

要介護認定を受けた方へ

きちんと理解していますか？

介護保険サービスの正しい使い方



介護保険サービスを利用する上で大切なことは、どんな生活を送りたいかという目標を持ち、実現のために役立つサービスを上手に選ぶことです。そのためには、サービスの使い方をきちんと理解しておく必要があります。この冊子を読んで、正しい使い方を確認しましょう。

もくじ

- | | |
|---------------------|---------------|
| 2 自立した生活続けるために | 12 介護サービスの費用 |
| 4 訪問介護で頼めること・頼めないこと | 16 地域密着型サービス |
| 8 福祉用具・住宅改修 | 18 介護保険Q&A |
| 10 施設に泊まるサービス | 19 困ったときの相談窓口 |

令和6年度改正対応版

ケアプランに自分の目標や希望を取り入れてもらえるの？

ケアプランは生活の設計図。自立した生活を続けるために、目標や希望を積極的に伝えましょう。

自分に合っていないケアプランで介護サービスを受け続けると…



ケアプラン作成の流れ

1 改善したいことや希望を担当ケアマネジャーまたは地域包括支援センターの担当職員に率直に伝えます

身の回りの掃除は自分でやりたい！



2 目標を設定します

6カ月後に、部屋の掃除を自分でできるようになる！



3 ケアプランの原案をよく検討しましょう

通所リハビリで体力を向上させてはどうでしょう？

	月	火	水	木	金	土	日
午前			訪問介護			訪問介護	
午後	通所リハビリ				通所リハビリ		

ケアプラン チェックポイント

- サービス内容などケアマネジャーから詳しい説明があったか
- 不必要なサービスはないか
- 目標や希望は達成できそうか
- 経済的に負担は大きくないか
- 家族の負担は軽減されるか

4 一定期間後、目標が達成されているか評価します



ケアプランが自分に合わないと感じたら…サービスの利用途中でもケアプランの見直しができます。遠慮なくケアマネジャーに相談しましょう。

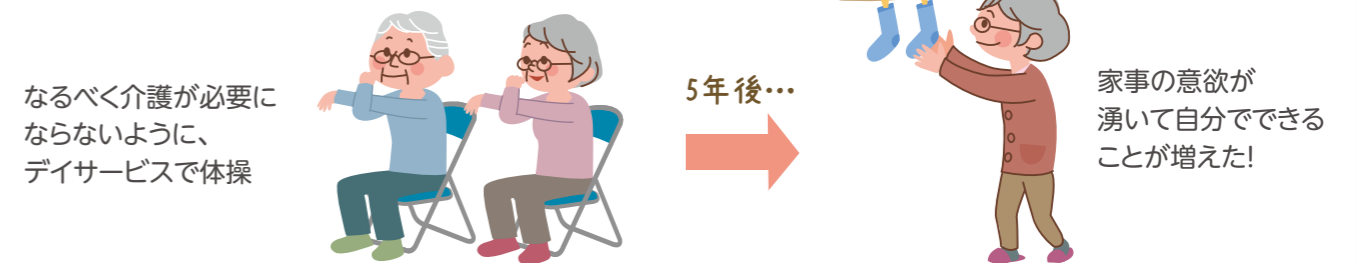
自分でできることも、面倒だからヘルパーさんに頼んじゃおうかな…？

要介護度を悪化させないためにも、できることは自分で行い、介護予防に取り組みましょう。

ヘルパーさんに任せきりだと…



積極的に介護予防に取り組むと…



◆介護予防はなぜ大切？

体は使わないでいると、徐々に機能が低下してしまいます。要介護度が軽いのに、足腰が弱くなったからといって家に閉じこもりがちになると、ますます状態を悪化させ、介護が必要となってしまうことがよくあります。

介護状態の予防・改善のために心がけること

要介護度が軽い方は…



できないことを補助してもらってだけでなく、できることを増やしていきましょう。

要介護度が重い方は…
※著しく重い場合を除きます



できる範囲のことは自分で行うようにして、介護状態の悪化を防ぎましょう。

通うサービスのメリット

介護が必要になると、外に出る機会が少なくなりがちです。そこで、サービスを選ぶときに軸としたいのが「通所サービス」です。運動量が増えることなどにより、できることが増え、外に出ることで気分転換にもなります。また、利用者同士の交流で社交性を取り戻すというメリットもあります。





せっかくヘルパーさんが来てくれるのだから、 いろんなことをお願いしたいな

本人以外のためにすることや、日常生活上の家事の範囲を超えることなど、介護保険の給付対象外となる行為はお願いできません。



◆訪問介護で提供するサービス

〈身体介護〉

主に利用者の身体に直接接触して介助サービスを行う

- 食事介助
- 排せつ介助
- 起床、就寝介助
- 入浴介助、洗顔・歯磨きなど
- 体位変換
- 服薬確認
- 移動、移乗介助
- 外出介助 ※日常生活上、必要な範囲を超える外出介助は頼むことができません。詳しくはP.7をご覧ください。



