

まちだ丘の上病院とヨリドコ小野路宿が
地域の皆様にお届けする健康情報



2025年5月
Vol.24



「発行の思い」

いつまでも元気で、住み慣れた場所で暮らす。
そんな思いを支えるため、ヨリドコ新聞は作ら
れました。健康・医療・介護について、知って得
する情報を分かりやすく伝えて参ります。発行
は不定期となりますが、可能な限り多くの情報
を発信し、地域の皆様に愛される
新聞にしていきたいと思えます。

今月のテーマは、「介護保険」です。

介護保険とは？



年齢を重ねても皆さんが安心して生活できる
ようにと制定された制度です。昔は介護が必要
になると家族で支えることが一般的でしたが、
高齢化が進み、多くの人が同時に介護が必要と
になったことで1997年に介護保険法が成
立、2000年から介護保険法がスタートしま
した。介護保険法ができたことで、家族だけで
はなく、専門の人から介護サービスを受けられ
るようになりました。

介護保険の仕組み

介護保険は区市町村が主体となり運営されて
います。40歳以上の人で保険料を出し合い、介
護保険が必要になったときに
サービスを利用できます。介
護保険が利用できる対象者は
「65歳以上の第1号被保険
者」と「40歳以上の特定疾
患が原因で介護が必要になっ
た第2号被保険者」となりま
す。

介護保険認定

介護サービスを利用するためには介護認定が必要です

第1号被保険者



65歳以上

第2号被保険者



40~64歳

出典：https://www.city.narita.lg.jp/korinshi/zei_hoken_nenkin/kaigo/1578694915/

介護保険を利用するには？

介護保険の申請には、お近くの高齢者支援セ
ンター（包括支援センター）や区市町村の窓口
にまずはご相談ください。担当者が介護認定の申
請手続きをサポートしてくれます。ご自宅に担
当者が訪問し申請手続きの代行も可能です。

〈申請に必要なもの〉

介護保険認定書・介護保険被保険者証（65歳以
上の方）、健康保険被保険者証のコピー
※かかりつけ医に介護保険申請について一言伝
えておくとスムーズです

〈申請後について〉

認定調査員が心身の状態などに関する調査を行
い、並行して区市町村からかかりつけ医に主治
医意見書の依頼が行われます。これらの情報を
介護認定審査会にて精査し、介護保険サービス
を受ける対象者になるか（要介護認定）が決ま
ります。

【要介護認定の申請方法】

申請

認定調査

結果通知

最寄りの役所や
地域包括支援センター
で申請

訪問調査、
主治医の意見書、
コンピュータ判定、
介護認定審査会
の順に審査

申請から結果
通知までは
30日ほど

要介護
状態区分
「要介護1」

出典：https://kaigo.homes.co.jp/manual/insurance/how_to_get/

要介護認定について

要介護認定は要支援1・2、要介護1～5の
7段階に分かれます（要介護5が最も重い）。認
定は病気の重さではなく、介護にかかる時間の多
さによって変わります。

（裏面へ続く）

認定の結果は介護保険被保険者証の発送により通知されます。認定の期間は人それぞれで、半年の方もいれば、4年間の方もいます。期間中に状態が変化した場合は申請を行い介護度の見直しを行ったり、期間が終了した場合は更新の手続きを行ったりします。

サービスの利用について

要介護1～5は居宅介護支援事業所に所属するケアマネジャー、要支援1・2は高齢者支援センターが介護認定を受けた方の担当となります。ケアマネジャーと契約を結んだ後、サービス利用に向けた相談が始まります。

〈介護保険で使えるサービス例〉

大きく、通所サービス、訪問サービス、施設サービスに分けられます。

（通所サービス）

1日型や半日型のデイサービスへ通い、運動や趣味活動、入浴サービスを受けられる。



出典：https://www.heartpage.jp/contents/magazine/08-00619

（訪問サービス）

ヘルパーが訪問し、入浴介助、食事や掃除などを行ってくれる。訪問看護では、看護師による身体介助や医療的ケア、リハビリ職によるリハビリテーションサービスなどを受けられる。

（施設サービス）

一時的に施設に入所し、体調を回復させたり、家族の介護負担を和らげたりする。

これらのサービス以外にも、介護用品の購入やレンタル、手すりの設置などの住宅改修も利用できます。介護保険サービスを利用した時の利用料は、前年の所得に応じて1～3割負担になります。

介護に対する心構えについて

介護は突然にやってきます。悪くなつてから介護保険を使うという考え方ではなく、悪くならないように介護保険という制度を上手に使って介護予防にも努めていただければ良いと思います。また、家族や自分だけで抱え込まず、市の担当課、高齢者支援センター、担当のケアマネジャーなどについてもご相談ください。

「こんなこと相談しても良いのかな?」「気軽に相談できる場所はないかな?」と悩まれている方は、ヨリドコ小野路宿内にある居宅介護支援事業所「ココ・ヨリドコ」でご相談をお受けすることも可能です。ご希望の方は、来所前にご一報ください。

【電話：050-5799-4468】

まちだ丘の上病院

042-735-3731

医師ブログはこちら！

「あなたらしい生き方」を大切にします。

丘の上

診療時間	診療科	月	火	水	木	金	土
9～12時	一般内科 リハビリテーション科	●	● (総合診療)	●	●	● (内科/漢方内科)	—
	整形外科	—	—	—	●	●	—
13～17時	一般内科 リハビリテーション科	●	●	●	●	●	—
	整形外科	—	—	●	—	—	—

発行元：一般財団法人ひふみ会
〒195-0064 東京都町田市小野路町1-1-1
TEL 042-735-3731

