

新宿区

介護予防・日常生活支援総合事業の

いつまでも
元気である
ために



介護予防・日常生活支援総合事業とは

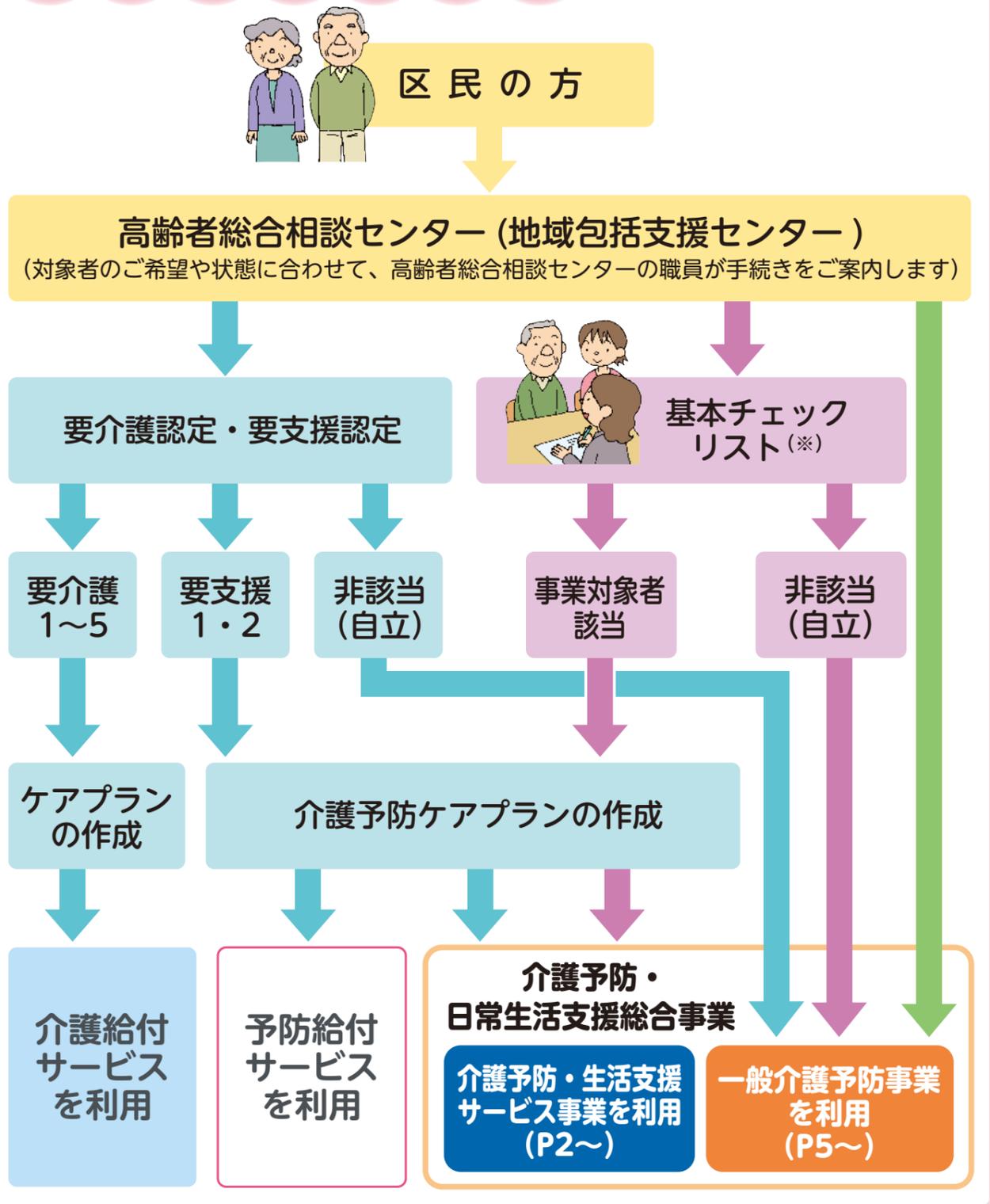
地域全体で高齢者を支え、高齢者自身も自らの能力を最大限に生かして、要介護状態となることを予防するため新宿区が行う事業です。

