヵ月あたりの自己負担(1割) (選択的サービス)	運動器機能向上	231円
	栄養改善	154円
	口腔機能向上	154円
	生活機能向上グループ活動	103円

※食費、日常生活費は別途必要になります

要支援1・2の人が利用できるサービスが、平成29年4月から一部変更になります

四日市市では、現在、介護予防サービスで行われている「介護予防訪問介護」、「介護予防通所介護」が、平成29年4月から、本市の行う「介護予防・日常生活支援総合事業」に移行します。

「介護予防・日常生活支援総合事業」の訪問型サービス、通所型サービスの対象となるのは、要介護認定で要支援1・2または非該当と判定された人、要介護状態となるおそれが高い人ですが、65歳以上であれば誰でも利用できる「一般介護予防事業」によるサービスもあります。

介護予防通所リハビリテーション（デイケア）

介護老人保健施設や医療施設などで、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、リハビリテーションを日帰りで行います。また、目標に合わせた選択的サービスも提供します。

●利用者負担(1割)のめやす(1か月につき)

内容	要介護度	サービス費用
1ヵ月あたりの自己負担(1割) (共通的服务) ※送迎、入浴を含む	要支援1	1,872円
	要支援2	3,838円
1ヵ月あたりの自己負担(1割) (選択的サービス)	運動器機能向上	233円
	栄養改善	155円
	口腔機能向上	155円

※食費、日常生活費は別途必要になります

選択的サービスには次のようなものがあり、利用者の目標に応じて利用できます。組み合わせて利用することもできます。

運動器機能向上 理学療法士などの指導で、ストレッチや筋力トレーニングなどをします。

栄養改善 管理栄養士などの指導で、低栄養を予防するための食べ方や、食事作りなどをします。

口腔機能向上 歯科衛生士や言語聴覚士などの指導で、歯みがきや摂食・えん下機能向上の訓練などをします。

施設に入所してサービスを受けたい

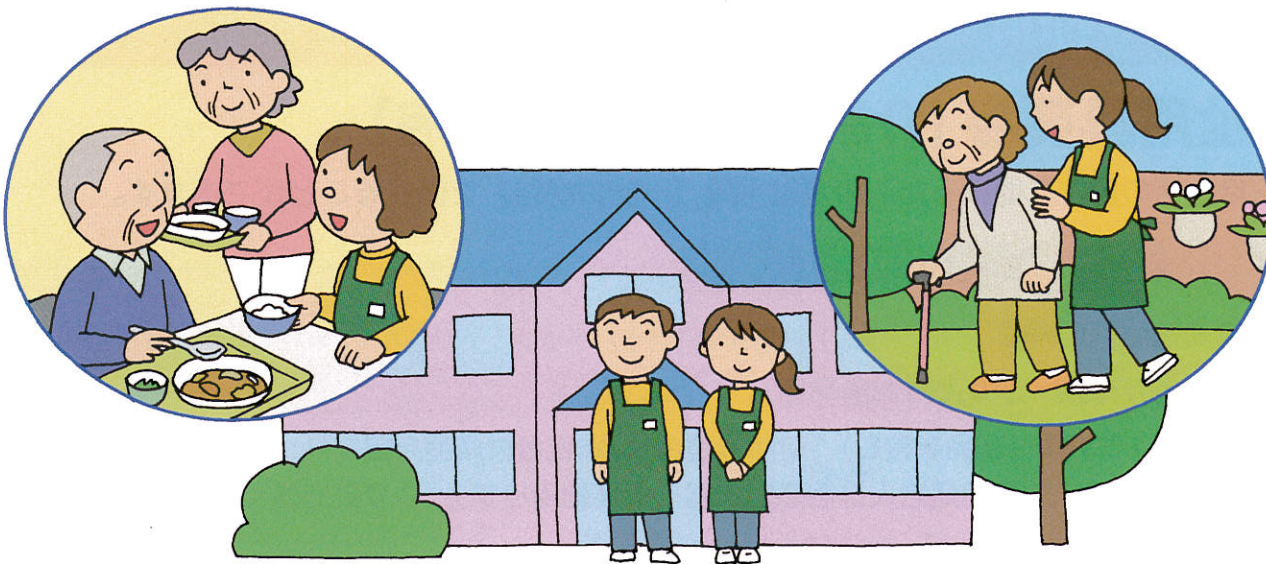
介護予防短期入所生活介護 (ショートステイ) 介護予防短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)

介護老人福祉施設や医療施設などに短期間入所している人へ、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などを行います。

ショートステイを利用するときの注意点

ショートステイはあくまでも在宅生活を継続していただくために利用するサービスです。利用する際には、次の点に注意しましょう。

- ▶ ショートステイを連続して利用できる日数は30日までとなります。
- ▶ 連続して30日を超えない日数であっても、ショートステイの利用日数は要介護認定等の有効期間のおおむね半数を超えないことをめやすとしています。



●利用者負担(1割)のめやす

介護予防短期入所生活介護<1日につき>

内容	要介護度	サービス費用
併設型・多床室	要支援1	453円
介護老人福祉施設の利用	要支援2	557円

※食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります

介護予防短期入所療養介護<1日につき>

内容	要介護度	サービス費用
多床室	要支援1	625円
介護老人保健施設の利用	要支援2	783円

※食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります

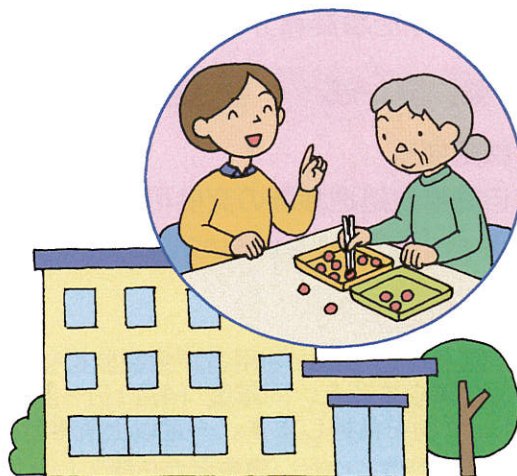
介護予防特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入居している人へ、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などを行います。

●利用者負担(1割)のめやす<1日につき>

	要介護度	サービス費用
一般型	要支援1	184円
	要支援2	317円

※日常生活費は別途必要になります





生活しやすい環境で自立を目指しましょう



介護保険で利用できるサービス 生活環境を整えるサービス

自立した生活を目指すために、福祉用具のレンタル（貸与）や購入費を支給するサービス、住宅の改修が必要な場合に、改修費を支給するサービスがあります。

【 】内は、介護予防サービスの名称です。

福祉用具を利用して自分でできることを増やしたい

福祉用具貸与【介護予防福祉用具貸与】

日常生活の自立を助けるための福祉用具（下記の品目）を借りることができます。

要介護4・5の人の対象品目

- **自動排泄処理装置** ※尿のみを吸引するものは要支援1・2、要介護1～3の人も利用できます

要介護2・3の人の対象品目

※要支援1・2、要介護1の人は原則として保険給付の対象とはなりません、必要と認められる場合は、例外的に対象となります。

- 車いす(車いす付属品を含む)
- 特殊寝台(特殊寝台付属品を含む)
- 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(つり具を除く)

要支援1・2、要介護1の人の対象品目

- 手すり(工事をとまなわないもの)
- スロープ(工事をとまなわないもの)
- 歩行器
- 歩行補助つえ

◆利用者負担について

- 用具の種類や事業者により金額は変わります。支給限度額（P10）が適用されます。

特定福祉用具販売【特定介護予防福祉用具販売】 **事前の申請が必要**

事前に介護・高齢福祉課保険料係（☎354-8190）へ申請したうえで、下記の福祉用具を、県の指定を受けた事業者から購入したとき、購入費が支給されます。

要介護1～5

要支援1・2

- 腰掛便座
- 簡易浴槽
- 入浴補助用具
- 自動排泄処理装置の交換可能部品
- 移動用リフトのつり具

※事業所にいる「福祉用具専門相談員」に必ずアドバイスを受けましょう

◆利用者負担について

- 事前申請後、いったん利用者が全額負担します。あとで購入時に受け取った領収書などを添えて市に保険給付を請求すると、同年度（4月1日～翌年3月31日）で10万円を上限に費用の9割が介護保険から支給され、1割を負担します。一定以上所得者は8割が介護保険から支給され、2割を負担します。
- 県の指定を受けていない事業者から購入した場合は支給されませんので、ご注意ください。

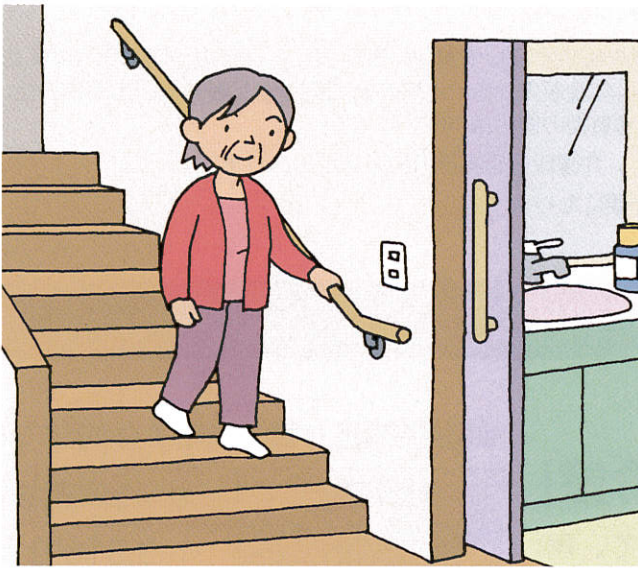
住宅改修費支給【介護予防住宅改修費支給】

事前の申請が必要です

事前に介護・高齢福祉課保険料係（☎354-8190）へ申請したうえで、手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、改修費が支給されます。

