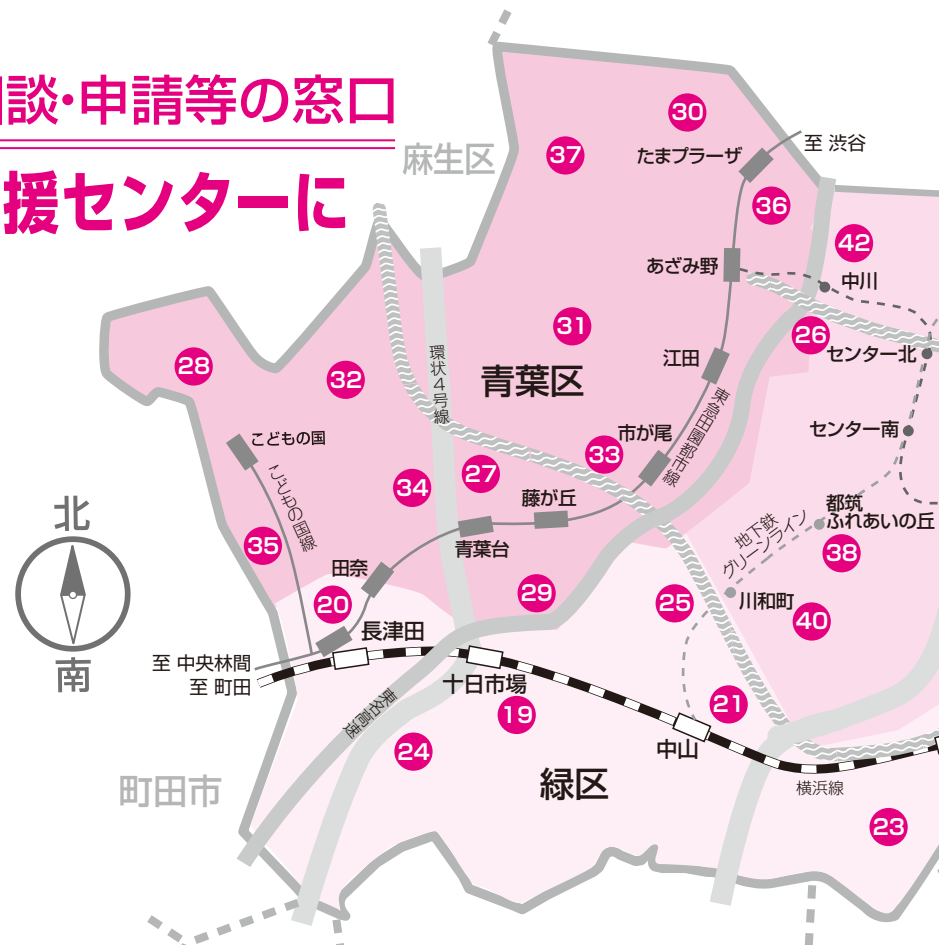


横浜市北部エリアの相談・申請等の窓口

お近くの地域包括支援センターにご相談ください。



総人口	3,754,942人 (2022.9.30現在)
高齢者数	933,206人 (2022.9.30現在)
要介護認定者数	183,457人 (2022.9.30現在)
(北部エリア)	
総人口	1,354,132人 (2022.9.30現在)
高齢者数	286,907人 (2022.9.30現在)
要介護認定者数	54,521人 (2022.9.30現在)
※高齢者数は65歳以上	

地域包括支援センター 一覧

施設名	住所(横浜市)	TEL	FAX	区
1 横浜市潮田地域ケアプラザ	230-0048 鶴見区本町通 4-171-23	045-507-2132	045-507-2930	鶴見区
2 横浜市矢向地域ケアプラザ	230-0001 鶴見区矢向 4-32-11	045-573-0029	045-573-0027	
3 横浜市寺尾地域ケアプラザ	230-0077 鶴見区東寺尾 6-37-14	045-585-5622	045-585-5737	
4 横浜市東寺尾地域ケアプラザ	230-0077 鶴見区東寺尾 1-12-3	045-584-0293	045-570-6202	
5 横浜市駒岡地域ケアプラザ	230-0071 鶴見区駒岡 4-28-5	045-581-0519	045-570-6602	
6 横浜市鶴見市場地域ケアプラザ	230-0024 鶴見区市場下町 11-5	045-504-1188	045-500-6677	
7 横浜市鶴見中央地域ケアプラザ	230-0051 鶴見区鶴見中央 1-23-26	045-521-8100	045-508-7808	
8 横浜市生麦地域ケアプラザ	230-0052 鶴見区生麦 4-6-4	045-503-2135	045-510-3018	
9 横浜市馬場地域ケアプラザ	230-0076 鶴見区馬場 7-11-23	045-576-4232	045-576-4233	
10 新吉田地域ケアプラザ	223-0056 港北区新吉田町 6001-6	045-592-2151	045-592-0105	港北区
11 横浜市篠原地域ケアプラザ	222-0022 港北区篠原東 2-15-27	045-423-1270	045-423-1257	
12 横浜市高田地域ケアプラザ	223-0066 港北区高田西 2-14-6	045-594-3603	045-594-3605	
13 横浜市下田地域ケアプラザ	223-0064 港北区下田町 4-1-1	045-563-9082	045-563-9083	
14 横浜市大豆戸地域ケアプラザ	222-0032 港北区大豆戸町 316-1	045-432-4913	045-432-4912	
15 横浜市樽町地域ケアプラザ	222-0001 港北区樽町 1-22-46	045-532-2502	045-533-0025	
16 横浜市城郷小机地域ケアプラザ	222-0036 港北区小机町 2484-4	045-478-1600	045-478-1155	
17 横浜市日吉本町地域ケアプラザ	223-0062 港北区日吉本町 4-10-A	045-566-0361	045-566-0362	
18 横浜市新羽地域ケアプラザ	223-0057 港北区新羽町 1240-1	045-542-7216	045-531-7011	
19 横浜市十日市場地域ケアプラザ	226-0025 緑区十日市場町 825-1	045-985-9034	045-985-6325	緑区
20 横浜市長津田地域ケアプラザ	226-0027 緑区長津田 2-11-2	045-981-7763	045-981-7575	
21 横浜市中山地域ケアプラザ	226-0019 緑区中山 2-1-1	045-935-5698	045-935-5695	

※電話番号は、在宅介護などについての相談対応電話の番号です。地域包括支援センターでの電話相談は、夜間や休館日でも、連携先の相談専用コールセンターに電話を転送して24時間・365日受け付けています。

地域包括支援センター 一覧

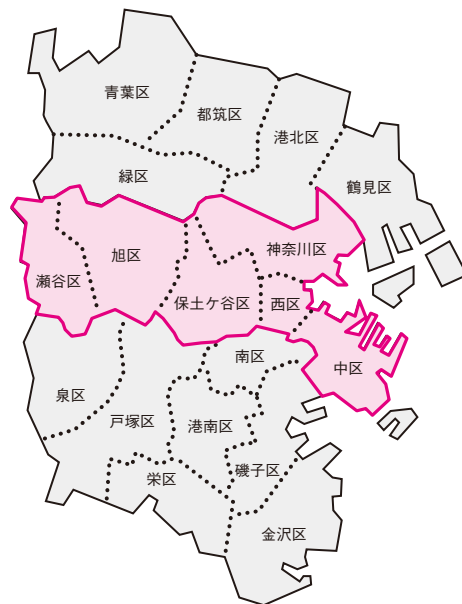
施設名	住所(横浜市)	TEL	FAX	区
22 横浜市東本郷地域ケアプラザ	226-0002 緑区東本郷 5-5-6	045-471-0677	045-471-0678	緑区
23 横浜市鴨居地域ケアプラザ	226-0003 緑区鴨居 5-29-8	045-930-1121	045-931-2203	
24 横浜市霧が丘地域ケアプラザ	226-0016 緑区霧が丘 3-23	045-922-6633	045-922-6611	
25 横浜市山下地域ケアプラザ	226-0021 緑区北八朔町 218-13	045-931-1187	045-935-3883	青葉区
26 横浜市荏田地域ケアプラザ	225-0013 青葉区荏田町 494-7	045-911-8005	045-911-8121	
27 横浜のもえぎ野地域ケアプラザ	227-0044 青葉区もえぎ野 4-2	045-974-5403	045-974-5405	
28 奈良地域ケアプラザ	227-0036 青葉区奈良町 1757-3	045-962-8429	045-962-9847	
29 横浜市さつきが丘地域ケアプラザ	227-0053 青葉区さつきが丘 12-1	045-972-4768	045-972-4759	
30 横浜市美しが丘地域ケアプラザ	225-0002 青葉区美しが丘 4-32-7	045-901-6714	045-901-6718	
31 横浜市大場地域ケアプラザ	225-0023 青葉区大場町 383-3	045-975-0206	045-979-3200	
32 横浜市鴨志田地域ケアプラザ	227-0033 青葉区鴨志田町 547-3	045-961-6912	045-960-6011	
33 ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ	225-0024 青葉区市ケ尾町 25-6	045-979-0241	045-308-7082	
34 青葉台地域ケアプラザ	227-0062 青葉区青葉台 2-8-22	045-988-0305	045-985-1588	
35 横浜市恩田地域ケアプラザ	227-0066 青葉区あかね台 2-8-4	045-985-2133	045-988-0901	
36 横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ	225-8530 青葉区新石川 2-1-15	045-910-5221	045-910-5231	
37 横浜市すすき野地域ケアプラザ	225-0021 青葉区すすき野 1-8-21	045-901-5710	045-909-0072	
38 横浜市葛が谷地域ケアプラザ	224-0062 都筑区葛が谷 16-3	045-943-5951	045-943-5961	都筑区
39 東山田地域ケアプラザ	224-0024 都筑区東山田町 270	045-590-3788	045-592-5913	
40 横浜市加賀原地域ケアプラザ	224-0055 都筑区加賀原 1-22-32	045-944-4641	045-944-4642	
41 横浜市新栄地域ケアプラザ	224-0035 都筑区新栄町 19-19	045-592-5265	045-595-3321	
42 横浜市中川地域ケアプラザ	224-0001 都筑区中川 1-1-1	045-910-1512	045-910-1513	
43 横浜市都田地域ケアプラザ	224-0045 都筑区東方町 655-4	045-943-1130	045-943-1131	

地域包括支援センター(鶴見区・港北区・緑区・青葉区・都筑区)

横浜市中部エリアの相談・申請等の窓口

お近くの地域包括支援センターにご相談ください。

横浜市地図



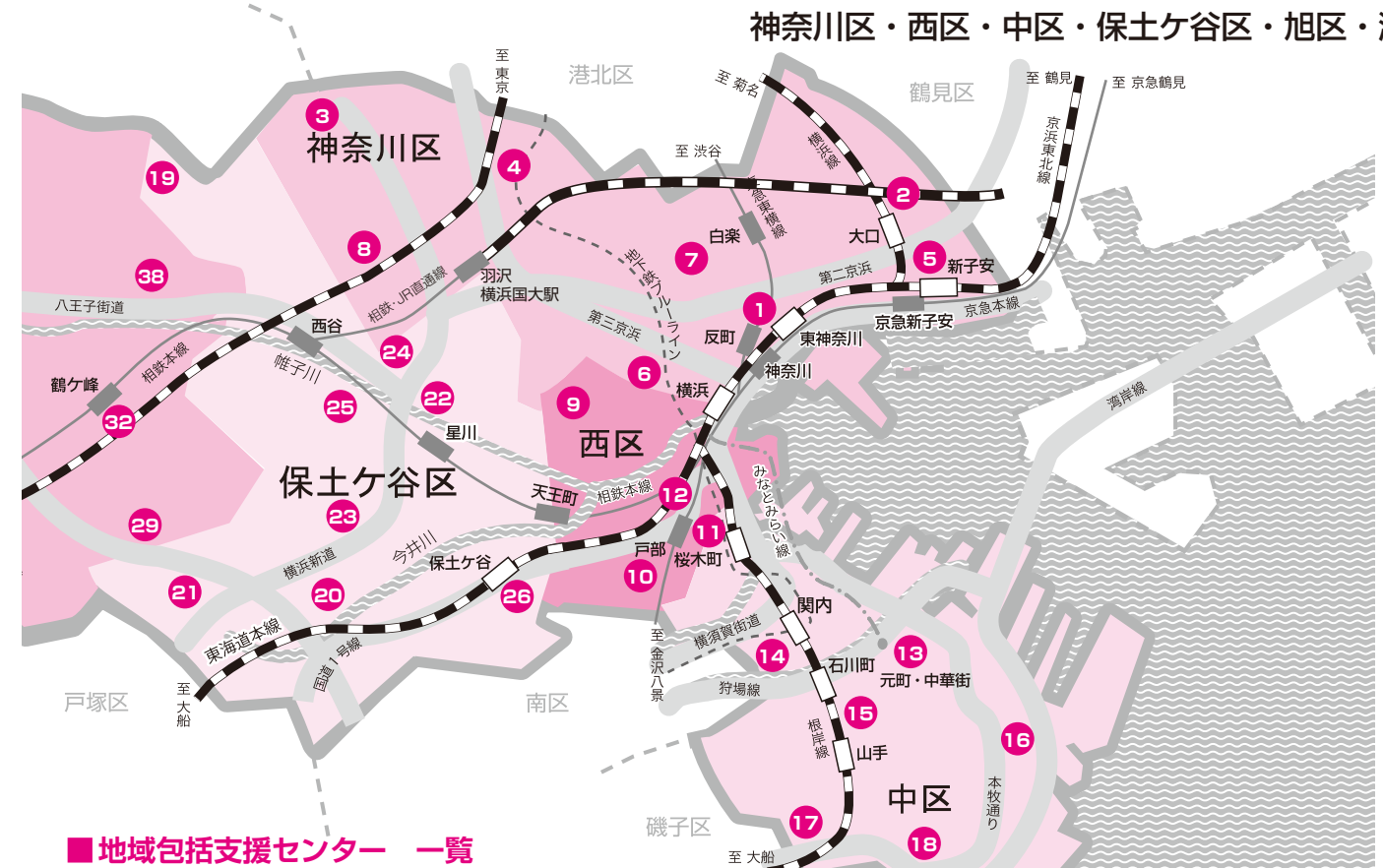
横浜市の高齢者に関するデータ	
総人口	3,754,942人 (2022.9.30現在)
高齢者数	933,206人 (2022.9.30現在)
要介護認定者数	183,457人 (2022.9.30現在)
(中部エリア)	
総人口	1,069,814人 (2022.9.30現在)
高齢者数	270,436人 (2022.9.30現在)
要介護認定者数	55,931人 (2022.9.30現在)
※高齢者数は65歳以上	

■ 地域包括支援センター 一覧

施設名	住所(横浜市)	TEL	FAX	区
1 横浜市反町地域ケアプラザ	221-0825 神奈川区反町 1-11-2	045-321-8026	045-321-8077	神奈川区
2 横浜市神之木地域ケアプラザ	221-0015 神奈川区神之木町 7-1	045-435-3096	045-435-2908	
3 横浜市菅田地域ケアプラザ	221-0864 神奈川区菅田町 1718-1	045-471-3103	045-471-3102	
4 横浜市片倉三枚地域ケアプラザ	221-0862 神奈川区三枚町 199-4	045-413-2572	045-413-2573	
5 横浜市新子安地域ケアプラザ	221-0013 神奈川区新子安 1-2-4	045-423-1703	045-423-1702	
6 横浜市沢渡三ツ沢地域ケアプラザ	221-0844 神奈川区沢渡 56-1	045-577-8213	045-317-3171	
7 横浜市六角橋地域ケアプラザ	221-0802 神奈川区六角橋 3-3-13	045-413-3285	045-488-3138	
8 特別養護老人ホーム 若竹苑	221-0863 神奈川区羽沢町 550-1	045-382-0024	045-373-7472	
9 浅間台地域ケアプラザ	220-0071 西区浅間台 6	045-311-7593	045-311-8357	西区
10 横浜市藤棚地域ケアプラザ	220-0053 西区藤棚町 2-198	045-253-0662	045-253-0698	
11 横浜市宮崎地域ケアプラザ	220-0031 西区宮崎町 2	045-261-6121	045-261-6052	
12 横浜市戸部本町地域ケアプラザ	220-0041 西区戸部本町 50-33	045-321-3300	045-317-3008	
13 横浜市新山下地域ケアプラザ	231-0801 中区新山下 3-15-5	045-625-0081	045-625-1865	中区
14 横浜市不老町地域ケアプラザ	231-0032 中区不老町 3-15-2	045-662-9989	045-662-0192	
15 横浜市麦田地域ケアプラザ	231-0849 中区麦田町 1-26-2	045-664-6024	045-664-6075	
16 横浜市本牧原地域ケアプラザ	231-0821 中区本牧原 6-1	045-623-0975	045-623-0977	
17 横浜市箕沢地域ケアプラザ	231-0856 中区箕沢 13-204	045-663-6930	045-228-1828	
18 横浜市本牧和田地域ケアプラザ	231-0827 中区本牧和田 35-13	045-628-1311	045-622-1290	

※電話番号は、在宅介護などについての相談対応電話の番号です。地域包括支援センターでの電話相談は、夜間や休日でも、連携先の相談専用コールセンターに電話を転送して24時間・365日受け付けています。

神奈川区・西区・中区・保土ヶ谷区・旭区・瀬谷区



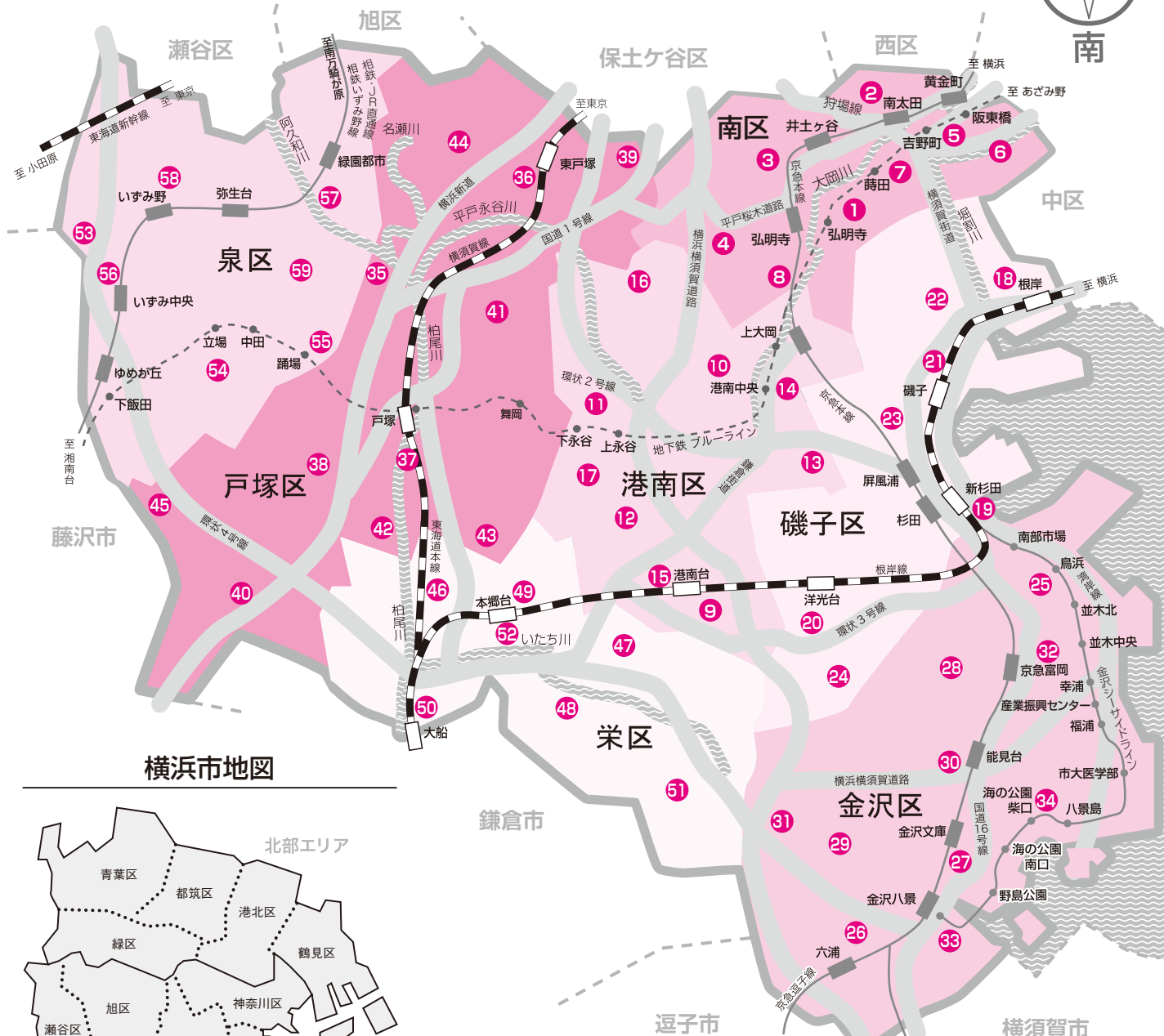
■ 地域包括支援センター 一覧

施設名	住所(横浜市)	TEL	FAX	区
19 上管田地域ケアプラザ	240-0051 保土ヶ谷区上管田町 1696	045-372-0125	045-371-3810	保土ヶ谷区
20 横浜市岩崎地域ケアプラザ	240-0015 保土ヶ谷区岩崎町 37-5	045-334-1545	045-334-1500	
21 横浜市今井地域ケアプラザ	240-0035 保土ヶ谷区今井町 412-8	045-351-8816	045-351-8814	
22 横浜市星川地域ケアプラザ	240-0001 保土ヶ谷区川辺町 5-11	045-333-9590	045-340-2100	
23 横浜市仏向地域ケアプラザ	240-0044 保土ヶ谷区仏向町 1262-3	045-336-9998	045-342-1571	
24 横浜市常盤台地域ケアプラザ	240-0067 保土ヶ谷区常盤台 53-2	045-339-5702	045-339-6068	
25 横浜市川島地域ケアプラザ	240-0045 保土ヶ谷区川島町 360-2	045-373-6777	045-744-6443	
26 横浜市保土ヶ谷地域ケアプラザ	240-0023 保土ヶ谷区岩井町 143-2	045-743-1882	045-713-5013	
27 万騎が原地域ケアプラザ	241-0836 旭区万騎が原 4	045-362-3354	045-390-3377	旭区
28 横浜市上白根地域ケアプラザ	241-0001 旭区上白根町 112	045-951-3966	045-951-3971	
29 横浜市左近山地域ケアプラザ	241-0831 旭区左近山 1186-2	045-442-8847	045-353-1131	
30 横浜市川井地域ケアプラザ	241-0803 旭区川井本町 57-8	045-959-0066	045-952-1110	
31 横浜市若葉台地域ケアプラザ	241-0801 旭区若葉台 4-16-1	045-923-8833	045-923-8835	
32 横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザ	241-0022 旭区鶴ヶ峰 1-38-3	045-382-6073	045-382-6071	
33 横浜市今宿地域ケアプラザ	241-0813 旭区今宿町 2647-2	045-392-0308	045-360-0023	
34 横浜市ひかりが丘地域ケアプラザ	241-0001 旭区上白根町 807-2	045-953-6892	045-958-1140	
35 横浜市南希望が丘地域ケアプラザ	241-0824 旭区南希望が丘 72-3	045-360-5096	045-360-1198	
36 横浜市今宿西地域ケアプラザ	241-0031 旭区今宿西町 410-1	045-951-2511	045-958-1253	
37 横浜市笹野台地域ケアプラザ	241-0816 旭区笹野台 2-32-1	045-367-2070	045-367-2331	
38 横浜市白根地域ケアプラザ	241-0005 旭区白根2-3-18 パール横浜白根ビル2階	045-958-2573	045-951-0031	
39 横浜市二俣川地域ケアプラザ	241-0821 旭区二俣川2-50-14 コフレ二俣川 商業・業務棟6階	045-361-1780	045-361-1778	
40 横浜市二ツ橋地域ケアプラザ	246-0021 瀬谷区二ツ橋町 83-4	045-361-9812	045-361-9868	瀬谷区
41 横浜市阿久和地域ケアプラザ	246-0026 瀬谷区阿久和南 2-9-2	045-365-9906	045-365-9894	
42 横浜市中屋敷地域ケアプラザ	246-0004 瀬谷区中屋敷 2-18-6	045-303-8899	045-303-8111	
43 横浜山下瀬谷地域ケアプラザ	246-0035 瀬谷区下瀬谷 2-44-6	045-304-1271	045-304-1259	
44 横浜市二ツ橋第二地域ケアプラザ	246-0021 瀬谷区二ツ橋町469 せやまるふれあい館1階	045-392-0311	045-360-6800	

地域包括支援センター(神奈川区・西区・中区・保土ヶ谷区・旭区・瀬谷区)

横浜市南部エリアの相談・申請等の窓口

お近くの地域包括支援センターにご相談ください。



総人口	3,754,942人 (2022.9.30現在)
高齢者数	933,206人 (2022.9.30現在)
要介護認定者数	183,457人 (2022.9.30現在)
(南部エリア)	
総人口	1,330,996人 (2022.9.30現在)
高齢者数	375,863人 (2022.9.30現在)
要介護認定者数	73,005人 (2022.9.30現在)
※高齢者数は65歳以上	

※右記表に記載されている電話番号は、在宅介護などについての相談対応電話の番号です。地域包括支援センターでの電話相談は、夜間や休館日でも、連携先の相談専用コールセンターに電話を転送して24時間・365日受け付けています。

