

高齢者の相談窓口

令和8年4月1日現在

要介護認定申請や介護に関するご質問・ご相談などがありましたら、お近くの下記窓口へお問い合わせください。

■ **熟年相談室(地域包括支援センター)** ご利用時間 9時～18時(定休日:日曜、祝休日、年末年始)

施設名	所在地	電話	FAX
中央 熟年相談室	江戸川区医師会	(5607) 5591	(5607) 5593
一之江 熟年相談室	清心苑	(5879) 5613	(3653) 7002
西一之江(分室) 熟年相談室	清心苑	(3655) 6117	(3654) 7323
松江 熟年相談室	清心苑	(5879) 2185	(5879) 2186
本一色 熟年相談室	アゼリー江戸川	(5607) 7600	(5607) 7430
大杉(分室) 熟年相談室	アゼリー江戸川	(5607) 6569	(5607) 3870
平井小松川 熟年相談室		(5627) 1190	(5627) 1191
平井 熟年相談室	ウエル江戸川	(3618) 0324	(3618) 0294
西瑞江 熟年相談室	江戸川区医師会一之江	(5667) 7676	(5667) 7675
北葛西 熟年相談室	暖心苑	(3877) 0181	(3877) 0188
船堀 熟年相談室		(5878) 1521	(5878) 1524
西葛西 熟年相談室	なぎさ和楽苑	(3675) 1236	(3675) 1203
東葛西 熟年相談室	なぎさ和楽苑	(3877) 8690	(3877) 8693
南葛西 熟年相談室	みどりの郷福楽園	(5659) 5353	(6808) 3848
臨海町(分室) 熟年相談室	みどりの郷福楽園	(5659) 4122	(5659) 4132
東小岩 熟年相談室	泰山	(5889) 1165	(5889) 1160
北小岩(分室) 熟年相談室	泰山	(5622) 1165	(5622) 1673
南小岩 熟年相談室	小岩ホーム	(5694) 0111	(6458) 0160
南小岩(分室) 熟年相談室	小岩ホーム	(5694) 0101	(5694) 0104
北小岩 熟年相談室	江戸川光照苑	(5612) 7193	(5612) 7194
西小岩(分室) 熟年相談室	江戸川光照苑	(6657) 9186	(6657) 9187
瑞江 熟年相談室	瑞江ホーム	(3679) 4102	(6638) 7393
東瑞江(分室) 熟年相談室	瑞江ホーム	(3678) 3765	(3678) 3730
江戸川 熟年相談室	江東園	(3677) 4631	(3677) 4692
西篠崎 熟年相談室	きく	(5666) 8477	(5666) 8478
鹿骨(分室) 熟年相談室	きく	(3677) 3141	(3677) 3081
篠崎 熟年相談室	きく	(5664) 3080	(3676) 8686

■ **健康サポートセンター** ご利用時間 8時30分～17時(閉庁日:土・日曜、祝休日、年末年始)

名称	電話	名称	電話
中央健康サポートセンター	(5661) 2467	葛西健康サポートセンター	(3688) 0154
小岩健康サポートセンター	(3658) 3171	鹿骨健康サポートセンター	(3678) 8711
東部健康サポートセンター	(3678) 6441	小松川健康サポートセンター	(3683) 5531
清新町健康サポートセンター	(3878) 1221	なぎさ健康サポートセンター	(5675) 2515

認知症ホットライン

～物忘れなどで、不安や困りごとがある方は～

☎(3652) 2300 FAX.(5607)5593

ご利用時間 9時～18時(定休日:日曜、祝休日、年末年始)

24時間介護電話相談

～日曜・休日・夜間のご相談はこちらへ～

●西葛西 熟年相談室 なぎさ和楽苑 ☎(3675) 7676

●東小岩 熟年相談室 泰山 ☎(5622) 0556

介護保険は「予防」と「安心」で暮らしを支える制度です

みんなのあんしん

介護保険

わかりやすい利用の手引き



2026年度版 江戸川区

UBooks 目と耳で読む多言語対応ツール
このパンフレットは、スマホやタブレットを使って閲覧できます。
対応言語 / Languages you can choose
英語(English)・中国語簡体字(简体中文)・中国語繁体字(繁體中文)・韓国語(한국)・タイ語(ไทย)・ポルトガル語(Português)・スペイン語(Español)・インドネシア語(bahasa Indonesia)・ベトナム語(Tiếng Việt)



【介護保険についてのお問い合わせ先】江戸川区役所 福祉部 介護保険課

- 介護の相談に関する事 ☎(5662) 0061
- 保険料に関する事 ☎(5662) 0827
- 給付に関する事 ☎(5662) 0309
- 高齢者擁護に関する事 ☎(5662) 9011
- 認定に関する事 ☎(5662) 0843
- 事業者・総合事業に関する事 ☎(5662) 0032
- 事業者指導に関する事 ☎(5662) 0892

FAX. (5663) 5172 ホームページ <https://www.kaigo.city.edogawa.tokyo.jp/>



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歳以上の方が介護保険に加入し、加入者全員が決められた保険料を納めます。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だけで、さまざまな介護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、いつまでも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させていただくためにも、ぜひ本書をご活用ください。

くわしい内容等については、区役所の各担当係や熟年相談室等にお問い合わせください。

※今後、制度改正等により、内容が一部変更になる場合があります。

区内の熟年相談室 (地域包括支援センター)

熟年相談室は、高齢者やご家族の総合相談窓口です。詳細は裏表紙にあります。



年に一度は歯科健診 かかりつけ歯科医を持とう！

生涯おいしく食べ、楽しく笑顔で健康に暮らすために、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科受診してください。詳しくはお近くの歯医者さんへご相談ください。

※江戸川区では区民の方を対象に、成人歯科健診(20歳から70歳まで、5歳ごとの節目に)、口腔ケア健診(65歳以上年1回)を無料で実施しています。

もくじ

しくみと加入者	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
介護保険サービス 利用の手順	6
要介護認定の手順	7
サービス利用の手順	8
介護サービス【要介護 1～5の方へ】	10
介護サービス(居宅サービス)の種類と費用のめやす	10
施設サービスの種類と費用のめやす	14
介護予防サービス【要支援 1・2の方へ】	15
介護予防サービスの種類と費用のめやす	15
地域密着型サービス	18
住み慣れた地域で受けるサービス	18
福祉用具貸与・購入、住宅改修	20
生活環境を整えるサービス	20
介護予防・日常生活支援総合事業	22
自分らしい生活を続けるために	22
費用の支払い	25
自己負担割合と負担の軽減	25
保険料	28
社会全体で介護保険を支えています	28

～介護をしながら仕事を続けていくには～

高齢者人口の増加とともに、介護を必要とする方は増加しています。介護者は、働き盛り世代であることが多く、仕事と介護の両立が困難な状況となっている方も多いと思われます。

介護に直面しても、仕事と介護を両立するための制度や相談窓口があります。

区ホームページ「介護保険のページ」では、役立つ情報を提供する専用のポータルサイトや相談窓口を紹介しています。両立に向けた準備や、介護に直面した時にぜひご活用ください。

仕事と介護の両立を支援する情報

- 介護休業制度
- 介護休業給付金
- 相談窓口
- 体験談 など

<https://www.kaigo.city.edogawa.tokyo.jp/service/incompatible/>



住み慣れた地域でいつまでも元気に

65歳以上(第1号被保険者)の方は介護や支援が必要であると「認定」を受けた場合に、介護サービス・介護予防サービスを利用できます。

(要介護認定→7ページ)

介護が必要となった原因は問われません。

- 介護保険の保険証**
- 1人に1枚、保険証が交付されます。
 - 65歳になる月などに交付されます。
 - 保険証が必要なとき
 - ・要介護認定を申請するとき
 - ・サービスを利用するとき など

