

利府町高齢者介護・福祉 ガイドブック

住み慣れた利府町でいきいきと暮らし続けることができるよう、介護保険サービスや高齢者福祉サービス、介護予防の情報や各相談などについてをまとめています。本冊子をこれからの生活にお役立てください。



～目次～

- 介護保険について……………P1
- 地域包括支援センターについて……………P15
- 介護予防・日常生活支援総合事業について…P18
- 介護予防について……………P19
- 高齢者福祉サービスについて……………P24

介護保険のしくみ

介護保険制度は、40歳以上の方が被保険者となり介護保険料を納め、介護が必要となった方に対し、介護サービスを提供する制度です。介護保険制度の目的は、高齢者の介護について社会全体で支えあうことであり、介護される方と介護する家族が安心した生活を送っていくために必要な制度です。

サービスが利用できる方

- ◆ 65歳以上の方（第1号被保険者）
- ◆ 40～64歳の方（第2号被保険者）⇒ 特定疾病※により、介護が必要な方

※特定疾病・・・加齢などに伴い、介護保険の対象となる病気

- がん末期 ●関節リウマチ ●早老症 ●筋萎縮性側索硬化症 ●脊髄小脳変性症
- 多系統萎縮症 ●骨折を伴う骨粗鬆症 ●後縦靱帯骨化症 ●脊柱管狭窄症
- 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症および糖尿病性網膜症 ●閉塞性動脈硬化症
- 両側の膝関節または股関節に著しい変形を伴う変形性関節症
- 初老期における認知症 ●脳血管疾患 ●慢性閉塞性肺疾患
- 進行性核上性麻痺・大脳皮質基底核変性症およびパーキンソン病

介護保険のしくみ

サービス提供

利用者負担の支払い

要介護認定・被保険者証交付

保険料納付・要介護認定申請

サービス事業者

- ・居宅介護、訪問介護
訪問入浴、デイサービス
デイケア
住宅改修・福祉用具
介護保険施設などのサービス提供
- ・地域包括支援センターとの連携

介護報酬の請求

介護報酬の支払い

市町村（保険者）

- ・要介護（要支援）認定受付
- ・介護保険被保険者証交付
- ・負担割合証交付
- ・介護サービスの整備
- ・地域包括支援センターとの連携

介護保険サービス利用までの流れ

介護保険サービスの利用を希望する場合は、要支援・要介護認定を受ける必要があります。流れについては以下の通りです。

1. 申請

地域福祉課 介護福祉係（役場1階③窓口）で申請の手続きができます。

※地域包括支援センターや居宅介護支援事業所、介護保険施設に申請の代行をしてもらうこともできます。

申請時に必要なもの

- ・介護保険被保険者証（水色）
- ・健康保険被保険者証
- ・主治医の氏名が分かるもの

2. 認定調査

調査員が訪問し、本人の心身の状況などについて調査します。

3. 審査・判定

認定調査の結果をコンピュータで一次判定し、調査結果と主治医意見書をもとに介護認定審査会で審査され、介護の必要度を判定します。

4. 認定結果の通知

介護認定審査会の結果に基づき、「要支援1・2」「要介護1～5」「非該当」のいずれかの区分に認定され、その結果を郵送でお送りします。

5. ケアプランの作成

どのような介護サービスが必要か、利用者・家族・ケアマネジャー（介護支援専門員）で話し合い、ケアプラン（介護サービス計画書）を作成します。



要支援の方

地域包括支援センター
（P15）へ

＜介護予防サービス＞
＜介護予防・日常生活支援
総合事業＞
●介護予防サービス
●介護予防・生活支援
サービス事業

要介護の方

・居宅介護支援事業所
・介護保険施設などへ
（P11～12）

＜介護サービス＞
●在宅サービス
●地域密着型サービス
●施設サービス

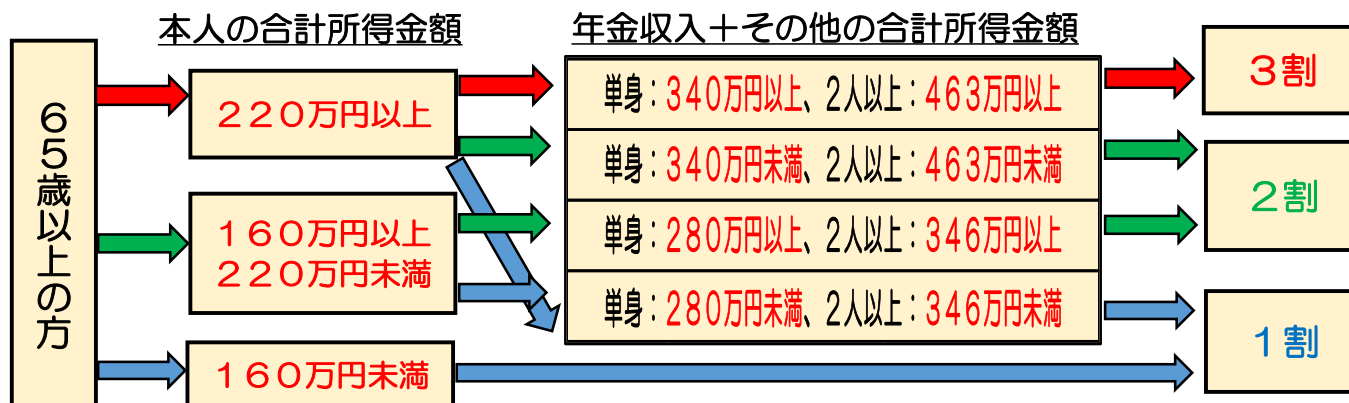
非該当の方

・地域包括支援センター
・地域福祉課介護福祉係へ
（総合事業（P18）の対象と
なる可能性があります。）

＜介護予防・日常生活支援
総合事業＞
●介護予防・生活支援
サービス事業
●一般介護予防事業

利用者の負担割合・支給限度額

介護保険サービスを利用する際は、前年度の所得によりサービス費用のうち、1割から3割までのいずれかが利用者の負担となります。第2号被保険者の方（40～64歳）は1割負担となります。判定基準については以下の通りです。



※「合計所得金額」…収入から公的年金・給与所得・必要経費を控除した後で、基礎控除・人的控除をする前の所得金額

※「その他の合計所得金額」…合計所得金額から、年金の雑所得を除いた所得金額

主な在宅サービスでは、右表のとおり介護保険からの給付に支給限度額が決められています。限度額内でサービスを利用するときは、利用者負担割合分の負担ですが、限度額を超えた場合、超えた分は全額利用者の負担となります。

