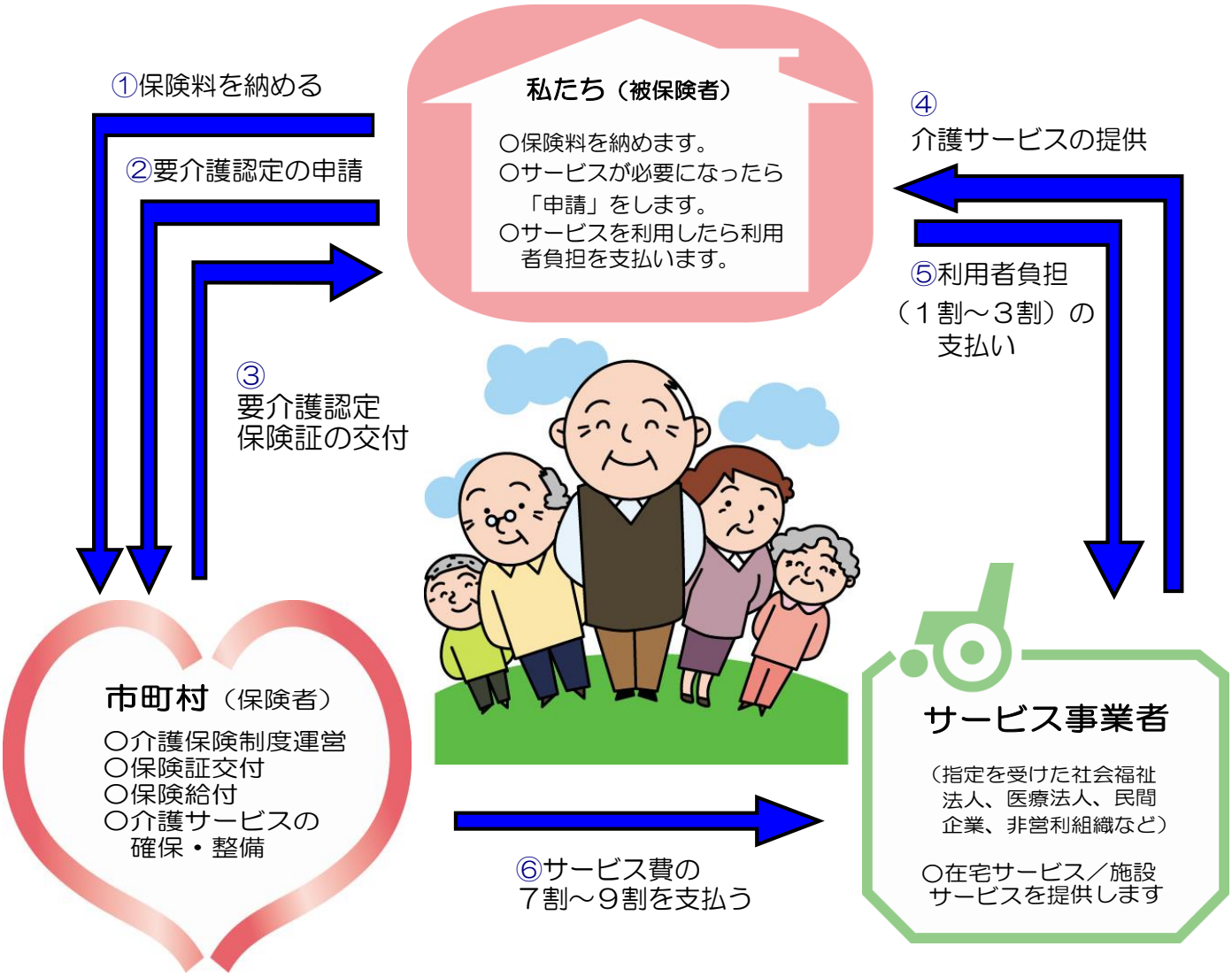
介　護　保　険
サービスガイド

介護サービスを上手に利用しましょう

介護保険は、介護が必要になっても
その人らしい、自立した生活が送れるよう
支援する制度です



浜中町役場 保険課

手続きの流れ

サービスの利用は、まず「申請」から

①申請をします。

○申請の窓口は、浜中町地域包括支援センターです。
申請は、本人のほか家族でもできます。

≪地域包括支援センター≫
0153-62-2194

○そのほか、次のようなところも申請の代行を行っています。
・指定居宅介護事業所（ケアマネージャー）
・介護保険施設（入所者のみ）

②要介護認定が行われます。

○訪問調査
・調査員から、心身の状態について聞き取り調査を受けます。

○主治医の意見書
・浜中町の依頼により、主治医が意見書を作成します。

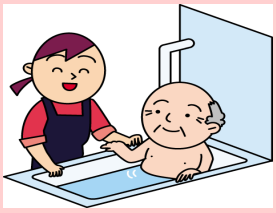
○認定調査
・「コンピュータによる一次判定」や「主治医の意見書」をもとに、どのくらいの介護が必要かなどを、保健・医療・福祉の専門家が審査します。

