

介護保険 利用の手引き



スポーツと人情が熱いまち

江東区

介護保険制度とは

介護保険制度は、介護が必要な状態になっても、自宅で自立した日常生活が送れるように、必要な介護サービスを提供する仕組みです。

40歳以上の方が保険料を納め、社会全体で介護保険制度を支えています。

介護保険の加入者

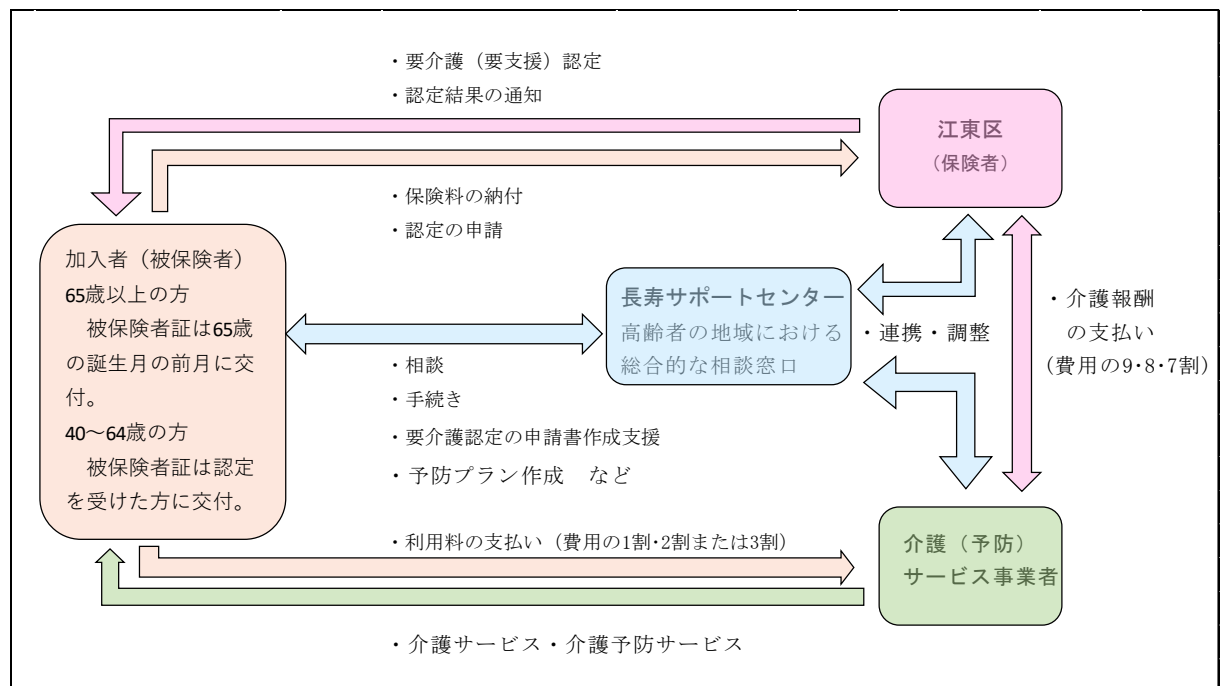
○加入者（被保険者）は年齢により2つに分けられます。

65歳以上の方（第1号被保険者）

介護や支援が必要と認定された場合にサービスを利用できます。

40歳～64歳で医療保険に加入している方（第2号被保険者）

介護保険の対象となる特定疾病によって介護や支援が必要と認定された場合に介護サービスを利用できます。



介護保険被保険者証の内容

介護保険被保険者証は、介護保険の被保険者の証明書であり、介護（予防）サービスを利用するための重要事項が記されています。

被保険者証を受け取ったら、住所・氏名・生年月日などに誤りがないか、確認しましょう。

被保険者証が必要なとき

- ・要介護認定を申請するとき
- ・ケアプランを作成するとき
- ・サービスを利用するとき

※「介護保険被保険者証」は、医療機関にかかるときに提示する医療保険の被保険者証とは異なります。

○取扱いについての注意点

被保険者証には重要な情報が記載されていますので、以下の点に注意して大切に扱ってください。

- ・コピーしたものは使用できません。
- ・被保険者証の貸し借りは法律で罰せられます。
- ・悪用される場合もあるので、失くさないように注意してください。
- ・被保険者証には有効期間はありません。何らかの変更がない限りお手元の被保険者証が有効ですので、大切に保管してください。