■地域包括支援センター 一覧

南区・港南区・磯子区・金沢区・戸塚区・栄区・泉区

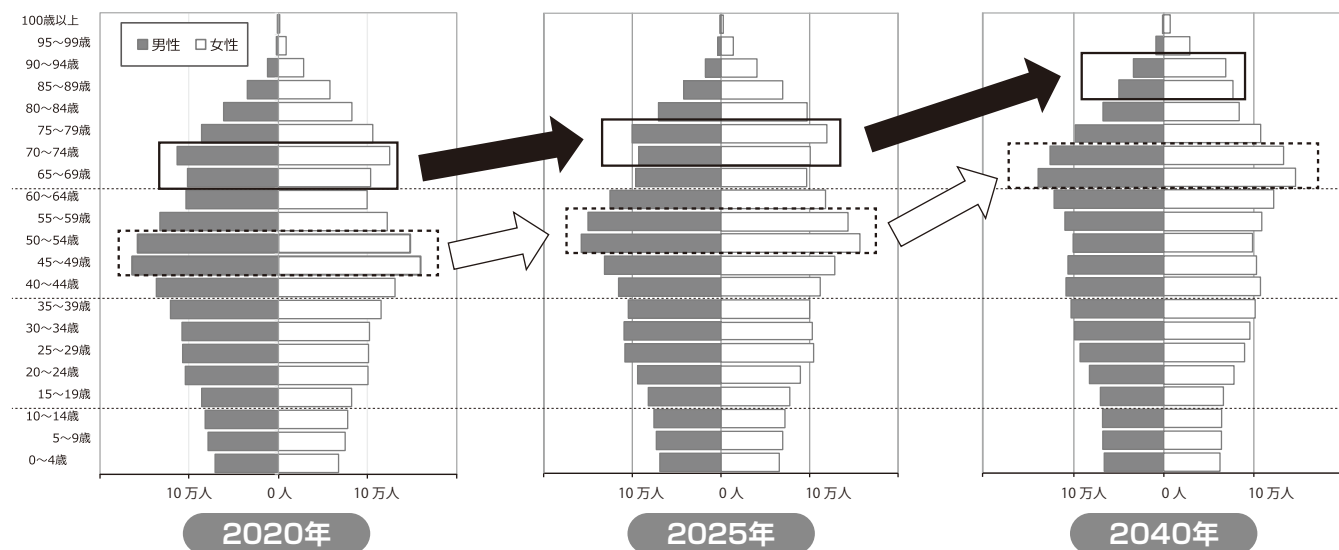
施設名	住所(横浜市)	TEL	FAX	区
1 横浜市大岡地域ケアプラザ	232-0061 南区大岡 1-14-1	045-711-8581	045-743-6104	南区
2 横浜市清水ヶ丘地域ケアプラザ	232-0007 南区清水ヶ丘 49	045-253-0147	045-253-0146	
3 横浜市永田地域ケアプラザ	232-0073 南区永田南 2-16-31	045-711-8612	045-711-8614	
4 横浜市六ツ川地域ケアプラザ	232-0066 南区六ツ川 2-3-211	045-716-0682	045-716-0685	
5 横浜市浦舟地域ケアプラザ	232-0024 南区浦舟町 3-46	045-261-3318	045-264-1238	
6 横浜市中村地域ケアプラザ	232-0033 南区中村町 2-120-3	045-260-5101	045-260-5102	
7 横浜市睦地域ケアプラザ	232-0041 南区睦町 1-31-1	045-730-5080	045-711-0012	
8 横浜市別所地域ケアプラザ	232-0064 南区別所 1-7-23	045-714-2215	045-716-3885	
9 横浜市港南台地域ケアプラザ	234-0054 港南区港南台 3-3-1	045-834-3143	045-834-3145	港南区
10 横浜市東永谷地域ケアプラザ	233-0011 港南区東永谷 1-1-12	045-826-1098	045-826-1071	
11 横浜市下永谷地域ケアプラザ	233-0016 港南区下永谷 3-33-5	045-826-2658	045-826-2641	
12 横浜市野庭地域ケアプラザ	234-0056 港南区野庭町 612	045-848-0102	045-848-0106	
13 横浜市日下地域ケアプラザ	234-0052 港南区日下 3-11-1	045-843-3668	045-843-2400	
14 横浜市港南中央地域ケアプラザ	233-0003 港南区港南 4-2-7	045-845-4103	045-845-4155	
15 横浜市日野南地域ケアプラザ	234-0055 港南区日野南 3-1-11	045-835-0988	045-836-1813	
16 横浜市芹が谷地域ケアプラザ	233-0006 港南区芹が谷 2-16-12	045-826-8266	045-828-5182	
17 横浜市日限山地域ケアプラザ	233-0015 港南区日限山 1-66-55	045-827-1871	045-827-1872	
18 横浜市根岸地域ケアプラザ	235-0002 磯子区馬場町 1-42	045-751-4899	045-751-4821	磯子区
19 横浜市新杉田地域ケアプラザ	235-0032 磯子区新杉田町 8-7	045-771-8848	045-771-3334	
20 横浜市洋光台地域ケアプラザ	235-0045 磯子区洋光台 6-7-1	045-832-1496	045-832-5138	
21 横浜市磯子地域ケアプラザ	235-0016 磯子区磯子 3-1-22	045-758-0184	045-758-0181	
22 横浜市滝頭地域ケアプラザ	235-0012 磯子区滝頭 2-30-1	045-758-0622	045-750-5155	
23 横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ	235-0023 磯子区森 4-1-17	045-750-5311	045-751-2322	
24 横浜市上笹下地域ケアプラザ	235-0043 磯子区氷取沢町 60-17	045-769-0243	045-769-0242	
25 横浜市並木地域ケアプラザ	236-0051 金沢区富岡東 2-5-31	045-775-1357	045-775-0877	金沢区
26 横浜市六浦地域ケアプラザ	236-0031 金沢区六浦 5-20-2	045-349-5141	045-349-5119	
27 横浜市泥亀地域ケアプラザ	236-0021 金沢区泥亀 1-21-5	045-782-2951	045-782-2959	
28 横浜市富岡地域ケアプラザ	236-0052 金沢区富岡西 7-16-1	045-771-2350	045-771-2360	
29 横浜市釜利谷地域ケアプラザ	236-0045 金沢区釜利谷南 2-8-1	045-788-2903	045-788-2906	
30 横浜市能見台地域ケアプラザ	236-0058 金沢区能見台東 2-1	045-787-0992	045-787-0993	
31 横浜市西金沢地域ケアプラザ	236-0045 金沢区釜利谷南 3-22-3	045-788-2972	045-780-3080	
32 横浜市富岡東地域ケアプラザ	236-0051 金沢区富岡東 4-13-3	045-776-2038	045-770-5010	
33 横浜市柳町地域ケアプラザ	236-0026 金沢区柳町 1-4	045-787-3722	045-790-5227	
34 横浜市西柴地域ケアプラザ	236-0012 金沢区柴町 343-5	045-780-1152	045-780-1153	
35 横浜市上矢部地域ケアプラザ	245-0053 戸塚区上矢部町 2342	045-814-2494	045-811-2499	戸塚区
36 横浜市東戸塚地域ケアプラザ	244-0805 戸塚区川上町 4-4	045-826-0927	045-824-8615	
37 横浜市上倉田地域ケアプラザ	244-0816 戸塚区上倉田町 259-11	045-865-5701	045-865-5711	
38 汲沢地域ケアプラザ	245-0062 戸塚区汲沢町 986	045-861-5463	045-861-3428	
39 横浜市平戸地域ケアプラザ	244-0802 戸塚区平戸 2-33-57	045-825-3467	045-825-3464	
40 横浜市原宿地域ケアプラザ	245-0063 戸塚区原宿 4-36-1	045-854-2293	045-854-2299	
41 横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ	244-0813 戸塚区舞岡町 3705-10	045-827-0372	045-827-0375	
42 横浜市南戸塚地域ケアプラザ	244-0003 戸塚区戸塚町 2626-13	045-865-5962	045-860-0554	
43 横浜市下倉田地域ケアプラザ	244-0815 戸塚区下倉田町 1951-8	045-866-2063	045-860-0200	
44 横浜市名瀬地域ケアプラザ	245-0051 戸塚区名瀬町 791-14	045-815-2012	045-815-2014	
45 横浜市深谷俣野地域ケアプラザ	245-0067 戸塚区深谷町 1432-11	045-851-0551	045-851-0122	
46 横浜市豊田地域ケアプラザ	244-0842 栄区飯島町 1368-10	045-864-5236	045-864-5904	栄区
47 横浜市中野地域ケアプラザ	247-0015 栄区中野町 400-2	045-896-0712	045-896-0713	
48 横浜市桂台地域ケアプラザ	247-0034 栄区桂台中 4-5	045-897-1112	045-897-1119	
49 横浜市小菅ヶ谷地域ケアプラザ	247-0007 栄区小菅ヶ谷 3-32-12	045-896-0473	045-896-0472	
50 横浜市笠間地域ケアプラザ	247-0006 栄区笠間 1-1-1	045-890-0862	045-890-0864	
51 横浜市野七里地域ケアプラザ	247-0024 栄区野七里 1-2-31	045-890-5333	045-890-5332	
52 横浜市本郷台駅前地域ケアプラザ	247-0007 栄区小菅ヶ谷 1-5-4	045-893-0070	045-392-5183	
53 横浜市上飯田地域ケアプラザ	245-0018 泉区上飯田町 1338-1	045-802-8556	045-802-6800	泉区
54 横浜市下和泉地域ケアプラザ	245-0022 泉区和泉が丘 1-26-1	045-802-9926	045-802-9927	
55 横浜市踊場地域ケアプラザ	245-0013 泉区中田東 1-4-6	045-801-2922	045-801-2923	
56 横浜市いずみ中央地域ケアプラザ	245-0024 泉区和泉中央 5-14-1	045-805-1792	045-805-1798	
57 横浜市新橋地域ケアプラザ	245-0009 泉区新橋町 33-1	045-810-3261	045-813-3380	
58 横浜市いずみ野地域ケアプラザ	245-0016 泉区和泉町 6214-1	045-804-2732	045-800-0324	
59 横浜市岡津地域ケアプラザ	245-0003 泉区岡津町 1228-3	045-812-0801	045-812-0802	

地域包括支援センター(南区・港南区・磯子区・金沢区・戸塚区・栄区・泉区)

2025年の目指す将来像と横浜型地域包括ケアシステム

▶▶ 今後の横浜市の高齢者の状況

2025年には団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となり、2040年には団塊ジュニア世代が65歳以上の高齢者となります。こうした背景から、2040年には約3人に1人が高齢者となる時代を迎えます。

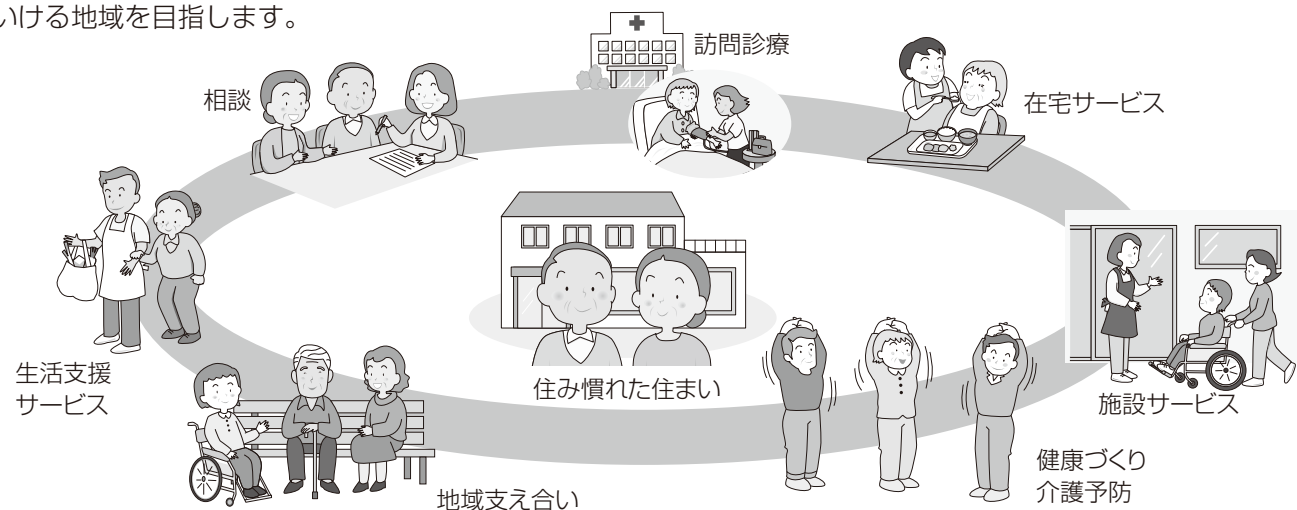


▶▶ 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けて

● 横浜市2025年の目指す将来像 ●

地域で支え合いながら、
介護・医療が必要になっても安心して生活でき、
高齢者が自らの意思で自分らしく生きることができる

高齢化の急速な進展に伴う介護・医療ニーズの大幅な増加やさまざまな課題に対応するため、2025年に向け、横浜型地域包括ケアシステムの構築を進めています。支え合いの地域づくりや、医療・介護の専門職の連携強化を進めることにより、老後の「不安」を「安心」に変え、全ての高齢者が自らの意思で自分らしい生活を継続していける地域を目指します。



横浜型地域包括ケアシステムとは

横浜地域において「介護・医療・介護予防・生活支援・住まい」が一体的に提供される、包括的な支援・サービスの提供体制のことです。

具体的には、

- ①「地域ケアプラザ」を中心に、日常生活圏域ごとに推進します。
- ②活発な市民活動と協働します。
- ③「介護予防・健康づくり」、「社会参加」、「生活支援」を一体的に推進し、健康寿命の延伸につなげます。
- ④医療・介護の連携など、多職種連携の強化を進めます。
- ⑤高齢者が「地域を支える担い手」として活躍できる環境整備を進めるとともに、医療や介護などの人材確保・育成に取り組めます。

よこはま地域包括ケア計画

▶▶ よこはま地域包括ケア計画(計画期間：令和3年度～令和5年度)

第8期横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画

この計画は、高齢者に関する保健福祉事業や介護保険制度の円滑な実施に関する総合的な計画として、3年ごとに策定しています。団塊の世代全員が75歳以上となる2025年及び、団塊ジュニア世代が65歳以上となる2040年を見据えて高齢者福祉施策を推進していくための計画として策定しました。



基本目標

誰もが、いつまでも、どんなときも、自分らしくいられる「横浜型地域包括ケアシステム」を社会全体で紡ぐ

ポジティブ・エイジング

計画の施策体系

高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画

I 地域共生社会の実現に向けた地域づくりを目指して

地域との協働により、介護予防・健康づくり、社会参加、生活支援を一体的に進めることで、一人ひとりが生きがいや役割を持ち、つながり・支え合う地域づくりを進めます。

II 地域生活を支えるサービスの充実と連携強化を目指して

医療・介護が必要になっても、地域で安心して暮らし続けられるよう、在宅生活を支える医療、介護、保健・福祉の充実を図ります。

III ニーズや状況に応じた施設・住まいを目指して

日常生活に支援や手助けが必要になっても、個々の状況に応じた選択が可能となるように、必要な施設や住まいの場を整備します。

IV 安心の介護を提供するために

増大する介護ニーズに対応し、質の高いサービスを安定的に提供するため、①新たな介護人材の確保、②介護人材の定着支援、③専門性の向上を3本の柱として総合的に取り組みます。

V 地域包括ケアの実現のために

介護サービスに関する情報をわかりやすく発信するとともに適正なサービスの量の確保と質の向上を図り、横浜型地域包括ケアシステムの充実に取り組みます。

VI 自然災害・感染症対策

地震、風水害、感染症など、地域や施設での生活環境へのリスクの高まりに対して、介護施設等向けに、防災や感染症対策に関する研修等を実施します。

認知症施策推進計画

共生

認知症を我が事ととらえ、周囲や地域の理解と協力の下、認知症の本人が希望を持って前を向き力を生かしていくことで、住み慣れた地域の中で尊厳を保ちながら自分らしく暮らし続けることができる社会を目指します。

備え

発症以前からの理解、発症の気づきと適切な医療・介護、継続的な社会とのつながりや地域の見守りなど、多くの人が認知症の備えを進めるための施策に重点を置きます。

安心

自立した生活が困難になっても医療や介護等の体制が構築され適切に提供されることで、その人らしく生活できる社会を目指します。

介護サービス量の見込み・保険料の設定

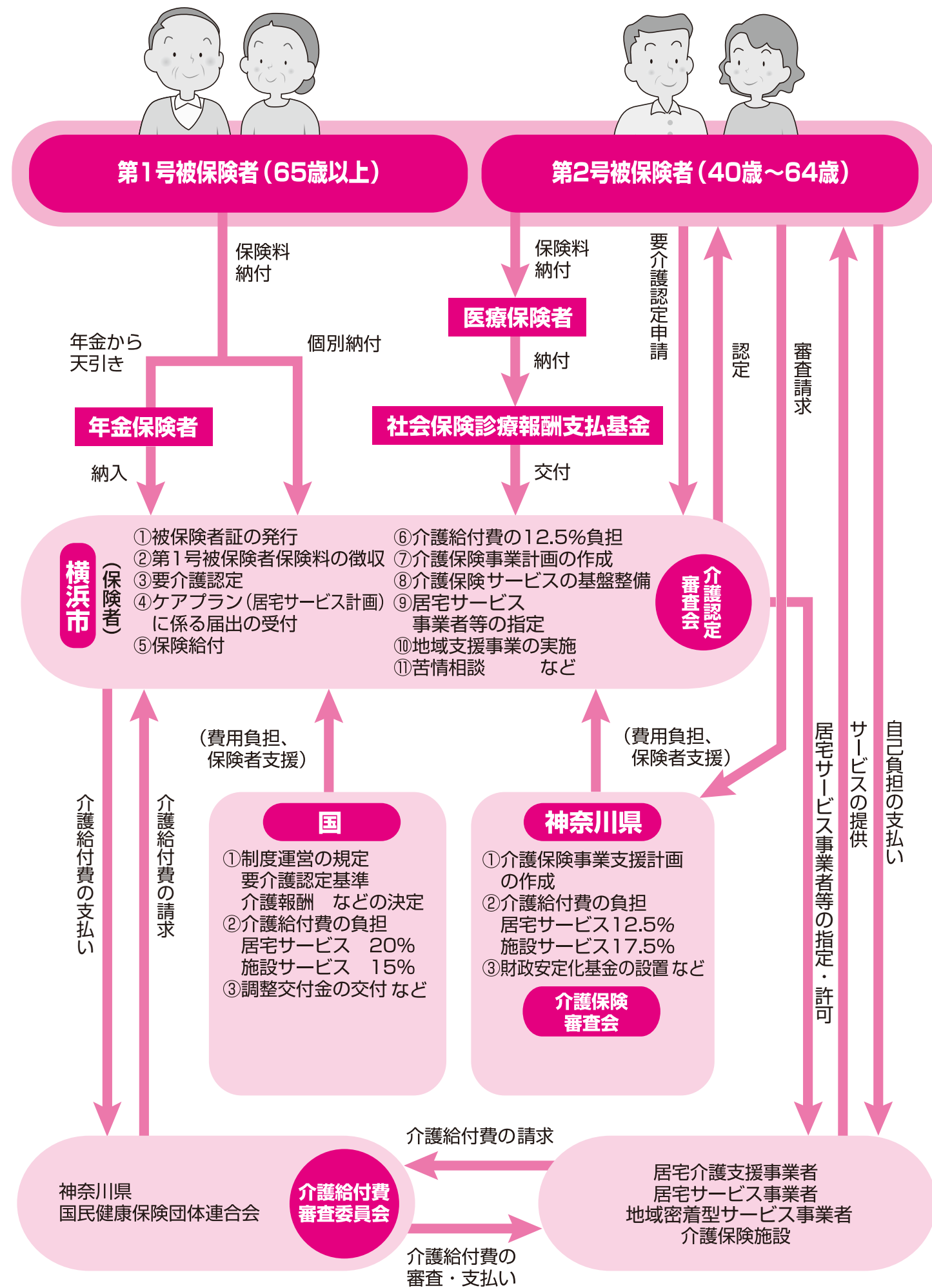
介護保険制度の基本理念は「尊厳の保持」と「自立支援」

介護保険制度は、介護等が必要な人の尊厳を保持し、能力に応じた自立した日常生活を営むことができるよう支援することを基本理念としています。

そして、介護保険サービスは、要介護状態となった場合も、できる限り自分の住まいで、能力に応じた自立した日常生活を営むことができるよう、また、自分が持っている能力の維持向上のために、リハビリテーション等の保健医療サービス・福祉サービスを利用できます。

これらの理念を踏まえ、保険者である横浜市は、介護保険事業計画を策定し、保険料の徴収、要介護認定、保険給付など業務を行い、制度の運営にあたります。

介護保険制度のしくみ



介護保険の対象者

65歳以上の方(第1号被保険者)

65歳に達したとき(誕生日の前日)に、第1号被保険者となります。介護が必要なときは、原因を問わず要介護(支援)認定等を経て介護保険サービスが利用できます。

介護保険証の交付

65歳の誕生日の前に介護保険被保険者証(介護保険証)をお送りします。

届出

次のような場合には、区役所保険年金課に届出をしてください。

- 他市町村から転入してきたとき、または他市町村に転出するとき
- 住所や氏名等が変わったとき
- 介護保険証を無くしたり、汚してしまったとき
- 被保険者本人が亡くなったとき
- 生活保護等を受給したとき(または受給しなくなったとき)
- 市外の介護保険施設等に入所(入居)して住所を異動したとき(※1)

※1 介護保険施設等に入所(入居)している方の特例について(住所地特例)

横浜市の介護保険に加入している方(被保険者)が、他市町村に所在する以下の施設等への入所(入居)に伴い、住所を異動した場合には、施設等所在地の市町村ではなく、引き続き横浜市の被保険者となります。

〈住所地特例の該当となる施設等〉

- 特別養護老人ホーム ● 介護老人保健施設 ● 介護療養型医療施設 ● 介護医療院
- 有料老人ホーム ● 軽費老人ホーム ● 養護老人ホーム
- サービス付き高齢者向け住宅のうち、有料老人ホームに該当するもの

介護保険被保険者証	
番号	0123456789
住所	231-0005 横浜市 中区 本町6丁目50番地の10
氏名	横浜 太郎
生年月日	昭和 5年 8月 1日
性別	男
交付年月日	令和 2年 4月 1日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	1 4 1 0 4 4 横浜市 印

介護保険制度のしくみ/介護保険の対象者

40歳~64歳の医療保険加入の方(第2号被保険者)

40歳~64歳で医療保険に加入している方が、第2号被保険者になります。加齢に伴って生ずる病気(※2)が原因で介護が必要な状態となったときに限って、要介護(支援)認定を経て介護保険サービスが利用できます。

介護保険証の交付

要介護(支援)認定を受けた方と交付を希望する方に発行されます。

※2 第2号被保険者が介護保険のサービスを利用できる特定疾病

- 次の16種類を国が指定しています。
- ① がん(※)
 - ② 関節リウマチ
 - ③ 筋萎縮性側索硬化症
 - ④ 後縦靭帯骨化症
 - ⑤ 骨折を伴う骨粗鬆症
 - ⑥ 初老期における認知症(アルツハイマー病、脳血管性認知症等)
 - ⑦ 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(パーキンソン病関連疾患)
 - ⑧ 脊髄小脳変性症
 - ⑨ 脊柱管狭窄症
 - ⑩ 早老症(ウェルナー症候群等)
 - ⑪ 多系統萎縮症
 - ⑫ 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
 - ⑬ 脳血管疾患(脳出血、脳梗塞等)
 - ⑭ 閉塞性動脈硬化症
 - ⑮ 慢性閉塞性肺疾患(肺気腫、慢性気管支炎等)
 - ⑯ 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

※医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る。

介護保険の適用除外施設について

以下の施設に入所(入院)している方は、入所(入院)期間中は介護保険の被保険者にならない場合があります。詳しくは、区役所高齢・障害支援課または区役所保険年金課までお問い合わせください。

〈該当する施設〉

- 医療型障害児入所施設 ● 指定医療機関(医療型児童発達支援の指定病床)
- のぞみの園 ● ハンセン病療養所 ● 救護施設 ● 労災補償法に規定する施設
- 障害者支援施設(障害者総合支援法に基づく生活介護及び施設入所支援の支給決定を受けている方など)
- 障害者総合支援法に基づく療養介護を行う病院(療養介護による給付を受けて入院している方に限る)

保険料について

65歳以上の方(第1号被保険者)の保険料

- ・65歳以上の方の保険料は、横浜市が3か年(令和3年度～令和5年度)の介護保険サービスの給付額等の見込みに基づいて算定し、条例などで定められることにより確定します。
- ・保険料は、本人及び住民票上の世帯(※1)の課税状況、本人の前年中の合計所得金額(※2)等に基づいた段階別の保険料となっていて、個人ごとに算定されます。毎年6月に、その年度(4月～翌年3月)の保険料額を決定します。保険料額を決定した後に保険料額の変更の事由があったときは、保険料額を再算定します。

基準額:年額78,000円(月額換算6,500円)・・・第6段階の保険料額です。 令和3年度～令和5年度(年額)

保険料段階	対象となる方		割合	年間保険料額
第1段階	生活保護または中国残留邦人等支援給付受給者 ・市民税非課税世帯かつ老齢福祉年金受給者		基準額×0.25	19,500円 ^(※5)
第2段階	本人が 市民税 非課税	本人の「公的年金等収入額(※3)」と「その他の合計所得金額(※4)」の合計が年間80万円以下の方	基準額×0.25	19,500円 ^(※5)
第3段階		同じ世帯に いる方全員が 市民税非課税	本人の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額」の合計が年間120万円以下の方で、 かつ第2段階に属さない方	基準額×0.35 ^(※6)
第4段階		上記以外の方	基準額×0.60 ^(※7)	46,800円
第5段階		同じ世帯に 市民税課税者 がいる方	本人の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額」の合計が年間80万円以下の方	基準額×0.90
第6段階 (基準額)	上記以外の方		基準額×1.00	78,000円 (基準額)
第7段階	本人の合計所得金額が120万円未満の方		基準額×1.07	83,460円
第8段階	本人の合計所得金額が120万円以上160万円未満の方		基準額×1.10	85,800円
第9段階	本人の合計所得金額が160万円以上250万円未満の方		基準額×1.27	99,060円
第10段階	本人の合計所得金額が250万円以上350万円未満の方		基準額×1.55	120,900円
第11段階	本人が 市民税 課税	本人の合計所得金額が350万円以上500万円未満の方	基準額×1.69	131,820円
第12段階		本人の合計所得金額が500万円以上700万円未満の方	基準額×1.96	152,880円
第13段階		本人の合計所得金額が700万円以上1,000万円未満の方	基準額×2.28	177,840円
第14段階		本人の合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満の方	基準額×2.60	202,800円
第15段階		本人の合計所得金額が1,500万円以上2,000万円未満の方	基準額×2.80	218,400円
第16段階		本人の合計所得金額が2,000万円以上の方	基準額×3.00	234,000円

- ※1 世帯…原則として4月1日現在の住民票上の世帯をいいます。ただし、4月2日以降に市外から転入された場合や年度途中で65歳(第1号被保険者)にされた場合、その年度はそれぞれ、転入日、誕生日の前日の世帯を基準とします。
- ※2 合計所得金額…税法上の合計所得金額(前年の収入金額から必要経費等に相当する額を差し引いた金額で、税法上の各種所得控除や上場株式等の譲渡損失に係る繰越控除などは行前金額)から、公的年金等控除額等の見直しによる影響を考慮し、さらに土地や建物の売却に係る短期・長期譲渡所得の特別控除額を差し引いた金額をいいます。なお、マイナスの場合は、0円として計算します。
- ※3 公的年金等収入額…税法上の課税対象となる公的年金等(国民年金、厚生年金など)の収入をいい、非課税となる年金(障害年金・遺族年金など)は含まれません。
- ※4 その他の合計所得金額…合計所得金額(※2)から公的年金等に係る雑所得(公的年金等収入額から公的年金等控除額を差し引いた金額)を差し引いた金額をいいます。なお、マイナスの場合は、0円として計算します。
- ※5 消費税による公費を投入し、第1段階～第2段階の年間保険料額を35,100円から19,500円に軽減します。
- ※6 消費税による公費を投入し、第3段階の年間保険料額を46,800円から27,300円に軽減します。
- ※7 消費税による公費を投入し、第4段階の年間保険料額を50,700円から46,800円に軽減します。

