2026
年度版

介護保険と高齢者福祉サービスガイドブック

目次

介護保険制度の仕組み・・・・・・・・・・・・・ p.1
介護保険料について・・・・・・・・・・・・・・ p.2
介護予防・日常生活支援総合事業と介護保険サービス・・・・・・・・・・・ p.4
要介護・要支援認定を受けるための流れ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p.7
利用できる介護保険サービス・・・・・・・p.10
介護サービスの利用者負担・・・・・・・・・p.15
介護予防・日常生活支援総合事業・・・ p.18
地域包括支援センターとは・・・・・・・・・p.22
認知症サポート・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・p.25
高齢者福祉各種支援・・・・・・・・・・・・・・ p.27
介護保険Q＆A・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・p.32

問い合わせ先

鶴岡市健康福祉部長寿介護課・地域包括ケア推進課
〒997-8601　山形県鶴岡市馬場町9番25号
TEL 0235-25-2111（代表）
TEL 0235-35-1289（長寿介護課直通）
TEL 0235-29-4180（地域包括ケア推進課直通）
FAX 0235-29-5658（共通）

各地域庁舎
藤島庁舎地域づくり推進課　TEL 0235-64-5806（直通）
羽黒庁舎地域づくり推進課　TEL 0235-26-8774（直通）
櫛引庁舎地域づくり推進課　TEL 0235-57-2116（直通）
朝日庁舎地域づくり推進課　TEL 0235-53-2115（直通）
温海庁舎地域づくり推進課　TEL 0235-43-4613（直通）

介護保険制度の仕組み

介護保険加入者（被保険者）

年齢で二種類の被保険者に分かれます。

●保険料を納める
●要介護・要支援認定の申請
●サービスを利用し、費用（利用者負担割合分）を支払う

65歳以上（第1号被保険者）の方

要支援・要介護状態に当たると認定を受けた場合にサービス利用ができます。介護が必要となった原因は問われません。

公的な医療保険に加入している40～64歳（第2号被保険者）の方

老化が原因とされる16種類の病気（特定疾病）により要支援・要介護状態になったと認定を受けた場合、サービスが利用できます。

相談　支援

●被保険者証・負担割合証の交付●認定結果通知

●相談●保険料を納める●介護認定申請

●サービスの提供●費用の1～3割を請求

●サービスを利用●費用の1～3割を支払う

地域包括支援センター

高齢者が地域で生活できるよう支援する拠点

●本人や家族等から相談を受け、内容に応じて支援

介護支援専門員（ケアマネジャー）

介護サービスの相談窓口となる介護の専門家

●依頼を受けてケアプランを作成
●サービスに関する相談を受け支援

連携

連絡調整

鶴岡市（保険者）

主な役割

●第1号被保険者の介護保険料の算定・徴収
●被保険者証・負担割合証の交付
●要介護・要支援認定
●保険給付　　など

請求

支払

鶴岡市（保険者）が介護サービス費用の7～9割を支払う

介護サービス・介護予防サービス提供事業者

利用者に合った介護サービスを提供

●在宅サービス
●地域密着型サービス
●施設サービス　　など
（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）

◆特定疾病とは…加齢による心身の変化に起因すると考えられる下記の16種類が指定されています。

- がん（※）
- 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
- 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
- 脳血管疾患
- 閉塞性動脈硬化症
- 慢性閉塞性肺疾患
- 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

（※）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。

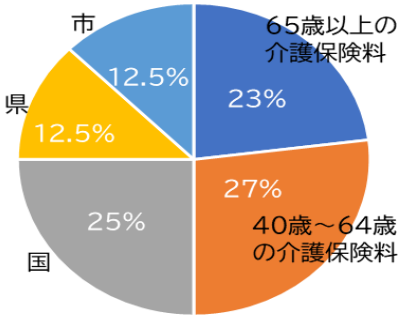
介護保険料について

65歳以上の方の保険料設定の仕組み

介護保険事業に要する費用（※1）	×	65歳以上の方の負担割合（23%）	÷	65歳以上の方の人数（※2）	÷	12ヶ月	▶	保険料の基準額

（※1）保険給付費、地域支援事業費で、事業運営のための事務経費は含みません。
（※2）所得等の分布状況により補正した後の数値を使用します。

介護保険の財源構成



介護保険は、社会全体で支えることを目的に保険料を負担し、介護が必要になった方々に介護サービスを提供する仕組みです。
介護保険の財源は、国や自治体が負担する公費と、40歳以上の方が負担する保険料で半分ずつとなっています。

所得段階	市民税課税状況		対象要件	年額	摘要
	世帯	本人			
第1段階	非課税	非課税	・生活保護受給 ・老齢福祉年金受給 ・課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円以下	22,500円	基準額×0.285
第2段階	非課税	非課税	・課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円を超えて120万円以下	38,290円	基準額×0.485
第3段階	非課税	非課税	・課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円を超える	54,090円	基準額×0.685
第4段階	課税	非課税	・課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円以下	71,060円	基準額×0.9
第5段階	課税	非課税	・課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円を超える	78,960円	【基準額】78,960円
第6段階		課税	・合計所得金額が120万円未満	94,750円	基準額×1.2
第7段階		課税	・合計所得金額が120万円以上210万円未満	102,640円	基準額×1.3
第8段階		課税	・合計所得金額が210万円以上320万円未満	118,440円	基準額×1.5
第9段階		課税	・合計所得金額が320万円以上420万円未満	134,230円	基準額×1.7
第10段階		課税	・合計所得金額が420万円以上520万円未満	150,020円	基準額×1.9
第11段階		課税	・合計所得金額が520万円以上620万円未満	165,810円	基準額×2.1
第12段階		課税	・合計所得金額が620万円以上720万円未満	181,600円	基準額×2.3
第13段階		課税	・合計所得金額が720万円以上	189,500円	基準額×2.4

◆老齢福祉年金
国民皆年金制度が創設された時点で、すでに50歳を超えていた人などに支給された特例的な年金を指し、老齢基礎年金や老齢厚生年金などとは異なります。
◆合計所得金額
収入金額から給与所得控除や公的年金等控除などの必要経費を控除した額のことで、扶養控除や医療費控除をする前の金額です。課税年金収入額には、遺族・障害年金などの非課税年金は含みません。本人が市民税非課税の場合、公的年金等に係る雑所得を控除した金額を用います。本人が市民税非課税で、合計所得金額に給与所得を含む場合、給与所得は給与収入から給与所得控除額を控除した額（給与所得と年金収入に係る所得がある方の所得金額調整控除が行われている場合は、その控除前の額）から10万円を控除した金額です（該当額が0未満の場合は0）。

介護保険料の納め方

保険料の納め方は、年金額によって特別徴収と普通徴収の2種類の方法に分かれます。なお、保険料の納め方を個人で選択することはできません。

老齢（退職）年金、障害年金、遺族年金が
年額18万円以上の方

▼

年金から天引き
（特別徴収）

年に6回（偶数月）支給される年金から、介護保険料があらかじめ差し引かれます。

老齢（退職）年金、障害年金、遺族年金が
年額18万円未満の方

▼

納付書または口座振替で納付
（普通徴収）

送付される納入通知書に基づいて、保険料を納めます。納入通知書は毎年7月に送付しますので、7月から翌年2月までの8回に分けて納付していただきます。

年度の途中で65歳になられた方の保険料

65歳になられた日（誕生日の前日）が含まれる月の分から月割で計算します。
また、年額18万円以上の年金を受けられる方でも、特別徴収に切り替わるまで一定期間は普通徴収で納めていただくことになります。65歳になられた日が含まれる月の翌月中旬（ただし、4、5月に65歳になられた方については、7月）に納入通知書をお送りしますので、特別徴収に切り替わるまでは金融機関等の窓口、または口座振替で納めてください。

保険料を納めないでいると

保険料を納めないでいると、滞納していた期間に応じて保険給付が制限される場合があります。介護が必要になったときのため、そして介護保険制度の健全な運営のために、保険料は納め忘れないようにしましょう。

●納期限を過ぎると…督促が行われます。
●1年以上滞納すると…サービスを利用したときの費用がいったん全額自己負担になります。
●1年6カ月以上滞納すると…保険給付が一時差し止めになります。さらに滞納が続くと、保険給付から滞納保険料が差し引かれます。
●2年以上滞納すると…滞納期間に応じて、一定期間の利用者負担が3割（※）に引き上げられます。また、高額介護（予防）サービス費、高額医療合算介護（予防）サービス費、特定入所者介護（予防）サービス費も支給されません。

保険料の納付が困難なときは

災害などのやむを得ない事情等、一定の要件に該当する場合は、保険料の減免や徴収猶予を受けられることがあります。また、生活困窮などで一度に支払うことが難しい場合は、分割して納付することもできます。納付が難しい時は、担当までご相談ください。

●納付のご相談は…鶴岡市役所納税課
●保険料の内容のお問い合わせは…鶴岡市役所長寿介護課または各地域庁舎地域づくり推進課

介護予防・日常生活支援総合事業と介護保険サービス

介護保険制度は、何歳になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための「助け合いのしくみ」です。