◆利用者負担について

- いったん利用者が改修費を全額負担します。あとで市に申請すると、20万円を上限に費用の9割が介護保険から支給され、1割を負担します。一定以上所得者は8割が介護保険から支給され、2割を負担します。
- 引っ越した場合や要介護状態区分が大きくなったときには、再度給付を受けることができます。



要介護1～5

要支援1・2

介護保険でできる住宅改修の例

- 手すりの取り付け
- 段差の解消
- 滑りにくい床材に変更
- 引き戸などへの扉の取り替え
- 和式便器を洋式便器などに取り替え
- 上記の工事にもなって必要となる工事

利用手続きの流れ

ケアマネジャーなどに相談

施工事業者の選択・見積もり依頼

市へ**事前に申請**／市による確認

工事の実施・完了／支払い

市へ領収書などを提出

住宅改修費の支給

申請に必要な書類

- 住宅改修費支給申請書
- 工事費見積書
介護保険の対象となる工事の種類を明記し、各費用などが適切に区分してあるもの
- 住宅改修が必要な理由書
ケアマネジャーなどに作成を依頼します
- 平面図
- 住宅の所有者の承諾書
改修の利用者と住宅の所有者が異なる場合

提出に必要な書類

- 請求書
保険給付を請求するもの
- 住宅改修工事完了届
- 住宅改修に要した費用の領収書
- 完成後の状態を確認できる書類
改修前、改修後の日付入りの写真を添付

※市によって手続きのしかたが一部異なる場合があります



介護保険で利用できるサービス 地域密着型サービス

住みなれた地域での生活を続けるために、地域の特性に応じた地域密着型サービスがあります。ただし、地域で必要とされるサービスが異なるため、原則として、他の市区町村のサービスは受けられません。

【 】内は、介護予防サービスの名称です。

- 利用者負担のめやすは、サービスにかかる基本的な費用の1割をめやすとして掲載しています。一定以上所得者（本人の合計所得金額が160万円以上で、同一世帯の第1号被保険者の「年金収入+その他の合計所得金額」が単身280万円以上、2人以上世帯346万円以上）がサービスを利用したときの利用者負担の割合は2割です。
- サービスの利用内容によってさまざまな加算があります。また、介護職員処遇改善加算などもあります。
- 施設を利用した場合、食費、日常生活費、居住費などは別途必要になります。

通い・訪問・泊まりなど組み合わせて利用したい

小規模多機能型居宅介護 【介護予防小規模多機能型居宅介護】

施設への通いを中心に、利用者の選択に応じて、居宅への訪問や短期間の宿泊を組み合わせ、多機能なサービスを提供します。



●利用者負担（1割）のめやす〈1か月につき〉

要介護度	サービス費用
要支援1	3,516円
要支援2	7,104円
要介護1	10,661円
要介護2	15,668円
要介護3	22,790円
要介護4	25,154円
要介護5	27,735円

看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせることで、通所・訪問・短期間の宿泊で介護や医療・看護のケアを提供します。



要支援1・2の人は利用できません

●利用者負担（1割）のめやす〈1か月につき〉

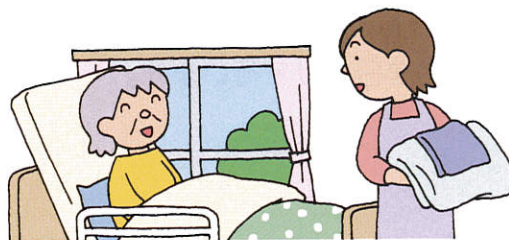
要介護度	サービス費用
要介護1	12,749円
要介護2	17,838円
要介護3	25,075円
要介護4	28,440円
要介護5	32,169円

身近な地域の施設に入所したい

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

定員が29人以下の小規模な介護老人福祉施設で、介護や日常生活上の世話、機能訓練などを提供します。

要支援1・2の人は
利用できません



●利用者負担(1割)のめやす(1日につき)

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型準個室
要介護1	562円	562円	642円
要介護2	631円	631円	710円
要介護3	701円	701円	783円
要介護4	770円	770円	851円
要介護5	836円	836円	919円

●新規入所は、原則として要介護3以上の人が対象です。

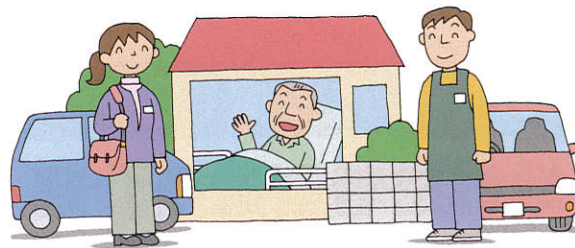
ただし、平成27年4月以前に入所していた要介護1・2の人(要介護3以上から要介護1・2に状態が改善された場合も含む)や、平成27年4月以降に要介護3以上で新規入所したのち要介護1・2に状態が改善された場合でも、やむを得ない事情があれば、引き続き入所できる経過措置が設けられています。また、要介護1・2でも認知症などやむを得ない事情があれば、新規入所が認められる場合があります

ヘルパーさんに自宅を定期的に訪問してもらいたい

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて、定期的な巡回と随時の通報により居宅を訪問し、入浴・排せつ・食事などの介護や、日常生活上の緊急時の対応を行います。

要支援1・2の人は
利用できません



●利用者負担(1割)のめやす(1か月につき)
介護、看護一体型事業所の場合

◆介護のみを利用

要介護度	サービス費用
要介護1	5,896円
要介護2	10,525円
要介護3	17,474円
要介護4	22,103円
要介護5	26,732円

◆介護と看護を利用

要介護度	サービス費用
要介護1	8,602円
要介護2	13,439円
要介護3	20,513円
要介護4	25,288円
要介護5	30,634円

認知症高齢者を対象にしたサービスを利用したい

認知症対応型通所介護 【介護予防認知症対応型通所介護】

認知症の人へ、食事・入浴などの介護や機能訓練などを日帰りで行います。

●利用者負担(1割)のめやす
(7時間以上9時間未満の場合)
単独型を利用する場合

要介護度	サービス費用
要支援1	881円
要支援2	984円
要介護1	1,018円
要介護2	1,128円
要介護3	1,239円
要介護4	1,351円
要介護5	1,461円

認知症対応型共同生活介護 (グループホーム) 【介護予防認知症対応型共同生活介護】

認知症の人が共同生活する住居で、食事・入浴などの介護や機能訓練などを行います。

●利用者負担(1割)のめやす
(1日につき)ユニット数1の場合

要介護度	サービス費用
要支援2	776円
要介護1	780円
要介護2	817円
要介護3	840円
要介護4	858円
要介護5	875円

要支援1の人は利用できません

施設に行って支援やリハビリを受けたい

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、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、機能訓練などを日帰りで行います。

変わりました 平成28年4月から、小規模な通所介護が地域密着型サービスに移行しました

●利用者負担(1割)のめやす
(7時間以上9時間未満の場合)

要介護度	サービス費用
要介護1	755円
要介護2	892円
要介護3	1,034円
要介護4	1,175円
要介護5	1,316円

要支援1・2の人は利用できません

サービス 利用

こんなときは、 どうすればいいの？

サービスに苦情や不満があるときは？

介護（介護予防）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にご相談しづらいときは、下記のような相談先もあります。

「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で安心です。

「介護・高齢福祉課」に相談

相談や苦情の内容をもとに、四日市市で事業者へ調査・指導・助言を行います。

「地域包括支援センター」に 相談

地域の高齢者の総合的支援を行う「地域包括支援センター」で相談を受け付けています。

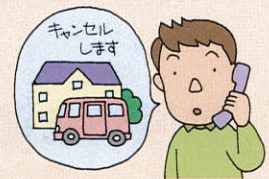
「国保連」に相談

利用者が特に希望する場合は、三重県国保連（国民健康保険団体連合会）に申し立てることができます。



Q サービスをキャンセルしたいが費用が心配

A 急な用事などでサービスをキャンセルする場合は、規定のキャンセル料をサービス事業者へ支払い、サービス料を支払う必要はありません。事業者によって違いますので、重要事項説明書などを確認しましょう。また、要支援の利用者や月単位の定額制サービスなどの場合は、通常キャンセル料は発生しません。



Q ケアマネジャーやサービス事業者を代えたい

A ケアマネジャーやサービス事業者は、介護保険サービスを上手に活用するための要の役割を果たします。たとえば、相談しても納得のいくアドバイスをしてくれないケアマネジャーが、自身の所属する事業者のサービスばかりをプランに盛り込み、実際のサービスでも不満がつるといった状況が続けば、利用者本人の状態は改善するどころか悪化してしまいます。場合によってはケアマネジャーやサービス事業者を代えることもできます。信頼関係が築けない場合は、介護・高齢福祉課や地域包括支援センター、在宅介護支援センターに相談しましょう。





