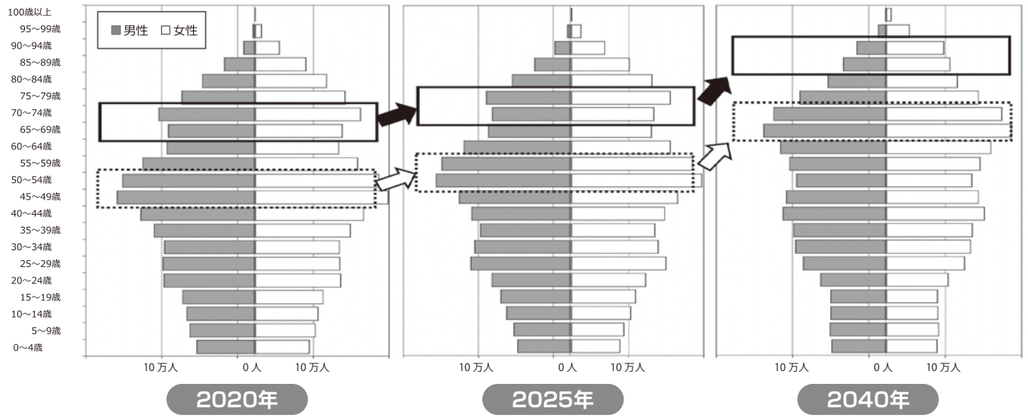
目指す将来像と横浜型地域包括ケアシステム

今後の横浜市の高齢者の状況

2025 年には団塊の世代が 75 歳以上の後期高齢者となり、2040 年には団塊ジュニア世代が 65 歳以上の高齢者となります。こうした背景から、2040 年には約３人に１人が高齢者となる時代を迎えます。

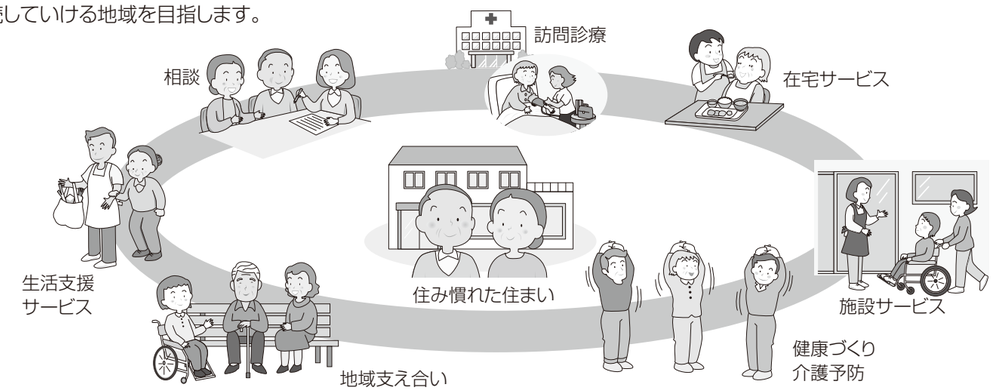


横浜型地域包括ケアシステム

●2040年を見据えた中長期的な将来像●

地域で支え合いながら
医療や介護が必要になっても安心して生活でき
高齢者が自らの意思で**自分らしく生きる**ことができる

高齢化の急速な進展に伴う医療・介護ニーズの大幅な増加やさまざまな課題に対応するため、2040 年を見据え、横浜型地域包括ケアシステムの深化・推進に取り組んでいます。支え合いの地域づくりや、医療・介護の専門職の連携強化を進めることにより、老後の「不安」を「安心」に変え、全ての高齢者が自らの意思で自分らしい生活を継続していける地域を目指します。



横浜の強みを生かし、次の視点で「横浜型地域包括ケアシステム」を深化・推進します

①**「地域ケアプラザ」を中心**に、日常生活圏域ごとに推進します
②活発な**市民活動や企業との協働**を進めます
③**「介護予防・健康づくり」「社会参加」「生活支援」を一体的に推進**し、**健康寿命の延伸**につなげます
④**医療と介護の連携**など、**多職種連携の強化**を進めます
⑤**高齢者が「地域を支える担い手」として活躍**できる環境整備を進めるとともに、医療や介護などの**人材確保・育成**に取り組みます
⑥**データに基づく施策立案**を進めるほか、**デジタル技術を有効に活用**すること等により、**介護現場における業務改善（生産性向上）**に取り組みます

よこはまポジティブエイジング計画（計画期間：令和6～8年度）

第9期横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画

この計画は、高齢者に関する保健福祉事業や介護保険制度の総合的な計画として、3 年ごとに策定しています。

基本目標 **ポジティブエイジング** ～誰もが、いつまでも、どんなときも、自分らしくいられる「横浜型地域包括ケアシステム」を社会全体で紡ぐ～

計画の施策体系

高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画

Ⅰ　自分らしい暮らしの実現に向けて
- 高齢期の「自分らしい暮らし」の実現に向けてあらかじめ準備･行動できるように、市民意識の醸成に取り組みます。
- 高齢期のライフステージに応じた切れ目のない相談体制を構築するとともに、各種申請手続のオンライン化など、市民の利便性向上を図ります。

Ⅱ　いきいきと暮らせる地域づくりを目指して
- 地域との協働を基盤に、介護予防･健康づくり、社会参加、生活支援を一体的に進めることで、一人ひとりが生きがいや役割を持ち、つながり･支え合う地域づくりを進めます。
- 高齢者になる前からの、健康維持や地域活動等の社会参加の機会を充実します。

Ⅲ　在宅生活を支えるサービスの充実と連携強化を目指して
- 医療や介護が必要になっても、地域で安心して暮らし続けることができるよう、在宅生活を支える医療、介護、保健･福祉の充実を図ります。
- 医療と介護の連携など、多職種連携の強化を進め、一人ひとりの状況に応じた必要なケアを一体的に提供することができる体制を構築します。

Ⅳ　ニーズや状況に応じた施設・住まいを目指して
- 日常生活に支援や手助けが必要になっても、一人ひとりの状況に応じた選択が可能となるように、必要な施設や住まいを整備するとともに、特別養護老人ホームの待機者対策を強化します。
- 自分らしい暮らしの基礎となる施設･住まいに関する相談体制を充実し、一人ひとりの状況に応じたサービスを選択できるよう支援します。

Ⅴ　安心の介護を提供するために
- 増大する介護ニーズに対応し、質の高いサービスを安定的に提供するため、①新たな介護人材の確保、②介護人材の定着支援、③専門性の向上、④介護現場の業務改善（生産性向上）を4本の柱として総合的に取り組みます。

Ⅵ　安定した介護保険制度の運営に向けて
- 持続可能な制度運営に向けて、介護サービスの適正化や質の向上を図ります。
- 高齢者施設等における、災害や感染症などの緊急時に備えた体制を整備し、対応力を強化します。

認知症施策推進計画

認知症施策の3つの柱

共生　**備え**　**安心**

認知症の人を含めた一人ひとりがその個性と能力を十分に発揮し、お互いに人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会の実現が求められています。このため、認知症施策推進計画では、より多くの人が認知症を我が事と捉え、周囲や地域の理解と協力の下、認知症の人が希望を持って前を向き、力を生かしていくことで、住み慣れた地域の中で尊厳を保ちながら自分らしく暮らし続けることができる社会を目指します。

① 正しい知識･理解の普及　② 予防･社会参加　③ 医療･介護
④ 認知症の人の権利　⑤ 認知症に理解ある共生社会の実現

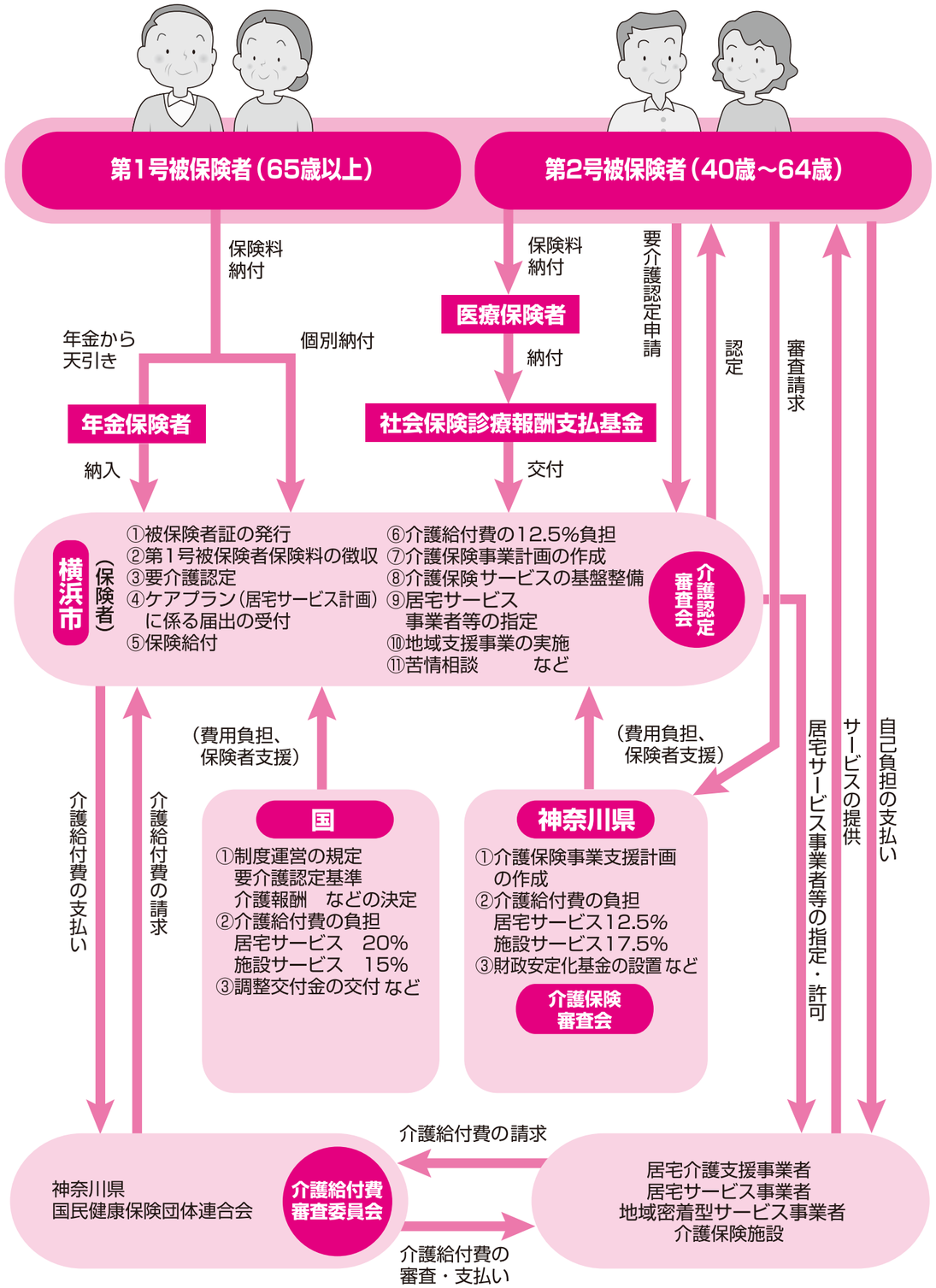
～･～･～･～･～･～ 介護保険制度の基本理念は「尊厳の保持」と「自立支援」 ～･～･～･～･～･～

介護保険制度は、介護等が必要な人の尊厳を保持し、能力に応じた自立した日常生活を営むことができるよう支援することを基本理念としています。

そして、介護保険サービスは、要介護状態となった場合も、できる限り自分の住まいで、能力に応じた自立した日常生活を営むことができるよう、また、自分が持っている能力の維持向上のために、リハビリテーション等の保健医療サービス･福祉サービスを利用できます。

これらの理念を踏まえ、保険者である横浜市は、介護保険事業計画を策定し、保険料の徴収、要介護認定、保険給付など業務を行い、制度の運営にあたります。

介護保険制度のしくみ



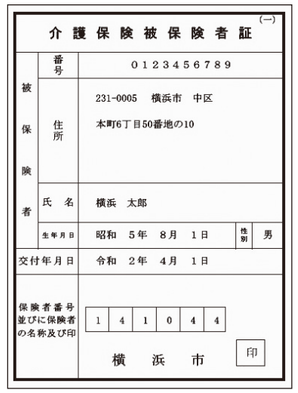
介護保険の対象者

65歳以上の方（第1号被保険者）

65歳に達したとき（誕生日の前日）に、第1号被保険者となります。
介護が必要なときは、原因を問わず要介護（支援）認定等を経て介護保険サービスが利用できます。

介護保険証の交付

65歳の誕生日の前に介護保険被保険者証（介護保険証）をお送りします。


介護保険被保険者証　(一)

被保険者	番号	0123456789
	住所	231-0005　横浜市　中区 本町6丁目50番地の10
	氏名	横浜　太郎
	生年月日	昭和　5年　8月　1日　性別　男
交付年月日		令和　2年　4月　1日
保険者番号並びに保険者の名称及び印		1 4 1 0 4 4 横　浜　市　印

届　出

次のような場合には、区役所保険年金課に届出をしてください。

- ●他市町村から転入してきたとき、または他市町村に転出するとき
- ●住所や氏名等が変わったとき
- ●介護保険証を無くしたり、汚してしまったとき
- ●被保険者本人が亡くなったとき
- ●生活保護等を受給したとき（または受給しなくなったとき）
- ●市外の介護保険施設等に入所（入居）して住所を異動したとき（※1）

※1　介護保険施設等に入所（入居）している方の特例について（住所地特例）

横浜市の介護保険に加入している方（被保険者）が、他市町村に所在する以下の施設等への入所（入居）に伴い、住所を異動した場合には、施設等所在地の市町村ではなく、引き続き横浜市の被保険者となります。

〈住所地特例の該当となる施設等〉

- ●特別養護老人ホーム　●介護老人保健施設　●介護医療院
- ●有料老人ホーム　●軽費老人ホーム　●養護老人ホーム
- ●サービス付き高齢者向け住宅のうち、有料老人ホームに該当するもの

40歳～64歳の医療保険加入の方（第2号被保険者）

40歳～64歳で医療保険に加入している方が、第2号被保険者になります。
加齢に伴って生ずる病気（※2）が原因で介護が必要な状態となったときに限って、要介護（支援）認定を経て介護保険サービスが利用できます。

介護保険証の交付

要介護（支援）認定を受けた方と交付を希望する方に発行されます。

※2　第2号被保険者が介護保険のサービスを利用できる特定疾病

次の16種類を国が指定しています。

①がん（※）　②関節リウマチ　③筋萎縮性側索硬化症　④後縦靭帯骨化症
⑤骨折を伴う骨粗鬆症　⑥初老期における認知症（アルツハイマー病、脳血管性認知症等）
⑦進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病（パーキンソン病関連疾患）
⑧脊髄小脳変性症　⑨脊柱管狭窄症　⑩早老症（ウェルナー症候群等）　⑪多系統萎縮症
⑫糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症　⑬脳血管疾患（脳出血、脳梗塞等）　⑭閉塞性動脈硬化症
⑮慢性閉塞性肺疾患（肺気腫、慢性気管支炎等）　⑯両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

※医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る。

介護保険の適用除外施設について

以下の施設に入所（入院）している方は、入所（入院）期間中は介護保険の被保険者にならない場合があります。
詳しくは、区役所高齢・障害支援課または区役所保険年金課までお問合せください。

〈該当する施設〉

- ●医療型障害児入所施設　●指定医療機関（医療型児童発達支援の指定病床）
- ●のぞみの園　●ハンセン病療養所　●救護施設　●労災補償法に規定する施設
- ●障害者支援施設（障害者総合支援法に基づく生活介護及び施設入所支援の支給決定を受けている方など）
- ●障害者総合支援法に基づく療養介護を行う病院（療養介護による給付を受けて入院している方に限る）

保険料について

65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料

・65歳以上の方の保険料は、横浜市が3か年（令和6年度～令和8年度）の介護保険サービスの給付額等の見込みに基づいて算定し、条例などで定められることにより確定します。
・保険料は、本人及び住民票上の世帯(※1)の課税状況や所得状況に基づいた段階別の保険料となっていて、個人ごとに算定されます。毎年６月に、その年度（４月～翌年３月）の保険料額を決定します。保険料額を決定した後に保険料額の変更の事由があったときは、保険料額を再算定します。

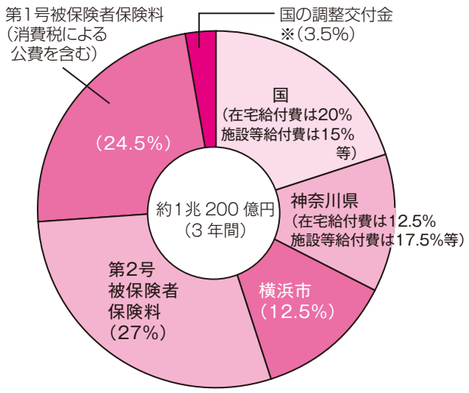
基準額：**年額79,440円**（月額換算6,620円）･･･第6段階の保険料額です。

令和7年度（年額）

保険料段階	対象となる方			割合	年間保険料額
第1段階	・生活保護または中国残留邦人等支援給付受給者 ・市民税非課税世帯かつ老齢福祉年金受給者			基準額×0.20	15,880円(※5)
第2段階	本人が市民税非課税	同じ世帯にいる方全員が市民税非課税	本人の「公的年金等収入額(※2)」と「その他の合計所得金額(※3)」の合計が年間80万9千円以下の方	基準額×0.20	15,880円(※5)
第3段階	本人が市民税非課税	同じ世帯にいる方全員が市民税非課税	本人の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額」の合計が年間120万円以下の方で、かつ第2段階に属さない方	基準額×0.34	27,000円(※6)
第4段階	本人が市民税非課税	同じ世帯にいる方全員が市民税非課税	上記以外の方	基準額×0.585	46,470円(※7)
第5段階	本人が市民税非課税	同じ世帯に市民税課税者がいる方	本人の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額」の合計が年間80万9千円以下の方	基準額×0.90	71,490円
第6段階〈基準額〉	本人が市民税非課税	同じ世帯に市民税課税者がいる方	上記以外の方	基準額×1.00	**79,440円〈基準額〉**
第7段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額(※4)が120万円未満の方		基準額×1.07	85,000円
第8段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が120万円以上160万円未満の方		基準額×1.10	87,380円
第9段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が160万円以上210万円未満の方		基準額×1.27	100,880円
第10段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が210万円以上250万円未満の方		基準額×1.30	103,270円
第11段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が250万円以上320万円未満の方		基準額×1.55	123,130円
第12段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が320万円以上420万円未満の方		基準額×1.75	139,020円
第13段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が420万円以上520万円未満の方		基準額×1.95	154,900円
第14段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が520万円以上620万円未満の方		基準額×2.15	170,790円
第15段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が620万円以上720万円未満の方		基準額×2.35	186,680円
第16段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が720万円以上1,000万円未満の方		基準額×2.50	198,600円
第17段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が1,000万円以上2,000万円未満の方		基準額×3.00	238,320円
第18段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が2,000万円以上3,000万円未満の方		基準額×3.25	258,180円
第19段階	本人が市民税課税	本人の保険料算定用所得金額が3,000万円以上の方		基準額×3.50	278,040円

※1　世　　帯…原則として４月１日現在での住民票上の世帯をいいます。ただし、４月２日以降に市外から転入された場合や年度途中で 65 歳（第１号被保険者）になられた場合、その年度はそれぞれ、転入日、誕生日の前日の世帯を基準とします。
※2　公的年金等収入額…税法上の課税対象となる公的年金等（国民年金、厚生年金など）の収入をいい、非課税となる年金（障害年金･遺族年金など）は含まれません。
※3　その他の合計所得金額…税法上の合計所得金額（前年の収入金額から必要経費等に相当する額を差し引いた金額で、税法上の各種所得控除や上場株式等の譲渡損失に係る繰越控除などは行う前の金額）から、給与収入に係る控除額等の見直しによる影響を考慮し、さらに土地や建物の売却に係る短期・長期譲渡所得の特別控除額と公的年金等に係る雑所得（公的年金等収入額から公的年金等控除額を差し引いた金額）を差し引いた金額をいいます。なお、マイナスの場合は、0円として計算します。
※4　保険料算定用所得金額…税法上の合計所得金額（前年の収入金額から必要経費等に相当する額を差し引いた金額で、税法上の各種所得控除や上場株式等の譲渡損失に係る繰越控除などは行う前の金額）から、さらに土地や建物の売却に係る短期・長期譲渡所得の特別控除額を差し引いた金額をいいます。なお、マイナスの場合は、0円として計算します。
※5　消費税による公費を投入し、第１段階～第２段階の年間保険料額を 29,390 円から 15,880 円に軽減します。
※6　消費税による公費を投入し、第３段階の年間保険料額を 42,890 円から 27,000 円に軽減します。
※7　消費税による公費を投入し、第４段階の年間保険料額を 46,860 円から 46,470 円に軽減します。

横浜市の介護保険サービスの財源（令和6年度～令和8年度の見込み）



※国の調整交付金
調整交付金は、第1号被保険者の総数に対する75歳以上の者の割合や第1号被保険者の所得水準の分布状況等、市町村格差による介護保険の財政の不均衡を是正するために、交付されるものです。

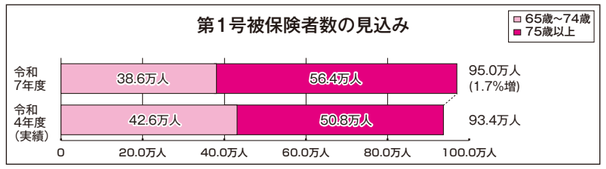
Point
介護保険料は何に使われるの？
介護保険料は、介護が必要な方の介護保険サービス費用などをまかなうために使われます。

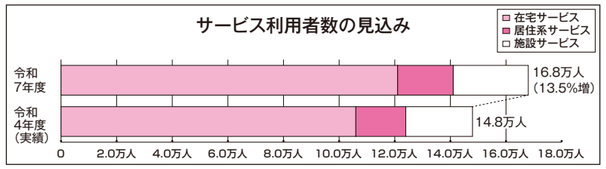
令和6年度～令和8年度の介護保険料の見直しについて

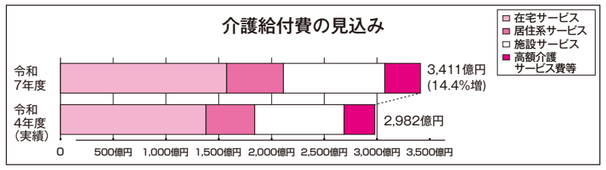
高齢者の中で介護保険サービスを利用している方は年々増加しており、それに伴って介護保険サービスに要する費用も増大しています。令和6年度～令和8年度の3年間についても、高齢化が進み保険料を負担する人全体の人数が増えるものの、それ以上に介護保険サービス利用者数の伸びが大きいと見込まれるため、お一人おひとりにご負担いただく保険料は上昇することになりました。

一方で、保険料段階が第1段階～第4段階の方については、介護保険の財源の約半分の公費とは別枠で、消費税による公費を投入した保険料軽減措置が実施されています。

高齢者が安心して暮らし続けるためには着実な介護サービスの基盤整備が必要です。横浜市では、必要なサービスを確保しつつ、介護予防の取組推進を目指し、健康づくりや介護予防に重点的に取り組んでいきます。







40歳～64歳の方（第2号被保険者）の保険料

［決め方］ 各医療保険（国民健康保険、健康保険など）の保険者が、保険料を算出します。
［お支払い方法］ 医療保険の保険料として一括して納付します。
［保険料］ 加入している医療保険ごとに異なります。詳しくは、加入している医療保険の保険者に確認してください。

保険料のお支払い方法は 特別徴収 と 普通徴収 の2通りに分かれます。

◆どちらのお支払い方法になるかは、法令等で定められており、被保険者の方が選択することはできませんのでご理解ください。

特別徴収	**年金が年額 18 万円以上の方は年金から天引きになります。** **●保険料の金額が、年金の支払い月に年 6 回に分けて天引きされます。** 天引きの対象となる年金 **●老齢基礎(退職)年金 ●遺族年金 ●障害年金** ※老齢福祉年金については天引きの対象とはなりません。
普通徴収	**年金が年額18万円未満等で、特別徴収となっていない方は口座振替または納付書によるお支払いとなります。**

保険料の納期	特別徴収	年金からの天引き	偶数月の年金支払日に年金からの天引きとなります。
	普通徴収	口座振替払い	毎月29日が口座振替日です。(2月は末日) 口座振替日が金融機関の休業日にあたる場合は、前営業日が口座振替日になります。
		納付書払い	毎月末日が納期限です。 納期限が金融機関の休業日にあたる場合は、翌営業日が納期限になります。

口座振替によるお支払い

・普通徴収での保険料のお支払いには口座振替が便利です。
・口座振替による保険料のお支払いをご希望の方は、Web からお申込みいただくほか、口座振替依頼書を用いて区役所窓口への提出または郵送していただくか、金融機関・ゆうちょ銀行の窓口への提出のいずれかでお申し込みください（金融機関により、取り扱っている申込方法は異なります）。
・口座振替の開始は金融機関で手続きをしてから約2か月後（Web からお申込みいただく場合、毎月 25 日までのお申込みで翌月から開始）となります。引き落としが始まる時に別途はがきでお知らせします。
・口座振替のお申し込みをいただいても、要件に該当する方は特別徴収から変更されません。

口座振替はWebで簡単２ステップで申込できます！

被保険者証番号と口座番号がわかるものを用意

スマホやパソコンでアクセス・入力

横浜市 Web口座振替 検索

保険料のお支払いにお困りの場合

保険料の減免

災害、失業、倒産、その他の事情で保険料のお支払いが困難なとき、介護保険料の減免が受けられる場合があります。詳しくは区役所保険年金課にご相談ください。

事情の種類	対象となる方	減免内容
災害	風水害、火災、震災等により家屋等の資産が20%以上被害を受けた方。	被害の程度により、4か月分または6か月分を免除します。
所得減少	失業または事業の失敗等により所得が著しく減少した方。	当該年中の見込所得金額等をもとに減額します。
低所得	保険料段階第3段階以上第7段階以下の方で、一定の「収入基準」及び「資産基準」の両方を満たす方(生活保護又は中国残留邦人等支援給付を受けている方は除く)。	第2段階(公費による軽減措置後)相当額に減額します。