40～64歳(第2号被保険者)の方は介護保険の対象となる病気*が原因で「要介護認定」を受けた場合に、介護サービス・介護予防サービスを利用できます。

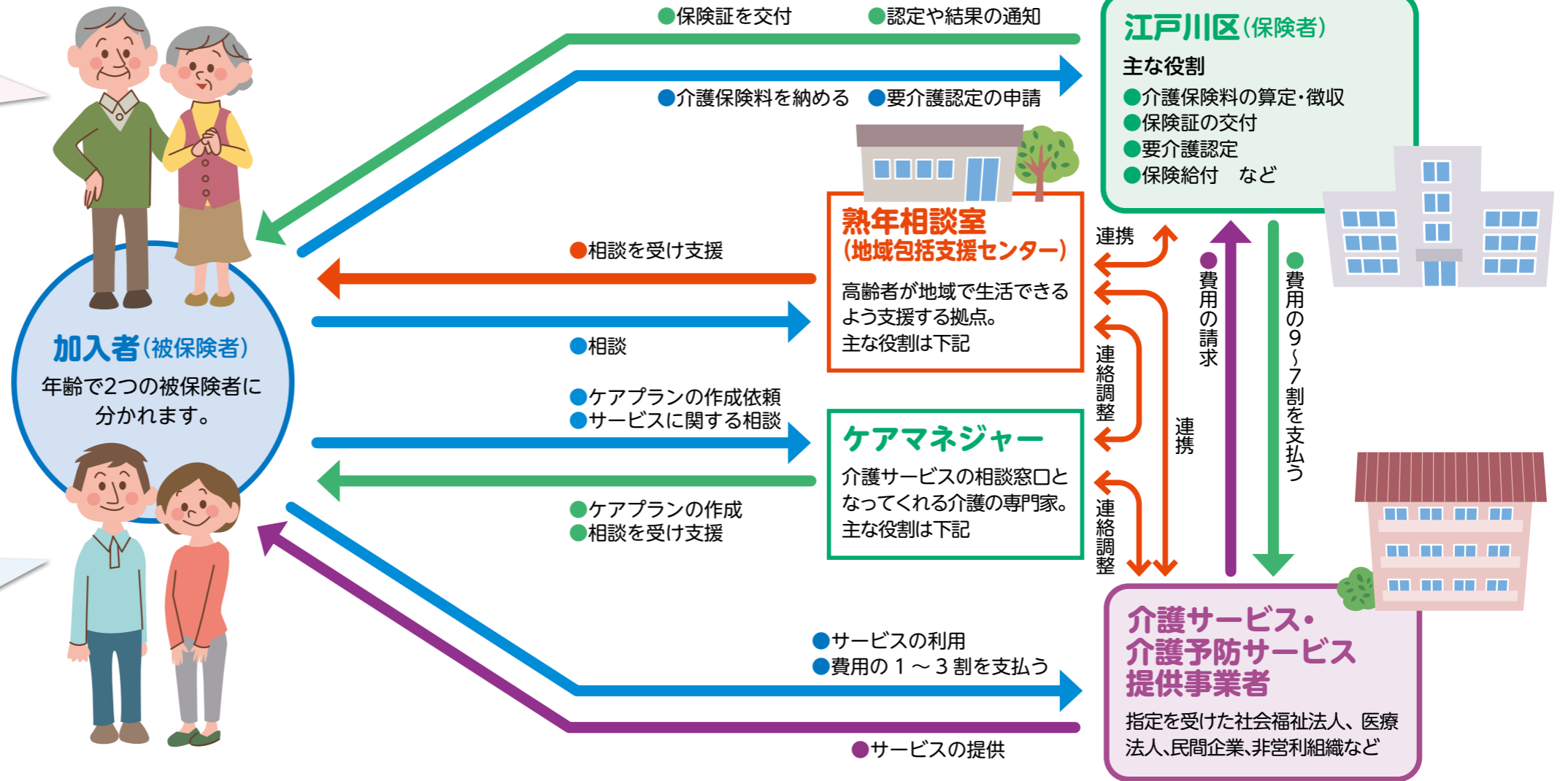
交通事故などが原因の場合は、介護保険の対象外となります。

※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。

- | | |
|---------------------------|---|
| ●筋萎縮性側索硬化症 | ●脳血管疾患 |
| ●後縦靭帯骨化症 | ●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 |
| ●骨折を伴う骨粗鬆症 | ●閉塞性動脈硬化症 |
| ●多系統萎縮症 | ●関節リウマチ |
| ●初老期における認知症 | ●慢性閉塞性肺疾患 |
| ●脊髄小脳変性症 | ●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 |
| ●脊管狭窄症 | ●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。) |
| ●早老症 | |
| ●糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症 | |

介護保険は、江戸川区が運営し、40歳熟年相談室(地域包括支援センター)が

以上の方が加入して、加入者全員が保険料を納めます。中核となって、高齢者の暮らしを地域ぐるみで支える制度です。



熟年相談室(地域包括支援センター)とは?

熟年相談室(地域包括支援センター)は、介護予防ケアプランなどを作成するほか、江戸川区・医療機関・サービス提供事業者・ボランティアなどと協力しながら、地域の高齢者のさまざまな相談に対応する総合的な役割を担っています。

【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などの作成、介護予防ケアマネジメント事業など
- ケアマネジャーへの支援やネットワークづくり
- 高齢者に対する虐待の防止やその他の権利擁護事業

※虐待とは、以下のような行為です。

- ・暴力をふるう(身体的虐待)
- ・怒鳴る、無視する(心理的虐待)
- ・年金を使わせない(経済的虐待)
- ・性的な暴力をふるう(性的虐待)
- ・食事を十分に与えない(介護・世話の放棄)

どんなスタッフがいるの?

- 社会福祉士**
高齢者の権利擁護に関する相談 など
- 主任ケアマネジャー**
事業者やケアマネジャーへの助言や支援 など
- 保健師(または経験のある看護師)**
介護予防ケアプランの作成や介護予防に関する啓発 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サービスの窓口役です。

利用者はケアマネジャーを選ぶことができますし、変えることもできます。ご不明な点はお気軽に熟年相談室(地域包括支援センター)にご相談ください。

【ケアマネジャーの役割】

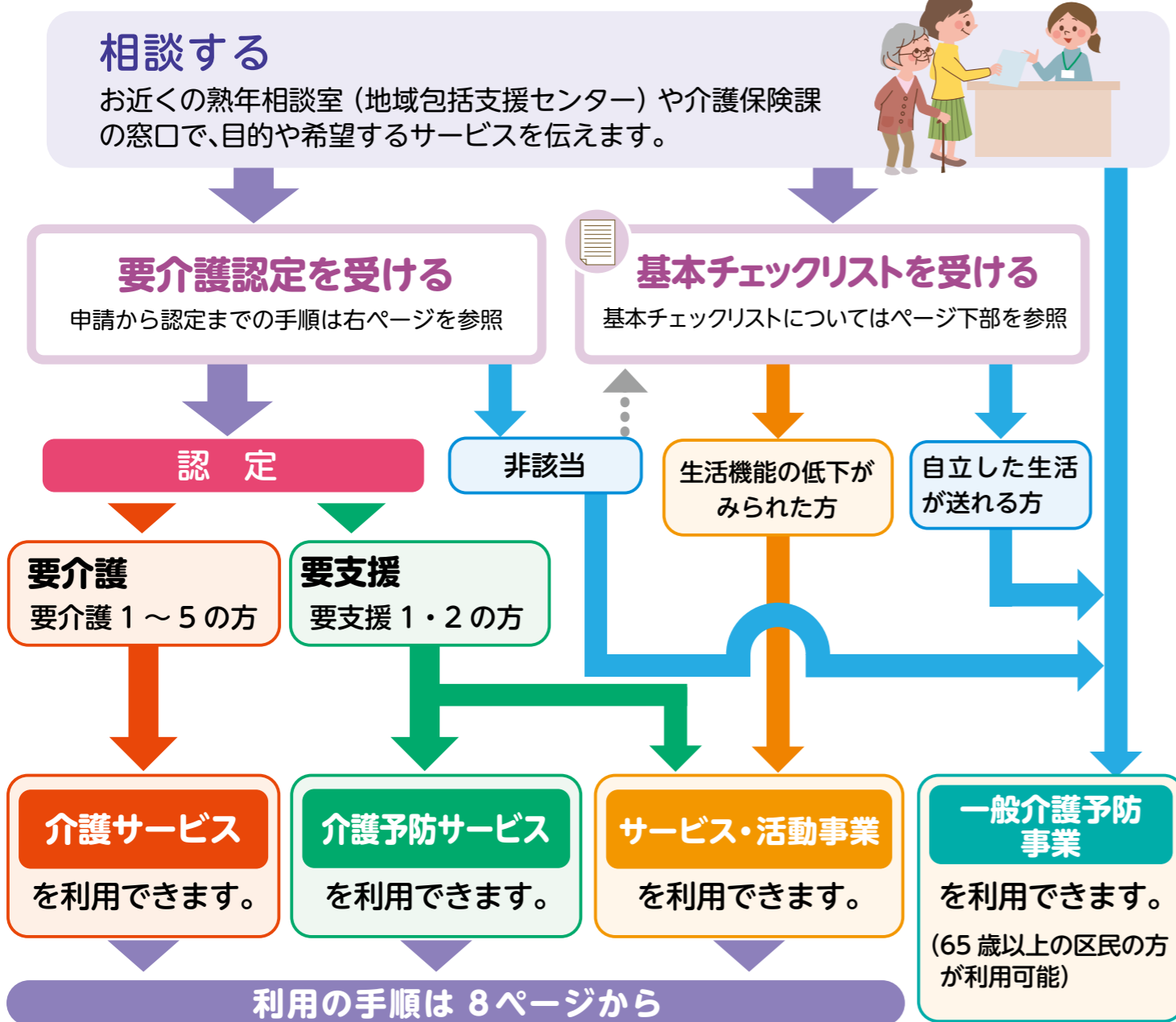
- 要介護認定の申請代行
- ケアプランの作成
- 介護サービス事業者との連絡調整
- サービスの再評価とサービス計画の練り直し など

