

住みなれたまちで安心して暮らすために

介護保険 べんり帳

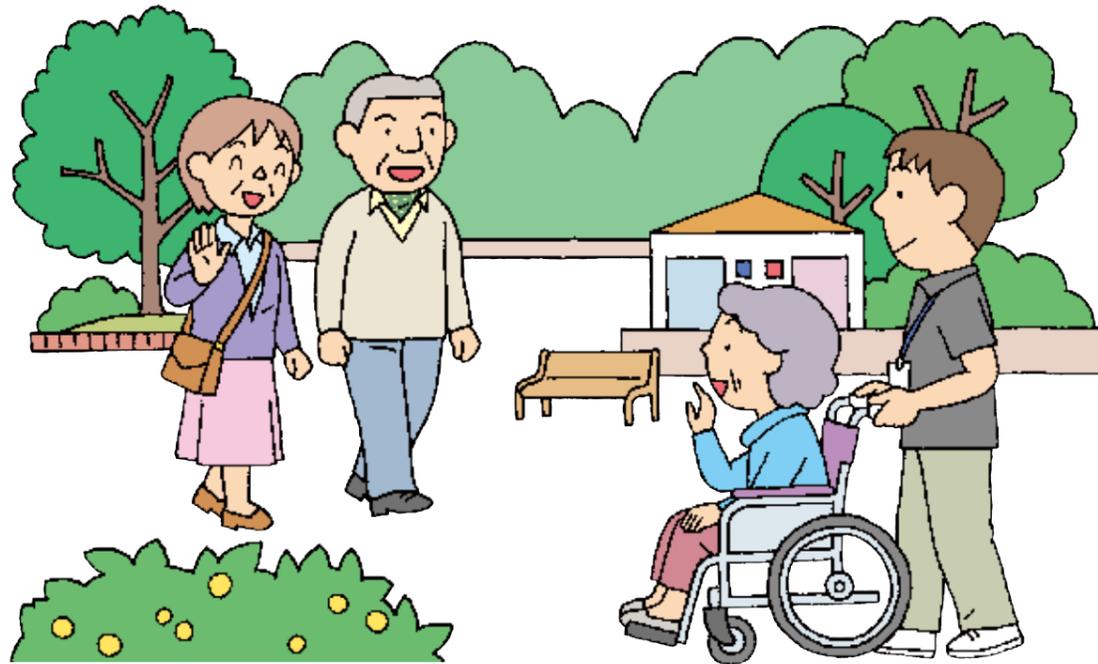


中 央 区

令和7年4月

もくじ

- 介護保険のしくみ 2
- 介護保険料 6
- 要介護・要支援認定 10
- 利用者の負担 18
- 利用できるサービス 22
- 介護予防・日常生活支援総合事業 34
- 介護保険外のサービス 36
- 事業所・施設一覧 41
- サービスの利用にあたって 44



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



●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	

介護保険はささえあいの制度です

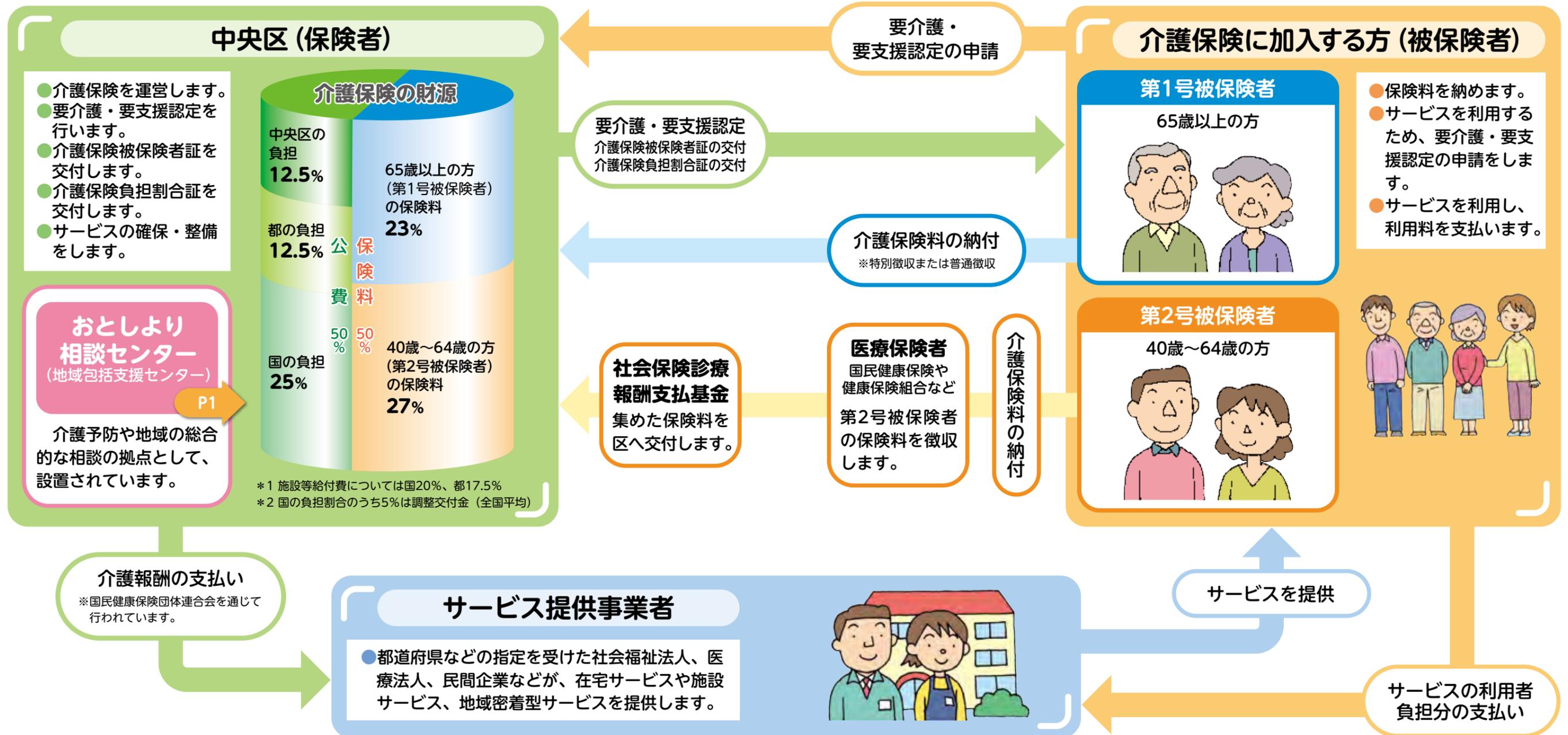


介護保険のしくみについて知りましょう

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

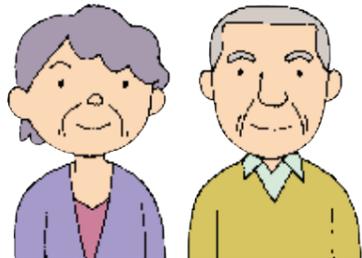


介護保険のしくみ

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

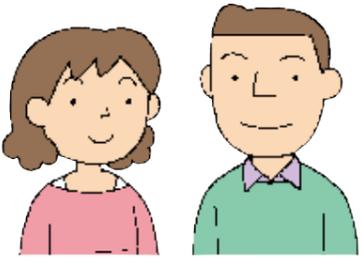


➔ 第1号被保険者

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



➔ 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 7月から加入します
第2号被保険者となります 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 7月から加入します
第1号被保険者となります 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	<ul style="list-style-type: none"> ● 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	<ul style="list-style-type: none"> ● 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	<ul style="list-style-type: none"> ● 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。

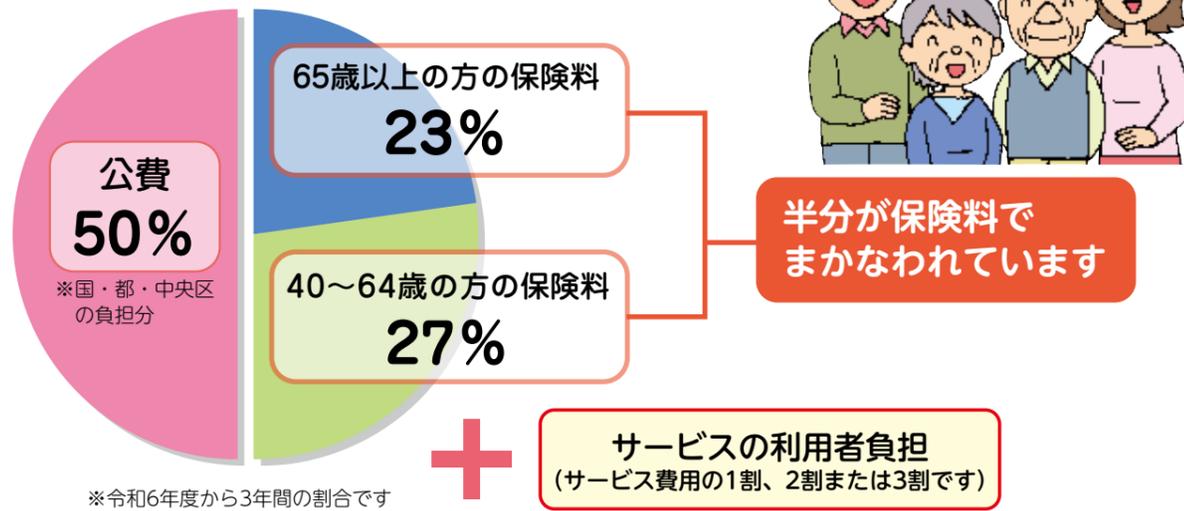
皆さんが納める介護保険料について

介護保険は皆さんが納める保険料を財源としています



介護保険は、40歳以上の皆さんが納めている保険料と公費を財源としています。介護が必要となったときに、だれもが安心してサービスを利用できるよう、保険料は忘れずに納めましょう。

介護保険の財源



保険料を滞納していると

保険料を滞納していると滞納期間に応じて次のような措置がとられます。

納期限を過ぎると

督促が行われ、延滞金が徴収される場合があります。

1年以上滞納すると

サービスを利用したときの費用の全額をいったん利用者が負担し、申請により、あとで保険給付分が支払われます。

1年6か月以上滞納すると

費用の全額を利用者が負担し、申請後も保険給付の一部、または全部が一時的に差し止めとなり、滞納していた保険料に充てられることもあります。

2年以上滞納すると

サービスを利用するとき利用者が負担が1割または2割の方は3割に、3割の方は4割に引き上げられたり、高額介護サービス費や特定入所者介護サービス費等が受けられなくなったりします。

※災害や失業など、やむを得ない理由で保険料を納めることが難しくなったときは、保険料の減免（P9参照）や納付猶予が受けられることがあります。困ったときは、お早めに区の担当窓口までご相談ください。

40～64歳の方 (第2号被保険者) の場合

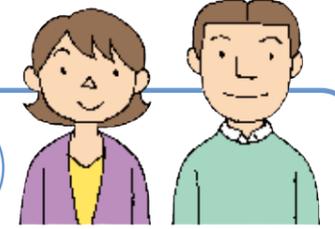
保険料の決めり方と納め方

全区市町村の介護サービスにかかる費用のうち、健康保険組合などの人数に応じて各医療保険者に振り分けられる負担額（介護給付費納付金）が決められます。各人の保険料は加入している医療保険の算定方法により決められ、医療保険料と合わせて納めます。

国民健康保険に加入している方は

決め方

介護分の保険料は、国民健康保険料の算定方法と同様に世帯の所得と人数に応じて算定されます。



介護分の保険料

$$\text{第2号被保険者分の賦課のもととなる所得額} \times \text{所得割率} + \text{第2号被保険者数} \times \text{均等割額}$$

※前年の総所得及び山林所得金額並びに株式・長期（短期）譲渡所得金額等の合計から住民税基礎控除を控除した額（雑損失の繰越控除は適用しません）。

納め方

国民健康保険料に介護分の保険料を含めて、世帯主が納めます。

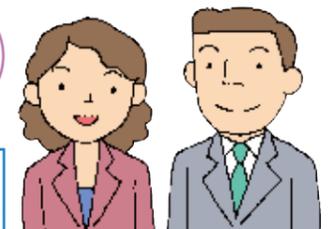
年度の途中で65歳に到達する方

65歳到達月の前月までの介護分保険料は、月割りで計算され、6月から3月までの10回に分割されているため、65歳到達後も介護分保険料を納めることになります。また、65歳到達月以降の介護分保険料は、介護保険課から新たに通知が届き、介護保険料として納めます。

