令和8（2026）年度版

その人らしい
自立した質の高い生活を送るために

介護保険べんり帳

わかりやすい利用の手引き

しくみと加入者
保険料の決め方・納め方
サービス利用の手順
費用の支払い
サービスの種類と費用
介護予防事業
高齢者保健福祉サービス
介護保険Q＆A



新宿区

制度のしくみ

介護保険は、40歳以上のみなさんが加入者（被保険者）となって保険料を納め、
介護が必要になったときには、介護保険サービスを利用できる制度です。
住みなれたまちでいつまでも安心して暮らせるように、
みなさんの住む新宿区が運営しています。

65歳以上の方は

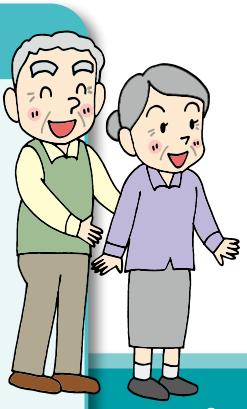
第１号被保険者

サービス利用の手順 8ページ

介護や支援が必要で「要介護・要支援認定」や「基本チェックリスト」により、該当者となった場合にサービスが利用できます。

被保険者証は

- 65歳以上の方全員に被保険者証が交付されます。
- 65歳のお誕生日までに郵送します。



40～64歳で医療保険に加入している方は

第２号被保険者

特定疾病※が原因で「要介護・要支援認定」を受けた場合に、サービスを利用できます。

※特定疾病とは、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病であり、政令で定められています。

- がん（注）
- 関節リウマチ
- 筋萎縮性側索硬化症
- 後縦靱帯骨化症
- 骨折を伴う骨粗しょう症
- 初老期における認知症
- 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
- 脊髄小脳変性症
- 脊柱管狭窄症
- 早老症
- 多系統萎縮症
- 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- 脳血管疾患
- 閉塞性動脈硬化症
- 慢性閉塞性肺疾患
- 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

(注)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。

被保険者証は

- 要介護・要支援状態と認定された方に交付されます。

介護保険料

加入者
（被保険者）

年齢で2つの被保険者に分かれます。

相談を受け支援する



外国籍の方は

住民登録をしており、3カ月を超えて在留する方（3カ月以下でも入国目的や生活実態から3カ月を超えて滞在すると認められる方を含む）が被保険者となります。

被保険者資格の特例（住所地特例）

新宿区外に所在する介護保険施設、養護老人ホーム、有料老人ホーム等に入所し、施設の所在する場所へ住所を変更した場合は、引き続き新宿区の被保険者となります。



新宿区（保険者）

主な役割

- 介護保険料の算定・徴収
- 被保険者証や負担割合証の交付
- 要介護・要支援認定
- 保険給付
- 介護保険事業計画の策定
- 事業者への指導・監督、地域密着型サービス事業所等の指定

●要介護・要支援認定の申請

の納付（第1号被保険者）

高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）

地域の高齢者の心身の健康と生活の安定のために、必要な支援を総合的に行う機関です。相談を幅広く受付け、関係機関等と協力して、高齢者一人ひとりをサポートします。

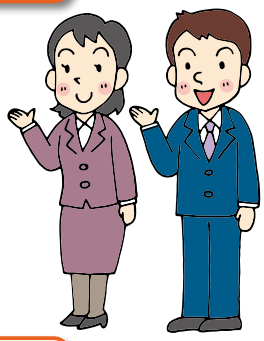
相　談

主な業務

- 高齢者や家族、地域住民からの介護や福祉に関する総合的な相談対応及び支援
- 要介護・要支援認定申請の受付
- ケアマネジャーへの支援やネットワークづくり
- 高齢者に対する虐待の防止やその他の権利擁護事業
- 介護予防ケアマネジメントの実施（ケアプランの作成等）

※区内 11 か所に設置。裏表紙の地図参照。

連 携



●費用を支払う

●費用の請求

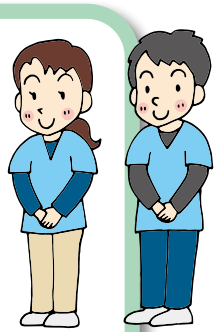
連 携

サービス提供事業者

主な役割

- 介護サービス
- 介護予防サービス
- 介護予防・生活支援サービス

［指定を受けた社会福祉法人、医療法人、営利法人、非営利組織など］



●サービスの利用（利用者負担の支払い）

●在宅や施設でのサービス提供

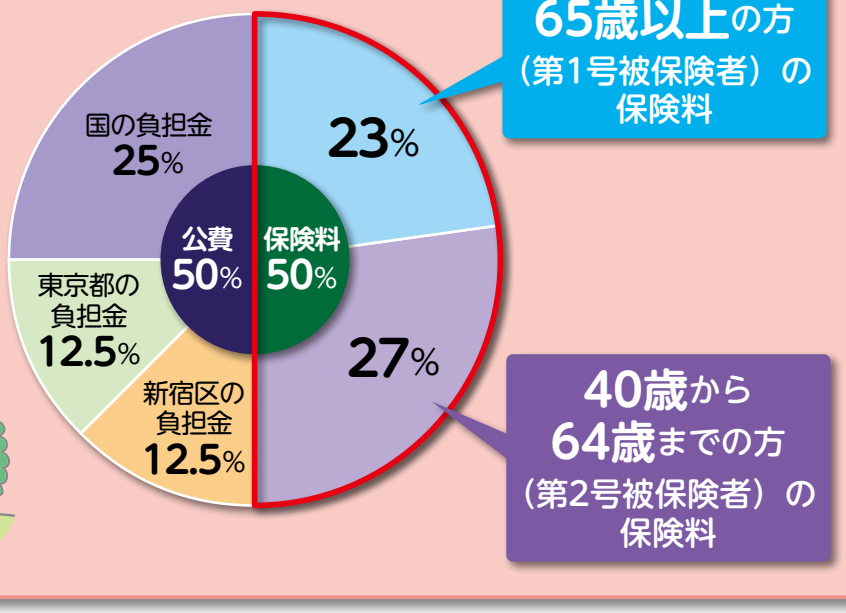
介護をみんなで支え合います

介護保険の財源

［費用負担の割合］

40歳以上のみなさんが納める介護保険料は、国や自治体の負担金などとともに、介護保険を健全に運営するための大切な財源となります。介護保険サービスの総給付費の負担割合は、右のグラフのとおりです。



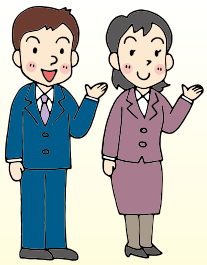




40～64歳の方の保険料

40～64歳の方（第2号被保険者）の保険料は、
加入している医療保険の算定方式により決まります。

●保険料の決め方・納め方

	決め方	納め方
国民健康保険に加入している方 	世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。	同じ世帯の第2号被保険者全員の医療分・後期高齢者支援分と介護分を合わせて、世帯主が納めます。
職場の**健康保険**に加入している方 	健康保険組合、共済組合など、加入している医療保険の算定方式に基づいて決まります。	医療分・後期高齢者支援分と介護分を合わせて、給与から差し引かれます。 ※40～64歳の被扶養者（主婦など）は個別に保険料を納める必要はありません。

問合せ先 介護保険課 資格係

65歳以上の方の保険料

65歳になると、介護保険料と健康保険料は別々に納めます。

●保険料の決め方

新宿区の介護保険サービスにかかる費用の総額（利用者負担分を除く）のうち、23%分をまかなうように65歳以上の方の保険料基準額（第5段階年額79,200円【ひと月あたり6,600円】）が決まります。その基準額をもとに所得段階別の保険料が決められます。令和8年度保険料は、第9期（令和6年度～令和8年度）介護保険事業計画に基づき決定しました。

$$\text{基準額　年額79,200円} = \frac{\text{新宿区の介護保険サービス総給付費のうち65歳以上の方の負担分（23%）}}{\text{新宿区の65歳以上の方の人数}}$$