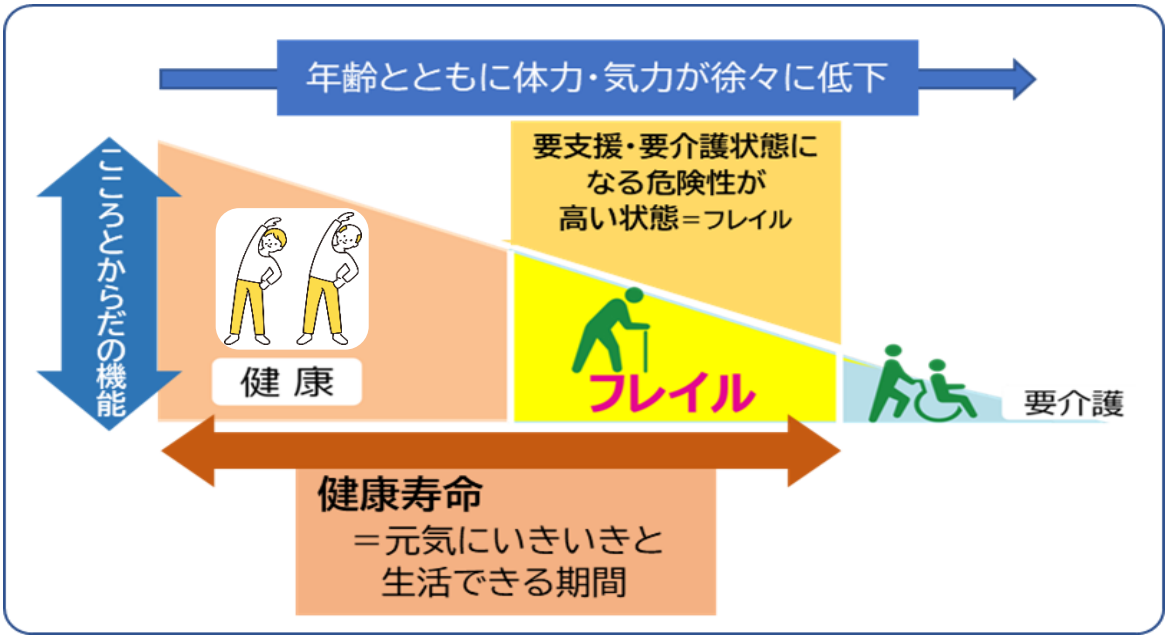
この制度には、心身の状態や介護の状況に応じて、介護予防・日常生活支援総合事業と介護保険サービスがあります。

たとえば、最近少し弱ってきた、今までできていたことができなくなってきた･･･と感じたり、介護やお世話が必要になった･･･などのようなときに、フレイルの予防・改善をとおして「元気な暮らしを取り戻すための支援」や生活機能を維持しながら「介護が必要な生活動作をサポートをするサービス」などがあります。

そして、一人ひとりが介護保険制度を適切に利用することは、「介護保険制度の安定」と「安心して暮らし続けるられる未来」につながります。

これからも元気で過ごすために知っておきたい「フレイルのこと・予防できること」

フレイルとは！　こころやからだの機能が低下することによって要介護状態になる危険性が高まっている状態



フレイルについて知っておこう！

①フレイルは「予防・先送り」が大事
②早く気づき・早めの手立て・相談を！

介護予防・日常生活支援総合事業と介護保険サービス

こんなときは、地域包括支援センター、市役所・各地域庁舎の窓口にご相談ください

生活の中で
できないことや困りごとがある

介護やお世話が必要になった

心身の状態、生活状況を確認してみましょう

- □一人で歩くことができない
- □一人で食事をすることができない
- □一人でトイレで排せつすることができない
- □物忘れが進行し、日常生活に支障がある

4つの項目に、
☑がつかない場合は、
介護予防・日常生活支援総合事業の利用の検討をお勧めします。

4つの項目のうち、
ひとつでも☑がつく場合は、
介護サービスの利用の検討をお勧めします。

どのようなことで困っているのか
ご本人の生活について聞き取りします

- ●一人で家のお風呂に入れない
- ●台所に立っているのがしんどくなり、食事の支度ができなくなった
- ●入院をきっかけに体力や筋力が落ちて、退院したが元の生活に戻れない　など

↓

**元気な生活を取り戻すために
サポートします**

進行性疾患や悪性疾患がある…など

心身や生活機能の状況に変化や改善が見込まれる場合

手術後間もない、退院直後…など

要介護・要支援認定の申請

本人または家族が、市役所または各地域庁舎に申請します。
郵送申請のほか、地域包括支援センター・居宅介護支援事業者（ケアマネジメント実施機関）・介護保険施設による代行申請もできます。

要介護・要支援認定

非該当

基本チェックリスト（6頁参照）**による判定**
心身の状態や生活機能を確認します

自立した生活が
送れる方

基本チェックリストの判定基準に該当した方
（事業対象者）

要支援

要介護

**一般介護予防事業を
お勧めします**

【例】いきいき百歳体操やお住まいの地域で開催する健康講座など

19ページへ

**元気な生活を取り戻すために
サポートする事業をお勧めします**

【例】作業療法士・理学療法士の訪問アドバイスや短期間、集中的に取り組むリハビリテーションなど

介護予防
サービス
10ページへ

介護
サービス
10ページへ

基本チェックリストとは…

基本チェックリストは、介護予防の視点から生活機能に関する確認を行うためのものです。
総合事業のサービス・活動事業（介護予防・生活支援サービス事業）の利用対象者の判定にも用いられます。

No.	質問項目（右の回答欄のいずれかに○をつけてください）	回答欄	
1	バスや電車で一人で外出していますか	はい	いいえ
2	日用品の買い物をしていますか	はい	いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	はい	いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	はい	いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	はい	いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか	はい	いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい	いいえ
8	15分くらい続けて歩いていますか	はい	いいえ
9	この一年間に転んだことはありますか	はい	いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	はい	いいえ
11	6カ月間で2～3㎏以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ
12	身長　　㎝／体重　　㎏（BMI＝　　）		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい	いいえ
15	口の渇きが気になりますか	はい	いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	はい	いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい	いいえ
18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあると言われますか	はい	いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい	いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	はい	いいえ
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ
22	（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい	いいえ
23	（ここ2週間）以前は楽に出来ていたことが今はおっくうに感じられる	はい	いいえ
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ
25	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ

（注）BMI＝体重（㎏）÷身長（m）÷身長（m）が18.5未満の場合に該当とする

No.1～25の質問は、項目によって運動器機能や口腔機能、認知機能、抑うつ状態など、心身の状態や生活機能を確認することができます。
総合事業の利用対象者の判定についてや介護予防・生活支援サービスの利用などについてお知りになりたい方は、市役所地域包括ケア推進課またはお住いの地域包括支援センターにご相談ください。

要介護・要支援認定を受けるための流れ

①申請	介護(予防)サービスが必要になったら地域包括支援センター、市役所、各地域庁舎に申請をします。

● 介護(予防)サービスを利用するには、要介護・要支援認定を受けることが必要です。

Q1. 申請は誰でもできますか？

A1. 申請は、本人または家族のほか、地域包括支援センター、居宅介護支援事業者や介護保険施設に代行してもらうこともできます。

Q2. 現在、入院中でも申請できますか？

A2. 退院後に在宅で介護(予防)サービスを利用する場合や、介護保険施設等への入所を希望する場合に申請できます。ただし、申請後に行う介護認定調査はご本人が安定した状態で行うこととなっているため、入院直後の申請は本人の状態が安定せず調査が行えない場合があります。その分認定結果が出るのも遅くなりますので、調査が出来る状態になってからご申請ください。

● 手続きに必要な添付書類等

1．65歳以上の方…介護保険被保険者証　※紛失した方はお申し出ください。

2．40歳から64歳の方…医療保険の資格情報がわかる書類(※)、特定疾病の確認(1ページ参照)

(※) マイナポータルからダウンロードした「医療保険の資格情報画面」
マイナポータルにアクセスした「医療保険の被保険者資格情報画面」
医療保険者が発行する「資格情報のお知らせ」
医療保険者が発行する「資格確認書」等　※ご不明な方は長寿介護課へご連絡ください。

▼

②-1 訪問調査

● 認定調査員が自宅等を訪問して、本人や家族に心身の状況などについて伺います。
調査日の日程調整は電話で行います。下記の番号からご連絡しますのでご対応をお願いします。

TEL: 0235-26-0039
0235-35-1289

※ 調査員は市の職員や市の委託を受けた介護支援専門員です。

②-2 主治医意見書

● 市から主治医に意見書の作成を依頼します。

※ 介護を受ける直接の原因となった傷病や心身の状態について意見書を作成していただきます。いくつかの医者にかかっている方は、より介護が必要な状況についてわかっている主治医をお選びください。

※ 認定申請後、主治医へ申請したことをお伝えください。意見書作成のために診察が必要です。定期予約を待たず、受診について相談してください。
また、介護認定のための診察は通常より時間がかかります。事前にお電話してから行くことをお勧めします。

▼

③審査・判定	保健・医療・福祉の専門家である委員で構成された介護認定審査会で、必要な介護の度合いを総合的に判断します。

● 基本調査項目や主治医意見書の情報をもとに、コンピュータによる判定(一次判定)が行われ、その結果と特記事項、主治医意見書をもとに「介護認定審査会」で審査し、要介護状態区分が判定(二次判定)されます。