介護予防・日常生活支援総合事業の特徴

- 多様な主体による多様なサービスを展開します
高齢者を含めた幅広い世代の区民、NPO、ボランティア、事業者等、様々な人や団体がサービスの担い手となることにより、高齢者に対する生活支援等を充実します。
- 社会参加の視点を取り入れた介護予防を促進します
「心身機能」だけでなく、「参加」「活動」の視点を介護予防に取り入れることで、高齢者が地域や社会の中での役割を持ちながら、いきいきとした生活を継続することを目指します。

介護予防・日常生活支援総合事業は「**介護予防・生活支援サービス事業**」と「**一般介護予防事業**」で構成されています。

利用までの流れ



(※) ご本人の心身の状況を把握するための25項目の質問票

介護予防・生活支援サービス事業

要介護状態となることを予防し、一人ひとりが活動的で生きがいのある生活を送ることができるよう支援します。

対象者は、要支援1・2の認定を受けた方もしくは基本チェックリストの結果により生活機能の低下が確認された65歳以上の方(事業対象者)です。

サービスの種類

訪問型サービス

訪問介護相当サービス

ホームヘルパーが利用者宅を訪問し、身体介護(食事・入浴等の生活動作の介助)や、生活援助(掃除、洗濯、調理、生活必需品の買い物等の支援)を行います。

1回あたりの利用者負担のめやす(1割の場合)	身体介護と生活援助合わせて60分以内のうち	●身体介護(30分未満)及び生活援助……………283円
		●身体介護(30分以上)及び生活援助……………333円
本人以外のためにすることや、日常生活上の家事の範囲を超えること等は、サービスの対象外です。		

ホームヘルパーによる

「食事や入浴等の生活動作の介助」

ホームヘルパーによる

「掃除、洗濯、調理、生活必需品の買い物等の支援」

生活援助サービス

生活援助員(※)等が利用者宅を訪問し、生活援助(掃除、洗濯、調理、生活必需品の買い物等の支援)を行います。

(※) 区の研修を修了した者

1回あたりの利用者負担のめやす(1割の場合)	●生活援助(60分以内)……………160円
本人以外のためにすることや、日常生活上の家事の範囲を超えること等は、サービスの対象外です。	

生活援助員等による

「掃除、洗濯、調理、生活必需品の買い物等の支援」

通所型サービス

通所介護相当サービス

デイサービスセンター等で日常生活上の支援（食事、入浴等）や生活機能の維持向上のための支援（機能訓練、レクリエーション等）を行います。筋力トレーニング（運動器機能向上）、食事に関する指導（栄養改善）、口腔の手入れ方法や咀嚼・飲み込みの訓練法の指導（口腔機能向上）等のメニューを利用できる事業所もあります。

1回あたりの利用者負担のめやす (1割の場合)	●1回……………306円 ※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
	○送迎……………52円/片道 ○入浴……………41円/回
	○運動器機能向上……………61円/回 ○栄養改善……………41円/回
	○口腔機能向上……………41円/回 ※食費、日常生活費は別途負担となります。

デイサービスセンター
(通所介護施設)等での

「食事、入浴等」



デイサービスセンター
(通所介護施設)等での

「機能訓練、レクリエーション等」



ミニデイサービス

介護保険施設等で、生活機能の維持向上のための支援を短時間で行います。

1回あたりの利用者負担のめやす (1割の場合)	●1.5~2時間の体操、レクリエーション等……………203円
----------------------------	--------------------------------

介護保険施設等での

「体操」「レクリエーション」



通所型短期集中サービス

デイサービスセンター等で専門職が生活機能の維持向上のための支援を原則として3か月間行います。

1回あたりの利用者負担のめやす (1割の場合)	●個別プログラムに応じたリハビリテーション……………524円 ※送迎（往復分）を含みます。
----------------------------	--

デイサービスセンター
(通所介護施設)等での

「集中的なリハビリテーション」



通所型住民主体サービス

住民を中心とした団体などが、会食や体操、レクリエーション等を提供します。サービス内容や利用者負担はサービスを提供する団体によって異なります。

★4ページ記載の「各サービスの利用回数」、「利用者負担」は適用されません。

各サービスの利用回数

各サービスの利用回数は、以下の表に掲げる回数が限度となります。実際の回数は、高齢者総合相談センターのケアマネジャーが、本人の心身の状況や希望等を考慮しながら決定します。

