

〈平成30年/2018〉

7/1

発行・編集  
青 梅 市 役 所  
秘書広報課・高齢介護課  
〒198-8701  
青 梅 市 東 青 梅 1-11-1  
☎ 0428-22-1111  
FAX 0428-22-3508

# 広報 おうめ



Ome

《特集号》

青梅市の介護保険

保存版

## ～ はじめに ～

市では、3年ごとに高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画を策定し、その計画の実現に向けて取り組んでいます。今年度は、平成30年度から32年度までの第7期計画の1年目となります。

介護保険は、介護が必要な高齢者の自立を支援し、住み慣れた地域で生活ができるよう、地域や社会全体で支え合うための制度です。

この特集号では、第7期計画の内容を市民の皆さんにご案内しますので、介護保険の利用にお役立てください。



## 第7期青梅市高齢者保健福祉計画・青梅市介護保険事業計画を策定しました

市では、「福祉が充実したまち」の実現に向けて、高齢者が生きがいを持ち、住み慣れた地域で安全・安心に暮らせるよう、第7期青梅市高齢者保健福祉計画・青梅市介護保険事業計画を策定しました。

計画では次の4つの基本目標を定めています。

### 高齢者がはつらつと暮らせるまち

高齢者の生きがいづくりや健康づくりを推進し、地域活動や就労等の社会参加を通して、高齢者が地域社会の中で役割をもって、はつらつと暮らせるまちの実現を目指します。

- ◎健康保持と健康寿命の延伸
- ◎はつらつと暮らすための総合的支援

### 高齢者が住み慣れた地域で自立して暮らせるまち

介護・医療・住まい・生活支援・介護予防が包括的に提供される地域包括ケアシステムを構築し、高齢者が要支援状態になっても、住み慣れた地域で、自立して暮らせるまちの実現を目指します。

- ◎総合的な生活・居住支援の充実
- ◎地域福祉活動の推進
- ◎地域支援事業による自立支援の充実

### 高齢者が安全・安心に暮らせるまち

高齢者を災害や犯罪の被害から守るとともに、道路環境など福祉のまちづくりの整備を進め、安全・安心に暮らせるまちの実現を目指します。



- ◎福祉のまちづくりの推進
- ◎生活安全対策の強化

### 高齢者が安心して介護を受けられるまち

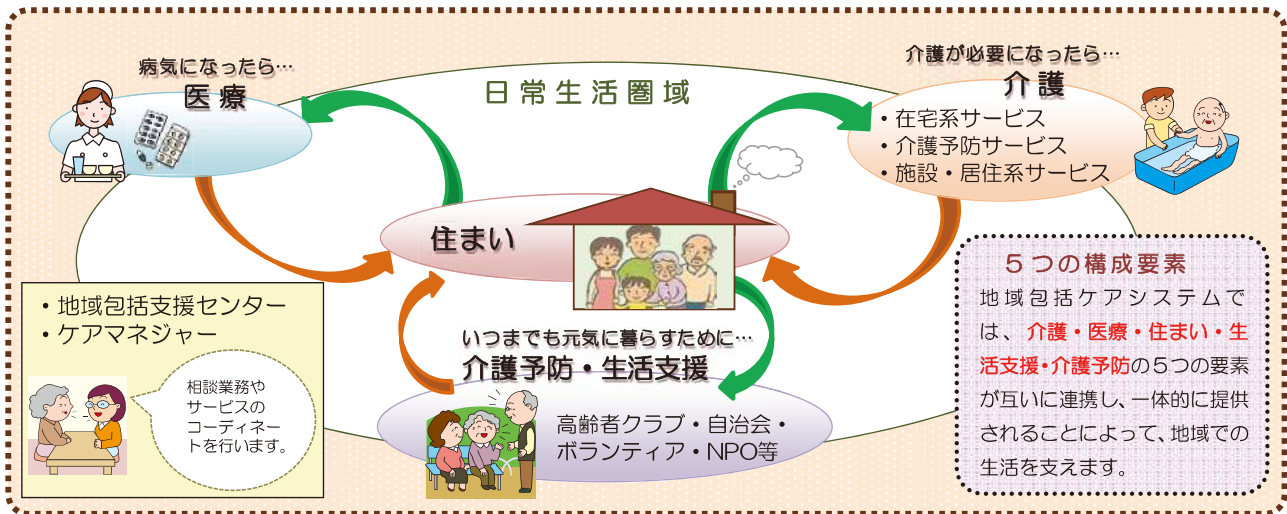
介護保険事業を健全・円滑に推進し、介護が必要になっても自立した生活を継続するために、自らの意思で、必要な介護サービスを安心して受けられるまちの実現を目指します。