※事業対象者は原則として要支援1の限度額が設定されます。

要介護状態区分	1か月の支給限度額	自己負担(1割)
要支援1	50,320円	5,032円
要支援2	105,310円	10,531円
要介護1	167,650円	16,765円
要介護2	197,050円	19,705円
要介護3	270,480円	27,048円
要介護4	309,380円	30,938円
要介護5	362,170円	36,217円

高額介護サービス費の支給について

同月内で利用した介護サービス費の利用者負担合計額（同じ世帯内に複数の利用者がある場合は世帯合計額）が高額になり、限度額を超えた場合「高額介護サービス費」として支給されます。対象の方には、町から申請書などをお送りいたします。

●介護サービス費利用上限額

利用者負担段階区分	上限額（月額）
課税所得690万円（年収1,160万円）以上	世帯 140,100円
課税所得380～690万円（年収770～1,160万円）未満	世帯 93,000円
課税所得380万円（年収770万円）未満	世帯 44,400円
世帯の全員が住民税非課税	世帯 24,600円
- 合計所得金額および課税年金収入額の合計が80万円以下の人 - 老齢福祉年金の受給者	世帯 24,600円 個人 15,000円
- 生活保護の受給者 - 利用者負担を15,000円に減額することで生活保護の受給者とならない場合	世帯 15,000円 個人 15,000円

介護保険負担限度額制度について

低所得で支給要件に該当する方は、申請して認められた場合、介護保険施設に入所及びショートステイを利用した時の食費・居住費（滞在費）は負担限度額までの負担になります。

●支給要件（全てに該当していること）

- ・本人が属する世帯全員が市町村民税非課税であること（世帯分離している配偶者も含む）
- ・本人（及び配偶者）の預貯金等が下表の資産要件【※2】以下であること

●必要書類

- ・介護保険負担限度額申請書（地域福祉課窓口及びホームページにあります）
- ・本人（及び配偶者）名義の全ての預金通帳の写し（普通・定期・積立等）
※通帳は最新の状態で記帳し、過去2か月分の残高が確認できるページと口座名義人のページをコピーして提出してください。
- ・本人の年金の種別及び受給額が分かるもの（通帳で年金の受給額が分かれば省略可）
- ・本人（及び配偶者）が所有する株式等の有価証券、投資信託の口座残高の写し【お持ちの場合のみ】
- ・生活保護受給証明書【受給者のみ】

●申請方法

介護保険負担限度額申請書を記載し、必要書類を持参のうえ、役場1階地域福祉課窓口へ申請してください。支給要件に該当していることが確認できた場合、郵送で「介護保険負担限度額認定証」を送付します。

※認定の有効期間は、申請日の属する月の初日から翌年（1～7月に申請の場合は当年）7月31日までとなります。引き続き認定を受けたい場合は改めて申請書及び必要書類の提出が必要となります。

●収入状況、資産の要件と負担限度額（1日あたり）

令和8年8月～

利用者負担段階	対象となる収入状況 【※１】		預貯金等の資産要件 【※２】	居 住 費（円）						食費（円） 【 】はショートステイ	
				ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室		多床室			
						特養等	老健・医療院等	特養等	老健・医療院等※３		老健・医療院等※４
第１段階	・生活保護受給者 ・老齢福祉年金の受給者		単 身： 1,000万円以下 夫 婦： 2,000万円以下	880	550	380	550	0	0	0	300 【300】
第２段階	世帯全員が市町村民税非課税	前年合計所得金額＋年金収入額が82.65万円以下	単 身： 650万円以下 夫 婦： 1,650万円以下	880	550	480	550	430	430	430	390 【600】
第３段階①		前年合計所得金額＋年金収入額が82.65万円超、120万円以下	単 身： 550万円以下 夫 婦： 1,550万円以下	1,370	1,370	880	1,370	430	430	430	680 【1,030】
第３段階②		前年合計所得金額＋年金収入額が120万円超	単 身： 500万円以下 夫 婦： 1,500万円以下	1,470	1,470	980	1,470	530	530	430	1,420 【1,360】

【※1】

世帯…世帯を分離している配偶者を含みます。
年金収入額…遺族年金などの非課税年金を含みます。

【※2】

第2号被保険者については、利用者負担段階にかかわらず「単身：1,000万円以下、夫婦：2,000万円以下」となります。

【※3】

室料を徴する場合

【※4】

室料を徴しない場合

参考：食費と居住費のめやす（基準費用額）

居住費等	ユニット型個室	2,066円
	ユニット型個室的多床室	1,728円
	従来型個室（特養・短期入所生活介護）	1,231円
	従来型個室（老健・療養等）	1,728円
	多床室（特養・短期入所生活介護）	915円
	多床室（老健・療養等）	437円
食費	1,545円	

介護保険料について

65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料は、所得などに応じて段階的に決定します。原則、年金からの天引きとなりますが、納め方については2種類に分けられます。詳しくは、税務課から送付される保険料通知をご覧ください。

普通徴収 （納付書・口座振替）

各種年金の受給額が年額**18万円未満**の方、年度途中で65歳になった方や利府町に転入した方、所得段階が変更になり保険料額が変わった方など。

特別徴収 （年金から天引き）

各種年金の受給額が**18万円以上**の方
※各種年金の受給額が年額18万円以上でも普通徴収になる場合があります。

滞納していると・・・

サービスを利用するときに負担割合が引き上げられたり、保険給付が一時的に差し止められ、高額介護サービス費などが受けられなくなります。やむを得ない理由で保険料を納められないときは、税務課へご相談ください。

介護保険のサービスについて

こんなときは・・・

自宅での家事や介護の手助けがほしい

外に出て介護やリハビリを受けたり、みんなと交流したい

家族の介護の手を休めたい

介護保険が適用される施設へ入所したい

こちらのサービス

●訪問介護 P6
●訪問入浴介護

●通所介護 P7
●通所リハビリテーション

●通所介護 P7
●短期入所生活介護・短期入所療養介護（ショートステイ）

●介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） P9
●介護老人保健施設
●介護医療院

介護保険サービスの種類について

在宅サービス（訪問型）

ホームヘルパーや看護師がご家庭を訪問し、身体介護・日常生活の支援を行うサービスです。

●訪問介護（ホームヘルプ）

訪問介護員（ホームヘルパー）が居宅を訪問し、食事・排泄・入浴などの身体介護や、掃除・洗濯・買い物・調理などの生活援助を行います。通院などを目的とした乗車・移送・降車の介助サービスを提供する事業所もあります。