⑤サービスを利用し、費用の１割を支払います。

（一定所得がある方は２割～３割）

○ケアプランにそって、サービスを利用します。

○サービスを利用したら、かかった費用の１割～３割を支払います。



更新の申請

○認定には有効期間があります。引き続きサービスを利用したいときは、認定の有効期間が過ぎる前に「更新」の手続きをしましょう。

※状態が大きく変化したときはいつでも変更申請ができます

○認定結果に不満がある場合は・・・

通知を受け取った日の翌日から６０日以内に不服申し立てができます。
不満がある場合は、まずは浜中町の介護保険係にご相談ください。

③認定の結果が届きます

○介護が必要な度合い（要介護度）が決まり、月々の利用限度額が決まります。
認定は「要支援１～２」「要介護１～５」のいずれかに分かれます。

認定

要介護度	心身の状態例	利用できるサービス
要支援１	社会的支援を部分的に要する状態	**「新予防給付」**によるサービスが利用できます（施設サービスは利用できません）
要支援２	排泄や食事はほとんど自分でできるが、立ち上がり歩行などに支援が必要。	
要介護１	立ち上がりや歩行が不安定。排泄・入浴などに一部介助が必要。	**「居宅サービス」**または**「施設サービス」**が利用できます。
要介護２	立ち上がりや歩行などが自力ではできないことがある。排泄や入浴などに一部または全体の介助が必要。	
要介護３	立ち上がりや歩行などが自力ではできない。排泄、入浴、衣服の着脱などで全体の介助が必要。	
要介護４	排泄、入浴、衣服の着脱など日常生活に全面的介助が必要。	
要介護５	意志の伝達が困難。生活全般について、全面的介助が必要。	
非該当（自立）	支援や介護が必要とは認められない。	介護保険のサービスは利用できませんが浜中町の保健福祉サービス・地域支援事業を利用できます。

④ケアプランを作り事業者と契約します

居宅サービス

○ケアマネージャーと相談しながら、どんなサービスを利用するか選びます。

○ケアプラン（介護サービス計画）を作り、サービス事業者と契約を結びます。

※ケアプランの作成については利用者の負担はありません

施設入所を希望する方は、施設に直接申し込みます。

浜中町では、介護予防や健康づくりのための事業を実施しています！

一般の高齢者が対象

健康づくり教室などを通して、いつまでも健康でいられるようアドバイスをします。

●各地区での健康教室・健康相談

●ハツラツ倶楽部わっはっは

●介護予防教室ほのぼのくらぶ（要相談）

◎相談により、保健師・栄養士・歯科衛生士の訪問も行っています。

利用者の負担

原則として費用の１割を負担します

ケアプランにもとづいてサービスを利用した場合、サービス事業者に支払うのは、原則としてかかった費用の１割です。
（一定以上の所得がある方は２割または３割です）

在宅サービスの費用

介護保険で利用できる額には上限があります。

◆主な在宅サービスの支給限度額

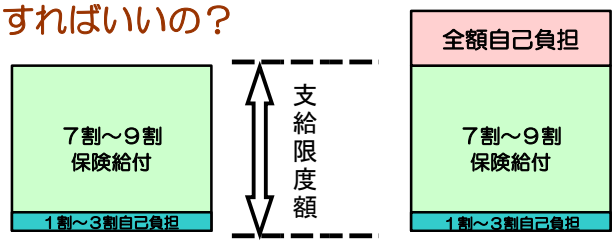
要介護度	利用限度額（１ヵ月）
要支援１	5万 320円
要支援２	10万5,310円
要介護１	16万7,650円
要介護２	19万7,050円
要介護３	27万0,480円
要介護４	30万9,380円
要介護５	36万2,170円

※左記の利用限度額で利用できる、「居宅サービス」

- 訪問介護（ホームヘルパー）
- 訪問看護
- 通所介護（デイサービス）
- 短期入所生活介護（ショートステイ）
- 福祉用具貸与
- 訪問入浴
- 通所リハビリ（デイケア）

利用限度額を超えてしまったらどうすればいいの？

上限を超えてサービスを利用した場合、超えた分の全額を利用者に負担していただきます。
※超えた分は高額介護サービス費の対象にはなりません。



施設サービスの費用

介護保険施設に入所した場合は、下記の費用がかかります

①サービス費用の１割～３割

＋

②食費

＋

③居住費

＋

④日常生活費

●低所得の人は食費と居住費が軽減されます

低所得の人の施設利用が困難とならないように、申請により食費と居住費の一定額以上は保険給付されます。

◆食費・居住費（滞在費）の負担限度額（１日あたり）

利用者負担段階		居住費等の負担限度額（※1）（※3）				食費の負担限度額	
		ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	施設サービス	短期入所サービス
第1段階	世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金受給者の方・生活保護を受給されている方	820円【880円】	490円【550円】	490円（320円）【550円（380円）】	0円	300円	300円
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額と非課税年金収入額の合計額が80万円以下の方	820円【880円】	490円【550円】	490円（420円）【550円（480円）】	370円【430円】	390円	600円
第3段階①	世帯全員が住民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額と非課税年金収入額の合計額が80万円超120万円以下の方	1,310円【1,370円】	1,310円【1,370円】	1,310円（820円）【1,370円（880円）】	370円【430円】	650円	1,000円
第3段階②	世帯全員が住民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額と非課税年金収入額の合計額が120万円を超える方	1,310円【1,370円】	1,310円【1,370円】	1,310円（820円）【1,370円（880円）】	370円【430円】	1,360円	1,300円
第4段階	住民税課税世帯の方（※2）	2,006円【2,066円】	1,668円【1,728円】	1,668円（1,171円）【1,728円（1,231円）】	377円（855円）【915円】	1,445円	1,445円

※1　介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合は、（　）内の金額です。
※2　第4段階の負担額は標準的な費用額です。具体的な費用は施設の基準によります。
※3　令和6年8月から居住費等が変更になり、【　】内の金額になります。

利用者負担が高額になったとき

同じ月に利用したサービスの利用者負担の合計（同じ世帯内に複数の利用者がいる場合には世帯合算）が、右表の上限額を超えたときは、申請により超えた分が「高額介護サービス費等」として後から支給されます。

