

地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口です

地域包括支援センターでは、このような支援や相談を行っています

介護予防を応援します！

要支援1・2および事業対象者の方の介護予防ケアプランなどを作成して、効果を評価します。



さまざまな問題に対応します！

高齢者に関するさまざまな相談を受け、必要なサービスにつなぎます。



積極的に
ご利用ください



地域包括支援センターのスタッフ

地域包括支援センターのスタッフは、保健師（または経験のある看護師）、社会福祉士、主任ケアマネジャーを中心に構成されています。

高齢者の権利を守ります！

成年後見制度の紹介、高齢者虐待の防止や対応などの権利擁護を行います。

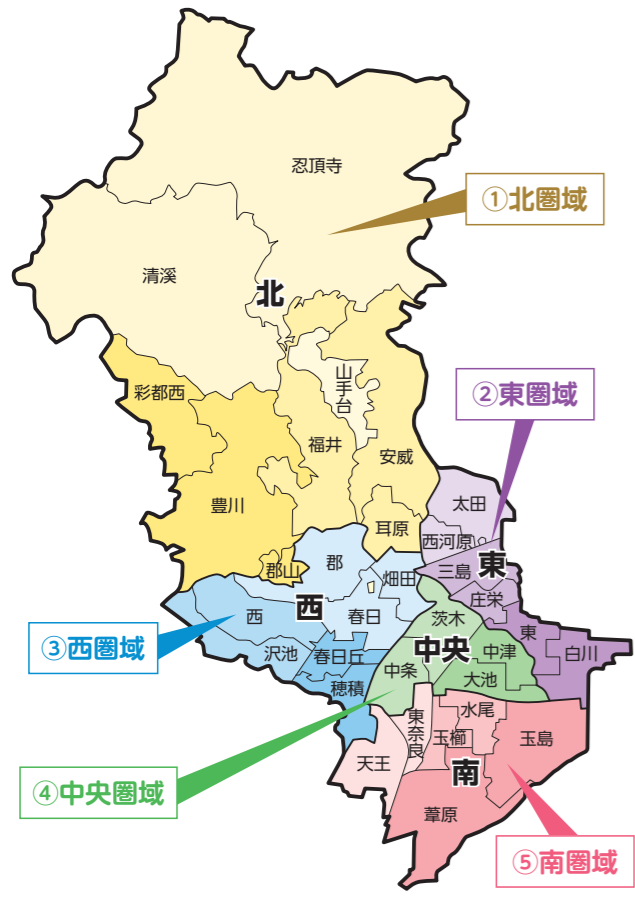


充実したサービスを提供するために支援します！

ケアマネジャーへの支援・助言のほか、関係機関とのネットワークづくりを行います。



茨木市の地域包括支援センター



圏域	センター名	住所	電話番号	小学校区
北	清溪・忍頂寺・山手台 地域包括支援センター	山手台三丁目30-16-1	649-1808	清溪・忍頂寺・山手台
	安威・福井・耳原 地域包括支援センター	上郡二丁目13-14 茨木市北保健福祉センター内	640-3960	安威・福井・耳原
	豊川・郡山・彩都西 地域包括支援センター	清水一丁目28-22 常清の里内	641-3164	豊川・郡山・彩都西
東	太田・西河原 地域包括支援センター	太田一丁目17-20	631-5200	太田・西河原
	三島・庄栄 地域包括支援センター	西河原二丁目17-4 茨木市東保健福祉センター内	631-5566	三島・庄栄
	東・白川 地域包括支援センター	鮎川一丁目6-4	636-8686	東・白川
西	春日・郡・畑田 地域包括支援センター	上穂積一丁目2-27	646-5685	春日・郡・畑田
	沢池・西 地域包括支援センター	南春日丘五丁目1-8 茨木市西保健福祉センター内	625-6575	沢池・西
	春日丘・穂積 地域包括支援センター	西駅前町5-36 茨木高橋ビル7階西	646-5406	春日丘・穂積
中央	茨木・中条 地域包括支援センター	片桐町4-26 茨木市中央保健福祉センター内	646-5399	茨木・中条
	大池・中津 地域包括支援センター	中津町5-3 じんないクリニック2階	697-8067	大池・中津
	天王・東奈良 地域包括支援センター	東奈良三丁目16-14	648-7071	天王・東奈良
南	玉櫛・水尾 地域包括支援センター	玉櫛一丁目2-1 三吉マンション1階	652-5810	玉櫛・水尾
	玉島・葦原 地域包括支援センター	新和町21-27 茨木市南保健福祉センター内	636-8000	玉島・葦原

お問い合わせ先

茨木市 介護保険課
長寿政策課

電話 072-620-1639
電話 072-620-1637

このパンフレットは7,000部作成し1部当たりの単価は100円です。

介護保険は「予防」と「安心」で暮らしを支える制度です

いつも笑顔で

介護保険

わかりやすい利用の手引き



令和8年4月
茨木市

介護保険は高齢者の暮らしを 社会みんなで支えるしくみです



40歳以上の方は、介護保険に加入し、決められた保険料を納めています。その保険料や税金を財源とすることで、介護が必要な方は、費用の一部を負担することでさまざまな介護保険サービスを受けられます。

介護保険は、介護が必要になっても高齢者が地域で安心して暮らしていけることを目指すとともに、できる限り自立した生活を送れるよう支援します。本書は、介護保険で受けられるサービスや利用のしかたを説明しています。一日一日をより充実したものにしていただくためにも、ぜひ本書をご活用ください。

【茨木市の総合事業の取り組み】

茨木市では高齢者の介護予防と自立に向けた生活支援を目的とした介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）を実施しています。

住み慣れた地域で自分らしい暮らしが続けられるように、総合事業を利用して自立した生活を続けましょう。▶ 12ページ

介護保険の申請や届け出には、「マイナンバー」が必要です

介護保険の各種申請や届け出には、原則として、マイナンバー（個人番号）の記入が必要です。窓口では、マイナンバーの確認と本人確認を行います。

◆マイナンバーの確認には次のいずれかが必要

- ・マイナンバー（個人番号）カード ・通知カード（住所、氏名等が住民票と一致している）
- ・個人番号が記載された住民票 等

◆本人確認には次のいずれかが必要

- ・マイナンバー（個人番号）カード ・運転免許証 ・パスポート 等の写真つきの身分証明書
- 写真がない身分証明書の場合は2種類が必要。

※今後の制度改正等により、内容の一部が変更になる場合があります。

もくじ

介護保険制度のしくみ	4
住み慣れた地域でいつまでも元気に	4
サービス利用の手順	6
サービス利用の流れ①	6
要介護認定の流れ	6
サービス利用の流れ②	8
生涯現役 活動量UPで元気な ところと身体をつくろう！	10
介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）	12
自分らしい生活を続けるために	12
サービスの種類と費用	19
介護保険サービスの種類	19
①自宅を中心に利用するサービス	20
②介護保険施設で受けるサービス	28
③生活環境を整えるサービス	30
費用の支払い	32
自己負担限度額と負担の軽減	32
介護保険料の決まり方・納め方	36
社会全体で介護保険を支えています	36

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

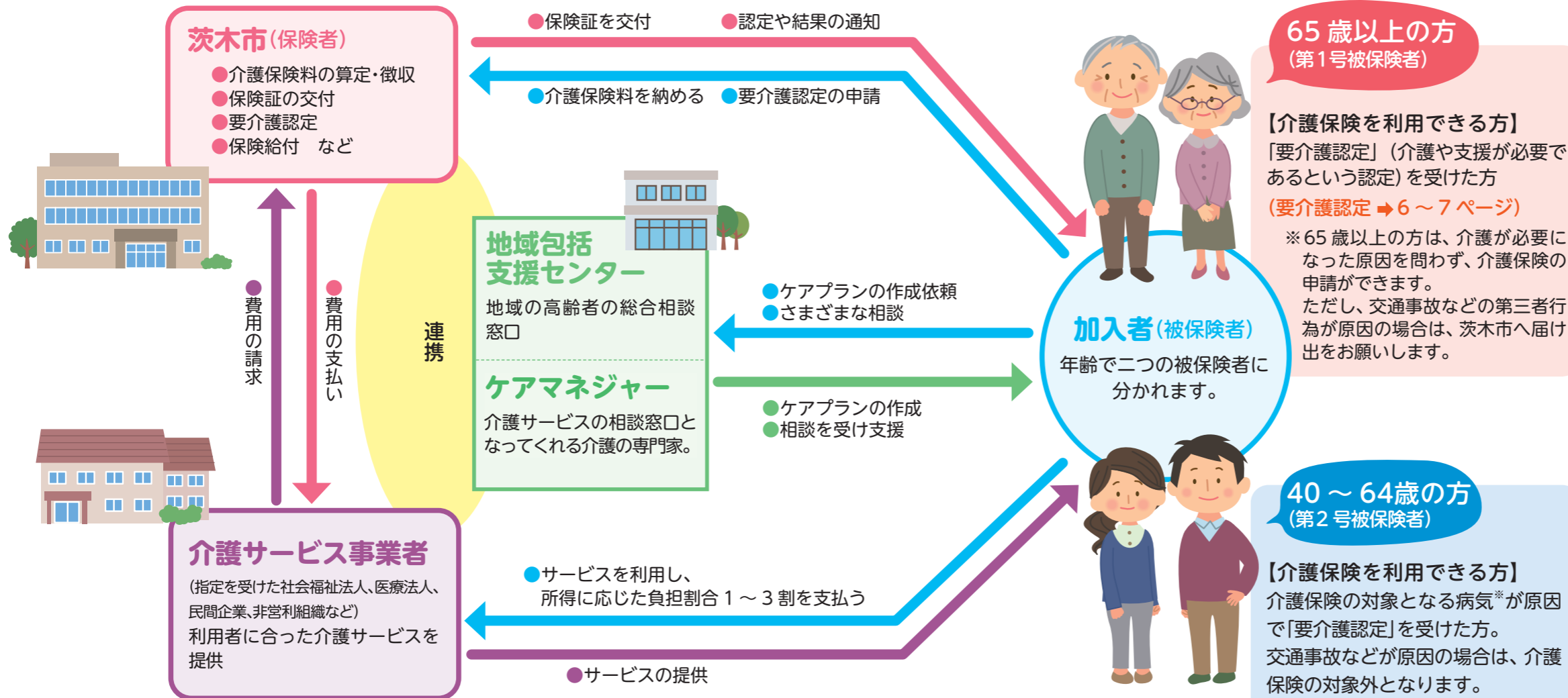
費用の支払い

介護保険料の決まり方・納め方



住み慣れた地域でいつまでも元気に

介護保険は、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための制度です。40歳以上の皆さんが加入者（被保険者）となり、保険料を納めます。運営は市区町村ごとに行っています。