ケアマネジャーは正式には介護支援専門員といい「居宅介護支援事業所」等に所属しています。



介護保険サービス 利用の手順

生活する上でなにか困ることが出てきたら、介護保険サービスの利用を検討しましょう。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。



利用の手順は 8 ページから
設定区分別に利用できるサービス一覧はこちらから

基本チェックリストとは
基本チェックリストは、25の質問項目で日常生活に必要な機能が低下していないかを調べます。サービス・活動事業のみを希望する場合には、基本チェックリストによる判定で、サービスを利用できます。

基本チェックリスト(一部)

- バスや電車で1人で外出していますか？
- 転倒に対する不安は大きいですか？
- 週に1回以上は外出していますか？
- 今日が何月何日かわからない時がありますか？

要介護認定の手順

介護保険サービスを利用するときは「要介護認定」を受ける必要があります。
※基本チェックリストによりサービス・活動事業の対象者となった方も、あとから要介護認定の申請ができます。

要介護認定の申請
申請の窓口はお近くの熟年相談室(地域包括支援センター)、介護保険課、健康サポートセンターです。申請は、本人のほか家族でもできます。居宅介護支援事業所、介護保険施設に申請の依頼をすることも可能です(更新申請を含む)。マイナンバーカードを使用した「ぴったりサービス」による電子申請もできます。

申請に必要なもの

- 申請書**
申請の窓口においてあります。また、江戸川区のHPからダウンロードすることもできます。
※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。かかりつけの医師がいる方は、確認しておきましょう。
※40～64歳の方は医療保険保険者名称、保険者番号及び記号番号、特定疾病名を記入する欄があります。
- 介護保険の保険証**
- マイナンバー確認書類** ※詳しくはページ下部参照

要介護認定 (調査～判定)
申請をすると、訪問調査や主治医意見書により公平な審査・判定が行われ、介護や支援が必要な度合い(要介護度等)が決まります。

- **訪問調査**
江戸川区の担当職員や区が委託する調査員がご自宅等を訪問し、心身の状態や日中の生活、家族・居住環境などについて聞き取り調査を行います。
- **主治医の意見書**
江戸川区の依頼により主治医が意見書を作成します。
※区が取り寄せますので、本人が提出する必要はありません。
- **一次判定**
訪問調査の結果や、主治医の意見書の項目をコンピュータに入力し、一次判定を行います。
- **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、専門家が審査します。

認定 結果の通知は申請から原則30日以内に届きます。要介護度によって利用できるサービスなどは異なります。

マイナンバー制度について
税や社会保障の手続きにおいて、マイナンバー(個人番号)の利用が始まっています。マイナンバーを記入した書類等を提出する際には、なりすまし防止のため本人確認が義務付けられています。

本人確認

- ① **正しい番号であることの「番号確認」**
確認書類：マイナンバーカード、通知カード(住所、氏名等が住民票と一致している場合に限る)、マイナンバーが記載された住民票の写し等
- ② **番号の正しい持ち主であることの「身元確認」**
確認書類：【いずれか1つ】マイナンバーカード、運転免許証、パスポート等
【いずれか2つ】介護保険被保険者証、介護保険負担割合証、医療保険資格確認書等
※代理人による申請の場合は、代理人の身元確認書類と代理権の確認書類も必要です。

しくみと加入者
サービス利用の手順
介護サービス
介護予防サービス
地域密着型サービス
福祉用具貸与・購入・住宅改修
介護予防・日常生活支援総合事業
費用の支払い
保険料

サービス利用の手順

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 また、要支援1・2と認定された方およびサービス・活動事業の対象者は熟年相談室(地域

事業所に、施設への入所を希望する方は施設に連絡します。 包括支援センター)に連絡します。



▲認定区分別に利用できる サービス一覧はこちら

要介護1～5の方

自宅で暮らしながら サービスを利用したい

自宅を中心に利用する **介護サービス** の種類 (P.10～)



① 居宅介護支援事業所に連絡します

- 江戸川区などが発行する事業者一覧のなかから**居宅介護支援事業所**(ケアマネジャーを配置しているサービス事業者)を選び、連絡します。
- 担当の**ケアマネジャー**が決まります。



② ケアプラン^{※1}を作成します

- 担当のケアマネジャーとケアプラン(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)を相談しながら作成します。

③ サービスを利用します

- サービス事業者と契約^{※2}します。
- ケアプランにそって **介護サービス** を利用します。



介護保険施設へ入所したい

施設サービス (P.14)



① 介護保険施設に連絡します

- 入所前に見学したりサービス内容や利用料について検討した上で、施設に直接申し込みます。



② ケアプラン^{※1}を作成します

- 入所する施設のケアマネジャーとケアプランを作成します。



③ サービスを利用します

- ケアプランにそって **施設サービス** を利用します。



要支援1・2の方

① 熟年相談室(地域包括支援センター)等に連絡します

- 熟年相談室(地域包括支援センター)等に連絡、相談をします。 介護予防サービスの種類(P.15～) サービス・活動事業について(P.23)

② 職員に希望を伝えます

- 家族や熟年相談室(地域包括支援センター)等とこれからのどのような生活を希望するのかなどについて話し合います。

③ 介護予防ケアプラン^{※1}を作ります

- 熟年相談室(地域包括支援センター)等と介護予防ケアプラン(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)を相談しながら作成します。

④ サービスを利用します

- サービス事業者と契約^{※2}します。
- 介護予防ケアプランにそって **介護予防サービス** および **サービス・活動事業** を利用します。

サービスの対象者

① 熟年相談室(地域包括支援センター)に連絡します

- 熟年相談室(地域包括支援センター)に連絡、相談をします。 サービス・活動事業について(P.23)

② 職員に希望を伝えます

- 家族や熟年相談室(地域包括支援センター)の職員とこれからのどのような生活を希望するのかなどについて話し合います。

③ ケアプラン^{※1}を作成します

- 熟年相談室(地域包括支援センター)の職員とケアプラン(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)を相談しながら作成します。

④ サービスを利用します

- サービス事業者と契約^{※2}します。
- ケアプランにそって **サービス・活動事業** を利用します。



※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。

しくみと加入者

サービス利用の手順

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型 サービス

福祉用具貸与・購入 住宅改修

介護予防・日常生活 支援総合事業

費用の支払い

保険料

介護サービス（居宅サービス）の種類と費用のめやす

居宅サービスとは、自宅を中心に利用するサービスです。「施設に通う」「短期間施設に入所する」など、さまざまな種類のサービスが用意されています。これらのサービスの中から、利用者の希望に合うものを組み合わせて利用できます。

- ※費用は施設の体制などによって異なります。
- ※グループホームなどの「地域密着型サービス」については18・19ページをご覧ください。
- ※自己負担は1～3割です。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。
- ※自己負担のめやすは標準的な地域のもので、実際の費用は、利用する事業者の所在地や施設の体制、サービスの内容、加算項目などにより異なります。また、加算項目は一部項目のみを記載しています。

ケアプランの作成・サービス利用についての相談

きょたくかいごしえん 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。



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。)

快適な介護サービスを受けるために

納得のいくケアプランの作成を

ケアプランは生活の設計図。目標の達成につながるサービスを組み込むことが大切です。「担当のケアマネジャーさんに全てお任せ」ではなく、どんな生活を送りたいかや目標をケアマネジャーに積極的に伝えましょう。

サービス利用開始から一定期間後、目標が達成されているか評価します。サービス利用の途中でも「自分の生活に合わない」「改善が見られない」という場合は、ケアプランの見直しができますので、遠慮なくケアマネジャーに相談してください。

自分に合った事業者を選ぼう

介護保険は「利用者本位」が原則。利用者の意思が最も尊重されますので、自分なりに情報を集めることも大切です。

全てのサービス提供事業者・施設には、決められた項目にそった情報を公開することが義務づけられています。東京都の「介護サービス情報公表システム」のホームページで閲覧できますので、インターネットが使える方は、参考にしてください。

また、デイサービスセンターなどの施設を比較・検討するなら、実際に見学や体験利用をしてみることをお勧めします。職員の対応や食事の内容などをよくチェックしてみましょう。

介護の負担を抱え込まずに相談を

介護の負担が増えるとご家族の心身が疲労し、高齢者の心や体に大きな苦痛を与えてしまうことにつながる場合があります。介護の負担を軽くする様々なサービスや制度がありますので、お気軽に熟年相談室（地域包括支援センター）にご相談ください。