職場の医療保険に加入している方は

決め方

医療保険ごとに設定される介護保険料率と、給与（標準報酬月額）および賞与（標準賞与額）に応じて決められます。



介護保険料

●介護保険料率の決めり方●
介護給付費納付金を各医療保険の第2号被保険者全員の標準報酬総額で割り、介護保険料率が決まります。

給与および賞与

介護保険料率

※原則として事業主が半分負担します

納め方

医療保険料と介護保険料を合わせて、給与および賞与から徴収されます。
※40～64歳の被扶養者は、保険料を個別に納める必要はありません

65歳以上の方 (第1号被保険者) の場合

保険料の決め方と納め方

中央区の介護サービスにかかる費用の総額（利用者負担を除く）のうち23%をまかなうように、65歳以上の方の保険料基準額および所得段階別保険料が決められます。

決め方

ご本人および同一世帯員の区民税課税状況や、ご本人の前年の合計所得金額および課税年金収入額に応じて下記の保険料段階区分にあてはめて決定し、6月中旬に通知します。

■基準額

**6,300円
(月額)**

=

中央区の介護サービス費用の総額×
第1号被保険者負担分
中央区の第1号被保険者数

÷

12カ月

※区市町村によって必要となるサービスの量や65歳以上の人数が異なるため、基準額も区市町村ごとに異なります。

■保険料段階区分

保険料段階区分は介護保険事業計画に基づき3年ごとに見直されます。なお、第6期から国の制度改正により、公費による低所得者の保険料軽減を行っています。

令和7年4月から 介護保険料の第1段階と第2段階、第4段階と第5段階を分ける基準となる金額が、80万円から80万9千円に変わりました。

保険料段階	対象者	保険料率	年間保険料(月額)
第1段階	生活保護を受給している方	0.25	18,840円(1,570円)
	世帯全員が区民税非課税		
第2段階	老齢福祉年金を受給している方 本人の課税年金収入額+その他の合計所得金額が80万9千円以下の方	0.45	33,960円(2,830円)
第3段階	本人の課税年金収入額+その他の合計所得金額が120万円以下の方	0.65	49,080円(4,090円)
第4段階	本人の課税年金収入額+その他の合計所得金額が120万円を超える方	0.90	68,040円(5,670円)
第5段階(基準額)	本人が区民税非課税で世帯員(※)に区民税課税の方がいる場合 本人の課税年金収入額+その他の合計所得金額が80万9千円以下の方	1.00	75,600円(6,300円)
第6段階	本人の課税年金収入額+その他の合計所得金額が80万9千円を超える方	1.15	87,000円(7,250円)
第7段階	合計所得金額が120万円未満の方	1.22	92,280円(7,690円)
第8段階	合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	1.45	109,680円(9,140円)
第9段階	合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	1.60	120,960円(10,080円)
第10段階	合計所得金額が320万円以上370万円未満の方	1.80	136,080円(11,340円)
第11段階	合計所得金額が370万円以上500万円未満の方	2.10	158,760円(13,230円)
第12段階	合計所得金額が500万円以上620万円未満の方	2.30	173,880円(14,490円)
第13段階	合計所得金額が620万円以上750万円未満の方	2.60	196,560円(16,380円)
第14段階	合計所得金額が750万円以上1,000万円未満の方	2.90	219,240円(18,270円)
第15段階	合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満の方	3.20	241,920円(20,160円)
第16段階	合計所得金額が1,500万円以上2,000万円未満の方	3.60	272,160円(22,680円)
第17段階	合計所得金額が2,000万円以上2,500万円未満の方	4.00	302,400円(25,200円)
	合計所得金額が2,500万円以上の方		

※世帯員とは、当該年度の4月1日または資格取得日時点の住民票の同一世帯員

- 合計所得金額とは、年金や給与、不動産、配当、譲渡など各所得金額の合計で、医療費控除や扶養控除などの所得控除を引く前の額です。
- その他の合計所得金額とは、合計所得金額から年金収入に係る所得を除いた所得額です。
- 土地建物等の譲渡に係る特別控除がある場合は、合計所得金額から長期譲渡所得および短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した額になります。
- 第1～5段階の合計所得金額に給与所得が含まれる場合は、給与所得から10万円を控除した額となります(控除後の金額が0円を下回る場合は、0円となります)。
- 課税年金収入額とは、国民年金、厚生年金など公的年金の年間受給額です。遺族年金や障害年金などの非課税年金は含みません。

納め方

保険料の納め方は、受給している年金額によって2種類に分けられます。

年金が年額18万円以上の方 年金から差し引き(特別徴収)

年金の定期支払い(年6回)の際、年金から保険料があらかじめ差し引かれます。特別徴収の対象となるのは、老齢(退職)年金、障害年金、遺族年金です。



■ 次のような場合、年金が年額18万円以上でも一時的に普通徴収(納付書・口座振替)で納めることがあります

- 年度途中で65歳(第1号被保険者)になった場合
- 他の区市町村から転入した場合
- 年度途中で年金(老齢(退職)年金、障害年金、遺族年金)の受給が始まった場合
- 収入申告のやり直しなどで、保険料の所得段階が変更になった場合
- 年金が一時差し止めになった場合
- 年金を担保として貸付を受けている場合
- ……など

年金が年額18万円未満の方 口座振替・納付書(普通徴収)

口座振替または区から送付する納付書で、期日までに金融機関などを通じて保険料を納めます。



■ 保険料の納付は口座振替が原則です

口座振替依頼書に記入し返信用封筒で返送するか、保険年金課収納係または特別出張所窓口でお申込みください。また、キャッシュカードによる口座振替受付も行っております。なお、利用可能な金融機関やキャッシュカードが限られますので、保険年金課収納係にお問い合わせください。

※口座振替開始までの分や、残高不足などにより口座振替できなかった場合などは、納付書で納めることになります。

● 税金の控除についてはP21をごらんください。

教えて! 介護保険

介護保険のサービスを利用しないのに、介護保険料は納めなくてはなりませんか?

介護保険は、介護の負担を社会全体で連帯して支えあう社会保険制度です。サービスを利用するしないにかかわらず、原則として40歳以上のすべての方が被保険者となり、保険料の負担をお願いしています。日本に3カ月を超えて在留する外国籍の方も、原則被保険者となります。

また、介護保険料は被保険者一人ひとりに賦課されるものですが、被保険者本人のほか、世帯主や配偶者についても連帯納付義務があります。

保険料の減免制度

生活に困窮し保険料負担が困難な方に対して、申請により保険料を減免する制度があります。

- 災害等により著しい損害を受けた場合や、事業の休廃止などで一時的に支払いができなくなったときは、保険料の減免を受けられることがあります。
- 保険料段階第2段階または第3段階で、次のすべての要件に該当する方は、一段階下げた保険料相当額に減額されます。
 - 世帯の収入が生活保護基準の115/100以下の方
 - 区民税課税者などの被扶養者になっていない方
 - 預貯金などの資産が300万円以下の方

介護保険のサービスを利用するには要介護・要支援認定の申請が必要です



1 要介護・要支援認定の申請をします

介護サービスの利用を希望する方は、区の窓口またはおとしより相談センターに認定の申請をしましょう。

申請は、利用者本人または家族のほか、成年後見人、おとしより相談センター、省令で定められた居宅介護支援事業者や介護保険施設などに代行してもらうこともできます。

- 申請には以下のものが必要です
- 要介護・要支援認定申請書
- 介護保険被保険者証
- 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）



※第2号被保険者（40歳から64歳の方）は医療保険加入の有無を確認するため以下の書類も必要です。

- マイナ保険証を保有している場合
 - マイナポータルの「医療保険の資格情報画面」の提示
 - 医療保険者が発行する「資格情報のお知らせ」の提示
 - 医療保険者が発行する「資格確認書」の提示 のいずれか
- マイナ保険証を保有していない場合
 - 医療保険者が発行する「資格確認書」の提示
- 医療保険証が利用可能な期間においては、医療保険証の提示でも差し支えありません。

※介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）の利用を希望する場合は、おとしより相談センターや区の窓口にご相談しましょう。（P34参照）

教えて！介護保険

現在入院中の場合は？

入院中は、心身の状態が変化しやすいため、正しい調査・認定ができない場合があります。主治医とよく相談して、病状が安定した時期に認定調査を受けてください。

緊急にサービスを利用したいときは……

まず、おとしより相談センターか居宅介護支援事業者に相談してください。要介護・要支援認定の申請をすると同時に、暫定的にサービスを利用するための計画を作成します。要介護・要支援認定の結果がでるまでのあいだは、その暫定的な計画にもとづきサービスを利用することができます。

区の独自サービスを受けたいときは……

紙おむつの支給や理美容サービスなど、区のサービスについても原則として要介護・要支援認定をもとに支給を決定しています。したがって、一般病院に入院中などにより介護サービスを利用しないときにも要介護・要支援認定の申請をしてください。



2 認定調査が行われます

認定調査

調査員が自宅を訪問し、心身の状況を調べるために、利用者本人と家族などから聞き取り調査などをします（全国共通の調査票が使われます）。

主治医意見書

区から利用者本人の主治医に意見書の作成を依頼します。主治医が介護を必要とする原因疾患などについて意見を記載します。

認定調査を受けるときは…

心身の状態が安定しているときに調査を受ける

いつもと違う体調のときでは、正しい調査ができないことがあります。

困っていることは事前にメモしておく

緊張などから状況が伝えきれないこともあります。困りごとなどは事前にメモをしておくとうれしいです。

家族などに同席してもらう

家族などいつもの介護者に同席してもらえば、より正確な調査ができます。

日常使っている補装具があれば伝える

つえなど日常使っている補装具がある場合は、使用状況を伝えましょう。

3 審査・判定されます

まず認定調査の結果などからコンピュータ判定（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。

- **コンピュータ判定の結果**…公平に判定するため、認定調査の結果はコンピュータで処理されます。（一次判定の結果）
- **特記事項**…基本調査には盛り込めない事項などが記入されます。
- **主治医意見書**…かかりつけ医が作成した心身の状況についての意見書。

介護認定審査会が審査・判定（二次判定）

区が任命する保健、医療、福祉の専門家から構成された介護認定審査会が総合的に審査し、要介護・要支援状態区分が決められます。



4 審査結果にもとづいて認定結果が通知されます

以下の区分に認定されます。

要介護1～5

生活機能の維持・改善を図ることが適切な方などです。介護保険の介護サービスが利用できます。

P14

要支援1・2

要介護状態が軽く、生活機能が改善する可能性の高い方などです。介護保険の介護予防サービスと区が行う総合事業が利用できます。

P16

非該当

基本チェックリストを受けて生活機能に低下が認められた場合、区が行う総合事業の一部事業が利用できます。
また、生活機能に低下が認められない場合は健康づくり事業が利用できます。介護サービスや介護予防サービスは利用できません。

P16

区から結果が記載された「認定結果通知書」と「介護保険被保険者証」を自宅に送ります。また、初めて介護認定を受けた方には、利用者負担の割合（1割、2割、3割）が記載された「介護保険負担割合証」を同封します。記載されている内容を確認しましょう。

