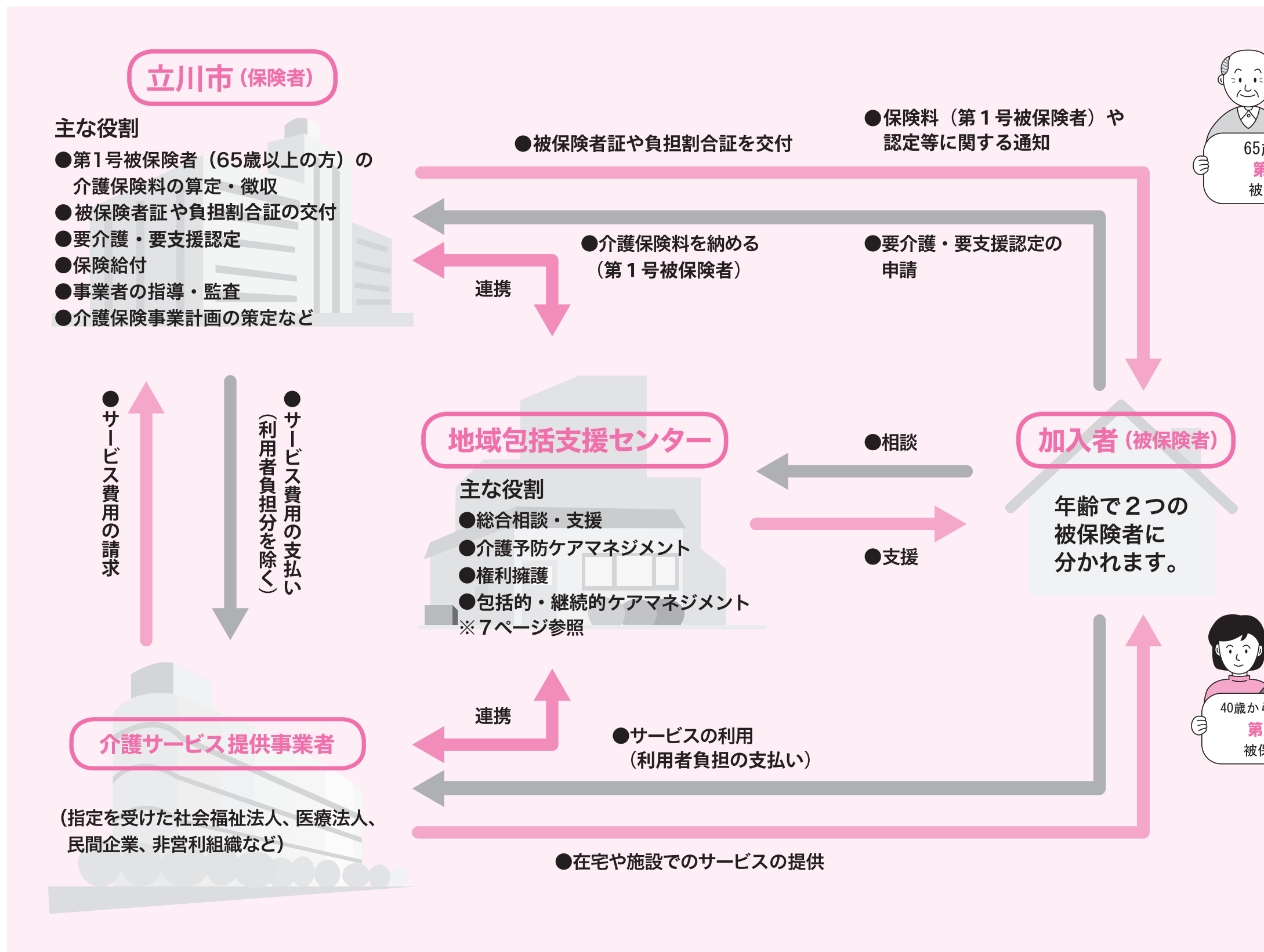


# 1 介護保険制度のしくみ



65歳以上の方は

## 「第1号被保険者」

介護保険サービスを利用できる方

- 介護や支援が必要であると「認定」を受けた方  
(介護が必要となった原因は問いません)

介護予防・生活支援サービスを利用できる方

- 要支援及び介護予防アンケートでサービスが必要と判断された方 (介護予防・生活支援サービス事業対象者)

介護保険の被保険者証

- 一人に1枚ずつ被保険者証が交付されます
- 65歳になる月に交付されます
- 被保険者証が必要なとき
  - ・要介護・要支援認定を申請するとき
  - ・サービスを利用するとき

保険料

市 (保険者) が算定し、徴収します。

40歳から64歳の方は

## 「第2号被保険者」

介護保険サービスを利用できる方

- 介護保険で対象となる病気※が原因で「認定」を受けた方  
(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。)

