

わたしたちの

介護保険

目次

はじめに	P.2
介護保険制度としくみ	
介護保険のしくみを理解しましょう	P.4
サービスを利用するには	
①要介護認定の申請	P.7
②要介護認定のための調査・審査	P.8
③認定結果の通知	P.9
ケアプランを作成してサービスを利用しましょう	P.10
サービスの種類と費用	
サービスの種類と費用	P.12
自宅を中心に利用するサービス	P.14
介護保険施設で受けるサービス	P.22
自立を助け、介護の負担を軽くするために	P.23
介護予防・日常生活支援総合事業	
自分らしい生活を続けるために	P.26
費用の支払い	P.29
介護保険料の決まり方・納め方	
社会全体で介護保険を支えています	P.34
高齢者あんしん相談センターのご案内	P.38
介護保険Q&A	P.42

はじめに

介護保険制度としくみ

サービスを利用するには

サービスの種類と費用

介護予防・日常生活支援総合事業

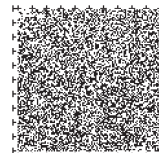
費用の支払い

介護保険料の決まり方・納め方

高齢者あんしん相談センターのご案内

介護保険Q&A

このマークは目の不自由な方のための音声コード Uni-Voice です。



文京区



介護保険は、介護が必要になっても高齢者が地域で安心して暮らしていけることを目指すとともに、いつまでも自立した生活を送れるように支援します。一日一日をより充実したものにするためにもそのしくみを理解しましょう。

介護保険の申請や届出には、「マイナンバー」が必要です

介護保険の各種申請や届出には、原則として、マイナンバー(個人番号)の記入が必要です。窓口では、マイナンバーの確認と本人確認を行います。

マイナンバーの確認には次のいずれかが必要

- マイナンバー(個人番号)カード
- 通知カード(住所、氏名等が住民票と一致している)
- 個人番号が記載された住民票 等

本人確認には次のいずれかが必要

- マイナンバー(個人番号)カード
- 運転免許証
- パスポート 等の写真つきの本人確認書類

写真がない本人確認書類の場合は2種類が必要。

※代理人が申請する場合は、代理人の本人確認ができるものをお持ちください。

一部の手続きがマイナポータルから電子申請できます

要介護・要支援認定申請など介護保険に関する各種手続きは、マイナポータル内の「ぴったりサービス」から24時間いつでも電子申請が可能です。

対応している手続きや申請方法などについて詳しくは、市区町村の介護保険担当課またはマイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178)にお問合わせください。



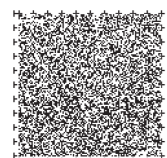
手続の検索・電子申請(ぴったりサービス)はこちら▲

文京区福祉部介護保険課

〒112-8555 文京区春日1-16-21 (文京シビックセンター9階)

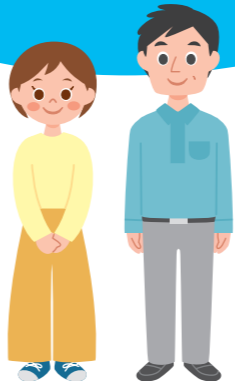
ホームページアドレス

<https://www.city.bunkyo.lg.jp/tetsuzuki/kaigo.html>



介護保険の被保険者(介護保険の対象となる方)

年齢で二つに分けられます



(第1号被保険者) 65歳以上の方

介護サービスを利用できるのは介護が必要と認定された方です。▶P.9へ
病気やけがなど介護が必要になった原因にかかわらず、介護サービスの対象となります。

(第2号被保険者) 40～64歳の方

介護サービスを利用できるのは老化が原因とされる病気(特定疾病)により介護が必要と認定された方です。▶P.5へ

介護保険被保険者証

介護保険のサービスを利用するときなどに必要になります。

交付対象者

【65歳以上の方】

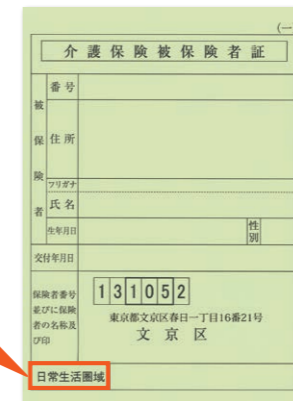
- 65歳になる月(誕生日が1日の方は前月)に交付されます。

【40～64歳の方】

- 要介護認定を受けた方に交付されます。

必要なとき

- ・要介護認定の申請をするとき(65歳以上の方)
- ・ケアプランを作成するとき
- ・介護保険サービスを利用するとき など



あなたの住所を担当する高齢者あんしん相談センターの圏域です。

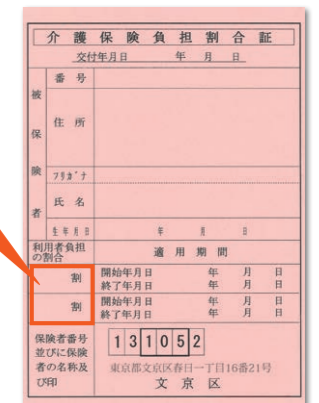
介護保険負担割合証

交付対象者

要介護認定を受けた方、事業対象者に交付されます。

必要なとき

介護保険サービスを利用するとき
【有効期限】
1年間(8月1日～翌年7月31日)

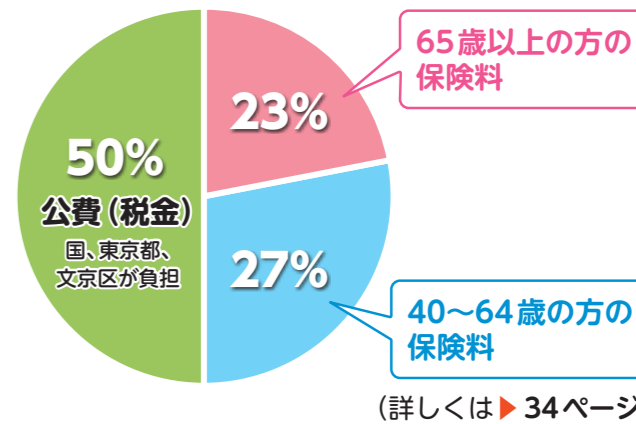


負担割合(1～3割)が記載されます。

大切に保管しましょう。

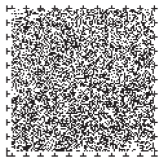
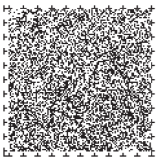
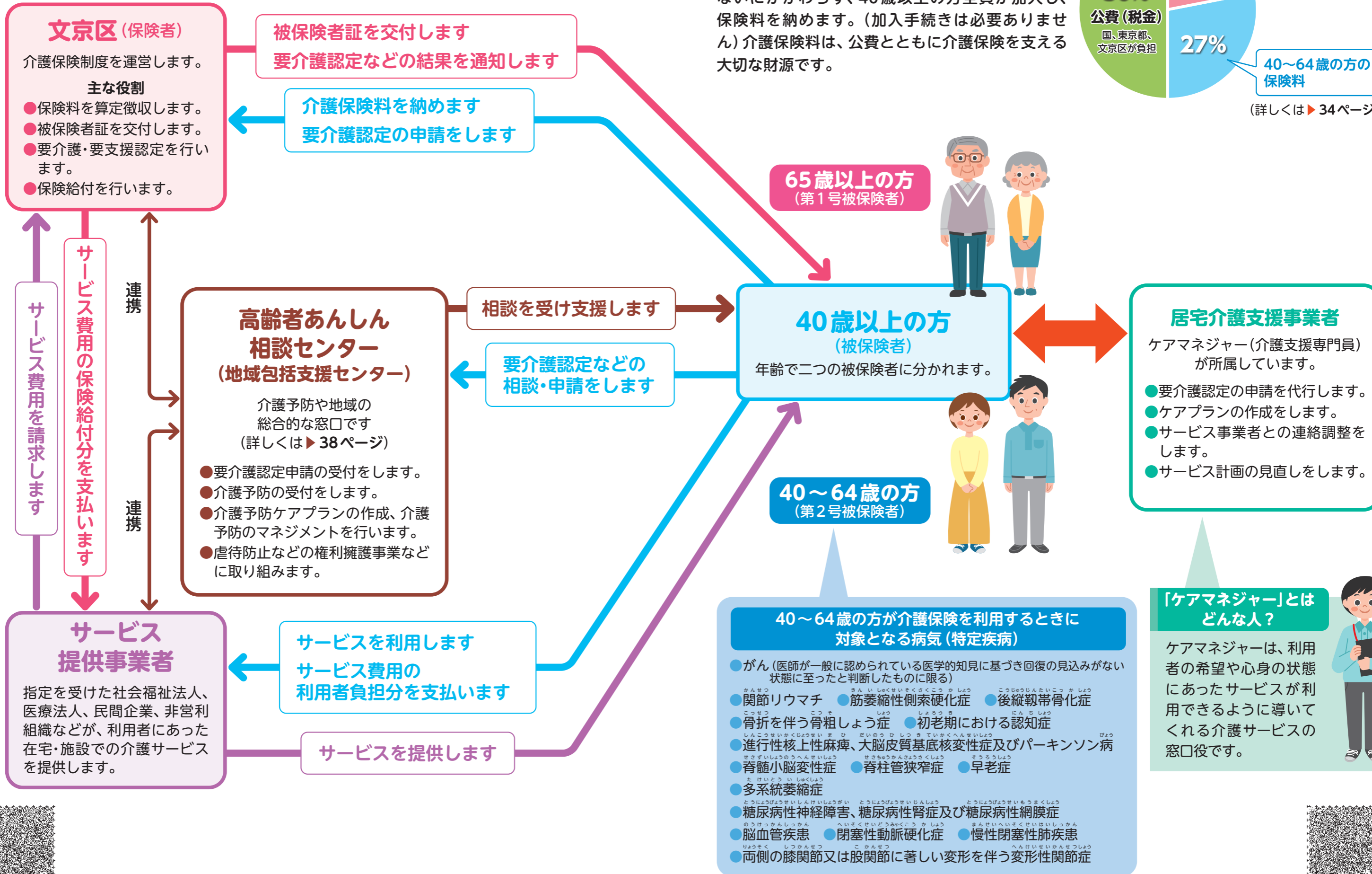
介護保険のしくみを理解しましょう

介護保険は、介護を必要とする人を社会全体で支えあう社会保障制度です。サービスの利用をするしにかかわらず、40歳以上の方全員が加入し、保険料を納めます。(加入手続きは必要ありません) 介護保険料は、公費とともに介護保険を支える大切な財源です。



介護保険制度としくみ

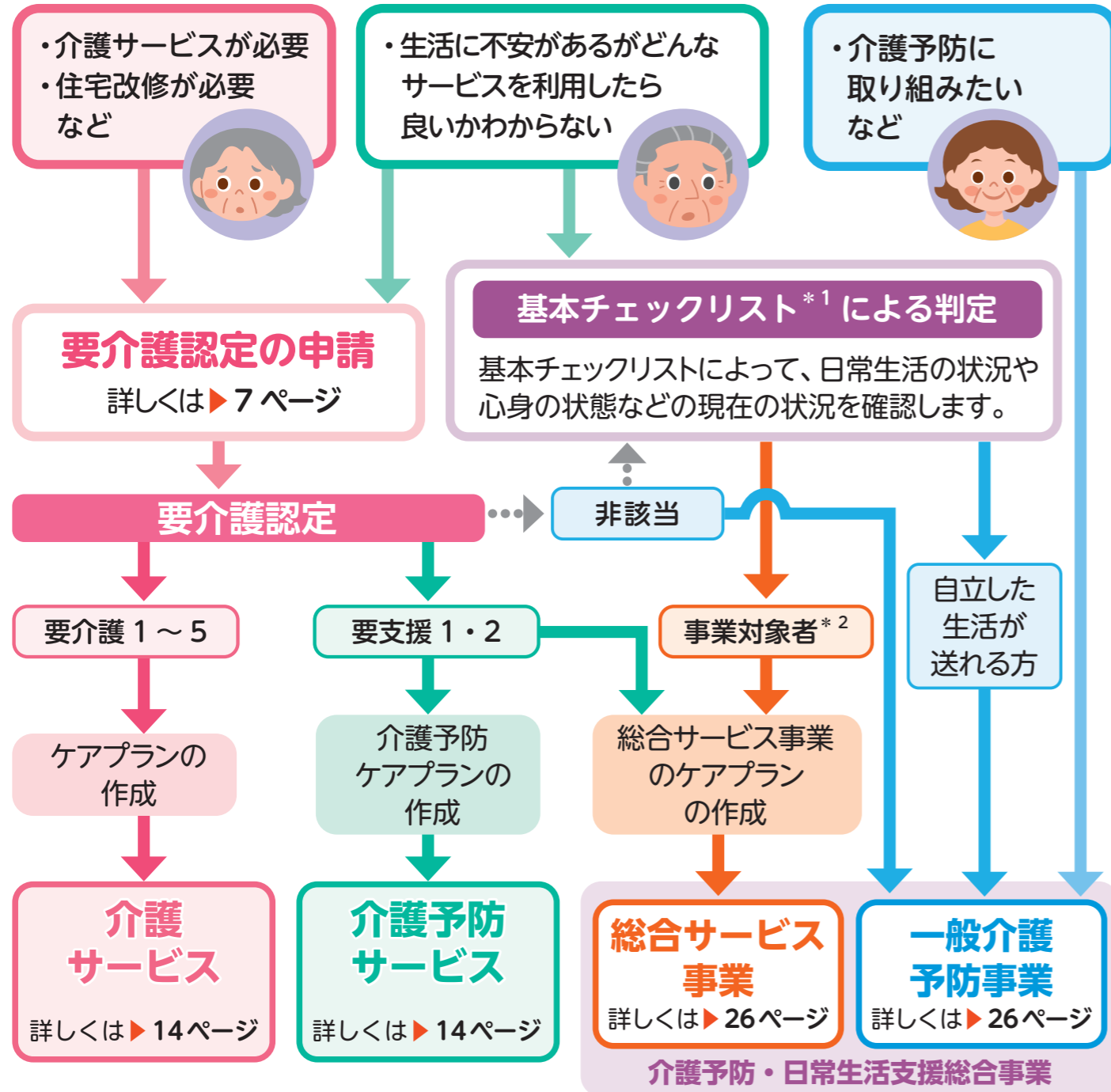
介護保険制度としくみ



「介護や支援が必要な状態である」という認定を受ける必要があります。
「介護が必要な状態か」「どのくらいの介護が必要か」は、訪問調査、審査・判定などを経て認定結果（要介護度）を通知します。