▼

④認定	認定結果と介護保険被保険者証が届きます。

● 介護認定審査会の結果に基づき、要介護状態区分を認定します。原則として申請から30日以内に認定結果をお送りします（延期する場合は通知します）。

要支援1	日常生活はほぼ自分でできるが、身の回り動作の一部（立ち上がりや片足での立位保持など）に部分的支援が必要。
要支援2	著しい認知機能の低下がなく、心身の状態は安定しているが、日常生活に部分的な支援が必要。
要介護1	心身の状態が安定していないか、認知機能の低下により、排せつや入浴などに部分的な介助が必要。
要介護2	自力での立ち上がりや歩行が困難。排せつ・入浴などの一部またはすべてに介助が必要。いくつかの問題行動の出現や理解の低下が見られることもある。
要介護3	立ち上がりや歩行などが自力ではできない。排せつ・入浴・衣服の着脱など全面的な介助が必要。いくつかの問題行動の出現や理解の低下が見られることもある。
要介護4	日常生活能力の低下が見られ、排せつ・入浴・衣服の着脱など全般的に全面的な介助が必要。多くの問題行動が出現する場合もあり、その場合には全般的な理解の低下が見られる。
要介護5	日常生活全般において全面的な介助が必要であり、意思の伝達も困難。
非該当	希望者は基本チェックリストを活用できます。

Q. 認定結果が出るまで、介護サービスの利用はできないのですか？

A. 認定申請後、急な心身の状態の変化により介護保険のサービスが必要になった場合は、認定を受ける前にサービス利用が可能な場合があります。地域包括支援センターや居宅介護支援事業所へご相談ください。
ただし、認定結果が非該当であった場合や、想定よりも要介護度が低く利用限度額を超えた場合は、その費用については全額自己負担となります。

ケアプラン作成からサービス利用まで

事業対象者　要支援1～2

地域包括支援センター等にケアプランの作成を依頼
●心身の状態や環境・生活歴などから課題を分析します。
●お住まいの地域によって担当のセンターが決まっています。
※来所前に必ず事前連絡をお願いいたします。（詳細は23ページ参照）

ケアプランの作成
本人や家族とサービス担当者を含めて目標を達成するための具体策、利用サービスなどの支援メニューを決定します。

サービス事業所との契約や申込
（サービス担当者会議）

介護予防・生活支援サービス事業の利用開始
ケアプランに沿って**介護予防・生活支援サービス事業**を利用します。
（18ページ）

介護予防サービスの利用開始
ケアプランに沿って**介護予防サービス**および**介護予防・生活支援サービス事業**を利用します。
（18ページ）

要介護1～5と認定された方

在宅でサービスを利用したい

居宅介護支援事業所等にケアプランの作成を依頼
●居宅介護支援事業所等を選び、連絡します。
●担当の介護支援専門員（ケアマネジャー）が決まります。

ケアプランの作成
介護支援専門員（ケアマネジャー）と面接して生活上の課題等を把握し、状態の維持・改善を目指しサービス利用の原案を作った後、家族やサービス事業所と原案について検討します。サービスの種類、利用回数などを盛り込んだケアプランが作成され、同意により完成します。

サービス事業所と契約
（サービス担当者会議）

在宅サービスの利用開始
ケアプランに基づいて**在宅サービス**を利用します。
（10ページ）

施設に入所してサービスを利用したい

介護保険施設と契約
入所を希望する施設へ直接申し込みます。

ケアプランの作成
施設の介護支援専門員（ケアマネジャー）が本人に合ったケアプランを作成します。

施設サービスの利用開始
ケアプランに基づいて**施設サービス**を利用します。
（13ページ）

要介護・要支援認定は期間ごとに更新が必要です

要介護・要支援認定には有効期間（新規・区分変更申請は最長12ヶ月、更新申請は最長48ヶ月）があります。引き続きサービスを利用したい場合は、有効期間が終了する前に更新認定の申請をする必要があります。更新認定の申請は、現在の有効期間終了日の60日前から受付します。

利用できる介護保険サービス

※一部、介護予防・日常生活支援総合事業も含まれます。

介護保険のサービスには、家庭などで利用する「居宅サービス」と、住み慣れた地域での生活を支える「地域密着型サービス」、施設に入所して利用する「施設サービス」があります。介護支援専門員（ケアマネジャー）や地域包括支援センター職員と相談し、自分に合うサービスを選びましょう。

居宅サービス

居宅サービスは、要介護者・要支援者が現在の居宅に住んだまま提供を受けられるサービスで、「訪問サービス」「通所サービス」「短期入所サービス」「その他のサービス」に分類できます。

◆訪問サービス

訪問サービスは自宅で暮らす要介護者・要支援者をホームヘルパーなどが訪問して、買い物や掃除などの生活支援、食事や排せつなどの介護、健康管理や衛生管理指導などの看護、リハビリ・入浴などを提供するサービスです。

※施設や利用時間、利用サービス等によって費用の違いがあります。

訪問サービス	サービス内容	料金の目安（1回あたり）
訪問介護	ホームヘルパーが利用者の自宅に訪問して食事・排せつなどの身体介護や、買い物・掃除などの生活援助を行います。	① 要介護者 身体介護（30分以上1時間未満） 3,870円 生活援助（20分以上45分未満） 1,790円 通院等の為の乗降車介助 970円 ② 要支援者 サービス・活動事業（介護予防・生活支援サービス事業）で提供します。（19ページ）
訪問入浴介護	介護士、看護師などが利用者の自宅に訪問し、移動式浴槽を用いて入浴などを行います。	① 要介護者 12,660円 ② 要支援者 8,560円
訪問看護	看護師などが利用者の自宅に訪問して療養上の世話や必要な診療の補助などを行います。	① 要介護者 訪問看護ステーションの場合（30分未満） 4,710円 病院又は診療所の場合（〃） 3,990円 ② 要支援者 訪問看護ステーションの場合（〃） 4,510円 病院又は診療所の場合（〃） 3,820円
訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士が利用者の自宅に訪問してリハビリテーションの指導・支援などを行います。	① 要介護者 3,080円 ② 要支援者 2,980円
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、通院が難しい人の居宅を添削し、療養上の管理や指導を行います。	医師が行う場合（月2回まで） 5,150円 病院・診療所の薬剤師の場合（月2回まで） 5,660円 薬局の薬剤師の場合（月4回まで） 5,180円 事業所の管理栄養士が行う場合（月2回まで） 5,450円 事業所以外の管理栄養士が行う場合（月2回まで） 5,250円 歯科衛生士等の場合（月4回まで） 3,620円

◆通所サービス

通所サービスは自宅で暮らす要介護者・要支援者がデイサービスセンターなどに通い、食事や排せつなどの介護、健康管理や衛生管理指導などの看護、リハビリ・入浴などを提供するサービスです。
※施設や利用時間、利用サービス等によって費用の違いがあります。

通所サービス	サービス内容	料金の目安(1回あたり)
通所介護	デイサービスセンターなどに通い、食事、入浴や排せつの介助、リハビリやレクリエーションなどの提供を受けます。	① 要介護者 通常規模型で利用時間6～7時間の場合 5,840円～10,080円 ② 要支援者 サービス・活動事業(介護予防・生活支援サービス事業)で提供します。(19ページ)
通所リハビリテーション	介護老人保健施設などに通い、医師の指示に基づいた理学療法や作業療法などのリハビリテーションを行います。	① 要介護者 通常規模型・病院または診療所で利用時間6～7時間の場合 7,150円～12,900円 ② 要支援1(病院または診療所の場合)　22,680円 ③ 要支援2(病院または診療所の場合)　42,280円

◆短期入所サービス

短期入所サービスは要介護者・要支援者を一定期間施設に受け入れて、食事や排せつなどの介護、健康管理や衛生管理指導などの看護、リハビリ・入浴などを提供するサービスです。
※施設や要介護度、利用サービス等によって費用の違いがあります。

短期入所サービス	サービス内容	料金の目安(1日あたり)
短期入所生活介護 (特別養護老人ホーム)	施設に利用者が短期間宿泊し、食事や排せつの介助、リハビリなどの提供を受けます。	① 要介護者 (6,030円～10,280円+特別な介助費用)+食費+滞在費+日常生活費等 ② 要支援者 (4,510円～6,810円+特別な介助費用)+食費+滞在費+日常生活費等
短期入所療養介護 (介護老人保健施設等)		① 要介護者 (7,230円～14,210円+特別な介助費用)+食費+滞在費+日常生活費等 ② 要支援者 (4,970円～8,460円+特別な介助費用)+食費+滞在費+日常生活費等

