

令和8年10月1日(木)
育療会 保護者向け学習会

介護保険制度とサービスについて

函館市医療・介護連携支援センター

函館市医療・介護連携支援センター

ほくと・ななえ医療・介護連携支援センター

函館市医師会病院正面玄関向かいに
2つのセンターがあります



センターの役割



函館市 医療・介護 連携支援 センター

どこ？

何について？

何をする？

- ◆医療・介護に関わる関係者の方々へ⇒連携のサポート
- ◆市民のみなさまへ⇒在宅医療などに関する不安や悩みの相談
医療機関や介護事業所などの情報提供など

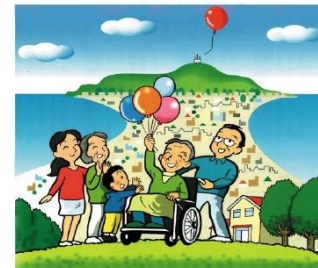
介護保険制度

介護が必要になっても 安心して暮らすことができるよう、
社会全体で支え合う制度



介護保険と 高齢者福祉の手引き

—令和8年8月版—



も く じ

住み慣れた地域で安心して暮らしていくために	2
介護保険制度のしくみ	3
介護保険サービスを利用するには	4
要介護1～5の方が利用できるサービス	6
要支援1・2または事業対象者の方が利用できるサービス	14
要支援1・2の方が利用できるサービス	15
サービスの利用者負担と負担の軽減について	18
介護保険料とその納め方	22
介護予防について	24
認知症の方とその家族の支援について	26
高齢者の方を介護している家族のための支援	27
その他の高齢者支援サービス	28
各種相談窓口	30

函 館 市

介護保険制度：利用できる人とは？

サービスを利用できる方

第1号被保険者

<65歳以上の方>

介護が必要であると認定された方
(病気やけがの種類は問われません)

第2号被保険者

<40歳から64歳までの医療保険加入者>

特定疾病（※）が原因となって介護が必要であると認定された方

※特定疾病

- ①がん（末期） ②関節リウマチ ③筋委縮性側索硬化症 ④後縦靱帯骨化症
- ⑤骨折を伴う骨粗しょう症 ⑥初老期における認知症
- ⑦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
- ⑧脊髄小脳変性症 ⑨脊柱管狭窄症 ⑩早老症 ⑪多系統委縮症
- ⑫糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症および糖尿病性網膜症 ⑬脳血管疾患
- ⑭閉塞性動脈硬化症 ⑮慢性閉塞性肺疾患
- ⑯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

65歳になると市町村から自動的に介護保険被保険者証が郵送されます。



介護保険被保険者証を持っているだけでは介護サービスは受けることはできません。

申請をして**要介護・要支援の認定**を受けることが必要となります。

見本		(一)	(二)	(三)	
介護保険被保険者証		区分状況区分等 証 定 年 月 日 (事業所等での場合は、最寄ケアプラ スに発行)	給付制限 内 容 期 間		
被 保 険 者	番 号	△○123456	認定の有効期間	開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日	
	住 所	函館市○○町	区分支給制度基準額	1月当たり	開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日
	フリガナ	ハコダテ サブロ	番号サービス等	サービスの種類	開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日
	氏 名	函館 三郎	(注)電報用姓(姓)名(名)	サービスの種類	開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日
	生年月日	昭和○年○月○日 性別 男	認定の有効期間	サービスの種類	開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日 開始年月日 終了年月日
交付年月日		令和○年○月○日	認定の有効期間	令和○年○月○日	交付年月日
保険者番号並びに保険者の名称及び印		012021 北海道函館市南町4番13号 函 館 市 TEL (0138) 21-3033	認定の有効期間	令和○年○月○日	交付年月日

介護保険サービスを利用するには

介護保険サービスを利用する前に、どのくらいの介護が必要であるかの認定を受けることが必要です。サービスの利用をお考えの方は、市の相談窓口（34ページ）または「高齢者あんしん相談窓口 地域包括支援センター（31ページ）」までご相談ください。