サービス利用の流れ

相談する



※1 基本チェックリストとは

基本チェックリストには、25個の質問項目があります。生活機能が低下したのを早期に把握し、一般介護予防につなげます。回答をもとに自身の状況にあったサービスを受けることができます。(▶41ページ)

※2 事業対象者とは

日常生活の機能が低下していると判断され、総合サービス事業を利用できる方のことです。

① 要介護認定の申請

区の窓口または、高齢者あんしん相談センターに申請をします。申請は、本人のほかに家族でもできます。居宅介護支援事業者、介護保険施設などにも申請の依頼ができます。



申請に必要なもの

- 要介護・要支援認定等申請書
申請窓口にあります。区のホームページからもダウンロードすることができます
- 介護認定調査連絡票
申請窓口にあります。区のホームページからもダウンロードすることができます
- 介護保険被保険者証 (▶3ページ参照)
- 医療保険被保険者番号等がわかるもの
資格確認書、資格情報通知書など
- 主治医(かかりつけ医)の情報
主治医の氏名(フルネーム)・医療機関名・診療科目・所在地・電話番号・直近の受診状況
※直近の受診がないと主治医が意見書を作成できない場合があります。
- マイナンバーと本人確認書類 (▶2ページ参照)

申請書には主治医を
記入する欄があります

あらかじめ主治医の氏名・病院名・連絡先などを確認しておきましょう。主治医がない場合は、高齢者あんしん相談センターなどで医師の紹介をうけて、受診します。

「主治医」とはどんな人？

自身の病歴や症状をよく知っているかかりつけ医のことです。複数の医師にかかっている場合は、介護が必要な原因となった病気の治療をしている医師を選んでください。

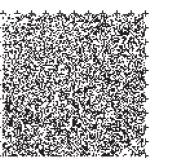
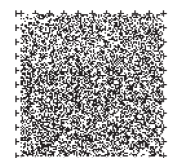


自分や家族が申請できない場合は
申請の代行をしてもらうことができます

高齢者あんしん相談センターや居宅介護支援事業者、または介護保険施設などへ相談してください。

「居宅介護支援事業者」って何？

ケアマネジャーを配置している、区の指定を受けたサービス事業者です。サービス提供事業者との連絡・調整を行います。



② 要介護認定のための調査・審査

訪問調査の結果などをもとに、介護が必要かどうかを判断するための審査・判定が行われます。

要介護認定の流れ

1 訪問調査

区の調査員または、区から調査委託を受けた調査員が自宅などを訪問し、心身の状態や生活状況、家族・居住環境について聞き取り、全国共通の調査項目をもとに調査をします。

伝えたいことを事前に
まとめておくといいですね!

訪問調査で聞かれること

- 麻痺などの有無
- 拘縮の有無
- 寝返り
- 起き上がり
- 座位保持
- 両足での立位保持
- 歩行
- 立ち上がり
- 片足での立位
- 洗身
- つめ切り
- 視力・聴力
- 移乗・移動
- えん下・食事摂取
- 排泄
- 清潔
- 衣服の着脱
- 外出頻度
- 意思の伝達
- 記憶・理解
- 問題行動
- 薬の内服
- 金銭の管理
- 日常の意思決定
- 社会生活への適応
- 過去14日間に
うけた医療
- 日常生活自立度
など

2 一次判定

訪問調査の結果や、主治医の意見書の一部の項目をコンピュータに入力し、一次判定をします。

3 二次判定（認定審査）

一次判定や主治医の意見書などをもとに、保健・医療・福祉の専門家が審査します。

主治医の意見書とは

区の依頼により主治医が
意見書を作成します。



適切な
認定結果が
出るか心配

自分の状態を正しく伝えましょう

要介護認定では、訪問調査の結果が重要な判定基準になります。24時間通しての様子を伝えたり、本人だけではなく、介護をしている方が同席して様子を伝えたりすることで、適切な認定結果が得られます。調査を受けるときは、ありのままの状態、普段どおりの状態を調査員にみてもらうことが大切です。

③ 認定結果の通知

審査結果に基づき、認定結果通知書と介護保険被保険者証が届きます。

認定通知が届いたら、内容を確認しましょう

- 要介護状態区分
- 認定の有効期間
- 介護保険負担割合証 (▶ 3ページ参照)
新規の認定のときに送付します



要介護状態区分 (要介護度)

要介護5
要介護4
要介護3
要介護2
要介護1

要支援2
要支援1

高
介護が必要な度合い
低

介護サービス

ケアプランを作成してサービスを利用しましょう ▶ P.10
サービスを選ぶ ▶ P.14~



介護予防サービス

ケアプランを作成してサービスを利用しましょう ▶ P.11
サービスを選ぶ ▶ P.14~



介護予防・日常生活支援総合事業

ケアプランを作成してサービスを利用しましょう ▶ P.11

事業対象者

非該当

自立した生活を送れる方

総合サービス事業 ▶ P.27~

一般介護予防事業 ▶ P.28



認定には
有効期間が
あります

認定の有効期間内であっても、心身の状態が変わり、介護の手間が増え、サービス量が足りない場合は、ケアマネジャーに相談の上、認定の変更を申請してください。

認定結果が
納得できない
ときは

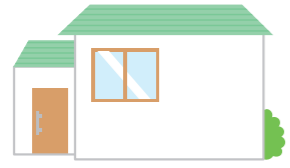
介護認定の結果に疑問や不服がある場合は、結果通知書に記載されている問い合わせ先まで相談してください。
そのうえで納得できない場合、結果通知を知った翌日から起算して3か月以内に、東京都介護保険審査会に審査請求することができます。

ケアプランを作成してサービスを利用しましょう

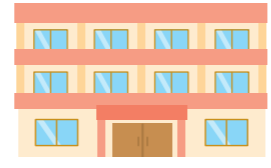
ケアプランの作成および相談は**無料**です。
(全額を介護保険で負担します)

要介護1～5の方

自宅で暮らしながら
サービスを利用したい



介護保険施設へ
入所したい



1 居宅介護支援事業者に連絡

文京区などが発行する事業者一覧の中から**居宅介護支援事業者**(ケアマネジャーを配置しているサービス事業者)を選び、連絡します。担当の**ケアマネジャー**が決まります。

1 介護保険施設に連絡

入所前に見学するなどサービス内容や利用料について検討した上で、施設に直接申し込み、契約します。

2 ケアプランの作成

ケアマネジャーがケアプランを作成します。利用者や家族とサービス提供事業者が検討して、利用者の同意を得て決定します。

2 ケアプランの作成

入所する施設のケアマネジャーがケアプランを作成します。利用者や家族と施設職員が検討して、利用者の同意を得て決定します。

3 居宅サービスの利用開始

サービスを提供してくれる事業者と契約をします。ケアプランに基づいた**介護サービス**(▶14ページ)を利用します。

3 施設サービスの利用開始

ケアプランに基づいた介護保険の**施設サービス**(▶22ページ)を利用します。

要支援1・2の方

1 高齢者あんしん相談センター等に連絡

高齢者あんしん相談センターに連絡して介護予防サービスを利用したいことを伝えます。

2 介護予防ケアプランの作成

高齢者あんしん相談センターの職員が介護予防ケアプランを作成して、サービスの種類や回数を決定します。

3 介護予防サービスの利用

サービス事業者と契約します。介護予防ケアプランにそって、**介護予防サービス**(▶14ページ)および、**総合サービス事業**(▶27ページ)を利用します。

事業対象者の方

1 高齢者あんしん相談センターに連絡

高齢者あんしん相談センターに連絡、相談します

生活機能の低下が見られる方

2 介護予防ケアプランの作成

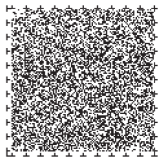
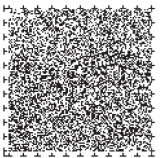
生活機能低下の原因を分析して、介護予防ケアプランを作成します。

3 サービスを利用

サービス事業者と契約します。(短期集中予防サービスを利用する場合は不要)介護予防ケアプランにそって、**総合サービス事業**(▶27ページ)および、**一般介護予防事業**(▶28ページ)を利用します。

サービスを利用するには

サービスを利用するには



契約にあたっては、サービス内容や料金などをよくご確認ください。

介護保険サービスの種類と費用

介護保険サービスには、自宅を中心に利用する「居宅サービス」、介護保険施設に入所する「施設サービス」があります。また、原則として、文京区の被保険者のみが利用できる「地域密着型サービス」があります。住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らしていけるように支援します。

各サービスの見方

要介護1~5 要支援1・2 地域密着型サービス

認知症対応型通所介護（介護予防認知症対応型通所介護）

認知症の方が、食事・入浴などの支援や専門的なケアを日帰りで受けられます。

利用できる要介護度を示します。

このマークのついたサービスは地域密着型サービスです。原則として文京区の被保険者だけが利用できます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【7時間以上8時間未満の利用の場合】

要介護1	1,104円	要支援1	956円
要介護2	1,224円	要支援2	1,067円
要介護3	1,344円		
要介護4	1,464円		
要介護5	1,584円		

●食費、日常生活費は別途負担となります。

自己負担1割の費用をめやすとして掲載しています。

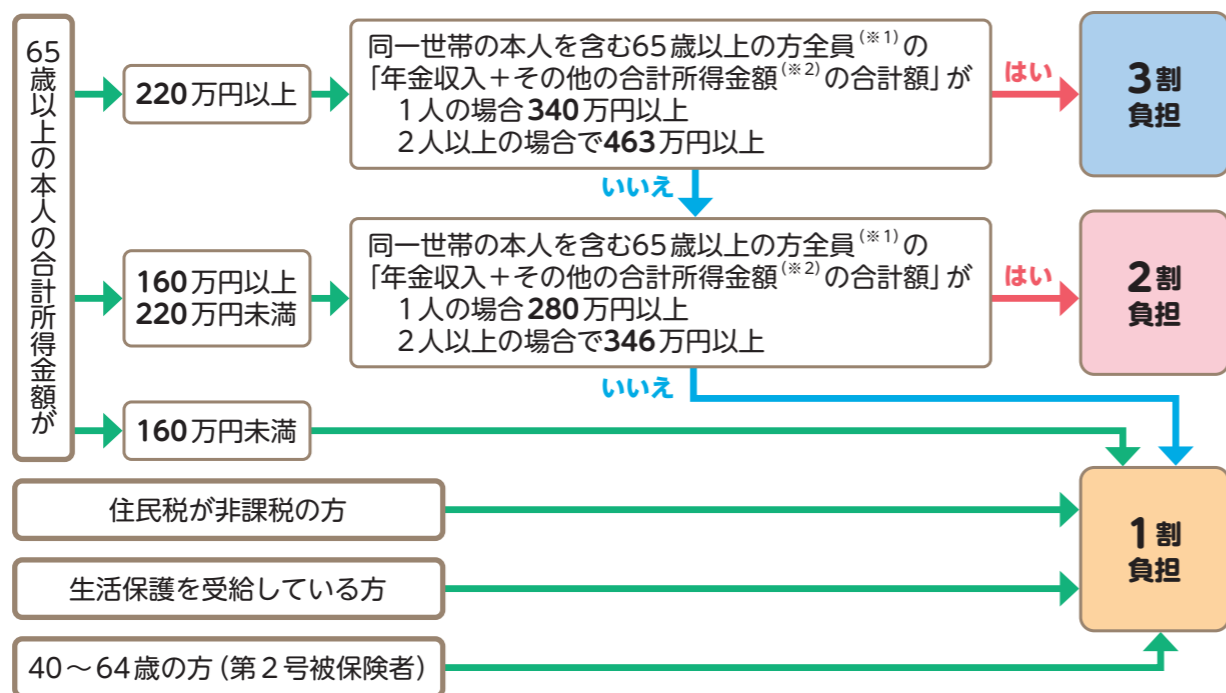
実際の自己負担は、所得状況などにより1割、2割、3割のいずれかです。

※実際の費用は、利用する事業者の所在地やサービスの内容、加算項目などにより異なります。

また、加算項目は、一部項目のみを記載しています。

※自己負担のめやすは、令和7年8月時点の情報をもとにしており、今後変更になる場合があります。

介護保険サービスの自己負担割合と判定基準



※1 同一世帯内であっても、64歳以下の方の所得は勘案されません。

※2 その他の合計所得:「合計所得金額」から「公的年金等に係る雑所得」を除いた所得金額をいいます。

サービス事業者と契約する際の注意点

- 重要事項説明書などの書類を受け取り、サービスの内容に納得しましたか
- 身体の状態等にあったサービス内容になっていますか
- 介護保険が使えるサービスと使えないサービスが分かりましたか
- 利用料やキャンセル料、支払いについて納得しましたか
- 契約解除の方法の説明を受けましたか

サービス利用途中でも事業者を変えることができます。疑問に思ったら、ケアマネジャーに相談してみましょう。



事業者を選ぶために...