※区市町村によって、必要な介護保険サービス量や65歳以上の方の人数は異なるため、それに伴い基準額も異なります。

●65歳以上の方の介護保険料（令和8(2026)年度）

前年中の所得等をもとに、下表の保険料段階に当てはめて年度ごとに決定します。

保険料段階	所得などの状況 ※		基準額に対する割合	保険料 年額
第1段階	生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者		基準額×0.25	19,800円
	世帯全員住民税非課税	本人が老齢福祉年金受給者		
		本人の課税年金収入金額とその他の合計所得金額を合わせて、82.65万円以下		
第2段階		本人の課税年金収入金額とその他の合計所得金額を合わせて、120万円以下	基準額×0.35	27,720円
第3段階		本人の課税年金収入金額とその他の合計所得金額を合わせて、120万円超	基準額×0.65	51,480円
第4段階	本人が住民税非課税で世帯員が住民税課税	本人の課税年金収入金額とその他の合計所得金額を合わせて、82.65万円以下	基準額×0.8	63,360円
第5段階		本人の課税年金収入金額とその他の合計所得金額を合わせて、82.65万円超	基準額	79,200円
第6段階	本人が住民税課税	本人の合計所得金額が　125万円未満	基準額×1.1	87,120円
第7段階		本人の合計所得金額が　125万円以上　250万円未満	基準額×1.2	95,040円
第8段階		本人の合計所得金額が　250万円以上　375万円未満	基準額×1.4	110,880円
第9段階		本人の合計所得金額が　375万円以上　500万円未満	基準額×1.55	122,760円
第10段階		本人の合計所得金額が　500万円以上　625万円未満	基準額×1.85	146,520円
第11段階		本人の合計所得金額が　625万円以上　750万円未満	基準額×2.1	166,320円
第12段階		本人の合計所得金額が　750万円以上1,000万円未満	基準額×2.45	194,040円
第13段階		本人の合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満	基準額×2.9	229,680円
第14段階		本人の合計所得金額が1,500万円以上2,500万円未満	基準額×3.4	269,280円
第15段階		本人の合計所得金額が2,500万円以上3,500万円未満	基準額×3.9	308,880円
第16段階		本人の合計所得金額が3,500万円以上4,500万円未満	基準額×4.4	348,480円
第17段階		本人の合計所得金額が4,500万円以上5,500万円未満	基準額×5.1	403,920円
第18段階		本人の合計所得金額が5,500万円以上	基準額×5.8	459,360円

●「老齢福祉年金」は、明治44年4月1日以前に生まれた方等を対象として支給される年金で、老齢基礎年金、老齢厚生年金とは異なります。
●「世帯状況」は、年度当初の4月1日現在の状況によります。年度途中での転入や65歳となった方は、資格取得日現在の状況によります。

「合計所得金額」とは

「合計所得金額」とは、年金、給与、不動産、配当等の収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額の合計です。（扶養控除、医療費控除、社会保険料控除、基礎控除等の所得控除をする前の金額です。土地、建物や株式の譲渡所得がある場合は、特別控除前の金額、繰越控除前の金額をいいます。「合計所得金額」と住民税の納税通知書の「総所得金額」や、扶養控除、社会保険料控除などを除いた後の「課税標準額」とは異なります。）ただし、保険料段階の判定においては、土地や建物の譲渡所得に特別控除がある場合、合計所得金額から特別控除額を控除した額を用います。

「その他の合計所得金額」とは

「その他の合計所得金額」とは、合計所得金額から年金に係る雑所得を控除した額をいいます。
なお、合計所得金額等が０円を下回った場合は、０円とみなします。

※平成30年度、令和７年度の税制改正により、介護保険料の負担水準に関して影響が生じないように、保険料段階を算定する際には、住民税の算定とは異なる計算をしています。詳しくは区ホームページ（https://www.city.shinjuku.lg.jp/fukushi/file07_02_00006.html）をご覧ください。

65歳以上の方の 保険料の納め方

保険料は、次の1 2いずれかの方法で納めます。

1 年金の給付額が年額18万円以上の方

特別徴収…年金から差し引かれます

年金の支払い月に差し引かれます 4月 6月 8月 10月 12月 2月

前年度から継続して特別徴収の方は、４・6月は原則として前年度2月の保険料と同額を納めます（仮徴収）。８・10・12・2月の保険料は、前年の所得等をもとに決定した保険料年額から仮徴収で納めた分を除いて計算します。

※特別徴収の対象となる年金は、老齢・退職年金、障害年金、遺族年金です。

●特別徴収の開始時期

- **●65歳になった**
- **●老齢・退職年金、遺族年金、障害年金の受給が始まった**
- **●他の区市町村から転入した　など**

▶ 原則、特別徴収の対象者として把握される月のおおむね6カ月後からの差し引きになります。それまでは、普通徴収（納付書又は口座振替）で納めます。

●本来、年金からの差し引きになる「特別徴収」の方でも、一時的に普通徴収で納める場合があります。

- **●年度途中で保険料が増額になった　など** ▶ 特別徴収のほかに増額分を普通徴収で納めます。
- **●年度途中で保険料が減額になった**
  ●年金が一時差し止めになった　など ▶ 特別徴収が停止となり、普通徴収による納め方に変わります。

介護保険制度では、特別徴収の対象となる方が、普通徴収（納付書や口座振替による納付）を選択することはできません。

2 特別徴収に該当しない方

普通徴収…《納付書》や《口座振替》で各自納めます

区から送付される納付書や口座振替により、個別に納めます。
介護保険料は、前年の所得等をもとに7月に決定します。保険料年額（4月分～翌年3月分）を、7月から翌年3月までの9回（9期）に分けて納めます。



			1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
保険料年額											

※納期限が7月末～翌年3月末になるので、４～6月は納付の必要はありません。
※口座振替の方も４～6月は口座振替をしません。
※納期限までに納めないと、延滞金の加算や差押え等を受ける場合があります。（P7参照）



納付書で納める手間が省け、納め忘れのない

介護保険料の口座振替をお勧めします。

❶ 通帳（口座番号等が確認できるもの）、印かん（通帳届出印）を用意します。

❷「預金口座振替（自動払込）依頼書」に必要事項を記入し、口座のある金融機関又は介護保険課に申し込みます。

※口座振替の開始は、通常、申し込み日の翌月以降になります。
※口座の残高をご確認ください。残高不足で引き落としができないケースがあります。

問合せ先 介護保険課 資格係

保険サービスの給付制限について

特別な事情がないのに保険料の滞納が続く場合、滞納期間に応じて給付が一時差し止めになったり、利用者負担割合が引き上げられたりする措置がとられます。保険料は必ずお納めください。

1年以上滞納した場合

サービス費はいったん**全額自己負担**となります。その後保険給付分（本来の利用者負担を除いた費用）を区に請求して支払いを受けます。（償還払い）

1年6カ月以上滞納した場合

サービス費はいったん**全額自己負担**となり、償還払いの申請をしても**保険給付分支払いの一部または全額が一時的に差し止め**られます。また、保険給付分から滞納している保険料を差し引かれることもあります。

2年以上滞納した場合

サービスを利用するときの**利用者負担割合が、1割又は2割の方は3割に、3割の方は4割に引き上げられます。**また、**高額介護サービス費、高額医療合算介護サービス費は支給されません。**さらに、**施設サービス利用時に居住費（滞在費）・食費の減額制度を利用できません。**

