

在宅で利用できる介護サービスの一覧

1. 介護保険の在宅介護サービス

介護が必要になっても自宅で暮らせるよう、介護保険で様々なサービスを利用することができ、新しい支援サービスも生まれています。詳細は市町村役場の介護保険窓口にある「よくわかる介護保険 サービス利用ガイドブック」(無料)をご覧ください。必携です。

◆自宅に来て 日常生活の手助けや療養の世話をうけることができるサービス

○訪問介護(ホームヘルプ)

多くの事業所がありサービスを提供しています。

ホームヘルパーが、家庭を訪問し日常生活の手助けを行うサービスです。★身体介護：食事や排泄・入浴の介護や更衣の介助など。★生活援助：炊事、洗濯、買物、掃除など、★通院のための乗車又は降車の介護(介護タクシー)。利用者負担は要介護1~5の場合、身体介護30分未満が1回約254円、生活援助45分以上が1回約235円、要支援1・2の場合、月額1220~3870円(週1回~2回以上)

○訪問入浴介護

家庭を訪問し、浴槽を提供して入浴介護をします。

○訪問リハビリ

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問によりリハビリを行います。

○訪問看護

看護師が訪問して、医師の指示により療養上の世話や診療の補助を行います。

○居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが訪問し、療養上の管理や指導を行ないます。

◆自宅で暮らせるよう 生活環境を整えるサービス

○福祉用具貸与

○特定福祉用具販売

○住宅改修費支給

「ガイドブック」を参照

◆日帰りで施設を利用できるサービス

○通所介護(デイサービス)

○通所リハビリテーション(デイケア)

通所介護施設で、入浴や食事の提供、レクリエーション、日常生活向上のための支援を日帰りでを行います。利用料は要介護1~5の場合、日額700~1400円 + 日常生活費(日用品等) + 食費、要支援1・2の場合、月額2000円~4200円 + 日常生活費(日用品等) + 食費

◆宿泊して数日だけ介護施設を利用できるサービス

○短期入所生活介護(ショートステイ)

○短期入所療養介護(医療型ショートステイ)

特養や老健などの施設に短期間入所して、食事や入浴、排泄などの日常生活の支援や、機能訓練などが受けられます。利用料は要介護1~5の場合、日額600~1400円 + 滞在費 + 食費。要支援1・2の場合、日額500~800円 + 滞在費 + 食費。介護者の病気など緊急時のために諏訪広域連合では空き室を確保しています。「23年度版」には詳歳情報があります。

◆数種類を組み合わせて利用するサービス

○小規模多機能型居宅介護

(後述-3)

日帰りの通所サービスを中心に、訪問や必要に応じて泊まりのサービスを組み合わせて利用します。要介護度によって月額サービス費用や利用料は一定額に決まっています。

◆まだ未整備のため、諏訪で現在は利用できないサービス

○夜間対応型訪問介護

○定期巡回・随時対応型訪問介護・看護

○複合型サービス

2. 在宅介護サービスを利用できる上限額

介護保険では健康保険などちがい、利用できるサービス費用の上限額（支給限度額）が要介護状態区分によって右の表のように決まっています。また使えるサービスの種類も要介護状態区分が決められています。この範囲内で利用していれば、利用者の自己負担は利用額の1割ですみます。上限を越えて利用した場合には、越えた部分は全額自己負担になります。

要介護状態区分	支給限度額
要支援1	49,700円
要支援2	104,000円
要介護1	165,800円
要介護2	194,800円
要介護3	267,500円
要介護4	306,000円
要介護5	358,300円

所得の低い住民税世帯非課税の世帯や生活保護受給者は、利用者負担が高額になったときには負担の上限額があり申請すれば越えた部分が後から支給されますので、市町村役場の担当課などに相談して下さい。

詳細は市町村役場の窓口にある「介護保険 サービス利用ガイドブック」(無料)をご覧ください。

3. 「小規模多機能型居宅介護」サービスについて

◆ 特色 平成18年の介護保険制度改正によって生まれた居宅介護サービスです。当初は利用できる事業所が少なかったのですが、最近下表のように利用できる事業所が次々と生まれています。このサービスは、中・重度になっても住み慣れた地域や在宅での生活が続けられるように支援するためのものです。

◆ 利用 このサービスが主に支えるのは中・重度の方、とりわけ認知症高齢者を基本としますが、認知症以外の方でも利用できます。

「通い（デイサービス）」を中心として、要介護者の様態や希望に応じて、随時「訪問（訪問介護）」や「泊まり（ショートステイ）」の3つのサービスを組み合わせて利用できます。「複合型サービス」にするとこれに「訪問看護」が加わって4つになります。これらのサービスを1つの施設で利用できることで、なじみのスタッフが対応してくれ連続性のあるケアを利用できることが利点です。