※生活援助の利用には要件があります。

要介護の方

※要支援の方は総合事業利用
(P18へ)

◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）

身体介護中心（20～30分未満）	244円
身体介護中心（30分以上1時間未満）	387円
生活援助中心（20～45分未満）	179円
生活援助中心（45分以上）	220円

●訪問入浴介護

利用者の身体の清潔の保持、心身機能の維持回復を図り、利用者の生活機能の維持または向上を目指して実施されます。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介護を受けられます。

要介護の方

要支援の方

◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）

1回につき	1,266円	1回につき	856円
-------	--------	-------	------

●訪問看護

利用者の心身機能の維持回復などを目的として、主治医の指示に基づいて看護師などが、疾患のある利用者の自宅を訪問し、療養上の世話や診療の補助を受けられます。

要介護の方

要支援の方

◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）

※訪問看護ステーションの場合

（20分未満）	1回につき	314円	1回につき	303円
（30分未満）	1回につき	471円	1回につき	451円

●訪問リハビリテーション

事業者の医師の指示により、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士などが自宅を訪問し、心身機能の維持回復や日常生活の自立に向けたリハビリテーションを受けられます。

要介護の方

要支援の方

◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）

（20分以上）	1回につき	308円
	1回につき	298円



●居宅療養管理指導

通院が困難となった人に対し、医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士などが自宅を訪問し、心身機能の維持回復や日常生活の自立に向けた療養上の管理や指導を受けられます。

要介護の方

要支援の方

◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）

医師による指導1回につき	515円
--------------	------



在宅サービス（通所・短期入所型）

デイサービスなどに通い、入浴や食事、リハビリなどのサービスを日帰りで行います。

●通所介護（デイサービス）

利用者が通所介護施設（デイサービスセンターなど）に通い、食事や入浴などの日常生活上の支援や、機能訓練などを日帰りで受けられます。

要介護の方

※要支援の方は総合事業利用
(P18へ)

- ◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）
※通常規模の事業所利用（7時間以上8時間未満）の場合
1日につき 658円 ～ 1,148円

●通所リハビリテーション（デイケア）

老人保健施設・医療機関などで、食事や入浴などの日常生活上の支援や生活機能向上のための機能訓練、リハビリテーションなどを日帰りで受けられます。

要介護の方

要支援の方



- ◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）
※通常規模の事業所利用（7時間以上8時間未満）の場合
1日につき 762円 ～ 1,379円
※共通的サービス利用の場合
1か月につき 2,268円 ～ 4,228円

●短期入所生活介護、短期入所療養介護（ショートステイ）

介護老人福祉施設・介護老人保健施設・医療機関などが、常に介護が必要な方の短期間の入所を受け入れ、入浴や食事などの日常生活上の支援や機能訓練などを受けられます。

要介護の方

要支援の方

短期入所生活介護

- ◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）
※介護老人福祉施設〔併設型・多床型〕を利用の場合
1日につき 603円 ～ 884円
1日につき 451円 ～ 561円

短期入所療養介護

- ◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）
※介護老人保健施設〔多床型〕を利用の場合
1日につき 830円 ～ 1,052円
1日につき 613円 ～ 774円



※上記のサービス費用の他に居住費、食費、日常生活費等が別途かかります。

（目安：1日あたり4,000～5,000円）

その他のサービス

●福祉用具貸与

要介護の方

要支援の方

日常生活の自立を助け、家族の介護の負担軽減などを目的に福祉用具の貸与が受けられます。

【貸与の対象となる福祉用具 10種類】

- | | |
|----------|------------------|
| ●車いす | ●認知症老人徘徊感知機器 |
| ●車いす付属品 | ●移動用リフト（つり具部分除く） |
| ●特殊寝台 | ●自動排泄処理装置※1 |
| ●特殊寝台付属品 | ●床ずれ防止用具 |
| ●体位変換器 | ○手すり（工事を伴わないもの） |



【購入と選択可能な福祉用具 3種類】

- スロープ（工事を伴わないもの） ○歩行器（歩行車を除く）
○歩行補助杖※2



●：要支援1・2、要介護1は、原則対象外 ○：要支援、要介護問わず利用可能

※1：便が自動で吸引されるものは、原則要介護4・5の方が利用可能

※2：カナディアン・クラッチ、ロフストランド・クラッチ、プラットフォーム・クラッチ及び多点杖

●特定福祉用具購入

要介護の方

要支援の方

日常生活の自立を助け、家族の介護の負担軽減などの目的に福祉用具を購入したときに、負担割合に応じて購入費が支給されます。

年間10万円が上限となっており、購入の際は事前に申請が必要となります。

【購入の対象となる福祉用具 6種類】

- | | |
|---------------|-------------------------|
| ○腰掛便座（補高便座など） | ○自動排泄処理装置の交換可能部品 |
| ○排泄予測支援機器 | ○簡易浴槽（移動が可能なもの） |
| ○移動用リフトのつり具 | ○入浴補助用具（浴槽用手すり、入浴用いすなど） |

【貸与と選択可能な福祉用具 3種類】

- 固定用スロープ ○歩行器（歩行車を除く） ○単点杖（松葉づえを除く）と多点杖

●住宅改修費

要介護の方

要支援の方

日常生活上の自立を助け、家族の介護の負担軽減などを目的に、手すりの取付けや段差の解消などの住宅改修をした時に負担割合に応じて改修費が支給されます。お住まいの住宅（住民票と同一に限る）につき20万円が上限となっており、改修工事の際は事前に申請が必要となります。

【対象となる改修工事】

- | | |
|-----------------------|------------------|
| ○手すりの取付け | ○洋式便器などへの便器の取替え |
| ○段差、傾斜の解消 | ○引き戸等への扉の取り替え、撤去 |
| ○滑りの防止、移動の円滑化のための床材変更 | |



●特定施設入居者生活介護

特定施設（指定を受けた有料老人ホームや軽費老人ホームなど）にて、食事や入浴などの日常生活上の支援や機能訓練などを受けられます。

要介護の方

要支援の方

◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）

※外部サービスを利用しない場合

要介護：1日につき 542円 ～ 813円

要支援：1日につき 183円 ～ 313円

施設サービス

要介護の方が利用できるサービスです。 ※要支援の方は利用できません。

●介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

寝たきりや認知症などの症状により、常に介護が必要な方の入所を受け入れ、入浴や食事・排せつなどの日常生活上の支援や機能訓練、療養上の世話などを受けられます。

要介護3～5

◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）

1日につき

【従来型個室・多床室】

732円 ～ 871円

【ユニット型個室・ユニット型個室的多床室】

815円 ～ 955円

※要介護1・2の方でもやむを得ない事情により、特別養護老人ホーム以外での生活が困難な方については特例的に入所できます。



●介護老人保健施設

入所者が可能な限り在宅復帰できることを目指すため、医師による医学的管理のもと、療養上のケア・リハビリテーション・入浴・食事・排せつなどの日常生活上の支援などを受けられます。