介護保険の被保険者証

- 認定を受けた方に被保険者証が交付されます

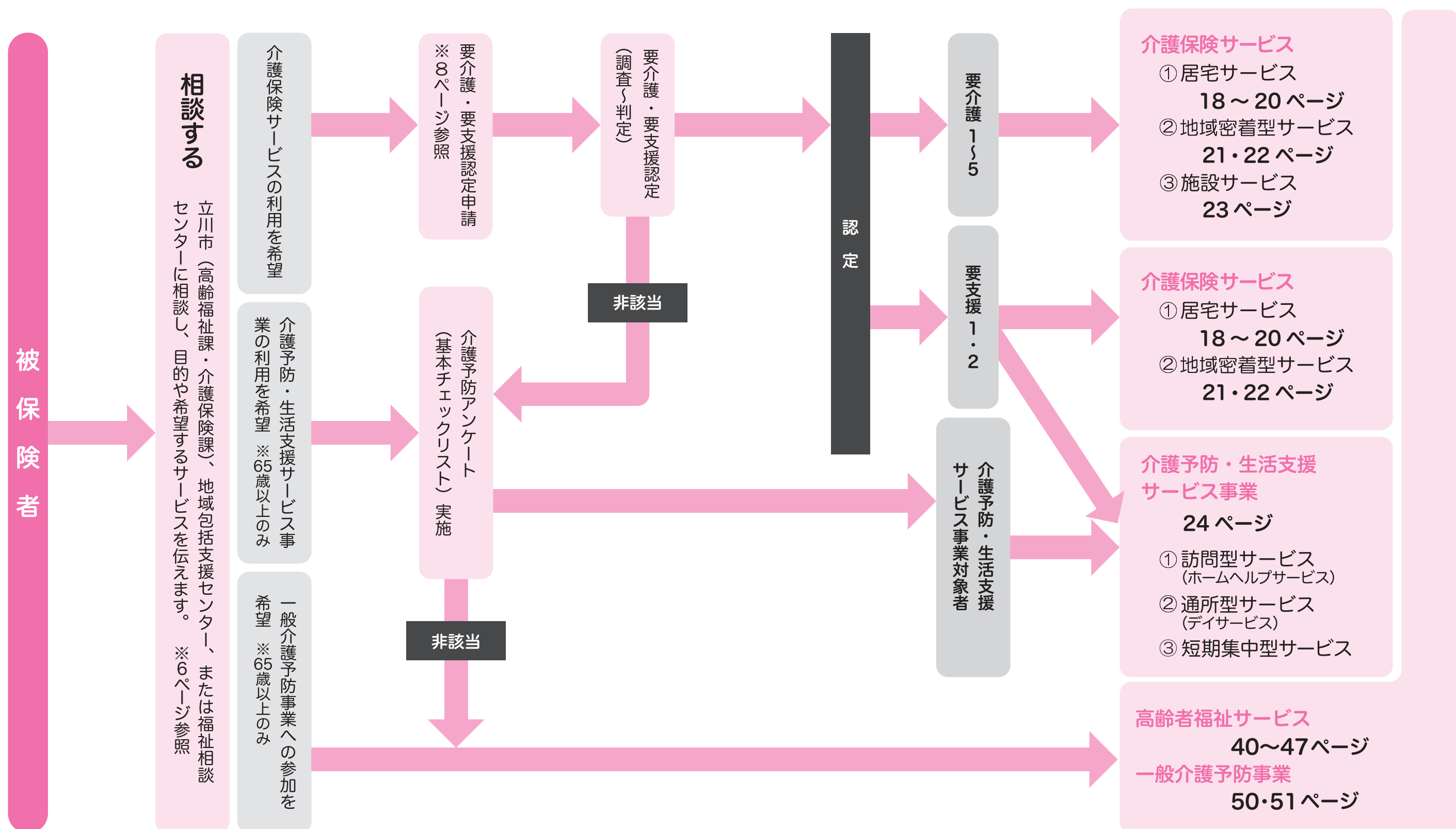
※介護保険で対象となる病気 (特定疾病) には、次の16種類が指定されています。

- |                           |                               |
|---------------------------|-------------------------------|
| ●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 |
| ●骨折を伴う骨粗しょう症              | ●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                    | ●がんの末期                        |
| ●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 |                               |