介護保険は、「利用者本位」が原則。利用者の意思が最も尊重されますので、自分なりに情報を集めることも大切です。

すべてのサービス提供事業者・施設には、決められた項目にそった情報を公開することが義務付けられています。

文京区のホームページ内で区内の「サービス提供事業者情報」の検索ができます。



検索のしかた

●トップページ>手続き・暮らし>介護保険>関連情報
>文京区介護・医療機関情報検索システム(外部リンク)

●URLを入力する

→<https://carepro-navi.jp/bunkyo>



介護・医療機関
情報検索システム

自宅を中心に利用するサービス

自宅を中心に利用するサービス(居宅サービス)には、訪問をしてもらうサービスや施設に通うサービスなど、さまざまな種類があります。

要介護1~5

訪問介護【ホームヘルプサービス】

ホームヘルパーが居宅を訪問し、身体介護や生活援助を行います。



1回あたりの自己負担(1割)のめやす

〈身体介護〉	●食事、入浴、排せつの介助 ●衣類やシーツの交換 など	身体介護中心	20分~30分未満	279円
			30分~1時間未満	442円
〈生活援助〉	●住居の掃除、洗濯、買い物 ●食事の準備、調理 など	生活援助中心	20分~45分未満	204円
			45分以上	251円
ヘルパーの運転する車両への乗車、降車の介助など		通院等乗降介助(1回)		111円

※早朝・夜間・深夜などは、それぞれ加算となります。

要支援の方のホームヘルプサービスは▶27ページへ。

ご注意ください! 以下のサービスは、訪問介護(ホームヘルプ)の対象となりません。

- 利用者本人が不在のときの家事
- 利用者以外の家族のための家事
 - ・利用者以外の家族のための洗濯、調理、布団干し
 - ・自家用車の洗車、掃除
 - ・来客の応対
 - ・主として利用者が使用する居室等以外の掃除 など
- 日常生活の家事の範囲を超えるもの
 - ・花木の水やり、草むしり
 - ・話し相手のみ、留守番
 - ・ペットの世話
 - ・大掃除、窓のガラス磨き、床のワックスがけ
- 金銭・貴重品の取り扱い
 - ・預金の引き出し、預け入れ

ホームヘルパーさんになんでもお願いできるわけではありません



※サービスの内容によっては、「介護保険外」のサービスとして受けることができます。希望するときは、ケアマネジャーやサービス提供事業者にご相談しましょう。

要介護1~5 要支援1~2

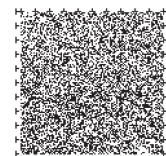
訪問入浴介護(介護予防訪問入浴介護)

介護職員や看護職員が訪問し、居宅に簡易浴槽などを持ち込み、入浴の介助を行います。



1回あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護 1~5	1,444円	要支援 1~2	976円
---------	--------	---------	------



要介護1~5 要支援1~2

訪問看護(介護予防訪問看護)

看護師などが居宅を訪問し、療養上の世話や診療の補助を行います。



1回あたりの自己負担(1割)のめやす

■訪問看護ステーションから

	20分~30分未満	30分~1時間未満
要介護 1~5	537円	939円
要支援 1~2	515円	906円

■病院または診療所から

	20分~30分未満	30分~1時間未満
要介護 1~5	455円	655円
要支援 1~2	436円	631円

※早朝・夜間・深夜などは、それぞれ加算となります。

要介護1~5 要支援1~2

訪問リハビリテーション(介護予防訪問リハビリテーション)

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問し、リハビリテーションを行います。



1回あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護 1~5	342円
要支援 1~2	331円

要介護1~5 要支援1~2

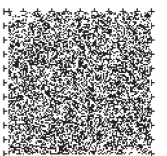
居宅療養管理指導(介護予防居宅療養管理指導)

医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士などが居宅を訪問し、療養上の管理や指導を行います。



1回あたりの自己負担(1割)のめやす
【単一建物居住者1人に行う場合】

医師の場合(月2回まで)	515円
歯科医師の場合(月2回まで)	517円
医療機関の薬剤師の場合(月2回まで)	566円
薬局の薬剤師の場合(月4回まで)	518円
歯科衛生士等の場合(月4回まで)	362円



要介護1~5 地域密着型サービス

夜間対応型訪問介護

利用者の求めに応じて、巡回や通報システムによる夜間専用の訪問介護を行います。



自己負担(1割)のめやす
【オペレーションセンターを設置している場合】

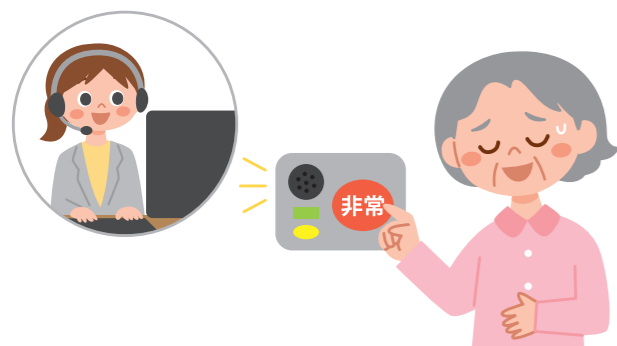
基本夜間対応型訪問介護	1,128円/月
定期巡回サービス	424円/回
随時訪問サービス	647円/回

要支援の方は利用できません。

要介護1~5 地域密着型サービス

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

定期巡回と随時対応による訪問介護と訪問看護が、日中・夜間を通して受けられます。



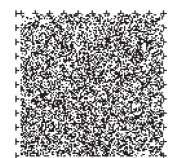
1か月あたりの自己負担(1割)のめやす
【介護、看護一体型事業所の場合】

要介護度	介護のみ利用	介護と看護を利用	夜間のみ利用
要介護1	6,209円	9,059円	基本対応 1,128円
要介護2	11,081円	14,151円	
要介護3	18,400円	21,601円	
要介護4	23,276円	26,629円	
要介護5	28,149円	32,260円	

要支援の方は利用できません。

介護サービス
利用者・ご家族
の皆様へ

近年、介護職員や、ケアマネジャー等に対し、介護サービスの利用者や家族からのカスタマーハラスメント(カスハラ)の問題が深刻化しております。介護現場でのカスタマーハラスメントの大きな特徴は、サービスを受けている本人だけでなく、その家族が行為者となる事例も多くあげられております。介護職員がカスタマーハラスメント行為を受け、心の病気にかかってしまうケースもあります。介護事業所にとって、職員が離職してしまう事態は避けなければなりませんし、職員が精神疾患を発症したような場合、利用者側が損害賠償義務を負う可能性も考えられます。介護現場で働く職員が、安全・安心に働ける労働環境を築くことで、円滑な介護サービスを提供することができます。それが気持ちのいい介護サービスにも繋がります。ぜひ、利用者やご家族の皆様には、ご理解とご協力をお願いします。



要介護1~5

通所介護【デイサービス】

日帰りで通う通所介護施設で、食事・入浴などの日常生活上の支援やレクリエーションなどが受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【通常規模の事業所での7時間以上8時間未満の利用の場合】

要介護1	718円	要介護4	1,115円
要介護2	847円	要介護5	1,252円
要介護3	981円	(送迎を含む)	

●食費、日常生活費は別途負担となります。

要支援の方のデイサービスは▶27ページへ。

要介護1~5 地域密着型サービス

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・入浴などの日常生活上の支援や機能訓練が日帰りで受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【7時間以上8時間未満の利用の場合】

要介護1	821円	要介護4	1,278円
要介護2	971円	要介護5	1,430円
要介護3	1,125円	(送迎を含む)	

●食費、日常生活費は別途負担となります。

要支援の方のデイサービスは▶27ページへ。

要介護1~5

通所リハビリテーション【デイケア】

介護老人保健施設や医療機関などに日帰りで通い、日常生活上の支援や機能訓練をリハビリの専門家が行います。

基本のサービスに加えて

- 食事に関する指導など(栄養改善)
 - 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)
- などのメニューを選択して利用できます。(利用するメニューによって費用が加算されます。)

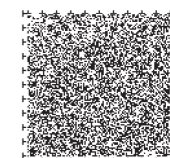


1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【通常規模の事業所での7時間以上8時間未満の利用の場合】

要介護1	846円
要介護2	1,003円
要介護3	1,161円
要介護4	1,349円
要介護5	1,531円

●食費、日常生活費は別途負担となります。

要支援の方のデイケアは▶18ページへ。



要支援1・2

介護予防通所リハビリテーション【デイケア】

介護老人保健施設や医療機関などで、介護予防を目的とした生活機能の維持向上のための機能訓練などを行います。

基本のサービスに加えて

- 食事に関する指導など(栄養改善)
- 口の中の手入れ方法や、咀嚼・飲み込みの訓練法の指導など(口腔機能向上)などのメニューを選択して利用できます。(利用するメニューによって費用が加算されます。)



1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要支援 1	2,518円
要支援 2	4,693円

- 食費、日常生活費は別途負担となります。
- 要介護の方のデイケアは▶17ページへ。

要介護1~5 要支援1・2 地域密着型サービス

認知症対応型通所介護(介護予防認知症対応型通所介護)

認知症の方が、食事・入浴などの支援や専門的なケアを日帰りで受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【7時間以上8時間未満の利用の場合】

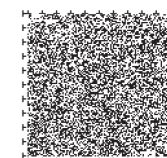
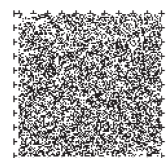
要介護 1	1,104円	要支援 1	956円
要介護 2	1,224円	要支援 2	1,067円
要介護 3	1,344円		
要介護 4	1,464円		
要介護 5	1,584円		

- 食費、日常生活費は別途負担となります。

リハビリの専門家ってどんな人？

リハビリの専門家とは、「理学療法士」や「作業療法士」、「言語聴覚士」をいいます。具体的には次のようなリハビリを行います。

- 理学療法士: 日常生活に必要な基本動作を行う機能を維持・回復するために、運動療法や温熱を使った物理療法などを行います。
- 作業療法士: 日常活動の仕事や遊びなどの動作を通じて心身の機能の回復を図ります。
- 言語聴覚士: 音声・言語・聴覚に障がいのある方に訓練や検査などを行います。



要介護1~5 要支援1・2

短期入所生活介護(介護予防短期入所生活介護)【ショートステイ】

介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事・入浴などの支援や機能訓練が受けられます。



1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【併設型の施設の場合】

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	多床室
要介護 1	782円	670円
要介護 2	857円	746円
要介護 3	941円	827円
要介護 4	1,019円	905円
要介護 5	1,096円	982円
要支援 1	588円	501円
要支援 2	729円	623円

- 食費、滞在費、日常生活費は別途負担となります。

要介護1~5 要支援1・2

短期入所療養介護(介護予防短期入所療養介護)【療養型ショートステイ】

介護老人保健施設などに短期間入所して、医療によるケアや介護、機能訓練などが受けられます。

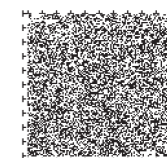
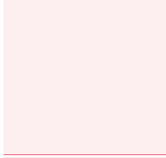
1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【介護老人保健施設・基本型の場合】