要介護の方

◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）

1日につき

【従来型個室】

717円 ～ 932円

【多床室】

793円 ～ 1,012円

【ユニット型個室・ユニット型個室的多床室】 802円 ～ 1,018円

●介護医療院

利用者が可能な限り自立した日常生活を送ることができるよう、療養上の管理・看護・介護・機能訓練・その他必要な医療と日常生活に必要なサービスなどを受けられます。

要介護の方

◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）

1日につき

【従来型個室】

721円 ～ 1,263円

【多床室】

833円 ～ 1,375円

【ユニット型個室・ユニット型個室的多床室】 850円 ～ 1,392円

※このページに記載のサービスは、上記サービス費用の他に居住費、食費、日常生活費等が別途かかります。

地域密着型サービス

住み慣れた地域での生活を支援するサービスです。原則、その市町村の住民のみが利用対象です。

●地域密着型通所介護

定員18人以下の小規模な通所介護施設で、食事や入浴などの日常生活上の支援や生活機能向上のための機能訓練や口腔機能向上サービスなどを日帰りで受けられます。

要介護の方

- ◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）
※7時間以上8時間未満の場合
1日につき 753円 ～ 1,312円



●認知症対応型通所介護

認知症の人を対象にした通所介護です。食事や入浴などの日常生活上の支援や生活機能向上のための機能訓練や口腔機能向上サービスなどを日帰りで受けられます。

要介護の方

要支援の方

- ◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）
※7時間以上8時間未満の場合
1日につき 994円 ～ 1,427円
1日につき 861円 ～ 961円

●認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症の人が共同生活する住宅で、家庭的な環境と地域住民との交流のもとで、食事や入浴などの日常生活上の支援や機能訓練などのサービスを受けられます。

要介護の方

要支援2のみ

- ◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）
※2ユニット以上の場合
1日につき 753円 ～ 845円
1日につき 749円



●小規模多機能型居宅介護

施設への「通い」を中心に、利用者の選択に応じて、自宅への「訪問」、短期間の「宿泊」のサービスを組合せ、家庭的な環境と交流の下で日常生活上の支援や機能訓練を受けられます。

要介護の方

要支援の方

- ◆ 自己負担のめやす（1割負担の場合）
1か月につき 10,458円 ～ 27,209円
1か月につき 3,450円 ～ 6,972円

※小規模多機能型居宅介護を利用している間は、訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、福祉用具貸与以外の在宅サービス、その他の地域密着型サービスは利用できません。

利府町内の介護サービス事業所

●地域包括支援センター

NO	名 称	住 所	電話番号
1	利府町中央地域包括支援センター	中央3-5-1 エスポワールヤマワ102号室	353-7322
2	利府町北部地域包括支援センター	しらかし台1-1-41 (しらかし台集会所「夢民館」となり)	767-7677

●居宅介護支援事業所

ケアマネジャーが在籍しており、ケアプラン作成、要介護認定等の代行申請、サービス事業者との連絡調整等を行う事業所です。

NO	名 称	住 所	電話番号
1	利府町社会福祉協議会	青葉台1-32 (利府町保健福祉センター内)	356-9060
2	利府仙台ロイヤルケアセンター	新中道2-1-1	356-0355
3	加瀬ウェルネスタウン	加瀬字北窪16-1	767-3771
4	壱ノ町介護支援センター	赤沼字大貝93-1	356-5280
5	利府中央居宅介護支援事業所	中央2-8-1	356-1218
6	ふれあいホーム ひなたぼっこ	花園3-5-18	349-0617

●通所施設（デイケア・デイサービス）

NO	名 称	住 所	電話番号
1	利府仙台ロイヤルケアセンター	新中道2-1-1	356-0355
2	加瀬ウェルネスタウン	加瀬字北窪16-1	349-1717
3	デイサービスセンター 木の实	葉山1-53	767-3661
4	デイサービスセンター 壱ノ町	赤沼字大貝93-1	356-5250
5	ふれあいホーム ひなたぼっこ	花園3-5-18	349-0617
6	デイサービス きら喜楽	中央3-16-7	356-2163
7	花咲くジムイオンモール新利府北館店	利府字新屋田前22	355-9513

※NO.1、2はデイケア、3～7はデイサービスです。

●訪問リハビリテーション

NO	名 称	住 所	電話番号
1	ゆうファミリークリニック	利府字新館2-5	766-4141
2	利府仙台ロイヤルケアセンター	新中道2-1-1	356-0355

●訪問介護

NO	名 称	住 所	電話番号
1	利府町社会福祉協議会	青葉台1-32 (利府町保健福祉センター内)	356-9060
2	セントケアりふ森の郷	中央1-9-7	349-0061

●小規模多機能型居宅介護

NO	名 称	住 所	電話番号
1	生活リハビリクラブきらら	青山2-23-2	767-6550

●介護老人保健施設

NO	名 称	住 所	電話番号
1	加瀬ウェルネスタウン	加瀬字北窪16-1	349-1717
2	利府仙台ロイヤルケアセンター	新中道2-1-1	356-0355

●介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

NO	名 称	住 所	電話番号
1	十符・風の音	葉山1-53	767-3661
2	壱ノ町	赤沼字大貝93-1	356-5180

●グループホーム

NO	名 称	住 所	電話番号
1	やすらぎ苑 利府	沢乙字寺下10-1	766-4662
2	十符の里	菅谷台4-2-13	767-5048

●特定施設入居者生活介護（有料老人ホーム）

NO	名 称	住 所	電話番号
1	サン・パレ加瀬	加瀬字野中沢48-2	356-1177

よくある質問



①介護サービスを利用したい場合はどうしたらいいですか？

介護サービスを利用する場合は、原則要介護・要支援認定を受ける必要があります。

②要介護・要支援認定を受ける場合、申請はどこで行えばいいですか？

要介護・要支援認定の申請は、利府町役場 1 階 3 番窓口の地域福祉課介護福祉係にて受け付けています。なお、要介護・要支援認定には有効期間があります。更新申請は60日前から申請できます。

