はちおうじの

介護保険ガイドブック

令和7年度

もくじ

介護保険とは …… 2
サービス利用の手順 …… 4
介護予防サービス …… 10
介護サービス …… 12
費用の支払い …… 16
総合事業 …… 18
介護保険料 …… 20

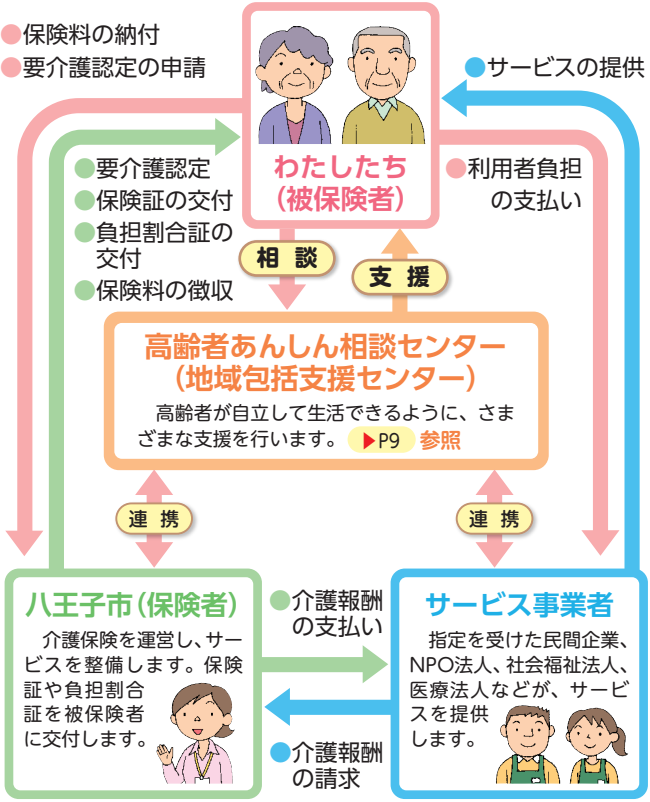
八王子市

あなたのみちを、あるけるまち。八王子

介護保険とは

介護保険とは、40歳以上の方が加入者（被保険者）となって保険料を納め、介護が必要になったときにサービスを利用できる制度です。住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らせるように、八王子市が保険者となって運営しています。

介護保険のしくみ

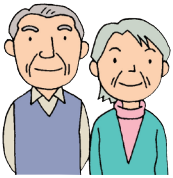


介護保険に加入する方は

40歳以上の方が、介護保険の被保険者です。

65歳以上の方（第1号被保険者）

介護や支援が必要であると「認定」を受けた方がサービスを利用できます。



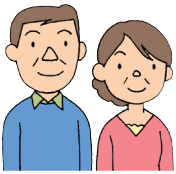
介護保険証

- **65歳になる月（誕生日が1日の方は前月）にご本人に郵送で交付します。**
- **有効期限はありません。**

40～64歳の方（第2号被保険者）

※医療保険に加入している方

加齢と関係があり、要支援・要介護状態の原因となる心身の障害を引き起こす疾病（特定疾病）により介護が必要であると「認定」を受けた方がサービスを利用できます。



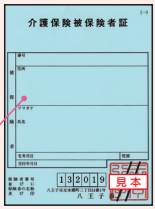
介護保険証

- **要介護認定を受けた方に郵送で交付します。**

特定疾病には加齢に伴って生じる「初老期における認知症」「関節リウマチ」などの16種類の病気が定められています。それぞれの病気に診断基準を設けていますので、要介護認定の申請の前に、主治医に相談しましょう。

介護保険証を確認する

介護保険証を受け取ったら内容を確認して、大切に保管しておきましょう。



住所・氏名・生年月日などに誤りがないかを確認しましょう。

サービスを利用するには

介護や支援が必要と感じたら、まずは高齢者あんしん相談センターや高齢者福祉課に相談しましょう。

1 相談

窓口で、相談の目的や希望するサービスなどをお伝えください。

介護サービスや介護予防サービスの利用を希望する場合 ➡ P5 2 申請へ

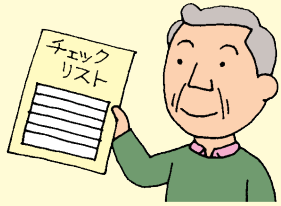
65歳以上で介護予防・生活支援サービス事業の利用を希望する場合

基本チェックリストを受けます

高齢者あんしん相談センター ▶P9 参照 で受けられる「基本チェックリスト」によって、生活機能に低下がみられた場合に「事業対象者」として、介護予防・生活支援サービス事業を利用することができます。

