



いつまでも自分らしく！

介護保険とWell-being（幸せ）



のいい関係



介護保険の『いろは』

2000年開始 **公的保険制度です**

介護が必要な状態になってもその人が住み慣れた地域で
その人らしく生活をするための仕組み

市町村が運営（保険者）

⇒ **戸田市・蕨市・川口市**

保険制度を使う（被保険者）

※40歳以上の方は保険料を支払う

⇒ **40歳以上の市民**（2号保険者）

65歳以上の市民（1号保険者）

介護保険制度を使うには

●申請が必要です

申請場所：本人住所地の市役所か地域包括支援センター

申請者：本人か家族

申請場所

戸田市：市役所健康長寿課

蕨市：市役所健康長寿課

川口市：市役所介護保険課

さいたま市：各区高齢介護課

●認定までの流れ（申請から認定まで約1.5か月を要します）

要介護・要支援の認定の申請

⇒ 認定調査＋主治医意見書

⇒ 市での審査 ⇒ 認定等の通知

●介護（介護予防）サービス計画書(ケアプラン)の作成が必要です

ケアマネージャー(介護支援専門員)は介護支援に関する相談・窓口役です。ご家族・利用者からの様々な相談に応じ、ケアプランの作成やサービスの利用調整を行ってくれます。

介護保険サービスを利用するには

ちょっと生活が大変になってきた



各市 **担当課（窓口）**

・ **地域包括支援センター**に相談

訪問調査



医師の意見書



介護認定審査会

要介護認定

自立

要支援1・2

要介護1～5

地域の介護予防事業等



ケアマネージャーが
ケアプラン作成



ケアマネージャーが
ケアプラン作成

1か月～1か月半

介護保険制度の考え方



覚えて頂きたいキーワード

●利用者本位

「被保険者の心身の状況、環境等に応じて、
本人の選択に基づき 多様な主体からサービスを総合的に受けられる制度」

●自立支援

「尊厳を保持し、**その有する能力に応じ** 自立した日常生活を営むこと」
「要介護状態となった場合においても、
その有する**能力の維持向上に努める**ものとする」

●社会保険方式

介護保険サービスの考え方

Aさん(78歳)
女性の例



転倒し、骨折で入院。
1か月後、けがは完治して退院しましたが安静による筋力低下から、歩行が不安定になり外出が困難になりました。

パターン①

安全を重視し、ヘルパーに買い物や自宅での心配事の代行をお願いするプランを導入しました。

買い物に行かなくてよくなり自宅での時間が増えましたが、外に行く手間はなくなったので、大変助かりました

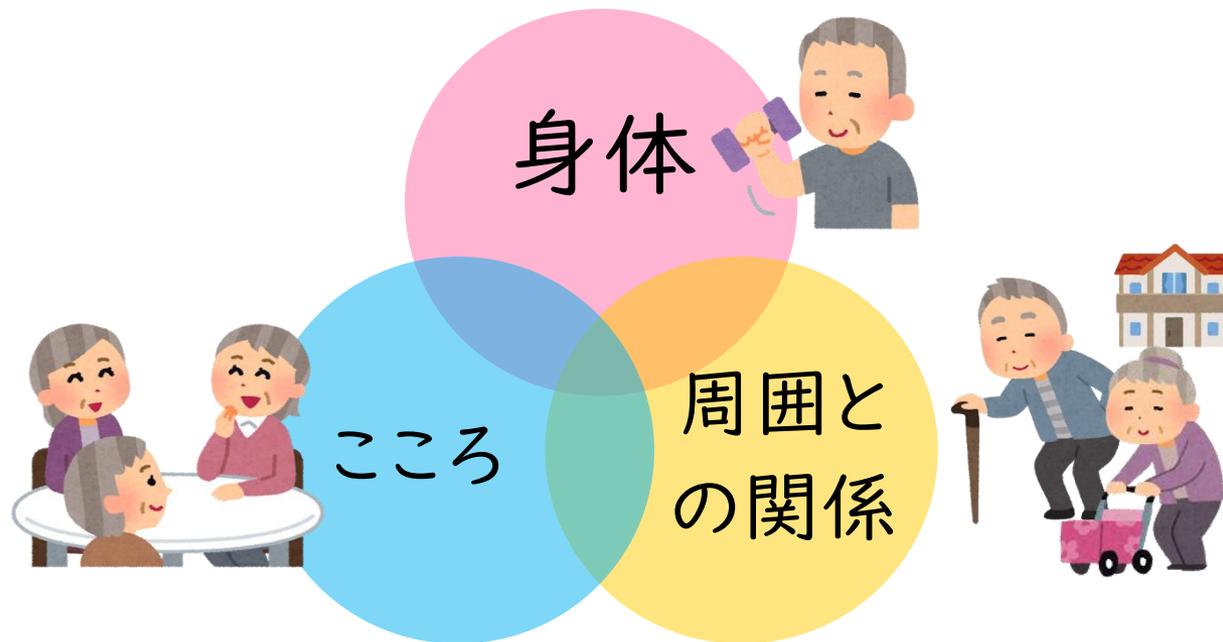
パターン②

活動機会を重視し、ヘルパーで買い物同行の支援を受け無理のない範囲で歩いて外出するプランを導入しました。

長い距離歩けるようになり、一人で買い物に行けるようになりました。

どちらの暮らし方が良いですか？

Well-beingって何だろう？



Well-being: 「病気があっても、体が少し不自由でも、
毎日が充実していて『生きててよかった』と思える状態」

介護保険でWell-being

介護保険は「お世話をしてもらうため」だけのものではなく、
「自分のやりたいことを続けるため」の制度です

介護保険支給限度額

区分	支給限度額	自己負担(1割)	自己負担(3割)
要支援1	50,030円	5,003円	15,009円
要支援2	104,730円	10,473円	31,419円
要介護1	166,920円	16,692円	50,076円
要介護2	196,160円	19,616円	58,848円
要介護3	269,310円	26,931円	80,793円
要介護4	308,060円	30,806円	92,418円
要介護5	360,650円	36,065円	108,195円