◆その他のサービス

その他のサービス	サービス内容	料金の目安
特定施設入所者生活介護	有料老人ホーム等において、食事・排せつの介助や、リハビリなどの提供を受けます。	① 要介護者(1日あたり) 5,420円～8,130円 ② 要支援1(〃) 1,830円 ③ 要支援2(〃) 3,130円 ※ 施設の形態により費用が異なります。
福祉用具貸与	利用者が車いすや特殊ベッドなどの福祉用具をレンタルします。	実際に貸与した費用の1～3割が自己負担額 ◆ 貸与品目 車椅子、車椅子附属品、特殊寝台、特殊寝台附属品(マットレスなど)、床ずれ防止用具(エアーマットなど)、体位変換器、手すり、スロープ、歩行器、歩行補助杖、認知症老人徘徊感知機器、移動用リフト、自動排泄処理装置 ※ 要支援1～2、要介護1の方は、上記の品目のうち手すり、スロープ、歩行器、歩行補助杖以外のものは原則として保険給付の対象となりません。 ※ 自動排泄処理装置(尿のみを自動的に吸収する機能のものを除く)については、要介護2・3の方も原則として保険給付の対象となりません。
特定福祉用具購入費の支給	利用者が腰掛便座、特殊尿器、入浴補助用具などの福祉用具を購入した場合に支給します。	年間10万円の利用限度額内で、購入費の1～3割 ◆ 購入品目 腰掛便座、特殊尿器、入浴補助具、簡易浴槽、移動用リフトのつり具、スロープ、歩行器、歩行補助杖 ※ **指定業者以外の業者より購入した場合は支給の対象となりません。** **(注1)**
住宅改修費の支給	利用者の自宅に手すりの取り付け、段差の解消などの小規模な改修を実施した場合に支給します。	20万円の利用限度内で、改修費の1～3割 ◆ 改修内容 手すりの取り付け、段差の解消、滑り防止及び移動円滑化等の為の床又は通路面の材料の変更、引き戸への扉の取替、洋式便器等への便器の取替 **※改修前に必ずケアマネジャーへご相談ください。** **(注1)**
居宅介護支援／予防支援	ケアマネジャーが利用者と介護サービス事業者との調整を行い、利用者や家族の希望に沿ったケアプランを作成します。	自己負担額はありません(全額介護保険で負担)

(注1) 住宅改修費の支給については、購入時に利用者が全額負担する**償還払い**(後日、市から7～9割が利用者に給付されます)と、はじめから利用者が1～3割だけを負担する**受領委任払い(注2)**が選択できます。福祉用具購入費の支給については償還払いのみとなります。

(注2) 受領委任払いは、利用者が費用の1～3割分を事業所に支払い、残りの7～9割分は市が直接事業所に支払いを行うという制度です。詳しくは市役所介護保険担当窓口、又はケアマネジャーにご相談ください。

施設サービス

施設サービスは「特別養護老人ホーム」「介護老人保健施設」「介護医療院」に入所した要介護状態にある高齢者に対して提供されるサービスです。

特別養護老人ホームでは主に食事、排せつ、入浴などの介護が提供されるのに対して、介護老人保健施設、介護医療院では、医学管理下における介護やリハビリ、療養上の管理や看護などのサービスも提供されています。

※施設の形態により費用が異なります。

施設サービス	サービス内容	料金の目安(1日あたり)
介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	常時介護が必要で自宅での介護が困難な方が入所し、食事や排せつの介護、健康管理、療養上の世話などの提供を受けます。	● 原則として要介護3～5 (7,120円～10,150円+特別な介助費用)+食費+滞在費+日常生活費等
介護老人保健施設	病状が安定した方が入所し、リハビリを中心とした医療ケアや食事や排せつの看護などの提供を受けます。	● 原則として要介護1～5 (7,140円～12,520円+特別な介助費用)+食費+滞在費+日常生活費等
介護医療院	長期にわたり療養が必要な方が入所し、医療的ケアと介護の一体的な提供を受けます。	● 原則として要介護1～5 (7,210円～13,920円+特別な介助費用)+食費+滞在費+日常生活費等

地域密着型サービス

地域密着型サービスとは2005年に新設された制度で、高齢者が身近な地域で生活し続けられるように、事業所のある市町村の要介護者・要支援者に提供されるサービスです。

地域密着型では、訪問・通所・短期入所によるサービス、認知症の方向けのサービス、特定施設や介護保険施設におけるサービスなどが提供されており、「訪問・通所型」「認知症対応型」「施設・特定施設型」に分類できます。

◆訪問・通所サービス

地域密着型の訪問・通所型サービスでは、自宅で暮らす要介護者・要支援者を訪問あるいは施設に受け入れて、買い物や掃除などの生活支援、食事や排せつなどの介護、健康管理や衛生管理指導などの看護を提供しています。

※施設の形態・事業所の体制等により費用が異なります。

訪問・通所サービス	サービス内容	料金の目安
地域密着型通所介護	デイサービスセンターなどに通い、食事、入浴や排せつの介助、リハビリやレクリエーションなどの提供を受けます。	① 要介護者 通常規模型で利用時間6～7時間の場合 6,780円～11,720円 ② 要支援者 サービス・活動事業(介護予防・生活支援サービス事業)で提供します。(19ページ)
小規模多機能型居宅介護	一つの拠点で訪問・通所・短期入所の提供を受けます。	① 要介護者(ひと月あたり) 104,580円～272,090円 ② 要支援者1(〃) 34,500円 ③ 要支援2(〃) 69,720円

定期巡回・随時対応型訪問介護看護	日中・夜間を通じて1日複数回の定期訪問と緊急時の随時訪問による介護と看護の一体的な提供を受けます。	● 要介護者（ひと月あたり） 訪問看護サービスを行わない場合 54,460円～246,920円 訪問看護サービスを行う場合　79,460円～282,980円

◆認知症対応型サービス

地域密着型の認知症対応型サービスは、自宅から通ってきた認知症の方やグループホーム内に入居する認知症の方に、買い物や掃除などの生活支援や認知症ケアなどを提供するサービスです。
※施設の形態等により費用が異なります。

認知症対応型サービス	サービス内容	料金の目安
認知症対応型通所介護	認知症の方が施設に通い、食事や排せつの介護、リハビリやレクリエーションなどの提供を受けます。	① 要介護者（6～7時間の場合、1回あたり） 単独型　8,800円～12,560円 併設型　7,900円～11,270円 共用型　4,570円～5,220円 ② 要支援者（〃） 単独型　7,600円～8,510円 併設型　6,840円～7,620円 共用型　4,240円～4,470円
認知症対応型共同生活介護	グループホームにおいて見守りや生活援助、リハビリやレクリエーションなどの提供を受けます。	① 要介護者（1日あたり） （7,690円～8,740円+特別な介助費用）+食費+滞在費+日常生活費等 ② 要支援者（1日あたり） （7,270円～7,610円+特別な介助費用）+食費+滞在費+日常生活費等

◆施設・特定施設型サービス

地域密着型の施設・特定施設型サービスは特別養護老人ホームや有料老人ホームに入居する要介護者・要支援者に買い物や掃除などの生活支援、食事や排せつなどの介護、リハビリ・看護・入浴などを提供するサービスです。
※施設の形態により費用が異なります。
※鶴岡市には地域密着型特定施設はありません。

施設型サービス	サービス内容	料金の目安
地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護	利用人数29人以下の特別養護老人ホームにおいて、食事や入浴、排せつの介助、機能訓練や療養上の生活支援を行います。	● 原則として要介護3～5 （7,120円～10,150円+特別な介助費用）+食費+滞在費+日常生活費等

介護サービスの利用者負担

利用者負担は原則としてサービス費の1～3割となりますが、要介護状態の区分に応じてひと月当たりの利用限度額が設定されています。また、提供されるサービスの種類によって、実費を負担していただくことがあります。

利用者負担割合の判定方法

●第2号被保険者（40歳～64歳までの公的な医療保険に加入している方）
●市民税非課税の方
●生活保護を受給している方

1割負担

上記以外の方の利用者負担割合の判定方法

本人の合計所得金額が

- 220万円以上 → 年金収入＋その他の合計所得金額（※1）が
  ●単身で340万円以上
  　または
  ●65歳以上の方が2人以上いる世帯で合計
  → はい → **3割負担**
  → いいえ ↓
- 160万円以上220万円未満 → 年金収入＋その他の合計所得金額が
  ●単身で280万円以上
  　または
  ●65歳以上の方が2人以上いる世帯で合計
  → はい → **2割負担**
  → いいえ → **1割負担**
- 160万円未満 → **1割負担**

※1　その他の合計所得金額とは
　合計所得金額から、年金の雑所得を除いた所得金額をいいます。

介護保険で利用できる額の上限

要介護状態の区分（要支援1～2、要介護1～5）に応じてひと月当たりに利用できる上限（利用限度額）が決められています。上限を超えた利用額は、全額自己負担となります。

（月額）

区分	サービス利用限度額	自己負担額：1割負担（2割負担）
要支援1	50,320円	5,032円（10,064円）
要支援2	105,310円	10,531円（21,062円）
要介護1	167,650円	16,765円（33,530円）
要介護2	197,050円	19,705円（39,410円）
要介護3	270,480円	27,048円（54,096円）
要介護4	309,380円	30,938円（61,876円）
要介護5	362,170円	36,217円（72,434円）

◆福祉用具購入費
　年間10万円まで
◆住宅改修費
　原則として20万円まで

利用者負担が高額になったとき

◆高額介護サービス費

サービスを利用して支払った自己負担額が利用者負担上限額を超えた場合は、申請を行うと高額介護サービス費として後から払戻されます。
同じ世帯に複数の利用者がいる場合は、合算して計算されます。

区分		利用者負担上限額（ひと月当たり）
課税所得690万円（年収1,160万円）以上の65歳以上の方がいる世帯の方		世帯　140,100円
課税所得380万円（年収770万円）以上課税所得690万円（年収1,160万円）未満の65歳以上の方がいる世帯の方		世帯　93,000円
課税所得380万円（年収770万円）未満の65歳以上の方がいる世帯の方		世帯　44,400円
世帯のどなたかが市民税を課税されている方		世帯　44,400円
世帯の全員が市民税非課税の方		世帯　24,600円
	前年の公的年金等収入金額とその他の合計所得金額の合計が82.65万円以下の方	世帯　24,600円 個人　15,000円
生活保護を受給している方		個人　15,000円