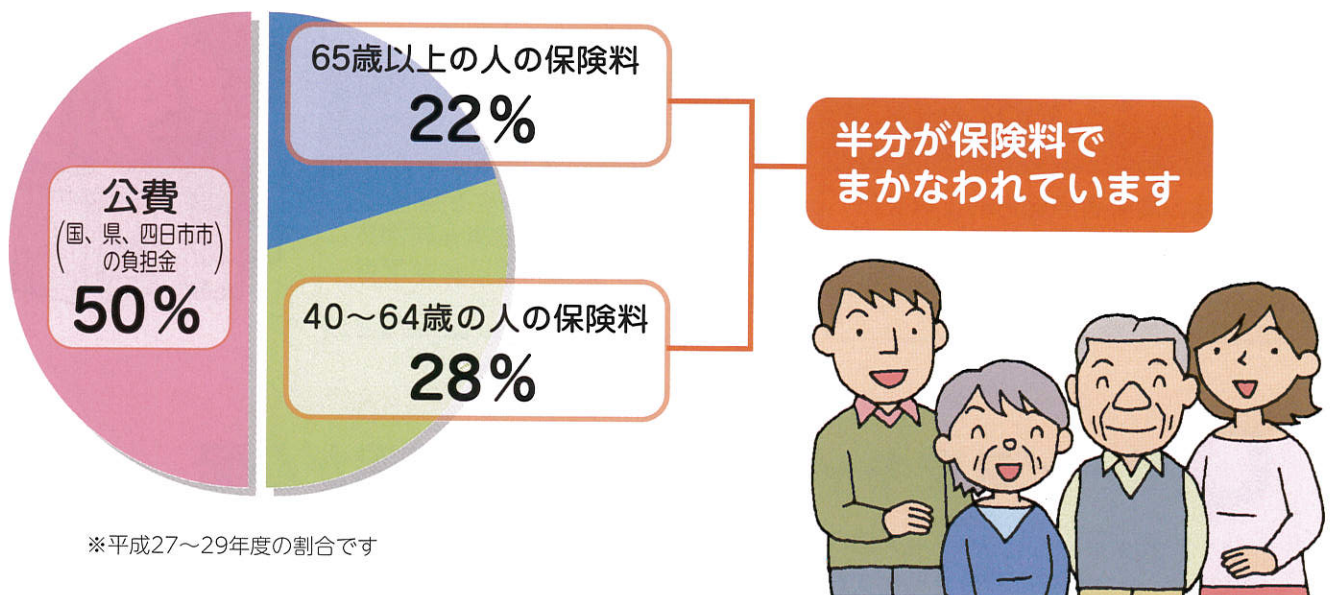
みなさんが納める介護保険料について



介護保険はみなさんが納める保険料を財源としています

介護保険は、40歳以上のみなさんが納めている保険料と公費を財源としています。介護が必要となったときに、だれもが安心してサービスを利用できるよう、保険料は忘れずに納めましょう。

介護保険の財源（利用者負担分は除く）



保険料を滞納していると

保険料を滞納していると滞納期間に応じて次のような措置がとられます。

1年以上滞納すると

サービスを利用したときの費用の全額をいったん利用者が負担し、申請により、あとで保険給付分が支払われます。

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、または全部が一時的に差し止めとなり、滞納していた保険料に充てられることもあります。

2年以上滞納すると

サービスを利用するとき利用者が負担が3割になったり、高額介護（介護予防）サービス費が受けられなくなったりします。

※災害など、やむを得ない理由で保険料を納めることが難しくなったときは、保険料の減免や納付猶予が受けられることがあります。困ったときは、お早めに市の担当窓口までご相談ください

40～64歳の人 (第2号被保険者) の場合

保険料の決め方と納め方

40～64歳の人々の保険料は、加入している医療保険の算定方式により決まります。医療保険の保険料に介護保険分を合わせて納めます。

	国民健康保険に加入している人	職場の医療保険に加入している人
決め方	保険料は国民健康保険税の算定方法と同様に、世帯ごとに決められます。	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）に応じて決められます。
納め方	医療保険分と後期高齢者支援金等分、介護保険分を合わせて、国民健康保険料として世帯主が納めます。	医療保険料と介護保険料を合わせて、給与および賞与から徴収されます。 ※40～64歳の被扶養者は、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) の場合

保険料の納め方

受給している年金額によって2種類に分けられます。65歳になった月（65歳の誕生日の前日が属する月）の分から、原則として年金から納めます。

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、年金から保険料があらかじめ差し引かれます。特別徴収の対象となるのは、老齢（退職）年金、遺族年金、障害年金です。

■ 次のような場合、年金が年額18万円以上でも一時的に納付書で納めることがあります

- ・ 年度途中で65歳（第1号被保険者）になった場合
- ・ 他の市区町村から転入した場合
- ・ 年度途中で年金（老齢（退職）年金、遺族年金、障害年金）の受給が始まった場合
- ・ 収入申告のやり直しなどで、保険料の所得段階が変更になった場合
- ・ 年金が一時差し止めになった場合

……など

年金が年額18万円未満の人

納付書・口座振替(普通徴収)

市から送付されてくる納付書や口座振替で、期日までに金融機関などを通じて保険料を納めます。

■ 保険料納付は口座振替が便利です

便利で安心な口座振替がおすすめです。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、指定の金融機関でお申し込みください。

- 保険料の納付書
- 預（貯）金通帳
- 印かん（通帳届け出印）



※申し込みから口座振替開始までの月や、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は、納付書で納めることになります

保険料納付の取扱い場所

普通徴収の人の保険料は、下記の取扱い場所で納めることができます。

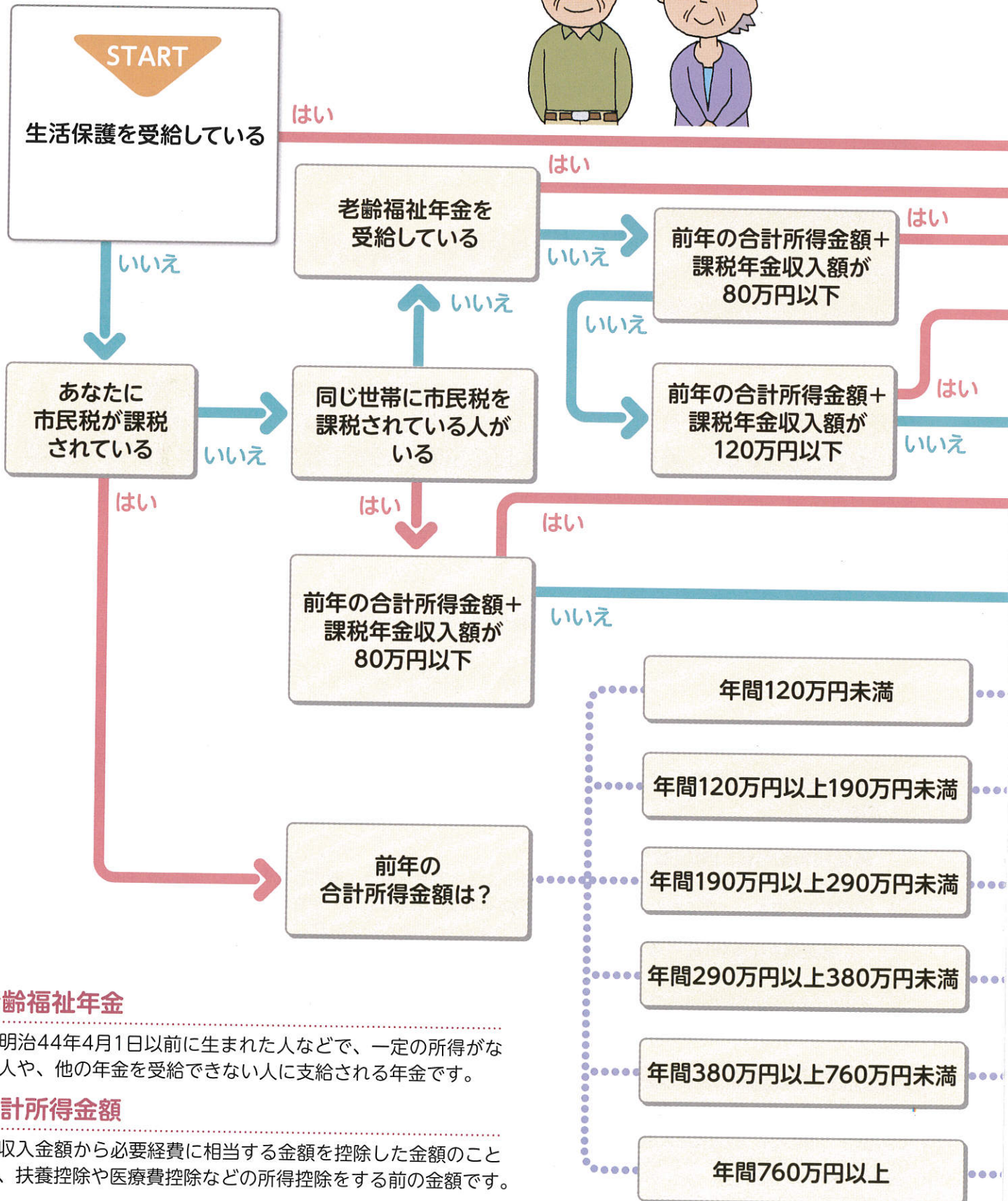
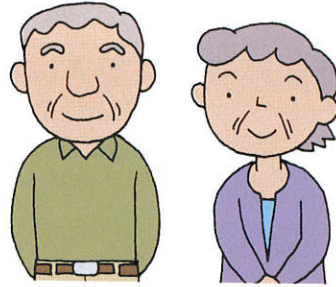
- 四日市市役所 介護・高齢福祉課、各地区市民センター（中部地区を除く）および市民窓口サービスセンター（近鉄四日市駅高架下）
- 三重銀行 ● 百五銀行 ● 三菱東京UFJ銀行 ● 北伊勢上野信用金庫 ● 第三銀行 ● みずほ銀行 ● りそな銀行 ● 大垣共立銀行 ● 愛知銀行
- 中京銀行 ● 三井住友信託銀行 ● 東海労働金庫 ● 桑名信用金庫 ● 三重北農業協同組合 ● 鈴鹿農業協同組合 ● 三重県信用漁業協同組合連合会
- 東海4県内（愛知、岐阜、三重、静岡）のゆうちょ銀行または郵便局 ○ 滋賀銀行 ○ イオ信用組合 ○ 十六銀行 ○ 商工組合中央金庫