- ◎介護保険事業の健全な運営
- ◎第1号被保険者保険料の適正な設定

第7期計画は市ホームページでご覧になれます。また、高齢介護課（市役所1階）で概要版を配布しています。

## 地域包括ケアシステムの構築・強化

常に介護が必要な状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしができるよう、地域の資源を生かし、不足するサービスを補いながら、青梅市版「地域包括ケアシステム」の構築・強化を図ります。



### ○認知症施策の推進

認知症の人を地域で支え、認知症になっても住みやすいまちづくりを目指し、関係団体との連携や認知症高齢者、その家族への支援を強化していきます。

#### ○認知症になっても、いきいきと暮らせるまちへ

認知症は、誰もがなんらかの形で関わる可能性のある、とても身近な病気です。多くの人は、認知症になることを不安に感じ、認知症になると何もできなくなると考えています。しかし、できないことをさまざまな工夫で補いつつ、できることを生かし、希望や生きがいをもって、いきいきと元気に暮らしている認知症の方も数多くいらっしゃいます。

#### ○認知症ガイドブックをご活用ください

市では、市民の皆さんに認知症の概要について理解していただくとともに、ご自身やご家族が認知症になったときの不安を少しでも軽減していただけるよう、認知症の進行状況に応じて、市でどのようなサービスや支援を利用することができるか「認知症ガイドブック」(認知症ケアパス)を作成しました。認知症についての不安を解消し、認知症の方も介護する方も、安心して暮らしていくための参考としてご活用ください。  
※認知症ガイドブックは高齢介護課、地域包括支援センターで配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます。

### ○認知症サポーターになりませんか？

認知症サポーターは認知症のことを正しく理解し、認知症の方やその家族の方を温かく見守り支援する応援者です。市では、認知症サポーター養成講座を開催しています。また、団体・グループへの認知症サポーター養成研修講師の派遣も行っています。受講修了者にはサポーターの証・オレンジリングをお渡しします。

**なお、教材の実費が1部103円がかかります**



### ○認知症初期集中支援チーム

青梅市在住の認知症、またはその疑いのある人、ご家族を訪問し、早期に関わり、早期診断・早期対応できるよう初期支援を行います。対象者…40歳以上の市民で、自宅で生活をしており、認知症が疑われる人や、認知症でお困りの人で、医療や介護サービスにつながっていない人、または医療や介護サービスにつながっているが認知症の行動・心理症状が顕著なため、家族等が対応に苦慮している人。



### ○在宅医療・介護連携の推進

高齢者の皆さんが、いつまでも住み慣れた地域で生活できるように市と地域の医療、介護、福祉が連携してさまざまな支援を行っていきます。



## 介護保険制度が改正されました

主な改正内容は次のとおりです。

平成30年4月から

### ○介護保険施設に「介護医療院」が創設されました

「日常的な医学管理が必要な重介護者の受入れ」や「みとり・ターミナルケア」等の機能と、「生活施設」としての機能を兼ね備えた施設です。平成35年度末までに介護療養病床が廃止されることに伴い、平成30年4月から新設されました。要介護1～5の方が入所できます。