※償還払いの措置が重複して行われることもあります。

※利用者負担割合の詳細は、14ページを参照してください。

問合せ先 介護保険課 給付係

介護保険料の減免について

災害などにより、財産に著しい損害を受けたときや、事業の休廃止・失業等により、世帯の主たる生計維持者の収入が著しく減少し納付が困難になったときには、事由発生から6カ月以内に申請した場合、保険料が減免されることがあります。
詳しくは、介護保険課資格係までご相談ください。

介護保険 Q & A

Q 元気なので介護保険を利用するつもりはありません。介護保険料を支払わなければなりませんか。

A 介護保険料は、介護保険サービスを利用するしないにかかわらず、お支払いいただくことになります。介護保険は、社会全体で介護が必要な人を支えていく制度です。65歳以上の方と医療保険に加入している40～64歳の方は全員加入します。その保険料で、介護保険の費用の半分がまかなわれます。

Q 介護保険料を滞納するとどうなりますか。

A 介護保険料（普通徴収分）は、原則として7月～翌年3月の各月末が納期限となっています。納期限までに納めないでいると、納期限の翌日から納付日までの日数に応じた延滞金が加算される場合があります。また、翌月20日頃に督促状が送付されます。督促状の納期限後も未納の場合、介護保険課職員が滞納者宅に電話、文書や訪問催告することがあります。さらに相談・連絡もなく納めないでいると、差押え等の滞納処分を受ける場合があります。
なお、未納が1年以上続くと、介護保険サービスを利用する際に、給付の制限を受けます。
※経済的理由等で納付が困難な場合は、早めにご相談ください。

問合せ先 介護保険課 資格係

支援・介護が必要と感じたら

日常生活の中で支援・介護の必要を感じるようになったら、
まず高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）にご相談ください。
どのようなサービスが利用できるか、ご本人の希望や状況を伺いながら
手続きをご案内します。



区民の方

相談

高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）

ご本人のご希望や状態に合わせて、高齢者総合相談センターの職員が手続きをご案内します。

- **基本チェックリスト※**
- **要介護・要支援認定**
  申請から認定までの手順は
  10ページから

※基本チェックリスト（65歳以上の方が対象です）

**ご本人の心身の状況を把握するための25項目の質問票です。
基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方は事業対象者となり、要介護・要支援認定を受けずに介護予防・生活支援サービスを利用できます。**

- **介護予防サービス（福祉用具貸与など）の利用を希望する場合は、要介護・要支援認定が必要です。**
- **40～64歳の第2号被保険者で、介護保険のサービスの利用を希望する場合は、要介護・要支援認定が必要です。**

非該当
（自立）



介護予防・生活支援サービスは利用できませんが、介護予防教室等の一般介護予防事業を利用できます。
利用の手順は
30ページから

該当
事業対象者



介護予防
ケアプランの
作成

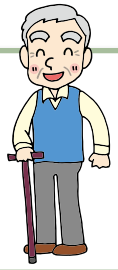
介護予防・
生活支援
サービス
を利用できます。
利用の手順は
12ページから

非該当
（自立）



介護予防
サービス
を利用できます。
利用の手順は
12ページから

要支援
要支援1・2



介護予防
ケアプランの
作成

介護
サービス
を利用できます。
利用の手順は
12ページから

要介護
要介護1～5



ケアプランの
作成

交通事故などの第三者行為により、介護が必要となった場合

交通事故等の第三者の行為により介護が必要となった場合、介護費用は加害者が負担することが原則です。
介護保険サービスを利用する場合は、届出が必要となりますので事前に介護保険課給付係にご相談ください。

要介護認定を受けるには

介護サービス・介護予防サービスを利用するときは、まず「要介護認定・要支援認定」の申請をしてください。第1号被保険者は、介護が必要になったときに申請できます。第2号被保険者は、特定疾病（2ページ参照）が原因で介護が必要になったときに申請できます。

認定の手順について

1 要介護認定・要支援認定の申請

介護が必要になったときは、本人又は家族などが高齢者支援課高齢者相談第一係・高齢者相談第二係や高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）に認定の申請をします。

申請に必要なもの

- 要介護認定・要支援認定申請書
- 介護保険被保険者証
- 加入している医療保険情報が確認できるもの
- 個人番号（マイナンバー）確認書類
- 本人確認書類（代理人申請の場合は、代理人の本人確認書類・委任状又は代理を依頼されたことがわかるもの）



2 認定調査

区職員又は区が委託した居宅介護支援事業者等が自宅等を訪問し、心身の状況などについて、本人や家族などから聞き取り調査を行います。

主治医の意見書

本人の主治医に、心身の状況についての意見書を作成してもらいます（区が依頼します）。
主治医がいない方は、区が指定した医師の診断を受けていただきます。

3 審査・判定

コンピュータに認定調査の結果及び主治医意見書を入力し、一次判定を行います。一次判定の結果と認定調査における特記事項・主治医の意見書を基に、新宿区が任命した保健・医療・福祉に関する学識経験者で構成された介護認定審査会で介護の必要性を総合的に審査し、要介護状態区分の判定を行います。



一次判定 ＋ 特記事項・主治医の意見書 ⇒ 介護認定審査会

問合せ先 介護保険課 認定第一係 認定第二係

4 認定・通知

介護認定審査会の判定に基づき、「要支援1・2」、「要介護1 ～ 5」の認定又は「非該当」の決定が行われ、結果が記載された「認定結果通知書」と「介護保険被保険者証」をお送りします。これらは、原則として申請日から30日以内に送付することになっていますが、何らかの事情で遅れる場合は、別途お知らせします。

要介護状態区分について

要介護状態区分ごとにあらわす平均的な状態例は次のとおりです。要介護・要支援認定は心身の状態を総合的に判断し判定されるものです。あくまで、めやすとしてご覧ください。

要介護状態区分	状態のめやす
要支援 1	歩行や起き上がりなどの日常生活上の基本動作については、ほぼ自分で行うことが可能であるが、薬の内服、調理や買い物などの手段的日常生活動作において何らかの支援を要する状態。
要支援 2	要支援1の状態から、手段的日常生活動作を行う能力がわずかに低下し、何らかの支援が必要となる状態。
要介護 1	日常生活上の基本動作についても、自分で行うことが困難であり、要支援2の状態から、手段的日常生活動作を行う能力が一部低下し、部分的な介護が必要となる状態。
要介護 2	要介護1の状態に加え、日常生活上の基本動作についても、部分的な介護が必要となる状態。
要介護 3	要介護2の状態と比較して、日常生活上の基本動作及び手段的日常生活動作の両方が著しく低下し、ほぼ全面的な介護が必要となる状態。
要介護 4	要介護3の状態に加え、更に動作能力が低下し、介護なしには日常生活を営むことが困難となる状態。
要介護 5	要介護4の状態より更に動作能力が低下しており、介護なしには日常生活を行うことがほぼ不可能な状態。
非 該 当	日常生活上の基本的動作を自分で行うことが可能であり、手段的日常生活動作を行う能力もあって、支援や介護を要しない状態。

- **新規認定の有効期間は原則6カ月、更新認定は原則12カ月です。心身の状態が変わったときには、有効期間中でも「状態区分変更認定申請」ができます。区分変更認定の有効期間は原則6カ月です。ただし、介護認定審査会の意見により変更する場合もあります。**
- **認定の有効期間終了以降も、引き続きサービスを受けたいときは、認定の有効期間の終了前に更新認定の申請が必要です。申請は、有効期間の満了の日の60日前から行うことができます。**