1

チェック



市の窓口 または 地域包括支援センター へ相談

2

チェック



明らかに介護や支援が必要な方

認定申請（※）

主治医意見書

市から主治医に意見書の作成を依頼

認定調査

全国共通の調査票を用いた訪問調査

介護認定審査会による審査判定・認定（要介護状態等区分の決定）

◎原則として、申請後30日以内に結果通知書と被保険者証を市から郵送します。

要介護1～5

要支援1・2

4

チェック



日常生活で心や体の状態に不安を感じる方

65歳以上の方のみ

基本チェックリストの実施

厚生労働省が定める25の質問項目により、心身の状況を把握し、生活機能の低下を判定します。

- ・バスや電車に乗り1人で外出しているか
- ・15分くらい続けて歩けるか
- ・お茶や汁物等でむせることがあるか
- ・今日が何月何日かわからない時があるか

など計25項目

事業対象者

非該当

3

チェック



非該当

1



相談先について

◆生活している中での困り事の相談先

- ・市役所
- ・地域包括支援センター

◆入院した時の相談先

- ・病院の相談員（医療相談員：MSW）

◆介護保険を利用している中での困り事の相談先

- ・居宅ケアマネジャー
- ・施設入所している方：施設の相談員



生活している中での困り事, どんな時？

介護保険申請まで考えていなくても, 日常生活で心や体の状態に不安を感じる時, そんな時にも相談してください！

すぐに介護サービスにつながらなくても, 相談する事で「不安をかかえている人がいる」と存在を知ってもらうきっかけにもなります！



住まいの担当地区の
地域包括支援センター
を知っておこう！

※資料あり



入院した時の相談先

病気で入院！退院後、いままで通りに生活できるかな？
介護保険いる？そんな不安な時に相談してください！

病院内

医療相談室

地域連携室

病院それぞれで名称は異なりますが、相談窓口があります。
相談を受ける方の名称 『医療相談員』MSWといいます。
入院中や通院中の様々な相談ができます。

*** 病気や退院先について、退院後の介護のこと、金銭面等・・・**

*** クリニックや診療所に関しては、相談室がない所が多く、看護師や事務員の方が対応している所もあります。**



介護保険サービスを利用するには

介護保険サービスを利用する前に、どのくらいの介護が必要であるかの認定を受ける必要があります。サービスの利用をお考えの方は、市の相談窓口（34ページ）または「高齢者あんしん相談窓口 地域包括支援センター」（31ページ）までご相談ください。



市の窓口 または 地域包括支援センター へ相談

明らかに介護や支援が必要な方

認定申請（※）

主治医意見書

市から主治医に意見書の作成を依頼

認定調査

全国共通の調査票を用いた訪問調査

介護認定審査会による審査判定・認定（要介護状態等区分の決定）

◎原則として、申請後30日以内に結果通知書と被保険者証を市から郵送します。

要介護1～5

要支援1・2

日常生活で心や体の状態に不安を感じる方

↓ 65歳以上の方のみ

基本チェックリストの実施

厚生労働省が定める25の質問項目により、心身の状況を把握し、生活機能の低下を判定します。

- ・バスや電車に乗り1人で外出しているか
- ・15分くらい続けて歩けるか
- ・お茶や汁物等でむせることがあるか
- ・今日が何月何日かわからない時があるか

など計25項目

非該当

事業対象者

非該当

2

チェック

2

チェック



明らかに介護や支援が必要な場合

介護保険の認定申請に必要なものがあります。

- ・介護保険の被保険者証（65歳になったら届きます）
- ・要支援・要介護認定申請書

＜要支援・要介護認定申請書＞

主治医について、記載する欄があります。

＊ 医師名・医療機関名・所在地（住所・電話番号）

申請書を提出後、市から主治医に「主治医意見書」の作成を依頼する事になります。



主治医, かかりつけ医はいますか？

何かあった時に相談ができるかかりつけ医をみつけてください！

何かあった時とは？？

- ・具合が悪い時, 病気になった時

受診した時に, 大丈夫かどうか診断

何か検査や治療が必要になった時に, 紹介先へ情報提供

通院が困難になった時に, 訪問診療を受けてくれる。または

訪問診療先へ情報提供

- ・介護が必要になった, なりそうな時

介護保険申請時の情報提供

訪問看護, 訪問リハビリなどへの訪問指示

……などなど



介護保険サービスを利用するには

介護保険サービスを利用する前に、どのくらいの介護が必要であるかの認定を受ける必要があります。サービスの利用をお考えの方は、市の相談窓口（34ページ）または「高齢者あんしん相談窓口 地域包括支援センター」（31ページ）までご相談ください。



