

# みんなの介護保険 サービス利用ガイド

2023(令和5)年度版



佐倉市 介護保険課

TEL:043-484-6174 FAX:043-486-2503

<http://www.city.sakura.lg.jp/>



# もくじ

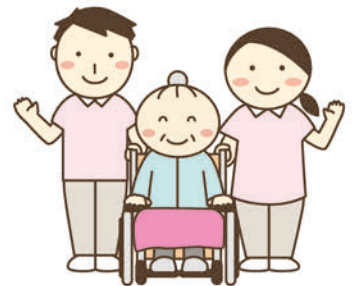
- 1 サービスを利用するまでの流れ … 2
- 2 利用できるサービス … 6
- 3 サービスの利用者負担 … 14
- 4 市内高齢者施設一覧 … 17
- 5 高齢者の相談窓口 地域包括支援センター … 19
- 6 介護保険以外の福祉サービス … 21



交通事故等(第三者行為)により要介護状態になった場合や、  
状態が悪化した場合は、市へ届出をしてください。

介護保険の被保険者のかたは、交通事故等、第三者(加害者)の行為によって要介護状態になった場合や、状態が悪化した場合でも、介護保険のサービスを利用することができます。ただし、サービスにかかった費用は原則として加害者が負担すべきものなので、市が一時的にその費用を立て替え、あとで加害者に請求する仕組みになっています。市が支払った費用が第三者行為によるものかを把握するため、介護保険の第1号被保険者(65歳以上)のかたが第三者行為によって介護保険のサービスを利用する場合は、市へ届出をしてください。

※詳しくは介護保険課 介護給付班(☎043-484-6174)まで  
お問合せください。



マチレットは、自治体から市民へ専門性が高い情報をよりわかりやすく確実に伝える、地域に寄り添う“マチのブックレット”です。

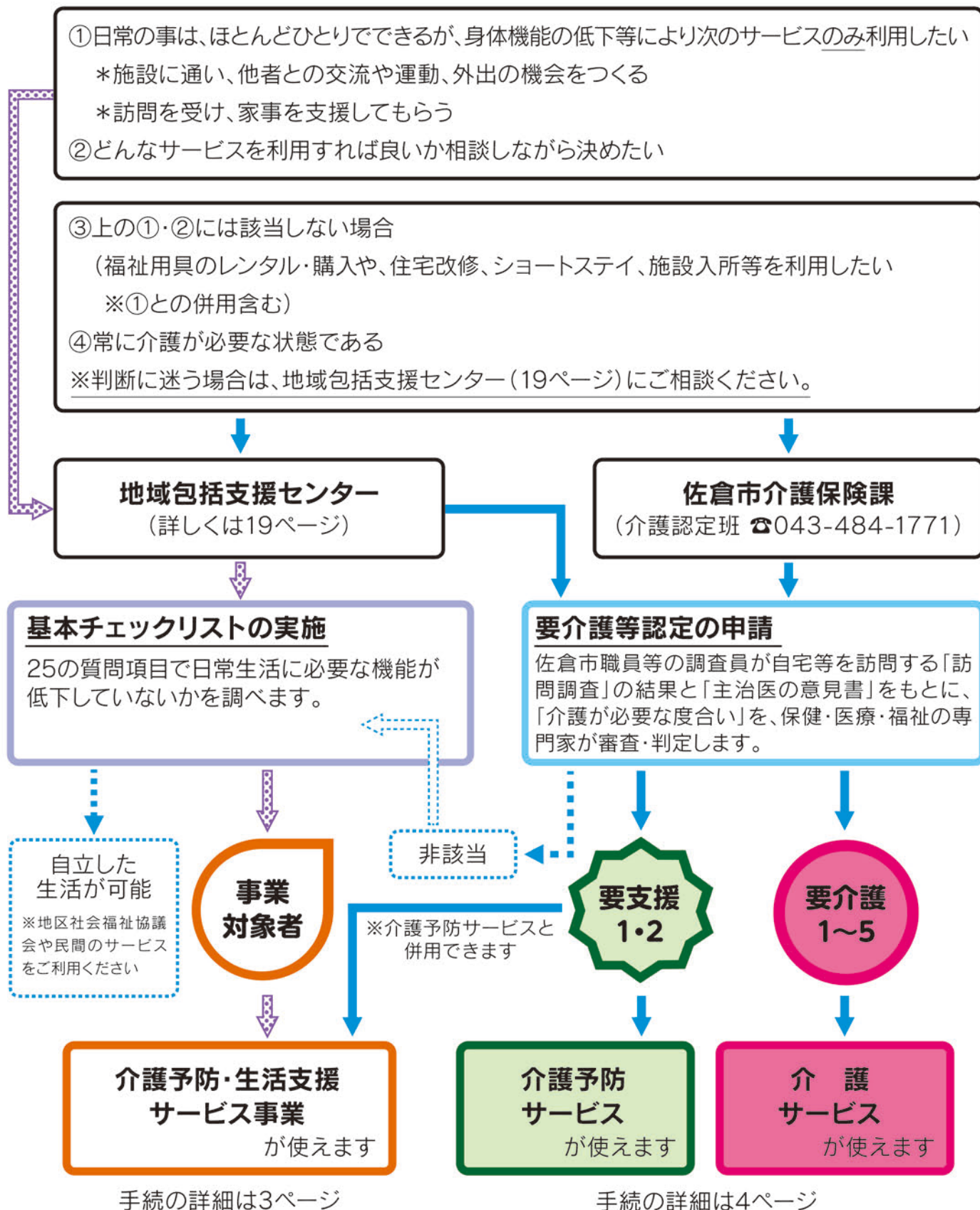
2023年6月発行  
発行:佐倉市 介護保険課  
編集・デザイン:株式会社ジチタイアド