日常生活の手助けをしてもらう

ほうもんかいご 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。



〈身体介護中心〉

- 食事、入浴、着替え、排せつのお世話
- 移動、移乗の介護 など

〈生活援助中心〉

- 居室等の掃除、洗濯、買い物
- 食事の準備、調理 など

自己負担(1割)のめやす

身体介護中心	20分以上 30分未満	279円
	30分以上 1時間未満	442円
生活援助中心	20分以上 45分未満	204円
	45分以上	251円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

以下のサービスは、介護保険の対象外です

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は、サービスの対象外です。

- 本人以外の家族のための家事
- ペットの世話
- 来客の応対
- 草むしり・花の手入れ
- 模様替え
- 洗車 など

自宅を訪問してもらう

ほうもんにゆうよくかいご 訪問入浴介護

移動入浴車などで訪問してもらい、入浴の介助を受けます。



自己負担(1割)のめやす

1回	1,444円
----	--------

ほうもん 訪問リハビリテーション

専門家に訪問してもらい、自宅でリハビリを受けます。



自己負担(1割)のめやす

1回	342円
----	------

介護サービス（居宅サービス）の種類と費用のめやす

お医者さんの指導のもとでの助言・管理

居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士などに訪問してもらい、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
【同日、同じ建物にサービスを受ける方がほかにいない場合】

医師の場合(月2回まで)	515円
歯科医師の場合(月2回まで)	517円
医療機関の薬剤師の場合(月2回まで)	566円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	518円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	362円

訪問看護

看護師などに訪問してもらい、床ずれの手当てや点滴の管理をしてもらいます。

自己負担(1割)のめやす

病院・診療所から	30分未満	455円
	30分以上1時間未満	655円
訪問看護ステーションから	30分未満	537円
	30分以上1時間未満	939円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。



施設に通う

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
【通常規模の施設/8～9時間未満の利用の場合】

要介護 1	730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 61円/1日 ・栄養改善 218円/1回 ・口腔機能向上 164円/1回 ※食費、日常生活費は別途負担となります。
要介護 2	863円	
要介護 3	998円	
要介護 4	1,135円	
要介護 5	1,274円	

※小規模な事業所(定員18人以下)の通所介護は、地域密着型サービスです。詳しくは19ページ。

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・診療所などで、日帰りの機能訓練などが受けられます。

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/7～8時間未満の利用の場合】

要介護 1	846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 222円/1回 ・口腔機能向上 167円/1回 など
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	

※食費、日常生活費は別途負担となります。

※自己負担は1～3割です。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。
※自己負担のめやすは標準的な地域のもので、実際の費用は、利用する事業者の所在地や施設の体制、サービスの内容、加算項目などにより異なります。また、加算項目は一部項目のみを記載しています。

短期間施設に泊まる

短期入所生活介護（ショートステイ）

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。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【併設型の施設の場合】

要介護度	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	670円	670円	782円
要介護 2	746円	746円	857円
要介護 3	827円	827円	941円
要介護 4	905円	905円	1,019円
要介護 5	982円	982円	1,096円

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。 ※滞在費、食費、日常生活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日目からは全額自己負担となります。

【居室の違い】

- 従来型個室：共同生活室(リビング)を併設していない個室
- 多床室：定員2人以上の個室ではない居室
- ユニット型個室およびユニット型個室的多床室：共同生活室(リビング)を併設している個室

施設に入っている方が利用する介護サービス

特定施設入居者生活介護

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が受けられます。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす

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

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

- その他のサービス
- 地域密着型サービス …… 18・19ページ
- 福祉用具貸与・購入、住宅改修 …… 20・21ページ

しくみと加入者

サービス利用の手順

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入、住宅改修

介護予防・日常生活支援総合事業

費用の支払い

保険料

施設サービスの種類と費用のめやす

施設サービスは、どのような介護が必要かによって3つのタイプに分かれます。このなかから入所する施設を選び、利用者が直接申し込んで契約を結びます。

- ※要支援の方は施設サービスは利用できません。
- ※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。
- ※従来型個室、多床室、ユニット型個室等の違いについては、13ページを参照してください。
- ※自己負担は1～3割です。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。
- ※自己負担のめやすは標準的な地域のもので、実際の費用は、利用する事業者の所在地や施設の体制、サービスの内容、加算項目などにより異なります。また、加算項目は一部項目のみを記載しています。



生活介護が中心の施設

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

要介護度	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	約19,261円	約19,261円	約21,909円
要介護2	約21,550円	約21,550円	約24,198円
要介護3	約23,937円	約23,937円	約26,651円
要介護4	約26,226円	約26,226円	約28,973円
要介護5	約28,482円	約28,482円	約31,229円

新規に入所できる方は原則として、要介護3以上の方です。ただし、やむを得ない事情があり認められた場合、要介護1、2の方も特例として入所の対象となります。

介護やリハビリが中心の施設

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

要介護度	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	約23,446円	約25,932円	約26,226円
要介護2	約24,951円	約27,567円	約27,730円
要介護3	約27,076円	約29,692円	約29,856円
要介護4	約28,875円	約31,425円	約31,654円
要介護5	約30,477円	約33,093円	約33,289円

長期療養の機能を備えた施設

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)が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

要介護度	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	約23,577円	約27,240円	約27,795円
要介護2	約27,207円	約30,837円	約31,392円
要介護3	約34,989円	約38,652円	約39,208円
要介護4	約38,325円	約41,955円	約42,510円
要介護5	約41,301円	約44,963円	約45,519円

介護予防サービスの種類と費用のめやす

介護予防サービスは、状態の改善と悪化の予防を目的としたサービスです。できないことを補助するだけでなく、利用者本人のできることを増やし、いきいきとした生活を送れるよう支援します。

- ※費用は施設の体制などによって異なります。
- ※グループホームなどの「地域密着型サービス」については18・19ページをご覧ください。
- ※自己負担は1～3割です。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。
- ※自己負担のめやすは標準的な地域のもので、実際の費用は、利用する事業者の所在地や施設の体制、サービスの内容、加算項目などにより異なります。また、加算項目は一部項目のみを記載しています。

ご自宅で介護サービスを受けるみなさまへ

- ・感染症予防にご協力ください。
- ・介護職員がマスクや手袋を着けて作業する場合がありますので、ご理解をお願いします。

介護予防ケアプランの作成・サービス利用についての相談

介護予防支援

熟年相談室(地域包括支援センター)等の職員やケアマネジャー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。

介護予防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。)



自宅を訪問してもらう

介護予防 訪問入浴介護

移動入浴車などで訪問してもらい、入浴のお手伝いのサービスを受けます。

自己負担(1割)のめやす

1回	976円
----	------



介護予防 訪問リハビリテーション

専門家に訪問してもらい、自分で行える体操やリハビリなどの指導を受けます。

自己負担(1割)のめやす

1回	331円
----	------



しくみと加入者
サービス利用の手順
介護サービス
介護予防サービス
地域密着型サービス
福祉用具貸与・購入・住宅改修
介護予防・日常生活支援総合事業
費用の支払い
保険料

介護予防サービスの種類と費用のめやす

お医者さんの指導のもとでの助言・管理

かいごよぼうきよたくりょうようかんりしどう 介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士などに訪問してもらい、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
【同日、同じ建物にサービスを受ける方がほかにいない場合】

医師の場合(月2回まで)	515円
歯科医師の場合(月2回まで)	517円
医療機関の薬剤師の場合(月2回まで)	566円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	518円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	362円

かいごよぼうほうもんかんご 介護予防訪問看護

看護師などに訪問してもらい、介護予防を目的とした療養上のお世話や必要な診療の補助などを受けます。

自己負担(1割)のめやす

病院・診療所から	30分未満	436円
	30分以上1時間未満	631円
訪問看護ステーションから	30分未満	515円
	30分以上1時間未満	906円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

施設に通う

かいごよぼうつうしよ 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・診療所などで、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。

1カ月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援 1	2,518円
要支援 2	4,693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 222円/月
 ・口腔機能向上 167円/月 など
 ※食費、日常生活費は別途負担となります。



介護予防が大切なのはなぜ？

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。実際、要介護状態が軽い方について調べてみると、足腰が弱くなったために家に閉じこもりがちになり、ますます状態を悪化させ、介護が必要となってしまったケースが多いという結果が出ています。

できることはなるべく自分でい、体を動かし、そしてできるだけ家庭や地域で役割を持つなどの『社会活動』を行うことで心身の機能を向上させ、自分らしい自立した生活を目指すことができます。



※自己負担は1～3割です。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。

※自己負担のめやすは標準的な地域のもので、実際の費用は、利用する事業者の所在地や施設の体制、サービスの内容、加算項目などにより異なります。また、加算項目は一部項目のみを記載しています。