保険料について

保険料のお支払い方法は **特別徴収** と **普通徴収** の2通りに分かります。

◆どちらのお支払い方法になるかは、法令等で定められており、被保険者の方が選択することはできませんのでご理解ください。

特別徴収

年金が年額18万円以上の方は年金から天引きになります。

- 保険料の金額が、年金の支払い月に年6回に分けて天引きされます。

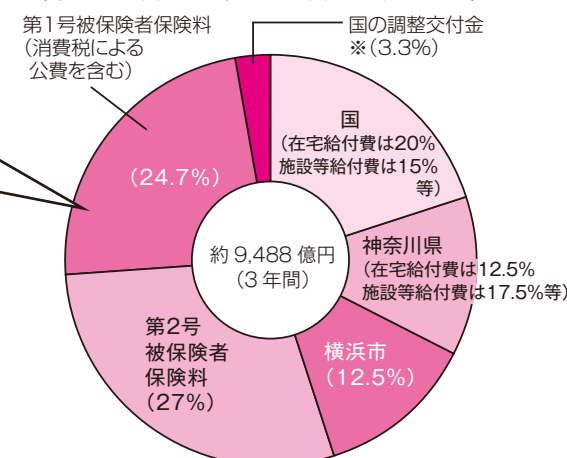
天引きの対象となる年金

- 老齢基礎(退職)年金 ●遺族年金 ●障害年金
- ※老齢福祉年金については天引きの対象とはなりません。

普通徴収

年金が年額18万円未満等で、特別徴収となっていない方は口座振替または納付書によるお支払いとなります。

横浜市の介護保険サービスの財源(令和3年度～令和5年度の見込み)



※国の調整交付金

介護を受ける可能性の高い75歳以上の高齢の方が多いほど、また第1号被保険者の所得の水準が低いほど、第1号被保険者の保険料の基準額が高くなります。調整交付金は、このような市町村の努力では対応できない第1号被保険者の保険料の格差を調整するために、国から市町村に交付されます。

Point

介護保険料は何に使われるの？

介護保険料は、介護が必要な方の介護保険サービス費用などをまかなうために使われます。

保険料の納期	特別徴収	年金からの天引き	偶数月の年金支払日に年金からの天引きとなります。
	普通徴収	口座振替払い	毎月29日が口座振替日です。(2月は末日)
納付書払い		毎月末日が納期限です。	納期限が金融機関の休業日にあたる場合は、翌営業日が納期限になります。

口座振替によるお支払い

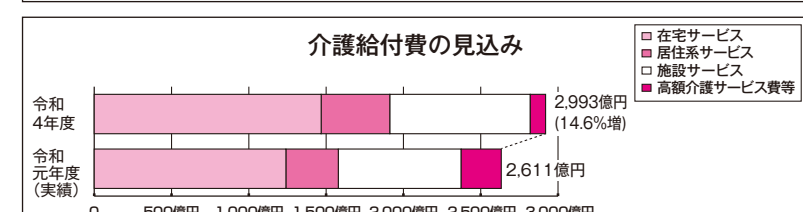
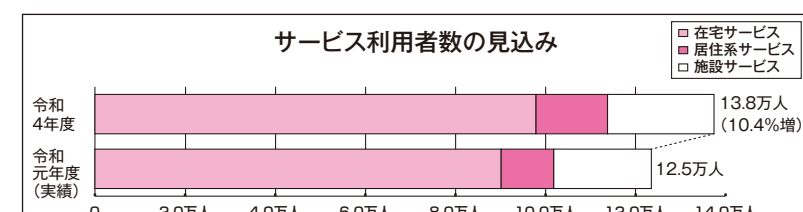
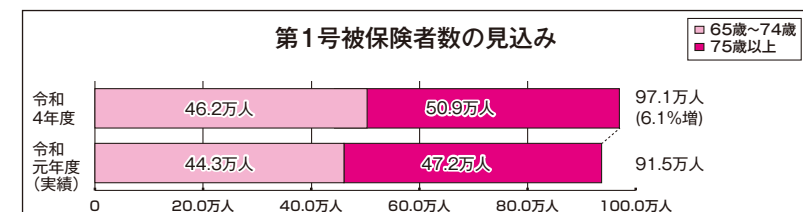
- ・普通徴収での保険料のお支払いには口座振替が便利です。
- ・口座振替をご希望の方は、①Webからお申込みいただくほか、②口座振替依頼書を用いて〈1〉区役所窓口への提出〈2〉区役所への郵送〈3〉金融機関・ゆうちょ銀行の窓口への提出のいずれかでお申し込みください(一部金融機関は〈1〉、〈2〉のみ対応しています)。
- ・口座振替の開始は金融機関で手続きをしてから約2か月後(Webからお申込みいただく場合、毎月25日までの申込みで翌月から開始)となります。引き落としが始まる時に別途はがきでお知らせします。
- ・口座振替のお申し込みをいただいても、要件に該当する方は特別徴収から変更されません。

令和3年度～令和5年度の介護保険料の見直しについて

高齢者の中で介護保険サービスを利用している方は年々増加しており、それに伴って介護保険サービスに要する費用も増大しています。令和3年度～令和5年度の3年間についても、高齢化が進み保険料を負担する人全体の人数が増えるものの、それ以上に介護保険サービス利用者数の伸びが大きいと見込まれるため、お一人おひとりにご負担いただく保険料は上昇することになりました。

一方で、保険料段階が第1段階～第4段階の方については、介護保険の財源の約半分の公費とは別枠で、消費税による公費を投入した保険料軽減措置が実施されています。

高齢者が安心して暮らし続けるためには着実な介護サービスの基盤整備が必要です。横浜市では、必要なサービスを確保しつつ、介護予防の取組推進を目指し、健康づくりや介護予防に重点的に取り組んでいきます。



保険料について

保険料のお支払いにお困りの場合

保険料の減免

災害、失業、倒産、その他の事情で保険料のお支払いが困難なとき、介護保険料の減免が受けられる場合があります。詳しくは区役所保険年金課にご相談ください。

事情の種類	対象となる方	減免内容
災害	風水害、火災、震災等により家屋等の資産が20%以上被害を受けた方。	被害の程度により、4か月分または6か月分を免除します。
所得減少	失業または事業の失敗等により所得が著しく減少した方。	当該年中の見込所得金額等をもとに減額します。
低所得	保険料段階第7段階以下の方で、一定の「収入基準」及び「資産基準」の両方を満たす方(生活保護又は中国残留邦人等支援給付を受けている方は除く)。	第1段階(公費による軽減措置前)の2分の1相当額に減額します。

低所得者減免の収入基準・資産基準

収入基準	世帯全員※の年間収入見込額が、	
	単身世帯	150万円以下
	2人以上の世帯	150万円に、当該被保険者を除く世帯員1人につき50万円を加えた額以下
資産基準	以下の要件を全て満たしていること	
	(ア) 世帯全員の現金、預貯金、有価証券等の資産の合計が、	
	単身世帯	350万円以下
	2人以上の世帯	350万円に、当該被保険者を除く世帯員1人につき100万円を加えた額以下
	(イ) 居住用不動産(土地(200㎡以下)及び家屋)以外の不動産を所有していないこと	

※「世帯全員」とは、基本的には住民登録で同じ世帯として登録している人全員を指しますが、別世帯であっても同居して事実上生計が同じ人も含めます。

Point

保険料は納期限までに納付を

保険料は介護保険制度を維持していくための重要な財源ですので、必ず納期限までに納付してください。
納期限までに納付されない場合は、督促状を送付します。
 さらに、納付が督促状の指定期限を過ぎてしまうと、指定期限の翌日から納付の日までの日数に応じて延滞金が加算されます。

納付書で納めている方には、便利な口座振替をおすすめします。

40歳～64歳の方(第2号被保険者)の保険料

【**決め方**】 各医療保険(国民健康保険、健康保険など)の保険者が、保険料を算出します。

【**お支払い方法**】 医療保険の保険料として一括して納付します。

【**保険料**】 加入している医療保険ごとに異なります。詳しくは、加入している医療保険の保険者に確認してください。

保険料を滞納していると

保険料は介護保険サービスに必要な費用をまかなう重要な財源ですので、介護保険制度を維持していくためには保険料を納付していただくことが大切です。
 特別な理由もなく保険料(第1号被保険者の保険料)を滞納していると、保険料を納付している人との公平を図るために、介護保険サービスを利用するときに法令に基づいて次のような措置がとられることがあります。

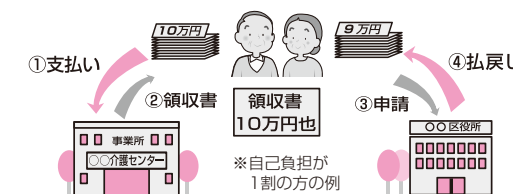
保険料を納期限から1年間納付していないと・・・

保険給付の支払方法が変更されます(償還払い化)

- 介護保険サービスを利用するときに、費用をいったん全額支払うこととなります。
- いったん支払った費用は、区役所に申請すると、保険給付分が後日払い戻されます。

1か月10万円の介護保険サービスを利用している方が償還払い化となった場合*

- ① 償還払いのため、サービス提供事業者等に10割の10万円を支払います。
- ② 10万円の領収書、サービス提供証明書等を受け取ります。
- ③ 10万円の領収書などをお持ちになって区役所に保険給付分(9万円)の払戻しの申請をします。
- ④ 後日、保険給付分(9万円)の払戻しを受けます。



保険料について

保険料を納期限から1年6か月以上納付していないと・・・

保険給付が一時差し止められます

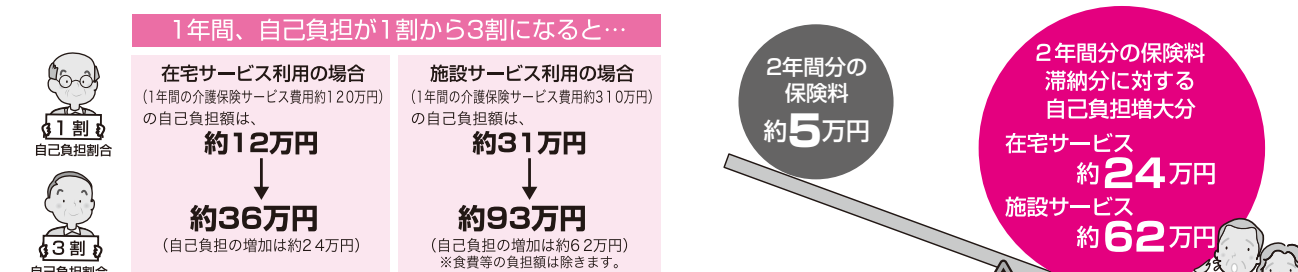
- 償還払いになった給付費の一部または全部の払戻しを一時的に差し止めるなどの措置がとられます。
- なお滞納が続く場合は、差し止められた保険給付から、滞納保険料が差し引かれる場合もあります。

保険料を納期限から2年以上納付していないと・・・

保険給付額が減額されます(利用者負担割合の引き上げ)

- 保険料は、督促状が届いた日の翌日等(時効起算日)から2年経過すると、時効により納めることができなくなります。
- 時効により納められなくなった保険料があると、滞納した期間に応じて、保険給付の自己負担割合が3割または4割に引き上げられる場合があります。
- 給付額が減額される期間中は、高額介護(介護予防)サービス費の払戻し(情-34ページ)や、食費・部屋代の負担軽減(情-35ページ)は受けられず、また、この間の自己負担額は高額医療・高額介護合算制度(情-36ページ)の合算の対象となりません。

要介護2の方の平均的な1年間のサービス利用の自己負担例(※)



このように、介護保険サービスを受けるときに、自己負担が増大します。

この例は、4年間保険料を全く納付せずに、時効により2年間分の保険料納付ができなくなった後に、介護保険サービスを受ける場合を想定しています。
 この例では、自己負担が3割になる期間は1年間になります。保険料の納付済み期間が一部ある場合は、その期間に応じて給付額減額期間が短くなります。

※保険料第2段階で、自己負担が1割の方の例

財産の差押

介護保険サービスの利用の有無にかかわらず、法律に基づく滞納処分として、預貯金、生命保険等の財産を差し押さえる場合があります。

連帯納付義務者

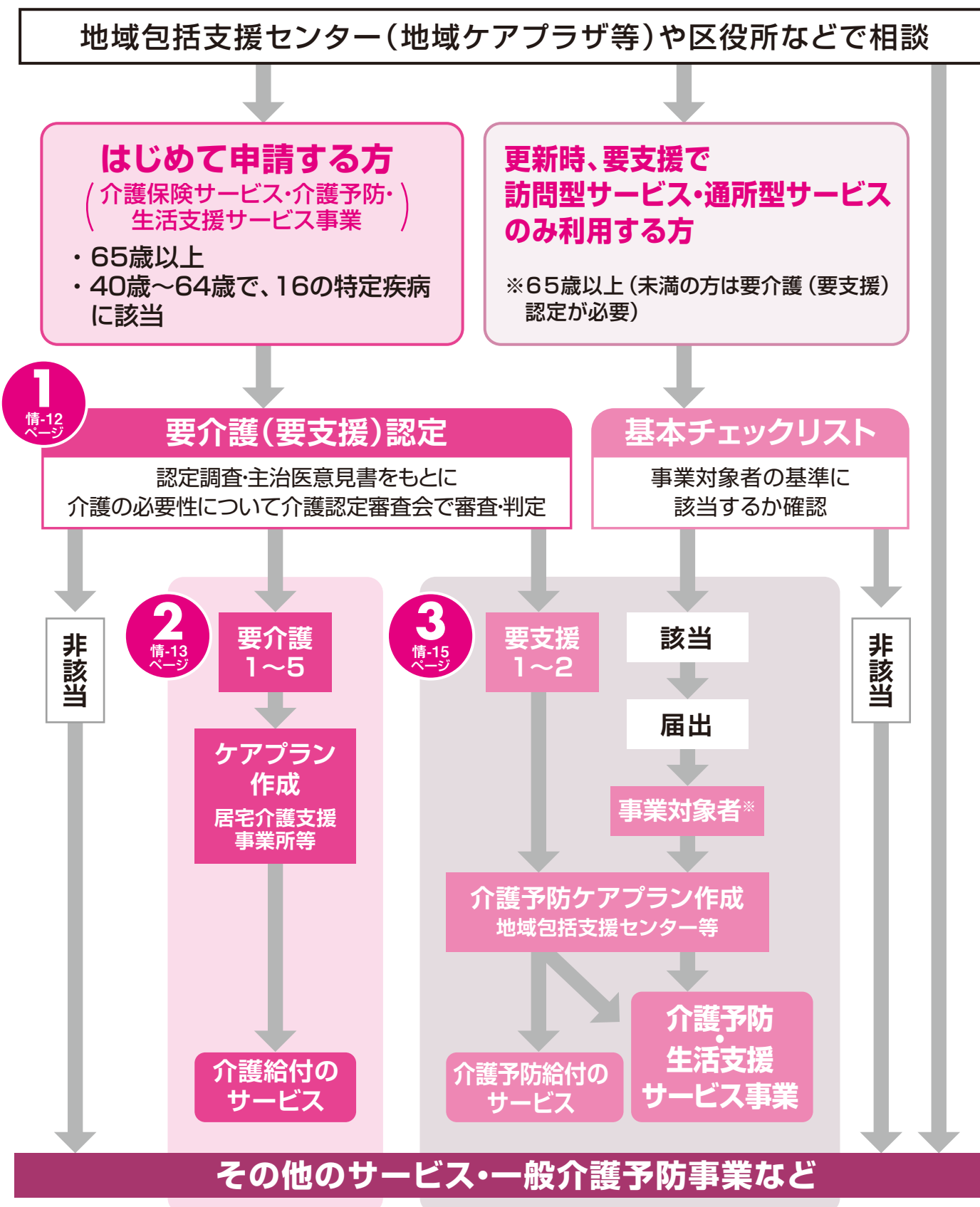
納付方法が普通徴収の場合は、法律の定めにより、世帯主及び配偶者は、その被保険者の保険料を連帯して納付する義務を負うことになっています。

第2号被保険者で医療保険の未納がある場合

第2号被保険者(40歳～64歳の医療保険加入者)に医療保険料の未納がある場合、支払方法の変更と併せて、保険給付の一部または全部について一時的に差し止めるなどの措置がとられることがあります。

サービスの利用手順

サービス利用までの流れ



※事業対象者は訪問型サービス・通所型サービス以外の、介護保険のサービスは利用できませんのでご注意ください。

サービスの利用手順

1 要介護認定を受けます

1. 申請をします

本人またはご家族などが区役所高齢・障害支援課で「要介護認定」の申請をします。地域包括支援センター(地域ケアプラザ等)、居宅介護支援事業者等に代行してもらうこともできます。

● 必要な書類等

- 要介護・要支援認定申請書(窓口にあります)
- 介護保険証(65歳になった時点で交付されます。)
- かかりつけの医療機関名、医師名などがわかるもの
- ※第2号被保険者(情-6ページ)の場合は、加入している医療保険の保険証

2. 心身の状態を調査します

● 認定調査

※事前に区役所や委託事業者から連絡の上、調査員が自宅などに訪問し、本人やご家族から聞き取り調査を行います。調査項目は、全国共通の74項目の基本調査と概況調査です。

※調査員とは区職員や事業所等に所属する介護支援専門員となります。

● 主治医意見書

申請時に指定した主治医により、意見書が作成されます。 ※主治医がない場合は、窓口にご相談ください。

3. どのくらい介護が必要か審査し、認定します

● 審査・判定・認定

認定調査の結果や主治医意見書をもとに、保健・医療・福祉の専門家で構成される介護認定審査会が、どのくらい介護が必要かなどを審査・判定します。

区は、介護認定審査会の審査・判定に基づき、要介護度の認定を行います。



4. 認定結果通知と介護保険証と介護保険負担割合証(※1)が届きます

届いたら通知書と保険証の内容を確認しましょう。

※1 負担割合証は新たに要介護(支援)認定等を受けた方など、負担割合証をお持ちでない方にお送りします。負担割合証についての詳細は情-31ページを参照してください。

● 確認すること

要介護状態区分(「要支援1・要支援2」「要介護1~要介護5」「非該当」)
認定の有効期間など(新規申請・区分変更申請の場合は3か月~12か月、更新申請の場合は3か月~48か月)



2 要介護1～5の認定を受けた方

●在宅生活の継続を希望する場合

サービスを利用するにはケアプランを作成する必要があります。

1. ケアマネジャーを決めます

居宅介護支援事業所に所属するケアマネジャーが、ケアプランを作成することができます。選定にあたっては、区役所高齢・障害支援課の窓口や地域包括支援センター（地域ケアプラザ等）でも相談できます。
居宅介護支援事業者について 情-14ページ

（看護）小規模多機能型居宅介護事業所を利用する場合は、事業所に所属するケアマネジャーがケアプランを作成します。

（看護）小規模多機能型居宅介護事業所について 情-24ページ

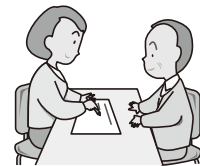
●施設入所を希望する場合

1. 利用する施設を選びます

希望する施設で、サービス内容や契約内容について説明を受けます。
（施設に関する情報提供は、区役所や地域包括支援センター・高齢者施設・住まいの相談センター等から受けられます。）

2. ケアプランの作成を依頼します

どんなサービスが必要か、ケアマネジャーと相談します。
ケアマネジャーが作成したケアプランを確認します。



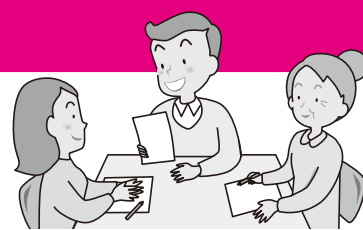
2. 入所を申し込みます

※特別養護老人ホームは、入所申込受付センターで相談・申込を受け付けています。要介護度により、入所要件が異なります（情-28ページ）。その他の施設は各施設に直接申し込みます（情-29ページ）。

※特別養護老人ホームは原則要介護3以上の方

3. サービス事業者と契約します

契約書、重要事項説明書などでサービス内容などの契約内容を確認して、事業者ごとに個別に利用契約を結びます。
事業者との契約について情-16ページ

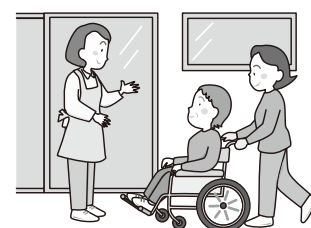


4. サービスを利用します

在宅サービス（訪問系・通所系・生活環境を整えるサービス）は 情-18ページ～



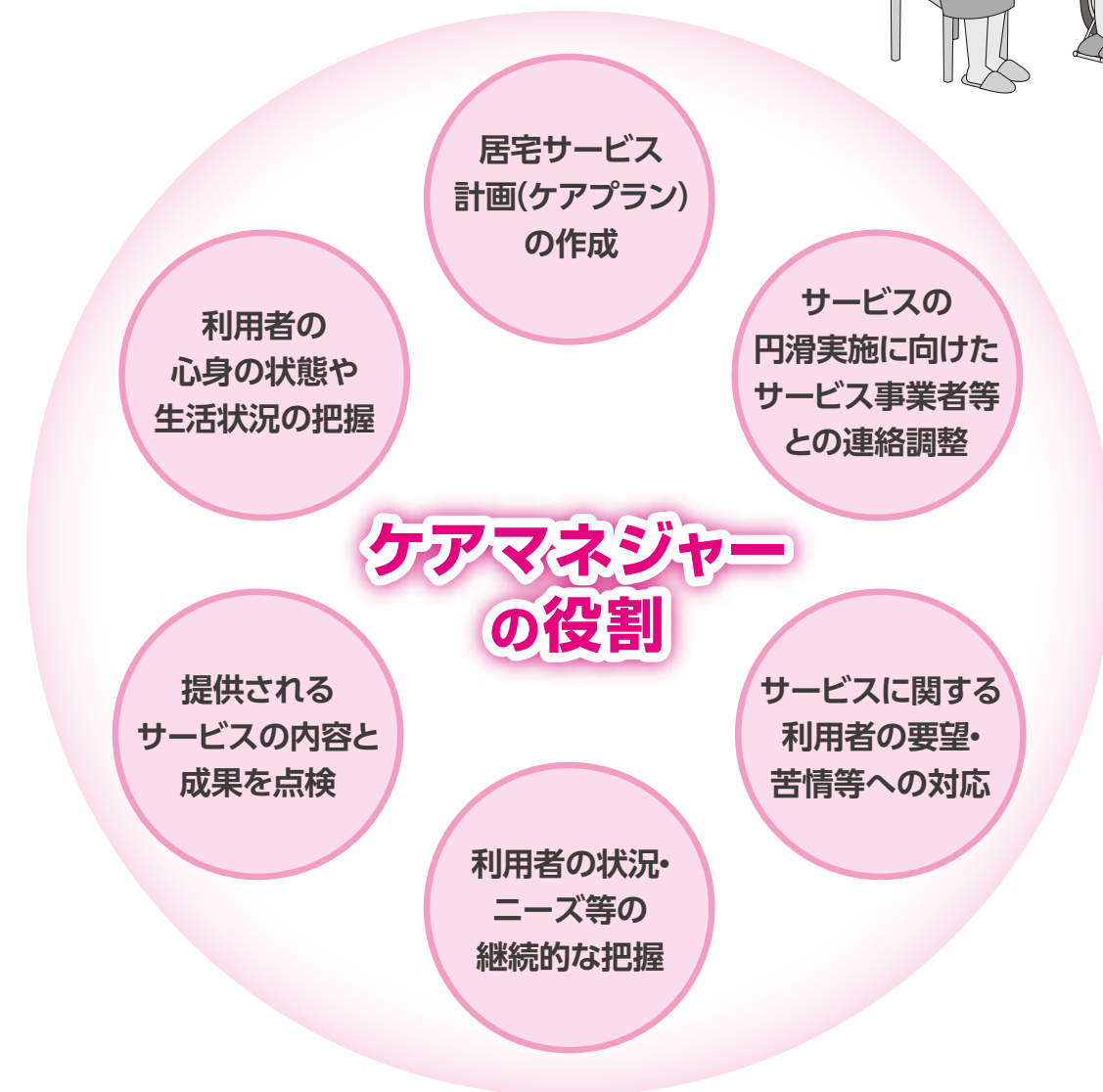
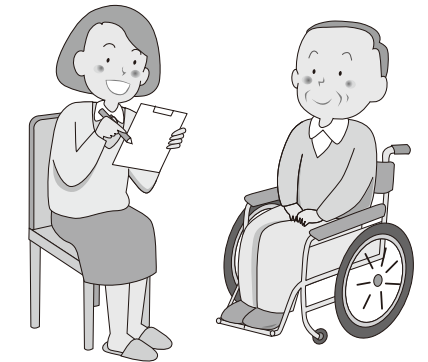
居住系・施設系サービスは 情-28ページ～



居宅介護支援事業所について

ケアプランを作成する担当のケアマネジャーを決めます。

居宅介護支援事業所では、所属するケアマネジャーが、利用者や家族の心身状況や意向に応じて適切なサービスが利用できるように、居宅サービス計画（ケアプラン）の作成をしたり、個々のサービス事業者との利用の調整を行います。これらの費用は全額が介護保険から支払われますので、利用者の自己負担はありません。



～ 居宅介護支援事業所を選ぶ際のポイント ～

1. 長期にわたって利用者の立場に立って、介護のあり方を考えてくれる。
2. 高齢者介護についてしっかりした知識と経験をもっている。
3. 地域のサービス事業者についての豊富な情報をもっている。

事業所を選ぶ際には、上記のポイント等を確認するために、事業所へ直接ご連絡して頂くことも可能です。事業所の一覧はリストページ（72ページ）に掲載しています。

③ 要支援1・2の認定を受けた方、事業対象者^(※)の方

※事業対象者とは、要支援相当の方で、基本チェックリストにより、事業の対象になった方をいいます。

1. お住いの地域を担当する地域包括支援センター (地域ケアプラザ等)に介護予防ケアプランの作成を依頼します

自身が住み慣れた地域で自立した生活が送れることを目指し、必要なサービスを地域包括支援センターへ相談します。地域包括支援センターは介護予防ケアプランを作成し、支援します。(利用者が文書により同意した上で支援を開始します。)

介護予防ケアプランの作成は、利用者の意向を踏まえて、指定居宅介護支援事業所のケアマネジャーに委託することもできます。(その場合は、地域包括支援センターが、作成した介護予防ケアプランを確認します。)