	訪問型サービス		通所型サービス		
	訪問介護相当サービス	生活援助サービス	通所介護相当サービス	ミニデイサービス	通所型短期集中サービス ^(※)
要支援1	週2回(合計)		週1回(いずれか)		週3回
要支援2	週2回(合計)		週2回(合計)		週3回
事業対象者	週2回(合計)		週2回(合計)		週3回

(※) 通所型短期集中サービスの利用期間中は、通所介護相当サービスとミニデイサービスは利用できません。

利用者負担

サービスを利用したときは、サービス費の1割、2割又は3割を支払います。

利用者負担割合について

下記の基準により、サービス利用負担割合が1割、2割又は3割かを判定します。

1割負担	●第1号被保険者(65歳以上)で次の(1)~(5)のいずれかに該当する方 (1)生活保護受給者 (2)住民税非課税者 (3)本人の合計所得金額が160万円未満の方 (4)本人の合計所得金額が160万円以上の方でも、同一世帯の第1号被保険者が本人のみで、年金収入額とその他の合計所得金額の合計が280万円未満の方 (5)本人の合計所得金額が160万円以上の方でも、同一世帯の第1号被保険者が2人以上で、それぞれの年金収入額とその他の合計所得金額の合計が346万円未満の方 ●第2号被保険者(40歳から64歳まで)の方
2割負担	●第1号被保険者(65歳以上)で次の(1)~(2)のいずれかに該当する方 (1)本人の合計所得金額が160万円以上220万円未満で、同一世帯の第1号被保険者が本人のみで、年金収入額とその他の合計所得金額の合計が340万円未満の方(年金収入のみの場合は343万円未満) (2)本人の合計所得金額が160万円以上220万円未満で、同一世帯の第1号被保険者が2人以上で、それぞれの年金収入額とその他の合計所得金額の合計が463万円未満の方
3割負担	●上記のいずれにも該当しない方

※3割負担は、平成30年8月1日から開始されます。

負担割合証について

負担割合は、前年の所得等によって毎年判定しなおし、7月に新しい負担割合証をお送りします。有効期間は8月1日から翌年7月31日です。

新たに要支援の認定を受けた方(転入により、以前の認定を引き継いだ方を含む)、新たに基本チェックリストにより事業対象者になった方、負担割合証の記載内容に変更があった方には、その都度作成し、お送りします。

サービスを利用する際は、ケアマネジャー及びサービス事業者に被保険者証、負担割合証の両方を必ずご提示ください。

サービスの支給限度額(1か月)

状態区分ごとに1か月に利用できる金額の上限(支給限度額)が設けられています。支給限度額を超えてサービスを利用した分は全額自己負担になります。

	支給限度額(1か月)	利用者負担(1割)の場合	利用者負担(2割)の場合	利用者負担(3割)の場合
要支援1・事業対象者	50,030円	5,003円	10,006円	15,009円
要支援2	104,730円	10,473円	20,946円	31,419円

※実際の支給限度額は、金額ではなく単位で決められており、利用するサービスの種類によって1単位あたりの報酬額は異なります。上表は、利用できる金額の目安として、1単位あたり10円で計算しています。

一般介護予防事業

介護予防や日常生活の自立に向けた取組み、地域の介護予防活動等に対して支援します。
対象者は、65歳以上の方、65歳以上の方の支援のための活動に関わる方です。
*事業によって対象が異なります。また、その他の要件が加わる場合があります。

介護予防教室 (事前申し込み必要)

対象となる方	65歳以上で、介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けていない方及び介護予防・生活支援サービス事業における事業対象者(基本チェックリスト該当者)でない方
費用	1回の参加につき100円
申し込み方法	四半期ごと(4~6月、7~9月、10~12月、1~3月)に参加者を「広報しんじゅく」で募集します。希望者ははがきで申し込みます。

教室名	内容
脳はつらつ教室	脳のトレーニングゲームや日常的に取り組める運動を行い、楽しく脳を活性化します。
シニアバランストレーニング教室	座位中心に筋力バランストレーニングを行い、主に上半身の筋力を鍛えて若々しく動ける体を作ります。
シニアスポーツチャレンジ教室	立位中心に筋力バランストレーニングを行い、主に下半身の筋力を鍛えて転びにくい体を作ります。

介護予防教室 (事前申し込み不要)