認定結果に不服があるときは

認定結果に不服がある場合は、まず、介護保険課認定第二係にご相談ください。納得できない場合は、決定があったことを知った日の翌日から起算して3カ月以内に、東京都の介護保険審査会に審査請求をすることができます。また、この審査請求に対する裁決があったことを知った日の翌日から起算して6カ月以内に処分の取消しの訴えを提起することもできます。

介護（介護予防）サービス利用の手順

事業対象者（基本チェックリストにより生活機能の低下が確認された方）

介護予防・生活支援サービスを利用したい



在宅で利用するサービス

20ページ～

❶ 地域の高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）に連絡します

- 高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）に連絡、相談します。
- 担当者が決まります。

要支援1・2の方

介護予防サービスを利用したい



在宅で利用するサービス

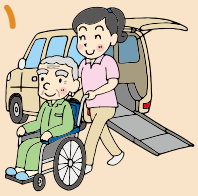
20ページ～

❶ 地域の高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）に連絡します

- 高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）に連絡、相談します。
- 担当者が決まります。

要介護1～5の方

在宅でサービスを利用したい



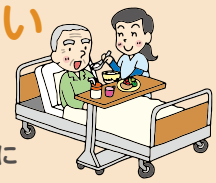
在宅で利用するサービス

20ページ～

❶ 居宅介護支援事業者に連絡します

- 相談窓口で配布している事業者ガイドブックなどから居宅介護支援事業者（ケアマネジャーを配置しているサービス事業者）を選び、連絡します。
- 担当のケアマネジャーが決まります。

介護保険施設へ入所したい



介護保険施設に入所する

27ページ～

❶ 介護保険施設に連絡します

- 入所前に見学したりサービス内容や利用料について検討した上で、施設に直接申し込みます。

区内及び区が建設助成した区外の特別養護老人ホームは、高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）に申し込みます。

ケアマネジャー（介護支援専門員）とは

介護の知識を幅広くもった専門家で、介護保険サービスを利用するときの相談や利用者の心身の状況に応じたケアプランを作成します。また、サービス事業者との調整やケアプランの評価や見直しを継続的に行います。

事業者を選ぶために…



介護保険は、利用者の選択に基づいてサービスを利用しますので、自分なりに情報を集めることも大切です。インターネットが利用できる方は**「介護サービス情報公表システム」**（https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/）のホームページや区ホームページで公開している**「新宿区医療・介護・障害・通いの場情報検索サイト（さがせーる新宿）」**（https://carepro-navi.jp/shinjuku）を参考にしてください。

❷ 介護予防ケアプランを作ります

- どのようなサービスをどのくらい利用するかについて、高齢者総合相談センターの担当者が、本人や家族の希望を考慮しながら、適切な介護予防ケアプランを本人と相談して作成します。作成費用はかかりません。

❸ 介護予防・生活支援サービスを利用します

- サービス事業者と契約します。
- 契約にあたってはサービス内容や料金などをよく確認しましょう。
- 介護予防ケアプランに沿って介護予防・生活支援サービスを利用します。

❷ 介護予防ケアプランを作ります

- どのようなサービスをどのくらい利用するかについて、高齢者総合相談センター等の担当者が、本人や家族の希望を考慮しながら、適切な介護予防ケアプランを本人と相談して作成します。作成費用はかかりません。
- 介護予防サービスと介護予防・生活支援サービスが利用できます。

❸ 介護予防サービスを利用します

- サービス事業者と契約します。
- 契約にあたってはサービス内容や料金などをよく確認しましょう。
- 介護予防ケアプランに沿って介護予防サービス及び介護予防・生活支援サービスを利用します。

❷ ケアプランを作ります

- 担当のケアマネジャーは、どのようなサービスをどのくらい利用するかについて、本人や家族の希望を考慮しながら、本人に適したケアプランを作成します。作成費用はかかりません。



❸ 在宅の介護サービスを利用します

- サービス事業者と契約します。
- 契約にあたってはサービス内容や料金などをよく確認しましょう。
- ケアプランに沿って介護サービスを利用します。



❷ 施設サービス計画を作ります

- 入所した施設のケアマネジャーが施設サービス計画を作ります。作成費用はかかりません。



❸ 施設サービスを利用します

- 施設サービス計画に沿って介護サービスを利用します。



※認定の申請後、結果が出る前にサービスを利用したい場合は巻末の介護保険Q&Aをご覧ください。

サービス事業者と契約する際の注意点

□重要事項説明書などの書類を受け取り、サービスの内容に納得しましたか？
□利用者の心身の状況をよく把握してもらっていますか？
□介護保険が使えるサービスと使えないサービスがわかるようになっていますか？
□利用料やキャンセル料、支払いについて納得しましたか？
□契約をやめるときにどうすればよいのかがわかりますか？