申請ができるのは本人か家族等ですが、都合がつかない場合には、地域包括支援センターや居宅介護支援事業所、介護保険施設に代行申請をしてもらうこともできます。

③要介護・要支援認定を申請する際必要な持ち物がありますか？

申請時必要なものは、①介護保険被保険者証 ②医療保険被保険者証 ③主治医・病院名がわかる書類（おくすり手帳など） となります。**※印鑑は必要ありません**

介護保険被保険者証を紛失された場合は再交付の手続きをしていただきますので、窓口に来庁された方は運転免許証等の身分証明書をご持参ください。

④介護サービスを申請後すぐ使うことはできますか？

介護保険サービスは申請した日から暫定で利用できる可能性があります。ただし、①要介護・要支援認定結果が非該当であった場合 ②要介護・要支援認定に係る認定調査前に本人が亡くなった場合は全額自己負担となりますのでご注意ください。詳しくは地域包括支援センター・居宅介護支援事業所へご相談ください。

⑤認定結果が届いてからサービスを利用するためにはどのようにすればいいですか？

認定結果が届きましたら、要支援1～2の方は地域包括支援センター、要介護1～5の方は居宅介護支援事業所へ連絡し、ケアプランを作成してもらうようにしてください。ケアマネジャーが利用者にあったケアプランを作成し、その計画に沿ってサービスを利用することになります。

⑥認定結果が非該当だった場合でもデイサービス等を利用することはできますか？

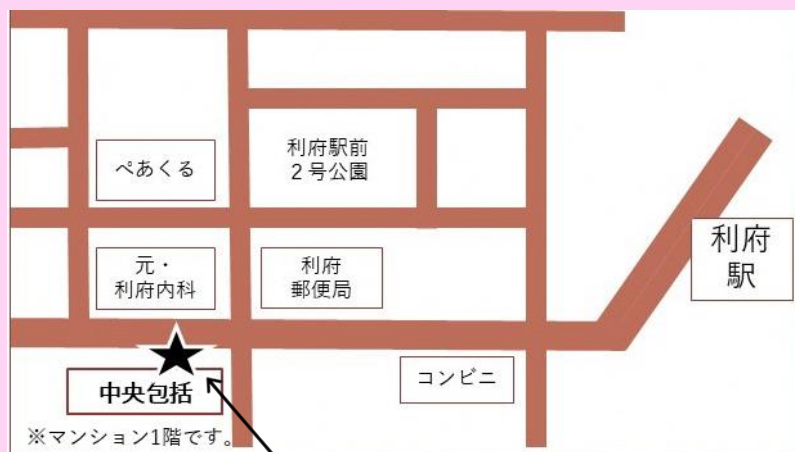
認定結果が非該当であっても、介護予防・日常生活支援総合事業を利用できる可能性があります。利用にあたっては基本チェックリストを実施していただき、生活機能の低下が認められれば、訪問型サービスや通所型サービスをご自身の負担割合で利用することができます。詳しくはお住まいの地区にある地域包括支援センター、地域福祉課介護福祉係へご相談ください。

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、高齢者の総合相談窓口です。

利府町には2か所の地域包括支援センターがあり、高齢者の方が住み慣れた地域で生活できるよう相談や様々な支援、事業を行っています。ご相談や各事業については、お住まいの地区を担当する地域包括支援センターへお問合せください。

【利府町中央地域包括支援センター】



利府町中央地域包括支援センター

【電話】 353-7322

【FAX】 353-7323

【受付】 平日 午前9時～
午後5時

【場所】 中央三丁目5-1
エスポワールヤマワ1階102号室

【担当地区】

神谷沢、菅谷一部
菅谷二部、沢乙、加瀬
野中一部、野中二部
町加瀬、大町、館、仲町
東町、藤田、春日一部
春日二部、赤沼、浜田
須賀、菅谷台、葉山、
新中道

【利府町北部地域包括支援センター】



利府町北部地域包括支援センター

【電話】 767-7677

【FAX】 767-7688

【受付】 平日 午前8時30分
～午後5時30分

【場所】 しらかし台一丁目
1-41

(しらかし台集会所「夢民館」となり)

【担当地区】

しらかし台、花園、青山
青葉台、皆の丘

◇地域包括支援センターの主な役割

①総合的な相談や支援

高齢者やその家族を対象に介護保険をはじめ、医療や福祉などの相談に応じ、必要な助言や支援を行います。

②介護保険及び介護予防・日常生活支援総合事業※の代行申請

本人や家族からの依頼を受け、状況や要望を聞きながら介護保険の代行申請・基本チェックリストの実施などを行います。

③介護予防に関する支援など

要支援1、2の認定を受けている方のケアプラン作成や介護予防ケアマネジメントを行います。また、一般介護予防事業なども実施しています。

④高齢者の権利擁護や財産管理など

高齢者などから寄せられた権利擁護や虐待などの相談に応じ、必要な関係機関との調整を行います。

※介護予防・日常生活支援総合事業についてはP18に記載あり。

< 地域包括支援センター事業・教室(抜粋) >

お元気ですか訪問事業

地域包括支援センター職員がご自宅を訪問し、健康確認や困りごとなどの相談を受けています。

【対象】在宅で生活しているおおむね65歳以上の一人・二人暮らしの方 など

出張相談



町内の集会所などに地域包括支援センターの職員が出向き、高齢者の介護や様々な生活相談に対応します。日程は回覧チラシなどでお知らせします。

※中央地域包括支援センターのみ

ふれあいオープンスクール

高齢者の居場所づくりとして、地区の集会所などを利用し、軽スポーツやレクリエーションなどを企画し、実施しています。オープンスクールサポーターが中心となり、現在は、菅谷・加瀬・野中一部・野中二部・春日二部・浜田・須賀・しらかし台で各地区ごとに活動しています。

【対象】町内にお住まいのおおむね65歳以上の方

シニアのちょっと貯筋体操教室



運動を始めるきっかけづくりとして、主にイスに座りながら気軽にできる体操を行う教室です。日程については回覧で届く「包括だより」などをご確認ください。

【対 象】町内にお住まいのおおむね65歳以上の方

【会 場】保健福祉センター（月4回）

※各地域包括支援センターが月2回ずつ実施しています。

家族介護者の集い



主に認知症の方や高齢者を介護している家族の方々が交流を図りながら情報交換や介護方法などを学べる集いです。（回覧チラシなどでお知らせします。）

認知症カフェ



認知症の方やその家族が認知症や介護について情報交換したり、地域で高齢者を支える方々が認知症について理解を深めたりする場として実施しています。各地域包括支援センターが月1回実施しています。（回覧チラシなどでお知らせします。）