地域包括支援センターについて 情-15ページ

2. サービス事業者と契約します

契約書、重要事項説明書などでサービス内容などの契約内容を確認して、事業者ごとに個別に利用契約を結びます。

事業者との契約について 情-16ページ

3. サービスを利用します

介護予防のサービスは
情-18ページ～

地域包括支援センターについて

地域包括支援センターは地域の身近な相談窓口です。

横浜市では、高齢者が住み慣れた地域で生活ができるよう、地域ケアプラザと一部の特別養護老人ホームに、地域包括支援センターを設置しています。

地域包括支援センターの役割

1 いつまでも元気に！ 介護予防を進めます。

介護予防に関する情報提供や生活機能の維持・向上が必要な方の相談支援、要支援1・2の認定を受けた方、事業対象者の方の介護予防サービスのケアプランを作成します。

2 さまざまな問題について 相談に応じます。

介護保険のほかにも高齢者の生活全般にわたって、幅広く相談を受け、必要なサービスや機関につなげます。

地域包括支援センター

保健師等・社会福祉士・主任ケアマネジャー

3 高齢者のみなさまの 権利を守ります。

消費者被害の防止のほか、成年後見制度の利用支援や高齢者虐待の防止などに取り組みます。

4 地域のつながりを 強めます。

地域ボランティアの活動の支援や、ケアマネジャー、介護保険事業所、医療機関との連携を強めます。

- 地域包括支援センター一覧は情-1～情-2ページに掲載しています。
- ふだんの生活の中で、何か困ったことや気がかりなことがございましたら、お住まいの地区を担当する地域包括支援センターへお気軽にご相談ください。なお、来所相談を希望される際は、あらかじめお電話等で連絡のうえお越しください。年末年始期間及び施設点検日(月1回)を除く土曜・日曜・祝日も開館しています。
- 要支援1・2の認定を受けられた方には、認定結果と一緒に担当の地域包括支援センターのリストをお送りしています。

事業者との契約について

契約書や重要事項説明書の確認ポイント

利用者は、利用する個々のサービスごとに事業者と利用契約を結ぶことになります。思わぬ不利益やトラブルにならないように、契約書やそれに伴う重要事項説明書は、必ず書面でとりかわし記載事項はよく確認しましょう。心配な場合は、区役所の窓口などに相談することもできます。

●サービス契約書●

契約の基本的な内容(有効期間・支払い・解約等)が記載されます。

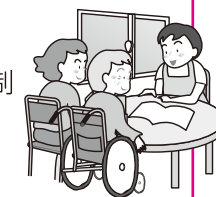


●サービス内容説明書の内容●

- ①具体的なサービス内容
- ②提供回数と日程
- ③利用者負担と支払方法
- ④サービスをキャンセルするときの連絡方法とキャンセル料等の詳細が記載されます。

●重要事項説明書の内容●

- ①事業者の概要
- ②事業所の概要
- ③事業所の職員体制
- ④営業時間
- ⑤利用者負担
- ⑥相談窓口等が記載されます。



●サービスの内容

サービスの種類と内容がきちんと記載されているか。
→サービスの詳細な内容については契約書とは別の説明書などに記載されることもあります。

●契約期間

契約の期間(〇年〇月〇日から〇年〇月〇日まで)が記載されているか。
→契約期間が満了した後の契約更新の取り扱いがきちんと記載されているか。

●サービス内容の説明

サービス内容やサービス提供記録を、利用者に説明したり提供することが記載されているか。

●利用者負担金

利用者負担金がきちんと記載されているか。
→法令で認められる負担以外に、協力金、使用料などのあいまいな費用が課されていないか。事業者の都合で変更できるような書き方をしていないか。

●利用者負担金の滞納

利用者負担金を滞納した場合でも、一定の猶予期間を設けるなどの配慮をしているか。
→直ちにサービスを停止できることや違約金を支払うことが定められていないか。

●利用者の解約権

利用者からの契約の解除が可能であることが記載されているか。
→違約金が必要になっていないか。

●サービスの利用の取消(キャンセル)

予定されているサービス利用を中止できることが定められているか。
→多額のキャンセル料が必要になっていないか。

●損害賠償

利用者の身体・財産に損害を与えたときは、事業者が損害を賠償することが定められているか。

●秘密保持

文書による同意がなければ、利用者および家族に関する個人情報や、正当な理由がある場合を除き、第三者に提供しないことが記載されているか。

●苦情対応

事業者は、苦情に対応する窓口や担当者を明らかにするなど対応を定めているか。

契約書に、不合理な名目費用がないか、確かめましょう。

※介護保険での利用者負担の範囲は情-30ページへ

居宅サービスの利用限度額

介護保険の居宅サービスには、要介護度に応じた限度額が設けられていて、その範囲内で利用することができます。限度額を超えてサービスを利用するときには、超えた分の費用は全額自己負担になります。

ただし、「特定施設入居者生活介護」「認知症対応型共同生活介護」等については、利用限度額は適用されません。また、「居宅療養管理指導」は利用限度額の対象外です。

要介護度等	利用できる単位数	1か月あたりの利用限度額※	
事業対象者	5,032単位	約5万円～約6万円	
要支援	要支援1	5,032単位	約5万円～約6万円
	要支援2	10,531単位	約11万円～約12万円
要介護	要介護1	16,765単位	約17万円～約19万円
	要介護2	19,705単位	約20万円～約22万円
	要介護3	27,048単位	約27万円～約30万円
	要介護4	30,938単位	約31万円～約34万円
	要介護5	36,217単位	約36万円～約40万円

※おおよその金額です。
実際の費用は、「単位数×横浜市の地域区分単価(10円～11.12円)」によって算定されます。(情-18ページ参照)

利用できるサービス

介護保険サービスの種類

介護保険サービスは、要介護の認定を受けた方と、要支援の認定等を受けた方では、利用できるサービスの内容が異なります。詳細は下記の表をご確認ください。

	種類	要支援の方の利用可否		種類	要支援の方の利用可否
自宅を利用するサービス (訪問系サービス)	訪問介護(ホームヘルプ)	○※2	24時間対応で利用できるサービス (訪問系サービス)	定期巡回・随時対応型※1 訪問介護看護※1「訪問系」サービス	×
	夜間対応型訪問介護※1	×		小規模多機能型居宅介護※1 ※1「訪問系」+「通所(宿泊)系」サービス	○
	訪問入浴介護	○		看護小規模多機能型居宅介護※1 ※1「訪問系」+「通所(宿泊)系」サービス	×
	訪問看護	○	生活環境を整えるサービス	福祉用具貸与(レンタル)※4	○
	訪問リハビリテーション	○		特定福祉用具販売	○
	居宅療養管理指導	○		住宅改修	○
	施設に通い泊り(利用)するサービス (通所系サービス)	通所介護(デイサービス)※1 19人以上	○※2	居住系サービス	認知症対応型共同生活介護※1
地域密着型通所介護※1 (小規模なデイサービス)※1 18人以下		○※2	特定施設入居者生活介護 (介護付有料老人ホーム等)		○※3
療養通所介護※1 (看護師の観察が必要な方のデイサービス)		×	地域密着型特定施設入居者生活介護 (介護付有料老人ホーム等)※1		×
認知症対応型通所介護※1 (認知症対応型デイサービス)		○	施設系サービス	介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	×
通所リハビリテーション (デイケア)		○		地域密着型介護老人福祉施設 入所者生活介護※1	×
短期入所生活介護 (福祉施設のショートステイ)		○		介護老人保健施設	×
短期入所療養介護 (医療施設等のショートステイ)		○		介護療養型医療施設	×
			介護医療院	×	

※1 「地域密着型サービス」です。地域密着型サービスは、可能な限り住み慣れた自宅や地域で生活できるようにつくられたサービスです。原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。
 ※2 要支援の方が利用できる訪問介護、通所介護、地域密着型通所介護は、「介護予防・日常生活支援総合事業」のサービスに移行しました。
 ※3 入居時要介護の方のみを対象とした施設もあります。
 ※4 軽度者(要介護1・要支援の方)は、一部利用対象外の種目があります。

介護予防・生活支援サービス事業一覧

【対象者:要支援1~2、事業対象者】

国の類型	横浜市のサービス名称	事業概要
旧介護予防 訪問介護・通所介護に 相当するサービス	横浜市訪問介護 相当サービス	専門的なサービスが必要と認められる場合に提供するサービスとして、旧介護予防訪問介護に相当するサービス(訪問介護員等によるサービス)を実施します。
	横浜市通所介護 相当サービス	専門的なサービスが必要と認められる場合に提供するサービスとして、旧介護予防通所介護に相当するサービス(通所介護事業者の従事者によるサービス)を実施します。
緩和した基準による サービス(サービスA)	横浜市訪問型 生活援助サービス	必ずしも専門的なサービスが必要でない方に、訪問介護員等に加えて、一定の研修修了者又は入門的研修修了者が、掃除、洗濯、調理、買い物などの生活援助を行います。
住民主体による支援 (サービスB)	横浜市 訪問型支援	住民主体のボランティア等が定期的にご自宅に訪問し、掃除、洗濯、調理、買い物など、日常生活の支援を行います。
	横浜市 通所型支援	住民主体のボランティア等が行う地域のサロンなどで、体操や趣味の活動など介護予防につながる活動に参加できます。
その他の 生活支援サービス	横浜市 配食支援	住民主体のボランティア等が定期的にご自宅に訪問し、栄養改善を目的とした配食などを行います。
	横浜市 見守り支援	住民主体のボランティア等が定期的にご自宅に訪問し、安否確認や見守りを行います。
短期集中予防 サービス(サービスC)	横浜市訪問型 短期予防サービス	早期介入による閉じこもり予防・改善、社会参加の促進、介護予防を目的に、区福祉保健センターの看護師、保健師が3~6か月の短期間、訪問して支援を行います。本人の状態にあわせて、運動機能の維持・改善や健康管理のための支援、地域の通いの場等多様なサービスへの参加支援などを行います。

※5 要支援者・事業対象者のときから継続して利用する要介護者も利用することができます。

主なサービスの内容については情-18ページから情-29ページの介護保険で利用できるサービスと自己負担額の目安をご覧ください。また、自己負担額の目安は、1割負担の方を例として計算しており、事業所の体制等による加算分は含まれていません。報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

利用できるサービス

自宅で利用するサービス

要介護1~5の方

訪問介護(ホームヘルプ)

自宅を訪問するホームヘルパー(訪問介護員)により、入浴・排せつ・食事の介助等の身体介護、掃除・洗濯・調理・買い物等の生活援助が受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

身体介護 中心の利用	20分未満	20分以上 30分未満	30分以上 60分未満	60分以上 90分未満	以降 30分ごと
	186円	278円	441円	644円	94円

身体介護に 引き続き 生活援助を利用	20分以上 45分未満	45分以上 70分未満	70分以上
	75円	149円	224円

生活援助中心の 利用	20分以上 45分未満	45分以上
	204円	251円

◇身体介護を中心に「30分以上60分未満」利用した後に、引き続き生活援助を「20分以上45分未満」利用した場合の自己負担額は516円(441円+75円)です。
 ※「生活援助中心の利用」を45分以上、または「身体介護に引き続き生活援助を利用」を70分以上利用する場合、自己負担額は定額となります。
 ※早朝や深夜など、サービスを利用する時間帯により、自己負担が1.25倍~1.5倍になります。

通院等乗降介助

通院時の車への乗降の介助と運転がホームヘルパー(訪問介護員)1人により行われるサービスです。

<自己負担の目安>

片道	110円
----	------

◇運賃は別途自己負担です

要支援1・2、事業対象者の方

横浜市訪問介護相当サービス (ホームヘルプ)

自宅を訪問するホームヘルパー(訪問介護員)により、入浴・排せつ・食事の介助等の身体介護、掃除・洗濯・調理・買い物等の生活援助が受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

利用回数(1か月)	要支援1	要支援2 事業対象者
週1回程度	1,308円	1,308円
週2回程度	2,612円	2,612円
週2回を超える場合		4,145円

横浜市訪問型生活援助サービス

自宅を訪問する従事者(一定の研修又は入門的研修の修了者等)により、掃除・洗濯・調理・買い物等の生活援助が受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

利用回数(1か月)	要支援1	要支援2 事業対象者
週1回程度	1,177円	1,177円
週2回程度	2,351円	2,351円
週2回を超える場合		3,730円

※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
 ※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

- 生活援助は利用者が自分で家事をするのが難しく、家族や地域からの支援が受けられない場合などに利用できます。
- 本人の日常生活の援助の範囲を超える場合は、介護給付の対象とはなりません。
 例：①「直接本人の援助」に該当しない行為、例えば、家族の分の洗濯・調理・買い物・部屋の掃除、来客の応接、自家用車の洗車など
 ②「日常生活の援助」に該当しない行為、例えば、庭の草むしり、ペットの世話、大掃除、窓ガラス磨き、家屋の修理、ペンキ塗り、園芸、正月等のために特別な手間をかけて行う調理など

Point

自己負担の目安の計算方法は？

各サービスの単位数に、横浜市の地域区分単価(右表)をかけ、1割負担の方を例として自己負担額として計算しています。
 ※印のサービスの「自己負担の目安」は、30日間利用した場合で、算出しています。

単位数×横浜市の地域区分単価×0.1=自己負担額

サービス種類(予防、地域密着を含む)	地域区分単価
居宅療養管理指導 福祉用具貸与	10円
通所介護 地域密着型通所介護 短期入所療養介護 ※介護老人福祉施設 ※特定施設入居者生活介護 ※認知症対応型共同生活介護 ※介護老人保健施設 ※介護療養型医療施設 ※地域密着型特定施設入居者生活介護 ※地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 ※介護医療院	10.72円
訪問リハビリテーション 通所リハビリテーション 短期入所生活介護 認知症対応型通所介護 小規模多機能型居宅介護 看護小規模多機能型居宅介護	10.88円
訪問介護 訪問入浴介護 訪問看護 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 夜間対応型訪問介護 居宅介護支援	11.12円

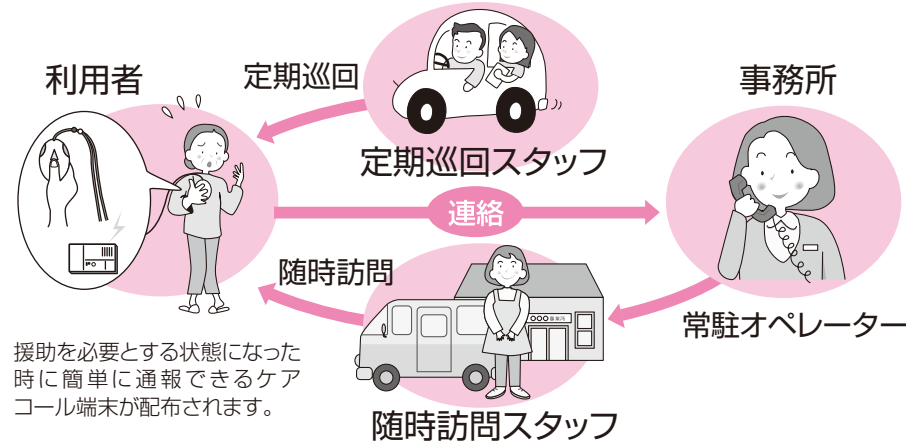
利用できるサービス

利用できるサービス

要介護1~5の方(要支援1・2の方は利用できません)

夜間対応型訪問介護 密着

夜間の定期的な巡回による訪問介護サービスに加え、随時、利用者の求めに応じて、利用者宅を訪問します。また、利用者の通報に応じて調整・対応するオペレーションサービスを提供します。

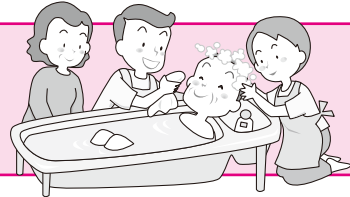


<自己負担の目安>

夜間訪問サービス (I)	オペレーションサービス	1か月 1,140円
	定期巡回サービス	1回 430円
	随時訪問サービス (I)	1回 654円

要介護1~5の方

訪問入浴介護



看護職員と介護職員が自宅を訪問し、持参した浴槽によって、入浴の介護を行うサービスです。

<自己負担の目安>

1回あたり 1,402円

◇全身入浴が困難で、清拭や部分浴を利用の場合は、1回あたり1,261円です。

要支援1・2の方

介護予防訪問入浴介護

<自己負担の目安>

1回あたり 948円

◇全身入浴が困難で、清拭や部分浴を利用の場合は、1回あたり853円です。

要介護1~5の方

訪問看護

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、定期的に自宅を訪問する看護師等による、健康チェック、療養上の世話や診療の補助等を受けられるサービスです。

サービス区分	1回の提供時間		30分以上 60分未満	60分以上 90分未満	90分以上 ※2
	20分未満 ※1	30分未満			
訪問看護ステーション	348円	523円	913円	1,251円	1,585円
病院または診療所	295円	443円	638円	937円	1,270円

※1 「20分未満」は、他に週1回以上20分以上の訪問看護を実施している場合算定できます。
○早朝や深夜など、サービスを利用する時間帯により、自己負担が1.25~1.5倍になります。
※2 特別管理加算の対象の方で、訪問看護の所要時間を通算した時間が90分以上となるときに算定します。

※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

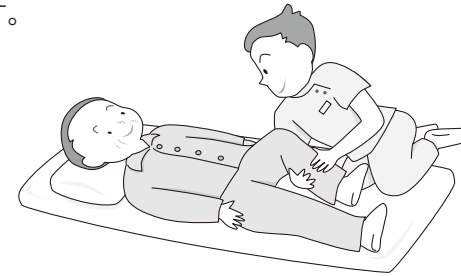
密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

利用できるサービス

要介護1~5の方

訪問リハビリテーション

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、自宅を訪問した理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による、リハビリテーションを受けられるサービスです。



<自己負担の目安>

1回あたり 334円

◇利用にあたってリハビリテーション実施計画が作成され、集中的にリハビリが行われた場合は、1回あたり218円加算されます。

要支援1・2の方

介護予防訪問リハビリテーション

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、自宅を訪問した理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による、リハビリテーションを受けられるサービスです。



<自己負担の目安>

1回あたり 334円

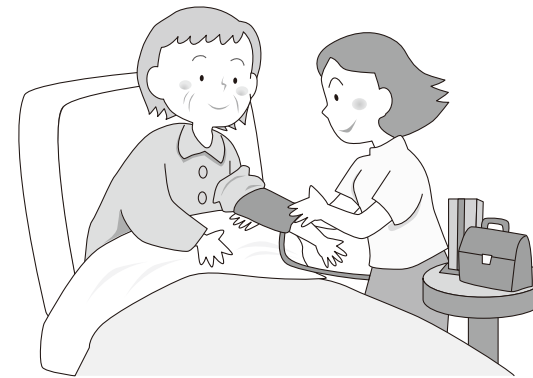
◇利用にあたってリハビリテーション実施計画が作成され、集中的にリハビリが行われた場合は、1回あたり218円加算されます。

利用できるサービス

要介護1~5の方

居宅療養管理指導

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、自宅を訪問した医師、歯科医師、薬剤師等による、療養上の管理や指導、助言等を受けられるサービスです。また、ケアマネジャーに対し、ケアプラン策定に必要な情報提供が行われます。



自己負担の目安

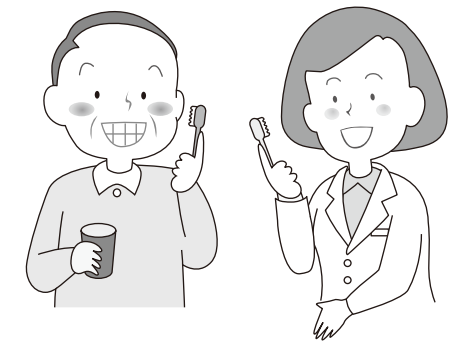
利用回数	医師	歯科医師	医療機関の薬剤師	薬局の薬剤師	管理栄養士	歯科衛生士等
1回あたり	514円	516円	565円	517円	544円	361円
単一建物居住者 2~9人の場合	486円	486円	416円	378円	486円	325円
利用限度回数	月2回	月2回	月2回	※月4回	月2回	月4回

※1 がん末期の方、または中心静脈栄養を受けている方については、週2回月8回まで算定できます。

要支援1・2の方

介護予防居宅療養管理指導

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、自宅を訪問した医師、歯科医師、薬剤師等による、療養上の管理や指導、助言等を受けられるサービスです。また、地域包括支援センター等に対し、ケアプラン策定に必要な情報提供が行われます。



※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

利用できるサービス 施設に通い(泊り)利用するサービス

要介護1~5の方

通所介護(デイサービス)

定員19人以上のデイサービス事業所へ通い、機能訓練や健康チェック、入浴・食事その他の日常生活上の介護を受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

1日あたり 8時間以上 9時間未満	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
	714円	844円	977円	1,111円	1,246円



◇通常規模の通所介護事業所を8時間以上9時間未満利用した場合の目安です。(送迎サービスの費用は含まれています。)

◇このほか、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合に加算があります。

地域密着型通所介護(デイサービス) 密着

定員18人以下のデイサービス事業所へ通い、機能訓練や健康チェック、入浴・食事その他の日常生活上の介護を受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

1日あたり 8時間以上 9時間未満	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
	837円	989円	1,145円	1,304円	1,458円



◇8時間以上9時間未満利用した場合の目安です。(送迎サービスの費用は含まれています。)

◇このほか、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合には加算があります。

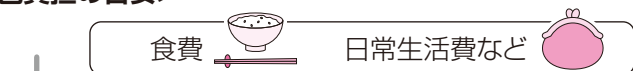
要介護1~5の方(要支援1・2の方は利用できません)

療養通所介護 密着

難病等を有する重介護者やがん末期により、常に看護師による観察が必要な方を対象に、機能訓練や健康チェック、入浴・食事その他の日常生活上の介護を受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

1月あたり	(区分なし)
	13,605円



◇身体状態により利用できる方が限られます。

※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

..... 利用できるサービス

要介護1~5の方

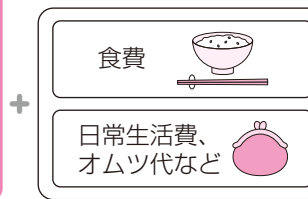
認知症対応型通所介護 密着

認知症の方を対象に、少人数で家庭的な雰囲気の中、入浴や食事の介助、機能訓練やレクリエーションなどを受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

1日あたり8時間以上9時間未満

要介護1	1,115円
要介護2	1,235円
要介護3	1,356円
要介護4	1,479円
要介護5	1,599円



◇単独型認知症対応型通所介護事業所を8時間以上9時間未満利用した場合の目安です。(送迎サービスの費用は含まれています。)

◇このほか、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合に加算があります。

要介護1~5の方

通所リハビリテーション(デイケア)

心身の機能の維持・向上のために主治医が必要と認める場合、介護老人保健施設、病院・診療所等へ通い、リハビリテーションや入浴・食事等の日常生活上の介護を受けられるサービスです。



<自己負担の目安>

1日あたり 7時間以上 8時間未満	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
	824円	976円	1,131円	1,313円	1,490円



◇通常規模の通所リハビリテーション事業所を7時間以上8時間未満利用した場合の目安です。(送迎サービスの費用は含まれています。)

◇このほか、リハビリテーション実施計画により、短期間に集中的なリハビリを行った場合や、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合に加算があります。

※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

要支援1・2の方

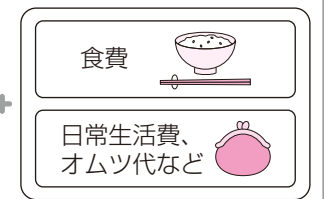
介護予防認知症対応型通所介護 密着

認知症の方を対象に、少人数で家庭的な雰囲気の中、入浴や食事の介助、機能訓練やレクリエーションなどを受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

1日あたり8時間以上9時間未満

要支援1	964円
要支援2	1,076円



◇単独型認知症対応型通所介護事業所を8時間以上9時間未満利用した場合の目安です。(送迎サービスの費用は含まれています。)

◇このほか、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合に加算があります。

要支援1・2の方

介護予防通所リハビリテーション

心身の機能の維持・向上のために主治医が必要と認める場合、介護老人保健施設、病院・診療所等へ通い、リハビリテーションや入浴・食事等の日常生活上の介護を受けられるサービスです。

さらに下記の選択的なサービスを組み合わせて利用します。

利用料は1か月単位の定額料金で、利用できる事業所は1か所のみです。

<選択的サービスの種類> ・運動器の機能向上
・栄養改善・口腔機能の向上

<自己負担の目安>

1か月あたり	共通的サービス	運動器機能向上加算	栄養改善加算	口腔機能向上加算
要支援1	2,234円	245円	218円	169円
要支援2	4,351円	245円	218円	169円



◇「送迎サービス」や「入浴サービス」の費用は共通的サービスに含まれます。

※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

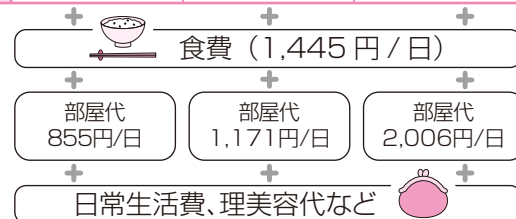
要介護1~5の方

短期入所生活介護
(福祉施設でのショートステイ)

家庭における介護が一時的に困難になったときなどに、福祉施設に短期間滞在し、食事や着替え、入浴などの日常生活の介護やレクリエーション等を受けるサービスです。滞在する部屋の種類によって利用料金が異なります。

<自己負担の目安>

1日あたり	多床室 (定員二人以上)	従来型個室 リビング併設 なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の 個室
要介護1	649円	649円	758円
要介護2	724円	724円	832円
要介護3	802円	802円	912円
要介護4	877円	877円	988円
要介護5	951円	951円	1,062円



要介護1~5の方

短期入所療養介護
(老健施設・病院等でのショートステイ)

家庭における介護が一時的に困難になったときなどに、介護老人保健施設や医療施設等に短期間滞在し、医師や看護師、理学療法士などから、医学的管理のもと、機能訓練や生活支援などを受けるサービスです。滞在する部屋の種類によって利用料金が異なります。

<自己負担の目安>

1日あたり	多床室 (定員二人以上)	従来型個室 リビング併設 なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の 個室
要介護1	887円	807円	893円
要介護2	939円	857円	943円
要介護3	1,007円	923円	1,011円
要介護4	1,063円	980円	1,069円
要介護5	1,121円	1,036円	1,125円



◇送迎サービスを利用した場合は、片道198円~201円が加算されます。

◇オムツ代は介護保険に含まれます。

※食費・部屋代は国が示す標準的な金額です。具体的な料金は各施設にお問い合わせください。(情-35ページ)

※収入の少ない方には、食費や部屋代が軽減される制度があります。(情-35、情-38ページ)