利用開始後も不満な点があるときやサービスに納得できないときは、事業者を変えることができます。
疑問な点は、ケアマネジャーに相談してみましょう。

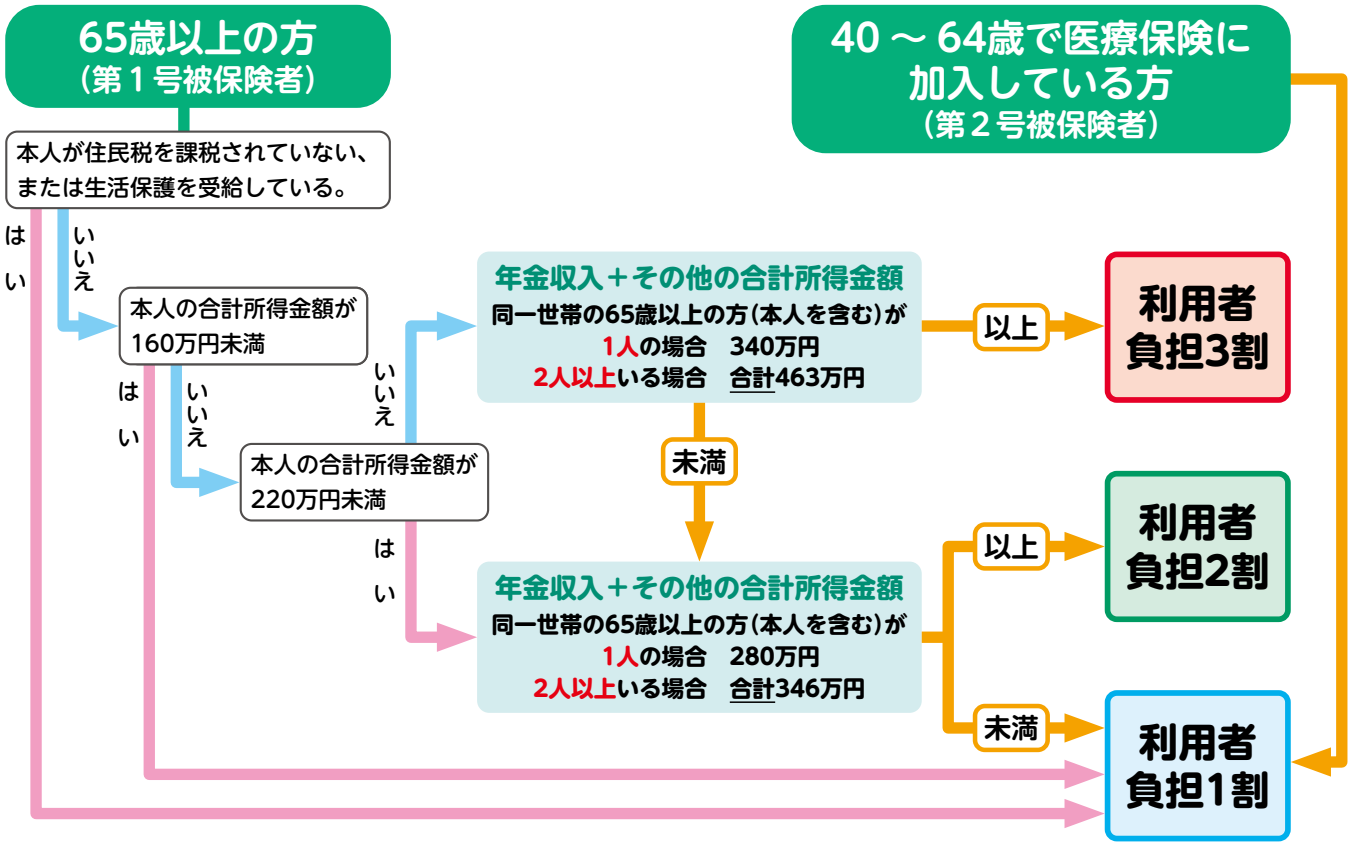


利用者負担

介護保険のサービスを利用したときには、サービス費の1割、2割又は3割を支払います。

利用者負担割合について

利用者本人と、同じ世帯にいる65歳以上の方の所得等により決まります。
要介護・要支援認定を受けている方、介護予防・生活支援サービス事業対象者には、負担割合（1割、2割又は3割）を記載した「負担割合証」を交付します。



※1カ月に利用するサービスの利用者負担には、上限額があります。上限額を超えて支払った金額は、高額介護サービス費、高額介護予防サービス事業費として払い戻されます。（P17参照）
※「合計所得金額」、「その他の合計所得金額」については、P5を参照ください。
※平成30年度の税制改正において、給与所得控除及び公的年金等の控除を10万円引き下げるとともに、基礎控除を同額引き上げることとされ、令和２年分以降の所得税及び令和３年度分以降の住民税について適用されています。
これに伴い、利用者負担割合を算定する際には、合計所得金額に給与所得または年金収入に係る雑所得を含む場合、合計から10万円を控除しています。

負担割合証について

負担割合は、前年の所得等によって毎年判定しなおし、7月に新しい負担割合証をお送りします。適用期間は8月1日から翌年7月31日までです。
新たに認定を受けた方（転入により、以前の認定を引き継いだ方を含む）、新たに基本チェックリストにより介護予防・生活支援サービス事業に該当した方、負担割合証の記載内容に変更があった方には、その都度作成し、お送りします。
介護保険のサービスを利用する際は、ケアマネジャー及びサービス事業者に被保険者証、負担割合証の両方を必ずご提示ください。

問合せ先　介護保険課 資格係・地域包括ケア推進課 介護予防係

在宅でサービスを利用した場合

サービス費の1割～3割を支払います。

要介護度ごとに1カ月に利用できる金額の上限（限度額）が設けられています（下表）。限度額を超えてサービスを利用した分は全額自己負担になります。

［サービスの支給限度額（1カ月）］

要介護等状態区分	支給限度額（1カ月）	利用者負担（1割）の場合	利用者負担（2割）の場合	利用者負担（3割）の場合
事業対象者[注1]	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援1	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援2	105,310円	10,531円	21,062円	31,593円
要介護1	167,650円	16,765円	33,530円	50,295円
要介護2	197,050円	19,705円	39,410円	59,115円
要介護3	270,480円	27,048円	54,096円	81,144円
要介護4	309,380円	30,938円	61,876円	92,814円
要介護5	362,170円	36,217円	72,434円	108,651円

※実際の支給限度額は、金額ではなく単位で決められており、利用するサービスの種類や場所によって1単位当たりの報酬額は異なります。
※表は、利用できる金額のめやすとして、1単位当たり10円で計算しています。
注1　介護予防・生活支援サービス事業対象者（P9参照）と判定された方の1カ月に利用できる金額の上限は、原則要支援1の支給限度額です。ただし、利用者の状態により、区が必要と認める場合には、要支援2の限度額まで利用可能です。
★要支援1、2の方で介護予防・生活支援サービスを利用する方は、その利用金額も含めます。

●上記の限度額に含まれないサービス

- 特定福祉用具購入〔特定介護予防福祉用具購入〕
- 住宅改修〔介護予防住宅改修〕
- 居宅療養管理指導〔介護予防居宅療養管理指導〕
- 特定施設入居者生活介護〔介護予防特定施設入居者生活介護〕
- 認知症対応型共同生活介護

等

●施設に入所して利用するサービスは、上記の限度額に含まれません。

施設サービスを利用した場合

サービス費の1割～3割の利用者負担（P27参照）に加え、居住費（滞在費）・食費・日常生活費を支払います（短期入所サービスの費用も同様です）。

施設サービス費の利用者負担（P27参照） ＋ **居住費（滞在費）、食費、日常生活費（理美容代など）の自己負担**

［1カ月の居住費（滞在費）・食費の基準費用額（30日で計算）］

施設の種類	居住費（滞在費）				食　費
	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
介護老人福祉施設	61,980円	51,840円	36,930円	27,450円	43,350円
介護老人保健施設 介護医療院	61,980円	51,840円	51,840円	13,110円 20,910円[注1]	43,350円

※居住費（滞在費）・食費等は個々の施設により異なります。表の金額は、全国平均値をもとにしたものです。
※基準費用額は、令和8年8月から改定予定です。改定後の基準費用額は、8月以降に区ホームページをご確認ください。
注1　「その他型」もしくは「療養型」の介護老人保健施設または「Ⅱ型」の介護医療院の多床室の入所者が対象です。

負担の軽減等

利用者負担が高額になったときや、所得の低い方には負担を軽減するしくみがあります。

非課税世帯の方に対する居住費（滞在費）と食費の負担の減額

住民税非課税世帯（別世帯の配偶者を含む）で、下表の要件に該当する方を対象に、P27の施設サービスやP24の短期入所サービス利用時の居住費（滞在費）・食費の負担額を軽減します。

◎適用を受けるには、区への申請が必要です。対象となる方には、「負担限度額認定証」を交付します。
◎自己負担限度額は、令和８年８月から改定予定です。改定後の自己負担限度額は、８月以降に区ホームページをご確認ください。

［施設サービス及び短期入所サービスの１カ月の居住費（滞在費）・食費の自己負担限度額（30日で計算）］

令和8年7月まで

区分	所得要件	資産要件（預貯金等）	居住費（滞在費）				食　費
			ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
第１段階	生活保護受給者		26,400円	16,500円	11,400円 (16,500円)	0円	9,000円
	世帯全員が住民税非課税で、本人が老齢福祉年金受給者	（単身） 1,000万円以下 （夫婦） 2,000万円以下					
第２段階	世帯全員が住民税非課税で、本人の前年の課税年金収入金額と非課税年金収入金額とその他の合計所得金額（P5（注）参照）の合計が80.9万円※以下の方	（単身） 650万円以下 （夫婦） 1,650万円以下	26,400円	16,500円	14,400円 (16,500円)	12,900円	11,700円 [18,000円]
第３段階①	世帯全員が住民税非課税で、本人の前年の課税年金収入金額と非課税年金収入金額とその他の合計所得金額（P5（注）参照）の合計が80.9万円※超120万円以下の方	（単身） 550万円以下 （夫婦） 1,550万円以下	41,100円	41,100円	26,400円 (41,100円)	12,900円	19,500円 [30,000円]
第３段階②	世帯全員が住民税非課税で、本人の前年の課税年金収入金額と非課税年金収入金額とその他の合計所得金額（P5（注）参照）の合計が120万円超の方	（単身） 500万円以下 （夫婦） 1,500万円以下	41,100円	41,100円	26,400円 (41,100円)	12,900円	40,800円 [39,000円]