低所得者減免の収入基準・資産基準

収入基準	世帯全員※の年間収入見込額が、	
	単身世帯	150万円以下
	2人以上の世帯	150万円に、当該被保険者を除く世帯員1人につき50万円を加えた額以下
資産基準	以下の要件を全て満たしていること	
	(ア) 世帯全員の現金、預貯金、有価証券等の資産の合計が、	
	単身世帯	350万円以下
	2人以上の世帯	350万円に、当該被保険者を除く世帯員1人につき100万円を加えた額以下
	(イ) 居住用不動産(土地(200㎡以下)及び家屋)以外の不動産を所有していないこと	

※「世帯全員」とは、基本的には住民登録で同じ世帯として登録している人全員を指しますが、別世帯であっても同居して事実上生計が同じ人も含めます。

Point

保険料は納期限までに納付を

納付書で納めている方には、便利な口座振替をおすすめします。

保険料は介護保険制度を維持していくための重要な財源ですので、必ず納期限までに納付してください。
納期限までに納付されない場合は、督促状を送付します。
さらに、納付が督促状の指定期限を過ぎてしまうと、指定期限の翌日から納付の日までの日数に応じて延滞金が加算されます。

保険料を滞納していると

保険料は介護保険サービスに必要な費用をまかなう重要な財源ですので、介護保険制度を維持していくためには保険料を納付していただくことが大切です。

特別な理由もなく保険料（第1号被保険者の保険料）を滞納していると、保険料を納付している人との公平を図るために、介護保険サービスを利用するときに法令に基づいて次のような措置がとられることがあります。

保険料を納期限から1年間納付していないと・・・

保険給付の支払方法が変更されます（償還払い化）

●介護保険サービスを利用するときに、費用をいったん全額支払うこととなります。
●いったん支払った費用は、区役所に申請すると、保険給付分が後日払い戻されます。

1か月10万円の介護保険サービスを利用している方が償還払い化となった場合※

① 償還払いのため、サービス提供事業者に10割の10万円を支払います。
② 10万円の領収書、サービス提供証明書等を受け取ります。
③ 10万円の領収書などをお持ちになって区役所に保険給付分(9万円)の払戻しの申請をします。
④ 後日、保険給付分(9万円)の払戻しを受けます。

保険料を納期限から1年6か月以上納付していないと・・・

保険給付が一時差し止められます

●償還払いになった給付費の一部または全部の払戻しを一時的に差し止めるなどの措置がとられます。
●なお滞納が続く場合は、差し止められた保険給付から、滞納保険料が差し引かれる場合もあります。

保険料を納期限から2年以上納付していないと・・・

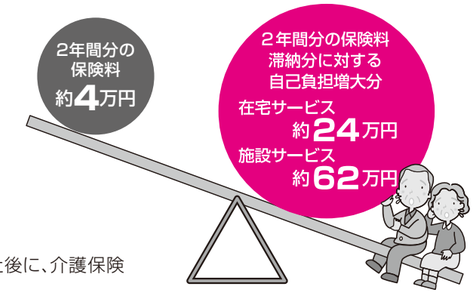
保険給付額が減額されます（利用者負担割合の引き上げ）

●保険料は、督促状が届いた日の翌日等（時効起算日）から2年経過すると、時効により納めることができなくなります。
●時効により納められなくなった保険料があると、滞納した期間に応じて、保険給付の自己負担割合が3割または4割に引き上げられる場合があります。
●給付額が減額される期間中は、高額介護(介護予防)サービス費の払戻し(**情-35**ページ)や、食費・部屋代の負担軽減(**情-36**ページ)は受けられず、また、この間の自己負担額は高額医療・高額介護合算制度(**情-37**ページ)の合算の対象となりません。

要介護2の方の平均的な1年間のサービス利用の自己負担例(※)

1年間、自己負担が1割から3割になると…

在宅サービス利用の場合	施設サービス利用の場合
(1年間の介護保険サービス費用約120万円)の自己負担額は、	(1年間の介護保険サービス費用約310万円)の自己負担額は、
約12万円	**約31万円**
↓	↓
約36万円 (自己負担の増加は約24万円)	**約93万円** (自己負担の増加は約62万円) ※食費等の負担額は除きます。



このように、介護保険サービスを受けるときに、自己負担が増大します。

この例は、時効により2年間分の保険料を納付できなくなった後に、介護保険サービスを受ける場合を想定しています。

この例では、自己負担が3割になる期間は1年間になります。保険料の納付済み期間が一部ある場合は、その期間に応じて給付額減額期間が短くなります。

※保険料第2段階で、自己負担が1割の方の例

財産の差押

介護保険サービスの利用の有無にかかわらず、法律に基づく滞納処分として、預貯金、生命保険等の財産を差し押さえる場合があります。

連帯納付義務者

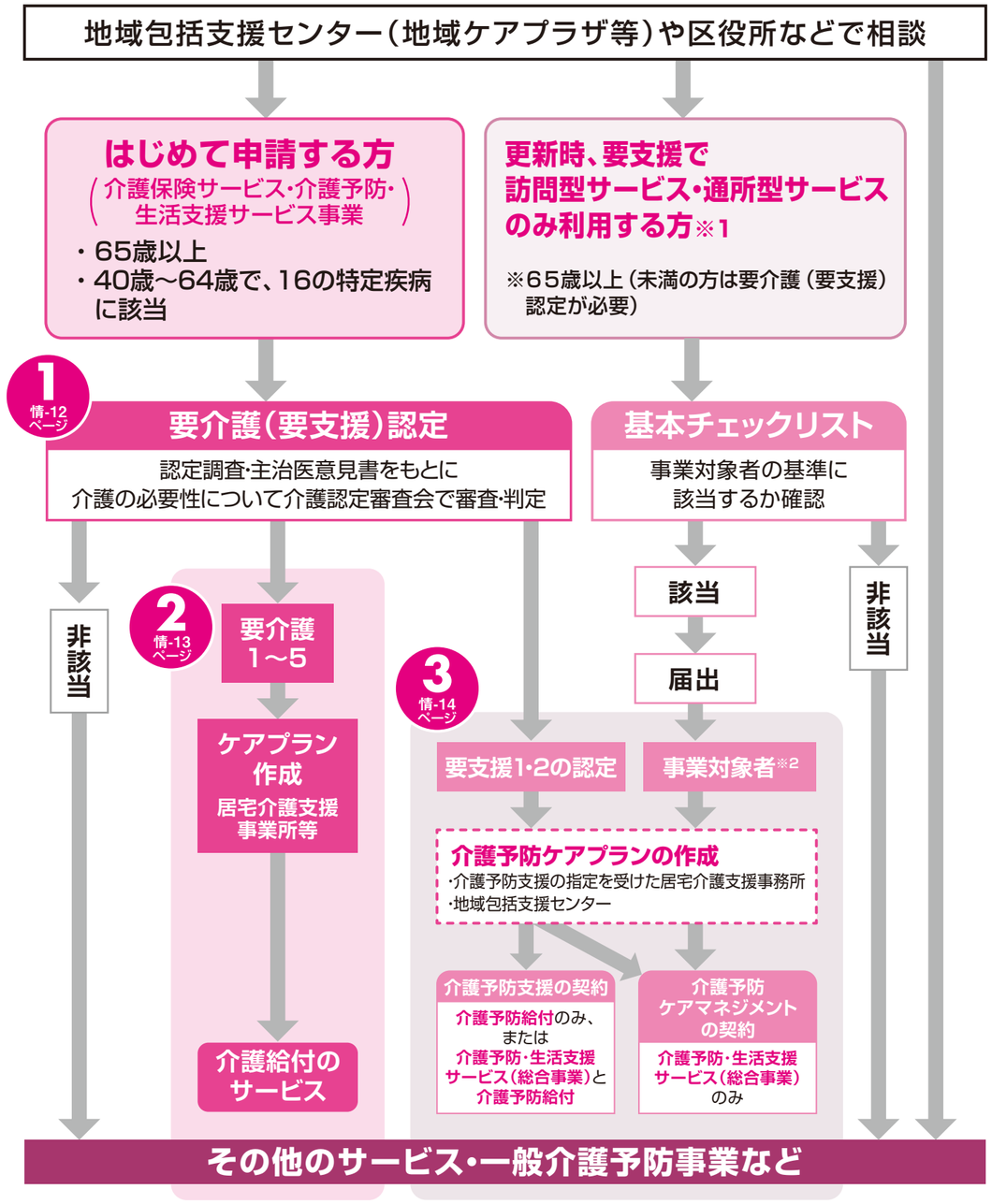
納付方法が普通徴収の場合は、法律の定めにより、世帯主及び配偶者は、その被保険者の保険料を連帯して納付する義務を負うことになっています。

第2号被保険者で医療保険の未納がある場合

第2号被保険者（40歳～64歳の医療保険加入者）に医療保険料の未納がある場合、支払方法の変更と併せて、保険給付の一部または全部について一時的に差し止めるなどの措置がとられることがあります。

サービスの利用手順

サービス利用までの流れ



※1　更新時以外でも介護予防ケアマネジメントにより自立が見込まれる方なども利用できる場合があります。
※2　事業対象者は訪問型サービス・通所型サービス以外の、介護保険のサービスは利用できませんのでご注意ください。

1 要介護認定を受けます

1.申請をします

本人またはご家族などが区役所高齢・障害支援課で「要介護認定」の申請をします。地域包括支援センター（地域ケアプラザ等）、居宅介護支援事業者等に代行してもらうこともできます。

●必要な書類等

- 要介護・要支援認定申請書（窓口にあります。）
- 介護保険証（65歳になった時点で交付されます。）
- かかりつけの医療機関名、医師名などがわかるもの

※第2号被保険者（**情-6**ページ）の場合は、「有効な医療保険被保険者証」、「資格確認書」、「資格情報のお知らせ」のいずれかひとつ

2.心身の状態を調査します

●認定調査

事前に区役所や委託事業者から連絡の上、調査員が自宅などに訪問し、本人やご家族から聞き取り調査を行います。調査項目は、全国共通の74項目の基本調査と概況調査です。

●主治医意見書

申請時に指定した主治医により、意見書が作成されます。　※主治医がいない場合は、窓口にご相談ください。

3.どのくらい介護が必要か審査し、認定します

●審査・判定・認定

認定調査の結果や主治医意見書をもとに、保健・医療・福祉の専門家で構成される介護認定審査会が、どのくらい介護が必要かなどを審査・判定します。
区は、介護認定審査会の審査・判定に基づき、要介護度の認定を行います。

（一次判定）コンピュータ判定 ▶ （二次判定）介護認定審査会で審査・判定 ▶ 要介護度の認定

4.認定結果通知と介護保険証と介護保険負担割合証（※1）が届きます

届いたら通知書と保険証の内容を確認しましょう。
※1 負担割合証は新たに要介護（支援）認定等を受けた方など、負担割合証をお持ちでない方にお送りします。負担割合証についての詳細は**情-32**ページを参照してください。

●確認すること

要介護状態区分（「要支援1・要支援2」「要介護1～要介護5」「非該当」）
認定の有効期間など（新規申請・区分変更申請の場合は3か月～12か月、更新申請の場合は3か月～48か月）

② 要介護1～5の認定を受けた方

●在宅生活の継続を希望する場合

サービスを利用するにはケアプランを作成する必要があります。

1.ケアマネジャーを決めます

居宅介護支援事業所に所属するケアマネジャーが、ケアプランを作成することができます。居宅介護支援事業所の選定にあたっては、区役所高齢・障害支援課や地域包括支援センター（地域ケアプラザ等）でも相談できます。

ケアマネジャーについて　情-15ページ

（看護）小規模多機能型居宅介護事業所を利用する場合は、事業所に所属するケアマネジャーがケアプランを作成します。

（看護）小規模多機能型居宅介護事業所について　情-24ページ

2.ケアプランの作成を依頼します

どんなサービスが必要か、ケアマネジャーと相談します。

ケアマネジャーが作成したケアプランを確認します。

3.サービス事業者と契約します

契約書、重要事項説明書などでサービス内容などの契約内容を確認して、事業者ごとに個別に利用契約を結びます。

事業者との契約について情-30ページ

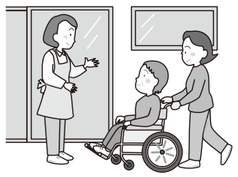
4.サービスを利用します

居宅サービス（訪問系・通所系・生活環境を整えるサービス）は

情-18ページ～

居住系・施設系サービスは

情-27ページ～



●施設入所を希望する場合

1.利用する施設を選びます

希望する施設で、サービス内容や契約内容について説明を受けます。

（施設に関する情報提供は、区役所や地域包括支援センター、高齢者施設・住まいの相談センター等から受けられます。）

2.入所を申し込みます

※特別養護老人ホームは、入所申込受付センターで申込を受け付けています。要介護度により、入所要件が異なります（情-28ページ）。その他の施設は各施設に直接申し込みます（情-29ページ）。

※特別養護老人ホームは原則要介護3以上の方

4.サービスを利用します

③ 要支援1・2の認定を受けた方、事業対象者(※)の方

※事業対象者とは、要支援相当の方で、基本チェックリストにより、事業の対象になった方をいいます。

1.介護予防ケアプランの作成を依頼します

自身が住み慣れた地域で自立した生活が送れることを目指し、必要なサービスを地域包括支援センター（地域ケアプラザ等）や介護予防支援の指定を受けた居宅介護支援事業所へ相談して、「介護予防ケアプラン」を作成し、関係する事業所が支援します。（利用者が文書により同意した上で支援を開始します。）

地域包括支援センターについて　情-14ページ
介護予防の指定を受けた居宅介護支援事業所　P76～（予のマーク付き）

①介護予防サービス計画・予防給付

- 訪問看護
- 通所リハビリテーション
- 福祉用具貸与 など

※事業対象者は利用できません。

介護予防支援の指定を受けた居宅介護支援事業所（76ページ～、予のマークの事業者）または地域包括支援センター（情-14ページ）

②介護予防ケアマネジメント 介護予防・生活支援サービス

- 訪問型サービス
- 通所型サービス
- その他の生活支援サービス など

地域包括支援センター（情-14ページ）

心身状況の変化等によるサービスの変更等により①と②の状態を行き来する場合は、予め、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、利用者の3者で契約を締結しておくこともできます。

2.サービス事業者と契約します

契約書、重要事項説明書などでサービス内容などの契約内容を確認して、事業者ごとに個別に利用契約を結びます。

事業者との契約について情-30 ページ

3.サービスを利用します

介護予防のサービスは
情-18ページ～

地域包括支援センターについて

地域包括支援センターは地域の身近な相談窓口です。

横浜市では、高齢者が住み慣れた地域で生活を続けることができるよう、地域ケアプラザと一部の特別養護老人ホームに、地域包括支援センターを設置しています。

- 地域包括支援センター一覧は情-1～情-2ページに掲載しています。
- ふだんの生活の中で、何か困ったことや気がかりなことがありましたら、お住まいの地区を担当する地域包括支援センターへお気軽にご相談ください。なお、来所相談またはオンライン相談を希望される際は、あらかじめお電話等でご連絡ください。年末年始期間及び施設点検日（月1回）を除く土曜・日曜・祝日も開館しています。

地域包括支援センターの役割

地域包括支援センター
保健師等・社会福祉士等・主任ケアマネジャー等

1 いつまでも元気に！介護予防を進めます。

介護予防に関する情報提供や生活機能の維持・向上が必要な方の相談支援、要支援1・2の認定を受けた方、事業対象者の方の介護予防サービスのケアプランを作成します。※

2 さまざまな問題について相談に応じます。

介護保険のほかにも高齢者の生活全般にわたって、幅広く相談を受け、必要なサービスや機関につなげます。

3 高齢者のみなさまの権利を守ります。

消費者被害の防止のほか、成年後見制度の利用支援や高齢者虐待の防止などに取り組みます。

4 地域のつながりを強めます。

地域ボランティアの活動の支援や、ケアマネジャー、介護保険事業所、医療機関との連携を強めます。

※地域包括支援センターでは、利用者の意向を踏まえて、介護予防ケアプランの作成を指定居宅介護支援事業所のケアマネジャーに委託することがあります。

ケアマネジャーについて

ケアマネジャーは、介護を必要とする方ができる限り自立した生活を送ることができるように、適切な介護保険サービスを受けるためのサポートをします。

●ケアマネジャーの業務内容

ケアプラン(居宅サービス計画)の作成

利用者や家族の状況に合わせて、適切な支援やサービスが受けられるようにケアプランを作成します。

定期的な訪問

利用者宅を定期的に訪問し、生活の様子や体調などを確認します。
必要に応じてケアプランの見直しを行います。

介護保険サービスの提案

利用者の状況や意向をふまえた介護保険サービスの情報を提供します。

サービス事業者等との連絡調整

サービスを提供する事業者と利用者の間に入って連絡･調整を行います。
入院した場合は医療機関とも連携してサービスの調整をします。

サービス担当者会議の開催

サービス担当者会議は利用者や家族、サービスに関わる専門職が集まり、方針を検討する会議です。ケアマネジャーは関係者の招集や司会、進行を担います。

給付管理業務

毎月、利用したサービスを確認しながら、給付に必要な書類の作成、提出などの事務手続きを行います。

事業所の一覧はリスト頁(76ページ～)に掲載しています。

●ケアマネジャーができないこと

**ケアマネジャーの業務は介護保険サービスを利用できるようサポートすることです。
そのため以下のようなことはケアマネジャーにはできません。**

金銭管理をしてほしい

サービス利用の調整のため、ケアマネジャーが利用者の収入や生活上の支出状況をうかがうことはありますが、お金の預かりや管理はできません。

●利用者自身で金銭管理ができないときは、成年後見制度や日常生活自立支援事業を活用しましょう。

病院に連れて行ってほしい

ケアマネジャーは医療機関と連携しながらサービス調整を行いますが、利用者や家族の通院付き添いはできません。

●通院の介助が必要なときは、訪問介護による通院等乗降介助などを利用しましょう。

保証人になってほしい

ケアマネジャーは金銭貸借の連帯保証人や入院時の身元保証人になることはできません。

●病院や行政機関に相談しましょう。

これらもケアマネジャーの業務ではありません

- ○ 携帯電話の操作や手続き
- ○ 庭の芝刈り･草むしり
- ○ 買い物･掃除などの家事
- ○ 家屋の修理
- ○ 日常的な安否確認
- ○ 害虫･ネズミの駆除
- ○ 税金の手続きや支払い

※できないことの一例です

利用できるサービス

介護保険サービスの種類

介護保険サービスは、要介護の認定を受けた方と、要支援の認定等を受けた方では、利用できるサービスの内容が異なります。詳細は下記の表をご確認ください。

	種 類	要支援の方の利用の可否
自宅で利用するサービス（訪問系サービス）	訪問介護（ホームヘルプ）	○※4
	夜間対応型訪問介護 ※1	×
	訪問入浴介護	○
	訪問看護	○
	訪問リハビリテーション	○
	居宅療養管理指導	○
施設に通い（泊り）利用するサービス（通所系サービス）	通所介護 （デイサービス）＊定員19人以上	○※4
	地域密着型通所介護 ※1 （小規模なデイサービス）＊定員18人以下	○※4
	療養通所介護 ※1 （看護師の観察が必要な方のデイサービス）	×
	認知症対応型通所介護 ※1 （認知症対応型デイサービス）	○
	通所リハビリテーション （デイケア）	○
	短期入所生活介護 （福祉施設のショートステイ）	○
	短期入所療養介護 （医療施設等のショートステイ）	○

※1「地域密着型サービス」です。地域密着型サービスは、可能な限り住み慣れた自宅や地域で生活できるようにつくられたサービスです。原則として市民（市の介護保険被保険者）のみが利用できます。
※2 入居時要介護の方のみを対象とした施設もあります。
※3 軽度者（要介護1・要支援の方）は、一部利用対象外の種目があります。
※4 要支援の方が利用できる訪問介護、通所介護、地域密着型通所介護は、「介護予防・日常生活支援総合事業」のサービスです。

	種 類	要支援の方の利用の可否
24時間対応で利用できるサービス（訪問系サービス・通所系サービス）	定期巡回・随時対応型 ※1 訪問介護看護 ＊「訪問系」サービス	×
	小規模多機能型居宅介護 ※1 ＊「訪問系」+「通所（宿泊）系」サービス	○
	看護小規模多機能型居宅介護 ※1 ＊「訪問系」+「通所（宿泊）系」サービス	×
生活環境を整えるサービス	福祉用具貸与（レンタル） ※3	○
	特定福祉用具販売	○
	住宅改修	○
居住系サービス	認知症対応型共同生活介護 ※1	△ （要支援2のみ）
	特定施設入居者生活介護 （介護付有料老人ホーム等）	○※2
	地域密着型特定施設入居者生活介護 （介護付有料老人ホーム等） ※1	×
施設系サービス	介護老人福祉施設 （特別養護老人ホーム）	×
	地域密着型介護老人福祉施設 入所者生活介護 ※1	×
	介護老人保健施設	×
	介護医療院	×

介護予防・生活支援サービス事業一覧

【対象者:要支援1～2、事業対象者】

国の類型	横浜市のサービス名称		事業概要
旧介護予防訪問介護・通所介護に相当するサービス	横浜市訪問介護相当サービス		専門的なサービスが必要と認められる場合に提供するサービスとして、旧介護予防訪問介護に相当するサービス（訪問介護員等によるサービス）を実施します。
	横浜市通所介護相当サービス		専門的なサービスが必要と認められる場合に提供するサービスとして、旧介護予防通所介護に相当するサービス（通所介護事業者の従事者によるサービス）を実施します。
緩和した基準によるサービス（サービスA）	横浜市訪問型生活援助サービス		必ずしも専門的なサービスが必要でない方に、訪問介護員等に加えて、一定の研修修了者又は入門的研修修了者が、掃除、洗濯、調理、買い物などの生活援助を行います。
住民主体による支援（サービスB）	横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業※5	横浜市訪問型支援	住民主体のボランティア等が定期的にご自宅に訪問し、掃除、洗濯、調理、買い物など、日常生活の支援を行います。
		横浜市通所型支援	住民主体のボランティア等が行う地域のサロンなどで、体操や趣味の活動など介護予防につながる活動に参加できます。
その他の生活支援サービス		横浜市配食支援	住民主体のボランティア等が定期的にご自宅に訪問し、栄養改善を目的とした配食などを行います。
		横浜市見守り支援	住民主体のボランティア等が定期的にご自宅に訪問し、安否確認や見守りを行います。
短期集中予防サービス（サービスC）	横浜市訪問型短期予防サービス		早期介入による閉じこもり予防・改善、社会参加の促進、介護予防を目的に、区福祉保健センターの看護師、保健師が3～6か月の短期間、訪問して支援を行います。本人の状態にあわせて、運動機能の維持ー改善や健康管理のための支援、地域の通いの場等多様なサービスへの参加支援などを行います。

※5　要支援者・事業対象者のときから継続して利用する要介護者も利用することができます。

主なサービスの内容については**情 -18**ページから**情 -29**ページの介護保険で利用できるサービスと自己負担額の目安をご覧ください。
また、自己負担額の目安は、**1割負担の方を例**として計算しており、事業所の体制等による加算分は含まれていません。
報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

自宅で利用するサービス

要介護1～5の方

訪問介護（ホームヘルプ）

自宅を訪問するホームヘルパー（訪問介護員）により、入浴・排せつ・食事の介助等の身体介護、掃除・洗濯・調理・買い物等の生活援助が受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

	20分未満	20分以上30分未満	30分以上60分未満	60分以上90分未満	以降30分ごと
身体介護中心の利用	182円	272円	431円	631円	92円

	20分以上45分未満	45分以上70分未満	70分以上
身体介護に引き続き生活援助を利用	73円	145円	217円

	20分以上45分未満	45分以上
生活援助中心の利用	199円	245円

◇身体介護を中心に「30分以上60分未満」利用した後に、引き続き生活援助を「20分以上45分未満」利用した場合の自己負担は504円（431円+73円）です。
※「生活援助中心の利用」を45分以上、または「身体介護に引き続き生活援助を利用」を70分以上利用する場合、自己負担額は定額となります。
※早朝や深夜など、サービスを利用する時間帯により、自己負担が1.25倍～1.5倍になります。

通院等乗降介助

通院時の車への乗降の介助と運転がホームヘルパー（訪問介護員）1人により行われるサービスです。

<自己負担の目安>

片　道	108円

◇運賃は別途自己負担です

要支援1・2、事業対象者の方

横浜市訪問介護相当サービス（ホームヘルプ）

自宅を訪問するホームヘルパー（訪問介護員）により、入浴・排せつ・食事の介助等の身体介護、掃除・洗濯・調理・買い物等の生活援助が受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

利用回数（1か月）	要支援1	要支援2 事業対象者
週1回程度	1,308円	1,308円
週2回程度	2,612円	2,612円
週2回を超える場合		4,145円

横浜市訪問型生活援助サービス

自宅を訪問する従事者（一定の研修又は入門的研修の修了者等）により、掃除・洗濯・調理・買い物等の生活援助が受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

利用回数（1か月）	要支援1	要支援2 事業対象者
週1回程度	1,177円	1,177円
週2回程度	2,351円	2,351円
週2回を超える場合		3,730円

●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

○生活援助は利用者が自分で家事をするのが難しく、家族や地域からの支援が受けられない場合などに利用できます。
○本人の日常生活の援助の範囲を超える場合は、介護給付の対象とはなりません。
例：①「直接本人の援助」に該当しない行為、例えば、家族の分の洗濯・調理・買い物・部屋の掃除、来客の応接、自家用車の洗車など
②「日常生活の援助」に該当しない行為、例えば、庭の草むしり、ペットの世話、大掃除、窓ガラス磨き、家屋の修理、ペンキ塗り、園芸、正月等のために特別な手間をかけて行う調理など