〈生活援助〉

身体介護以外の訪問介護で、掃除や調理などの日常生活の援助を行う

- 掃除、ゴミ出し
- 洗濯
- ベッドメイク
- 衣類の整理、被服の補修
- 調理、配膳
- 買い物、薬の受け取り



介護保険の対象となるサービスを確認しましょう

どのようなサービスを希望するのか、そのサービスが介護保険の対象になるのかなど、ケアプランを作成するときにケアマネジャーと具体的に話し合い、確認しましょう。



介護保険の給付対象外になる行為

- 利用者本人以外のための行為



例えば…

- 利用者以外の洗濯・調理・布団干し
- 自家用車の洗車・掃除
- 来客の応接
- 家族と共有しているスペースの掃除など

- 日常生活の家事の範囲を超える行為



例えば…

- 花木の水やり
- ペットの世話
- 草むしり
- 話し相手のみ、留守番
- 除雪、雪下ろし
- 大掃除、窓のガラス磨き、床のワックスがけ

- リハビリや医療行為

リハビリや医療行為をヘルパーに頼むことは原則できません。

※リハビリは訪問リハビリテーションを、医療行為は訪問看護を利用しましょう。

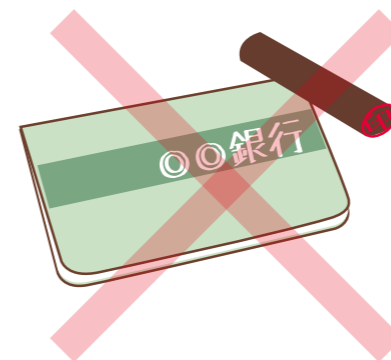
※一定の条件のもとで頼むことができる場合があります。ケアマネジャーに確認しましょう。



- 金銭・貴重品の取り扱い

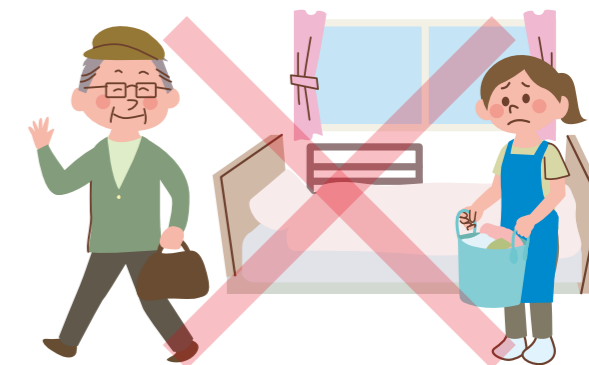
預貯金の引き出しなどは、トラブルの原因になるので、頼むことはできません。成年後見制度※を利用しましょう。