※○印の金融機関では、口座振替のお申込みはできません。

65歳以上の人 (第1号被保険者) の場合

保険料の決め方

65歳以上の人々の保険料は、市で介護保険のサービスに必要な費用をもとに決められます。



老齢福祉年金

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

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。

下記のように算出された「基準額」から、みなさんの所得に応じて段階的に保険料が決定されます。

**基準額
(年額)**

=

四日市市で
介護保険給付に
かかる費用

×

65歳以上の
人の負担分
(22%)

÷

四日市市の
65歳以上の
人数

※市区町村によって必要となるサービスの量や65歳以上の人数が異なるため、基準額も市区町村ごとに異なります

段階	あてはまる人	基準額に 対する割合※	年額
第1段階	<ul style="list-style-type: none"> 次のいずれかに該当する人。 <ul style="list-style-type: none"> 生活保護受給者。 世帯全員が市民税非課税で老齢福祉年金受給者。 世帯全員が市民税非課税で、本人の前年の合計所得金額+課税年金収入額の合計が80万円以下の人。 	基準額 ×0.45 (月額2,502円)	30,024円
第2段階	<ul style="list-style-type: none"> 世帯全員が市民税非課税で、本人の前年の合計所得金額+課税年金収入額の合計が年間80万円を超え、120万円以下の人。 	基準額 ×0.625 (月額3,475円)	41,700円
第3段階	<ul style="list-style-type: none"> 世帯全員が市民税非課税で、第1、第2段階に該当しない人。 	基準額 ×0.75 (月額4,170円)	50,040円
第4段階	<ul style="list-style-type: none"> 世帯に市民税課税の人がいるが、本人は市民税非課税で前年の合計所得金額+課税年金収入額の合計が80万円以下の人。 	基準額 ×0.875 (月額4,865円)	58,380円
第5段階	<ul style="list-style-type: none"> 世帯に市民税課税の人がいるが、本人は市民税非課税で前年の合計所得金額+課税年金収入額の合計が80万円を超える人。 	基準額 (月額5,560円)	66,720円
第6段階	<ul style="list-style-type: none"> 本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が120万円未満の人。 	基準額 ×1.125 (月額6,255円)	75,060円
第7段階	<ul style="list-style-type: none"> 本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が120万円以上190万円未満の人。 	基準額 ×1.25 (月額6,950円)	83,400円
第8段階	<ul style="list-style-type: none"> 本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が190万円以上290万円未満の人。 	基準額 ×1.50 (月額8,340円)	100,080円
第9段階	<ul style="list-style-type: none"> 本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が290万円以上380万円未満の人。 	基準額 ×1.625 (月額9,035円)	108,420円
第10段階	<ul style="list-style-type: none"> 本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が380万円以上760万円未満の人。 	基準額 ×1.75 (月額9,730円)	116,760円
第11段階	<ul style="list-style-type: none"> 本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が760万円以上の人。 	基準額 ×2.00 (月額11,120円)	133,440円



お困りのことはありませんか

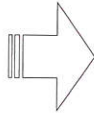


お近くの在宅介護支援センターや地域包括支援センターまでご連絡ください!

在宅介護支援センターや地域包括支援センターは、みなさんが住みなれたまちで安心して暮らしていくために、必要な援助・支援を行う地域の総合相談窓口です。みなさんの生活を支える役割を担っています。

介護や福祉のサービスを使いたい

家族に介護が必要な人がいるけど、どうしたらいいのかわからない...



まずは、お近くの『在宅介護支援センター』までお電話ください

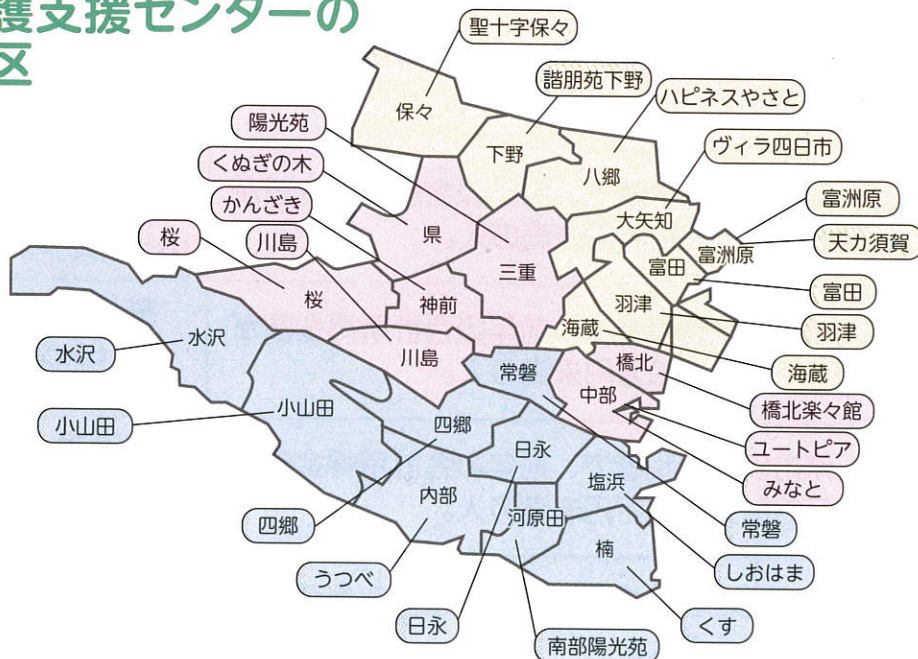


在宅介護支援センターとは?

介護に関する相談や、福祉サービスを利用するための連絡や調整など、在宅介護に関するあらゆる相談にのってくれる最も身近な相談窓口が在宅介護支援センターです。

市役所に代わって相談業務を行う公的な相談窓口ですので、お気軽に安心してご相談ください。

在宅介護支援センターの担当地区



■在宅介護支援センターの担当地区

	名 称	電話番号	FAX番号	住 所	担当地区
北	富洲原	366-2600	364-0306	富洲原2番80号	富洲原
	天カ須賀	361-5361	361-5362	天カ須賀四丁目7番25号	
	ヴィラ四日市	363-2882	361-4440	垂坂町8番地の2	大矢知
	羽津	334-3387	334-3377	羽津山町10番8号	羽津
	海蔵	333-9837	333-9830	阿倉川町14番16号	海蔵
	ハピネスやさと	366-3301	366-3302	千代田町325番地1	八郷
	諧朋苑下野	338-3005	338-3008	西大鐘町1580番地	下野
	聖十字保々	339-7788	339-7211	中野町2492番地	保々
	富田	365-5200	365-0412	富田浜町26番14号	富田
中	みなと	357-2110	359-6612	高砂町7番6号	中央、港、同和
	ユートピア	355-2573	355-3576	久保田二丁目12番8号	共同、浜田、 久保田一・二丁目
	川島	322-3613	322-3614	川島町4040番地	川島
	かんざき	327-2223	327-2228	寺方町986番地4	神前
	くぬぎの木	327-2267	327-1160	赤水町1274番地14	県
	桜	326-6618	326-7557	智積町34番地の1	桜
	陽光苑	333-4622	334-7841	西坂部町1127番地	三重
	橋北楽々館	334-8588	334-8589	京町15番26号	橋北
南	しおはま	349-6381	349-6382	塩浜栄町471番地2	塩浜
	くす	398-2001	397-6861	楠町北五味塚1450番地1	楠
	常磐	355-7522	355-7590	城東町3番22号	常磐（久保田一・ 二丁目除く）
	日永	347-9977	347-6661	大字日永5530番地の23	日永
	四郷	322-1761	322-1769	西日野町4015番地	四郷
	うつべ	348-3988	348-7761	采女町418番地1	内部
	南部陽光苑	347-7336	347-7338	河原田町2146番地	河原田
	小山田	328-1814	328-2682	山田町5570番地1	小山田
	水沢	329-3553	329-3554	水沢町1990番地1	水沢