保険料

加入している医療保険において徴収されます。

## 2 介護保険・高齢者のサービスの流れ

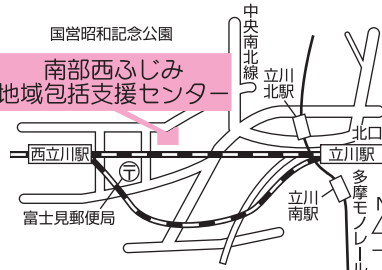


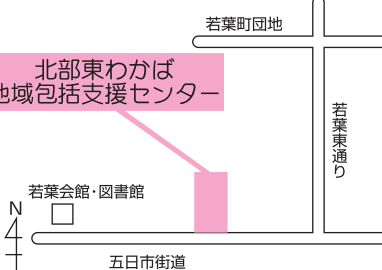

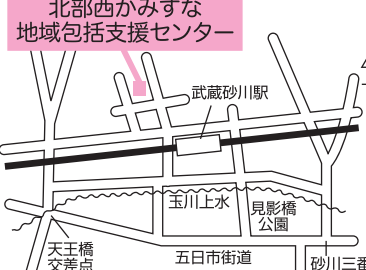


これらのサービスのほか、認知症の方やご家族へのサービスがあります。

52・53ページ

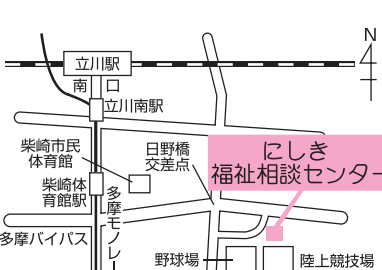
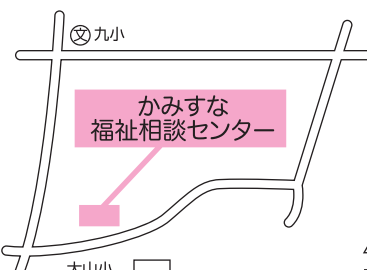
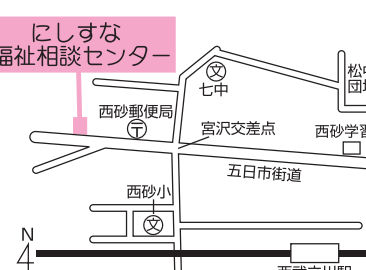
## 地域包括支援センター

保健福祉サービスの総合相談や申請受付、  
介護予防プラン（要支援）、介護予防・生活支援  
サービス利用の相談、権利擁護の相談など。

 <p><b>南部西ふじみ 地域包括支援センター</b></p>	 <p><b>南部東はごろも 地域包括支援センター</b></p>	 <p><b>中部たかまつ 地域包括支援センター</b></p>
<p><b>南部西ふじみ 地域包括支援センター</b> 主な担当地域（富士見町・柴崎町） 富士見町2-36-47 立川市社会福祉協議会内 TEL 540-0311 FAX 548-1747 E-mail: h-fujimi@tachikawa-shakyo.jp</p>	<p><b>南部東はごろも 地域包括支援センター</b> 主な担当地域（羽衣町・錦町） 羽衣町1-12-18 羽衣地域福祉サービスセンター内 TEL 523-5612 FAX 523-5613 E-mail: tachikawa.hagoromo@gmail.com</p>	<p><b>中部たかまつ 地域包括支援センター</b> 主な担当地域（高松町・曙町・緑町） 高松町2-27-27 TBK高松第1ビル 101号室 TEL 540-2031 FAX 522-1636 E-mail: c.t-houkatsu@ninjin.or.jp</p>
 <p><b>北部東わかば 地域包括支援センター</b></p>	 <p><b>北部中さいわい 地域包括支援センター</b></p>	 <p><b>北部西かみすな 地域包括支援センター</b></p>
<p><b>北部東わかば 地域包括支援センター</b> 主な担当地域（若葉町・栄町） 若葉町3-45-2 介護老人保健施設わかば内 TEL 538-1221 FAX 538-1222 E-mail: h-wakaba@tachikawawakaba.jp</p>	<p><b>北部中さいわい 地域包括支援センター</b> 主な担当地域（幸町・柏町・砂川町・泉町） 幸町4-14-1 至誠キートンホーム内 TEL 538-2339 FAX 538-1302 E-mail: h-saiwai@shisei.or.jp</p>	<p><b>北部西かみすな 地域包括支援センター</b> 主な担当地域（上砂町・一番町・西砂町） 上砂町5-76-4 砂川園内 TEL 536-9910 FAX 536-9953 E-mail: h-kamisuna@ba.wakwak.com</p>

## 福祉相談センター

介護保険・福祉の相談、申請受付

 <p><b>にしき 福祉相談センター</b></p>	 <p><b>かみすな 福祉相談センター</b></p>	 <p><b>にしすな 福祉相談センター</b></p>
<p><b>にしき 福祉相談センター</b> 錦町6-28-15 至誠ホーム内 TEL 527-0321 FAX 527-0322 E-mail: s-nishiki@shisei.or.jp</p>	<p><b>かみすな 福祉相談センター</b> 上砂町1-13-1 上砂地域福祉サービスセンター内 TEL 537-7799 FAX 536-7182 E-mail: kamisuna@keiaiikai.org</p>	<p><b>にしすな 福祉相談センター</b> 西砂町5-5-5 西砂ホーム内 TEL 531-5550 FAX 531-3451 E-mail: nishisuna.soudan@gmail.com</p>

