

介護保険サービスの利用を具体的に考え始めたら、長寿介護課（さざんか）または市民課相良窓口係（相良庁舎）で、手続きを行ってください。

ケアマネジャーとは、介護支援専門員のことです。介護保険サービスが必要としている人を支援し、サービス事業者と利用者の調整をします。介護保険サービスや事業所は多数あり、利用者や家族だけで目的に合った事業所を探すことは困難です。そのようなとき、ケアマネジャーがさまざまな事業所の情報を提供し、利用者はその情報を元に、利用したいサービスや事業所を選択します。担当ケアマネジャーは、いつでも利用者や家族からの相談に乗ります。暮らしの中の困りごとや不安などを、気軽に相談してください。

要介護度が決まったら、「ケアプラン」を作成して、必要なサービスを受けられるようになります。ケアプランは、専門知識を持ったケアマネジャーが、家族や利用者から要望を聞きながら作成します。

やれることを増やしたい！  
やりたいことを実現したい！  
やっていることを続けたい！

# どう使う？ 何がある？ 介護保険サービス

介護保険は、高齢者の暮らしをみんなで支える仕組みです。実際に介護が必要になった時に、頼りになるのが介護保険のサービスです。介護保険のサービスは20種類以上あり、その人の暮らしに必要なサービスを選んで利用します。今回は、数あるサービスの中から、代表的なサービスをいくつか紹介します。どのようなサービス内容なのかを知って、あなたの「したい！」を叶えてください。

問い合わせ 長寿介護課 中村 ☎0076

**介護保険サービスを利用するためには、「要介護度」を決めるための手続きと「ケアプラン（サービス利用計画書）」が必要です。**

**要介護度とは**  
要介護度とは、日常生活の中で、どの程度の手助けを必要とするのかという「介護の必要度（手間）」を表すものです。要介護度は、軽い順に次のように分けられます。

**「事業対象者」**  
今は手助けを必要としないが、今後、介護が必要にならないための予防が必要な状態の人。

**「要支援」**  
食事やトイレなど、日常生活の基本的なことは自分でできるが、負担の大きい家事など、部分的な手助けが必要な状態の人。

**「要介護」**  
日常生活における基本的な動作が困難で、手助けが必要な状態の人。  
要介護1から5まであり、数字が大きいほど、多くの手助けが必要となる。

## サービス利用の流れ

### ケアマネジャー



これからの暮らしに必要なものを考え、利用者にあったサービスを一緒に選ぶ

### 【ケアマネジャーの決定】

要介護度をもとに、利用者の家族が決めます。  
▶「事業対象者」・「要支援」となった人  
地域包括支援センターへ連絡する。  
▶「要介護」となった人  
市介護保険ガイドブックに掲載されている「居宅介護支援事業所」の中から、事業者を決め、連絡します。

### 【ケアプランの作成】

ケアマネジャーが、「いつ」「どんなサービスが」「どのくらい必要なのか」を家族や本人から聞き取り、ケアプランを作成します。身体の状態や家庭環境を踏まえた上で、これから必要なものを一緒に考えます。

### 【サービス担当者会議】

ケアマネジャーが作成したケアプランをもとに、利用するサービスのスタッフや家族を含めて会議を行います。この会議では、利用者や家族の介護サービスに関する意向や利用者に関する情報を共有します。

### 【サービス利用開始】

### 【ケアプランの見直し】

サービスを利用していく中で、身体状態や家庭環境に変化があった場合には、利用計画の見直しを行います。利用者にとって必要なサービスが受けられるようになります。



利用者の希望を、サービス事業者と共有する

前とは違うサービスの方がいいのかも？

今の状態に適したサービスを提案する

### 利用者・その家族

できないことが増えて介護が必要になった  
↓  
要介護認定を受ける



どんなサービスがあって、自分に合っているものは何だろうか？

これから、こんな風になっていったらいいな



利用しているサービスが合わない  
↓  
今とは違うサービスも知りたい

## 介護保険で使えるサービス(一部)

要介護度によって使えるサービスの種類や上限額が変わります。

### 半日デイサービス

デイサービスセンターに半日通い、日常生活の手助けや、リハビリなどを行うサービスです。トレーニングマシンを使ったり、レクリエーションや体操をしたりして生活機能の維持向上を目指します。

### ホームヘルパー

介護が必要な人の自宅を訪問し、日常生活の手助けを行うサービスです。

### デイサービス

デイサービスセンターで、食事やお風呂などの日常生活の手助けや、自宅で生活するためのリハビリなどを行うサービスです。

### 特別養護老人ホーム

要介護3以上の人に対して、長期にわたり施設で日常生活の手助けやリハビリなどを提供するサービスです。

### 小規模多機能型居宅介護

施設への「通い」を中心に、短期間の「宿泊」や自宅への「訪問」を組み合わせて、日常生活の手助けやリハビリなどを一つの事業所で提供するサービスです。

### ショートステイ

短期間（最短で一泊二日から）、施設で介護を提供するサービスです。