利用者負担段階区分		上限額（月額）
現役並み所得者	課税所得が690万円以上	世帯 14万　100円
	課税所得が380万円～690万円未満	世帯 9万3，000円
	課税所得が145万円～380万円未満	世帯 4万4，400円
一般（住民税課税世帯で現役並み以外）		世帯 4万4，400円
世帯全員が住民税非課税の方		世帯 2万4，600円
	世帯全員が住民税非課税の方のうち ・老齢福祉年金受給者の方 ・公的年金収入額とその他の合計所得金額の合計が80万円以下の方	個人 1万5，000円 世帯 2万4，600円
生活保護を受給されている方		個人 1万5，000円 世帯 1万5，000円

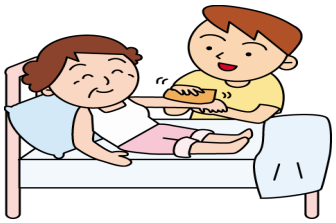
※町介護保険係に「高額介護サービス費等支給申請書」を提出してください。
※支給限度額を超えた利用者負担分などは対象になりません。

○介護保険と医療保険の１年間の利用者負担が高額になったとき

介護保険と医療保険の負担額が（介護保険は「高額介護サービス費」、医療保険は「高額療養費」）を適用したあとの利用者負担額が、年間（８月～翌年７月）で合算して負担限度額を超えた場合は、申請により超えた分があとから支給されます。

介護保険のサービス　こんなときに、こんな介護サービスを

介護保険サービスにはいろいろなサービスがあります。
なるべく自立した生活が続けられるように、また、介護する人の負担をできるだけ軽くするため必要なときに必要なサービスを利用しましょう。



自宅で介護や療養の手助けが欲しい	●訪問介護　●訪問看護
外に出て介護やリハビリを受けたりみんなと交流したいが、介護予防教室に参加することが難しい	●通所介護　●通所リハビリテーション
家族の介護の手を休ませたい	●通所介護　●通所リハビリテーション ●短期入所生活介護
家庭での介護環境を整えたい	●福祉用具貸与　●福祉用具購入
介護保険が適応される施設へ入所したい	●介護老人福祉施設 ●介護老人保健施設 ●認知症対応型共同生活介護

介護保険で利用できるサービス

在宅サービス

★下表の「自己負担のめやす」は、自己負担が１割の場合の額を示しています。

●訪問を受けて利用する

訪問介護（ホームヘルプ）

要介護１～５の人

ホームヘルパーに居宅を訪問してもらい、食事・入浴・排せつなどの身体介護や、調理・洗濯などの生活援助が受けられます。

◆自己負担のめやす

◎身体介護	
（３０分未満）	317円
（３０分以上１時間未満の場合）	501円
（１時間以上１時間３０分未満）	732円
◎生活援助	
（３０分以上４５分未満）	233円
（４５分以上）	285円
◎初回加算	219円

要支援１・２の人

利用者が自立した生活ができるよう、ホームヘルパーに居宅を訪問してもらい、食事・入浴・排せつなどの支援を受けられます。

◆自己負担のめやす（月単位の定額）

◎週１回程度の利用（１ヶ月）	要支援１・２／　1，485円
◎週２回程度の利用（１ヶ月）	要支援１・２／　2，967円
◎週３回程度の（1ヶ月）	要支援２のみ／　4，707円
◎初回加算	219円

※身体介護・生活援助の区分はありません。

ご注意ください！

以下のサービスは介護保険の対象にはなりません。

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　・家具の移動や修繕・模様替え
・預金の引き出し・預け入れ　・草むしり　など

訪　問　看　護

医師の指示にもとづいて、疾病等を抱えている人が、看護師などに訪問してもらい療養上の世話や診療の補助が受けられます。

◆自己負担のめやす

（３０分未満）	548円
（３０分以上１時間未満の場合）	951円
（１時間以上１時間３０分未満）	1，301円
初回加算	300円

医師の指示にもとづいて、疾病等を抱えている人が、看護師などに居宅を訪問してもらい、介護予防を目的とした療養上の世話や診療の補助が受けられます。

◆自己負担のめやす

（３０分未満）	525円
（３０分以上１時間未満の場合）	918円
（１時間以上１時間３０分未満）	1，257円
初回加算	300円

訪問リハビリテーション

医師の指示にもとづいて、理学療法士や作業療法士などに訪問してもらい、居宅での生活機能の維持向上のためのリハビリテーションが受けられます。

◆自己負担のめやす（１時間）

974円

※このほかに通所リハマネジメント加算２３０円（１ヶ月）がかかります。

医師の指示にもとづいて、理学療法士や作業療法士などに訪問してもらい、居宅での生活機能の維持向上のためのリハビリテーションが受けられます。

◆自己負担のめやす（１時間）

940円

※このほかに予防リハマネジメント加算２３０円（１ヶ月）がかかります。

●通所して利用する

要介護１～５の人	要支援１・２の人

通所介護（デイサービス）

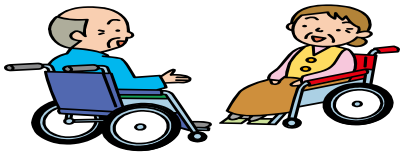
通所介護施設で、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、機能訓練などの日帰りで受けられます。