▶P18 参照

※要介護認定の申請は不要です。



2 申請

申請の窓口は高齢者福祉課、高齢者あんしん相談センター、市内の各事務所（デジタルフロントスポット長房及び斎場霊園事務所は除く）です。申請は、本人や家族のほかに、高齢者あんしん相談センターまたは省令で定められた居宅介護支援事業者や介護保険施設などに代行してもらうこともできます。

申請に必要なもの

- **要介護・要支援認定申請書**
  申請窓口に置いてあります。
- **介護保険の保険証**
- **医療保険の保険証等**

※上記以外に、マイナンバーが確認できるもの、本人や代理人の本人確認書類、主治医に関する書類などが必要です。詳しくは高齢者あんしん相談センターや高齢者福祉課の窓口にお問い合わせください。

居宅介護支援事業者とは？

ケアマネジャー（介護支援専門員）を配置している事業者です。要介護認定の申請代行やケアプランの作成を依頼するときの窓口となり、サービス事業者との連絡・調整をします。

ケアマネジャーとは？

介護の知識を幅広く持った専門家で介護保険サービスの利用にあたりさまざまな役割を担います。

- 利用者や家族の相談に応じアドバイスします。
- 利用者の希望や心身の状態にあったプランを作成します。
- サービス事業者との連絡や調整をします。
- 施設入所を希望する方に適切な施設を紹介します。

3 認定調査・判定

申請により訪問調査を行います。

その後に訪問調査結果や主治医の意見書をもとに審査・判定が行われ、介護や支援が必要な度合い（要介護度）が決まります。

訪問調査

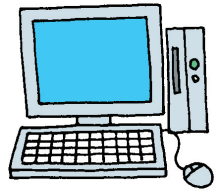
八王子市の担当職員などが自宅などを訪問し、心身の状態や日中の生活、家族・居住環境などについて聞き取り調査を行います。本人だけでなく介護している方も同席いただけます。

主治医の意見書

八王子市が主治医に作成を依頼し、主治医から意見書が提出されます。

一次判定

訪問調査の結果や主治医の意見書の一部の項目をコンピュータに入力し、一次判定を行います。



二次判定（認定審査）

一次判定や主治医の意見書などをもとに、保健、医療、福祉の専門家が審査・判定します。

4 結果の通知

介護認定審査会の判定にもとづき「要介護1～5」「要支援1・2」「非該当」の「要介護状態区分」に認定して、結果を通知します。要介護状態区分や支給限度額などを記載した保険証を発行します。

要介護状態区分

要介護1
要介護2
要介護3
要介護4
要介護5

介護サービス
（▶P12 参照）

日常生活で介護を必要とする度合いの高い方が、生活の維持・改善を図るためのサービスが利用できます。

要支援1
要支援2

介護予防サービス
（▶P10 参照）

要介護状態の軽い方が、心身機能の低下を防ぎ、改善するためのサービスが利用できます。

※介護予防サービスと介護予防・生活支援サービス事業の両方を利用することもできます。

非該当

基本チェックリストを受けて「事業対象者」と認定された方

介護予防・生活支援サービス事業
（▶P18 参照）

介護が必要にならないように、生活機能の向上を支援するためのサービスが利用できます。

※65歳以上の方なら誰でも利用できる、介護予防・日常生活支援総合事業の一般介護予防事業もあります。（▶P19参照）

5 ケアプランの作成

要介護状態区分の認定結果をもとに、居宅介護支援事業者や高齢者あんしん相談センター（▶P9 参照）などに依頼して、どのようなサービスをどのくらい利用するか、といった各種サービスを組み合わせたケアプランを作成してもらいます。

