

介護保険特集号

平成23年9月5日発行
発行 草加市健康福祉部長寿・介護福祉課
〒340-8550 草加市高砂一丁目1番1号

～いつまでも住み慣れた地域で暮らすために～

介護保険制度は、介護を社会全体で支える仕組みです。介護が必要になっても、必要なサービスを選び、利用することによって、住み慣れた家や地域で、いきいきと暮らしていくことができます。介護保険制度等について、みなさんにご案内します。

○介護保険ってどういう制度？

介護保険は将来介護が必要になったときに備えて、みんなで支え合う制度です。

40歳以上の方には、加入者（被保険者）となって、介護保険料を納めていただきます。⇒2・3面

市役所で申請をし、介護が必要であると認められると、介護サービスを利用することができます。⇒2・3面

また、いつまでも元気に、いきいきと暮らしていただけるように、さまざまな介護予防事業（地域支援事業）を行っています。⇒2・3面

○草加市独自のサービス（介護保険外サービス）

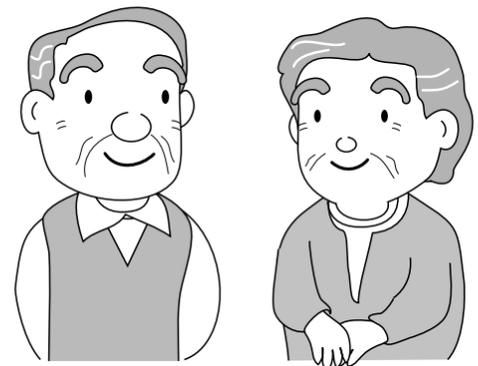
市では、介護保険制度以外でも、様々な高齢者向けのサービスを行っています。⇒4面

知っていますか？ 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口として市が設置しているセンターです。ここでは、保健師等、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが主体となって、地域で暮らす高齢者の保健、介護、福祉、医療など総合的な支援が行われています。

おもな業務

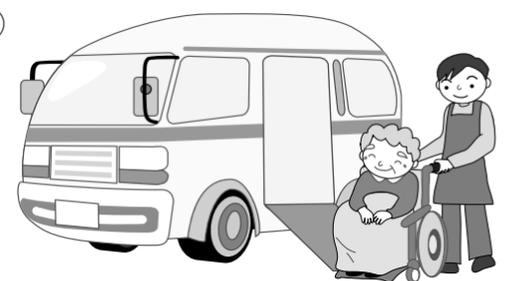
- 高齢者に関する相談
 - 介護予防ケアプランの作成
 - 総合相談・支援（介護保険だけでなく、様々な福祉制度等を利用し、総合的に支援）
 - 権利擁護（成年後見制度の活用や虐待の早期発見・防止）
 - 地域におけるネットワークづくりやケアマネジャーへの支援
- また、高齢者の介護をしているご家族への支援も行っています。



市内に8か所のセンターがあり、お住まいの地域によって担当のセンターが決まっています。（下表）福祉に関する専門職員がお話をお伺いしますので、お気軽にご相談ください。

〈開所日時〉 毎週月曜日から土曜日 午前9時から午後5時まで

〈休所日〉 日曜日、祝日、年末年始、その他臨時にお休みする場合があります。



■草加市地域包括支援センター一覧

地域包括支援センター名	所在地	電話番号	お住まいの地域
谷塚・瀬崎	谷塚上町704-3	929-3613	瀬崎、谷塚、谷塚町
谷塚西部	遊馬町185	929-0014	谷塚仲町、谷塚上町、両新田東町、両新田西町、新里町、柳島町、遊馬町
草加中央・稲荷	吉町2-2-21	959-9133	高砂、住吉、神明、吉町、中央、手代町、稲荷
草加西部	草加4-5-1	946-7030	氷川町、西町、草加
松原・草加東部	松江1-1-32	932-6775	栄町、松原、松江
安行	苗塚町200-2	921-2121	花栗、苗塚町、小山、北谷、北谷町、原町
川柳・新田東部	青柳8-52-37	932-7007	八幡町、弁天、中根、青柳、青柳町、柿木町
新田	柿木町1084	930-0771	旭町、金明町、長栄町、新栄町、清門町、新善町

