

おとしより相談センター（地域包括支援センター）

住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、高齢者の皆さんの相談・支援を行う中核機関です。

専門員が連携して対応します



保健師
(または経験豊富な看護師)



社会福祉士



主任ケアマネジャー



認知症地域支援推進員

●こんなことでお困りではありませんか？

- ・介護保険や福祉の制度って難しい。わかりやすく教えてくれるところはないのかなあ。
- ・要支援2と認定されたけど、どうすればいいの？
- ・最近よくつまづくのよ。いい運動法はないかしら。
- ・退院が決まったけど、自宅での生活が不安です。
- ・もの忘れが気になりはじめた。認知症が心配。どこに相談したらよいか？
- ・認知症の人や家族・近所の人と交流できるところはないかしら。



おとしより相談センターへお気軽にお問い合わせください

※おとしより相談センターでは、町会・高齢者クラブなどの地域の団体からの希望による出前講座を行っています。ぜひご利用ください。

■お問合せ先

施設名	住所・TEL	相談日及び相談時間
京 橋おとしより相談センター	明石町1-6 (リハポート明石等複合施設1階) ☎3545-1107	毎週 月曜日～土曜日 午前9時 ～ 午後6時 ※祝日・休日、年末年始はお休み です。ただし、緊急の場合は、 上記以外の時間帯においても ご連絡いただけます。
日本橋おとしより相談センター	日本橋小伝馬町5-1 (十思スクエア1階) ☎3665-3547	
人形町おとしより相談センター	日本橋人形町2-32-4 (日本橋医師会人形町ビル1階) ☎5847-5580	
月 島おとしより相談センター	月島4-1-1 (月島区民センター1階) ☎3531-1005	
勝どきおとしより相談センター	勝どき5-1-17 (勝どき ザ・リバーフロント1階) ☎6228-2205	
晴 海おとしより相談センター	晴海4-8-1 (晴海区民センター1階) ☎5547-4871	

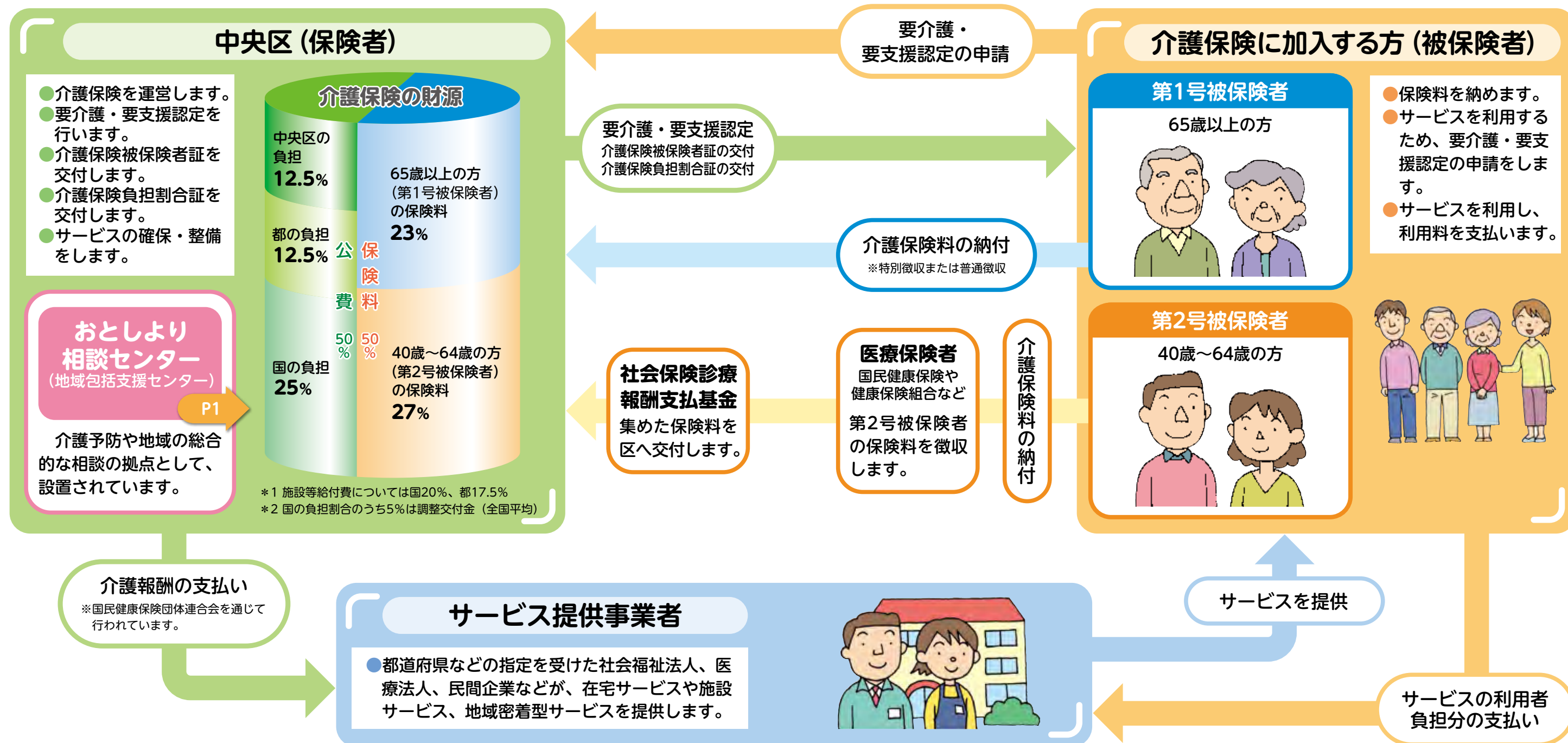
介護保険のしくみについて知りましょう



介護保険制度は、中央区が保険者となって運営しています。40歳以上の皆さんは、加入者（被保険者）となって保険料を納め、介護が必要となったときには、費用の一部を支払ってサービスを利用できるしくみです。