## 地域包括支援センターって？

地域包括支援センターは、みなさんが住み慣れたまちで安心して暮らしていくために、必要な援助・支援を行う地域の総合相談窓口です。保健師や主任ケアマネジャー、社会福祉士等が、区市町村や地域の医療機関、民生・児童委員、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しています。

### 総合相談

介護に関する相談や悩み以外にも、福祉や医療に関することなど、さまざまな相談に応じます。

### 介護予防ケアマネジメント

要支援1・2と認定された方や介護予防・生活支援サービス事業対象者、支援や介護が必要となるおそれの高い方が自立して生活できるよう、介護予防の支援をします。

### 権利擁護

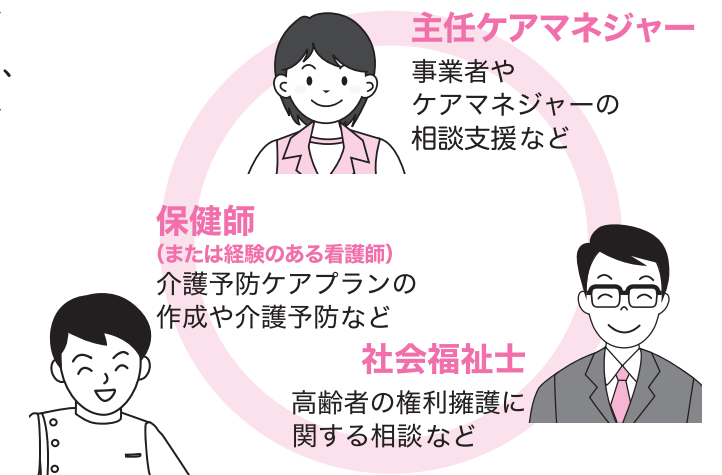
みなさんが安心して暮らせるように、みなさんの持つさまざまな権利を守ります。虐待の早期発見や成年後見人制度の紹介、消費者被害などに対応します。

### 包括的・継続的ケアマネジメント

暮らしやすい地域にするため、さまざまな機関とのネットワークをつくり調整します。また、ケアマネジャーの支援も行います。

## どんなスタッフがいるの？

地域包括支援センターでは、保健師や主任ケアマネジャー、社会福祉士等が中心となり、お互いに連携をとりながら、総合的に高齢者を支えます。



開設時間 月～土 : 午前9時～午後5時 (祝日、12/29～1/3を除く)

