

介護保険特集号

平成26年8月20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

～住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らすために～ 介護保険制度 について紹介します

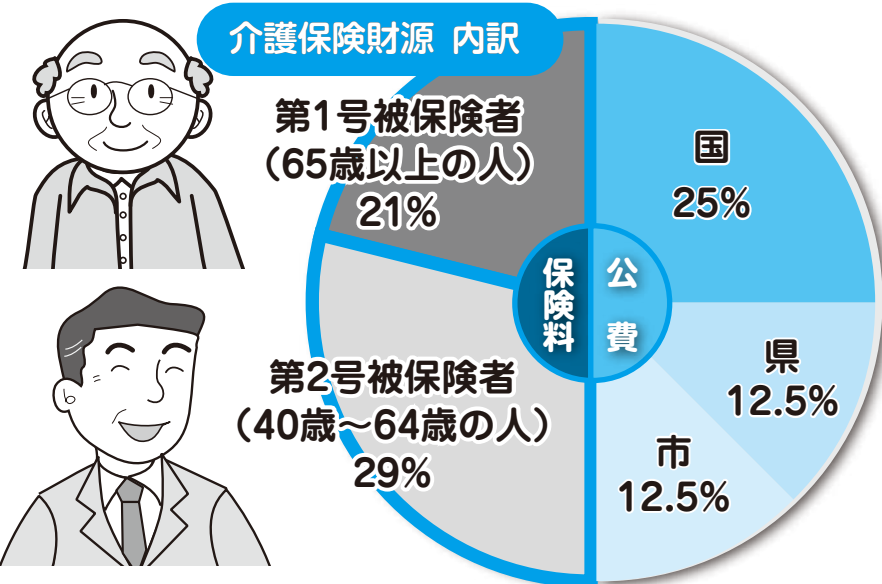


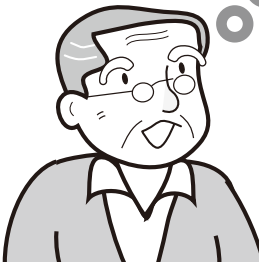
**介護保険料は
どのように使われるの？**

介護保険料はすべて介護サービスにかかる費用に使われます。
納めていただいた介護保険料は、公費とあわせて、主に介護サービス費の9割分の支払いに使われます。

介護サービス費 負担割合

10%	90%	介護保険財源
利用者負担	$\frac{1}{2}$ 保険料	$\frac{1}{2}$ 公費





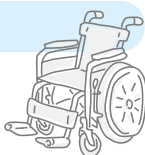
**どんな介護サービスが
受けられるの？**

介護の必要度に応じて、自宅や施設でサービスを受けられます。
介護が必要になったとき、要介護などの認定を受けると、その要介護度に応じてさまざまな介護サービスを利用できます。介護サービスの利用者は、原則として、費用の1割を負担していただきます。

主な居宅サービス

自宅などで介護サービスを利用します。

- 訪問介護(ホームヘルプ)／自宅での食事・入浴・排泄などの介護
- 通所介護(デイサービス)／通所施設での入浴・食事の提供や機能訓練
- 短期入所生活介護(ショートステイ)／一時的な施設入所での日常生活の援助
- 福祉用具貸与／車いす・介護用ベッドなど用具のレンタル
- 福祉用具購入費の支給(年間10万円まで)／シャワーチェアなどの用具購入費用の9割分を支給
- 住宅改修費の支給(1人1回限り、20万円まで)／手すりの取付や段差の解消などの住宅改修費用の9割分を支給



主な地域密着型サービス

住み慣れた地域で暮らしながら、介護サービスを利用します。

- 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)／認知症の人が施設に入居し、少人数の共同生活をしながら受ける、入浴や食事の介護
- 認知症対応型通所介護／認知症の人が受ける、通所施設での入浴・食事の提供や機能訓練
- 小規模多機能型居宅介護／「通い」「訪問」「泊まり」のサービスを柔軟に提供

施設サービス

常時介護が必要な人が入所して、介護サービスを利用します。

- 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)
- 介護老人保健施設(老人保健施設)

