

# 介護の心配…こんなときには！

高齢社会を迎えた今、寝たきりや認知症などで介護を必要とする人が増えています。介護を社会全体で支え合うために介護保険制度が始まってから10年。この間に地域包括支援センターや介護予防センターなどの相談窓口もできました。今回は、こうした相談窓口や介護保険のサービスを利用するための手続きのほか、介護予防に大切な生きがいづくりについて紹介します。

【詳細】区保健福祉課 ☎861-2400 内線331

「最近身の回りのことをするが大変」「退院するけれど、その後の生活が心配」「一人暮らしで今後の生活が不安」。家族や自分の日常生活に、こんな思いを抱いたときには、介護保険のサービスの利用を考えてみてはいかがでしょうか。

## 介護保険のサービスを利用できるのは？

サービスの利用条件は、年齢によって異なります。65歳以上の方は、日常生活に介護や支援が必要な状態になった場合に利用できます。40歳から64歳までの方は、初老期認知症や脳血管疾患などの病気で、介護や支援が必要な状態になった場合にサービスが受けられます。

## どんなサービス？

大きく分けると「在宅サービス」「施設サービス」「地域密着型サービス」があります（右下の図を参照）。利用できるサービスやその内容、限度は、介護の程度に応じて異なります。

## 利用するには？

①身近な窓口などに相談  
まずは区保健福祉課や地域

包括支援センター、介護予防センター、身近なケアマネジャー（介護支援専門員）にご相談ください。

## ②要介護認定を申請

サービスの利用には、区保健福祉課への申請が必要です。家族やケアマネジャーが代行することもできます。

## ③訪問調査と認定審査

申請を受けると札幌市の調査員が自宅や施設を訪問して本人に会い、食事や入浴など日常生活の状況を調査します。その結果と主治医の意見書を基に、「介護認定審査会」で介護の必要性などを審査し、認定結果をご本人に通知します。

## ④ケアプランを作成

「要介護」「要支援」と認定されて、サービスを利用する場合は、ケアプランと呼ばれる介護（予防）サービス計画の作成を依頼します。依頼先は「要介護1〜5」の場合がケアマネジャー、「要支援1・2」の場合は地域包括支援センターです。

## ⑤サービスを利用

ケアプランに基づいてサービス事業者と契約し、サービスを利用します。その後、定期的に介護認定の更新手続きが必要です。

## 介護保険のサービス

### 在宅サービス

- 訪問介護（ホームヘルプサービス）
- 通所介護・通所リハビリテーション
- 訪問看護
- 短期入所生活介護・療養介護（ショートステイ）
- 福祉用具貸与・購入
- 訪問入浴介護 ほか



### 施設サービス

- 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）
- 介護老人保健施設
- 介護療養型医療施設（病院・診療所）

### 地域密着型サービス

- 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）
- 夜間対応型訪問介護
- 小規模多機能型居宅介護 ほか



## 介護保険のサービスを利用するまで