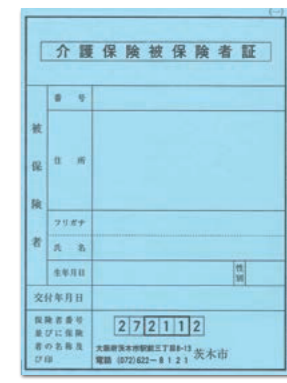
介護保険の保険証

介護保険のサービスを利用するときなどに必要になります。大切に保管しましょう。

65歳以上の方は
65歳になる月までに全員に交付されます。

40～64歳の方は
認定を受けた方に交付されます。

- 【保険証が必要なとき】
- 要介護認定を申請(更新)するとき
 - ケアプランを作成するとき
 - 介護保険サービスを利用するとき など



負担割合証

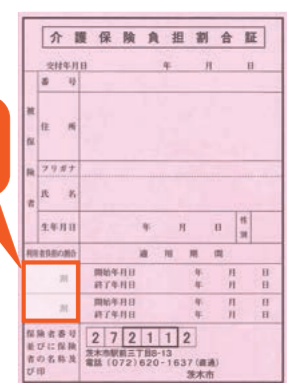
要介護認定を受けた方、事業対象者には、負担割合(1～3割)を示す「介護保険負担割合証」が交付されます。

※負担割合に関して、詳しくは32ページ。

【負担割合証が必要なとき】

- 介護保険サービス等を利用するとき

【有効期限】1年間(8月1日～翌年7月31日)



負担割合(1～3割)が記載されます。

「地域包括支援センター」とは？

主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士が中心となって高齢者への総合的な支援を行います。

【主にどんなことをするの？】

- 高齢者や家族、地域住民からの介護や福祉に関する相談への対応、支援
- 介護予防ケアプランの作成、介護予防事業のマネジメント
- 高齢者に対する虐待の防止やその他の権利擁護事業 など

「ケアマネジャー」とはどんな人？

ケアマネジャーは、利用者の希望や心身の状態にあったサービスが利用できるように導いてくれる介護サービスの調整役です。

【ケアマネジャーの役割】

- 要介護認定の申請代行
- ケアプランの作成
- 介護サービス事業者との連絡調整
- サービスの再評価とサービス計画の練り直し など

ケアマネジャー(介護支援専門員)は、「居宅介護支援事業者」等に所属しています。



- ※介護保険の対象となる病気(特定疾病)には、下記の16種類が指定されています。
- 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
 - 骨折を伴う骨粗しょう症
 - 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及びパーキンソン病
 - 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、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
 - 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

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類

費用の支払い

介護保険料の決め方

サービス利用の流れ ①



介護サービスや介護予防サービス、サービス・活動事業を利用するには、まずは、茨木市役所の介護保険課や地域包括支援センターに相談しましょう。

① 相談する

茨木市（介護保険課）または地域包括支援センターで、相談の目的を伝えます。希望するサービスがあれば伝えましょう。

② 心身の状態を調べる

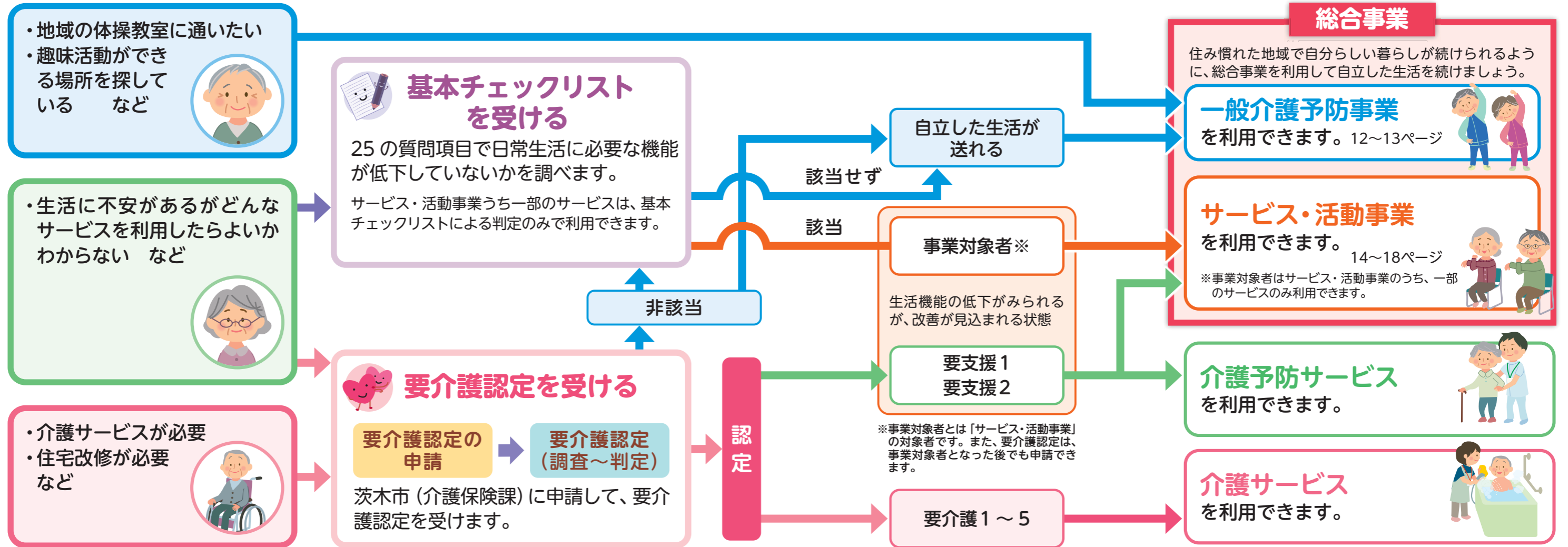
基本チェックリストまたは、要介護認定を受けます。自立した生活を送れている方には、一般介護予防事業などを紹介します。

③ 身体の状態を知る

基本チェックリストや、要介護認定によって心身の状態が判定されます。

④ 利用できるサービス

必要な支援の度合いによって、利用できるサービスは異なります。一般介護予防事業は、65歳以上の方が利用できます。



要介護認定の流れ

介護（予防）サービスを利用するには、要介護認定を受け「介護や支援が必要である」と認定される必要があります。

① 要介護認定の申請

申請の窓口は介護保険課です。申請は、本人のほか家族でもできます。

次のところでも申請の依頼ができます。（更新申請も含まれます）

- ・地域包括支援センター
- ・居宅介護支援事業者
- ・介護保険施設

申請に必要なもの

- 申請書
介護保険課の窓口にあります。また市ホームページからダウンロード可能です。
※申請書には主治医の氏名・医療機関名・所在地・電話番号を記入する欄があります。かかりつけの医療機関がある方は、調べておきましょう。
- 問診票
- 介護保険の保険証（原本）

② 要介護認定（調査～判定）

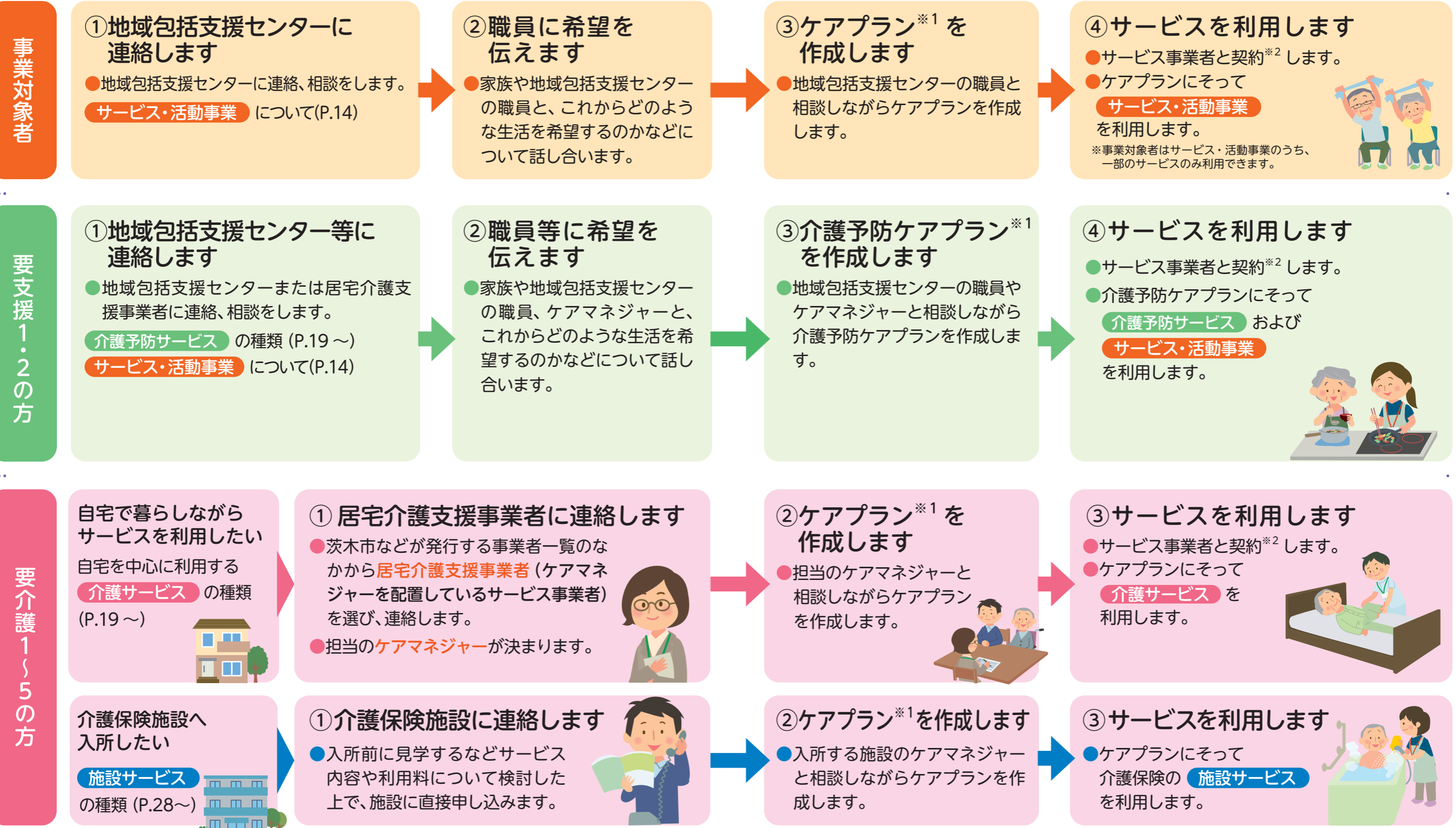
申請をすると、認定調査のあとに審査・判定が行われ、介護や支援が必要な度合い（要介護度）が決まります。

- 認定調査
茨木市の調査員などが自宅などを訪問し、心身の状態などについて聞き取る。
- 主治医の意見書
茨木市の依頼により主治医が意見書を作成。
- 一次判定
認定調査の結果や、主治医の意見書の一部の項目をコンピュータに入力し、一次判定を行う。
- 二次判定（認定審査）
一次判定や主治医の意見書などをもとに、専門家が審査する。

サービス利用の流れ ②

要介護1～5と認定された方で、自宅を中心としたサービスを希望する方は居宅介護支援事業者、施設への入所を希望する方は介護保険施設に連絡します。また、要支援1・2と認定された方および事業対象者は地域包括支援センター