対象となる方	65歳以上の方
費用	無料
申し込み方法	実施当日会場で受け付けます。 *開催日等は「広報しんじゅく」に掲載します。

教室名	内容
げんき応援教室	日常的に取り組める運動や介護予防に関する知識を身につけます。
腰痛・膝痛予防教室	腰痛や膝痛の予防体操を行い、正しい姿勢を身につけて痛みの出にくい体を作ります。

新宿いきいき体操

内容	楽しくためになる介護予防体操です。 区内の高齢者施設では、体操の指導法を学んだ「新宿いきいき体操サポーター」が新宿いきいき体操ができる会を開催しています。 また、講習会は、区内10か所の地域センターで開催します。 *開催日等は「広報しんじゅく」に掲載します。電話での事前申し込み制です。
----	--

介護予防のための体力測定事業

対象となる方	医師から運動を禁止されていない65歳以上の方
内容	筋力など生活に必要な能力の測定を実施します。結果をもとに個別相談を行い、これからの生活の改善方法や現在の状態を維持する方法をアドバイスします。 *開催日等は「広報しんじゅく」に掲載します。電話での事前申し込み制です。
費用	無料

健康づくり・介護予防出前講座

対象となる方	介護予防の活動を行っている65歳以上の方で構成される5人から50人までのグループ
内容	リハビリテーション専門職や保健師・栄養士・歯科衛生士等がグループの活動場所に出向き、高齢者の健康づくりや介護予防につながる運動や食事などについて具体的な方法をご紹介します。
費用	無料

住民等提案型事業助成

内容	地域の主体的な介護予防事業に対して、その経費の一部を助成します。 助成金額:上限30万円(対象経費の3/4~1/4) *「広報しんじゅく」で希望団体を募集します。
----	---

地域リハビリテーション活動支援事業

内容	介護予防の取組みを支援するため、リハビリテーション専門職を派遣します。
費用	無料

一般介護予防事業への申し込み方法や内容等についての詳しいことは
地域包括ケア推進課 介護予防係
☎5273-4568 FAX 6205-5083 へお問い合わせください



問合せ先

介護予防・日常生活支援
総合事業についてのご相談は、お近くの高齢者総合相談センターへお問い合わせ下さい。



●高齢者総合相談センター一覧

	名称	電話番号等
①	四谷 高齢者総合相談センター	☎ 5367-6770 FAX 3358-6922 三栄町25 四谷保健センター等複合施設4階
②	笹塚町 高齢者総合相談センター	☎ 3266-0753 FAX 3266-0786 北山伏町2-12 あかね苑新館内
③	榎町 高齢者総合相談センター	☎ 5227-1757 FAX 5227-1758 弁天町50 牛込保健センター1階
④	若松町 高齢者総合相談センター	☎ 5292-0710 FAX 5292-0716 戸山2-27-2 戸山シニア活動館1階
⑤	大久保 高齢者総合相談センター	☎ 5332-5585 FAX 5332-5592 百人町2-8-13 Fiss 1階
⑥	戸塚 高齢者総合相談センター	☎ 3203-3143 FAX 3203-1550 高田馬場1-17-20 新宿区社会福祉協議会1階
⑦	落合第一 高齢者総合相談センター	☎ 3953-4080 FAX 3950-4130 中落合2-5-21 聖母ホーム内
⑧	落合第二 高齢者総合相談センター	☎ 5988-9281 FAX 5988-9282 西落合4-11-21 落合第六小学校内幼稚園舎
⑨	柏木・角筈 高齢者総合相談センター	☎ 5309-2136 FAX 5309-2137 西新宿4-8-35 西新宿シニア活動館3階
⑩	新宿区役所 高齢者総合相談センター	☎ 5273-4593 ☎ 5273-4254 FAX 5272-0352 歌舞伎町1-4-1 新宿区役所本庁舎2階 高齢者支援課内

新宿区介護予防・日常生活支援総合事業のご案内
平成30年4月版
平成30年4月発行
編集・発行 新宿区福祉部地域包括ケア推進課
新宿区歌舞伎町1-4-1
☎03-5273-4568 FAX: 03-6205-5083
印刷物登録番号 2018-10-2912



ユニバーサルデザイン (UD) の考えに基づいた見やすいデザインの文字を採用しています。



環境に配慮し、古紙配合率80%以上・グリーン購入法
総合評価値80以上の用紙及び植物油インキを使用しています

禁無断転載©東京法規出版
KG012320-P19