

やさしい  
にほんご  
日本語

# こんにちは かい ご ほ けん 介護保険です



## かい ご ほ けん 介護 保険 とは

かい ご 介護とは とし 年をとったり びょうき 病気になつたりして せいかつ ふだんの生活に  
たす 助けがいる人の ひと 世話を せわ することです。  
かい ご ほ けん かい ご ひつよう ひと たす しく  
介護保険とは 介護が 必要な人を 助ける 仕組みです。

ほん この本は かい ご ほ けん 介護保険のことが か 書いて あります

# 介護保険の対象者

日本では 川崎市に すんでいる 40歳以上の人  
介護保険に 入ります。この加入者を 「被保険者」と いいます。

がいこくじん した か ひと かい ご ほ けん はい  
**外国人も 下に 書いてある ①②の人は 介護保険に 入ります**

ざいりゅう し かく とくていかつどう ひと いち ぶ かい ご ほ けん はい  
ただし 在留資格が 「特定活動」の人の 一部は 介護保険に 入りません

すんでいる く やくしょ ほ けんねんきん か まどぐち き  
区役所の 保険年金課の 窓口に 聞いてください。

かにゅうしゃ ひほけんしゃ わ  
**加入者(被保険者)は ①と②に 分かれます**

さいいじょうひと だいこうひほけんしゃ  
**①65歳以上の人 … 「第1号被保険者」と いい**

さいさい いりょうほけん はい  
**②40歳から64歳までの 医療保険に 入ってい**

だいこうひほけんしゃ  
**… 「第2号被保険者」と いいます。**

# かいごほけん 介護保険 ひほけんしゃしょう 被保険者証

① 65歳以上の人 ..... 被保険者証は 65歳の誕生日の前の月に 送ります。  
1日が誕生日の人は 前々月に 送ります。

② 40歳から64歳までの人 ..... 介護が必要な人だけが もらいます。  
介護が必要かどうかは 「区役所の高齢・障害課の窓口」に 申し込みをして 判定されます。

# 介護保険被保険者証について

1

ひほけんしゃしょ  
被保険者証を  
もらったら じゅうしょ  
住所など  
か書いてあることの  
まちがいがないか  
かくにん  
確認してください。

2

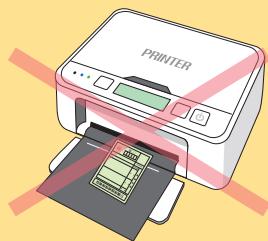
ひほけんしゃしょ  
被保険者証は  
たいせつ  
大切に  
も持っていてください。

3

じゅうしょ  
住所など  
か書いてあることが  
か変わったときは  
じゅうよっか い ない  
14日以内に  
れんらく  
連絡してください。

4

こびー  
コピーしたものは  
つか  
使えません。



5

か貸し借りは  
できません。



6

なくしたり  
よご  
汚れて つか  
使えなく  
なったときは  
いちど  
もう一度  
はっこう  
発行します。

3、6、7については区役所の保険年金課の窓口で対応します。

7

かわさき し い がい  
川崎市以外に  
ひこ  
引っ越しときや  
しほう  
死亡などで 資格が  
なくなつたときは  
すぐに 区の 窓口に  
かえ  
返してください。

あとは  
もらった後も  
きをつけよう!