◆ご自分の地区がわからない場合などは、市役所介護・高齢福祉課（☎354-8170）までお問い合わせください。

■地域包括支援センターの連絡先

名 称	電話番号	FAX番号	住 所	担当地区
四日市市市北 地域包括支援センター	365-6215	365-6216	富田浜町26番14号	市内北部
四日市市市中 地域包括支援センター	354-8346	354-8326	本町9-8 本町プラザ4階	市内中部
四日市市市南 地域包括支援センター	328-2618	328-2980	山田町5570番地4	市内南部

◆地域包括支援センターは、在宅介護支援センターで対応が困難な場合などに、それを支援する専門機関です。

介護予防サービス
生活環境づくり
介護保険料
お困りのことは
ありませんか
高齢者福祉
サービス

住み慣

高齢者

在宅介

- 高齢者の支援
- 介護・福祉サービスの申請代行
 - 併設のデイサービス、ショートステイが利用できるよう調整

要支援者の
ケアプランの委託

ケアマネジャー

- 高齢者の支援
- 要支援者のケアプラン作成



主任ケアマネジャー

- ケアマネジャー支援
- 困難事例への相談、同行訪問
 - 各関係機関との調整

専門3職種

地域包括支援センター

介護現場

- 居宅サービス
- 施設サービス
(特別養護老人ホーム、老人保健施設など)
- グループホーム
- その他の介護保険サービス



ケアマネジャー

高齢者の支援

- 要介護者のケアプラン作成
- 要支援者のケアプラン作成

連携

医療現場

かかりつけ医

- 早期診断・治療
- 専門医療へのつなぎ
- 在宅療養の医療的見守り



病院(専門医療・救急医療)

- 退院時カンファレンス
- 専門治療(急性期治療)
- 治療方針決定

連携

連携

れた地域

・家族

相談など

護支援センター

相談担当者
(医療・福祉職)



高齢者の支援

- 実態把握、見守り
- 訪問給食
(食事の確保と安否確認)

総合相談

- 高齢者や介護に関する
第一相談窓口

地域との連携

- 民生委員をはじめ、
関係機関との連携

連携

地域・職域

- 地域の見守り・支援

市社会福祉協議会
民生委員
地区社協
NPO・ボランティア
認知症キャラバンメイト

後方支援

- 総合相談
- 虐待・消費者被害対応
- 困難ケース対応支援

保健師

介護予防相談

- 二次予防事業対象者の
ケアマネジメント
- 介護予防に
関する相談



社会福祉士

権利擁護相談

- 虐待への対応
- 成年後見制度
の利用支援



連携

関連機関

警察・裁判所・消防・
権利擁護センター・
消費生活センター等

支援

連携

認知症初期集中支援チーム

(平成28年度は北・南包括に設置。平成29年度に中包括に設置予定)

- 介護予防事業(運動・栄養教室など)も実施

認知症地域支援推進員

連携

市

介護予防サービス
生活環境を
整えるサービス
地域密着型
サービス
介護保険料
お困りのことは
ありませんか
高齢者福祉
サービス

四日市市が行う介護保険以外の 高齢者福祉サービス

●高齢者福祉サービス

訪問給食事業	37
緊急通報システム事業	37
徘徊高齢者家族支援サービス	37
日常生活用具の給付	37
おむつ等支援事業	38
家族介護慰労事業	38
介護相談員派遣事業	38
養護老人ホームでのショートステイ	38
重度ALS患者入院時コミュニケーション支援事業	38

●健康づくりや病気の予防を目的とした保健サービス

健康手帳の交付	39
健康教室の開催	39
健康相談	40
がん検診など	41
健康診査	41

●介護予防事業

一次予防事業	42
二次予防事業	42

●高齢者に配慮した住まい

軽費老人ホーム(A型)	43
軽費老人ホーム(B型)	43
ケアハウス	43
有料老人ホーム	44
サービス付き高齢者向け住宅	44
養護老人ホーム	44
市営住宅	44

●認知症の人や家族に対する支援

認知症安心ガイドブック	45
認知症初期集中支援チーム	45
認知症地域支援推進員	46
認知症サポーター養成講座	46
成年後見制度	46
日常生活自立支援事業	47

●高齢者の社会参加

老人福祉センター	48
老人クラブ	48
老人福祉大会	48
ふれあいいいきサロン	48
老人憩いの広場の整備	48
熟年大学	49
シルバー人材センター	49
敬老訪問	49
敬老祝金	49
地区敬老行事	49

●給付・貸与等

老齢福祉年金	50
生活福祉資金貸付	50
福祉総合相談	50
身体障害者手帳の交付	50
税控除にかかる障害者控除対象者認定書、おむつ使用証明書の発行	50
郵便等による選挙の不在者投票	50

■訪問給食事業

心身の障害等で調理が困難な65歳以上のひとり暮らし高齢者、または同居する家族がいても、家族全員が調理困難で見守りが必要な世帯の高齢者などを対象に、お近くの在宅介護支援センターから、月～土曜日まで昼食・夕食を配達します。



- 費用：1食655円（うち155円は市が負担、自己負担は500円）
- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）、在宅介護支援センター（P33参照）

■緊急通報システム事業

65歳以上のひとり暮らし高齢者や高齢者のみの世帯で、高血圧症や心臓疾患等で突発的に助けが必要となるおそれのある人を対象に、緊急通報装置を貸与します。

ただし、前年分所得税非課税世帯に限られます。

※協力員（通報先）の確保が必要です。

- 費用：緊急通報装置の費用は無料ですが、付随する電話の基本料、通話料等は自己負担
- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）、在宅介護支援センター（P33参照）

■徘徊高齢者家族支援サービス

認知症により徘徊した高齢者を早期に発見できるシステムを利用するための機器購入費、契約費等を補助することで、事故の防止を図り、家族が安心して介護できるよう支援します。

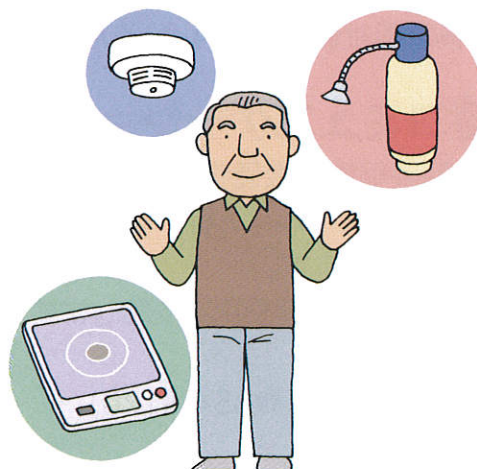
ただし、認知症で徘徊する（おそれのある）高齢者等で市民税非課税の人を介護する人に限られます。

- 補助金額：機器購入費契約費用（毎月の利用料、検索料、修繕費等は含まない）で、上限19,000円。原則1回限り
- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）、在宅介護支援センター（P33参照）

■日常生活用具の給付

65歳以上のひとり暮らし高齢者等に対し、日常生活の便宜を図るため、下記の用具を支給します。ただし、所得制限があります。

- 支給する用具：火災報知器、自動消火器、電磁調理器
- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）、在宅介護支援センター（P33参照）



■おむつ等支援事業

在宅で常時おむつ等を使用している人を対象に、おむつ等に要する経費の一部を補助します。

- 対象者：要介護3以上の認定を受けた人で、常時おむつ等が必要な人。ただし、施設等に入所・入居したり、入院した場合には支給中止となります。
- 支給内容：1か月ごとに6,500円を限度として、おむつ等引換券を支給します。
- 利用方法：おむつ取扱店での販売価格で、希望するおむつ等と引き換えることができますが、引換券の取扱いができないところもありますので、ご了承ください。
※おむつ引換券での購入分については、確定申告の医療費控除の対象にはなりません。
- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）、在宅介護支援センター（P33参照）



■家族介護慰労事業

要介護4以上の高齢者を在宅で介護している市民税非課税世帯の家族を対象に、1年間、介護保険サービスを利用せず、入院・入所もなかった場合（1週間程度の短期入所サービスの利用および医療機関等への入院を除く）、介護慰労金を支給します。

- 慰労金：10万円
- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）、在宅介護支援センター（P33参照）

■介護相談員派遣事業

介護相談員は、介護サービスを受けている人と、それを提供する事業者との間に立って、利用者から介護サービスの不満や疑問、要望などを聞き、事業者に改善を求める活動を行います。

四日市市では、20名の相談員が施設を訪問して、介護サービスを受けている人の相談にあたっています。

- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）

■養護老人ホームでのショートステイ

身の回りのことが自分でできるおおむね65歳以上のひとり暮らし高齢者などで、環境上の理由などにより、一時的に自宅での生活継続が困難となったときに、養護老人ホームに短期入所することができます。

- 施設：寿楽陽光苑（四日市市大字泊村1050-13）
- 内容：1か月あたり7日程度のショートステイ
- 費用：1日あたり1,760円
- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）



■重度ALS患者入院時コミュニケーション支援事業

意思の疎通が困難な重度ALS（筋萎縮性側索硬化症）患者が入院した場合に、本人のコミュニケーションに熟知している支援者（ホームヘルパー等）を派遣し、医療機関のスタッフ等との円滑なコミュニケーションが行えるよう支援します。