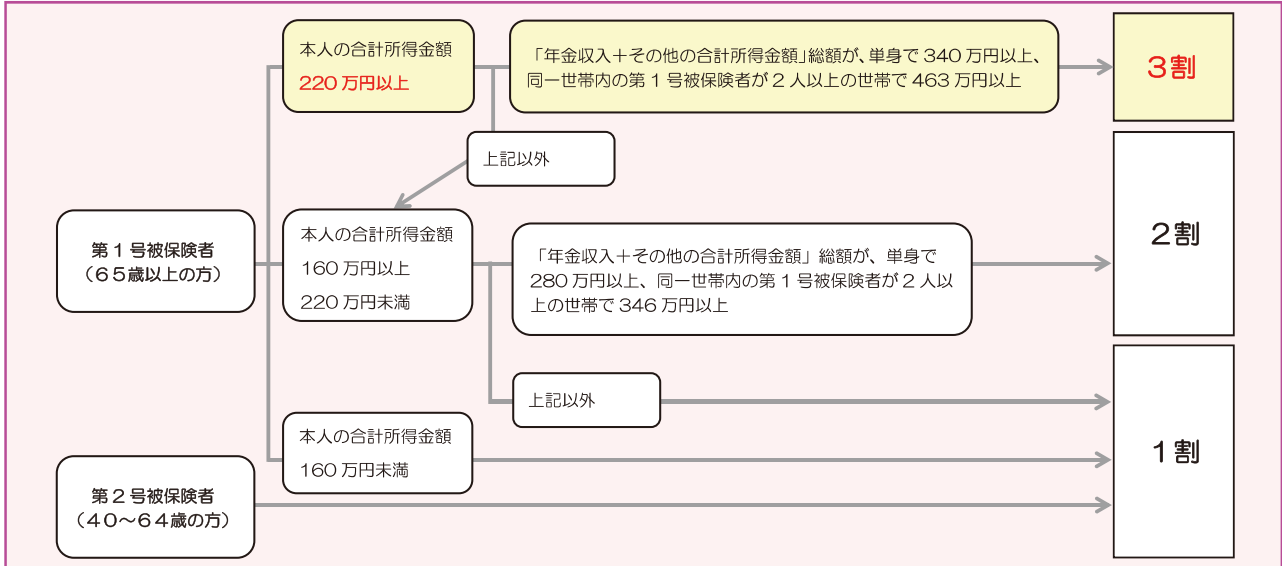
### ○「共生型サービス」が創設されました

高齢者と障害児者が同じ事業者でサービスを受けやすくするため、介護保険と障害福祉の両方の制度に、新たに「共生型サービス」が位置付けられました。

平成30年8月から

〇2割負担の方の中で特に所得の高い方はサービスを利用したときの負担割合が3割になります

介護保険制度を維持継続するとともに、公平な負担を実現するために、これまで自己負担が2割だった方のうち、特に所得の高い方の負担割合が3割に変更されます。



あなたの負担割合は？

要介護認定をお持ちの方に、負担割合（1割～3割）が記載された負担割合証をお届けしますので、サービスを利用の際は、事業所にご提示ください。負担割合は、前年の所得により決定し、負担割合証を毎年7月下旬に交付します（有効期限は8月1日～翌年7月31日です）。

〇70歳以上の方の高額医療合算介護サービス費の自己負担限度額が変更となります

1年間（8月1日～翌年7月31日）に支払った医療保険と介護保険の合計額が一定の上限額を超えた場合、超えた分が支給される「高額医療・高額介護合算制度」において、70歳以上の世帯の自己負担限度額が変更となります。