要介護状態区分	ケアプラン作成依頼先
要介護1～5	居宅介護支援事業者
要支援1・2	高齢者あんしん相談センター ●指定を受けた居宅介護支援事業者に依頼できる場合もあります。

※ケアプラン作成は、全額が保険給付の対象となりますので、利用者負担はありません。

施設へ入所したいときは（要介護1～5の方のみ）

入所を希望する介護保険施設へ直接申し込んで契約し、施設においてケアマネジャーがケアプランを作成します。

※施設は自分で選ぶほか、ケアマネジャーなどに紹介してもらうこともできます。

認定結果の有効期間と更新手続き

認定の有効期間は新規の場合は原則6か月、更新認定の場合は原則12か月です。要介護・要支援認定は、有効期間満了前に更新手続きが必要です。更新の申請は、要介護認定の有効期間満了日の60日前から受け付けます。

身近な相談窓口「高齢者あんしん相談センター」（地域包括支援センター）とは？

高齢者あんしん相談センターは、介護予防・生活支援サービス事業対象者及び要支援1・2の方の介護予防ケアプランを作成するほか、市・医療機関・サービス提供事業者・ボランティア等と協力し、高齢者の様々な相談に対応する総合的な役割を担っています。

主任ケアマネジャー
事業者やケアマネジャーの指導など

保健師（または経験のある看護師）
介護予防ケアプランの作成や介護予防指導など

社会福祉士
高齢者の権利擁護に関する相談など

高齢者あんしん相談センターは市内に21か所あります。

詳細はこちら▶

■自立した生活を支援します

要介護状態区分が「要支援1・2」と認定された方や、「事業対象者」の方などが自立して生活できるように、介護予防の支援をします。

■さまざまな相談に対応します

介護保険の申請受付や、その他生活支援に必要なサービスなどの情報提供を行います。

■みなさんの権利を守ります

虐待（ぎゃくたい）の早期発見、成年後見制度の紹介、消費者問題への対処など、高齢者が日々安心して暮らせるようその権利を守ります。

■認知症や地域生活に関する相談支援を行います

認知症地域支援推進員、生活支援コーディネーターを配置して、関係機関と連携して認知症や地域生活に関する相談支援を行っています。

要支援1・2の方の場合

要支援1・2の認定を受けた方は、介護予防サービスと、介護予防・生活支援サービス事業が利用できます。高齢者あんしん相談センター※に依頼して介護予防ケアプランを作成してもらい、それにもとづいてサービスを利用します。

※指定を受けた居宅介護支援事業者に依頼できる場合もあります。

介護予防サービス利用の流れ

① お住まいの地区の高齢者あんしん相談センターに連絡 ▶P9

② 介護予防ケアプランの作成

本人や家族と、高齢者あんしん相談センターの職員が話し合い介護予防ケアプランを作成します。

③ サービスを利用

サービス事業者と契約し、介護予防ケアプランにもとづいて介護予防サービス ▶P11
および介護予防・生活支援サービス事業 ▶P18
を利用します。

介護予防サービス(要支援1･2の方)

介護予防サービスの種類

原則として1～3割の自己負担で利用できます。

相談

■介護予防支援

自宅を訪問し日常生活を手助け

■介護予防訪問入浴介護
■介護予防訪問リハビリテーション

お医者さんの指導のもと管理・助言

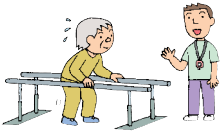
■介護予防訪問看護
■介護予防居宅療養管理指導

施設に通う

■介護予防通所リハビリテーション

短期間施設に泊まる

■介護予防短期入所生活介護
■介護予防短期入所療養介護



環境を整える

■介護予防福祉用具貸与
■特定介護予防福祉用具購入
■介護予防住宅改修

施設に入る

■介護予防特定施設入居者生活介護

住み慣れた地域で

■地域密着型介護予防サービス

この他、介護予防・生活支援サービス事業も利用できます。

要介護1～5の方の場合

要介護1～5の認定を受けた方は、介護保険の介護サービスを利用します。居宅介護支援事業者に依頼してケアプランを作成してもらい、それにもとづいてサービスを利用します。