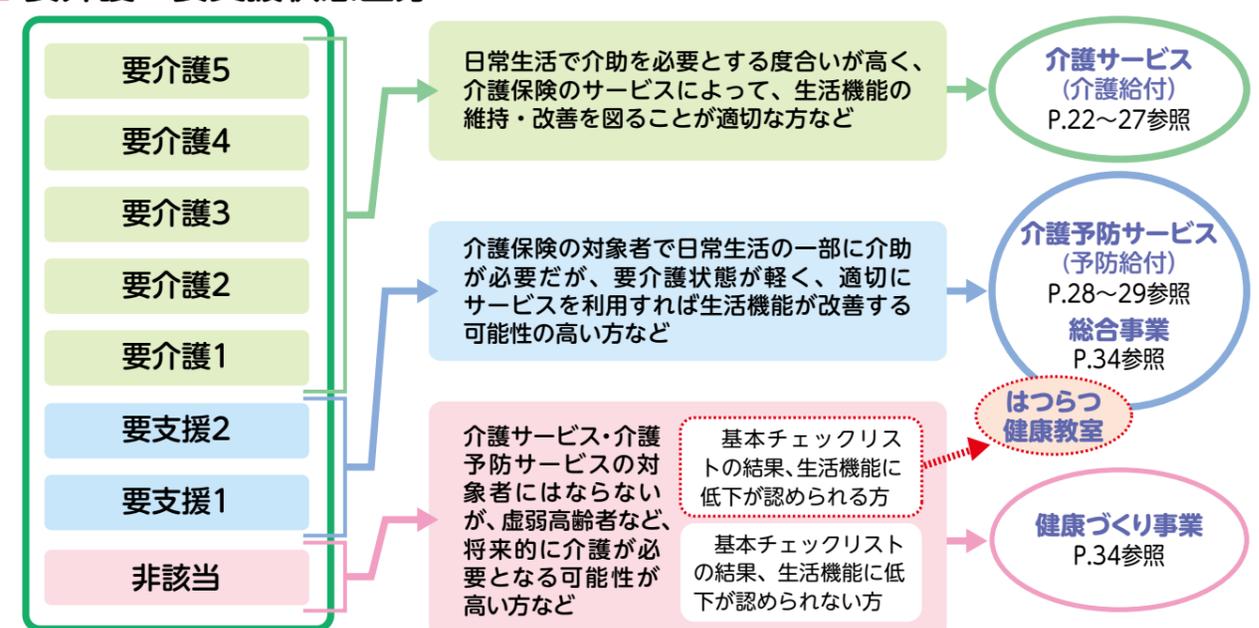
認定結果の有効期間と更新手続き

認定の有効期間は新規・区分変更申請の場合は原則6カ月、更新申請の場合は原則12カ月です。身体の状態などによって期間が延長される場合があります。

認定の効力発生日は、新規・区分変更申請の場合は原則認定申請日、更新認定の場合は前回認定の有効期間満了日の翌日になります。

要介護・要支援認定は、有効期間満了前に更新手続きが必要です。更新の申請は、要介護・要支援認定の有効期間満了日の60日前から受け付けます。

要介護・要支援状態区分



どんな介護や支援が必要か確認しましょう



ケアプランを作成します

介護サービス・介護予防サービスともに、個人の心身の状態に合わせたケアプラン・介護予防ケアプランを作り、それにもとづいてサービスを利用します。

ケアプラン、介護予防ケアプランの相談・作成は全額を介護保険が負担しますので、利用者負担はありません。



■居宅介護支援事業者とは

区市町村の指定を受け、ケアマネジャーを配置している事業者です。要介護・要支援認定申請の代行やケアプランの作成を依頼するときの窓口となり、サービス提供機関と連絡・調整をします。

※申請を代行できる事業者は厚生労働省令で定められています

■ケアマネジャー（介護支援専門員）とは

介護の知識を幅広く持った専門家で、介護サービスの利用にあたり次のような役割を担っています。

- 利用者や家族の相談に応じアドバイスします。
- サービス事業者との連絡や調整をします。
- 利用者の希望に沿ったケアプランを作成します。
- 施設入所を希望する方に適切な施設を紹介します。

教えて！ 介護保険

ケアプランを自分で作成した場合は…

利用者自身が、サービス事業者のサービス内容や単価を確認して、ケアプランを自分で作成した場合は、介護保険被保険者証を添付して区に届け出て確認をもらいます。

要介護認定の場合

要介護認定の通知

在宅でサービスを利用したい

ケアプランの作成を依頼

依頼する居宅介護支援事業者を選び、決まったら区に「ケアプラン作成依頼届出書」を提出します。その後、居宅介護支援事業者のケアマネジャーが利用者と面接して、問題点や課題を把握し、家族やサービス事業者を含めた話し合いを行って、ケアプランを作成してもらいます。



サービス提供事業者と契約

介護サービスを提供する事業者と契約します。



在宅サービスを利用

P22

ケアプランにもとづいたサービスを利用します。



ケアプラン

要介護1〜5

施設に入所したい

介護保険施設と契約

入所を希望する施設等に、申し込みます。施設は、居宅介護支援事業者などに紹介してもらうこともできます。

※区内の特別養護老人ホームの申込みは次のとおりです。

多床室の施設：
区役所介護保険課で受け付けます。

ユニット型個室の施設：
直接施設または介護保険課で受け付けます。

※原則、要介護3以上の方が利用できます。



ケアプランの作成

入所した施設のケアマネジャーに、ケアプランを作成してもらいます。



施設サービスを利用

P26

ケアプランにもとづいたサービスを利用します。



要支援認定の場合

おとしより相談センター（地域包括支援センター）または介護予防支援事業者*が中心となって介護予防ケアプランを作成します。

要支援1・2と認定された方、または基本チェックリストの結果、生活機能に低下があると認められた方は介護予防サービスまたは区が実施する総合事業を利用することができます。

*介護予防支援事業者の指定を受けた居宅介護支援事業者。サービス・活動事業のみ利用の場合は、おとしより相談センターに依頼します。

通知
要支援認定の

1 要支援
2

非該当

おとしより相談センターまたは介護予防支援事業者

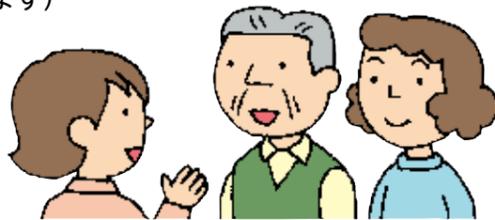
アセスメント

アセスメント表や本人・家族との話し合いにより、利用者の心身の状態や環境、生活歴などを把握し、課題を分析します。



サービス担当者との話し合い

目標を設定して、それを達成するための支援メニューを利用者や家族とサービス担当者を含めて検討します。（サービス内容によって省略する場合があります）



介護予防サービスを利用

P28

一定期間ごとに効果を評価し、必要な場合には、介護予防ケアプランを見直します。



介護予防ケアプランの作成

利用するサービスの種類や回数を決定し、介護予防ケアプランを作成します。



介護予防・日常生活支援総合事業を利用

総合事業とは…

高齢者の方が、住み慣れた地域で在宅において自立した日常生活が送れるよう支援するため、介護保険制度の改正により、介護予防のための『介護予防・日常生活支援総合事業』が創設されました。

サービス・活動事業

訪問型サービス

◆ 予防訪問サービス（ホームヘルプサービス）

ホームヘルパーが訪問して食事・入浴の介助等や掃除・洗濯・調理等により日常生活の支援を行います。

◆ 予防生活援助サービス

事業者が訪問して掃除・洗濯・調理等の生活援助を行います。（身体介護は行いません）



通所型サービス

◆ 予防通所サービス（デイサービス）

日常生活上の支援や機能訓練を行います。

◆ はつらつ健康教室（短期集中）（※）

生活機能に低下が見られ、短期集中型トレーニングにより改善が見込まれる方を対象に、身体機能の向上を目的とした短期間（原則3カ月）の講座（一部マシントレーニングを含む）を行います。

（※）生活機能の評価を行う『基本チェックリスト』に該当した（生活機能に低下が認められる）方や、要支援1・2の方が利用できます。『基本チェックリスト』はP35に掲載しています。ご自身の生活機能の状態を確認してみてください。

一般介護予防事業

健康づくり事業に該当になった方も利用できます。

- 高齢者通いの場
- 中央弁なまちトレーニング

健康づくり事業を利用

※自立の方のみを対象とした事業も含まれます。

- さわやか健康教室
- さわやか体操リーダーによる体操教室
- ゆうゆう講座
- いきいき館（敬老館）

生活機能の低下あり

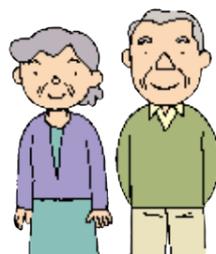
基本チェックリストの実施

生活機能の低下がないかを調べます。



P34

生活機能の低下なし
（自立）



ケアプラン

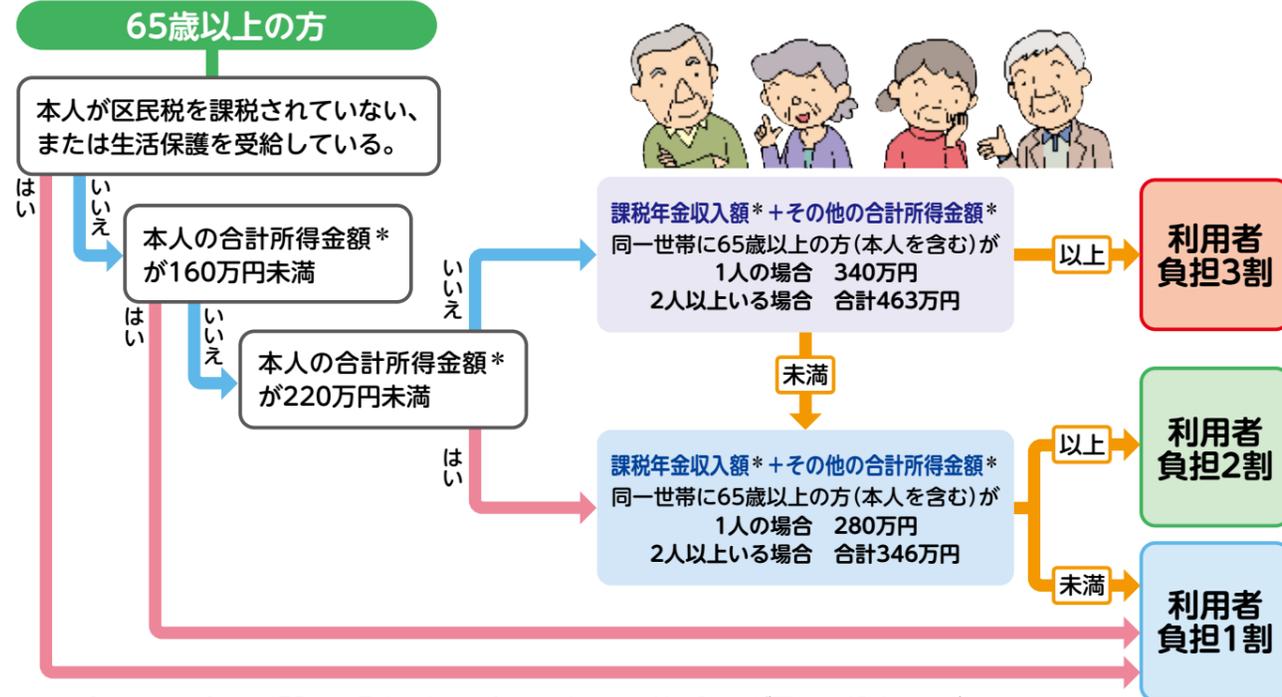
サービスにかかった費用の一部を負担します

サービスにかかった費用の1割、2割または3割を負担します



利用者負担の割合の決まり方

利用者本人と、同じ世帯にいる65歳以上の方の所得により決まります。
利用者負担の割合は、区から交付される「介護保険負担割合証」に記載されています。



* 合計所得金額、課税年金収入額、その他の合計所得金額については、8ページ下欄を参照してください。
合計所得金額にⅠ給与所得又はⅡ公的年金等に係る雑所得が含まれる場合には、ⅠとⅡの合計額から10万円を控除します。
◆ 第2号被保険者(40~64歳の方)の利用者負担は1割です。

介護保険負担割合証について

要介護・要支援認定を受けた方や総合事業を利用されている方には、利用者負担の割合(1割、2割、3割)が記載された「介護保険負担割合証」が発行されます(適用期間は8月~翌年7月で毎年交付されます)。

こんなときに利用します

負担割合証は、介護保険のサービスを受けるときにサービス提供事業者へ提示します。

サービス提供事業者はこの負担割合証で利用者の負担割合を確認します。

介護保険負担割合証	
交付年月日	年 月 日
番号	
住所	
フリガナ	
氏名	
生年月日	明治・大正・昭和 年 月 日
利用者負担の割合	適用期間
割	開始年月日 年 月 日 終了年月日 年 月 日
割	開始年月日 年 月 日 終了年月日 年 月 日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	

おもな在宅サービスの費用について

おもな在宅サービスでは、要介護状態区分に応じて上限額(支給限度額)が決められています。上限額の範囲内でサービスを利用するときは、利用者負担は1割、2割または3割ですが、上限を超えてサービスを利用した場合には、超えた分は全額利用者の負担となります。