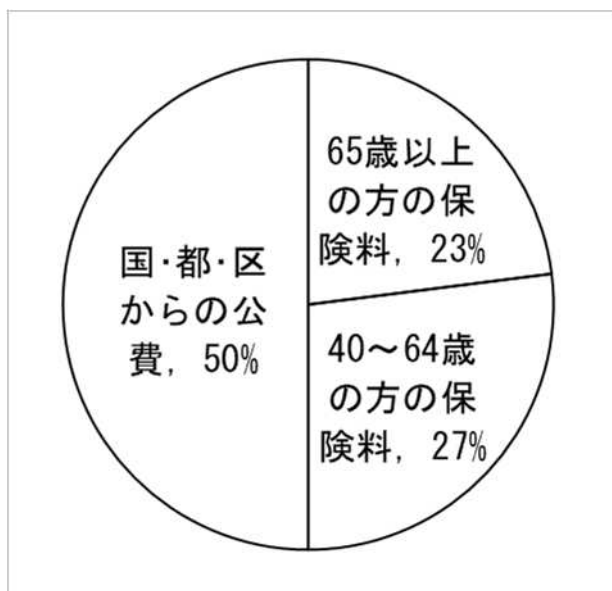
被保険者証（うぐいす色）

介護保険被保険者証	
被 保 険 者	番 号 住 所 フリガナ 氏 名 生年月日 明治・大正・昭和 年 月 日 性別 男・女
交付年月日 令和 年 月 日	
保険者番号並びに保険者の名称及び印	

介護保険料

○保険料は大切な財源です

介護保険は、40 歳以上の方が納める介護保険料が重要な財源となっています。介護が必要な時に安心してサービスを利用できるように、介護保険料は必ず納めましょう。



○65歳以上の方（第1号被保険者）の介護保険料

制度を適正に運営するため、3年ごとに保険料の見直しを行っています。令和6～8年度（2024～2026年度）の65歳以上の方の保険料は、3年間に必要な介護サービス費用をまかなうために算出された基準額をもとに、住民税の課税・非課税及び前年の所得金額によって決まります。

介護保険料額については、65歳の誕生日の翌月中旬、翌年からは毎年6月中旬に決定通知書をお送りします。

また、保険料に変更があった場合は、変更のあった日の翌月中旬に決定通知をお送りします。介護保険料額は別表のとおりです。

令和6年度～8年度（第9期）の介護保険料（年額）

所得段階	対象者	保険料 (年額)
第1段階	生活保護受給者、老齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の方 世帯全員が住民税非課税で合計所得金額と課税年金収入額の合計が年額80万円以下の方	21,120円
第2段階	本人及び世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額と課税年金収入額の合計が年額120万円以下の方	29,760円
第3段階	本人及び世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額と課税年金収入額の合計が年額120万円を超える方	48,360円
第4段階	本人が住民税非課税で、世帯に住民税課税者がいる方で、合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	63,240円
第5段階	本人が住民税非課税で、世帯に住民税課税者がいる方で、第4段階に該当しない人	74,400円
第6段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が125万円未満の方	85,560円
第7段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が125万円以上200万円未満の方	96,720円
第8段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が200万円以上300万円未満の方	119,040円
第9段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が300万円以上400万円未満の方	133,920円
第10段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が400万円以上500万円未満の方	148,800円
第11段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が500万円以上600万円未満の方	163,680円
第12段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が600万円以上800万円未満の方	186,000円
第13段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が800万円以上1,000万円未満の方	208,320円
第14段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満の方	223,200円
第15段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が1,500万円以上2,000万円未満の方	238,080円
第16段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が2,000万円以上2,500万円未満の方	252,960円
第17段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が2,500万円以上3,000万円未満の方	260,400円
第18段階	本人が住民税課税で、合計所得金額が3,000万円以上の方	267,840円

○介護保険料の納め方

介護保険料の納め方は年金の額によって2種類に分かれています。

年金の年額が	
18万円以上の方	18万円未満の方
特別徴収 年金の定期払い（年6回）の際、介護保険料があらかじめ差し引かれます。	普通徴収 口座振替や納付書で介護保険料を納めます。

※特別徴収の対象となる年金は老齢・退職年金、障害年金、遺族年金です。

※納め方を自分で選ぶことはできません。

年金の年額が18万円以上でも、特別徴収に切り替わるまで一時的に納付書で納める場合があります。

- ・65歳（第1号被保険者）になったばかりの方
- ・他の区市町村から転入した場合
- ・年度途中で年金の受給が始まった場合
- ・年金の一時差し止めや支給停止になった場合 など

○介護保険料を滞納すると

介護保険料を納めない状態が続くと、滞納した期間に応じて保険給付の一時差し止めや制限、利用しているサービスの費用をいったん全額払う等の措置がとられることがあります。納期限までに納められない場合は、介護保険課資格保険料係（Tel3647-9493）へご相談ください。