●（　）内の金額は、介護老人保健施設、介護医療院及び短期入所療養介護の場合です。
●［　］内の金額は、短期入所サービス（短期入所生活介護及び短期入所療養介護）の場合です。
●地域密着型介護老人福祉施設も対象になります。
●「非課税年金」とは、遺族年金、障害年金をいい、寡婦年金、かん夫年金、母子年金、準母子年金及び遺児年金も含みます。
●第２号被保険者の資産要件は、各段階とも単身1,000万円以下、夫婦2,000万円以下です。
※令和８年８月から82.65万円に改定予定です。

問合せ先　介護保険課 給付係

住民税課税世帯に対する特例減額

高齢夫婦等の住民税課税世帯で、一方又は双方が介護保険施設に入所して、居住費・食費を負担した場合に、生計困難にならないように特例減額制度があります。
申請し承認されると、居住費又は食費もしくはその両方について、左記の自己負担限度額の第３段階②が適用されます。

利用者負担が高額になったとき

１カ月間に利用した介護保険サービスの世帯の利用者負担の合計が高額になった場合に、上限額を超えた金額を、高額介護（介護予防）サービス費として支給します。また、介護保険サービスの世帯の利用者負担額に介護予防・生活支援サービス事業の世帯の利用者負担額を加えた金額が、上限額を超えた場合は、高額介護予防サービス事業費として支給します。該当する方には区から申請書をお送りしますので、申請してください。



［利用者負担の上限額（月額）］

区　分	所得区分		負担の上限額（★）
第1段階	生活保護受給者　等		15,000円 （個人・世帯）
第2段階	世帯全員が 住民税非課税	・老齢福祉年金受給者 ・本人の前年の課税年金収入金額とその他の合計所得金額の合計が80.9万円※1以下の方	15,000円 （個人） 24,600円 （世帯）
第3段階		・本人の前年の課税年金収入金額とその他の合計所得金額の合計が80.9万円※1を超える方	24,600円 （世帯）
第4段階（Ⅰ）	住民税課税世帯	課税所得380万円未満※2	44,400円 （世帯）
第4段階（Ⅱ）		課税所得380万円以上690万円未満※2	93,000円 （世帯）
第4段階（Ⅲ）		課税所得690万円以上※2	140,100円 （世帯）

（★）表中の（世帯）とは、住民基本台帳上の世帯員で、介護サービスを利用した方全員の負担額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本人の負担額の上限額を指します。

※1　令和８年８月から82.65万円に改定予定です。
※2　本人又は同一世帯の65歳以上の方のうち、一番高い方の課税所得額

支給対象外
- 「福祉用具購入費・住宅改修費」
- 「介護保険サービス以外の自己負担額」
- 「要介護等状態区分の支給限度額を超えた額」
- 「施設サービス等での居住費（滞在費）・食費」

通所系サービスの食事費用の減額

区に減額制度の実施の申し出を行っている区内の事業所の通所系サービス（通所介護、通所リハビリ、通所介護相当サービス等）の食事費用に対して、住民税非課税世帯の方には、減額制度があります。区への申請が必要です。

利用者負担額の減免

災害などの特別な事情により、介護保険サービス費の利用者負担を支払うことが困難なときは、申請し承認されると減免になります。

介護保険サービスの利用者負担額の軽減

世帯全員が住民税非課税で以下の条件を全て満たす方又は生活保護受給者は、申請し承認されると、一定のサービス（介護予防・生活支援サービス含む）の利用者負担額・居住費（滞在費）・食費のそれぞれ4分の1〔生活保護受給者は個室居住費（滞在費）の全額〕が軽減されます。ただし、利用しているサービス事業者が東京都と新宿区に申し出を行っている場合のみ対象になります。

- ●年間収入が単身世帯で150万円（世帯員が1人増えるごとに50万円を加算した額）以下
- ●預貯金などの額が単身世帯で350万円（世帯員が1人増えるごとに100万円を加算した額）以下
- ●自宅以外に土地・家屋等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いないこと
- ●介護保険料を滞納していないこと

介護保険と医療保険の支払いが高額になったとき

医療保険・介護保険の両方を利用する世帯の負担が重くならないよう、８月～翌年７月の医療保険と介護保険の利用者負担額（年額）の合計が高額になった場合に、所得等に応じて定められた基準額を超えた金額を高額医療合算介護サービス費として支給します。
また、医療保険、介護保険、介護予防・生活支援サービス事業を利用する世帯にも、利用者負担額（年額）の合計が基準額を超えた場合は、高額介護予防医療合算サービス事業費として支給します。
支給に該当すると思われる方には、2月以降に申請書をお送りしますので、申請してください。

資金の貸付について

● 住宅改修費・福祉用具購入費の貸付

住宅改修費・福祉用具購入費については、原則として本人が費用をいったん全額支払うこととされていますが、全額の支払いが困難な場合などに、貸付制度を利用すると、はじめから利用者負担のみの支払いでサービスを受けることが可能です。
なお、はじめから利用者負担のみの支払いでサービスを受けることが可能な、受領委任払い方式による保険給付の申請方法があります。
受領委任払い方式は、登録された事業者のみご利用できます。詳しくは、P28とP29をご覧ください。

● 高額介護サービス費の貸付

高額介護サービス費が支給されるまでの間、高額介護サービス費に相当する資金の貸付を行います。

問合せ先 介護保険課 給付係

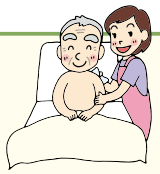
介護保険のサービスの種類

介護保険のサービスには、在宅で利用するサービスや施設に入所するサービス、その他いろいろな種類のサービスがあります。以降のページで各サービスを紹介します。

★がついている介護サービスは、地域密着型サービス（原則、新宿区民のみ使えるサービス）です。

訪問のサービス

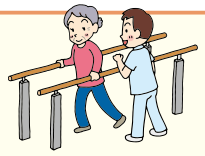
- 訪問介護
- 訪問介護相当サービス
- 生活援助サービス
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護★
- 夜間対応型訪問介護★
- 訪問入浴介護
- 訪問看護
- 訪問リハビリテーション
- 居宅療養管理指導



20ページ~21ページ

通所のサービス

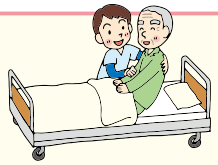
- 通所介護
- 地域密着型通所介護★
- 通所介護相当サービス
- ミニデイサービス
- 通所型住民主体サービス・活動
- 通所型短期集中サービス
- 認知症対応型通所介護★
- 通所リハビリテーション



22ページ~23ページ

短期間施設に入所して利用するサービス

- 短期入所生活介護
- 短期入所療養介護



24ページ

通所を中心とした複合的なサービス

- 小規模多機能型居宅介護★
- 看護小規模多機能型居宅介護★



25ページ

住まいを移して利用するサービス

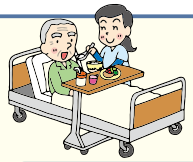
- 特定施設入居者生活介護
- 認知症対応型共同生活介護★



26ページ

介護保険施設に入所する

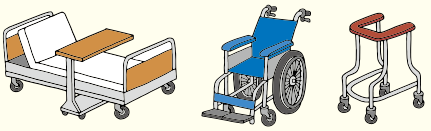
- 介護老人福祉施設
- 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護★
- 介護老人保健施設
- 介護医療院



27ページ

生活環境を改善するためのサービス

- 福祉用具貸与
- 特定福祉用具購入
- 住宅改修



28ページ~29ページ

以降のページのマークや利用者負担のめやす等の説明について

- 要介護1~5：要介護1~5の方が利用できるサービス。
- 要支援1・2：要支援1・2の方が利用できるサービス。
- 事業対象者：高齢者総合相談センターが行う基本チェックリストにより、支援が必要と判定された方が利用できるサービス。
- 地域密着型：原則として事業所のある市区町村の住民だけが利用できるサービス。