おもな在宅サービスの支給限度額(1カ月)

要介護状態区分	支給限度額
要支援1	50,320円
要支援2	105,310円
要介護1	167,650円
要介護2	197,050円
要介護3	270,480円
要介護4	309,380円
要介護5	362,170円

支給限度額が適用されないサービス

要支援1・2の方のサービス	
● 介護予防居宅療養管理指導	● 介護予防住宅改修費支給
● 介護予防特定施設入居者生活介護	
● 介護予防認知症対応型共同生活介護	
● 特定介護予防福祉用具販売	
要介護1~5の方のサービス	
● 居宅療養管理指導	● 特定施設入居者生活介護
● 認知症対応型共同生活介護	
● 地域密着型特定施設入居者生活介護	
● 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	
● 特定福祉用具販売	● 住宅改修費支給

※上記の支給限度額は標準地域のケースで、人件費などの地域差に応じて限度額の加算があります

例 要介護1の方が、1カ月180,000円分のサービスを利用した場合の利用者負担額(1割負担の場合)



生活困難な方は利用者負担が軽減されます

生計困難な方が、軽減制度を取り扱っている事業者で対象のサービスを利用した場合に、介護サービス費や居住費、食費に係る利用者負担額の1/4(高齢福祉年金受給者は1/2)を軽減します。軽減を受けるためには、介護保険課へ申請する必要があります。

対象者

区民税非課税世帯で、次の①から⑤のすべての要件を満たしている方

- ①世帯の年間収入が基準収入額以下
- ②世帯の預貯金額(有価証券、債権等を含む)が基準貯蓄額以下
- ③世帯がその居住用に供する家屋、その他日常生活のために必要な資産以外に利用できる資産を所有していない
- ④負担能力のある親族(別世帯含む)などに扶養されていない
- ⑤介護保険料を滞納していない

■基準収入額・貯蓄額

世帯員数	世帯の年間収入額	世帯の預貯金額
1人	150万円	350万円
2人	200万円	450万円
3人	250万円	550万円

生活福祉資金貸付制度があります

生活福祉資金貸付制度は、低所得世帯や高齢者世帯等に対して、日常生活費以外のまとまった資金を必要とする場合や、医療費等の大きな支出が一時的に必要な場合に、資金の貸付と相談支援を行う制度です。原則として、未払い・未契約の費用が貸付対象です。

(例) 福祉用具購入費・住宅改修費・一時的な医療費及び介護サービス料

お問い合わせ・申込み先

中央区社会福祉協議会 ☎3523-9295

介護保険を利用しやすくするために 利用者負担の軽減制度があります



1カ月の利用者負担が上限額を超えたとき

高額介護サービス費

同じ月に利用したサービスの、利用者負担の合計額（同じ世帯に複数の利用者がある場合は世帯合計額）が利用者負担額の上限を超えた場合、申請により区が認めるときには超えた額が支給されます。

▶該当する方には申請用紙が郵送されますので、区に申請書を提出してください。

◆利用者負担の上限額 **令和7年8月から** 利用者負担段階の80万円が80万9千円に変わります。

利用者負担段階区分	上限額（世帯合計）
●年収約1,160万円以上	140,100円
●年収約770万円以上約1,160万円未満	93,000円
●年収約383万円以上約770万円未満	44,400円
●一般（上記または下記以外）	44,400円
●区民税世帯非課税等	24,600円
●合計所得金額および課税年金収入額の合計が80万円以下の方 ●高齢福祉年金の受給者	15,000円(個人)
●生活保護の受給者 ●利用者負担を15,000円に減額することで、生活保護の受給者とならない場合	15,000円(個人) 15,000円

介護保険と医療保険の利用者負担が高額になったとき

高額医療合算介護サービス費

介護保険と医療保険の両方の利用者負担が高額になった場合は合算することができます（高額医療・高額介護合算制度）。介護保険と医療保険のそれぞれ月の限度額を適用後、年間（8月～翌年7月）の利用者負担額を合算して下表の限度額を超えたときは、申請により超えた分が翌々年4月以降に支給されます。

▶中央区国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入されている方のうち、支給対象となる見込みの方には翌々年に申請用紙が郵送されますので、医療保険の窓口申請書を提出してください。

◆高額医療・高額介護合算制度の利用者負担限度額〈年額／8月～翌年7月〉

所得 (基礎控除後の総所得金額等)	70歳未満の方がいる世帯	所得区分	70～74歳の方がいる世帯	後期高齢者医療制度で医療を受ける方がいる世帯
901万円超	212万円	課税所得690万円以上	212万円	212万円
600万円超901万円以下	141万円	課税所得380万円以上	141万円	141万円
210万円超600万円以下	67万円	課税所得145万円以上	67万円	67万円
210万円以下	60万円	一般	56万円	56万円
区民税非課税世帯	34万円	低所得者Ⅱ	31万円	31万円
		低所得者Ⅰ*	19万円	19万円

※低所得者Ⅰ区分の世帯で介護サービスの利用者が複数いる場合は、限度額の適用方法が異なります

●毎年7月31日時点で加入している医療保険の所得区分が適用されます

利用者負担金の減免について

災害等により居住する家屋が著しい損害を受けた場合などに利用者負担金の減免を受けられることがあります。

教えて！ 介護保険

介護サービス・介護保険料に関する税の控除

●社会保険料控除

介護保険料として支払った額は、社会保険料控除の対象となります。

【お問合せ先】 保険年金課収納係 ☎3546-5365

●障害者控除および特別障害者控除

65歳以上の方で、下記の条件に該当する場合、障害者控除または特別障害者控除の適用を受けるための「認定通知書」を交付します。

- 条件**
- (1) 障害者手帳等の交付を受けていない方
 - (2) 要介護1以上の要介護認定を受けている方
 - (3) 認定情報から寝たきり状態や認知症状が確認できる方

【お問合せ先】 介護保険課介護認定係 ☎3546-5385

●医療費控除

◆おむつ代

要介護認定を受けている方で、下記の条件に該当する方に、医師が発行する「おむつ使用証明書」に代えて、「確認書」を交付します。

- 条件**
- (1) おむつを使用した年に作成された「主治医意見書」、もしくはおむつを使用した年に主治医意見書が作成されていない場合は、その年に受けていた要介護認定（有効期間が13カ月以上のものに限る）の審査に当たり作成された「主治医意見書」を区が保管し、確認できること。
 - ◎初めて医療費控除を受ける場合は、おむつを使用した年に受けていた要介護認定の有効期間が合算して6カ月以上であること。
 - (2) 「主治医意見書」の内容から「寝たきり」で「失禁への対応」としてカテーテルを使用していること、または尿失禁が「現在あるかまたは今後発生の可能性の高い状態」であることが確認できること。

【お問合せ先】 介護保険課介護認定係 ☎3546-5385

◆居宅サービス利用者(介護予防サービスも含む)

- 条件**
- (1) 居宅サービス計画又は介護予防サービス計画にもとづいて居宅サービスを受けていること
 - (2) 居宅サービス計画又は介護予防サービス計画に次のような医療系サービスが位置付けられていること

訪問看護、訪問リハビリ、通所リハビリ、短期入所療養介護、居宅療養管理指導等

対象サービス 訪問介護（生活援助中心型を除く）、訪問入浴介護、通所介護、短期入所生活介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護（一部を除く）、夜間対応型訪問介護、認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護等

対象費用 居宅介護サービス事業者等に支払った自己負担額

◆施設入所者

条件 指定介護老人福祉施設、指定地域密着型介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院の入所者

対象費用 施設に支払った自己負担額（居住費・食費及び介護費）
※ただし、指定介護老人福祉施設及び指定地域密着型介護老人福祉施設は支払った額の2分の1

※「高額介護サービス費」により支給された分は医療費控除から除かれます。

※全ての介護サービスについて、日常生活費、特別な居住費・食費は医療費控除の対象とはなりません。

※医療費控除の対象額が総所得金額等の5%（総所得金額等が200万円以上の方は10万円）を超えないと適用されません。

※医療費控除の対象となる額は領収書に記載されています。大切に保管しておきましょう。

所得税の控除全般については
税務署にお問い合わせください。

【お問合せ先】 日本橋税務署 ☎3663-8451
京橋税務署 ☎4434-0011

要介護1~5の方が利用できるサービスです



介護保険で利用できる 在宅サービス

在宅サービスには、居宅を訪問してもらう訪問系サービスや施設に通って受ける通所系サービスなどがあります。サービスは組み合わせて利用することができます。

- 利用者負担のめやすは、サービスにかかる基本的な費用の1割を掲載しています。利用者負担の割合についてはP18参照。
- サービスの利用内容によってさまざまな加算があります。また、地域による加算や介護職員処遇改善加算などもあります。
- 共生型サービス事業所の指定を受けた障害福祉サービス事業所でも通所介護などの介護保険のサービスを利用できます。
Ⓜは共生型サービスです。

自宅での生活の手助けをしてほしい

訪問介護 (ホームヘルプサービス) Ⓜ

ホームヘルパーが居宅を訪問して、食事・入浴・排せつなどの身体介護、調理・洗濯、掃除などの日常生活上の援助をします。通院などを目的とした乗降介助も行います。



●利用者負担のめやす

身体介護中心 (20分以上30分未満の場合)	279円
生活援助中心 (20分以上45分未満の場合)	204円

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%が加算されます

通院等のための乗車または降車の介助 (1回につき)	111円
---------------------------	------

※移送にかかる費用は別途負担が必要です

訪問入浴介護

介護職員と看護職員が移動入浴車などで居宅を訪問し、入浴の介助をします。



●利用者負担のめやす

1回	1,444円
----	--------

自宅でリハビリを受けたい

訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問し、リハビリテーションを行います。



●利用者負担のめやす

1回*	342円
-----	------

※20分間リハビリテーションを行った場合

自宅でお医者さんや看護師さんにアドバイスをもらいたい

訪問看護

疾患などを抱えている方へ、看護師などが居宅を訪問し、療養上の世話や診療の補助を行います。

●利用者負担のめやす

訪問看護ステーションからの訪問の場合 (30分未満の場合)	537円
病院または診療所からの訪問の場合 (30分未満の場合)	455円

※早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算されます
※緊急時訪問看護加算、特別な管理を必要とする場合などの加算あり

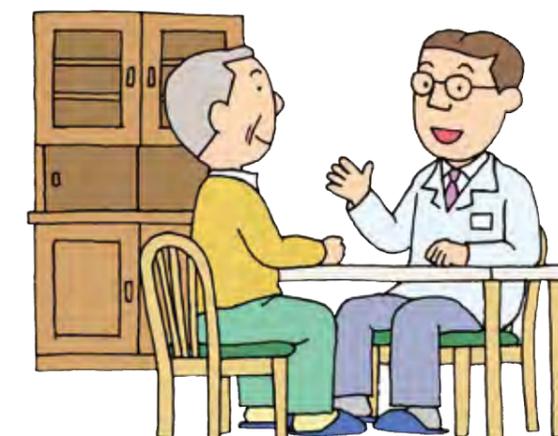


居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士などが居宅を訪問し、療養上の管理や指導をします。

●利用者負担のめやす

医師が行う場合 (月2回まで)	515円
-----------------	------



施設に行って支援やリハビリを受けたい

通所介護(デイサービス) ⑧

通所介護施設に通い、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、機能訓練などを日帰りでを行います。



●利用者負担のめやす
通常規模の事業所の場合〈7時間以上8時間未満の場合〉

要介護1	718円
要介護2	847円
要介護3	981円
要介護4	1,115円
要介護5	1,252円

※送迎を含む
※個別の機能訓練を行った場合や入浴の加算あり。食費、日常生活費は別途必要になります

通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や医療施設などに通い、食事・入浴・排せつなどの介護や、生活機能向上のためのリハビリテーションを日帰りでを行います。