○介護保険料減額制度について

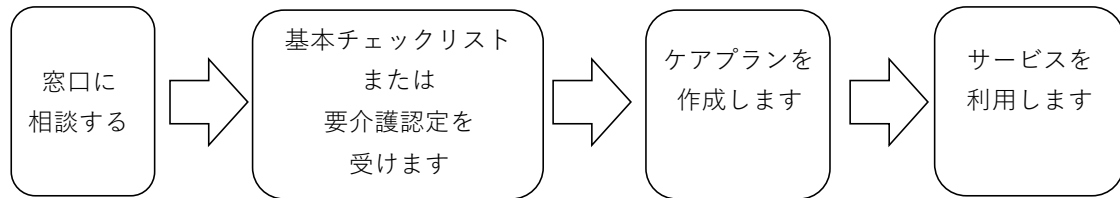
保険料段階が第1～3段階の方は、収入が一定以下などの8つの条件すべてに該当する場合は、介護保険料を減額する制度がありますのでご相談ください。

○40～64歳の方の介護保険料

介護保険料額は、加入している医療保険（国民健康保険、職場の健康保険）ごとの算出方法によって決められ、医療保険の保険料と合わせて納めます。

申請から利用まで

介護保険のサービスを利用するための手続きの流れは以下のようになります。



●基本チェックリストを受けます

介護予防・生活支援サービス事業のみを利用希望される方は、基本チェックリストで基準に該当するか判定します。

●要介護認定を受けます

総合事業以外のサービス利用も希望する方は、介護サービスが必要かどうか、要介護認定を受けます。

①要介護（要支援）認定の申請をします

本人や家族が、長寿サポートセンター、区役所介護保険課で申請します。

※自分や家族が申請できない場合は、長寿サポートセンターなどに代行してもらうことができます。

②訪問調査と審査が行われます

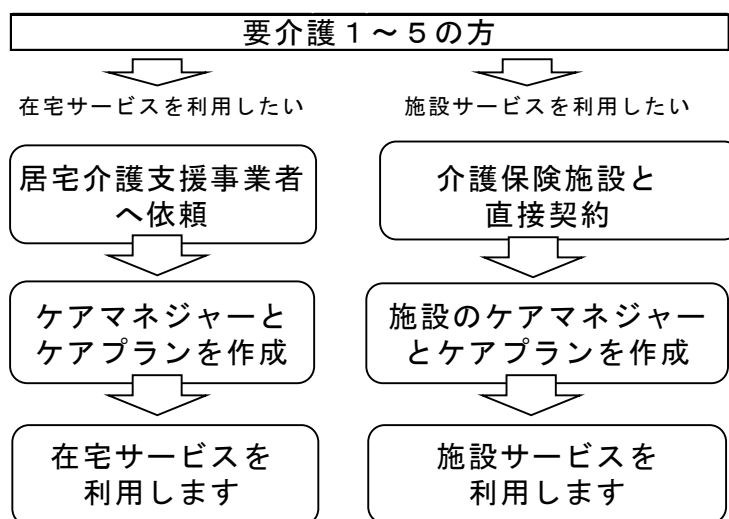
心身の状態を調べるため、本人、家族などから聞き取り調査を行い、その結果と主治医の意見書をもとに区が審査を行います。

③認定結果が通知されます

介護がどの程度必要な状態か（要介護状態区分）が審査され、その認定結果が通知されます。原則として申請から30日以内に「認定結果通知書」と「新しい介護保険被保険者証」が送付されます。