- 支援費用：1時間あたり1,600円の9割の派遣費用を支給します。ただし、1日8時間、1回の入院につき14日間を限度とします。
- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）

健康づくりや病気の予防を目的とした保健サービス

健康手帳の交付

健康状態を記録し、自らの健康管理や健康増進に活用していただくために、健康手帳を交付しています。

- 対象者：40歳以上の人のうち希望する人
- お問い合わせ：健康づくり課（☎354-8282）

健康教室の開催

正しい生活習慣で病気の予防をはかり、高齢になっても介護が必要にならずに過ごせる期間（健康寿命）を延ばすために、市民の団体等からの要望に出前講座として健康教室を開催します。



※年度によって講座メニューが変更することがあります。

講座名	お問い合わせ先
健康づくり講座 ～高齢者版～	健康づくり課 ☎354-8291
食事から始めるステキなからだづくりのコツ（調理実習希望の場合はご相談ください）	健康づくり課 ☎354-8291
がん予防のおはなし ～予防しよう、そして早く発見しよう～	健康づくり課 ☎354-8282
感染症と予防（エイズ、結核、ノロウイルス、O157、インフルエンザ等について）	保健予防課 ☎352-0594
かけがえのない「いのち」を守るために ～メンタルパートナー養成講座～	保健予防課 ☎352-0596
こころの病について ～うつ病・統合失調症・アルコール依存症など～	保健予防課 ☎352-0596
こころのバリアフリー ～精神障害者の正しい理解～	保健予防課 ☎352-0596
薬の正しい使い方について	衛生指導課 ☎352-0592
家庭でもできる食中毒予防（正しい手洗い等について）	衛生指導課 ☎352-0592

健康相談

保健師、看護師、栄養士等により、健康の保持、病気の予防などの相談に対し、助言指導を行います。



相談項目	日時等 ※年末年始12月29日～1月3日、土日、祝休日はお休みです	場所	電話
健康相談	午前8時30分～午後5時15分 (来所相談希望の場合は要予約)	健康づくり課 (諏訪町1-5)	354-8282
看護師による 一般健康相談(来所)	原則毎週火・金曜日 午前10時～正午、 午後1時～午後3時	あさけプラザ (下之宮町296-1)	363-0123
こころの相談 (精神保健福祉相談)	<ul style="list-style-type: none"> ● 医師による相談 (来所) 原則毎月第2・第4金曜日 午前10時～正午 午後1時～午後4時 (3日前までに要予約) ● 保健師等による相談 月曜日～金曜日 (祝日除く) 電話 (随時)・来所 (要予約) ● 精神保健福祉士による相談 日程等要問い合わせ 電話 (随時)・来所 (要予約) 	保健予防課 (諏訪町2-2)	352-0596
難病相談	保健師による相談…電話 (随時)・来所 (要予約)		352-0594
エイズなどの 性感染症相談			
結核相談			
エイズなどの 検査・相談	エイズ、梅毒、B・C型肝炎について検査 (無料・匿名) 毎週水曜日午後1時～午後3時 第4水曜日は午後5時30分～午後7時も実施 (予約不要。検査結果連絡のため、再度来所 が必要。)		

■がん検診など

病気の早期発見、早期治療のため地区市民センター等および委託医療機関でがん検診を実施しています。

※対象年齢や実施時期、内容等の詳細は「広報よっかいち」にてお知らせします。

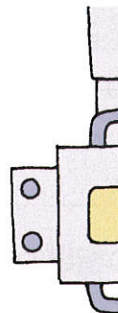
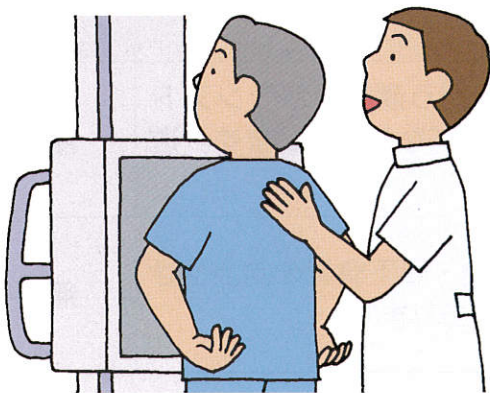
検診名	実施場所
胃がん検診	地区市民センター等および委託医療機関
子宮頸がん検診	
大腸がん検診	
乳がん検診	
肺がん・結核検診	
肝炎ウイルス検査(B型・C型)	委託医療機関 ※今までに市の実施する肝炎ウイルス検査を受けたことがない人のみ対象
さわやか歯科検診(歯周病検診)	委託医療機関 ※対象の人には通知します

●お問い合わせ：健康づくり課 (☎354-8282)

■健康診査

生活習慣病の予防・早期発見のため、委託医療機関で健康診査を実施しています。対象の人へは6月末頃に受診券を送付します。

事業名	対象者	実施場所	加入医療保険	実施期間	お問い合わせ先
特定健康診査	40～74歳	委託医療機関	四日市市 国民健康保険	7～11月	保険年金課 ☎354-8158
後期高齢者 健康診査	75歳以上		三重県後期 高齢者医療保険		三重県後期高齢者 医療広域連合 ☎059-221-6884



介護予防事業

■一次予防事業

いつまでも自立した生活が送れるよう、地区市民センターなどで教室を行い、地域における介護予防の活動を支援します。

●対象者：市内在住のおおむね65歳以上の人

事業名	対象者	場所	料金	内容	実施期間
食と運動の輪☆ すこやか倶楽部	おおむね65歳以上の人	地区市民センター・ 楠交流会館・ ヘルスプラザ	無料	食生活の話と楽しい運動をする教室	10～11月 1地区につき 1回
よっかいち・ はつらつ健康塾！	おおむね65歳以上の人	地域の集会所・ 公会所・ 地区市民センター 他	無料	認知症や転倒などの予防について学ぶ教室	1地区につき 年間9～10回
地域でお達者 クラブ	おおむね65歳以上で、介護予防に積極的に取り組みたい集まり（5人以上で構成された団体）	地域の集会所など	無料	集まりで介護予防の体操が行えるよう、実施方法を伝達する教室	通年

●お問い合わせ：健康づくり課（☎354-8291）

■二次予防事業

要支援状態になる危険性が高い人を対象に、リハビリテーション事業所などによる機能向上のためのプログラムを実施し、より自立した日常生活を送れるよう支援します。

利用にあたっては、地域包括支援センターによる判定とケアマネジメントが必要になりますので、希望される人は、まず各地域包括支援センターにご相談ください。

●対象者：市内在住で要支援状態になる危険性が高い65歳以上の高齢者

（心身の状態を把握する「基本チェックリスト」による判定で生活機能の低下が認められた人など）

事業名	内容	料金
運動器の機能向上プログラム	理学療法士などの指導により、筋肉を使う運動、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。送迎サービスがあります。	無料
口腔機能の向上プログラム	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。送迎サービスがあります。	無料

●お問い合わせ：地域包括支援センター（P33参照）

高齢者に配慮した住まい

■軽費老人ホーム (A型)

60歳以上で、生活に充てることができる収入が少なく、身寄りのない人や家族との同居が困難な人が入所できる施設です。身の回りのことが自分でできる人が対象となります。生活費は全額自己負担で、事務費は所得に応じた負担が必要です。

施設名	設置者	定員
	所在地	電話番号
第二小山田軽費老人ホーム	社会福祉法人青山里会	50人
	〒512-1111 四日市市山田町5496	328-2513

●お問い合わせ：直接施設へ

■軽費老人ホーム (B型)

60歳以上で、家庭環境や住宅事情などにより、家庭での生活が困難な人が入所できる施設です。自炊できる程度の健康状態である人が対象となります。軽費は全額自己負担です。

施設名	設置者	定員
	所在地	電話番号
小山田軽費老人ホーム	社会福祉法人青山里会	50人
	〒512-1111 四日市市山田町5496	328-2513

●お問い合わせ：直接施設へ

■ケアハウス

60歳以上で、身体機能の低下や高齢のため、ひとり暮らしに不安があり、家族による援助が期待できない人が入所できる施設です。生活費と管理費は全額自己負担で、事務費は所得に応じた負担が必要です。

施設名	設置者	定員
	所在地	電話番号
小山田ケアハウス	社会福祉法人青山里会	50人
	〒512-1111 四日市市山田町5538-3	328-2448
四日市ユートピアハウス	社会福祉法人ユートピア	60人
	〒510-0821 四日市市久保田二丁目12-8	355-2500
ケアハウス常磐	社会福祉法人青山里会	60人
	〒510-0824 四日市市城東町3-22	355-7520
グリーンライフ英水苑	社会福祉法人英水会	50人
	〒510-0885 四日市市大字日永5530-23	347-6660

●お問い合わせ：直接施設へ

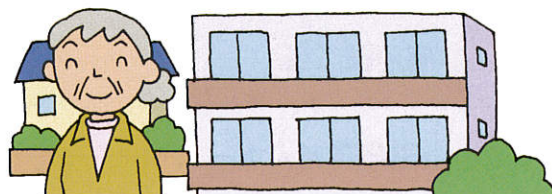
■有料老人ホーム

60歳以上の人を対象で、食事の提供その他日常生活上必要なサービスを受けることができます。経費は全額自己負担です。

●お問い合わせ：直接施設へ

■サービス付き高齢者向け住宅

高齢者の居住の安定を確保することを目的として、バリアフリー構造等を有し、介護・医療と連携し、安否確認、生活相談といった生活支援サービスを提供する高齢者向けの住宅です。経費は全額自己負担です。