介護サービス利用の流れ

在宅でサービスを利用したい

1 ケアプラン作成を依頼

依頼する居宅介護支援事業者を決めます。

2 ケアプランの作成

本人や家族と、担当のケアマネジャーが話し合いケアプランを作成します。

3 サービス事業者と契約

訪問介護や通所介護などを行うサービス事業者と契約します。

4 在宅サービスを利用

▶P13

施設に入所したい

1 介護保険施設と契約

入所を希望する施設に直接申し込みます。居宅介護支援事業者などに紹介してもらうこともできます。

2 ケアプランの作成

入所した施設で、ケアマネジャーが本人に合ったケアプランを作成します。

3 施設サービスを利用

▶P14

介護サービス(要介護1～5の方)

介護サービスの種類【居宅サービス】

原則として1～3割の自己負担で利用できます。

相談

■居宅介護支援

自宅を訪問し日常生活を手助け

■訪問介護　■訪問入浴介護
■訪問リハビリテーション

お医者さんの指導のもと管理・助言

■訪問看護　■居宅療養管理指導

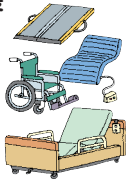
施設に通う

■通所介護　■通所リハビリテーション

短期間施設に泊まる

■短期入所生活介護　■短期入所療養介護

環境を整える



■福祉用具貸与　■特定福祉用具購入
■居宅介護住宅改修

施設に入る

■特定施設入居者生活介護

住み慣れた地域で

■地域密着型サービス

自宅を訪問してもらうほか、施設に通う、短期間施設に泊まるなど様々なサービスがあります。

- 費用は、サービス事業者の体制、利用するサービスの時間や内容などによって異なります。
- 利用するサービスによって、食費、日常生活費、滞在費などが別途必要となります。

介護サービス（要介護1～5の方）

施設サービスの種類

※要支援の方は利用できません。

生活介護が中心の施設

■介護老人福祉施設

※新規に入所できるのは原則、要介護3以上の方

介護やリハビリが中心の施設

■介護老人保健施設

長期療養の機能を備えた施設

■介護医療院

サービスについてのご相談は
高齢者あんしん相談センターまで

施設サービスを利用した場合の費用

施設サービスを利用した場合は、
①サービス費用の1～3割、②居住費、③食費、
④日常生活費の合計が利用者負担となります。

施設サービス費の自己負担分 ＋ 居住費 ＋ 食費 ＋ 日常生活費（理美容代など） ＝ 自己負担

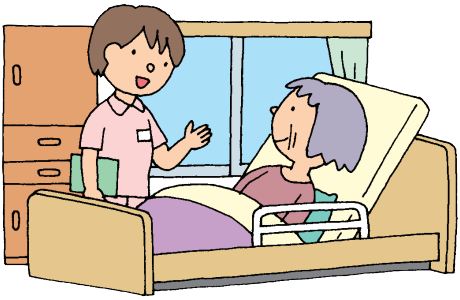
※居住費は、施設の種類や部屋のタイプによって異なります。

居住費・食費について

居住費・食費は、施設と利用者との契約により決められますが、施設の平均的な費用をもとに、基準費用額を定めています。

居住費と食費の負担軽減

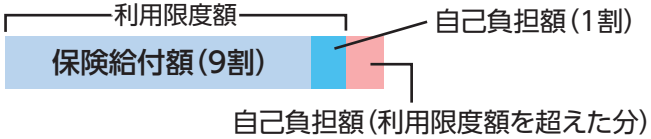
所得や資産などが一定の基準以下の方に対して、「居住費」と「食費」の自己負担額を軽減する制度があります。（負担限度額認定制度）



サービスを利用したときの費用

サービスを利用したときは、原則としてサービスにかかった費用の一部が利用者の負担になります。

■サービス費用（自己負担1割の場合）



支給限度額に含まれないサービス

●居宅療養管理指導、施設などに入所して利用するサービスは、上記の支給限度額に含まれません。

●特定福祉用具購入、居宅介護住宅改修（それぞれ介護予防含む）は、上記の支給限度額とは別に支給限度基準額を設定しています。

利用者負担が高額になったとき

1か月間に支払った、世帯の利用者負担の合計額が、収入によって決められた自己負担の上限額を超えたときは、超えた分を「高額介護サービス費」として、あとから支給します。

