

第2回目 介護サービスの利用と介護保険料ってどんな関係があるの？

1. 利用するためにはどうしたらいいの？

要介護認定を申請して介護認定された方は、介護サービスを利用するためにいくつかの手順を踏まなければなりません。また、利用するサービスの種類によって手順の内容が若干異なりますので、介護保険のサービスを利用するまでの流れを説明します。

要介護認定されたら…



① ケアプランを作成します

要支援1・2の場合

地域包括支援センターへ依頼（契約）します。



要介護1～5の場合

居宅介護支援事業所へ依頼（契約）します。
※居宅介護支援事業所は自由に選択できます。希望の事業所があれば申し出ることが可能です。

介護支援専門員（ケアマネージャー）が訪問し、ご本人・ご家族とどのようなサービスが必要か話し合います。



ケアプランは利用する介護サービスの全体像となります。いつ、何を、どのくらい利用したいかしっかり伝えましょう。

介護支援専門員が「ケアプランの原案」を作成して説明します。疑問があれば納得できるまで説明を聞いてください。



※ケアプランの作成依頼は無料ですが、介護保険制度の専門的な知識があれば自分で作成することも可能です。

説明を聞いて納得したら、印かんを押して同意します。これでケアプランの作成は完了です。



② 介護サービス事業者と契約します

作成したケアプランをもとに、利用するサービス事業者と契約します。

複数のサービスを利用する場合は、それぞれの事業者ごとに契約が必要です。

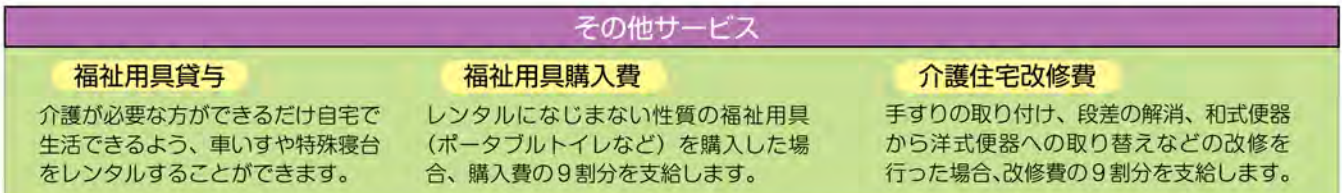
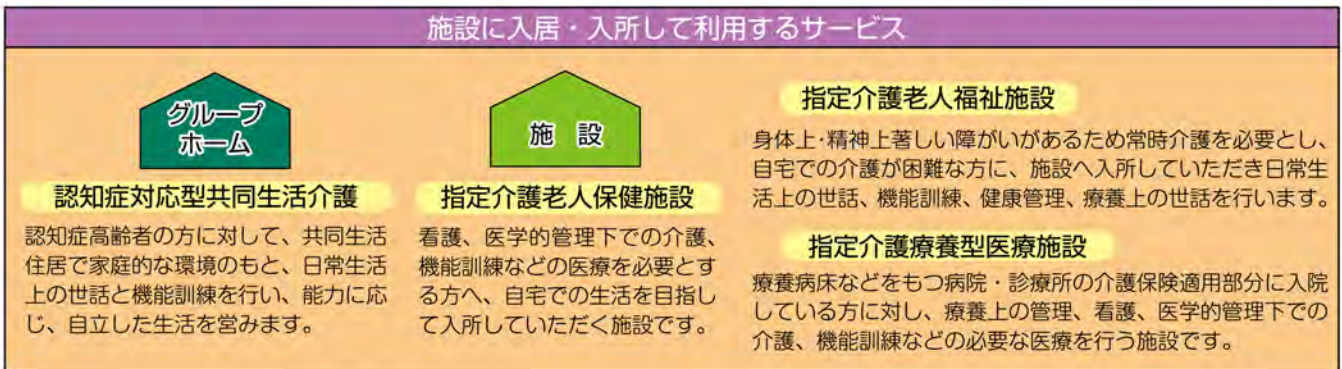
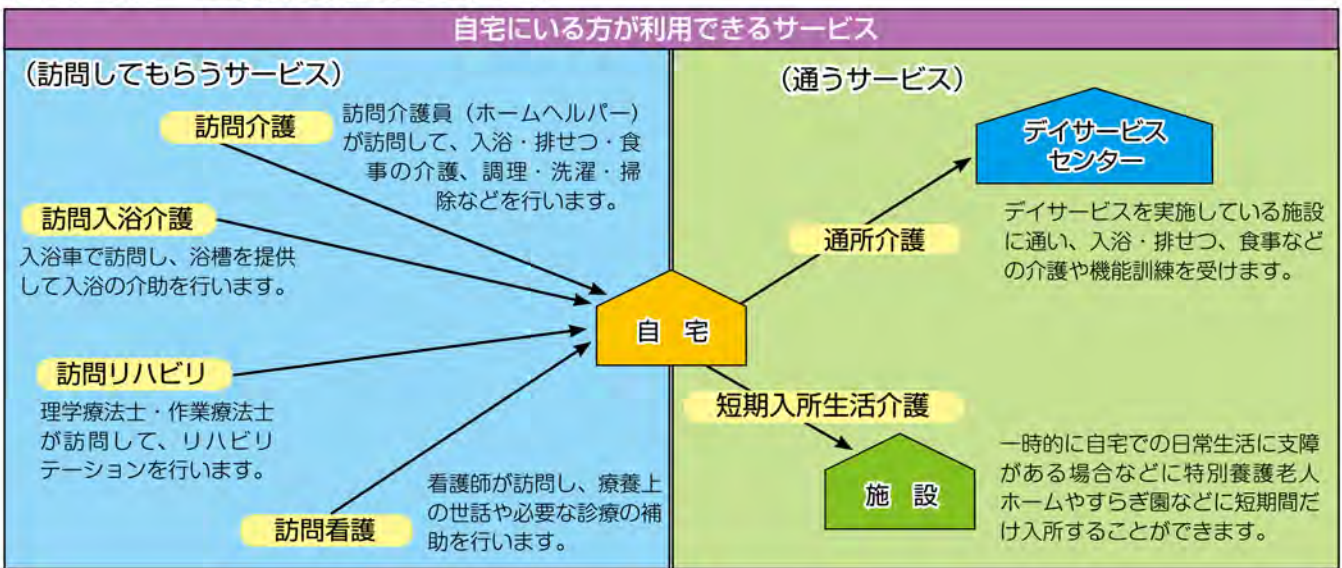
契約のときに、「具体的にどのようなサービス内容なのか」を下記のように説明されます。内容が分からなければ、納得できるまで説明を受けましょう。