# 介護保険と 医療保険の 被保険者証のちがい

## 介護保険の被保険者証

介護が 必要かを 判断するために  
申し込むときに 使います。  
また 介護サービスを 受けるときに  
使います。



## 医療保険の被保険者証（又は資格確認書）

病気や ケガなどで  
病院に行くときに 使います。



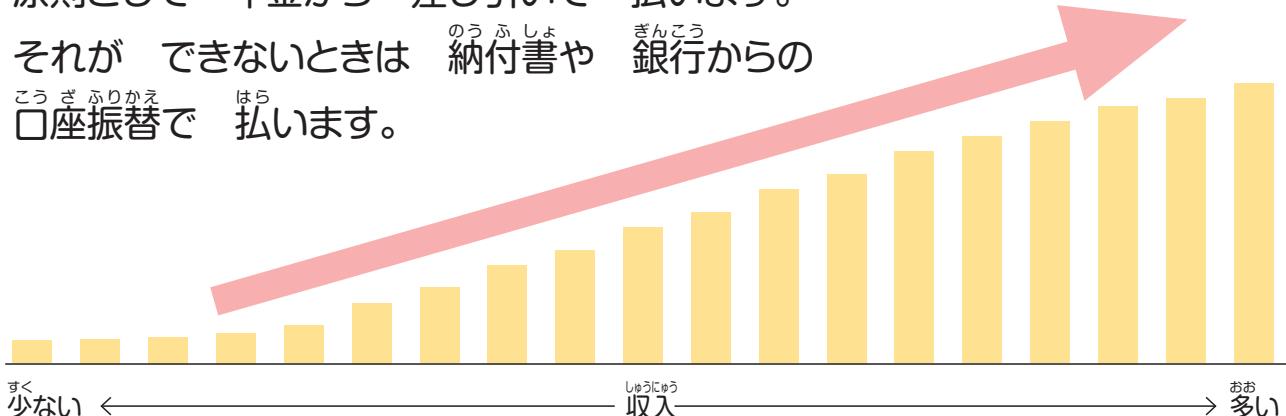
# 介護保険料について

保険料は 40歳以上の人 みんなが 払います。  
65歳以上と 40歳から64歳までの人では 払い方が ちがいます。

## ①65歳以上の人

保険料は 収入によって 決まります。  
原則として 年金から 差し引いて 払います。  
それが できないときは 納付書や 銀行からの  
口座振替で 払います。

介護保険料UP



- 災害にあつたり 病気になって 収入が少なくなったときは 支払う 保険料が 少なくなる 制度があります。 詳しくは 区役所の 保険年金課の 窓口に 聞いてください。
- 保険料の支払いが 遅れると 遅れた分のお金が 追加されたり 介護サービスを 使うときに 支払うお金が 多くなることがあります。

## ②40歳から64歳までの人は

加入している医療保険の保険料と  
いつしょに 介護保険料を 払います。



# 介護保険のサービスの使い方

介護サービスを使うには認定をもうこ申し込みます。どのくらい介護が必要かを調べて認定サービスを使うことができます。

・介護サービスの利用を考えている人  
・加齢などにより生活に支障が出てきている人  
**要介護・要支援認定が必要な人**

## 1 認定の申請

本人または家族などが区の窓口に申し込みます。



## 2 要介護・要支援認定

### ①認定調査・主治医意見書

申し込みをすると専門の担当者(認定調査員といいます)が家に来てどのくらい介護が必要かを調べます。いつも行っている病院の先生に体の様子についての意見を書いてもらいます。

### ②介護認定審査会

お医者さんや専門の担当者が調べた結果などをもとにどのくらいの介護・支援が必要かを決めます。



### ③認定結果

決まった結果によって使うことができるサービスがちがいます。認定の結果は大きく3つです。

**要介護**

**要支援**

**非該当**

※それぞれ段階があってぜんぶで8つに分かれます

「要介護」  
高い  
ひとの  
人

介護保険の  
介護サービスを  
使うことが  
できます

「要支援」  
ひとの  
人

介護予防  
サービスや  
サービス・  
活動事業  
(15ページ)を  
使うことが  
できます

「非該当」  
低い  
ひとの  
人

介護予防に取り組む人  
自立した生活が送れる人

基本チェックリストの  
実施による 対象者の判定

事業対象者

自立した生活が

送れる方(非該当)

サービス・活動事業 (15ページ)

いこい元気広場事業など (14ページ)

# 介護保険サービスの 費用

- 介護保険サービスを 使ったときは 費用の 10~30%を 自分で 払います。
- 払う割合(あなたが いくら払うか)は あなたの 収入によって 変わります。
- 要介護の人(介護が必要だと 決まった人)には 割合が書かれた 介護保険負担割合証が 届きます。
- 介護保険サービスを 使うときは 次の2つが 必要です。  
① 介護保険被保険者証  
② 介護保険負担割合証