●ケアプランを作成します

認定結果に基づいて、サービスを利用するためのケアプランを作成します。

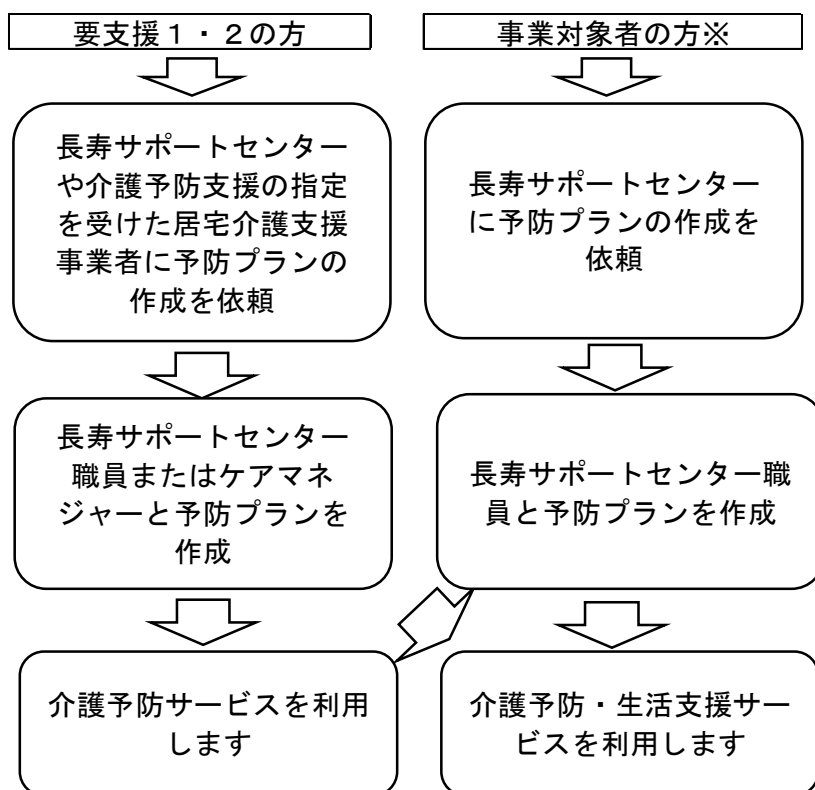


居宅介護支援事業者

ケアマネジャーを配置して、サービス提供事業者との連絡や調整を行う、区市町村の指定を受けた事業者のことです。

ケアマネジャー（介護支援専門員）

ケアプランを作成する専門家です。居宅介護支援事業者に所属しています。ケアプランとは、利用者が自立した日常生活を営めるよう、心身の状態にあわせて、自立に向けて設定された目標を達成するための計画です。本人・家族・ケアマネジャーなどが話し合って作成します。



認定結果が「非該当」となった方は長寿サポートセンターへ再度ご相談ください。改めて基本チェックリストを受けて事業対象者に該当すれば、介護予防・生活支援サービスが利用できます。
 ※事業対象者：厚生労働省の定めた25の質問項目（基本チェックリスト）により、「介護予防・生活支援サービス事業対象（要支援相当）者」に該当すると判定された方。

●介護サービスの種類

介護保険のサービスは、利用者の状態にあわせてさまざまな種類があります。

居宅（介護予防）サービス

自宅で利用する

介護サービスの種類	要介護	要支援
訪問介護	○	—
介護予防型訪問（総合事業）	—	○
訪問入浴介護	○	○
訪問リハビリテーション	○	○
訪問看護	○	○
居宅療養管理指導	○	○

施設に通い（泊まり）利用する

介護サービスの種類	要介護	要支援
通所介護	○	—
介護予防型通所（総合事業）	—	○
通所リハビリテーション	○	○
短期入所生活介護	○	○
短期入所療養介護	○	○

施設内で利用する

介護サービスの種類	要介護	要支援
特定施設入居者生活介護	○	○

生活環境を整える

介護サービスの種類	要介護	要支援
福祉用具貸与	○	○
特定福祉用具購入費の支給	○	○
住宅改修費の支給	○	○

地域密着型（介護予防）サービス

介護サービスの種類	要介護	要支援
地域密着型通所介護	○	－
介護予防型通所（総合事業）	－	○
認知症対応型通所介護	○	○
認知症対応型共同生活介護	○	△
小規模多機能型居宅介護	○	○
夜間対応型訪問介護	○	－
地域密着型特定施設入居者生活介護	○	－
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	△	－
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	○	－
看護小規模多機能型居宅介護	○	－

施設サービス

介護サービスの種類	要介護	要支援
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（老人保健施設）	○	－
介護医療院	○	－

要介護：要介護１～５に認定された方が利用できるサービスに○印がついています。ただし、△印の場合は原則として要介護１・２の方は利用できません。（平成２７年３月以前入所者と特例入所を除く）