サービスの利用料は1～3割です
利用できるのは『支給限度額』の範囲内です。
介護保険負担割合証で確認できます

代表的なサービスの利用料金：例

それぞれのサービス利用料は介護度・利用時間・サービス内容などによって変わります。
自分が利用したときの料金はケアマネージャーへ確認しましょう。

要介護Ⅰの場合
目安の料金

サービスの種類	サービスの内容	1割負担
訪問型	訪問介護 (ヘルパー)	ホームヘルパーが訪問し食事、入浴、排せつなどの身体的介護を行う 30分以上1時間未満 413円
	訪問看護	ホームヘルパーが訪問し調理、洗濯、掃除などの生活援助を行う 30分以上1時間未満 413円
	訪問リハビリ	看護師が自宅を訪問し、医師の指示に基づき療養上の世話または必要な診療の補助を行う 30分以上1時間未満 573円
	訪問入浴	医師の指示のもと、リハビリ専門職が訪問し、心身機能の維持、活動改善の為にリハビリを行います 所要時間20分の場合 317円
	デイサービス	入浴が困難な方に対して、浴槽を積んだ入浴車が自宅を訪問し入浴の介助をします 1回 1,313円
通所型	通所リハ (デイケア)	入浴や食事の提供、社会的な交流や日常生活上の世話、機能訓練を行います 3時間以上4時間未満 378円
	ショートステイ	心身機能の維持・回復を図り、日常生活の自立を促す為に、必要なリハビリを行います 1時間以上2時間未満 379円
	ショートステイ	短期間入所して受けるサービスで、食事入浴排泄等の介護その他の日常生活上の世話及び機能訓練を行う 1回 660円

介護保険に関する本人・地域のイメージ

プロの人が来ているから・・・

介護保険



介護保険に関する本人・地域のイメージ

地域の目指すべき姿

介護保険



地域

戸田市生活支援コーディネーター飯田氏資料より一部改

介護保険支給限度額

自立

要支援1

50,030円



要支援2

104,730円



要介護1

166,920円



要介護2

196,160円

要介護3

269,310円



要介護4

308,060円



要介護5

360,650円

+地域のつながり
+自分自身で活動
+趣味や楽しみ

今日からできること

もしものの時の『希望』をかたろう
自分らしい幸せのものさしってありますか？

例えば

- ◎ 今日、何か「いいな」と心が動くことがありましたか？
- ◎ 時間を忘れて夢中になれる趣味（手芸、囲碁、読書など）はありますか？
- ◎ 困った時に「ちょっと助けて」と言える相手はいますか？
- ◎ 自分の経験や知識が、誰かの役に立っていると感じますか？
- ◎ 小さなこと（毎日歩く、日記を書くなど）を続けられていますか？

高齢者の総合相談窓口

【地域包括支援センター】

戸田市



ご高齢者に関する地域の相談先 地域包括支援センター

市立地域包括支援センター

戸田市美女木 4-20-6
☎ 048-422-8821 FAX 048-422-8819
【担当地区】 美女木・美女木北・美女木東・
笹目・笹目北町・笹目南町・
早瀬

新曽地域包括支援センター

戸田市新曽南 3-1-5
☎ 048-446-6767 FAX 048-446-6720
【担当地区】 大字新曽・新曽南・氷川町・
大字下笹目

中央地域包括支援センター

戸田市大字上戸田 5-4
☎ 048-432-6088 FAX 048-432-6010
【担当地区】 川岸3丁目・李町・南町・
戸田公園・上戸田・大字上
戸田・下戸田

東部地域包括支援センター

戸田市喜沢南 2-5-23
☎ 048-434-6233 FAX 048-434-6176
【担当地区】 喜沢・喜沢南・中町・下前・
川岸1～2丁目

蕨市

蕨市第一地域包括支援センター

錦町、北町、中央1・3～6丁目 にお住まいの方

平日(月～金) 8:30～17:15
蕨市錦町 3-3-27
総合社会福祉センター内
TEL: 048-434-6721

徒歩 蕨駅西口より25分
バス 蕨駅西口より
蕨市コミュニティバス
「ぷらっとわらび」
停留所 西ルート(市民体育館先回り)
⑤総合社会福祉センター
・西ルート(市役所先回り)
⑥総合社会福祉センター



蕨市第二地域包括支援センター

南町、中央2・7丁目 にお住まいの方

平日(月～金) 8:30～17:15
蕨市南町 2-32-20
いさいきタウン蕨内
TEL: 048-290-8587

徒歩 西川口駅西口より10分
バス 蕨駅西口より
蕨市コミュニティバス
「ぷらっとわらび」
停留所 南ルート
③三和中央通り 徒歩2分



蕨市第三地域包括支援センター

塚越 にお住まいの方

平日(月～金) 8:30～17:15
蕨市塚越 2-7-6
TMSビル101
TEL: 048-498-6122

徒歩 蕨駅東口より6分
バス 蕨駅西口より
蕨市コミュニティバス「ぷらっとわらび」
停留所 東ルート
③塚越2丁目 徒歩3分