※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。

※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

要支援1・2の方

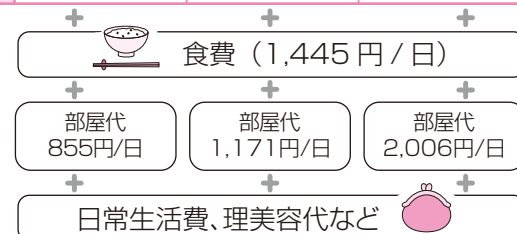
介護予防短期入所生活介護

家庭における介護が一時的に困難になったときなどに、福祉施設に短期間滞在し、生活機能の低下を招かないようにサービスが提供されます。



<自己負担の目安>

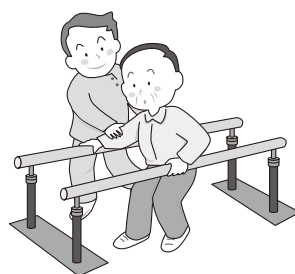
1日あたり	多床室 (定員二人以上)	従来型個室 リビング併設 なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の 個室
要支援1	486円	486円	569円
要支援2	604円	604円	707円



要支援1・2の方

介護予防短期入所療養介護

家庭における介護が一時的に困難となったときなどに、介護老人保健施設や医療施設等に短期間滞在し、医師や看護師、理学療法士などから、医学的管理のもと、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を受けるサービスです。



<自己負担の目安>

1日あたり	多床室 (定員二人以上)	従来型個室 リビング併設 なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の 個室
要支援1	654円	619円	666円
要支援2	824円	773円	839円

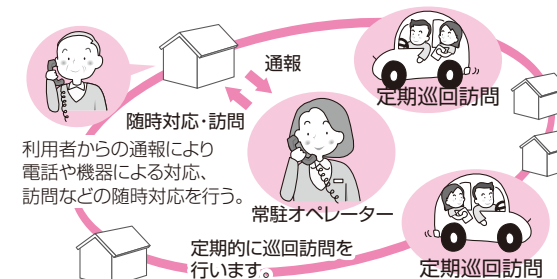


24時間対応で利用できるサービス

要介護1~5の方(要支援1・2の方は利用できません)

定期巡回・随時対応型訪問介護看護 密着

24時間訪問介護と訪問看護が一体的にまたは密接に連携しながら、定期巡回型訪問と随時の対応・訪問を行うサービスです。利用できる事業所は原則1か所のみです。



<自己負担の目安>

1か月あたり

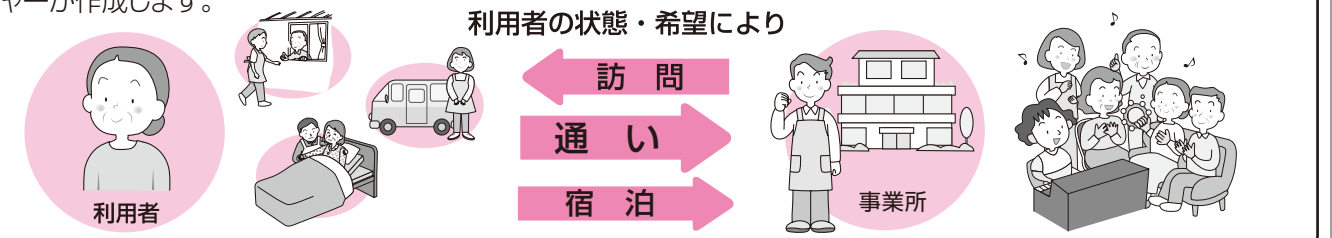
	介護・看護利用	介護利用
要介護1	9,243円	6,335円
要介護2	14,440円	11,307円
要介護3	22,041円	18,774円
要介護4	27,171円	23,749円
要介護5	32,917円	28,722円

要介護1~5の方

小規模多機能型居宅介護 密着

利用者の住み慣れた地域で、事業所への通いサービスを中心に、スタッフが利用者宅を訪問したり、事業所に宿泊したりすることができるサービスです。

訪問や宿泊のサービスは、通いでなじみのあるスタッフにより提供されます。利用料は1か月単位の定額料金(別途、宿泊費等がかかります)で、利用できる事業所は1か所のみです。なお、このサービスを利用している間は、訪問介護(ホームヘルプ)や通所介護(デイサービス)、短期入所生活介護・療養介護(ショートステイ)など一部の在宅サービスと他の地域密着型サービスの利用はできません。また、ケアプランについては、事業所に所属しているケアマネジャーが作成します。



<自己負担の目安>

1か月あたり

要介護1	11,341円	+ 食費 + 宿泊費 + 日常生活費 など
要介護2	16,666円	
要介護3	24,244円	
要介護4	26,758円	
要介護5	29,504円	

<自己負担の目安>

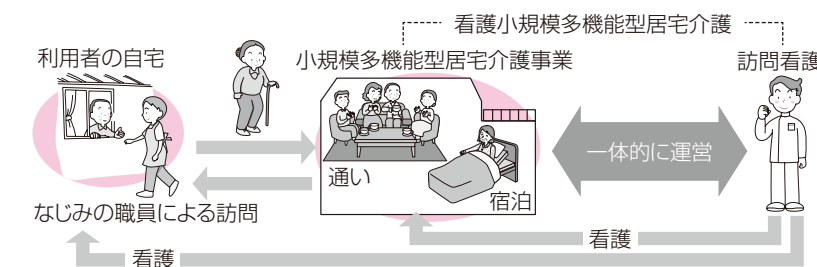
1か月あたり

要支援1	3,741円	+ 食費 + 宿泊費 + 日常生活費 など
要支援2	7,560円	

要介護1~5の方(要支援1・2の方は利用できません)

看護小規模多機能型居宅介護 (旧名称: 複合型サービス) 密着

事業所への「通い」によるサービスを中心に、利用者の状況や希望により、「訪問」、「宿泊」サービスを柔軟に提供する小規模多機能型居宅介護と、訪問看護を組み合わせたサービスです。利用できる事業所は原則1か所のみです。また、ケアプランについては、事業所に所属しているケアマネジャーが作成します。



<自己負担の目安>

1か月あたり

要介護1	13,533円	+ 食費 + 宿泊費 + 日常生活費 など
要介護2	18,935円	
要介護3	26,617円	
要介護4	30,189円	
要介護5	34,148円	

○登録者数 最大29人 ○通いの利用者 最大18人 ○宿泊の利用者 最大9人

どのサービスを利用してもなじみの職員によるサービスが受けられる

※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。

※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

利用できるサービス 生活環境を整えるサービス

要介護1～5の方

福祉用具貸与(レンタル)

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。

貸与の対象(13種類) ■介護付有料老人ホームやグループホームにお住いの場合は、原則として利用できません。

1 車いす *自走用、介助用、普通型電動車いす	2 車いす付属品 *クッション、電動補助装置等	3 特殊寝台 *背の角度を調整できるもの、ベッドの高さを調整できるもの等	4 特殊寝台付属品 マットレス 移動用バー サイドレール テーブル、介助用ベルト、スライディングボード・マット
5 床ずれ防止用具 *エアマット、ウォーターマット等	6 体位変換器 *起き上がり補助装置等含む	7 認知症老人徘徊感知機器 *離床センサー等含む	8 移動用リフト *階段移動用リフト等含む
9 自動排泄処理装置 *交換可能部品を除く			
※1～8は一定の例外となる場合を除き、要支援1・2、要介護1の方は利用できません。 ※9自動排泄処理装置のうち便を吸引する機能がある装置については、一定の例外となる場合を除き、要支援1・2、要介護1～3の方は利用できません(尿を吸引する装置は利用できます)。			
10 手すり *取付けに工事不要のもの	11 スロープ *取付けに工事不要のもの	12 歩行器	13 歩行補助つえ

<自己負担の目安>

貸与金額の1割(一定以上の所得がある場合は2割または3割) ※貸与金額は、用具の種類・品目、業者によって異なります。

要介護1～5の方

特定福祉用具販売

貸与になじまない排せつや入浴などのための福祉用具を指定事業者から購入した場合に購入費の一部が払い戻されます。

購入の対象(6種類) ■指定事業者からの購入でなければ払戻しが受けられません。
■介護付有料老人ホームやグループホームにお住いの場合は、原則として利用できません。

腰掛便座 *便座の底上げ部材等を含む	自動排泄処理装置の交換可能部品 *レシーバー、チューブ、タンク等	入浴補助用具 *入浴用いす、浴槽内いす、入浴台・入浴用介助ベルト等	簡易浴槽	移動用リフトのつり具	排泄予測支援機器*
------------------------------	--	---	-------------	-------------------	------------------

原則として同じ種類のものは重複して購入できません。

<自己負担の目安>

購入金額の1割

一定以上の所得がある場合は2割または3割

払戻し限度額: 1割負担の場合は9万円(年間)

(購入金額が10万円を超えた場合、超えた分については全額自己負担です。)

申請に必要な書類

- ①申請書(区役所保険年金課にて配布)
- ②領収書
- ③福祉用具が必要である理由の分かるもの
(申請書への記載、理由書、居宅サービス計画、福祉用具販売計画のいずれか)
- ④当該福祉用具のパンフレット等(福祉用具の概要が記載されている書類)
※排泄予測支援機器は、上記①～④のほか、医学的な所見の確認書面や排泄予測支援機器確認調書が必要です。

要支援1・2の方

特定介護予防福祉用具販売

介護予防に資する排せつや入浴などのための福祉用具を指定事業者から購入した場合に購入費の一部が払い戻されます。

要介護1～5の方

住宅改修

在宅の要介護者等が、自宅で生活を続けられるように住宅の改修を行った場合に、20万円を限度に払った金額の一部が払い戻されます。



対象となる工事

- ①手すりの取付け
- ②段差又は傾斜の解消
- ③滑りの防止及び移動の円滑化等のための床、通路面の材料の変更
- ④引き戸などへの扉の取替え(扉の撤去、扉の新設[取替えに比べ費用が低廉な場合]を含む)
- ⑤和式便器などから洋式便器への便器の取替え
- ⑥上記①～⑤の工事に付帯して必要と認められる工事
・手すり取付けのための壁の下地補強
・浴室、便所工事に伴う給排水設備の工事
・スロープ設置に伴う転落、脱輪防止のための柵等の設置
・扉取替えに伴う壁又は柱の改修 など

申請に必要な書類(受領委任払いでない場合)

【工事前】

- ①申請書(区役所保険年金課にて配布)
- ②見積書及び見積額内訳書
- ③住宅改修が必要な理由書(ケアマネジャーが作成。いない場合は区役所高齢・障害支援課に相談してください。)
- ④工事施工前の写真
- ⑤住宅改修後の完成予定の状態が分かるもの(写真・図など)
- ⑥住宅改修に関する承諾書及び賃貸契約書の写し(お住まいが借家の場合)

【工事完成後】

- ①領収書及び工区内訳書
- ②改修後の写真

- (1)工事を始める前に、申請書類を揃えて区役所保険年金課に申請します。保険年金課より発行される『住宅改修に関するお知らせ』を受け取った後に工事を開始します。
- (2)工事完了後、いったん費用の全額を事業者を支払った後、領収書等必要な書類を添えて区役所保険年金課に提出し保険給付分が払い戻されます。

■有料老人ホームやグループホーム、サービス付き高齢者向け住宅など高齢者向けの施設・住居にお住まいの場合は、原則として利用できません。

受領委任払い制度について

住宅改修は、利用者が費用の全額(保険給付分+自己負担分)をいったん支払い、後から限度額の範囲内で、一部(保険給付分)の払戻しを受ける仕組みですが、横浜市では自己負担分のみを事業者を支払うだけで改修ができる、受領委任払いの制度があります。

この制度は市に登録した住宅改修事業者の行う改修が対象です。登録事業者の名簿は、横浜市のホームページに掲載しています。また、区役所高齢・障害支援課及び保険年金課でも閲覧できます。

横浜市介護保険住宅改修名簿 [検索](#)

<自己負担の目安>

改修費用の1割(一定以上の所得がある場合は2割または3割) 払戻し限度額: 1割負担の場合は18万円

※改修費用の限度額は現住宅につき20万円です。

転居した場合や「介護の必要の程度(*)」が3段階以上上がった場合は、再度利用できます(限度額20万円)。
(*)要介護1と要支援2は同じ段階とみなします。

利用できるサービス

利用できるサービス 居住系サービス

要介護1～5の方

認知症対応型共同生活介護 密着

認知症の方が家庭的な雰囲気の中で、5～9人で共同生活をしながら、日常生活の介護を受けます。居室、居間、食堂、浴室などを備え、利用者がそれぞれ役割をもって家事をするなどして、認知症の症状の進行を緩和し、安心して日常生活が送れるようになることを目指します。
※ユニット数により負担額が異なります。

<自己負担の目安>

1か月あたり

	1ユニット	2ユニット以上
要介護1	24,571円	24,185円
要介護2	25,728円	25,310円
要介護3	26,468円	26,082円
要介護4	27,015円	26,597円
要介護5	27,594円	27,143円

食費 + 部屋代、管理費、水光熱費など + 日常生活費、オムツ代、理美容代など

要介護1～5の方

特定施設入居者生活介護 (介護付有料老人ホーム等)

介護保険の指定を受けた介護付有料老人ホーム等に入居し、食事・入浴・排せつなどに関わる介護やリハビリが受けられます。なお、短期利用(30日上限)を提供する施設もあります。

<自己負担の目安>

1か月あたり

要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
17,302円	19,425円	21,676円	23,734円	25,954円

管理費 食費 + 水光熱費、家賃相当額、日常生活費、オムツ代、理美容代など

要支援2の方

介護予防認知症対応型共同生活介護 密着

認知症の方が家庭的な雰囲気の中で共同生活するとともに、スタッフが日常生活上の支援とともに生活機能向上にも配慮したサービスを提供します。
※要支援1の方は利用できません。
※ユニット数により負担額が異なります。

<自己負担の目安>

1か月あたり

	1ユニット	2ユニット以上
要支援2	24,442円	24,056円

食費 + 部屋代、管理費、水光熱費など + 日常生活費、オムツ代、理美容代など

要支援1・2の方

介護予防特定施設入居者生活介護 (介護付有料老人ホーム等)

介護保険の指定を受けた介護付有料老人ホーム等に入居し、スタッフから日常生活上の支援を受けるとともに、生活機能向上にも配慮したサービスの提供を受けます。

<自己負担の目安>

1か月あたり

要支援1	要支援2
5,854円	10,002円

管理費 食費 + 水光熱費、家賃相当額、日常生活費、オムツ代、理美容代など

要介護1～5の方(要支援1・2の方は利用できません)

地域密着型特定施設入居者生活介護 (介護付有料老人ホーム等) 密着

定員29人以下の小規模で運営される介護付有料老人ホーム等(介護専用型特定施設)で、少人数の入居者に対し、特定施設入居者生活介護と同様のサービスが提供されます。

<自己負担の目安>

1か月あたり

要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
17,431円	19,586円	21,837円	23,927円	26,146円

管理費 水光熱費 家賃相当額 + 食費 + 日常生活費、オムツ代、理美容代など

※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

利用できるサービス 施設系サービス

原則要介護3～5の方(要支援1・2の方は利用できません)

要介護1・2の方は、特列入所の制度があります。(下記参照)

介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)

入浴、排せつ、食事の介護等、日常生活の世話、機能訓練、健康管理および療養上の世話を行う施設です。

地域密着型介護老人福祉施設 密着 入所者生活介護

定員29人以下の小規模で運営される特別養護老人ホームです。少人数の入居者に対し、特別養護老人ホームと同様のサービスが提供されます。

<自己負担の目安>

1か月あたり	【介護老人福祉施設】 多床室 (定員二人以上)	【介護老人福祉施設】 従来型個室 リビング併設なしの個室	【介護老人福祉施設】 ユニット型個室 リビング併設の個室	【地域密着型老人福祉施設】 ユニット型個室 リビング併設の個室
要介護1	18,428円	18,428円	20,969円	21,258円
要介護2	20,615円	20,615円	23,156円	23,477円
要介護3	22,898円	22,898円	25,503円	25,825円
要介護4	25,085円	25,085円	27,722円	28,108円
要介護5	27,240円	27,240円	29,877円	30,295円

食費 (43,350円/月)

部屋代 25,650円/月 + 部屋代 35,130円/月 + 部屋代 60,180円/月 + 部屋代 60,180円/月

日常生活費、理美容代など



◇このほかに、施設の提供するサービスや利用者が選択するサービスによって費用が追加されます。
◇オムツ代は介護保険に含まれます。
※食費・部屋代は国が示す標準的な金額です。具体的な料金は各施設にお問い合わせください。(情-35ページ)
※収入の少ない方には、食費や部屋代が軽減される制度があります。(情-35、情-38ページ)

※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。 ※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。
密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

特列入所制度について

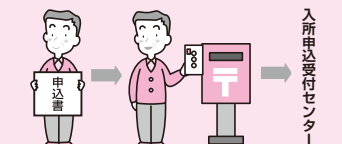
平成27年4月より、特別養護老人ホームは原則要介護3以上の方を対象とした施設になりましたが、要介護1・2の方でも以下の要件に該当する場合は、特例的に入所が認められます。

- ア 認知症であることにより、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られ、居宅において日常生活を営むことが困難である。
 - イ 知的障害・精神障害等を伴い、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さ等が頻繁に見られ、居宅において日常生活を営むことが困難である。
 - ウ 家族等による深刻な虐待が疑われる等により、心身の安全・安心確保が困難な状態である。
 - エ 単身世帯または同居家族が高齢・病弱である若しくは育児・就労等により、家族等による支援が期待できず、かつ、地域での介護サービスや生活支援の供給が十分に認められないことにより、居宅において日常生活を営むことが困難である。
- 要介護1・2の方で入所を希望される方は、入所申込書に記載されている特列入所要件の該当欄にチェックを入れ、お申込みください。

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)の入所申込方法

申込は、「入所申込受付センター」で一括して受け付けます。
区役所高齢・障害支援課、地域ケアプラザ、各特別養護老人ホーム、健康福祉局高齢施設課等で配布している申込書にご記入の上、下記へご郵送ください。

【申込先】〒233-0002 港南区上大岡西 1-6-1 ゆめおおかオフィスタワー10階 ※令和5年5月に14階に移転予定
特別養護老人ホーム入所申込受付センター(高齢者施設・住まいの相談センター内)
電話 045-840-5817 FAX 045-840-5816



高齢者施設・住まいの相談センター

高齢者の施設・住まいに関する相談窓口として、「高齢者施設・住まいの相談センター」を設置しています。専門の相談員が個別・具体的な相談に乗ったり、施設の基本情報・入所待ち状況などの様々な情報を提供しています。

- ◇窓口 …… 港南区上大岡西1-6-1 ゆめおおかオフィスタワー 10階 ※令和5年5月に14階に移転予定
電話 045-342-8866 FAX 045-840-5816
- ◇相談受付時間(予約優先) …… 月～金 9:00～17:00(土日・祝祭日、年末年始は休み)
※一部の土曜日のみ予約相談受付(申込書の受付は行いません。)
- ◇提供する施設情報 …… 特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・グループホーム・軽費老人ホーム等

利用できるサービス

要介護1~5の方(要支援1・2の方は利用できません)

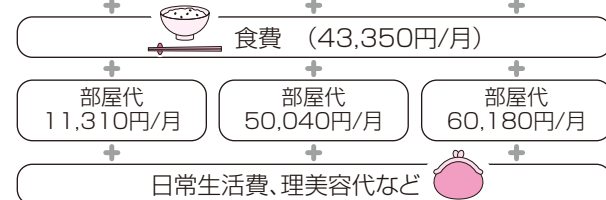
介護老人保健施設

利用者が自立した日常生活を営むことができるよう、日常生活動作のリハビリ等を行いながら、在宅生活復帰をめざす施設です。在宅生活の復帰を目的としているため、退所して家庭での生活ができるか定期的に検討します。また病状により入院治療の必要が認められる場合は、適切な医療機関を紹介します。



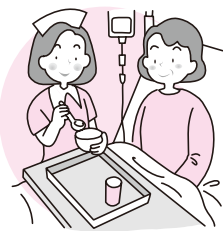
<自己負担の目安>

1か月あたり	多床室 (定員二人以上)	従来型個室 リビング併設なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の個室
要介護1	25,342円	22,963円	25,600円
要介護2	26,886円	24,410円	27,047円
要介護3	28,880円	26,404円	29,041円
要介護4	30,520円	28,108円	30,745円
要介護5	32,257円	29,748円	32,450円



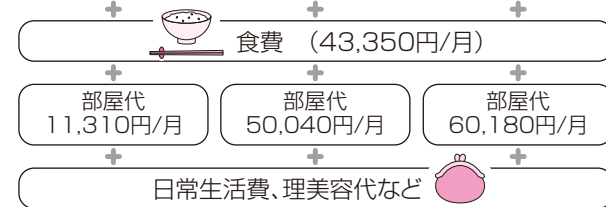
介護療養型医療施設

療養病床と老人性認知症疾患療養病棟の2種類があります。療養病床は病状が落ち着いたものの専門的な治療が長期的に必要な方のための長期療養施設です。老人性認知症疾患療養病棟では、認知症の方に療養上の管理、看護、機能訓練その他の医療サービスが提供されます。平成29年度末で廃止することとされていましたが、廃止期限が6年間延長されました。



<自己負担の目安>

1か月あたり	多床室 (定員二人以上)	従来型個室 リビング併設なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の個室
要介護1	22,062円	19,071円	22,705円
要介護2	25,117円	22,030円	25,761円
要介護3	31,582円	28,591円	32,225円
要介護4	34,412円	31,324円	35,055円
要介護5	36,856円	33,833円	37,499円



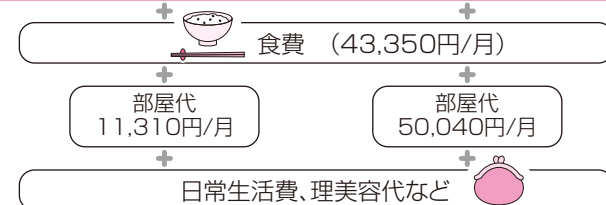
介護医療院

介護保険法の改正により、平成30年4月から新たに創設されました。慢性期の医療・介護ニーズを併せ持つ高齢者を対象に、「日常的な医学管理」や「看取り・ターミナルケア」等の医療機能と、「生活施設」としての機能を兼ね備えた施設です。



<自己負担の目安>I型

1か月あたり	多床室 (定員二人以上)	従来型個室 リビング併設なしの個室
要介護1	26,532円	22,963円
要介護2	30,038円	26,500円
要介護3	37,660円	34,090円
要介護4	40,876円	37,338円
要介護5	43,802円	40,233円



◇このほかに、施設の提供するサービスや利用者が選択するサービスによって費用が追加されます。◇オムツ代は介護保険に含まれます。
※食費・部屋代は国が示す標準的な金額です。具体的な料金は各施設にお問い合わせください。(情-35ページ)
※収入の少ない方には、食費や部屋代が軽減される制度があります。(情-35、情-38ページ)

介護老人保健施設、介護療養型医療施設および介護医療院の入所申込方法

各施設が定めた所定の申込書を各施設から入手し、直接施設に申し込みます。

入所したい施設へ相談

サービス内容について説明を受けます

入所申込

契約



※1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
※2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

サービスの利用者負担について

介護保険サービスを利用したときは、利用者負担割合*に応じたサービス費用を支払います。

サービス費用以外に食費・部屋代を負担します。食費・部屋代などは、利用する時の契約により決まるため、事業者ごとに異なります。

① 在宅サービス
② 地域密着型サービス を利用した場合(要支援1・2、要介護1~5共通)

訪問介護・訪問入浴介護・訪問看護
訪問リハビリテーション・居宅療養管理指導など

サービス費用

通所介護
通所リハビリテーション など

サービス費用

食費

日常生活費

短期入所生活介護(ショートステイ)
短期入所療養介護

サービス費用

食費

部屋代

日常生活費
(理美容代など)
※

小規模多機能型居宅介護
認知症対応型共同生活介護 など

サービス費用

食費

部屋代

日常生活費

③ 施設サービスを利用した場合
(介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)については原則要介護3以上、その他の施設サービスについては要介護1~5)

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・介護療養型医療施設
介護医療院

サービス費用

食費

部屋代

日常生活費
(理美容代など)
※

※ショートステイと施設サービスについてはオムツ代の負担はありません。

特別なサービスを受けるときは別に利用者負担があります。

・特別なサービスを利用する場合には、保険分の負担とは別に利用者負担が必要となることがあります。
(例) 介護保険対象外のサービスや、自身のケアプランにないサービスを利用するときなど
(利用者事業者が介護保険外サービスを契約の上、全額利用者負担でサービスを利用します。)

*利用者負担割合は情-31ページを参照してください。



サービスの利用者負担について

第1号被保険者(65歳以上)のうち、一定以上の所得がある方の利用者負担割合は、2割または3割になります。ただし、1か月の利用者負担には上限額(※)がありますので、必ずしも負担が2倍または3倍になるわけではありません。※上限額は情-34ページの「自己負担の上限額(月額)」を参照してください。

●利用者負担割合の判定

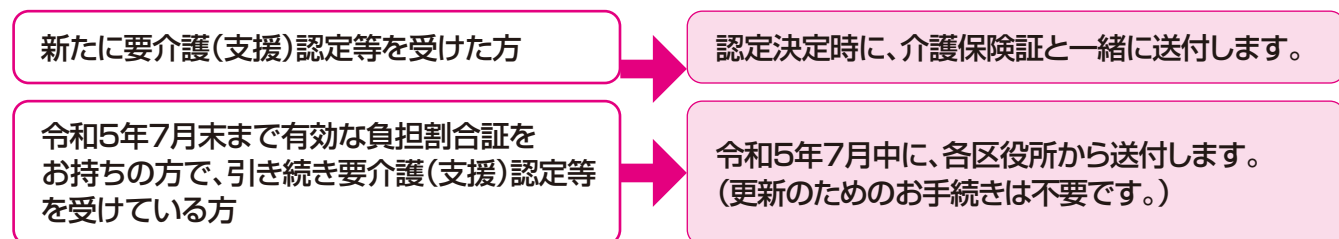
以下の基準で判定します。

割合	基準
1割	以下の①～⑥のいずれかに該当する者 ①本人が市民税非課税 ②本人の合計所得金額(※1)が160万円未満 ③本人の合計所得金額が160万円以上で、次のアまたはイの条件を満たす ア. 世帯に第1号被保険者が本人しかいない場合で、本人の「公的年金等収入額+その他の合計所得金額(※2)」の合計が280万円未満 イ. 世帯に第1号被保険者が本人を含めて複数いる場合で、世帯の第1号被保険者の「公的年金等収入額+その他の合計所得金額」の合計が346万円未満 ④生活保護等受給者 ⑤旧措置入所者(平成12年4月1日以前から、市町村の措置により特別養護老人ホームに入所している方) ⑥第2号被保険者(40歳～64歳の方)
2割	以下の①または②に該当する者 ①1割に該当しない者のうち、本人の合計所得金額が220万円未満 ②本人の合計所得金額が220万円以上で、次のアまたはイの条件を満たす ア. 世帯に第1号被保険者が本人しかいない場合で、本人の「公的年金等収入額+その他の合計所得金額」の合計が280万円以上340万円未満 イ. 世帯に第1号被保険者が本人を含めて複数いる場合で、世帯の第1号被保険者の「公的年金等収入額+その他の合計所得金額」の合計が346万円以上463万円未満
3割	本人の合計所得金額が220万円以上で、次のアまたはイの条件を満たす者 ア. 世帯に第1号被保険者が本人しかいない場合で、本人の「公的年金等収入額+その他の合計所得金額」の合計が340万円以上 イ. 世帯に第1号被保険者が本人を含めて複数いる場合で、世帯の第1号被保険者の「公的年金等収入額+その他の合計所得金額」の合計が463万円以上