介護保険負担割合証	
被保険者番号	_____
被保険者住所	_____
被保険者氏名	_____
被保険者生年月日	_____
○割合	開始年月日 終了年月日
□□市	
印	

# 介護保険サービスの 支給限度額

- おうちで 介護保険サービスを 使うときは 介護度の 結果によって 1か月の 支給限度額 (あなたが 介護サービスで 使うことが できるお金) が 決まっています。
- 限度額を 超えたときは 超えたお金を 自分で 払います。
- 詳しくは 区役所の 高齢障害課の 窓口の人に 聞いてください。

# 要支援の人と 要介護の人の サービス

介護保険のサービスは  
受けた人では 使える  
要介護認定を 受けた人と  
サービスが ちがいます。

## ①おうちで 使う サービス



### 訪問介護

… 介護の人が おうちに来て 生活の 手伝いをします。



### 訪問入浴介護

… 介護の人が おうちに来て お風呂の 手伝いをします。



… 介護の人が おうちに来て 病気や ケガの  
手当てをします。



… 介護の人が おうちに来て リハビリテーション (体を 動かす 練習) を します。



… お医者さんが おうちに来て  
病気を 治すための 計画を 立てます。



… あなたが 施設に行って ひとりで  
生活できるように 食事や お風呂などの 練習をします。



… あなたが 施設に行って リハビリテーション (体を 動かす 練習) を します。



### 短期入所生活介護・短期入所療養介護

… あなたが 少しの間 施設にすんで 生活の 訓練をします。



## ②道具や おうち改修の サービス

### 福祉用具貸与(レンタル)

あなたが ひとりで できることを ふやすための  
道具を 借りることができます。

- 車いす
- 介護用ベッド
- 歩行器 など



#### 払う お金

▶レンタル費用の 10%~30%です。

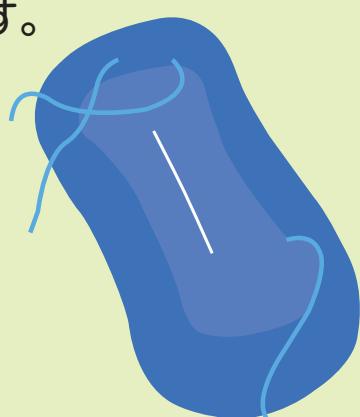
要介護  
ようかいご

要支援  
ようしえん

### 特定福祉用具購入費の支給

あなたが ひとりで できることを ふやすための  
道具を 買うお金を もらえます。

- 腰掛け便座
- 簡易浴槽
- 歩行補助つえ など



#### 払う お金

▶お金は あなたがいったん すべてを払います。

申し込むと 後から 市が あなたに 70%~90%を 払います。

▶あなたが 払うお金は 1年間で 10万円までです。

要介護  
ようかいご

要支援  
ようしえん

## じゅうたくかいしゅうひしきゅう 住宅改修費の支給

要介護  
ようかいご

要支援  
ようしえん

あなたが ひとりで できることを  
ふやすために おうちを  
こうじかね  
工事するお金も もらえます。

- 手すりの取り付け
- 段差の解消 など



### 払う お金

- ▶ お金は あなたがいったん すべてを払います。  
申し込むと 後から 市が あなたに 70%~90%を 払います。
- ▶ あなたが 払うお金は 20万円までです。

## こうつうじこ 交通事故などによる かいごほけんさーびすの 利用について (だいさんしゃこうい) 介護保険サービスの 利用について (第三者行為と いいます)



こうつうじこ  
交通事故にあって  
かいごほけんさーびすを 受けるときは 必ず  
くわくしょ こうれいしょがい か まどぐち  
区役所の 高齢障害課の 窓口に  
れんらく 連絡しなければ なりません。





### ③地域密着型 サービス

な  
すみ慣れた 地域で ひとりで 生活できるよう 支援する サービスです。  
かわさきし ひと つか  
川崎市の人人が 使えます。

**要  
介  
護**

#### 定期巡回・随時対応型 訪問介護看護

かい ご ひと ひる よる よう す み  
… 介護の人が 昼や夜に 様子を見に おうちに き 来てくれます。  
ふろ といれ てつだ  
お風呂や トイレの 手伝いをします。