当冊子の著作権を侵害する行為(SNSやHPへの無断転載、デザインや文言の流用、複製物の商用利用等)は法律で禁じられています。

当冊子は冊子内に広告を掲載している企業の協賛により市に寄贈されています。広告の内容について、市の事業と関連するものではありません。

# サービスを利用するまでの流れ

介護保険のサービスを利用するためには、一定の手続きを経て利用対象者になる必要があります。利用したいサービスにより手続きの窓口・方法が異なりますので、まずは、どんなサービスを利用したいかを検討してみましょう。(各サービスの詳細は6ページから)



### 1 基本チェックリストを受ける

お住まいの地区を担当する地域包括支援センター(19ページ)の窓口で、日常生活に必要な機能が低下していないかを調べる25の質問項目(基本チェックリスト)に回答します。

サービスを利用できる「事業対象者」に該当するかどうかはその場ですぐに分かります。

### 2 介護保険被保険者証等の送付

「事業対象者」に該当した場合、サービス利用時に必要となる「介護保険被保険者証」(緑色)が市から送付されます。

※初めて介護保険のサービスを利用するかたには、サービス利用時の負担割合が記載された「介護保険負担割合証」(桃色)が同封されています。(負担割合については14ページ)

### 3 ケアプランの作成

サービスを利用する前に、ケアマネジャーが「ケアプラン」(どのサービスをどれくらい利用するかという介護の計画書)を本人や家族と相談しながら作成します。(利用者負担はありません)

### 4 サービスの利用

ケアプランに基づいて、サービス事業者等と直接契約を結び、サービスを利用します。(サービスについての詳細は6ページから)

### 5 有効期限が近くなったら…

「事業対象者」の判定は、2年間有効です。引き続きサービスを利用したい場合は、改めて基本チェックリストを受ける必要がありますので、期限が近づきましたら担当ケアマネジャー又は地域包括支援センターにご相談ください。

## 要介護・要支援認定者として介護(予防)サービスを利用したい場合の手続

※「介護予防サービス」と、「介護予防・生活支援サービス事業」を組み合わせる利用したい場合を含みます。

### 1 要介護・要支援認定の申請

佐倉市介護保険課または地域包括支援センターで申請を受け付けています。申請は、本人のほか、家族やケアマネジャー等が代行することもできます。郵送での申請も可能です。

申請に必要なもの

- 申請書(介護保険要介護・要支援認定申請書)
- 問診票(病院に入院中のかたや、介護保険施設に入所中のかたは提出不要)
- 介護保険被保険者証(40歳～64歳のかたは医療保険の保険証)
- 個人番号(マイナンバー)が確認できる書類
- 本人確認ができる書類