短期間施設に泊まる

かいごよぼう 介護予防 たんきにゆうしよせいかつかいご 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・入浴などのサービスや、生活機能の維持向上のための機能訓練が受けられます。



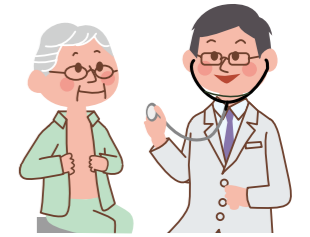
1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【併設型の施設の場合】

要介護度	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
要支援 1	501円	501円	588円
要支援 2	623円	623円	729円

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。 ※滞在費、食費、日常生活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日目からは全額自己負担となります。

かいごよぼう 介護予防 たんきにゆうしよりょうようかいご 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、生活機能の維持向上のための機能訓練が受けられます。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【介護老人保健施設の場合】

要介護度	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
要支援 1	632円	669円	681円
要支援 2	792円	844円	860円

施設に入っている方が利用する介護サービス

かいごよぼうとくていしせつにゆうきよしゃせいかつかいご 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所している方が受けるサービスです。食事・入浴などのサービスや生活機能の維持向上のための機能訓練が受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援 1	200円
要支援 2	342円

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

その他のサービス

- 地域密着型サービス …………… 18・19 ページ
- 福祉用具貸与・購入、住宅改修 …………… 20・21 ページ

しくみと加入者
サービス利用の手順
介護サービス
介護予防サービス
地域密着型サービス
福祉用具貸与・購入、住宅改修
介護予防・日常生活支援総合事業
費用の支払い
保険料

住み慣れた地域で受けるサービス

住み慣れた地域を離れずに生活を続けられるように、地域の特性に応じた柔軟な体制で提供されるサービスです。

- ※利用者は江戸川区の住民に限定され、江戸川区が事業者の指定や監督を行います。
- ※サービスの種類、内容などは区市町村によって異なります。
- ※費用は施設の体制などによって異なります。
- ※自己負担は1～3割です。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。
- ※自己負担のめやすは標準的な地域のもので、実際の費用は、利用する事業者の所在地や施設の体制、サービスの内容、加算項目などにより異なります。また、加算項目は一部項目のみを記載しています。

24時間対応の訪問サービス

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

介護職員と看護師の定期的な訪問を受けられます。また、通報や電話などを行うことで、随時対応も受けられます。

1か月あたりの自己負担(1割)のめやす
【介護、看護一体型事業所の場合】



※要支援の方は利用できません。

要介護度	介護のみ利用	介護と看護を利用
要介護1	6,209円	9,059円
要介護2	11,081円	14,151円
要介護3	18,400円	21,601円
要介護4	23,276円	26,629円
要介護5	28,149円	32,260円

夜間の訪問サービス

夜間対応型訪問介護

夜間に定期的な巡回で介護を受けられる訪問介護、緊急時など、通報により介護を受けられる随時対応の訪問介護などがあります。



自己負担(1割)のめやす
【基本対応の場合】

1か月 1,128円

※要支援の方は利用できません。

認知症の方向けのサービス

認知症対応型通所介護

（介護予防認知症対応型通所介護）

認知症と診断された高齢者が食事・入浴などの介護や支援、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
【8～9時間未満の利用の場合】



※食費、日常生活費は別途負担となります。

要支援1	986円
要支援2	1,100円
要介護1	1,139円
要介護2	1,262円
要介護3	1,386円
要介護4	1,512円
要介護5	1,634円

認知症対応型共同生活介護

（介護予防認知症対応型共同生活介護）

【グループホーム】
認知症と診断された高齢者が共同で生活できる場（住居）で、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【1ユニットの事業所の場合】

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

※居住費、食費、日常生活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。

通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービス

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」、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。

1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

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



※宿泊費、食費、日常生活費は別途負担となります。

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。

1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護1	13,817円
要介護2	19,331円
要介護3	27,174円
要介護4	30,821円
要介護5	34,863円

※宿泊費、食費、日常生活費は別途負担となります。
※要支援の方は利用できません。

地域の小規模な施設に移り住んで受ける介護サービス

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で、食事・入浴などの介護や健康管理が受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護度	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

※居住費、食費、日常生活費は別途負担となります。
※新規に入所できる方は原則、要介護3以上の方です。
※要支援の方は利用できません。

地域密着型 特定施設入居者生活介護

定員29人以下の小規模な介護専用の有料老人ホームなどで、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護1	596円
要介護2	670円
要介護3	747円
要介護4	818円
要介護5	894円

※居住費、食費、日常生活費は別途負担となります。
※要支援の方は利用できません。

小規模な施設の通所介護サービス

地域密着型通所介護

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。

自己負担(1割)のめやす【8～9時間未満の利用の場合】

要介護1	854円
要介護2	1,009円
要介護3	1,169円
要介護4	1,330円
要介護5	1,488円

※食費、日常生活費は別途負担となります。
※要支援の方は利用できません。

しくみと加入者

サービス利用の手順

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入・住宅改修

介護予防・日常生活支援総合事業

費用の支払い

保険料

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(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(工事をとまなわないもの)
- ② スロープ(工事をとまなわないもの)
- ③ 歩行器
- ④ 歩行補助つえ(松葉づえ、多点つえ等)
- ⑤ 車いす
- ⑥ 車いす付属品(クッション、電動補助装置等)
- ⑦ 特殊寝台
- 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)
- ⑨ 床ずれ防止用具
- ⑩ 体位変換器(起き上がり補助装置を含む)
- ⑪ 認知症老人徘徊感知機器(離床センサーを含む)
- 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

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(商品の種類や事業者によって貸与価格は異なります。)

商品ごとに貸与価格の上限が設定されており、事業者には下記(1)(2)が義務付けられています。

- (1) 機能や価格帯の異なる複数の商品を提示すること。
- (2) 商品の全国平均貸与価格とその事業者の貸与価格を説明すること。

一部の福祉用具は貸与と購入を選択できます。

固定用スロープ、歩行器(歩行車を除く)、単点つえ(松葉づえを除く)、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を受け、利用者の意思決定で購入することも可能です。

福祉用具を買う

申請が必要です

特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入)

購入費支給の対象は、次のとおりです。

- 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可能部品
- 排せつ予測支援機器
- 入浴補助用具(入浴用いす、浴槽用手すり、浴槽内いす、入浴用介助ベルト等)
- 簡易浴槽
- 移動用リフトのつり具の部分
- 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)



貸与と購入を選択できます。

※同一の種類を購入した場合は支給の対象になりません。破損した場合等、特別な事情がある場合は、購入前にお問い合わせください。
※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。

同一年度(4月1日～翌年3月31日)で10万円を上限に、購入費用から自己負担(1～3割)を除いた金額が支給されます。

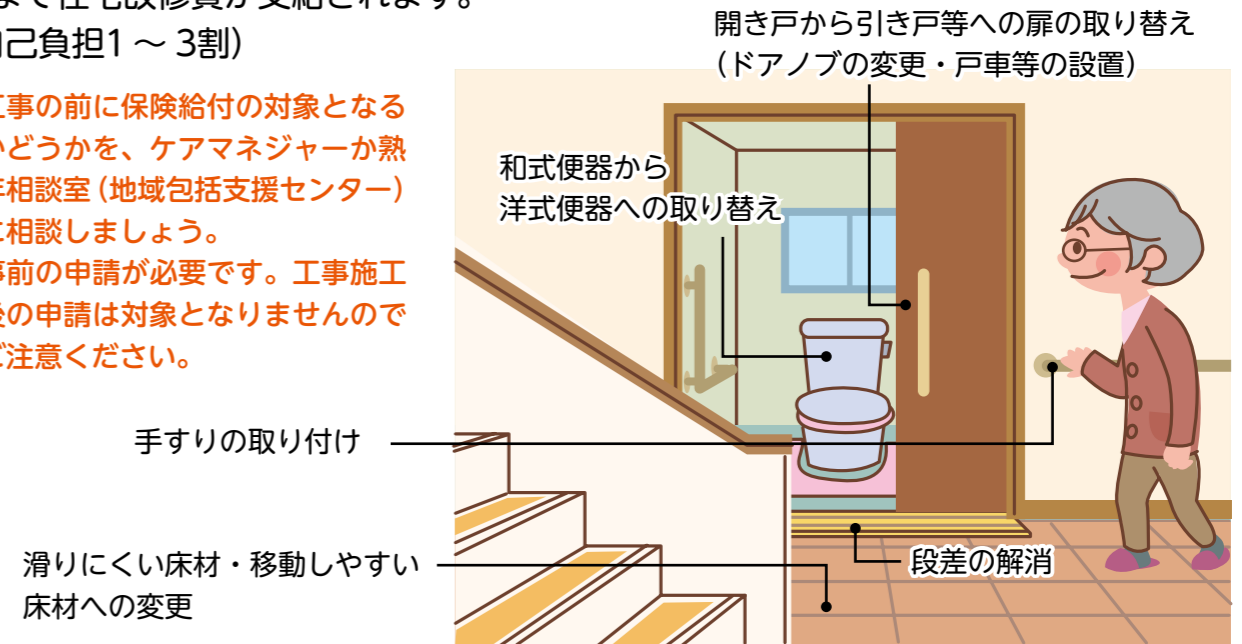
より安全な生活が送れるように住宅を改修する 事前の申請が必要です

居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)