※認知症などにより判断能力が不十分な方が不利益を被らないよう、財産管理や契約・申請などの法律行為を援助してくれる人を選んでもらう制度です。



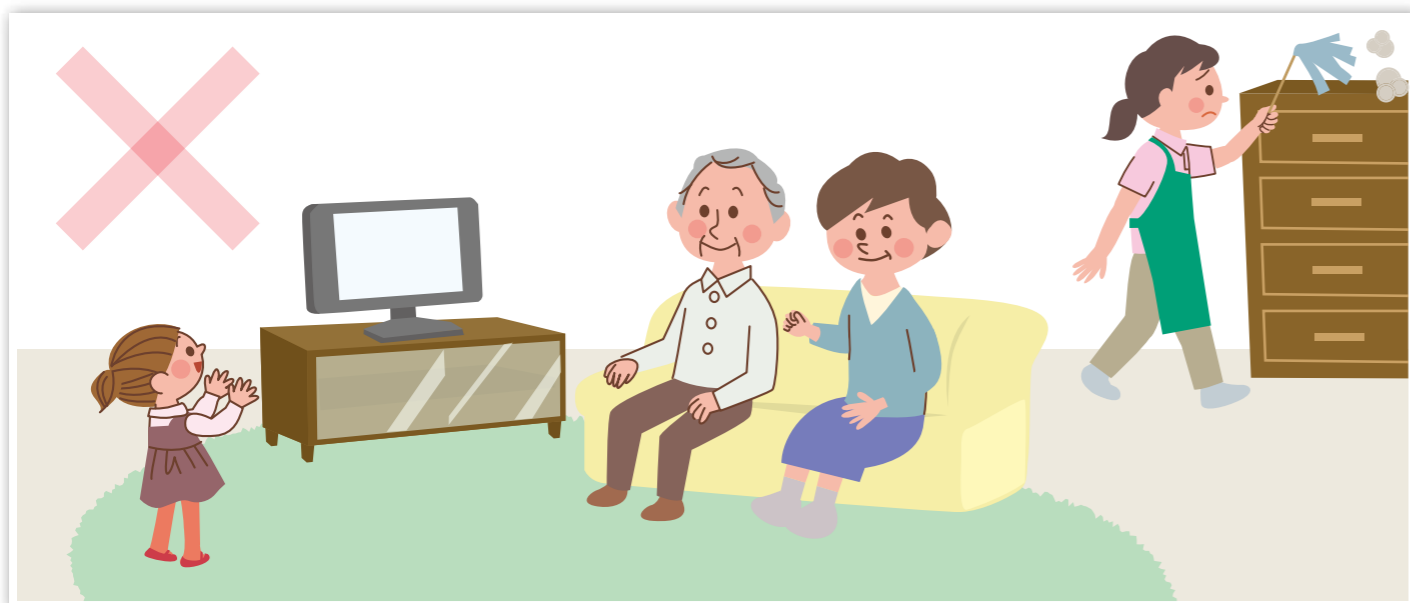
- 利用者本人が不在のとき

訪問介護は、利用者の安否確認や健康チェック等も同時に行うため、通所サービスの利用中や外出中に自宅の掃除、調理などをヘルパーに頼むことはできません。



同居する家族がいるけれど、ヘルパーさんに部屋の掃除をお願いしよう

原則として、同居家族がいる場合は「生活援助」のサービスを受けることができません。 ※「身体介護」と「生活援助」の区別については、P.4 をご覧ください。

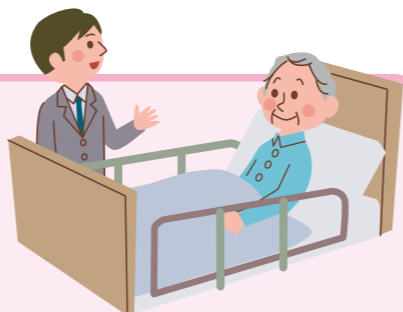


訪問介護サービスの生活援助は、次のような理由によって利用者やその家族が行うことが困難であると認められた場合、利用することができます。

- 利用者の家族等が障害や疾病等により家事ができない場合
- 利用者の家族等が障害や疾病等でなくても同様のやむを得ない事情により家事が困難な場合

例えば…

- ・ 家族が高齢で筋力が低下していて、行うのが難しい家事がある場合
- ・ 家族が介護疲れで共倒れ等の深刻な問題が起きてしまうおそれがある場合
- ・ 家族が仕事で不在の時に家事を行わなくては日常生活に支障がある場合



身体介護については、家族の状況に関わらず利用できます。



趣味の映画鑑賞に行くときにも、ヘルパーさんに介助してもらいたいな

日常生活上、必要な範囲を超える外出介助は、訪問介護サービスの対象外です。



趣味のための外出

日用品の買い物など、日常生活上必要な外出

● 外出介助として不適切なもの

例えば…

- ・ 日用品以外の買い物
- ・ ドライブ
- ・ パチンコ、カラオケ、映画鑑賞
- ・ 冠婚葬祭
- ・ 外食

● 外出介助として適切なもの

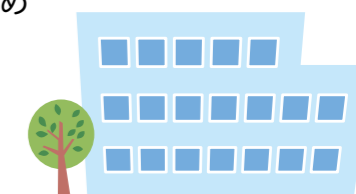
例えば…

- ・ 日用品の買い物
- ・ 選挙の投票
- ・ サービス事業所や介護保険施設の見学
- ・ 官公署への届け出
- ・ 通院
(病院内の介助は介護保険の対象とならない部分があります)

病院内でも不安だから、ヘルパーさんについてきてほしい…

病院内は、原則的に病院側のスタッフが介助を行うため、単なる待ち時間などは介護保険の対象外となります。ただし、下記のように例外的に必要なと認められた場合は、ケアプランに位置付けた上で介護保険の対象となります。

- ・ 院内の移動に介助が必要な場合
- ・ 認知症や身体状況により常時見守りや体の支えが必要な場合
- ・ 排せつ介助が必要な場合 など



介護保険が利用できるなら、福祉用具はたくさんあった方が便利そうだな

福祉用具に頼りすぎていると、逆に自立の妨げになったり、症状を悪化させたりする場合があります。

福祉用具の上手な利用のために



入院することになったら、福祉用具は返却しましょう。介護保険で借りた福祉用具を返却せずに入院してしまうと、全額自己負担になってしまいます。早めにケアマネジャーに伝えて返却しましょう。