### 2 心身の状態等の調査

#### ●訪問調査

佐倉市職員等の調査員が自宅等を訪問し、全国共通の基本調査票をもとに、本人の心身の状況や生活の様子を確認します。同席の家族等からも本人の状態を聞き取り調査します。

#### ●主治医意見書

佐倉市の依頼により、主治医(かかりつけ医)が「意見書」を作成します。

### 3 審査・判定

保健・医療・福祉の専門家が介護認定審査会にて、「どのくらいの介護が必要か」を、訪問調査の結果と主治医の意見書をもとに総合的に審査・判定します。

### 4 認定結果の通知

申請から原則30日以内に、認定の「結果通知」及び認定結果が記載された「介護保険被保険者証」(緑色)を送付します。認定は、要支援1・2、要介護1～5の7段階及び非該当に分かれています。

※初めて介護保険のサービスを利用するかたには、サービス利用時の負担割合が記載された「介護保険負担割合証」(桃色)が同封されています。(負担割合については14ページ)

## ケアプランの作成

サービスを利用する前に、ケアマネジャーが「ケアプラン」(どのサービスをどれくらい利用するかという介護の計画書)を本人や家族と相談しながら作成します。(利用者負担はありません)

5

**要支援1** お住まいの地区を担当する地域包括支援センターに連絡してください。

**要支援2** (地域包括支援センターについては19ページ)

**要介護1** ●在宅でサービスを利用したい場合

**要介護2** 居宅介護支援事業所\*を1つ選び、連絡してください。

**要介護3** ※認定結果通知に事業所一覧を同封しています。

**要介護4** ●施設に入所したい場合

**要介護5** 施設に直接申し込んでください。(市内の施設一覧は17ページ)

## サービスの利用

6

ケアプランに基づいて、サービス事業者や介護保険施設と直接契約を結び、サービスを利用します。(サービスについての詳細は6ページから)

## 認定の更新

7

要介護・要支援認定には、有効期間があります。引き続きサービスを利用したい場合は、認定の更新が必要です。更新申請の時期が来たら、市から更新のお知らせをお送りしますので、お早めに手続きされることをお勧めします。

**Q** 認定を受けた後に状態が大きく変わったら？

**A** 必要に応じて介護度の見直しを行うため、区分変更申請することができます。担当のケアマネジャーや市にご相談ください。

**Q** 何歳でも申請できる？

**A** 要介護・要支援認定については、65歳以上のかたはどなたでも申請できますが、40歳～64歳のかたは、「特定疾病」\*に該当しないと申請できません。まずは、かかりつけの主治医に「特定疾病」に該当するかをお問合せください。なお、3ページの基本チェックリストについては64歳以下のかたは対象外ですので、サービスが必要な場合は、要介護・要支援認定の申請を検討してください。

\*特定疾病…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、骨折を伴う骨粗鬆症、初老期における認知症、パーキンソン病関連疾患、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、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症、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

介護保険のサービスについて内容ごとに分類して掲載しています。

各サービスはそれぞれ利用対象者が決まっていますので、下記のマークを参考に確認してください。

自宅を中心に利用するサービス…7ページから

施設に入所して利用するサービス…13ページから

### マークの説明



各サービス名の横に、利用対象者のマークを示しています。

**事**

事業対象者が利用できるサービス(介護予防・生活支援サービス事業)

**支**

要支援認定者が利用できるサービス(介護予防サービス及び介護予防・生活支援サービス事業)

**介**

要介護認定者が利用できるサービス(介護サービス)

**地  
密**

地域密着型サービス

原則、佐倉市民のみが利用できる、住み慣れた地域で生活するためのサービス

#### ◆サービス費用のめやす

それぞれのサービス利用料の10割分の金額をご案内しています。自己負担金額(負担割合1～3割)※を計算する際の参考としてください。※お支払いの自己負担額計算の際は、各種加算が追加されます。



厚生労働省の介護事業所・生活関連情報検索「介護サービス情報公表システム」では、全国の介護サービス事業所のサービス内容などの詳細情報を、インターネットで自由に検索・閲覧できます。( [介護](#) [公表](#) で検索 )



## 自宅を中心に利用するサービス

施設に通う…7ページ

訪問を受ける…8ページ

短期間施設に泊まる…11ページ

通い・訪問・泊まりを組み合わせる…11ページ

生活環境を整える…12ページ

在宅に近い暮らし…13ページ

施設に通う

### 通所介護相当サービス



身体機能や生活機能の低下がみられ、専門的な支援が必要なかが、デイサービスセンター等に通い、食事・入浴・排泄等の介護や日常生活上の世話及び機能訓練を受けます。一般的に、自宅からデイサービスセンター等への送迎がついています。