介護者のつどい

介護をされている方同士で語りあいや情報交換をしながら交流しませんか。
今まで介護されていた方やこれから介護される方も、お気軽にご参加ください。

開催日時等は、お近くの地域包括支援センターへお問合せ下さい。



地域包括支援センターにご相談ください

地域包括支援センターは、高年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、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが中心となって、地域で暮らす高年者の保健、介護、福祉、医療など総合的な支援を行っています。
市内に8ヶ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)
介護や福祉に関する専門職員がお話を伺いますので、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
(日曜日、祝日、年末年始はお休み。その他特別に休所する場合があります。)

■草加市地域包括支援センター一覧

センター名	所在地	電話番号	FAX	お住まいの地域
谷塚・瀬崎	谷塚上町704-3	929-3613	929-3612	谷塚町、谷塚1～2、瀬崎1～7
谷塚西部	新里町989-1	929-0014	929-5222	谷塚上町、谷塚仲町、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	922-3801	神明1～2、住吉1～2、高砂1～2、手代町、吉町1～5、稲荷1～6、中央1～2
草加西部	草加4-5-1	946-7030	942-7582	草加1～5、西町、氷川町
松原・草加東部	松江1-1-32	932-6775	932-6779	松原1～5、栄町1～3、松江1～6
安行	苗塚町200-2	921-2121	928-8989	原町1～3、北谷1～3、北谷町、小山1～2、花栗1～4、苗塚町
川柳・新田東部	青柳8-52-37	932-7007	931-0993	柿木町、青柳1～8、青柳町、八幡町、中根1～3、弁天1～6
新田	新善町6	946-0520	946-0523	新栄町、長栄町、清門町、旭町1～6、金明町、新善町

65歳以上の方の介護保険料

お問い合わせ 保険料係 ☎922-1376

平成24年度から26年度までの介護保険料は、次のとおりです

所得段階	介護保険料所得段階区分	保険料（年額）
第1段階	生活保護の受給者または老齢福祉年金受給者で、本人及び世帯全員が住民税非課税の方	25,800円
第2段階	本人及び世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入金額と合計所得金額の合計額が80万円以下の方	25,800円
第3段階（特例）	本人及び世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入金額と合計所得金額の合計額が80万円を超え120万円以下の方	34,570円
第3段階	本人及び世帯全員が住民税非課税で、第3段階（特例）以外の方	38,700円
第4段階（特例）	本人が住民税非課税で、前年の課税年金収入金額と合計所得金額の合計額が80万円以下の方（世帯の中に住民税課税者がいる場合）	44,890円
第4段階	本人が住民税非課税で、第4段階（特例）以外の方（世帯の中に住民税課税者がいる場合）	51,600円
第5段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が125万円未満の方	58,300円
第6段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が125万円以上190万円未満の方	64,500円
第7段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が190万円以上400万円未満の方	77,400円
第8段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が400万円以上の方	90,300円

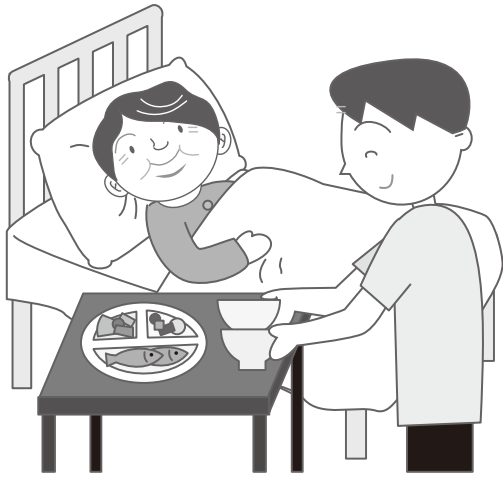


※老齢福祉年金を受給できる方は、原則として明治 44 年 4 月 1 日以前に生まれた方です。 ※課税年金収入とは、老齢・退職年金のことをいい、遺族年金・障害年金を除きます。
※合計所得金額とは、例えば年金収入のみの方であれば、年金収入から公的年金控除などを引いた額のこと、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。
前年の申告に基づいて所得を計算します。

◆草加市独自の介護保険料減免制度

草加市では、65歳以上の方の負担を軽減するため、独自の減免制度を実施しています。
申請ができる方と減免割合は次のとおりです。
ただし、これまでに介護保険料の滞納がない方に限ります。

減免割合	介護保険料の所得段階	課税年金収入額と合計所得の合算額	要 件
2分の1	第1・2段階	60万円以下	①住民税課税者と生計を共にしていない ②住民税課税者から扶養を受けていない ③自宅を除き活用できる資産がない ④預貯金の金額が300万円以下 ⑤生活保護受給者でない
4分の1	第3段階（特例）	120万円以下	
免除	介護保険が適用されない施設（精神病院など）に入所している方など		6か月以上入所し退所の見込みがない