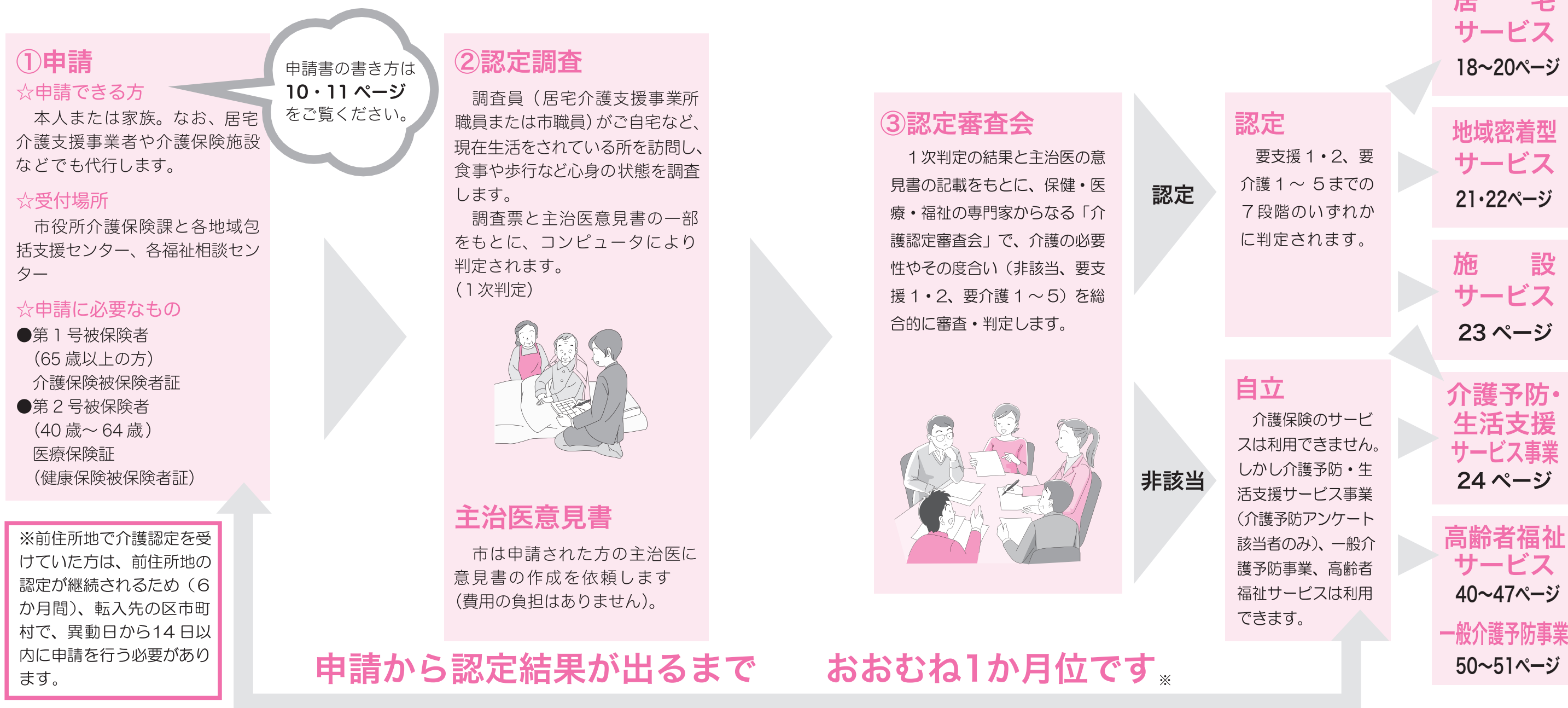


# 3 介護保険・申請から認定までの流れ

介護保険のサービスを利用するには、まず申請をし、介護や支援が必要かどうかの認定（要介護・要支援認定）を受けることが必要です。

下記は、申請から認定までの流れになります。サービスを利用するには、この流れを経て、居宅サービスを利用する方は**13ページ**、施設サービスを利用する方は**15ページ**の手続きを行ってください。

なお、非該当となった方でも介護保険に代わるサービス（介護予防・生活支援サービス事業、一般介護予防事業、高齢者福祉サービス）をご利用できますので、**40ページ以降**をご覧ください。





# 4 介護保険・申請書の書き方について

記入例		介護保険 要介護・要支援認定 申請書		要介護認定申請書R6.4.1		
(あて先) 立川市長 次のとおり申請します。		〔 新規 〕 ・ 更新 ・ 変更 (いずれかに○)		申請日 令和 6 年 10 月 1 日		
認定を受けようとする方(被保険者)	フリガナ 氏 名	タチカワ ハナコ 立川 花子	介護保険 被保険者番号	0000123123	生年月日	明・大・昭 15 年 1 月 1 日(84歳)
	個人番号 ※記入しなくても受け付けます		性 別	男 ・ 女		
	住 所 ※住民登録地	立川市泉町〇〇-〇 電話番号 042 ( 523 ) 2111				
	現在の生活場所 ※住民登録地にお住まいでない方 ※入院・入所(通所・短期利用は除く)されている方	現在お住まいの住所 立川市錦町●-●-● 病院・施設所在地 病院名 〇〇病院 病棟名 A病棟 施設名 〇〇病院 電話番号 042 ( △△△ ) ▲▲▲ 入院(所) R6 年 6 月 2 日(頃)から 退院(所) 予定 月 日頃まで / □無 / <input checked="" type="checkbox"/> 未定				
	医療保険	<input checked="" type="checkbox"/> 後期高齢者医療広域連合 <input type="checkbox"/> 国民健康保険 <input type="checkbox"/> 生活保護 <input type="checkbox"/> その他→〔医療保険者名称〕 〔保険者番号〕 〔記号〕 〔番号〕 〔枝番〕				
	現在の要介護認定 ※更新・変更申請の方のみ	要介護・要支援状態区分 要支援 □1 □2 /要介護 □1 □2 □3 □4 □5 /□事業対象者 有効期間 令和 年 月 日 ~ 令和 年 月 日				
	現在、介護保険サービスを	<input type="checkbox"/> 利用している <input checked="" type="checkbox"/> 利用していない ↓申請理由を記入				
申請理由 ※更新申請でサービス利用中の方のみ記入不要	◆治療中の病気、身体の状態、日常生活で困っていること、希望する介護サービスなど◆ 右大腿骨骨折により入院中。退院して自宅へ戻るのに備えて、住宅改修、車椅子のレンタルなどをするため。					