要支援：要支援１・２に認定された方が利用できるサービスに○印がついています。ただし、△印の場合は要支援１の方は利用できません。

介護保険負担割合証

介護サービスを利用した時の利用者負担は、所得に応じてサービス費用の1割・2割または3割を支払います。残りの費用は保険者（江東区）から事業者を支払います。

介護サービスを利用するときは「介護保険被保険者証」と「介護保険負担割合証」をサービス事業者に提示してください。

○介護保険負担割合証が交付される方は

要支援・要介護認定を受けた方、介護予防・生活支援サービス事業対象者にお送りしています。

○交付の時期は

前年の所得により負担割合を決定し、毎年7月中旬に交付します。

○適用期間は

8月1日から翌年7月31日までの1年間です。

※新たに認定を受けた方の適用期間は申請日からとなります。

介護保険負担割合証							
交付年月日 年 月 日							
番号							
被保険者							
フリガナ							
氏名							
生年月日	明治・大正・昭和 年 月 日 性別 男・女						
利用者負担の割合	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">適用期間</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>割合</td> <td>開始年月日 令和 年 月 日 終了年月日 令和 年 月 日</td> </tr> <tr> <td>割合</td> <td>開始年月日 令和 年 月 日 終了年月日 令和 年 月 日</td> </tr> </tbody> </table>	適用期間		割合	開始年月日 令和 年 月 日 終了年月日 令和 年 月 日	割合	開始年月日 令和 年 月 日 終了年月日 令和 年 月 日
適用期間							
割合	開始年月日 令和 年 月 日 終了年月日 令和 年 月 日						
割合	開始年月日 令和 年 月 日 終了年月日 令和 年 月 日						
保険者番号並びに保険者の名称及び印							

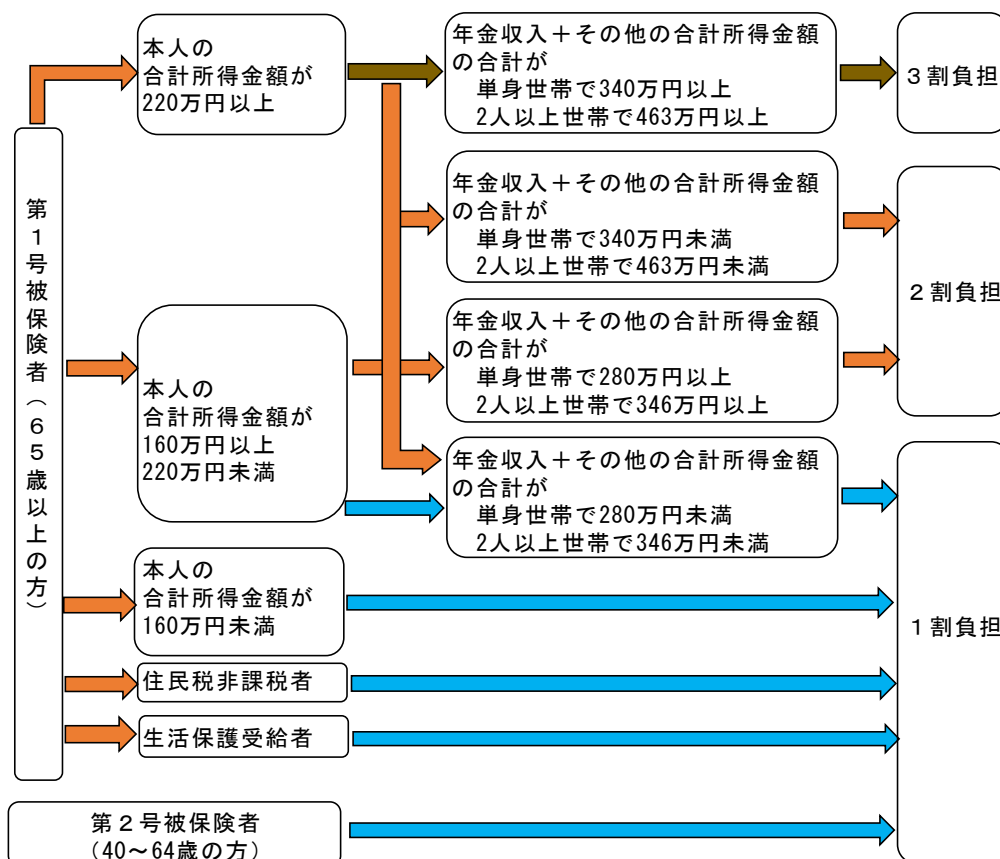
(むらさき色)

あなたの住所・氏名・生年月日です。

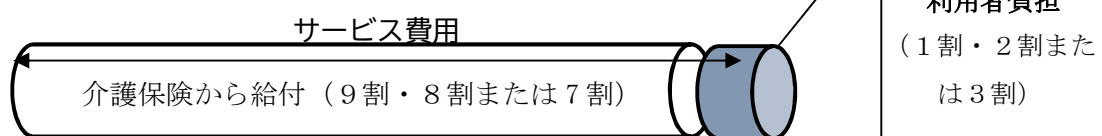
介護サービスを受けるときの負担割合1割・2割または3割が記載されています。

適用期間が記されています。期限の過ぎたものは使えません区に返却してください。

利用者負担割合の判定



サービスの利用者負担

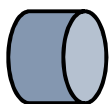


サービスを利用したら、費用の1割、2割または3割※を利用者が負担します。ただし、通所介護や短期入所サービス、施設サービス利用時の居住費（滞在費）、食費、日常生活費は全額自己負担となります。