介護保険のしくみ



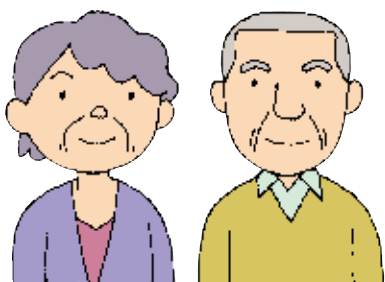
40歳以上の皆さんが介護保険の被保険者になります

被保険者は年齢により2種類に分けられます。

介護や支援が必要と認められた場合、介護保険のサービスが利用できます。

65歳以上の方

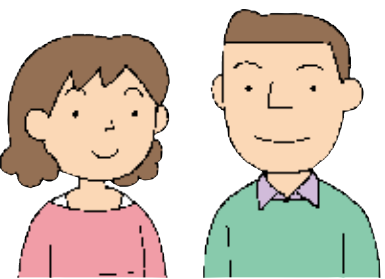
➡第1号被保険者



第1号被保険者は、原因を問わず介護や日常生活の支援が必要となったとき、区の認定を受け、サービスを利用します。

※65歳以上の方で、交通事故などの第三者による行為が原因で介護保険を利用する場合は、区への届出が必要です。示談前に区の担当窓口へご連絡ください。

40～64歳の方

(医療保険に加入している方)
➡第2号被保険者

第2号被保険者は、加齢と関係があり、要介護・要支援状態の原因となる心身の障害を引き起こす疾病（特定疾病）により介護や支援が必要となったとき、区の認定を受け、サービスを利用します。
交通事故や転倒などが原因の場合、介護保険は利用できません。

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
- 後縦靱帯骨化症
- 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
- とうりょうびょうせい しん けいしやうがい
- 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

介護保険のサービスを受けるときなどに介護保険被保険者証が必要になります。大切に保管しましょう。

●65歳以上の方は

65歳になる前月に交付されます。

●40～64歳の方は

認定を受けた方に交付されます。

【介護保険被保険者証が必要なとき】

- 要介護・要支援認定を申請(更新)するとき
- ケアプランを作成するとき
- 介護サービスを利用するとき など

介護保険被保険者証

番 号										
被 住 所										
保 険 者 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										

介護保険に加入するのは、40歳になった月（40歳の誕生日の前日が属する）からです（誕生日が月の初日の方は前月からになります）。

●40歳になったとき●

(例) 7月1日生まれ

7月2日生まれ

6月から加入します
第2号被保険者となります

7月から加入します
第2号被保険者となります

●65歳になったとき●

(例) 7月1日生まれ

7月2日生まれ

6月から加入します
第1号被保険者となります

7月から加入します
第1号被保険者となります

介護保険に加入するための手続きは、第1号被保険者については区市町村ごとに、第2号被保険者については医療保険ごとに行います。個別に手続きする必要はありません。

こんなときは届け出が必要です

こんなとき	届け出るもの
要介護・要支援認定を受けている方が他区市町村から転入し要介護（要支援）状態区分を引き継ぎたいとき	●要介護・要支援認定申請書 ●医療保険の加入が確認できるもの（第2号被保険者の場合）P11 ●前住所地の自治体が発行した受給資格証明書（お持ちの方のみで構いません） 転入日から14日を過ぎると要介護(要支援)状態区分の引き継ぎができず、中央区で新規の申請が必要となります。
他区市町村の一般住宅へ転出したとき	介護保険被保険者証の返却
他区市町村の介護保険施設等※に転出したとき ●住所地特例が適用となる場合があります。	介護保険被保険者証の返却 ●住所地特例適用届 参考 住所地特例とは 介護保険施設等※に入所し住所を施設のある区市町村に変更しても、変更前の区市町村（中央区）が引き続き保険者となります。 ※●介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） ●介護老人保健施設 ●養護老人ホーム ●有料老人ホーム ●軽費老人ホーム ●サービス付高齢者向け住宅 ●介護医療院 一部対象とならない施設もあります。
区内で住所が変わったとき	介護保険被保険者証の返却
被保険者が死亡したとき	介護保険被保険者証の返却
氏名が変わったとき	介護保険被保険者証の返却 ●氏名変更届
介護保険被保険者証をなくしたとき	●介護保険被保険者証等再交付申請書 ●マイナンバーカードなどの本人確認書類
適用除外施設に入所するとき	介護保険被保険者証の返却 ●資格喪失届
適用除外施設を退所するとき	●資格取得届 参考 介護保険の適用除外となるとき ●障害者支援施設等の適用除外施設に入所すると、介護保険の資格を喪失します。保険料が賦課されなくなり、介護保険の適用を受けないこととなります。 ●適用除外施設を退所すると、介護保険の資格を取得することになります。

○介護保険の適用を受けない場合

中央区に住む、40歳以上の方は介護保険の被保険者となりますが、次の方は適用されません。

- 国内に住所を有しない方（海外居住者）
- 在留資格または在留見込期間3カ月以下の短期滞在の外国人の方等
- 身体障害者療護施設など、適用除外施設に入所・入院している方