◆自己負担のめやす（１回）

要介護１	／	１，１７１円
要介護２	／	１，２８１円
要介護３	／	１，３９１円
要介護４	／	１，５０１円
要介護５	／	１，５１１円

※入浴40円 ＋ 食費500円含みます。

通所介護施設で、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、機能訓練などが日帰りで受けられます。



◆自己負担のめやす（月単位の定額）

要支援１（週１回めやす）	１，８７０円
要支援２（週２回めやす）	３，８２９円

※１回あたり別途入浴500円・食費500円かかります。

通所リハビリテーション

医療施設などで、生活行為向上のためのリハビリテーションが日帰りで受けられます。

◆自己負担のめやす（１回）

要介護１	／	498円
要介護２	／	579円
要介護３	／	659円
要介護４	／	761円
要介護５	／	862円

※このほかに通所リハマネジメント加算560円（１ヶ月）がかかります。

医療施設などで、リハビリテーションが日帰りで受けられます。

◆自己負担のめやす（月単位の定額）

要支援１（週１回めやす）	２，３６９円
要支援２（週２回めやす）	４，５０１円

●居宅での暮らしを支える

要介護１～５の人	要支援１・２の人

福祉用具貸与

日常生活の自立を助けるための福祉用具の貸与が受けられます。

福祉用具のうち、介護予防に役立つものについて貸与が受けられます。

●車いす　●車いす付属品　●特殊寝台　●特殊寝台付属品　●特殊尿器
●床ずれ防止用具　●体位変換器　●手すり(工事を伴わないもの)　●歩行器
●スロープ(工事を伴わないもの)　●徘徊感知機器　●移動用リフト(つり具を除く)
※要支援１・２及び要介護１の人は、車いす(付属品含む)、特殊寝台(付属品含む)、床ずれ防止用具、体位変換器、徘徊感知機器、移動用リフトは原則として保険給

◆サービス費用について

実際に貸与した費用に応じて異なります。

◆サービス費用について

実際に貸与した費用に応じて異なります。

福祉用具購入

入浴や排せつなどに使用する福祉用具を購入したとき、購入費が支給されます。
※申請が必要です。

入浴や排せつなどに使用する福祉用具のうち介護予防に役立つ用具を購入したとき、購入費が支給されます。
※申請が必要です。

●腰かけ便座　●入浴補助用具　●特殊尿器　●簡易浴槽
●移動用リフトのつり具

◆サービス費用について

同年度で１０万円を上限に、１割負担の場合は費用の９割が支給されます。

※支給は、自宅療養中に限ります。

◆サービス費用について

同年度で１０万円を上限に、１割負担の場合は費用の９割が支給されます。

※支給は、自宅療養中に限ります。

住宅改修

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、住宅改修費が支給されます。
※事前に申請が必要です。

介護予防に役立つ、手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、住宅改修費が支給されます。
※事前に申請が必要です。

●滑りの防止・移動の円滑化などのための床または通路面の材料の変更
●手すりの取り付け　●段差の解消　●引き戸などへの扉の取り替え
※上記の改修に伴って必要となる改修も対象となります。

◆サービス費用について

２０万円を上限に、１割負担の場合は費用の９割が支給されます。

※支給は、自宅療養中に限ります。

◆サービス費用について

２０万円を上限に、１割負担の場合は費用の９割が支給されます。

※支給は、自宅療養中に限ります。

●短期間入所する

要介護１～５の人	要支援１・２の人

短期入所（ショートステイ）

要介護１～５の人

介護老人福祉施設などに短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

◆自己負担のめやす（１日）

◎介護老人福祉施設

	多床室
要介護１	654円
要介護２	728円
要介護３	804円
要介護４	877円
要介護５	950円

※送迎を利用する場合は片道184円加算します。
※食事代は１食あたり500円かかります。
※個室の場合は別途加算があります。
※居住費は１日あたり855円かかります。
※オムツ代は金額に含まれています。

例）要介護２で２泊３日（送迎利用）の場合
2,552円 ＋ 食事代(500円×7食)3,500円 ＋
居住費(855円×３日)2,565円 ＝ 合計8,617円

要支援１・２の人

介護老人福祉施設などに短期間入所して、介護予防を目的とした日常生活の支援や機能訓練が必要です。

◆自己負担のめやす（１日）

	多床室
要支援１	504円
要支援２	622円

※送迎を利用する場合は、片道184円加算します。
※食事代は１食あたり500円かかります。
※個室利用の場合は別途が加算あります。
※居住費は１日あたり855円かかります。
※オムツ代は金額に含まれています。

●在宅に近い暮らしをする

要介護１～５の人	要支援１・２の人

特定施設入所者介護（有料老人ホーム・ケアハウス）

要介護１～５の人

有料老人ホームなどに入居している人が、日常生活上の世話や機能訓練が受けられます。

◆自己負担のめやす（月額）

	多床室
要介護１	16，920円
要介護２	18，960円
要介護３	21，150円
要介護４	23，190円
要介護５	25，320円

※このほかに居室費・食事代・提供するサービスの料金がかかります。

要支援１・２の人

有料老人ホームなどに入居している人が、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

◆自己負担のめやす（月額）

	多床室
要支援１	5，460円
要支援２	9，330円

※このほかに居室費・食事代・提供するサービスの料金がかかります。

施設サービス

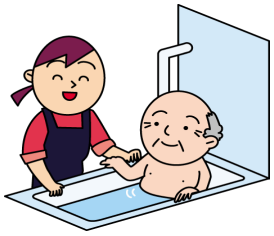
介護保険施設に入所した場合は、サービス費用の１割～３割（下表は１割負担の額を示しています）・食費・居住費・日常生活費が利用者の負担になります。
※非課税世帯では、食費・居住費の負担減額の対象になることもあります。