○在宅サービスを利用する場合

自宅で利用するサービス

サービス費用の
1割、2割または3割



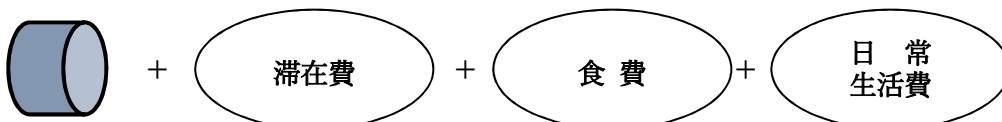
施設に通うサービス

サービス費用の
1割、2割または3割



施設に短期間入所するサービス

サービス費用の
1割、2割または3割

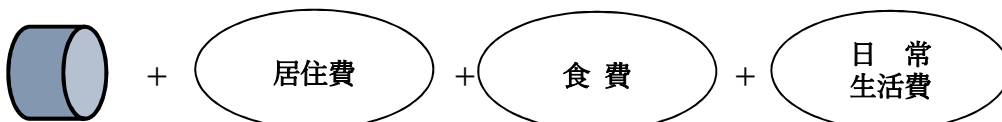


※ご自身の負担割合は「介護保険負担割合証」でご確認ください。

○施設サービスを利用した場合

費用の1割、2割または3割※負担に加え、居住費、食費、日常生活費を負担します

利用者負担



※施設を利用した場合の居住費・食費の負担限度額

介護施設を利用する際の居住費（滞在費）・食費については、預金や収入等が一定の金額以下等の条件を満たす人は申請により施設利用時の居住費（滞在費）・食費が軽減されます。

○負担額が高額になったら？

世帯内で1か月のサービスにかかる利用者負担のうち、下表の上限を超えた分が、高額介護サービス費として支給されます。

所得区分	負担上限月額
生活保護を受給している方 等	(個人) 15,000円 (世帯) 15,000円
世帯全員が住民税非課税	(世帯) 24,600円
前年の課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計が年額80万円以下の方	(個人) 15,000円 (世帯) 24,600円
住民税課税世帯	
課税所得380万円未満の方	(世帯) 44,400円
課税所得380万円以上690万円未満の方	(世帯) 93,000円
課税所得690万円以上の方	(世帯) 140,100円