- 利用者負担のめやすについては、新宿区内に所在する事業所がサービス提供をしている場合の計算例を載せています。
- 実際にかかる費用は、サービス事業所の所在地や体制、利用するサービスの内容によって異なります。
- 利用者負担のめやすは負担割合が1割の場合を記載しています。負担割合が2割の場合は2倍に、3割の場合は3倍にしてめやすとしてください。
- なお、今後の動向により、表中の金額が変更される場合があります。

問合せ先 介護保険課 給付係

訪問のサービス

日常生活の手助けをしてもらう

要介護1～5 訪問介護［ホームヘルプサービス］

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を利用できます。

〈身体介護中心〉
- 食事、入浴、排せつのお世話
- 衣類の交換 など

〈生活援助中心〉
- 住居の掃除、洗濯、買い物
- 食事の準備、調理　など



●利用者負担（1割の場合）のめやす〈1回あたり〉

身体介護中心	20分未満(注)	186円
	20分～30分未満	279円
	30分～60分未満	442円
生活援助中心	20分～45分未満	204円
	45分以上	251円

(注)利用には一定の要件があります。
早朝・夜間・深夜などの加算があります。

要支援1・2 事業対象者 訪問介護相当サービス

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護（食事、入浴等の生活動作の介助）や生活援助（掃除、洗濯、調理、生活必需品の買い物等の支援）を利用できます。

●利用者負担（1割の場合）のめやす

1回	328円

要支援1・2 事業対象者 生活援助サービス

生活援助員（※）等に自宅を訪問してもらい、生活援助（掃除、洗濯、調理、生活必需品の買い物等の支援）を利用できます。

※区の研修を修了した者

●利用者負担（1割の場合）のめやす

1回	163円



本人以外のためにすることや、日常生活上の家事の範囲を超える以下のことなどは、サービスの対象外です。

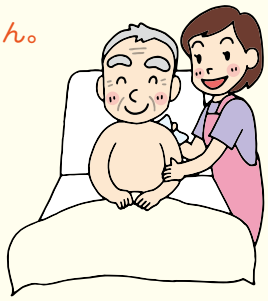
- 本人が使う部屋以外の掃除
- 本人以外の人に係わる洗濯・調理
- 来客の応接
- ペットの世話
- 草むしり
- 模様替え
- 預金の引き出し、預け入れ
- 家具の移動や修繕
- 留守番 など

24時間対応の訪問介護・訪問看護サービスを利用する

要介護1～5 地域密着型 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて、定期巡回や緊急時など必要に応じて随時訪問をしてもらいます。介護と看護が連携を図り、入浴、排せつの介護や療養上の世話や診療の補助などのサービスを利用できます。

※要支援の方は利用できません。
※原則として区民だけが利用できるサービスです。



●利用者負担（1割の場合）のめやす〈1カ月あたり〉
【連携型事業所の場合】（訪問看護を利用しない場合）

要介護1	6,209円
要介護2	11,081円
要介護3	18,400円
要介護4	23,276円
要介護5	28,149円

※訪問看護も利用する場合は上記金額の他に訪問看護費として3,376円（1カ月あたり）かかります。

訪問のサービス

夜間に訪問介護を受ける

夜間対応型訪問介護

要介護1〜5　地域密着型

夜間においても安心して在宅生活が送れるよう、定期巡回や通報システムを合わせた夜間専用の訪問介護を利用できます。

※要支援の方は利用できません。
※原則として区民だけが利用できるサービスです。

●利用者負担（1割の場合）のめやす

基本サービス	1カ月	1,128円
定期巡回サービス	1回	424円
随時訪問サービスⅠ	1回	647円
随時訪問サービスⅡ	1回	871円

※基本サービスはオペレーションセンターへ通報できるサービスです。
※随時訪問サービス費Ⅱは一人の利用者に対して二人の訪問介護員が訪問するサービスです。

自宅で入浴する

訪問入浴介護（介護予防訪問入浴介護）

要介護1〜5　要支援1・2



入浴設備や簡易浴槽を積んだ移動入浴車などで自宅に訪問してもらい、入浴の介助を受けます。

●利用者負担（1割の場合）のめやす〈1回あたり〉

要支援1・2	976円
要介護1〜5	1,444円

看護師などに訪問してもらう

訪問看護（介護予防訪問看護）

要介護1〜5　要支援1・2

訪問看護ステーションなどの看護師などに自宅に訪問してもらい、主治医の指示のもと、病状を観察したり床ずれの手当などをしてもらいます。

●利用者負担（1割の場合）のめやす〈1回あたり〉

		要介護	要支援
病院・診療所から	20分〜30分未満	455円	436円
	30分〜1時間未満	655円	631円
訪問看護ステーションから	20分〜30分未満	537円	515円
	30分〜1時間未満	939円	906円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

自宅でリハビリする

訪問リハビリテーション（介護予防訪問リハビリテーション）

要介護1〜5　要支援1・2

リハビリの専門職に訪問してもらい、自宅でリハビリを行います。

●利用者負担（1割の場合）のめやす

1回	342円



お医者さんなどによる療養上の管理や指導

居宅療養管理指導（介護予防居宅療養管理指導）

要介護1〜5　要支援1・2

医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士などに訪問してもらい、療養上の管理・指導を受けられます。

●利用者負担（1割の場合）のめやす〈1回あたり〉
【同日、同じ建物にサービスを受ける人がほかにいない場合】

医師の場合（月2回まで）	515円
医療機関の薬剤師の場合（月2回まで）	566円
薬局の薬剤師の場合（月4回まで）	518円
歯科衛生士等の場合（月4回まで）	362円

通所のサービス

施設に通って食事や入浴などのサービスを利用する

要介護1〜5 通所介護［デイサービス］

デイサービスセンターなどで、食事・入浴などの介護や機能訓練、レクリエーションなどを日帰りで利用できます。

●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1回あたり〉**
【通常規模の施設/7〜8時間未満の利用の場合】

要介護1	718円
要介護2	847円
要介護3	981円
要介護4	1,115円
要介護5	1,252円

※食費、日常生活費は別途負担となります。



基本のサービスに加えて
- 個々の状態に応じた機能訓練（個別機能訓練）
- 食事に関する指導など（栄養改善）
- 口内の手入れ方法や、咀嚼（そしゃく）・飲み込みの訓練法の指導など（口腔機能向上）

などのメニューを利用できる事業所もあります。
※別に費用が加算されます。

要介護1〜5 地域密着型 地域密着型 通所介護［小規模デイサービス］

定員18人以下の小規模なデイサービスです。
※原則として区民だけが利用できるサービスです。

●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1回あたり〉**
【7〜8時間未満の利用の場合】

要介護1	821円
要介護2	971円
要介護3	1,125円
要介護4	1,278円
要介護5	1,430円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

基本のサービスに加えて
- 個々の状態に応じた機能訓練（個別機能訓練）
- 食事に関する指導など（栄養改善）
- 口内の手入れ方法や、咀嚼（そしゃく）・飲み込みの訓練法の指導など（口腔機能向上）

などのメニューを利用できる事業所もあります。
※別に費用が加算されます。



要支援1・2 事業対象者 通所介護相当サービス

デイサービスセンターなどで、食事・入浴などのサービスや、機能訓練やレクリエーションなどを日帰りで利用できます。

基本のサービスに加えて
- 筋力トレーニングなど（運動器機能向上）
- 食事に関する指導など（栄養改善）
- 口内の手入れ方法や、咀嚼（そしゃく）・飲み込みの訓練法の指導など（口腔機能向上）