市の窓口 または 地域包括支援センター へ相談

明らかに介護や支援が必要な方

認定申請（※）

主治医意見書

市から主治医に意見書の作成を依頼

認定調査

全国共通の調査票を用いた訪問調査

介護認定審査会による審査判定・認定（要介護状態等区分の決定）

◎原則として、申請後30日以内に結果通知書と被保険者証を市から郵送します。

要介護1～5

要支援1・2

日常生活で心や体の状態に不安を感じる方

65歳以上の方のみ

基本チェックリストの実施

厚生労働省が定める25の質問項目により、心身の状況を把握し、生活機能の低下を判定します。

- ・バスや電車に乗り1人で外出しているか
- ・15分くらい続けて歩けるか
- ・お茶や汁物等でむせることがあるか
- ・今日が何月何日かわからない時があるか

など計25項目

事業対象者

非該当

3

チェック ✓

3

チェック



日常生活で心や体の状態に不安を感じる場合

市や地域包括支援センターに相談した際に、「基本チェックリスト」をもとに心身の状況を把握し、生活機能の低下を判定します。
(厚生労働省が定める25の質問項目)

No.	質問項目	回答 どちらかに○をお付けください		点数記載欄
生活全般	1 バスや電車で1人で外出していますか 自分で車を運転して外出している場合も含みます	0. はい	1. いいえ	①生活全般 (1～20) 10点以上 □ ／20
	2 日用品の買い物をしていますか 買い物に出かけて、必要な物が買うことができますか	0. はい	1. いいえ	
	3 預貯金の出し入れをしていますか 窓口の手続きも含め、自分の判断で金銭管理をしていますか	0. はい	1. いいえ	
	4 友人の家を訪ねていますか 電話やメールによる交流や、家族や親戚の家への訪問は含みません	0. はい	1. いいえ	
	5 家族や友人の相談にのっていますか 電話やメールによる相談は含まれます	0. はい	1. いいえ	
	6 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか 時々使う程度であれば「はい」、 能力があっても習慣的に使用している場合は「いいえ」	0. はい	1. いいえ	②運動 3点以上



自分のからだについて、意識したことはありますか？

基本チェックリストを見ながら、考えてみましょう！

※資料あり

<毎日、体重を測っていますか？>

体重は、食事の量や脂肪だけではなくからだ全体をしる目安になります。**意識**してみてください。

1～2週間の間に、**急に**、は何かがおきています。

いつもとは違う事は何か？考えてみましょう。

わからない時は、周りに相談！

かかりつけ医に受診して相談です！



介護保険サービスを利用するには

介護保険サービスを利用する前に、どのくらいの介護が必要であるかの認定を受ける必要があります。サービスの利用をお考えの方は、市の相談窓口（34ページ）または「高齢者あんしん相談窓口 地域包括支援センター」（31ページ）までご相談ください。



市の窓口 または 地域包括支援センター へ相談

明らかに介護や支援が必要な方

認定申請（※）

主治医意見書

市から主治医に意見書の作成を依頼

認定調査

全国共通の調査票を用いた訪問調査

介護認定審査会による審査判定・認定（要介護状態等区分の決定）

◎原則として、申請後30日以内に結果通知書と被保険者証を市から郵送します。

要介護1～5

要支援1・2

日常生活で心や体の状態に不安を感じる方

65歳以上の方のみ

基本チェックリストの実施

厚生労働省が定める25の質問項目により、心身の状況を把握し、生活機能の低下を判定します。

- ・バスや電車に乗り1人で外出しているか
- ・15分くらい続けて歩けるか
- ・お茶や汁物等でむせることがあるか
- ・今日が何月何日かわからない時があるか

など計25項目

事業対象者

非該当

4

チェック



要介護度って何？

●要介護度ごとの身体の状態

(平均的な状態の例ですので、ご本人の状態と完全に一致するものではありません)

