

あなたと歩む

令和6年度から
介護保険制度が
変わりました

介護保険



見てわかる！かんたん！介護保険

介護保険制度のしくみを動画で説明しています。ぜひご覧ください。



介護保険事業所検索

介護サービス事業所のサービス内容などの情報を、インターネットで自由に検索・閲覧できるシステムです。ぜひご活用ください。

糸満市版



全国版



糸 満 市

介護長寿課 TEL:098-840-8133 FAX:098-840-8152

令和6年度 介護保険制度のおもな改正ポイント



令和6年4月から

- 令和6～8年度（第9期）の介護保険料が決まりました
- 介護予防ケアプランの作成を居宅介護支援事業者にも依頼できるようになりました
地域包括支援センターだけでなく、市区町村から介護予防支援の指定を受けた居宅介護支援事業者にも介護予防ケアプランの作成を依頼できるようになりました。
※介護予防・生活支援サービス事業のみ利用する場合は、引き続き地域包括支援センターに依頼します。
- 介護報酬が改定されました（一部のサービスについては6月から）
介護報酬の改定に伴い、サービスを利用するときに支払う利用者負担の金額も変わりました。訪問リハビリテーション、訪問看護、通所リハビリテーション、居宅療養管理指導については、6月から改定されました。
- 福祉用具の一部は、利用方法（借りる、または購入する）を選択できるようになりました
福祉用具貸与での利用が長期間になる場合は、購入した方が費用を抑えられることがあります。購入する場合は、特定福祉用具販売での利用となり、同一年度（4月1日～翌年3月31日）で10万円を上限に購入費の一部が保険給付されます。
購入を選択できる対象の福祉用具は次の通りです。
●固定用スロープ ●歩行器（歩行車を除く） ●単点杖（松葉づえを除く）と多点杖
福祉用具専門相談員またはケアマネジャーは、利用者が選択できることについて、十分説明し、選択に当たって必要な情報の提案および医師等の意見や利用者の身体状況等をふまえた提案を行うことになっています。

令和6年8月から

- 施設サービス利用時の居住費等の基準となる金額が変わります
光熱水費の高騰などにより、施設を利用した際の居住費（短期入所サービスは滞在費）の基準となる金額が変わります。

も
く
じ

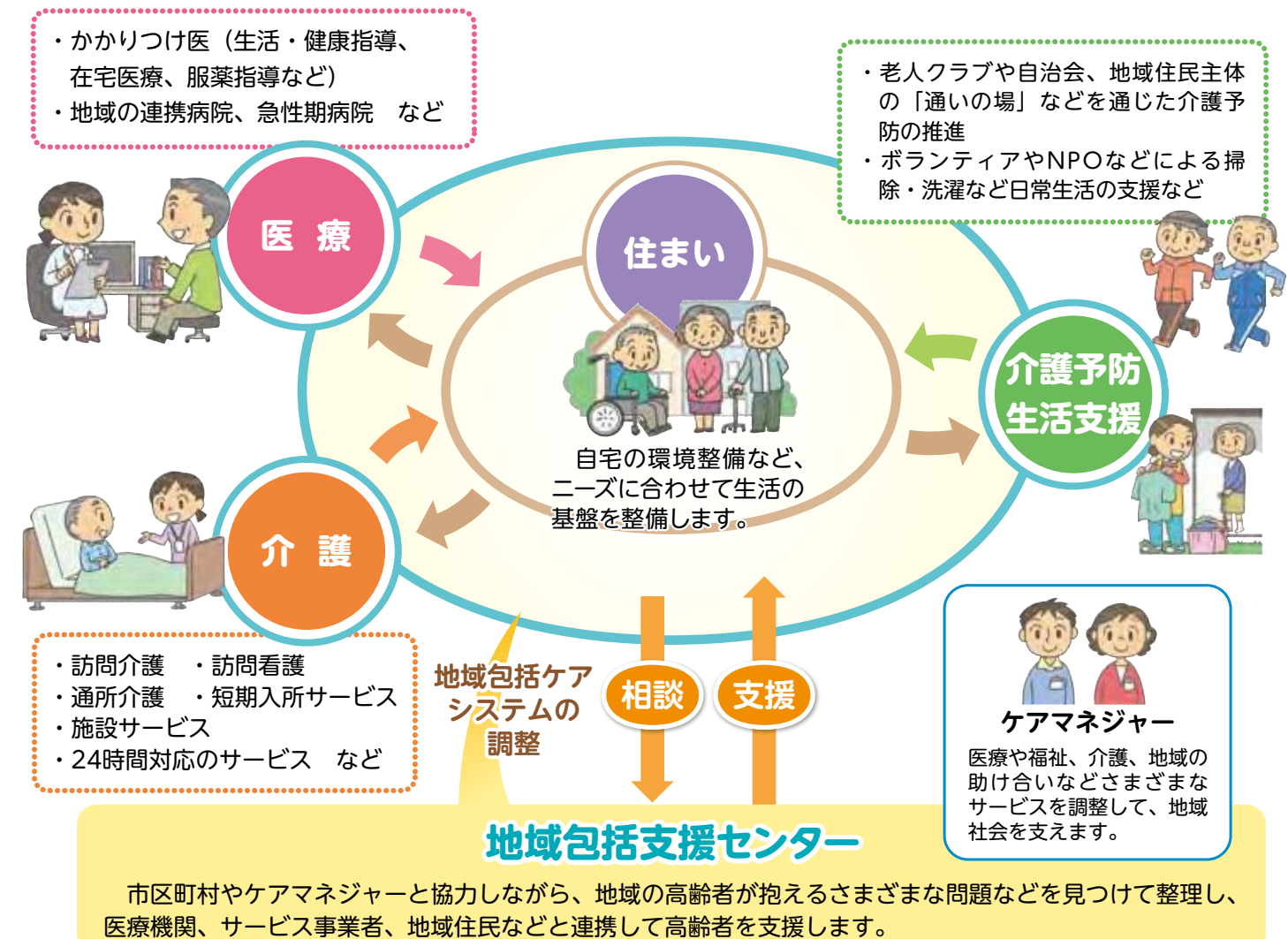
地域包括ケアシステム	住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように	1
介護保険のしくみ	介護保険について	2
サービスの利用のしかた	サービスを利用するために ケアプランの作成 サービスの利用者負担	4 6 8
利用できるサービス	サービスについて 介護予防・日常生活支援総合事業 介護予防事業 地域包括支援センター 糸満市の在宅福祉サービス事業	10 24 26 28 29
介護保険料	65歳以上の人の介護保険料	30

※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。

地域包括ケアシステム

住み慣れた地域で安心して 暮らし続けられるように

地域包括ケアシステムは、高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けていくことができるように、住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供するしくみです。必要なサービスを切れ目なく提供し、地域に住む高齢者の生活を支えます。おおむね30分以内にサービスが提供できる日常生活圏を想定しています。



地域包括ケアシステムに必要な 地域包括ケアシステムでは、市区町村などからの公的なサービスや支援の「共助」と「公助」だけではなく、自力で問題を解決する「自助」や住民が互いに助け合う「互助」による支えがとても大切です。

4つの「助」

自助

住み慣れた地域で生活するために、自分でさまざまなサービスを利用し、問題を自力で解決することです。

互助

地域住民やボランティア、家族や知り合いなどが、自発的にお互いが助け合うことです。

共助

介護保険や医療保険などの社会保険によるサービスのことです。

公助

税金をもとにした生活保護や権利擁護など、市区町村が行う社会福祉サービスのことです。

介護保険について

介護保険制度は市区町村が保険者となって運営します。40歳以上の人が被保険者として保険料を負担し、介護や支援が必要と認定されたときには、費用の一部を支払ってサービスを利用します。

介護保険加入者（被保険者）

必要なサービスを総合的に利用できます。

- 保険料を納めます
- サービスを利用するため、要介護（支援）認定の申請をします
- サービスを利用し、利用料（利用者負担割合分）を支払います

65歳以上の人（第1号被保険者）

サービスを利用できる人

介護や日常生活の支援が必要と認定された人
（どんな病気やけががもとで介護や支援が必要になったかは問われません。）



40～64歳の医療保険加入者（第2号被保険者）

サービスを利用できる人

特定疾病により介護や支援が必要と認定された人
（交通事故やけがなど、特定疾病以外が原因で介護や支援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

加齢と関係があり、要介護・要支援状態の原因である心身の障害を生じさせると認められる疾病。

- | | | |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ●がん
（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 ●後縦靱帯骨化症 ●骨折を伴う骨粗鬆症 | <ul style="list-style-type: none"> ●初老期における認知症 ●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 | <ul style="list-style-type: none"> ●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 ●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 |
|---|---|--|

介護保険被保険者証	
番号	
住所	
フリガナ	
氏名	
生年月日	明治・大正・昭和 年 月 日 性別 男・女
交付年月日	年 月 日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	