記入された医療機関に、立川市から意見書の作成を依頼します。あらかじめ先生に「意見書の記載をお願いします」とお伝えください。

主治医	医療機関名	〇〇病院	診療科	整形外科	医師氏名	砂川 太郎
	所在地	〒190-0022 立川市錦町●-●-●				
	<input checked="" type="checkbox"/> 入院中 <input type="checkbox"/> 施設入所中(施設医)	電話番号		042 ( △△△ ) ▲▲▲		
	<input type="checkbox"/> 定期通院・往診 →	最終受診日	年 月 日	次回受診(予定)日	月 日	

第2号被保険者(40歳から64歳の医療保険加入者)のみ記入し、医療保険証のコピーを添付してください。

2号	特定疾病名	
----	-------	--

この申請書を提出される方が被保険者ご本人以外の場合はご記入ください。

申請書提出者	提出者氏名	立川 太郎	ご本人との関係	長男
	提出者住所	〒 同上	電話番号	□□□ ( ■■■ ) □□□
	提出代行者名称 ※事業者が提出する場合	該当に○(地域包括支援センター・居宅介護支援事業所・指定介護老人福祉施設・介護老人保健施設・指定介護療養型医療施設)		

認定調査に関する希望	調査にご家族などの同席を希望しますか?	<input type="checkbox"/> する / <input type="checkbox"/> しない	調査は平日昼間に行います
	同席される方のご連絡先 ※調査日程の調整をします	調査に関する希望 ※調査員に伝えておきたい事、配慮してほしい事 ※都合の悪い日	
	フリガナ 氏 名	タチカワ タロウ 立川 太郎	ご本人との関係 (長男)
電話番号	□□□ ( ■■■ ) □□□ 自宅 ・ (携帯) ・ 勤務先		

署名 (下記に同意します)	本人氏名	立川 花子	代筆者氏名	立川 太郎	ご本人との関係 (長男)
	<input type="checkbox"/> 下記に同意しないので署名しません		受付印(介護保険課)	受付印	

介護(介護予防)サービス計画の作成等、介護保険事業の適切な運営のため又は緊急対応が必要と認められる場合において、要支援・要介護認定に係る調査内容、介護認定審査会による判定結果・意見及び主治医意見書及び申請者以外の家族の連絡先もしくは契約している居宅サービス事業者を、居宅介護支援事業者・地域包括支援センター・居宅サービス事業者・介護保険施設の関係人、主治医意見書を記載した医師又は認定調査に従事した調査員に提示等すること、また、高齢者の障害者控除対象者認定にあたり要介護認定情報を調査することに同意します。

## 申請書の書き方

### 介護保険被保険者番号

・『介護保険被保険者証』(青い保険証)の表紙に記載されている10ケタの番号を記入。

### 個人番号

・個人番号の記入がなくても申請書は受付できます。

### 現在の生活場所

・①現在病院に入院している方、②施設に入所中の方、③住民登録地と異なる住所地にお住まいの方は、現在いらっしゃる場所の連絡先を記入。  
・入院(所)日・退院(所)の予定も記入。  
※デイサービスやショートステイなどでの通所、短期での施設利用の場合は、記入不要。

### 医療保険

・加入している医療保険に✓のチェック。  
・「その他」に✓のチェックをした場合は、『医療保険証(=健康保険証)』の情報を記入。

### 現在の要介護認定

・『介護保険被保険者証』の2ページに記載されている「要介護状態区分」「認定の有効期間」を記入。  
・現在、介護保険サービスを利用しているかどうか✓のチェック。

### 申請理由

・申請理由を具体的に記入。  
・変更申請の方は、状態悪化や状態改善等の内容を詳しく記入。  
(記載例)認知症が進行し、トイレの後始末など介護の手間が増えているため。  
(記載例)腰椎の骨折が治癒し、状態が改善したため。

### 主治医

・主治医が複数いる場合は、介護を必要とするに至った病気について、日頃から診察している医師を記入。  
・入院中の場合は、入院先の主治医を記入。  
・定期通院・往診の場合は、最終受診日・次回受診(予定)日を記入。

### 第2号被保険者

・40~64歳の医療保険に加入している方は、介護保険法で定められた特定疾病名を記入。  
※65歳以上の方は医療保険証コピーの提出は必要ありません。

### 申請書提出者

・ご家族などご本人以外の方が、立川市役所介護保険課、地域包括支援センター、福祉相談センターに提出、もしくは郵送提出する場合に記入。

### 認定調査に関する希望

・ご本人からの聞き取りだけでは生活状況等が十分に把握できない場合には、ご家族の立ち合いをお願いしています。  
・ご家族等が認定調査に同席を希望する場合は「する」に✓のチェック。  
同席を希望しない場合は「しない」に✓のチェック。  
・同席を希望する場合は、同席する方の氏名、本人との関係、平日日中に連絡可能な電話番号、調査に関する希望を記入。