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	多床室
要介護 1	912円	905円
要介護 2	963円	960円
要介護 3	1,034円	1,029円
要介護 4	1,094円	1,087円
要介護 5	1,151円	1,147円
要支援 1	681円	669円
要支援 2	860円	844円

- 食費、滞在費、日常生活費は別途負担となります。

介護予防が大切なのはなぜ？

体は使わないでいると、徐々に機能が低下してしまいます。足腰が弱くなったために家に閉じこもりがちになると、ますます状態を悪化させ、介護が必要となってしまうケースが多くなります。できることはなるべく自分でを行い、体を動かすことで、心身の機能を向上させ、自分らしい自立した生活を目指すことができます。積極的なリハビリを行うことで、要介護度が改善することは、決して珍しいことではありません。



要介護1~5 要支援1・2 地域密着型サービス

小規模多機能型居宅介護(介護予防小規模多機能型居宅介護)

「通い」を中心に、利用者の選択に応じて自宅に来てもらう「訪問」や施設に「泊まる」サービスを組み合わせた多機能なサービスが受けられます。



1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護 1	11,609円	要支援 1	3,830円
要介護 2	17,061円	要支援 2	7,739円
要介護 3	24,819円		
要介護 4	27,392円		
要介護 5	30,202円		

●食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。

要介護1~5 要支援1・2

特定施設入居者生活介護(介護予防特定施設入居者生活介護)

有料老人ホームなどで食事・入浴などの日常生活の支援や機能訓練などが受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【包括型(一般型)の場合】

要介護 1	591円	要支援 1	200円
要介護 2	664円	要支援 2	342円
要介護 3	740円		
要介護 4	811円		
要介護 5	887円		

●費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。
●食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

要介護1~5 地域密着型サービス

看護小規模多機能型居宅介護 【複合型サービス】

利用者の状況に応じて、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が受けられます。

1か月あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護 1	13,817円	要介護 4	30,821円
要介護 2	19,331円	要介護 5	34,863円
要介護 3	27,174円		

●食費、日常生活費、宿泊費は別途負担となります。

要支援の方は利用できません。

要介護1~5 要支援2 地域密着型サービス

認知症対応型共同生活介護(介護予防認知症対応型共同生活介護) 【認知症高齢者グループホーム】

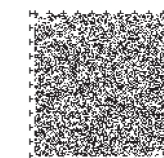
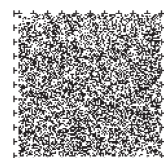
認知症の方が共同生活する住宅で、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす
【1ユニットの事業所の場合】

要介護 1	834円	要支援 2	830円
要介護 2	873円		
要介護 3	899円		
要介護 4	917円		
要介護 5	937円		

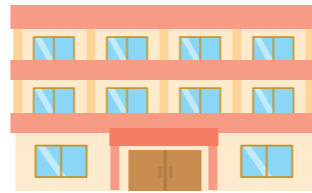
●食費、日常生活費、居住費は別途負担となります。

要支援1の方は利用できません。



介護保険施設で受けるサービス

介護保険施設は、どのような介護が必要かによって、下記のタイプに分かれます。入所を希望する施設を選択し、施設に直接申し込みます。



要介護1~5

介護老人福祉施設

【特別養護老人ホーム】

常に介護が必要で、自宅では介護が困難な方が対象の施設です。食事・入浴など日常生活の介護や健康管理が受けられます。

1日あたりの施設サービス費(1割)のめやす

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	多床室
要介護1	731円	642円
要介護2	807円	719円
要介護3	889円	798円
要介護4	966円	875円
要介護5	1,041円	950円

※新規に入所できるのは原則、要介護3以上の方です。

要介護1~5

地域密着型サービス

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

【地域密着型特別養護老人ホーム】

定員29人以下の小規模な介護老人福祉施設で、食事・入浴・排せつなどの介護や機能訓練が受けられます。

1日あたりの自己負担(1割)のめやす

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	多床室
要介護1	744円	654円
要介護2	821円	732円
要介護3	903円	812円
要介護4	982円	891円
要介護5	1,059円	967円

※新規に入所できるのは原則、要介護3以上の方で、文京区の被保険者が対象です。

要介護1~5

介護老人保健施設

病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。医学的な管理のもとで介護や看護、リハビリを一体的に提供し、家庭への復帰を支援します。

1日あたりの施設サービス費(1割)のめやす【基本型】

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	多床室
要介護1	875円	865円
要介護2	925円	919円
要介護3	996円	990円
要介護4	1,056円	1,048円
要介護5	1,110円	1,103円

要介護1~5

介護医療院

長期にわたり療養が必要な方が対象の施設です。医療と介護(日常生活上の世話)が一体的に受けられます。

1日あたりの施設サービス費(1割)のめやす【I型】

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	多床室
要介護1	927円	908円
要介護2	1,047円	1,028円
要介護3	1,307円	1,289円
要介護4	1,417円	1,399円
要介護5	1,518円	1,499円

施設サービスの費用は、要介護度や施設の体制、部屋のタイプによって異なります。居住費、食費、日常生活費は別途負担となります。

自立を助け、介護の負担を軽くするために

要介護1~5

要支援1・2

福祉用具貸与(介護予防福祉用具貸与)

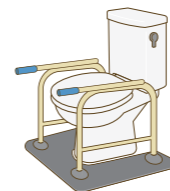
車いすやベッドなど日常生活の自立を助ける用具を借りる(レンタルする)サービスです。ケアプランに基づきサービスが提供されますので、ケアマネジャーに相談してください。



次の品目が貸し出しの対象となります

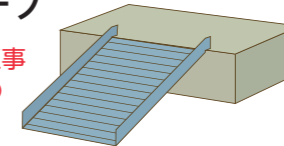
① 手すり

※取り付け工事不要のもの



② スロープ

※取り付け工事不要のもの



③ 歩行器



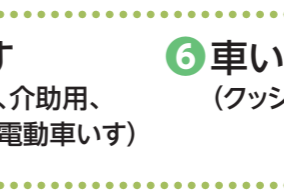
④ 歩行補助つえ

(松葉づえ、多点つえ等)



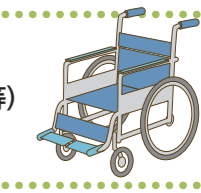
⑤ 車いす

(自走用、介助用、普通型電動車いす)



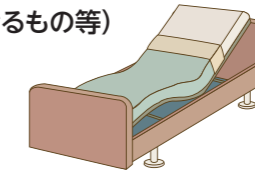
⑥ 車いす付属品

(クッション、電動補助装置等)



⑦ 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)

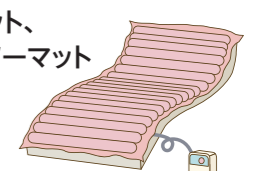


⑧ 特殊寝台付属品

(サイドレール、マットレス、スライディングボード、入浴用でない介助用ベルト等)

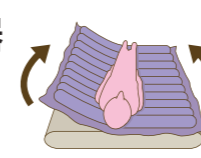
⑨ 床ずれ防止用具

(エアマット、ウォーターマット等)



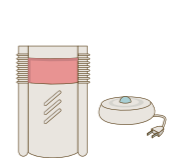
⑩ 体位変換器

(起き上がり補助装置を含む)



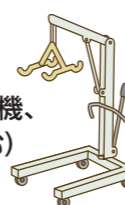
⑪ 認知症老人徘徊感知機器

(離床センサーを含む)

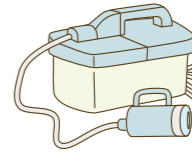


⑫ 移動用リフト

(立ち上がり座いす、入浴用リフト、段差解消機、階段移動用リフトを含む)



⑬ 自動排せつ処理装置



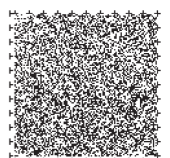
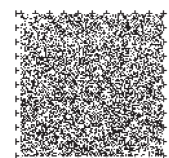
※原則、要支援1・2の方、要介護1の方は、①~④のみ利用できます。⑬は、要介護4・5の方のみ利用できます。(尿のみを自動的に吸引できるものは要支援1・2の方、要介護1~3の方も利用できます)

一部の福祉用具では、貸与と購入を選択できます

固定用スロープ、歩行器(歩行車を除く)、歩行補助つえ(松葉づえを除く単点つえおよび多点つえ)については、福祉用具専門相談員またはケアマネジャーからの提案により、貸与と購入を選択できます。

利用前に機能や価格について説明を受けましょう

福祉用具貸与の適正な利用を促進するために、事業者には機能や価格帯の異なる複数商品の提示や、貸与価格の全国平均価格等について説明することが義務付けられています。



要介護1~5 要支援1~2

申請が必要です。

特定福祉用具購入(特定介護予防福祉用具購入)

下記の福祉用具を福祉用具専門相談員から助言を受け、都道府県の指定を受けた事業者から購入したとき、購入費が支給されます。

年間(4月から翌年3月までの1年間)10万円が上限で、その1~3割が自己負担です。

※指定を受けていない事業者や通信販売等から購入した場合は、支給の対象になりません。

申請方法は2通りあります。

償還払方式	給付券方式
購入後、被保険者が費用の全額を事業者へ支払った後に、介護保険給付分の払い戻しを受ける方式	購入前、文京区に登録した事業者に依頼し、被保険者は費用のうち自己負担分を事業者へ支払う方式

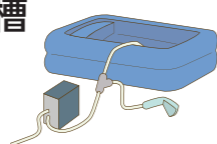
次の品目が対象となります

※7~9は貸与と購入が選択できます。

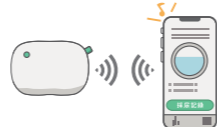
1 腰掛便座
(便座の底上げ部材を含む)



2 簡易浴槽

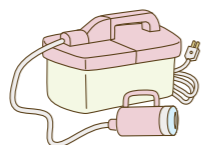


3 排せつ予測支援機器



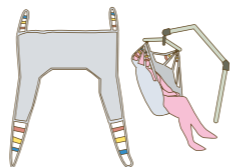
※医学的な所見が分かる書類等の提出が必要です。

4 自動排せつ処理装置の交換可能部品



※レシーバー、チューブ、タンク等のうち、尿や便の経路となるもの

5 移動用リフトのつり具の部分

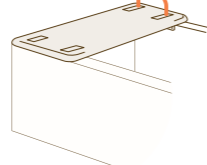
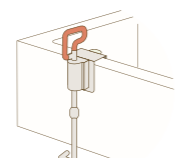
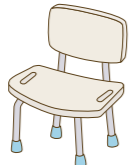


※移動用リフト本体は「福祉用具貸与」の対象

6 入浴補助用具

●入浴用いす

●バスボード



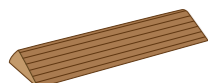
●浴槽内いす

●浴槽用手すり

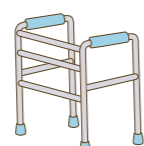
●浴槽内すのこ

●入浴用介助ベルト

7 固定用スロープ



8 歩行器
(歩行車を除く)



9 歩行補助つえ
(松葉づえを除く単点つえおよび多点つえ)



上手な利用の

チェックポイント



利用中の方でも、疑問点などがあつたらケアマネジャーや福祉用具専門相談員に相談しましょう。

□ 使う人の身体に合っていますか?

福祉用具は、大きすぎても小さすぎても使いづらいものです。無理な姿勢を強いられたり体が痛くなったりすることがあります。

□ 本人や介護者が無理なく操作できますか?

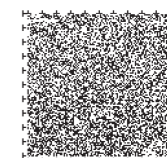
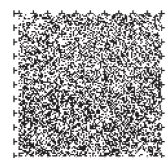
操作が多すぎると面倒になってきます。また力が弱い方の場合、大きな力が必要なものは使いづらいものです。

□ 今のままの住居の中で使えますか?

十分なスペースがないと、住まいの中での動きに支障が出てきます。また、段差があるためにスムーズに動けない場合もあります。

□ 車いすや特殊寝台はほんとうに必要ですか?