《自己負担限度額（年額：8月～翌年7月）》

70歳未満の世帯（変更なし）

所得区分	自己負担限度額
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
市民税非課税世帯	34万円

70歳以上の世帯

所得区分		変更前	変更後 (平成30年8月～)
課税所得690万円以上の方		67万円	212万円
課税所得380万円以上の方			141万円
課税所得145万円以上の方			67万円
一般（市民税課税世帯の方）		56万円	56万円
低所得者 (非課税世帯)	Ⅱ（下記以外の方）	31万円	31万円
	Ⅰ（世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに所得が0円になる方）	19万円	19万円

平成30年10月から

〇福祉用具貸与について全国平均貸与価格が公表されます

福祉用具貸与の価格の適正化のため、国が商品ごとの全国平均貸与価格を公表して、貸与価格の上限を設定します。利用者にとっては、安心して福祉用具をレンタルできるようになります。



介護保険料～介護保険料は大切な財源です 忘れずに納めましょう～



◎平成30年度～32年度の65歳以上の方の介護保険料

第7期事業計画では、高齢者の人口増加に伴う給付費の増加等を見込み、介護保険料を算定しました。  
平成30年度～32年度の青梅市の介護保険料基準額は、年額60,000円となっています。

$$\text{基準額の算出方法} \quad \text{基準額 (年額) 60,000円} = \text{青梅市に必要な介護サービスの総額} \times \text{65歳以上の方の負担分 (約23\%)} \div \text{青梅市の65歳以上の方 (第1号被保険者) の人数}$$

介護保険料はこの「基準額」をもとに、所得などに応じて13段階に分かれています。

所得段階	対象となる方	保険料率	保険料 (年額)	第6期との差 (年増額)
第1段階	・生活保護を受給している方	基準額×0.40	24,000円 (※1)	1,000円
	・老齢福祉年金の受給者で世帯全員が市民税非課税の方			
第2段階	・世帯全員が市民税非課税の方で課税年金収入額+合計所得金額 (※2) が80万円以下の方	基準額×0.66	39,600円	1,600円
	・世帯全員が市民税非課税の方で課税年金収入額+合計所得金額が80万円を超え、120万円以下の方			
第3段階	・世帯全員が市民税非課税の方で課税年金収入額+合計所得金額が120万円を超える方	基準額×0.70	42,000円	1,700円
第4段階	・本人は市民税非課税であるが、世帯員に市民税課税者がある方で課税年金収入額+合計所得金額が80万円以下の方	基準額×0.85	51,000円	2,000円
第5段階	・本人は市民税非課税であるが、世帯員に市民税課税者がある方で課税年金収入額+合計所得金額が80万円を超える方	基準額	60,000円	2,400円
第6段階	・市民税本人課税の方で前年の合計所得金額が120万円未満の方	基準額×1.11	66,600円	2,700円
第7段階	・市民税本人課税の方で前年の合計所得金額が120万円以上200万円未満の方	基準額×1.32	79,200円	3,200円
第8段階	・市民税本人課税の方で前年の合計所得金額が200万円以上300万円未満の方	基準額×1.63	97,800円	3,900円
第9段階	・市民税本人課税の方で前年の合計所得金額が300万円以上400万円未満の方	基準額×1.66	99,600円	4,000円
第10段階	・市民税本人課税の方で前年の合計所得金額が400万円以上600万円未満の方	基準額×1.90	114,000円	4,600円
第11段階	・市民税本人課税の方で前年の合計所得金額が600万円以上800万円未満の方	基準額×2.08	124,800円	5,000円
第12段階	・市民税本人課税の方で前年の合計所得金額が800万円以上1,000万円未満の方	基準額×2.20	132,000円	5,300円
第13段階	・市民税本人課税の方で前年の合計所得金額が1,000万円以上の方	基準額×2.35	141,000円	5,600円

※1 第1段階の年間保険料は、軽減後の額です。軽減前は27,000円です。

※2 合計所得金額とは、その年の収入金額から必要経費を差し引いたもので、基礎控除や社会保険料等を控除する前の金額です。なお、法改正に伴い、平成30年度からは合計所得金額から長期・短期譲渡所得の特別控除額を控除した後の金額が適用されます。また、第1～5段階においては年金所得（公的年金収入から公的年金等控除額を除いた額）を控除した額となります。