ケアプラン（どのようなサービスをどのくらい利用するかを決めた計画書）を作成する際は、どんな生活を送れるようになりたいか、という希望をしっかりと伝えましょう。



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

介護保険料の決まり方・納め方

※1 ケアプランの作成、介護予防ケアプランの作成は、利用者の費用負担はありません。
 ※2 契約にあたってはサービス内容や料金などをよく確認しましょう。

活動量UPで元気なこころと身体をつくろう！

ある日相談に来た

Aさん

75歳ひとり暮らし
最近外でつまづく
ことが増えた



最近 体力が落ちてきて
買い物がしんどくなってきたんです
なのでヘルパーさんに
来てもらえないかしら…

地域包括支援センター

職員



わかりましたでも
できなくなったことも
できるように日常の活動量を
意識してみませんか？

1

できることもやらずにいた場合

サービス利用開始当初

ヘルパー

買い物に
行ってきました！
ごはん作って
置いときますね！



助かるわあ…
楽チン楽チン

2

6か月後

まかせてばかりで
最近は洗濯もつらく
なってきたわ…



洗濯も
ヘルパーさんに
お願いしないと…

3

活動量が減る → できることも減る →

1年後

できることが
減ってしまった

Aさん



ますます体力がなくなって
買い物どころか洗濯も
できなくなっちゃったわ…

う〜ん

今の状態では
お好きだった旅行に行くのは
難しいかもしれないですね

4

人に頼ってばかりいると
今できていることも
できなくなってしまうのね

そうなんです できることも
人にまかせて 活動量が減ると
自分らしい暮らしからどんどん
遠ざかってしまうんです

できることを増やそうとした場合

もう一度自分の足で
買い物に行けるように
になりたい！



5

継続的に運動して
スーパーまで歩けるように
なりましょう



リハビリの専門職

家事が
できるようになるまで
サポートします



ヘルパー

サービス利用開始当初

3か月後

6か月後

買い物に
行ってきましたよ！



調理はできるから
固い野菜の
下ごしらえだけ
お願いできる？

6



10時！
運動する
時間ね



7

体力もついてきたし
今日はあの公園まで
歩くわよ！



8

活動量が増える ↑ できることも増える ↑

1年後

元気になった

Aさん



9

最近はまた歩いて買い物に
行けるようになったの！来週には
友達と旅行にも行くのよ！

Aさんが諦めずに
頑張ったからですよ！
日々の活動量を意識しながら
運動や家事を続けてきた成果ですね！



今始められることから
取り組んでみましょう
また何かあったら
相談してくださいね

自分らしい生活をするために

総合事業には、「一般介護予防事業」と「サービス・活動事業」があります。住み慣れた地域で自分らしい暮らしが続けられるように、総合事業を利用して自立した生活を続けましょう。

一般介護予防事業

積極的に介護予防に取り組めるよう、市内各所でさまざまな事業を行っています。

対象者 65歳以上の方

はつらつ教室

転倒予防や関節痛予防、認知機能低下予防などを目的に、椅子に座ってできる体操を中心にを行っています。



日時・場所: コミュニティセンター・公民館・集会所などで各会場ごとに月2回程度

利用料: 無料
申込: 不要

短期集中運動教室

体力に自信がない方を対象に、専門職の助言を得ながら目標を達成するための運動や知って得ることが学べる1クール10回の教室です。

日時: 広報いばらきなどでお知らせします。
場所: 多世代交流センター・コミュニティセンター・公民館など

利用料: 無料
申込: 必要
申込先: 長寿政策課
電話: 072-620-1637



介護予防指導者養成研修

介護予防の知識を学ぶとともに地域での介護予防の担い手を養成するための研修を開催しています。

研修受講後は、はつらつサポーター（介護予防ボランティア）など地域で活動します。

日時・場所: 広報いばらきなどでお知らせします。

利用料: 無料

はつらつ出張講座

65歳以上の方を含む多年代の10人以上の市内団体・グループに、介護予防の講座を行う講師を派遣します。

日時: 月～土曜日の10時～16時の間で60～90分程度
場所: 会場（市内）は主催者側で用意

利用料: 無料
申込: 必要
回数: 1団体につき年度内3回まで
問合せ・申込先: シニアプラザいばらき（はつらつ事業事務局）
電話・FAX 072-633-7770
（火～金曜日 13時～16時）



茨木市の総合事業には専門職による相談サービスがあります。



リハビリの専門職からアドバイスを受ける

地域リハビリテーション専門職同行訪問

市のリハビリテーション専門職等（理学療法士・作業療法士・管理栄養士）が地域包括支援センターやケアマネジャーとご自宅を訪問し、身体の状態にあわせた運動方法や生活環境の改善のアドバイスを行います。

●対象 65歳以上の方

たとえばこのような方



●利用方法 地域包括支援センターまたは長寿政策課まで
●料金 無料
●時間 1回1時間程度
●回数 1回（身体の状態によってはその後2回まで訪問可能）

はつらつパスポート

65歳以上の方

- セルフマネジメント（自己管理）ツール
- スケジュール帳（ひとこと日記）
- 介護予防の情報を掲載
- 認知症について
- 相談先・連絡先を掲載



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

介護保険料の決め方

サービス・活動事業

サービス・活動事業は、利用者の生活上のさまざまなニーズに対応できるよう、生活支援などの多様なサービスを提供するものです。

- 対象者**
- ①要支援1・2の認定を受けた方
 - ②基本チェックリストにより生活機能の低下がみられ、茨木市が事業対象者と決定した方
 - ③コミュニティデイハウス（通所型サービス・活動B）については、以前からサービスを利用していた方で、一定の条件を満たす要介護1の方

サービス・活動事業の利用には、地域包括支援センターの職員等と相談し、サービスの種類や回数を決めたケアプランを作成してもらう必要があります。



ケアプランの作成および相談は無料です。

マーク、自己負担のめやす等について

- 要介護1～5** 要介護1～5の方が介護保険を使って利用できるサービス
 - 要支援1・2** 要支援1・2の方が介護保険を使って利用できるサービス
 - 事業対象者** 事業対象者が利用できるサービス
- ※要介護3～5の方向けのサービスや要支援2の方向けのサービスなどは数字の違いで表現しています。
- 自己負担は1割、2割、3割のいずれかです。本冊子は、**自己負担1割の費用をめやすとして**掲載しています。（負担割合については、32ページ参照）
 - 自己負担のめやすは令和8年3月時点の情報をもとにしており、今後変更になる場合があります。
 - 実際にかかる費用は、利用する事業者の所在地や体制、サービスの内容等によって異なります。



リハビリなどの専門職から短期間の集中的な支援を受ける

通所型サービス

要支援1・2 事業対象者 パワーアップ・3か月トレーニング（旧 短期集中リハビリトレーニング）

「歩くことが不安で外出しづらくなった」「掃除や買い物などの家事がしにくくなった」「以前できていたことができなくなってきた」などの状態にある方に対し、リハビリなどの専門職が短期間・集中的に支援し、元の生活を取り戻すことをめざします。

●内容

期間	週1回の利用を12回（約3か月）
時間	1回あたり2時間程度
利用料	無料
送迎	必要に応じて実施します

体力測定

初回・中間・終了時に体力測定を行います。元の生活を取り戻すためには、まずは「自分の身体を知ること」が大切です。



リハビリ専門職のアドバイス

これまでの生活やいまの暮らし方から、取り戻したい生活や望む暮らし方を把握し、その実現のために必要なアドバイスをを行います。



個別セルフトレーニング

1人ひとりの身体の状態に合わせた運動方法など、リハビリ専門職のアドバイスを受けながらセルフトレーニングに取り組みます。



栄養・口腔に関するアドバイス

管理栄養士や歯科衛生士・看護師などの専門職から、元気に過ごすために必要な栄養や口腔機能に関するアドバイスをを行います。



利用者の声

Kさん / 73歳 女性 要支援1
両人工関節置換術後
サービス利用目標：自転車に乗れるようになりたい



退院後は床からの立ち上がりができませんでしたが、このサービスで練習して何もつかまらずに立ち上がれるようになったことで自信ができました。今では筋肉の「貯筋」を意識して、できるだけ自転車に乗って外出しています。故郷に行くことはもうあきらめていましたが、今後は新幹線に乗って行ってみようと思えるようになりました。

利用者の声

Nさん / 81歳 女性 事業対象者
腰椎圧迫骨折後
サービス利用目標：旅行などに行けるようになりたい



腰椎圧迫骨折後の腰痛で、趣味の活動やサークル活動、ヨガ教室もいけない状態でした。このサービスで自宅でもできるトレーニング方法を教えていただき、今では腰痛がだいぶましになりました。歩行にも自信がついて、この前は京都に旅行に行ってきました。今後はヨガの教室も再開していきたいと思っています。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

介護保険料の決まり方・納め方



コミュニティデイハウスで食事などのサービスを受ける

通所型サービス

要支援 1・2 コミュニティデイハウス(通所型サービス・活動B)

住民による家庭的な雰囲気、食事のサービスや生活機能の維持・向上のための体操・趣味活動等を行います。

- 利用回数 週1～5回
地域包括支援センター等の専門職が作成するケアプランにより決まります。
- 利用料 1回の利用時間と食事などの実費により異なります。
- 送迎 送迎の有無や、範囲は、各施設によって異なります。



通所介護施設で食事や入浴などのサービスを受ける

要支援 1・2 通所介護相当サービス

通所介護施設（デイサービスセンター）で、食事のサービスや生活機能の維持向上のための体操や筋力トレーニングなどを日帰りで行います。

- 利用回数 週1～2回程度
地域包括支援センター等の専門職が作成するケアプランにより決まります。



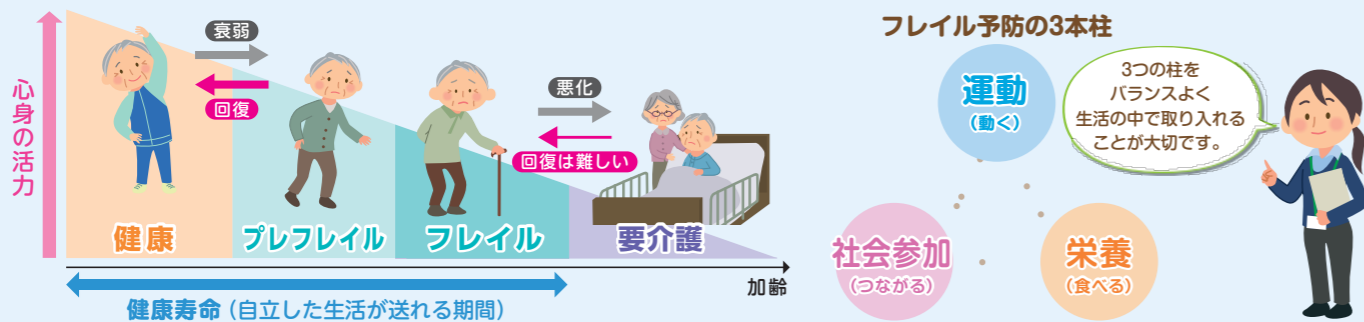
1か月あたりの自己負担のめやす(1割負担の場合)