要介護１～５の人

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）ハイツ野いちご

≪電話 65-3100≫

常時介護が必要で居宅での生活が困難な人が入所して、日常生活上の支援や介護が受けられます。



◆自己負担のめやす（月額）

	多床室
要介護１	21，312円
要介護２	23，576円
要介護３	25，941円
要介護４	28，205円
要介護５	30，436円

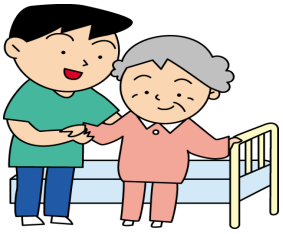
※食費　　1,500円／日
　多床室　　840円／日
※個室は別途料金がかかります。

※原則要介護３以上の方が対象になります。
例）要介護４の場合
月額利用料金28,205円 ＋
食費45,000円 ＋ 居住費25,200円 ＝
合計98,405円

※下記別途費用が含まれています。
- 日常生活継続支援加算１　1,080円
- 看護体制加算　570円
- 個別機能訓練加算　360円
- 介護職員処遇改善加算　所定費用に11％を乗じた額

介護老人保健施設（老人保健施設）

状態が安定している人が在宅復帰できるよう、リハビリテーションや介護が受けられます。



◆自己負担のめやす（月額）

	多床室
要介護１	29，256円
要介護２	30，782円
要介護３	32，754円
要介護４	34，376円
要介護５	36，093円

※食費　　1,430円／日
　多床室　　840円／日
※個室は別途料金がかかります。

例）要介護３の場合
月額利用料金32,754円 ＋
食費42,900円 ＋ 居住費25,200円 ＝
合計100,854円

※下記別途費用が含まれています。
- 夜勤職員配置加算　720円
- 認知症ケア加算　2,280円
- 栄養マネジメント加算　330円
- サービス提供体制加算　660円
- 介護職員処遇改善加算　所定費用に6％を乗じた額

介護医療院

長期の療養を必要とする人のための施設で、医療・看護・介護・リハビリテーションなどが受けられます。

◆自己負担のめやす（月額）

	多床室
要介護１	24，750円
要介護２	28，020円
要介護３	35，130円
要介護４	38，130円
要介護５	40，860円

※食費　　1,380円／日
　多床室　　840円／日

例）要介護４の場合
月額利用料金38,130円 ＋
食費42,900円 ＋ 居住費25,200円 ＝
合計106,230円

地域密着型サービス（原則として他の市町村のサービスは利用できません）

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）なごみ浜中

要介護１～５の人

認知症の人が共同生活する住居で、食事・入浴などの介護が受けられます。

◆自己負担額のめやす（１月につき）

	個室
要介護１	25，464円
要介護２	26，664円
要介護３	27，431円
要介護４	27，997円
要介護５	28，597円

※下記別途費用が含まれています。

・介護職員処遇改善加算　所定費用に11.1%を乗じた額

例）要介護２の場合（４月）
月額利用料金26,664円 ＋ 食費48,500円 ＋ 居住費31,000円 ＋ 水道高熱費14,900円 ＋ 暖房費11,740円 ＝ 合計132,804円

※入所月のみ、別途初期加算900円がかかります。

要支援１・２の人

認知症の人が共同生活する住居で、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

※要支援１の人は利用できません。

◆自己負担額のめやす（１月につき）

	個室
要支援２	25，308円

※下記別途費用が含まれています。

・介護職員処遇改善加算　所定費用に11.1%を乗じた額

※入所月のみ、別途初期加算900円がかかります。

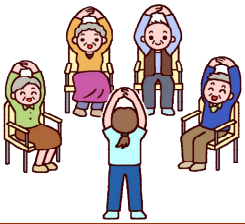
■グループホームなごみ浜中に入所した場合は、上記のほかに居住費・食材費など以下の料金がかかります。

●食材料費：48,500円(30日)　●居住費：31,000円　●水道光熱費：　14,900円
●暖房費（10月～4月）　：11,740円
（5月～6月.9月）：4,000円

介護保険以外の保健福祉サービス

問い合わせ先	健康福祉課　社会福祉係　TEL62-2305 保険課　地域包括支援係　TEL62-2194

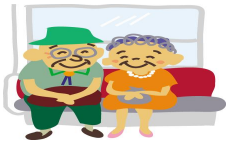
事業名	事業内容	
寝たきり高齢者等 紙おむつ購入助成事業	身体の障がいおよび疾病等で、日常的に紙おむつ等を使用している方の介護者に対して購入費の一部を助成します。	
ねたきり老人 日常生活用具貸付事業	身体の障がいおよび疾病等で、一時的に電動ベッドや車いすを必要とする方に貸し付けします。	
高齢者用T字型 ステッキ給付事業	６５歳以上で、歩行の補助が必要な方にT字型杖を支給します。	
認知症高齢者 介護手当支給事業	在宅の認知症をもつ高齢者を介護している方に対して、労をねぎらうため手当を支給します。	
在宅重度障害者等 福祉介護手当支給事業	在宅の重度障がい者や寝たきり高齢者を介護している方に対して、労をねぎらうため手当を支給します。	
福祉灯油購入助成事業	高齢者世帯、障がい者世帯、ひとり親世帯、生活保護世帯に対して、冬期間の暖房費の一部を助成します。	
緊急通報システム事業	高齢者や障がい者に対して、緊急時の連絡、援助体制がとれるよう、装置の貸付をします。	
自立生活支援事業	自立生活支援 サービス事業	高齢者や障がい者の、居宅の整理整頓、買い物、安否確認などを行います。
	外出支援 サービス事業	高齢者や障がい者を、居宅から医療機関などへ町内送迎を行います。
	短期宿泊事業	一時的に在宅で介護を受けることが困難となった方に、特別養護老人ホームで宿泊サービスを提供します。
	布団乾燥殺菌消毒 サービス事業	布団干しなどが困難な方に対して、寝具の丸洗いを行います。
	除雪サービス事業	除排雪が困難な世帯に対して、日常生活安全確保のための除雪を行います。
配食サービス事業	高齢者・障がいのある方への食事配送及び安否確認を行います。 ○対象：概ね65歳以上のひとり暮らし高齢者または高齢者夫婦世帯・障がいを有する方 ○内容：平日の14時～16時の間に弁当を配達 ○料金：１食500円	
SOSネットワーク 事業	町・警察・自治会等が協力し、徘徊等による所在不明高齢者を速やかに発見・保護するネットワークです。 ○対象：徘徊等の恐れのある高齢者 ○内容：事前に登録し、行方不明になった場合は早期に捜索	
高齢者見守り ステッカー交付事業	浜中町に居住する、外出先から自力で自宅に戻ることが難しい高齢者の方に、個人番号を特定する「番号をつけた反射ステッカー」を配布します。 ○対象：徘徊等の恐れのある高齢者 ○内容：番号入りステッカー20枚配付	