**要  
介  
護**

#### 夜間対応型 訪問介護

かい ご ひと よる よう す み  
… 介護の人が 夜 様子を見に おうちに き 来てくれます。

**要  
介  
護**

#### 地域密着型 通所介護

ふろ しょくじ さー びす  
お風呂や 食事のサービスを う 受けることができます。

**要  
介  
護**

**要  
支  
援**

#### 認知症対応型通所介護

… 認知症の人が 施設に行って  
サービスを う 受けることができます。

**要  
介  
護**

**要  
支  
援**

#### 小規模多機能型居宅介護

… おもに 施設に通って サービスを う 受けます。  
ときどき 介護の人が 来てくれたり あなたが 施設に  
泊まりに行って サービスを受けます。

**要  
介  
護**

#### 看護小規模多機能型居宅介護

… 訪問看護と  
小規模多機能型居宅介護を 組み合わせた サービスです。

**要  
介  
護**

**要  
支  
援**

#### 認知症対応型 共同生活介護

… 認知症の人が  
少ない人数で いつしょに 施設に すんで お風呂や  
食事の練習をします。

要  
介  
護

地域密着型 介護老人福祉施設 入所者生活介護  
… 介護が必要な人が 29人より 少ない 施設に行って  
お風呂や 食事のサービスを 受けることができます。



## ④施設に入って 受ける サービス

どのような 介護が 必要かによって 3つのサービスがあります。  
どの施設に 入るかを 選んで 自分で 契約します。  
施設サービス費の ほかに 食費、居住費、日用品代なども 支払います。

要  
介  
護

### 介護老人福祉施設

… 介護が いつも 必要な人が 使えます。



要  
介  
護

### 介護老人保健施設

… 病院に 入院したあと 将来 おうちに 帰るために  
リハビリテーション(体を 動かす 練習)を します。

要  
介  
護

### 介護医療院

… 長い間 病気の 治療が 必要な人が 使えます。

## 特定施設入居者生活介護

介護保険を 使うことができる 施設です。

- 介護付有料老人ホーム
- ケアハウス
- 養護老人ホーム など

内容や 費用は 施設によって ちがうので 各施設に 聞いてください。



# サービス利用料の 軽減制度について

介護サービスを使うときに支払うお金が少なくなる制度があります。詳しくは区役所の高齢・障害課の窓口に相談してください。

1

高額介護  
(介護予防)  
サービス費の  
支給

2

高額医療合算介護  
(介護予防)  
サービス費の  
支給

3

特定入所者介護  
サービス費の  
支給

4

社会福祉法人  
による 利用料の  
負担軽減制度

5

認知症対応型  
共同生活介護による  
利用者負担の  
軽減制度

6

その他の  
利用料の  
負担軽減制度



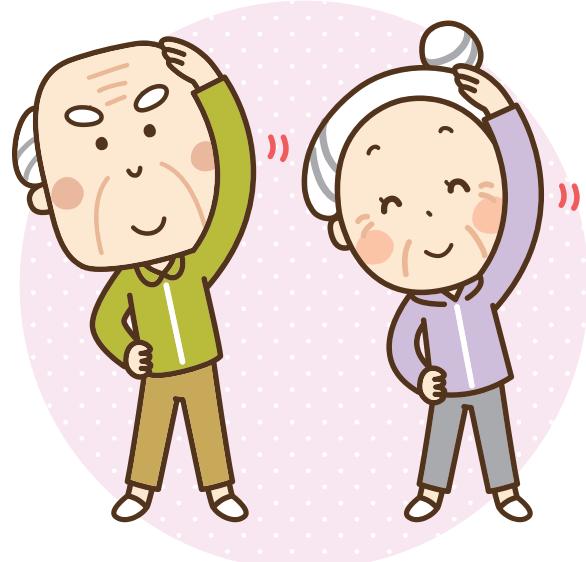
# 要支援 1,2 の人と 事業対象者・非該当の人の サービス

## ● いこい元気広場事業 ●

かわさきし 川崎市に すんでいる 65歳以上の人 は 市内すべてのいこいの家や  
ろうじんふくしセンターなどで 毎週1回 専門の人が行う 体操や 講座に  
さんか 参加できます。