介護保険の保険証（介護保険被保険者証）

介護保険の保険証は介護保険の被保険者であることの証明書で、サービスを利用するための情報が記載されています。必ず記載内容を確認し、大切に保管しましょう。

こんなときに使います

要介護（支援）認定の申請
介護や支援が必要となり、要介護（支援）認定の申請をするとき。

ケアプランなどの作成
ケアプランなどの作成依頼を市区町村に届け出るとき。

サービスの利用
サービスを利用するとき。

要介護（支援）認定の申請

要介護（支援）認定、保険証の交付

負担割合証の交付

保険料の納付

地域包括支援センター

介護予防や地域の総合的な相談の拠点として、設置されています。P7へ



- 介護予防事業のマネジメント
- 総合的な相談・支援
- 虐待防止などの権利擁護事業
- ケアマネジャーへの支援
- 基本チェックリストの実施

サービスの提供

利用料（利用者負担割合分）の支払い

糸満市（保険者）

介護保険制度は、みなさんが住んでいる糸満市が運営しています。



- 制度を運営します
- 要介護（支援）認定を行います
- 保険証を交付します
- 負担割合証を交付します
- サービスを確保・整備します

介護報酬の請求

介護報酬の支払い

サービス事業者

利用者に合ったサービスを提供していきます。
事業者の指定は6年ごとの更新制です。



- 指定を受けた社会福祉法人、医療法人、民間企業、非営利組織などがサービスを提供します

サービスを利用するために

介護や支援が必要と思ったら、地域包括支援センターや糸満市の窓口で相談しましょう。

1 相談します

地域包括支援センターや糸満市の窓口で、利用したいサービスなどについて相談します。

介護サービス、
介護予防サービス
を利用したい人



介護予防・
生活支援サービス
事業

(介護予防・日常生活支援総合事業)
を利用したい人

2 申請します

介護サービス、介護予防サービスを利用したい人は、糸満市の窓口で申請します。



※申請は本人や家族などのほか、地域包括支援センターや居宅介護支援事業者、介護保険施設などに代行してもらうこともできます。

申請に必要なもの

- 要介護・要支援認定申請書
- 介護保険の保険証
- 医療保険の保険証

※本人確認ができるもの、マイナンバー確認の書類、主治医に関する確認書類など、上記のほかにも必要な書類がある場合があります。あらかじめ糸満市に確認しておきましょう。

2 基本チェックリストを受けます

地域包括支援センターや糸満市の窓口で、心身や日常生活の状態など（生活機能）を調べる基本チェックリストを受けます。生活機能の低下がみられた場合は、介護予防・生活支援サービス事業対象者（事業対象者）となります。

生活機能とは？

人が生きていくための機能全体のこと。体や精神の働きのほか、日常生活動作や家事、家庭や社会での役割などのことです。できるだけ生活機能を低下させないことが介護予防につながります。



P6へ

認定結果の有効期間と更新手続き

認定の有効期間は原則として新規6か月、更新12か月（月の末日までの期間＋有効期間）です。更新については、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。

3 認定調査を受けます

介護認定調査員に自宅を訪問してもらい、心身の状態について調査を受けます。調査結果はコンピュータで判定（一次判定）され、さらに主治医意見書とともに介護認定審査会で審査・判定（二次判定）されます。



介護認定調査員

認定調査のために自宅を訪問する、糸満市の職員や市区町村から委託された事業所のケアマネジャーなどのことです。

主治医意見書

生活機能の低下の原因になった病気やけが、治療内容、心身の状態などについて、主治医に記載してもらった書類です。

介護認定審査会

市区町村が任命する保健、医療、福祉の学識経験者5人程度で行われる会議です。申請した人の介護の必要性について、いろいろな面から審査します。

● 交通事故等（第三者行為）によるサービスの利用について

交通事故など第三者行為が原因で介護保険のサービスを利用することになった場合、費用を介護保険が一時的に立て替え、あとで加害者に請求します。ただし、示談が成立すると示談の内容が優先されてしまいます。必ず示談の前に糸満市の窓口にご連絡ください。

4 認定結果が届きます

認定結果は、介護認定審査会で審査・判定後に糸満市から送られてきます。

P6へ

要介護 1～5

介護サービスを利用することで生活機能の維持や改善をはかることが適切な人

要支援 1・2

介護予防サービスや介護予防・生活支援サービス事業を利用することで生活機能が改善する可能性の高い人

非該当

現状で要介護や要支援のサービスが必要ないと判定された人

※基本チェックリストを受けて、生活機能の低下がみられた場合は「事業対象者」として介護予防・生活支援サービス事業を利用できます。

認定結果に納得できないときは？

要介護認定の結果などに疑問や不服がある場合は、まずは糸満市の窓口で相談しましょう。その上で納得できない場合には、3か月以内に沖縄県に設置されている「介護保険審査会」に審査請求できます。

ケアプランの作成

介護保険サービスの利用には、ケアプランの作成が必要です。なお、ケアプランは利用者の状況に合わせて随時見直しができます。

※要支援1・2の人及び事業対象者のみ介護予防・生活支援サービス事業の利用ができます。

※事業対象者になった後でも要介護認定の申請ができます。

※ケアプランの作成に利用者負担はありません。

居宅介護支援事業者

ケアマネジャーが在籍する事業者で、ケアプラン作成の窓口、要介護（支援）認定の申請代行、サービス事業者との連絡や調整などを行います。

ケアマネジャー 介護の知識を幅広く持った専門家です。

- 利用者や家族の相談に応じ、アドバイスします
- 利用者の希望に沿った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施設を紹介します



地域包括支援センター

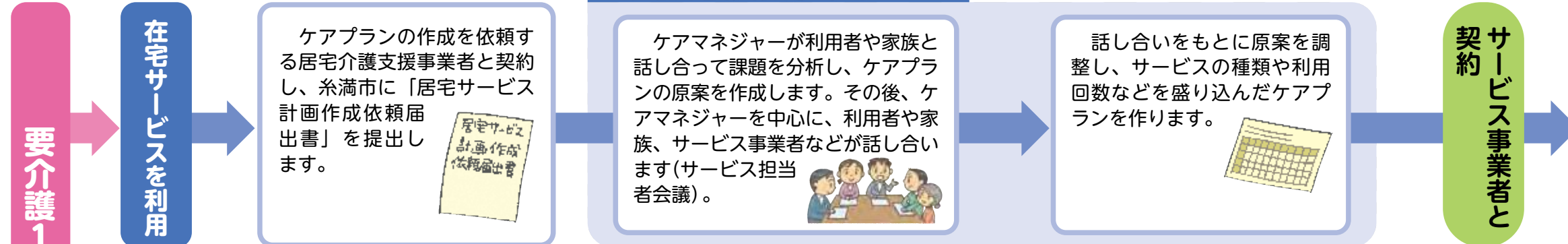
P28、裏表紙へ

保健師等、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが中心となって、住み慣れた地域で高齢者を包括的に支援する機関です。

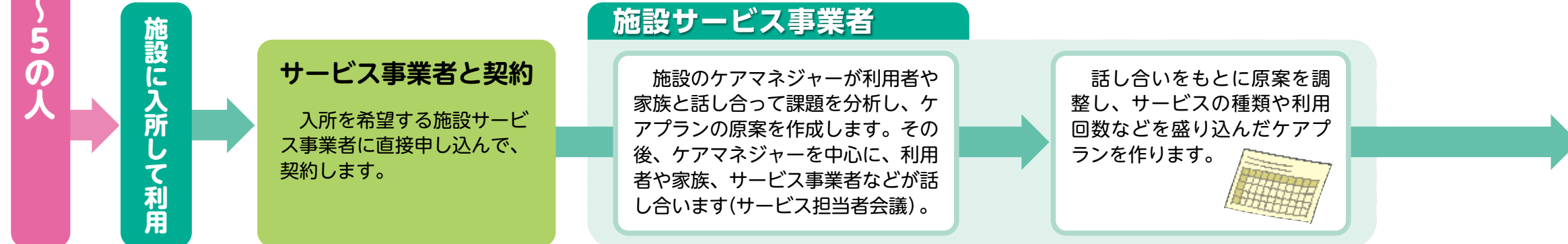


- 総合的な相談・支援 …… 困りごととはご相談ください
- 介護予防ケアマネジメント …… 自立した生活を支援します
- 虐待防止などの権利擁護 …… みなさんの権利を守ります
- ケアマネジャーへの支援 …… さまざまな方面から支えます

居宅介護支援事業者

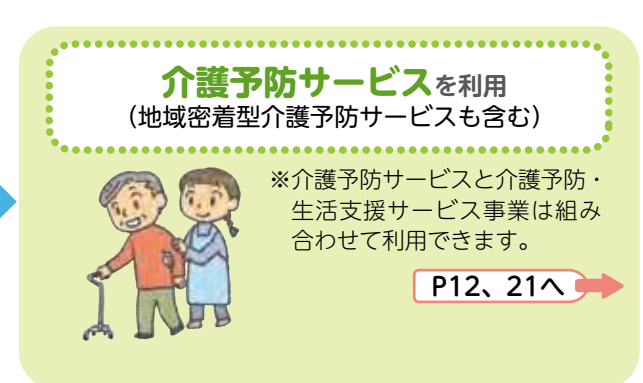
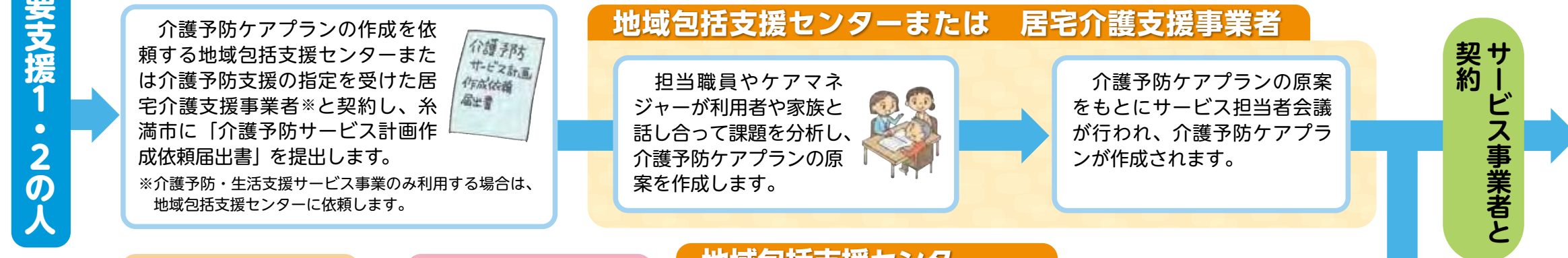