※ 対象となる費用は介護サービス費の1～3割負担分です。居住費、食費、日常生活費等は対象となりません。

◆高額医療合算介護サービス費

医療費が高額となった世帯に、介護保険の利用者がいて、医療費と介護サービス費の両方の自己負担額が高額になった場合は、決められた限度額の超えた分が後から払戻されます。
同じ世帯でも、それぞれが異なる医療保険に加入している家族の場合は合算できません。

医療と介護の自己負担額合算後の限度額（年額）

所得要件（課税所得額）	70歳未満	70歳以上（注1）
690万円以上	212万円	212万円
380万円以上～690万円未満	141万円	141万円
145万円以上～380万円未満	67万円	67万円
145万円未満	60万円	56万円
市民税非課税世帯	34万円	31万円
市民税非課税世帯で年金収入のみの場合 82.65万円以下		19万円 （注2）

（注1）70歳以上の方で、対象世帯に70～74歳と70歳未満が混在する場合は、まず70～74歳の自己負担合算額に限度額を適用した後、残る負担額と70歳未満の自己負担額を合わせた額に限度額を適用します。

（注2）介護サービス利用者が世帯内に複数いる場合は31万円

● 手続き　高額介護サービス費・高額医療合算介護サービス費のいずれも、対象となった方に支給申請のお知らせを郵便でお送りします。

● 申請先　高額介護サービス費
⇒ 市役所**長寿介護課**または各地域庁舎地域づくり推進課
高額医療合算介護サービス費
⇒ 市役所**国保年金課**または各地域庁舎地域づくり推進課

居住費（滞在費）及び食費の負担額

介護老人福祉施設や介護老人保健施設、介護医療院（ショートステイを含む）を利用する際の居住費（滞在費）及び食費の負担額については、下記の表の区分により決められます。

市民税非課税世帯（配偶者と別世帯の場合は配偶者も非課税）で第1段階～第3②段階に該当する方は、あらかじめ「介護保険負担限度額認定申請」を行い、認定後に食費及び居住費の軽減を受けることが出来ます。

（日額）

<table>
<tr><th rowspan="2">区分</th><th colspan="3" rowspan="2">所得の状況</th><th rowspan="2">預貯金等の資産の状況</th><th colspan="5">居住費（滞在費）</th><th rowspan="2">食費</th></tr>
<tr><th>ユニット型個室</th><th>ユニット型準個室</th><th>従来型個室（特養）</th><th>従来型個室（老健・医療院等）</th><th>多床室</th></tr>
<tr><td rowspan="2">第1段階</td><td colspan="2">生活保護受給者</td><td rowspan="2">【単身】
1,000万円以下
【夫婦】
2,000万円以下</td><td rowspan="2">880円</td><td rowspan="2">550円</td><td rowspan="2">380円</td><td rowspan="2">550円</td><td rowspan="2">0円</td><td rowspan="2">300円</td></tr>
<tr><td rowspan="4">非課税世帯</td><td colspan="2">老齢福祉年金受給者</td></tr>
<tr><td>第2段階</td><td rowspan="3">合計所得金額
＋
課税年金収入額
＋
非課税年金</td><td>82.65万円以下</td><td>【単身】
650万円以下
【夫婦】
1,650万円以下</td><td>880円</td><td>550円</td><td>480円</td><td>550円</td><td>430円</td><td>390円
（600円）</td></tr>
<tr><td>第3段階①</td><td>82.65万円超
120万円以下</td><td>【単身】
550万円以下
【夫婦】
1,550万円以下</td><td>1,370円</td><td>1,370円</td><td>880円</td><td>1,370円</td><td>430円</td><td>680円
（1,030円）</td></tr>
<tr><td>第3段階②</td><td>120万円超え</td><td>【単身】
500万円以下
【夫婦】
1,500万円以下</td><td>1,470円</td><td>1,470円</td><td>980円</td><td>1,470円</td><td>430円
または
530円</td><td>1,420円
（1,360円）</td></tr>
</table>

※（）内はショートステイ利用時の金額です。第2号被保険者の場合は単身1,000万円以下、夫婦2,000万円以下となります。

社会福祉法人等による利用者負担の軽減

世帯全員が市民税非課税など、一定の要件を満たす生計が困難な方が下記のサービス（軽減事業実施事業所が提供するサービスのみ）を利用した場合、利用者負担の4分の1が軽減されます。

軽減を受けるには、あらかじめ申請し「軽減確認証」の交付を受け、介護サービス事業者に確認証を提示する必要があります。

【軽減対象サービス】

- 訪問介護
- 訪問入浴介護
- 通所介護
- 短期入所生活介護
- 認知症対応型通所介護
- 小規模多機能居宅介護
- 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム など

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、地域で暮らす高齢の方々が、いつまでも元気で楽しく、住み慣れた地域で暮らし続けられるように、介護予防と生活支援を充実させる制度です。

1. 作業療法士・理学療法士による訪問アドバイス

（リハビリテーション専門職訪問アセスメント事業）
リハビリテーションの専門家から、無料でアドバイスを受けることができます。
おススメです。

自分でできる！
元気になれる！
そんな
暮らしづくりを
応援します

【こんな方におすすめします】
- 最近つまずきやすくなった・転びそうで不安
- 安全で動きやすい住環境づくりがしたい
- 外に出る回数が減って、体力が落ちてきたと感じる
- 腰やひざが痛く、動くのがおっくうになっている
- 一人暮らしで、このまま生活できるか心配
- 元気で暮らせるように、今からできることを知りたい

【こんなアドバイスが受けられます】
- 歩き方、バランス、筋力などの確認、自宅でできる簡単な体操・運動の紹介
- 転倒予防・フレイル予防のポイントについてのアドバイス
- つまずきにくい歩き方、暮らし方の工夫
- 生活動作の工夫のアドバイス
  （例：入浴やトイレなど「今より楽に・安全に」できる方法を一緒に考えます）
- 住まいの環境・杖や手すりなどについての相談
  （例：手すりの位置、段差解消、杖や歩行器の選び方など）

【対象となる方】
基本チェックリストで、運動器機能の低下または生活機能の低下がみられる方

2. 短い期間で集中的に取り組むリハビリテーション

【短期集中予防サービスとは】
理学療法士・作業療法士などの専門職が、短期間集中的にリハビリやアドバイスをして、活動的な暮らしを取り戻すお手伝いをします

【こんなアドバイスが受けられます】
- 足腰の筋力・バランスアップ
- 転倒予防
- 立つ・歩く・階段などの日常動作の改善
- お口のケア、口腔機能の向上のための体操など
- 認知機能を向上するための「コグニサイズ」など

【対象となる方】
要支援・事業対象者の方

3. 一般介護予防事業

誰もがいつまでも健康で元気に活躍し続けられるよう、地域の身近なところで介護・フレイル予防や健康づくりに取り組むための講座やサロン、健康教室などを行っています。

【いきいき百歳体操】
お住まいの近くの公民館等で、地域の皆様が運営主体となり自主的に週1回以上介護予防の体操を行う団体に対し、「いきいき百歳体操」を効果的に行うためのお手伝いをしています。
介護予防を目的に開発された「おもり」を使ってゆっくりと行う筋力運動で、週1回以上行うことで筋力を維持・向上する効果があります。令和8年3月現在で188団体が活動しています。

【介護予防講座】
老人クラブやサロンなどへと出向いて、介護予防のための講話（テーマ：運動・栄養・口腔・閉じこもり予防・うつ予防など）や体操などを実施します。

【対象となる方】
65歳以上の方
介護予防に関わる方、関心のある方
（事業によって、対象が限られる場合があります）

4. 介護予防・生活支援サービス

従来の介護予防サービスに相当する専門的なサービス、緩和した基準によるサービスを提供します。ご本人の目標達成に向けて取り組んでいけるよう、地域包括支援センターが実施する介護予防ケアマネジメントを通じて、適切なサービスの利用を支援します。

【対象となる方】
要支援・事業対象者の方

【問い合わせ】
市役所地域包括ケア推進課
各地域庁舎地域づくり推進課
お住いの地域包括支援センター

サービス・活動事業（介護予防・生活支援サービス事業）

訪問型サービス

訪問介護サービス（従来相当のホームヘルプサービス）

ホームヘルパーが家庭を訪問して身体介護や生活援助を行います。（従来の介護予防訪問介護と同じサービス内容です）

- 身体介護……食事、入浴などの生活動作の介助が必要な場合
- 生活援助……家事が十分に出来ず介護が必要な場合

■ 費用

- 身体介護を含むもの……1回287円
- 生活援助のみ……1回220円

※ 別途、初回訪問加算、生活機能向上連携加算などの自己負担が必要な場合があります。

生活支援型訪問サービス・活動A（緩和した基準によるホームヘルプサービス）

【わくわくステップコース】

訪問支援員等が家庭を訪問して生活援助を行います。

■ 費用　1回220円

住民主体による訪問型生活支援サービス・活動BD

【にこにこスマイルコース】

地域で活動するボランティア団体等が家庭を訪問し、掃除、買い物代行等の日常生活の困りごとへの支援を行います。
※要支援1～2または事業対象者として当該支援を利用していた方が要介護認定を受けた場合は、状況によっては引き続き当該支援を利用できますので、担当のケアマネジャー等にご相談ください。