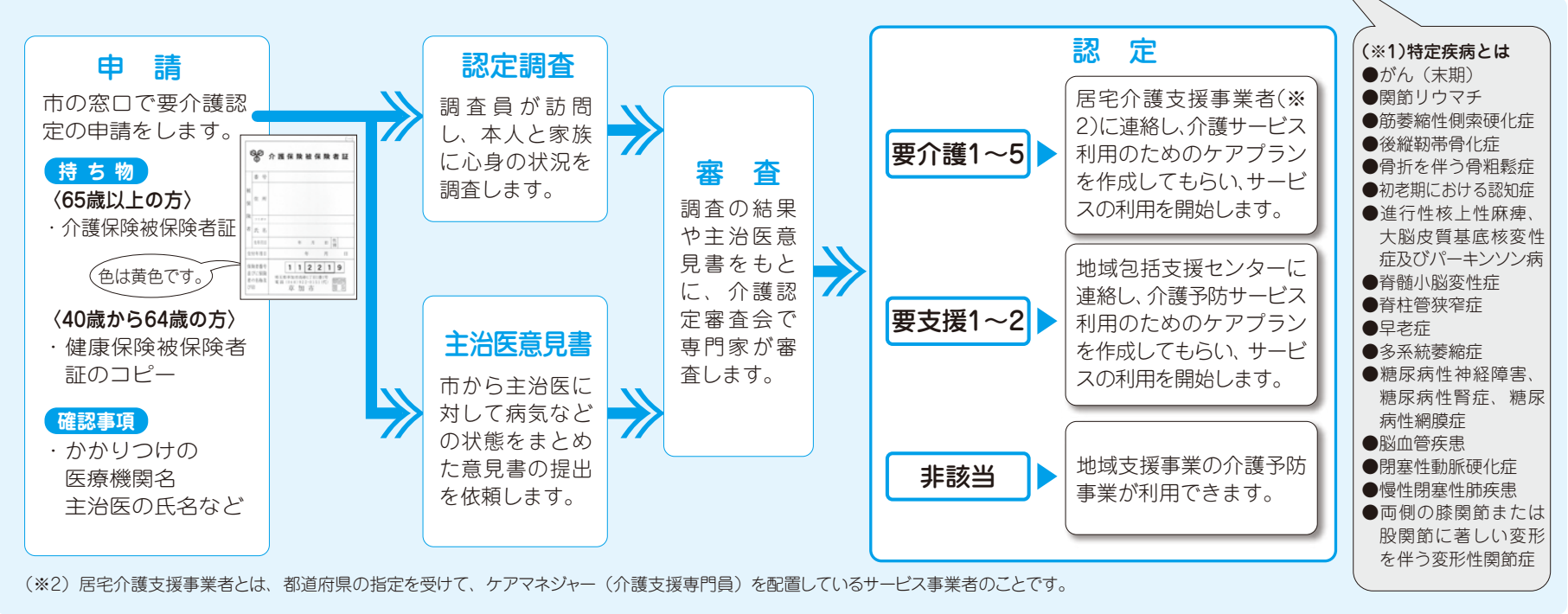


※申請日によって減免できる金額が違いますので、お早めに保険料係へご相談ください。

要介護認定からサービス利用までのながれ

お問い合わせ 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（※1）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。



認知症のことを考えませんか？

お問い合わせ 相談支援係 ☎922-2862

認知症を正しく理解して
自分も家族も安心！

認知症は誰にでも起こりうる「脳の病気」によるもので、65歳以上では、10人に1人はその症状があると言われています。しかし、認知症を正しく理解し、認知症予防に取り組んだり、早期に発見し適切な治療を受けることで、症状の進行を緩やかにすることができます。年のせいだから仕方ないと思わず、早めの相談や対応をしていくことで、自分も家族も安心して暮らすことができます。