●利用者負担のめやす
通常規模の事業所の場合〈7時間以上8時間未満の場合〉

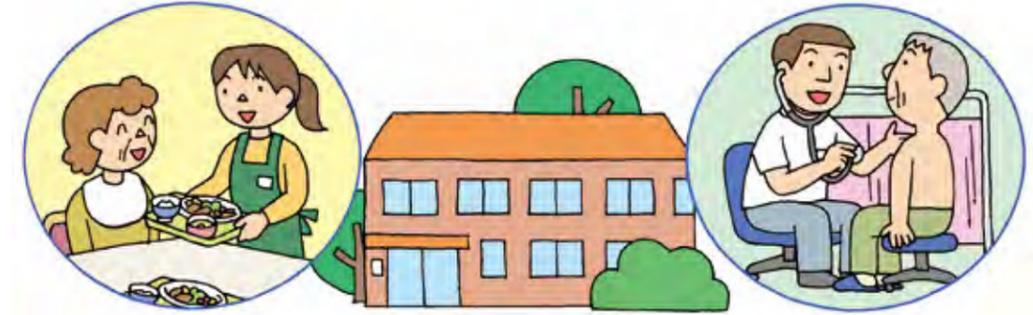
要介護1	846円
要介護2	1,003円
要介護3	1,161円
要介護4	1,349円
要介護5	1,531円

※送迎を含む
※個別のリハビリテーションを行った場合や入浴の加算あり。食費、日常生活費は別途必要になります

施設に入所してサービスを受けたい

短期入所生活介護(ショートステイ) ⑧ 短期入所療養介護(医療型ショートステイ)

介護老人福祉施設や医療施設などに短期間入所している方へ、日常生活上の支援や機能訓練などを行います。



●利用者負担のめやす
短期入所生活介護
介護老人福祉施設 併設型・多床室の場合〈1日につき〉

要介護1	670円
要介護2	746円
要介護3	827円
要介護4	905円
要介護5	982円

※食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります

短期入所療養介護
介護老人保健施設 多床室の場合〈1日につき〉

要介護1	905円
要介護2	960円
要介護3	1,029円
要介護4	1,087円
要介護5	1,147円

※食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります

特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入居している方へ、日常生活上の世話や機能訓練などを行います。

●利用者負担のめやす〈1日につき〉

要介護1	591円
要介護2	664円
要介護3	741円
要介護4	811円
要介護5	887円

※日常生活費は別途必要になります





介護保険で利用できる施設サービス

施設サービスは、介護が中心か治療が中心かなどによって入所する施設を選択します。入所の申し込みは介護保険施設へ直接行います。要支援1・2の方は、施設サービスは利用できません（介護老人福祉施設のみ要介護1・2の方も原則として新規入所できません）。

施設サービスの費用について

施設サービスを利用した場合、サービス費用の1割、2割または3割に加えて、食費、居住費、日常生活費を施設に支払います。

サービス費用の1割、2割または3割 + 食費 + 居住費 + 日常生活費

●基準費用額：施設における居住費・食費の平均的な費用を勘案して定める額（1日あたり）
利用者負担は施設と利用者の間で契約により決められますが、基準となる額が定められています。

施設の種類	居住費				食費
	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
介護老人福祉施設	2,066円	1,728円	1,231円	915円	1,445円
介護老人保健施設 介護医療院	2,066円	1,728円	1,728円	437円 ※【697円】	

※【】内はその他型・療養型の介護老人保健施設・II型の介護医療院の場合 **令和7年8月から**

低所得の方は食費と居住費が軽減されます

低所得の方の施設利用が困難とならないように、申請により、食費と居住費の一定額以上は保険給付されます。所得に応じた負担限度額までを支払い、残りの基準費用額との差額は介護保険から給付されます（特定入所者介護（予防）サービス費）。

●負担限度額（1日あたり） **令和7年8月から** 利用者負担段階の80万円が80万9千円に変わります。

利用者負担段階	利用者負担内容	居住費等の負担限度額				食費の負担限度額	
		ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	施設サービス	短期入所サービス
第1段階	本人および世帯全員が区民税非課税で、老齢福祉年金の受給者、生活保護の受給者	880円	550円	550円 (380円)	0円	300円	300円
第2段階	本人および世帯全員が区民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が80万円以下の方	880円	550円	550円 (480円)	430円	390円	600円
第3段階①	本人および世帯全員が区民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が80万円超120万円以下の方	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	650円	1,000円
第3段階②	本人および世帯全員が区民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が120万円超の方	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	1,360円	1,300円

●介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合の従来型個室の負担限度額は、（ ）内の金額となります
●次の①②のいずれかに該当する場合、特定入所者介護（予防）サービス費の給付対象にはなりません
①区民税非課税世帯でも、世帯分離している配偶者が区民税課税者
②区民税非課税世帯（世帯分離している配偶者も区民税非課税）でも、各負担段階に応じて預貯金等が一定額を超える
・第1段階：預貯金等が単身1,000万円、夫婦2,000万円を超える場合
・第2段階：預貯金等が単身650万円、夫婦1,650万円を超える場合
・第3段階①：預貯金等が単身550万円、夫婦1,550万円を超える場合
・第3段階②：預貯金等が単身500万円、夫婦1,500万円を超える場合
●第1～3段階②に該当しない方でも、特例的に第3段階②の負担軽減を受けられる場合があります。くわしくは区の窓口にお問い合わせください

日常生活の支援をしてほしい

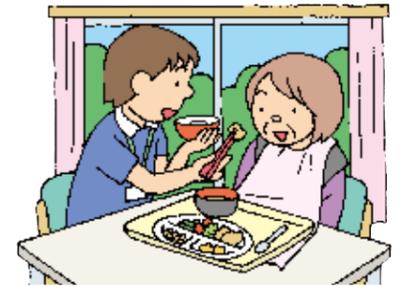
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

常時介護が必要で居宅での生活が困難な方が入所して、日常生活上の支援や介護を提供します。

●利用者負担のめやす（30日の場合）

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	19,261円	19,261円	21,909円
要介護2	21,550円	21,550円	24,198円
要介護3	23,937円	23,937円	26,651円
要介護4	26,226円	26,226円	28,973円
要介護5	28,482円	28,482円	31,229円

●新規入所は、原則として要介護3以上の方が対象です



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）

状態が安定している方が在宅復帰できるよう、リハビリテーションや介護を提供します。

●利用者負担のめやす（30日の場合）

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	23,446円	25,932円	26,226円
要介護2	24,951円	27,567円	27,730円
要介護3	27,076円	29,692円	29,856円
要介護4	28,875円	31,425円	31,654円
要介護5	30,477円	33,093円	33,289円



医療と介護を一体的に受けたい

介護医療院

長期の療養を必要とする方のための施設で、医療のほか、生活の場としての機能も兼ね備え、日常生活上の介護などを提供します。

●利用者負担のめやす（30日の場合）

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	23,577円	27,240円	27,795円
要介護2	27,207円	30,837円	31,392円
要介護3	34,989円	38,652円	39,208円
要介護4	38,325円	41,955円	42,510円
要介護5	41,301円	44,963円	45,519円



●従来型個室…ユニットを構成しない個室
●多床室…ユニットを構成しない相部屋
●ユニット型個室…壁が天井まであり、完全に仕切られている個室
●ユニット型個室的多床室…壁が天井までなく、すき間がある個室
※ユニットとは、少数の個室と、個室に近接して設けられた共同生活室によって一体的に構成される場所のことです

要支援1・2の方が利用できるサービスです



介護保険で利用できる 介護予防サービス

介護予防サービスには、居宅を訪問してもらう訪問系サービスや施設に通って受ける通所系サービスなどがあります。サービスは組み合わせて利用することができます。

- 利用者負担のめやすは、サービスにかかる基本的な費用の1割を掲載しています。利用者負担の割合についてはP18参照。
- サービスの利用内容によってさまざまな加算があります。また、地域による加算や介護職員処遇改善加算などもあります。
- 共生型サービス事業所の指定を受けた障害福祉サービス事業所でも通所介護などの介護保険のサービスを利用できます。
Ⓜは共生型サービスです。

自宅での入浴の手助けをしてほしい

介護予防訪問入浴介護

疾病などの特別な理由がある場合に、介護職員と看護職員が居宅を訪問し、入浴の介助をします。

●利用者負担のめやす

1回	976円
----	------

自宅でリハビリを受けたい

介護予防訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問し、介護予防を目的としたリハビリテーションを行います。

●利用者負担のめやす

1回*	331円
-----	------

*20分間リハビリテーションを行った場合

自宅でお医者さんや看護師さんにアドバイスをもらいたい

介護予防訪問看護

疾患などを抱えている方へ、看護師などが居宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の世話や診療の補助を行います。

●利用者負担のめやす

訪問看護ステーションからの訪問の場合 (30分未満の場合)	515円
病院または診療所からの訪問の場合 (30分未満の場合)	436円

*早朝・夜間は25%加算、深夜は50%加算されます
*緊急時訪問看護加算、特別な管理を必要とする場合などの加算あり

介護予防居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士などが居宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の管理や指導をします。

●利用者負担のめやす

医師が行う場合 (月2回まで)	515円
-----------------	------

施設に行って支援やリハビリを受けたい

介護予防通所リハビリテーション (デイケア)

介護老人保健施設や医療施設などで、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、リハビリテーションを日帰りで行います。また、目標に合わせたサービスも提供します。

●利用者負担のめやす (1カ月につき)

要支援1	2,518円	栄養改善	222円
要支援2	4,693円	口腔機能向上	167円

*送迎、入浴を含む
*食費、日常生活費は別途必要になります

加算

口腔・栄養スクリーニング加算	1回につき23円 (6カ月に1回)
生活行為向上リハビリテーション実施加算	6カ月以内 1カ月につき624円

利用者の目標に応じて次のようなサービスが利用できます。組み合わせて利用することもできます。

- 栄養改善 管理栄養士などの指導で、低栄養を予防するための食べ方や、食事作りなどをします。
- 口腔機能向上 歯科衛生士や言語聴覚士などの指導で、歯みがきや摂食・えん下機能向上の訓練などをします。

施設に入所してサービスを受けたい

介護予防短期入所生活介護 (ショートステイ) Ⓜ 介護予防短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)

介護老人福祉施設や医療施設などに短期間入所している方へ、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などを行います。

●利用者負担のめやす

介護予防短期入所生活介護 介護老人福祉施設 併設型・多床室の場合 (1日につき) 介護予防短期入所療養介護 介護老人保健施設 多床室の場合 (1日につき)

要支援1	501円	要支援1	669円
要支援2	623円	要支援2	844円

*食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります

*食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります

介護予防特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入居している方へ、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などを行います。

●利用者負担のめやす (1日につき)

要支援1	200円
要支援2	342円

*日常生活費は別途必要になります





介護保険で利用できる 生活環境を整えるサービス

自立した生活を目指すために、福祉用具のレンタル（貸与）や購入費を支給するサービス、住宅の改修が必要な場合に、改修費を支給するサービスがあります。

【 】内は、介護予防サービスの名称です。

福祉用具を利用して自分でできることを増やしたい

福祉用具貸与【介護予防福祉用具貸与】

日常生活の自立を助けるための福祉用具（下記の品目）を借りることができます。

要介護4・5の方の対象品目

- 自動排泄処理装置はいせつ ※尿のみを吸引するものは要支援1・2、要介護1～3の方も利用できます。

要介護2・3の方の対象品目

- 車いす（車いす付属品を含む） ● 特殊寝台（特殊寝台付属品を含む） ● 床ずれ防止用具
- 体位変換器 ● 認知症老人徘徊感知機器はいかい ● 移動用リフト（つり具を除く）

要支援1・2、要介護1の方の対象品目

- 手すり（工事をともなわないもの） ● スロープ（工事をともなわないもの）★
- 歩行器★ ● 歩行補助つえ★

★印の福祉用具のうち、固定用スロープ、歩行器（歩行車を除く）、単点杖（松葉杖を除く）、多点杖は、ケアマネジャーや福祉用具専門相談員の提案を受け、利用者の意思決定で購入することも可能です。

◆利用者負担について

- 用具の種類や事業者により金額は変わります。支給限度額（P19）が適用されます。

特定福祉用具販売【特定介護予防福祉用具販売】

下記の福祉用具を、都道府県などの指定を受けた事業者から購入したとき、購入費が支給されます。

申請が必要です

要介護1～5

要支援1・2

- 腰掛便座はいせつ ● 簡易浴槽 ● 入浴補助用具
 - 自動排泄処理装置の交換可能部品 ● 移動用リフトのつり具 ● 排泄予測支援機器
- 福祉用具貸与対象用具のうち、固定用スロープ、歩行器（歩行車を除く）、単点杖（松葉杖を除く）と多点杖は、購入して利用することもできます。
- ※事業所にいる「福祉用具専門相談員」に必ずアドバイスを受けましょう。