☑ チェックポイント

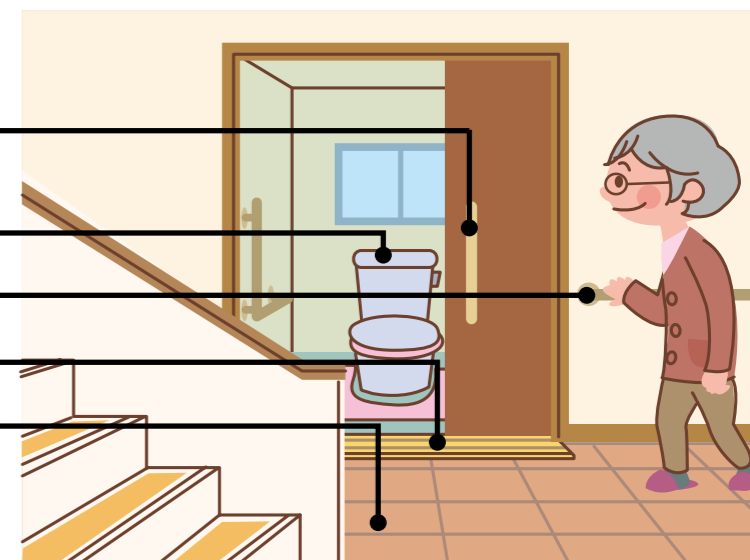
- 使う人の身体に合っていますか？
身体に合わない福祉用具は、身体を痛める原因になります。
- 本人や介護者が無理なく操作できますか？
操作が多すぎると面倒になってきます。
- 今のままの住居の中で使えますか？
段差があるとスムーズに動けない場合があります。
- 車いすや特殊寝台は本当に必要ですか？
自立の妨げにならないか、よく検討しましょう。
- 介護保険の指定を受けている事業者ですか？
指定を受けていない事業者から購入した場合には、介護保険の対象にはなりません。

この際だから、いろんなところを住宅改修したいな

介護保険の対象となる工事は決まっています。ケアマネジャーか市区町村の窓口を確認・相談しましょう。

介護保険の対象となる工事

- 開き戸から引き戸等への扉の取り替え
(ドアノブの変更・戸車等の設置)
- 和式便器から洋式便器への取り替え
- 手すりの取り付け
- 段差の解消
- 滑りにくい床材・移動しやすい床材への変更
- その他これらの各工事に付帯して必要な工事



福祉用具貸与

●借りることができる福祉用具は、要介護度によって異なります

⑤～⑫は、原則要介護2以上の方のみ利用できます(例外がありますのでケアマネジャーへご相談ください)。⑬は、要介護4・5の方のみ利用できます。(尿のみを自動的に吸引できるものは要支援1・2の方、要介護1～3の方も利用できます)

- | | |
|---------------------|---------------|
| ① 手すり(工事をとまわらないもの) | ⑧ 特殊寝台付属品 |
| ② スロープ(工事をとまわらないもの) | ⑨ 床ずれ防止用具 |
| ③ 歩行器 | ⑩ 体位変換器 |
| ④ 歩行補助つえ | ⑪ 認知症老人徘徊感知機器 |
| ⑤ 車いす | ⑫ 移動用リフト |
| ⑥ 車いす付属品 | ⑬ 自動排せつ処理装置 |
| ⑦ 特殊寝台 | |

固定用スロープ、歩行器(歩行車を除く)、歩行補助つえ(松葉づえを除く単点つえおよび多点つえ)については、福祉用具専門相談員またはケアマネジャーからの提案により、貸与と購入を選択できます。

特定福祉用具販売

●申請により費用の7～9割が支給されます
●年間10万円が上限です

購入費支給の対象は、次の品目です。

- | | |
|-------------------|----------------|
| ●腰掛便座 | ●入浴補助用具 |
| ●自動排せつ処理装置の交換可能部品 | ●移動用リフトのつり具の部分 |
| ●簡易浴槽 | ●排せつ予測支援機器 |



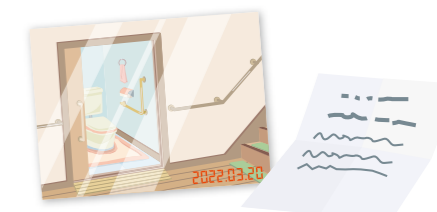
- | | | |
|-----------------------------|--------------|-----------------|
| ●固定用スロープ | ●歩行器(歩行車を除く) | } 貸与と購入を選択できます。 |
| ●歩行補助つえ(松葉づえを除く単点つえおよび多点つえ) | | |

住宅改修する前に ☑ チェックポイント

- いろんな人の意見を参考にしていますか？
一度住宅改修を行うと、簡単にやり直すことはできません。家族やケアマネジャーなどの意見をよく聞きましょう。
- 費用は確保できますか？
支給限度額は要介護区分に関係なく20万円まで(原則1回限り)です。そのうち1～3割を利用者が自己負担します。
- 事前申請の準備はできていますか？
事前に市区町村へ申請していないと、介護保険の対象になりません。
- 信頼のできる事業者ですか？
中には高額な工事をすすめられるケースもあります。複数の事業者から見積もりをとるなどして、比較検討しましょう。

家具の配置換えや福祉用具の利用などで、問題が解消される場合もあります。

1回の改修で20万円を使い切らずに、数回に分けて使うこともできます。



申請には、住宅改修が必要な理由書や申請書、改修予定箇所の写真(日付入り)等が必要です。

ショートステイの日数に制限はあるの？

原則、連続した利用は30日までです。また、利用日数は認定有効期間の半数を超えないことが目安です。

ショートステイの利用目的

ショートステイの目的は、利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活が送れるよう、利用者の孤立感の解消、心身機能の維持回復、介護する家族の負担軽減を図ることです。



- ① 原則、連続した利用は30日までです。
- ② 要介護認定の有効期間の半数を超えないようにしなければなりません。
要介護認定期間は、介護保険の保険証に記載されています。