事業対象者	要支援1 または 2 に相当する状態
要支援1	日常生活はほぼ自分でできるが、起き上がり・立ち上がりなどは何かにつかまらなければできない状態
要支援2	歩行や入浴などに何らかの介助が必要
要介護1	歩行や入浴のほか、薬の内服、金銭管理、電話の利用等に何らかの介助が必要
要介護2	歩行、入浴、金銭管理などのほか、衣服の着脱や排せつ等に何らかの介助が必要
要介護3	入浴や衣服の着脱、排せつなどに全面的な介助が必要 認知症がある場合は、かなりの問題行動や理解力の低下が見られる
要介護4	食事や入浴、衣服の着脱、排せつなど日常生活に全面的な介助が必要 認知症がある場合は、問題行動が一層増え、理解力もかなり低下する
要介護5	生活全般にわたって全面的な介助が必要



要支援・要介護と認定されたら？

介護保険サービスを利用するには、ケアプランを作成し、ケアプランに基づいてサービスを利用します。

ケアプランの作成は、**ケアマネジャー(介護支援専門員)**に相談・依頼します。

- ・要支援1・2の方：

お住まいの地域担当の地域包括支援センター
または介護予防支援事業所に相談し契約

- ・要介護1～5の方：

居宅介護支援事業所に相談しケアマネジャーと契約





サービスの利用にあたって

要介護度ごとに決められている**保険給付の限度額の範囲内**で、ケアプランに基づいてサービスを利用します。

サービスの利用にあたっては、原則かかった費用の**1割**を負担します。また、65歳以上の第1号被保険者であって、一定以上の所得がある方は**2割**、特に所得の高い方は**3割**負担となります。

在宅サービスの利用限度額

在宅サービスを利用する際には、要介護度ごとに1か月間の利用限度額（区分支給限度基準額）が決められています。（右表）
利用限度額を超えてサービスを利用した分は、全額（10割）自己負担となります。

※「利用限度額」は在宅サービスについて定められた保険給付の上限であり、特定施設、グループホーム、介護保険施設などを利用した場合の利用者負担額は利用限度額に含まれず、負担割合に応じた利用者負担額がかかります。

要介護度	利用限度額 (月額)	利用者負担額 (月額・1割※)
事業対象者	50,320 円	5,032 円
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

※負担割合（1～3割）に応じて、負担額が変わります。

介護保険サービスの体系

在宅



訪問系サービス

・訪問介護 ・訪問看護 ・訪問入浴介護・居宅介護支援等
(例)ホームヘルパーが1時間、身体介護を行う

通所系サービス

・通所介護 ・通所リハビリテーション等
(例)通所介護(デイサービス)で1日お預かりする

短期滞在系サービス

・短期入所生活介護等
(例)短期入所生活介護(ショート)で1日お預かりする

居住系サービス

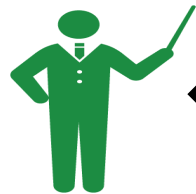
・特定施設入居者生活介護 ・認知症対応型共同生活介護等
(例)特定施設(有料老人ホーム等)に入所する

入所系サービス

・介護老人福祉施設 ・介護老人保健施設 等
(例)介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)に入所する場合

施設



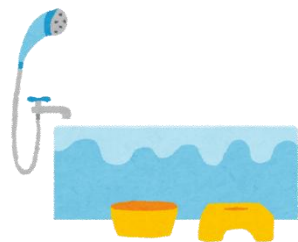


◆訪問系サービス

訪問介護



訪問入浴介護



訪問看護



訪問リハビリ



福祉用具



・定期巡回・随時対応型訪問介護看護

定期的な巡回(1日複数回)や随時通報への対応等を, 24時間365日必要なサービスを提供します。また, 訪問介護員(ホームヘルパー)だけでなく看護師等も連携しているため, 介護と看護の一体的なサービスを受けることもできます。

・小規模多機能型居宅介護

利用者の選択に応じ, 施設への「通い」を中心として, 短期間の「宿泊」や, 利用者の自宅への「訪問」を組合せ, 日常生活上の支援や機能訓練を行います。



◆訪問系サービス

医師



歯科医師



薬剤師



栄養士



このような職種の方も訪問
する事が可能です

- ・医師・歯科医師⇒寝たきりなど通院が困難な場合、訪問が可能
すべての医師が訪問できるわけではないので、確認が必要
- ・薬剤師・栄養士⇒医師の指示に基づき、指導を行う