事業名	事業内容
見守り訪問事業	地域包括支援センター職員が定期的に状況確認をし、在宅生活が継続できるよう支援しています。 ○対象： 65歳以上のひとり暮らし高齢者または高齢者夫婦世帯 （※家族と同居の方は要相談） ○内容： 1～3ヶ月に1度の訪問・電話で状況確認
福祉用具貸出し事業	地域包括支援センターの備品を購入前の試用として、一時的に貸与します。 ○対象： 貸与を必要とする65歳以上の高齢者 ○内容： バスグリップ・シャワーチェア・ポータブルトイレ・置き型手すり・スロープ等 ※長期使用の場合は、要相談
認知症サポーター養成講座	認知症の方や家族が安心して生活できるよう、認知症に関する正しい知識を持ち、認知症の方・家族を支援する認知症サポーターを養成しています。 ○対象： 認知症に関心のある方・自治会や職場等のグループ ○内容： 認知症の基礎知識・認知症の方への接し方等についての1回90分の講座 ※小中学生・高校生等を対象とした認知症キッズサポーター養成講座もあります。
ハツラツ倶楽部 わっはっは	楽しみながら運動習慣を身につけ、人とのふれあいを通して心身の健康を保てるよう、転倒や疾病に起因した介護予防の活動を行います。 ○対象： どなたでも可 ○内容： 脳トレ・体操・ふまねっと・保健師や栄養士の講話・レクリエーション等
姉別ふまねっと教室 ふらっと	月1回第三木曜日に、楽しく体力づくりができるサロンを開催しています。 ○対象： 60歳以上の方 ○内容： いきいき100歳体操・ふまねっと ※各地区で「ふまねっと教室」を開催したい場合は、ぜひご相談ください。
ほのぼのくらぶ	要介護状態にならないよう、外出の機会を作り、運動機能向上・栄養改善・口腔機能向上・閉じこもりやうつ等を予防する活動を行います。 ○対象： 要支援者・特定高齢者（定員15名、要相談） ○内容： 体操・ふまねっと・制作・調理実習等
健康教室	介護予防に役立つ基本的な知識の普及・啓発を行います。 ○対象： 老人クラブ等のグループ ○内容： 健康や介護・福祉に関する講座
JAはまなか デイサロン	外出の機会を提供し、会話を楽しみながら和やかに過ごせる集いの場です。 ○対象： どなたでも可 ○内容： 水曜日【10時～15時】自由に過ごす・看護師による血圧測定・健康相談等 ○料金： 1,500円（送迎・食事込）
おうちDE脳トレ	自宅に居ながら、楽しくフレイル予防ができるよう、月1回脳トレのプリントを送付します。 ○対象： 60歳以上の方 ○内容： 漢字・計算・間違い探し・ぬりえ・健康・体操・食事に関するプリント

