

4月から

いつまでも元気でいてほしい

介護保険制度が 変わりました



軽い運動やおしゃべりで健康づくり。介護予防で楽しい毎日を過ごしましょう。

介護を社会全体で支える介護保険。平成12年のスタートから6年が経ちました。今後は「団塊の世代」と言われる人たちが高齢者（65歳以上）の仲間入りをするなど、超高齢社会が到来します。

高齢者が元気で自立した生活を送ることができるよう、予防や悪化防止を図る「介護予防サービス」を重視した取り組みを行う、新しい制度についてお知らせします。

介護予防サービスで高齢者の自立した生活を応援

できる限り住みなれたまちで、安心した生活を送ることはみんなの願いです。運動不足による筋力や心肺機能の低下が介護を受ける要因と言われ、軽い運動などにより、心身の状態が良くなる人もいます。

4月から始まった「地域支援事業」では高齢者を対象に、自立した生活を続けられるよう、保健師などが一人ひとりに具体的な目標を立て、本人が積極的に運動などに取り組むことを目指します。

元気で活動的に過ごすために基本健康診査を受けましょう

受診結果から、自立した生活が送れる人は「一般高齢者」に、生活機能の低下のおそれのある人は「特定高齢者」として、それぞれの人に合った適切なサービスを受けられます。基本健康診査は市内の医療機関で受診できます。事前にお問い合わせください。

高齢者の健康づくりを応援（一般高齢者施策）

すべての高齢者が安心して生活を続けられるように、保健師や管理栄養士、歯科衛生士など、専門的な知識を持つスタッフが、健康についての講話や、はぴらん体操の講習を行うほか、介護予防に効果のある基礎