○介護保険料は前年の所得等により毎年7月に決定します。

7月中旬に介護保険料納入通知書を送付しますので、介護保険料や納め方については通知をご確認ください。

- 年金が年額18万円以上の方 ➡ 年金から天引きになります。（特別徴収）  
特別徴収対象の方でも、一時的に納付書で納める場合があります。（年度途中で65歳になった方など）
- 年金が年額18万円未満の方 ➡ 納付書により取り扱い金融機関やコンビニなどで納めます。（普通徴収）  
納付書払いの方は口座振替が便利です。

○保険料の納め忘れにご注意ください。

保険料の納付が滞ると、要介護要支援認定時に次の滞納期間に応じて給付の制限が行われます。

- 1年以上…サービス利用時の支払い方法の変更
- 1年6か月以上…保険給付の一時差し止め、差し止め額から滞納保険料に充当
- 2年以上…利用者負担割合の引き上げや、高額介護サービス費の支給停止

◎40歳～64歳の方（第2号被保険者）の介護保険料は、加入している医療保険の算定方式により決まっています。

### 介護保険のサービスを利用するには？

介護（介護予防）サービスと介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）があります。総合事業は自ら要介護状態にならないよう予防していくことや、地域のみんなで支え合いながら住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように支援する制度で、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つの事業があります。



**日常生活上の困りごとなど相談** 介護や支援が必要になったと感じたら市役所（高齢介護課）や地域包括支援センターにご相談ください。

常時介護が必要と見込まれる場合  
40～64歳の方で特定の疾病の方は該当する場合があります。

介護予防・生活支援サービス等が必要な場合

体操教室等を希望する場合

**要介護認定申請**  
市役所（高齢介護課）の窓口申請してください。  
申請は本人や家族のほか、成年後見人、地域包括支援センターや省令で定められた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。

**基本チェックリストを受ける**  
日常生活に必要な生活機能が低下していないかなどについて25の質問項目で確認します。  
介護予防が必要かどうか、どんなサービスが必要かをチェックします。

**要介護認定**  
**訪問調査** 調査員が訪問し、心身の状況を調査します。  
**主治医の意見書** 主治医意見書の作成をかかりつけの医療機関に依頼してください。意見書は主治医から市へ提出されます。  
**審査・判定** 訪問調査と主治医意見書をもとに、専門家による介護認定審査会で審査・判定します。



**認定結果の通知**  
原則として申請から30日以内に、市から認定結果通知書と結果を記載した保険証が届きます。

**事業対象者**

非該当

**要介護 1～5**

**要支援 1・2**

**非該当**

**介護（介護予防）サービス（①へ）**  
・在宅でサービスを利用  
要介護の方は居宅介護支援事業者と、要支援の方は地域包括支援センターと契約し、サービスの利用計画（ケアプラン）を作成します。  
・施設入所を希望（要介護1～5の方のみ）  
入所を希望する施設に直接申し込みます。入所した施設でサービスの利用計画（ケアプラン）を作成します。