Point

自己負担の目安の計算方法は？

各サービスの単位数に、横浜市の地域区分単価（右表）をかけ、1割負担の方を例として自己負担額として計算しています。
※印のサービスの「自己負担の目安」は、30日間利用した場合で、算出しています。

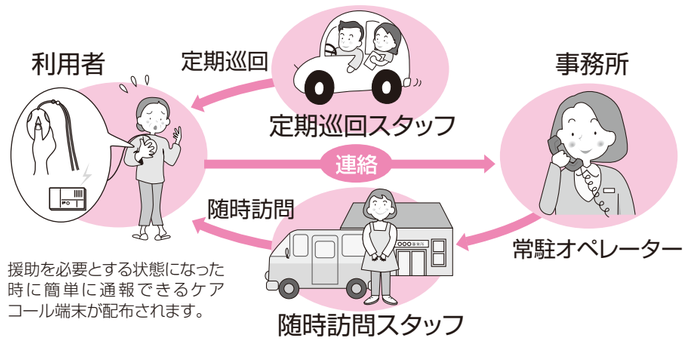
単位数×横浜市の地域区分単価×0.1＝自己負担額

サービス種類（予防、地域密着を含む）	地域区分単価
居宅療養管理指導　福祉用具貸与	10円
通所介護　地域密着型通所介護　短期入所療養介護　※介護老人福祉施設 ※特定施設入居者生活介護　※認知症対応型共同生活介護　※介護老人保健施設 ※地域密着型特定施設入居者生活介護 ※地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護　※介護医療院	10.72円
訪問リハビリテーション　通所リハビリテーション　短期入所生活介護 認知症対応型通所介護　小規模多機能型居宅介護　看護小規模多機能型居宅介護	10.88円
訪問介護　訪問入浴介護　訪問看護　定期巡回・随時対応型訪問介護看護 夜間対応型訪問介護　居宅介護支援	11.12円

要介護1～5の方（要支援1・2の方は利用できません）

夜間対応型訪問介護 密着

夜間の定期的な巡回による訪問介護サービスに加え、随時、利用者の求めに応じて、利用者宅を訪問します。また、利用者の通報に応じて調整・対応するオペレーションサービスを提供します。

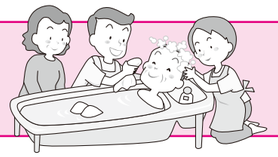


<自己負担の目安>

夜間訪問サービス（Ⅰ）	
オペレーションサービス	
1か月	1,100円
定期巡回サービス	
1回	414円
随時訪問サービス（Ⅰ）	
1回	631円

要介護1～5の方

訪問入浴介護



看護職員と介護職員が自宅を訪問し、持参した浴槽によって、入浴の介護を行うサービスです。

<自己負担の目安>

1回あたり	1,408円

◇全身入浴が困難で、清拭や部分浴を利用の場合は、1回あたり1,267円です。

要支援1・2の方

介護予防訪問入浴介護

<自己負担の目安>

1回あたり	952円

◇全身入浴が困難で、清拭や部分浴を利用の場合は、1回あたり857円です。

要介護1～5の方

訪問看護

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、定期的に自宅を訪問する看護師等による、健康チェック、療養上の世話や診療の補助等を受けられるサービスです。

要支援1・2の方

介護予防訪問看護

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、定期的に自宅を訪問する看護師等による、健康チェック、療養上の世話や診療の補助等を受けられるサービスです。

〈自己負担の目安〉

1回の提供時間 / サービス区分	20分未満※1	30分未満	30分以上60分未満	60分以上90分未満	90分以上※2
訪問看護ステーション	350円	524円	916円	1,255円	1,588円
病院または診療所	296円	444円	639円	939円	1,273円

※1「20分未満」は、他に週1回以上20分以上の訪問看護を実施している場合算定できます。
○早朝や深夜など、サービスを利用する時間帯により、自己負担が1.25～1.5倍になります。
※2 特別管理加算の対象の方で、訪問看護の所要時間を通算した時間が90分以上となるときに算定します。

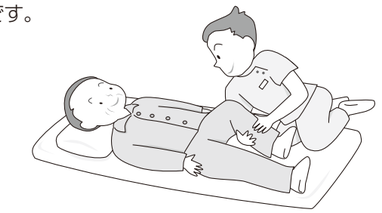
●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民（市の介護保険被保険者）のみが利用できます。

要介護1～5の方

訪問リハビリテーション

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、自宅を訪問した理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による、リハビリテーションを受けられるサービスです。



<自己負担の目安>

1回あたり	336円

◇利用にあたってリハビリテーション実施計画が作成され、集中的にリハビリが行われた場合は、1回あたり218円加算されます。

要支援1・2の方

介護予防訪問リハビリテーション

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、自宅を訪問した理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による、リハビリテーションを受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

1回あたり	325円

◇利用にあたってリハビリテーション実施計画が作成され、集中的にリハビリが行われた場合は、1回あたり218円加算されます。

要介護1～5の方

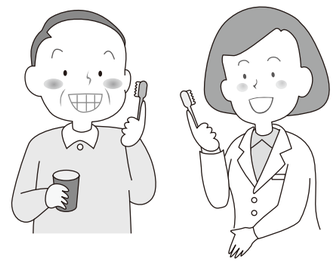
居宅療養管理指導

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、自宅を訪問した医師、歯科医師、薬剤師等による、療養上の管理や指導、助言等を受けられるサービスです。また、ケアマネジャーに対し、ケアプラン策定に必要な情報提供が行われます。

要支援1・2の方

介護予防居宅療養管理指導

在宅療養している人で、通院が困難な場合に、自宅を訪問した医師、歯科医師、薬剤師等による、療養上の管理や指導、助言等を受けられるサービスです。また、地域包括支援センター等に対し、ケアプラン策定に必要な情報提供が行われます。



〈自己負担の目安〉

利用回数	医師	歯科医師	医療機関の薬剤師	薬局の薬剤師	管理栄養士	歯科衛生士等
1回あたり	515円	517円	566円	518円	545円	362円
単一建物居住者2～9人の場合	487円	487円	417円	379円	487円	326円
利用限度回数	月2回	月2回	月2回	※月4回	月2回	月4回

※がん末期の方、または中心静脈栄養を受けている方については、週2回月8回まで算定できます。

●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

施設に通い(泊り)利用するサービス

要介護1～5の方

通所介護（デイサービス）

定員19人以上のデイサービス事業所へ通い、機能訓練や健康チェック、入浴・食事その他の日常生活上の介護を受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

1日あたり	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
8時間以上9時間未満	718円	848円	981円	1,116円	1,252円

＋ 食費 日常生活費など

◇通常規模の通所介護事業所を8時間以上9時間未満利用した場合の目安です。(送迎サービスの費用は含まれています。)

◇このほか、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合に加算があります。

地域密着型通所介護（デイサービス） 密着

定員18人以下のデイサービス事業所へ通い、機能訓練や健康チェック、入浴・食事その他の日常生活上の介護を受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

1日あたり	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
8時間以上9時間未満	840円	992円	1,150円	1,308円	1,464円

＋ 食費 日常生活費など

◇8時間以上9時間未満利用した場合の目安です。(送迎サービスの費用は含まれています。)

◇このほか、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合には加算があります。

要支援1・2、事業対象者の方

横浜市通所介護相当サービス（デイサービス）

デイサービス事業所へ通い、機能訓練や健康チェック、入浴・食事その他の日常生活上の介護を受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

利用回数(1か月)	要支援1	要支援2 事業対象者
週1回程度	1,928円	1,928円
週2回程度		3,882円

＋ 食費 日常生活費など

◇送迎サービスや入浴サービスの費用は含まれます。

◇このほか、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合に加算があります。

要介護1～5の方(要支援1・2の方は利用できません)

療養通所介護 密着

難病等を有する重介護者やがん末期により、常に看護師による観察が必要な方を対象に、機能訓練や健康チェック、入浴・食事その他の日常生活上の介護を受けられるデイサービスです。

<自己負担の目安>

1月あたり	(区分なし)
	13,706円

＋ 食費 日常生活費など

◇身体状態により利用できる方が限られます。

●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

要介護1～5の方

認知症対応型通所介護 密着

認知症の方を対象に、少人数で家庭的な雰囲気の中、入浴や食事の介助、機能訓練やレクリエーションなどを受けられるデイサービスです。

<自己負担の目安>

1日あたり8時間以上9時間未満

要介護1	1,117円
要介護2	1,237円
要介護3	1,358円
要介護4	1,482円
要介護5	1,602円

＋ 食費 日常生活費、オムツ代など

要支援1・2の方

介護予防認知症対応型通所介護 密着

認知症の方を対象に、少人数で家庭的な雰囲気の中、入浴や食事の介助、機能訓練やレクリエーションなどを受けられるデイサービスです。

<自己負担の目安>

1日あたり8時間以上9時間未満

要支援1	967円
要支援2	1,079円

＋ 食費 日常生活費、オムツ代など

◇単独型認知症対応型通所介護事業所を 8 時間以上 9 時間未満利用した場合の目安です。(送迎サービスの費用は含まれています。)

◇このほか、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合に加算があります。

要介護1～5の方

通所リハビリテーション（デイケア）

心身の機能の維持・向上のために主治医が必要と認める場合、介護老人保健施設、病院・診療所等へ通い、リハビリテーションや入浴・食事等の日常生活上の介護を受けられるサービスです。

<自己負担の目安>

1日あたり	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
7時間以上8時間未満	829円	983円	1,138円	1,322円	1,501円

＋ 食費 日常生活費など

◇通常規模の通所リハビリテーション事業所を7時間以上8時間未満利用した場合の目安です。(送迎サービスの費用は含まれています。)

◇このほか、リハビリテーション実施計画により、短期間に集中的なリハビリを行った場合や、栄養改善サービスや口腔機能向上サービスなどを利用した場合に加算があります。

要支援1・2の方

介護予防通所リハビリテーション

心身の機能の維持・向上のために主治医が必要と認める場合、介護老人保健施設、病院・診療所等へ通い、リハビリテーションや入浴・食事等の日常生活上の介護を受けられるサービスです。

利用料は1か月単位の定額料金で、利用できる事業所は1か所のみです。

<自己負担の目安>

1か月あたり	共通的サービス	栄養改善加算	口腔機能向上加算
要支援1	2,468円	218円	169円
要支援2	4,600円	218円	169円

＋ 食費 日常生活費など

◇「送迎サービス」や「入浴サービス」の費用は共通的サービスに含まれます。

●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民(市の介護保険被保険者)のみが利用できます。

要介護1～5の方

短期入所生活介護（福祉施設でのショートステイ）

家庭における介護が一時的に困難になったときなどに、福祉施設に短期間滞在し、食事や着替え、入浴などの日常生活の介護やレクリエーション等を受けるサービスです。滞在する部屋の種類によって利用料金が異なります。

<自己負担の目安>

1日あたり	多床室（定員二人以上）	従来型個室 リビング併設なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の個室
要介護1	656円	656円	766円
要介護2	732円	732円	840円
要介護3	811円	811円	922円
要介護4	887円	887円	999円
要介護5	962円	962円	1,074円

＋ 食費（1,445円/日）

＋ 部屋代 915円/日 ／ 部屋代 1,231円/日 ／ 部屋代 2,066円/日

＋ 日常生活費、理美容代など

要支援1・2の方

介護予防短期入所生活介護

家庭における介護が一時的に困難になったときなどに、福祉施設に短期間滞在し、生活機能の低下を招かないようにサービスが提供されます。

<自己負担の目安>

1日あたり	多床室（定員二人以上）	従来型個室 リビング併設なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の個室
要支援1	491円	491円	576円
要支援2	611円	611円	714円

＋ 食費（1,445円/日）

＋ 部屋代 915円/日 ／ 部屋代 1,231円/日 ／ 部屋代 2,066円/日

＋ 日常生活費、理美容代など

要介護1～5の方

短期入所療養介護（老健施設・病院等でのショートステイ）

家庭における介護が一時的に困難になったときなどに、介護老人保健施設や医療施設等に短期間滞在し、医師や看護師、理学療法士などから、医学的管理のもと、機能訓練や生活支援などを受けるサービスです。滞在する部屋の種類によって利用料金が異なります。

<自己負担の目安>

1日あたり	多床室（定員二人以上）	従来型個室 リビング併設なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の個室
要介護1	890円	808円	897円
要介護2	944円	859円	947円
要介護3	1,012円	927円	1,017円
要介護4	1,069円	984円	1,076円
要介護5	1,128円	1,041円	1,132円

＋ 食費（1,445円/日）

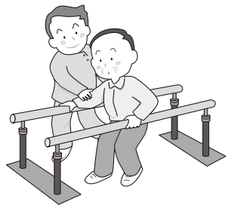
＋ 部屋代 437円/日 ／ 部屋代 1,728円/日 ／ 部屋代 2,066円/日

＋ 日常生活費、理美容代など

要支援1・2の方

介護予防短期入所療養介護

家庭における介護が一時的に困難となったときなどに、介護老人保健施設や医療施設等に短期間滞在し、医師や看護師、理学療法士などから、医学的管理のもと、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などを受けるサービスです。



<自己負担の目安>

1日あたり	多床室（定員二人以上）	従来型個室 リビング併設なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の個室
要支援1	658円	621円	669円
要支援2	830円	779円	846円

＋ 食費（1,445円/日）

＋ 部屋代 437円/日 ／ 部屋代 1,728円/日 ／ 部屋代 2,066円/日

＋ 日常生活費、理美容代など

◇送迎サービスを利用した場合は、片道 198 円～201 円が加算されます。
◇オムツ代は介護保険に含まれます。
※食費・部屋代は国が示す標準的な金額です。具体的な料金は各施設にお問合せください。（**情-36** ページ）
※収入の少ない方には、食費や部屋代が軽減される制度があります。（**情-36**、**情-38** ページ）

●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

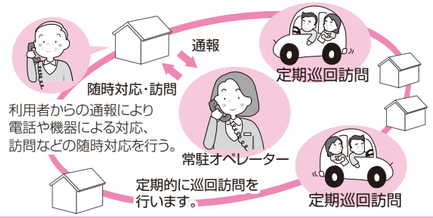
密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民（市の介護保険被保険者）のみが利用できます。

24時間対応で利用できるサービス

要介護1～5の方（要支援1・2の方は利用できません）

定期巡回・随時対応型訪問介護看護 密着

24 時間訪問介護と訪問看護が一体的にまたは密接に連携しながら、定期巡回型訪問と随時の対応・訪問を行うサービスです。利用できる事業所は原則1か所のみです。



<自己負担の目安>

1か月あたり

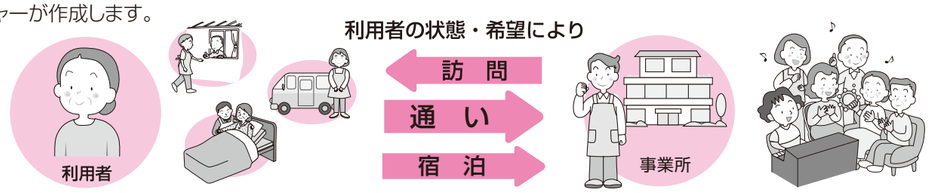
	介護・看護利用	介護利用
要介護1	8,836円	6,056円
要介護2	13,804円	10,809円
要介護3	21,071円	17,948円
要介護4	25,974円	22,704円
要介護5	31,468円	27,458円

要介護1～5の方

小規模多機能型居宅介護 密着

利用者の住み慣れた地域で、事業所への通いサービスを中心に、スタッフが利用者宅を訪問したり、事業所に宿泊したりすることができるサービスです。

訪問や宿泊のサービスは、通いでなじみのあるスタッフにより提供されます。利用料は1か月単位の定額料金（別途、宿泊費等がかかります）で、利用できる事業所は1か所のみです。なお、このサービスを利用している間は、訪問介護（ホームヘルプ）や通所介護（デイサービス）、短期入所生活介護・療養介護（ショートステイ）など一部の居宅サービスと他の地域密着型サービスの利用はできません。また、ケアプランについては、事業所に所属しているケアマネジャーが作成します。



<自己負担の目安>

1か月あたり

要介護 1	11,379 円
要介護 2	16,723 円
要介護 3	24,327 円
要介護 4	26,849 円
要介護 5	29,604 円

＋ 食費 ／ 宿泊費 ／ 日常生活費など

要支援1・2の方

介護予防小規模多機能型居宅介護 密着

<自己負担の目安>

1か月あたり

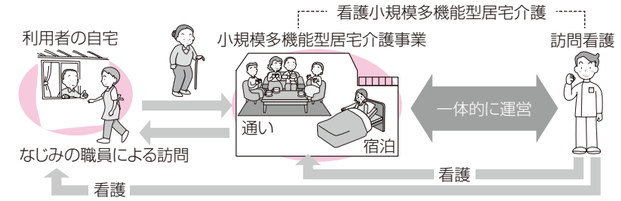
要支援 1	3,754 円
要支援 2	7,586 円

＋ 食費 ／ 宿泊費 ／ 日常生活費など

要介護1～5の方（要支援1・2の方は利用できません）

看護小規模多機能型居宅介護（旧名称：複合型サービス） 密着

事業所への「通い」によるサービスを中心に、利用者の状況や希望により、「訪問」、「宿泊」サービスを柔軟に提供する小規模多機能型居宅介護と、訪問看護を組み合わせたサービスです。利用できる事業所は原則 1 か所のみです。また、ケアプランについては、事業所に所属しているケアマネジャーが作成します。



○登録者数 最大29人　○通いの利用者 最大18人
○宿泊の利用者 最大9人

どのサービスを利用してもなじみの職員によるサービスが受けられる

<自己負担の目安>

1か月あたり

要介護1	13,543 円
要介護2	18,948 円
要介護3	26,636 円
要介護4	30,210 円
要介護5	34,172 円

＋ 食費 ／ 宿泊費 ／ 日常生活費など

●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民（市の介護保険被保険者）のみが利用できます。

生活環境を整えるサービス

要介護1～5の方

福祉用具貸与（レンタル）

日常生活の自立を助けるための福祉用具の貸与が受けられます。

要支援1・2の方

介護予防福祉用具貸与（レンタル）

介護予防につながる自立した生活を送れるよう福祉用具の貸与が受けられます。

貸与の対象（13種類） ■介護付有料老人ホームやグループホームにお住いの場合は、原則として利用できません。

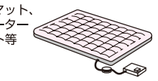
❶車いす
＊自走用、介助用、普通型電動車いす

❷車いす付属品
＊クッション、電動補助装置等

❸特殊寝台
＊背の角度を調整できるもの、ベッドの高さを調整できるもの等

❹特殊寝台付属品
移動用バー
サイドレール
マットレス
テーブル、介助用ベルト、スライディングボード・マット

❺床ずれ防止用具
＊エアマット、ウォーターマット等



❻体位変換器
＊起き上がり補助装置等含む

❼認知症老人徘徊感知機器
＊離床センサー等含む

❽移動用リフト
＊階段移動用リフト等含む

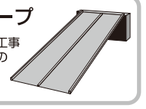
❾自動排泄処理装置
＊交換可能部品を除く

※❶～❽は一定の例外となる場合を除き、要支援1･2、要介護1の方は利用できません。
※❾自動排泄処理装置のうち便を吸引する機能がある装置については、一定の例外となる場合を除き、要支援1･2、要介護1～3の方は利用できません（尿を吸引する装置は利用できます）。

❿手すり
＊取付けに工事不要のもの

令和6年4月以降、レンタルと購入を選択できます。

⓫スロープ
＊取付けに工事不要のもの



⓬歩行器
＊購入は、車輪のあるものを除く

⓭歩行補助つえ
＊購入は、松葉づえを除く

＜自己負担の目安＞

貸与金額の1割（一定以上の所得がある場合は2割または3割）　※貸与金額は、用具の種類･品目、業者によって異なります。

要介護1～5の方

特定福祉用具販売（購入）

日常生活の自立を助けるため、特定の種類の福祉用具を指定事業者から購入した場合に購入費の一部が払い戻されます。

要支援1・2の方

特定介護予防福祉用具販売（購入）

日常生活の自立を助けるため、特定の種類の福祉用具を指定事業者から購入した場合に購入費の一部が払い戻されます。

購入の対象（9種類）⓫～⓳ ■指定事業者からの購入でなければ払戻しが受けられません。
■介護付有料老人ホームやグループホームにお住まいの場合は、原則として利用できません。

⓮腰掛便座
＊便座の底上げ部材等を含む

⓯自動排泄処理装置の交換可能部品
＊レシーバー、チューブ、タンク等

⓰入浴補助用具
＊入浴用いす、浴槽内いす、入浴台・入浴用介助ベルト等

⓱簡易浴槽

⓲移動用リフトのつり具

⓳排泄予測支援機器

原則として同じ種類のものは重複して購入できません。

＜自己負担の目安＞

購入金額の1割
一定以上の所得がある場合は2割または3割

払戻し限度額：1割負担の場合は9万円（年間）
（購入金額が10万円を超えた場合、超えた分については全額自己負担です。）

申請に必要な書類

①**申請書**（区役所保険年金課にて配布）
②**領収書**
③**福祉用具が必要である理由の分かるもの**
（申請書への記載、理由書、居宅サービス計画、福祉用具販売計画のいずれか）
④**当該福祉用具のパンフレット等**（福祉用具の概要が記載されている書類）
※排泄予測支援機器は、上記①～④のほか、医学的な所見の確認書面や排泄予測支援機器確認調書が必要です。

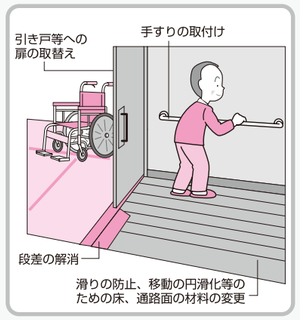
要介護1～5の方

住宅改修

要支援1・2の方

介護予防住宅改修

在宅の要介護者等が、自宅で生活を続けられるように住宅の改修を行った場合に、20万円を限度に払った金額の一部が払い戻されます。



対象となる工事

①手すりの取付け
②段差又は傾斜の解消
③滑りの防止及び移動の円滑化等のための床、通路面の材料の変更
④引き戸などへの扉の取替え（扉の撤去、扉の新設［取替えに比べ費用が低廉な場合］を含む）
⑤和式便器などから洋式便器への便器の取替え
⑥上記①～⑤の工事に付帯して必要と認められる工事
・手すり取付けのための壁の下地補強
・浴室、便所工事に伴う給排水設備の工事
・スロープ設置に伴う転落、脱輪防止のための柵等の設置
・扉取替えに伴う壁又は柱の改修　など

申請に必要な書類（受領委任払いでない場合）

［ 工事前 ］
①申請書（区役所保険年金課にて配布）
②見積書及び見積額内訳書
③住宅改修が必要な理由書（ケアマネジャーが作成。いない場合は区役所高齢･障害支援課に相談してください。）
④工事施工前の写真
⑤住宅改修後の完成予定の状態が分かるもの（写真･図など）
⑥住宅改修に関する承諾書及び賃貸契約書の写し（お住まいが借家の場合）

［ 工事完成後 ］
①領収書及び工事内訳書　②改修後の写真

（1）工事を始める前に、申請書類を揃えて区役所保険年金課に申請します。保険年金課より発行される『住宅改修に関するお知らせ』を受け取った後に工事を開始します。
（2）工事完了後、いったん費用の全額を事業者に支払った後、領収書等必要な書類を添えて区役所保険年金課に提出し保険給付分が払い戻されます。

■**有料老人ホームやグループホーム、サービス付き高齢者向け住宅など高齢者向けの施設・住居にお住まいの場合は、原則として利用できません。**

受領委任払い制度について

住宅改修は、利用者が費用の全額（保険給付分+自己負担分）をいったん支払い、後から限度額の範囲内で、一部（保険給付分）の払戻しを受ける仕組みですが、横浜市では自己負担分のみを事業者に支払うだけで改修ができる、受領委任払いの制度があります。

この制度は市に登録した住宅改修事業者の行う改修が対象です。登録事業者の名簿は、横浜市のホームページに掲載しています。また、区役所保険年金課でもご相談いただけます。

横浜市介護保険住宅改修 名簿　検索

＜自己負担の目安＞

改修費用の1割（一定以上の所得がある場合は2割または3割）　払戻し限度額：1割負担の場合は18万円

※改修費用の限度額は現住宅につき20万円です。

転居した場合や「介護の必要の程度（※）」が3段階以上あがった場合は、再度利用できます（限度額20万円）。
（※）要介護1と要支援2は同じ段階とみなします。

居住系サービス

要介護1～5の方

認知症対応型共同生活介護 密着

認知症の方が家庭的な雰囲気の中、5～9人で共同生活を送りながら、日常生活の介護を受けます。居室、居間、食堂、浴室などを備え、利用者がそれぞれ役割をもって家事をするなどして、認知症の症状の進行を緩和し、安心して日常生活が送れるようになることを目指します。
※ユニット数により負担額が異なります。

＜自己負担の目安＞

1か月あたり

	1ユニット	2ユニット以上
要介護1	24,603円	24,217円
要介護2	25,761円	25,342円
要介護3	26,500円	26,114円
要介護4	27,047円	26,629円
要介護5	27,626円	27,176円

＋

食費 ／ 部屋代、管理費、水光熱費など ／ 日常生活費 オムツ代、理美容代など

要支援2の方

介護予防認知症対応型共同生活介護 密着

認知症の方が家庭的な雰囲気の中で共同生活するとともに、スタッフが日常生活上の支援とともに生活機能向上にも配慮したサービスを提供します。
※要支援1の方は利用できません。
※ユニット数により負担額が異なります。

＜自己負担の目安＞

1か月あたり

	1ユニット	2ユニット以上
要支援2	24,474円	24,088円

＋

食費 ／ 部屋代、管理費、水光熱費など ／ 日常生活費 オムツ代、理美容代など

要介護1～5の方

特定施設入居者生活介護（介護付有料老人ホーム等）

介護保険の指定を受けた介護付有料老人ホーム等に入居し、食事・入浴・排せつなどに関わる介護やリハビリが受けられます。なお、短期利用（30日上限）を提供する施設もあります。