	要支援 1	要支援 2
週1回程度利用	1,880円	1,880円
週2回程度利用	—	3,790円

*1か月あたりの利用回数が予定より少なかった場合には、1回あたりの単価になります。

介護予防が大切なのはなぜ？

高齢期になると、筋力・バランス能力、移動能力は衰え、日々の活動量が低下します。やがて、心身の活力が低下した状態をフレイルといいます。「外出の回数が減った」「食欲がない」「歩く速度が遅くなった」といった場合は、フレイルの危険信号が灯っている可能性があります。普段から身体を動かし、フレイルの兆候を早期に発見して日常生活を見直すことで、進行を防ぎ、元の健康な状態に戻ると言われています。



自立した生活を送るため、生活の困りごとに応じたサービスを受ける

訪問型サービス

要支援 1・2 訪問型サービス・活動A

ホームヘルパー等が訪問し、利用者のための生活支援(掃除、洗濯、ゴミ出し、食事の準備や調理、買い物の代行等)を利用者と共に行います。

- 利用回数等 週1～2回、1回45～60分未満(めやす)
ただし、月10回までを上限とします。
地域包括支援センター等の専門職が作成するケアプランにより決まります。
- 利用料 1回240円

1か月あたりの自己負担のめやす

週1回利用(月4回利用)の場合	960円
週2回利用(月8回利用)の場合	1,920円



要支援 1・2 訪問型サービス・活動B

ボランティア等が訪問し、利用者のために掃除、洗濯、ゴミ出し、食事の準備や調理、買い物の代行、草取り、話し相手等の生活支援を利用者と共に行います。

- 利用回数等 1回30分未満、1日あたり連続して2回までを1か月10回まで(訪問介護相当サービス又は訪問型サービス・活動Aを併用する場合は、10回から、その利用回数を差し引いた回数を限度とします。)地域包括支援センター等の専門職が作成するケアプランにより決まります。
- 利用料 1回150円



専門職から短期間の集中的な支援を受ける

要支援 1・2 事業対象者 訪問型サービス・活動C(短期集中栄養サポートプログラム)

管理栄養士が訪問し、利用者の栄養状態の確認及び改善に向けてのアドバイスを行います。

- 対象者 低栄養(*)に該当する方及び栄養改善が必要な方
(*) BMI18.5未満またはBMI20未満かつここ6か月で2kg以上の体重減少がある。
- 利用回数 およそ3～6か月の期間で全3回、1回30～60分程度
- 利用料 無料



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

介護保険料の決め方・納め方

自立した生活を送るため、生活の維持・改善に必要なサービスを受ける

訪問型サービス

要支援 1・2 訪問介護相当サービス

ホームヘルパーが訪問し、利用者のための身体介護（食事や入浴・更衣の介助、買い物の同行等）、生活支援（掃除、洗濯、食事の準備や調理、買い物の代行等）を行います。

- 利用回数等 週1～2回程度、1回45～60分未満（めやす）
地域包括支援センター等の専門職が作成するケアプランにより決まります。

1か月あたりの自己負担のめやす（1割負担の場合）

	要支援 1	要支援 2
週1回程度利用	1,260円	1,260円
週2回程度利用	2,520円	2,520円
週3回程度利用	—	3,990円

*1か月あたりの利用回数が予定より少なかった場合には、1回あたりの単価になります。



栄養改善を目的とした配食を利用する

その他の生活支援サービス

要支援 1・2 栄養改善型配食

食事の準備や調理が困難な方に対して、配食サービス事業者が定期的な食事の配達を行います。

- 利用回数 週1～3回、1日に複数回利用することはできません。
地域包括支援センター等の専門職が作成するケアプランにより決まります。
- 利用料 介護保険負担割合証に「1割」と記載がある方は、1食につき460円
上記以外の方は、1食につき570円



※それぞれのサービスを同じ時間に利用することはできません。
※パワーアップ・3か月トレーニング、通所介護相当サービス、介護予防通所リハビリテーションのサービスはそれぞれお互いに併用できません。
※訪問型サービス・活動Aと訪問介護相当サービスは併用できません。



サービスの種類と費用

介護保険サービスの種類

介護保険サービスには、自宅を中心に利用する「居宅サービス」、介護保険施設に入所する「施設サービス」があります。また、茨木市にお住まいの方のみが利用できる「地域密着型サービス」があります。

介護保険サービスの種類



【サービスを利用する前に】

ケアプラン（介護サービスの利用計画）または介護予防ケアプランを作成する必要があります。

介護サービス・介護予防サービスの利用について相談する

ケアプランを作成する

要介護 1～5 居宅介護支援

ケアマネジャーにケアプランを作成してもらうほか、安心して介護サービスを利用できるよう支援してもらいます。



要支援 1・2 介護予防支援

地域包括支援センターの職員などに介護予防ケアプランを作成してもらうほか、安心して介護予防サービスを利用できるよう支援してもらいます。



ケアプランの作成および相談は無料です。（全額を介護保険で負担します）

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

介護保険料の決め方・納め方

① 自宅を中心に利用するサービス

自宅を中心に利用するサービス（居宅サービス）には、訪問をしてもらうサービスや施設に通うサービスなどさまざまな種類があります。



日常生活の手助けをしてもらう

自宅を訪問してもらう

要介護 1~5 訪問介護【ホームヘルプサービス】

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を受けます。



- 〈身体介護〉
- 食事、入浴、排せつの支援
 - 着替えや移乗介助 など

- 〈生活援助〉
- 住居の掃除、洗濯、買い物
 - 食事の準備、調理 など

自己負担（1割）のめやす

要介護 1~5 ▶ 1回につき		要介護 1~5 ▶ 1回につき	
身体介護中心 (30分以上60分未満)	508円	通院のための乗車 または 降車の介助	128円
生活援助中心 (20分以上45分未満)	235円		

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。
※乗降介助：移送にかかる費用は別途自己負担となります。

要支援 1・2 および事業対象者については、総合事業（訪問型サービス）〔P.17・P.18〕に掲載しています。

自宅で入浴する

要介護 1~5 要支援 1~2 訪問入浴介護（介護予防訪問入浴介護）

自宅に浴槽を持ち込んでもらい、入浴の介助を受けます。



自己負担（1割）のめやす

要介護 1~5 ▶ 1回につき	1,355円	要支援 1・2 ▶ 1回につき	916円
-----------------	--------	-----------------	------

看護師などに訪問してもらう

要介護 1~5 要支援 1~2 訪問看護（介護予防訪問看護）

看護師などに訪問してもらい、療養生活を支援するため、点滴の管理や床ずれの手当てなどを受けます。



自己負担（1割）のめやす

要介護 1~5 ▶ 1回（30分以上60分未満）につき		要支援 1・2 ▶ 1回（30分以上60分未満）につき	
訪問看護ステーションから	881円	訪問看護ステーションから	850円
病院または診療所から	615円	病院または診療所から	592円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

生活援助のサービスが利用できる場合

生活援助のサービスは原則として、利用者が一人暮らしの場合のみ利用ができます。

ただし次のような場合では利用できる場合があります。

- 1 利用者の家族等が障害や疾病等の理由により、家事を行うことが困難な場合
- 2 利用者の家族等が1以外の事情により、家事を行うことが困難な場合



利用にあたってはご家族の状況等を確認した上で、利用者の自立した生活に必要な援助かどうかの判断を行いますので、担当のケアマネジャーや地域包括支援センターにご相談ください。

家政婦ではありません！

ヘルパーさんに頼めないサービス

- 利用者以外のための家事（買い物や食事準備、風呂やトイレなど共有部分の掃除など）
- 医療行為
- 利用者の不在時に行うサービス
- 換気扇の掃除
- ペットの世話
- 電球の交換
- 自家用車の洗車や清掃
- 日常生活に必要な外出以外の同行（趣味娯楽、冠婚葬祭、お墓参りなど）
- 大掃除
- 嗜好品の購入（お酒、タバコ、お菓子など）
- 家具や電気器具などの移動や修繕、模様替え



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

介護保険料の決まり方・納め方

① 自宅を中心に利用するサービス



自宅でリハビリをする

自宅を訪問してもらおう

要介護1~5 要支援1~2 訪問リハビリテーション (介護予防訪問リハビリテーション)

理学療法士などに訪問してもらい、居宅での生活動作を向上させるためのリハビリを受けます。



自己負担(1割)のめやす

要介護1~5 ▶ 1回(20分間)につき	325円
要支援1・2 ▶ 1回(20分間)につき	315円

お医者さんなどによる療養上の管理や指導を受ける

要介護1~5 要支援1~2 居宅療養管理指導 (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、歯科衛生士に訪問してもらい、薬の飲み方、食事など療養上の管理・指導を受けます。

自己負担(1割)のめやす
【単一建物居住者一人に対して行う場合】

要介護1~5、要支援1・2 ▶ 1回につき	
医師の場合(1か月に2回まで)	515円
薬局の薬剤師の場合(1か月に4回まで)	518円



夜間に訪問介護を受ける

要介護1~5 夜間対応型訪問介護

夜間も安心して在宅生活が送れるよう、前もって決められた時間に訪問する「定期巡回」と利用者からの連絡を受けて訪問する「随時訪問」があります。



地域密着型サービス

自己負担(1割)のめやす

要介護1~5 ▶ 1か月あたり	
基本	1,059円~2,892円
要介護1~5 ▶ 1回につき	
定期巡回	398円
随時訪問	607円~818円

※要支援の方は利用できません。

24時間対応の訪問介護・訪問看護サービスを受ける

要介護1~5 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて介護職員と看護師が連携して、1日複数回定期的に訪問します。また、利用者からの連絡を受けて随時訪問も行います。



自己負担(1割)のめやす

要介護1~5 ▶ 1か月あたり	
介護利用者	5,828円~26,421円
介護・看護利用者	8,503円~30,279円
夜間のみ利用者(基本)	1,059円

※要支援の方は利用できません。



施設に通って食事や入浴などのサービスを受ける

施設に通って利用する

要介護1~5 通所介護【デイサービス】

デイサービスセンターで、食事・入浴などの介護や生活行為向上のための機能訓練を日帰りで受けられます。



基本のサービスに加えて

- 個々の状態に応じた機能訓練(個別機能訓練)
 - 食事に関する指導など(栄養改善)
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。

自己負担(1割)のめやす
【通常規模の施設/7時間以上8時間未満の利用の場合】

要介護1~5 ▶ 1日につき	730円~1,242円
----------------	-------------

※利用するメニューによって別に費用が加算されます。

- ・個別機能訓練 59円/1日
 - ・栄養改善 209円/1回
 - ・口腔機能向上 157円/1回 など
- ※食費、日常生活費は別途負担となります。

要支援1~2

要支援1・2 および事業対象者については、総合事業(通所型サービス)(P.15・P.16)に掲載しています。

小規模な施設の通所介護サービス

要介護1~5 地域密着型通所介護

地域密着型サービス

定員18人以下の小規模な通所介護施設で、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。



基本のサービスに加えて

- 個々の状態に応じた機能訓練(個別機能訓練)
 - 食事に関する指導など(栄養改善)
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。