### 署名

・本人氏名欄にご本人の名前を記入。  
・署名いただくことで、「介護サービス提供事業者などに、介護認定の過程で作成した書類を見せたり、写しを渡すこと」に事前に同意できるので、円滑に介護サービスを受けられます。  
・代筆者が記入する場合には、本人氏名欄に加えて代筆者氏名を記入。  
・同意しない場合は下段に✓のチェック。

## 5 認定の有効期間と更新申請について

介護保険では一度認定を受けても、その後心身の状況が変化することが考えられるため、新規認定の有効期間を原則6か月（上限12か月）としており、その後も介護等が必要であり、サービスを利用される場合には、更新申請が必要となります。

市では有効期間満了の60日前頃に、「更新申請のお知らせ」と「更新申請書」をお送りしますので、必要事項を記入の上、市役所介護保険課、地域包括支援センターまたは、福祉相談センターまで提出もしくは郵送してください。

有効期限満了前に申請されれば有効期間は継続しますが、要介護状態区分が変わることなども考えられるため、有効期間満了前に新たな認定を受けておくことが必要です。

認定までには時間がかかりますので、早めに更新申請をしてください。

更新認定の有効期間の上限は48か月です。



## 6 介護保険における不服や苦情などがある場合

### ◎要介護・要支援認定や保険料などに関する不服

要介護・要支援認定の結果や保険料の決定等に不服がある場合には、東京都に設置された「介護保険審査会」に不服申立て（審査請求）をすることができますが、市役所介護保険課に申し出ていただければ、要介護・要支援認定の考え方や認定経過、または保険料の仕組み等についてご説明させていただきます。なお、審査請求をすることのできる期間は、原則として決定通知を受け取った日の翌日から3か月以内となっています。

### ◎サービス内容に関する苦情

サービス内容に関する苦情は、各都道府県ごとに設置されている「国民健康保険団体連合会」（国保連）で受け付けるほか、身近な窓口に申し立てできるよう市役所介護保険課や地域包括支援センター、福祉相談センター、居宅介護支援事業者（ケアプラン作成事業者）でも受け付けます。相談を受けた機関がサービス事業者に苦情内容の確認を行うほか、内容によっては市や都、国保連が指導等にあたります。

## 7 介護保険サービスの利用までの流れ

8・9ページの流れを経て、要介護・要支援の認定を受けた方は、介護保険サービスを利用できます。

居宅サービスや施設サービスなどの利用を希望する方は、次の手順でサービスを利用してください。

### ◎居宅でサービスを受けることを希望する方

認 定	
要支援 1	要介護 1
要支援 2	要介護 2
	要介護 3
	要介護 4
	要介護 5

### ①居宅介護支援事業者・介護予防支援事業者と契約

○要支援1・2の方は、お住まいの担当地域の地域包括支援センター（6ページ参照）または、介護予防支援事業所に連絡、相談し、担当の介護支援専門員（ケアマネジャー）が決まります。

○要介護1～5の方は、居宅介護支援事業所を選び、連絡し、契約を結び、担当のケアマネジャーが決まります。

※「居宅介護・介護予防支援事業所一覧」を認定結果に同封します。

### ②ケアプラン（居宅サービス計画）の作成

○担当のケアマネジャーが、どのようなサービスをどのくらい利用するかについて、利用者や家族の希望を考慮しながら、ケアマネジメントを通し、本人に適したプランを作成します。

※作成費用はかかりません。

### ③介護保険サービスの利用

○サービス事業者と契約し、ケアプランにそって介護保険サービスを利用します。

### ※契約時の注意

契約する前には、利用者の状況にあったサービスなのか、サービス内容や利用料金などを十分に確認しておく必要があります。疑問な点があれば、ケアマネジャーやサービス事業者の説明を求めましょう。

具体的な介護保険サービスの内容については、18～22ページをご覧ください。

福祉用具購入・住宅改修を希望される方は、25～27ページに示す手続きが必要になります。



ケアマネジメントとは

介護保険サービスを利用する本人の要介護状態や生活状況を把握したうえで、本人が望む生活を送れるよう、さまざまな介護保険サービス等を組み合わせてケアプランを作成し、そのプランにそってサービスが提供できるように事業者との調整を行い、実際にサービスが提供された結果を確認するという一連の業務をいいます。

ケアプランを作成しないと、介護保険サービスを利用することができませんので、要介護・要支援認定を受けたら、一般的にケアマネジャーにケアプランの作成を依頼する必要があります。

主な流れは、次のとおりです。

①課題分析（アセスメント）

要介護・要支援認定後、利用者の居宅を訪問し、利用者及びその家族と面接をして、利用者に関する情報を収集し、それを分析して、生活全般の解決すべき課題を明らかにします。