問い合わせ案内

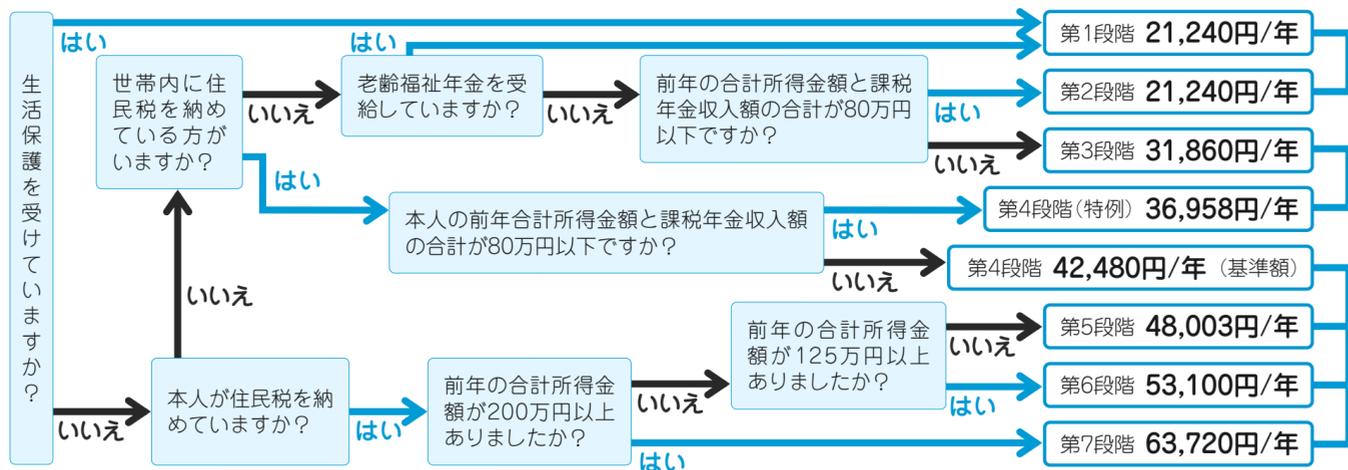
草加市 長寿・介護福祉課 ☎922-0151（代表） FAX 922-3279

- ・要介護認定に関すること（認定係）☎922-1414（直通）
- ・保険料に関すること（保険料係）☎922-1376（直通）
- ・保険給付に関すること（給付係）☎922-1421（直通）
- ・地域支援に関すること（相談支援係）☎922-2862（直通）