**介護予防・生活支援サービス（②へ）**  
地域包括支援センターの職員等とサービスの必要性や効果を相談して、サービスの利用計画（ケアプラン）を作成します。



**一般介護予防事業（65歳以上のすべての方が利用可能）（③へ）**

## 介護保険で利用できる介護（介護予防）サービス

### ① 介護（介護予防）サービス（要介護1～5、要支援1・2）

#### 居宅サービス

自宅にいる方が受けられるサービスです。さまざまな種類があり、状況に合わせて複数のサービスを組み合わせて利用できます。

利用できる方…要介護1～5、要支援1・2

- 自宅での日常生活の手助け
  - ◆ 訪問介護（ホームヘルプ）
- 訪問してもらい利用するサービス
  - ◆ 訪問入浴介護 ◆ 訪問リハビリテーション
- 医師の指導のもとでの助言、管理サービス
  - ◆ 訪問看護 ◆ 居宅療養管理指導
- 施設に通って利用するサービス
  - ◆ 通所介護（デイサービス） ◆ 通所リハビリテーション（デイケア）
- 介護付有料老人ホーム等に入居している方が利用するサービス
  - ◆ 特定施設入居者生活介護
- 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）
  - ◆ 短期入所療養介護（医療型ショートステイ）
- 福祉用具の利用や住宅改修
  - ◆ 福祉用具貸与 ◆ 特定福祉用具購入 ◆ 住宅改修費支給

介護保険で利用できる額には上限があります

要介護度に応じて利用できる上限額（支給限度額）が決められています。上限を超えてサービスを利用した場合、超過分は全額利用者の負担となります。



※要支援認定で訪問型サービス（ホームヘルプサービス）と通所型サービス（デイサービス）のみを利用する場合は②へ

#### 施設サービス

施設に入所して受けるサービスです。目的や心身の状況によって、次の4種類があります。

利用できる方…要介護1～5

- |                   |                                     |
|-------------------|-------------------------------------|
| ● 日常生活の支援をしてほしい   | ◆ 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）※原則として要介護3以上の方 |
| ● 介護やリハビリを受けたい    | ◆ 介護老人保健施設（老人保健施設）                  |
| ● 医療を中心とした介護を受けたい | ◆ 介護療養型医療施設                         |
| ● 医療と介護を一体的に受けたい  | ◆ 介護医療院（現在青梅市内に該当施設はありません）          |



ショートステイや施設サービスを利用したとき（負担限度額認定）

ショートステイや施設サービスを利用した場合の、居住費・食費・日常生活費・医療費（介護療養型医療施設の場合）の自己負担のうち、居住費・食費については、市民税や年金収入、資産の状況等に応じて4段階に区分されており、申請により軽減される場合があります。

#### 地域密着型サービス

住み慣れた自宅や地域での生活を継続できるように、利用者の地域において良質なサービスを提供します。市民の方のみ利用できます。

利用できる方…要介護1～5、要支援1・2

- 通所・訪問・宿泊を組み合わせて利用するサービス ◆ 小規模多機能型居宅介護
- 小規模多機能型居宅介護と看護を組み合わせて利用するサービス
  - ◆ 看護小規模多機能型居宅介護（要介護1以上の方）
- 認知症高齢者が共同生活できるサービス
  - ◆ 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）（要支援2以上の方）
- 認知症高齢者が施設に通って利用するサービス
  - ◆ 認知症対応型通所介護
- 定員18人以下の小規模な通所介護（デイサービス）
  - ◆ 地域密着型通所介護



自己負担が高額になったとき  
（高額介護サービス費・高額医療合算介護サービス費の支給）

同じ世帯内で、同じ月に利用したサービスの利用者負担額の合計額が高額になり一定額を超えたときは、所得などに応じて申請により超えた分が支給されます。さらに、1年間の医療保険と介護保険を合算し、負担を軽減する「高額医療・高齢介護合算療養費制度」もあります。

※該当者には申請書を送付します。

## ② 介護予防・生活支援サービス（要支援1・2、事業対象者）

介護予防・生活支援サービス事業と一般介護予防事業を合わせて「新しい総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）」と呼びます。新しい総合事業は、高齢者の介護予防と高齢者が安心して自立した日常生活を送るための支援をすることなどを目的としています。