◆利用者負担について

- 同年度（4月1日～翌年3月31日）で10万円を上限に費用の9割、8割または7割の金額が介護保険から支給されます。
- 都道府県などの指定を受けていない事業者から購入した場合は支給されませんので、ご注意ください。

住みなれた家を暮らしやすい環境にしたい

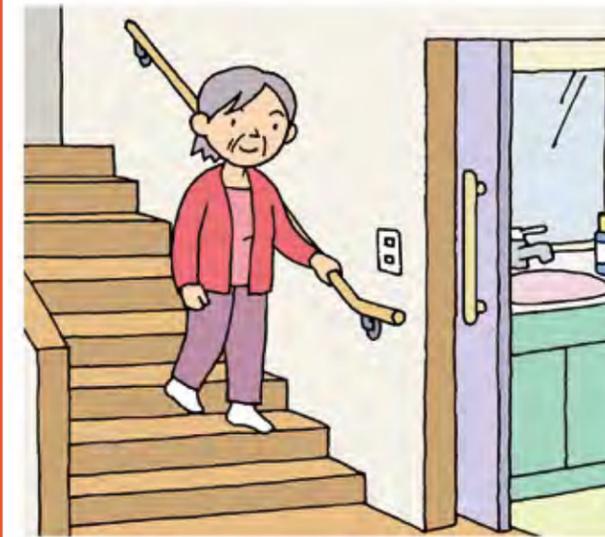
住宅改修費支給【介護予防住宅改修費支給】

事前の申請が必要です

事前に申請したうえで、手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、改修費が支給されます。

◆支給額について

- 介護を受けている方、ひとりにつき20万円を上限に費用の9割、8割または7割の金額が介護保険から支給されます。
- 引っ越した場合や要介護状態区分が3段階以上上がったときには、再度給付を受けることができます。



要介護1～5

要支援1・2

介護保険でできる住宅改修の例

- 手すりの取り付け
- 段差の解消
- 滑りにくい床材に変更
- 引き戸などへの扉の取り替え
- 和式便器を洋式便器などに取り替え
- 上記の工事にともなって必要となる工事

利用手続きの流れ

ケアマネジャーなどに相談

施工事業者の選択・見積もり依頼

区へ**事前に申請**／区による確認

工事の実施・完了／支払い

区へ領収書などを提出

住宅改修費の支給

申請に必要な書類

- 住宅改修費支給申請書
- 工事費見積書
- 住宅改修が必要な理由書
ケアマネジャーなどに作成を依頼します
- 改修後の完成予定の状態がわかるもの
日付入りの写真および図面
- 住宅の所有者の承諾書
改修の利用者と住宅の所有者が異なる場合

提出に必要な書類

- 住宅改修に要した費用の領収書
- 工事費内訳書
介護保険の対象となる工事の種類を明記し、各費用などが適切に区分してあるもの
- 完成後の状態を確認できる書類
改修後の日付入りの写真を添付
- 請求書

地域の特性に応じたサービスもあります



介護保険で利用できる 地域密着型サービス

住みなれた地域での生活を続けるために、地域の特性に応じた地域密着型サービスがあります。ただし、地域で必要とされるサービスが異なるため、原則として、他の区市町村のサービスは受けられません。【 】内は、地域密着型介護予防サービスの名称です。

- 利用者負担のめやすは、サービスにかかる基本的な費用の1割を掲載しています。利用者負担の割合についてはP18参照。
- サービスの利用内容によってさまざまな加算があります。また、地域による加算や介護職員処遇改善加算などもあります。
- 施設を利用した場合、食費、日常生活費、居住費などは別途必要になります。
- 共生型サービス事業所の指定を受けた障害福祉サービス事業所でも通所介護などの介護保険のサービスを利用できます。(共)は共生型サービスです。

通い・訪問・泊まりなど組み合わせて利用したい

小規模多機能型居宅介護 【介護予防小規模多機能型居宅介護】

施設への通いを中心に、利用者の選択に応じて、居宅への訪問や短期間の宿泊を組み合わせ、多機能なサービスを提供します。



●利用者負担のめやす(1カ月につき)

要支援1	3,830円
要支援2	7,739円
要介護1	11,609円
要介護2	17,061円
要介護3	24,819円
要介護4	27,392円
要介護5	30,202円

身近な地域の施設に入所したい

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

定員が29人以下の小規模な介護老人福祉施設で、介護や日常生活上の世話、機能訓練などを提供します。

要支援1・2の方は
利用できません

●利用者負担のめやす(1日につき)

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	654円	654円	744円
要介護2	732円	732円	821円
要介護3	812円	812円	903円
要介護4	891円	891円	982円
要介護5	967円	967円	1,059円

●新規入所は、原則として要介護3以上の方が対象です

ヘルパーさん・看護師さんに自宅を定期的に訪問してもらいたい

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて、定期的な巡回と随時の通報により居宅を訪問し、入浴・排せつ・食事などの介護や、日常生活上の緊急時の対応を行います。

●利用者負担のめやす(1カ月につき)
介護、看護一体型事業所の場合

◆訪問介護のみを利用

要介護1	6,209円
要介護2	11,081円
要介護3	18,400円
要介護4	23,276円
要介護5	28,149円

◆訪問介護と訪問看護を利用

要介護1	9,059円
要介護2	14,151円
要介護3	21,601円
要介護4	26,629円
要介護5	32,260円

要支援1・2の方は
利用できません

認知症高齢者を対象にしたサービスを利用したい

認知症対応型通所介護 【介護予防認知症対応型通所介護】

認知症の方へ、食事・入浴などの介護や機能訓練などを日帰りで行います。

●利用者負担のめやす(7時間以上8時間未満の場合)
単独型を利用する場合

要支援1	956円
要支援2	1,067円
要介護1	1,104円
要介護2	1,224円
要介護3	1,344円
要介護4	1,464円
要介護5	1,584円

認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)

【介護予防認知症対応型共同生活介護】

認知症の方が共同生活する住居で、食事・入浴などの介護や機能訓練などを行います。

●利用者負担のめやす(1日につき)
ユニット数1の場合

要支援2	830円
要介護1	834円
要介護2	873円
要介護3	899円
要介護4	917円
要介護5	937円

要支援1の方は
利用できません

夜間もヘルパーさんに来てもらいたい

夜間対応型訪問介護

定期巡回または通報による夜間専用の訪問介護を行います。

要支援1・2の方は
利用できません

●利用者負担のめやす
オペレーションセンターを設置している場合

基本夜間対応型訪問介護	1,128円/月
定期巡回サービス	424円/回
随時訪問サービス	647円/回

施設に行き支援やリハビリを受けたい

地域密着型通所介護 (共)

定員が18人以下の小規模な通所介護施設で、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、機能訓練などを日帰りで行います。

要支援1・2の方は利用できません

●利用者負担のめやす
(7時間以上8時間未満の場合)

要介護1	821円
要介護2	971円
要介護3	1,125円
要介護4	1,278円
要介護5	1,430円

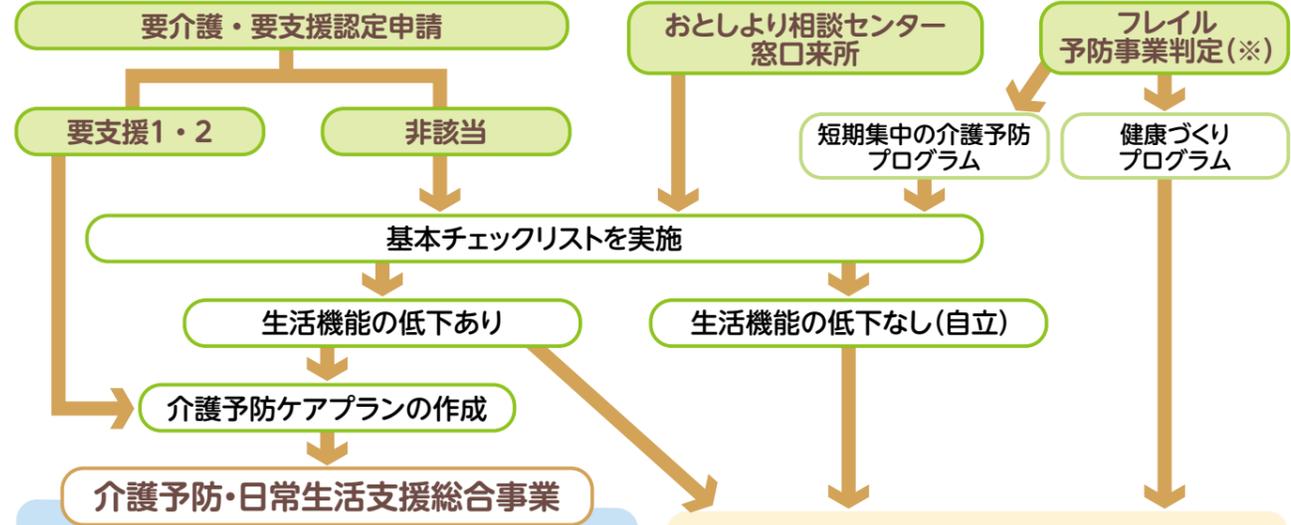
介護予防に取り組みましょう！



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とは、地域の高齢者の皆さんを対象として、介護予防や日常生活の自立のための支援を行う事業です。

(※)フレイル予防事業判定はフレイル予防健診（区民健診）を受け、要支援または要介護と認定されていない方に実施しています。



◆サービス・活動事業

訪問型サービス

予防訪問サービス
ホームヘルパーが訪問して食事・入浴の介助等や掃除・洗濯・調理等により日常生活の支援を行います。

予防生活援助サービス
事業者が訪問して、掃除・洗濯・調理等の生活援助を行います（身体介護は行いません）。

通所型サービス

予防通所サービス
日常生活上の支援や機能訓練を行います。

はつらつ健康教室（短期集中）
生活機能に低下がみられ、短期集中型トレーニングにより改善が見込まれる方を対象に、身体機能の向上を目的とした短期間（原則3カ月）の講座（一部マシントレーニングを含む）を行います。
※生活機能の評価を行う「基本チェックリスト」に該当した（生活機能に低下が認められる）方や、要支援1・2の方が利用できます。

◆一般介護予防事業

健康づくり事業に該当になった方も利用できます。

高齢者通いの場
地域の方が運営し、介護予防につながるプログラムを実施する交流サロン「高齢者通いの場」が区内各地で開催されています。

中央粋なまちトレーニング
転倒予防や認知機能の向上に効果のある区独自の介護予防体操です。音楽に合わせて楽しみながら気軽に健康づくりに取り組みます。

◆健康づくり事業

自立の方のみを対象とした事業も含まれます。

さわやか健康教室
高齢者向けのマシントレーニングを中心に、自宅でできる体操や栄養・口腔機能改善のためのミニ講習会を区内施設で実施する週1回の教室です。
※過去に参加した方は申し込みできません。

さわやか体操リーダーによる体操教室
区民ボランティア「さわやか体操リーダー」が、元気な高齢者を対象にトレーニングマシンやゴムバンド等を使って筋力向上のための体操を行う教室です。主にいきいき館などの区内施設において定期的に開催しています。

ゆうゆう講座
コーラスやレクリエーションなど、楽しく参加し、自然と健康づくりにつながる1回完結型の講座を社会教育会館で実施します。その回の講座に関するサークルのご紹介も行います。

いきいき館（敬老館）
高齢者の憩いの場としての役割に加え、健康づくり、仲間づくり、生きがいづくりにつながる様々な講座やイベントを開催し、誰もが楽しく過ごしていただける身近な施設です。

粋なまち健康プロジェクト
医療・健診・介護データを活用して、フレイルや生活習慣病重症化のリスクが高い高齢者へ保健師・管理栄養士・歯科衛生士が個別訪問などによる健康相談・指導を行うほか、高齢者通いの場等では健康講座を行います。
【問合せ先】介護保険課高齢者健康支援係 ☎6278-8094