施設サービス事業者

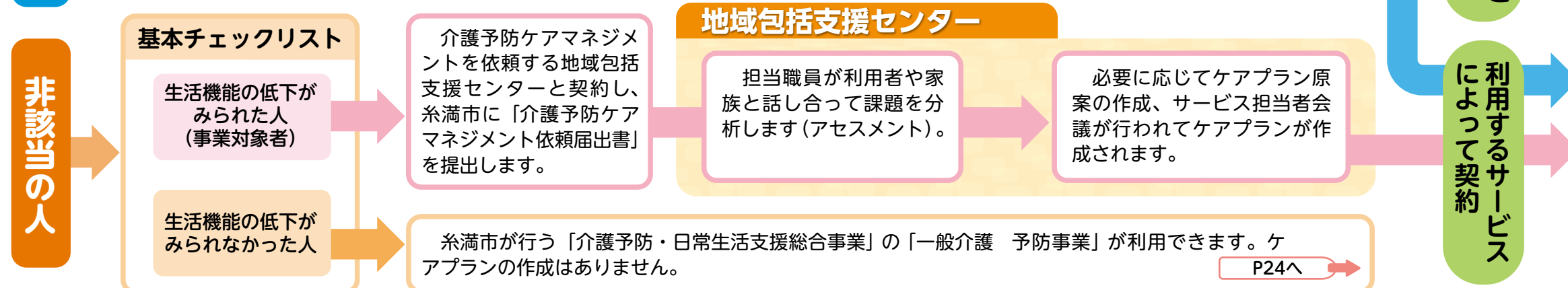


令和6年4月から 介護予防支援の指定を受けた居宅介護支援事業者にも介護予防ケアプランの作成を依頼できます。

地域包括支援センターまたは 居宅介護支援事業者



地域包括支援センター



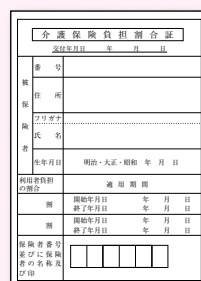
●基本チェックリストは、地域包括支援センターや糸満市の窓口で受けます。

サービスの利用者負担

利用者はケアプランにもとづいてサービスを利用し、実際にかかるサービス費用の一部を支払います。

利用者負担の割合

利用者負担の割合は、原則としてサービスにかかった費用の1割、2割、または3割です。
負担割合は「介護保険負担割合証」に記載されていますので、ご確認ください。



介護保険負担割合証

要介護・要支援認定者や事業対象者には、利用者負担の割合が記載されている「介護保険負担割合証」が交付されます。サービスを利用するときは介護保険の保険証と一緒に提示してください。

利用者負担の割合

3 割	①②の両方に該当する人 ① 本人の合計所得金額※ ¹ が220万円以上 ② 同じ世帯にいる65歳以上の人の「年金収入+その他の合計所得金額※ ² 」が ・単身世帯=340万円以上 ・2人以上世帯=463万円以上
2 割	上記「3割」の対象とならない人で ①②の両方に該当する人 ① 本人の合計所得金額※ ¹ が160万円以上 ② 同じ世帯にいる65歳以上の人の「年金収入+その他の合計所得金額※ ² 」が ・単身世帯=280万円以上 ・2人以上世帯=346万円以上
1 割	上記以外の人 ・第2号被保険者、住民税非課税の人、生活保護受給者は上記にかかわらず1割負担です。

※¹ 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。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は、給与所得及び公的年金等に係る雑所得の合計額から10万円を控除した金額を用います。また、土地売却等に係る特別控除額がある場合は、合計所得金額から長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額を用います。

※² 合計所得金額から「公的年金等に係る雑所得」を控除した金額のことで、その他の合計所得金額に給与所得が含まれている場合は、給与所得から10万円を控除した金額を用います。

支給限度額

おもな在宅サービスなどでは、介護保険からの給付に支給限度額が決められています。限度額内でサービスを利用するときは、利用者負担の割合分を負担しますが、限度額を超えた場合は、超えた分は全額利用者の負担になります。

例 要介護1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）



おもな在宅サービスなどの支給限度額

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
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

※上記の金額は標準地域の場合です（介護保険が負担する分も含んだ額です）。

※事業対象者は原則として要支援1の限度額が設定されます。

利用者負担の軽減について

●介護（介護予防）サービスの利用者負担が高額になったとき

同じ月に利用したサービスの利用者負担（利用者負担の割合についてはP8参照）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）が定められた限度額を超えたときは、申請により超えた分が「高額介護サービス費」として後から支給されます。ただし、支給限度額を超えた利用者負担分などについては対象になりません。



■利用者負担の上限（1か月）

利用者負担段階区分		上限額（世帯合計）
住民税課税世帯で、右記に該当する65歳以上の人が世帯にいる場合	●課税所得690万円以上	140,100円
	●課税所得380万円以上690万円未満	93,000円
	●課税所得145万円以上380万円未満	44,400円
●一般 住民税課税世帯で、上記3区分に該当しない場合		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		15,000円（個人）
●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

※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。ここから公的年金等に係る雑所得を控除した金額を用います。合計所得金額に給与所得が含まれている場合は、給与所得から10万円を控除した金額を用います。また、土地売却等に係る特別控除額がある場合は、合計所得金額から長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額を用います。

■糸満市に「高額介護サービス費等支給申請書」を提出してください。

●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自己負担が高額になった場合、高額介護サービス費（介護保険）、高額療養費（医療保険）を適用したあとの年間（8月～翌年7月）の自己負担額を合算して、定められた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	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	課税所得 690万円以上	212万円	212万円
600万円超 901万円以下	141万円	課税所得 380万円以上	141万円	141万円
210万円超 600万円以下	67万円	課税所得 145万円以上	67万円	67万円
210万円以下	60万円	一般	56万円	56万円
住民税非課税世帯	34万円	低所得者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、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。医療保険が異なる場合は合算できません。

●支給対象となる人は医療保険の窓口へ申請が必要です。

その他、社会福祉法人等による利用者負担軽減がある場合があります

サービスについて



介護保険のサービスにはいろいろな種類があります。
必要なときに必要なサービスを利用しましょう。

- 利用者の負担は、原則として「サービス費用のめやす」の1割、2割、または3割（P8参照）です。サービスによっては居住費等や食費、日常生活費などの負担、そのほかさまざまな加算があります。
- 訪問介護、通所介護（地域密着型含む）、短期入所生活介護（介護予防含む）は「共生型サービス」の対象です。また、それ以外のサービスや障害福祉制度と介護保険の両方の基準を満たしているものも「共生型サービス」の対象になります。

令和6年4月から サービス費用のめやすが変わりました。訪問リハビリテーション、訪問看護、通所リハビリテーション、居宅療養管理指導は令和6年6月から変わりました。

●…在宅サービス P11～17
◆…施設サービス P18・19
★…地域密着型サービス P21～23

こんなときは…

自宅での家事や介護の手助けがほしいときは？

こんなサービスがあります！

- 訪問介護／訪問型サービス P11
- 訪問入浴介護 P12
- ★夜間対応型訪問介護 P23

自宅でリハビリや医療チェックをしてほしいときは？

- 訪問リハビリテーション P12
- 訪問看護 P12
- 居宅療養管理指導 P15

寝たきりでも自宅で入浴したいときは？

- 訪問入浴介護 P12

外に出て介護やリハビリを受けたり、みんなと交流したいときは？

- 通所介護／通所型サービス P13
- 通所リハビリテーション P13
- ★地域密着型通所介護 P21
- ★認知症対応型通所介護 P21

家族の介護の手を休めたいときなどは？

- 通所介護／通所型サービス P13
- 通所リハビリテーション P13
- 短期入所生活介護 P14
- 短期入所療養介護 P14
- ★地域密着型通所介護 P21
- ★認知症対応型通所介護 P21

夜間に介護をしてほしいときは？

- ★夜間対応型訪問介護 P23
- ★定期巡回・随時対応型訪問介護看護 P23

有料老人ホームなどでサービスを受けたいときは？

- 特定施設入居者生活介護 P15
- ★地域密着型特定施設入居者生活介護 P23

家庭での介護環境を整えたいときは？

- 福祉用具貸与 P16
- 特定福祉用具販売 P16
- 住宅改修費支給 P17

介護保険が適用される施設へ入所したいときは？

- ◆介護老人福祉施設 P18
- ◆介護老人保健施設 P18
- ◆介護医療院 P19
- ★地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 P22

状況に応じて利用するサービスを選びたいときは？

- ★小規模多機能型居宅介護 P22
- ★看護小規模多機能型居宅介護 P22

認知症に対応したサービスを受けたいときは？

- ★認知症対応型共同生活介護 P21
- ★認知症対応型通所介護 P21

在宅サービス

自宅などで生活しながら利用できるサービスです。

●訪問を受けて利用するサービス

訪問介護（ホームヘルプ）

ホームヘルパーなどに訪問してもらい、食事、入浴、排せつの世話などの「身体介護」や、調理・洗濯などの「生活援助」を受けます。なお、ペットの世話や留守番、預貯金の管理など、日常生活上の家事の範囲を超えるものは対象になりません。



要介護1～5の人 訪問介護

内 容	利用時間など	サービス費用のめやす
身体介護が中心	30分以上1時間未満の場合	3,870円
生活援助が中心	45分以上の場合	2,200円
通院時の乗車・降車等介助	1回につき	970円

※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。

訪問型サービス（介護予防・生活支援サービス事業）

要支援1・2の人

介護予防・生活支援サービス事業対象者

P25へ

ホームヘルパーやボランティアなどが訪問し、利用者が自力では困難な行為について、サービスを提供します。

基準や利用料など

市区町村が基準や利用料などを設定します。

※民間企業や地域住民またはNPOなどによる多様なサービスも利用できます。

●介護職員などに訪問してもらい入浴するサービス

訪問入浴介護

介護職員と看護職員に移動入浴車で居宅を訪問してもらい、サービス事業者が持参した浴槽で入浴介護を受けます。看護職員による検温や血圧などのチェックも行われます。



要支援1・2の人 介護予防訪問入浴介護

要介護1～5の人 訪問入浴介護

	要介護度	サービス費用のめやす
1回につき	要支援 1・2	8,560円
	要介護 1～5	12,660円

●自宅での生活を続けるためのリハビリテーション

訪問リハビリテーション

事業所の医師の指示により、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士に訪問してもらい、居宅での生活機能の維持・向上のためのリハビリテーションを受けます。