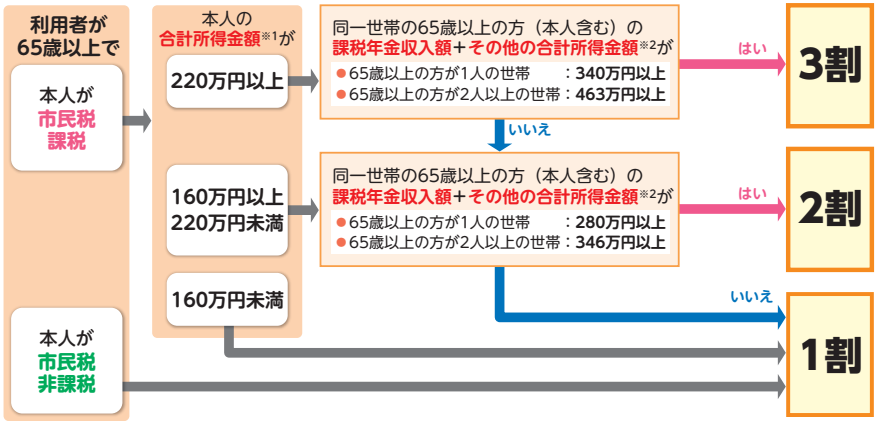
介護保険と医療保険が高額になったとき

同一世帯内で介護保険と医療保険の両方を利用して、介護と医療の自己負担額が収入によって決められた自己負担の上限額を超えたときは、超えた分をあとから支給します。(高額医療・高額介護合算制度)

介護保険サービスなどの負担割合

介護保険サービスの自己負担割合は、所得の状況などによって、1割、2割、3割のいずれかになります。

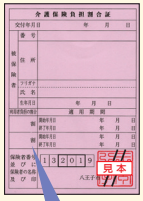
■自己負担割合の判定基準



※1「合計所得金額」については ▶P20 を参照してください。

※2「その他の合計所得金額」とは、合計所得金額から公的年金等に係る雑所得を控除した金額のことです。

■負担割合証



負担割合（1割～3割）が記載されます。

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負担割合を示す証明書が発行されます。介護保険証とともに介護サービスなどを利用するときに必要になります。

有効期限
1年間 （8月1日～翌年7月31日）

自分らしい生活を続けるために

総合事業（介護予防・日常　生活支援総合事業）

介護予防・生活支援サービス事業と一般介護予防事業を合わせて、介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」）と呼びます。総合事業は、高齢者の介護予防と自立した日常生活の支援を目的としています。

介護予防・生活支援サービス事業

対象者

- 要支援1・2の認定を受けた方
- 事業対象者（基本チェックリストにより生活機能の低下が見られた方）

短期集中予防サービス

- **食楽訪問**
  （訪問型短期集中予防サービス）
- **ハッピーチャレンジプログラム**
  （通所型短期集中予防サービス）

～サービスの概要～

リハビリテーションや栄養に関する専門職が3か月間という短期間集中で日々の暮らしや食生活のコーチングを行います。

住民主体サービス

- **住民主体介護予防・生活支援サービス**
  （住民主体訪問型サービス）
- **わくわく**（住民主体通所型サービス）

～サービスの概要～

住民同士の互助による様々な介護予防・生活支援の取組により、皆様の元気を維持できるようなサービスを提供します。

訪問型・通所型サービス

- **生活援助のみを受けるサービス**
  （訪問型サービスA）
- **身体介護と生活援助を受けるサービス**
  （予防訪問介護相当サービス）
- **介護事業所に通って受けるサービス**
  （予防通所介護相当サービス）

詳しいサービスの内容はこちらに掲載しています

一般介護予防事業

対象者

65歳以上のすべての方

保健福祉センターでの健康づくり

保健師・管理栄養士・歯科衛生士などの専門職がフレイル予防のための講座などを実施し、皆様の健康づくりを支援していきます。

～お問い合わせ先～

大横保健福祉センター	電話	042-625-9200
東浅川保健福祉センター	電話	042-667-1331
南大沢保健福祉センター	電話	042-679-2205