※1 合計所得金額…情-7ページ「保険料について」の※2を参照してください。
※2 その他の合計所得金額…情-7ページ「保険料について」の※4を参照してください。

●介護保険負担割合証(負担割合証)

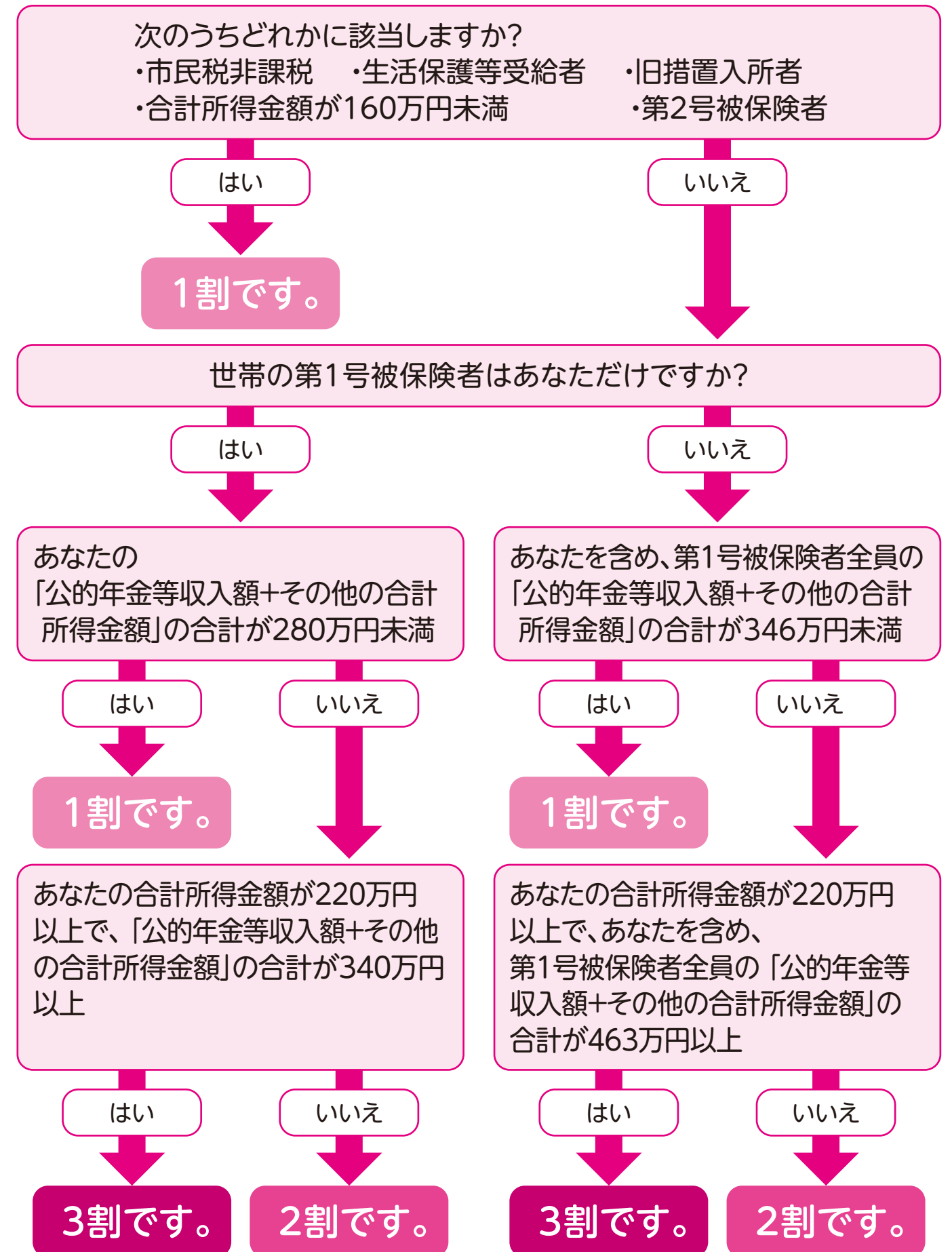
利用者負担割合を証する書類として、利用している介護サービス事業所などに、介護保険証と一緒に提示する必要があります。



サービスの利用者負担について

毎年8月1日を基準に利用者負担割合の判定を行います。

※世帯の第1号被保険者(65歳以上)の人数や、市民税の課税状況及び収入額等の変更時にも判定を行います。



交通事故にあったとき

●交通事故にあったときは早めに届出を

交通事故や傷害事件等、第三者（加害者）の行為が原因により介護保険のサービスを利用する場合は、「第三者の行為に係る届出書」を必ず提出してください。

届出には、警察の交通事故証明書等も必要となりますので、お早めにお住まいの区の区役所保険年金課にご相談ください。

●介護費用は加害者が負担します

第三者（加害者）の行為が原因により介護が必要になった場合には、被害者に過失がない限り、必要となった介護費用は加害者が負担するのが原則です。介護保険サービスを利用した場合、被害者が「第三者の行為に係る届出書」を提出することで、横浜市が被害者に代わり、加害者に介護費用の保険給付分を請求することになります。

●もし示談をしてしまうと・・・

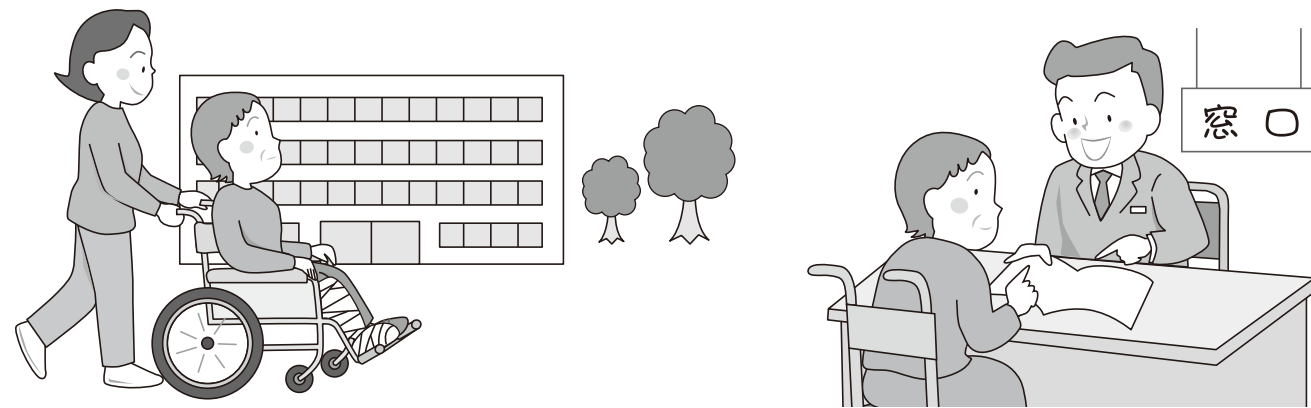
被害者と加害者との話し合いがいつまで示談が成立してしまうと、その示談の内容が優先され、介護費用を加害者に請求できなくなることがあります。

示談成立後に利用したサービスについては、

- ①すでに横浜市からサービス提供事業者へ介護費用を支払っていた場合は、二重払いを避けるという趣旨から、横浜市が被保険者（被害者）に対して当該費用の返還請求を行うことがあります。
- ②横浜市からサービス提供事業者へ介護費用を支払っていない場合は、示談により受け取った介護費用に相当する額分は、横浜市から保険給付できなくなり、全額自己負担による利用となることがあります。

このようなことから、仮に示談を行う場合であっても、これらのことを十分踏まえた上で示談を行わないと、被保険者（被害者）の方に多大な負担がかかる可能性があります。

示談を行う場合は事前に連絡していただくとともに、示談成立の場合はすみやかに示談書の写しをお住まいの区の区役所保険年金課に提出してください。



利用者負担の軽減について 高額介護サービス費等

●内 容

1か月の利用者負担が一定の上限額（下表）を超えるときには区役所に申請すると「高額介護サービス費等」が払い戻されます。ここでの利用者負担とは、保険対象である介護サービス費用の1割（一定以上の所得がある場合は2割または3割）負担相当額をさします。

※高額介護サービス費等の対象外となるもの
介護予防・生活支援サービス事業の一部、施設サービスなどの食費・部屋代等、福祉用具購入、住宅改修

●利用のながれ

高額介護サービス費等の支給を受けるには、区役所に申請する必要があります。また、2回目以降払戻しに該当する場合には、原則、初回申請時に指定した口座に振り込まれます。

- 自己負担の上限額は世帯で合算するため、夫婦等要介護者（要支援者）が複数いる世帯の場合、その利用料を合算して自己負担の上限額を超える金額を支払った場合に、高額介護サービス費等が払い戻されます。計算式は次のとおりです。

$$\left(\text{世帯全体の利用者負担額} - \text{世帯の自己負担の上限額} \right) \times \frac{\text{本人の自己負担額}}{\text{世帯全体の利用者負担額}}$$

例1 世帯に要介護者（要支援者）が1名のみの場合

自己負担の上限額が24,600円の単身の方が1か月に30,000円の自己負担をした場合。

$$\text{算定方法} \quad \frac{\text{本人の自己負担額} - \text{本人の自己負担上限額}}{\text{本人の自己負担額}} = \text{高額介護サービス費}$$

$$\frac{30,000\text{円} - 24,600\text{円}}{30,000\text{円}} = 5,400\text{円}$$

例2 世帯に要介護者（要支援者）が2名以上いる場合（世帯合算をする場合）

夫婦2人とも市民税非課税世帯（世帯の自己負担上限額：24,600円）の第3段階であり、1か月に夫が30,000円、妻が10,000円の自己負担をした場合。

- 1 夫の高額介護サービス費

$$\left\{ (30,000\text{円} + 10,000\text{円}) - 24,600\text{円} \right\} \times \frac{30,000\text{円}}{30,000\text{円} + 10,000\text{円}} = 11,550\text{円}$$
- 2 妻の高額介護サービス費

$$\left\{ (30,000\text{円} + 10,000\text{円}) - 24,600\text{円} \right\} \times \frac{10,000\text{円}}{30,000\text{円} + 10,000\text{円}} = 3,850\text{円}$$

※介護予防・生活支援サービス事業を利用した場合は、計算方法が異なることがあり、世帯合算をした結果、一名の世帯員にまとめて払い戻される場合があります。

自己負担の上限額（月額）

所得区分	上限額（月額）※1
現役並み所得者Ⅲ（課税所得690万円以上）に相当する方がいる世帯の方	140,100円（世帯）
現役並み所得者Ⅱ（課税所得380万円以上690万円未満）に相当する方がいる世帯の方	93,000円（世帯）
世帯のどなたかが市民税を課税されている方または現役並み所得者Ⅰ（課税所得380万円未満）に相当する方がいる世帯の方	44,400円（世帯）
世帯の全員が市民税を課税されていない方	24,600円（世帯）
・ 老齢福祉年金を受給している方 ・ 前年の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額※2」の合計が年間80万円以下の方	24,600円（世帯） 15,000円（個人）
生活保護等を受給されている方※3	15,000円（個人）

※1 「世帯」とは、住民基本台帳の世帯員で、介護サービスを利用した方全員の負担の合計の上限額を指し、「個人」とは、介護サービスを利用したご本人の負担の上限額を指します。

※2 その他の合計所得金額…情-7ページ「保険料について」の※4を参照してください。

※3 上限額を15,000円に減額したことにより生活保護の被保護者とならない方は世帯で15,000円になります。

サービスの利用者負担について

食費・部屋代の負担軽減〈介護保険負担限度額認定証〉

●内 容

施設入所及び短期入所（ショートステイ）利用時の食費・部屋代については、通常、全額自己負担となりますが、所得の低い方のサービス利用が困難にならないよう、世帯（※1）・本人の所得に応じた負担限度額が設けられ、自己負担が軽減されます。

●利用の流れ

区役所保険年金課へ申請し、「介護保険負担限度額認定証」の交付を受ける必要があります。介護保険負担限度額認定証を施設に提示することにより、食費・部屋代が段階に応じた下表「負担限度額（日額）」の金額に軽減されます。

【負担限度額認定の申請時に必要なもの】

- ・被保険者及び配偶者（配偶者がいる場合）の預貯金通帳等の資産を確認できる書類
- ・介護保険証

●対象となるサービス

- 施設サービス（特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護療養型医療施設・介護医療院）
- （介護予防）短期入所生活介護 ●（介護予防）短期入所療養介護

負担限度額（日額）

段階	対象者	部屋代				食費		
		多床室	従来型個室 (特養等)	ユニット型 個室的多床室	ユニット型 個室	施設入所	短期入所	
第1段階	・生活保護等を受給されている方 ・市民税非課税世帯(※1)で老齢福祉年金を受給されていて本人の預貯金等(※2)の合計額が1,000万円(配偶者がいる場合は、夫婦の合計額が2,000万円)以下の方	0円	320円	490円	490円	820円	300円	300円
第2段階	市民税非課税世帯で、本人の「公的年金等収入額と非課税年金収入額とその他の合計所得金額(※3)」の合計が年間80万円以下で、本人の預貯金等の合計額が650万円(配偶者がいる場合は、夫婦の合計額が1,650万円)以下の方	370円	420円	490円	490円	820円	390円	600円
第3段階①	市民税非課税世帯で、本人の「公的年金等収入額と非課税年金収入額とその他の合計所得金額」の合計が年間80万円超の120万円以下で、本人の預貯金等合計額が550万円(配偶者がいる場合は、夫婦の合計額が1,550万円)以下の方	370円	820円	1,310円	1,310円	1,310円	650円	1,000円
第3段階②	市民税非課税世帯で、本人の「公的年金等収入額と非課税年金収入額とその他の合計所得金額」の合計が年間120万円超で、本人の預貯金等の合計額が500万円(配偶者がいる場合は、夫婦の合計額が1,500万円)以下の方	370円	820円	1,310円	1,310円	1,310円	1,360円	1,300円
第4段階	上記以外の方	・第4段階には負担限度額が設けられていません。 ・食費や部屋代は施設との契約によって決まります。						

※1…世帯 本人が属する住民基本台帳上の世帯(配偶者が別世帯にいる場合、その配偶者を含めます。)
 ※2…預貯金等 第2号被保険者は段階に関わらず1,000万円(配偶者がいる場合は2,000万円)以下
 ※3…その他の合計所得金額 情-7ページ「保険料について」の※4を参照してください。

国の定める基準費用額（日額）

部屋代		食費
多床室	(特養等) 855円 (老健・療養等) 377円	
従来型個室	(特養等) 1,171円 (老健・療養等) 1,668円	
ユニット型個室的多床室	1,668円	
ユニット型個室	2,006円	

サービスの利用者負担について

●負担限度額第4段階の方の特例〈課税層に対する特例減額措置〉

2人以上の世帯(※1)において、介護保険施設または地域密着型介護老人福祉施設へ入所（ショートステイは対象外）し、下表の要件をすべて満たす場合には、申請により第3段階②の負担限度額が適用されます。詳しくは区役所保険年金課にお問い合わせください。

特例減額措置の対象要件	特例減額措置の内容
①第4段階の食費・部屋代を負担すること ②世帯の公的年金等収入額(※2)とその他の合計所得金額(※3)の合計から施設の利用者負担(自己負担、食費・部屋代の年間見込額)を除いた額が80万円以下であること ③世帯の預貯金等の合計が450万円以下であること ④日常生活に供する資産以外に活用できる資産がないこと ⑤介護保険料を滞納していないこと	左の要件の②に該当しなくなるまで、食費もしくは部屋代、またはその両方について、第3段階②の負担限度額を適用します。

※1 世帯…配偶者が別世帯にいる場合、その配偶者を含めます。また、施設入所により世帯が分かれた場合も同一世帯とみなします。
 ※2 公的年金等収入額…情-7ページ「保険料について」の※3を参照してください。
 ※3 その他の合計所得金額…情-7ページ「保険料について」の※4を参照してください。

食費・部屋代の差額の払戻し

介護保険負担限度額認定証を、やむをえず施設へ提示できず、「負担限度額」を超えて、「国の定める基準費用額」を超えない金額で支払いをした場合には、申請に基づき、差額の払戻しを受けることができます。詳しくは区役所保険年金課にお問い合わせください。

※「負担限度額」及び「国の定める基準費用額」については情-35ページの表を参照してください。
 ※支払った金額が「国の定める基準費用額」を超える場合は、差額の払戻しができません。
 また、施設への支払いから2年を過ぎると申請ができなくなりますので、ご注意ください。

【差額支給の申請時に必要なもの】

- ・介護保険証 ・食費・部屋代の領収書 ・印鑑（朱肉を使うもの） ・振込先口座の確認ができるもの

高額医療・高額介護合算制度

各医療保険（「国民健康保険、健康保険組合などの社会保険（以下「被用者保険」といいます。）」、「後期高齢者医療制度」と、「介護保険(※1)」の自己負担の1年間の合計額が高額となった場合に、定められた自己負担上限額を超えた分が支給される制度です。

支給を受けるためには、加入されている医療保険の窓口(※2)で申請手続きをする必要があります(申請の際、領収書の提示は不要です)。詳しくは、加入されている医療保険にお問い合わせください。

※1 介護予防・生活支援サービス事業の利用による自己負担も一部対象となります。
 ※2 国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入されている方は、窓口が区役所保険年金課になります。

高額医療・高額介護合算制度における世帯の自己負担上限額

8月1日～翌年7月31日の12か月間の合計

所得区分	計算期間の前年の所得 (基礎控除後の総所得金額等)	国民健康保険に 加入されている 70歳未満の方等	所得区分	国民健康保険に 加入されている 70～74歳の方	後期高齢者 医療制度に 加入されている方
ア	901万円超	212万円	現役並み所得者Ⅲ	212万円	
イ	600万円超901万円以下	141万円	現役並み所得者Ⅱ	141万円	
ウ	210万円超600万円以下	67万円	現役並み所得者Ⅰ	67万円	
エ	210万円以下	60万円	一般	56万円	
オ	市民税非課税世帯	34万円	低所得者Ⅱ	31万円	
			低所得者Ⅰ	19万円	

- 所得区分及び自己負担額について、詳しくは加入している医療保険の窓口までお問い合わせください。
- 同じ世帯でもそれぞれ異なる医療保険に加入している場合は合算できません。
- 被用者保険に加入している方は、加入されている健康保険にお問い合わせください。
- 低所得者Ⅰ区分の世帯で介護サービス費等の利用者が複数いる場合、医療保険からの支給は上表の自己負担上限額で計算され、介護保険からの支給は別途設定された自己負担上限額の「世帯で31万円」で計算されます。

サービスの利用者負担について

その他の利用者負担軽減

介護サービス自己負担助成（横浜市独自制度）

●内 容

要介護（要支援）認定を受けており（※1）、収入要件等が一定の基準に該当する場合、在宅サービスやグループホームを利用する際の利用者負担（※2）、グループホームの家賃・食費・光熱水費及び特別養護老人ホーム等のユニット型個室の居住費の一部を助成します。詳しくは、区役所保険年金課にお問い合わせください。

※1 在宅サービス助成においては、総合事業の事業対象者も対象となる場合があります。
 ※2 利用者負担とは、「介護保険サービスを利用したときのサービス費用の1割負担（一定以上の所得がある場合は2割または3割）」のことを指します。

●利用のながれ

介護サービス自己負担助成（在宅サービス助成、グループホーム助成、施設居住費助成）を利用するためには、区役所で申請手続きをする必要があります。申請により、助成対象者として認定を受けると、助成証が交付されます。

助成証をサービス事業者に提示することにより、軽減された利用者負担でサービスを利用できます。

●在宅サービス助成

〈対象サービス〉

訪問介護	(介護予防)短期入所生活介護	定期巡回・随時対応型訪問介護看護
(介護予防)訪問入浴介護	(介護予防)短期入所療養介護	看護小規模多機能型居宅介護
(介護予防)訪問看護	特定施設入居者生活介護※1※3	総合事業による訪問型サービス※2
(介護予防)訪問リハビリテーション	(介護予防)認知症対応型共同生活介護 ※1	総合事業による通所型サービス※2
通所介護※3	夜間対応型訪問介護	※1 短期利用(ショートステイ)の場合に限る。 ※2 指定事業者によるものかつ、利用者負担が定率のものに限る。 ※3 地域密着型を含む。
(介護予防)通所リハビリテーション	(介護予防)認知症対応型通所介護	
(介護予防)福祉用具貸与	(介護予防)小規模多機能型居宅介護	

〈助成対象要件及び助成内容〉

助成段階	第1段階	第2段階	第3段階
助成対象要件	収入基準等 生活保護受給者を除く介護保険料第1段階の方	市民税非課税世帯で、年間収入見込額の合計が150万円以下の方 ※複数人世帯の場合は、上記要件に加え、当該被保険者を除く世帯員1人につき50万円を加えた額以下となる方	第2段階以外の方
		合計所得金額と公的年金等収入額(非課税年金を除く)の合計が80万円以下の方	
資産基準	金融資産(現金、預貯金、有価証券)が350万円以下(複数人世帯の場合は、当該被保険者を除く世帯員1人につき100万円を加えた額以下)であり、あわせて、居住用不動産(土地(200㎡以下)及び家屋)以外の不動産を所有していないこと		
助成内容	利用者負担を3%に軽減 また、なお残る自己負担額が4,500円を超える場合にその超えた額を助成	利用者負担を5%に軽減 また、なお残る自己負担額が7,500円を超える場合にその超えた額を助成	利用者負担を5%に軽減 また、なお残る自己負担額が12,300円を超える場合にその超えた額を助成

※世帯とは、基本的には住民登録で同じ世帯として登録している人全員を指しますが、別世帯であっても同居して事実上生計が同じ人も含まれます。

サービスの利用者負担について

●グループホーム助成

〈対象サービス〉 (介護予防)認知症対応型共同生活介護 ※ ※ 短期利用(ショートステイ)を除く。

〈助成対象要件及び助成内容〉

助成段階	第1段階	第2段階	第3段階
助成対象要件	収入基準等 生活保護受給者を除く介護保険料第1段階の方	市民税非課税世帯で、年間収入見込額の合計が150万円以下の方 ※複数人世帯の場合は、上記要件に加え、当該被保険者を除く世帯員1人につき50万円を加えた額以下となる方	第2段階以外の方
		合計所得金額と公的年金等収入額(非課税年金を除く)の合計が80万円以下の方	
資産基準	金融資産(現金、預貯金、有価証券)が350万円以下(複数人世帯の場合は、当該被保険者を除く世帯員1人につき100万円を加えた額以下)であり、あわせて、居住用不動産(土地(200㎡以下)及び家屋)以外の不動産を所有していないこと		
その他の要件	・3か月以上横浜市に居住していること ・税法上の被扶養者でないこと		
助成内容	利用者負担を5%に軽減 また、なお残る自己負担額が7,500円を超える場合にその超えた額を助成家賃・食費・光熱水費について、月額55,000円を上限として助成		利用者負担を5%に軽減 また、なお残る自己負担額が12,300円を超える場合にその超えた額を助成家賃・食費・光熱水費について、月額30,000円を上限として助成

●施設居住費助成

〈対象サービス〉 施設サービス[介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院]、地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護、(介護予防)短期入所生活介護、(介護予防)短期入所療養介護

〈助成対象要件及び助成内容〉

助成段階	第1段階	第2段階
助成対象要件	収入基準等 生活保護受給者を除く介護保険料第1段階で、年間収入見込額の合計が50万円以下の方 ※複数人世帯の場合は、上記要件に加え、当該被保険者を除く世帯員1人につき50万円を加えた額以下となる方	市民税非課税世帯で、年間収入見込額の合計が50万円以下の方
		金融資産(現金、預貯金、有価証券)が350万円以下(複数人世帯の場合は、当該被保険者を除く世帯員1人につき100万円を加えた額以下)であり、あわせて、居住用不動産(土地(200㎡以下)及び家屋)以外の不動産を所有していないこと
その他の要件	・介護保険負担限度額認定(第1・第2段階)を受けていること ・税法上の被扶養者でないこと	
助成内容	ユニット型個室の居住費を月額5,000円程度助成(日額:165円)	

サービスの利用者負担について

社会福祉法人による利用者負担軽減

社会福祉法人が行う対象サービスについて、利用者負担額が軽減される場合があります。詳しくは健康福祉局高齢施設課(電話045-671-4901)にお問い合わせください。

〈対象サービス※1〉

特別養護老人ホーム※2	通所介護※2	(介護予防)短期入所生活介護
訪問介護	(介護予防)認知症対応型通所介護	(介護予防)小規模多機能型居宅介護
夜間対応型訪問介護	定期巡回・随時対応型訪問介護看護	看護小規模多機能型居宅介護
第1号訪問事業のうち旧介護予防訪問介護に相当する事業※3	第1号通所事業のうち旧介護予防通所介護に相当する事業※3	

※1 軽減内容により対象外となるサービスもあります。 ※2 地域密着型を含む。 ※3 自己負担割合が保険給付と同様のものに限りま。

〈軽減対象要件及び軽減内容〉

軽減対象要件	軽減内容
・市民税非課税世帯 ・収入…単身世帯で年額150万円以下(世帯員が1人増えるごとに50万円加算) ・資産…金融:単身世帯で350万円以下(世帯員が1人増えるごとに100万円加算) …不動産:居住用不動産(土地(200㎡以下)及び家屋)以外の不動産を所有していないこと ・負担能力のある親族等に扶養されていないこと ・介護保険料を滞納していないこと ※上記要件の全てに該当すること	原則として利用者負担額(介護サービス費の1割負担、食費、部屋代)の25%又は50%を軽減します。 ※介護保険負担限度額認定証をお持ちでない場合、特別養護老人ホーム・短期入所生活介護等の食費、部屋代は軽減対象外となります。
・生活保護受給者	特別養護老人ホーム等の個室利用時の部屋代を100%軽減します。

介護保険以外のサービス

横浜市では、介護保険サービスとは別に、援護の必要な高齢者の在宅生活を支援しています。また、介護保険の給付対象とならない方にも、自立生活の支援を目的としたサービスを提供します。区役所高齢・障害支援課またはお近くの地域ケアプラザ等の地域包括支援センターにお問い合わせください。