要介護度	自己負担のめやす
要支援1	(1か月)4,469円
要支援2	7,995円
要介護1	11,430円
要介護2	16,325円
要介護3	23,286円
要介護4	25,597円
要介護5	28,120円

利用者は登録制になっており、1つの施設の登録定員は25名以内で、登録者以外は利用できません。

「通い」の定員は15名以内、「泊まり」の定員は9名以内でプライバシーの確保できる4.5畳程度の部屋が用意されています。

◆ 利用料金 利用料が右表のように要介護度別に月単位の定額制であることが特色で、毎月決まった利用料さえ支払えば、いろいろなサービスを組み合わせて柔軟にサービスを受ける事が出来ます。「泊まり」を利用した場合、別途に食費や宿泊費の自己負担が1泊2,500~3,500円程度必要となります。

施設名	住所	登録定員
第2グレイスフル岡谷	岡) 加茂町	25名
和が家 日和	岡) 山下町	25名
梨久保の杜	岡) 長地	25名
月見ヶ丘	下) 武居	25名
集皆所とよだ	諏) 豊田	25名
米沢の家	茅) 米沢	25名
じこぼう	茅) 豊平	25名
一本松の家	富) 立沢	25名
こころの郷	諏) 高島町	25年3予定
いずみ(仮称)	諏) 大手町	25年3予定
ぬくもり	下) 西赤砂	25年4予定

◆ 留意点 このサービスに登録すると、他の「訪問介護」「通所介護」などは利用できません。

4. 市町村独自の在宅介護サービス

要介護者の暮らしを支えるため、介護保険ではゆき届かない部分を各市町村が独自に提供するサービスがあります。諏訪市の事例を紹介しますが他市町村にもほぼ同様のサービスがあります。

諏訪市の事例

◎ 詳細は、諏訪市役所〔52-4141〕高齢者福祉課窓口にある「高齢者の福祉サービス」(A4判8頁 無料)をご覧ください。

□ 諏訪市の相談や申請の窓口

☆ 市役所高齢者福祉課（地域包括支援センター）〔52-4141〕

日頃の困りごとや不安なことを、まず気軽に相談できる所です。介護保険や独自サービスの申請を含め、諸々の相談を窓口や電話で受け付けています。

☆ 在宅介護支援センター 在宅で生活する高齢者とその家族に、介護の悩みや方法の相談を 24 時間対応で行っています。各種の福祉サービスの利用相談や申請手続の代行も行ないます。

★「聖母在宅介護支援センター」〔52-3512〕 ★在宅介護支援センター「かりんの里」〔57-5533〕

★在宅介護支援センター「湯の里」〔57-1000〕 ★在宅介護支援センター「西山の里」〔56-1000〕

□ 緊急通報システムの設置

ひとり暮らし高齢者や高齢者世帯 緊急通報システムを貸し出し、緊急通報があるとセンターから近隣協力員に通報がいく 24 時間体制の通報システムです。貸出料月額 300 円助成、通話料は自己負担。

□ 徘徊高齢者位置情報検索システム

認知症高齢者等を介護する人 GPS (人工衛星による位置情報検索システム) への加入金や機器購入費を補助。

□ ひとり暮らし高齢者安心コール（市社協扱い）

定期的に電話をして孤独感の解消を図ると共に安否確認をします。(無料)

□ 福祉電話の貸与

所得制限あり

ひとり暮らし高齢者に、電話加入権を無料で貸与します。通話料は自己負担。

□ 電動ベットや車椅子（市社協扱い）

電動ベッドだけは要支援 1～要介護 1 で所得制限あり

車椅子、電動ベッドを貸与します。ただしベッドは移送料 12000 円。車いすは移送消毒料 2000 円が利用者負担ですが幅広く利用できます。

□ 日常生活用具の給付 (所得により個人負担あり)