自己負担(1割)のめやす
【7時間以上8時間未満の利用の場合】

要介護1~5 ▶ 1日につき	787円~1,371円
----------------	-------------

※利用するメニューによって別に費用が加算されます。

- ・個別機能訓練 59円/1日
 - ・栄養改善 209円/1回
 - ・口腔機能向上 157円/1回 など
- ※食費、日常生活費は別途負担となります。

要支援1~2

要支援1・2 および事業対象者については、総合事業(通所型サービス)(P.15・P.16)に掲載しています。

介護保険制度のしくみ

サービスの利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

決まり方・納め方 介護保険料の

① 自宅を中心に利用するサービス

施設に通ってリハビリをする

施設に通って利用する

要介護 1~5 通所リハビリテーション【デイケア】

介護老人保健施設や病院・診療所で、生活行為向上のためのリハビリテーションを日帰りで受けられます。

基本のサービスに加えて

- 食事に関する指導など（栄養改善）
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など（口腔機能向上）
- などのメニューを選択して利用できます。

自己負担(1割)のめやす
【通常規模の施設／7時間以上8時間未満の利用の場合】

要介護 1~5 ▶ 1日につき	804 円~ 1,455 円
--------------------	-------------------

- ※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
- ・栄養改善 211 円 / 1 回
- ・口腔機能向上 159 円 / 1 回 など
- ※食費、日常生活費は別途負担となります。



要支援 1~2 介護予防通所リハビリテーション

介護老人保健施設や病院・診療所で、介護予防を目的とした生活機能の維持向上のための機能訓練などが日帰りで受けられます。

基本のサービスに加えて

- 食事に関する指導など（栄養改善）
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など（口腔機能向上）
- などのメニューを選択して利用できます。

自己負担(1割)のめやす

要支援 1 ▶ 1 か月	2,393 円
要支援 2 ▶ 1 か月	4,461 円

- ※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
- ・栄養改善 211 円 / 月
- ・口腔機能向上 159 円 / 月 など
- ※食費、日常生活費は別途負担となります。

認知症の方が施設に通って受けるサービス

要介護 1~5 **要支援 1~2** 認知症対応型通所介護 (介護予防認知症対応型通所介護)

地域密着型サービス

認知症の利用者が食事・入浴などの介護や生活行為向上のための機能訓練を日帰りで受けられます。

自己負担(1割)のめやす
【7時間以上8時間未満利用した場合】

要介護 1~5 ▶ 1日につき	1,049 円~ 1,506 円
要支援 1 ▶ 1日につき	909 円
要支援 2 ▶ 1日につき	1,014 円



自宅で介護を受けている方が一時的に施設に泊まる

短期間施設に泊まる

要介護 1~5 **要支援 1~2** 短期入所生活介護【ショートステイ】 (介護予防短期入所生活介護)

介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。

自己負担(1割)のめやす【併設型・多床室の場合】

要介護 1~5 ▶ 1日につき	637 円~ 933 円
要支援 1~2 ▶ 1日につき	476 円~ 592 円



医療の助けが必要な方が一時的に施設に泊まる

要介護 1~5 **要支援 1~2** 短期入所療養介護【医療型ショートステイ】 (介護予防短期入所療養介護)

介護老人保健施設などに短期間入所して、医療によるケアや介護、機能訓練などが受けられます。

自己負担(1割)のめやす
【介護老人保健施設(多床室)の場合】

要介護 1~5 ▶ 1日につき	868 円~ 1,100 円
要支援 1~2 ▶ 1日につき	641 円~ 809 円



- ※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。
- ※食費、日常生活費、滞在費は別途負担となります。
- ※連続した利用が30日を超えた場合、31日目は全額自己負担となります。

居室(部屋のタイプ)について	
従来型個室	リビングスペース(共同生活室)を併設していない個室
多床室	定員2人以上の相部屋
ユニット型個室	リビングスペースを併設している個室
ユニット型個室的多床室	リビングスペースを併設しているが完全な個室ではない部屋

いばらきほっとナビ

市内の医療・介護・障害福祉サービスの事業所と地域情報が検索できるサイトです。

<https://carepro-navi.jp/ibaraki>

いばらきほっとナビ

検索



介護保険制度のしくみ
サービス利用の手順
総合事業
サービスの種類と費用
費用の支払い
介護保険料の決め方

① 自宅を中心に利用するサービス



通い・訪問・泊まりを組み合わせたサービスを受ける

通いを中心とした複合的なサービス

要介護1~5 要支援1~2 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)

小規模な住居型の施設への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」(介護)、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。

※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。



地域密着型サービス

自己負担(1割)のめやす
【事業所と同一の建物に居住していない場合】

要介護1~5 ▶ 1か月あたり	11,034円~ 28,706円
要支援1 ▶ 1か月あたり	3,640円
要支援2 ▶ 1か月あたり	7,356円

通い・訪問・泊まりに看護を組み合わせたサービスを受ける

要介護1~5 看護小規模多機能型居宅介護

利用者の状況に応じて、小規模な住居型の施設への「通い」、自宅に来てもらう「訪問」(介護と看護)、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。

※食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。

※要支援の方は利用できません。



地域密着型サービス

自己負担(1割)のめやす
【事業所と同一の建物に居住していない場合】

要介護1~5 ▶ 1か月あたり	13,132円~ 33,136円
-----------------	------------------

サービス事業者と契約する際の注意点

- 重要事項説明書などの書類を受け取り、サービスの内容に納得しましたか?
- 病気や身体の状態をよく把握してもらっていますか?
- 介護保険が使えるサービスと使えないサービスがわかるようになっていますか?
- 利用料やキャンセル料、支払いについて納得しましたか?
- 契約をやめるときにどうすればよいのかがわかりますか?

利用開始後も不満な点があるときやサービスに納得できないときは、事業者を変えることができます。疑問な点は、ケアマネジャーに相談してみましょう。

通うサービスなどでは、実際に施設を見学してみましょう



有料老人ホームなどに入居している方が介護サービスを受ける

要介護1~5 要支援1~2 特定施設入居者生活介護 (介護予防特定施設入居者生活介護)

介護保険の指定を受けた介護付有料老人ホームなどに入所している方が受けるサービスです。食事・入浴などの介護や機能訓練を受けられます。

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。
※食費、居住費、管理費、日常生活費は別途負担となります。

自己負担(1割)のめやす
【包括型(一般型)】

要介護1~5 ▶ 1日につき	567円~ 850円
要支援1~2 ▶ 1日につき	192円~ 327円



認知症の方が施設で共同生活を送る

要介護1~5 要支援2 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)

認知症と診断された高齢者が共同で生活しながら、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

※要支援1の方は利用できません。

※茨木市では低所得の方への家賃補助を行っています。(P.35)

自己負担(1割)のめやす
2ユニット(定員18人)の場合

要介護1~5 ▶ 1か月あたり	23,607円~ 26,491円
要支援2 ▶ 1か月あたり	23,482円



地域の小規模な特別養護老人ホームで介護サービスを受ける

要介護3~5 地域密着型 介護老人福祉施設入所者生活介護

定員29人以下の小規模な介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)で、食事・入浴などの介護や健康管理が受けられます。

※食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

※新規に入所できるのは原則、要介護3以上の方。

自己負担(1割)のめやす
ユニット型個室の場合

要介護3~5 ▶ 1か月あたり	25,958円~ 30,441円
-----------------	------------------

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

決まり方・納め方 介護保険料の

② 介護保険施設で受けるサービス

介護保険施設に入所して受けるサービスを「施設サービス」と呼びます。介護保険施設は、どのような介護が必要かによって、様々な種類があります。入所を希望するときは、施設に直接申し込みます。必要性の高い方から入所できます。



※施設サービスの費用は、要介護度や施設の体制、部屋のタイプによって異なります。
 ※居住費、食費、日常生活費が別途負担となります。

生活介護が中心の施設

介護保険施設に移り住む

要介護3~5 介護老人福祉施設【特別養護老人ホーム】

つねに介護が必要で、自宅では介護ができない方が対象の施設です。食事・入浴など日常生活の介護や健康管理が受けられます。

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす【ユニット型個室・ユニット型個室的多床室の場合】

要介護3	25,551円
要介護4	27,777円
要介護5	29,940円

※新規に入所できるのは原則として、要介護3以上の方。

介護やリハビリが中心の施設

要介護1~5 介護老人保健施設

病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。医学的な管理のもとで介護や看護、リハビリを受けられます。

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす【ユニット型個室・ユニット型個室的多床室の場合】

要介護1	25,143円
要介護2	26,585円
要介護3	28,623円
要介護4	30,347円
要介護5	31,915円

長期療養の機能を備えた施設

要介護1~5 介護医療院

主に長期にわたり療養が必要な方が対象の施設です。医療と介護(日常生活上の世話)を一体的に受けられます。

1か月あたりの施設サービス費(1割)のめやす【ユニット型個室・ユニット型個室的多床室の場合】

要介護1	26,648円
要介護2	30,096円
要介護3	37,589円
要介護4	40,755円
要介護5	43,640円

施設サービスを利用したときの費用

施設サービス費の自己負担分(1~3割)に加え、居住費・食費・日常生活費を支払います。

施設サービス費の1~3割 + ★居住費(滞在費) + ★食費 + 日常生活費(理美容代など) = 自己負担

★居住費・食費について

施設の平均的な費用をもとに、基準費用額が定められています。実際の費用は施設と利用者との契約により決められます。

居住費・食費の基準費用額(1日あたり)

居住費(滞在費)				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	令和8年7月まで	令和8年8月から
2,066円	1,728円	1,728円(1,231円)	437円*(915円)	1,445円	1,545円

変更ポイント

食費の基準費用額を変更。(令和8年8月から)

()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。
 ※室料が徴収される場合は697円。

所得が低い方は、居住費と食費の負担が軽くなります

所得が低い方に対しては、所得に応じた自己負担の上限(限度額)が設けられており、申請により、居住費(滞在費)と食費の負担が軽減されます。

●軽減は申請月の初日から適用となります。

申請が必要です

変更ポイント

所得の状況および限度額を変更。(令和8年8月から)

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり)

利用者負担段階	所得の状況 ^{*1}	預貯金等の資産の状況	居住費(滞在費)				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	
令和8年7月まで	生活保護受給者の方等	要件なし					
	世帯全員が住民税非課税 老齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	880円	550円	550円(380円)	0円	300円
	前年の合計所得金額 ^{**2} +年金収入額が80.9万円以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円(480円)	430円	390円【600円】
	前年の合計所得金額 ^{**2} +年金収入額が80.9万円超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	650円【1,000円】
令和8年8月から	前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の方	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	1,360円【1,300円】

令和8年8月から	生活保護受給者の方等	要件なし					
	世帯全員が住民税非課税 老齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下	880円	550円	550円(380円)	0円	300円
	前年の合計所得金額 ^{**2} +年金収入額が82.65万円以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円(480円)	430円	390円【600円】
	前年の合計所得金額 ^{**2} +年金収入額が82.65万円超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	680円【1,030円】
前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の方	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,470円	1,470円	1,470円(980円)	430円 ^{*3} (530円)	1,420円【1,360円】	