②ケアプラン原案の作成

ケアマネジャーが利用者の希望及び利用者についてのアセスメントの結果に基づき、地域で利用可能なさまざまな社会資源を活用してケアプランの原案を作成します。

③サービス担当者会議

利用者・家族・サービス事業者・主治医からの意見をもとにした、ケアプラン原案に基づいて会議を開催して、総合的な援助方針を決定し、目標を共有化します。

④ケアプランの決定・交付

⑤介護保険サービスの実施

⑥状況把握（モニタリング）

ケアマネジャーは、定期的に利用者の居宅を訪問し、ケアプランにそった介護保険サービスの継続的な提供によって、利用者の状況がどう変化・改善したか、あるいは改善がみられなかったかなどの把握をします。

介護支援専門員（ケアマネジャー）とは

介護を必要とする方が自立した生活を送るために必要となる援助に関する知識と技術をもつ専門職です。介護保険サービスを利用するときの相談やケアプラン作成などの、ケアマネジメントを行います。また、サービス事業者や介護保険施設などとの連絡調整やケアプランの見直しを継続的に行います。

なお、要介護・要支援認定の申請をケアマネジャーに代行してもらうこともできます。



※要介護・要支援認定結果が決定する前に、やむを得ずサービス利用が必要な場合は、暫定のケアプラン作成によりサービスを受けることができます。事前にケアマネジャーや地域包括支援センターなどにご相談ください。

◎施設でサービスを受けることを希望する方

認 定

- 要介護 1
- 要介護 2
- 要介護 3
- 要介護 4
- 要介護 5

「要支援 1・2」と認定された方は、ご利用できません。

①介護保険施設に連絡・申込み

○入所前にサービス内容や利用料について問い合わせや見学をして検討したうえで、施設に直接申し込みます。

②介護保険施設と契約

○入所が決定したら、施設と契約を結びます。

③施設サービス計画の作成

○入所した施設のケアマネジャーが施設サービス計画を作ります。  
※作成費用はかかりません。

④施設サービスの利用

○施設サービス計画にそって介護サービスを利用します。

※契約時の注意

契約する前には、利用者の状況にあったサービスなのか、サービス内容や利用料金などを十分に確認しておくことが必要です。疑問な点があれば、施設に説明を求めましょう。

介 護 保 険 施 設

- ◇介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）  
※「要介護 1・2」と認定された方は、原則入所できません。
- ◇介護老人保健施設（老人保健施設）
- ◇介護医療院

具体的な施設サービスの内容は、23ページをご覧ください。



## 8 介護予防・生活支援サービスの利用までの流れ

介護予防・生活支援サービスを利用するには、要支援1または要支援2の認定を受けるか、「介護予防アンケート（基本チェックリスト）」を実施し、サービスが必要と判断された方（介護予防・生活支援サービス事業対象者）であるかの確認を行います。まずは、日常生活で困っていることや利用したいサービスなどについてご相談ください。

### ①利用相談

加齢や疾病等により自立した生活が難しくなってきたなど、日常生活に支障が出始めた方からご相談を受けます。

#### 相談窓口

- 立川市（高齢福祉課・介護保険課）
- 各地域包括支援センター
- 各福祉相談センター

### ②サービス案内

本人の「困りごと」や「利用したいサービス」などを伺い、

- ① 要介護・要支援認定申請
- ② 介護予防アンケートの実施
- ③ 一般介護予防事業等の利用
- ④ ご参加いただけそうな活動をご案内します。

### ③事業利用決定

要介護・要支援認定申請により要支援1または要支援2の認定を受けた場合と介護予防アンケートにより、介護予防・生活支援サービス事業対象者に該当した場合、「総合事業サービス計画作成依頼（変更）届出書」を作成し、地域包括支援センターへ介護予防ケアマネジメントの依頼をします。

### ④利用サービス決定

ケアマネジャーと本人と一緒にケアプランを作成します。その後、本人が利用を望み、本人の状態にあったサービスの利用手続きを経て、利用開始となります。

介護予防・生活支援サービス事業対象者の支給限度額／1月当たり

5,032 単位（およそ 50,320 円）

※要支援1・2の支給限度額は、28ページ

### 介護予防ケアマネジメント

介護予防・生活支援サービスで行うケアマネジメントは「介護予防ケアマネジメント」といいます。利用者本人がケアマネジャーとともに目標や方法を考え、介護予防の取り組みを生活の中に取り入れて実施できるように作成します。「どのように暮らしたいか」「今できることは何か」「何ができるようになりたいか」などを積極的にケアマネジャーに伝え、自分にとって本当に必要なサービスを利用しましょう。