こんなときは？

<table>
<tr><th>事業名</th><th>事業内容</th></tr>
<tr><td>介護タクシー
［おはなさん］
厚岸町</td><td>救急車を呼ぶまでではないが、家族だけでは病院に連れて行くのが大変・・・
◎居宅から医療機関等へ移動する手段として、利用することができます。
（車イスのまま乗降も可能）料金等は、直接お問い合わせください。
○内容： 転院や退院時、又は車イスでの定期通院時等の送迎
☎ 0153-53-2200（事前予約必要）</td></tr>
<tr><td>あんしん
ハローライトプラン
［ヤマト運輸］</td><td>ひとり暮らしが不安、離れて暮らすご両親のことが心配。でも毎日電話や訪問するのは大変・・・
◎通信機能の付いた電球で、24時間計測し見守りをします。点灯・消灯がない場合、ご家族へメールでお知らせします。
○料金： 月額1,078円（税込）
☎ 0120-545425</td></tr>
<tr><td>訪問理容・美容
サービス</td><td>理容店・美容店まで行くことが困難。自宅に居ながら、散髪をしてもらえたらいいのに・・・
◎ご自宅へ訪問し、散髪等を行います。詳細・予約等は、各店舗へ直接お問い合わせください。
<table>
<tr><th>店舗名</th><th>住所</th><th>電話番号</th><th>営業日</th><th>料金の目安</th></tr>
<tr><td rowspan="2">カットサロン
カイドー</td><td>霧多布</td><td>62-3838
090-1383-5123</td><td>要相談</td><td>散髪　3,000円～</td></tr>
<tr><td colspan="4">【対象地域】
湯沸・霧多布・暮帰別・新川・琵琶瀬・榊町・浜中市街
（要相談：散布・熊牛・奔幌戸・貰人）</td></tr>
<tr><td rowspan="2">ヘアーサロン
カンノ</td><td>霧多布</td><td>62-2403</td><td>午前 8時30分
～
午後 5時30分</td><td>調髪　3,500円～
中学生　2,500円
小学生　2,000円
（＋消費税）</td></tr>
<tr><td colspan="4">【対象地域】　※要利用歴
湯沸・霧多布・暮帰別・新川・琵琶瀬・散布・榊町・浜中市街・奔幌戸・貰人・姉別</td></tr>
<tr><td rowspan="2">理容
キングサクライ</td><td>霧多布</td><td>62-2845</td><td>日曜日の
午前中</td><td>散髪・髭剃り可
3,500円～</td></tr>
<tr><td colspan="4">【対象地域】
浜中町内</td></tr>
<tr><td rowspan="2">五十嵐美容室</td><td>茶内栄</td><td>65-2020</td><td>木・金・土
午後２時～</td><td>カット　2,500円
パーマ　6,500円</td></tr>
<tr><td colspan="4">【対象地域】
浜中町内</td></tr>
</table></td></tr>
<tr><td>浜中町安心すまいる
促進事業
［役場 建設課建築係］</td><td>生活がしやすいように住宅をリフォームしたい・・・
◎リフォームをする場合、改修費の１割を金券で助成します。
○対象： 浜中町に住宅を所有し、居住している方
※町内の建設業者と請負契約を締結した方
○内容： 10万円以上の改修費の１割を金券で助成（上限20万円）
※詳細は、直接お問い合わせください。 ☎ 62-2343（直通）</td></tr>
</table>



６５歳以上の方の介護保険料

保険料は所得によって分かれます

●65歳以上の方の保険料は、市町村の介護サービス量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。

●町の令和6～８年度の「基準額」は下記のとおり決まりました。

浜中町の基準額　　62,400円（年額）

●「基準額」は所得段階の「第9段階」の額にあたります。

●その「基準額」をもとに、所得によって１～13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(月額)	保険料(年額)
第１段階の方	●生活保護受給者の方 ●老齢福祉年金受給者※１で、世帯全員が市町村民税非課税の方 ●世帯全員が市町村民税非課税の方で、前年の合計所得金額※２と年金収入の合計が80万円以下の方。	1,482円	17,700円
第２段階の方	世帯全員が市町村民税非課税で、前年の課税年金収入と合計所得金額の合計が８０万円を超え、120万円以下の方。	2,522円	30,200円
第３段階の方	世帯全員が市町村民税非課税で、前年の課税年金収入と合計所得金額の合計が120万円を超える方。	3,562円	42,700円
第４段階の方	世帯内に課税者がおり、本人は市町村民税非課税で前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方。	4,680円	56,100円
第５段階の方	世帯内に課税者がおり、本人は市町村民税非課税で前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超える方。	5,200円	62,400円
第６段階の方	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の方。	6,240円	74,800円
第7段階の方	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方。	6,760円	81,100円
第８段階の方	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方。	7,800円	93,600円
第９段階の方	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上420万円未満の方。	8,840円	106,000円
第10段階の方	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が420万円以上520万円未満の方。	9,880円	118,500円
第11段階の方	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が520万円以上620万円未満の方。	10,920円	131,000円
第12段階の方	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満の方。	11,960円	143,500円
第１３段階の方	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が720万円以上の方。	12,480円	149,700円

※ 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

※ 合計所得金額　「所得」とは、実際の「収入」から「必要経費の相当額」を差し引いた額です。

※ 年額保険料は端数の調整をしています。

介護保険に関するお問い合わせは・・・

浜中町役場　保険課　介護保険係へ

TEL　0153-62-2319

FAX　0153-62-2114

介護保険料を滞納すると
以下の制約があります!!

介護保険でサービスを利用されるとき、利用者はかかった費用の１割（一定以上の所得がある方は２割または３割）を負担いただくだけで、後の９割（または８割もしくは７割）は介護保険から給付されます。

納付期限から１年以上、災害などの特別な事情がないのに介護保険料を納めていない方は、滞納期間の長さに応じて、次のような給付制限措置が決められています。

１年以上滞納すると

支払い方法が変更になります

介護サービスの利用者負担は１割（または２割もしくは３割）から１０割になり、９割（または８割もしくは７割）分は後で町から払い戻しを受けるための申請が必要になります（保険給付の償還払い）。

１年６ヶ月以上滞納すると

保険給付が一時差し止められます

さらに滞納が続くと、利用者負担は全額自己負担になり、申請しても９割（または８割もしくは７割）分が払い戻しされなくなります（保険給付の一時差し止め）。保険給付が一時差し止めになっても保険料を納付しない場合には、差し止められた保険給付額が滞納保険料にあてられることになります。

２年以上滞納すると

利用者負担が引き上げられます

保険料未納期間に応じて、利用者負担額が１割から３割に引き上げられます。また、高額介護サービス費（１割の利用者負担が高額になり、一定額を超えた場合に支給される費用）の支給が受けられなくなります。