()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。

[]内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護を利用した場合の額です。

※1 住民票上世帯が異なる(世帯分離している)配偶者(婚姻届を提出していない事実婚も含む。DV防止法における配偶者からの暴力を受けた場合や行方不明の場合等は対象外)の所得も判断材料とします。

※2 合計所得金額 ▶P.37 参照

※3 室料が徴収される場合は530円。

*第2号被保険者は、利用者負担段階に関わらず、預貯金等の資産が単身:1,000万円以下、夫婦:2,000万円以下であれば支給対象となります。

介護保険制度のしくみ

サービスの利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

決まり方・納め方

介護保険料の

③生活環境を整えるサービス

自立した生活をするための福祉用具を借りる

福祉用具貸与(介護予防福祉用具貸与)

次の13種類が貸し出しの対象となります。

原則、要支援1・2の方、要介護1の方は、①～④のみ利用できます。

⑬は、要介護4・5の方のみ利用できます。



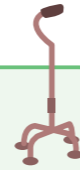
月々の利用限度額の範囲内で、実際にかかった費用の1～3割を自己負担します。

要介護4・5の方が利用できる福祉用具

要介護2・3の方が利用できる福祉用具

要支援1・2、要介護1の方が利用できる福祉用具

- | | |
|--|---|
| ① 手すり(工事をともなわないもの) | ③ 歩行器 |
| ② スロープ(工事をともなわないもの) | ④ 歩行補助つえ(松葉づえ、多点つえ等) |
| ⑤ 車いす | ⑨ 床ずれ防止用具 |
| ⑥ 車いす付属品(クッション、電動補助装置等) | ⑩ 体位変換器(起き上がり補助装置を含む) |
| ⑦ 特殊寝台 | ⑪ 認知症老人徘徊感知機器(離床センサーを含む) |
| ⑧ 特殊寝台付属品(サイドレール、マットレス、スライディングボード、入浴用でない介助用ベルト等) | ⑫ 移動用リフト(立ち上がり座いす、入浴用リフト、段差解消機、階段移動用リフトを含む) |



⑬ 自動排せつ処理装置(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)

・貸与価格を適正にするために商品ごとに貸与価格の全国平均が公表されています。その平均価格をもとに貸与価格の上限額が設定されます。 ※上限を超えた場合は、保険給付対象外(全額自己負担)となります。

・事業者には下記①、②が義務付けられています。

- 貸与する商品の機能や価格帯の異なる複数商品を選択肢として示す。
- 貸与する商品の全国平均価格とその事業者の価格を説明する。

福祉用具を買う



特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入)

申請が必要です

購入費支給の対象は、次の品目です。

※指定を受けていない事業者から購入した場合は、支給の対象になりませんのでご注意ください。

- | | | |
|------------------------------|---------------------|---------------------------------------|
| ● 移動用リフトのつり具の部分 | ● 腰掛便座(便座の底上げ部材を含む) | ● 自動排せつ処理装置の交換部品 |
| ● 排せつ予測支援機器 | ● 簡易浴槽 | ● 入浴補助用具(入浴いす、浴槽用手すり、浴槽内いす、入浴用介助ベルト等) |
| ● 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) | | |
- ※代理受領払い(P31参照)も可能です。

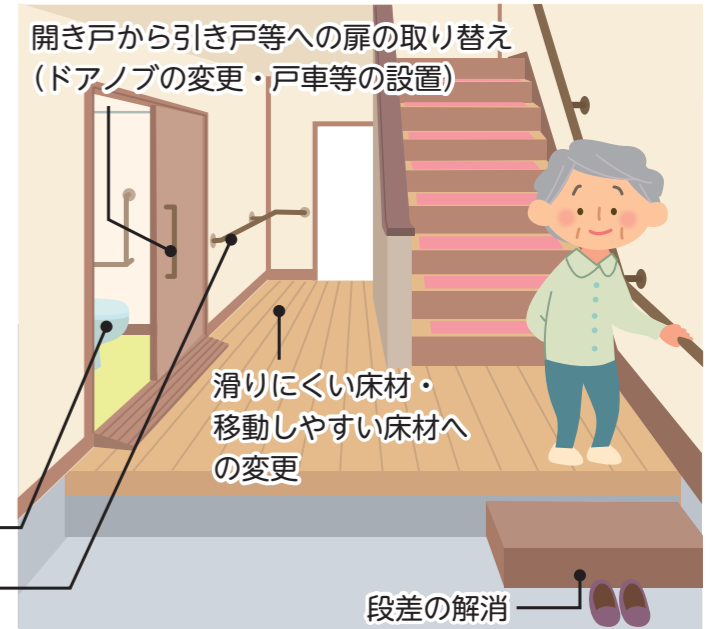
年間10万円が上限で、その1～3割が自己負担です。費用が10万円かかった場合、1～3万円が自己負担です。(毎年4月1日から1年間) ※同一種目の支給は原則として1回のみです。

より安全な生活が送れるように住宅を改修する

居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)

事前と事後に申請が必要です

生活環境を整えるための住宅改修に対し、20万円を上限として費用の7～9割が住宅改修費として支給されます。(費用が20万円かかったとき、自己負担1割の場合は2万円、2割の場合は4万円、3割の場合は6万円が自己負担額です)



● 工事に前に保険給付の対象となるかどうかを、ケアマネジャーか介護保険課に相談しましょう。(事前申請で承認されていない工事は保険給付対象外です。)

和式便器から洋式便器への取り替え
手すりの取り付け

◎介護保険の対象となる工事の例

- 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
- 開き戸から引き戸等への扉の取り替え
- 和式から洋式への便器の取り替え
- その他これらの各工事に付帯して必要な工事

支給限度額 / 20万円

20万円が上限で、その1～3割が自己負担です。

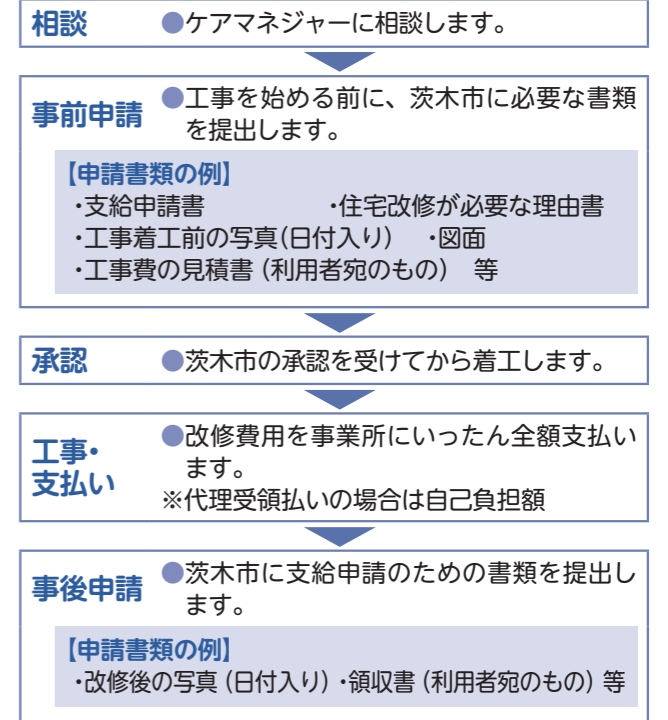
※支給限度額以内であれば、数回に分けて使うこともできます。

※引越をした場合や要介護度が一定程度高くなった場合、再度支給を受けられる場合があります。

住宅改修のサービスを受けるには、要介護認定を受けていることが前提となります。また、住宅改修を利用するときには、複数の業者から見積りをとりましょう。



手続きの流れ(事前と事後に申請が必要です)



相談 ● ケアマネジャーに相談します。

事前申請 ● 工事を始める前に、茨木市に必要な書類を提出します。

【申請書類の例】
・支給申請書
・工事着工前の写真(日付入り)
・工事費の見積書(利用者宛のもの) 等

承認 ● 茨木市の承認を受けてから着工します。

工事・支払い ● 改修費用を事業所にいったん全額支払います。
※代理受領払いの場合は自己負担額

事後申請 ● 茨木市に支給申請のための書類を提出します。

【申請書類の例】
・改修後の写真(日付入り)・領収書(利用者宛のもの) 等

支給 ● 工事が介護保険の対象であると認められた場合、介護保険対象工事代金の7～9割が償還払いの場合は被保険者に、代理受領払いの場合は施工業者に支給されます。

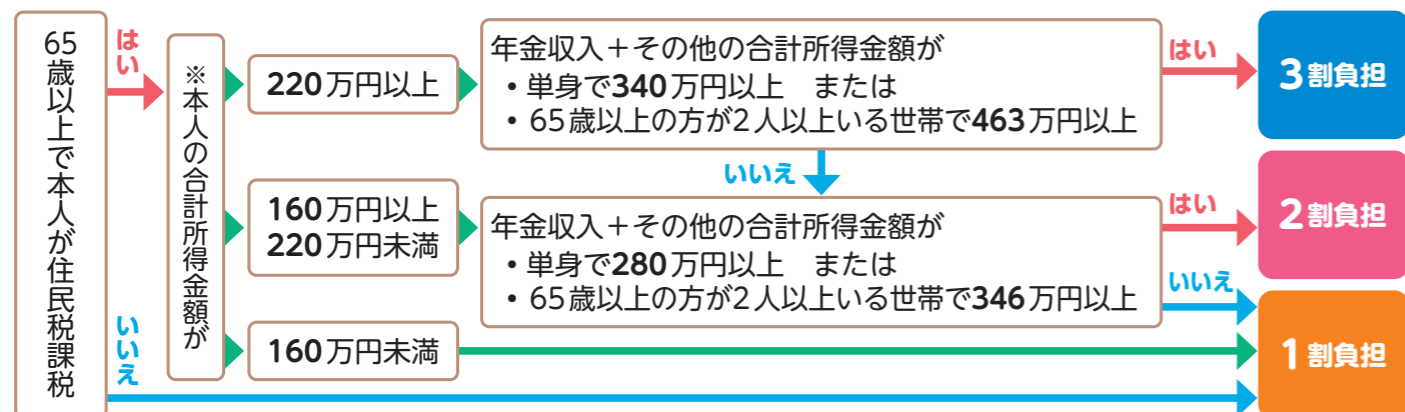
※代理受領払いとは、先に施工業者に自己負担分のみを支払い、保険給付分を市から施工業者に直接支給する支払い方法のことです。