#### ◆サービス費用のめやす

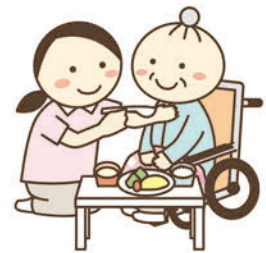
週1回程度の利用

〈月額〉17,470円 ※送迎込み

週2回程度の利用

〈月額〉35,820円 ※送迎込み

※要支援1のかたは利用できません



### 通所型短期集中予防サービス



生活機能の低下がみられるが、短期集中的な支援で改善が見込まれるかが、運動器の機能向上プログラムや、介護予防に関する生活指導等を受けます。必要に応じ、自宅から会場までの送迎がつきます。10名程度の少人数グループでおよそ週1回程度行います。

### (介護予防)認知症対応型通所介護

地密



認知症のかたが、デイサービスセンター等で食事、入浴、排泄等の介護、機能訓練等を受けます。

### 通所介護…デイサービス



食事や入浴などの支援や、心身の機能を維持・向上するための機能訓練、口腔機能向上サービスなどを日帰りで利用します。

地密

定員18人以下の小規模な事業所が提供する場合は地域密着型サービスに位置づけられます。医療的なケアが必要なかたを対象とした療養通所介護もあります。

#### ◆サービス費用のめやす

〈1回〉6,960円～12,140円 ※送迎込み

## (介護予防)通所リハビリテーション…デイケア



施設や病院などにおいて、日常生活の自立を助けるために理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などがリハビリテーションを行い、利用者の心身機能の維持回復を図ります。

## ◆サービス費用のめやす



要支援1・2

要支援1・2のかたは共通的服务と選択的服务を組み合わせ利用します。

●共通的服务<月額>21,660円・42,190円 ※送迎込み

●選択的服务<月額>

運動器機能向上(筋力トレーニングやストレッチなどの機能訓練)	:2,370円
栄養改善(食事に関する指導や情報提供)	:2,110円
口腔機能向上(口の中の手入れ方法の指導や、咀嚼・えん下の訓練)	:1,580~1,690円



要介護1~5

<1回>7,990円~14,440円 ※送迎込み

## 訪問介護相当サービス



身体機能や生活機能の低下がみられ、専門的な支援が必要な場合に、ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事・入浴・排泄等の介護や、調理・掃除・洗濯等の家事、生活等に関する相談・助言等、日常生活上の必要な世話をを行います。

## ◆サービス費用のめやす

週1回程度の利用	<月額>12,580円
週2回程度の利用	<月額>25,130円
週2回程度を超える利用 ※要支援1のかたは利用できません	<月額>39,880円

## 訪問型生活援助サービス



本人や家族が掃除・洗濯等の家事を行うことが困難な場合に、ホームヘルパーや市の研修を修了した「生活援助ヘルパー」が自宅を訪問し、日常生活上の支援を行います。

## ◆サービス費用のめやす

週1回程度の利用	<月額>10,440円
週2回程度の利用	<月額>20,870円
週2回程度を超える利用 ※要支援1のかたは利用できません	<月額>33,100円





## 訪問型短期集中予防サービス



生活機能の低下により、外出が困難なかたで、短期集中的な支援で改善が見込まれる場合に、市の保健師・看護師・理学療法士等の専門職が自宅を訪問し、状態改善のための助言や指導を行います。

## 訪問介護…ホームヘルプ



ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事・入浴・排泄等の介護(身体介護)や、調理・掃除・洗濯等の家事・日用品の買い物等の日常生活上の必要な世話(生活援助)を行います。

## ◆サービス費用のめやす

身体介護	〈1回〉4,240円(30分~1時間未満)
生活援助	〈1回〉2,410円(45分以上)
通院等のための乗車・降車の介助	〈1回〉1,060円 ※運賃は別途自己負担

## (介護予防)訪問入浴介護



移動入浴車等で訪問し、浴槽を自宅内に持ち込んで入浴の介護を行います。

## ◆サービス費用のめやす

要支援1・2	〈1回〉	9,120円
要介護1~5	〈1回〉	13,480円

**Q** 訪問介護相当サービスや訪問介護等、訪問サービスのヘルパーは何でもやってくれる？

**A** 訪問サービスは、単なる家事手伝いではなく、あくまでも介護保険制度下で「本人の自立支援」の一環として提供されるサービスです。そのため、本人以外の食事を用意する等、直接本人の援助をしているとは言えないことや、大掃除やペットの世話等、日常的に行われる家事の範囲を超えることは、ヘルパーにお願いできません。漠然と「ヘルパーさんに家事をお願いしよう」と考えるのではなく、本人ができること、できないことを整理して、できない部分を支援してもらうようにしましょう。