※３割負担の方がこの措置の対象となった場合、利用者負担は４割負担となります。

利用者負担が引き上げられる期間は、保険料の未納期間が長いほど長くなるように設定されています。

この措置は現在サービスを受けていない場合でも、将来介護サービスを受けるときに適用になります。

皆さまから納めていただく保険料は、介護保険を支える大切な財源です。保険料の納付にご協力をお願いいたします。

浜中町の介護保険サービス事業所

地域包括支援センター

・浜中町介護予防支援事業所（湯沸）・・・・・・・・・ ６２－２１９４

居宅介護サービス事業所

＜居宅介護支援事業所（ケアプラン）＞

・浜中町ケアマネジメントセンター（湯沸）・・・・・ ６２－２１９４

・ハイツ・野いちご居宅介護支援事業所（茶内）・・・ ６５－３１００

・浜中居宅介護支援センター　あやめ（仲の浜）・・・ ６２－３６０１

＜通所介護（デイサービス）＞

・デイサービスセンター　ハイツ野いちご（茶内）・・ ６５－３１００

＜訪問介護（ホームヘルプサービス）＞

・しゃきょう介護センターえぞふうろ（霧多布）・・・ ６２－５２５２

＜訪問看護＞

・釧路町浜中訪問看護ステーション（厚岸）・・・・・ ５３－２１０１

＜短期入所生活介護（ショートステイ）＞

・ショートステイ　ハイツ野いちご（茶内）・・・・・ ６５－３１００

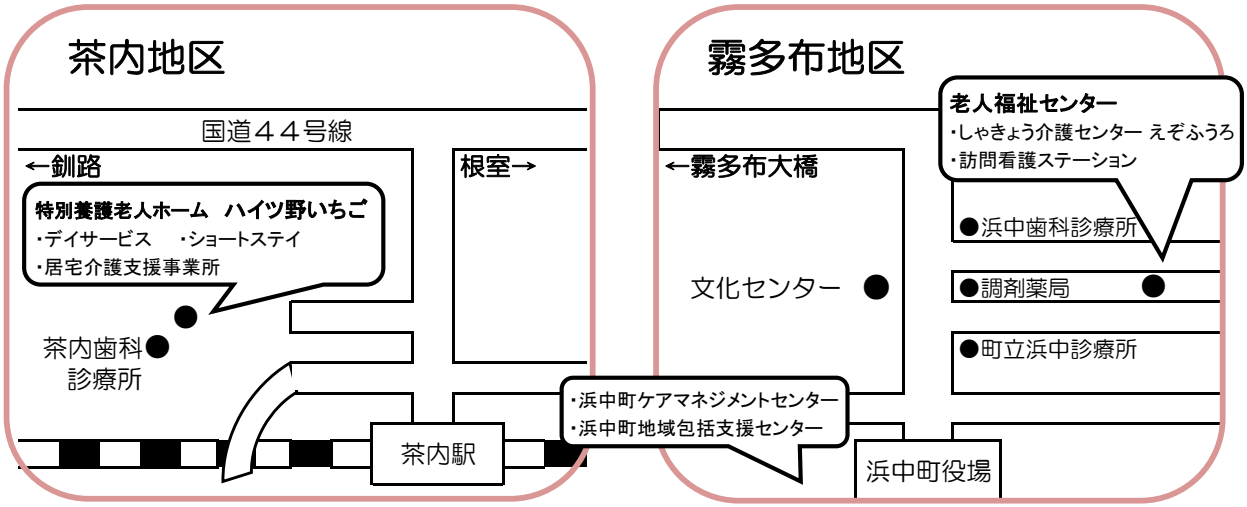
施設サービス

＜介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）＞

・特別養護老人ホーム　ハイツ野いちご（茶内）・・・ ６５－３１００

＜認知症共同生活介護施設（グループホーム）＞

・グループホーム　なごみ浜中（浜中）・・・・・・・ ６４－２１２１



浜中町地域包括支援センター

地域包括支援センターは、町が運営している機関で、高齢者のみなさんが住みなれた町で安心して暮らしていけるように、介護、福祉、健康、医療など、さまざまな面から高齢者やその家族を支えています。

○高齢者に関するさまざまな相談を受け付けています

介護や福祉、医療などに関することはもちろん、どこに相談したらよいかわからないような心配事や悩みは、まず地域包括支援センターにご相談ください。
相談内容に応じて適切な機関等と連絡をとり、必要な情報やサービス、関係機関を紹介したり、支援したりします。

○高齢者の権利を守るための支援を行います

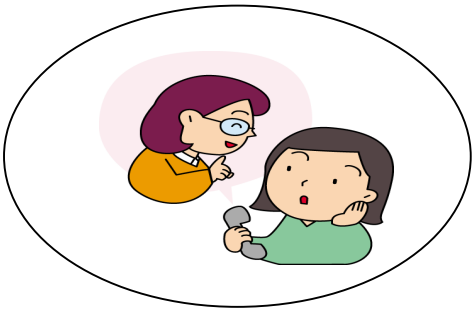
高齢者の虐待防止・早期発見、消費者被害、成年後見制度活用に関する相談や必要な支援を行います。

○介護予防に関する支援を行います

介護保険の要介護認定で「非該当」と判断された方や、アンケートや相談などから介護予防サービスの利用が必要と思われる高齢者の方を対象に、介護予防事業の利用に向けた支援を行います。
要介護認定で「要支援１・２」の方を対象に、自立した生活を送ることができるよう支援します。

○高齢者を見守る関係機関のネットワークづくりを進めます

高齢者一人ひとりの心身の状態、生活環境の変化などにおけるさまざまな問題を解決するために、関係機関のネットワークを活用し、支援を行います。



高齢者に関する相談は

浜中町地域包括支援センターへ

（TEL６２－２１９４）