表面

裏面

介護保険被保険者証		要介護状態区分等		給付制限	
番号		認定年月日 (事業対象者の場合は、基本チェックリスト実施日)	年月日	開始年月日	年月日
住所		認定の有効期間	年月日～年月日	終了年月日	年月日
氏名		区分支給限度基準額	年月日～年月日	開始年月日	年月日
生年月日	明治・大正・昭和 年月日 性別 男・女	居宅サービス等	1月当たり	終了年月日	年月日
交付年月日	年月日	介護サービスの種類	種類	開始年月日	年月日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	〇〇市町村	介護サービスの種類	種類	終了年月日	年月日
		認定審査会の意見及びサービスの種類の指定	種類	開始年月日	年月日
			種類	終了年月日	年月日

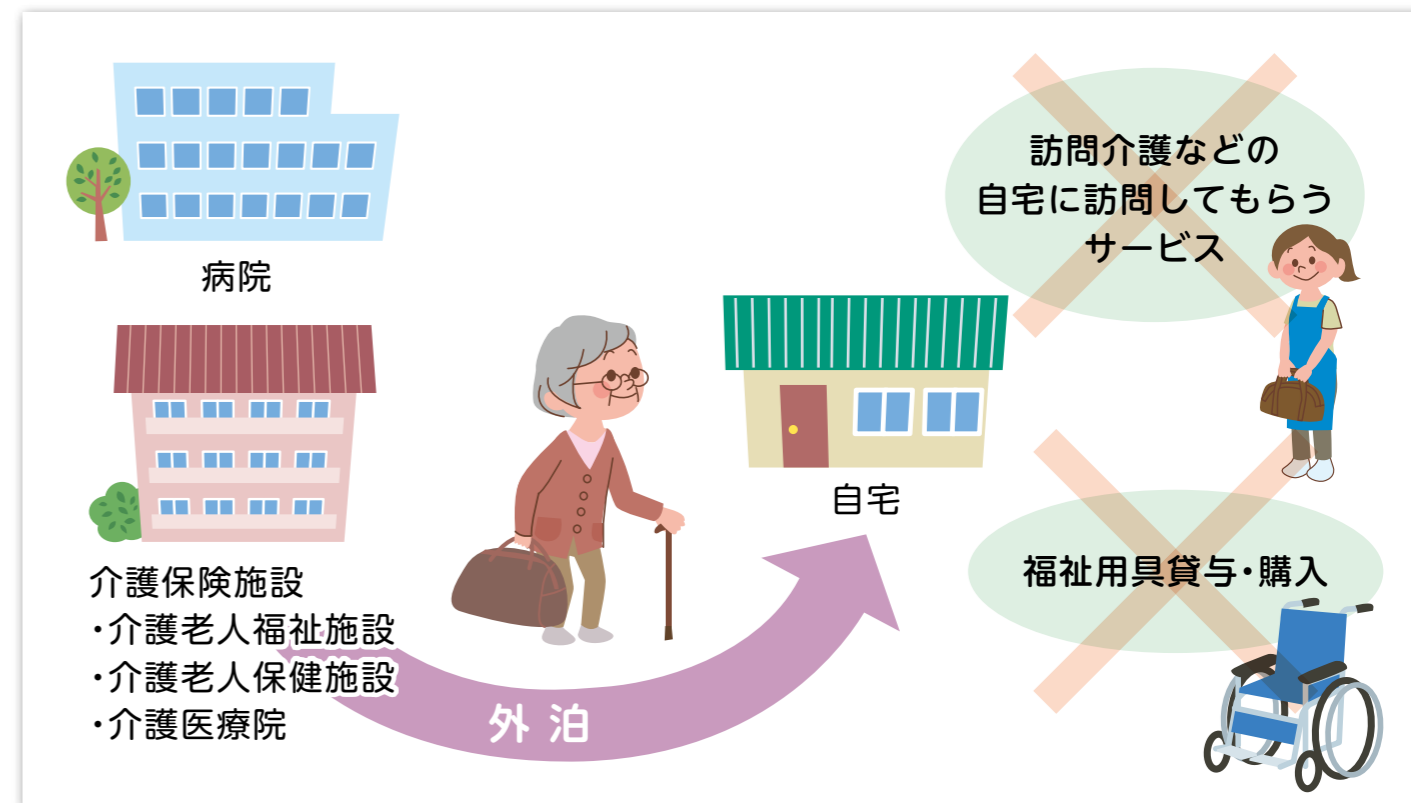
有効期間が1年間の場合…
ショートステイの利用日数は約180日を超えないようにしなければなりません。



- 以下のケースでは、利用日数を超えて利用できる場合があります。
- 利用者の心身の状況等を勘案して特に必要と認められる場合
 - 調整しながら利用していたが、結果的に半数を超過してしまう理由があった場合 など 担当のケアマネジャーに相談してから、利用しましょう。

施設入所中や入院中の外泊時に、在宅サービスを利用できる？

外泊時に訪問介護サービスや福祉用具のレンタルなどを介護保険で利用することはできません。



自宅での外泊であっても、利用者の生活の本拠は施設や病院であるため、在宅サービスの利用対象者と認められません。(自己負担で受けることは可能です。)