要支援1・2の人 介護予防訪問リハビリテーション

要介護1～5の人 訪問リハビリテーション

	要介護度	サービス費用のめやす
1回（20分以上）につき	要支援 1・2	2,980円
	要介護 1～5	3,080円

●看護師などに訪問してもらい療養上のケアを受けるサービス

訪問看護

医師の指示により、看護師などに居宅を訪問してもらい、療養上の世話や診療の補助を受けます。



要支援1・2の人 介護予防訪問看護

訪問看護の時間	サービス費用のめやす 〈訪問看護ステーションから訪問の場合〉	サービス費用のめやす 〈病院・診療所から訪問の場合〉
20分未満の場合	3,030円	2,560円
30分未満の場合	4,510円	3,820円

要介護1～5の人 訪問看護

訪問看護の時間	サービス費用のめやす 〈訪問看護ステーションから訪問の場合〉	サービス費用のめやす 〈病院・診療所から訪問の場合〉
20分未満の場合	3,140円	2,660円
30分未満の場合	4,710円	3,990円

※がん末期や難病の人、人工呼吸器を使用している場合、急性増悪などによって主治医の指示があった場合、精神科訪問看護の場合は、医療保険による訪問看護が行われます。

●通所して利用するサービス

通所介護（デイサービス）

通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や機能訓練を日帰りで利用できます。



要介護1～5の人 通所介護

〈通常規模の事業所の場合〉

内 容	要介護度	サービス費用のめやす
7時間以上8時間未満 の場合 〈送迎を含む〉	要介護 1	6,580円
	要介護 2	7,770円
	要介護 3	9,000円
	要介護 4	10,230円
	要介護 5	11,480円

※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。

通所型サービス（介護予防・生活支援サービス事業）

要支援1・2の人

介護予防・生活支援サービス事業対象者

P25へ

通所介護施設などで、食事や入浴などの日常生活上の支援のほか、住民主体の支援や保健・医療の専門職による短期集中的に行われるプログラムなど、多様なサービスを行います。

基準や利用料など 市区町村が基準や利用料などを設定します。

※民間企業や地域住民またはNPOなどによる多様なサービスも利用できます。

通所リハビリテーション（デイケア）

介護老人保健施設や病院、診療所などで、食事などの日常生活上の支援や機能訓練、リハビリテーションを受けます。



要支援1・2の人 介護予防通所リハビリテーション

（共通サービス）	要介護度	サービス費用のめやす
1か月につき 〈送迎、入浴を含む〉	要支援 1	22,680円
	要支援 2	42,280円

介護予防通所リハビリテーションでは、利用者の目標に応じた「栄養改善」「口腔機能の向上」のサービスを利用できます。

要介護1～5の人 通所リハビリテーション

〈通常規模の事業所の場合〉

内 容	要介護度	サービス費用のめやす
7時間以上8時間未満 の場合 〈送迎を含む〉	要介護 1	7,620円
	要介護 2	9,030円
	要介護 3	10,460円
	要介護 4	12,150円
	要介護 5	13,790円

● 短期間施設に入所して利用するサービス

短期入所生活介護（ショートステイ）

介護老人福祉施設などに短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

要支援1・2の人 介護予防短期入所生活介護

要介護1～5の人 短期入所生活介護



介護老人福祉施設
〔併設型・多床室〕を利用の場合

1日につき	要介護度	サービス費用のめやす
	要支援 1	4,510円
	要支援 2	5,610円
	要介護 1	6,030円
	要介護 2	6,720円
	要介護 3	7,450円
	要介護 4	8,150円
	要介護 5	8,840円

※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。

短期入所療養介護（ショートステイ）

介護老人保健施設や医療施設などに短期間入所して、看護や医学的管理下での介護や支援、日常生活上の世話や機能訓練などが受けられます。医療型のショートステイです。

要支援1・2の人 介護予防短期入所療養介護

要介護1～5の人 短期入所療養介護

介護老人保健施設
〔多床室〕を利用の場合

1日につき	要介護度	サービス費用のめやす
	要支援 1	6,130円
	要支援 2	7,740円
	要介護 1	8,300円
	要介護 2	8,800円
	要介護 3	9,440円
	要介護 4	9,970円
	要介護 5	10,520円

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くためのサービスです。利用する際には、下記の点に注意しましょう。

- 連続した利用が30日を超えた場合は、31日目は全額自己負担になります。
- 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認定の有効期間のおおむね半分以上を超えないことをめやすとしています。

● 有料老人ホームなどに入居している人が利用するサービス

特定施設入居者生活介護

指定を受けた有料老人ホームなどの特定施設に入居している要支援、要介護の人が、食事、入浴、排せつなどの介護やその他の日常生活上の世話、機能訓練、療養上の世話を受けられます。

要支援1・2の人 介護予防特定施設入居者生活介護

要介護1～5の人 特定施設入居者生活介護

〈外部サービスを利用しない場合〉 1日につき	要介護度	サービス費用のめやす
	要支援 1	1,830円
	要支援 2	3,130円
	要介護 1	5,420円
	要介護 2	6,090円
	要介護 3	6,790円
	要介護 4	7,440円
	要介護 5	8,130円

住所地特例が適用されます

地域密着型特定施設以外の特定施設に入居した場合、住所地特例が適用されます。他市区町村にある施設を利用しても、住所変更前の市区町村に保険料を納め、保険給付を受けます。

● 居宅で療養上の管理、助言を受けられるサービス

居宅療養管理指導

医師や歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士などが、通院が困難な利用者の居宅を訪問し、療養上の管理や指導をします。

要支援1・2の人 介護予防居宅療養管理指導

要介護1～5の人 居宅療養管理指導



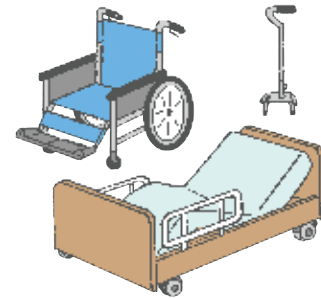
〈単一建物居住者1人に対して行う場合〉

内 容	利用限度回数	サービス費用のめやす 〈1回につき〉
医師が行う場合	1か月に2回	5,150円
歯科医師が行う場合	1か月に2回	5,170円
医療機関の薬剤師が行う場合	1か月に2回	5,660円
薬局の薬剤師が行う場合	1か月に4回	5,180円
管理栄養士が行う場合 (指定居宅療養管理指導事業所の管理栄養士の場合)	1か月に2回	5,450円
歯科衛生士等が行う場合	1か月に4回	3,620円

福祉用具をレンタル（貸与）するサービス

福祉用具貸与

日常生活の自立を助けるための福祉用具の貸与が受けられます。



要支援 1・2 の人 介護予防福祉用具貸与

要介護 1～5 の人 福祉用具貸与

対象となる福祉用具	要支援 1・2 要介護 1	要介護 2・3	要介護 4・5
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	×	●	●
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◆	●	●	●
認知症老人徘徊感知機器	×	●	●
移動用リフト（つり具の部分を除く）	×	●	●
自動排泄処理装置	▲	▲	●

● 利用できます

▲ 尿のみを吸引するものは利用できます

✗ 原則として利用できません

- 機能や価格帯の異なるいくつかの商品が事業者から提示されます。
- 商品ごとに全国平均貸与価格が公表され、上限額が設定されています。

令和6年4月から ◆印の福祉用具のうち、固定用スロープ、歩行器（歩行車を除く）、単点杖（松葉づえを除く）と多点杖は、利用方法（借りる、または購入する）を選択できます。福祉用具専門相談員やケアマネジャーの提案を受けて、よく検討して決めましょう。購入を選択した場合は、特定福祉用具販売での利用になります。

サービス費用のめやす ●利用者負担の割合はP8をご覧ください。

レンタル費用（用具の機種や事業者などによって異なります）の1割、2割、または3割を負担します。

福祉用具の購入費が支給されるサービス

特定福祉用具販売

申請が必要です

★都道府県などの指定を受けた事業者から購入した場合のみ支給されます。



入浴や排せつなどに使用する福祉用具を購入したとき、購入費が支給されます。

要支援 1・2 の人

特定介護予防福祉用具販売

要介護 1～5 の人

特定福祉用具販売

対象となる福祉用具

- 腰掛便座 ●自動排泄処理装置の交換可能部品 ●排泄予測支援機器
- 入浴補助用具 ●簡易浴槽 ●移動用リフトのつり具の部分

※福祉用具貸与の対象用具のうち、固定用スロープ、歩行器（歩行車を除く）、単点杖（松葉づえを除く）と多点杖は、福祉用具専門相談員やケアマネジャーの提案を受け、利用者の意思決定で購入して利用することもできます。

福祉用具購入費の支給について

いったん購入費全額を利用者が支払い、後日申請により、同年度で10万円を上限（ただし、利用者負担分の1割、2割、または3割は差し引かれます）に購入費が支給されます。

●利用者負担の割合はP8をご覧ください。

環境改善のための住宅改修を行ったときに改修費が支給されるサービス

住宅改修費支給

事前の申請が必要です

★事前に申請がない場合は、住宅改修費は支給されません。

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、住宅改修費が支給されます。

要支援 1・2 の人

介護予防住宅改修費支給

要介護 1～5 の人

住宅改修費支給

対象となる住宅改修

- 滑りの防止・移動の円滑化などのための床または通路面の材料の変更
 - 手すりの取り付け
 - 段差の解消
 - 引き戸などへの扉の取り替え
 - 洋式便器などへの便器の取り替え
- ※上記の改修に伴って必要となる改修も対象となります。