在宅の要援護高齢者に対する支援

在宅で援護の必要な高齢者の身体状況や介護者等の状況を考慮して、介護保険対象サービスとは別に必要なサービスを提供します。

あんしん電話

ひとり暮らし等の高齢者を対象に、ご近所の方や救急とすぐ連絡できるよう、電話機に通報装置を取り付けます。利用にあたっては、自宅に固定電話の回線と電話機があることが必要です。

固定電話のために必要な料金のお支払いに加えて、市民税課税世帯の方は、毎月650円（税別）の通報装置使用料がかかります。

食事サービス

ひとり暮らしの中重度要介護者（要介護2以上及び要介護1・要支援の一部）等で食事の用意が困難な方のうち、食事に関するサービスの利用調整の結果、必要と認められた方に、栄養バランスのとれた食事を直接訪問してお渡しし、あわせて安否確認を行います（1日1食、週5日まで）。事業所ごとに設定した食材料費等の実費相当額（700円以内。ただし治療食の場合は700円を超えることもあります）が自己負担となります。

※ケアマネジャーや、地域包括支援センター（地域ケアプラザ等）での事前相談（利用調整）が必要になります。

紙おむつの給付

生活保護世帯または市民税非課税世帯の方を対象に、要介護者（要介護4又は5の方及び要介護1～要介護3で各区福祉保健センター長が必要と認めた方）で、ねたきりまたは認知症の状態にあり、かつ在宅で介護を受けている場合に、紙おむつを給付します。生活保護世帯等は無料、市民税非課税世帯は1割の自己負担があります。なお、要介護度に応じて利用上限基準額があります。

訪問理美容サービス

おおむね65歳以上の要介護4・5に認定された方等で理容所・美容所に出向くことが困難な在宅高齢者に対し、出張による理美容サービス（カットのみ、自己負担額：1回2,000円、年6回まで）を実施します。

自立支援

日常生活に支障があり、社会的支援があれば自立した生活が可能な高齢者にサービスを提供します。

生活支援ショートステイ

横浜市の被保険者であって要支援または要介護に認定されていないおおむね65歳以上の方で、介護者の不在や日常生活に支障がありひとり暮らしが困難な方や、在宅生活を継続すると本人の生命または身体に危険が生じる恐れがある方等が、養護老人ホームに短期入所し、日常生活に対する支援を受けます。自己負担は利用料、食費、滞在費です。

※施設による送迎を受けた場合は、送迎加算を算定。 ※生活保護世帯の方は、食費と実費以外は無料。

介護保険以外のサービス

訪問指導

もの忘れが気になる方や体力に自信がない、食事がとりにくい方、気分が沈みがちな方等を対象に、保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士がご自宅にうかがい、日々の生活へのアドバイス等を行います。

訪問歯科診療

歯科診療所への通院が困難な高齢者や入院患者（施設入所者）、医療的ケア児・者等の方を対象に、横浜市歯科保健医療センターや各区歯科医師会の歯科医師が訪問による歯科診療（保険診療）を行います。

お問合せ：横浜市歯科医師会 TEL.045-681-1553 または各区高齢・障害支援課

認知症高齢者などに対する支援

もの忘れ検診

認知症の早期発見と早期対応を進めるため、市内にお住まいの50歳以上の方を対象に、もの忘れ検診（認知症の簡易検査）を無料で実施しています。認知症の疑いがあった場合は専門医療機関を紹介します。紹介料は有料です。

認知症高齢者保健福祉相談（もの忘れ相談）

認知症の方やその家族等に対し、専門医、ソーシャルワーカー、保健師等が、面接・訪問により相談を行います。

横浜市認知症高齢者等SOSネットワーク

認知症の人が行方不明になったとき、できるだけ早く発見するための仕組みです。行方不明となるおそれのある認知症の方について、本人の特徴等の情報の事前登録ができます。

また、認知症の人が保護されたとき、早期に身元を特定できる「見守りシール」を配付しています。

よこはま認知症コールセンター

認知症の方やその家族等からの各種相談に対し、認知症介護の経験者や専門家等が精神面を含めた様々な支援を電話相談により行います。相談内容により、支援機関等へつながるよう情報を提供します。

TEL.045-662-7833 なやみさよなら 火・木・金曜日（午前10時～午後4時）（祝日を含む、年末年始を除く）

横浜市認知症疾患医療センター

保健医療・介護機関等と連携を図りながら、認知症疾患に関する鑑別診断、行動・心理症状と身体合併症に対する急性期治療、専門医療相談等を実施します。

病院名/住所	相談室名/電話番号	受付時間など
済生会横浜市東部病院 鶴見区下末吉 3-6-1	療養福祉相談室 045-576-3000(代表)	月～金曜日 9:00～17:00
横浜市立みなと赤十字病院 中区新山下 3-12-1	認知症疾患医療センター 045-628-6761(直通)	月～金曜日 9:00～16:00
横浜ほうゆう病院 旭区金が谷 644-1	地域医療連携室 045-360-8787(代表)	月～土曜日 9:00～17:00
横浜市立大学附属病院 金沢区福浦 3-9	認知症疾患医療センター 045-787-2852(直通)	月～金曜日 9:00～17:00
横浜市総合保健医療センター診療所 港北区鳥山町 1735	総合相談室 045-475-0103(直通)	月～金曜日 9:00～17:00

病院名/住所	相談室名/電話番号	受付時間など
横浜総合病院 青葉区鉄町 2201-5	地域医療総合支援センター 045-903-7106(直通)	月～金曜日 9:00～17:00
横浜舞岡病院 戸塚区舞岡町 3482	医療相談室 045-822-2169(直通)	月～土曜日 9:00～17:00
横浜栄共済病院 栄区桂町 132	患者サポートセンター 045-891-2171(代表)	月～金曜日 9:00～17:00
横浜相原病院 瀬谷区阿久和南 2-3-12	認知症疾患医療センター 045-489-7600(直通)	月～金曜日 9:00～17:00

介護保険以外のサービス

障害のある方に対する支援

介護保険サービスの給付対象となる障害のある方について、介護保険にないサービスや介護保険の保険給付に比べてより濃密なサービスが必要と認められる場合、障害者施策で必要なサービスを提供します。

中途障害者地域活動センター

おおむね40歳～64歳の脳血管疾患等の後遺症による在宅の中途障害者を対象に各区中途障害者地域活動センターで、①リハビリ教室事業、②活動センター事業を実施しています。

- ①リハビリ教室事業 退院後間もない方、閉じこもりの方またはその恐れのある方等を対象に、機能訓練及び仲間づくりを中心に実施しています。
- ②活動センター事業 社会参加のための活動の場が必要な方等を対象に、スポーツ、創作活動、地域交流等を中心に実施しています。活動日は平日です。

障害者手帳の交付

障害の種別や程度に応じて身体障害者手帳、療育手帳(愛の手帳)、精神障害者保健福祉手帳が交付され、障害者総合支援法のサービスなどが利用できます。

障害者総合支援法サービスの支給

障害福祉サービスが必要な場合、障害者総合支援法のサービスを利用することができます。対象事業(在宅サービス)は、ホームヘルプ、移動介護、短期入所、グループホームなどです。

高額障害福祉サービス等給付費

65歳に達する前の5年間に渡って特定の障害福祉サービスを受けていた方であって、現在利用している介護保険サービスや所得状況、障害の程度などが政令の定めにより該当するときは、介護保険サービス利用分の一部または全額が支給されます。また、ひとりの利用者が介護保険と障害福祉サービスを併用するときや、同一世帯内に障害福祉サービスを利用する方が複数いるときなどに申請をすると、利用者負担の合計額が一定の額を超えた分が支給されます。

その他の支援

ごみ出しの支援

収集の種類	ふれあい収集	粗大ごみの持ち出し収集
内容	対象者宅の敷地内や玄関先から、直接家庭ごみを収集します。 ※収集時にごみが排出されていない場合等に、インターホン等で声を掛けることがあります。	対象者宅の敷地内または屋内まで入って、粗大ごみを収集します。なお、粗大ごみを持ち出すために、次の作業が必要な場合は、持ち出し収集の対象外となります。 ①分解が必要な粗大ごみ ②他の家具の移動が必要な粗大ごみ ③ロープ等で吊り上げ下げが必要な粗大ごみ
申込方法	資源循環局事務所に申込書にてお申し込みください。 ※申込書は資源循環局のHPでダウンロードできます。 ※事前にご自宅に同居者がいる場合でも、対象者に該当するか確認させていただきます。	資源循環局事務所に電話等でお申し込みください。 ※事前に対象者に該当するか確認させていただきます。 ※受付から収集までお時間を頂く場合があります。 ※収集日のご希望に添いかねる場合があります。
対象者	次のいずれかに該当し、ご家族や身近な人の協力が困難で、自ら家庭ごみを集積場所まで持ち出すことができない「ひとり暮らしの方」。なお、同居者がいる場合でも、同居者が次のいずれかに該当する場合は、対象となります。 ①身体障害者手帳の交付を受けている方 ②愛の手帳の交付を受けている方 ③精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方 ④介護保険の要介護(要支援)認定を受けている方 ⑤ごみを持ち出すことができない65歳以上の方	次のいずれかに該当し、ご家族や身近な人の協力が困難で、自ら粗大ごみを指定場所まで持ち出すことができない「ひとり暮らしの方」。なお、同居者がいる場合でも、同居者が高齢者や年少者など次のいずれかに該当する場合は、対象となります。 ①身体障害者手帳の交付を受けている方 ②愛の手帳の交付を受けている方 ③精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方 ④介護保険の要介護(要支援)認定を受けている方 ⑤ごみを持ち出すことができない65歳以上の方 ⑥妊婦やけがをしている方などで、事務所長が認めた方

お問合せ：お住まいの区の資源循環局事務所 受付時間：月～土(祝日含む) 午前8:00～午後4:45

郵便等により自宅等で不在者投票ができる制度(令和5年3月1日現在)

要介護5または重度の障害がある方が対象です。なお、この制度を利用するためには、事前に郵便等投票証明書の交付を受けていることが必要ですので、詳しくはお住まいの区の選挙管理委員会へおたずねください。

内容 郵便等により、自宅等で不在者投票ができます。選挙の際に、投票日の4日前までに、郵便等投票証明書を添付の上、区選挙管理委員会に投票用紙を請求することが必要です。

対象者は細かく障害内容・等級が決められています。

さらに、上肢または視覚に重度の障害のある方は代理記載制度を利用できる場合もあります。

詳しくはお住まいの区の選挙管理委員会へお問い合わせください。

お問合せ：お住まいの区の選挙管理委員会(区役所総務課 統計選挙係内)

公共料金・税の軽減

所得税・住民税(市民税・県民税)の介護保険サービスの医療費控除

「特別養護老人ホームなどの介護保険施設に入所している方」、「在宅で訪問看護などの医療系サービスを利用している方」、「医療系サービスと併せてホームヘルプやデイサービスなどを※利用している方」の利用者負担額の一部は、医療費控除の対象として認められる場合があります。詳しくは税務署にお問い合わせください。

注意事項

- ・医療費控除を受けるためには、サービス提供事業者が発行する「医療費控除の対象となる金額」が記載された領収証などが必要です。
- ・医療費控除額の対象となる金額を計算する際は、高額介護サービス費及び高額医療合算介護サービス費で払戻しを受けている部分は、差し引いて計算します。なお、特別養護老人ホームの入所に係る自己負担に対する高額介護サービス費については、高額介護サービス費の1/2相当を差し引きます。
- ・本来医療費控除の対象とならないサービスでも、介護福祉士等による喀痰吸引等を受けた場合、自己負担額の1/10が医療費控除の対象となります。

※総合事業の訪問介護相当サービス、通所介護相当サービスを含みます。

お問合せ：お住まいの地区を担当する税務署

高齢者の所得税・住民税(市民税・県民税)の障害者控除

身体障害者手帳等の交付を受けている方のほか、65歳以上で次の①～⑦に該当すると福祉保健センター長の認定を受けた場合、障害者控除の対象となります。

区分	障害者控除	特別障害者控除
対象者	①身体障害者(3～6級)に準ずる方 ②認知症(軽度・中度)に準ずる方 ③知的障害者(軽度・中度)に準ずる方	④身体障害者(1または2級)に準ずる方 ⑤認知症(重度)に準ずる方 ⑥知的障害者(重度)に準ずる方 ⑦6か月程度以上寝たきりで食事・排泄等の日常生活に支障のある方
所得税の控除額	所得金額から27万円	所得金額から40万円
市民税・県民税の控除額	所得金額から26万円	所得金額から30万円

※控除対象配偶者または扶養親族が、納税者または納税者の配偶者若しくは納税者と生計を一にするその他の親族のいずれかと常に同居している特別障害者である場合は、控除の額が所得税75万円、住民税53万円となります。

お問合せ：お住まいの地区を担当する税務署(所得税)、区役所税務課市民税担当(住民税)、高齢・障害支援課

バリアフリー改修工事を行った住宅に対する税の減額

一定の年齢以上の方、要介護・要支援認定を受けている方または障害のある方が居住している住宅についてバリアフリー改修工事を行った場合に、固定資産税、所得税が減額される制度があります。

(固定資産税の減額)一定のバリアフリー改修工事を行い、工事完了から3か月以内に区役所へ申告すると固定資産税が減額されます。詳しくは区役所税務課で配布しているチラシをご覧ください。

お問合せ：住宅の所在する区の区役所税務課家屋担当

(所得税の特別控除)所得税の特別控除を受けられる場合がありますが、詳しくはお住まいの地区を担当する税務署にお問い合わせください。

お問合せ：お住まいの地区を担当する税務署

粗大ごみ処理手数料の減免

対象世帯：生活保護世帯、特定中国残留邦人世帯、身体障害1級または2級・精神障害1級・知的障害A1またはA2・重複障害(身体障害3級かつ知的障害B1)の認定を受けている方が属する世帯、福祉医療証の交付を受けているひとり親世帯、介護保険要介護4または5の認定を受けている高齢者(65歳以上)が属する世帯、粗大ごみを直接搬入することが困難な70歳以上のひとり暮らしの高齢者で福祉保健センター長が認めた方

減免内容：年間※4個まで手数料を免除します。(※4月から翌年3月まで)

お申込み：粗大ごみ受付センター TEL.0570-200-530 (一般の加入電話) TEL.045-330-3953 (携帯電話やIP電話などの定額制や、通話料割引サービスを利用される方)

受付時間：月～土曜日(年末年始除く祝日を含む) 午前8:30～午後5:00

水道料金・下水道使用料の減免

在宅で要介護4または5に認定された方がいる世帯は、水道局へ減免申請を行うことにより、水道料金及び下水道使用料(基本料金相当額)の減免を受ける事が出来ます。※ただし、減免対象世帯には要件があります。

お問合せ：水道局お客さまサービスセンター TEL.045-847-6262 FAX.045-848-4281

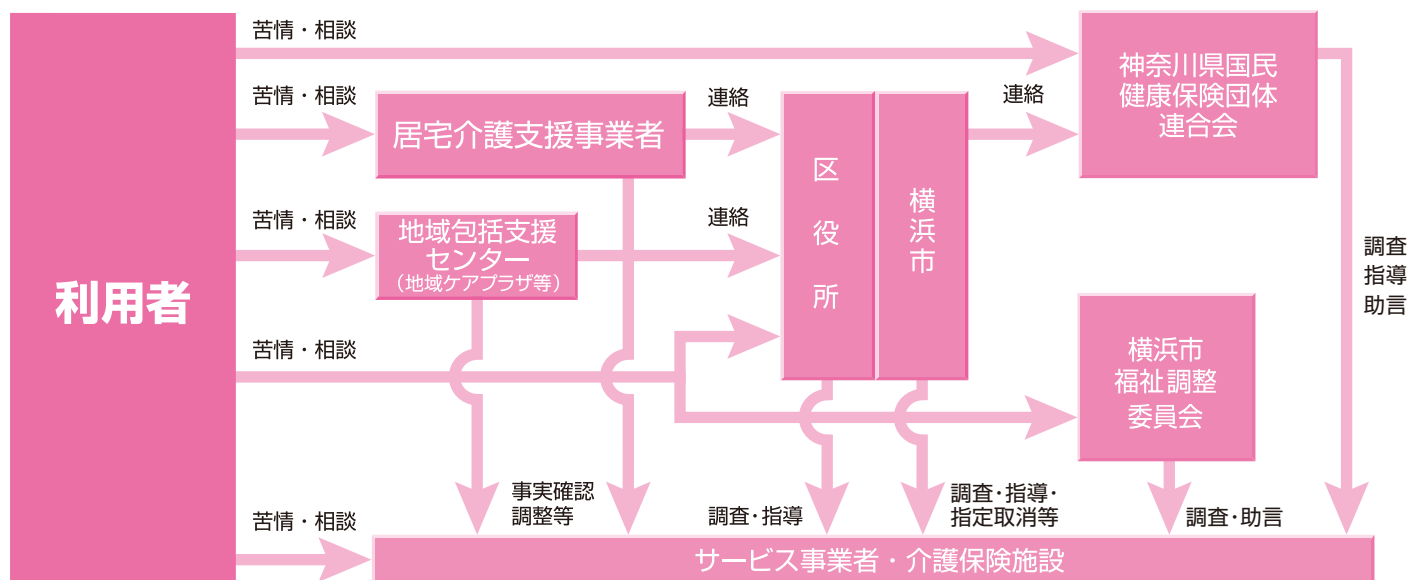
苦情は どこに申し出る？

受けているサービスに不都合や不満があるときは、その事実を申し出て相談したり、苦情の申し立てをして改善を求めることができます。

1 相談は身近な窓口へ

- 各サービス事業者から提供されているサービスの内容に不満があるときは、まず、その事業者の相談窓口にご相談することをおすすめします。サービス事業者は、苦情があったときは誠実に対応することとされています。
- サービスに対する不満は、ケアプランを作成した居宅介護支援事業者に申し出ることもできます。居宅介護支援事業者は、事実関係を確認したうえでサービス事業者に改善要請を行ったり、事業者を変更する場合等の調整をします。
- また、地域ケアプラザ等の地域包括支援センター及び区役所高齢・障害支援課の窓口においても、苦情・相談に応じます。

サービスに対する苦情への対応（横浜市）



2 苦情の申し立て方法

○ 上記の相談だけでは十分な解決が得られない場合には、横浜市または必要に応じて神奈川県国民健康保険団体連合会に対し「苦情申立書」を提出して、法令に基づく調査や指導を行うことができます。

お問合せ 神奈川県国民健康保険団体連合会介護保険課介護苦情相談係
TEL.045-329-3447

○ 横浜市では、中立・公正な第三者機関である「横浜市福祉調整委員会」が設置されており、横浜市の福祉保健サービスを利用する市民の皆さんから苦情相談をお受けしています。まずは、事務局がお話を伺います。詳しくはお問合せください。

お問合せ 横浜市福祉調整委員会事務局（健康福祉局相談調整課）
TEL.045-671-4045 FAX.045-681-5457

お問合せ

■ 各区高齢・障害支援課 要介護認定・サービス利用に関すること

区	電話番号	FAX番号
鶴見	045-510-1770	045-510-1897
神奈川	045-411-7019	045-324-3702
西	045-320-8491	045-290-3422
中	045-224-8163	045-222-7719
南	045-341-1138	045-341-1144
港南	045-847-8495	045-845-9809
保土ヶ谷	045-334-6394	045-334-6393
旭	045-954-6061	045-955-2675
磯子	045-750-2494	045-750-2540

区	電話番号	FAX番号
金沢	045-788-7868	045-786-8872
港北	045-540-2325	045-540-2396
緑	045-930-2315	045-930-2310
青葉	045-978-2479	045-978-2427
都筑	045-948-2313	045-948-2490
戸塚	045-866-8452	045-881-1755
栄	045-894-8547	045-893-3083
泉	045-800-2436	045-800-2513
瀬谷	045-367-5714	045-364-2346

■ 各区保険年金課 被保険者の資格や保険料に関すること

区	電話番号	FAX番号
鶴見	045-510-1807	045-510-1898
神奈川	045-411-7124	045-322-1979
西	045-320-8425	045-322-2183
中	045-224-8315	045-224-8309
南	045-341-1126	045-341-1131
港南	045-847-8425	045-845-8413
保土ヶ谷	045-334-6335	045-334-6334
旭	045-954-6134	045-954-5784
磯子	045-750-2425	045-750-2545

区	電話番号	FAX番号
金沢	045-788-7835	045-788-0328
港北	045-540-2349	045-540-2355
緑	045-930-2341	045-930-2347
青葉	045-978-2335	045-978-2417
都筑	045-948-2334	045-948-2339
戸塚	045-866-8449	045-871-5809
栄	045-894-8425	045-895-0115
泉	045-800-2425	045-800-2512
瀬谷	045-367-5725	045-362-2420

■ 横浜市健康福祉局

課	電話番号	FAX番号	内容
介護保険課	045-671-4252	045-550-3614	介護保険制度全般に関すること
	045-671-4256	045-550-3614	要介護認定に関すること
	045-671-4253	045-550-3614	被保険者資格に関すること
	045-671-4254	045-550-3614	保険料に関すること
介護事業指導課	045-671-4255	045-550-3614	保険給付に関すること
	045-671-3413	045-550-3615	居宅サービス事業所の指定・更新に関すること
	045-671-3466	045-550-3615	地域密着型サービス事業所の指定・更新・整備に関すること
	045-671-3414	045-550-3615	地域密着型サービス事業所の指定・更新・整備に関すること
高齢施設課	045-671-2356	045-550-3615	居宅サービス、地域密着型サービスの監査・指導に関すること
	045-671-3461	045-550-3615	居宅サービス、地域密着型サービスの監査・指導に関すること
高齢在宅支援課	045-671-3923	045-641-6408	施設サービスに関すること
地域包括ケア推進課	045-671-2405	045-550-3612	介護予防・日常生活支援総合事業に関すること
高齢健康福祉課	045-671-3464	045-550-4096	地域包括ケアシステムに関すること
	045-671-3412	045-550-3613	よこはま地域包括ケア計画に関すること

高齢者の皆様への介護予防・健康づくりサービス

フレ！フレ！フレイル予防！

健康寿命の延伸をめざして、**フレイル予防**に取り組んでいきましょう。

いくつになっても健康で自立した生活を送り、活動的に過ごすためには、健康寿命※を延ばすことが大切です。

※健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことです。

フレイル状態の改善やフレイル予防の取組を行うことは、健康寿命の延伸に良い影響を与えると期待されています。



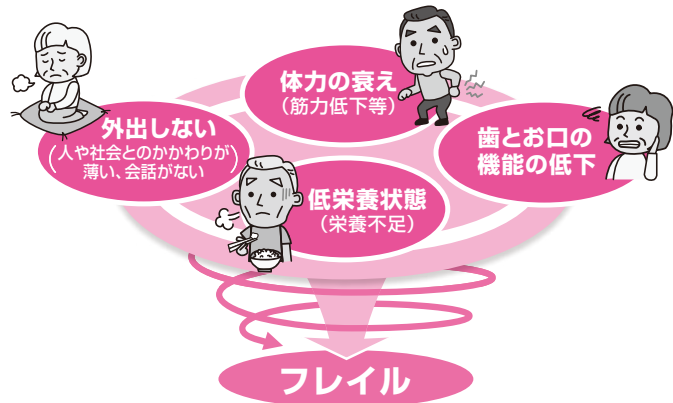
●フレイルとは??

高齢期に体力や気力、認知機能など、からだところの機能(はたらき)が低下し、将来介護が必要になる危険性が高くなっている状態をいいます。



フレイルのはじまりは日頃の小さな変化から

からだ・ところ・認知機能等の小さな変化や社会生活面での変化など、さまざまな要素が互いに影響し合いフレイルに至ります。



フレイル予防 4つの柱

「運動・口腔・栄養・社会参加」の取組を日常生活の中で一体的に取り組むことが大切です!



「フレ！フレ！フレイル予防!」は、横浜市のフレイル予防取組推進の愛称です。

運動…動き続けていくためのからだづくり

健康を維持するためには、現在の**体力、骨や筋力を維持することが大切です。**

- ロコモティブシンドローム※を予防!
※加齢に伴う筋力低下や骨・関節の疾患などの運動器の障害が起こり、「立つ、座る、歩く」などの移動能力が低下する状態。
- 散歩やウォーキングなど、1日20~30分程度(目安)と毎日少しの筋トレをプラス。

口腔(お口の動き)…噛む力・飲み込む力を保つ

全身の機能の衰えにつながる可能性のある**オーラルフレイル(お口の機能の衰え)を予防することが大切です。**

- 毎日の歯みがきで、むし歯・歯周病を予防し、お口の中を清潔に保つ。
- かかりつけ歯科医をもち、適切なアドバイスを受ける。
- お口の体操で噛む力・飲み込む力・滑舌を鍛える。

社会参加…外出・交流・参加で人や地域とつながる

こころとからだの健康を維持するためには、**人とつながること、地域社会に参加することも大切です。**

- 1日1回以上の外出。
- 週1回以上は、友人・知人などとの交流。
- 楽しさややりがいのある活動に参加。
(町内会、ボランティア、元気づくりステーション等の通いの場への参加など)

栄養…まんべんなく、しっかり食べて健康なからだづくり

粗食をやめ、毎日しっかり食べて、全身の衰えにつながる可能性のある**やせや栄養状態の低下(低栄養)を予防することが大切です。**

- 1日3食、多様な食品を含むバランスのよい食事を心がける。
- 筋肉をつくるたんぱく質も忘れずに。

フレイル予防

………高齢者の皆様への介護予防・健康づくりサービス

◆もっと取り組む!続ける!フレイル予防!

お住まいの区役所や地域ケアプラザでは、健康づくり・介護予防(フレイル予防)について学び、続けるためのお手伝いを行っています。

- 学ぶ・体験する
フレイル予防に大切な運動、口腔、栄養等、健康づくり・介護予防の最新情報を講演会やイベント等で学ぶ。
- 仲間と一緒に活動続ける
身近な地域で体操やウォーキング等の活動に継続的に取り組んでいるグループ(元気づくりステーション等)に参加。
- 知識や経験を生かす
楽しさややりがいを感じながら地域にも貢献! おすすめは地域のボランティア活動。

◆もっと知りたい!フレイル予防!

もっと詳しく、健康づくり・介護予防(フレイル予防)の情報を知りたい方は、横浜市ホームページで検索。
各取組の詳しい情報やフレイル予防パンフレット等もダウンロードすることができます。



横浜市ホームページ▶

元気なうちから介護予防

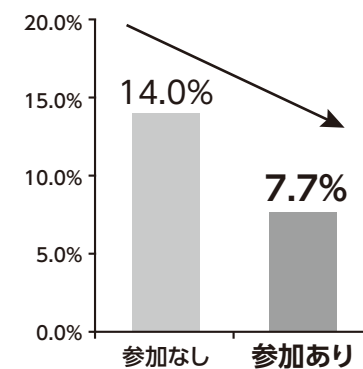
つながりは元気で暮らす秘訣!