入院中に住宅改修はできる？

住宅改修は在宅サービスのため、入院中の改修は原則として介護保険の給付対象外となります。ただし、退院後の生活のためにやむを得ない理由で改修が必要なときは、事前に工事ができる場合があります。その場合は以下の点に注意してください。

退院前の住宅改修の注意点

- ・取り付け位置が合わないなどのトラブルにならないよう、入院中でも外泊を利用するなどして、本人の動作確認をするようにしましょう。
- ・万が一、退院ができず自宅に戻れなかった場合は、全額自己負担になるので、改修はできるだけ退院日が近づいてから行いましょう。
- ・住宅改修後の支給申請の時期は市区町村により異なるので、事前に確認しましょう。

介護保険負担割合証が届いたけど、これは何のためにあるの？

介護保険負担割合証には、介護保険サービスを利用するときの負担割合が記載されています。サービスを利用するときに必ず持参しましょう。

住所・氏名・生年月日などに誤りがないかを確認しましょう。

介護保険サービスを利用したときの**負担割合(1～3割)**が記載されます。

適用期間が記載されます。

介護保険負担割合証を忘れると
介護保険負担割合証を提示しなかった場合、本来の自己負担割合で介護保険サービスを受けられないことがあります。忘れずに提示しましょう。

利用者の自己負担割合は1～3割です

介護保険サービスまたは、総合事業を利用したときは、原則として実際にかかる費用の1～3割を支払います。負担割合は所得に応じて決まります。

介護保険サービス等の自己負担割合

所得に応じて、**1割負担**、**2割負担**、**3割負担**に分かれます。



自己負担割合チェック表

市区町村以上で本人税が

- はい → 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463万円以上 → **3割負担**
 - 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346万円以上 → **2割負担**
 - 160万円未満 → **1割負担**
- いいえ → **1割負担**

※ 40～64歳の方は、所得にかかわらず1割負担です。

少しの負担で済むなら、介護保険のサービスをたくさん使いたいな

要介護度ごとに1カ月に1～3割負担で利用できる金額には、**上限(支給限度額)**が設けられています。限度額を超えた分は**全額自己負担**となります。

要介護1(1割負担)の方が、17万5,000円分のサービスを利用した場合は…

実際に利用した金額 17万5,000円

1割負担 1万6,765円

支給限度額を超えた分 7,350円

自己負担は 1万6,765円+7,350円=2万4,115円

介護サービスは支給限度額を目一杯利用する必要はありません。また、食費や深夜加算などの別途負担となるサービスを含めると、介護費用が想像以上に高額になる場合があります。介護サービスは必要なものをよく選んで利用しましょう。

サービスの支給限度額(1カ月)のめやす(令和元年10月から)

要介護度	支給限度額	自己負担(1割)	自己負担(2割)	自己負担(3割)
要支援1	5万 320円	5,032円	1万 64円	1万5,096円
要支援2	10万5,310円	1万 531円	2万1,062円	3万1,593円
要介護1	16万7,650円	1万6,765円	3万3,530円	5万 295円
要介護2	19万7,050円	1万9,705円	3万9,410円	5万9,115円
要介護3	27万 480円	2万7,048円	5万4,096円	8万1,144円
要介護4	30万9,380円	3万 938円	6万1,876円	9万2,814円
要介護5	36万2,170円	3万6,217円	7万2,434円	10万8,651円

●支給限度額に含まれないサービス

- ・特定福祉用具販売
 - ・居宅介護住宅改修
 - ・居宅療養管理指導
 - ・特定施設入居者生活介護(外部サービス利用型、短期利用を除く)
 - ・地域密着型特定施設入居者生活介護(短期利用を除く)
 - ・認知症対応型共同生活介護(短期利用を除く)
 - ・地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
 - ・介護保険施設に入所して利用するサービス
- ※介護予防サービスについても同様です。

○実際の支給限度額は、住んでいる地域や利用したサービスにより若干の変動があります。

自己負担が高額になったとき

- 1～3割の自己負担が、定められた限度額を超えたときは、その超えた分が払い戻され、負担が軽くなるしくみになっています。(高額介護サービス費)
- 高額介護サービス費の限度額は所得区分によって異なります。

同じ医療保険の世帯内で、医療保険と介護保険の両方で自己負担があった場合は、合算後の負担額が軽減されるしくみがあります。(高額医療・高額介護合算制度)

介護給付費通知書が届いたけど、何かする必要はある？

どのようなサービスをどれくらい利用したか、サービス利用票と領収書の内容と照らし合わせて、間違いがないかを確認してください。

照らし合わせる内容は…

【確認事項】

- ① 被保険者番号・氏名
- ② サービス月
- ③ サービス事業所
- ④ サービス種類
- ⑤ サービス日数 / 回数
- ⑥ 費用

介護給付費通知書
市区町村がサービス事業所からの請求にもとづき、サービス利用状況をお知らせします。

サービス利用票
ケアプランのサービス内容をひと月ごとにまとめたもの

領収書
サービス利用料を支払った際に発行されます

それぞれ大切に保管して内容を照らし合わせましょう。

※介護給付費通知書は毎月届くものではなく、事業所が適正に算定しているかを確認するため、地域ごとに定期的に送付するものです。

こんなときどうする!?

