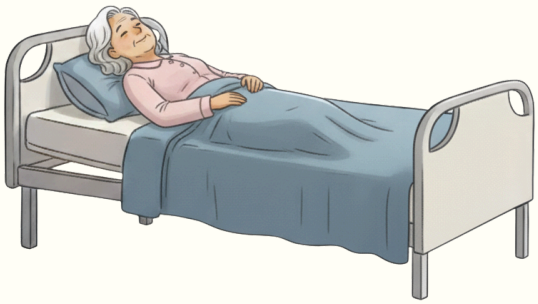
げんまい新聞

第28号　日々の在宅医療介護に役立つ知恵と情報をお届けします

製作者
玄米
クリニック
西原町翁長834
トムズビル2階
☎098-944-6663

はじめての「介護のお金」入門ガイド
～ご家族が知っておきたい基本のキ～



ご家族に介護が必要になったとき、多くの方が「介護サービスって、いったいいくらかかるんだろう？」「保険はきくの？」と、お金の不安を抱えられます。
介護のお金は少し複雑に見えますが、基本的な仕組みさえ分かれば、必要以上に恐れることはありません。
大切なご家族のために、そして介護をするご自身のために、まずは基本の「キ」を一緒に学んでいきましょう。

１．私たちの強い味方、「介護保険制度」

日本には「介護保険制度」という、社会全体で介護を支え合う仕組みがあります。
私たちは40歳になるとこの保険料を納めはじめ、原則として65歳以上（または特定の病気の場合は40歳以上）で「介護や支援が必要」と認定されると、サービスを利用できる仕組みです。
ポイント：

- 介護サービスを利用するとき、費用の大部分（通常は9割）をこの保険が負担してくれます。
- 私たちが支払うのは、原則としてかかった費用の「1割」（所得に応じて2割または3割の場合もあります）です。

２．「要介護度」ってなに？

介護保険のサービスを使うには、まずお住まいの市区町村に申請して、「どのくらい介護が必要か」を認定してもらう必要があります。これが「要介護認定」です。

- 要支援 1～2：まだ介護は必要ないが、生活機能の維持・向上のために支援が必要な状態。
- 要介護 1～5：日常生活において、何らかの介護が必要な状態。数字が大きいほど、必要な介護の度合いが高くなります。

この「要介護度」によって、「介護保険を使ってサービスを受けられる月々の上限額（支給限度額）」が決まります。

３．介護のお金：「保険がきく費用」と「自己負担の費用」

ここが一番大切なポイントです。介護にかかる費用は、大きく分けて2種類あります。

① 保険がきく費用（自己負担は1〜3割）

これらは、介護保険の「支給限度額」の範囲内で利用するサービスです。

♦家で受けるサービス（在宅介護）

- ホームヘルパー（訪問介護）：食事や入浴、排泄などの介助
- デイサービス（通所介護）：日帰りで施設に通い、レクリエーションやリハビリ、入浴などを受ける
- ショートステイ（短期入所）：一時的に施設に宿泊する
- 福祉用具のレンタル：車いす、介護用ベッド、手すりなど

（例）要介護3の方（上限額が約27万円）が、1ヶ月に20万円分のサービス（デイサービスやヘルパー）を利用した場合…

→ 自己負担が1割なら、窓口で支払うのは 2万円 です。

② 全額が自己負担になる費用

介護保険がきかない、全額を自分で支払う必要がある費用です。これが見落とされがちなので注意しましょう。

♦限度額を超えたサービス料

- （例）上記の要介護3の方が、上限の27万円を超えて、30万円分のサービスを利用した場合。
- 超えた3万円分は、全額（3万円）が自己負担となります。

♦施設での「居住費」と「食費」

- 特別養護老人ホーム（特養）などの介護施設に入所した場合、介護保険が負担してくれるのは「介護サービス料」の部分だけです。
- 部屋代（居住費）や食費、光熱費は、全額自己負担となります。（※所得が低い方は、負担を軽減する制度があります）♦♦日常生活でかかる費用
- デイサービスでのお昼ごはん代、おむつ代、レクリエーションの材料費
- 病院への送迎費（介護保険の対象外のもの）
- 散髪代、個人の日用品の購入費など

４．支払いが大変…そんな時の「軽減制度」

「1割負担でも、重なると高額になってしまう…」そんな時のために、負担を軽くする制度も用意されています。

♦高額介護サービス費

1ヶ月に支払った自己負担額（1〜3割の部分）が、所得ごとに決められた上限額を超えた場合、超えた分の金額が後から払い戻されます。

（例：住民税課税世帯の場合、月の上限は44,400円など）※食費や居住費は対象外です。

５．まず、誰に相談すればいいの？

1. **お住まいの市区町村の窓口（介護保険課など）**

- まずは「介護が必要かも」と思ったら、ここで「要介護認定」の申請を行います。

2. **地域包括支援センター**

- 高齢者のための「総合相談窓口」です。介護の悩み全般、制度のこと、どこに相談していいか分からない時、まずここに電話してみましょう。

3. **ケアマネジャー（介護支援専門員）**

- 要介護認定を受けると、介護の計画（ケアプラン）を作ってくれる専門家です。
- 「ご本人の希望」「ご家族の状況」「予算」をすべて考慮して、「どのサービスをどう組み合わせるか」を一緒に考えてくれる、最も身近なパートナーです。ケアプラン作成の費用は全額保険でまかなわれるため、自己負担はありません。