- サービス内容／家族の付き添いが必要かどうか、利用者側で用意すべきものはあるかなど。
- サービス利用料／1割負担のほかに交通費実費やサービスに使う物品などの支払いはあるか。支払い方法はどのようなかなど。
- サービスの変更・解約／予定されていたサービスの変更が容易にできるか。その手続きやキャンセル料はどのようなか。利用者からの解約が保証されているかなど。
- 事故・トラブル発生時の対応／万が一、事故やトラブルが発生した場合の対処方法や損害賠償はどのようなか。

2. 介護サービスってどんなものがあるの？

介護保険サービスは介護を受ける方の状態にあったものを介護支援専門員（ケアマネージャー）の方と選択します。主なサービス内容は下記のとおりです。



このほかにも、通所リハビリテーション、短期入所療養介護など、サービスの内容はいろいろあります。詳細は、下記に問い合わせください。

3. サービス利用料と介護保険料は関係があるの？

サービス利用料は、病院などの医療保険と同じ仕組みです。サービスの内容ごとに「単位（1単位＝10円）」が設定されており、サービス利用料のうち、1割の負担となります。※介護保険料の滞納がある場合は、1割負担では利用できないこともあります。

●ある月に、介護保険サービスを5,000単位、利用した場合…

| | | |
|-------------|---|---------------------------|
| サービス費全体 | → | サービス利用料 |
| 5,000単位×10円 | | 50,000円×1割＝ 5,000円 |

※残りの45,000円は介護給付費から支払われます。介護給付費の内訳は、40歳以上の方の保険料と、公費（税金）で賄われています。



介護保険は介護が必要な方を国民で支える仕組みであり、高額な介護サービス費を高齢者の方がお互いに納めた介護保険料によって支えられています。このため、介護保険料を未納している場合は、「利用料負担が3割になる」「高額介護サービス費の支給停止」などのペナルティーがあります。今回は「介護保険に関するよくある質問と回答」について紹介します。