認知症
予防

認知症予防に
取り組みましょう

- 1 バランスよく食べましょう

塩分や脂質のとりすぎに注意して、肉や魚、野菜などバランスのとれた食事を心がけましょう。
- 2 休養をとりましょう

体だけでなく、脳の休養も大切です。1日30分の昼寝はアルツハイマー型認知症の予防に効果的です。
- 3 体を動かす習慣をつけましょう

体を動かすことで、脳への血流が増え、脳細胞の活性化につながると言われています。
- 4 禁煙をこころがけましょう

たばこは動脈硬化を引き起こし、脳血管障害のほかアルツハイマー病の原因にもなることが分かっています。
- 5 脳を活発に使う生活をしましょう

地域活動へ参加して人との交流を続けたり、趣味に打ち込むことで脳に刺激を与えましょう。

認知症
とは？

平成26年度から始まった
草加市認知症検診について

神谷医院 神谷 達司 先生

認知症とは、「いったん正常に発達した知的機能が持続的に低下し、複数の認知障害があるために社会生活に支障をきたすようになった状態」を言います。名前が出てこなかったりする物忘れは社会生活に支障がありませんが、お財布や通帳をなくしたりするようになると社会生活に支障をきたしてきます。このような認知症は高齢化が進む日本では、どんどん増えてきています。認知症の早期発見・早期対応は、地域で認知症の方々とその家族を支えるために非常に重要です。

そこで、草加市では認知症の早期発見・早期対応に向けた取り組みとして、平成26年度から草加市認知症検診を始めました。無料で脳の健康度チェックを受けることができます。認知症を早期に発見し、早期に対応することによって、認知症の進行を遅らせ家族の混乱も防ぎ、地域で安心して暮らせるようにすることができます。是非この機会に検診を受診して、物忘れのない快適な毎日を過ごしましょう。



認知症の
早期発見・
早期治療
のために

認知症検診が始まりました

草加市では、平成26年6月から認知症検診を開始しました。対象となる年齢の方は、この機会にぜひお受けください。

◆受診できる方

草加市に住所があり、平成26年4月1日から平成27年3月31日までに
①60歳になる方 ②65歳以上の奇数年齢になる方(表1)

◆受診期間／12月19日(金)まで

◆受診方法

指定医療機関に申し出てください。(表2)

医療機関に備え付けてある「脳の健康度チェック票」に記入し、その内容をもとに医師の診察を受けます。

◆検診費用／無料

◆持 ち 物／健康保険証、お薬手帳

表1 対象者一覧

平成26年4月1日から平成27年3月31日までに誕生日を迎えられ、次の年齢になる方が対象です。誕生日を迎える前であっても、次の生年月日に該当する方は受診できます。

60歳	昭和29年4月2日生～昭和30年4月1日生	79歳	昭和10年4月2日生～昭和11年4月1日生
65歳	昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生	81歳	昭和 8年4月2日生～昭和 9年4月1日生
67歳	昭和22年4月2日生～昭和23年4月1日生	83歳	昭和 6年4月2日生～昭和 7年4月1日生
69歳	昭和20年4月2日生～昭和21年4月1日生	85歳	昭和 4年4月2日生～昭和 5年4月1日生
71歳	昭和18年4月2日生～昭和19年4月1日生	87歳	昭和 2年4月2日生～昭和 3年4月1日生
73歳	昭和16年4月2日生～昭和17年4月1日生	89歳	大正14年4月2日生～大正15年4月1日生
75歳	昭和14年4月2日生～昭和15年4月1日生	91歳	大正12年4月2日生～大正13年4月1日生
77歳	昭和12年4月2日生～昭和13年4月1日生	※以降も1歳おきの年齢が対象となります。	

検診の流れ



表2 指定医療機関一覧

※かかりつけ医またはお近くの医療機関で受診してください。

青柳	かとうファミリークリニック、虎溪医院
旭町	いまじょうクリニック
北谷	埼玉草加病院、瀧澤医院
栄町	草加脳神経外科クリニック、高木クリニック、松野クリニック
新栄町	しんえいクリニック、二宮病院
新善町	レン・ファミリークリニック
住吉	内藤クリニック
草加	何川医院、草加内科呼吸ケアクリニック
高砂	内山内科小児科医院
中央	中田医院、山崎クリニック
苗塚町	いしどりクリニック
西町	さかの医院、たなか内科・循環器科クリニック
新里町	みなみ草加クリニック
氷川町	石井外科医院、大里内科医院、児玉医院、山崎胃腸科内科クリニック
松江	かたい内科クリニック、草加松原整形外科医院
松原	大城クリニック、白田診療所、高良診療所、松本医院
谷塚	中町クリニック、肥田医院、鳳永病院
谷塚上町	さくら整形外科
柳島町	柳島クリニック
八幡町	たいよう内科クリニック
吉町	神谷医院、草加永大クリニック、たかぎ医院
両新田西町	草加西部クリニック
八潮市	えばと脳神経外科・内科クリニック、佐藤医院、後谷診療所、埼玉回生病院、清水内科クリニック、にしかわ脳神経外科クリニック、広瀬病院、八潮駅前内科こどもクリニック、八潮整形外科内科