ご自身の生活機能の状態を確認してみませんか？

〈基本チェックリスト〉

番号	質問項目	○を付けてください	
生活機能全般	1 バスや電車で1人で外出していますか	はい0点	いいえ1点
	2 日用品の買物をしていますか	はい0点	いいえ1点
	3 預貯金の出し入れをしていますか	はい0点	いいえ1点
	4 友人の家を訪ねていますか	はい0点	いいえ1点
	5 家族や友人の相談にのっていますか	はい0点	いいえ1点
運動機能	6 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい0点	いいえ1点
	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0点	いいえ1点
	8 15分位続けて歩いていますか	はい0点	いいえ1点
	9 この1年間に転んだことがありますか	はい1点	いいえ0点
	10 転倒に対する不安は大きいですか	はい1点	いいえ0点
栄養状態	11 6か月間で2～3kg以上の体重減少はありましたか	はい1点	いいえ0点
	12 BMIが18.5未満ですか BMIとは：体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)	はい1点	いいえ0点
口腔機能	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1点	いいえ0点
	14 お茶や汁物等でむせることがありますか	はい1点	いいえ0点
	15 口の渇きが気になりますか	はい1点	いいえ0点
こもり	16 週に1回以上は外出していますか	はい0点	いいえ1点
	17 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい1点	いいえ0点
認知症	18 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	はい1点	いいえ0点
	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0点	いいえ1点
	20 今日が何月何日かわからない時がありますか	はい1点	いいえ0点
うつ	21 (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	はい1点	いいえ0点
	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1点	いいえ0点
	23 (ここ2週間) 以前は楽にできたことが今ではおっくうに感じられる	はい1点	いいえ0点
	24 (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	はい1点	いいえ0点
	25 (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	はい1点	いいえ0点

結果を確認しましょう

- 6～10の合計が 3点以上
- 11～12の合計が 2点
- 13～15の合計が 2点以上
- 1～20の合計が 10点以上

のいずれかにあてはまる方は「生活機能に低下が認められます」



区で色々なサービスを実施しています



中央区で実施している
独自のサービス

介護保険給付の量を補うサービス

要介護・要支援認定を受けた方が、在宅生活を続けるために介護保険だけではサービスが不足する場合に、次のようなサービスが受けられます。

(費用負担は令和7年4月1日現在)

サービスの種類	対象者	内容	費用負担			お問合せ先
			3割負担	2割負担	1割負担	
1 在宅支援入浴サービス (訪問入浴サービス)	要介護5の常時寝たきりであり、入浴が全介助の方で、介護保険のサービスを区分支給限度額まで利用しても不足する方	入浴車で家庭を訪問し、入浴介助	4,330円	2,887円	1,444円	介護保険課 事業者支援 給付係 3546-5377
2 住宅設備改善給付			いずれも限度額の範囲内で (1)～(3)は10%、20%または30% (4)は所得に応じ10～100%			
(1)介護予防のための改善	日常動作能力が低下しており、要介護・要支援認定で「非該当」と認定された方	介護予防に役立つ手すり取付等の軽微な住宅改修(介護保険の全項目)				
(2)浴槽・流し・洗面台の取替え	身体機能が低下している方で特に必要な方	取替えおよび附带工事				
(3)便器の洋式化	身体機能が低下している方で特に必要な方(介護保険で実施した方を除く)	洋式化および附带工事				
(4)階段昇降機の設置	自立歩行が極めて困難な方	直線型・曲線型				

注1 生活保護世帯、または生活保護世帯に準ずる方は費用負担のないサービスがあります。

注2 2(2)～(4)は要介護・要支援認定で「非該当」と認定された方も利用できます。

注3 2は事前に申請が必要です。

注4 対象者等の詳細については、お問い合わせください。

介護保険給付の種類を補うサービス

要介護・要支援認定を受けた方が、在宅生活を続けるために必要な次のようなサービスが受けられます。

(費用負担は令和7年4月1日現在)

サービスの種類	対象者	内容	費用負担		お問合せ先
			一般世帯	非課税世帯	
1 紙おむつ等支給	要介護2以上の在宅者・介護保険施設以外の入所(院)者で、常時寝たきりまたは認知症によりおむつが必要な方	(1)紙おむつ支給 1か月7,000円相当の紙おむつ(区のカatalogから選択)を配送 (2)おむつ代助成 (医療保険適用の病院に入院・有料老人ホームに入所している方で、紙おむつの持込ができない方)1か月7,000円を限度に支給	3段階 (点数による) 450円 550円 650円	3段階 (点数による) 120円 150円 180円	高齢者福祉課 高齢者 サービス係 3546-5355

サービスの種類	対象者	内容	費用負担		お問合せ先
			一般世帯	非課税世帯	
2 ふとん乾燥・丸洗い	要介護2以上の常時寝たきりで、ふとんを干すことが困難な状況にある方	①または②のいずれかを選択 ①ふとん乾燥年12回 ②ふとん乾燥年10回と丸洗い・水洗い年各1回	乾燥 400円 丸洗い 560円 水洗い 970円	乾燥 120円 丸洗い 160円 水洗い 290円	高齢者福祉課 高齢者 サービス係 3546-5355
3 理美容サービス	要介護2以上の常時寝たきりまたは認知症で、理美容店の利用が困難な方	理容師・美容師が自宅へ出張し理美容サービスを行う理美容サービス券を年6枚を限度に交付	1回 770円	1回 230円	
4 徘徊高齢者探索システム費用助成	認知症による徘徊がある、または徘徊のおそれがある高齢者(要介護・要支援認定者)を在宅で介護している方	探索システム利用料の一部助成	申込金 770円 月額基本料 242円	左に同じ	
5 一般寝台貸与	要支援1・2、および要介護1の住民税非課税世帯の方で、認定調査票の立ち上がり欄に「できない」「つかまれば可」と記載のある方	高さ調整が手動でできるベッドの貸与料金(月額3,000円以内)の一部助成	—	10%	
6 食事サービス	70歳以上または要介護・要支援認定を受けた65歳以上の方で、ひとり暮らし、高齢者世帯および日中独居世帯で調理や買い物に困難な方	昼食・夕食を希望の曜日に安否確認をかねて配食(昼食・夕食をあわせて週1回から14回まで利用可)	一般食 エネルギー調整食 たんぱく質調整食 ※それぞれの費用についてはお問い合わせください。	左に同じ	

注1 生活保護世帯、または生活保護世帯に準ずる方は費用負担のないサービスがあります。

注2 非課税世帯に該当するのは住民税が世帯非課税の場合です。

注3 6は要介護・要支援認定で「非該当」と認定された方、および要介護・要支援認定申請をしていなくても利用できます。

注4 対象者等の詳細については、お問い合わせください。

在宅介護を支援するためのサービス

(令和7年4月1日現在)

サービスの種類	対象者	内容	お問合せ先
1 おとしより介護応援手当	区内に6か月以上居住している65歳以上の要介護3以上の在宅者(入院含む)で3か月以上常時寝たきりまたは認知症の方	月額2万円を支給(重度心身障害者手当受給者は月額1万円)	高齢者福祉課 高齢者 サービス係 3546-5355
2 介護者慰労事業	区内に6か月以上居住している要介護2以上の寝たきりまたは認知症の高齢者を、日常的に在宅で介護している家族の方	①食事・マッサージ共通券②旅行券のうち1種類1万円単位の組み合わせで3万円相当(年1回)	社会福祉協議会 在宅福祉部 3206-0603
3 入退院時サポート(虹のサービス利用料助成)	65歳以上の、ひとり暮らし高齢者または高齢者世帯の方(虹のサービス利用会員登録が必要)	入院時から退院後1週間までの期間を対象に、年間48時間分の虹のサービス利用料を助成 ※48時間を超えて利用した場合の利用料(1時間800円)は自己負担 ※利用会員登録手続きは、概ね2週間程度の時間を要します。	

サービスの種類	対象者	内容	費用負担		お問合せ先
			一般世帯	非課税世帯	
4 リフト付ハイヤー	常時寝たきりの方や外出時車いすを利用して いる方	原則、月4枚を限度に 利用券を交付し、リフト付 ハイヤー利用料の一部を 助成	運賃から730円（障害者 割引と併用の際は650円 まで）を差し引いた金額		障害者福祉課 障害者福祉係 3546-5389 FAX 3248-1322
5 緊急生活支援 宿泊サービス (緊急ショートステイ)	介護者の急病・心身の 著しい疲労や親族の葬儀 などで緊急に介護が必要 な方	原則1週間	サービス費用の1～3割、 食費、滞在費、日常生活 費		
6 在宅療養支援 訪問看護	主治医が「訪問看護」を 必要と認めた要介護者等 (1)在宅で医療保険の訪問 看護を利用していない方 (2)介護保険のケアプラン に訪問看護が組み入れら れていない方	療養上の相談 医療的ケアの指導 2回まで	なし		介護保険課 地域支援係 3546-5379

注 対象者等の詳細については、お問い合わせください。

その他の高齢者向けサービス

(費用負担は令和7年4月1日現在)

サービスの種類	対象者	内容	費用負担		お問合せ先
			一般世帯	非課税世帯	
1 暮らしの困りごとサポート	65歳以上のひとり暮らし・ 高齢者世帯の方(要介護・ 要支援認定者も含む)	日常生活上のトラブル(専門 的技術を要しない)を出張サ ービスで解消	サービス提供 1回 200円 (1時間以内)	左に同じ	シルバー 人材センター 3551-2700
2 歩行補助杖の給付	65歳以上で身体機能の低下 により歩行に つえが必要な 方(要介護・要支援認定者 も含む)	1人1本	無料		高齢者福祉課 高齢者活動 支援係 3546-5334
3 家具類転倒防止器具の 取付	65歳以上の要介護2以上の 寝たきり・ひとり暮らし・ 65歳以上の方を含む60歳 以上で構成される世帯の方 または日中独居高齢者など (同居人の就労などで高齢 者のみとなる世帯の方)	家具類転倒防止器具の取 付(4個まで)	1割負担(最大3,500円程 度)5個目以上は全額自己 負担	無料。ただし、5個目以上 は全額自己負担	高齢者福祉課 高齢者福祉係 3546-5354

サービスの種類	対象者	内容	費用負担		お問合せ先
			一般世帯	非課税世帯	
4 ふとん乾燥	65歳以上のひとり暮らし・ 高齢者世帯の方でふとんを 干すことが困難な状況にあ る方(要支援・要介護1の 方も含む)	ふとん乾燥 年12回	1回400円	1回120円	高齢者福祉課 高齢者 サービス係 3546-5355
5 緊急通報システム	65歳以上のひとり暮らし・ 高齢者世帯の方または日中 独居高齢者など(同居人の 就労などで高齢者のみとな る世帯の方)(要介護・要 支援認定者も含む)	区が委託する事業者の受 信センターにつながる緊急 通報機器等を設置、警備 会社の現場派遣員と消防 による救助	固定電話回線型式 月450円 無線型式 月900円 オプション(希望者) 火災センサー 月50円 見守りセンサー 月50円	無線型式 月450円 その他 無料	
6 見守りキーホルダー 登録システム	65歳以上の高齢者(40歳 以上の要介護・要支援認 定者も含む)で外出に不安 などがある方	登録した番号により迅速 に氏名や緊急連絡先が確 認できる「見守りキーホル ダー」を配布	無料		各おとしより 相談センター (P1)
7 救急医療情報キットの 配布	65歳以上の高齢者のうち ひとり暮らしや高齢者の みの世帯の方などで緊急 時に不安などがある方	救急情報紙を入れ保存 できる筒を1人1本配布	無料		高齢者福祉課 高齢者福祉係 3546-5354
8 おかえりPASS(行方不明 高齢者情報提供シート)の 配布	見守りが必要な高齢者の 家族など	区役所等の窓口で配布・ 区のホームページからも ダウンロード可能	無料		各おとしより 相談センター (P1) 介護保険課 地域支援係 3546-5379

注1 生活保護世帯、または生活保護世帯に準ずる方は費用負担のないサービスがあります。

注2 非課税世帯に該当するのは住民税が世帯非課税の場合です。

注3 対象者等の詳細については、お問い合わせください。

認知症の電話相談

(費用負担は令和7年4月1日現在)

サービスの種類	対象者	内容	費用負担	お問合せ先
1 認知症サポート電話	認知症かなと思っている 本人、認知症の方がある 家族など	認知症ではないかと悩んで いるご本人や、認知症の方 を介護しているご家族の 様々な悩みについての相談 をお受けします。匿名でも 構いません。	無料	介護保険課 地域支援係 3546-5286 (相談専用)