65歳以上の人の介護保険料

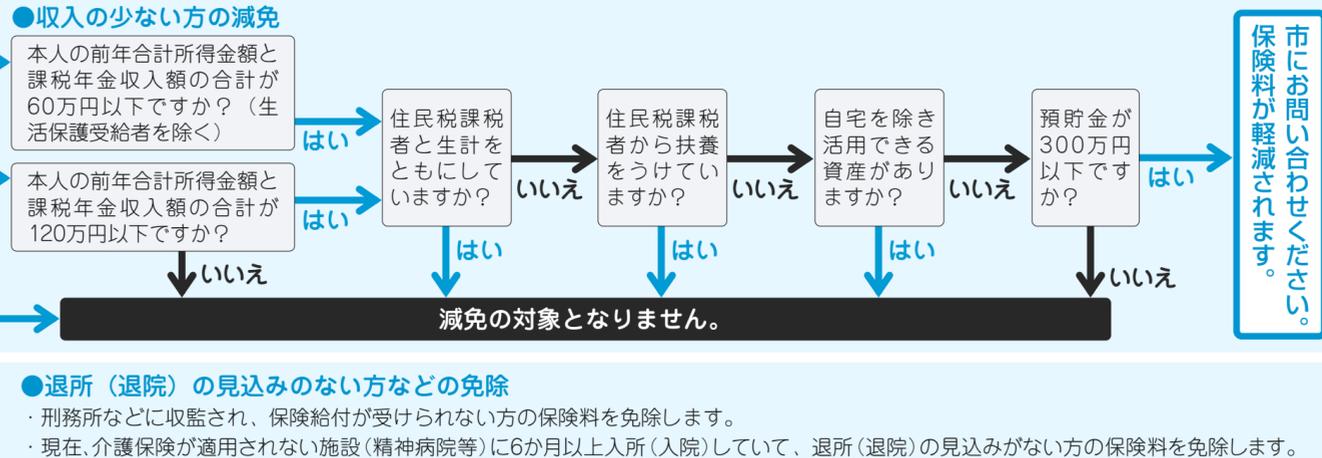
問い合わせ 保険料係 ☎922-1376

所得などに応じて7段階（8区分）にわかれます。あなたの介護保険料をチェックしてみましょう。



草加市独自の介護保険料減免制度（65歳以上）

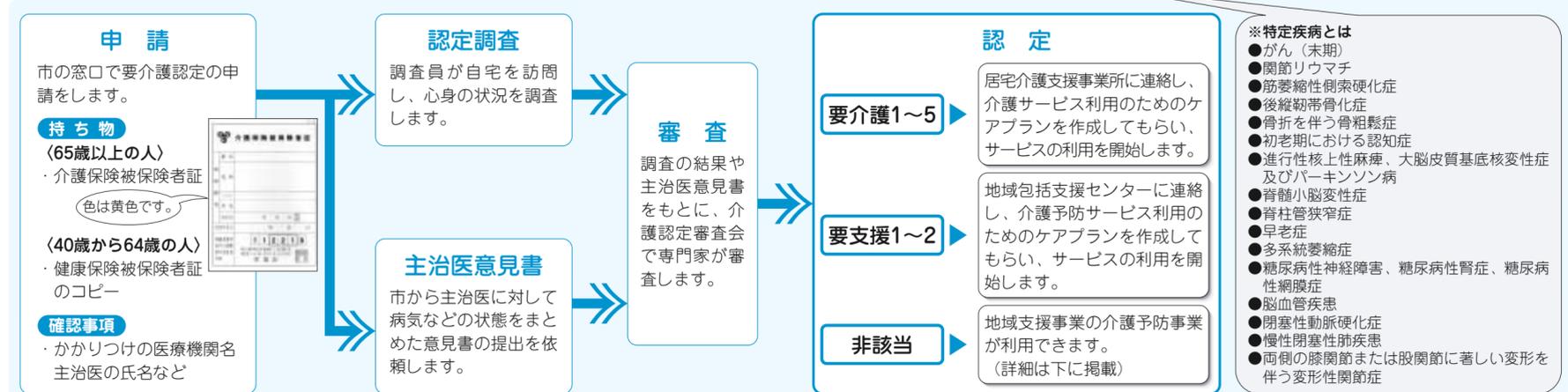
65歳以上の人の負担を軽減するため、減免制度を実施しています。（滞納がない方に限ります。）



要介護認定からサービス利用までのながれ

問い合わせ 認定係 ☎922-1414

介護サービスを利用するためには、市に申請して「介護や支援が必要である」と認定されることが必要です。40歳から64歳の方は、特定疾病（※）により介護や支援が必要となった場合に限り、申請できます。



認知症の方のお話し相手をしています。

認知症高齢者家族やすらぎ支援事業

草加市では、認知症の方とご家族の介護負担を軽減するために、「認知症高齢者家族やすらぎ支援事業」を実施しています。この事業は、専門の講習を受けたやすらぎ支援員がご家庭を訪問し、認知症の方のお話し相手をするサービスです。対象となるのは、おおむね60歳以上の在宅で生活する方で、軽度の認知症の方。費用は無料。利用は週2回、1回1~2時間です。