### 家事援助や身体介護を行うサービス

ホームヘルパー等が訪問し、身体介護（入浴や排せつの介助等）や家事援助（掃除や洗濯、買い物等）の支援を行います。

#### ●現行相当サービス

ホームヘルパー（有資格者）が訪問し、身体介護や家事援助を行います。



#### ●家事支援に特化したサービス

ホームヘルパー（有資格者）が訪問し、身体状況を確認しながら家事援助を行います。



#### ●おうめ生活サポーターサービス

おうめ生活サポーター（市が実施する一定の研修修了者）が訪問し、家事援助を行います。



### 運動などによる生活機能向上のためのサービス

通所介護施設（デイサービスセンター）等で、生活機能向上のための体操やレクリエーションなどの集団活動のサービス提供を行います。

#### ●現行相当サービス

生活機能向上のための体操や食事、入浴等の提供を行います。



#### ●軽度者向けの通所サービス

生活機能を維持するための軽体操やレクリエーション、閉じこもり防止のための集団活動を行います。

#### ●筋力向上トレーニングサービス

機能訓練指導員による運動指導やマシンなどを使った筋力向上のための運動を行います。  
利用期間は3か月となります。



#### ●柔道整復師会接骨院・整骨院によるサービス

柔道整復師による運動指導や日常生活動作の改善に向けた運動を行います。利用期間は3か月となります。  
必要に応じてさらに3か月（月1回程度）実施します。  
※「訪問」は、地理的条件などにより通えない方が対象となります。

## ③ 一般介護予防事業

65歳以上のすべての方がご利用いただけます。各講座や講演会の開催は広報おうめ等でお知らせします。

### 健康寿命を延ばすための教室

自立した生活を長く続けられるよう、正しい生活習慣を身に付けるために、運動、口腔、栄養について学ぶ教室です。



### 介護予防講演会

健康を維持し、いつまでも自分らしく元気であるために、医師等の専門家を講師に招き、介護予防に関する正しい知識を得る機会を設けています。

### 介護予防リーダーの養成

ボランティアとして地域の高齢者の体操教室等、住民主体の集いの場の立ち上げを目的として介護予防リーダーの養成を行っています。

たくさんのリーダーが自分たちの地域を元気にしようと活躍しています。養成講座を受講し、自分の地域を元気にしてみませんか？



介護予防リーダーがそれぞれの地域で体操教室などを開催しています。詳細は、担当地域包括支援センターにお問い合わせください。

### 梅っこ体操【青梅市介護予防オリジナル体操】

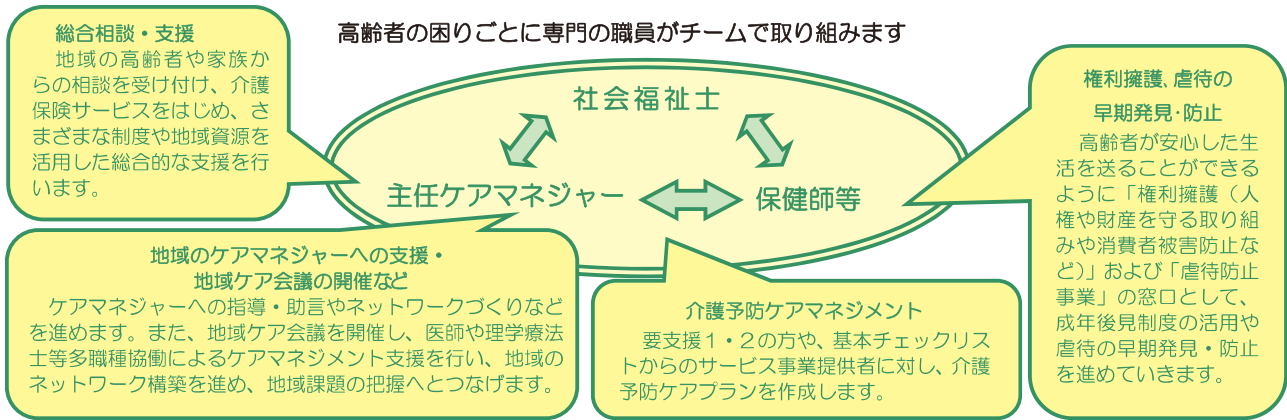
青梅市介護予防オリジナル体操「梅っこ体操」は、青梅市民の歌を歌いながら身体を動かす体操です。体操の振り付けや歌を覚えていただくよう、DVDを市役所高齢介護課および青梅市中央図書館で貸し出しています。また、高齢介護課では、体操の解説付きパンフレットの配布や、青梅市民の歌のCDの貸し出しも行っていきます。