てくポ～介護予防のためのスマートフォンアプリ～

スマートフォンアプリを使って、脳とからだの健康づくりを楽しく応援するポイント制度があります。

ためたポイントは市内の店舗で使用できます。

詳細はパンフレット（市役所等で配布）をご覧ください。

てくポ
八王子てくてくポイント

お問い合わせ・相談先

【どんなサービスなのか知りたい】

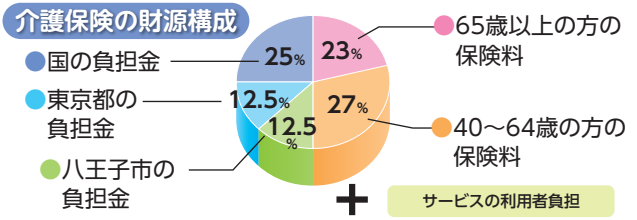
- 高齢者いきいき課…短期集中予防サービス／住民主体サービス
  電話：042-620-7243　FAX：042-623-6120
- 介護保険課…指定事業者による支援
  電話：042-620-7416　FAX：042-620-7418

【日々の暮らしの困りごとやサービスを利用するか相談したいなど】

- お近くの高齢者あんしん相談センターへご相談ください。
  電話番号やFAXは ▶P9 のQRコードからご覧ください。

介護保険の保険料

みなさんが納める保険料は、介護保険を運営していくための大切な財源です。誰もが安心してサービスを利用できるように、保険料は必ず納めましょう。



40～64歳の方の保険料

加入している医療保険の算定方法により保険料額が決められ、医療保険料と合わせて納めます。

65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料

- 八王子市の介護サービス費用がまかなえるよう算出された「基準額」をもとに決まります。
- 保険料は所得などに応じ、17段階に分けられています。

八王子市の基準額　71,400円（年額）

コラム 合計所得金額とは…

「合計所得金額」とは、収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除や損失の繰り越し控除をする前の金額です。ただし、保険料や負担割合などの算定には下記の金額を差し引いた金額になります。

- 土地建物などの譲渡に係る特別控除がある場合には、特別控除額
- 介護保険料の算定のみ、本人が市民税非課税の場合には、公的年金等に係る雑所得

※介護保険料や負担割合などの算定に際して、給与所得および公的年金等に係る雑所得が含まれている場合などは、その給与所得や雑所得から10万円を控除した金額を合計所得金額とする場合があります。（介護保険料の算定のみ、市民税課税の場合を除く）

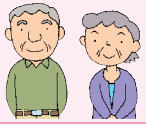
●令和7年度（6～8年度計画）介護保険料

所得段階	対象になる方		保険料率	保険料年額(円)
第1段階	本人が市民税非課税	●生活保護受給の方 ●老齢福祉年金受給者で世帯全員が市民税非課税の方 ●世帯全員が市民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額の合算額が80万9千円以下の方	0.285	20,300円
第2段階		世帯全員が市民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額の合算額が80万9千円超、120万円以下の方	0.485	34,600円
第3段階		世帯全員が市民税非課税で、第1段階、第2段階に該当しない方	0.685	48,900円
第4段階		世帯に市民税課税の方がいて、本人の課税年金収入額と合計所得金額の合算額が80万9千円以下の方	0.90	64,300円
第5段階		本人が市民税非課税で、上記の第4段階に該当しない方	1.00	71,400円
第6段階	本人が市民税課税	合計所得金額が120万円未満の方	1.15	82,100円
第7段階		合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	1.30	92,800円
第8段階		合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	1.45	103,500円
第9段階		合計所得金額が320万円以上420万円未満の方	1.60	114,200円
第10段階		合計所得金額が420万円以上520万円未満の方	1.75	125,000円
第11段階		合計所得金額が520万円以上620万円未満の方	1.90	135,700円
第12段階		合計所得金額が620万円以上720万円未満の方	2.05	146,400円
第13段階		合計所得金額が720万円以上850万円未満の方	2.10	149,900円
第14段階		合計所得金額が850万円以上1,000万円未満の方	2.20	157,100円
第15段階		合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満の方	2.45	174,900円
第16段階		合計所得金額が1,500万円以上2,000万円未満の方	2.70	192,800円
第17段階		合計所得金額が2,000万円以上の方	2.90	207,100円