住みなれた地域で安心して生活ができるよう支援します

社会福祉協議会のサービス

在宅介護や高齢者の日常生活を支援するため、次のような事業を行っています。



(費用負担は令和7年4月1日現在)

サービスの種類	対象者	内容	費用負担	お問合せ先
1 車いすの貸出	①社会福祉協議会会員またはその家族 ②「虹のサービス」利用会員(3虹のサービス参照) ③会員以外で一時的に車いすが必要な方 ※介護保険制度を利用できる方は原則対象外	①、②は原則6か月以内 1回延長可(通算12か月) ③は1か月以内	①社会福祉協議会個人会員 年会費 1,000円以上 ②虹のサービス利用会員 年会費 2,400円 ③無料	在宅福祉部 3206-0603
2 シルバーカー(移動用補助車)の貸出	①社会福祉協議会会員またはその家族 ②「虹のサービス」利用会員(3虹のサービス参照)	原則6か月以内。事情により延長可。(延長希望については貸出窓口に相談)	①社会福祉協議会個人会員 年会費 1,000円以上 ②虹のサービス利用会員 年会費 2,400円	
3 虹のサービス(区民どうしのたすけあい家事サポート)	高齢や障害等のため日常的な家事援助等が必要な方	家事援助等(掃除、洗濯、買物、食事の支度、外出の付添等)	年会費 2,400円 利用料 1時間800円	
4 ほがらかサロン(会食と交流事業)	地域の方との交流や外出の機会が少ない70歳以上の方で、原則デイサービス等を利用していない方	毎月1回 区内4カ所の会場にて会食とレクリエーション	1回につき800円	
5 ハンディキャブ(福祉車両)の貸出	車いすを利用している方、歩行が不自由な方	車いすのまま乗降できるリフト・スロープ付自動車の貸出	*利用登録年会費 2,000円	
6 おとなりカフェ・ちょこっと相談会	どなたでもご利用いただけます。	コミュニティカフェと生活のお困りごと相談	相談無料 飲料代100円	

成年後見支援センター「すてっぴ中央」 ☎3206-0567

成年後見制度の利用支援や福祉サービスの利用援助、日常的な金銭管理等、高齢者の自立生活を支援するため、次のような事業を行っています。

(費用負担は令和7年4月1日現在)

サービスの種類	内容	費用負担	
		一般世帯	非課税世帯
1 一般相談	・成年後見制度の利用に関する相談 ・福祉サービスの利用や日常的な金銭管理等に関する相談 相談日時 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 ※祝日・休日、年末年始を除く		
2 福祉法律相談	専門の弁護士が相談に応じます ・高齢者や障害者の権利侵害や成年後見制度の利用に関すること ・福祉サービスの利用に関わるトラブルや苦情に関すること ・遺言や相続に関するトラブル 相談日時 毎月1回 午後1時30分～4時30分(要予約) 1組1時間	無料	
3 成年後見支援事業	成年後見制度の利用を支援します ①申立支援 ②後見人候補者の紹介 ③後見報酬等の費用助成	無料 (申立には別途費用がかかります)	
4 権利擁護支援事業	①福祉サービスの利用援助サービス 福祉サービスの利用に関する情報提供や相談、サービス利用の手続きや利用料支払いの援助など	1回 1時間 1,000円	1回 1時間 500円
	②日常的な金銭管理サービス 預貯金の出し入れ、公共料金、医療費、家賃等の支払い手続きなど		
	③書類等預かりサービス 定期預金証書、不動産権利証等重要書類の預かり	1か月 1,000円	1か月 500円

注 生活保護世帯、または生活保護世帯に準ずる方は費用負担はありません。

区内の事業所・施設をご案内します

区内介護保険事業所・施設一覧



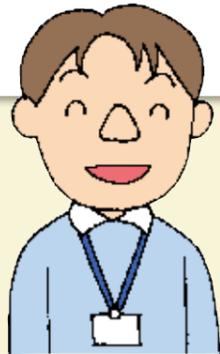
●**居宅介護支援事業所(ケアプラン作成)** ※令和7年3月末時点、中央区介護保険サービス事業者連絡協議会加入事業者

居宅介護支援事業所八重洲	京橋1-6-1	☎ 6271-0727
エールハート本部	銀座3-11-1 ニュー銀座ビル8階	☎ 5565-7582
ケアプランセンターはまかぜ	銀座8-18-6-301	☎ 4362-5228
アズミメディケアセンター東京	新富2-5-10 新富ビル2階	☎ 3537-2283
居宅介護支援事業所 入船センター	入船3-1-10-202	☎ 6222-8553
ヒットエイト中央	入船3-9-1 第2細矢ビル203	☎ 6260-3820
中央区医師会 訪問看護ステーションあかし	明石町1-6	☎ 5565-7281
聖路加国際病院ケアプランセンター	明石町1-24 6階	☎ 5550-2549
聖ルカレジデンス	明石町8-1	☎ 5550-6600
エアリーサポート	築地2-1-2 秀和築地レジデンス803	☎ 6278-8178
大江戸ケアセンター	築地2-7-12 15山京ビル308号室	☎ 6226-3370
八丁堀ケアプランセンター	八丁堀4-10-8 第3SSビル402	☎ 6280-3836
プレアライズ居宅介護支援事業所	新川2-6-4 新川エフ2ビル6階	☎ 5244-9289
まごころプラン	新川2-11-1-511	☎ 5542-0207
マイホーム新川居宅介護支援事業所	新川2-27-3	☎ 3523-6525
あいけあ	日本橋大伝馬町11-8 フジスタービル10階103号	☎ 3664-7533
あくとかケア日本橋	日本橋蛸殻町1-33-6 ビューハイツ日本橋201	☎ 5847-6410
ケアプラザ ラシーネ	日本橋蛸殻町2-14-2-402	☎ 6661-6451
わかるかい相談センター東京中央	東日本橋2-8-5 東日本橋グリーンビルアネックス7階	☎ 5823-7725
ケアリッツプラン日本橋	日本橋浜町2-57-7 メゾンエクレール浜町公園101号室	☎ 5614-0379
川名薬局 指定居宅介護支援事業所	東日本橋3-7-3	☎ 3661-9146
居宅介護支援事業所 あいおい	佃3-1-15 相生の里1階	☎ 5548-2492
ケアプラン エンゼル	勝どき2-10-14 勝ちどきロードス305号	☎ 5547-8186
居宅介護支援事業所 晴海苑	晴海1-1-26	☎ 3533-7598
東京ひかりケアプランセンター	晴海1-1-28 キャナルハウス702号室	☎ 3520-8895

社会福祉協議会のサービス

事業所・施設一覧

サービスの利用にあたって



■ 区外の事業所のサービスも利用できます。

在宅サービス、施設サービスとも中央区外の介護サービス提供事業所等を利用することができます。



■ 地域密着型サービスは、原則として中央区内の事業所のみ利用することができます。

■ サービス内容に疑問や不満があったら、区の窓口へ

サービス内容に疑問や不満があるときは、まず区の窓口にご相談してください。お問い合わせ先は裏表紙をご覧ください。必要に応じて事業者への指導などを行います。

広域で解決しなければならない問題などについては、事業者への報酬の審査・支払機関である「東京都国民健康保険団体連合会」で対応することもあります。

介護サービス提供事業者などについての情報は……

■ 区の窓口で介護サービス事業者ガイドブック（ハートページ）を配布しています。

■ 中央区ホームページから検索することができます。

検索の方法 (ホームページアドレス <https://www.city.chuo.lg.jp>)



① 区の「介護事業者情報検索システム」(ケアプロ・navi)
(ホームページアドレス <https://carepro-navi.jp/chuo>)
ケアプランを作成可能な事業所について情報提供しています。



② とうきょう福祉ナビゲーション(福ナビ)
(ホームページアドレス <https://www.fukunavi.or.jp/fukunavi/>)
福祉サービスを提供している都内の事業所の情報を紹介しています。



③ 介護サービス情報公表システム「介護事業所・生活関連情報検索」
(ホームページアドレス <https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/>)

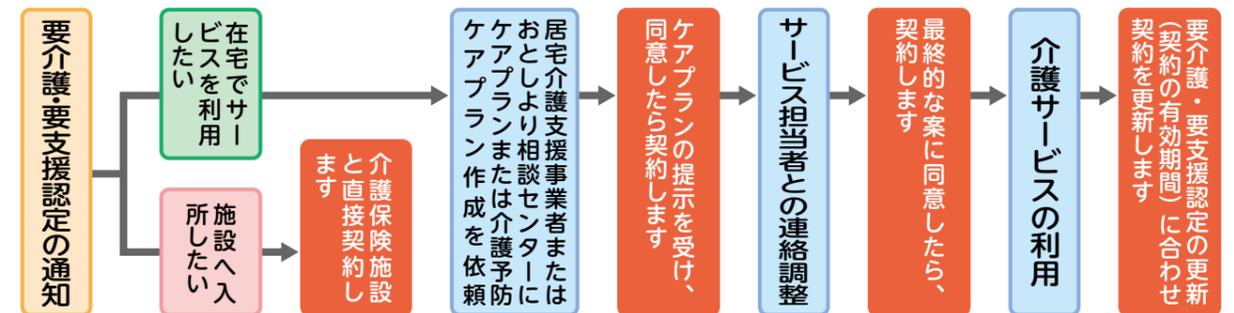


事業者と契約するときは、こんなことに注意しましょう

利用者の皆さんが居宅介護支援事業者やおとしより相談センター、サービス提供事業者と契約を交わす必要がある場合は、以下のようなことに注意しましょう。

● 契約が必要となる時

介護サービスを利用するまでの手順の中で、次のようなときに事業者との契約が必要となります。



● こんなことに注意しましょう

契約の目的… 契約の目的となるサービスが明記されているか。

契約の当事者… 利用者と事業者との間の契約となっているか。

指定事業者… 都道府県等から指定された事業者か。

サービスの内容… 利用者の状況に合ったサービス内容や回数か。

契約期間… 在宅サービスは要介護・要支援認定の有効期間に合わせた契約期間となっているか。施設サービスは退所にもなう利用者の契約解除ができるか。

利用者負担金… 利用者負担金の額や交通費の要否などの内容が明記されているかどうか。また、介護保険法にもとづいた金額となっているか。

利用者からの解約… 利用者からの解約が認められる場合およびその手続きが明記されているか。利用者は、一定の予告期間をもって解約ができることとなっているか。

損害賠償… サービス提供によって利用者が損害を与えられた場合の賠償義務が明記されているか。

秘密保持… 利用者および利用者の家族に関する秘密や個人情報が保持されるようになっているか。

契約書には以上の項目以外にもさまざまな項目があります。よく読み、また不明なところは説明を受けて確認しましょう。

介護保険についてのお問合せ先

●介護保険事業計画	介護保険課管理係 ☎3546-5642
●介護保険の保険給付、利用者負担の減免 ●介護サービス事業者の支援	介護保険課 事業者支援給付係 ☎3546-5377
●介護保険料の賦課、減免 ●要介護・要支援認定の申請（新規・更新・変更）、認定調査、認定結果 ●介護認定審査会	介護保険課 介護認定係 ☎3546-5385
●介護サービスの利用・相談 ●おとしより相談センター ●高齢者虐待の対応	介護保険課 地域支援係 ☎3546-5379
●介護予防の利用・相談	介護保険課 高齢者健康支援係 ☎6278-8094
●介護サービス事業者の指定・指導 ●介護保険の苦情・相談	介護保険課指導担当 ☎3546-5749
●健康づくり事業	高齢者福祉課 高齢者活動支援係 ☎3546-5334
●介護保険以外の 区の独自サービスの利用・相談	高齢者福祉課 高齢者サービス係 ☎3546-5355
●保険料の納付、還付	保険年金課収納係 ☎3546-5365

中央区福祉保健部 介護保険課

〒104-8404 中央区築地1-1-1 電話：03-3546-5642 FAX：03-3248-1322

発行 中央区 発行日 令和7年4月

UD FONT
by MORISAWA

ユニバーサルデザイン（UD）の考え方にに基づき、より多くの人へ適切に情報を伝えられるよう配慮した見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。



刊行物登録番号
7-001

禁無断転載©東京法規出版