＜自己負担の目安＞

1か月あたり

要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
17,431円	19,586円	21,837円	23,927円	26,146円

＋

管理費　食費
水光熱費、家賃相当額、日常生活費、オムツ代、理美容代など

要支援1・2の方

介護予防特定施設入居者生活介護（介護付有料老人ホーム等）

介護保険の指定を受けた介護付有料老人ホーム等に入居し、スタッフから日常生活上の支援を受けるとともに、生活機能向上にも配慮したサービスの提供を受けます。

＜自己負担の目安＞

1か月あたり

要支援1	要支援2
5,886円	10,066円

＋

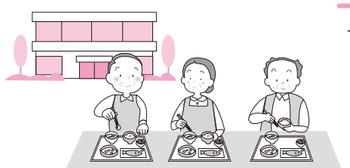
管理費　食費
水光熱費、家賃相当額、日常生活費、オムツ代、理美容代など

要介護1～5の方（要支援1・2の方は利用できません）

地域密着型特定施設入居者生活介護（介護付有料老人ホーム等）密着

定員29人以下の小規模で運営される介護付有料老人ホーム等（介護専用型特定施設）で、少人数の入居者に対し、特定施設入居者生活介護と同様のサービスが提供されます。

＜自己負担の目安＞



1か月あたり

要介護1	17,560円
要介護2	19,747円
要介護3	22,030円
要介護4	24,120円
要介護5	26,372円

＋

管理費 水光熱費 家賃相当額 ／ 食費
日常生活費、オムツ代、理美容代など

●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民（市の介護保険被保険者）のみが利用できます。

施設系サービス

原則要介護3～5の方（要支援1・2の方は利用できません。）
要介護1・2の方は、特例入所の制度があります。（下記参照）

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

入浴、排せつ、食事の介護等、日常生活の世話、機能訓練、健康管理および療養上の支援を行う施設です。

地域密着型介護老人福祉施設 密着 入所者生活介護

定員29人以下の小規模で運営される特別養護老人ホームです。少人数の入居者に対し、特別養護老人ホームと同様のサービスが提供されます。

＜自己負担の目安＞

1か月あたり	【介護老人福祉施設】多床室（定員二人以上）	【介護老人福祉施設】従来型個室 リビング併設なしの個室	【介護老人福祉施設】ユニット型個室 リビング併設の個室	【地域密着型老人福祉施設】ユニット型個室 リビング併設の個室
要介護1	18,943円	18,943円	21,548円	21,934円
要介護2	21,194円	21,194円	23,799円	24,217円
要介護3	23,542円	23,542円	26,211円	26,629円
要介護4	25,793円	25,793円	28,494円	28,977円
要介護5	28,012円	28,012円	30,713円	31,228円

＋

食費　（43,350円/月）

＋

部屋代	部屋代	部屋代	部屋代
27,450円/月	36,930円/月	61,980円/月	61,980円/月

＋

日常生活費、理美容代など

◇このほかに、施設の提供するサービスや利用者が選択するサービスによって費用が追加されます。
◇オムツ代は介護保険に含まれます。

※食費・部屋代は国が示す標準的な金額です。具体的な料金は各施設にお問合せください。（**情-36**ページ）
※収入の少ない方には、食費や部屋代が軽減される制度があります。（**情-36**、**情-38**ページ）

●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。　●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。

密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民（市の介護保険被保険者）のみが利用できます。

特例入所制度について

平成27年4月より、特別養護老人ホームは原則要介護3以上の方を対象とした施設になりましたが、要介護1・2の方でも以下の要件に該当する場合は、特例的に入所が認められます。

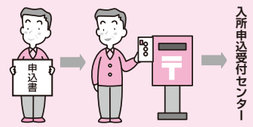
ア　認知症であることにより、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られ、居宅において日常生活を営むことが困難である。
イ　知的障害・精神障害等を伴い、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さ等が頻繁に見られ、居宅において日常生活を営むことが困難である。
ウ　家族等による深刻な虐待が疑われる等により、心身の安全・安心の確保が困難な状態である。
エ　単身世帯または同居家族が高齢・病弱である若しくは育児・就労等により、家族等による支援が期待できず、かつ、地域での介護サービスや生活支援の供給が十分に認められないことにより、居宅において日常生活を営むことが困難である。
オ　上記以外の理由により、在宅で生活することが著しく困難であり、特別養護老人ホームへの入所が必要と思われる。

要介護1・2の方で入所を希望される方は、入所申込書に記載されている特例入所要件の該当欄にチェックを入れ、お申込みください。

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）の入所申込方法

申込は、「入所申込受付センター」で一括して受け付けます。
区役所高齢・障害支援課、地域ケアプラザ、各特別養護老人ホーム、健康福祉局高齢施設課等で配布している申込書にご記入の上、下記へご郵送ください。

〈申込先〉〒233-0002 港南区上大岡西 1-6-1 ゆめおおおかオフィスタワー14階
特別養護老人ホーム入所申込受付センター（高齢者施設・住まいの相談センター内）
電話　045-840-5817　FAX　045-840-5816



高齢者施設・住まいの相談センター

高齢者の施設・住まいに関する相談窓口として、「高齢者施設・住まいの相談センター」を設置しています。
専門の相談員が個別・具体的な相談に乗ったり、施設の基本情報・入所待ち状況などの様々な情報を提供しています。

◇窓口 …… 港南区上大岡西1-6-1 ゆめおおおかオフィスタワー 14階
電話 045-342-8866　FAX 045-840-5816

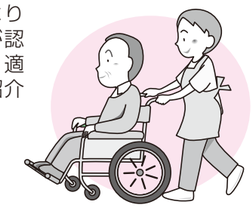
◇相談受付時間（要予約） …… 月～金 9:00～17:00（土日・祝祭日、年末年始は休み）
※一部の土曜日のみ予約相談受付（申込書の受付は行いません。）

◇提供する施設情報 …… 特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・グループホーム・軽費老人ホーム等

要介護1～5の方（要支援1・2の方は利用できません）

介護老人保健施設

利用者が自立した日常生活を営むことができるよう、日常生活動作のリハビリ等を行いながら、在宅生活復帰をめざす施設です。在宅生活の復帰を目的としているため、退所して家庭での生活ができるか定期的に検討します。また病状により入院治療の必要が認められる場合は、適切な医療機関を紹介します。



＜自己負担の目安＞

1か月あたり	多床室（定員二人以上）	従来型個室 リビング併設なしの個室	ユニット型個室 リビング併設の個室
要介護1	25,503円	23,059円	25,793円
要介護2	27,111円	24,538円	27,272円
要介護3	29,202円	26,629円	29,362円
要介護4	30,906円	28,398円	31,131円
要介護5	32,546円	29,974円	32,739円

＋ 食費 （43,350円/月）

部屋代	部屋代	部屋代
13,110円/月	51,840円/月	61,980円/月

＋ 日常生活費、理美容代など

介護医療院

介護保険法の改正により、平成 30 年４月から新たに創設されました。

慢性期の医療・介護ニーズを併せ持つ高齢者を対象に、「日常的な医学管理」や「看取り・ターミナルケア」等の医療機能と、「生活施設」としての機能を兼ね備えた施設です。

＜自己負担の目安＞ I型

1か月あたり	多床室（定員二人以上）	従来型個室 リビング併設なしの個室
要介護1	26,790円	23,188円
要介護2	30,327円	26,758円
要介護3	38,014円	34,412円
要介護4	41,262円	37,692円
要介護5	44,220円	40,618円

＋ 食費 （43,350円/月）

部屋代	部屋代
13,110円/月	51,840円/月

＋ 日常生活費、理美容代など

◇このほかに、施設の提供するサービスや利用者が選択するサービスによって費用が追加されます。◇オムツ代は介護保険に含まれます。
※食費・部屋代は国が示す標準的な金額です。具体的な料金は各施設にお問合せください。（**情-36** ページ）
※収入の少ない方には、食費や部屋代が軽減される制度があります。（**情-36**、**情-38** ページ）

介護老人保健施設および介護医療院の入所申込方法

各施設が定めた所定の申込書を各施設から入手し、直接施設に申し込みます。

入所したい施設へ相談
サービス内容について説明を受けます
→ 入所申込 → 契約

●1 自己負担の目安は1割負担の方を例としています。
●2 報酬改定等に伴い自己負担額が変わる場合があります。
密着 地域密着型サービス…地域密着型サービスは原則として市民（市の介護保険被保険者）のみが利用できます。

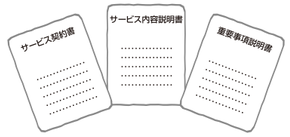
事業者との契約について

契約書や重要事項説明書の確認ポイント

利用者は、利用する個々のサービスごとに事業者と利用契約を結ぶことになります。思わぬ不利益やトラブルにならないように、契約書やそれに伴う重要事項説明書は、必ず書面でとりかわし記載事項はよく確認しましょう。心配な場合は、区役所の窓口などに相談することもできます。

●サービス契約書●

契約の基本的な内容（有効期間・支払い・解約等）が記載されます。



●サービス内容説明書の内容●

①具体的なサービス内容
②提供回数と日程
③利用者負担と支払方法
④サービスをキャンセルするときの連絡方法とキャンセル料等の詳細が記載されます。

●重要事項説明書の内容●

①事業者の概要
②事業所の概要
③事業所の職員体制
④営業時間
⑤利用者負担
⑥相談窓口
等が記載されます。

●サービスの内容
サービスの種類と内容がきちんと記載されているか。
➡サービスの詳細な内容については契約書とは別の説明書などに記載されることもあります。

●契約期間
契約の期間（○年○月○日から○年○月○日まで）が記載されているか。
➡契約期間が満了した後の契約更新の取り扱いがきちんと記載されているか。

●サービス内容の説明
サービス内容やサービス提供記録を、利用者に説明したり提供することが記載されているか。

●利用者負担金
利用者負担金がきちんと記載されているか。
➡法令で認められる負担以外に、協力金、使用料などのあいまいな費用が課されていないか。事業者の都合で変更できるような書き方をしていないか。

●利用者負担金の滞納
利用者負担金を滞納した場合でも、一定の猶予期間を設けるなどの配慮をしているか。
➡直ちにサービスを停止できることや違約金を支払うことが定められていないか。

●利用者の解約権
利用者からの契約の解除が可能であることが記載されているか。
➡違約金が必要になっていないか。

●サービス利用の取消（キャンセル）
予定されているサービス利用を中止できることが定められているか。
➡多額のキャンセル料が必要になっていないか。

●損害賠償
利用者の身体・財産に損害を与えたときは、事業者が損害を賠償することが定められているか。

●秘密保持
文書による同意がなければ、利用者および家族に関する個人情報を、正当な理由がある場合を除き、第三者に提供しないことが記載されているか。

●苦情対応
事業者は、苦情に対応する窓口や担当者を明らかにするなどの対応を定めているか。

契約書に、不合理な名目費用がないか、確かめましょう。

※介護保険での利用者負担の範囲は**情-31**ページへ

居宅サービスの利用限度額

介護保険の居宅サービスには、要介護度に応じた限度額が設けられていて、その範囲内で利用することができます。限度額を超えてサービスを利用するときには、超えた分の費用は全額自己負担になります。

ただし、「特定施設入居者生活介護」「認知症対応型共同生活介護」等については、利用限度額は適用されません。また、「居宅療養管理指導」は利用限度額の対象外です。

要介護度等		利用できる単位数	1か月あたりの利用限度額※	
事業対象者		5,032単位	約5万円～約6万円	※おおよその金額です。 実際の費用は、「単位数×横浜市の地域区分単価（10円～11.12円）」によって算定されます。 （情-18ページ参照）
要支援	要支援1	5,032単位	約5万円～約6万円	
	要支援2	10,531単位	約11万円～約12万円	
要介護	要介護1	16,765単位	約17万円～約19万円	
	要介護2	19,705単位	約20万円～約22万円	
	要介護3	27,048単位	約27万円～約30万円	
	要介護4	30,938単位	約31万円～約34万円	
	要介護5	36,217単位	約36万円～約40万円	

サービスの利用者負担について

介護保険サービスを利用したときは、利用者負担割合*に応じたサービス費用を支払います。

サービス費用以外に食費・部屋代を負担します。食費・部屋代などは、利用する時の契約により決まるため、事業者ごとに異なります。

①居宅サービス ②地域密着型サービス を利用した場合（要支援1・2、要介護1～5共通）				
訪問介護・訪問入浴介護・訪問看護 訪問リハビリテーション・居宅療養管理指導など	サービス費用			
通所介護 通所リハビリテーション　など	サービス費用	食費		日常生活費
短期入所生活介護 短期入所療養介護（ショートステイ）	サービス費用	食費	部屋代	日常生活費（理美容代など※）
小規模多機能型居宅介護 認知症対応型共同生活介護　など	サービス費用	食費	部屋代	日常生活費
③施設サービスを利用した場合 （介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）については原則要介護3以上、その他の施設サービスについては要介護1～5）				
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） 介護老人保健施設・介護医療院	サービス費用	食費	部屋代	日常生活費（理美容代など※）

※ショートステイと施設サービスについてはオムツ代の負担はありません。

特別なサービスを受けるときは別に利用者負担があります。

・特別なサービスを利用する場合には、保険分の負担とは別に利用者負担が必要となることがあります。
（例）介護保険対象外のサービスや、自身のケアプランにないサービスを利用するときなど
（利用者と事業者が介護保険外サービスを契約の上、全額利用者負担でサービスを利用します。）

＊利用者負担割合は**情-32**ページを参照してください。

サービスの利用者負担について

第1号被保険者（65歳以上）のうち、一定以上の所得がある方の利用者負担割合は、2割または3割になります。
ただし、1か月の利用者負担には上限額（※）がありますので、必ずしも負担が2倍または3倍になるわけではありません。
※上限額は**情-35**ページの「自己負担の上限額（月額）」を参照してください。

●利用者負担割合の判定

以下の基準で判定します。

割合	基　準
1割	以下の①～⑥のいずれかに該当する方 ①本人が市民税非課税 ②本人の合計所得金額(※1)が160万円未満 ③本人の合計所得金額が160万円以上で、次のアまたはイの条件を満たす ア．世帯に第１号被保険者が本人しかいない場合で、本人の「公的年金等収入額（※２）＋その他の合計所得金額（※３）」の合計が280万円未満 イ．世帯に第１号被保険者が本人を含めて複数いる場合で、世帯の第１号被保険者の「公的年金等収入額＋その他の合計所得金額」の合計が346万円未満 ④生活保護等受給者 ⑤旧措置入所者(平成12年4月1日以前から、市町村の措置により特別養護老人ホームに入所している方) ⑥第２号被保険者(40歳～64歳の方)
2割	以下の①または②に該当する方 ①１割に該当しない方のうち、本人の合計所得金額が220万円未満 ②本人の合計所得金額が220万円以上で、次のアまたはイの条件を満たす ア．世帯に第１号被保険者が本人しかいない場合で、本人の「公的年金等収入額＋その他の合計所得金額」の合計が280万円以上340万円未満 イ．世帯に第１号被保険者が本人を含めて複数いる場合で、世帯の第１号被保険者の「公的年金等収入額＋その他の合計所得金額」の合計が346万円以上463万円未満
3割	本人の合計所得金額が220万円以上で、次のアまたはイの条件を満たす方 ア．世帯に第１号被保険者が本人しかいない場合で、本人の「公的年金等収入額＋その他の合計所得金額」の合計が340万円以上 イ．世帯に第１号被保険者が本人を含めて複数いる場合で、世帯の第１号被保険者の「公的年金等収入額＋その他の合計所得金額」の合計が463万円以上

※１　合計所得金額…税法上の合計所得金額（前年の収入金額から必要経費等に相当する額を差し引いた金額で、税法上の各種所得控除や上場株式等の譲渡損失に係る繰越控除などは行う前の金額）から、公的年金等控除額等の見直しによる影響を考慮し、さらに土地や建物の売却に係る短期・長期譲渡所得の特別控除額を差し引いた金額をいいます。なお、マイナスの場合は、0円として計算します。
※２　公的年金等収入額…**情-7**ページ「保険料について」の※２を参照してください。
※３　その他の合計所得金額・・・**情-7**ページ「保険料について」の※３を参照してください。

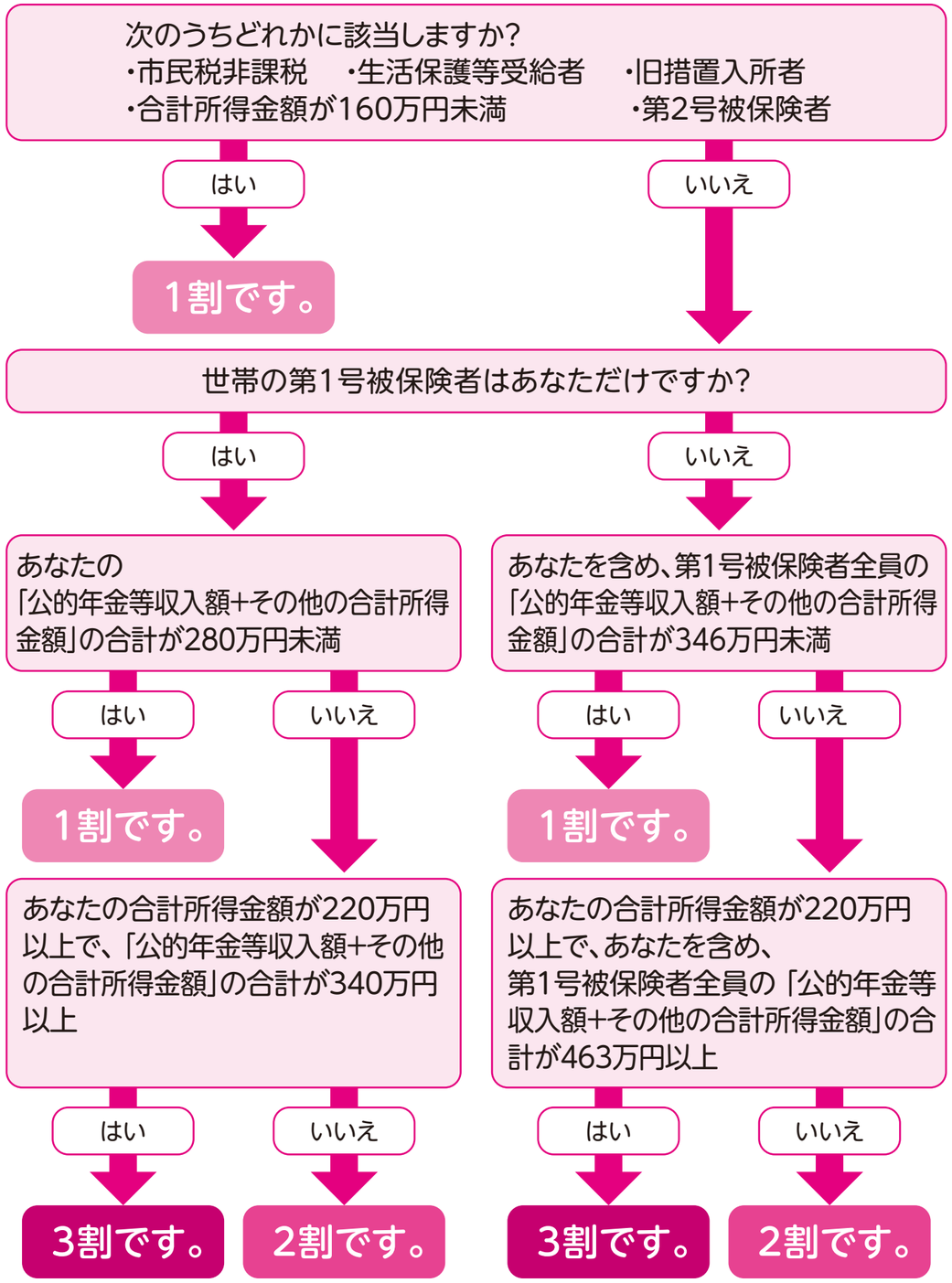
●介護保険負担割合証（負担割合証）

利用者負担割合を証する書類として、利用している介護サービス事業所などに、介護保険証と一緒に提示する必要があります。

新たに要介護（支援）認定等を受けた方	→	認定決定時に、介護保険証と一緒に送付します。
令和7年7月末まで有効な負担割合証をお持ちの方で、引き続き要介護（支援）認定等を受けている方	→	令和7年7月中に、各区役所から送付します。（更新のためのお手続きは不要です。）

毎年8月1日を基準に利用者負担割合の判定を行います。

※世帯の第1号被保険者(65歳以上)の人数や、市民税の課税状況及び収入額等の変更時にも判定を行います。



交通事故にあったとき

●交通事故にあったときは早めに届出を

交通事故や傷害事件等、第三者（加害者）の行為が原因により介護保険のサービスを利用する場合は、「第三者の行為に係る届出書」を必ず提出してください。

届出には、警察の交通事故証明書等も必要となりますので、お早めに区役所保険年金課にご相談ください。

●介護費用は加害者が負担します

第三者（加害者）の行為が原因により介護が必要になった場合には、被害者に過失がない限り、必要となった介護費用は加害者が負担するのが原則です。介護保険サービスを利用した場合、被害者が「第三者の行為に係る届出書」を提出することで、横浜市が被害者に代わり、加害者に介護費用の保険給付分を請求することになります。

●もし示談をしてしまうと・・・

被害者と加害者との話し合いがついて示談が成立してしまうと、その示談の内容が優先され、介護費用を加害者に請求できなくなることがあります。

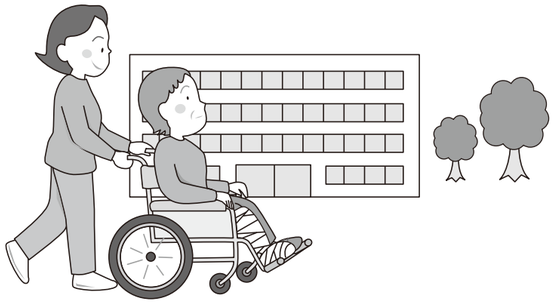
示談成立後に利用したサービスについては、

①すでに横浜市からサービス提供事業者に介護費用を支払っていた場合は、二重払いを避けるという趣旨から、横浜市が被保険者（被害者）に対して当該費用の返還請求を行うことがあります。

②横浜市からサービス提供事業者に介護費用を支払っていない場合は、示談により受け取った介護費用に相当する額分は、横浜市から保険給付できなくなり、全額自己負担による利用となることがあります。

このようなことから、仮に示談を行う場合であっても、これらのことを十分踏まえた上で示談を行わないと、被保険者（被害者）の方に多大な負担がかかる可能性があります。

示談を行う場合は事前に連絡していただくとともに、示談成立の場合はすみやかに示談書の写しを区役所保険年金課に提出してください。



利用者負担の軽減について　高額介護サービス費等

●内　　容

1か月の利用者負担が一定の上限額（下表）を超えるときには区役所に申請すると「高額介護サービス費等」が払い戻されます。ここでの利用者負担とは、保険対象である介護サービス費用の1割（一定以上の所得がある場合は2割または3割）負担相当額をさします。

※高額介護サービス費等の対象外となるもの
介護予防･生活支援サービス事業の一部、施設サービスなどの食費･部屋代等、福祉用具購入、住宅改修

●利用のながれ

高額介護サービス費等の支給を受けるには、区役所に申請する必要があります。
なお、申請書は、利用者負担が上限額を超えた月の約2～3か月後に区役所から送付されます。
また、2回目以降払戻しに該当する場合には、原則、初回申請時に指定した口座に振り込まれます。

●自己負担の上限額は世帯で合算するため、夫婦等要介護者（要支援者）が複数いる世帯の場合、その利用料を合算して自己負担の上限額を超える金額を支払った場合に、高額介護サービス費等が払い戻されます。
計算式は次のとおりです。

$$（世帯全体の利用者負担額 - 世帯の自己負担の上限額）\times \frac{本人の自己負担額}{世帯全体の利用者負担額}$$

例１　世帯に要介護者（要支援者）が１名のみの場合

自己負担の上限額が24,600円の単身の方が1か月に30,000円の自己負担をした場合。

算定方法　本人の自己負担額 － 本人の自己負担上限額 ＝ 高額介護サービス費
30,000円 － 24,600円 ＝ 5,400円

例2　世帯に要介護者（要支援者）が2名以上いる場合（世帯合算をする場合）

夫婦2人とも市民税非課税世帯（世帯の自己負担上限額：24,600円）の第3段階であり、1か月に夫が30,000円、妻が10,000円の自己負担をした場合。

1　夫の高額介護サービス費

$$\{(30,000円+10,000円)-24,600円\} \times \frac{30,000円}{30,000円+10,000円} = 11,550円$$

2　妻の高額介護サービス費

$$\{(30,000円+10,000円)-24,600円\} \times \frac{10,000円}{30,000円+10,000円} = 3,850円$$

※介護予防・生活支援サービス事業を利用した場合は、計算方法が異なることがあり、世帯合算をした結果、一名の世帯員にまとめて払い戻される場合があります。

自己負担の上限額（月額）

所得区分	上限額（月額）※1
現役並み所得者Ⅲ（課税所得690万円以上）に相当する方がいる世帯の方	140,100円（世帯）
現役並み所得者Ⅱ（課税所得380万円以上690万円未満）に相当する方がいる世帯の方	93,000円（世帯）
世帯のどなたかが市民税を課税されている方または 現役並み所得者Ⅰ（課税所得380万円未満）に相当する方がいる世帯の方	44,400円（世帯）
世帯の全員が市民税を課税されていない方	24,600円（世帯）
・老齢福祉年金を受給している方 ・前年の「公的年金等収入額※2」と「その他の合計所得金額※3」の合計が年間80万円以下の方※4	24,600円（世帯） 15,000円（個人）
生活保護等を受給されている方※5	15,000円（個人）