青柳在住の齋藤美代さんは、やすらぎ支援事業を利用してから1年になります。美代さんは5年ほど前からもの忘れが目立ち始め、病院でアルツハイマー型認知症と診断されました。近所に住む長女の智恵さんは、介護について地域包括支援センター（※1面で紹介）に相談したところ、やすらぎ支援事業を紹介され、サービスを利用し始めました。「楽しくおしゃべりして、2時間あっという間です。」と美代さん。智恵さんも「やすらぎ支援員さんに来ていただいている間に、家の用事を済ませたり病院に行ったりすることができるので助かります。サービスを利用してから、母はとても明るくなりました。もともと話好きの母なのですが、普段ゆっくり話を聞いてあげることができないので、支援員さんにお話し相手になっていただけて助かります。」とおしゃべっています。

詳しくは、相談支援係（☎922-2862）までお問い合わせください。

地域支援事業

市では要支援・要介護状態になるのをできるだけ防ぐとともに、要介護状態となった場合にも、可能な限り、地域において自立した日常生活を営むことができるように支援することを目的として、地域支援事業を実施しています。地域支援事業の一つとして草加市が取り組んでいるのが「介護予防事業」です。介護予防事業は、高齢者の方が、いつまでもお元気に生きがいのある生活を送ることができるように支援する事業です。

生活機能評価を受けましょう! 問い合わせ 相談支援係 ☎922-2862

からだやこころの状態をチェックし、介護が必要となる可能性の高い高齢者（特定高齢者）に介護予防事業などをご案内しています。生活機能評価の対象者は要介護認定を受けていない65歳以上の方です。対象者には生活機能評価票（チェックリスト）を健診票と一緒に郵送しています（5月下旬）。※社会保険加入者、生活保護世帯の方は申し込みが必要となりますのでお問い合わせください。

特定高齢者として決定された方には、草加市および地域包括支援センターから、介護予防事業などをご案内して、元気にからだづくりを支援します。

- 介護予防トレーニング** 健康運動指導士の指導のもと、トレーニング機器を使った運動を行います。週2回（全15回）のコースです。送迎あり。費用は500円。
- 介護予防教室（運動・栄養・口腔の教室）** 軽いストレッチ体操を行いながら、バランスの良い食生活やお口の機能向上について学びます。週1回（全13回）のコースです。送迎あり。費用は無料。

介護予防事業に参加しましょう! 問い合わせ ●相談支援係 ☎922-2862 ★保健センター ☎922-0200

元気がうちから介護予防に取り組み、いつまでもいきいきと生活していただけるように、介護予防事業を実施しています。**65歳以上の方ならどなたでも参加できます。** 広報などでお知らせしますので、ぜひご参加ください。

- パワーアップ健康教室** 市内5か所のスポーツジムで、体力の向上を目指します。週1回（全12回）のコースです。費用は2,600円。
- 健康体操** コミュニティセンターなどを巡回して、音楽に合わせた簡単な体操を行います。週1回（全4回）のコースです。費用は無料。
- ★マッサージ・ストレッチ体操教室** 家庭でできる簡単な体操を行います。週1回（全10回）のコースです。会場は保健センター。費用は無料。広報12月号で募集予定。
- ★骨密度測定** 骨密度を測定します。会場は保健センター。費用は100円。広報9月号および11月号で募集。
- ★地域健康相談** 看護師等が健康に関する様々な相談に応じます。週2回。午前9時~正午。会場は各コミュニティセンター。費用は無料。
- 介護予防教室** 市内8か所の地域包括支援センターが実施する介護予防教室です。さまざまな内容で、楽しく介護予防を目指します。
- ★栄養相談** 管理栄養士等が、食事・栄養に関する相談に応じます。会場は保健センターなど。費用は無料。
- ★健康発見大作戦** 元気でいきいきと生活するための講話や調理実習をします。会場は保健センターなど。費用は500円程度。