趣味の活動やボランティア活動など、人とつながる地域活動は、地域の力を高めるだけでなく、高齢者の健康にもよい影響を与えることが近年の研究で分かっています。

サロン参加者は要支援・要介護認定を受ける割合が低い

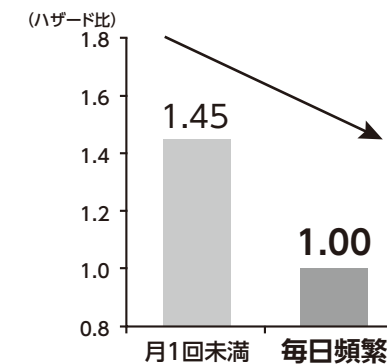
他者と交流している人は、認知症になる確率が低い

サロン参加者と非参加者の要介護認定率の比較



※愛知県武豊町で、2007年5月から活動を開始した「憩いのサロン」において、参加者の状況を2012年3月まで追跡調査。3回以上参加した人のみを「参加あり」とし、0~2回の参加者は「参加なし」に分類した結果

同居者以外の他者との交流頻度別の認知症を伴う認定者になる確率(「毎日頻繁」を1.00とした場合)

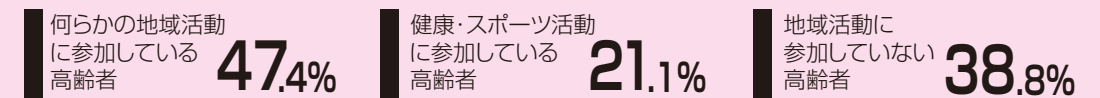


※愛知県下の6市町村において、65歳以上の高齢者14,804人を対象に、2003年から約10年間の追跡調査を行った結果。性別、年齢、世帯構成、就学年数、婚姻状態、等価所得、治療疾患の有無、物忘れの有無、居住地域を調査した結果

趣味がある人は、認知症にならない確率が2.2倍とのデータも

出典: 日本老年学的評価研究資料

この1年間の個人・団体での地域活動参加状況 (R 元年度 横浜市高齢者実態調査)



横浜市からのお知らせ

高齢者の暮らしに必要な情報が満載！ ふくしらべ



「最近、親の体力が落ちてきたり、物忘れがあって心配」、「施設に入るってどんな手続きがあるの?」、「そもそも高齢者に関することってどこに相談したらいいの?」など、高齢期の暮らしに必要なさまざまな情報を調べることができます。

ふくしらべ

検索



お住まいの地域を担当する地域ケアプラザが検索できますよ

あなたの近くの地域活動を検索！ ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ

ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビは、地域の方々を中心となって行うサロンや趣味活動の場、日常生活のちょっとした困りごとをお手伝いする活動の情報などを、検索できるウェブサイトです。



キーワードから

みつける



家から歩いていける場所に、
趣味が楽しめる活動はあるかな



さがせる

カテゴリから

体力維持できるように、
気軽に体操できる場所はないかな



横浜 地域活動ナビ

検索

新型コロナウイルス感染拡大等の状況により、掲載されている地域活動・サービスの内容が、実際の実施状況と異なる場合があります。本サイトは、横浜市の委託により、カシオ計算機株式会社の運用するシステム「Ayamu」を利用しています。

よこはまシニアボランティアポイントって？

65歳以上の方が、介護施設等でボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、寄附または換金できる仕組みです。

参加するには、研修会を受講し、登録してポイントカードを受け取る必要があります。

高齢者が今まで培ってきた知識や経験を、地域で活かすことができます。



イメージキャラクター
健康ほうし君

★健康づくり、介護予防に!
★社会参加、生きがいつくり!

2万人を超える
多くの方にご登録
いただいています!



対象者 65歳以上の横浜市民（介護保険の第1号被保険者）で、登録研修会を受講された方

活動の種類 ・特別養護老人ホーム、老人保健施設、グループホームなどで行われる高齢者に対する活動
・地域ケアプラザで行われる活動 ・子育て支援活動
・病院ボランティア活動 ・障害者支援拠点でのボランティア活動

活動例 ●レクリエーションの補助、利用者の話し相手、行事の手伝いなどのボランティア活動
●地域ケアプラザ等で行う配食・会食サービスなど
●区役所で行う介護予防事業
※ポイント事業を実施している施設・病院に限ります。

ボランティアの方の声

- ◎ボランティアである私たちが、元気をもらっている
- ◎地域社会とのつながりが深まった
- ◎自分の存在が活かされて満足
- ◎生活に張り合いができた
- ◎ポイントが活動の記録になるので、励みになっている
- ◎寄附もできるのがいい



- 登録された方に、ポイントカードをお渡しします。
- 1日の活動（概ね30分以上の活動）で200ポイントがたまります。
- 1000ポイント以上たまると、1ポイント=1円で寄附または換金することができます。（換金上限は年間8000ポイント）

★これから参加される方のために、月2回程度、登録研修会を実施しています。
日程等、詳しくはお問い合わせください。

お問合せ：横浜市健康福祉局介護保険課よこはまシニアボランティアポイント担当
電話 (671)4252 FAX (550)3614




横浜発 「みんなにやさしい介護のプロを目指す」プロジェクト


横浜市介護事業所表彰制度


「みんなにやさしい介護」のプロを目指すプロジェクトとは


高齢者が、できる限り自立した日常生活を営み、自分らしい生活を営むことができるように、自立支援に前向きに取り組んでいる介護事業所を表彰することで、「みんなにやさしい介護の好循環を作り出そう!」というプロジェクトです。

「みんなにやさしい介護」とは?

- 
「利用者(高齢者)」にやさしい
 できる限り、自分らしい(自分が望む)、生活を営むことができます。

- 
「家族等の介護者」にやさしい
 要介護者の状態が維持・改善されることで介護の負担を軽減します。

- 
「介護従事者」にやさしい
 自立支援を実践することで、やりがい、充実感が得られます。

- 
「事業所」にやさしい
 利用者等から信頼され、介護従事者の定着や人材確保につながります。

対象サービス

- 地域密着型通所介護
 - 小規模多機能型居宅介護
 - 看護小規模多機能型居宅介護
 - 認知症対応型通所介護
 - 認知症対応型共同生活介護
- ※今後、対象サービスを順次拡大する予定です



このステッカーが目印です

本誌「介護サービス事業所リストページ」では次のマークで掲載しています。



詳細は横浜市ホームページをご覧ください。 [横浜市 みんなにやさしい介護](#)  検索



平成30年度 表彰事業所一覧 (地域密着型通所介護を対象に表彰)

No.	事業所名	所在地	No.	事業所名	所在地
1	リカバリータイムズ(※現 リカバリータイムズ駒岡)	鶴見区駒岡5-15-32	5	機能回復訓練強化型マッスルデイサービス金沢文庫(※現 コナトス金沢文庫)	金沢区寺前1-5-30
2	リカバリータイムズモア	鶴見区駒岡4-26-3	6	Reha Style アン フルール	緑区鴨居町2481
3	デイサービス プレゼンス式番館	港南区丸山台3-30-3	7	生活維持向上倶楽部「扉」	泉区中田東3-6-42
4	リハビリデイサービス プラチナ倶楽部	港南区港南台6-2-1			

令和元年度 表彰事業所一覧 (地域密着型通所介護、(看護)小規模多機能型居宅介護を対象に表彰)

(1)地域密着型通所介護			(2)小規模多機能型居宅介護・看護小規模多機能型居宅介護		
No.	事業所名	所在地	No.	事業所名	所在地
1	リカバリータイムズ駒岡(※旧 リカバリータイムズ)	鶴見区駒岡5-15-32	1	小規模多機能型プラチナ倶楽部	港南区港南台6-9-25
2	リカバリータイムズモア	鶴見区駒岡4-26-3	2	Harmony House	都筑区茅ヶ崎東2-12-24
3	リカバリータイムズ獅子ヶ谷(※現 リカバリータイムズ師岡)	港北区師岡町824	3	ウイル汲沢ステーション	戸塚区汲沢8-31-18-21
4	デイサービス プレゼンス	港南区港南台3-22-11	4	ウイル原宿ステーション	戸塚区原宿4-44-28
5	デイサービス プレゼンス式番館	港南区丸山台3-30-3	5	ウイル戸塚ステーション【※看護小規模多機能】	戸塚区戸塚町3570-1
6	リハビリデイサービス プラチナ倶楽部	港南区港南台6-2-1	6	小規模多機能型居宅介護事業所 オリーブ	瀬谷区三ツ境159-10
7	コナトス金沢文庫(※旧機能回復訓練強化型マッスルデイサービス金沢文庫)	金沢区寺前1-5-30			
8	Reha Style アン フルール	緑区鴨居町2481			
9	デイサービス れんじゅ	緑区新治町897-26			
10	宗教法人 善了寺 還る家とともに	戸塚区矢部町125			
11	生活維持向上倶楽部「扉」	泉区中田東3-6-42			
12	生活維持向上倶楽部「匠」	泉区中田東1-3-21			

※令和2年度については、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、表彰制度を中止しています。

令和3年度 表彰事業所一覧 (地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護を対象に表彰)

(1)地域密着型通所介護			(2)認知症対応型通所介護		
No.	事業所名	所在地	No.	事業所名	所在地
1	リカバリータイムズ駒岡(※旧 リカバリータイムズ)	鶴見区駒岡5-15-32	1	瑞穂の大地デイサービスセンター	港南区日野5-4-18
2	リカバリータイムズ末吉	鶴見区下末吉1-31-12	2	デイサービスセンター真珠の詩	旭区下川井町360
3	リカバリータイムズ鶴見	鶴見区鶴見中央4-31-7	3	横浜市川井地域ケアプラザ	旭区川井本町57-8
4	リカバリータイムズ師岡(※旧 リカバリータイムズ獅子ヶ谷)	港北区師岡町824	4	横浜市城郷小机地域ケアプラザ	港北区小机町2484-4
5	Reha Styl アン フルール	緑区鴨居町2481	5	横浜市小菅ヶ谷地域ケアプラザ	栄区小菅ヶ谷3-32-12
6	生活維持向上倶楽部「扉」	泉区中田東3-6-42	6	デイサービスふるさと萩丸	泉区和泉中央南1-38-16

令和4年度 表彰事業所一覧 (認知症対応型共同生活介護を対象に表彰)

No.	事業所名	所在地	No.	事業所名	所在地
1	サン・フローラ上白根	旭区上白根町163-1	4	オクセン	港北区樽町2-10-26
2	グループホーム 水車の里	緑区新治町1101-2	5	グループホームひかり横浜戸塚	戸塚区柏尾町1331
3	みどりのそよかぜ	青葉区みずが丘26-15			



認知症 やさしいまなざし あつたかハート

■認知症は老化？ それとも病気？

単なる老化ではなく、さまざまな原因によって起こる脳の病気です。早期に発見し、正しい診断と治療により、症状の進行を緩やかにすることが期待できます。

■認知症の兆しについて

「年のせいかも…」と思っても、右記のような兆しがあれば、一度かかりつけ医や地域包括支援センターに相談してください。

- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 慣れた道でも迷うことがある
- ささいなことで怒りっぽくなった
- 下着を替えず身だしなみを構わなくなった

■軽度認知障害（MCI）とは

認知症の前段階で、軽い記憶障害等はあっても基本的に日常生活は送れる状態です。発見し適切に対応すれば、特にアルツハイマー型認知症への移行を先送りにできる可能性があります。

出典：「認知症の人と家族の会」作成パンフレット
「家族が認知症ではないかと心配しているあなたへ」

各種相談窓口・医療機関

●もの忘れ検診

認知症の疑いのある人を早期に発見し、早期の診断と治療につなげることで、認知症の重症化予防を図ることを目的としています。対象者は50歳以上の市民で、認知症の診断を受けていない方です。市内の指定医療機関で実施していますので、詳しくは各区高齢・障害支援課へお問合せください。

●認知症高齢者保健福祉相談（もの忘れ相談など）

区役所では、専門医・ソーシャルワーカー、保健師などが認知症に関する医療・介護などの相談に応じます。

●横浜市認知症疾患医療センター（専門医療相談） 情-40 ページ参照

認知症疾患医療センターでは、専門医療相談窓口を設け、電話や面談による相談に対応しています。

●若年性認知症支援コーディネーター（若年性認知症に関する相談）

配置場所	所在地・電話番号・受付時間 ※年末年始・祝日を除く
横浜ほうゆう病院 地域医療連携室 若年相談窓口	【所在地】旭区金が谷644-1 TEL 045-360-8787(代表) FAX 045-360-8788 【相談時間】月曜日～金曜日 9時30分～15時30分*
横浜市立大学付属病院 認知症疾患医療センター	【所在地】金沢区福浦3-9 TEL 045-787-2852(直通) FAX 045-787-2866 【相談時間】月曜日～金曜日 9時～17時*
横浜総合保健医療センター診療所 総合相談室	【所在地】港北区烏山町1735 TEL 045-475-0105(直通) FAX 045-475-0101 【相談時間】月曜日～金曜日 9時～16時*
横浜総合病院 若年性認知症相談窓口	【所在地】青葉区鉄町2201-5 TEL 045-903-7106(直通) FAX 045-904-5556 【相談時間】月曜日～金曜日 9時～17時*

●よこはま認知症コールセンター Tel. **045-662-7833**

ひとりで悩まず、抱え込まず…

認知症の介護経験者等があなたの認知症に関する相談に対応します。【無料・秘密厳守】

<相談時間>火・木・金曜10時～16時（祝日含む、年末年始除く）

●認知症の診断・治療を行う医療機関リスト

認知症に関する医療機関の情報をホームページで見ることができます。ぜひ役立ててください。

認知症の診断・治療を行う医療機関リスト

検索



よこはま ウォーキングポイント

続けている人に
高血圧の新規発症抑制
効果あり(※)



スマホ専用の歩数計アプリ又は歩数計で参加。歩数に応じてポイントが貯まり、抽選で商品券等がもらえる!

参加の流れ

アプリ

下記二次元コードからアプリをダウンロードして画面の案内に従い参加登録。

iPhone



Android



歩数計

申込書に必要事項を記入し、本人確認書類のコピーを同封して郵送で申込。

〈申込書類配布場所〉

- ・区役所
- ・地域ケアプラザ
- ・スポーツセンター

参加特典



商品券

ポイントに応じて
抽選でプレゼント!



歩数データやバイタル
データを確認できる



(アプリ限定)150を超える
ウォーキングコースに挑戦など

※60歳代の3年連続参加者は未登録者に比べ、高血圧の新規発症者が相対的に12.3%少ないという結果が出ています。



お問合せ先

よこはまウォーキングポイント事業(YWP)事務局

よこはまウォーキングポイント

検索

電話 0570-080-130 / 045-681-4655

(通話料がかかります) 受付時間/午前9時半~午後5時半

●土・日・休日、年末年始はお休み

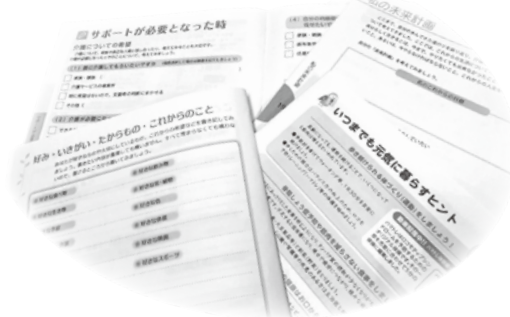
ファックス 0120-580-376 (フリーダイヤル) メール navi-ywp@ml.city.yokohama.jp

横浜市健康福祉局
保健事業課

～これからの人生を自分らしく生きるために～
オリジナルエンディングノートを配付しています



18区のエンディングノート



■ エンディングノートとは？

エンディングノートはこれまでの人生を振り返り、これからの人生をどう歩んでいきたいか、自分の思いを記すノートです。自分らしい生き方を選択し、大切な人と共有するきっかけとなるように、各区でオリジナルのエンディングノートを作成し、書き方講座が開催されています。

■ どこでもらえるの？

各区の書き方講座に参加するか、各区高齢・障害支援課の窓口またはお住まいの地域包括支援センター（地域ケアプラザ）にて説明をうけることで、無料でもらうことができます。

知ってほしい！横浜市の財政状況と財政方針 「横浜市の持続的な発展に向けた財政ビジョン」



「横浜市の持続的な発展に向けた財政ビジョン」とは、現役世代の方はもちろん、子どもたちや将来の市民の皆さまに豊かな未来をつなぐための、横浜市初の中長期的な財政方針であり、令和4年6月に策定されました。

横浜市ホームページのほか、横浜市市民情報センター、各区役所広報相談係、各地域ケアプラザでも閲覧いただけます。

横浜市 財政ビジョン

検索

横浜市財政局財政課

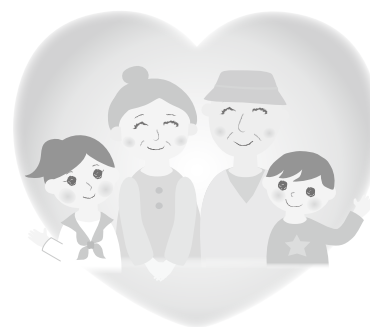


横浜市社会福祉基金 ～ご寄附のお願い～

横浜の社会福祉の充実のために、ご寄附ください。
みなさまの温かなお気持ちをお待ちしています。

横浜市社会福祉基金は、「横浜の社会福祉の充実に役立ててほしい」という、市民の方のお気持ちによる遺贈から生まれました。

基金へいただいたご寄附は、こどもから青少年、高齢者や障害者に関すること、横浜市が行う社会福祉及び保健に関する事業など、広く社会福祉の向上に役立てていきます。



横浜市社会福祉基金のお申込み・お問い合わせ先

横浜市健康福祉局 企画課

TEL 045-671-3662 **FAX 045-664-4739**

Eメール kf-fukushikikin@city.yokohama.jp

ホームページ

[横浜市社会福祉基金](#)

検索



介護サービス情報公表制度

介護サービス情報公表制度

介護サービス情報公表制度は、介護サービスの利用者が適切に事業者を選択・評価することを目的として、都道府県・指定都市が全国約21万か所の介護サービス事業所の情報をインターネット等により公表するものです。



公表されている事業所情報の内容

介護保険法に基づく全種類・サービスの事業所・施設が公表されています。公表するサービスには、介護予防サービスも含まれますが、令和4年4月現在、介護予防・日常生活支援総合事業は対象となっていません。また、年間収入が100万円以下の事業所についても公表の対象になっていません。

基本的な項目

事業所・施設を構成する客観的な事実が確認できます。

- 1 事業所の名称、所在地等
- 2 従業者に関するもの
- 3 提供サービスの内容
- 4 利用料等
- 5 法人情報

事業所運営にかかる各種取組

事業所の管理運営体制や利用者への権利擁護の取組、サービスの質の確保にかかる取組などが確認できます。

- 1 利用者の権利擁護の取組
- 2 サービスの質の確保への取組
- 3 相談・苦情等への対応
- 4 外部機関等との連携
- 5 事業運営・管理の体制
- 6 安全・衛生管理等の体制
- 7 その他(従業者の研修の状況等)



介護事業所・生活関連情報検索 神奈川県



健康づくり・介護予防(フレイル予防)で健康長寿



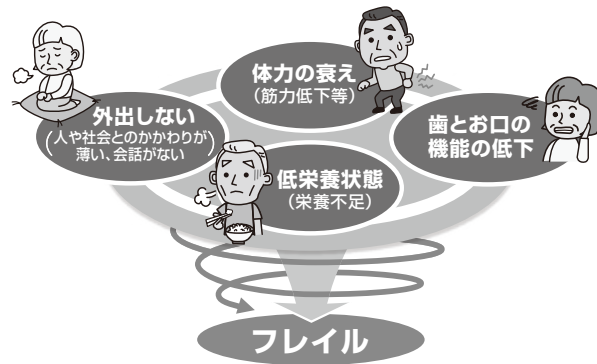
健康寿命の延伸をめざして、**フレイル予防**に取り組んでいきましょう。

●フレイルとは??

高齢期に体力や気力、認知機能など、からだところの機能(はたらき)が低下し、将来介護が必要になる危険性が高くなっている状態をいいます。

●フレイルのはじまりは日頃の小さな変化から

からだ・こころ・認知機能等の小さな変化や社会生活面での変化など、さまざまな要素が互いに影響し合いフレイルに至ります。



フレイル予防 4つの柱

「運動・口腔・栄養・社会参加」の取組を日常生活の中で一体的に取り組むことが大切です!



「フレール!フレール!フレイル予防!」は、横浜市のフレイル予防取組推進の愛称です。

運動…動き続けていくためのからだづくり

健康を維持するためには、現在の**体力、骨や筋力を維持することが大切です。**

口腔(お口の働き)…噛む力・飲み込む力を保つ

全身の機能の衰えにつながる可能性のある**オーラルフレイル(お口の機能の衰え)**を予防することが大切です。

社会参加…外出・交流・参加で人や地域とつながる

こころとからだの健康を維持するためには、**人とつながること、地域社会に参加することも大切です。**

栄養…まんべんなく、しっかり食べて健康なからだづくり

粗食をやめ、毎日しっかり食べて、全身の衰えにつながる可能性のある**やせや栄養状態の低下(低栄養)**を予防することが大切です。

フレイル 予防

◆ もっと知りたい!フレイル予防!

もっと詳しく、健康づくり・介護予防(フレイル予防)の情報を知りたい方は、横浜市ホームページで検索。各取組の詳しい情報やフレイル予防パンフレット等もダウンロードすることができます。

横浜市ホームページ▶

元気なうちから介護予防



横浜版

フレイル予防リーフレット

フレイルについて知り、ご自身の健康状態を確認しながら、フレイル予防について学ぶことができます。リーフレットは、横浜市のホームページからダウンロードができるほか、区役所、地域ケアプラザ等でも配布しています。



◆ 活動に参加したい!

身近な地域で体操やウォーキング等に継続的に取り組んでいる「元気づくりステーション」というグループが300以上活動しています。詳しくは各区役所高齢・障害支援課もしくはお住まいを担当している地域ケアプラザまでご連絡ください。

高齢者を狙った悪質商法に気をつけましょう!!

- ◆ 家屋修繕工事の強引な訪問勧誘
- ◆ 宝石や貴金属を狙う悪質な訪問買い取り
- ◆ インターネットショッピングの偽サイト



困ったな!どうしよう?と思ったら相談を
横浜市消費生活総合センター

TEL. 845-6666

FAX. 845-7720

消費生活相談電話

受付時間 平日 9:00~18:00 土日 9:00~16:45

※祝日・休日、年末年始(12/29~1/3)を除く

〒233-0002 横浜市港南区上大岡西1-6-1 ゆめおおおかオフィスタワー4・5階

消費生活情報メールマガジン

「週刊 はまのタスケ・メール」

最新の相談事例やイベントのお知らせなど、
消費生活情報を毎週お届けいたします!

登録は簡単!



はまのタスケ

- ① yokohama@cm03.asp.cuenote.jp
へ空メールを送信
- ② 送られてきたリンク先にアクセス
- ③ 「登録」ボタンを押して完了!



ツイッター

消費者関連情報発信中!

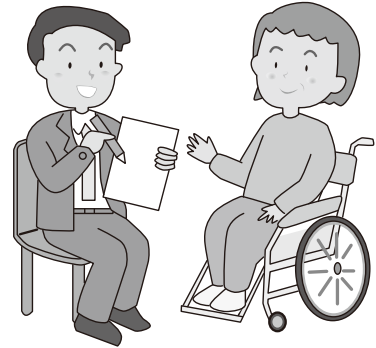
@yokohamasyouhi

フォローする CLICK!

横浜市消費生活総合センター 検索

成年後見制度って??

最近、認知症などによって自分の判断能力が不十分になった人をねらった悪質な商法が問題になっています。こうした被害に遭わないようにするため、認知症の方や知的障害のある方、精神障害のある方など判断能力が不十分な方々を対象に、本人の権利を守る援助者(「成年後見人」等)を選ぶことで、本人を法律的に支援する制度です。



成年後見制度には、「法定後見制度」と「任意後見制度」があります

●法定後見制度

現在、すでに自分の判断能力が不十分になった人に代わって、財産管理や福祉サービスの利用契約等の法律行為を、家庭裁判所によって選ばれた後見人等が行う制度です。次の3つの類型があります。

後見 判断能力を「欠く状況」にある場合

保佐 判断能力が「著しく不十分」な場合

補助 判断能力が「不十分」な場合

●任意後見制度

将来、自分の判断能力が不十分になったときに自分に代わって財産管理をしてもらったり、福祉サービスの利用契約等の法律行為を行ってもらえるよう、あらかじめ自ら選んだ人と公正証書により契約し、依頼しておく制度です。

後見人にはだれがなれるの?

親族のほか、弁護士、司法書士、社会福祉士、行政書士、市民後見人等、家庭裁判所から選任された人・法人になります。

手続きの方法

●まずは相談を

よこはま成年後見推進センター※
区役所の相談窓口や地域包括支援センター、区社会福祉協議会あんしんセンター、弁護士、司法書士、社会福祉士、行政書士に制度利用等について相談します。

※よこはま成年後見推進センターは、市社会福祉協議会内に設置されています。

●家庭裁判所に申立て

本人または配偶者や四親等内の親族などが家庭裁判所に申立てをします。

※申立て受付の予約について
横浜家庭裁判所
TEL.045-345-8001

●必要な書類

申立書、本人と後見人候補者の戸籍謄本・住民票、本人の登記事項証明書など。

※よこはま成年後見推進センター、区役所、地域包括支援センター、区社会福祉協議会あんしんセンターには、「法定後見の申立て書類」一式が置いてあります。

お問い合わせ・ご相談はお近くの区役所、地域包括支援センター、社会福祉協議会、または下記へ

成年後見制度について よこはま成年後見推進センター Tel.045-201-2088

法務省民事局 Tel.03-3580-4111

成年後見登記について 東京法務局民事行政部後見登録課 Tel.03-5213-1360

または横浜地方法務局戸籍課 Tel.045-641-7976

任意後見契約について 日本公証人連合会 Tel.03-3502-8050

裁判所ホームページ 「後見ポータルサイト」で検索

65歳になったら「濱ともカード」を持ってお得にお出かけ!!



約1,800店舗で使えます!

■ 協賛店の情報は

区役所、行政サービスコーナーで配布している協賛店リスト、または濱ともホームページでご確認ください。

▶ ホームページもご覧ください。



濱ともカード

検索



■ 濱ともカードとは…

濱とも協賛店でカードを提示すると、割引や優待入場などのお得な特典が受けられます。

■ カードを受け取るには…

新たに65歳を迎える人には介護保険証に同封して送付しています。65歳以上の人は区役所高齢・障害支援課で受け取れます。(要本人確認書類提示。無料)

この表紙が
目印