※1　「世帯」とは、住民基本台帳の世帯員で、介護サービスを利用した方全員の負担の合計の上限額を指し、「個人」とは、介護サービスを利用したご本人の負担の上限額を指します。
※2　**情-7**ページ「保険料について」の※2を参照
※3　**情-7**ページ「保険料について」の※3を参照
※4　令和7年8月以降は80万9千円
※5　上限額を15,000円に減額したことにより生活保護の被保護者とならない方は世帯で15,000円になります。

食費･部屋代の負担軽減〈介護保険負担限度額認定証〉

●内　　容

施設入所及び短期入所（ショートステイ）利用時の食費・部屋代については、通常、全額自己負担となりますが、所得の低い方のサービス利用が困難にならないよう、世帯（※1）・本人の所得に応じた負担限度額が設けられ、自己負担が軽減されます。

●利用の流れ

区役所保険年金課へ申請し、「介護保険負担限度額認定証」の交付を受ける必要があります。
介護保険負担限度額認定証を施設に提示することにより、食費･部屋代が段階に応じた下表「負担限度額（日額）」の金額に軽減されます。

【負担限度額認定の申請時に必要なもの】
・被保険者及び配偶者（配偶者がいる場合）の預貯金通帳等の資産を確認できる書類
・介護保険証

●対象となるサービス

●施設サービス（特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護医療院）
●（介護予防）短期入所生活介護　●（介護予防）短期入所療養介護

負担限度額（日額）

段階	対象者	部屋代					食費	
		多床室	従来型個室（特養等）	従来型個室（老健･介護医療院等）	ユニット型個室的多床室	ユニット型個室	施設入所	短期入所
第1段階	・生活保護等を受給されている方 ・市民税非課税世帯(※1)で老齢福祉年金を受給されていて本人の預貯金等(※2)の合計額が1,000万円(配偶者がいる場合は、夫婦の合計額が2,000万円)以下の方	0円	380円	550円	550円	880円	300円	300円
第2段階	市民税非課税世帯で、本人の「公的年金等収入額と非課税年金収入額とその他の合計所得金額(※3)」の合計が年間80万円以下(※4)で、本人の預貯金等の合計額が650万円(配偶者がいる場合は、夫婦の合計額が1,650万円)以下の方	430円	480円	550円	550円	880円	390円	600円
第3段階①	市民税非課税世帯で、本人の「公的年金等収入額と非課税年金収入額とその他の合計所得金額」の合計が年間80万円超(※4)の120万円以下で、本人の預貯金等の合計額が550万円(配偶者がいる場合は、夫婦の合計額が1,550万円)以下の方	430円	880円	1,370円	1,370円	1,370円	650円	1,000円
第3段階②	市民税非課税世帯で、本人の「公的年金等収入額と非課税年金収入額とその他の合計所得金額」の合計が年間120万円超で、本人の預貯金等の合計額が500万円(配偶者がいる場合は、夫婦の合計額が1,500万円)以下の方	430円	880円	1,370円	1,370円	1,370円	1,360円	1,300円
第4段階	上記以外の方	・第4段階には負担限度額が設けられていません。 ・食費や部屋代は施設との契約によって決まります。						

※1…世帯　本人が属する住民基本台帳上の世帯（配偶者が別世帯にいる場合、その配偶者を含めます。）
※2…預貯金等　第2号被保険者は段階に関わらず1,000万円（配偶者がいる場合は2,000万円）以下
※3…その他の合計所得金額　**情-7**ページ「保険料について」の※3を参照してください。
※4…令和7年8月以降は80万9千円

国の定める基準費用額（日額）

	部屋代				食費
	令和６年８月から		令和７年８月から		
多床室	特養等	915円	特養等	915円	1,445円
	老健・医療院等	437円	老健・医療院等（室料を徴収する場合）	697円	
			老健・医療院等（室料を徴収しない場合）	437円	
従来型個室	特養等	1,231円	特養等	1,231円	
	老健・医療院等	1,728円	老健・医療院等	1,728円	
ユニット型個室的多床室		1,728円		1,728円	
ユニット型個室		2,066円		2,066円	

●負担限度額第4段階の方の特例〈課税層に対する特例減額措置〉

2人以上の世帯(※1)において、介護保険施設または地域密着型介護老人福祉施設へ入所(ショートステイは対象外)し、下表の要件をすべて満たす場合には、申請により第３段階②の負担限度額が適用されます。詳しくは区役所保険年金課にお問合せください。

特例減額措置の対象要件	特例減額措置の内容
①第4段階の食費・部屋代を負担すること ②世帯の公的年金等収入額(※2)とその他の合計所得金額(※3)の合計から施設の利用者負担(自己負担、食費・部屋代の年間見込額)を除いた額が80万円以下であること ③世帯の預貯金等の合計が450万円以下であること ④日常生活に供する資産以外に活用できる資産がないこと ⑤介護保険料を滞納していないこと	左の要件の②に該当しなくなるまで、食費もしくは部屋代、またはその両方について、第３段階②の負担限度額を適用します。

※1　世帯…配偶者が別世帯にいる場合、その配偶者を含めます。また、施設入所により世帯が分かれた場合も同一世帯とみなします。
※2　公的年金等収入額…**情-7** ページ「保険料について」の※2 を参照してください。
※3　その他の合計所得金額…**情-7** ページ「保険料について」の※3 を参照してください。

食費・部屋代の差額の払戻し

介護保険負担限度額認定証を、やむをえず施設へ提示できず、「負担限度額」を超えて、「国の定める基準費用額」を超えない金額で支払いをした場合には、申請に基づき、差額の払戻しを受けることができます。詳しくは区役所保険年金課にお問合せください。

※「負担限度額」及び「国の定める基準費用額」については**情-36** ページの表を参照してください。
※支払った金額が「国の定める基準費用額」を超える場合は、差額の払戻しができません。
　また、施設への支払いから２年を過ぎると申請ができなくなりますので、ご注意ください。

【差額支給の申請時に必要なもの】

・介護保険証　・食費･部屋代の領収書　・印鑑（朱肉を使うもの）　・振込先口座の確認ができるもの

高額医療・高額介護合算制度

各医療保険（「国民健康保険、健康保険組合などの社会保険（以下「被用者保険」といいます。)」、「後期高齢者医療制度」）と、「介護保険(※1)」の自己負担の１年間の合計額が高額となった場合に、定められた自己負担上限額を超えた分が支給される制度です。

支給を受けるためには、加入されている医療保険の窓口(※2)で申請手続きをする必要があります(申請の際、領収書の提示は不要です)。詳しくは、加入されている医療保険にお問合せください。

※1　介護予防・生活支援サービス事業の利用による自己負担も一部対象となります。
※2　国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入されている方は、窓口が区役所保険年金課になります。

高額医療・高額介護合算制度における世帯の自己負担上限額

8月1日～翌年7月31日の12か月間の合計

所得区分	計算期間の前年の所得（基礎控除後の総所得金額等）	国民健康保険に加入されている70歳未満の方等
ア	901万円超	212万円
イ	600万円超901万円以下	141万円
ウ	210万円超600万円以下	67万円
エ	210万円以下	60万円
オ	市民税非課税世帯	34万円

所得区分	国民健康保険に加入されている70～74歳の方	後期高齢者医療制度に加入されている方
現役並み所得者Ⅲ	212万円	
現役並み所得者Ⅱ	141万円	
現役並み所得者Ⅰ	67万円	
一般	56万円	
低所得者Ⅱ	31万円	
低所得者Ⅰ	19万円	

●所得区分及び自己負担額について、詳しくは加入している医療保険の窓口までお問合せください。
●同じ世帯でもそれぞれ異なる医療保険に加入している場合は合算できません。
●被用者保険に加入している方は、加入されている健康保険にお問合せください。
●低所得者Ⅰ区分の世帯で介護サービス費等の利用者が複数いる場合、医療保険からの支給は上表の自己負担上限額で計算され、介護保険からの支給は別途設定された自己負担上限額の「世帯で31万円」で計算されます。

その他の利用者負担軽減

介護サービス自己負担助成（横浜市独自制度）

●内　　容

要介護(要支援)認定を受けており(※1)、収入要件等が一定の基準に該当する場合、在宅サービスやグループホームを利用する際の利用者負担(※2)、グループホームの家賃･食費･光熱水費及び特別養護老人ホーム等のユニット型個室の居住費の一部を助成します。詳しくは、区役所保険年金課にお問合せください。

※1　在宅サービス助成においては、総合事業の事業対象者も対象となる場合があります。
※2　利用者負担とは、「介護保険サービスを利用したときのサービス費用の１割負担(一定以上の所得がある場合は2割または3割)」のことを指します。

●利用のながれ

介護サービス自己負担助成(在宅サービス助成、グループホーム助成、施設居住費助成)を利用するためには、区役所で申請手続きをする必要があります。申請により、助成対象者として認定を受けると、助成証が交付されます。

令和7年8月サービス利用分より、支払時に助成額を反映する仕組みを見直し、一旦自己負担額全額をお支払いいただき、助成額確定後に振込みを行う償還給付に変更します。

●在宅サービス助成

〈対象サービス〉

訪問介護	(介護予防)短期入所生活介護	定期巡回･随時対応型訪問介護看護
(介護予防)訪問入浴介護	(介護予防)短期入所療養介護	看護小規模多機能型居宅介護
(介護予防)訪問看護	特定施設入居者生活介護※1※3	総合事業による訪問型サービス※2
(介護予防)訪問リハビリテーション	(介護予防)認知症対応型共同生活介護 ※1	総合事業による通所型サービス※2
通所介護※3	夜間対応型訪問介護	
(介護予防)通所リハビリテーション	(介護予防)認知症対応型通所介護	
(介護予防)福祉用具貸与	(介護予防)小規模多機能型居宅介護	

※1 短期利用(ショートステイ)の場合に限る。
※2 指定事業者によるものかつ、利用者負担が定率のものに限る。
※3 地域密着型を含む。

〈助成対象要件及び助成内容〉

助成段階		第１段階	第2段階	第3段階
助成対象要件	収入基準等	生活保護受給者を除く介護保険料第1段階の方	市民税非課税世帯で、年間収入見込額の合計が150万円以下の方 ※複数人世帯の場合は、上記要件に加え、当該被保険者を除く世帯員1人につき50万円を加えた額以下となる方	
			前年の「公的年金等収入額※1」と「その他の合計所得金額※2」の合計が年間80万円以下の方※3	第2段階以外の方
	資産基準	金融資産(現金、預貯金、有価証券)が350万円以下(複数人世帯の場合は、当該被保険者を除く世帯員1人につき100万円を加えた額以下)であり、あわせて、居住用不動産(土地(200㎡以下)及び家屋)以外の不動産を所有していないこと		
助成内容		**利用者負担を3%に軽減** また、なお残る自己負担額が4,500円を超える場合にその超えた額を助成	**利用者負担を5%に軽減** また、なお残る自己負担額が7,500円を超える場合にその超えた額を助成	**利用者負担を5%に軽減** また、なお残る自己負担額が12,300円を超える場合にその超えた額を助成

※世帯とは、基本的には住民登録で同じ世帯として登録している人全員を指しますが、別世帯であっても同居して事実上生計が同じ人も含めます。
※1 **情-7**ページ「保険料について」の※2を参照
※2 **情-7**ページ「保険料について」の※3を参照
※3 令和7年8月以降は80万9千円

●グループホーム助成

〈対象サービス〉

（介護予防）認知症対応型共同生活介護 ※

※ 短期利用（ショートステイ）を除く。

〈助成対象要件及び助成内容〉

助成段階		第1段階	第2段階	第3段階
助成対象要件	収入基準等	生活保護受給者を除く介護保険料第1段階の方	市民税非課税世帯で、年間収入見込額の合計が150万円以下の方 ※複数人世帯の場合は、上記要件に加え、当該被保険者を除く世帯員1人につき50万円を加えた額以下となる方	
			前年の「公的年金等収入額※1」と「その他の合計所得金額※2」の合計が年間80万円以下の方※3	第2段階以外の方
	資産基準	金融資産（現金、預貯金、有価証券）が350万円以下（複数人世帯の場合は、当該被保険者を除く世帯員1人につき100万円を加えた額以下）であり、あわせて、居住用不動産（土地（200㎡以下）及び家屋）以外の不動産を所有していないこと		
	その他の要件	・3か月以上横浜市に居住していること　・税法上の被扶養者でないこと		
助成内容		**利用者負担を5%に軽減** また、なお残る自己負担額が7,500円を超える場合にその超えた額を助成 家賃・食費・光熱水費について、月額55,000円を上限として助成		**利用者負担を5%に軽減** また、なお残る自己負担額が12,300円を超える場合にその超えた額を助成 家賃・食費・光熱水費について、月額30,000円を上限として助成

※1 **情-7**ページ「保険料について」の※2を参照　※2 **情-7**ページ「保険料について」の※3を参照　※3 令和7年8月以降は80万9千円

令和7年8月サービス利用分より、支払時に助成額を反映する仕組みを見直し、一旦自己負担額全額をお支払いいただき、助成額確定後に振込みを行う償還給付に変更します。

●施設居住費助成

〈対象サービス〉

施設サービス［介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院］、地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護、（介護予防）短期入所生活介護、（介護予防）短期入所療養介護

〈助成対象要件及び助成内容〉

助成段階		第1段階	第2段階
助成対象要件	収入基準等	生活保護受給者を除く介護保険料第1段階で、年間収入見込額の合計が50万円以下の方	市民税非課税世帯で、年間収入見込額の合計が50万円以下の方
		※複数人世帯の場合は、上記要件に加え、当該被保険者を除く世帯員1人につき50万円を加えた額以下となる方	
	資産基準	金融資産（現金、預貯金、有価証券）が350万円以下（複数人世帯の場合は、当該被保険者を除く世帯員1人につき100万円を加えた額以下）であり、あわせて、居住用不動産（土地（200㎡以下）及び家屋）以外の不動産を所有していないこと	
	その他の要件	・介護保険負担限度額認定（第1・第2段階）を受けていること　・税法上の被扶養者でないこと	
助成内容		ユニット型個室の居住費を**月額5,000円程度 助成**（日額：165円）	

社会福祉法人による利用者負担軽減

社会福祉法人が行う対象サービスについて、利用者負担額が軽減される場合があります。
詳しくは横浜市ホームページをご確認いただくか、健康福祉局高齢施設課（電話045-671-4901）にお問合せください。

横浜市　社福軽減　横浜市ホームページ▶

〈対象サービス※1〉

特別養護老人ホーム※2	通所介護※2	（介護予防）短期入所生活介護
訪問介護	（介護予防）認知症対応型通所介護	（介護予防）小規模多機能型居宅介護
夜間対応型訪問介護	定期巡回・随時対応型訪問介護看護	看護小規模多機能型居宅介護
第1号訪問事業のうち旧介護予防訪問介護に相当する事業※3	第1号通所事業のうち旧介護予防通所介護に相当する事業※3	

※1 軽減内容により対象外となるサービスもあります。　※2 地域密着型を含む。　※3 自己負担割合が保険給付と同様のものに限ります。

〈利用の流れ〉

横浜市ホームページより申請様式をダウンロードし郵送申請を行うか、横浜市電子申請・届出システムより申請を行うことができます。審査の結果、助成対象となった方には、確認証が交付されます。確認証を対象サービス事業者に提示することにより、軽減された利用者負担でサービスを利用することができます。

〈軽減対象要件及び軽減内容〉

軽減対象要件	軽減内容
・市民税非課税世帯 ・収入…単身世帯で年額150万円以下（世帯員が1人増えるごとに50万円加算） ・資産…金融：単身世帯で350万円以下（世帯員が1人増えるごとに100万円加算） …不動産：居住用不動産（土地（200㎡以下）及び家屋）以外の不動産を所有していないこと ・負担能力のある親族等に扶養されてないこと ・介護保険料を滞納していないこと ※上記要件の全てに該当すること	原則として利用者負担額（介護サービス費の1割負担、食費、部屋代）の25%又は50%を軽減します。 ※介護保険負担限度額認定証をお持ちでない場合、特別養護老人ホーム・短期入所生活介護等の食費、部屋代は軽減対象外となります。
・生活保護受給者	特別養護老人ホーム等の個室利用時の部屋代を100%軽減します。

ユニット型特別養護老人ホーム施設居住費助成（横浜市独自制度）

横浜市内の特別養護老人ホームに入居する際の部屋代について、対象者の方に一部助成します。
詳しくは横浜市ホームページをご確認いただくか、健康福祉局高齢施設課（電話045-671-4901）にお問合せください。

横浜市　ユニット型　居住費助成　横浜市ホームページ▶

〈対象サービス〉

ユニット型特別養護老人ホーム

〈利用の流れ〉

横浜市ホームページより申請様式をダウンロードし郵送申請を行うか、横浜市電子申請・届出システムより申請を行うことができます。審査の結果、助成対象となった方には、承認の通知書が交付されます。承認の通知書を対象サービス事業者に提示することにより、軽減された利用者負担でサービスを利用することができます。

〈軽減対象要件及び軽減内容〉

助成対象要件	軽減内容
●横浜市の介護保険料段階第5段階から第7段階相当（介護保険第2号被保険者の場合は、合計所得金額が120万円未満） ●介護保険負担限度額認定又は課税層に対する特例減額措置を受けていない ●資産 金　融：資産合計額が500万円以下（配偶者がいる場合は、夫婦の資産合計額が1,500万円以下） ※介護保険料第2号被保険者の場合は、資産合計額が1,000万円以下（配偶者がいる場合は、夫婦の資産合計額が2,000万円以下） 不動産：助成対象者及び配偶者が、居住用不動産（土地（200㎡以下）及び家屋）以外の不動産を所有していないこと ●介護保険料を滞納していないこと	ユニット型特別養護老人ホームの部屋代の一部として日額696円（上限）を軽減します。

介護保険以外のサービス

横浜市では、介護保険サービスとは別に、援護の必要な高齢者の在宅生活を支援しています。また、介護保険の給付対象とならない方にも、自立生活の支援を目的としたサービスを提供します。区役所高齢・障害支援課またはお近くの地域ケアプラザ等の地域包括支援センターにお問合せください。

在宅の要援護高齢者に対する支援

在宅で援護の必要な高齢者の身体状況や介護者等の状況を考慮して、介護保険対象サービスとは別に必要なサービスを提供します。

紙おむつの給付

生活保護世帯または市民税非課税世帯の方を対象に、要介護者（要介護４又は５の方及び要介護１～要介護３で各区福祉保健センター長が必要と認めた方）で、ねたきりまたは認知症の状態にあり、かつ在宅で介護を受けている場合に、紙おむつを給付します。生活保護世帯等は無料、市民税非課税世帯は１割の自己負担があります。なお、要介護度に応じて利用上限基準額があります。

訪問理美容サービス

おおむね65歳以上の要介護4・5に認定された方等で理容所・美容所に出向くことが困難な在宅高齢者に対し、出張による理美容サービス（カットのみ、自己負担額：1回2,000円、年6回まで）を実施します。

自立支援

日常生活に支障があり、社会的支援があれば自立した生活が可能な高齢者にサービスを提供します。

生活支援ショートステイ

横浜市の被保険者であって要支援または要介護に認定されていないおおむね65歳以上の方で、介護者の不在や日常生活に支障がありひとり暮らしが困難な方や、在宅生活を継続すると本人の生命または身体に危険が生じる恐れがある方等が、養護老人ホームに短期入所し、日常生活に対する支援を受けます。自己負担は利用料、食費、滞在費です。

※施設による送迎を受けた場合は、送迎加算を算定。　※生活保護世帯の方は、食費と実費以外は無料。

訪問指導

もの忘れが気になる方や体力に自信がない、食事がとりにくい方、気分が沈みがちな方等を対象に、保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士がご自宅にうかがい、日々の生活へのアドバイス等を行います。

訪問歯科診療

体が不自由であったり、介護が必要な方など通院が困難な方を対象に、横浜市歯科保健医療センターや各区歯科医師会の歯科医師が訪問による歯科診療（保険診療）を行います。

お問合せ：横浜市歯科医師会　TEL.0120-814-594

認知症高齢者などに対する支援

もの忘れ検診

認知症の早期発見と早期対応を進めるため、市内にお住まいの50歳以上の方を対象に、もの忘れ検診（認知症の簡易検査）を無料で実施しています。認知症の疑いがあった場合は専門医療機関を紹介します。紹介料、精密検査に係る費用は有料です。

認知症高齢者保健福祉相談（もの忘れ相談）

認知症の方やその家族等に対し、専門医、ソーシャルワーカー、保健師等が、面接・訪問により相談を行います。

横浜市認知症高齢者等SOSネットワーク

認知症の人が行方不明になったとき、できるだけ早く発見するための仕組みです。行方不明となるおそれのある認知症の方について、本人の特徴等の情報の事前登録ができます。

また、認知症の人が保護されたとき、早期に身元を特定できる「見守りシール」を配付しています。

よこはま認知症コールセンター

認知症の方やその家族等からの各種相談に対し、認知症介護の経験者や専門家等が精神面を含めた様々な支援を電話相談により行います。相談内容により、支援機関等へつながるよう情報を提供します。

TEL.045-662-7833（なやみさよなら）　火･木･金曜日（午前10時～午後4時）（祝日を含む、年末年始を除く）

横浜市認知症疾患医療センター

保健医療・介護機関等と連携を図りながら、認知症疾患に関する鑑別診断、行動・心理症状と身体合併症に対する急性期治療、専門医療相談等を実施します。

病院名／住所	相談室名／電話番号	受付時間など
済生会横浜市東部病院 鶴見区下末吉 3-6-1	療養福祉相談室 **045-576-3000（代表）**	月～金曜日 9:00～17:00
横浜市立みなと赤十字病院 中区新山下 3-12-1	認知症疾患医療センター **045-628-6761（直通）**	月～金曜日 9:00～16:00
横浜ほうゆう病院 旭区金が谷 644-1	地域医療連携室 **045-360-8787（代表）**	月～土曜日 9:00～17:00
横浜市立大学附属病院 金沢区福浦 3-9	認知症疾患医療センター **045-787-2852（直通）**	月～金曜日 9:00～17:00
横浜市総合保健医療センター診療所 港北区鳥山町 1735	総合相談室 **045-475-0103（直通）**	月～金曜日 9:00～17:00

病院名／住所	相談室名／電話番号	受付時間など
横浜総合病院 青葉区鉄町 2201-5	地域医療総合支援センター **045-903-7106（直通）**	月～金曜日 9:00～17:00
横浜舞岡病院 戸塚区舞岡町 3482	医療相談室 **045-822-2169（直通）**	月～土曜日 9:00～17:00
横浜栄共済病院 栄区桂町 132	患者サポートセンター **045-891-2171（代表）**	月～金曜日 9:00～17:00
横浜相原病院 瀬谷区阿久和南 2-3-12	認知症疾患医療センター **045-489-7600（直通）**	月～金曜日 9:00～17:00

障害のある方に対する支援

介護保険サービスの給付対象となる障害のある方については、原則として、介護保険サービスを支給限度基準額まで受けていても、なお障害固有のニーズに基づくサービスが必要と認められる場合や、介護保険サービスでは対応できるサービスがない場合に、障害者施策で必要なサービスを提供します。

中途障害者地域活動センター

おおむね40歳～64歳の脳血管疾患等の後遺症による在宅の中途障害者を対象に各区中途障害者地域活動センターで、①リハビリ教室事業、②活動センター事業を実施しています。

①リハビリ教室事業　退院後間もない方、閉じこもりの方またはその恐れのある方等を対象に、機能訓練及び仲間づくりを中心に実施しています。

②活動センター事業　社会参加のための活動の場が必要な方等を対象に、スポーツ、創作活動、地域交流等を中心に実施しています。活動日は平日です。

障害者手帳の交付

障害の種別や程度に応じて身体障害者手帳、療育手帳（愛の手帳）、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けられ、様々なサービスが利用できるようになります。

障害者総合支援法サービスの支給

障害者総合支援法のサービス（ホームヘルプ、移動介護、短期入所、グループホームなど）を利用することができます。
※利用には要件があります。

高額障害福祉サービス等給付費

65歳に達する前の５年間に渡って特定の障害福祉サービスを受けていた方であって、現在利用している介護保険サービスや所得状況、障害の程度などが政令の定めに該当するときは、介護保険サービス利用分の一部または全額が支給されます。また、ひとりの利用者が介護保険と障害福祉サービスを併用するときや、同一世帯内に障害福祉サービスを利用する方が複数いるときなどに申請をすると、利用者負担の合計額が一定の額を超えた分が支給されます。

その他の支援

ごみ出しの支援

収集の種類	ふれあい収集	粗大ごみの持ち出し収集
内容	対象者宅の敷地内や玄関先から、直接家庭ごみを収集します。 ※収集時にごみが排出されていない場合等に、インターホン等で声を掛けることがあります。	対象者宅の敷地内または屋内まで入って、粗大ごみを収集します。なお、粗大ごみを持ち出すために、次の作業が必要な場合は、持ち出し収集の対象外となります。 ①分解が必要な粗大ごみ　②他の家具の移動が必要な粗大ごみ ③ロープ等で吊り上げ下げが必要な粗大ごみ
申込方法	資源循環局事務所に申込書にてお申し込みください。 ※申込書は資源循環局のHPでダウンロードできます。 ※事前にご自宅に伺うなどして、対象者に該当するか確認させていただきます。	資源循環局事務所に電話等でお申し込みください。 ※事前に対象者に該当するか確認させていただきます。 ※受付から収集までお時間を頂く場合があります。 ※収集日のご希望に添いかねる場合があります。
対象者	次のいずれかに該当し、ご家族や身近な人の協力が困難で、自ら家庭ごみを集積場所まで持ち出すことができない**「ひとり暮らしの方」**。なお、同居者がいる場合でも、同居者が次のいずれかに該当する場合は、対象となります。 ①身体障害者手帳の交付を受けている方 ②愛の手帳の交付を受けている方 ③精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方 ④介護保険の要介護（要支援）認定を受けている方 ⑤ごみを持ち出すことができない65歳以上の方	次のいずれかに該当し、ご家族や身近な人の協力が困難で、自ら粗大ごみを指定場所まで持ち出すことができない**「ひとり暮らしの方」**。なお、同居者がいる場合でも、同居者が高齢者や年少者など次のいずれかに該当する場合は、対象となります。 ①身体障害者手帳の交付を受けている方 ②愛の手帳の交付を受けている方 ③精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方 ④介護保険の要介護（要支援）認定を受けている方 ⑤ごみを持ち出すことができない65歳以上の方 ⑥妊婦やけがをしている方などで、事務所長が認めた方