認知症サポーター養成講座

認知症について正しい知識を学び、地域で認知症の方やその家族を見守る認知症サポーター養成講座を実施しています。（回覧チラシなどでお知らせします。）

認知症サポーターステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を受講した方を対象に、地域でのサポーターとしての役割、活動方法などさらなる知識の習得を図るための講座を必要に応じて実施しています。（回覧チラシなどでお知らせします。）

<介護予防・日常生活支援総合事業 利用の流れ>

介護予防・日常生活支援総合事業は、町が行う介護予防の取り組みです。「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」の2つがあり、利用者の状態や希望に合わせたサービス利用ができます。

65歳以上の方…担当地区の地域包括支援センターまたは地域福祉課介護福祉係に相談

- 介護保険の要介護認定で「要支援1・2」と認定された方
- 「基本チェックリスト※」で生活機能などの低下が認められた方
- 要介護1、2の認定を受けた方で町が対象と認めた方

【介護予防・生活支援サービス事業】

○訪問型サービス

☞・訪問介護相当サービス

ホームヘルパーが自宅を訪問し、入浴・排泄・食事などの介護（身体介護）や調理、掃除などの生活支援を行います。

・訪問型サービスA

調理・掃除などの生活支援（身体介護は伴わない）を行います。

○通所型サービス

☞・通所介護相当サービス

食事・入浴などの日常生活上の介護や機能訓練などを行います。

・通所型サービスA

介護予防のための軽運動、レクリエーションなどを行います。

【一般介護予防事業（抜粋）】※下記以外にもサロン活動や年度ごとに介護予防教室を企画し、広報誌や回覧、町ホームページなどでお知らせしています。

○お元気ですか訪問事業…P16参照

○シニアのちょこっと貯筋体操教室…P17参照

○高齢者いきいき活動ポイント事業

町内の介護施設などで行ったボランティア活動時間に応じたポイントを付与し、交付金に転換します。（健康推進課長生き支援係で事前登録が必要です。）

※<基本チェックリスト>

基本チェックリストにより、25の質問項目で日常生活に必要な機能が低下していないかを調べます。介護予防・日常生活支援総合事業の内、『介護予防・生活支援サービス事業』を利用する場合には、基本チェックリストを行います。

介護予防のポイントについて

介護が必要となる原因を全体で見た場合、1番多い原因が「**認知症**」であり、**要支援者**では、「**関節疾患**」や「**骨折・転倒**」といった運動器に関わる原因が多いことが分かっています。骨折・転倒から寝たきり状態に移行し、介護度が進行していくことも考えられるため、以下の介護予防のポイント（①～⑥の6つの柱）を参考に介護予防に努めましょう。6つの柱は相互に関連しています。

〈介護予防とは？〉

単に「介護が必要にならないようにする」だけでなく、「介護が必要になっても、それ以上悪化させないようにする」ほか、自立して充実した暮らし、心身とも健康で生きがいのある生活を実現するための取組みのことをいいます。

介護度別にみた介護が必要になった主な原因

	第1位	第2位	第3位
全体	認知症	脳血管疾患（脳卒中）	高齢による衰弱
要支援者	関節疾患	高齢による衰弱	骨折・転倒
要介護者	認知症	脳血管疾患（脳卒中）	骨折・転倒

（参考：厚生労働省 「2022年国民生活基礎調査」）

①運動～毎日体を動かして、転倒・骨折を予防しよう！～

高齢期では筋力が低下しやすく、足腰が弱くなるほか、平衡感覚も低下しやすくなるため、転倒・骨折の危険性が高まります。体を動かす習慣を生活に取り入れ、転倒・骨折しにくい体づくりに努めましょう。

運動習慣がない方は、「**ウォーキング**」がおすすめです。**目安は1日20分程度**ですが、無理のない範囲で継続することが大切です。運動の機会として、地域包括支援センターでは、「シニアのちょこっと貯筋体操教室（P17）」を実施しています。

※町では「**利府レッシュ体操**」の普及に取り組んでいます。町のホームページで体操動画が視聴できますので、ぜひご覧ください。活動に取り入れたい地区や団体に対し、立上げ支援も行いますので、地域福祉課介護福祉係へお問合せください。



②食生活～低栄養を予防しましょう！～

高齢期は食が細くなりがちで、調理もおっくうになるなどして、栄養が偏りがちになりやすいため、「メタボリックシンドローム」だけでなく「低栄養」にも注意が必要です。

低栄養とは？

エネルギーやたんぱく質などの栄養素が不足している状態を指します。

低栄養は免疫力低下や老化の進行、筋力低下などの原因になります。



低栄養予防のポイント



- 主食（ごはん、パンなど）を食べる
- たんぱく質（肉、魚、豆など）を毎食積極的にとる
⇒エネルギー及び筋肉の材料となるたんぱく質不足を予防することに繋がります。
- たまには外食や宅配サービス等を利用する
⇒調理がおっくうになることを避けるために、上手に利用しましょう。

③口腔ケア～歯と口の健康を守りましょう！～

口腔機能が衰えると、食事をおいしく満足に食べることが出来なくなるだけでなく、全身状態の衰弱に繋がります。また、誤嚥性肺炎の原因のほか、頭痛、平衡感覚や運動機能の低下も招きます。



口腔ケアのポイント

○口の中を清潔に保ちましょう！

- ⇒高齢期は噛む力や飲み込む力が低下し、唾液の分泌量も減るため、口腔内に食べかすが溜まりやすくなり、虫歯、歯周病、口臭などのほか、誤嚥性肺炎を招きやすくなります。
食後は歯みがきをする習慣を身につけましょう。また、義歯（入れ歯）は細菌が付着しやすいため、毎食後洗うことを心がけましょう。



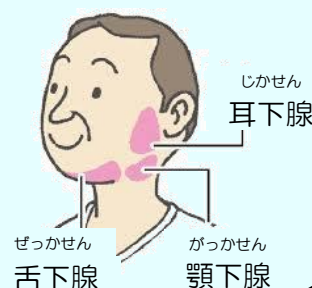
○よく噛んで食べましょう！

- ⇒よく噛むことで唾液や胃液の分泌が促され、むせの予防に繋がるほか、五感も刺激され、脳に刺激を与える効果もあります。



○唾液の分泌を促しましょう！

- ⇒口の中には唾液腺が3か所（耳下腺、顎下腺、舌下腺）備わっています。唾液腺マッサージをして唾液分泌を促しましょう。（食事の前に唾液腺を手で押すようにマッサージしましょう。）



