



RAKUWA
lecture of health

第 88 回

らくわ健康教室

介護版

2012 年 3 月 3 日



知って安心、 介護保険の仕組み

介護支援部 介護事業部 経営管理課 教育担当 課長
主任介護支援専門員 社会福祉士

にし むら なみ じ
西村 浪二



子どもたちのために、未来へ…

洛和会ヘルスケアシステム®

洛和会丸太町病院 洛和会音羽病院
洛和会音羽記念病院 洛和会みささぎ病院

知って安心、介護保険の仕組み

今日、お伝えしたいこと

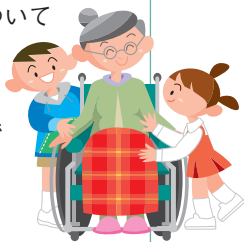
◆介護保険の前に…

- ・介護予防事業について
- ・介護予防推進センターについて
- ・地域包括支援センターについて

◆介護保険のしくみ

- ・申請から認定まで
- ・認定からサービス利用まで

◆健やかに、ご自分らしく お過ごしいただくために…



今の状態はいかがでしょう？

◆65歳以上の方

① お元気な方(支障なく生活ができています)

② 生活はできているが生活機能の低下の可能性がある方

③ 生活はできているが生活機能の低下がある方

④ 支援が必要な方

⑤ 介護が必要な方

◆40歳～65歳までの方

⑥ 支援や介護が必要な方

②と③は「基本チェックリスト」と検診の結果で判定されます

④と⑤は「要支援・要介護認定」の結果で判定されます

皆さまの今の状態はいかがでしょう？

※次ページの表に当てはめて考えてみましょう。

当てはまる項目のある方は、下記を参照いただき、ご自身に合った介護予防や介護支援をご利用ください。

① お元気な方 (支障なく生活ができています)

◆体調に気を付けて、地域活動や趣味活動に、ますますお元気に…

- ・老人クラブ活動などへの参加
- ・健康教室や健康づくり教室への参加
- ・ボランティア活動 など

◆ご自分らしく、生き生きと健康な生活 ◆将来に向けての準備・心づもり など

② 生活はできているが生活機能の低下の可能性がある方

◆現在の状態を維持できるような取り組み

- ・介護予防推進センターの運動教室への参加 (一次予防)
- ・老人クラブ活動への参加
- ・健康すこやか学級への参加

◆健やかにお過ごしいただけるように、社会とのつながりを持ちながらの生活

◆いざという時のために、情報をキャッチ

③ 生活はできているが生活機能の低下がある方

◆生活機能が現在以上に低下しないような取り組み

- ・介護予防推進センターの取り組みへの参加 (二次予防)
- ・地域包括支援センターからの訪問や教室への参加 など

◆自分でできることを維持しながら、自分らしく生活できるような周囲とのかわり

◆専門職とのつながりを長く続ける



◆介護予防推進センターの取り組み (二次予防)