お問合せ：お住まいの区の資源循環局事務所　　受付時間 ： 月～土（祝日含む）午前8:00～午後4:45

郵便等により自宅等で不在者投票ができる制度（令和7年3月1日現在）

要介護５または重度の障害がある方が対象です。なお、この制度を利用するためには、事前に郵便等投票証明書の交付を受けていることが必要です。詳しくはお住まいの区の選挙管理委員会へおたずねください。

内　容　郵便等により、自宅等で不在者投票ができます。選挙の際に、投票日の4日前までに、郵便等投票証明書を添付の上、区選挙管理委員会に投票用紙を請求することが必要です。
対象者は細かく障害内容・等級が決められています。
さらに、上肢または視覚に重度の障害のある方は代理記載制度を利用できる場合もあります。
詳しくはお住まいの区の選挙管理委員会へお問合せください。

お問合せ：お住まいの区の選挙管理委員会（区役所総務課　統計選挙係内）

公共料金・税の軽減

所得税・住民税（市民税・県民税）の介護保険サービスの医療費控除

「特別養護老人ホームなどの介護保険施設に入所している方」、「在宅で訪問看護などの医療系サービスを利用している方」、「医療系サービスと併せてホームヘルプやデイサービスなどを※利用している方」の利用者負担額の一部は、医療費控除の対象として認められる場合があります。詳しくは税務署にお問合せください。

注意事項
・医療費控除を受けるためには、サービス提供事業者が発行する「医療費控除の対象となる金額」が記載された領収証などが必要です。
・医療費控除額の対象となる金額を計算する際は、高額介護サービス費及び高額医療合算介護サービス費で払戻しを受けている部分は、差し引いて計算します。なお、特別養護老人ホームの入所に係る自己負担に対する高額介護サービス費については、高額介護サービス費の1/2相当を差し引きます。
・本来医療費控除の対象とならないサービスでも、介護福祉士等による喀痰吸引等を受けた場合、自己負担額の1/10が医療費控除の対象となります。
※総合事業の訪問介護相当サービス、通所介護相当サービスを含みます。

お問合せ：お住まいの地区を担当する税務署

高齢者の所得税・住民税（市民税・県民税）の障害者控除

身体障害者手帳等の交付を受けている方のほか、65歳以上で次の①～⑦に該当すると福祉保健センター長の認定を受けた場合、障害者控除の対象となります。

区分	障害者控除	特別障害者控除
対象者	①身体障害者（3～6級）に準ずる方 ②認知症（軽度・中度）に準ずる方 ③知的障害者（軽度・中度）に準ずる方	④身体障害者（1または2級）に準ずる方 ⑤認知症（重度）に準ずる方 ⑥知的障害者（重度）に準ずる方 ⑦6か月程度以上寝たきりで食事・排泄等の日常生活に支障のある方
所得税の控除額	所得金額から27万円	所得金額から40万円
市民税・県民税の控除額	所得金額から26万円	所得金額から30万円

※控除対象配偶者または扶養親族が、納税者または納税者の配偶者若しくは納税者と生計を一にするその他の親族のいずれかと常に同居している特別障害者である場合は、控除の額が所得税75万円、住民税53万円となります。

お問合せ：お住まいの地区を担当する税務署（所得税）、区役所税務課市民税担当（住民税）、高齢・障害支援課

バリアフリー改修工事を行った住宅に対する税の減額

一定の年齢以上の方、要介護・要支援認定を受けている方または障害のある方が居住している住宅についてバリアフリー改修工事を行った場合に、固定資産税、所得税が減額される制度があります。

（固定資産税の減額）一定のバリアフリー改修工事を行い、工事完了から3か月以内に区役所へ申告すると固定資産税が減額されます。詳しくは区役所税務課で配布しているチラシをご覧ください。

お問合せ：住宅の所在する区の区役所税務課家屋担当

（所得税の特別控除）所得税の特別控除を受けられる場合がありますが、詳しくはお住まいの地区を担当する税務署にお問合せください。

お問合せ：お住まいの地区を担当する税務署

粗大ごみ処理手数料の減免

対象世帯：生活保護世帯、特定中国残留邦人世帯、身体障害1級または2級・精神障害1級・知的障害A1 またはA2・重複障害（身体障害3級かつ知的障害B1）の認定を受けている方が属する世帯、福祉医療証の交付を受けているひとり親世帯、介護保険要介護4または5の認定を受けている高齢者（65 歳以上）が属する世帯、粗大ごみを直接搬入することが困難な70歳以上のひとり暮らしの高齢者で福祉保健センター長が認めた方
減免内容：年間※4個まで手数料を免除します。（※4月から翌年3月まで）
お申込み：粗大ごみ受付センター　TEL.0570-200-530（一般の加入電話などから）　TEL.045-330-3953（携帯電話やIP電話などの定額制や通話料割引サービスを利用される方）
受付時間：月～土曜日（年末年始除く祝日を含む）　午前8:30～午後5:00

水道料金・下水道使用料の減免

在宅で要介護4または5に認定された方がいる世帯は、水道局へ減免申請を行うことにより、水道料金及び下水道使用料（基本料金相当額）の減免を受ける事が出来ます。※ただし、減免対象世帯には要件があります。

お問合せ：水道局お客さまサービスセンター　TEL.045-847-6262（はちよんなな）　FAX.045-848-4281

苦情は どこに申し出る？

受けているサービスに不都合や不満があるときは、その事実を申し出て相談したり、苦情の申し立てをして改善を求めることができます。

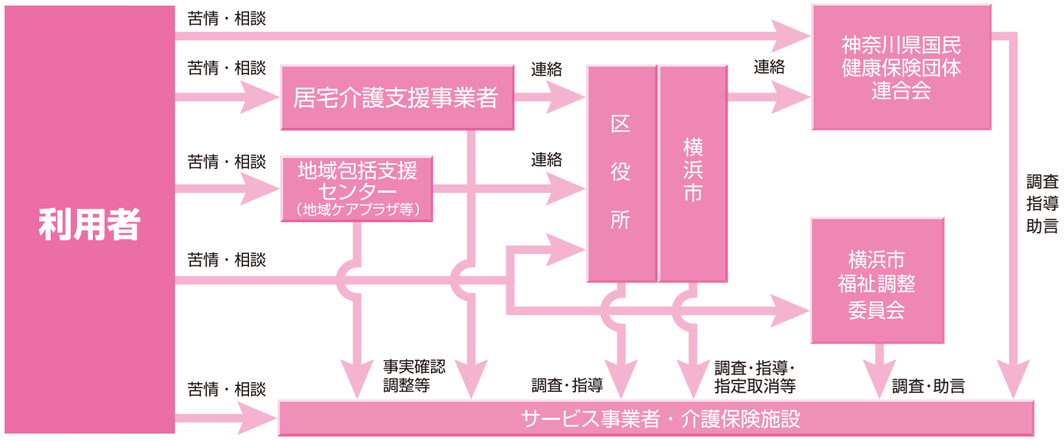
1　相談は身近な窓口へ

○ 各サービス事業者から提供されているサービスの内容に不満があるときは、まず、その事業者の相談窓口に相談することをおすすめします。サービス事業者は、苦情があったときは誠実に対応することとされています。

○ サービスに対する不満は、ケアプランを作成した居宅介護支援事業者に申し出ることもできます。居宅介護支援事業者は、事実関係を確認したうえでサービス事業者に改善要請を行ったり、事業者を変更する場合等の調整をします。

○ また、地域ケアプラザ等の地域包括支援センター及び区役所高齢・障害支援課の窓口においても、苦情・相談に応じます。

サービスに対する苦情への対応（横浜市）



2　苦情の申し立て方法

○ 上記の相談だけでは十分な解決が得られない場合には、横浜市または必要に応じて神奈川県国民健康保険団体連合会に対し「苦情申立書」を提出して、法令に基づく調査や指導を行うことができます。

お問合せ　神奈川県国民健康保険団体連合会介護保険課介護苦情相談係
TEL.045-329-3447

○ 横浜市では、中立・公正な第三者機関である「横浜市福祉調整委員会」が設置されており、横浜市の福祉保健サービスを利用する市民の皆さんから苦情相談をお受けしています。
まずは、事務局がお話を伺います。詳しくはお問合せください。

お問合せ　横浜市福祉調整委員会事務局（健康福祉局相談調整課）
TEL.045-671-4045　FAX.045-681-5457

お問合せ

■ 各区高齢・障害支援課　要介護認定・サービス利用に関すること

区	電話番号	FAX番号
鶴見	045-510-1770	045-510-1897
神奈川	045-411-7019	045-324-3702
西	045-320-8491	045-290-3422
中	045-224-8163	045-224-8159
南	045-341-1138	045-341-1144
港南	045-847-8495	045-845-9809
保土ケ谷	045-334-6394	045-331-6550
旭	045-954-6061	045-955-2675
磯子	045-750-2494	045-750-2540
金沢	045-788-7868	045-786-8872
港北	045-540-2325	045-540-2396
緑	045-930-2315	045-930-2310
青葉	045-978-2479	045-978-2427
都筑	045-948-2313	045-948-2490
戸塚	045-866-8452	045-881-1755
栄	045-894-8547	045-893-3083
泉	045-800-2436	045-800-2513
瀬谷	045-367-5714	045-364-2346

■ 各区保険年金課　被保険者の資格や保険料に関すること

区	電話番号	FAX番号
鶴見	045-510-1807	045-510-1898
神奈川	045-411-7124	045-322-1979
西	045-320-8425	045-322-2183
中	045-224-8315	045-224-8309
南	045-341-1126	045-341-1131
港南	045-847-8425	045-845-8413
保土ケ谷	045-334-6335	045-334-6334
旭	045-954-6134	045-954-5784
磯子	045-750-2425	045-750-2545
金沢	045-788-7835	045-788-0328
港北	045-540-2349	045-540-2355
緑	045-930-2341	045-930-2347
青葉	045-978-2335	045-978-2417
都筑	045-948-2334	045-948-2339
戸塚	045-866-8449	045-871-5809
栄	045-894-8425	045-895-0115
泉	045-800-2425	045-800-2512
瀬谷	045-367-5725	045-362-2420

■ 横浜市健康福祉局

課	電話番号	FAX番号	
介護保険課	045-671-4252	045-550-3614	介護保険制度全般に関すること
	045-671-4256	045-550-3614	要介護認定に関すること
	045-671-4253	045-550-3614	被保険者資格に関すること
	045-671-4254	045-550-3614	保険料に関すること
	045-671-4255	045-550-3614	保険給付に関すること
介護事業指導課	045-671-3413	045-550-3615	居宅サービス事業所の指定・更新に関すること
	045-671-3466	045-550-3615	地域密着型サービス事業所の指定・更新・整備に関すること
	045-671-3414	045-550-3615	
	045-671-2356	045-550-3615	居宅サービス、地域密着型サービスの監査・指導に関すること
	045-671-3461	045-550-3615	
高齢施設課	045-671-3923	045-641-6408	特養・老健・ショートステイに関すること
	045-671-4117	045-641-6408	有料老人ホームに関すること
高齢在宅支援課	045-671-2405	045-550-3612	介護予防･日常生活支援総合事業に関すること
地域包括ケア推進課	045-671-3464	045-550-4096	地域包括ケアシステムに関すること
高齢健康福祉課	045-671-3412	045-550-3613	よこはまポジティブエイジング計画に関すること

高齢者の皆様への介護予防・健康づくりサービス

フレー!フレー! フレイル予防!

健康寿命の延伸をめざして、フレイル予防に取り組んでいきましょう。

いくつになっても健康で自立した生活を送り、
活動的に過ごすためには、健康寿命※を延ばすことが大切です。

※健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことです。

フレイル状態の改善やフレイル予防の取組を行うことは、健康寿命の延伸に良い影響を与えると期待されています。

●フレイルとは??

高齢期に体力や気力、認知機能など、からだとこころの機能(はたらき)が低下し、将来介護が必要になる危険性が高くなっている状態をいいます。

フレイルのはじまりは日頃の小さな変化から

からだ・こころ・認知機能等の小さな変化や社会生活面での変化など、さまざまな要素が互いに影響し合いフレイルに至ります。

フレイル予防　4つの柱

「運動・口腔・栄養・社会参加」の取組を日常生活の中で一体的に取り入れることが大切です!

「フレー!フレー!フレイル予防!」は、横浜市のフレイル予防推進の愛称です。

運動…動き続けていくためのからだづくり

健康を維持するためには、現在の**体力、骨や筋力を維持することが大切**です。

- ●ロコモティブシンドローム※を予防!
  ※加齢に伴う筋力低下や骨・関節の疾患などの運動器の障害が起こり、「立つ、座る、歩く」などの移動能力が低下する状態。
- ●散歩やウォーキングなど、1日20～30分程度(目安)と毎日少しの筋トレをプラス。

口腔(お口の働き)…噛む力・飲み込む力を保つ

全身の機能の衰えにつながる可能性のある**オーラルフレイル(お口の機能の衰え)を予防することが大切**です。

- ●毎日の歯みがきで、むし歯・歯周病を予防し、お口の中を清潔に保つ。
- ●かかりつけ歯科医をもち、適切なアドバイスを受ける。
- ●お口の体操で噛む力・飲み込む力・滑舌(かつぜつ)を鍛える。

フレイル予防

社会参加…外出・交流・参加で人や地域とつながる

こころとからだの健康を維持するためには、**人とつながること、地域社会に参加することも大切**です。

- ●1日1回以上の外出。
- ●週1回以上は、友人・知人などと交流。
- ●楽しさややりがいのある活動に参加。

(町内会、ボランティア、元気づくりステーション等の通いの場への参加など)

栄養…まんべんなく、しっかり食べて健康なからだづくり

粗食をやめ、毎日しっかり食べて、全身の衰えにつながる可能性のある**やせや栄養状態の低下(低栄養)を予防することが大切**です。

- ●1日3食、多様な食品を含むバランスのよい食事を心がける。
- ●筋肉をつくるたんぱく質も忘れずに。

◆ もっと取り組む!続ける!フレイル予防!

お住まいの区役所や地域ケアプラザでは、健康づくり・介護予防(フレイル予防)について学び、続けるためのお手伝いを行っています。

●学ぶ・体験する
フレイル予防に大切な運動、口腔、栄養等、健康づくり・介護予防の最新情報を講演会やイベント等で学ぶ。

●仲間と一緒に活動を続ける
身近な地域で体操やウォーキング等の活動に継続的に取り組んでいるグループ(元気づくりステーション等)に参加。

●知識や経験を生かす
楽しさややりがいを感じながら地域にも貢献! おすすめは地域のボランティア活動。

◆ もっと知りたい!フレイル予防!

もっと詳しく、健康づくり・介護予防(フレイル予防)の情報を知りたい方は、横浜市ホームページで検索。
各取組の詳しい情報やフレイル予防パンフレット等もダウンロードすることができます。

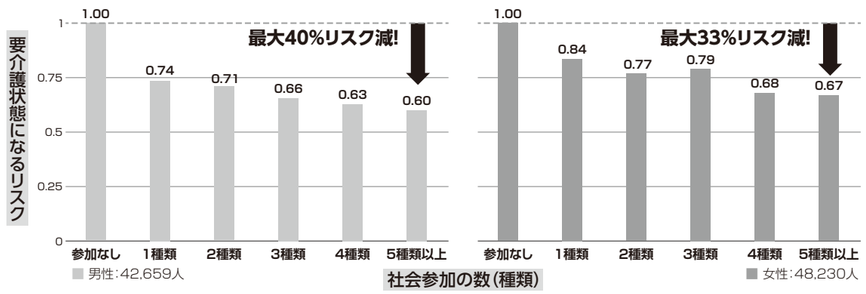
横浜市ホームページ▶
元気なうちから介護予防

多様な社会参加は元気で暮らす秘訣!

趣味の活動やボランティア活動など、高齢者の社会参加は健康にもよい影響を与えることが分かっていますが、近年の研究では社会参加の数が多いほど、要介護状態になるリスクが低くなるということも分かってきました。

社会参加(※)をすると男性は26～40%、女性は16～33%、それぞれ要介護リスクを抑制!

※この研究においては、就労、スポーツ、地域行事、環境美化、町内会、ボランティア、趣味等の14種類の活動について、年に数回以上の参加をしていること。社会参加の数が「参加なし」の人が要介護状態になるリスクを基準(1.00)とし、社会参加の数ごとに要介護状態のリスクを数値化。



調査対象者:
日本老年学的評価研究機構が2013年に実施した調査から約3年間追跡した、日常生活が自立した横浜市を含む23市町の高齢者
出典:一般社団法人日本老年学的評価研究(JAGES)機構 Press Release No: 293-21-31

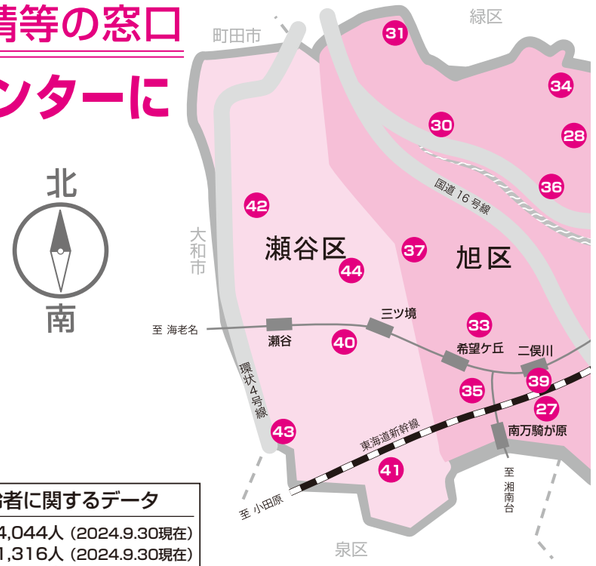
この1年間の個人・団体での地域活動参加状況 (R 4年度 横浜市高齢者実態調査)

何らかの地域活動に参加している高齢者	健康・スポーツ活動に参加している高齢者	地域活動に参加していない高齢者
37.0%	14.5%	57.7%

横浜市中部エリアの相談・申請等の窓口

お近くの地域包括支援センターにご相談ください。

横浜市地図



横浜市の高齢者に関するデータ

総　人　口	3,754,044人（2024.9.30現在）
高 齢 者 数	941,316人（2024.9.30現在）
要介護認定者数	194,221人（2024.9.30現在）
（中部エリア）	
総　人　口	1,072,981人（2024.9.30現在）
高 齢 者 数	271,330人（2024.9.30現在）
要介護認定者数	58,336人（2024.9.30現在）

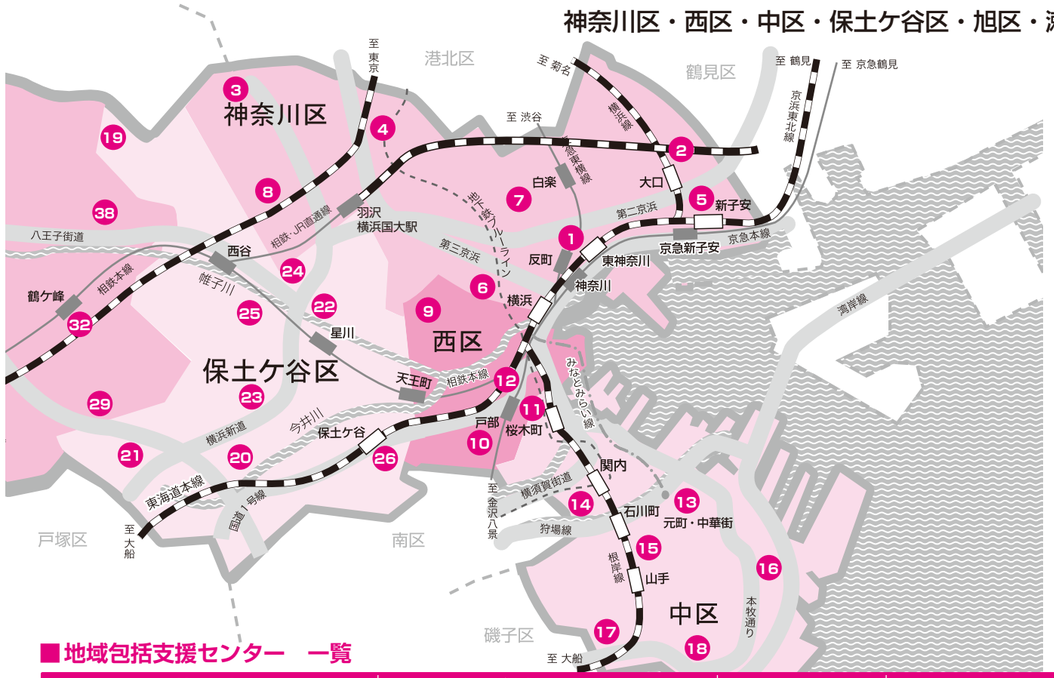
※高齢者数は65歳以上

■地域包括支援センター　一覧

施設名	住所（横浜市）	TEL	FAX	区
❶ 横浜市反町地域ケアプラザ	221-0825　神奈川区反町 1-11-2	045-321-8026	045-321-8077	神奈川区
❷ 横浜市神之木地域ケアプラザ	221-0015　神奈川区神之木町 7-1	045-435-3096	045-435-2908	神奈川区
❸ 横浜市菅田地域ケアプラザ	221-0864　神奈川区菅田町 1718-1	045-471-3103	045-471-3102	神奈川区
❹ 横浜市片倉三枚地域ケアプラザ	221-0862　神奈川区三枚町 199-4	045-413-2572	045-413-2573	神奈川区
❺ 横浜市新子安地域ケアプラザ	221-0013　神奈川区新子安 1-2-4	045-423-1703	045-423-1702	神奈川区
❻ 横浜市沢渡三ツ沢地域ケアプラザ	221-0844　神奈川区沢渡 56-1	045-577-8213	045-317-3171	神奈川区
❼ 横浜市六角橋地域ケアプラザ	221-0802　神奈川区六角橋 3-3-13	045-413-3285	045-488-3138	神奈川区
❽ 特別養護老人ホーム　若竹苑	221-0863　神奈川区羽沢町 550-1	045-382-0024	045-373-7472	神奈川区
❾ 浅間台地域ケアプラザ	220-0071　西区浅間台 6	045-311-7593	045-311-8357	西区
❿ 横浜市藤棚地域ケアプラザ	220-0053　西区藤棚町 2-198	045-253-0662	045-253-0698	西区
⓫ 横浜市宮崎地域ケアプラザ	220-0031　西区宮崎町 2	045-261-6121	045-261-6052	西区
⓬ 横浜市戸部本町地域ケアプラザ	220-0041　西区戸部本町 50-33	045-321-3300	045-317-3008	西区
⓭ 横浜市新山下地域ケアプラザ	231-0801　中区新山下 3-15-5	045-625-0081	045-625-1865	中区
⓮ 横浜市不老町地域ケアプラザ	231-0032　中区不老町 3-15-2	045-662-9989	045-662-0192	中区
⓯ 横浜市麦田地域ケアプラザ	231-0849　中区麦田町 1-26-2	045-664-6024	045-664-6075	中区
⓰ 横浜市本牧原地域ケアプラザ	231-0821　中区本牧原 6-1	045-623-0975	045-623-0977	中区
⓱ 横浜市簑沢地域ケアプラザ	231-0856　中区簑沢 13-204	045-663-6930	045-228-1828	中区
⓲ 横浜市本牧和田地域ケアプラザ	231-0827　中区本牧和田 35-13	045-628-1311	045-622-1290	中区

※電話番号は、在宅介護などについての相談対応電話の番号です。地域包括支援センターでの電話相談は、夜間や休館日でも、連携先の相談専用コールセンターに電話を転送して24時間・365日受け付けています。