さんかきかん 参加期間は  
げつかん 6か月間です



そのほか 区役所などで 健康な生活を つづけるための 講座や  
ボランティアの 育成などを 行っています。

# ● サービス・活動事業 ●

## 対象者

- 要支援の 判定を 受けた人が 使えます。
- 65歳以上の 人のうち 「事業対象者」と 判定された人が 使えます。

## サービス

### ①あんしん暮らしサポート (だいたい6か月間・無料)

あなたが おうちでの暮らしを 続けられるように 家事や外出の  
お手伝いをしながら ひとりでできることを ふやしていきます。

### ②健幸UP!! プログラム (だいたい6か月間・無料)

リハビリテーションの 担当者が おうちに来て からだの  
うごかしかたを アドバイスします。  
(マッサージや からだにさわる リハビリテーションはしません)

### ③介護予防訪問サービス (有料)

お手伝いをしてくれる人が おうちに来て  
あなたといっしょに 家事をします。



### ④介護予防通所サービス (有料)

あなたが 施設に行って 体を動かす  
トレーニングをします。

### ⑤介護予防短時間通所サービス (有料)

あなたが 施設に行って 短い時間  
体を動かす トレーニングをします。



# 地域包括支援センターとは

とし　ひと　な　ちいき　じりつ　せいかつ　けいぞく  
年をとった人が　すみ慣れた地域で　自立した生活が　継続できるように  
そうだん　まどぐち  
相談する 窓口です。

## おもな 業務内容

- 総合相談・支援権利擁護事業**  
かいごほけん  
介護保険だけではなく  
いろいろなことを  
相談できます。
- 介護予防ケアマネジメント**  
あなたが 介護サービスを きちんと  
使えるように サポートします。  
  - ケアプラン(どんな 介護サービスを 使うか  
書いてある 書類)などを 作成します。
  - 介護サービスが きちんと使っているか  
確認します。
- 包括的・継続的マネジメント支援**  
とし　ひと　な  
年をとった人が　すみ慣れ  
た地域で　生活ができる  
ように サポートします。

## 地域包括支援センター

区	名称	電話番号	FAX番号
川崎区	桜寿園	287-2558	287-2577
	恒春園	211-6313	223-1240
	大師の里	266-9130	266-9131
	しおん	222-7792	222-7796
	京町	333-7920	333-7938
	大師中央	270-5112	287-5562
	ビオラ川崎	329-1680	322-2553
	大島中島	201-8831	201-8834
幸区	藤崎	270-3215	270-5682
	幸風苑	556-4355	511-3511
	夢見ヶ崎	580-4765	742-8040
	かしまだ	540-3222	540-3220
	しゃんぐりら	520-3863	520-3861
	みんなと暮らす町	520-1905	520-1906
中原区	さいわい東	555-1411	555-1412
	すみよし	455-0980	455-0883
	こだなか	798-2332	755-5656
	ひらまの里	544-4012	544-3961
	みやうち	740-2814	740-2816
	いだ	751-6661	751-6385
	とどろき	281-3666	281-3616

区	名称	電話番号	FAX番号
高津区	わらく	799-7951	799-7952
	すえなが	861-5320	861-6194
	ひ陽だまりの園	814-5637	814-5636
	みぞのくち 溝口	820-1133	822-0500
	ひさすえ	797-6531	797-6540
	樹の丘 リ・ケア向ヶ丘	820-8401 865-6238	820-8402 865-6239
宮前区	みかど荘	777-5716	777-1193
	わしのがみね 鷺ヶ峯	978-2724	976-6470
	ふじみぶらざ 富士見プラザ	740-2883	777-3239
	れすとあかわさき レストア川崎	976-9590	976-9591
	フレンド神木	871-1180	877-2800
	みやまえだいら 宮前平	872-7144	852-3377
多摩区	ひおらみやさき ビオラ宮崎	948-5371	948-5372
	ながさわ 長沢	935-0086	935-0093
	たまがわのさと 多摩川の里	935-5531	935-3511
	たいようの園 太陽の園	959-1234	959-1233
	すげのさと 菅の里	946-5514	946-3432
	しゅくがわら よみうりランド花ハウス	930-5151 969-3116	930-5911 969-3160
麻生区	のほりと 登戸	933-7055	933-7077
	かきおあるなえん 柿生アルナ園	989-5403	988-9774
	くりぎだい 栗木台	987-6505	380-7970
	にじさと 虹の里	986-4088	986-1027
	かたひら 片平	986-4986	986-4987
	ゆりがおか 百合丘	959-6522	712-0202
	しんゆり 新百合	969-3388	969-0200
	たかいし 高石	959-6020	959-6021