介護保険と医療保険の自己負担額が高くなったら？

介護と医療の両制度の上限額を適用した後に、世帯内で1年間の自己負担合計額のうち、一定の負担限度額を超えた分が、高額医療合算介護サービス費として支給されます。※

※高額介護サービス費、高額医療合算介護サービス費の支給を受ける場合は区への申請が必要です。該当者には申請書を送付します。

○利用者負担の軽減について

生計困難者に対する利用者負担額軽減制度

介護保険サービスを利用するとき、預金や収入等が一定の金額以下等の条件を満たす方は、申請により負担額が軽減されます。

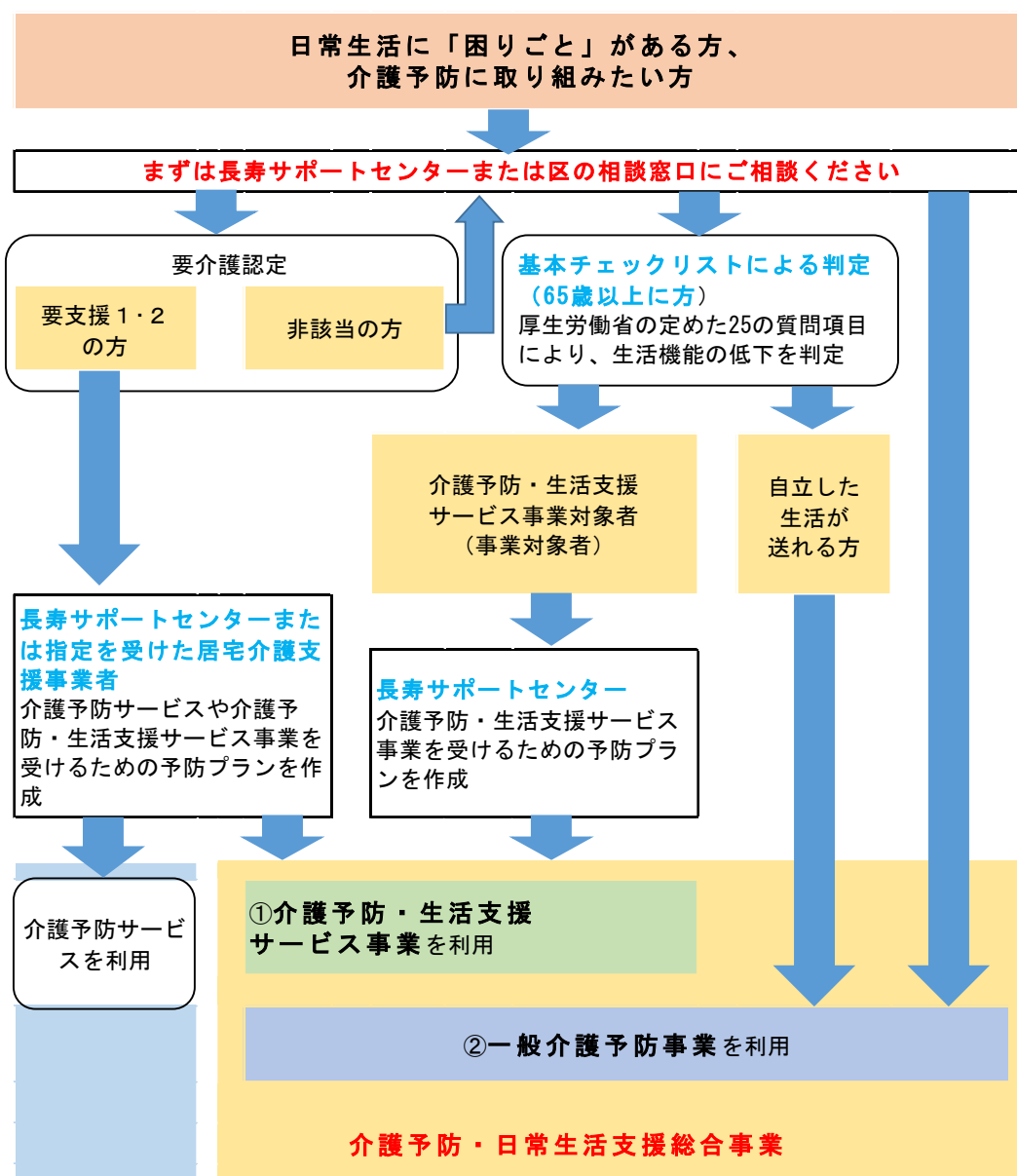
この制度の利用は事業者が軽減制度を実施している場合に限ります。

介護予防・日常生活支援総合事業

「介護予防・日常生活支援総合事業（以下総合事業）」とは、区が主体で行う地域支援事業の一つとして、その方の状態や必要性にあわせた様々なサービスなどを提供する事業です。

総合事業では、①要支援に認定された方や生活機能の低下がみられる要支援相当の方が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」、②65歳以上のすべての方が利用できる「一般介護予防事業」を行い、みなさんの介護予防と日常生活の自立を支援します。

○総合事業利用の流れ



①介護予防・生活支援サービス事業

対象者

- ・要支援１・２の方
- ・基本チェックリストでサービス事業対象者に該当した６５歳以上の方

主なサービス内容

○介護予防型サービス（介護予防型訪問・介護予防型通所）

必要に応じて日常生活上の支援や、機能訓練などを行います。

○ご近所ミニデイ

地域住民が主体となって軽い体操や食事、レクリエーションなどを行います。

○元気アップサービス（元気アップ訪問・元気アップトレーニング）

リハビリ専門職などの指導のもと、短期集中（原則３か月）で生活機能の改善を目指します。

②一般介護予防事業

対象者

- ・６５歳以上すべての方（一部条件があります）

主な事業内容

○介護予防講演会

○介護予防リーダー養成講座

○一般介護予防教室

○シニアのための体力測定会

○江東マスタースフィットネス

○とことんお元気！サークル

介護保険に関わる税の控除について

所得税・住民税において次の所得控除が受けられます。

○障害者控除

65歳以上で要介護1～5の認定を受けている、または寝たきりの方が障害者に準ずる状態にあると認められる場合は、区から「障害者控除対象者認定書」の交付を受けることにより「(特別)障害者控除」の対象となります。

◇「障害者控除対象者認定書」の問い合わせ先は

介護保険課在宅支援係 TEL 03-3647-4319

○社会保険料控除

介護保険料は「社会保険料控除」として所得控除の対象となります。

なお、年金から差引きされている保険料は、その年金受給者本人のみに社会保険料控除が適用されるため、本人以外の方の社会保険料控除に含むことはできません。

◇「社会保険料控除」の問い合わせ先は

介護保険課資格保険料係 TEL 03-3647-9493

○医療費控除

- ・介護保険のサービスを利用した際の、利用料負担金の一部は「医療費控除」の対象となります。
- ・6か月以上寝たきり状態で、医師の発行した「おむつ使用証明書※」がある場合は、おむつ代も「医療費控除」の対象になります。