- ・運動機能向上
- ・栄養改善
- ・口腔機能向上 ほか

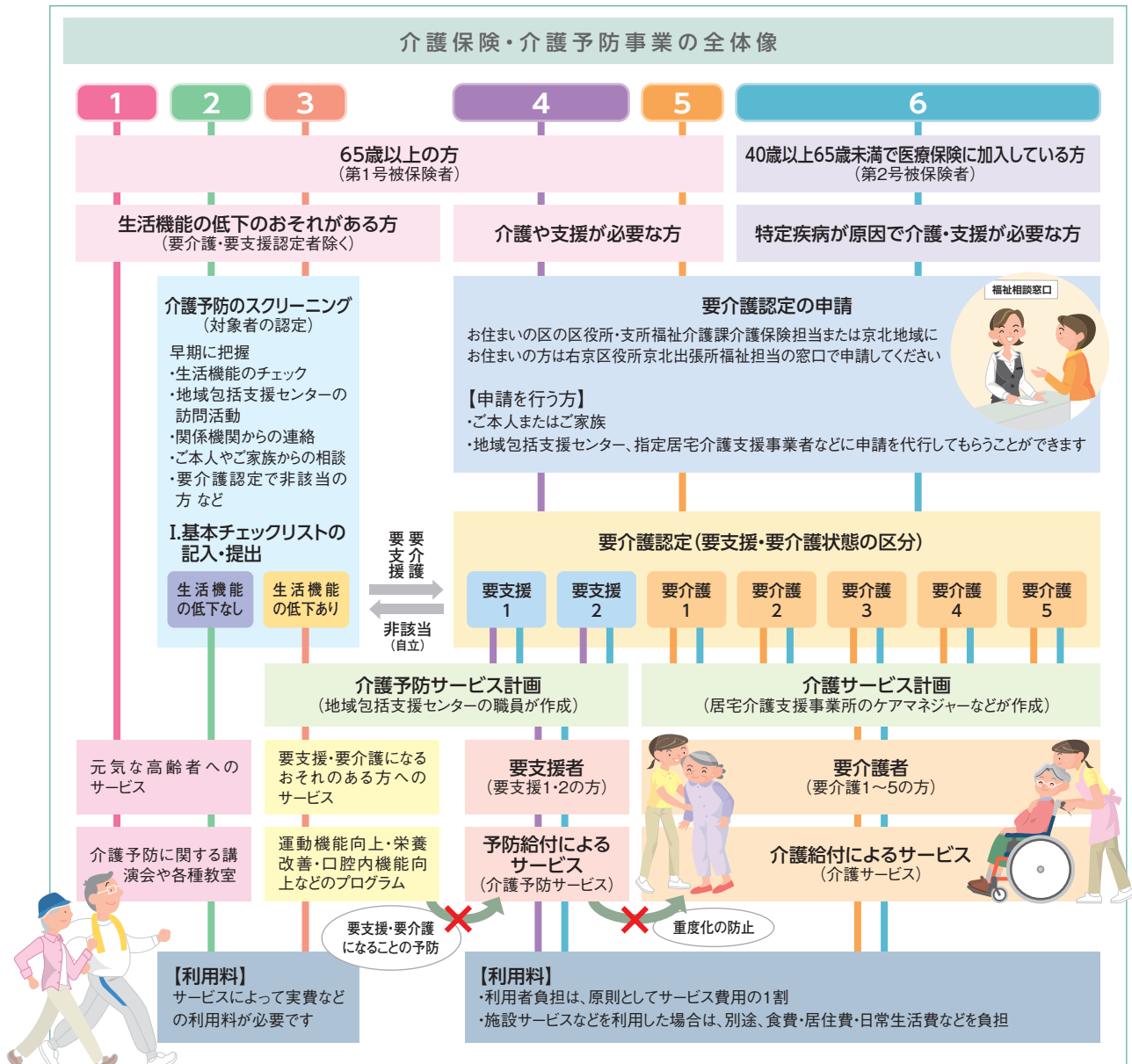
京都市では「はんなりプラン」と呼んでいます

状態に合わせて、地域包括の職員がご相談しながら、介護予防ケアプランを作成します

◆地域包括支援センターの取り組み

- ・運動教室
- ・認知症予防 など

※さまざまなプログラムで生活機能の維持を支援しています



【介護予防推進センターとは】

- 京都市は、各区に1カ所設置されています
- 利用対象は、生活はできているが、生活機能の低下の可能性がある方と、生活はできているが、生活機能の低下がある方です

介護を必要とせず、元気に暮らせるよう、介護予防の普及や推進を行っています。

運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上などに取り組んでおり、利用者さまの状態に合わせて、地域包括の職員が、介護予防ケアプ

ラン（サービス計画）を作成します。

【地域包括支援センターとは】

- 介護予防に関するサポート
- 総合相談窓口
- 権利擁護を支援
- 包括的継続的ケアマネジメント相談窓口

が役割で、社会福祉士、保健師（看護師）、主任介護支援専門員の3人の専門職が連携し、一体的に支援します。

◎支援や介護が必要な方

➡要支援、要介護の認定が必要になります

※介護保険証を持っていたとしても、認定を受けていないと、1割負担でサービスを利用することができません。

認定を受けるためには、介護保険の申請書を役所に提出する必要があります。

お近くの地域包括支援センターや、居宅介護支援事業所にご相談ください。申請のお手伝いをしてもらえます。

【申請から認定までの流れ】

聞き取り調査や医師の意見書に基づき、役所で審査を行います。

(申請してから約1カ月で結果が出ます)

1. 介護保険の申請書を役所に提出
2. 役所からかかりつけ医に、意見書の提出を依頼
3. 訪問調査員から聞き取り調査を受ける
4. 審査で要介護、要支援状態の区分が認定される

認定は8段階あります。

- 自立 (介護保険サービスは利用できません)
- 要支援 1・2
- 要介護 1～5

◎40歳以上65歳未満で、支援や介護が必要な方

- 初老期における認知症や脳血管疾患などに伴う病気(特定疾患)が原因で、介護や支援が必要な方
 - 要支援、要介護認定を受けた方(手続きは支援や介護が必要な方と同じ)
- ➡介護予防サービス計画、介護サービス計画に基づいて、介護保険サービスを1割負担で利用できます。

【介護保険のサービス】

●在宅サービス

…訪問介護(ホームヘルパー)、デイサービス、デイケア、訪問看護、訪問入浴介護、訪問リハビリ、短期入所 など

●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)、認知症対応型デイサービス、小規模多機能型居宅介護 など

●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

また、要支援、要介護認定結果により、利用できるサービスの名称や内容などが変わります。

【ケアマネジャーの役割】

利用する方の状態やご希望に沿って、利用するサービスを一緒に検討したり、調整します。また、日常のさまざまな介護に関する相談に乗ります。

健やかにご自分らしい生活をするために

- ご自分でできる活動を継続し、人との関わりをもちながら過ごしましょう
- 生活機能の低下を予防し、現在の状態が維持できるように努めましょう
- 困ったことや、わかりにくいことがあれば、専門職に相談しましょう
- 現在の状況に合わせ、必要に応じて、支援・介護のサービスを利用しましょう