※各地域包括支援センターの担当地域につきましては、お住まいの地区の区役所高齢・障害課、介護保険担当  
窓口にお問い合わせください。

# ●お問い合わせは

しがいきょくばん  
(市外局番 044)

と あ 問い合わせ ないよう 内容と す お住まい	かいご ほけんりょう 介護保険料 について かいご ほけんりょう (介護保険料)	かいご にんてい 介護認定 について かいご にんてい (介護認定)	かいご さーびす 介護サービス について かいご きゅうふ (介護給付)	かいご ほけん いかい 介護保険以外の さーびすについて こうれいしゃしえん (高齢者支援)	ふあつくすばんごう FAX番号
かわ さき く 川崎区	かわ さき し ほ けん 川崎市保険 コールセンター	201-3282	201-3282	201-3080	201-3301
さいわいく 幸区		556-6655	556-6689	556-6619	555-3192
なか はら く 中原区	200-0783	744-3179	744-3136	744-3217	744-3345
たか つ く 高津区	うけ つけ じ かん 受付時間 へい じつ 平日	861-3263	861-3269	861-3255	861-3249
みや まえ く 宮前区	8:30~17:15 だい に よん ど よう び 第二・四土曜日	856-3245	856-3238	856-3242	856-3163
たま く 多摩区	8:30~12:30	935-3185	935-3187	935-3266	935-3396
あさ お く 麻生区		965-5198	965-5146	965-5148	965-5206

かわ さき し そう ごう じ ぎょう 川崎市総合事業	さー び す かつ どう じ きょう だい ごう じ ぎょう そ う ごう じ ぎょう サービス・活動事業(第1号事業) (総合事業)について
せん よう な び だ い や る 専用ナビダイヤル	0570-040-114 平日 8:30~17:15

けん こう ふく し きょく ちゅう じゅ しゃ かい ぶ 健康福祉局長寿社会部	ほ けん りょう 保険料について	にん てい 認定について	きゅう ふ 給付について
かい ご ほ けん か 介護保険課	200-2691	200-2455	200-2687

けん こう ふく し きょく 健康福祉局	ち いき ほう かつ し えん せ ん た イ 地域包括支援センターについて	にん ち しょう けん り よう さ 認知症・権利擁護について
ち いき ほう かつ け あ すい しん じつ 地域包括ケア推進室	200-2681	200-2470

けん こう ふく し きょく ほ けん い りょう せい さく ぶ 健康福祉局保健医療政策部	げん き ひろ ば いこい元気広場について
けん こう ぞう しん か 健康増進課	200-2411

\*ここにちは介護保険です(日本語・英語・中国語・韓国語・ポルトガル語・スペイン語・フィリピン語)

「川崎市ホームページ」 <https://www.city.kawasaki.jp/350/page/0000049639.html>

\*介護保険の事業者情報は、インターネットで閲覧できます。

「介護サービス情報公表」 <https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp>

\*川崎市の生活支援等サービスの情報は、インターネットで閲覧できます。

「川崎市生活支援等サービスの情報公表」 <https://kana.rakuraku.or.jp/kawasaki>



れい わ ねん がつ はつ こ う  
令和7年7月発行

かわ さき し けん こ う ふく し きょく ちゅう じゅ しゃ かい ぶ かい ご ほ けん か  
川崎市健康福祉局長寿社会部介護保険課