生活環境を整えるための小規模な住宅改修に対して、要介護区分に関係なく上限20万円まで住宅改修費が支給されます。

(自己負担1～3割)

- 工事前の保険給付の対象となるかどうかを、ケアマネジャーか熟年相談室(地域包括支援センター)に相談しましょう。
- 事前の申請が必要です。工事施工後の申請は対象となりませんのでご注意ください。



◎介護保険の対象となる工事

- 手すりの取り付け
- 段差や傾斜の解消
- 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、扉の撤去
- 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

※屋外部分の改修工事も給付の対象となる場合があります。

利用限度額 / 20万円まで(原則1回限り)

- ※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。
- ※引っ越しをした場合や要介護度が著しく高くなった場合、再度支給を受けることができます。
- ※本人や家族などが住宅改修を行ったときには、材料の購入費が対象となります。

◎手続きの流れ【償還払い(後から払い戻される)の場合】

相談・検討	申請	工事・支払い	払い戻し(工事完了)の手続き	払い戻し
● 熟年相談室(地域包括支援センター)やケアマネジャーに相談します。	● 工事を始める前に、江戸川区の窓口に、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、必要書類を提出し、改修の申請をします。	● 江戸川区の審査結果を受けてから着工します。 ● 改修後、写真を撮影します(日付入り)。 ● 改修費用をいったん全額自己負担して業者に支払います。	● 工事が完了したら、江戸川区の窓口に写真や領収書等を提出し、改修が終わったことを伝えます。	● 工事が介護保険の対象であると認められた場合、20万円を限度に工事代金の9～7割が支給されます。

自分らしい生活をするために

介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」）は、高齢者の介護予防と自立した日常生活の支援を目的とした事業で、**サービス・活動事業**と**一般介護予防事業**の二つからなります。

地域のニーズや実情に応じた多様なサービスを提供することを目的としています。



総合事業

サービス・活動事業

対象者 ※詳しくは、23ページをご覧ください。

- ・要支援1・2の認定を受けた方
- ・サービス・活動事業の対象者となった方

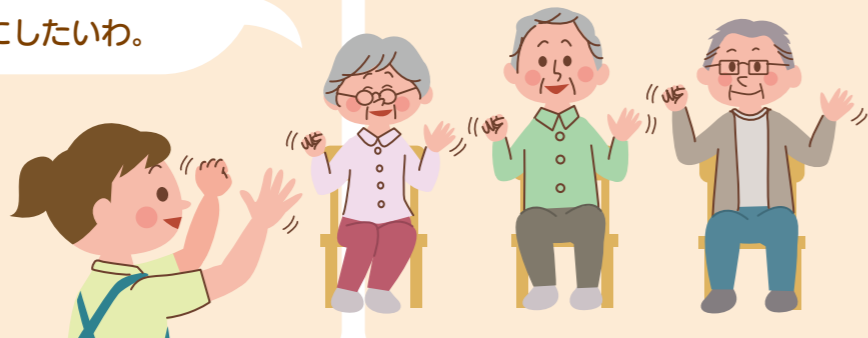
- 訪問型サービス
- 通所型サービス



サービスの具体例

- ・ホームヘルパーなどの手助けを受けながら調理や掃除などを行う。
- ・デイサービスセンターなどで筋力トレーニングを受ける。

できるところはより伸ばしたり、できないところは支援を受けてできるようにしたいわ。



一般介護予防事業

対象者 ※詳しくは、24ページをご覧ください。

- ・65歳以上の区民の方が対象

- にこにこ運動教室（なごみの家）
- 口腔ケア健診 [江戸川歯つらつチェック]
- 介護予防教室（熟年相談室）
- 熟年介護サポーター など

自分らしい生活をするために、「社会参加」「運動」「食事・口腔ケア」を意識して、熟年相談室などに相談しながら、介護予防に取り組みましょう。



サービス・活動事業

サービス・活動事業は、利用者のニーズにこたえられるよう、生活支援などの多様なサービスを提供することを目的としています。介護サービス事業者だけでなく、ボランティア、NPOなどによる多様な支援が受けられます。

対象者 ① 要支援1・2の方




② サービス・活動事業の対象者の方

（基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方）

費用

サービスの内容に応じて、江戸川区が単価や利用者負担を設定します。利用者負担が高額になった場合、高額介護サービス費や高額医療・高額介護合算制度（27ページ参照）に相当する事業があります。

事業内容

事業名	内容
訪問型サービス	掃除、洗濯等の日常生活上の支援など訪問型のサービス。江戸川区の指定した事業者によるサービスを行います。 
通所型サービス	機能訓練や集いの場など通所型のサービス。江戸川区の指定した事業者によるサービスを行います。 
介護予防ケアマネジメント	総合事業によるサービスが適切に提供できるようケアプランの作成を行います。 

ちょっとした悩みや困りごと、相談できる人が**なごみの家**にいます！

子どもから高齢者まで誰でも気軽に立ち寄っていただける地域の交流の場です。相談員や看護職などの専門職があらゆる相談に対応いたします。お近くのなごみの家に、お気軽にお立ち寄りください。

開館時間 9時～17時30分



休館日 月曜日・祝日・年末年始 ※月曜日が祝日の場合は翌日も休館 ※土日が祝日の場合は開館

お問い合わせ先 江戸川区社会福祉協議会 なごみの家運営係 電話 (5662) 5560

一般介護予防事業

各種事業に参加する人を増やすとともに、通いの場が増えていくような地域づくりを進めます。リハビリの専門職等が住民主体の通いの場などに関わることで介護予防のための人材を育てるとともに、活動内容を充実させます。

対象者 65歳以上(第1号被保険者)の区民の方、およびその支援のための活動に関わる方。

一般介護予防の内容	
にこにこ運動教室	なごみの家で行っている、音楽や脳トレを取り入れた運動教室です。無理のない運動で、介護予防に取り組みましょう。
口腔ケア健診 [江戸川歯つらつチェック]	区指定歯科医院で、毎年度1回受けられます。飲み込む力、噛む力などを測定し、誤嚥性肺炎や低栄養の重症化を予防する健診です。「おいしく食べる」「笑う」「話す」を生涯保ちましょう。  ▲最新の指定医療機関の一覧はこちら
介護予防教室	熟年相談室が開催しています。食事・運動・口腔ケア・脳トレなど介護予防・認知症予防に関する情報を学べます。
熟年介護サポーター	区主催の研修を受講された熟年介護サポーターが、区内の介護施設などで、ボランティアとして活動しています。活動には、時間に応じてポイントが付与されます。 ※要介護認定を受けていない方が対象です。
自宅近くの運動の場や交流の場を知りたい、作りたいときは	遠くまでは行けなくなった、今まで通っていたサークルなどに行けなくなった方のために、地域のボランティアなどが、運動やサロンなど交流の場を実施しています。参加や場の立ち上げのご相談は、熟年相談室がお受けします。
介護予防のヒントを知りたいときは	介護予防パンフレットを発行しています。最寄りの熟年相談室やなごみの家にご相談ください。  ▲江戸川区ホームページ「介護予防」についてはこちら

長寿・国保健診時のチェックリストなどで、軽度認知症や閉じこもりなどが心配される方、介護や介護予防で心配のある方など、熟年相談室（裏表紙に掲載）にお気軽にご相談ください。

その他の地域支援事業

地域支援事業では、介護予防に関する支援のほかに、高齢者の権利を擁護するための支援をはじめ、総合的に相談に応じます。

介護者交流会	熟年相談室が開催しています。介護をしている方（年齢制限はありません）を対象に介護の知識を学んだり、交流ができます。介護の悩みは、ひとりで抱え込まず、まずは相談してみましょう。
--------	---

それ以外にも次のようなお悩みは、熟年相談室（地域包括支援センター）にご相談ください。

貯金通帳や財産の管理が自分では不安になってきた

悪質な商法によって高額な買い物をさせられた

介護サービス事業者の対応に不満を訴えても改善されない

など

費用の支払い

自己負担割合と負担の軽減

介護保険の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。

介護保険の自己負担割合は、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。要介護認定を受けた方などには、利用者の負担割合が記載された「介護保険負担割合証」が交付されます（適用期間は8月～翌年7月で毎年交付されます。）。