- Q** 介護給付費通知書に記載されている利用者負担額が、事業所に支払った金額と違うのですが？
- A** そういったケースもありえます。
利用者負担額に記載されている金額は、高額介護サービス費や各種減額制度を適用する前の金額です。実際に支払った金額とは違う場合があります。
- Q** 介護給付費通知書を確認したら、間違いや不明な点があるのですが、どうすればいいですか？
- A** お住まいの市区町村の介護保険の担当窓口にご連絡してください。
「介護給付費通知書」の記載内容に間違いや不明な点があれば、通知書に記載されている介護保険の担当窓口にお問い合わせください。

訪問介護を利用したいけど、助成制度はある？

住民税非課税世帯の方を対象に、小金井市独自の助成制度があります。

対象者

要支援・要介護認定を受けている方または総合事業対象者で、世帯で住民税が課税されていない方。なお、生活保護を受けている方は除きます。

対象となるサービス

- ① 訪問介護
- ② 夜間対応型訪問介護
- ③ 第1号訪問事業



助成内容

訪問介護等のサービスを利用する場合、負担割合は10%ではなく、6%相当額になります。(差額の4%は後日小金井市から訪問介護等事業所へ支払われます。)

助成を受けるまでの流れ

- ① 小金井市に「助成認定申請書」を提出します。



- ② 小金井市は対象となるか審査し、後日「助成認定証」を郵送します。

- ③ 認定証が届いたら、訪問介護等事業所に「助成認定証」を提示してください。

※「助成事業実施届」を小金井市へ提出した訪問介護等事業所を利用した場合に助成を受けられます。小金井市外にある事業所など、「助成事業実施届」を小金井市へ提出していない訪問介護等事業所を利用し助成を受けたい場合は、小金井市にご相談ください。

※「助成認定証」の有効期限は最大1年間です。一度認定を受けた方も毎年更新の申請が必要です。

小規模多機能型居宅介護・看護小規模多機能型居宅介護はどんなサービス？

小規模多機能型居宅介護は「通い」を中心として、利用者の状態や希望に応じて「訪問」や「泊まり」を組み合わせたサービスを受けられます。加えて看護小規模多機能型居宅介護は「訪問看護」を組み合わせることができます。

特徴 1

月額定額制（宿泊費、食費、日常生活費等は別途必要）で、各サービスを組み合わせて利用します。実際に利用する日やサービス内容は、施設のケアマネジャーと相談して決めていきます。

※利用状況によっては、各サービスをそれぞれ契約した場合より費用が高くなる可能性があります。



特徴 2

各サービスに定員数があります。

- 1事業所の登録定員数：29名以下
- 通いサービスの定員数：15名以下 ※一定の要件を満たした場合18名以下
- 宿泊サービスの定員数：9名以下

特徴 3

利用者の体調やご家族の状況にあわせ、柔軟にサービスを利用できます。また、顔なじみの職員からサービスを受けることができます。



小規模多機能型居宅介護と看護小規模多機能型居宅介護の違い

	小規模多機能型居宅介護	看護小規模多機能型居宅介護
利用条件	● 要支援・要介護認定を受けた方 ● 施設と同じ市区町村にお住まいの方	● 要介護認定を受けた方 ● 施設と同じ市区町村にお住まいの方
サービス	通い、訪問、泊まり	通い、訪問、訪問看護、泊まり
自宅で併用できる介護保険サービス	訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、福祉用具貸与	訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、福祉用具貸与
利用に向いている方	中重度の要介護者	● 医療依存度の高い方 ● 在宅での看取りを希望する方

定期巡回・随時対応型訪問介護看護はどんなサービス？



訪問介護と訪問看護が連携し、定期的な巡回による訪問と、通報などによる随時の対応を行う24時間対応の訪問サービスです。

特徴 1

提供できる訪問等のサービスは以下の4種類があります。

- ① 定期巡回サービス 訪問介護員等が定期的に利用者の居宅を巡回して、入浴、排せつ、食事などの日常生活上の世話をを行います。
- ② 随時対応サービス オペレーターが利用者からの通報を受け、必要に応じてサービスの手配を行います。
- ③ 随時訪問サービス オペレーターからの要請を受けて、随時、訪問介護員等が利用者の居宅を訪問して、日常生活上のお世話をを行います。
- ④ 訪問看護サービス 看護師等が利用者の居宅を訪問して、療養上の世話または診療の補助を行います。

特徴 2

月額定額制で、実際の利用日、訪問時間はケアマネジャーと相談して決めていきます。（夜間のみ利用する場合は、定額制ではなく1回当たりの料金がかかる場合があります。）

特徴 3

サービスを利用している間は、他の事業所で訪問介護（通院等乗降介助を除く）、訪問看護（連携型の場合を除く）、夜間対応型訪問介護を利用することは原則としてできません。