自己負担限度額と負担の軽減

介護保険サービスを利用したときは、原則として利用料の1～3割を支払います。自己負担が重くなったときや、所得の低い方には負担を軽減するしくみもあります。

■介護保険サービスの自己負担割合と判定基準

介護保険サービスの自己負担割合は、所得の状況などによって、1割、2割、3割のいずれかになります。



※合計所得金額 ▶P.37参照

※40～64歳の方は、所得にかかわらず1割負担です。

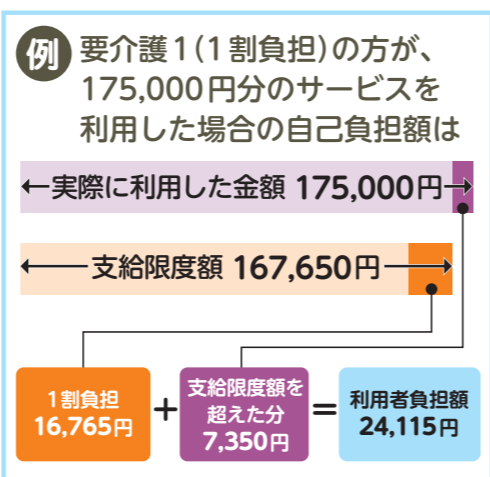
●介護保険サービスは1～3割の自己負担で利用できます

介護保険サービスは、利用料の1～3割を支払うことで利用できますが、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上限(支給限度額)が設けられています(下表)。限度額を超えてサービスを利用した分は全額自己負担になります。

■介護保険サービスの支給限度額(1カ月)のめやす

要介護度	支給限度額	自己負担(1割)
要支援1	50,320円	5,032円
要支援2	105,310円	10,531円
要介護1	167,650円	16,765円
要介護2	197,050円	19,705円
要介護3	270,480円	27,048円
要介護4	309,380円	30,938円
要介護5	362,170円	36,217円

○上記金額は、標準地域の金額です。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異なります。



■支給限度額に含まれないサービス

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

自己負担が高額になったときの負担軽減

申請が必要です

同じ月に利用した介護サービス利用者負担(1～3割)の合計が高額になり、下記の限度額を超えたときは、超えた分が「高額介護サービス費」として後から給付されます。

- 給付の対象となる方には、市役所から通知がありますので申請してください。
- 同じ世帯にサービス利用者が複数いる場合は、全員の利用者負担を合計します。

変更ポイント

区分の基準額を変更。(令和8年8月から)

自己負担の限度額(月額)

区分	限度額
年収約1,160万円以上の方	140,100円(世帯)
年収約770万円以上1,160万円未満の方	93,000円(世帯)
年収約383万円以上770万円未満の方	44,400円(世帯)
上記以外の住民税課税世帯の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・高齢福祉年金受給者の方 ・前年の合計所得金額+課税年金収入額が80.9万円*以下の方等	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

※令和8年8月より82.65万円になります。

介護保険と医療保険の支払いが高額になったときの負担軽減

同一世帯内で介護保険と国保などの医療保険の両方を利用して、介護と医療の自己負担額が下記の限度額を超えたときは、超えた分が払い戻されます。(高額医療・高額介護合算制度)

- 給付の対象となる方には、医療保険者から通知がありますので申請してください。
- 同じ世帯でも、家族がそれぞれ異なる医療保険に加入している場合は合算できません。
- 計算期間は、毎年8月1日から翌年7月31日までの12か月間。

申請が必要です

医療と介護の自己負担合算後の限度額

70歳未満の方

区分	限度額
※1 基準総所得額	
901万円超	212万円
600万円超～901万円以下	141万円
210万円超～600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
住民税非課税世帯	34万円

- ※1 基準総所得額=前年の総所得金額等-基礎控除。
- ※2 後期高齢者医療制度の対象者も含まれます。
- ※3 同じ世帯に介護サービス利用者が複数いる場合は31万円。
- ・区分の基準額は今後変更になる場合があります。

70歳以上の方^{※2}

区分	限度額
課税所得	
690万円以上	212万円
380万円以上690万円未満	141万円
145万円以上380万円未満	67万円
一般(住民税課税世帯の方)	56万円
低所得者(住民税非課税世帯の方)	31万円
世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに所得が0円になる方(年金収入のみの場合80.67万円以下の方)	19万円 ^{※3}

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

介護保険料の決め方

社会福祉法人等による利用者負担軽減

申請が必要です

低所得者で特に生計が困難な人及び生活保護受給者等には、申請により、介護保険サービスを提供している社会福祉法人が、利用者負担（食費、居住負担等を含む。）の一部を軽減します。

【対象者となる人】

次のA、B、Cのいずれかに該当する人

- A 市民税非課税世帯であって、次の①～⑥のすべてに該当する人のうち、市が認定した人
 - ① 世帯の年間収入が単身世帯で150万円、世帯員が1人増えるごとに50万円加算した額以下
 - ② 世帯の預貯金等の額が単身世帯で350万円、世帯員が1人増えるごとに100万円加算した額以下
 - ③ 日常生活のために必要な資産以外に活用できる資産がない
 - ④ 負担能力のある親族等に扶養されていない
 - ⑤ 負担能力のある親族等の援助が期待できない
 - ⑥ 介護保険料を滞納していない
- B 生活保護を受けている人
- C 中国残留邦人等の円滑な帰国の促進並びに永住帰国した中国残留邦人等及び特定配偶者の自立の支援に関する法律による支援給付を受けている人

軽減となるサービス

対象となるサービス	対象となる費用
(地域密着型) 介護老人福祉施設【特養】	① 1割の利用者負担額 ^{※1} ② 食費 ^{※2} ③ 居住費 ^{※2}
短期入所生活介護【ショートステイ】	① 1割の利用者負担額 ② 食費 ^{※2} ③ 滞在費 ^{※2}
訪問介護 夜間対応型訪問介護 訪問介護相当サービス	① 1割の利用者負担額
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	① 1割の利用者負担額 ^{※1}
(地域密着型) 通所介護 認知症対応型通所介護 通所介護相当サービス	① 1割の利用者負担額 ② 食費
小規模多機能型居宅介護 看護小規模多機能型居宅介護	① 1割の利用者負担額 ^{※1} ② 食費 ③ 宿泊費

※1 高額介護サービス費の限度額が第2段階（利用者負担限度額が15,000円）の人は、1割の利用者負担額は軽減の対象となりません。

※2 食費・居住費（滞在費）は、負担限度額認定が適用されている場合に限り、軽減の対象となります。

軽減割合

	Aに該当する人	Aに該当する 高齢福祉年金受給者	B Cに該当する人
社会福祉法人等のサービス	利用者負担額 食費 居住費（滞在費） 宿泊費 } 25%の軽減	利用者負担額 食費 居住費（滞在費） 宿泊費 } 50%の軽減	ユニット型個室・ ユニット型個室の多床室・ 従来型個室の 居住費（滞在費） } 100%の軽減

茨木市認知症高齢者グループホーム利用負担軽減補助金交付制度

申請が必要です

認知症高齢者グループホームを利用した際に支払う家賃の一部を補助します。

【対象者となる人】

次の①～⑤のすべてに該当する人

- ① 茨木市に住所を有し、認知症対応型グループホームを利用していること。
（短期利用認知症対応型グループホームの利用者を除く。）
- ② 市民税非課税世帯であること。
- ③ 配偶者がいる場合、世帯が別であっても配偶者が市民税非課税であること。
- ④ 生活保護または中国残留邦人等に対する支援給付を受けていないこと。
- ⑤ 本人の預貯金等が1,000万円（配偶者がいる場合、夫婦で2,000万円）以下であること。

【助成額及び助成方法】

区分	対象となる人	助成額（月額、上限額）
第1号	市民税非課税世帯で高齢福祉年金受給者	上限 28,000円
第2号	市民税非課税世帯で、本人の合計所得金額と公的年金等収入額の合計額が80.9万円以下の人	上限 28,000円
第3号	市民税非課税世帯で、第2号の規定に該当しない人	上限 13,000円

※合計所得金額とは収入から必要経費などを控除した額です。さらに長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額と年金収入に係る所得額を控除した額となります。

※公的年金等収入額は、課税年金収入額と非課税年金収入額（遺族年金・障害年金等）を合計した額です。

災害等により著しい被害を受けた場合等の利用料軽減

申請が必要です

災害により著しい被害を受けた場合や収入が著しく減少した場合には、申請により、利用料を減額、もしくは免除します。

【対象者となる人】※申請にはり災証明書などが必要となります。

次のA、B、Cのいずれかに該当する人

- A 災害等により自己の居住する住宅・家財に著しい被害を受けたとき
- B 生計維持者の死亡、長期入院等により収入が著しく減少したとき
- C 事業の休廃止、失業等により生計維持者の収入が著しく減少したとき

交通事故等により介護サービスの利用が必要となったとき

第1号被保険者が第三者（加害者）から交通事故などにより被害を受け、介護サービスの利用が必要になった場合、その介護にかかる費用は第三者（加害者）が負担するのが原則となります。そのため、交通事故等の第三者行為を起因として介護保険サービスを利用した場合は、届出が必要です。

【求償の流れ】 損害賠償に時間がかかる場合もあるため、一時的に介護保険により保険給付を行い、後日、被害を受けた人に代わって、保険者が第三者（加害者）に対して保険給付額の請求を行います。

【手続き】 第三者（加害者）から交通事故等で被害を受けたことが原因で、介護サービスが必要になった場合は、市に届出が必要となります。届出方法等詳細については、市にお問い合わせください。

介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

総合事業

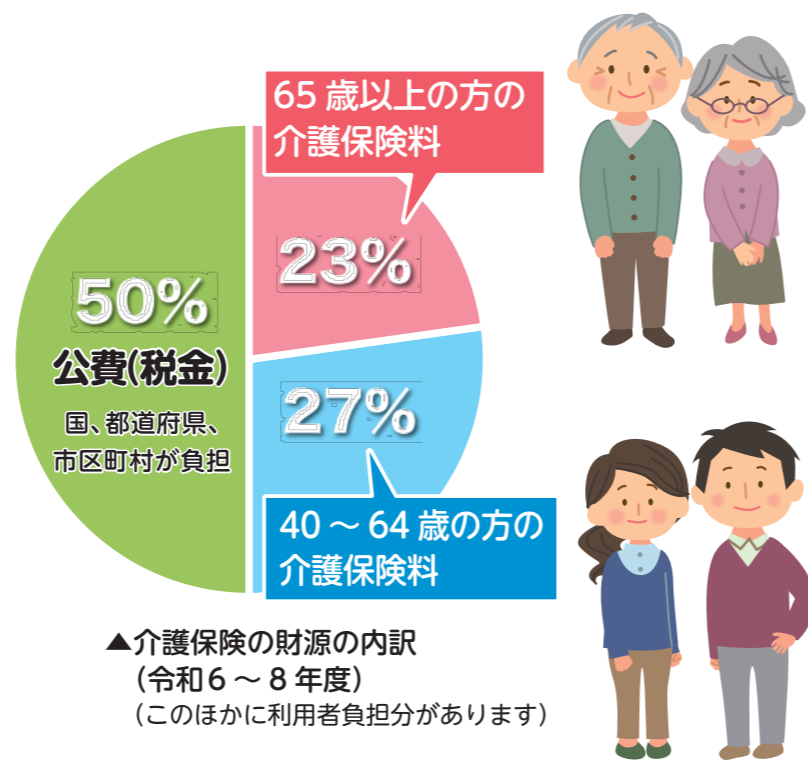
サービスの種類と費用

費用の支払い

介護保険料の決まり方・納め方

社会全体で介護保険を支えています

介護保険は、国や都道府県、市区町村が負担する「公費(税金)」と、みなさん一人ひとりが納める「介護保険料」を財源として運営されています。介護保険料はきちんと納めましょう。