④認知症予防～認知症を正しく理解しましょう～

〈認知症とは？〉

認知症は脳の病気や障害など様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態をいいます。

※認知症における予防は、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」、「認知症になっても進行を緩やかにする」という意味で用いられています。

〈予防について〉

- ・ 食生活：魚や野菜を多くし、塩分のとりすぎに注意しましょう。
また、お酒は控え、たばこは禁煙を。
- ・ 適度な運動：ウォーキングなどの有酸素運動は脳の血流をよくし、
認知症予防に効果があると言われています。
- ・ 他者との交流：他者との交流は脳に刺激を与えるため、ボランティア活動や地域の集まりへの参加を通し、社会参加しましょう。



〈はいかい高齢者等SOSネットワークシステムへ登録しませんか？〉

高齢者の方などが認知症等で行方不明になった時に、事前に登録しておくことで、協力機関などに連絡し、業務に支障のない範囲で捜索活動に協力いただき、早期発見・保護につなげるためのネットワークを構築しています。

登録費用は無料です。登録には、認知症ご本人の顔写真及び全身写真が各1枚必要です。登録希望がある場合は、地域福祉課介護福祉係へお問合せください。

○認知症に関して心配ごとがあれば…

- ・ 専門医やかかりつけ医または地域包括支援センター（P15）に相談しましょう。
- ・ 認知症について情報をまとめた「利府町認知症ガイドブック（認知症ケアパス）」を作成しています。認知症ケアパスは「地域福祉課」、「保健福祉センター」と「地域包括支援センター」で配布しているほか、「役場総合案内」に設置しています。また、利府町のホームページからもダウンロード可能です。

○認知症に関する各種教室などがあります！

町と地域包括支援センターでは認知症に関する教室などを開催しています。詳しくは、広報紙や回覧チラシなどをご覧ください。直接お問合せください。

教室例）認知症カフェ※、認知症サポーター養成講座・ステップアップ講座※、認知症予防教室（認知症予防教室は年度により内容が変わることがあります。

参考：レクリエーション要素も含んだ「脳力アップ教室」を実施） など

※P17参照

⑤うつ予防～うつサインを見逃さないで！～

高齢者の『うつ』は、老化現象や認知症など別の病気の症状に隠れてしまい、気づきにくいことがあります。高齢者の場合は、症状の現れ方がやや異なり、体の変化として見られることもあります。また、認知症をきっかけにうつを発症することもあるため、体や心の変化にサインを見逃さないようにすることが大切です。

外出したり趣味活動に励んで気分転換を図るほか、家族や身近な友人に話を聞いてもらうことも効果的です。身近な方に話しにくい場合は、かかりつけ医などに相談しましょう。



高齢者に多い「うつ」の症状

体のトラブル

- ・頭痛 ・腰痛 ・不眠
- ・しびれ ・動悸 など



心のトラブル

- ・イライラする
- ・怒りっぽくなる
- ・意欲や集中力がなくなる など



⑥閉じこもり予防～積極的に外へ出かけるようにしましょう！～

〈閉じこもりとは？〉

1日のほとんどを家の中で過ごし、週に1回も外出しない状態をいいます。閉じこもりが続くと、身体機能が低下し、筋力が衰えて『生活不活発病』を引き起こすほか、単調な生活が続くと脳の機能も低下して、『認知症』の原因にもなりかねません。

閉じこもりを防ぐ生活のポイント

- ・できることは自分でやる
- ・家事や庭仕事など、日々の生活で意識して体を動かすようにする
- ・散歩や買い物で外出するきっかけづくりをしましょう
- ・地域の集まりや趣味活動に積極的に取り組みましょう



介護予防に向けた町の取り組み



○各種介護予防教室

毎年度、介護予防に関する教室を開催しています。
募集については、広報りふ等をご覧ください。

【対象】町内にお住まいの65歳以上の方

【教室の種類】 ※令和8年度予定

- ①筋力トレーニング教室 開始：7月～ 募集：6月上旬（広報りふ6月号掲載）
- ②フレイル予防で若返り教室 開始：8月～ 募集：7月上旬（広報りふ7月号掲載）
- ③脳力アップ教室 開始：9月～ 募集：8月上旬（広報りふ8月号掲載）
- ④健康麻雀教室 開始：9月～ 募集：8月上旬（広報りふ8月号掲載）
（未経験者コース・経験者コース）



○高齢者元気アップポイント事業

町が指定した健康づくり活動を行った方で、専用のポイントカードにポイントを記録し、「1,000ポイント」を貯めた方に、記念品をプレゼントする事業です。

生きがいづくり・健康寿命の延伸、地域社会への参画、外出機会の創出を目指して令和7年度から始まった事業です。

【対象者】65歳以上の町民（毎年度6/1時点で65歳以上となっている方）

※対象の方へは、毎年度6月中旬郵送の「介護保険料納付通知書」にチラシ及びポイントカードを同封しておりますので、ご確認ください。

【対象となる活動】

- ① 町内開催のイベントや、町主催の介護予防・介護に関する講座、講演会等の参加
- ② 地域活動への参加（清掃活動、除草活動、グランドゴルフ等）
- ③ 自主的に行う健康づくり活動（ウォーキング・筋力トレ等）

※付与ポイントは、項目ごとに100～200ポイントに設定しています。

※事業詳細は町HPをご覧ください。

【記念品の例】

町の公式キャラクター「リーフちゃん」がプリントされたTシャツ・タオル・トートバッグなどをご用意しています。

高齢者福祉サービスについて



○食の自立支援事業（配食サービス）

毎週火曜日、木曜日にお弁当を宅配し、安否確認及び食生活の改善を行います。

【対 象】町内にお住まいの65歳以上の単身・高齢者のみ世帯で身体的理由及び心身の状況により調理が困難な方

【申 請】登録制で、事前に聞き取り調査などを行います。

【その他】・1食につき町が350円助成します。（350円を超える額が自己負担額となります。）

・おかずのみや普通食以外のメニューも選ぶことができます。



○布団クリーニング

年2回布団クリーニング（掛け、敷き、毛布合計3枚）を無料で行います。

【対 象】町内にお住まいの65歳以上の単身・高齢者のみの世帯または、障害者手帳をお持ちの方で、寝たきりもしくは手足の不自由などにより、寝具の衛生管理が困難な方

【申 請】登録制で、事前に聞き取り調査などを行います。



○紙おむつ支給

支給要件に応じて、紙おむつ引換券を支給します。

【支給要件】住民税課税世帯・・・2,500円／月
住民税非課税世帯・・・5,000円／月

【対 象】以下の（1）～（3）の全てに該当し、かつ、（4）～（6）のいずれかに該当する方

（1）町内に住所がある （2）介護を受けている本人が町民税非課税

（3）常時、紙おむつを使用している

（4）65歳以上で寝たきり状態である

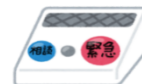
（5）要介護認定または要支援認定を受けており、寝たきりまたは認知症により常時失禁状態にある

