

このガイドが、
あなたとご家族の安心につながりますように。

こころも、からだも、自分らしく。

Be well. Be you.

はじめての 介護保険 利用ガイド

介護保険を利用する流れについて、
はじめての方にもわかりやすくまとめました。



介護が必要かも。そう感じた時の、最初の一步。

はじめての 介護保険 利用ガイド

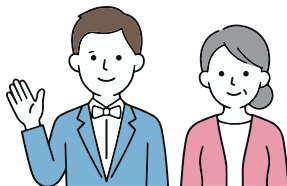
介護保険が必要になったとき、何から始めればいいのか？

介護保険は、介護が必要になった方とご家族を支えるための公的な制度です。

- ・ 最近、外出の機会が減ってきた
- ・ 家事やお風呂が大変になってきた
- ・ ひとり暮らしが心配になってきた

そんな日常の変化があるとき、必要な認定を受けることで、デイサービスや訪問介護、福祉用具などの支援を利用することができます。

必要な支援を受けることで、ご本人が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることや、ご家族の負担を軽くすることにつながります。



1 介護保険ってなに？



介護が必要になった方を社会全体で支えるための制度です。

住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けられるようにサポートします。

所得などに応じた自己負担でさまざまなサービスを利用することができます。

2 どんな時に使うの？



- ・ 歩くのが不安になった
- ・ 転びやすくなった
- ・ 自宅のお風呂が心配
- ・ 家事が難しくなった
- ・ 物忘れが増えてきた

このような変化を感じたら、
早めの相談がおすすめです。

3 どんな人が利用できる？



65歳以上で介護や支援が必要な方が利用できます。

また、40～64歳の方でも、特定の病気(特定疾病)に該当する場合は、利用できることがあります。

まずは地域包括支援センターや
ケアマネジャーへ相談しましょう。



介護保険について、わからないことがありましたら、
お気軽にご相談ください。

！ 知っておくと安心 !



介護は 一人で抱え込まない

家族だけで頑張りすぎると、
心や身体の負担が大きくなります。
周りの力を借りることも大切です。



早めの相談が 選択肢を増やす

早めに相談することで、状況に合った
サービスを選びやすくなります。

介護サービス利用までの流れ

STEP
1



まずは相談する

地域包括支援センターや市区町村の窓口へ相談します。
「介護が必要かもしれない」と思ったら、まず相談しましょう。

STEP
2



介護認定を申し込む

介護保険を利用するための申請を行います。
地域包括支援センターや地域の居宅介護支援事業所などが
手続きをサポートしてくれます。

STEP
3



認定調査を受ける

調査員がご自宅などを訪問し、日常生活の様子を確認します。
(歩行、移動、食事、入浴、認知機能など)

STEP
4



認定結果が届く

審査後、認定結果が届きます。
要支援1・2または要介護1～5の区分に応じて、
利用できるサービスの量が決まります。

要支援1・2

要介護1～5

STEP
5



サービス開始

ケアマネジャーと相談しながら、必要なサービスを選び、
利用を開始します。



要支援・要介護に該当しない方でも、介護予防が必要と判断された
場合は、「事業対象者」として、デイサービスなど一部の支援を受け
られることがあります。