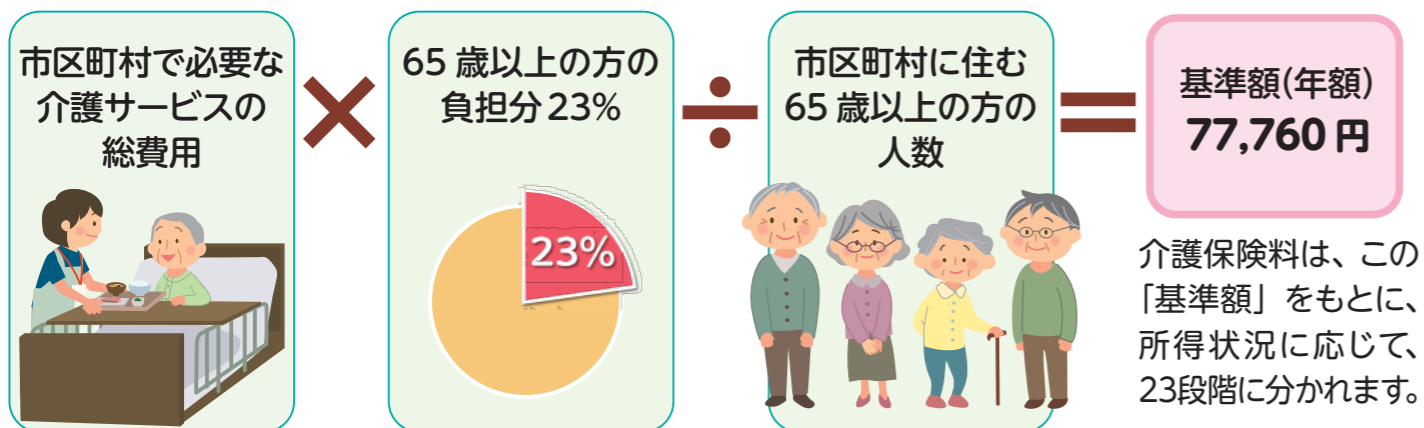


介護保険料の負担割合は、65歳以上の方と40～64歳の方の人口比率をもとに決められます。

65歳以上の方の介護保険料の決まり方

65歳以上の方の介護保険料は、市区町村の介護サービス費用がまかなえるよう算出された「基準額」をもとに決まります。

基準額の決まり方



基準額とは、各所得段階において介護保険料を決める基準となる額のことです。介護保険料は、基準額をもとに、所得の低い方などの負担が大きくならないよう本人や世帯の課税状況や所得に応じて決まります。

● 茨木市の所得段階別介護保険料 (令和6～8年度)

所得段階	対象となる方	調整率 (基準額×)	保険料(年額)
第1段階	・生活保護受給者の方 ・老齢福祉年金 ^{※1} 受給者で、世帯全員が市民税非課税の方	0.285	22,162円 ^{※3}
第2段階	世帯全員が 82.65万円以下の方	0.485	37,714円 ^{※4}
第3段階	市民税非課税で 82.65万円超120万円以下の方		
第4段階	前年の課税年金収入額と 120万円超の方	0.685	53,266円 ^{※5}
第5段階	合計所得金額 ^{※2} の合計が 82.65万円以下の方		
第6段階	世帯の誰かに市民税が 82.65万円以下の方	0.90	69,984円
第7段階	課税されているが、 82.65万円超の方		
第8段階	本人は市民税非課税で 82.65万円超の方	1.00	77,760円 (基準額)
第9段階	前年の課税年金収入額と 82.65万円超の方		
第10段階	80万円未満の方	1.075	83,592円
第11段階	80万円以上120万円未満の方		
第12段階	120万円以上160万円未満の方	1.10	85,536円
第13段階	160万円以上190万円未満の方		
第14段階	190万円以上210万円未満の方	1.20	93,312円
第15段階	210万円以上260万円未満の方		
第16段階	260万円以上290万円未満の方	1.24	96,422円
第17段階	290万円以上320万円未満の方		
第18段階	320万円以上420万円未満の方	1.34	104,198円
第19段階	420万円以上520万円未満の方		
第20段階	520万円以上620万円未満の方	1.49	115,862円
第21段階	620万円以上720万円未満の方		
第22段階	720万円以上820万円未満の方	1.52	118,195円
第23段階	820万円以上920万円未満の方		
第24段階	920万円以上1,000万円未満の方	1.62	125,971円
第25段階	1,000万円以上2,000万円未満の方		
第26段階	2,000万円以上3,000万円未満の方	1.74	135,302円
第27段階	3,000万円以上の方		
第28段階	本人が 820万円以上920万円未満の方	1.92	149,299円
第29段階	本人が 920万円以上1,000万円未満の方		
第30段階	本人が 1,000万円以上2,000万円未満の方	1.92	149,299円
第31段階	本人が 2,000万円以上3,000万円未満の方		
第32段階	本人が 3,000万円以上の方	2.10	163,296円
第33段階	本人が 4,000万円以上の方		
第34段階	本人が 5,000万円以上の方	2.30	178,848円
第35段階	本人が 6,000万円以上の方		
第36段階	本人が 7,000万円以上の方	2.40	186,624円
第37段階	本人が 8,000万円以上の方		
第38段階	本人が 9,000万円以上の方	2.50	194,400円
第39段階	本人が 10,000万円以上の方		
第40段階	本人が 11,000万円以上の方	2.60	202,176円
第41段階	本人が 12,000万円以上の方		
第42段階	本人が 13,000万円以上の方	2.70	209,952円
第43段階	本人が 14,000万円以上の方		
第44段階	本人が 15,000万円以上の方	2.80	217,728円
第45段階	本人が 16,000万円以上の方		
第46段階	本人が 17,000万円以上の方	2.90	225,504円
第47段階	本人が 18,000万円以上の方		

※1 老齢福祉年金 明治44年(1911年)4月1日以前に生まれた方、または大正5年(1916年)4月1日以前に生まれた方で一定の要件を満たしている方が受けている年金です。
 ※2 合計所得金額 税法上の用語で、収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額で、所得控除(扶養控除、医療費控除等)や特別控除、譲渡損失等の繰越控除前の金額です。
 ※3 公費投入前は35,381円(基準額×0.455)です。
 ※4 公費投入前は53,266円(基準額×0.685)です。
 ※5 公費投入前は53,654円(基準額×0.690)です。
 ・世帯は、毎年4月1日(年度途中で資格を取得した方は資格取得日)時点の状況が基準となります。
 ・第1段階から第5段階までの「合計所得金額」については、年金収入に係る所得を控除した額を用います。
 ● 令和7年度税制改正により、給与所得控除の最低保障額が10万円引き上げられましたが、介護保険制度の安定運営のため、令和8年度の介護保険料算定において合計所得金額および住民税課税・非課税の判定について調整を行っています。なお、対象者のうち「茨木市にて令和7年度住民税非課税であり、かつ令和8年度も就労調整の結果住民税非課税となった方」については、引き続き非課税扱いとなるよう減免措置を行いました。詳細は介護保険課までお問い合わせください。

介護保険制度のしくみ
 サービス利用の手順
 総合事業
 サービスの種類と費用
 費用の支払い
 介護保険料の決まり方・納め方

65歳以上の方の介護保険料の納め方

65歳以上になった月(65歳の誕生日の前日の属する月)の分から納めます。納め方は受給している年金*の額によって次の2通りに分かれ、個人で納め方を選ぶことはできません。

*受給している年金とは、老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金をいいます。老齢福祉年金は対象にはなりません。

年金が年額**18万円未満**の方 → **【納付書】**や**【口座振替】**で各自納めます

- 介護保険料の年額を納付期限に合わせて納めます。
- 茨木市から納付書が送付されますので、取り扱い金融機関等で納めてください。

忙しい方、なかなか外出ができない方は、**口座振替が便利**です。

口座振替が便利ね

口座振替依頼書による登録

① 介護保険料の**納付書、通帳、印かん(通帳届出印)**を用意します。



② 取り扱い金融機関で「**口座振替依頼書**」に必要事項を記入し、申し込みます。

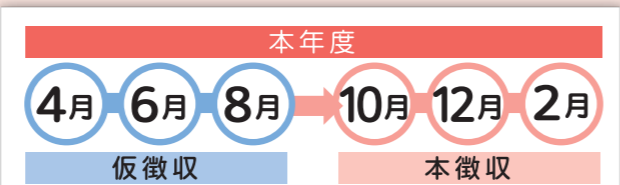
※口座振替の開始は、通常、申し込み日の翌々月からになります。
※口座の残高をご確認ください。残高不足で引き落としできない場合があります。

普通徴収

年金が年額**18万円以上**の方 → 年金から**【天引き】**になります

- 介護保険料の年額が、年金の支払い月(4月・6月・8月・10月・12月・2月)の年6回に分けて天引きになります。

4月、6月、8月は、仮に算定された保険料を納め(仮徴収)、10月、12月、2月は、確定した年間保険料額から仮徴収分を除いた額を納めます(本徴収)。



- 特別徴収の対象者として把握されると、おおむね6か月後から介護保険料が天引きになります。

こんなときは、一時的に納付書で納めます

- 年度途中で介護保険料が増額になった
- 年度途中で65歳になった
- 年度途中で老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金の受給が始まった
- 年度途中で他の市区町村から転入した
- 介護保険料が減額になった
- 年金が一時差し止めになった など

特別徴収

介護保険料を滞納すると？

災害など特別な事情もなく介護保険料を納めないでいると、次のような措置がとられます。介護保険料は納め忘れのないよう納期限までに納めましょう。



納期限を過ぎると

督促が行われます。**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

利用したサービス費用は**いったん全額を自己負担**します。申請により後から保険給付費(本来の自己負担を除く費用)が支払われます。

1年6か月以上滞納すると

引き続き、利用したサービス費用は**いったん全額自己負担**となり、申請しても保険給付費の**一部または全額が一時的に差し止め**られます。滞納が続く場合は、**差し止められた額から介護保険料が差し引かれる**場合があります。

2年以上滞納すると

上記に加えて、滞納期間に応じて、利用したサービス費用の自己負担割合が**3割または4割に引き上げ**られたり、**高額介護サービス費、特定入所者介護サービス費などが受けられなくな**ったりします。

納付がむずかしい場合は

災害などの特別な事情で介護保険料を納めることが難しくなった場合は、介護保険課に相談しましょう。減免や猶予が受けられる場合があります。

40～64歳の方の介護保険料

40～64歳の方(第2号被保険者)の介護保険料は、加入している医療保険の算定方式を基本として決まります。詳しくは加入している医療保険にお問い合わせください。

決まり方

納め方

国民健康保険に加入している方

世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。
※所得の低い方への軽減措置などが設けられています。



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の算定方式にもとづいて決まります。



介護保険制度のしくみ

サービスの利用の手順

総合事業

サービスの種類と費用

費用の支払い

介護保険料の決まり方・納め方