■ 費用　※サービスの内容などによって費用が異なります。
※ 別途、訪問にかかる交通費などの自己負担が必要な場合があります。

専門職による短期集中予防サービス・活動C

【いきいきチャレンジコース】

リハビリ専門職等がご自宅を訪問し、生活状況や課題を確認したうえで、利用者に応じた介護予防プログラムを3カ月間集中的に実施します。また、ご自宅でできる運動方法等を学びます。

■ 費用　1回500円
※ 別途、訪問にかかる交通費などの自己負担が必要な場合があります。

通所型サービス

通所介護サービス（従来相当のデイサービス）

デイサービスセンターなどで、食事や入浴などの日常生活上の支援や、機能訓練などのサービスを日帰りで行います。（従来の介護予防通所介護と同じサービス内容です）

■ 費用　1回436～447円

※ 別途、生活機能向上連携加算などの自己負担が必要な場合があります。

※ 送迎があります。

生活支援型通所サービス・活動A（緩和した基準によるデイサービス）

【わくわくステップコース】

デイサービスセンターなどの通いの場で、軽運動、レクリエーション、介護予防講座、教養講座、趣味活動などを半日程度で行います。心身の状態に応じて、専門職による機能訓練や栄養改善などの専門的なサービスを行います。

■ サービスの種別

① 「専門職による専門的なサービスの提供がない」場合のサービスとは、「軽運動」「レクリエーション」「各種講座」「趣味活動」などを指します。

② 「専門職による専門的なサービスがある」場合のサービスとは、機能訓練指導員による運動機器機能の向上に関する機能訓練や、管理栄養士による栄養改善に向けた栄養改善指導並びに言語聴覚士などによる口腔機能向上に向けた機能訓練などが提供される場合などを指します。

■ 費用　1回349～358円

※ 食費やおむつ代などは別途負担。

住民主体による通所型生活支援サービス・活動B

【にこにこスマイルコース】

公民館等の通いの場で、地域で活動するボランティア団体等が軽運動、レクリエーション、介護予防講座、教養講座、趣味活動などを半日程度で行います。

■ 費用　1回100円～

※ サービス内容によって自己負担金があります。

専門職による短期集中予防サービス・活動C

【いきいきチャレンジコース】

リハビリ専門職等の所属事業所で、生活状況や課題を確認したうえで、利用者に応じた介護予防プログラムを3カ月間集中的に実施します。

■ 費用　1回500円

地域包括支援センターとは

地域包括支援センターは、介護の相談や健康、福祉、医療、生活に関することなど、高齢者の様々な悩みや相談事をお受けする総合相談窓口です。
お住いの身近なまちごとに設置されています。
高齢者の皆さん、ご家族、近所の皆さん、お気軽にご相談ください。

主な業務内容

● 地域の皆さんの「介護予防」を応援します
体力や気力が落ちた、物忘れが心配、転倒しやすくなった…などの相談をお受けします。最新の介護予防情報の提供や、介護予防が必要な方のケアプラン（支援計画）の作成を行います。

● 総合相談と支援
介護や福祉のこと、それ以外の様々な心配事や悩みの相談に、専門の資格を持った職員が対応します。相談の内容に適した制度やサービスの紹介をはじめとして、問題解決のための支援を行います。

● 権利擁護、虐待早期発見・防止、消費者被害の予防・対応
地域で安心して暮らせるように、様々な権利を守る支援を行います。成年後見制度の活用、虐待の相談や早期発見・防止、消費者被害などに対応します。

● 地域のケアマネジャーなどの支援と地域連携体制づくり
ケアマネジャーが抱える困難ケースなどへの支援を行うとともに、介護・福祉・医療・保健などの様々な関係機関との連携を行い、地域全体で高齢者の生活を支える環境づくりを行います。

● 多職種協働による地域包括支援ネットワーク
地域で自立した生活を送ることが出来るよう支援するため、個人や地域が抱える課題の解決を図りながら社会基盤整備につなげる、地域ケア会議を開催します。

地域包括支援センターへのご相談は

相談は電話でもお受けいたします。来所されての相談の際は、必ず事前にご連絡をお願いします。また、必要に応じて直接お宅に訪問もいたします。
お気軽にご相談ください。

介護予防を応援します
体力・気力が落ちて、物忘れや転倒が心配になってきた…

暮らしやすい地域づくり
一人暮らしで物忘れがある人の生活が心配。隣近所で声を掛け合えるようにしたい…

私たちにご相談ください。
専門職が対応します。

権利を守ります
認知症が進み、年金を自分で管理できなくなった

介護等サービスの利用を
足が不自由で家事や通院が一人では難しくなってきた…

地域包括支援センター一覧

※QRコードを読み込むと包括の所在地マップが開きます

地域包括支援センターをご利用される皆様へ
来所される際は、**事前にお電話でご連絡**をお願いします。

健楽園地域包括支援センター
（運営主体：社会福祉法人一幸会）

【担当地域】 第一学区・第四学区

所在地　陽光町9-20

電話　（0235）25-0888
業務日　月～土
業務時間
　月～金　8:30～18:00
　土　　8:30～17:30

地域包括支援センターなえづ
（運営主体：鶴岡市社会福祉協議会）

【担当地域】 第二学区・斎・黄金・田川・湯田川

所在地　ほなみ町3-1

電話　（0235）26-9260
業務日　月～金
業務時間　8:30～17:15

永寿荘地域包括支援センター
（運営主体：社会福祉法人恵泉会）

【担当地域】 第三学区・第五学区・京田・栄

所在地　宝田二丁目7-29

電話　（0235）29-2900
業務日　月～金
業務時間　8:30～17:30

地域包括支援センターかたりあい
（運営主体：鶴岡市社会福祉協議会）

【担当地域】 第六学区・大泉・上郷・三瀬・由良・小堅

所在地　西新斎町14-26

電話　（0235）29-1626
業務日　月～金
業務時間　8:30～17:15

鶴岡西地域包括支援センター
（運営主体：社会福祉法人思恩会）

【担当地域】 大山・加茂・湯野浜・西郷

所在地　馬町字枇杷川原23
　　（思恩会福祉ヴィレッジ内）

電話　（0235）35-0300
業務日　月～金
業務時間　8:30～18:00

地域包括支援センターふじしま
（運営主体：社会福祉法人ふじの里）

【担当地域】藤島

所在地　藤の花一丁目18-1

電話　（0235）78-2370
業務日　月～金
業務時間　8:30～17:00

地域包括支援センターはぐろ
（運営主体：社会福祉法人羽黒百寿会）

【担当地域】羽黒

所在地　羽黒町荒川字前田元89
（羽黒庁舎1階）

電話　（0235）64-8281
業務日　月～金
業務時間　8:30～17:15

地域包括支援センターくしびき
（運営主体：鶴岡市社会福祉協議会）

【担当地域】櫛引

所在地　三千刈字藤掛1
（櫛引老人福祉センター内）

電話　（0235）57-5003
業務日　月～金
業務時間　8:30～17:15

地域包括支援センターあさひ
（運営主体：社会福祉法人朝日ぶなの木会）

【担当地域】朝日

所在地　下名川字落合1
（朝日庁舎1階）

電話　（0235）58-1068
業務日　月～金
業務時間　8:30～17:30

地域包括支援センターあつみ
（運営主体：社会福祉法人あつみ福祉会）

【担当地域】温海

所在地　温海戊577-1
（温海庁舎2階）

電話　（0235）43-3010
業務日　月～金
業務時間　8:30～17:15

認知症サポート

鶴岡市では認知症の方やご家族の方向けに各種支援事業を行っています。
市役所地域包括ケア推進課または各地域庁舎地域づくり推進課へご相談ください。

◆認知症を理解する教室

認知症は脳の病気によるもので、誰にでもおこる可能性があります。認知症を理解する講演を通し、認知症への不安を軽減するとともに、今後の暮らしに備えます。

対象となる方	認知症が心配な方、認知症の家族等がいる方など、どなたでも参加できます。
内容	医師・看護師による認知症に関する講演、市担当者によるワンポイントアドバイス（サービス利用の仕方について）
日時・場所	広報やホームページでご確認ください
利用料	無料
問い合わせ先	市役所地域包括ケア推進課

◆ほっこりかふぇ

認知症の人や家族等が、和やかな雰囲気のもと交流を楽しみ、介護する家族が気軽に相談できる場です。

対象となる方	認知症が気になる方、認知症の方、ご家族等、どなたでも参加できます。
内容	認知症に関するミニ講話、自由交流、相談
場所	鶴岡市総合保健福祉センターにこふる
日時・場所	広報やホームページでご確認ください
利用料	無料（内容により、材料費等がかかる場合もあります。）
問い合わせ先	市役所地域包括ケア推進課

◆認知症初期集中支援

在宅で生活をしている人が、認知症などで介護や対応にお困りの場合「認知症初期集中支援チーム」がご家庭へお伺いして、相談支援を行います。

利用できる方	40歳以上で市内で生活し、かつ認知症が疑われるか認知症で、次の①～④のいずれかに該当する人 ①認知症の診断を受けていない ②認知症の継続的な医療を受けていない、または中断している ③介護保険サービスに結びついていない、または中断している ④認知症の症状が強いため、対応に困っている
内容	保健・福祉の専門職で構成するチーム員が自宅訪問等を行い、相談支援に応じます。
利用料	無料
問い合わせ先	各地域包括支援センター、市役所地域包括ケア推進課