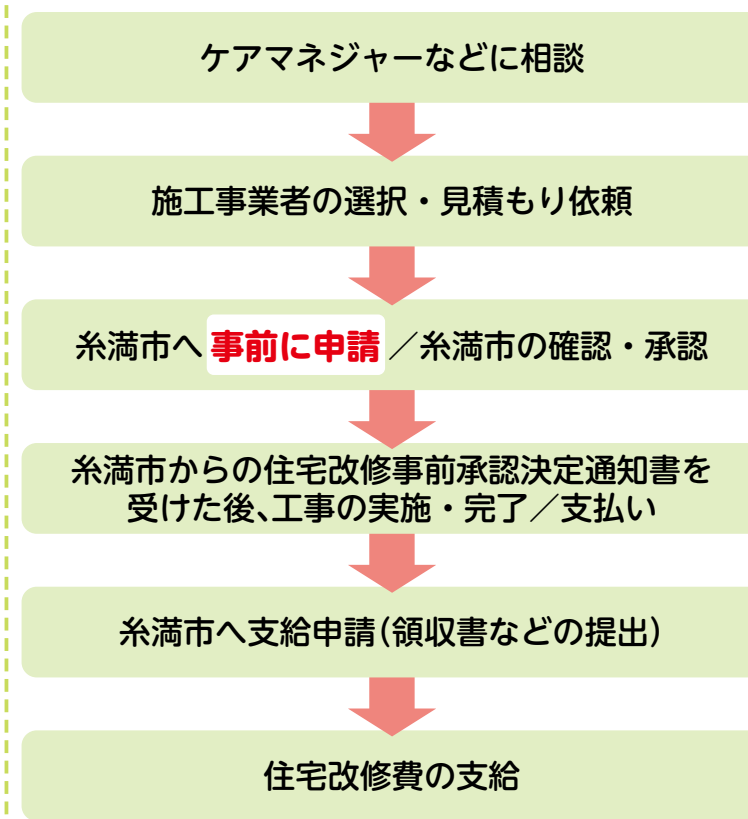
住宅改修費の支給について

いったん改修費全額を利用者が支払い、後日20万円を上限（ただし、利用者負担分の1割、2割、または3割は差し引かれます）に改修費が支給されます。

●利用者負担の割合はP8をご覧ください。

●利用者は利用者負担分のみを事業者に支払い、残りは糸満市から事業者へ直接支払われる「受領委任払い」の制度があります。くわしくは糸満市へお問い合わせください。

利用手続きの流れ



事前の申請に必要な書類

- 住宅改修費事前承認申請書
- 工事費見積書
- 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
- 改修後の完成予定の状態がわかるもの
改修前の日付入りの写真及び改修前後の図面
- 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

工事後に提出する書類

- 住宅改修費支給申請書
- 住宅改修に要した費用の領収書
- 工事費内訳書
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
- 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

施設サービス

介護保険施設に入所して利用するサービスです。要支援1・2の人は利用できません。施設を利用したサービスは、サービス費用のほかに、居住費等、食費などが利用者負担になります。くわしくはP20をご覧ください。

●生活全般の介護が必要な人が利用する施設

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

常時介護が必要で居宅での生活が困難な人が入所して、日常生活上の支援や介護が受けられる施設です。

要介護1～5の人 介護老人福祉施設

サービス費用のめやす（1日につき）

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1※	5,890円	5,890円	6,700円
要介護2※	6,590円	6,590円	7,400円
要介護3	7,320円	7,320円	8,150円
要介護4	8,020円	8,020円	8,860円
要介護5	8,710円	8,710円	9,550円

※新規入所は原則として要介護3～5の人が対象です。



●在宅復帰を目指す人が利用する施設

介護老人保健施設（老人保健施設）

状態が安定している人が在宅復帰を目指し、リハビリテーションや介護が受けられる施設です。

要介護1～5の人 介護老人保健施設

サービス費用のめやす（1日につき）

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	7,170円	7,930円	8,020円
要介護2	7,630円	8,430円	8,480円
要介護3	8,280円	9,080円	9,130円
要介護4	8,830円	9,610円	9,680円
要介護5	9,320円	10,120円	10,180円



●長期療養と介護を一体的に受けられる施設

介護医療院

医学的管理のもとで長期療養が必要な人のための医療のほか、生活の場としての機能も兼ね備え、日常生活上の介護などが受けられる施設です。

要介護1～5の人 介護医療院

サービス費用のめやす（1日につき）

要介護度	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	7,210円	8,330円	8,500円
要介護2	8,320円	9,430円	9,600円
要介護3	10,700円	11,820円	11,990円
要介護4	11,720円	12,830円	13,000円
要介護5	12,630円	13,750円	13,920円

- 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……ユニットを構成する個室
- ユニット型個室的多床室……ユニットを構成し、壁と天井の間にすき間がある部屋

- ・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……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り一体的に構成されているもの



■介護保険施設ではない高齢者施設（介護保険の対象外）

高齢者の暮らしを支える施設は、介護保険施設以外にもあります。「特定施設」の指定を受けている施設では、介護保険の「特定施設入居者生活介護（P15、23）」を利用できます。

有料老人ホーム

日常生活に必要な食事や入浴の提供、洗濯や掃除などの家事など、さまざまなサービスを提供する民間の施設です。

入居やサービスなどにかかる費用は、原則としてすべて自己負担ですが、入居条件や費用面も含めて、施設での生活スタイルやサービスの質などのバリエーションが多いのが特徴です。

介護付	介護が必要な人が対象で、介護保険によるサービスが受けられる「特定施設」の指定を受けており、介護スタッフも施設に常駐しています。
住宅型	介護が必要な人と、いまは介護は不要な人の両方を対象とした施設で、介護が必要な人は、外部の事業者から介護サービスを受けられます。
健康型	自立している人が対象で、生活を楽しむための施設が充実しています。介護が必要になった場合は、退去しなければなりません。

ケアハウス（軽費老人ホーム）

家庭での日常生活に近い環境で、生活支援サービスなどを受けながら生活できる施設です。自治体の助成を受けて運営されるため、比較的低額な利用料で入居できます。

入居対象 家庭環境や経済状況などの理由で、在宅生活が困難な60歳以上の人

サービス付き高齢者向け住宅

介護と医療が連携しながら、住み慣れた地域で安心して暮らしていけるサービスを提供するバリアフリー構造の住宅です。安否確認と生活相談サービスを提供することが義務づけられています。

入居対象 原則として、60歳以上の単身者もしくは夫婦のみの世帯

※比較的元気な高齢者向けの住宅で、自力で身の回りの世話ができる高齢者が対象です。独自の入居条件を設定している施設もあります。

施設を利用したサービスの費用

施設を利用したサービスの場合、利用者負担割合（1割、2割、または3割）分のほかに、居住費等、食費、日常生活費が利用者の負担となります。



サービス費用

サービス費用の
1割、2割、または3割



居住費等

全 額



食 費

全 額



日常生活費

全 額

基準費用額

居住費等・食費の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（基準費用額）が定められています。

■居住費等・食費の基準費用額（1日につき）

令和6年8月から

居住費等の金額が変わります。
【 】内は令和6年8月からの金額です。

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	
2,006円 【2,066円】	1,668円 【1,728円】	1,668円(1,171円) 【1,728円(1,231円)】	377円(855円) 【437円(915円)】	1,445円

●介護老人福祉施設、短期入所生活介護を利用した場合は（ ）内の金額になります。

居住費等・食費が軽減される場合があります

低所得の人は申請して認められた場合「介護保険負担限度額認定証」が交付され、居住費等・食費は負担限度額までの負担になります。基準費用額との差額※は「特定入所者介護サービス費」でまかなわれます。

※施設と利用者の間で契約された居住費等・食費が基準費用額を下回っている場合は、契約内容との差額となります。

■負担限度額（1日につき）

令和6年8月から

居住費等の金額が変わります。【 】内は令和6年8月からの金額です。

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	本人及び世帯全員が住民税非課税で、 老齢福祉年金の受給者、生活保護の 受給者	820円 【880円】	490円 【550円】	490円 (320円) 【550円 (380円)】	0円	300円	300円
第2 段階	本人及び世帯全員が住民税非課税で、 課税年金収入額＋合計所得金額※＋ 非課税年金収入額が80万円以下の人	820円 【880円】	490円 【550円】	490円 (420円) 【550円 (480円)】	370円 【430円】	390円	600円
第3 段階 ①	本人及び世帯全員が住民税非課税で、課 税年金収入額＋合計所得金額※＋非課税 年金収入額が80万円超120万円以下の人	1,310円 【1,370円】	1,310円 【1,370円】	1,310円 (820円) 【1,370円 (880円)】	370円 【430円】	650円	1,000円
第3 段階 ②	本人及び世帯全員が住民税非課税で、課 税年金収入額＋合計所得金額※＋ 非課税年金収入額が120万円超の人	1,310円 【1,370円】	1,310円 【1,370円】	1,310円 (820円) 【1,370円 (880円)】	370円 【430円】	1,360円	1,300円

●介護老人福祉施設、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（ ）内の金額になります。

※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。ここから公的年金等に係る雑所得を控除した金額を用います。合計所得金額に給与所得が含まれている場合は、給与所得から10万円を控除した金額を用います。また、土地売却等に係る特別控除額がある場合は、合計所得金額から長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額を用います。

上の表に当てはまっても次のいずれかに該当する場合は、特定入所者介護サービス費の支給対象になりません。

- ①住民税非課税世帯でも世帯分離している配偶者が住民税課税の場合
- ②住民税非課税世帯（世帯分離している配偶者も非課税）でも、預貯金等が下記の場合

- ・第1段階：預貯金等が単身1,000万円、夫婦2,000万円を超える場合
- ・第2段階：預貯金等が単身650万円、夫婦1,650万円を超える場合
- ・第3段階①：預貯金等が単身550万円、夫婦1,550万円を超える場合
- ・第3段階②：預貯金等が単身500万円、夫婦1,500万円を超える場合