自立の妨げにならないか、よく検討しましょう。



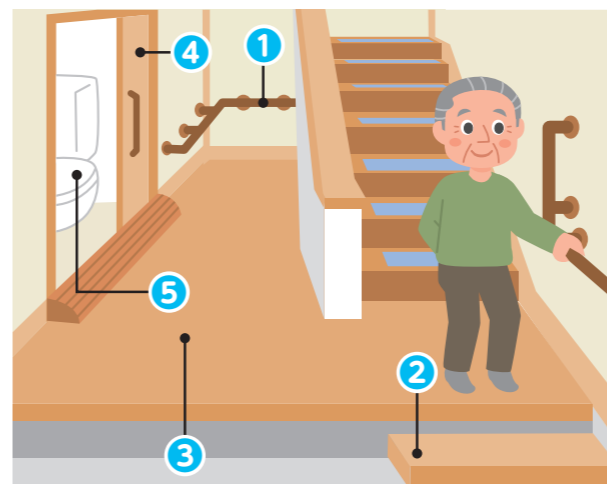
要介護1~5 要支援1~2

事前の申請が必要です。

居宅介護住宅改修(介護予防住宅改修)

生活環境を整えるため、住民登録の住所地の住宅改修に対し、20万円を上限として費用の7~9割が住宅改修費として支給されます。

●工事の前に保険給付の対象となるかどうかをケアマネジャーか高齢者あんしん相談センターに相談しましょう。



対象となる住宅改修の種類

- 1 手すりの取付け
- 2 段差の解消
- 3 滑りの防止および移動の円滑化等のための床または通路面の材料の変更
- 4 引き戸等への扉の取替え
- 5 洋式便器等への便器の取替え

介護保険の住宅改修の流れ



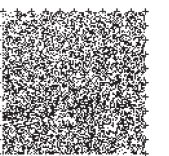
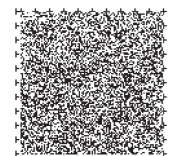
自分らしい生活続けるために

介護予防・日常生活支援総合事業は、高齢者の介護予防と自立した日常生活の支援を目的とした事業で、**総合サービス事業**と**一般介護予防事業**の二つからなります。

●介護予防・日常生活支援総合事業の種類・対象者・申請方法

サービスの種類	対象者	申請方法
総合サービス事業(サービス・事業)	<ul style="list-style-type: none"> ●事業対象者 基本チェックリストで生活機能の低下が見られた方 ●要支援1または要支援2の方 ●継続利用要介護者*(買い物支援おたがいさまサービスのみのみ) 	①新規でホームヘルプサービスまたはデイサービスを利用したい場合 【①・②の場合】 高齢者あんしん相談センターで基本チェックリストの判定を受けてください。 *お身体の状態によっては要介護・要支援認定の申請が必要な場合があります。 *基本チェックリストの判定により、自立した生活が送れると判断されると一般介護予防事業を案内する場合があります。
		②要支援認定の更新を迎えた方のうち、有効期間満了時点で、ホームヘルプサービスまたはデイサービスのみ利用したい場合 【③の場合】 要介護・要支援認定の申請をしてください。
		③ホームヘルプサービスまたはデイサービス以外の介護予防サービス(介護予防福祉用具貸与等)も利用したい場合
		高齢者あんしん相談センターで基本チェックリストの判定を受けてください(要介護・要支援認定の申請は必要ありません)。
国基準の訪問型サービス (27ページ参照) 文京区独自基準の訪問型サービス (27ページ参照) 買い物支援おたがいさまサービス (27ページ参照)	ホームヘルプサービス	
国基準の通所型サービス (27ページ参照) 文京区独自基準の通所型サービス (27ページ参照)	デイサービス	
短期集中予防サービス (28ページ参照)	<ul style="list-style-type: none"> ●事業対象者 基本チェックリストで生活機能の低下が見られた方 	高齢者あんしん相談センターで基本チェックリストの判定を受けてください(要介護・要支援認定の申請は必要ありません)。
一般介護予防事業 (28ページ参照)	65歳以上の方	区報・ホームページ等で随時募集していますので、直接お申し込みください(要介護・要支援認定の申請及び基本チェックリストの判定は必要ありません)。

*継続利用要介護者とは、事業対象者または要支援の時から買い物支援おたがいさまサービスを受けていた方のうち、要介護となった後も継続的に同サービスを受ける方です。



総合サービス事業

●ホームヘルプサービス(訪問型サービス)

	国基準 (従来型の介護予防サービス)	文京区独自基準	買い物支援 おたがいさまサービス
内容	<ul style="list-style-type: none"> ●入浴等の身体介護 ●掃除、洗濯、食事の準備や調理等の生活支援 *日常生活の自立を目指して、生活機能の維持・向上をホームヘルパーが支援します。 *ホームヘルパーとともに取り組んでください。	<ul style="list-style-type: none"> ●掃除、洗濯、食事の準備や調理等の生活支援 *日常生活の自立を目指して生活機能を維持するため、本人の状態に合わせて支援を行います。 *ホームヘルパーと役割分担します。	<ul style="list-style-type: none"> ●買い物支援・見守り支援 *自立生活を維持するために必要な買い物支援・見守り支援をシルバー人材センターの会員が行います。
時間	●45～60分程度/回	●45分未満/回	●60分程度/回
利用者負担	●月4回程度 月額1,341円 (1割で計算 ※1～3参照)	●月4回程度 月額1,002円 (1割で計算 ※1～3参照)	●250円/回 (月4回まで)

●デイサービス(通所型サービス)

	国基準 (従来型の介護予防サービス)	文京区独自基準
内容	<ul style="list-style-type: none"> ●食事、入浴等の支援 ●機能訓練、レクリエーションなど *自立した日常生活ができるよう、心身機能の維持・回復を図り、生活機能の維持・向上を目指します。	<ul style="list-style-type: none"> ●機能訓練、レクリエーションなど *自立した日常生活ができるよう短時間で心身機能の維持・回復を図り、生活機能の維持・向上を目指します。
時間	●4～9時間程度/回 *施設により内容は異なります。 *送迎あり	●2～4時間程度/回 *施設により内容は異なります。 *送迎なし(ご自身で施設までお越しください。)
利用者負担	●月4回程度 月額1,960円 (1割で計算 ※1～4参照)	●月4回程度 月額1,094円 (1割で計算 ※1～4参照)

- ※1 費用については、報酬改定等により変更する場合があります。このほかサービス内容に応じ各種加算があります。
- ※2 利用者負担は、所得により2割または3割となる場合があります。
- ※3 国基準と文京区独自基準のサービスは、併用できません。
- ※4 デイサービス(通所型サービス)の食費は、別途自己負担となります。



●短期集中予防サービス(プログラム事業)

以下のとおり、通所型教室と訪問型事業があります。利用にあたっては、高齢者あんしん相談センターとの面談が必要です。

	①まるごと元気! 筋力アップ体操教室 ②まるごと元気! マシン運動教室 (高齢者用マシンの使用有無により、①と②にわかれます)	訪問型プログラム事業
内容	専門職の指導による筋力トレーニング・バランストレーニング・ストレッチに加え、管理栄養士による栄養改善の講話及び歯科衛生士による口腔機能向上の講話や口腔体操などを行います。	専門職が訪問して、自宅における運動指導と生活環境調整を行います。
時間	●90分/回(全24回3か月) ※送迎なし	●120分/回(全3回) または、 ●60分/回(全6回)
費用	無料	

●一般介護予防事業

いつまでも地域で自立した生活を送るための介護予防を目的とした事業で、様々な教室や講座等を開催しています。

介護予防教室

開催時期の1~2か月前に、区報ぶんきょうやホームページなどでお知らせします。
費用は無料です。

対象 文京区に住民登録のある65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方(送迎はありませんので、ご自身で会場までお越しください。)

- 尿トラブル講座(女性向け・男性向け) ○若返りパワーアップ教室
- ひざ痛・腰痛予防教室 ○健康脳トレ教室 ○いきいきぎやま元気力アップ教室
- Let's Keep 転ばない身体! 転倒骨折予防教室 ○脳活エクササイズ教室
- パワーアップマシン教室 ○転ばナイス教室 ○やさしい脳活イングリッシュ
- シニアのためのフィットネス教室 ○口腔機能向上教室 ○健康音楽教室

参加年齢の制限なし ○介護予防講演会 ○介護予防フェス **事前申込不要** ○文の京介護予防体操

毎日、朝9時と12時10分から10分間、文京区民チャンネル(CATV/デジタル11ch)で「文の京介護予防体操」を放映しています。
スマートフォンご利用の方は、次の検索でご覧になれます。



ユーチューブ 文の京介護予防体操 検索

区のホームページでも体操の動画をご覧になれます。

介護予防と地域の 支え合いの場 “かよい~の”

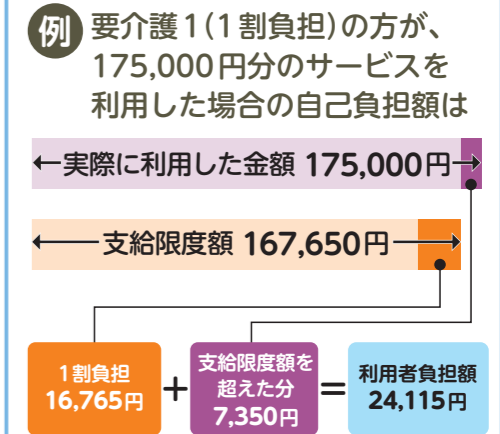
介護予防のための体操等を行いながら、住民同士の助け合いや支え合い活動を行います。定期的に集まり、からだを動かす中で、お互いのできることで助け合いながら、健康で安心した生活を送ることが出来る地域づくりを目指します。現在38か所で住民の皆さんにより運営されており、活動場所や内容、参加費、活動日等も様々です。
詳しい情報は、文京区社会福祉協議会地域福祉係 ☎03(5800)2942へお問い合わせください。

●居宅サービス費用のめやす

介護保険サービスは、利用料の1~3割を支払うことで利用できます。要介護度ごとに1か月利用できる金額に上限(支給限度額)があり、めやすは下記のとおりです。
限度額を超えてサービスを利用した分は全額自己負担になります。

■介護保険サービスの支給限度額(1か月)のめやす

要介護度	支給限度額	自己負担(1割)	自己負担(2割)	自己負担(3割)
事業対象者	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援1	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援2	105,310円	10,531円	21,062円	31,593円
要介護1	167,650円	16,765円	33,530円	50,295円
要介護2	197,050円	19,705円	39,410円	59,115円
要介護3	270,480円	27,048円	54,096円	81,144円
要介護4	309,380円	30,938円	61,876円	92,814円
要介護5	362,170円	36,217円	72,434円	108,651円



○上記金額は、標準地域の金額です。実際の支給限度額は、住んでいる地域や利用したサービスにより異なります。

■支給限度額に含まれないサービス

- 特定福祉用具購入 ●居宅介護住宅改修 ●居宅療養管理指導
 - 特定施設入居者生活介護(外部サービス利用型、短期利用を除く)
 - 認知症対応型共同生活介護(短期利用を除く)
 - 介護保険施設に入所して利用するサービス
 - 地域密着型特定施設入居者生活介護(短期利用を除く)
 - 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
- ※介護予防サービスについても同様です。

●施設サービスの費用のめやす

施設サービス費の自己負担分(1~3割)に加え、居住費・食費・日常生活費を支払います。

施設サービス費の1~3割 + 居住費(滞在費) + 食費 + 日常生活費(理美容代など) = 自己負担

居住費と食費については、施設の平均的な費用をもとに、基準費用額が定められています。実際の費用は、施設と利用者との契約により決められます。

居住費・食費の基準費用額(1日あたり)

居住費(滞在費)				食費	
ユニット型個室 ^{※2}	ユニット型個室的多床室 ^{※2}	従来型個室 ^{※1}	多床室 ^{※1}	令和8年7月まで	令和8年8月から
2,066円	1,728円	1,728円(1,231円)	437円 ^{※3} (915円)	1,445円	1,545円

変更ポイント
食費の基準費用額を変更。(令和8年8月から)

※1 ()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。
 ※2 ユニット型…個室を基本として、施設の居室をユニットと呼ばれるいくつかのグループに分け、それぞれのユニットをひとつの生活単位として、少人数による日常生活を通じてケアを行うものをいいます。
 ※3 介護老人保健施設及び介護医療院において、室料が徴収される場合は697円になります。

● 介護保険施設入所時の居住費と食費の負担軽減 (特定入所者介護サービス費)

利用者が住民税非課税世帯で預貯金が一定額以下の場合には、居住費・食費の利用者負担は、所得に応じた一定額(負担限度額)までとなり、負担の軽減が図られています。**負担軽減を受けるためには、区への申請が必要です。**預貯金の要件は、単身の場合は、第2段階は650万円以下、第3段階①は550万円以下、第3段階②は500万円以下、夫婦の場合は、1,000万円を加えた額以下になります。なお、別世帯の配偶者が課税されている方は対象外となります。

変更ポイント
所得の基準及び限度額を変更。
(令和8年8月から)

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり)