●お問い合わせ：直接施設へ

有料老人ホームとサービス付き高齢者向け住宅の最新の一覧表は、三重県庁 長寿介護課のホームページ <http://www.pref.mie.lg.jp/CHOJUS/HP/23833022856.htm>に掲載されています。

■養護老人ホーム

65歳以上で、家庭環境や経済的理由などにより、家庭での生活が困難な人が入所する施設です。身の回りのことが自分ででき、市民税の所得割を課されていない人が対象となります。入所する人の所得と扶養義務者の課税状況に応じた負担が必要です。

施設名	設置者	定員
	所在地	電話番号
寿楽陽光苑	社会福祉法人三重福祉会	120人
	〒510-0894 四日市市大字泊村1050-13	345-0208

●お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係 (☎354-8170)

■市営住宅

市営住宅の一部に「高齢者世帯向け」住宅があります。単身者については、別途「単身者向け」として募集を行います。いずれも定期募集時（6月、10月、2月）に申込みを受付けますが、希望者が多い場合は抽選となります。住宅に空きがない場合は、募集しません。年齢、所得や持ち家の有無などによる制限があります。

●お問い合わせ：市営住宅課住宅係 (☎354-8218)

認知症の人や家族に対する支援

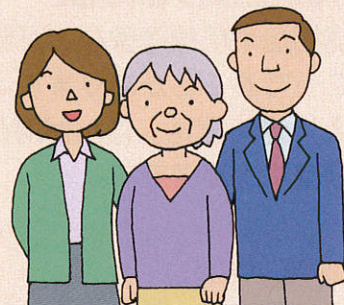
認知症は単なるもの忘れと違い、何らかの原因によって脳の細胞の一部が壊れていくことで起きる「脳の病気」です。認知症が進行すると、記憶力や判断力が低下して日常生活に支障が出たり、不安や混乱で周りの人とうまく関係が保てなくなったりして、介護する家族に大きな負担がかかることもあります。中にはこの負担が原因で、高齢者虐待を起こしてしまう例もあります。

こうした事態にならないためにも、家族が不安や悩みを1人で抱え込むことをせず、周囲や医療・介護の窓口にご相談するとともに、公的サービスを上手に利用してください。

また、認知症は、早期診断・早期治療で、進行を遅らせたり、対応の工夫で症状を改善したりできる場合もあります。「おかしいな」と思ったら、早い段階で以下の窓口にご相談ください。

主な相談窓口

- 在宅介護支援センター ●地域包括支援センター (P33参照)
- 市役所 介護・高齢福祉課高齢福祉係 (☎354-8170)
- 認知症疾患医療センター／東員病院 (☎0594-76-2345)
- 家族の会 認知症の電話相談／公益社団法人 認知症の人と家族の会
(フリーダイヤル 0120-294-456／土日祝を除く10時～15時)
- 三重県認知症コールセンター
(☎059-235-4165／土日祝を除く9時30分～17時30分)
- 若年性認知症コールセンター
(フリーダイヤル 0800-100-2707／日祝を除く10時～15時)
- 認知症110番 (公益財団法人認知症予防財団)
(フリーダイヤル 0120-654-874／月・木10時～15時)



■認知症安心ガイドブック

認知症の症状の進行に合わせ、いつ、どこで、どのようなサービスが受けられるかというケアの道すじ＝「認知症ケアパス」を示した冊子です。以下のお問い合わせ先などにあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係 (☎354-8170)
在宅介護支援センター、地域包括支援センター (P33参照)

■認知症初期集中支援チーム

認知症の早期診断・早期対応を進めるため、福祉職、医療職、専門の医師による「認知症初期集中支援チーム」が、訪問などによって、認知症が疑われる方やその家族に早期に集中的に関わり、必要な医療・介護サービスにつなげる支援を行います (平成28年度は北・南地域包括支援センターに配置。平成29年度には、中地域包括支援センターに配置の予定)。

- お問い合わせ：四日市市北地域包括支援センター (☎365-6215)
四日市市南地域包括支援センター (☎328-2618)

■認知症地域支援推進員

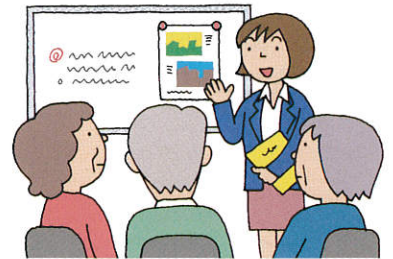
医療・介護の連携や地域の見守り体制づくりを進めるとともに、認知症の人の状態に応じた支援につなぐ相談員で、介護・高齢福祉課と各地域包括支援センターに配置されています。

- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）
地域包括支援センター（P33参照）

■認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族の人をできる範囲で支援していただく応援者（認知症サポーター）を養成するための講座（1時間から1時間30分程度）を開催しています。

年数回、参加者を広く募集して講座を開催するほか、市内にお住まいの人の集まり（10名程度以上）に、講師が出席します。



- お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）
地域包括支援センター（P33参照）

■成年後見制度

認知症や精神障害などが原因で判断能力が十分でない人は、財産管理や契約などにおいて不利益をこうむることがあります。成年後見制度とは、このような人の代わりに家庭裁判所から選定された人（成年後見人等）が財産管理を行ったり契約を結んだりすることで、本人（被成年後見人等）を保護する制度です。

具体的には

- 財産管理、財産上の手続き、処分
- 生活の安定、健康維持に必要なサービス利用の手続き
- 施設の入退所や病院の入退院などの手続きや契約 など

後見人をつけるためには、本人が住んでいるところの家庭裁判所に申し立てをする必要があります。申し立てができるのは、本人、本人の家族などです。（ただし、本人に四親等以内の親族がないなどの場合には、市長による申し立てもできます）

- お問い合わせ：
津家庭裁判所四日市支部（☎352-7151）
リーガルサポート三重支部（三重司法書士会内）（☎059-213-4666）
三重弁護士会（☎059-228-2232）
四日市市社会福祉協議会 成年後見サポートセンター（☎354-8144）

■日常生活自立支援事業

認知症などで判断能力が十分でないため福祉サービスの利用や日常生活に支障をきたしている人を対象に、福祉サービスの利用手続きの援助や代行、必要に応じて日常的な金銭管理や書類預かりサービスを行います。ただし、本人に契約能力のある人に限ります。

●利用料金

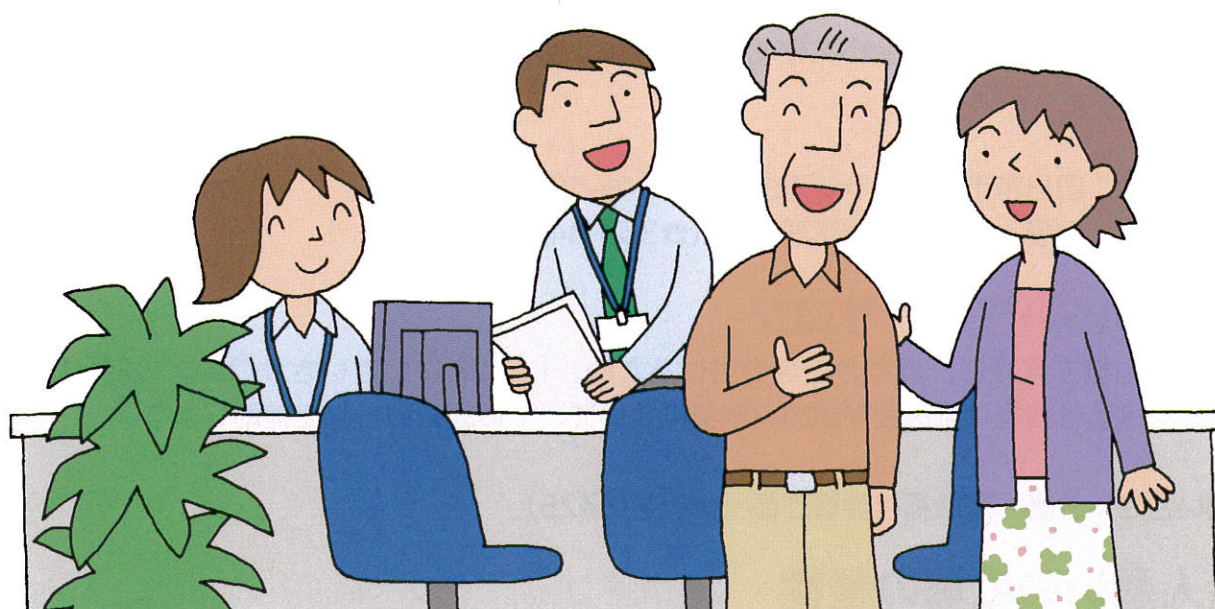
福祉サービスの利用援助及び日常的な金銭管理サービス（市民税非課税者のうち預貯金が200万円未満の人は減免、生活保護受給者は免除）	1回	1,000円
書類等の預かりサービス	1か月	250円