介護保険サービスの自己負担割合

3割	下記の①②両方に該当する方 ①65歳以上で本人の合計所得金額が220万円以上 ②本人を含めた同一世帯の65歳以上の方の「年金収入＋その他の合計所得金額」が、 ◆1人の場合340万円以上 ◆2人以上の場合463万円以上
2割	3割に該当しない方で、下記の①②両方に該当する方 ①65歳以上で本人の合計所得金額が160万円以上 ②本人を含めた同一世帯の65歳以上の方の「年金収入＋その他の合計所得金額」が、 ◆1人の場合280万円以上 ◆2人以上の場合346万円以上
1割	上記以外の方 ※40～64歳の方、生活保護受給者の方、住民税非課税の方は所得に関わらず1割負担となります。

※住民税の所得更正や世帯員の増減、65歳到達等により負担割合が年度途中で変更になったり、遡って変更になる場合があります。

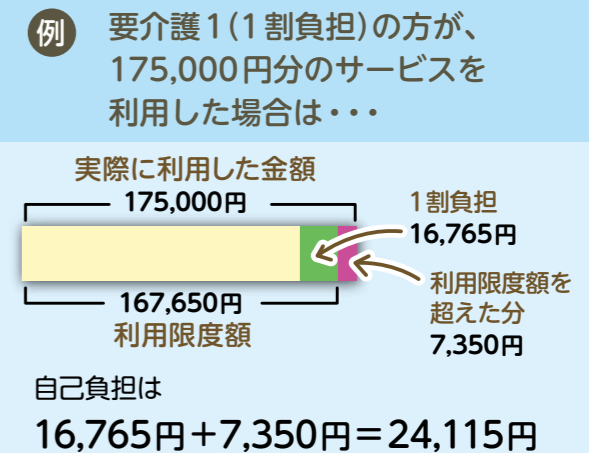
※介護保険被保険者証に「給付額の減額」の記載がある場合、減額適用期間においては負担割合が引き上げられます。

●サービス支給限度額

要介護度ごとに1か月に1～3割負担で利用できる金額に上限(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。

サービスの利用限度額(1か月)

要介護度	区分支給限度基準額	利用限度額
要支援1	5,032単位	50,320円程度
要支援2	10,531単位	105,310円程度
要介護1	16,765単位	167,650円程度
要介護2	19,705単位	197,050円程度
要介護3	27,048単位	270,480円程度
要介護4	30,938単位	309,380円程度
要介護5	36,217単位	362,170円程度



●上表は1単位10円として計算しています。1単位の金額は地域やサービスにより異なるため実際の利用限度額は変動します。

●上記の限度額に含まれないサービス(下記のサービスは1～3割負担で使える限度額が個別に設けられています)

- ・特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入) ・居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)
- ・居宅療養管理指導(介護予防居宅療養管理指導) など

●施設に入所して利用するサービスは、上記の限度額に含まれません。

しくみと加入者

サービス利用の手順

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入住宅改修

介護予防・日常生活支援総合事業

費用の支払い

保険料

費用の支払い

● 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 居住費・食費は、施設と利用者との契約により決められますが、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。

居住費・食費の基準費用額(1日あたり)

居住費(滞在費)			食費		
従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室多床室	令和8年7月まで	令和8年8月から
1,728円 (1,231円)	437円* (915円)	2,066円	1,728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

所得が低い方は、介護保険施設に入所、またはショートステイを利用する場合、居住費と食費の負担が軽減されます(負担限度額認定)。

軽減を受けるためには、江戸川区への申請が必要です。

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*2	預貯金等の資産*3の状況	居住費(滞在費)				食費	
			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	施設	ショートステイ
1	生活保護受給者の方等	要件なし	550円 (380円)	0円	880円	550円	300円	300円
	世帯全員が住民税非課税で、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	550円 (380円)	0円	880円	550円	300円	300円
2	前年の合計所得金額+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	550円 (480円)	430円	880円	550円	390円	600円
3-①	前年の合計所得金額+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 (880円)	430円	1,370円	1,370円	650円	1,000円
3-②	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 (880円)	430円	1,370円	1,370円	1,360円	1,300円

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)

令和8年7月まで

令和8年8月から

利用者負担段階	所得の状況*2	預貯金等の資産*3の状況	居住費(滞在費)				食費	
			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	施設	ショートステイ
1	生活保護受給者の方等	要件なし	550円 (380円)	0円	880円	550円	300円	300円
	世帯全員が住民税非課税で、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	550円 (380円)	0円	880円	550円	300円	300円
2	前年の合計所得金額+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	550円 (480円)	430円	880円	550円	390円	600円
3-①	前年の合計所得金額+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 (880円)	430円	1,370円	1,370円	680円	1,030円
3-②	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 (980円)	430円*4 (530円)	1,470円	1,470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。
 ※1 世帯には、住民票上世帯が異なる(世帯分離している)配偶者や婚姻届を提出していない事実婚の方も含まれます。
 ※2 年金収入…非課税年金(障害年金・遺族年金)を含みます。
 ※3 預貯金等に含まれるもの…普通預金・定期預金・有価証券(株式等)・投資信託・現金等
 ※4 室料を徴収しない場合。徴収する場合は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。
 不正があった場合には、ペナルティ(加算金)を設けます。

● 自己負担が高額になったときの負担軽減

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、負担が軽くなります。

- 該当する方には区からお知らせします。
- 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
★82.65万円に変更されます。(令和8年8月から)

自己負担の限度額(月額)

区分	世帯の限度額	個人の限度額
生活保護受給者の方等	15,000円	15,000円
世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金受給者の方	24,600円	15,000円
世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計が80.9万円*以下の方	24,600円	15,000円
世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計が80.9万円*を超える方	24,600円	24,600円
住民税課税世帯の方で、以下1・2に該当しない方	44,400円	44,400円
住民税課税世帯の方で、1.課税所得が380万円以上690万円未満の65歳以上の方がいる世帯	93,000円	93,000円
住民税課税世帯の方で、2.課税所得が690万円以上の65歳以上の方がいる世帯	140,100円	140,100円

● 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)。

- 自己負担額を超える額が500円以下のときは支給されません。
- 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カ月間。
- 申請方法や該当区分は、基準日(7月31日)に加入している医療保険にお問い合わせください。

医療と介護の自己負担合算後の限度額(年額)