利用条件

- 要介護認定を受けている方
- 事業所と同じ市区町村にお住まいの方

認知症対応型共同生活介護（認知症グループホーム）はどんなサービス？

認知症と診断された方が共同で生活できる住居で、食事・入浴・排せつ等の介護、その他の日常生活上の世話、機能訓練が受けられます。少人数の家庭的な雰囲気の中で、できる限り自立した生活を送れるようになることを目指します。

特徴 1

家事を役割分担してご自身で行っていただきながら、ひとりではできないことをサポートすることで、認知症の進行を和らげることを目指します。

特徴 2

9人以下の少人数な共同生活住居（ユニット）でのケアが行われます。また、利用者には1部屋ずつ専用の居室があります。1事業所あたり最大で3ユニットまで設置できます。

特徴 3

生活全般のケアを行うサービスであるため、居宅療養管理指導を除き、ほかの介護保険サービスは併用できません。

利用条件

- 要支援 2 または 要介護認定を受けている認知症と診断された方
- 事業所と同じ市区町村にお住まいの方
（待機者がいる場合には、小金井市民となって6か月以上経過している方を優先します。）



介護保険Q&A



Q 認定の申請をしましたが、結果が出る前にサービスは利用できますか？

A 暫定プランによりサービスを利用できます。
ただし、認定結果が要支援または要介護とならず全額自己負担になってしまう場合や、介護保険で利用できるサービスの支給限度額が変わる場合がありますので、ケアマネジャーとよく相談し、サービスを利用してください。

Q 以前はできたのですが、最近歩行が困難になってきました。現在のサービスでは足りないと感じるのですが、要介護度の変更はできますか？

A 要介護認定期間は一定の期間が設けられていますが、その間に心身の状況が変わることもあります。その場合には「変更申請」ができます。市区町村の介護保険担当窓口で申請の手続きを行ってください。

Q 現在、要介護認定を受けていますが、他の市区町村に引っ越したらどうなりますか？

A すでに要介護認定を受けている方が他の市区町村に引っ越した場合は、審査を経なくても、引っ越し先の市区町村ですぐに認定されます。引っ越し先の市区町村の介護保険担当課に14日以内に届け出てください。

Q 運動が苦手なのですが、介護予防の筋力トレーニングなどは、どうしてもやらなければなりませんか？

A 強制ではありません。しかし、軽度の方は、適切な運動をすることで、もとの元気な状態に戻れる可能性が十分ありますので、できる範囲で取り組んでみてください。介護予防サービスの筋力トレーニングは、その方の体力にあわせた内容になりますので、スタッフとよく相談してみましよう。

Q 介護サービスをキャンセルした場合、サービス利用料を支払う必要はありますか？

A 急な用事などでサービスを利用しなかった場合は、キャンセル料のみを事業者を支払います。利用していないサービスの料金を支払う必要はありません。キャンセル料は事業者によって異なりますので、事前に確認しておきましょう。

困ったときの相談窓口



サービスを利用して、困ったことや相談したいことがあったら、まずはサービス事業所に話して早めに解決するようにしましょう。話しても改善されない、直接事業所には話しにくいといった場合には、次のような相談先もあります。

ケアマネジャー

担当ケアマネジャーは、定期的に利用者を訪問してくれますので、その際にサービスを利用して気づいたことなどを話しておきましょう。日ごろからこまめに相談しておく、いざというときに安心です。

事業所名()
担当者名() 電話番号()



地域包括支援センター

地域の高齢者の総合的支援をする「地域包括支援センター」でも相談を受け付けています。

- 小金井きた地域包括支援センター (梶野町、関野町、緑町、本町2～3丁目、桜町1・3丁目) 042-388-2440
- 小金井ひがし地域包括支援センター (東町、中町、本町1丁目) 042-386-6514
- 小金井みなみ地域包括支援センター (前原町、本町6丁目、貫井南町) 042-388-8400
- 小金井にし地域包括支援センター (本町4～5丁目、桜町2丁目、貫井北町) 042-386-7373

※()内は各地域包括支援センターの担当地域です。

市の相談窓口

小金井市福祉保健部介護福祉課

- 給付担当(介護保険サービスの利用について) 042-387-9822
- 保険料担当(介護保険料について) 042-387-9921
- 認定係(要介護認定について) 042-387-9804
- 包括支援係(介護予防事業について) 042-387-9845
- 高齢福祉係(高齢者一般施策について) 042-387-9843

福祉オンブズマン

福祉サービスの苦情に対応する福祉オンブズマン制度を利用することもできます。

小金井市福祉サービス苦情調整委員事務局 042-383-1225

東京都国民健康保険団体連合会

介護サービスに関する苦情について、市での解決が難しい場合や、利用者が特に希望する場合は、都の認可を受けて設立された東京都国民健康保険団体連合会(国保連)に申し立てることができます。

介護相談指導課 03-6238-0177