神奈川区・西区・中区・保土ケ谷区・旭区・瀬谷区

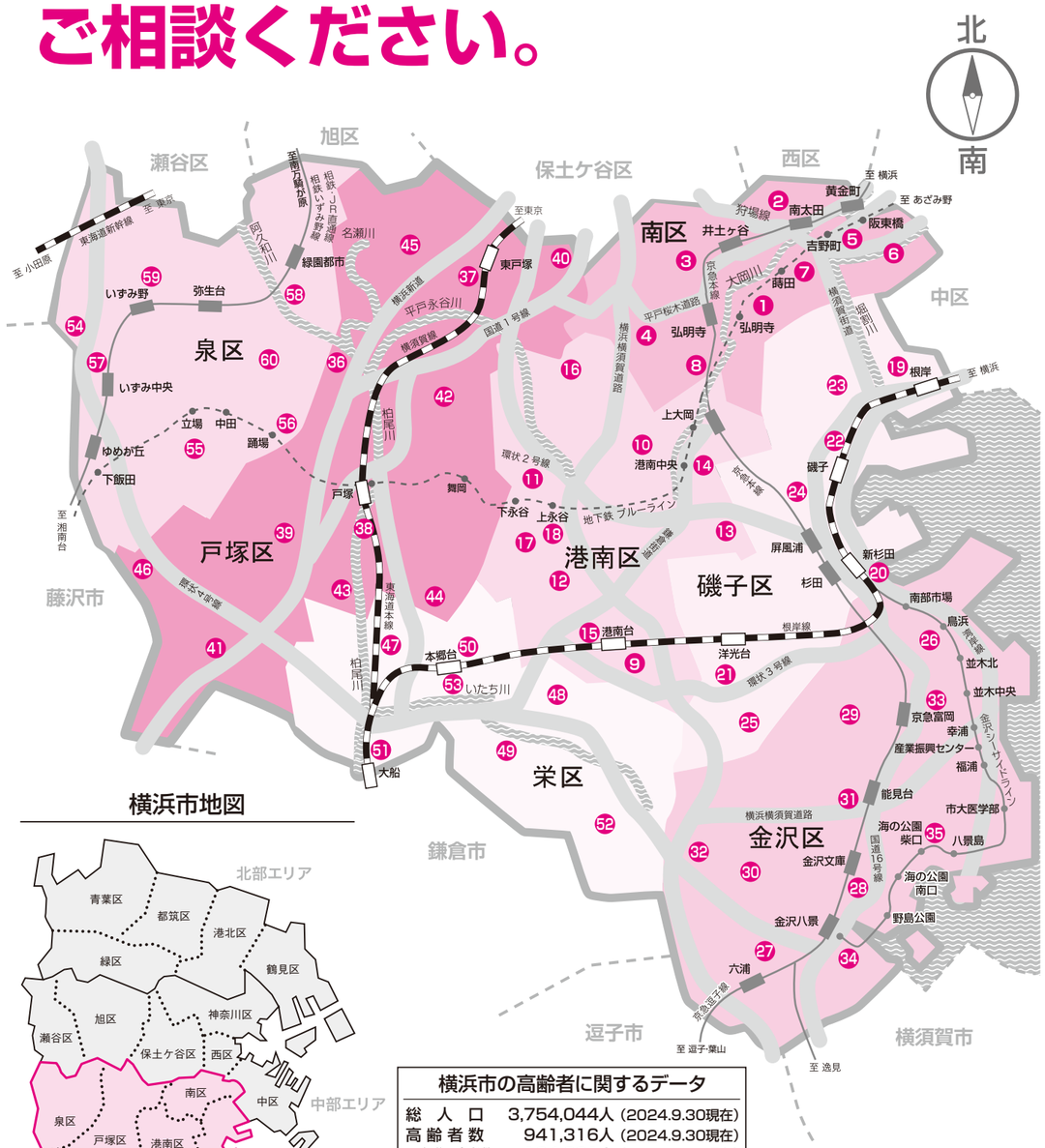


■地域包括支援センター　一覧

施設名	住所（横浜市）	TEL	FAX	区
⓳ 上菅田地域ケアプラザ	240-0051　保土ケ谷区上菅田町 1696	045-372-0125	045-371-3810	保土ケ谷区
⓴ 横浜市岩崎地域ケアプラザ	240-0015　保土ケ谷区岩崎町 37-5	045-334-1545	045-334-1500	保土ケ谷区
㉑ 横浜市今井地域ケアプラザ	240-0035　保土ケ谷区今井町 412-8	045-351-8816	045-351-8814	保土ケ谷区
㉒ 横浜市星川地域ケアプラザ	240-0001　保土ケ谷区川辺町 5-11	045-333-9590	045-340-2100	保土ケ谷区
㉓ 横浜市仏向地域ケアプラザ	240-0044　保土ケ谷区仏向町 1262-3	045-336-9998	045-342-1571	保土ケ谷区
㉔ 横浜市常盤台地域ケアプラザ	240-0067　保土ケ谷区常盤台 53-2	045-339-5702	045-339-6068	保土ケ谷区
㉕ 横浜市川島地域ケアプラザ	240-0045　保土ケ谷区川島町 360-2	045-373-6777	045-744-6443	保土ケ谷区
㉖ 横浜市保土ケ谷地域ケアプラザ	240-0023　保土ケ谷区岩井町 143-2	045-743-1882	045-713-5013	保土ケ谷区
㉗ 万騎が原地域ケアプラザ	241-0836　旭区万騎が原 4	045-362-1222	045-390-3377	旭区
㉘ 横浜市上白根地域ケアプラザ	241-0001　旭区上白根町 112	045-951-3966	045-951-3971	旭区
㉙ 横浜市左近山地域ケアプラザ	241-0831　旭区左近山 1186-2	045-442-8847	045-353-1131	旭区
㉚ 横浜市川井地域ケアプラザ	241-0803　旭区川井本町 57-8	045-959-0066	045-952-1110	旭区
㉛ 横浜市若葉台地域ケアプラザ	241-0801　旭区若葉台 4-16-1	045-923-8833	045-923-8835	旭区
㉜ 横浜市鶴ケ峰地域ケアプラザ	241-0022　旭区鶴ケ峰 1-38-3	045-382-6073	045-382-6071	旭区
㉝ 横浜市今宿地域ケアプラザ	241-0813　旭区今宿町 2647 - 2	045-392-0308	045-360-0023	旭区
㉞ 横浜市ひかりが丘地域ケアプラザ	241-0001　旭区上白根町 807-2	045-953-6892	045-958-1140	旭区
㉟ 横浜市南希望が丘地域ケアプラザ	241-0824　旭区南希望が丘 72-3	045-360-5096	045-360-1198	旭区
㊱ 横浜市今宿西地域ケアプラザ	241-0031　旭区今宿西町 410-1	045-951-2511	045-958-1253	旭区
㊲ 横浜市笹野台地域ケアプラザ	241-0816　旭区笹野台 2-32-1	045-367-2070	045-367-2331	旭区
㊳ 横浜市白根地域ケアプラザ	241-0005　旭区白根2-3-18 パール横浜白根ビル2階	045-958-2573	045-951-0031	旭区
㊴ 横浜市二俣川地域ケアプラザ	241-0821　旭区二俣川2-50-14 コプレ二俣川 商業・業務棟6階	045-361-1780	045-361-1778	旭区
㊵ 横浜市二ツ橋地域ケアプラザ	246-0021　瀬谷区二ツ橋町 83-4	045-361-9812	045-361-9868	瀬谷区
㊶ 横浜市阿久和地域ケアプラザ	246-0026　瀬谷区阿久和南 2-9-2	045-365-9906	045-365-9894	瀬谷区
㊷ 横浜市中屋敷地域ケアプラザ	246-0004　瀬谷区中屋敷 2-18-6	045-303-8899	045-303-8111	瀬谷区
㊸ 横浜市下瀬谷地域ケアプラザ	246-0035　瀬谷区下瀬谷 2-44-6	045-304-1271	045-304-1259	瀬谷区
㊹ 横浜市二ツ橋第二地域ケアプラザ	246-0021　瀬谷区二ツ橋町469 せやまる・ふれあい館1階	045-392-0311	045-360-6800	瀬谷区

横浜市南部エリアの相談・申請等の窓口

お近くの地域包括支援センターにご相談ください。



横浜市地図

横浜市の高齢者に関するデータ

総　人　口	3,754,044人（2024.9.30現在）
高 齢 者 数	941,316人（2024.9.30現在）
要介護認定者数	194,221人（2024.9.30現在）
（南部エリア）	
総　人　口	1,324,042人（2024.9.30現在）
高 齢 者 数	376,414人（2024.9.30現在）
要介護認定者数	77,979人（2024.9.30現在）

※高齢者数は65歳以上

※右記表に記載されている電話番号は、在宅介護などについての相談対応電話の番号です。地域包括支援センターでの電話相談は、夜間や休館日でも、連携先の相談専用コールセンターに電話を転送して24時間・365日受け付けています。

■地域包括支援センター　一覧

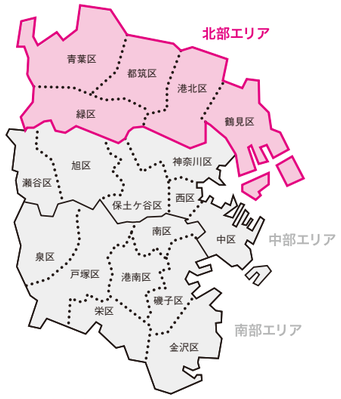
南区・港南区・磯子区・金沢区・戸塚区・栄区・泉区

	施設名	住所（横浜市）	TEL	FAX	区
1	横浜市大岡地域ケアプラザ	232-0061 南区大岡 1-14-1	045-711-8581	045-743-6104	南区
2	横浜市清水ケ丘地域ケアプラザ	232-0007 南区清水ケ丘 49	045-253-0147	045-253-0146	
3	横浜市永田地域ケアプラザ	232-0073 南区永田南 2-16-31	045-711-8612	045-711-8614	
4	横浜市六ツ川地域ケアプラザ	232-0066 南区六ツ川 2-3-211	045-716-0682	045-716-0685	
5	横浜市浦舟地域ケアプラザ	232-0024 南区浦舟町 3-46	045-261-3318	045-264-1238	
6	横浜市中村地域ケアプラザ	232-0033 南区中村町 2-120-3	045-260-5101	045-260-5102	
7	横浜市睦地域ケアプラザ	232-0041 南区睦町 1-31-1	045-730-5080	045-711-0012	
8	横浜市別所地域ケアプラザ	232-0064 南区別所 1-7-23	045-714-2215	045-716-3885	
9	横浜市港南台地域ケアプラザ	234-0054 港南区港南台 3-3-1	045-834-3143	045-834-3145	港南区
10	横浜市東永谷地域ケアプラザ	233-0011 港南区東永谷 1-1-12	045-826-1098	045-826-1071	
11	横浜市下永谷地域ケアプラザ	233-0016 港南区下永谷 3-33-5	045-826-2658	045-826-2641	
12	横浜市野庭地域ケアプラザ	234-0056 港南区野庭町 612	045-848-0102	045-848-0106	
13	横浜市日下地域ケアプラザ	234-0052 港南区笹下 3-11-1	045-843-3668	045-843-2400	
14	横浜市港南中央地域ケアプラザ	233-0003 港南区港南 4-2-7	045-845-4103	045-845-4155	
15	横浜市日野南地域ケアプラザ	234-0055 港南区日野南 3-1-11	045-835-0988	045-836-1813	
16	横浜市芹が谷地域ケアプラザ	233-0006 港南区芹が谷 2-16-12	045-826-8266	045-828-5182	
17	横浜市日限山地域ケアプラザ	233-0015 港南区日限山 1-66-55	045-827-1871	045-827-1872	
18	横浜市上永谷駅前地域ケアプラザ	233-0013 港南区丸山台 1-9-10	045-840-1262	045-840-1263	
19	横浜市根岸地域ケアプラザ	235-0002 磯子区馬場町 1-42	045-751-4899	045-751-4821	磯子区
20	横浜市新杉田地域ケアプラザ	235-0032 磯子区新杉田町 8-7	045-771-8848	045-771-3334	
21	横浜市洋光台地域ケアプラザ	235-0045 磯子区洋光台 6-7-1	045-832-1496	045-832-5138	
22	横浜市磯子地域ケアプラザ	235-0016 磯子区磯子 3-1-22	045-758-0184	045-758-0181	
23	横浜市滝頭地域ケアプラザ	235-0012 磯子区滝頭 2-30-1	045-758-0622	045-750-5155	
24	横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ	235-0023 磯子区森 4-1-17	045-750-5311	045-751-2322	
25	横浜市上笹下地域ケアプラザ	235-0043 磯子区氷取沢町 60-17	045-769-0243	045-769-0242	
26	横浜市並木地域ケアプラザ	236-0051 金沢区富岡東 2-5-31	045-775-1357	045-775-0877	金沢区
27	横浜市六浦地域ケアプラザ	236-0031 金沢区六浦 5-20-2	045-786-8949	045-349-5119	
28	横浜市泥亀地域ケアプラザ	236-0021 金沢区泥亀 1-21-5	045-782-2951	045-782-2959	
29	横浜市富岡地域ケアプラザ	236-0052 金沢区富岡西 7-16-1	045-771-2350	045-771-2360	
30	横浜市釜利谷地域ケアプラザ	236-0045 金沢区釜利谷南 2-8-1	045-788-2903	045-788-2906	
31	横浜市能見台地域ケアプラザ	236-0058 金沢区能見台東 2-1	045-787-0992	045-787-0993	
32	横浜市西金沢地域ケアプラザ	236-0045 金沢区釜利谷南 3-22-3	045-788-2972	045-780-3080	
33	横浜市富岡東地域ケアプラザ	236-0051 金沢区富岡東 4-13-3	045-776-2038	045-770-5010	
34	横浜市柳町地域ケアプラザ	236-0026 金沢区柳町 1-4	045-787-3722	045-790-5227	
35	横浜市西柴地域ケアプラザ	236-0012 金沢区柴町 343-5	045-780-1152	045-780-1153	
36	横浜市上矢部地域ケアプラザ	245-0053 戸塚区上矢部町 2342	045-814-2494	045-811-2499	戸塚区
37	横浜市東戸塚地域ケアプラザ	244-0805 戸塚区川上町 4-4	045-826-0927	045-824-8615	
38	横浜市上倉田地域ケアプラザ	244-0816 戸塚区上倉田町 259-11	045-865-5701	045-865-5711	
39	汲沢地域ケアプラザ	245-0062 戸塚区汲沢町 986	045-861-5463	045-861-3428	
40	横浜市平戸地域ケアプラザ	244-0802 戸塚区平戸 2-33-57	045-825-3467	045-825-3464	
41	横浜市原宿地域ケアプラザ	245-0063 戸塚区原宿 4-36-1	045-854-2293	045-854-2299	
42	横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ	244-0813 戸塚区舞岡町 3705-10	045-827-0372	045-827-0375	
43	横浜市南戸塚地域ケアプラザ	244-0003 戸塚区戸塚町 2626-13	045-865-5962	045-860-0554	
44	横浜市下倉田地域ケアプラザ	244-0815 戸塚区下倉田町 1951-8	045-866-2063	045-860-0200	
45	横浜市名瀬地域ケアプラザ	245-0051 戸塚区名瀬町 791-14	045-815-2012	045-815-2014	
46	横浜市深谷俣野地域ケアプラザ	245-0067 戸塚区深谷町 1432-11	045-851-0551	045-851-0122	
47	横浜市豊田地域ケアプラザ	244-0842 栄区飯島町 1368-10	045-864-5236	045-864-5904	栄区
48	横浜市中野地域ケアプラザ	247-0015 栄区中野町 400-2	045-896-0712	045-896-0713	
49	横浜市桂台地域ケアプラザ	247-0034 栄区桂台中 4-5	045-897-1112	045-897-1119	
50	横浜市小菅ケ谷地域ケアプラザ	247-0007 栄区小菅ケ谷 3-32-12	045-896-0473	045-896-0472	
51	横浜市笠間地域ケアプラザ	247-0006 栄区笠間 1-1-1	045-890-0862	045-890-0864	
52	横浜市野七里地域ケアプラザ	247-0024 栄区野七里 1-2-31	045-890-5333	045-890-5332	
53	横浜市本郷台駅前地域ケアプラザ	247-0007 栄区小菅ケ谷 1-5-4	045-893-0070	045-392-5183	
54	横浜市上飯田地域ケアプラザ	245-0018 泉区上飯田町 1338-1	045-802-8556	045-802-6800	泉区
55	横浜市下和泉地域ケアプラザ	245-0022 泉区和泉が丘 1-26-1	045-802-9926	045-802-9927	
56	横浜市踊場地域ケアプラザ	245-0013 泉区中田東 1-4-6	045-801-2922	045-801-2923	
57	横浜市いずみ中央地域ケアプラザ	245-0024 泉区和泉中央北 5-14-1	045-805-1792	045-805-1798	
58	横浜市新橋地域ケアプラザ	245-0009 泉区新橋町 33-1	045-810-3261	045-813-3380	
59	横浜市いずみ野地域ケアプラザ	245-0016 泉区和泉町 6214-1	045-804-2732	045-800-0324	
60	横浜市岡津地域ケアプラザ	245-0003 泉区岡津町 1228-3	045-812-0801	045-812-0802	

横浜市北部エリアの相談・申請等の窓口

お近くの地域包括支援センターにご相談ください。

横浜市地図



■地域包括支援センター　一覧

施設名	住所（横浜市）	TEL	FAX	区
❶ 横浜市潮田地域ケアプラザ	230-0048　鶴見区本町通 4-171-23	045-507-2132	045-507-2930	鶴見区
❷ 横浜市矢向地域ケアプラザ	230-0001　鶴見区矢向 4-32-11	045-573-0029	045-573-0027	
❸ 横浜市寺尾地域ケアプラザ	230-0077　鶴見区東寺尾 6-37-14	045-585-5622	045-585-5737	
❹ 横浜市東寺尾地域ケアプラザ	230-0077　鶴見区東寺尾 1-12-3	045-584-0293	045-570-6202	
❺ 横浜市駒岡地域ケアプラザ	230-0071　鶴見区駒岡 4-28-5	045-581-0519	045-570-6602	
❻ 横浜市鶴見市場地域ケアプラザ	230-0024　鶴見区市場下町 11-5	045-504-1188	045-500-6677	
❼ 横浜市鶴見中央地域ケアプラザ	230-0051　鶴見区鶴見中央 1-23-26	045-521-8100	045-508-7808	
❽ 横浜市生麦地域ケアプラザ	230-0052　鶴見区生麦 4-6-4	045-503-2135	045-510-3018	
❾ 横浜市馬場地域ケアプラザ	230-0076　鶴見区馬場 7-11-23	045-576-4232	045-576-4233	
❿ 新吉田地域ケアプラザ	223-0056　港北区新吉田町 6001-6	045-592-2151	045-592-0105	港北区
⓫ 横浜市篠原地域ケアプラザ	222-0022　港北区篠原東 2-15-27	045-423-1270	045-423-1257	
⓬ 横浜市高田地域ケアプラザ	223-0066　港北区高田西 2-14-6	045-594-3603	045-594-3605	
⓭ 横浜市下田地域ケアプラザ	223-0064　港北区下田町 4-1-1	045-563-9082	045-563-9083	
⓮ 横浜市大豆戸地域ケアプラザ	222-0032　港北区大豆戸町 316-1	045-432-4913	045-432-4912	
⓯ 横浜市樽町地域ケアプラザ	222-0001　港北区樽町 1-22-46	045-532-2502	045-533-0025	
【分室】つなしま相談室・つなしま交流室	223-0053　港北区綱島西 2-11-5 シュロスオータニ綱島 2 階	045-534-1220	045-545-1020	
⓰ 横浜市城郷小机地域ケアプラザ	222-0036　港北区小机町 2484-4	045-478-1600	045-478-1155	
⓱ 横浜市日吉本町地域ケアプラザ	223-0062　港北区日吉本町 4-10-A	045-566-0361	045-566-0362	
⓲ 横浜市新羽地域ケアプラザ	223-0057　港北区新羽町 1240-1	045-542-7216	045-531-7011	
⓳ 横浜市十日市場地域ケアプラザ	226-0025　緑区十日市場町 825-1	045-985-9034	045-985-6325	緑区
⓴ 横浜市長津田地域ケアプラザ	226-0027　緑区長津田 2-11-2	045-981-7763	045-981-7575	
㉑ 横浜市中山地域ケアプラザ	226-0019　緑区中山 2-1-1	045-935-5698	045-935-5695	

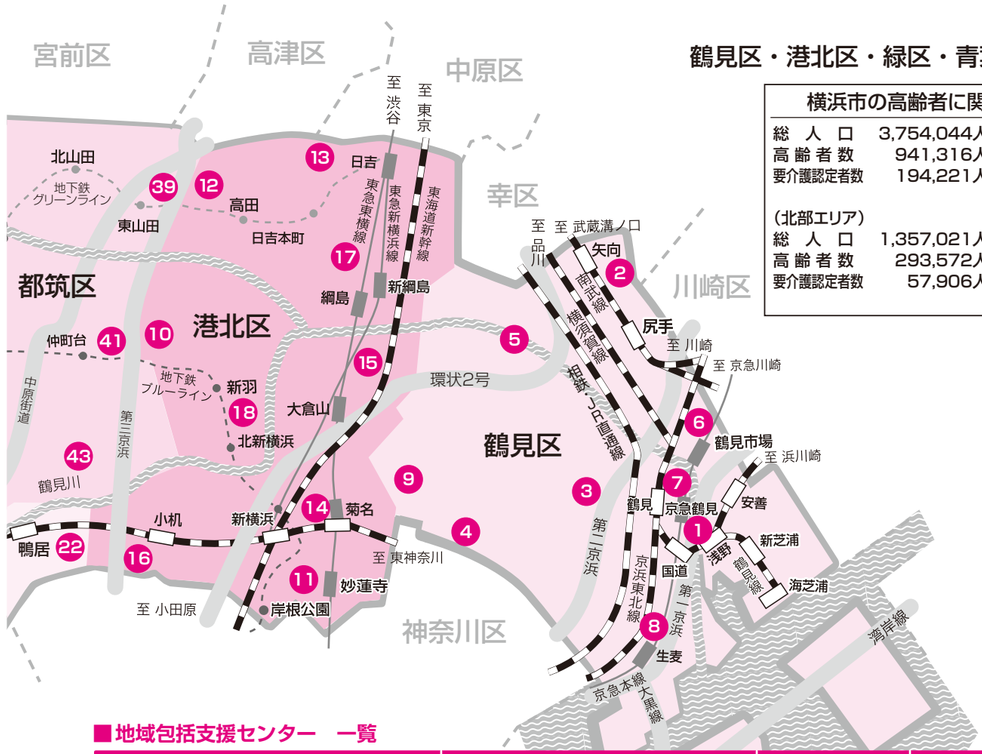
※電話番号は、在宅介護などについての相談対応電話の番号です。地域包括支援センターでの電話相談は、夜間や休館日でも、連携先の相談専用コールセンターに電話を転送して24時間・365日受け付けています。

鶴見区・港北区・緑区・青葉区・都筑区

横浜市の高齢者に関するデータ

総人口	3,754,044人（2024.9.30現在）
高齢者数	941,316人（2024.9.30現在）
要介護認定者数	194,221人（2024.9.30現在）
（北部エリア）	
総人口	1,357,021人（2024.9.30現在）
高齢者数	293,572人（2024.9.30現在）
要介護認定者数	57,906人（2024.9.30現在）

※高齢者数は65歳以上



■地域包括支援センター　一覧

施設名	住所（横浜市）	TEL	FAX	区
㉒ 横浜市東本郷地域ケアプラザ	226-0002　緑区東本郷 5-5-6	045-471-0677	045-471-0678	緑区
㉓ 横浜市鴨居地域ケアプラザ	226-0003　緑区鴨居 5-29-8	045-930-1121	045-931-2203	
㉔ 横浜市霧が丘地域ケアプラザ	226-0016　緑区霧が丘 3-23	045-922-6633	045-922-6611	
㉕ 横浜市山下地域ケアプラザ	226-0021　緑区北八朔町 218-13	045-931-1187	045-935-3883	
㉖ 横浜市荏田地域ケアプラザ	225-0013　青葉区荏田町 494-7	045-911-8005	045-911-8121	青葉区
㉗ 横浜市もえぎ野地域ケアプラザ	227-0044　青葉区もえぎ野 4-2	045-974-5403	045-974-5405	
㉘ 奈良地域ケアプラザ	227-0036　青葉区奈良町 1757-3	045-962-8429	045-962-9847	
㉙ 横浜市さつきが丘地域ケアプラザ	227-0053　青葉区さつきが丘 12-1	045-972-4768	045-972-4759	
㉚ 横浜市美しが丘地域ケアプラザ	225-0002　青葉区美しが丘 4-32-7	045-901-6714	045-901-6718	
㉛ 横浜市大場地域ケアプラザ	225-0023　青葉区大場町 383-3	045-975-0206	045-979-3200	
㉜ 横浜市鴨志田地域ケアプラザ	227-0033　青葉区鴨志田町 547-3	045-961-6912	045-960-6011	
㉝ ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ	225-0024　青葉区市ケ尾町 25-6	045-979-0241	045-308-7082	
㉞ 青葉台地域ケアプラザ	227-0062　青葉区青葉台 2-8-22	045-988-0305	045-985-1588	
㉟ 横浜市恩田地域ケアプラザ	227-0066　青葉区あかね台 2-8-4	045-985-2133	045-988-0901	
㊱ 横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ	225-8530　青葉区新石川 2-1-15	045-910-5221	045-910-5231	
㊲ 横浜市すすき野地域ケアプラザ	225-0021　青葉区すすき野 1-8-21	045-901-5710	045-909-0072	
㊳ 横浜市葛が谷地域ケアプラザ	224-0062　都筑区葛が谷 16-3	045-943-5951	045-943-5961	都筑区
㊴ 東山田地域ケアプラザ	224-0024　都筑区東山田町 270	045-590-3788	045-592-5913	
㊵ 横浜市加賀原地域ケアプラザ	224-0055　都筑区加賀原 1-22-32	045-944-4641	045-944-4642	
㊶ 横浜市新栄地域ケアプラザ	224-0035　都筑区新栄町 19-19	045-592-5265	045-595-3321	
㊷ 横浜市中川地域ケアプラザ	224-0001　都筑区中川 1-1-1	045-910-1512	045-910-1513	
㊸ 横浜市都田地域ケアプラザ	224-0045　都筑区東方町 655-4	045-943-1130	045-943-1131	

ポジティブエイジングを迎えるために未来のあなたと家族を応援！
ふくしらべ

「最近、親の体力が落ちてきたり、物忘れがあって心配」、「施設に入るってどんな手続きがあるの？」、「そもそも高齢者に関することってどこに相談したらいいの？」など、高齢期の暮らしに必要なさまざまな情報を調べることができます。

ふくしらべ　検索

お住まいの地域を担当する地域ケアプラザが検索できますよ

あなたの近くの地域活動を検索！
ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ

ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビは、地域の方々が中心となって行うサロンや趣味活動の場、日常生活のちょっとした困りごとをお手伝いする活動の情報などを、検索できるウェブサイトです。

キーワードから　みつかる

家から歩いていける場所に、
趣味が楽しめる活動はあるかな

カテゴリーから　さがせる

体力維持できるように、
気軽に体操できる場所はないかな

横浜　地域活動ナビ　検索

※横浜市ホームページから、外部サイト（ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ（左図））に移動します。

掲載されている地域活動・サービスの内容が、実際の実施状況と異なる場合があります。
本サイトは、横浜市の委託により、カシオ計算機株式会社の運用するシステム「Ayamu」を利用しています。

よこはまシニアボランティアポイントって？

イメージキャラクター
健康ほうし君

65歳以上の方が、介護施設等でボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、寄附または換金できる仕組みです。

参加するには、研修会を受講し、登録してポイントカードを受け取ることが必要です。

高齢者が今まで培ってきた知識や経験を、地域で活かすことができます。

★健康づくり、介護予防に!
★社会参加、生きがいづくりに!