※第2号被保険者（40～64歳の医療保険加入者）は上記にかかわらず、預貯金等が単身1,000万円、夫婦2,000万円を超える場合。

※生活保護の受給者に預貯金等の要件はありません。

地域密着型サービス

住み慣れた地域での生活を続けるために、地域の特性に応じたサービスが利用できます。原則として住んでいる市区町村のサービスのみ利用できます。

●認知症の人が共同生活しながら利用できるサービス

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）



認知症の人が共同生活する住宅で、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のサービスが受けられます。

要支援2の人

介護予防認知症対応型 共同生活介護

※要支援1の人は利用できません。

要介護1～5の人

認知症対応型共同生活介護

〈2ユニット以上の場合〉

1日につき	要介護度	サービス費用の めやす
	要支援2	7,490円
	要介護1	7,530円
	要介護2	7,880円
	要介護3	8,120円
	要介護4	8,280円
	要介護5	8,450円

※30日以内の短期利用もできる場合があります。

●日中通所して、日常生活上の支援や機能訓練などを受けられるサービス

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受けられます。

要介護1～5の人

地域密着型通所介護

内 容	要介護度	サービス費用の めやす
7時間以上 8時間未満 の場合 〈送迎を含む〉	要介護1	7,530円
	要介護2	8,900円
	要介護3	10,320円
	要介護4	11,720円
	要介護5	13,120円

※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。

認知症対応型通所介護

認知症の人を対象にした通所介護です。認知症対応型通所介護事業所などで、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

要支援1・2の人

介護予防認知症対応型 通所介護

要介護1～5の人

認知症対応型通所介護

〈単独型を利用する場合〉

内 容	要介護度	サービス費用の めやす
7時間以上 8時間未満 の場合 〈送迎を含む〉	要支援1	8,610円
	要支援2	9,610円
	要介護1	9,940円
	要介護2	11,020円
	要介護3	12,100円
	要介護4	13,190円
	要介護5	14,270円

● 通所、訪問、短期宿泊を組み合わせた多機能なサービス

小規模多機能型居宅介護

通いを中心に、利用者の選択に応じて訪問や短期間の宿泊のサービスを組み合わせた多機能なサービスが受けられます。

要支援1・2の人 介護予防小規模多機能型居宅介護

要介護1～5の人 小規模多機能型居宅介護

〈同一建物に居住する人以外の人を利用する場合〉

	要介護度	サービス費用のめやす
1か月につき	要支援 1	34,500円
	要支援 2	69,720円
	要介護 1	104,580円
	要介護 2	153,700円
	要介護 3	223,590円
	要介護 4	246,770円
	要介護 5	272,090円

※緊急時などに短期利用ができる場合があります。



このサービスを利用している間は、訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、福祉用具貸与以外の在宅サービス、その他の地域密着型サービスは利用できません。

● 小規模な介護老人福祉施設

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。

要介護1～5の人 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

〈多床室を利用する場合〉

	要介護度	サービス費用のめやす
1日につき	要介護 1※	6,000円
	要介護 2※	6,710円
	要介護 3	7,450円
	要介護 4	8,170円
	要介護 5	8,870円

※新規入所は原則として要介護3～5の人が対象です。

● 複合型のサービス

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たサービスです。介護と医療それぞれのサービスが必要な人がサービスを受けられます。

要介護1～5の人 看護小規模多機能型居宅介護

〈同一建物に居住する人以外の人を利用する場合〉

	要介護度	サービス費用のめやす
1か月につき	要介護 1	124,470円
	要介護 2	174,150円
	要介護 3	244,810円
	要介護 4	277,660円
	要介護 5	314,080円

※緊急時などに短期利用ができる場合があります。

● 24時間対応の訪問介護と訪問看護のサービス

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

訪問介護と訪問看護が連携を取って、1日に複数回の「短時間の定期訪問」と、通報などによる「随時の対応」を24時間対応で行うサービスです。

要介護1～5の人 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

〈一体型（訪問介護・訪問看護を同じ事業者で一体的に提供）を利用する場合〉

	要介護度	サービス費用のめやす (訪問看護を利用しない場合)	サービス費用のめやす (訪問看護を利用する場合)
1か月につき	要介護 1	54,460円	79,460円
	要介護 2	97,200円	124,130円
	要介護 3	161,400円	189,480円
	要介護 4	204,170円	233,580円
	要介護 5	246,920円	282,980円

● 小規模な介護専用型特定施設でのサービス

地域密着型特定施設入居者生活介護

特定施設（指定を受けた有料老人ホーム、軽費老人ホーム、養護老人ホームなど）のうち、定員が29人以下の小規模な介護専用型特定施設に入居する人が、食事、入浴、排せつなどの介護やその他の日常生活上の世話、機能訓練、療養上の世話を受けられます。

要介護1～5の人 地域密着型特定施設入居者生活介護

	要介護度	サービス費用のめやす
1日につき	要介護 1	5,460円
	要介護 2	6,140円
	要介護 3	6,850円
	要介護 4	7,500円
	要介護 5	8,200円

● 夜間の訪問介護サービス

夜間対応型訪問介護

夜間でも安心して在宅生活が送れるよう、定期巡回や通報システムによるオペレーションセンターサービス、随時訪問による夜間専用の訪問介護を受けられます。



要介護1～5の人 夜間対応型訪問介護

〈オペレーションセンターを設置している場合〉

内 容	サービス費用のめやす
基本夜間対応型訪問介護費	9,890円／月
定期巡回サービス	3,720円／回
随時訪問サービス（Ⅰ）	5,670円／回

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は、糸満市が行う介護予防の取り組みです。「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」の2つがあり、サービス事業者のほか、民間企業、ボランティア、住民主体による介護予防のサービスを利用できます。



●介護予防・日常生活支援総合事業のサービスや利用者負担は、市区町村ごとに異なります。

介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・生活支援サービス事業

対象者

●要支援1・2の人

●介護予防・生活支援サービス事業対象者

(基本チェックリストを受けて生活機能の低下がみられた人)

- 40～64歳の方は、基本チェックリストの判定による介護予防・生活支援サービス事業の利用はできないため、要介護認定の申請をして要支援1・2の認定を受ける必要があります。
- 介護予防・生活支援サービス事業対象者になった後でも要介護認定の申請をすることができます。

※要介護1～5の認定を受けて介護サービスを利用する以前から継続的に総合事業を利用していた人は、要介護認定後も引き続き利用できる場合があります。

一般介護予防事業

対象者

●65歳以上のすべての人

- 一般介護予防事業のみを利用したい場合は、基本チェックリストを受ける必要はありません。



介護予防・生活支援サービス事業

訪問型サービス

介護サービス事業者によるサービス

- 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

民間企業・ボランティアなどによる多様なサービス

- 掃除・洗濯・ゴミ出しや布団干しなどの生活援助など



通所型サービス

介護サービス事業者によるサービス

- 食事や入浴・排せつの介助、健康管理、機能訓練やレクリエーションなど

民間企業・ボランティアなどによる多様なサービス

- 自主的な通いの場でのレクリエーション活動、体操・運動の活動など



その他の生活支援サービス

- 配食（栄養改善を目的としたものや、ひとり暮らし高齢者に対する見守りを含むもの）



フレイル予防で若返りを目指しましょう！

「フレイル」とは、高齢期に心身の機能が衰えた状態をいいます。

健康な状態と介護が必要な状態の中間の状態、何もせず放置すると要介護になる危険が高いといわれています。

しかし、フレイルは、早い時期に生活習慣を見直すことで、健康な状態に引き返すことが可能です！

チェックしましょう！ フレイルのサイン！こんなこと感じやすくなっていますか？

- | | |
|--------------------------------------|--|
| ☐ 筋力（握力）が低下した | ☐ 半年で2kg以上の体重減少 |
| ☐ 体を動かすことが減った | ☐ 疲れやすくなった |
| | ☐ 歩くのが遅くなった |

1～2つ当てはまる人→フレイル予備軍 3つ以上当てはまる人→フレイル

●フレイルは予防する事ができます

- ①運動習慣を身につけましょう
いつもより少し早く歩くなどコツコツ続けていきましょう
- ②食事をしっかり摂りましょう
1日3食しっかりよく噛んで食べましょう
- ③歯のケアを行いましょう
かかりつけの歯科を持ちましょう
- ④人と交流する機会を持ちましょう
週に1回以上外出しましょう
- ⑤年に一度は健診を受けましょう
フレイルや持病の重症化を防ぐことができます。



介護予防事業

地域デイサービス（糸満市社会福祉協議会委託）

- **目的** 市内に居住する概ね65歳以上を対象に、健康チェック・体操・趣味教養講座・グラウンドゴルフ等を実施することで、心身のリフレッシュ、仲間づくり、地域交流を図り、健康で生きがいを持ち暮らせることを目的とします。
- **内容** 血圧測定・健康相談・レクリエーション・健康体操など
- **実施場所** 各自治会・公民館等 45か所（令和6年4月現在）
（実施曜日・時間等については、各自治会または社会福祉協議会にお問い合わせください）



地域で楽しく、健康づくり

集まる機会が少なく集いの場として地域デイサービスの実施を検討している自治会は、糸満市社会福祉協議会までご連絡ください。

中央型運動教室

かりゆし 健康クラブ

- **実施曜日** 毎週（火・金）
- **実施場所** 糸満市社会福祉センター（大ホール）
- **実施時間** 9：30～11：30
- **内容** 健康体操（筋トレ・ストレッチ・3B体操等、ミニ講話）
- **利用料** 1回100円

いきいき 健康クラブ

- **実施曜日** 毎週（月・木）
- **実施場所** 糸満市社会福祉センター（大ホール）
- **実施時間** 9：30～11：30
- **内容** 健康体操（筋トレ・ストレッチ・3B体操等、ミニ講話）
- **利用料** 1回100円