※要介護認定を受けており、おむつ代の医療費控除を引き続き受ける場合、2年目以降については医師の証明書に代えて区が発行する「おむつ使用の確認書」で申告できます（ただし、一定の条件に該当しない場合は確認書を発行できないこともあります）。

◇「おむつ使用の確認書」の問い合わせ先は

介護保険課庶務係 TEL 03-3647-9481

長寿サポートセンター一覧

長寿サポートセンターは介護保険法に基づく「地域包括支援センター」で、保健師（看護師）、社会福祉士、主任介護支援専門員などの専門職が連携しながら高齢者の地域生活を支援します。

お電話での相談はもちろん、ご自宅に訪問することもできます。ご相談は無料です。

相談時間

月～金曜日：午前9時～午後6時

土曜日：午前9時～午後3時

（定休日：日曜日・祝休日・年末年始）

※豊洲長寿サポートセンターの相談時間は以下のとおりです。

月～金曜日：午前8時30分～午後5時（水曜は午後7時まで）

月1回日曜開設日：午前9時～午後4時

〔定休日：土曜日・日曜日（月1回日曜開設日は除く）・祝休日・年末年始〕

センター名	所在地	電話番号※	担当地域
白河長寿サポートセンター	白河 3-4-3-201	5646-1541	常盤、新大橋、森下1・2、三好3・4、白河、高橋
海辺長寿サポートセンター	海辺 12-13	3645-6761	千石、石島、千田、海辺、扇橋
住吉長寿サポートセンター	住吉 1-9-5	3635-0646	森下3～5、猿江、住吉、毛利
平野長寿サポートセンター	平野 1-2-3	5639-9121	清澄、平野、三好1・2、佐賀、福住、深川、冬木、門前仲町、木場3
古石場長寿サポートセンター	古石場 2-14-1-101	3641-2801	永代、富岡、牡丹、古石場、越中島、木場2
東陽長寿サポートセンター	東陽 6-2-17	5665-4547	木場4・5、東陽
塩浜長寿サポートセンター	塩浜 2-7-2	5617-6213	塩浜、潮見、木場1・6
豊洲長寿サポートセンター※	豊洲 2-2-18	5859-0566	豊洲、東雲、有明、青海、海の森
枝川長寿サポートセンター	移転前：枝川 1-8-15-101 ※令和6年11月下旬～ 令和8年1月まで移転予定 移転後：潮見 2-8-7	5634-0158	枝川、辰巳
亀戸長寿サポートセンター	亀戸 1-30-8	5627-2525	亀戸1・2・6
亀戸北長寿サポートセンター	亀戸 4-21-13	5626-0671	亀戸3～5
亀戸東長寿サポートセンター	亀戸 9-13-1	5875-3451	亀戸7～9
大島長寿サポートセンター	大島 6-14-4-103	5628-0541	大島3・5・6
大島西長寿サポートセンター	大島 4-1-37	3636-9857	大島1・2・4
大島東長寿サポートセンター	大島 9-6-16	5836-5301	大島7～9
北砂西長寿サポートセンター	北砂 3-31-19	3615-4860	北砂1～3・5
北砂東長寿サポートセンター	移転前：東砂 4-20-17 ※令和7年5月初旬下記へ移転 予定 移転後：北砂 6-20-30	5606-1744	北砂6、東砂1・2
北砂南長寿サポートセンター	北砂 7-7-1-101	6660-2050	北砂4・7、南砂4・5

東砂長寿サポートセンター	東砂 4-16-12	5857-8243	東砂 3～7
南砂長寿サポートセンター	南砂 2-3-5-102	3640-9851	南砂 1・2
新砂長寿サポートセンター	新砂 3-3-37	5653-1735	東砂 8、南砂 3・6・7、新砂、新木場、夢の島、若洲

※電話番号について、すべて市外局番「03」を付けておかけください。

介護保険に関する相談窓口

区役所の窓口で相談を受け付けています。

被保険者証や保険料に関すること	資格保険料係 03 (3647) 9493
要介護認定に関すること	認定係 03 (3647) 9496
訪問調査に関すること	調査係 03 (3647) 9497
保険の給付に関すること	給付係 03 (3647) 9498
高齢者の在宅サービスに関すること	在宅支援係 03 (3647) 4319
介護サービスの利用に関する相談	介護サービス利用相談 03 (3647) 9099

長寿サポートセンターでも相談を受け付けています。

発行 令和6年4月

〒135-8383 江東区東陽 4-11-28

江東区福祉部介護保険課

Tel03-3647-9111（代表）