的な知識の普及に努めます。

あなたに合った介護予防計画（特定高齢者施策）

専門的な知識を持つスタッフが一人ひとりの介護予防プランに合ったサービスを提供するほか、身体の状態により家庭訪問を行い、日常生活の相談や指導を行います。

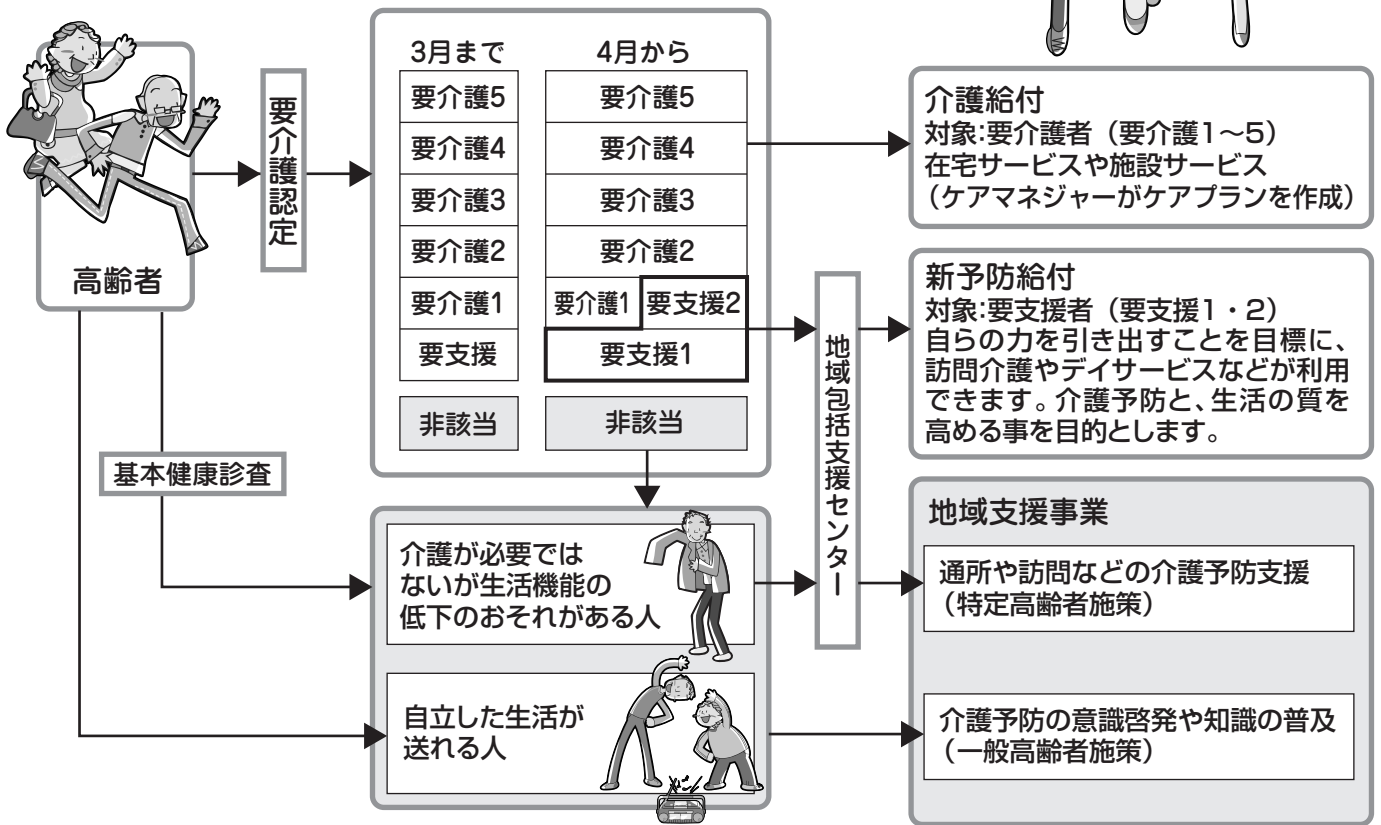
高齢者の味方 地域包括支援センター

元気な人ができる限り介護状態にならないよう、また、悪化しない地域で自立した生活を送るための介護予防の拠点です。介護予防プランの作成、総合相談、虐待の早期発見など、地域の高齢者を総合的に支援します。現在5カ所ある在宅介護支援センターを4カ所に再編・移行して設置しました。

地域包括支援センター

センター名	圏域名	住所・電話番号
白鳥ハイツ	祝津・白鳥台・本輪西地区	白鳥台 4-8-1 ☎②93100
母恋	中央・母恋・輪西地区	新富町 1-5-13 ☎②42112
ことぶき	東・高砂地区	寿町 1-5-3 ☎④62121
憩	中島・港北地区	知利別町 1-45 ☎④13076

介護予防サービスの流れ



健康講座で介護予防

6月から、市内14会場で1回2時間程度の健康講座を開催します。健康一口メモ、転ばないための運動(転倒予防)、思い出しの語り合いなどで、心と体のリハビリを行います。

日時や会場など、詳細は広報紙などでお知らせします。詳細はお問い合わせください。



軽く体を動かすだけで介護予防の効果十分。気軽にお越しを。

介護保険に関するお問い合わせは介護福祉課へ

- 介護予防、高齢者福祉サービス …… 介護予防係 ☎ 2881
- 介護保険料、介護保険制度全般 …… 介護保険係 ☎ 3029
- 介護認定 …… 介護認定係 ☎ 2861



みなさんの健康を応援するため、職員が町会会館などを訪問し、介護保険制度について説明します。お気軽にご連絡ください。

介護保険料が変わります

高齢者の増加や、介護認定者、介護保険サービスの増加を見込み、従来の第2段階を細分化し介護保険料の見直しを行いました。基準額(年額)は、現在の37,000円から39,000円に変わります。

段階別保険料

旧保険料段階	新保険料段階	対象	保険料(年額)
第1段階	第1段階	生活保護を受けている人または世帯全員が市民税非課税で、老齢福祉年金を受けている人	19,500円
第2段階	第2段階	世帯全員が市民税非課税で、合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の人	19,500円
	第3段階	世帯全員が市民税非課税で、第2段階以外の人	29,200円
第3段階	第4段階	本人は市民税非課税で、世帯に市民税課税者がいる人	39,000円
第4段階	第5段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が200万円未満の人	48,700円
第5段階	第6段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が200万円以上の人	58,500円

平成18年度は、税制改正の影響で保険料段階が上がる人に対し、急激な保険料の上昇を緩和する措置を行います。