（6）要介護4または要介護5の認定を受けている

【申 請】申請した翌月分からの支給になります。

【その他】入院中または施設入所中の方は対象外です。また、紙おむつ券の受給中に入院または施設入所した場合は、受給資格を喪失するため、紙おむつ券を返却していただきます。

○緊急通報システム



緊急通報機器を自宅に設置し、通報があった際やセンサーが異常を感知した時には、警備会社から連絡が入り、状況に応じ、救急要請など利用者の万が一に対応します。

【対 象】町内にお住まいの65歳以上の一人暮らしの方、在宅のひとり暮らしの身体障害者の方で機器を操作できる老人等

【申 請】登録制で、事前に設置場所等の確認を行います。

【その他】機器貸与費用は無料ですが、通報時の通話料金などは自己負担となります。固定電話回線を利用するため、固定電話を設置いただく必要があります。

○救急医療情報キット

「緊急連絡先」、「服薬、医療情報」などを記入した用紙を入れるキット（容器）を配布します。キットを冷蔵庫に保管し、マグネットシールを玄関と冷蔵庫に貼ることで、救急隊が本キットを確認することができ、迅速な救急活動に繋がります。



【対 象】町内にお住まいの65歳以上の単身・高齢者のみ世帯と避難行動要支援者台帳に登録されている方

【申 請】窓口または地域包括支援センターで申請ができます。

その他のサービスについて

○成年後見制度利用支援事業

判断能力が不十分な認知症高齢者などを支援するため、要件を満たす対象者に対し、成年後見制度の申立手続き及び当該申立に要する費用並びに成年後見人などに対する報酬を助成します。

【申 請】申請書の提出と併せ、事前に聞き取り調査などを行います。

○敬老祝事業

祝金や記念品を贈呈することで敬老の意を表します。

【対象者】

- ・10年以上引き続き利府町内に居住されている77歳及び88歳の方
- ・20年以上引き続き利府町内に居住されている100歳の方

【申 請】

対象者へ長生き支援係から通知をお出しします。

○高齢者の居場所づくり活動支援事業

介護予防に資する取組みとして、高齢者が住み慣れた地域において健康でいきいきとした生活を送ることができるよう、地域の住民や団体が主体となって行う居場所づくり活動などに対し、かかる経費の一部について補助金を交付しています。

【対象者】以下の(1)～(6)を満たす個人または団体

- (1) 居場所が利府町内に設置されている
- (2) 利府町内に居住する65歳以上を含めた住民を対象としている
(特定の団体に所属することを要件にするなど、対象者を限定していないこと)
- (3) 認知症の早期発見や介護予防などを図ることを目的としている
- (4) 原則、飲食代や材料費などの実費負担を除き、無料である
- (5) 特定のサークル活動などを行うことを目的に設置されていない
- (6) 営利、政治的または宗教的な活動を目的としていない

【対象活動】(1) 茶話会、カフェ
(2) 介護予防に資する体操、運動
(3) レクリエーションや出前講座
(4) 趣味活動(ただし、他の活動内容一部であること)



○いきいきライフアップひろば(老人福祉センター活性化事業)

高齢者の社会参加と健康的なライフスタイルを促進するため、毎月2回程度、健康増進や教養向上に関する教室や講座を開催します。

【対象者】利府町内に居住する60歳以上の方

【会場】利府町保健福祉センター 教養娯楽室

○老人福祉センター事業

高齢者が健康で明るい生活を送れるよう、健康の保持増進、教養の向上及びレクリエーションの場を無料で提供します。

【対象者】利府町内に居住する60歳以上の方

【事業内容】(1) 令和8年6月1日から教養娯楽室の個人利用を再開しました。
(2) 高齢者福祉事業や介護予防事業等を実施します。
(3) ゲートボール場の開放をします。(事前に予約が必要です。)

○高齢者セカンドライフ応援事業

高齢者の生きがい創出及び心身の健康増進や新たな挑戦を支援するため、趣味の拡充の教室・講座の参加費や新たな資格の取得の受講料などの費用を助成します。

【対象者】(1) 申請日時点で65歳以上の町民の方
(2) 申請する日において、町税の滞納がない方

【申請】事業の実施前に申請が必要です。

【その他】助成金の額は対象経費の額又は50,000円のいずれか低い額とし、助成の回数は、1人につき2回を上限(年1回)とします。

○高齢者補聴器購入費補助事業

耳が聞こえづらくなり、日常生活に不便を感じている65歳以上の方の補聴器の購入費を助成します。

- 【対象者】（１）65歳以上の町民の方
（２）聴覚障害の身体障害者手帳をお持ちでない方
（３）両耳それぞれの聴力が40dB以上で医師から意見書をもらうことができる方など

【申請】片耳、両耳問わず一人1回限り、3万円が上限です。購入前に申請が必要です。



【高齢者福祉サービス・その他サービス 問合せ先】

健康推進課 長生き支援係（保健福祉センター内 電話 022-356-1334）

○避難行動要支援者登録制度

災害が起こったとき、自力で避難することが困難な方で、希望する方に登録いただく制度です。登録いただいた方の名簿は、平常時から「町関係部署」「消防署」「社会福祉協議会」「町内会を単位とする自主防災組織」と共有し、災害発生時に地域における避難等の支援に活用します。

- 【対象者】（１）75歳以上でひとり暮らしの方
（２）介護保険で要介護3～5の認定を受けている方
（３）障害者または障害児
（４）その他、（１）～（３）と同様に、災害時に自力で避難することが困難な方

【避難行動要支援者登録制度 問合せ先】

地域福祉課 福祉総務係 電話 022-767-2148

作成 利府町保健福祉部

令和4年 1月 作成

令和8年 8月 改訂

○地域福祉課 介護福祉係

住所：〒981-0112

利府町利府字新並松4番地

電話：022-767-2198

FAX：022-767-2102

○健康推進課 長生き支援係

（利府町保健福祉センター内）

住所：〒981-0133

利府町青葉台一丁目32番地

電話：022-356-1334

FAX：022-356-1303