梅っこ体操講習会も開催しています。希望があれば、出前講座も受け付けています。

地域包括支援センターにご相談ください！

市では高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で安心した生活が続けられるように、介護・保健・福祉などのさまざまな相談に応じる地域の拠点として、3か所の「地域包括支援センター」を設置しています。



生活圏域	名称	所在地	電話番号	担当地区
第1地区	青梅市地域包括支援センター	東青梅1-11-1 (青梅市高齢介護課内)	22-1111	勝沼、西分町、住江町、本町、仲町、上町、森下町、裏宿町、天ヶ瀬町、滝ノ上町、大柳町、日向和田、東青梅、根ヶ布、師岡町
第2地区	青梅市地域包括支援センター うめその	駒木町3-594-1 (メディアケア梅の園内)	24-2882	駒木町、長淵、友田町、千ヶ瀬町、畑中、和田町、梅郷、柚木町、二俣尾、沢井、御岳本町、御岳、御岳山、河辺町
第3地区	青梅市地域包括支援センター すえひろ	末広町1-4-5 (青梅すえひろ苑内)	33-4477	吹上、野上町、大門、塩船、谷野、木野下、今寺、富岡、小曾木、黒沢、成木、新町、末広町、藤橋、今井

あなたの周りにこんな高齢者はいませんか？

これって虐待？  
地域には必要な支援をうけることができずに、人権、生活、健康などが守られていない高齢者がいます。大きな問題が発生する前に支援するためには、地域住民の皆さんからの情報提供が不可欠です。思い当たる高齢者に気づいた場合には、地域包括支援センターへご連絡ください。



- ・暴力を受けている、とられる、年金を取られるなどと訴えている
- ・服装が不自然なまま外出している
- ・最近、不自然なあざが多くなった
- ・顔色が悪く、やせてきた気がする
- ・家の中から大声でどなる声が聞こえる
- ・介護が必要なのに、サービスを利用していない

○家族介護教室にご参加ください

高齢者を介護しているご家族等を対象に、介護方法や介護予防、健康づくりなどに役立つ家族介護教室を開催しています。開催情報は広報おうめ等でお知らせします。

○介護サービス相談員派遣事業

市の介護サービス相談員が介護保険施設または介護サービス利用者の居宅を訪問し、介護サービス利用者等の話を聞き、相談に応じて、疑問や不満、不安の解消を図っています。

○介護保険についてもっと知りたい方へ

各種パンフレットをご用意しています。高齢介護課で配布しているほか、市ホームページでもご覧いただけます。

- 介護保険制度について知りたい  
「あしたも笑顔介護保険」
- 市内のサービス事業者を知りたい  
「介護保険サービス提供事業者一覧」
- みんなで支える老後の安心 介護保険
- 介護保険以外の高齢者施策について知りたい  
「高齢者の暮らしの手引き」
- 認知症について知りたい  
「青梅市認知症支援ガイドブック」

○介護保険制度やその他高齢者施策についての問い合わせ

青梅市高齢介護課 電話 0428-22-1111 (代表)

- 介護サービスに関すること …介護保険管理係
- 介護保険料に関すること …介護保険料係
- 要介護認定に関すること …認定係
- 地域包括支援センター・介護予防に関すること …包括支援係
- 介護保険以外の高齢者施策に関すること …高齢者支援係

※平成30年度から介護保険料の納付に関する事は収納課に変更となりました。