利用者負担段階	居住費の負担限度額				食費の負担限度額	
	ユニット型個室 ^{※2}	ユニット型個室的多床室 ^{※2}	従来型個室 ^{※1}	多床室	施設サービス	短期入所サービス
第1段階 ・本人および世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金の受給者 ・生活保護の受給者	880円	550円	550円(380円)	0円	300円	300円
第2段階 本人および世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額+非課税年金収入額+その他の合計所得金額が80万9千円以下の方	880円	550円	550円(480円)	430円	390円	600円
第3段階① 本人および世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額+非課税年金収入額+その他の合計所得金額が80万9千円超120万円以下の方	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	650円	1,000円
第3段階② 本人および世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額+非課税年金収入額+その他の合計所得金額が120万円超の方	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	1,360円	1,300円

令和8年7月まで

利用者負担段階	居住費の負担限度額				食費の負担限度額	
	ユニット型個室 ^{※2}	ユニット型個室的多床室 ^{※2}	従来型個室 ^{※1}	多床室	施設サービス	短期入所サービス
第1段階 ・本人および世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金の受給者 ・生活保護の受給者	880円	550円	550円(380円)	0円	300円	300円
第2段階 本人および世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額+非課税年金収入額+その他の合計所得金額が82万6,500円以下の方	880円	550円	550円(480円)	430円	390円	600円
第3段階① 本人および世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額+非課税年金収入額+その他の合計所得金額が82万6,500円超120万円以下の方	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	680円	1,030円
第3段階② 本人および世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額+非課税年金収入額+その他の合計所得金額が120万円超の方	1,470円	1,470円	1,470円(980円)	430円 ^{※3} (530円)	1,420円	1,360円

令和8年8月から

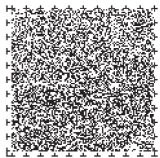
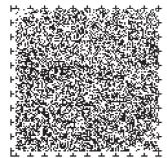
●対象となる施設は、介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)、地域密着型介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院及び短期入所(生活・療養)介護です。

※1 ()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。

※2 ユニット型…個室を基本として、施設の居室をユニットと呼ばれるいくつかのグループに分け、それぞれのユニットをひとつの生活単位として、少人数による日常生活を通じてケアを行うものをいいます。

※3 介護老人保健施設及び介護医療院において、室料が徴収される場合は530円になります。

高齢夫婦等の世帯で一方が入所し、在宅で生活する配偶者等の収入が一定額以下となる場合には、居住費・食費について特例減額措置があります。詳しくは、介護保険課 給付係にお問い合わせください。



● 介護保険の自己負担が高額になったとき(高額介護サービス費)

同じ月に利用した介護サービス利用者負担(1~3割)の合計が高額になり、合計額が下表の限度額を超えたときは、申請により超えた分が後から支給されます。

自己負担の限度額(月額)

所得区分	限度額
住民税課税世帯(世帯内に以下の課税所得である第1号被保険者がいる)	
課税所得690万円以上の方	140,100円(世帯)
課税所得380万円以上690万円未満の方	93,000円(世帯)
住民税課税世帯で課税所得380万円未満の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・老齢福祉年金受給者の方 ・公的年金等収入金額+その他の合計所得金額が80万9千円 [*] 以下の方	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護受給者の方	15,000円(個人)

●支給対象となった方には、区からお知らせを送付します。

●施設サービスの食費・居住費・日常生活費など介護保険の対象外の費用は含まれません。

^{*}令和8年8月より、80万9千円が82万6,500円になりました。

● 介護保険と医療保険の自己負担が高額になったとき(高額医療合算介護サービス費)

同一世帯内で介護保険と医療保険の両方を利用して、8月1日から翌年7月末日までの介護と医療の自己負担額の合計額が下表の限度額を超えたときは、申請により、超えた部分が後から支給されます。

- 文京区国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入していて、支給対象となった方には、区または東京都後期高齢者医療広域連合からお知らせを送付します。被用者保険に加入している方は、そちらの窓口にお問い合わせください。
- 同じ世帯でも、家族が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。
- 自己負担限度額を超える額が500円以下の場合には支給されません。

医療と介護の自己負担合算後の限度額(年額:毎年8月1日から翌年7月31日まで)

70歳未満の方

医療保険の所得区分(住民税基礎控除後の総所得金額等)	国民健康保険または被用者保険+介護保険(70歳未満) ^{※4}
901万円超	212万円
600万円超~901万円以下	141万円
210万円超~600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
住民税非課税世帯	34万円

70歳以上の方・後期高齢者医療制度の対象者

医療保険の所得区分	後期高齢者医療制度+介護保険(75歳以上)	国民健康保険または被用者保険+介護保険(70~74歳)
住民税課税所得690万円以上	212万円	
住民税課税所得380万円以上	141万円	
住民税課税所得145万円以上	67万円	
一般Ⅱ ^{※1}	56万円	
一般(住民税課税所得145万円未満)	56万円	
住民税非課税世帯	区分Ⅱ ^{※2}	31万円
	区分Ⅰ ^{※3}	19万円

●毎年7月31日時点で加入している医療保険の所得区分が適用されます。

※1 次の①・②の両方に該当する方①同世帯の被保険者の中に住民税課税所得が28万円以上145万円未満の方がいる②同じ世帯の被保険者の「年金収入」+「その他の合計所得金額」の合計額が200万円以上(被保険者が2人以上の場合、合計320万円以上)

※2 世帯全員が住民税非課税の方

※3 世帯全員が住民税非課税で、所得が一定基準以下の方(区分Ⅰで介護保険利用者が複数いる場合、介護保険分のみ区分Ⅱの限度額31万円計算されるため、介護保険分のみ不支給となる場合あり)

※4 70歳未満の方の医療費は、自己負担額が1か月あたり21,000円以上(医療機関ごと、入院・外来別)のものが合算の対象

費用の支払い

●生計困難な方への利用者負担額軽減制度

次の要件に該当する方は、申請し、認定を受けると費用（介護保険の利用者負担額、食費、居住費）の25%が軽減されます。ただし、利用しているサービスの提供事業者が東京都と文京区に減額の申出を行っている場合に限りです。



対象

住民税世帯非課税で次の①から⑤の全てに該当する方
(生活保護受給者を除く)

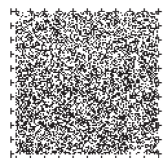
- ①年間収入が単身世帯で150万円、世帯員が1人増えるごとに50万円を加算した額以下であること
- ②預貯金等の額が、単身世帯で350万円、世帯員が1人増えるごとに100万円を加算した額以下であること
- ③自宅以外の家屋・その他日常生活のために必要な資産以外に活用できる資産等を所有していないこと
- ④負担能力のある親族等に扶養されていないこと
- ⑤介護保険料を滞納していないこと

利用できるサービス

◎介護サービス・介護予防サービス

- | | |
|--------------|-----------------------|
| ■訪問介護 | ■定期巡回・随時対応型訪問介護看護 |
| ●訪問看護 | ■夜間対応型訪問介護 |
| ●訪問リハビリテーション | ■看護小規模多機能型居宅介護 |
| ●訪問入浴介護 | ■地域密着型通所介護 |
| ■通所介護 | ■地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 |
| ●通所リハビリテーション | ■介護老人福祉施設における施設サービス |
| ●短期入所生活介護 | ※ ■は、介護サービスのみです。 |
| ●短期入所療養介護 | |
| ●認知症対応型通所介護 | |
| ●小規模多機能型居宅介護 | |

◎総合サービス事業の訪問型サービス及び通所型サービスのうち国基準のサービス



介護保険サービスの医療費控除 (令和8年1月現在)

介護保険(介護予防)サービスの利用料は、一部、確定申告の医療費控除の対象になります。ただし、高額介護サービス費などで補てんされる金額を除きます。控除を受けるには、医療費控除の明細書(本人作成)の添付が必要です。
※医療費控除についての詳細は、税務署にお問い合わせください。

1 居宅サービス

①自己負担額全額が対象となるもの(介護予防共通)

※支給限度額超過分も含みます。

訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、通所リハビリテーション、短期入所療養介護(食費・滞在費含む)、定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用する場合に限る)、看護小規模多機能型居宅介護(訪問看護と合わせて提供されるもの、生活援助中心型の訪問介護の部分を除く)、介護福祉士等による喀痰吸引等の対価

②①のサービスとあわせて利用した場合に対象となるもの(介護予防共通)

※支給限度額超過分は対象外。

訪問介護(生活援助中心型を除く)、訪問入浴介護、通所介護、短期入所生活介護、夜間対応型訪問介護、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(訪問看護を含まずに提供されるもの、生活援助中心型の訪問介護の部分を除く)、定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用しない場合および連携型事業所に限る)、地域密着型通所介護、総合サービス事業の国基準サービス(訪問型・通所型)

2 施設サービス

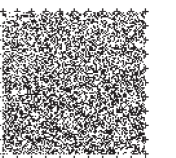
- | | |
|------------------------------|-------------------------------|
| ① 介護老人福祉施設・
地域密着型介護老人福祉施設 | } 介護保険適用の自己負担額と食費と居住費の合計の2分の1 |
| ② 介護老人保健施設 | |
| ③ 介護医療院 | } 介護保険適用の自己負担額と食費と居住費の合計 |

3 主な対象外サービス

訪問介護(生活援助中心型)、認知症対応型共同生活介護【認知症高齢者グループホーム】、特定施設入居者生活介護【有料老人ホーム等】、福祉用具貸与・購入、住宅改修

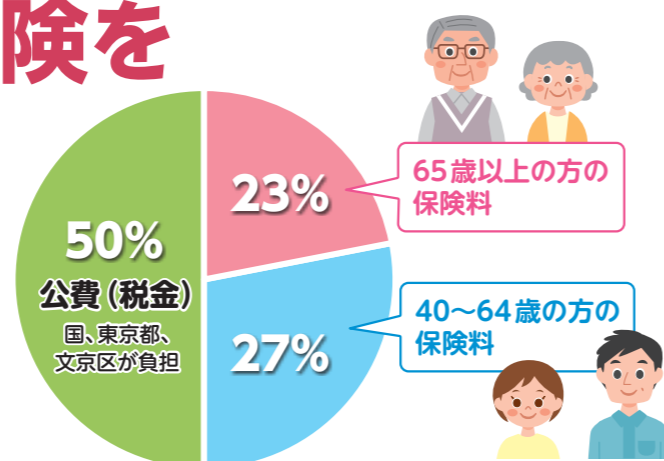
要介護認定をお持ちの方に対する障害者控除について

65歳以上で、身体障害者手帳などの手帳の交付を受けていない認知症高齢者や寝たきり高齢者などを対象に、一定の要件を満たす場合、障害者控除対象者認定書を発行します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。
※ご不明な点等ありましたら、介護保険課介護保険管理係にお問い合わせください。



社会全体で介護保険を支えています

介護保険は、国や都道府県、区市町村が負担する「公費(税金)」と、みなさん一人ひとりが納める「介護保険料」を財源として運営されています。介護保険料はきちんと納めましょう。



65歳以上の方の介護保険料の決め方

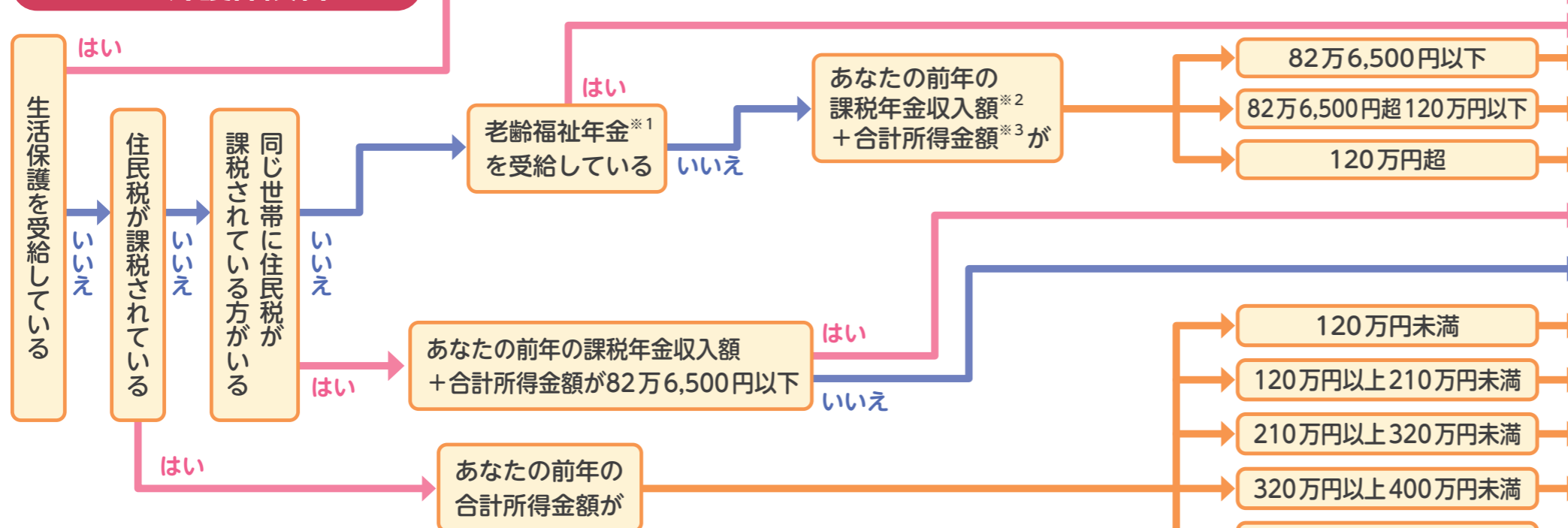
65歳以上の方の介護保険料は、区市町村の介護保険サービスの費用がまかなえるよう算出された「基準額」をもとに決められます。

$$\text{基準額の決め方} = \text{文京区に必要な介護保険サービスの総費用} \times \text{65歳以上の方の負担分23\%} \div \text{文京区に住む65歳以上の方の人数}$$