■問い合わせ 役場住民課介護保険係（1階④番窓口☎485-2111内線138）
地域包括支援センター（☎485-1515）

健康しべちゃ21

● リレートーク ●

私の健康法

第16回目



いっほうじよしき
一坊寺義規さん

今回は、茶安別にお住まいの一坊寺義規さん(83歳)をご紹介します。

5歳の時にお父様を亡くされたことをきっかけに、昭和13年に福岡県から茶安別に入植されました。「戦前戦後の苦しい時代を生き抜いてきたので、なんでもやる、やらなければならない気持ちが強いのです。」と一坊寺さん。若いころから地域の振興に尽力され、農協の理事や森林組合の代表監事、地域酪農の基盤づくりと酪農振興会長、牧野利用組合長などを、また社会面では民生委員、教育委員、墓地管理組合長など50年もの間数多くの公職を引き受けていました。「発展のために新しいことをはじめたいという前向きな気持ち」が原動力になっていたといいます。また、地域の中で多くの仲間を支えられ、今もなお地域社会で頑張れる健康に感謝しています。

趣味も多彩で、パークゴルフ、カラオケなど多くの仲間と楽しんでいます。茶安別長生会では会長を務め、旅行や花壇整備など会員のみなさんと楽しんで過ごされています。「いろいろな役を引き受けていますが、すべてみんなで楽しむ気持ちでやれるので、やりがいを感じています。」若いころから多くの方と接していることが、一坊寺さんの健康の秘訣のようです。「時々後ろを振り返りながら、でも、いつまでもくよくよしないで常に前を向いて歩いていますよ。」と話してくださいました。スケジュール表はびっしりで、一年すぎるのがあっという間だそうです。年齢を感じさせない笑顔が素敵な一坊寺さんでした。

飼い犬の登録と
狂犬病予防注射

狂犬病は発症すれば治療はできません。しかし、注射を受けさせていないために抗体を持たない犬が増え、狂犬病が再度流行する危険性が高まっています。犬を飼っている方は、すべての飼い犬(室内犬も含む)を必ず登録し、年1回狂犬病予防注射を受けましょう。登録および予防注射をしない場合は罰金が科せられることがあります。

なお、登録内容の変更は、下記まで連絡してください。

ごみの野外焼却は
止めましょう

ごみの焼却は、ダイオキシン類や一酸化炭素などの有害ガスを発生させ、健康被害や大気汚染、野火や林野火災の原因になり、煙やすすなどで近隣住民に迷惑がかかります。基準に従わないごみの焼却は法律で禁止されており罰金が科せられますので、絶対に止めましょう。

■問い合わせ／役場住民課環境衛生係
(1階③番窓口 ☎485-2111内線125)

飲んで美味しい牛乳を
さらに美味しく食べてもらいたい!

牛乳を食べよう!



今月のレシピ ごぼうのポタージュ

作 り 方

- ① ごぼうは皮をこそげ、薄切りにして水につけ、水気を切る。玉ねぎは薄切りにする。
- ② 鍋にごぼう、玉ねぎ、米、固形スープと水300mlを入れて火にかけ、煮立ったら弱火にしてごぼうがやわらかくなるまで煮る。
- ③ ②と牛乳の半量を合わせてミキサーにかけ、なめらかなピューレ状にする。
- ④ 鍋に③、残りの牛乳、生クリーム2/3量を入れて温め、塩、こしょう各少々で味をととのえる。
- ⑤ 器に④を入れてから残りの生クリームを入れ、好みで松の実を浮かべる。

材 料

■4人分

| | | | |
|-------|----------|--------|------|
| 牛乳 | 400ml | 米 | 大さじ1 |
| 生クリーム | 100ml | 固形スープ | 1個 |
| ごぼう | 1本(150g) | 松の実 | 大さじ2 |
| 玉ねぎ | 1/2個 | 塩、こしょう | 適量 |

《アドバイス》

米はとろみをつけるために入れます。少量なので洗わなくてもよいが、気になるならさっと洗って水気を切ります。