**Q** 事業対象者が通所・訪問型サービス以外を使いたくなったらどうすればよい？

**A** 「短期入所生活介護」(ショートステイ)や「福祉用具貸与」(車いすやベッドなどのレンタル)など、要介護・要支援認定者を対象としたサービスを利用したい場合は、その旨を担当ケアマネジャー又は地域包括支援センターにご相談の上、要介護・要支援認定の申請をしてください。(詳細は4ページ)

※この申請は、事業対象者の有効期間にかかわらずいつでも可能です。

## (介護予防)訪問看護



自宅で療養生活を送れるよう、看護師等が清潔ケアや排泄ケアなどの日常生活の援助や、医師の指示のもと必要な医療の提供を行います。

### ◆サービス費用のめやす

支	要支援1・2	・訪問看護ステーションから	〈1回〉4,820円
		・病院または診療所から	〈1回〉4,080円
介	要介護1~5	・訪問看護ステーションから	〈1回〉5,030円
		・病院または診療所から	〈1回〉4,260円

## (介護予防)訪問リハビリテーション



通院が困難なかたの自宅に、病院や介護老人保健施設の理学療法士等が訪問し、理学療法、作業療法、その他の必要なリハビリテーションを行います。

### ◆サービス費用のめやす

〈1回〉3,240円

## (介護予防)居宅療養管理指導



病院、診療所または薬局の医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士、管理栄養士が自宅を訪問し、療養上の管理や指導等を行います。

### ◆サービス費用のめやす

- ・医師が行う場合 〈1回〉5,140円(月2回まで)
- ・歯科医師が行う場合 〈1回〉5,160円(月2回まで)



**Q** 居宅療養管理指導で治療もしてもらえる？

**A** 介護保険による居宅療養管理指導のサービス内容が、居宅における「健康管理上のアドバイスや指導」であることに対し、医療保険が適用される往診と訪問診療の主なサービス内容は、「実際の医療行為」である点が大きな違いです。  
「居宅療養管理指導サービスの利用を開始したが、望んでいる治療をしてくれない」という不満や不安を後々感じることはないよう、違いを理解した上でサービスを利用しましょう。

## (介護予防)短期入所生活介護…ショートステイ



老人短期入所施設や介護老人福祉施設等に短期間入所し、その施設で、食事・入浴・排泄等の介護、その他の日常生活上の世話及び機能訓練を受けます。

◆サービス費用のめやす(多床室の場合)

支 要支援1・2 〈1日〉 4,710円・5,860円

介 要介護1~5 〈1日〉 6,290円~9,220円

## (介護予防)短期入所療養介護…医療型ショートステイ



介護老人保健施設や介護療養型医療施設等に短期間入所して、看護、医学的管理下の介護、機能訓練等の必要な医療や日常生活上の世話を受けます。

◆サービス費用のめやす(多床室の場合)

支 要支援1・2 〈1日〉 6,370円・8,030円

介 要介護1~5 〈1日〉 8,640円~10,920円

**Q** 短期入所(ショートステイ)は、家族が病気になった等の特別な理由が無いと使えない?

**A** 短期入所は介護者が休息をとるために利用することもできますので、ケアプラン作成時に担当のケアマネジャーとよく話し合ってください。ただし、長期にわたって利用する場合等、状況によっては特別な理由が必要になることがありますので、ご注意ください。

## (介護予防)小規模多機能型居宅介護



利用者の選択に応じて、施設への「通い」を中心に、短期間の「宿泊」や利用者の自宅への「訪問」を組み合わせで日常生活上の支援や機能訓練を行うサービスです。複数のサービスを利用する時でも共通のスタッフが対応するため、個々の利用者に対して目が行き届くとともに、よりきめ細やかなケアを受けられる利点があります。

## 看護小規模多機能型居宅介護…複合型サービス



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で、通所、訪問(看護・介護)、宿泊のサービスを一元的に管理することになるため、医療ニーズの高い利用者や家族の状況に即応できるサービスを組み合わせることができます。