＝ 文京区の令和6～8年度の介護保険料の基準額 **73,300円**(年額)

介護保険料は、この「基準額」をもとに、所得状況に応じて、20段階に分かれます。

あなたの介護保険料は？



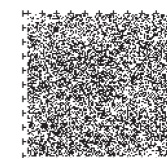
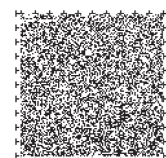
所得段階 ^{※4}	保険料(月額) ^{※5}	調整率
第1段階	20,900円 (1,700円)	0.285
第2段階	31,600円 (2,600円)	0.43
第3段階	50,300円 (4,100円)	0.685
第4段階	62,400円 (5,200円)	0.85
第5段階(基準額)	73,300円 (6,100円)	1.00
第6段階	84,300円 (7,000円)	1.15
第7段階	91,700円 (7,600円)	1.25
第8段階	102,700円 (8,500円)	1.40
第9段階	124,700円 (10,300円)	1.70
第10段階	132,000円 (11,000円)	1.80
第11段階	139,300円 (11,600円)	1.90
第12段階	154,000円 (12,800円)	2.10
第13段階	168,600円 (14,000円)	2.30
第14段階	176,000円 (14,600円)	2.40
第15段階	187,000円 (15,500円)	2.55
第16段階	209,000円 (17,400円)	2.85
第17段階	227,300円 (18,900円)	3.10
第18段階	241,900円 (20,100円)	3.30
第19段階	263,900円 (21,900円)	3.60
第20段階	285,900円 (23,800円)	3.90

※1 老齢福祉年金 明治44年4月1日以前に生まれた方等を対象として支給される年金です。
 ※2 課税年金収入額には、遺族年金や障害年金は含まれません。
 ※3 合計所得金額 各所得金額の繰越損失前の合計で、分離(長期・短期)譲渡所得がある方の場合、特別控除額差引後の金額です。第1~5 所得段階においては、年金収入に係る雑所得を控除した金額であり、合計所得金額に給与所得が含まれる場合には、当該給与所得から最大10万円を控除して算定します。
 ※4 令和7年度税制改正により、給与所得控除の最低保障額が10万円引き上げられましたが、介護保険制度の安定運営のため、令和8年度の介護保険料算定においては、合計所得金額および住民税課税・非課税の判定について調整を行います。このため、住民税非課税でも課税扱いとなる場合があります。
 ※5 月額保険料は、年額保険料を12で割り、目安として表示しています。

介護給付費準備基金の保険料への繰入れにより、保険料の上昇が抑えられています。

40歳以上65歳未満の方(第2号被保険者)の保険料

国民健康保険や健康保険など、その方が加入している医療保険の算定方法に基づいて決められ、医療分保険料とあわせて納めます。保険者が徴収した保険料は、支払基金(社会保険診療報酬支払基金)に全国分が一括して集められ、そこから各区市町村に交付されています。



● 65歳以上の方の介護保険料の納め方

65歳になった月(65歳の誕生日の前日の属する月)の分から納めます。
納め方は、受給している年金^{*}の額によって次の2通りに分かれ、個人で納め方を選ぶことはできません。

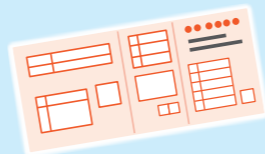
^{*}受給している年金とは、老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金のいずれかです。

普通徴収

年金が年額 **18万円未満**の方

→ **【納付書】** や **【口座振替】** で各自納めます

- 介護保険料の年額を納付期限までに納めます。
- 文京区から納付書が送付されますので、取り扱い金融機関またはコンビニエンスストアで納めてください。



納付書で納めるのが難しい方は、**口座振替**が便利です。

特別徴収

年金が年額 **18万円以上**の方

→ 年金から差し引かれます

- 介護保険料の年額が、年金の支払い月(4月・6月・8月・10月・12月・2月)の年6回に分けて差し引かれます。

4月、6月、8月は、仮に算定された保険料を納め(仮徴収)、10月、12月、2月は、確定した年間保険料額から仮徴収分を除いた額を納めます(本徴収)。



! こんなときは、一時的に納付書で納めます

- 年度途中で介護保険料が増額になった
- 65歳になった
- 年度途中で老齢(退職)年金・遺族年金・障害年金の受給が始まった
- 介護保険料が減額になった
- 他の区市町村から転入した
- 年金が一時差し止めになった など



介護保険料を滞納すると?

災害など特別な事情もなく介護保険料を納めないでいると、次のような措置が取られます。介護保険料は納め忘れのないよう納期限までに納めましょう。

1年以上滞納すると

利用したサービス費用はいったん**全額を自己負担**します。申請により後から保険給付費(本来の自己負担を除く費用)が支払われます。

1年6か月以上滞納すると

利用したサービス費用はいったん**全額自己負担**となり、申請しても保険給付費の**一部または全額が一時的に差し止め**られます。滞納が続く場合は、**差し止められた額が介護保険料に充てられる**ことがあります。

2年以上滞納すると

滞納期間に応じて、利用したサービス費用の自己負担割合が**3割または4割に引き上げられ、高額介護サービス費、特定入所者介護サービス費などが受けられなくなり**ます。

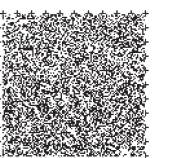
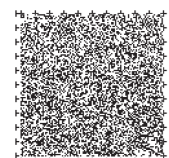
納付が難しい場合は

災害などの特別な事情で介護保険料を納めることが難しくなった場合は、**減免や猶予が受けられる**場合があります。

● 40～64歳の方の介護保険料

40～64歳の方(第2号被保険者)の介護保険料は、加入している医療保険の算定方式を基本として決まります。詳しくは、加入している医療保険にお問い合わせください。

	決め方	納め方
国民健康保険に加入している方の場合	世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。 ※所得の低い方への軽減措置などが区市町村ごとに設けられています。	同じ世帯の第2号被保険者全員の医療分、後期高齢支援分、子ども・子育て支援分と介護分を合わせて、世帯主が納めます。
職場の健康保険に加入している方の場合	加入している医療保険の算定方式に基づいて決まります。	医療分、後期高齢者支援分、子ども・子育て支援分と介護分を合わせて、給与から差し引かれます。 ※40～64歳の被扶養者は個別に介護保険料を納める必要はありません。



高齢者あんしん相談センターは、
区が設置する高齢者相談窓口です。お気軽にご相談ください！


① 高齢者あんしん相談センター 富坂

本駒込2-29-24 パシフィックスクエア千石6階
☎03(3942)8128

開設時間 月～金(9:00～19:00) / 土・日・祝(9:00～17:30)
【12/29～1/3は休み】

交通

- 都営三田線「千石」徒歩2分
- 都営バス「千石一丁目」すぐ
- B-ぐる「千石駅」すぐ



② 高齢者あんしん相談センター 富坂分室


小石川2-18-18 礒川地域活動センター3階
☎03(5805)5032

併設施設 ●礒川地域活動センター

開設時間 月～土(9:00～17:30)
【日・祝・12/29～1/3は休み】

交通

- 文京シビックセンターから徒歩7分
- 都営三田線・大江戸線「春日」・東京メトロ丸ノ内線・南北線「後樂園」徒歩5分
- 都営バス「小石川二丁目」徒歩2分
- B-ぐる「こんにやくえんま」徒歩3分



③ 高齢者あんしん相談センター 大塚


大塚4-50-1
☎03(3941)9678

併設施設 ●特別養護老人ホーム文京大塚みどりの郷
●文京大塚高齢者在宅サービスセンター

開設時間 月～金(9:00～19:00) / 土・日・祝(9:00～17:30)
【12/29～1/3は休み】

交通

- 東京メトロ丸ノ内線「新大塚」徒歩2分
- 都営バス「大塚四丁目」徒歩1分




④ 高齢者あんしん相談センター 大塚分室

音羽1-15-12 東急ドエル・アルス音羽1階
☎03(6304)1093

開設時間 月～土(9:00～17:30)
【日・祝・12/29～1/3は休み】

交通

- 東京メトロ有楽町線「護国寺」徒歩3分
- 都営バス「音羽一丁目」「音羽二丁目」徒歩2分
- B-ぐる「講談社前」徒歩3分



高齢者の皆さんが、いつまでも健やかに住み慣れた地域で安心して生活を続けられるように介護、福祉、健康、医療など、さまざまな相談ができます。介護が必要な方もお元気な方もお気軽にご利用ください。

●「高齢者あんしん相談センター」は、文京区での地域包括支援センターの愛称です。

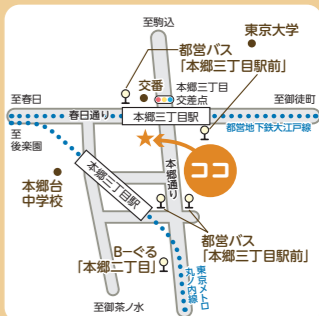
⑤ 高齢者あんしん相談センター 本富士

本郷2-40-11 かねやすビル7階
☎03(3811)8088

開設時間 月～金(9:00～19:00) / 土・日・祝(9:00～17:30)
【12/29～1/3は休み】

交通

- 都営大江戸線・東京メトロ丸ノ内線「本郷三丁目」徒歩1分
- 都営バス「本郷三丁目駅前」徒歩1分
- B-ぐる「本郷二丁目」徒歩3分




⑥ 高齢者あんしん相談センター 本富士分室

西片2-19-15 グッドライフケアセンター向丘1階
☎03(3813)7888

開設時間 月～土(9:00～17:30)
【日・祝・12/29～1/3は休み】

交通

- 東京メトロ南北線「東大前」徒歩4分
- 都営バス「東大農学部前」徒歩3分



⑦ 高齢者あんしん相談センター 駒込

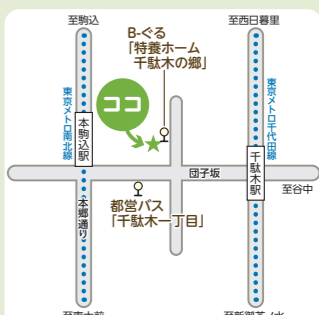
千駄木5-19-2
☎03(3827)5422

併設施設 ●特別養護老人ホーム文京千駄木の郷
●文京千駄木高齢者在宅サービスセンター

開設時間 月～金(9:00～19:00) / 土・日・祝(9:00～17:30)
【12/29～1/3は休み】

交通

- 東京メトロ千代田線「千駄木」徒歩7分
- 東京メトロ南北線「本駒込」徒歩10分
- 都営バス「千駄木一丁目」徒歩5分
- B-ぐる「特養ホーム千駄木の郷」すぐ




⑧ 高齢者あんしん相談センター 駒込分室

本駒込2-28-10 文京グリーンコートイーストウイング1階
☎03(6912)1461

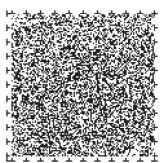
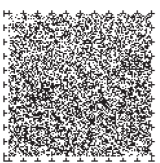
開設時間 月～土(9:00～17:30)
【日・祝・12/29～1/3は休み】

交通

- 都営三田線「千石」徒歩5分
- JR山手線・東京メトロ南北線「駒込」徒歩10分
- 都営バス「文京グリーンコート前」すぐ
- B-ぐる「昭和小学校(上富士前)」徒歩5分