サービスの利用は、主治医または担当のケアマネジャーにご相談ください



◆入所系サービス

- ・介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

常に介護が必要な方の入所を受入れ，食事，入浴，排せつ等の日常生活上の支援や，機能訓練，療養上の世話を行います。原則として，要介護3以上の方が対象。

- ・介護老人保健施設

在宅復帰を目指している方の入所を受入れ，自立した日常生活を送ることができるよう，リハビリテーションや必要な医療，介護等を行います。要介護以上の方が対象。

- ・介護医療院

介護療養型医療施設に代わり，長期間にわたり療養が必要な方が対象の施設で，日常的な医学管理，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等があります。要介護1以上の方が対象。



◆居住系サービス

- ・認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症と診断をされた方が少人数（5～9人）で共同生活をする施設。家庭的な雰囲気の中、食事、入浴等の日常生活上の介護等を行います。要支援2以上の方が対象。

- ・介護付き有料老人ホーム

介護スタッフが24時間常駐し、要介護の高齢者が食事や入浴などのサービスをうけられるサービス。原則として、60歳以上、または65歳以上で要支援1～要介護5の介護認定を受けた方が対象。

- ・サービス付き高齢者向け住宅

安否確認や生活相談サービスが付いており、介護が必要な場合は外部サービスを利用する「一般型」と、介護職員が常駐する「介護型」があります。60歳以上、もしくは60歳未満で要介護認定を受けている方が対象。

- ・軽費老人ホーム

60歳以上で、自宅での生活に不安があるが、常時の介護は必要としない人が主な対象。

外部の介護サービスを利用，施設内で介護サービスを提供している施設もある。

- ・養護老人ホーム

経済的に生活が困難な65歳以上の高齢者が対象。市の措置で入所できる社会復帰や自立を支援する福祉施設。

外部の介護サービスを利用，施設内で介護サービスを提供している施設もある。





＜要介護1～5＞＜要支援1・2＞＜事業対象者＞
介護度によって利用できるサービスや利用回数，入所できる施設など，さまざまです。

利用できるサービスのうち，どのサービスを受けると安心なのか？
何を必要としているかは，その人それぞれです。

その人のそれぞれの事情と，利用できるサービスの制度と一緒に
考えてくれる先と相談です！



相談先について 参照！

その人それぞれ、例えば・・・

<介護度2 Aさん>

- ・温かい食事を作ってほしい。でも、たまに買い物にも行きたい。
- ・洗濯が大変なので、洗濯はしてほしい。
- ・入浴は、自宅の風呂場は危ないので利用しない。

訪問介護



ホームヘルパーが自宅を訪問して、身体介護や生活援助を行います。

身体介護中心	食事，入浴，排せつ，着替えなどの介助， 通院介助 など
生活援助中心	掃除，洗濯，買い物，調理 など

生活援助を
選択

デイサービス



デイサービスで入浴
ついでにカラオケも！

訪問看護



薬の管理が心配！
本人と相談し訪問看護も利用

その人それぞれ，例えば・・・

＜介護度2 Bさん＞

- ・体調管理や入浴見守りなどは，看護師にしてほしい。
- ・弁当，総菜の準備はしてほしい。調理はしないでほしい。
- ・通所系サービスは利用しない。

訪問介護



調理はしない。
弁当や総菜などを準備し，
声かけ

訪問看護



薬セット，声かけ
入浴準備，見守り
体調管理（体重，血圧測定）

その人それぞれ、例えば・・・



＜軽費老人ホーム入所：Aさん＞
外部サービス（デイサービス）を利用

認知症がすすみ・・・



グループホームへ
入所



＜サービス付き高齢者向け住宅：
Bさん＞



介護サービスを利用しながら、
施設にてお看取り

おわりにもう一度・・・

相談先について

◆生活している中での困り事の相談先

- 市役所
- 地域包括支援センター

◆入院した時の相談先

- 病院の相談員（医療相談員：MSW）

◆介護保険を利用している中での困り事の相談先

- 居宅ケアマネジャー
- 施設入所している方：施設の相談員



相談先で相談した方、担当になったケアマネジャーの名前
ぜひ覚えておいてください！

おわりのおわりに・・・

医療・介護の場面でわからない事が多くあると思います。

そんな時に、

『函館市医療・介護連携支援センター』

『ほくと・ななえ医療・介護連携支援センター』

を思い出していただけると幸いです。

◆函館市医療・介護連携支援センター 43－3939

◆ほくと・ななえ医療・介護連携支援センター 42－1232