70歳未満の方

区分	限度額
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

70歳以上の方*1

区分	限度額
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*2

※1 後期高齢者医療制度の対象者も含まれます。
 ※2 同じ世帯に介護サービス利用者が複数いる場合は、介護保険支給額算定の際の限度額は31万円となります。

※区分の基準額は今後変更になる場合があります。

しくみと加入者

サービス利用の手順

介護サービス

介護予防サービス

地域密着型サービス

福祉用具貸与・購入・住宅改修

介護予防・日常生活支援総合事業

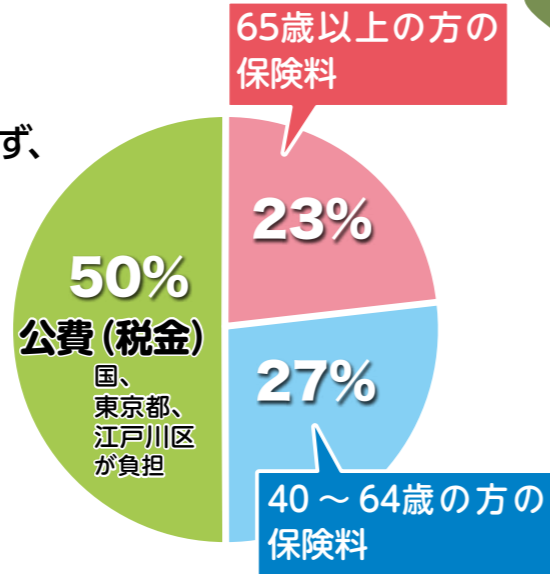
費用の支払い

保険料

社会全体で介護保険を支えています

40歳以上の方が納める介護保険料は、介護保険を健全に運営するための大切な財源となります。

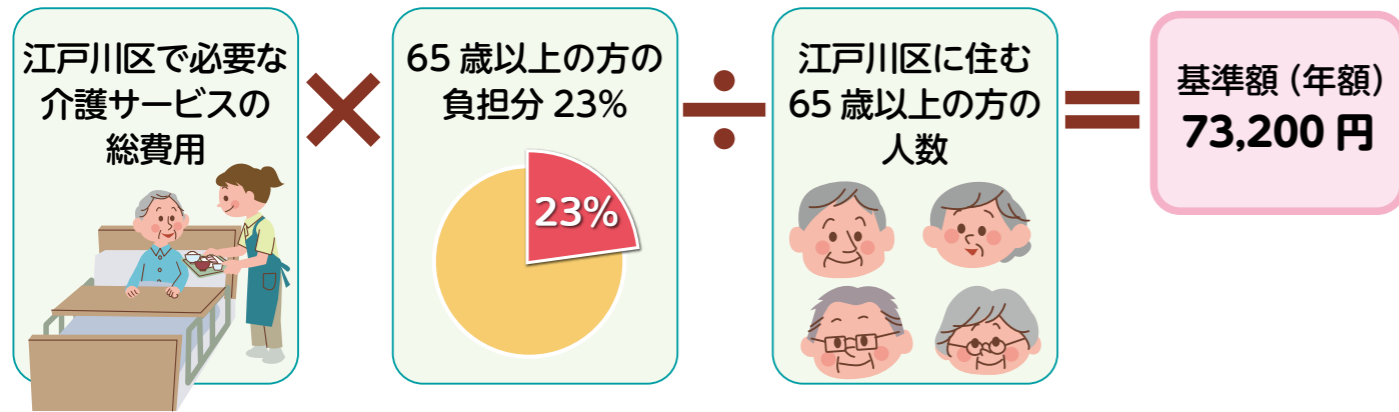
介護サービス利用の有無に関わらず、必ずお支払いいただく必要があります。



65歳以上の方の保険料

65歳以上の方の保険料は、江戸川区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



江戸川区は保険料段階の見直しや基金の活用等により基準額を年額73,200円に抑えています。

江戸川区の令和8年度の介護保険料

この「基準額」をもとに、所得に応じた負担になるように、19段階の保険料に分かれます。

所得段階	対象となる方	保険料率	保険料(年額)
第1段階	世帯全員が住民税非課税 ●生活保護を受けている方 ●高齢福祉年金受給者の方 ●公的年金等収入額及び合計所得金額の合計額が82万6千500円以下の方	基準額 × 0.455 ↓ 基準額 × 0.285 (公費投入0.17)	20,880円
第2段階	公的年金等収入額及び合計所得金額の合計額が82万6千500円を超えて120万円以下の方	基準額 × 0.685 ↓ 基準額 × 0.485 (公費投入0.20)	35,520円
第3段階	公的年金等収入額及び合計所得金額の合計額が120万円を超える方	基準額 × 0.69 ↓ 基準額 × 0.685 (公費投入0.005)	50,160円
第4段階	住民税課税者がいる世帯 本人が住民税非課税で、公的年金等収入額及び合計所得金額の合計額が82万6千500円以下の方	基準額 × 0.90	65,880円
第5段階	本人が住民税非課税で、公的年金等収入額及び合計所得金額の合計額が82万6千500円を超える方	基準額	73,200円
第6段階	本人が住民税課税者 合計所得金額が120万円未満の方	基準額 × 1.2	87,840円
第7段階	合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	基準額 × 1.3	95,160円
第8段階	合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	基準額 × 1.5	109,800円
第9段階	合計所得金額が320万円以上420万円未満の方	基準額 × 1.7	124,440円
第10段階	合計所得金額が420万円以上520万円未満の方	基準額 × 1.9	139,080円
第11段階	合計所得金額が520万円以上620万円未満の方	基準額 × 2.1	153,720円
第12段階	合計所得金額が620万円以上720万円未満の方	基準額 × 2.3	168,360円
第13段階	合計所得金額が720万円以上810万円未満の方	基準額 × 2.4	175,680円
第14段階	合計所得金額が810万円以上900万円未満の方	基準額 × 2.7	197,640円
第15段階	合計所得金額が900万円以上1,000万円未満の方	基準額 × 2.9	212,280円
第16段階	合計所得金額が1,000万円以上2,000万円未満の方	基準額 × 3.2	234,240円
第17段階	合計所得金額が2,000万円以上3,000万円未満の方	基準額 × 3.6	263,520円
第18段階	合計所得金額が3,000万円以上5,000万円未満の方	基準額 × 4.0	292,800円
第19段階	合計所得金額が5,000万円以上の方	基準額 × 4.4	322,080円

- 世帯状況は当該年度4月1日時点で判断します。年度途中で65歳になった方や転入された方は、資格取得した日で判断します。年度の途中で世帯状況に変更があっても、翌年度まで保険料に変更はありません。
- 転入された当初は、仮の所得段階区分で通知されることがあります。前住所地での課税状況等が判明し、保険料が見直しになる場合はあらかじめ通知します。

- 介護保険料の算定における合計所得金額とは
・公的年金や給与などの収入金額から、それぞれの必要経費に相当する金額を差し引いた所得金額の合計で、扶養控除や医療費控除等の所得控除を差し引く前の金額です(住民税が非課税の方は、合計所得金額に公的年金所得は含みません。)。土地売却等に係る長期及び短期譲渡所得に係る特別控除がある場合は特別控除後の金額です。合計所得金額がマイナスの場合、「0円」となります。
- ・住民税が非課税で、公的年金等収入額と給与所得の双方があり、所得金額調整控除の適用を受けている方は、給与所得の金額に所得金額調整控除の額を加えた額から10万円差し引いた金額です(所得金額調整控除の適用を受けていない方も、給与所得がある場合は、当該給与所得の金額から10万円を差し引いた金額です。差し引いた後の金額がマイナスの場合は、「0円」となります。)
- 令和7年度税制改正により、個人住民税に係る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は、引き上げ前の算定方法により判定する特例が適用されます。(令和7年度住民税課税者のうち、令和7年中の給与等の収入金額が55万円以上190万円未満の方や世帯員がいる方の一部に限られます。)

65歳以上の方の保険料の納め方

納め方は、「特別徴収」と「普通徴収」の2通りありますが、ご自分で選択することはできません。

特別徴収とは

年金が年額**18万円以上**の方

→年金から**【差し引き】**されます。

- 年金の支払い月に年6回に分けて差し引きされます。

年金の支払い月に差し引きされます

4月 6月 8月 10月 12月 2月

❗「特別徴収」の方でも、納付書で納めなければならない場合があります。

- 年度途中で保険料が増額になった

→ 増額分を納付書で納めます

- 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
- 年度途中で他の区市町村から転入した
- 保険料が減額になった
- 年金が一時差止めになった など

→ 一時的に納付書で納めます

- 特別徴収の開始には6カ月～1年程度かかります

普通徴収とは

年金が年額**18万円未満**の方

→**【口座振替または納付書】**で納めます。

- 年10回(6月から翌年3月まで)に分けて納付します。
- 納付書は、区役所、取扱金融機関、コンビニエンスストア、モバイルアプリケーション決済などで使用できます。

4月 5月

納付なし

6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月

納付月(年10回に分けて納付)

保険料の納付は、**口座振替**をご登録ください。

手続き

「口座振替依頼書」に必要事項を記入し、取扱金融機関・郵便局の窓口へ直接お申し込みください。

※登録受付が完了された方には、申込月の1カ月～2カ月後に「口座振替開始通知書」を送付いたします。

納め忘れなくて便利ね



40～64歳の方の保険料

40～64歳の方(第2号被保険者)の保険料は、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。

	決まり方	納め方
国民健康保険に加入している方 	世帯に属する第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。	同じ世帯の第2号被保険者全員の医療分、後期高齢者支援分、子ども・子育て支援分と介護分を合わせて、世帯主が納めます。
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(健康保険組合、共済組合など)の算定方式に基づいて決まります。	医療分、後期高齢者支援分、子ども・子育て支援分と介護分を合わせて、給与から差し引かれます。

保険料を滞納すると？

保険料の滞納が続く場合、滞納期間に応じて利用者負担が1～3割から、3～4割になる措置などがとられます。

保険料は納期限までに必ずお納めください。



【1年間滞納した場合】

- サービス利用時の支払い方法の変更(償還払いへの変更)

サービス費用の全額をいったん利用者が負担します。保険給付分(9～7割相当分)は、後で払い戻されます。

【1年6カ月間滞納した場合】

- 保険給付の一時差止め
- 差止め額から滞納保険料を控除

保険給付分(9～7割相当分)の一部または全部が一時的に差し止められます。なお滞納が続く場合は、差し止められた額から保険料が差し引かれることがあります。

【2年以上滞納した場合】

- 利用者負担の引き上げ
- 高額介護サービス費等の支給停止

滞納期間に応じて、本来1～3割である利用者負担が3～4割に引き上げられ、高額介護サービス費の支給などが受けられなくなります。

【延滞金】納期限後に納付した場合、延滞金が増算されます。

【滞納処分】滞納が続く場合は、財産調査や滞納処分(財産の差し押さえ)を実施する場合があります。

困ったときは 介護保険の窓口へ...

災害などで、保険料を納めることが難しい場合は、保険料の減免や猶予が受けられる場合があります。

困ったときは、介護保険課保険料係にご相談ください。