草加市の高年者向けサービス

草加市では、さまざまな高年者向けサービスを展開しています。その中のいくつかの事業を紹介します。

認知症の進行防止に

音楽・回想療法教室

音楽療法士等による、認知症の予防及び進行防止を目的とした教室です。懐かしい歌を唄ったり、軽楽器等を用いたリズム遊びをしながら、仲間と楽しい時間を過ごします。

- ◆開催時期 週1回(全10回)のコースを年間4コース
詳細は、広報そうか9月5日号でお知らせします。
- ◆場 所 きくの里(年間2コース)
であいの森(年間2コース)
※希望者には送迎あり
- ◆定 員 各コース10名
- ◆申込方法 広報そうか掲載後、長寿・介護福祉課窓口に申請書を提出してください。



お問い合わせ 長寿企画係 922-1342

認知症の方とその家族の方に

やすらぎ支援事業

認知症などの専門の講座を受けたやすらぎ支援員がご自宅を訪問し、認知症の方のお話相手をする事により、ご本人の気持ちの安定及びその家族の介護負担軽減を図るサービスです。

- ◆対 象 者 草加市に住所がある65歳以上の在宅高年者で軽い認知症がある方とそのご家族
- ◆利用限度 週1～2回 1回1～2時間
- ◆利 用 料 無料
- ◆申込方法 長寿・介護福祉課窓口まで申請書を提出してください



お問い合わせ 相談支援係 922-2862

おしゃべりボランティア

一人暮らし等の高年者に対して、講習を受けたおしゃべりボランティア支援員がご自宅を訪問し、お話相手をする事により、孤独感や不安感の解消を図ることを目的としています。

- ◆対 象 者 草加市に住所を有する60歳以上の高年者のうち、一人暮らし(※日中独居を含む)又は高年者のみの世帯の方で、認知症状がない方
※日中独居とは、普段は家族等と共に生活しているが、仕事等の都合により日中は一人で過ごされている方をいいます。
- ◆利用限度 月1回 1回1時間程度
- ◆利 用 料 無料
- ◆申込方法 長寿・介護福祉課窓口または草加市社会福祉協議会窓口まで申請書を提出してください

平成26年7月から
事業を開始しました



お問い合わせ

長寿企画係 922-1342
草加市社会福祉協議会 932-6770

●ちょこっと手助けサービス

草加市シルバー人材センターでは、高年者や障がいのある方たちが、いつまでも安心して過ごしてもらえるように、身近な地域のシルバー会員がお手伝いをする「ちょこっと手助けサービス」を行っています。

このサービスは、買い物や簡単な掃除、朝のごみ出し、植木の水やり、電球の交換(買い置きがある場合)など、30分程度でできる日常生活上のささやかなお手伝いをします。

- ◆利用できる方 65歳以上の方または障がいのある方
- ◆利 用 料 1回500円(1人・30分程度)
- ◆申込方法 草加市シルバー人材センターまでご連絡ください。

利用者の声

手代町在住の小川さんは、毎週火曜日にちょこっと手助けサービスを利用しています。

昨年、家のガラスの掃除をシルバー人材センターにお願いした際に、このサービスの存在を知りました。

「買い物した荷物を近所のスーパーマーケットから自宅まで運んでもらっています。以前は、買い物に行く度、荷物が重くて自転車を押して歩いて帰っていたので、とても助かっています。また、シルバー人材センターの会員の方の対応もよく、今後は、荷物の運搬だけでなく、電球の交換や掃除など、日常のちょっとした作業の時に利用したい。」とおっしゃっています。



荷物を玄関まで届けるシルバー人材センターの小菅さん(右)と小川さん(左)

お問い合わせ

草加市シルバー人材センター
928-9211

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。

お問い合わせ 草加市社会福祉協議会 ☎932-6770