地域包括支援センターで実施した介護予防教室の様子。（上は吹き矢教室。下は料理教室。）

草加市独自の主な高年者向けサービス **問い合わせ** 相談支援係 ☎922-2862 長寿企画係 ☎922-1342

草加市では、介護保険以外でも様々なサービスを行っています。よくあるお問い合わせとサービスをご案内します。

ねたきりの高年者の方が受けられるサービスにはどのようなものがありますか？

●おむつ支給

内容 月1回、決められた枚数を無料で支給します。

対象者 65歳以上で要介護4または5と認定され、常時ねたきり状態の人、または要介護3以上で重度の認知症により常時排泄の介助が必要な人（特別養護老人ホーム、有料老人ホーム等の施設入所者は除く。）

●高年者、障がい者・障がい児移送サービス

内容 病院への入退院、通院や、福祉施設への入退所の移送にかかる費用の負担を軽減します。移送料金（上限月額20,000円）の1割は本人負担となります。

対象者 要介護3から要介護5の認定を受けている人のうち、常時ねたきりまたは車いすを利用している状態（10分以上の座位が保てない）にあり、外出時に車いす専用車やストレッチャー専用車（寝台車）等が必要な人

●訪問理容サービス

内容 理容師が自宅を訪問して調髪等を行います。
（住民税課税者は1回あたり2,000円を負担。非課税者は無料）

対象者 65歳以上で常時ねたきり状態等の人

●ねたきり老人手当

内容 月額5,000円を支給します。

対象者 65歳以上で病気等によりねたきりの状態、または重度の認知症により常時介護が必要な状態が6か月以上継続している人（特別養護老人ホーム等の施設入所者は除く。）

●寝具洗濯乾燥消毒サービス

内容 寝具の丸洗いおよび乾燥消毒を定期的に無料で行います。

対象者 65歳以上の常時ねたきりの状態、または重度の認知症により寝具の衛生管理が困難な人



最近家に閉じこもりがち。何か外出するきっかけになるものはないですか？

●生きいき元気サロン

内容 昼食をはさむ3時間程度のふれあいサロンを市内3か所（「きくの里」「であいの森」「わーくわっく草加」）で実施しています。みんなでお話したり、レクリエーションをしたりして楽しくすごします。※送迎あり。

〈利用料〉①食事代「きくの里」「であいの森」650円、「わーくわっく草加」700円 ②参加費140円

対象者 65歳以上で閉じこもりがち、または、認知症のおそれがある人（要支援および要介護の認定者は除く。）

●ふれあい浴場

実施浴場 銭湯かっぱ天国（谷塚町647-8 ☎927-2909）／あづま浴泉（中央2-16-47 ☎924-5110）

内容 (1)浴場開放サービス 高年者が地域でのふれあいを楽しむことができるように公衆浴場を開放しています。
〈実施日時〉毎週金曜日 午後3時から午後7時まで 〈利用料〉無料

(2)入浴デイサービス カラオケ、おしゃべりなどのレクリエーション活動や健康チェックを行います。
〈実施日〉銭湯かっぱ天国 水・木・土・日 あづま浴泉 月・火・水・土

〈時間〉午前11時から午後3時まで 〈利用料〉200円

対象者 65歳以上の方



食事を届けてくれるサービスはありますか？

●配食サービス

内容 1食あたり400円で1日1回昼食または夕食を配達し、その際に利用者の安否確認をします。

対象者 65歳以上のひとり暮らしの高年者、高年者のみの世帯等で、買い物等の外出や食事の調理が困難であり、かつ他の人から食事の提供が受けられない人

すこやかクラブ（老人クラブ）に加入しませんか？

すこやかクラブ（老人クラブ）では、地域の高年者が集まってグラウンドゴルフやカラオケなどで交流を深めたり、ボランティア活動をしたりと、さまざまな活動をしています。地元の仲間を作りたい60歳以上の方の加入をお待ちしています！

問い合わせ 草加市社会福祉協議会 ☎932-6770