いとま～る教室

- **実施曜日** 毎週（金）
- **実施場所** いとま～る屋内広場
- **実施時間** 9：30～11：30
- **内容** 健康体操（筋トレ・ストレッチ・3B体操等、ミニ講話）
- **利用料** 1回100円

いちまん男塾

- **実施曜日** 毎週（水）
- **実施場所** 糸満市社会福祉センター（大ホール）
- **実施時間** 9：30～11：30
- **内容** 健康体操（筋トレ・ストレッチ・3B体操等、ミニ講話）
- **利用料** 1回100円

お問い合わせ 糸満市社会福祉協議会 TEL 994-0563

糸満市健康づくりセンター 「願寿館」

願寿館教室のご案内

- **目的** 糸満市民の健康づくりのための運動教室（生活習慣病の予防・改善・寝たきり予防・ストレス解消）
- **日時** 月～金 9：15～11：00 / 月・火・木・金 14：00～15：45
- **休館日** 土日・祝祭日・年末年始
- **利用料** 1回 100円（初回体験は無料です）
- **持参する物** 飲み物・タオル・室内履き（運動ができる靴）

糸満市在住の方
ならどなたでも
参加できます！



- 専門の運動指導員（健康運動指導士）が適切な運動を指導します。
- 看護師による健康相談が受けられます。

※医師の治療を受けている方は、主治医に相談をされてからお越しください。

願寿館教室のプログラム内容

月	火	水	木	金
	9：15～	ストレッチ・関節運動・ラジオ体操第1、第2		
	10：00～	主運動（筋トレ）		
	10：45～11：00	クーリングダウン		
	12：00～13：00	昼休み（閉館）		
	14：00～15：45	午後の教室		
楽しく貯筋運動教室	骨コツ貯筋教室	出張運動教室	楽しく貯筋運動教室	骨コツ貯筋教室

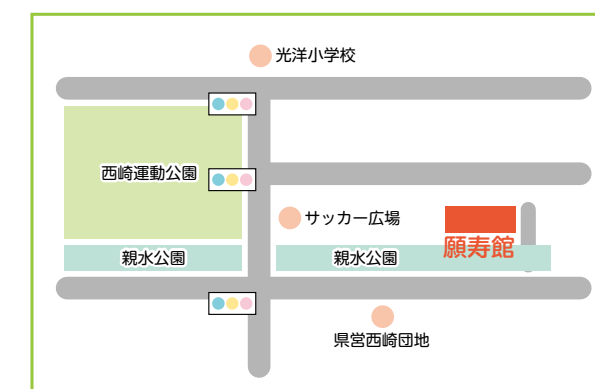
お問い合わせ先は



糸満市健康づくりセンター
願寿館

☎840-8225

所在地 糸満市西崎町3丁目179番地



地域包括支援センターを 利用しましょう

裏表紙へ

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。保健師・主任ケアマネジャー・社会福祉士等専門職員が、みなさんの生活を支える役割を担っています。

なんでもご相談ください

総合相談

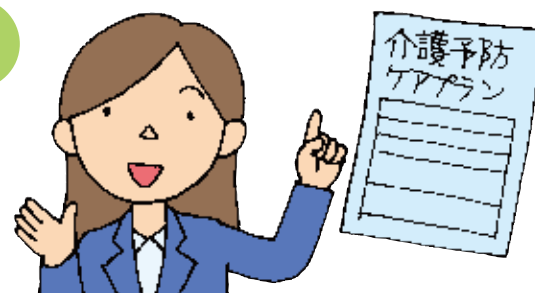
介護に関する相談や悩み以外にも、福祉や医療、その他なんでもご相談ください。



自立した生活ができるよう支援します

介護予防ケアマネジメント

要支援1・2と認定された人や、支援や介護が必要となるおそれの高い人が自立して生活できるよう、介護予防の支援をします。



みなさんの権利を守ります

権利擁護

みなさんが安心して暮らせるように、みなさんの持つさまざまな権利を守ります。虐待を早期に発見したり、成年後見制度の紹介や、消費者被害などに対応します。



地域のネットワークをつくり、みなさんを支えます

包括的・継続的ケアマネジメント

暮らしやすい地域にするため、さまざまな機関とのネットワークをつくり調整します。また、ケアマネジャーの支援も行います。



糸満市の在宅福祉サービス事業

糸満市では、65歳以上の高齢者を対象に介護保険によるサービスのほか、在宅福祉サービスとして次のような事業を実施しています。

① 外出支援サービス事業

寝たきりの状態にある方、または車いすを利用している方で、一般の交通機関を利用することが困難な方に、自宅から医療機関までの送迎を行います。

- 対象者 65歳以上で上記にあてはまる方
- 利用料 市内片道300円、市外片道500円
※利用回数は片道で月4回まで

② 緊急通報システム事業

急病や事故などの緊急の際、簡単な操作で外部に通報できる機器を設置し、緊急時における安全の確保及び不安の解消を図ります。

- 対象者 虚弱な1人暮らしの高齢者、または高齢者のみの世帯で身体上慢性疾患があるなど常時注意を要する状態にある方
- 利用料 機器の使用に係る電気料金のみ
利用者負担
※機器設置料と毎月の機器使用料は市負担

③ 介護用品給付事業

要介護4又は5に認定された高齢者を在宅で介護している家族に対し、紙おむつ等の現物を給付します。

- 対象者 市民税非課税世帯
※介護者が別世帯の場合、介護者も非課税であること。
- 給付額 月額6,500円（現物給付）

④ 家族介護慰労金支給事業

要介護4又は5に認定され、介護保険サービスの利用や長期入院が無い高齢者を在宅で介護している家族に対して慰労金を支給します。

- 対象者 過去1年以上市民税非課税世帯で、介護保険サービスの利用（年間7日までのショートステイ利用を除く）や90日以上長期入院がない要介護4又は要介護5に認定された高齢者を在宅で介護している家族
- 支給額 年額10万円

⑤ 福祉電話設置事業

日常生活に不自由が多い高齢者宅に電話機を設置し、コミュニケーションと緊急連絡の手段を確保します。

- 対象者 一人暮らしの高齢者で
市民税非課税世帯
- 利用料 基本料金、通話料は自己負担
※機器設置料は市負担

⑥ 送迎バス活用事業

民間の送迎バスを活用した高齢者の移動支援サービスです。送迎バスの運行ルート内に設けられた停留所間を送迎します。

- 対象者 65歳以上で送迎バスに1人で
乗り降りできる方
- 利用料 無料

⑦ 救急医療情報キット配布事業

65歳以上の高齢者に、かかりつけ医療機関や持病、家族の連絡先等の緊急時に必要な情報を保管する救急医療情報キットを配布します。

- 対象者 65歳以上の単身者、または高齢者のみの世帯
- 利用料 無料

お問い合わせ

糸満市役所 福祉部
介護長寿課 高齢者支援係
TEL840-8114（直通）

65歳以上の人の介護保険料

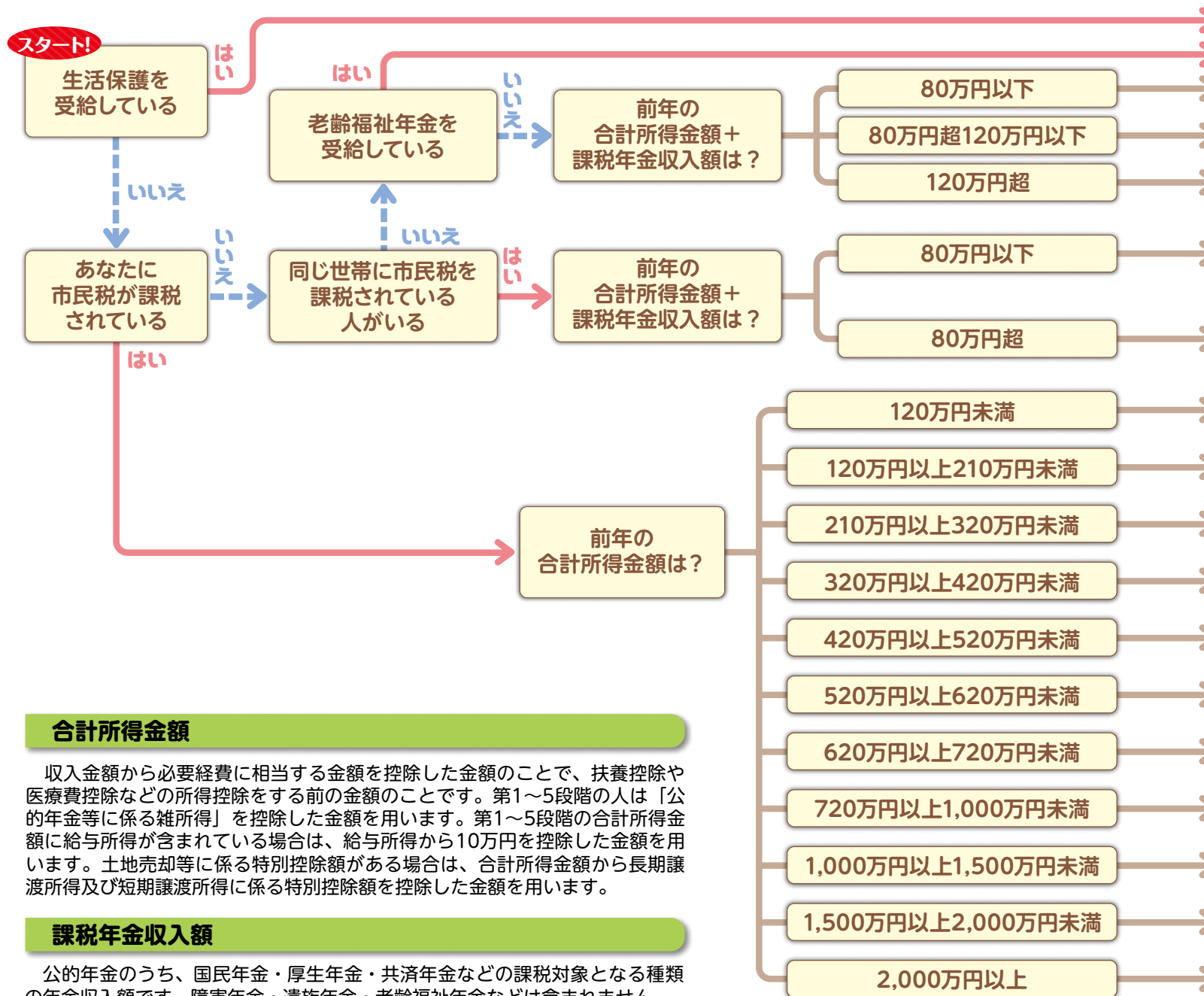
市区町村ごとに介護保険のサービスに必要な費用と65歳以上の人の数に応じて、保険料の「基準額」が決められます。市区町村によって費用や人数が異なるため、基準額も異なります。