ひとり暮らし高齢者

火の心配ある高齢者に火災警報機、自動消火器、電磁調理器を給付します。

□ めくもり配食サービス

住民税所得割非課税世帯などの所得制限あり

食事づくりが困難な高齢者や障害者の世帯に、昼食・夕食のどちらか 1 食を業者が配達し、あわせて安否確認を行います。補助があり 1 食の利用者負担は 300 円。

□ 生活管理指導員派遣事業

地域包括支援センターの選定した健康づくり高齢者

介護保険認定外の高齢者の家庭を訪問し、ホームヘルパーが調理、洗濯、買物などの家事援助を行います。1 時間 300～600 円の費用負担。

□ 閉じこもり予防事業

地域包括支援センターの選定した特定高齢者

家に閉じこもりがちなひとり暮らし高齢者に、介護予防のため週 1 回程度、送迎、入浴、食事、介護予防支援などのサービスを老人福祉センターなどで行います。

□ 介護用品の購入援助

在宅の要介護 4・5 で住民税所得割非課税世帯

紙おむつなどの介護用品の購入に年間 75,000 円まで助成。

□ 高齢者タクシー利用料金の助成

所得制限などあり

70 歳以上のバス利用が極めて困難な方の通院対象で 1 回 880 円年間に 24 回まで。

□ 寝たきり高齢者理美容サービス

寝たきり高齢者台帳登録者や在宅の要介護 4・5

訪問理美容サービスの自宅への出張料を助成。1 回 1500 円で年 5 回まで。

□ 寝たきり高齢者等の住宅改良に対する補助

介護保険の認定者で所得制限あり

居室や浴室等を改造について工事費用の一部を介護保険の給付とあわせ最高 70 万円まで補助します(1 割自己負担)。電動リフトや温水ルームヒーターなどが対象です。

□ 住宅改良に対する補助

介護保険の非該当者で所得制限あり

虚弱な高齢者の自立支援や、介護予防、居住環境の改善等のため、手すりの取付、段差の解消等の工事費用に対し 10 万円 (1 割自己負担) までの補助があります。

□ 自宅改修に対するアドバイス

専門の住宅改良アドバイザーを派遣し、相談やアドバイスを無料で行います。

5. 介護をする人への市町村独自の支援サービス

在宅で介護をする人をサポートし、ゆとりをもって介護ができるよう、各市町村ではそれぞれ独自の支援サービスを行っています。

諏訪市の事例

◎ 詳細は、諏訪市役所 [52-4141] 高齢者福祉課窓口にある「高齢者の福祉サービス」(A4判8頁 無料) をご覧下さい。

□ 介護者のひろば

寝たきり高齢者等をかかえる家族へ、同じ悩みを持つ家族や経験者が交流します。日頃の疲れをいやしていただくためマッサージのサービスもあります。

□ 介護者リフレッシュ事業

寝たきり高齢者等を介護する人へ各種研修や休養の場を提供して介護疲れを癒す。

□ 認知症高齢者家族の会

認知症の高齢者を介護する人が集まり、懇談会やレクリエーションなどの活動を行う。
「いちごの会」 毎月第2水曜日 午後1時30分より 湖南公民館
「こむぎの会」 毎月第3木曜日 午後1時30分より 老人福祉センター

□ 介護慰労金の支給

重度の認知症や寝たきりの高齢者を長期に在宅で介護している人に、労をねぎらうため年額8万円の慰労金を支給しています。

□ 徘徊高齢者位置情報検索システム

認知症高齢者等を介護する人

GPS(人工衛星による位置情報検索システム)への加入金や機器購入費を補助。

□ 介護用品の購入援助

在宅の要介護4・5で住民税所得割非課税世帯

紙おむつなどの介護用品の購入に年間75,000円まで助成。

6. 介護について気軽に相談できる所

介護について困ったときは、本人や家族だけで問題を抱え込まないことが一番大切なことです。家族や身近な人を頼るだけでなく、現在は公的な相談窓口が沢山開かれていて、電話で話したり、窓口相談の予約をすることが出来ます。介護とりわけ認知症の問題は多くの当事者にとって新しい経験です。専門家の意見を聞くことで解決の糸口が見えてきたり、複数の相談窓口で電話することで適切な対処の方法が見つかることもあります。また、介護保険などの福祉サービスの利用について適切な助言を得ることが出来ます。

◆各市町村役場内にある高齢者福祉や介護保険の担当課、地域包括支援センターに相談

岡谷市 23-4811 茅野市 72-2101 富士見町 62-9133
諏訪市 52-4141 下諏訪町 27-1111 原村 79-7703

◆電話相談できる遠くの窓口

介護支え合い電話相談 0120-070-608 月～金曜日 10時～午後3時 7ヶ所(無料)
社会福祉法人 浴風会(東京--厚労省関係の助成団体) 研修を受けた登録市民ボランティア相談員が、高齢者を介護している全国の家族から寄せられる様々な介護の悩みの相談を受け、情報の提供や解決の方策を助言している事業です。匿名ですので、気軽に安心して何でも相談できます。

認知症コールセンター 県がH.21年に開設 026-226-7830

本人や家族が悩んでいることを、電話で何でも気軽に相談出来ます。

(民間) 認知症の人と家族の会 長野県支部(飯田市) 0265-29-7799

認知症の介護相談を受けています。同じ悩みを持つ仲間同士の交流会を実施。