コラム 課税年金収入額とは…

課税対象となる公的年金等（国民年金・厚生年金など）の収入額のことです。

遺族年金・障害年金などの非課税となる年金は含まれません。



介護保険料の納め方

令和7年度 (65歳を迎える年度・八王子市に転入された年度)

八王子市から送られてくる納付書により、市役所・市内の各事務所・取扱金融機関などで納めます。

誕生月・転入時期		納入通知書・納付書 送付時期
4月～5月	→	7月
6月～翌3月	→	誕生月・転入時期の翌月

※日付により前後することがあります。

～口座振替がおすすめです～

忙しい方、外出が難しい方は、便利で確実な口座振替がおすすめです。次のものを持って八王子市指定の金融機関で手続きしてください。

- 保険料の納付書
- 預(貯)金通帳
- 印かん
  (通帳届出印)

webからもお申込みできます。

八王子市 Web口座　検索

令和8年度 (65歳を迎えた翌年度・八王子市に転入された翌年度)

年　金 から納めます **(特別徴収)**

年金の定期払い（年6回）の際に、介護保険料をあらかじめ差引きします。**個人で納め方を選ぶことはできません。**

- 65歳になられた方や転入された方は半年から1年後に年金からの差引きが始まります。

一部の方は、年金からの差引きにならない場合があります。

- **年金の年額が18万円未満の方**
- **年金担保で借り入れをしている方　など**

※受給されている年金の種類によっては年金からの差引きができない場合があります。

介護保険料を納めないでいると…

特別な事情がないのに保険料を滞納していると、滞納処分（差押え）や滞納期間に応じて以下のような措置がとられます。

なお、納付が困難な場合はご相談ください。

納期限を過ぎると	督促が行われます。その後延滞金が生じる場合があります。
1年以上滞納すると	利用したサービス費用はいったん全額が自己負担となります。申請により後から保険給付費が払い戻されます。
1年6か月以上滞納すると	引き続き、利用したサービス費用はいったん全額自己負担となり、申請しても保険給付費の一部または全額が一時的に差し止められます。 滞納が続く場合は、差し止められた額から介護保険料が差し引かれる場合があります。
2年以上滞納すると	上記に加えて、滞納期間に応じて、利用したサービス費用の自己負担割合が3割または4割に引き上げられたり、高額介護サービス費などの支給も受けられなくなったりします。

困ったときは、お早めにご相談ください

災害などで、保険料を納めることが難しい場合は、保険料の減免や猶予が受けられる場合もあります。困ったときは、お早めに八王子市の介護保険課庶務・保険料担当にご相談ください。

お問い合わせ先

■介護保険料について

介護保険課庶務・保険料担当
電話 620-7415　FAX 620-7418

■要介護認定について

介護保険課認定審査担当
電話 620-7414　FAX 620-7418

■介護サービスについて

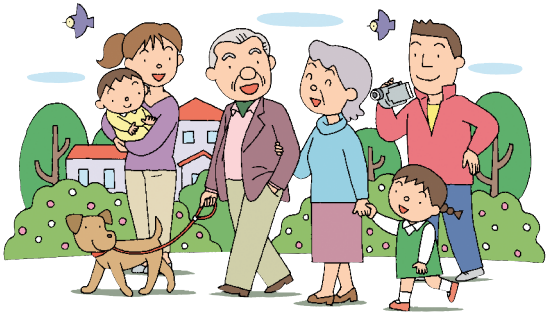
介護保険課総務・給付担当
電話 620-7416　FAX 620-7418

■介護保険・高齢者福祉に関する申請、相談について

高齢者福祉課相談担当
電話 620-7420　FAX 624-7720

●より詳しいパンフレットはこちらへ

八王子市　介護保険　パンフレット	検索



禁無断転載©東京法規出版
KG012680ー X16