●お問い合わせ：

四日市市社会福祉協議会 地域福祉課地域福祉推進係（☎354-8144）

四日市市社会福祉協議会 三泗日常生活自立支援センター（☎354-2433）

地域包括支援センター（P33参照）



■老人福祉センター

おおむね60歳以上の方が無料で利用できる憩いの場として、市内2か所に老人福祉センターがあります。入浴、語らい、カラオケなどを楽しんでいただけます。

- 中央老人福祉センター 四日市市日永東一丁目2番27号
- 西老人福祉センター 四日市市西坂部町1397番地1
- 開館時間：午前9時30分～午後4時
- 休館日：毎週月曜、祝日（敬老の日を除く）、年末年始（12/28～1/4）
- お問い合わせ：中央老人福祉センター（☎346-4066）、西老人福祉センター（☎326-5888）
介護・高齢福祉課管理係（☎354-8425）

■老人クラブ

老人クラブは、老後の生活を健全で豊かなものにするため、地域の人たちによって自主的につくられた会員組織の団体です。健康の増進、教養の向上、社会奉仕、地域交流などを目的に、各種講座、奉仕活動、レクリエーション、スポーツなどの活動を行っています。



老人クラブ連合会では、各クラブ間の交流とクラブ活動の推進のため、老人福祉大会、芸能大会、運動会、趣味の作品展などの行事を催しています。

おおむね60歳以上の人であれば、どなたでも入会できます。各町の老人クラブ会長または老人クラブ連合会へご相談ください。

- お問い合わせ：四日市市老人クラブ連合会（☎346-4066）
介護・高齢福祉課管理係（☎354-8425）

■老人福祉大会

毎年、市と老人クラブ連合会の共催で開催します。大会では、老人福祉事業に功績のあった人などを顕彰します。

- お問い合わせ：四日市市老人クラブ連合会（☎346-4066）
介護・高齢福祉課管理係（☎354-8425）

■ふれあいいきいきサロン

高齢者が地域で気軽に交流できる場を設けるため、「ふれあいいきいきサロン」の取り組みを支援します。地区社会福祉協議会が認める事業について、その経費の一部を補助します。

- お問い合わせ：介護・高齢福祉課管理係（☎354-8425）

■老人憩いの広場の整備

老人クラブなどの地域の団体が、高齢者に適した軽スポーツ（ゲートボール、グラウンド・ゴルフなど）のできる広場を整備するとき、その整備費の一部を補助します。



- お問い合わせ：介護・高齢福祉課管理係（☎354-8425）

■熟年大学

60歳以上の市民を対象に年間を通して行っている講座です。1年目の教養課程と2年目の専攻課程があります。午前は講義、午後はクラブ活動です。申し込みの案内は、毎年3月下旬の「広報よっかいち」に掲載します。

- お問い合わせ：文化振興課（☎354-8239）

■シルバー人材センター

60歳以上の健康で働く意欲のある人が会員となり、各人の経験や技能に応じた仕事に従事します。入会を希望する人は、毎月行われる入会説明会に参加してください。

- お問い合わせ：四日市市シルバー人材センター（☎354-3670）



■敬老訪問

最高齢者宅を市長などが訪問し、長寿をお祝いします。

- お問い合わせ：介護・高齢福祉課管理係（☎354-8425）

■敬老祝金

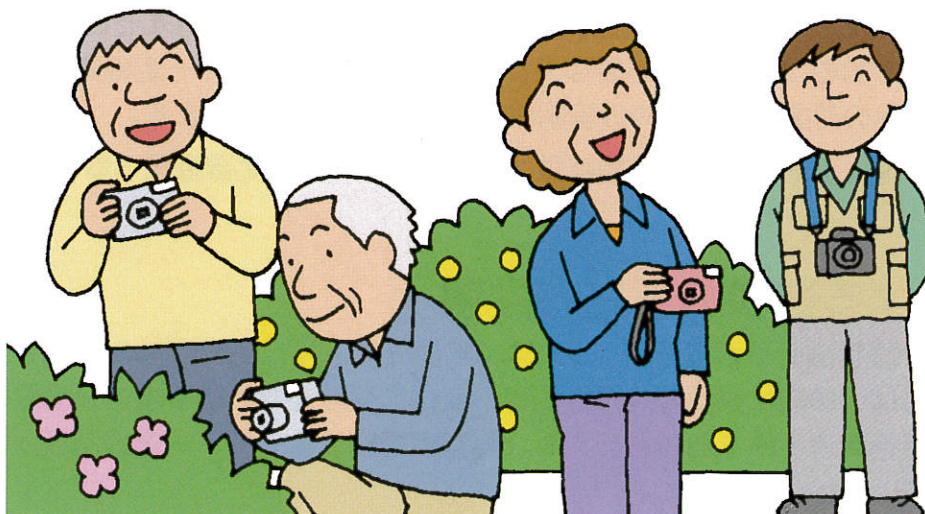
100歳を迎えた人に、長寿をお祝いして敬老祝金をお贈りします。

- お問い合わせ：介護・高齢福祉課管理係（☎354-8425）

■地区敬老行事

敬老の日や老人週間の行事として、地域で行われる敬老行事について、その経費の一部を補助します。

- お問い合わせ：介護・高齢福祉課管理係（☎354-8425）



■老齢福祉年金

国民年金制度が始まったときに、すでに年齢が高かったため、拠出年金を受けるための受給資格期間を満たせなかった人に支給されます。明治44年4月1日以前に生まれた人などが対象ですが、本人、配偶者、扶養義務者などに一定の所得があるときは、一部または全額が支給停止となります。

●お問い合わせ：保険年金課年金係（☎340-0221）

■生活福祉資金貸付

他の資金の借入れが困難で所得が少ない世帯の人などを対象に、介護サービスの利用や住宅改造に要する経費について貸与を行います。（65歳以上の人は連帯借受人が必要です）

●お問い合わせ：四日市市社会福祉協議会総務課（☎354-8265）

■福祉総合相談

福祉の制度やその利用手続き、介護保険、日常生活における心配ごとなど、さまざまな問題や悩みについて相談に応じます。

●お問い合わせ：四日市市社会福祉協議会福祉総合相談室（☎354-2411）

■身体障害者手帳の交付

視覚、聴覚、平衡、音声・言語、そしゃく、肢体、心臓、腎臓、呼吸器、肝臓、ぼうこう、直腸、小腸、免疫機能に障害があるため、日常生活に制限を受けている人で、身体障害者福祉法に定める等級区分に該当する人は、手帳の交付を受けて、各種のサービスを利用することができます。

●お問い合わせ：障害福祉課管理係（☎354-8171）

■税控除にかかる障害者控除対象者認定書、おむつ使用証明書の発行

寝たきりや認知症の状態にある65歳以上の高齢者について、要介護認定で一定の要件を満たす場合、所得税法や地方税法による障害者控除を受けるための認定書を発行することができます。

また、寝たきりでおむつの使用が必要な人について、要介護認定で一定の要件を満たす場合、おむつ代を医療費控除の対象とするための証明書を発行することができます。

●お問い合わせ：介護・高齢福祉課高齢福祉係（☎354-8170）認定審査係（☎354-8427）

■郵便等による選挙の不在者投票

介護保険の要介護状態区分が要介護5の人は、郵便等により自宅で選挙の投票をすることができます。そのためには、事前に郵便等投票証明書の交付を受けるなどの手続きが必要です。なお、身体障害者手帳か戦傷病者手帳をお持ちの人も、障害の程度によって、同様の制度が利用できますので、詳しくはお問い合わせください。

●お問い合わせ：選挙管理委員会事務局（☎354-8269）

高齢者関係機関一覧

名称		電話番号	所在地
四日市市	介護・高齢福祉課	管理係	354-8425
		高齢福祉係	354-8170
		保険料係	354-8190
		認定審査係	354-8427
		障害福祉課	354-8171
		健康福祉課	354-8109
	保険年金課	管理係	354-8158
		資格係	354-8159
		給付係	354-8161
		保険料収納室	354-8160
		年金係	340-0221
		文化振興課	354-8239
		市営住宅課	354-8218
	健康づくり課	354-8282	
保健所	保健予防課	352-0596	諏訪町2-2 四日市市総合会館内
	三重北勢健康増進センター(ヘルスプラザ)	349-3311	塩浜町1-11
四日市市社会福祉協議会		354-8265 354-8144	諏訪町2-2 四日市市総合会館内
成年後見サポートセンター		354-8144	諏訪町2-2 四日市市総合会館内
福祉総合相談室		354-2411	諏訪町2-2 四日市市総合会館内
三四日常生活自立支援センター		354-2433	諏訪町2-2 四日市市総合会館内
ハローワーク四日市		353-5566	本町3-95
四日市市シルバー人材センター		354-3670	十七軒町9-10
四日市市老人クラブ連合会		346-4066	日永東一丁目2-27 (中央老人福祉センター内)

介護サービス

介護サービス

介護サービス
生活環境を
整えるサービス

介護サービス

介護サービス

介護サービス

高齢者福祉
サービス

四日市市／介護・高齢福祉課

〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号

電話(059)354-8170・8190・8425・8427

平成28年4月発行



ユニバーサルデザイン (UD) の考え方にに基づき、より多くの人へ適切に情報を伝えられるよう配慮した見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。



環境に配慮し、古紙配合率80%以上・グリーン購入法
総合評価値80以上の用紙及び植物油インキを使用しています