高齢者あんしん相談センターのご案内



高齢者あんしん相談センターのご案内

高齢者あんしん相談センターが行っている主な支援

自立した生活ができるよう介護予防を進めます

要支援1・2および総合サービス事業の対象者の方に自立に向けたケアプラン作成等を行います。

介護に関する悩みなどさまざまな相談に応じます

介護が必要な高齢者やその家族のために、介護に関する相談のほか、福祉や医療など、さまざまな相談を受け、適切なサービス機関、制度の利用等につなげます。

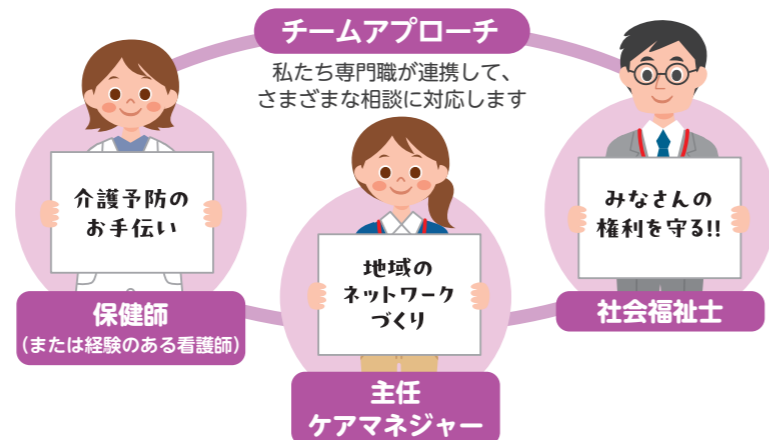
高齢者のみなさんの権利を守ります

消費者被害などへの対応、成年後見制度の利用支援や、高齢者の虐待防止や早期発見・早期対応などに取り組みます。

ケアマネジャーの支援に取り組んでいます

ケアマネジャーが保健・医療・福祉等の様々な関係機関との連携を取りながら、継続して高齢者を支える活動ができるように支援します。

※このほか、地域で高齢者を見守り、支え合うハートフルネットワーク（文京区で生活する高齢者の方々が、住み慣れた地域で、安心して、いきいきとした生活を続けるための、地域で支え合うネットワーク）の充実に取り組んでいます。

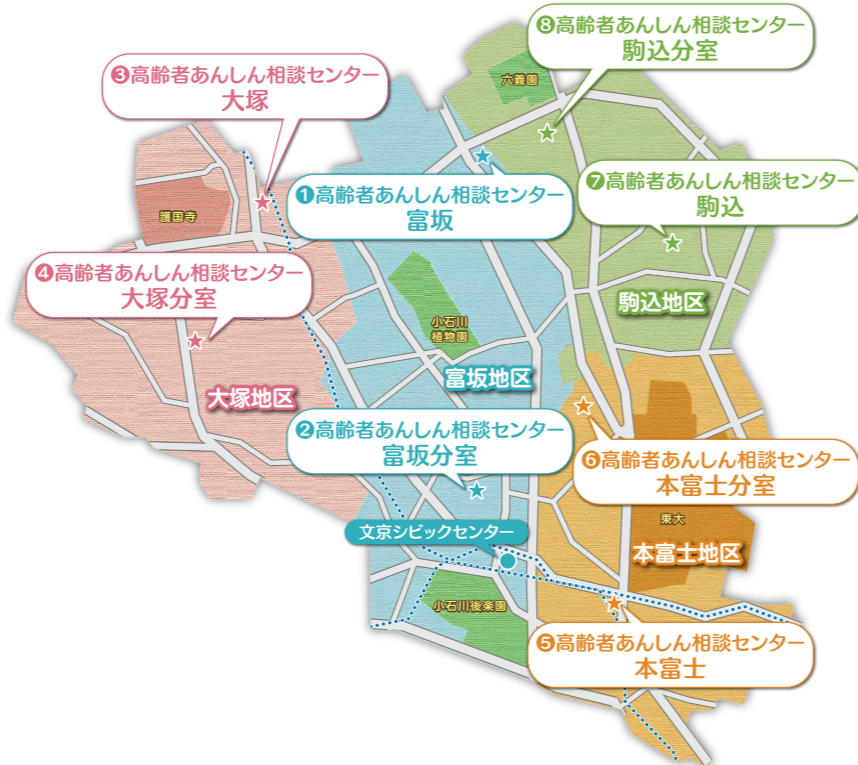


あなたを担当する高齢者あんしん相談センターは?

介護保険被保険者証

番号
住所
氏名
生年月日
交付年月日
保険者番号
131052
東京都文京区春日一丁目16番
文京区
日常生活圏

介護保険被保険者証
おもて面下
日常生活圏で
ご確認ください。



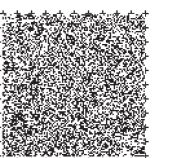
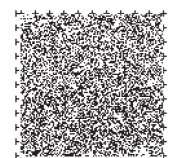
基本チェックリスト

基本チェックリストは、日常生活に必要な機能が低下していないかを確認するためのチェック項目です。基本チェックリストから、将来介護が必要になりそうかどうかわかります。

次の質問で「はい」「いいえ」の当てはまる方に○をつけてください。

白色枠に該当して心配な場合は、お住まいの地域の高齢者あんしん相談センターにご相談ください。

No.	質問項目	回答欄	
生活の様子	1 バスや電車で1人で外出していますか	0. はい	1. いいえ
	2 日用品の買物をしていますか	0. はい	1. いいえ
	3 預貯金の出し入れをしていますか	0. はい	1. いいえ
	4 友人の家を訪ねていますか	0. はい	1. いいえ
	5 家族や友人の相談にのっていますか	0. はい	1. いいえ
運動機能	6 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ
	7 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ
	8 15分位続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ
	9 この1年間に転んだことはありますか	1. はい	0. いいえ
	10 転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ
栄養	11 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	0. いいえ
	12 BMI [*] が18.5未満ですか あなたのBMI = 体重() kg ÷ 身長() m ÷ 身長() m	1. はい	0. いいえ
口腔機能	13 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい	0. いいえ
	14 お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい	0. いいえ
	15 口の渇きが気になりますか	1. はい	0. いいえ
閉じこもり	16 週に1回以上は外出していますか	0. はい	1. いいえ
	17 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	0. いいえ
物忘れ	18 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか	1. はい	0. いいえ
	19 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0. はい	1. いいえ
	20 今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい	0. いいえ
JCS	21 (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	1. はい	0. いいえ
	22 (ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. はい	0. いいえ
	23 (ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1. はい	0. いいえ
	24 (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	1. はい	0. いいえ
	25 (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	0. いいえ



介護保険



Q & A

Q 介護保険には、加入しなくてもいいのですか？

A 40歳以上のすべての方が加入します。また、加入は自動的に行われ、手続は必要ありません。介護保険制度は、高齢者などの介護を社会全体で支え合う仕組みです。介護保険サービスを利用する、しないにかかわらず、40歳以上のすべての方が加入することになります。

[詳しくは資格保険料係へ](#)

Q サービスを利用していないのですが、納めた保険料は返してもらえますか？

A 医療保険と同様に、保険料をお返しすることはありません。介護保険料は、介護保険サービスの費用をまかなう大切な財源です。介護保険は、助け合いの精神に基づく社会の仕組みです。どうかご理解ください。

[詳しくは資格保険料係へ](#)

Q 交通事故が原因で介護が必要となった場合、介護保険サービスは利用できますか？

A 65歳以上（第1号被保険者）の方は、介護が必要となった原因を問わず、要介護認定を受ければ介護保険サービスを利用できます。ただし、交通事故などの第三者行為が原因の場合は、区市町村へ届出をしてください。
40～64歳（第2号被保険者）の方は、特定疾病を原因として介護が必要となり、要介護認定を受けた方がのみが介護保険サービスを利用できます。

[詳しくは介護保険相談係へ](#)

Q 認定の申請をしましたが、結果が出る前にサービスは利用できますか？

A 申請後、結果が出る前でも介護サービスを受けられます。認定された場合は、利用者負担分のみでサービスが受けられますが、認定されなかった場合は、利用したサービス分の利用料は全額利用者負担となります。

[詳しくはお住まいの地区にある高齢者あんしん相談センターへ](#)

Q 現在入院中ですが、認定の申請をすることはできますか？

A 退院後に在宅で介護保険サービスを利用する場合、または、介護保険施設への入所を希望する場合は申請できます。要介護認定は、病状が安定していることが前提となりますので、安定してから申請してください。

[詳しくは認定調査係へ](#)

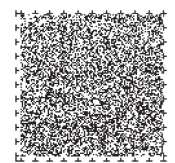
Q 本人の状態が変化した場合、認定結果を変更してもらうことはできますか？

A 介護の必要な度合いが変わった場合などには、要介護度の区分変更申請ができます。

[詳しくは認定調査係へ](#)

Q 施設に入所するにはどうすればいいのですか？

A 施設への入所を希望する場合は、施設に直接お申し込みください。



連絡先一覧

高齢者あんしん相談センター

担当の地区	
電話番号	
担当者名	

ケアマネジャー

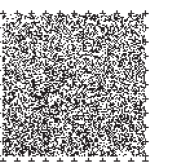
事業者名	
電話番号	
担当者名	

かかりつけ医（主治医）

病院名	
電話番号	
担当者名	

サービス提供事業者（訪問・通所）など

事業者名	
電話番号	
担当者名	



お問い合わせ

介護保険に関する様々なお問い合わせは、下記の窓口までお願いします。

介護保険(要介護・要支援認定)申請書の提出先

介護保険課認定調査係 春日1-16-21(文京シビックセンター9階南側)	☎03(5803)1377	月～金 8:30～17:00 (土・日・祝日・ 12/29～1/3を除く)
高齢者あんしん相談センター 富坂 本駒込2-29-24(パシフィックスクエア千石6階)	☎03(3942)8128	月～金 9:00～19:00 土・日・祝日 9:00～17:30 (12/29～1/3を除く)
高齢者あんしん相談センター 富坂分室 小石川2-18-18(礪川地域活動センター3階)	☎03(5805)5032	月～土 9:00～17:30 (日・祝日・12/29～1/3を除く)
高齢者あんしん相談センター 大塚 大塚4-50-1(特別養護老人ホーム「文京大塚みどりの郷」内)	☎03(3941)9678	月～金 9:00～19:00 土・日・祝日 9:00～17:30 (12/29～1/3を除く)
高齢者あんしん相談センター 大塚分室 音羽1-15-12(東急ドエル・アルス音羽1階)	☎03(6304)1093	月～土 9:00～17:30 (日・祝日・12/29～1/3を除く)
高齢者あんしん相談センター 本富士 本郷2-40-11(かねやすビル7階)	☎03(3811)8088	月～金 9:00～19:00 土・日・祝日 9:00～17:30 (12/29～1/3を除く)
高齢者あんしん相談センター 本富士分室 西片2-19-15(グッドライフケアセンター向丘1階)	☎03(3813)7888	月～土 9:00～17:30 (日・祝日・12/29～1/3を除く)
高齢者あんしん相談センター 駒込 千駄木5-19-2(特別養護老人ホーム「文京千駄木の郷」内)	☎03(3827)5422	月～金 9:00～19:00 土・日・祝日 9:00～17:30 (12/29～1/3を除く)
高齢者あんしん相談センター 駒込分室 本駒込2-28-10(文京グリーンコートイーストウィング1階)	☎03(6912)1461	月～土 9:00～17:30 (日・祝日・12/29～1/3を除く)

文京区かかりつけ医・在宅療養相談窓口

医療と介護が連携した、地域における包括的かつ継続的な在宅療養の提供を目指します。
かかりつけ医を探している方、病院に入院しているが自宅に戻りたい方、訪問診療について知りたい方、在宅医療や介護サービスについて知りたい方など、お気軽にご相談ください。

TEL・FAX 03(5981)9943

受付時間 月～金 10:00～16:00

(土・日・祝日・8/10～19の間の5日程度・12/29～1/3を除く)

東京都文京区小石川歯科医師会 文京区地域包括ケア 東京都文京区歯科医師会 歯科相談窓口

かかりつけ歯科医を探している方、「食べる」「飲み込む」などのお口について不安のある方、訪問歯科診療希望の方など、どなたでもお気軽にご相談ください。歯科医師を始めとする専門スタッフがご相談をお受けいたします。

TEL 090(4544)8020

受付時間 月～金 11:00～16:00

(土・日・祝日・8/13～8/16・12/29～1/4を除く)

介護保険に関するお問い合わせ

月～金 8:30～17:00
(土・日・祝日・年末年始を除く)

介護保険の相談・苦情に関すること	介護保険相談係	☎03(5803)1383
要介護・要支援認定の申請及び調査に関すること	認定調査係	☎03(5803)1377
要介護・要支援認定審査に関すること	認定審査係	☎03(5803)1378
被保険者の資格の得失・保険料に関すること	資格保険料係	☎03(5803)1379
介護給付・予防給付・総合サービス事業給付・高額介護サービス費などに関すること	給付係	☎03(5803)1388
事業者の指導・地域密着型サービス等の指定に関すること	事業指導係	☎03(5803)1204
介護保険事業計画などに関すること	介護保険管理係	☎03(5803)1389
高齢者あんしん相談センターの運営に関すること	高齢福祉課 地域包括ケア推進係	☎03(5803)1843
短期集中予防サービス・一般介護予防事業に関すること	高齢福祉課介護予防係	☎03(5803)1209