◆SOS見守りネットワーク「ほっと安心」つるおか

認知症等で行方不明になった時、あらかじめその心配のある高齢者等の捜索に必要な情報を登録しておくことで、早期発見早期保護に繋げる仕組みです。

利用できる方	認知症等により行方不明の心配のある方
内容	行方不明時に、ご家族等が警察に連絡後、登録情報とともに捜索いたします。
利用料	無料
問い合わせ先	各地域包括支援センター、市役所地域包括ケア推進課

◆見守りシール「どこシル伝言板」

認知症等で見守りが必要な方へ、衣類や持ち物に貼付するQRコードラベル・シールを支給します。

利用できる方	認知症等により行方不明の心配のある『SOS見守りネットワーク「ほっと安心」つるおか』に登録している方
内容	・ 認知症等で行方不明になった際、発見者がQRコードを読み取ることでご家族様等へメールが送信され、居場所がわかる仕組みです。 ・ 個別に登録されたQRコードラベル・シール（衣類用ラベル30枚・蓄光シール10枚セット）を支給します。
利用料	無料 （追加でQRコードラベル・シールが必要な場合は、別途料金がかかります。）
問い合わせ先	各地域包括支援センター、市役所地域包括ケア推進課

◆認知症高齢者等見守りサービス

認知症の高齢者等のいる世帯を見守り支援員が訪問し、認知症特有の症状に対応した見守りや話し相手などを行い、介護者の負担を軽減するとともに、認知症高齢者等の在宅生活の継続を支援します。

申請できる方	下記の条件を全て満たす方 ①鶴岡市に居住している ②65歳以上または40～64歳までの要介護認定を受けている方 ③認知症高齢者日常生活自立度がⅡa以上
内容	見守り支援員が訪問し、見守りや話し相手などをします。
利用時間数	ひと月当たり80時間まで
利用料	1時間当たり200円で、月単位にまとめてサービス事業者にお支払いいただきます。 （生活保護世帯は無料） ※利用時間帯により利用料は割増しになります。
申込先	各地域包括支援センター 市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課 （申し込みの前に必ず担当ケアマネジャーにご相談ください。）

高齢者福祉各種支援

鶴岡市では、介護保険サービスとは別に、高齢者の方向けに各種支援事業を行っています。
市役所地域包括ケア推進課または各地域庁舎地域づくり推進課へご相談ください。

◆はり・きゅう・マッサージ等施術費助成

利用できる方	満70歳以上の方
内容	市と協定している、はり・きゅう・マッサージ師等が行った施術費に対し、1回1,000円分の助成券を年間6枚交付します。 ※ただし、10月以降の申請の場合は3枚交付します。
申込先	市役所地域包括ケア推進課・各地域庁舎地域づくり推進課 各地区コミュニティセンター （ただし、斎・黄金・湯田川・大泉・京田・栄・田川・上郷・三瀬・小堅・由良・加茂・湯野浜・大山・西郷の各コミセンに限る）
申込時に必要な物	年齢が確認できるもの（マイナンバーカード、運転免許証等）

◆手すり取り付け費・シルバーカー・多点杖購入費の一部助成（転ばない生活支援事業）

利用できる方	下記の条件を全て満たす方で、市から補助対象者である確認を受けた方 ①市内に住所があり、在宅で暮らしている ②鶴岡市の介護保険被保険者 ③65歳以上で、要介護・要支援認定を受けていない ④基本チェックリスト「運動機能」3/5以上に該当する
内容	■助成対象種目及び助成額（一人につき各種目それぞれ一回限りの利用） 固定手すりの取り付け　費用の9割（上限額75,000円） シルバーカー　費用の1/2（上限額15,000円） 多点杖　費用の1/2（上限額5,000円）
申込先	市役所地域包括ケア推進課・各地域庁舎地域づくり推進課 各地域包括支援センター 指定の住宅改修・福祉用具貸与事業者
申込時に必要な物	介護保険被保険者証、申請者本人の口座情報がわかるもの

◆補聴器購入費の一部助成（つるおか聴こえサポート事業）

利用できる方	下記の条件を全て満たす方 ① 満65歳以上 ② 市民税非課税 ③ 障害者の日常生活および社会生活を総合的に支援する法律の規定による補装具費支給制度において、補聴器に係る補装具費の支給の対象とならない ④ 市が実施するアンケート等に継続して協力することに同意する ⑤ 市が定める補聴器相談医または耳鼻咽喉科医師の診断により補聴器の装用が必要と認められた ⑥ 市が定める補聴器専門店等において補聴器を購入する予定がある （過去に上記の⑤⑥両方を経て補聴器を購入したことがある方は除く）
内容	補聴器購入費用の1/2 ※上限額：片耳装用2万円／両耳装用4万円
申込先	市役所地域包括ケア推進課
申込時に必要な物	身分証明書（マイナンバーカード、運転免許証等） 耳鼻咽喉科からの診療情報提供書または紹介状

◆紙おむつ等の購入費助成

申請できる方	下記の条件を全て満たす方 ①65歳以上または40～64歳で要介護認定を受けている ②在宅(一般病棟に入院中の方を含む)で介護を受けている ③排せつに全介助が必要である ④市民税非課税(生活保護受給者を除く)	
内容	・ 紙おむつ等を利用する高齢者の介護保険料段階に応じて助成額を決定します。 ・ 65歳未満の方は、介護保険料の算定基準を用いて、本人および世帯の課税状況により助成額を決定します。	
	介護保険料第1段階 (市民税非課税世帯かつ課税年金収入額と合計所得金額の合計から年金収入に係る雑所得を控除した額が82.65万円以下)	助成限度額 月額7,000円
	介護保険料第2・3段階 (市民税非課税世帯で上記以外)	助成限度額 月額5,000円
	介護保険料第4・5段階 (市民税課税世帯で助成対象者が市民税非課税者)	助成限度額 月額2,000円
申込先	各地域包括支援センター 市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課	
申込時に必要な物	身分証明書(マイナンバーカード、運転免許証等)	

◆外出支援サービス(らくらく移送サービス)

利用できる方	下記の条件を全て満たす方 ①鶴岡市に居住している ②65歳以上または40～64歳で要介護認定を受けている ③市民税非課税 ④通院等の際に車いすやストレッチャー専用タクシーの利用が不可欠である ※介護保険施設サービスを利用している方は対象になりません。
内容	医療機関への通院や入退院のため、リフト付きのタクシーを利用する場合に、タクシー運賃の支払いに利用できる1枚300円のサービス券を月8枚、年間96枚までを限度に交付し、助成します。
申込先	各地域包括支援センター 市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課
申込時に必要な物	身分証明書(マイナンバーカード、運転免許証等)

◆訪問理美容サービス

利用できる方	下記の条件を全て満たす方 ①老衰、病気等により理容所や美容院に出向くことが困難である ②要介護3以上の認定を受けている
内容	自宅で理美容を利用する場合にかかる出張費に対し、1回につき1,000円の出張費助成券を年間6枚までを限度に交付します。
申込先	各地域包括支援センター 市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課

◆寝具洗濯乾燥消毒サービス

利用できる方	下記の条件を全て満たす方 ①基本チェックリスト該当者、要支援または要介護認定を受けている ②65歳以上の一人暮らしまたは高齢者のみの世帯 ③病気等の理由により寝具類の衛生管理が困難である ④市民税非課税
内容	市で委託した業者が寝具(掛・敷布団、毛布、またはマットレスの3点)を一人年2回まで洗濯乾燥消毒します。実施に要した費用の1割相当を利用料としてご負担いただきます。
申込先	各地域包括支援センター 市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課
申込時に必要な物	身分証明書(マイナンバーカード、運転免許証等)

◆日常生活用具の給付

申請できる方	●火災報知器・自動消火器 …65歳以上で市民税非課税世帯の、避難が著しく困難な一人暮らし高齢者等(要介護2以上または認知症自立度Ⅱa以上) ●電磁調理器 …65歳以上で市民税非課税世帯の、心身機能の低下に伴い防火等の配慮が必要な一人暮らし高齢者等(要支援1以上または基本チェックリスト該当者)
申込先	各地域包括支援センター 市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課
申込時に必要な物	身分証明書(マイナンバーカード、運転免許証等)

◆あんしん見守りコールサービス

申請できる方	① おおむね65歳以上の一人暮らし高齢者等 ・ 基本チェックリスト該当者または要支援1以上の要介護・要支援認定を受けている方 ・ 突発的に生命に危険な症状が発症する持病を有する方 ② おおむね65歳以上の高齢者等で、本人と同居の家族全員が上記の高齢者または下記のいずれかに該当しており、緊急時に同居の家族による支援が難しい方 ・ 身体障害者手帳1級または2級の交付を受けている方 ・ 障害者で、突発的に生命に危険な症状が発症する持病を有する方
内容	・ 通報、双方向の会話ができる通信装置を通じ、24時間365日、健康、生活などの相談に対応します。 ・ 毎月1回、安否確認・健康状態の確認などのお伺いコールを実施します。 ・ 緊急時の応急的な助言、消防署に対する出動要請、家族等への連絡などに対応します。 ・ 希望者には、自宅内の活動状況を感知し、条件により自動通報する安否確認装置の設置も可能です。
利用料	事業に係る利用料は無料です。 ただし、利用者側に設置する通信装置の保守管理に要する定期点検、消耗品費、修繕費用は次の通り利用者の実費負担となります。 ・安否確認装置を設置した場合　月額385円(税込) ・安否確認装置を設置しない場合　月額220円(税込)
申込先	各地域包括支援センター 市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課
申込時に必要な物	身分証明書(マイナンバーカード、運転免許証等)

