

# つるおかの介護保険

【令和7年度第1号(令和7年8月1日発行)】

- 介護認定申請はいつ申請すればいい?
- 介護保険料はどうやって決まるの?



いきいき百歳体操に取り組む  
堅苔沢地区の皆さま

「おもり」を使ってゆっくりと行う、  
介護予防を目的に開発された筋力運動です。  
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。  
鶴岡市では6月時点で176団体が  
取り組んでいます。

**いきいき百歳体操とは？**



## 体力が落ちてきた…最近物忘れも多いし… 介護認定はいつ申請すればいい？

### 1. 要介護認定はどのように行われるの？

#### ①介護認定の申請

市役所、地域庁舎、地域包括支援センター等に相談します。

##### 【必要なもの】

介護保険被保険者証  
マイナンバーカード



#### ②介護認定調査

市、または事業所の認定調査員がご自宅、病院などにかがいます。事前に調査員から電話が入ります。

※体調不良やケガ等で本人の状態が安定していない時は調査できません。



#### ④介護認定審査会

②と③の結果をもとに審査会で審査を行って要介護度を判定します。

医師、保健師、福祉職等が審査します。ご本人の名前や住所は全て隠しますので個人情報  
は守られます。



#### ③主治医意見書の依頼

申請者の「かかりつけ医」から意見書を書いてもらいます。市役所が主治医に直接依頼します。費用は掛かりません。

かかりつけ医に申請をしたことを伝えましょう！



### 2. 介護認定申請のタイミングはいつ？



申請してから結果が出るまで2，3カ月かかるってホント？

いいえ。通常30～35日程度で結果が出ます！

ただし、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、入院直後の申請など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。その分結果が出るのも遅くなりますので、調査ができる状態になってからご申請ください。





骨折して入院してしまった…。すぐに申請した方がいいわよね？

いいえ。骨折や病気等で最も状態が悪いときに申請すると、介護負担が重いため介護度が高く認定されます。**介護度が低いほどサービスの利用料金は安くなりますので、改善の見込みがある場合は、病院でのリハビリ等を始めてからの申請がオススメです！**

高	要介護5
	要介護4
	要介護3
	要介護2
低	要介護1

また、介護認定は原則申請日にさかのぼって有効となります。必要であれば、ケアプランに基づき認定結果が出る前から暫定でサービス利用が可能です。**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。**



今はまだ元気で生活できているけれど、いつ何があるかわからないし、今のうちに申請しておいた方がいいかしら…。

認定調査は「5m休まず歩行できるか」「トイレは一人でできるか」「認知機能低下により生活に支障があるか」など、日常生活に介護が必要かという観点で行います。

調査時点で「**介護が必要な状態になっていない**」場合、申請しても結果は**非該当になります**。**介護認定を受けなくとも、介護予防で利用できるサービスがありますので、地域包括支援センターへご相談ください。**



### 3. 介護認定申請のポイントまとめ

3～6カ月間の集中リハビリサービスもあります！

#### ① 介護が必要になったら申請！

高齢で独居だと今後が心配？ 介護認定を受けなくとも、予防で使える「総合事業」というサービスがあります。家事などの生活支援サービスや、住民主体の介護予防の活動などがあります。市役所地域包括ケア推進課または各地域庁舎、お住まいの地域の「地域包括支援センター」へご相談ください。

#### ② 本人の状態が安定してからの申請！

早めに申請をしても、本人の状態が安定していないと認定調査や主治医意見書の記入が行えません。結果は通常 30～35日程度で出ますので、**特に入院中の方は状態が安定してからご申請ください。**

#### ③ 介護度が低いほどサービス利用料金も安い！

介護負担が重く介護度が高ければサービスの利用回数も多くすることができますが、利用料金も上がるため、本人や家族の金銭的負担が大きくなります。

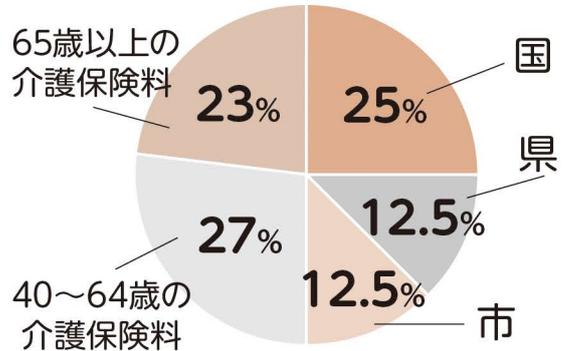
逆に、介護度が低くなれば料金も安くなりますので、リハビリや介護サービス等で状態が改善した場合は、その時点での本人の適正な介護度になるように再申請しましょう。

## 介護保険料はどうやって決まるの？

### <介護保険の仕組み>

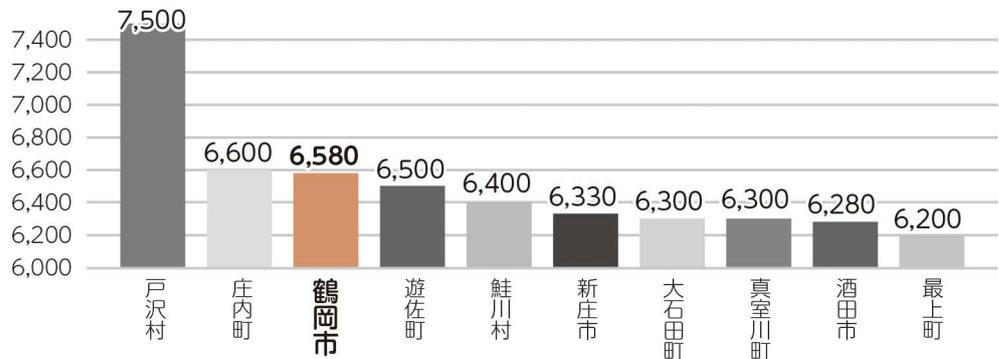
介護保険は、社会全体で支えることを目的に保険料を負担し、介護が必要になった方々に介護サービスを提供する仕組みです。介護保険の財源は国や自治体が負担する公費と、40歳以上の方が負担する保険料で半分ずつとなっています。

### 介護保険の財源構成



### 鶴岡市の保険料基準額を県内の市町村と比べてみたら...

鶴岡市  
保険料基準額  
6,580円



#### Q. どうして鶴岡市の介護保険料は高いのですか？

A. 介護サービスが必要になる方がどのくらいいるか、頼れる家族が近くにいるか、介護サービスを提供する事業所がどのくらいあるか、など様々な要因が関係してきますが、本市では、施設入所を希望する方が多い傾向にあります。施設入所すると、一般的に自宅で介護サービスを受けるよりも費用が高くなるため、その分介護保険料も高くなります。

#### Q. 介護保険のサービスを利用していませんが、保険料を納める必要があるのですか？

A. はい。介護保険は支え合いの制度です。納付いただいた介護保険料は、鶴岡市で必要な介護サービスをまかなうための大切な財源になっていますので、サービス利用の有無にかかわらず、納付をお願いいたします。



いつ、だれが  
介護サービスを必要とするかわからないものね。  
支え合いのところが  
大事ね。



【発行：鶴岡市介護保険だより「つるおかの介護保険」事務局】

■長寿介護課（介護保険制度、保険料、要介護認定等） ☎ 0235-35-1289

■地域包括ケア推進課（地域包括支援センター、認知症、介護予防等） ☎ 0235-29-4180