介護保険料の基準額

基準額
87,444円
(年額)

$$= \frac{\text{糸満市で介護保険給付にかかる費用} \times \text{65歳以上の人の負担分 (23\%)}}{\text{糸満市の65歳以上の人数}}$$

介護保険料の決まり方 (令和6～8年度)



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のことで、第1～5段階の人は「公的年金等に係る雑所得」を控除した金額を用います。第1～5段階の合計所得金額に給与所得が含まれている場合は、給与所得から10万円を控除した金額を用います。土地売却等に係る特別控除額がある場合は、合計所得金額から長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額を用います。

課税年金収入額

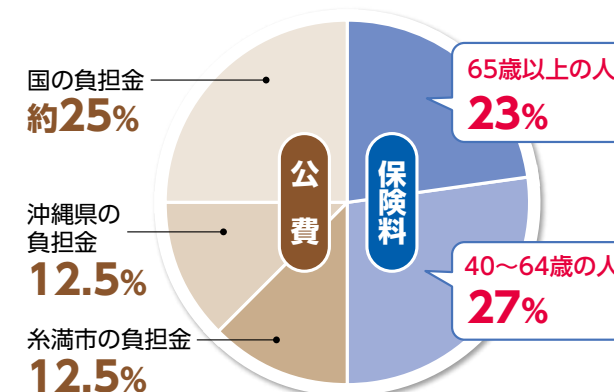
公的年金のうち、国民年金・厚生年金・共済年金などの課税対象となる種類の年金収入額です。障害年金・遺族年金・老齢福祉年金などは含まれません。

介護保険の財源 (令和6～8年度)

65歳以上の人の負担分は、介護サービスにかかる費用の総額（利用者負担を除く）の23%と決められています。みなさんが納める保険料は、介護保険を運営していくための大切な財源です。必要なときに必要な介護サービスを利用できるように、保険料は必ず納めましょう。

財源の半分が保険料です！

保険料は介護サービスの円滑な実施を確保するため、サービスに必要な費用に応じて3年ごとに見直されます。



基準額をもとに所得段階別の保険料が決まります

段階	年間保険料	(月額保険料)	基準額に対する割合	対象者
第1段階	24,922円	(2,077円)	0.285	生活保護の受給者、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人、または世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の人
第2段階	42,411円	(3,535円)	0.485	世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円を超え120万円以下の人
第3段階	59,900円	(4,992円)	0.685	世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が120万円を超える人
第4段階	78,700円	(6,559円)	0.90	本人が市民税非課税で、かつ世帯の誰か（配偶者や子供等）が市民税課税で前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の人
第5段階	87,444円	(7,287円)	1.00	本人が市民税非課税で、かつ世帯の誰か（配偶者や子供等）が市民税課税で前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円を超える人
第6段階	109,305円	(9,109円)	1.25	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の人
第7段階	118,050円	(9,838円)	1.35	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の人
第8段階	148,655円	(12,388円)	1.70	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の人
第9段階	161,772円	(13,481円)	1.85	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上420万円未満の人
第10段階	179,261円	(14,939円)	2.05	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が420万円以上520万円未満の人
第11段階	192,377円	(16,032円)	2.20	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が520万円以上620万円未満の人
第12段階	209,866円	(17,489円)	2.40	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満の人
第13段階	227,355円	(18,947円)	2.60	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が720万円以上1,000万円未満の人
第14段階	244,844円	(20,404円)	2.80	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満の人
第15段階	253,588円	(21,133円)	2.90	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が1,500万円以上2,000万円未満の人
第16段階	262,332円	(21,861円)	3.00	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が2,000万円以上の人

※保険料は介護保険事業計画の見直しに応じて3年ごとに設定されます。
※第1～3段階は、公費による負担軽減が行われています。

介護保険料の納め方

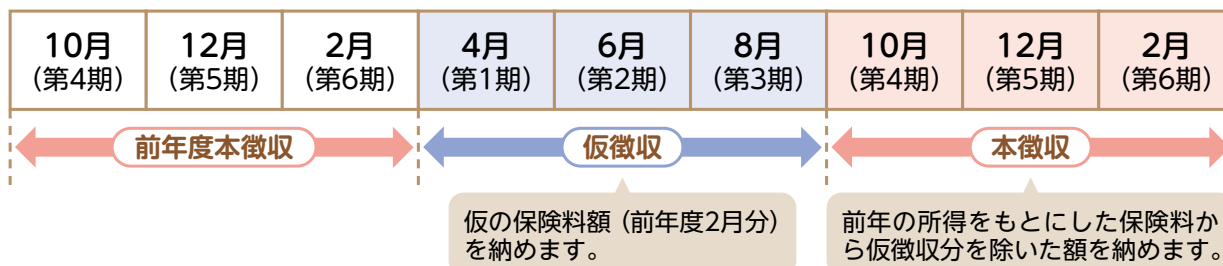
受給している年金額によって2種類に分かれます。65歳になった月（65歳の誕生日の前日が属する月※）の分から、原則として年金から納めます。

※年齢が加算されるのは、法律上、誕生日の前日になります。そのため、65歳の誕生日の前日がある月から第1号被保険者になります。

年金が年額18万円以上の人 年金から差し引かれます（特別徴収）

年金の定期支払い（年6回）の際に、介護保険料があらかじめ差し引かれます。老齢（退職）年金、遺族年金、障害年金が特別徴収の対象です。老齢福祉年金などは、年金からの差し引きの対象になりません。

- 前年度から継続して特別徴収の人の保険料は、前年の所得などが確定する前の4・6・8月は仮に算定された保険料額を納付します（仮徴収）。10・12・2月は本年度の保険料を算出し、既に納めた仮徴収分の保険料を除いて調整された金額を納付します（本徴収）。



■年金が年額18万円以上でも、次のような場合には一時的に納付書で納めることがあります。

- 年度途中で65歳になったとき
- 年度途中で保険料額や年金額が変更になったとき
- 年度途中で他の市区町村から転入したとき
- 年金が一時差し止めになったとき
- など

年金が年額18万円未満の人 納付書、口座振替で納付（普通徴収）

糸満市から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。

納め忘れのない
便利で確実な

口座振替
が便利です

- 保険料の納付書
- 預（貯）金通帳
- 通帳の届け出印



★これらを持って糸満市指定の金融機関で手続きをしてください。

※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が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。

65歳になる年度の保険料について

65歳になった月（65歳の誕生日の前日がある月）から、第1号被保険者として保険料を納めます。



例 10月1日生まれ → 9月分から

10月2日生まれ → 10月分から

●64歳までの分

4月から、65歳になる月の前月までの分は、年度末までの納期に分けて、加入している医療保険の保険料（介護保険分）から納めます。

●65歳からの分

65歳になった月から年度末までの分は、年度末までの納期に分けて、「介護保険料」として納付書で納めます。

〈例：10月2日生まれの人の場合〉



保険料を納めないでいると

災害などの特別な事情がないのに保険料を滞納すると、督促や催告が行われ、延滞金などの支払いが発生する場合があります。さらに滞納が続くと、その期間に応じて次のような措置がとられます。災害や失業など、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、減免等がある場合がありますので、お早めに担当窓口までご相談ください。

●1年以上滞納すると
(納期限から1年経過)

サービス費用の全額をいったん利用者が負担します。申請により後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
(納期限から1年6か月経過)

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、滞納している保険料に充てられることがあります。

●2年以上滞納すると
(納期限から2年経過)

サービスを利用するときの利用者負担が3割または4割※になったり、高額介護サービス費などが受けられなくなったりします。
※利用者負担の割合が3割（P8参照）の人が滞納した場合、4割に引き上げられます。

40～64歳の人（医療保険加入者）の介護保険料

保険料の決め方

加入している医療保険によって算定方法が決められます。国民健康保険に加入している人は世帯ごとに決められ、職場の医療保険に加入している人は、介護保険料率と給与および賞与に応じて決められます。

保険料の納め方

国民健康保険に加入している人は国民健康保険税（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、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。

お住まいの地域を担当する 「地域包括支援センター」をご確認ください

住所によって、担当する地域包括支援センターが決まっています。

糸満市地域包括支援センター(基幹型)

所在地	糸満市潮崎町1丁目1番地（糸満市役所）
電話番号	098-840-8114
開設日時	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ※市役所閉庁日は休み
担当地区（字）	武富、北波平、賀数、座波、兼城、照屋 阿波根、潮平、西崎、西川町

糸満市地域包括支援センターいちまん

所在地	糸満市真栄里1615番地1号室
電話番号	098-992-2150
開設日時	月曜日～土曜日 午前9時～午後6時 ※日曜・祝日・年末年始は休み
担当地区（字）	字糸満、潮崎町、真栄里、国吉、大里、与座、豊原、 新垣、真栄平、宇江城、真壁、名城、小波蔵、伊敷、 糸洲、福地、喜屋武、南波平、伊原、束里、山城、 米須、大度、摩文仁