◆屋根の雪下ろし費用の支給

利用できる方	下記の条件を全て満たす方 ①65歳以上の一人暮らしまたは高齢者のみの世帯 ②市民税非課税世帯(生活保護世帯は除く) ③自力で屋根の雪下ろしをすることができない方
内容	屋根の雪下ろしに要した費用または16,500円のいずれか低い額を支給します。 ※雪下ろし費用には、作業に伴う排雪費も含みます。
申込先	**雪下ろしの前に、必ず各地域担当の民生委員にご相談ください。**
問い合わせ先	市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課

◆家族介護慰労事業

申請できる方	次の全てに該当する方で、在宅で生活している要介護高齢者等を一年間継続して介護している方 ① 中重度の要介護認定を受けている方(要介護3以上または相当と思われる方を含む) ② 福祉用具貸与、特定福祉用具販売および住宅改修を除く介護保険サービスを一年間利用していない方(ただし、年間10日以内の介護保険サービスは利用可) ※通算90日以上の入院期間がある場合は、その期間を除いた一年間を算定期間とします。
内容	年間10万円の慰労金を支給
申込先	各地域包括支援センター 市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課

◆訪問型在宅介護サポート事業

利用できる方	次の①または②に該当する高齢者等を在宅で介護する方 ①介護認定を申請していない方 ②介護認定を申請しているが、福祉用具貸与、特定福祉用具購販売および住宅改修を除く介護保険サービス未利用の方
内容	現在、在宅介護している方や、退院後に在宅での介護をお考えの方へ、各専門職が自宅に訪問し、介護に関する知識や技術をお伝えし、生活の中での不安や負担の軽減に繋げられるよう支援します。 ① 訪問リハビリ 状態に合わせた動き方、介助方法などで無理なく動作することができるように効果的な運動方法や住宅環境についてアドバイスします。 ② 訪問看護 本人・家族の日常的な不安に寄り添いながら、医学的視点での相談、生活習慣のアドバイスを行うことで、自宅で安心して生活を続けることを支援します。 ③ 訪問介護 おむつ交換などの排せつ・入浴・食事・外出介助などの身体介護の方法や、日常生活に必要な機能を向上する方法をお伝えします。
利用料	無料
問い合わせ先	市役所地域包括ケア推進課

◆高齢者住宅等整備資金の利子補給

利用できる方	60歳以上の高齢者、身体障害者手帳1～4級もしくは療育手帳A所持者と同居する世帯に属する方またはご本人で、金融機関から融資を受けられる見込みのある方
内容	高齢者等の居住環境を改善するための経費について資金を借り入れた場合に、その利子の一部を補給することにより負担の軽減を図ります。 利子補給率　～年利2.3%(上限) 利子補給期間　120ヶ月以内 利子補給対象融資額　300万円以内
申込先	市役所地域包括ケア推進課(高齢者)、市役所福祉課(障害者) 各地域庁舎地域づくり推進課

◆養護老人ホーム

入所申込できる方	おおむね65歳以上かつ身体状態がおおむね自立の方のうち、環境上の理由および経済的理由等により在宅において生活することが困難な方 ※入所の要否は福祉事務所長が決定します。			
入所までの流れ	① 入所相談 ② 実態調査(市職員が本人の健康状態や経済状況、住居の状況等を調査します。) ③ 入所判定委員会(入所申込者が入所措置基準に該当するかを判定します。) ④ 入所(入所までは待機期間が生じます。空床ができた場合に順次お声がけをします。)			
費用負担	① 本人 年金等の年収に応じて費用負担があります。 ② 扶養義務者 ※主たる扶養義務者の税額等に応じて費用負担があります。 ※主たる扶養義務者の認定 ・ 入所者の同一世帯に属する扶養義務者(配偶者または子) ただし、2人以上いる場合は、最多税額納付者を主たる扶養義務者と認定します。 ・ 入所者と別居している扶養義務者も費用徴収の対象となる場合があります。			
施設	施設名	所在地	TEL	定員
	ともえ	鶴岡市北茅原町17番1号	35-0900	70人
	思恩園	鶴岡市馬町字枇杷川原23番地	26-7610	30人
問い合わせ先	市役所地域包括ケア推進課、各地域庁舎地域づくり推進課			

◆軽費老人ホーム(ケアハウス)　※入所申込については、各施設に直接ご連絡ください。

利用できる方	60歳以上の健康な方で、家庭の事情等により在宅生活をすることが困難な方(夫婦で利用する場合は、配偶者の年齢は問いません。)			
費用	入所者の年収に応じて費用負担があります。			
申込先	施設名	所在地	TEL	定員
	ケアハウス鶴ケ丘	鶴岡市茅原町26番27号	24-5633	50人
	ケアハウス サンハイツ酒田	酒田市曙町二丁目26-9	(0234) 26-7400	50人
	ケアハウスふるさと	酒田市豊原字大坪37	(0234) 28-3133	50人

介護保険Q&A

Q1. 第2号被保険者(40～64歳)の介護保険料は？

① 国民健康保険に加入している方

国民健康保険税と同様、世帯の所得、第2号被保険者数によって世帯ごとに決定されます。
医療分と合わせて、国民健康保険税として世帯主が納めます。

② 職場の健康保険に加入している方

加入している医療保険ごとの給与に対する介護保険料率によって決定されます。
医療分と合わせて、給与から差し引かれます。
※扶養者である第2号被保険者(妻など)は、個別に介護保険料を納める必要はありません。
※保険料のうち、被保険者と事業主で原則1/2ずつ負担します。

Q2. 介護を必要としない者でも介護保険料は支払わなければならないのですか？

介護保険制度は、介護を必要としている方を社会全体で支え合うことを目的とした共同連帯の理念に基づき平成12年4月にスタートした制度です。
介護保険事業を運営するためには、かかる費用の2分の1を被保険者の方に公平に負担していただくこととなっておりますので、ご理解をお願いいたします。

Q3. 40歳以上の方で介護保険の対象とならない場合は？

① 第2号被保険者(40～64歳)で、医療保険(健康保険や国民健康保険など)に加入していない方は、介護保険の対象外となります。

② 介護保険適用除外施設に入所している方は、すでに介護、治療、生活援助などの介護保険相当のサービスを受けているため対象外となります。

◆ 介護保険適用除外施設
- 児童福祉法に規定する医療型障害児(者)入所施設または指定医療機関
- ハンセン病療養所
- 救護施設
- 労災特別介護施設
- 身体障害者福祉法に規定する障害者支援施設
- 知的障害者福祉法に規定する障害者支援施設
- 障害者総合支援法に規定する指定障害者支援施設または指定福祉サービス事業所である病院

Q4. 要介護認定の申請に際し「かかりつけ医」がない場合はどうすればいいですか？

要介護認定の審査・判定を行う上で、病歴、健康上の留意事項、普段からの心身の状況をよく知る主治医の医学的な意見を求めることはとても重要です。
もし普段から「かかりつけ医」がいない場合は、申請の際にその旨お申し出ください。市の指定する医療機関に受診していただければ、主治医意見書を書いてもらえます。

Q5. 要介護認定調査はどのようなことを聞かれるのですか？

認定調査は介護の必要性などを審査判定するための重要な資料です。
調査員が訪問して74項目の質問をしますので、普段の日常生活状況を話してください。調査項目は、麻痺・拘縮の状況、基本動作(座位保持・歩行・立ち上がり・寝返りなど)、日常生活動作(衣服の着脱・入浴・排せつ・食事の摂取)、記憶や理解度などについての項目があります。

Q6. 他市町村に転出する場合の手続きは？

① 他の市町村へ転出する場合は、介護保険被保険者証を返却いただき、新たに転出先の市町村で被保険者証が発行されます。ただし、転出先が特別養護老人ホームなどの場合は、そのまま鶴岡市の介護保険被保険者となることがあります。詳しくは転出手続きの際にお知らせいたします。

② 鶴岡市で受けた要介護・要支援認定結果は、転出後の市町村でも引き継ぐことが出来ます。転入手続きの際に担当課へお申し出ください。

◆ 鶴岡市で要介護・要支援認定を受けていた場合

転出時に介護保険被保険者証と利用者負担割合証を持参し、市役所長寿介護課または各地域庁舎地域づくり推進課へお立ち寄りください。

被保険者証と負担割合証の写し（または介護保険受給者資格証明書）をお渡ししますので、14日以内に転出先の市町村へ提出し、要介護・要支援認定を引き継ぐ手続きを行ってください。

Q7. 他市町村でのサービスの利用は？

サービスの種類により、他の市町村で利用できるサービスとできないサービスがあります。
詳しくは、転出先市区町村の介護保険担当窓口へお問い合わせください。

Q8. 介護サービス事業者への苦情・不満は？

① まず、利用しているサービス事業者または市役所長寿介護課へご相談ください。

② 山形県介護保険審査会に苦情の申し立て・審査請求を行うことが出来ます。

【山形県介護保険審査会】

住所　山形市松波二丁目8-1　山形県高齢者支援課

TEL　023-630-3123