2万人を超える
多くの方にご登録
いただいています!

対象者 65歳以上の横浜市民（介護保険の第1号被保険者）で、登録研修会を受講された方

活動の種類
・特別養護老人ホーム、老人保健施設、グループホームなどで行われる高齢者に対する活動
・地域ケアプラザで行われる活動　・子育て支援活動
・病院ボランティア活動　・障害者支援拠点でのボランティア活動

活動例
●レクリエーションの補助、利用者の話し相手、行事の手伝いなどのボランティア活動
●地域ケアプラザ等で行う配食・会食サービスなど
●区役所で行う介護予防事業
※ポイント事業を実施している施設・病院に限ります。

ボランティアの方の声

◎ボランティアである私たちが、元気をもらっている
◎地域社会とのつながりが深まった
◎自分の存在が活かされて満足
◎生活に張り合いができた
◎ポイントが活動の記録になるので、励みになっている
◎寄附もできるのがいい

●登録された方に、ポイントカードをお渡しします。
●1日の活動（概ね30分以上の活動）で200ポイントがたまります。
●1000ポイント以上たまると、1ポイント＝1円で寄附または換金することができます。（換金上限は年間8000ポイント）

★これから参加される方のために、月2回程度、登録研修会を実施しています。
日程等、詳しくはお問合せください。

お問合せ：よこはまシニアボランティアポイント事務局
電話（671）0296　FAX（671）0295

よこはまシニアボランティア　検索

横浜発
「みんなにやさしい介護のプロを目指す」プロジェクト

横浜市介護事業所表彰制度

「みんなにやさしい介護」のプロを目指すプロジェクトとは

高齢者が、できる限り自立した日常生活を営み、自分らしい生活を営むことができるように、自立支援に前向きに取り組んでいる介護事業所を表彰することで、「みんなにやさしい介護の好循環を作り出そう！」というプロジェクトです。

「みんなにやさしい介護」とは？

「利用者（高齢者）」にやさしい
できる限り、自分らしい（自分が望む）、生活を営むことができます。

「家族等の介護者」にやさしい
要介護者の状態が維持・改善されることで介護の負担を軽減します。

「介護従事者」にやさしい
自立支援を実践することで、やりがい、充実感が得られます。

「事業所」にやさしい
利用者等から信頼され、介護従事者の定着や人材確保につながります。

対象サービス

- 地域密着型サービス

このステッカーが目印です

本誌「介護サービス事業所リストページ」では次のマークで掲載しています。

表彰事業所 表彰　認証事業所 認証

詳細や表彰式の様子などは
横浜市ホームページをご覧ください。

横浜市　みんなにやさしい介護　検索

平成30年度　表彰事業所一覧（地域密着型通所介護を対象に表彰）

No.	事業所名	所在地
1	リカバリータイムズ(※現 リカバリータイムズ駒岡)	鶴見区駒岡5-15-32
2	リカバリータイムズモア	鶴見区駒岡4-26-3
3	デイサービス プレゼンス弐番館	港南区丸山台3-30-3
4	リハビリデイサービス プラチナ倶楽部	港南区港南台6-2-1
5	機能回復訓練強化型マッスルデイサービス金沢文庫（※現 コナトス金沢文庫）	金沢区寺前1-5-30
6	Reha Style アン フルール	緑区鴨居町2481
7	生活維持向上倶楽部「扉」	泉区中田東3-6-42

令和元年度 表彰事業所一覧（地域密着型通所介護、(看護)小規模多機能型居宅介護を対象に表彰）

（1）地域密着型通所介護

No.	事業所名	所在地
1	リカバリータイムズ駒岡（※旧リカバリータイムズ）	鶴見区駒岡5-15-32
2	リカバリータイムズモア	鶴見区駒岡4-26-3
3	リカバリータイムズ獅子ヶ谷（※現 リカバリータイムズ師岡）	港北区師岡町824
4	デイサービス プレゼンス	港南区港南台3-22-11
5	デイサービス プレゼンス弐番館	港南区丸山台3-30-3
6	リハビリデイサービス プラチナ倶楽部	港南区港南台6-2-1
7	コナトス金沢文庫（※旧機能回復訓練強化型マッスルデイサービス金沢文庫）	金沢区寺前1-5-30
8	Reha Style アン フルール	緑区鴨居町2481
9	デイサービス れんじゅ	緑区新治町897-26
10	宗教法人 善了寺 還る家ともに	戸塚区矢部町125
11	生活維持向上倶楽部「扉」	泉区中田東3-6-42
12	生活維持向上倶楽部「匠」	泉区中田東1-3-21

（2）小規模多機能型居宅介護・看護小規模多機能型居宅介護

No.	事業所名	所在地
1	小規模多機能型プラチナ倶楽部	港南区港南台6-9-25
2	Harmony House	都筑区茅ケ崎東2-12-24
3	ウイル汲沢ステーション	戸塚区汲沢8-31-18-21
4	ウイル原宿ステーション	戸塚区原宿4-44-28
5	ウイル戸塚ステーション【※看護小規模多機能】	戸塚区戸塚町3570-1
6	小規模多機能型居宅介護事業所 オリーブ	瀬谷区三ツ境159-10

※令和2年度については、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、表彰制度を中止しています。

令和3年度 表彰事業所一覧（地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護を対象に表彰）

（1）地域密着型通所介護

No.	事業所名	所在地
1	リカバリータイムズ駒岡（※旧 リカバリータイムズ）	鶴見区駒岡5-15-32
2	リカバリータイムズ末吉	鶴見区下末吉1-31-12
3	リカバリータイムズ鶴見	鶴見区鶴見中央4-31-7
4	リカバリータイムズ師岡（※旧 リカバリータイムズ獅子ヶ谷）	港北区師岡町824
5	Reha Styl アン フルール	緑区鴨居町2481
6	生活維持向上倶楽部「扉」	泉区中田東3-6-42

（2）認知症対応型通所介護

No.	事業所名	所在地
1	瑞穂の大地デイサービスセンター	港南区日野5-4-18
2	デイサービスセンター真珠の詩	旭区下川井町360
3	横浜市川井地域ケアプラザ	旭区川井本町57-8
4	横浜市城郷小机地域ケアプラザ	港北区小机町2484-4
5	横浜市小菅ケ谷地域ケアプラザ	栄区小菅ケ谷3-32-12
6	デイサービスふるさと萩丸	泉区和泉中央南1-38-16

令和4年度 表彰事業所一覧（認知症対応型共同生活介護を対象に表彰）

No.	事業所名	所在地
1	サン・フローラ上白根	旭区上白根町163-1
2	グループホーム 水車の里	緑区新治町1101-2
3	みどりのそよかぜ	青葉区みすずが丘26-15
4	オクセン	港北区樽町2-10-26
5	グループホームひかり横浜戸塚（※現 ニチイケアセンター戸塚柏尾）	戸塚区柏尾町1331

令和5年度 表彰事業所一覧（(看護)小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、夜間対応型訪問介護を対象に表彰）

（1）小規模多機能型居宅介護・看護小規模多機能型居宅介護

No.	事業所名	所在地
1	小規模多機能型居宅介護 ぽやあ樹 松本町	神奈川区松本町4-32-8
2	パイナップル畑で	中区本郷町2-63
3	小規模多機能型居宅介護事業所 パレット	旭区善部町119-28
4	看護小規模多機能施設 のぞみ	港北区日吉本町6-66-3
5	ウイル汲沢ステーション	戸塚区汲沢8-31-18-21

（2）定期巡回・随時対応型訪問介護看護、夜間対応型訪問介護

No.	事業所名	所在地
1	横浜市福祉サービス協会 訪問介護看護にし	西区桜木町6-31 5F
2	翡翠の舞ケア24	緑区台村町337 1F
3	横浜市福祉サービス協会 訪問介護看護いずみ	泉区和泉中央南4-1-3 2F

令和6年度 表彰事業所一覧（地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護を対象に表彰）

（1）地域密着型通所介護

No.	事業所名	所在地
1	リカバリーホームズ獅子ヶ谷	鶴見区獅子ケ谷2-37-23
2	リカバリータイムズモア	鶴見区駒岡4-26-3
3	リカバリータイムズ駒岡	鶴見区駒岡5-17-28 1F
4	リカバリータイムズ鶴見	鶴見区鶴見中央4-31-7
5	デイサービス輝きライフ横浜旭	旭区善部町101-8 1F
6	リカバリーチョイス	港北区師岡町700 A312-5
7	リカバリータイムズ師岡	港北区師岡町824
8	デイサービス輝きライフ保土ヶ谷	保土ケ谷区和田2-15-19
9	生活維持向上倶楽部「扉」	泉区中田東3-6-42

（2）認知症対応型通所介護

No.	事業所名	所在地
1	オクセン	港北区樽町2-10-26

横浜市・コラム

認知症 やさしいまなざし あったかハート

■認知症とは

認知症とは、さまざまな原因により脳に変化が起こり、それまでできていたことができなくなり、生活に支障をきたした状態をいいます。脳の神経細胞への影響が原因となる「アルツハイマー型認知症」「レビー小体型認知症」「前頭側頭型認知症」、脳の血管の損傷等が原因となる「血管性認知症」など、原因疾患によりさまざまな種類の認知症があります。

■認知症の兆しについて

「年のせいかも…」と思っても、右記のような兆しがあれば、一度かかりつけ医や地域包括支援センターに相談してください。

■軽度認知障害（MCI）とは

認知症の前段階で、軽い記憶障害等はあっても基本的に日常生活は送れる状態です。発見し適切に対応すれば、特にアルツハイマー型認知症への移行を先送りにできる可能性があります。

- □同じことを何度も言う・問う・する
- □しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- □慣れた道でも迷うことがある
- □ささいなことで怒りっぽくなった
- □下着を替えず身だしなみを構わなくなった

出典：「認知症の人と家族の会」作成パンフレット
「家族が認知症ではないかと心配しているあなたへ」

各種相談窓口・医療機関

●もの忘れ検診

認知症の疑いのある人を早期に発見し、早期の診断と治療につなげることで、認知症の重症化予防を図ることを目的としています。対象者は50歳以上の市民で、認知症の診断を受けていない方です。市内の指定医療機関で実施していますので、詳しくは各区高齢・障害支援課へお問合せください。

●認知症高齢者保健福祉相談（もの忘れ相談）

区役所では、専門医・ソーシャルワーカー、保健師などが認知症に関する医療・介護などの相談に応じます。

●横浜市認知症疾患医療センター（専門医療相談） 情 -40 ページ参照

認知症疾患医療センターでは、専門医療相談窓口を設け、電話や面談による相談に対応しています。

●若年性認知症支援コーディネーター（若年性認知症に関する相談）

配置場所	所在地・電話番号・受付時間 ※年末年始・祝日を除く
横浜ほうゆう病院 地域医療連携室 若年相談窓口	【所在地】旭区金が谷644-1 TEL 045-360-8787（代表） FAX 045-360-8788 【相談時間】月曜日～金曜日　9時30分～15時30分※
横浜市立大学附属病院 認知症疾患医療センター	【所在地】金沢区福浦3-9 TEL 045-787-2852（直通） FAX 045-787-2866 【相談時間】月曜日～金曜日　9時～17時※
横浜総合保健医療センター診療所 総合相談室	【所在地】港北区鳥山町1735 TEL 045-475-0105（直通） FAX 045-475-0101 【相談時間】月曜日～金曜日　9時～17時※
横浜総合病院 若年性認知症相談窓口	【所在地】青葉区鉄町2201-5 TEL 045-903-7106（直通） FAX 045-904-5556 【相談時間】月曜日～金曜日　9時～17時※

●よこはま認知症コールセンター …… Tel.045-662-7833（なやみさよなら）

ひとりで悩まず、抱え込まず…
認知症の介護経験者等があなたの認知症に関する相談に対応します。【無料・秘密厳守】
<相談時間>火・木・金曜日10時～16時（祝日含む、年末年始除く）

●認知症の診断・治療を行う医療機関リスト

認知症に関する医療機関の情報をホームページで見ることができます。ぜひ役立ててください。

認知症の診断・治療を行う医療機関リスト　検索

よこはま ウォーキングポイント

楽しみながら健康づくりに取り組みませんか?

アプリ又は歩数計で参加。歩数に応じてポイントが貯まり、抽選で商品券等がもらえます!

参加の流れ

アプリ

下記二次元コードからアプリをダウンロードして画面の案内に従い参加登録。

iPhone　Android

歩数計

申込書に必要事項を記入し、本人確認書類のコピーを同封して郵送で申込。

〈申込書類配布場所〉
- 区役所
- 地域ケアプラザ
- スポーツセンター

参加特典

ポイントに応じて抽選でプレゼント!

歩数データやバイタルデータを確認できる

(アプリ限定)スタンプイベントやウォーキングコースに挑戦など

お問合せ

よこはまウォーキングポイント事業事務局

よこはまウォーキングポイント 検索

電話 0570-080-130 / 045-681-4655（通話料がかかります）
受付時間／午前9時半～午後5時半
●土・日・休日、年末年始はお休み

ファックス 0120-580-376（フリーダイヤル）　メール navi-ywp@ml.city.yokohama.lg.jp

横浜市健康福祉局
健康推進課

横浜市・コラム

～これからの人生を自分らしく生きるために～
オリジナルエンディングノートを配付しています

18区のエンディングノート

■エンディングノートとは？

エンディングノートはこれまでの人生を振り返り、これからの人生をどう歩んでいきたいか、自分の思いを記すノートです。自分らしい生き方を選択し、大切な人と共有するきっかけとなるように、各区でオリジナルのエンディングノートを作成し、講演会や書き方講座等が開催されています。

■どこでもらえるの？

各区の書き方講座に参加するか、各区高齢・障害支援課の窓口またはお住まいの地域包括支援センター（地域ケアプラザ等）にて説明をうけることで、無料でもらうことができます。

横浜市・コラム

障害者等用駐車区画利用証制度
(パーキング・ パーミット制度)

要介護1以上のご本人またはご家族からの申請に対して、対象者に利用証を交付します。この利用証を幅の広い車いす使用者用駐車区画を使用する際に、ルームミラー等に掲示することで、車いす使用者用駐車区画の適正利用を推進する制度です。
利用証により、車いす使用者用駐車区画に必ず駐車できることを保証するものではありません。

※利用証は
イメージです

お問合せ

健康福祉局福祉保健課
福祉のまちづくり担当
TEL.045-671-2387

横浜市 パーキング・パーミット 検索

横浜市・コラム

知ってほしい！横浜市の財政状況と財政方針「横浜市の持続的な発展に向けた財政ビジョン」

横浜市財政広報マスコット
エビちゃん

「横浜市の持続的な発展に向けた財政ビジョン」とは、現役世代の方はもちろん、子どもたちや将来の市民の皆さまに豊かな未来をつなぐための、横浜市初の中長期的な財政方針です。（令和4年6月策定）

横浜市　財政ビジョン　検索

横浜市ホームページや各区役所広報相談係、地域ケアプラザ等で閲覧できるほか、職員が市民の皆さまのところにお伺いし、財政状況等を直接ご説明をする出前説明会も実施しております。ぜひお気軽にお問合せください。

横浜市　財政　出前説明会　検索

横浜市財政局財政課

横浜市・コラム

横浜市社会福祉基金 ～ご寄附のお願い～

横浜の社会福祉の充実のために、ご寄附ください。
みなさまの温かなお気持ちをお待ちしています。

横浜市社会福祉基金は、「横浜の社会福祉の充実に役立ててほしい」という、市民の方のお気持ちによる遺贈から生まれました。

基金へいただいたご寄附は、こどもから青少年、高齢者や障害者に関すること、横浜市が行う社会福祉及び保健に関する事業など、広く社会福祉の向上に役立てていきます。

横浜市社会福祉基金のお申込み・お問合せ

横浜市健康福祉局　企画課

TEL 045-671-3662　FAX 045-664-4739

Eメール kf-fukushikikin@city.yokohama.lg.jp　ホームページ 横浜市社会福祉基金 検索

横浜市・コラム

介護サービス情報公表制度

介護サービス情報公表制度

介護サービス情報公表制度は、介護サービスの利用者が適切に事業者を選択・評価することを目的として、都道府県・指定都市が全国約21万か所の介護サービス事業所の情報をインターネット等により公表するものです。

介護サービス情報公表システムの
解説動画はこちらからご覧いただけます。

公表されている事業所情報の内容

介護保険法に基づく全種類・サービスの事業所・施設が公表されています。

公表するサービスには、介護予防サービスも含まれますが、令和5年4月現在、介護予防・日常生活支援総合事業は対象となっていません。また、年間収入が100万円以下の事業所についても公表の対象になっていません。

基本的な項目

事業所・施設を構成する客観的な事実が確認できます。

1. 事業所の名称、所在地等
2. 従業者に関するもの
3. 提供サービスの内容
4. 利用料等
5. 法人情報

事業所運営にかかる各種取組

事業所の管理運営体制や利用者への権利擁護の取組、サービスの質の確保にかかる取組などが確認できます。

1. 利用者の権利擁護の取組
2. サービスの質の確保への取組
3. 相談・苦情等への対応
4. 外部機関等との連携
5. 事業運営・管理の体制
6. 安全・衛生管理等の体制
7. その他(従業者の研修の状況等)

介護事業所・生活関連情報検索　神奈川　検索

横浜市・コラム

高齢者を狙った悪質商法に気をつけましょう!!

◆無料点検からの強引な屋根工事勧誘
◆不用品買取のはずが強引な貴金属の買取
◆トイレ詰まりで思いがけない高額請求

困ったな！どうしよう？と思ったら相談を

横浜市消費生活総合センター

消費生活相談電話

TEL.045-845-6666
FAX.045-845-7720

受付時間 平日 9:00～18:00 土・日 9:00～16:45
※祝日・休日、年末年始（12/29～1/3）を除く

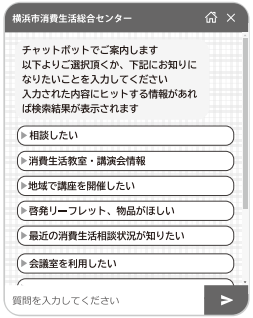
〒233-0002 横浜市港南区上大岡西1-6-1 ゆめおおおかオフィスタワー4・5階

インターネットによる情報の発信

センター公式ホームページ
横浜市消費生活総合センター 検索
https://www.yokohama-consumer.or.jp

チャットボット導入中！

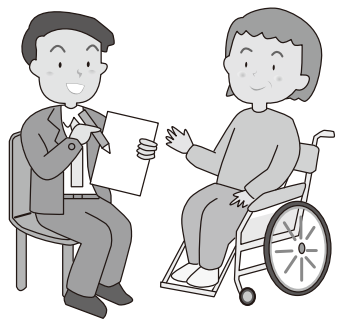
はまのタスケ



横浜市・コラム

成年後見制度って??

最近、認知症などによって自分の判断能力が不十分になった人をねらった悪質な商法が問題になっています。こうした被害に遭わないようにするため、認知症の方や知的障害のある方、精神障害のある方など判断能力が不十分な方々を対象に、本人の権利を守る援助者(「成年後見人」等)を選ぶことで、本人を法律的に支援する制度です。



成年後見制度には、「法定後見制度」と「任意後見制度」があります

●法定後見制度

現在、すでに自分の判断能力が不十分になった人に代わって、財産管理や福祉サービスの利用契約等の法律行為を、家庭裁判所によって選ばれた後見人等が行う制度です。次の３つの類型があります。

後見	多くの手続・契約などを、ひとりで決めることがむずかしい方
保佐	重要な手続・契約などを、ひとりで決めることが心配な方
補助	重要な手続・契約の中で、ひとりで決めることに心配がある方

●後見人にはだれがなれるの？

親族のほか、弁護士、司法書士、社会福祉士、行政書士、市民後見人等、家庭裁判所から選任された人・法人がなります。

●任意後見制度

将来、自分の判断能力が不十分になったときに自分に代わって財産管理をしてもらったり、福祉サービスの利用契約等の法律行為を行ってもらえるよう、あらかじめ自ら選んだ人と公正証書により契約し、依頼しておく制度です。

手続きの方法

●まずは相談を

よこはま成年後見推進センター※
区役所の相談窓口や地域包括支援センター、区社会福祉協議会あんしんセンター、弁護士、司法書士、社会福祉士、行政書士に制度利用等について相談します。

※よこはま成年後見推進センターは、市社会福祉協議会内に設置されています。

●家庭裁判所に申立て

本人または配偶者や四親等内の親族などが家庭裁判所に申立てをします。

※申立て受付の予約について
横浜家庭裁判所
TEL.045-345-8001

●必要な書類

申立書、本人と後見人候補者の戸籍謄本・住民票、本人の登記事項証明書など。

※よこはま成年後見推進センター、区役所、地域包括支援センター、区社会福祉協議会あんしんセンターには、「法定後見の申立て書類」一式が置いてあります。

お問合せ・ご相談はお近くの区役所、地域包括支援センター、社会福祉協議会、または下記へ

成年後見制度について …… よこはま成年後見推進センター **Tel.045-201-2088**
法務省民事局 **Tel.03-3580-4111**
成年後見登記について …… 東京法務局民事行政部後見登録課 **Tel.03-5213-1360**
または横浜地方法務局戸籍課 **Tel.045-641-7976**
任意後見契約について …… 日本公証人連合会 **Tel.03-3502-8050**
裁判所ホームページ …… **「後見ポータルサイト」で検索**

横浜市・コラム

大切な“わが家”の将来を考えてみませんか？

思い出のある“わが家”の将来を想像したことはありますか？ご自身が住まなくなった後、誰かが住むのか、それとも空き家となってしまうのか。空き家となった場合、その管理はどうするのか。いざという時のために、“わが家”の将来を考えておきましょう！

■住まいの終活ノートの活用

住まいの終活ノートは、“わが家”の情報や“わが家”の将来に対する意志、思いを書き込むことができる、住まいに重点を置いたエンディングノートです。右記の二次元コードから、神奈川県居住支援協議会が作成した『空き家にしない「わが家」の終活ノート』がダウンロードできます。現在お住まいの“わが家”の今後について、このノートをきっかけにご家族でお話合いください。

■専門家団体による相談窓口への相談

住まいの終活ノートを記入する中で気づいた、住まいの相続や登記、境界、成年後見などの様々な問題について、専門家団体の相談窓口を無料で利用することができます。下記の連絡先を御参照ください。

住まいの相続、成年後見等権利関係の整理、住まいをめぐる紛争の解決に関すること

神奈川県弁護士会

電　話　045-211-7719
受付時間　月～金曜日（祝日を除く）
9:30～16:30（12:00～13:00を除く）

土地・建物の相続登記、成年後見等に関すること

神奈川県司法書士会

電　話　045-641-1348
受付時間　30分／件　月～金曜日（※毎月25日～31日を除く、8月13日～16日を除く）13:00～16:00

建物の表題・変更・滅失登記、境界の調査・確認に関すること

神奈川県土地家屋調査士会

電　話　045-312-1177
予　約　月～金曜日（祝日を除く）　9:00～17:00
相談時間　30分／件　第4水曜日（祝日を除く）13:00～16:00

■空家の総合案内窓口への相談

何を相談したらよいかわからない場合は、空家の総合案内窓口をご活用ください。空家にしないための相談も受け付けています。費用は無料ですので、まずはお電話ください。専門的な相談が必要な場合は、適切な専門家団体を紹介します。

電話番号	受付時間	場所	運営
045-451-7762	10時～17時 【定休日】 土・日・祝日・年末年始	ヨコハマポートサイドビル6階 住まいるイン 横浜市神奈川区栄町8-1	横浜市住宅供給公社

お問合せ
横浜市建築局住宅政策課空家担当
電話 045-671-4121
FAX 045-641-2756

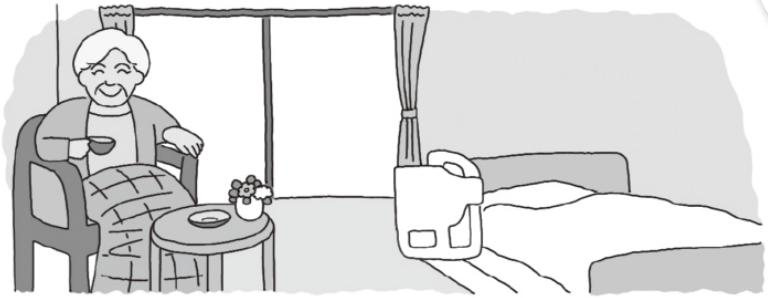
横浜市 空家対策　検索

横浜市・コラム

横浜市地域密着型サービス事業所整備促進のための民有地マッチング事業

あなたの土地・不動産を、地元の高齢者施設※1のために、
ご活用いただけませんか？

整備費補助（基準単価）3,960万円(※2) あり！



土地所有者等の方と、介護事業者の方とのマッチングをお手伝いします。
お気軽にご相談ください。

お問合せ:横浜市健康福祉局介護事業指導課　横浜市 密着型 事業所整備促進　検索

※1　認知症高齢者グループホーム、小規模多機能型居宅介護事業所、看護小規模多機能型居宅介護事業所を対象としています。
※2　補助制度は条件や注意事項がありますので、最新の、介護事業指導課発行の「建設の手引き」にて、詳細をご確認ください。

横浜市・コラム

65歳になったら「濱ともカード」を持ってお得におでかけ!!

約1,800店舗で使えます!

■ 濱ともカードとは…

濱とも協賛店でカードを提示すると、割引や優待入場などのお得な特典が受けられます。

■ カードを受け取るには…

新たに65歳を迎える人には介護保険証に同封して送付しています。65歳以上の人は区役所高齢・障害支援課で受け取れます。（要本人確認書類提示。無料）

この表紙が目印

■ 協賛店の情報は

区役所、行政サービスコーナーで配布している協賛店リスト、または濱ともホームページでご確認ください。

▶ホームページもご覧ください。

濱ともカード　検索