などのメニューを利用できる事業所もあります。

●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1回あたり〉**

週1回程度の利用	476円
週2回程度の利用	488円

※要支援2の場合は、週1回程度の利用でも1回あたり488円です。
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。
・栄養改善……218円／月
・口腔機能向上……164 ～ 175円／月 など

要支援1・2 事業対象者 ミニデイサービス

介護保険施設などで、生活機能の維持向上のための体操やレクリエーションなどを利用できます。

※送迎はありません。

●**利用者負担（1割の場合）のめやす**

1回	208円

要支援1・2 事業対象者 通所型住民主体サービス・活動

住民を中心とした団体等が、会食や体操、レクリエーション等を実施します。
内容や利用料はサービス・活動の実施団体によって異なります。

要支援1・2 事業対象者 通所型短期集中サービス

デイサービスセンターなどで、生活機能の維持向上のため、専門職による集中的なリハビリ（原則として3か月間）を利用できます。

通所のサービス

認知症の方が施設に通って利用するサービス

要介護1〜5　要支援1・2　地域密着型

認知症対応型通所介護（介護予防認知症対応型通所介護）
［認知症デイサービス］

認知症の方が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで利用できます。
認知症の方を対象とした専門的なケアを提供するデイサービスです。

※原則として区民だけが利用できるサービスです。



●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1回あたり〉**
【併設型/7〜8時間未満利用した場合】

要介護1	993円
要介護2	1,098円
要介護3	1,206円
要介護4	1,314円
要介護5	1,419円

要支援1	858円
要支援2	959円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

施設に通ってリハビリをする

要介護1〜5

通所リハビリテーション
［デイケア］

介護老人保健施設や介護医療院・病院・診療所で、リハビリの専門職による機能訓練などを日帰りで利用できます。

●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1回あたり〉**
【通常規模の施設/7〜8時間未満の利用の場合】

要介護1	846円
要介護2	1,003円
要介護3	1,161円
要介護4	1,349円
要介護5	1,531円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

基本のサービスに加えて
- 食事に関する指導など（栄養改善）
- 口内の手入れ方法や、咀嚼（そしゃく）・飲み込みの訓練法の指導など（口腔機能向上）

などのメニューを利用できる事業所もあります。
※別に費用が加算されます

要支援1・2

介護予防 通所リハビリテーション［デイケア］

介護老人保健施設や介護医療院・病院・診療所で、リハビリの専門職により介護予防を目的とした生活機能の維持向上のための機能訓練などを日帰りで利用できます。

●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1カ月あたり〉**

要支援1	2,518円
要支援2	4,693円

※食費、日常生活費は別途負担となります。

基本のサービスに加えて
- 筋力トレーニングなどの機能訓練（運動器機能向上）
- 食事に関する指導など（栄養改善）
- 口内の手入れ方法や、咀嚼（そしゃく）・飲み込みの訓練法の指導など（口腔機能向上）

などのメニューを利用できる事業所もあります。
※別に費用が加算されます

リハビリの専門職とは？

リハビリの専門職とは**「理学療法士」**や**「作業療法士」「言語聴覚士」**のことです。
具体的には下記のようなリハビリを行います。

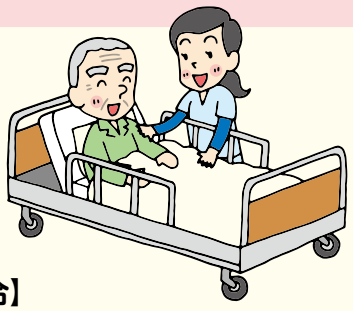
理学療法士：日常生活に必要な基本動作を行う機能を維持・回復するために、運動療法や温熱を使った物理療法などを行います。
作業療法士：日常活動の仕事や遊びなどの動作を通じて心身の機能の回復を図ります。
言語聴覚士：音声・言語・聴覚に障害のある方に訓練や検査などを行います。



短期間施設に入所して利用するサービス

※短期入所サービスについては、限度額の範囲内であっても、連続して利用できるのは30日間までとなっています。

自宅で介護を受けている人が一時的に入所する



要介護1〜5 要支援1・2

短期入所生活介護（介護予防短期入所生活介護）
［ショートステイ］

介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事・入浴など日常生活上の介護を受けます。

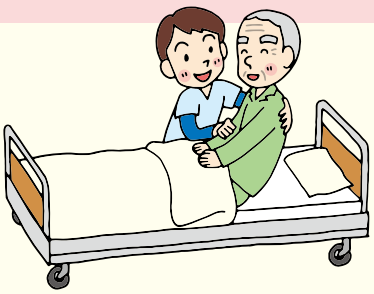
●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1日あたり〉【併設型の施設の場合】**

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要介護1	782円	670円	670円
要介護2	857円	746円	746円
要介護3	941円	827円	827円
要介護4	1,019円	905円	905円
要介護5	1,096円	982円	982円

要支援度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要支援1	588円	501円	501円
要支援2	729円	623円	623円

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。
※滞在費、食費、日常生活費は別途負担となります。

医療上の支援が必要な人が一時的に入所する



要介護1〜5 要支援1・2

短期入所療養介護（介護予防短期入所療養介護）
［療養型のショートステイ］

介護老人保健施設などに短期間入所して、看護、医学的な管理のもとでの介護、機能訓練などを受けます。

●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1日あたり〉【介護老人保健施設の場合】**

要介護度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要介護1	912円	821円	905円
要介護2	963円	873円	960円
要介護3	1,034円	942円	1,029円
要介護4	1,094円	1,001円	1,087円
要介護5	1,151円	1,059円	1,147円

要支援度	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室
要支援1	681円	632円	669円
要支援2	860円	792円	844円

※費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。
※滞在費、食費、日常生活費は別途負担となります。

部屋のタイプについて

- ユニット型個室とは、ユニットケア（10人程度を１つの単位とする介護方法）を行っている施設の個室。
- ユニット型個室的多床室とは、ユニットケアを実施している施設の、プライバシーを確保できるよう従来の部屋を個室に改修した居室。
- 従来型個室とは、従来型のケア（ユニットケアでない介護方法）を行っている施設の個室。
- 多床室とは、定員2人以上の居室。ユニット型の施設にはありません。

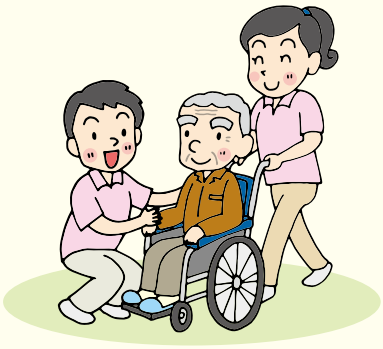
通所を中心とした複合的なサービス

通い・訪問・宿泊を組み合わせたサービスを利用する

要介護1～5　要支援1・2　地域密着型

小規模多機能型居宅介護（介護予防小規模多機能型居宅介護）

小規模な施設への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、
施設に「泊まる」サービスを組み合わせたサービスです。
同じ事業所から一体的に各種サービスを受けます。



●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1カ月あたり〉**
【事業所と同一建物に居住していない利用者の場合】

要介護1	11,609円
要介護2	17,061円
要介護3	24,819円
要介護4	27,392円
要介護5	30,202円

要支援1	3,830円
要支援2	7,739円

※食費、宿泊費などに関しては、別途費用がかかります。
※原則として区民だけが利用できるサービスです。

通い・訪問・宿泊に看護を組み合わせたサービスを利用する

要介護1～5　地域密着型

看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護の「通い」、「訪問」、「宿泊」のサービスと
「訪問看護」を組み合わせたサービスです。
同じ事業所から一体的に各種サービスを受けます。

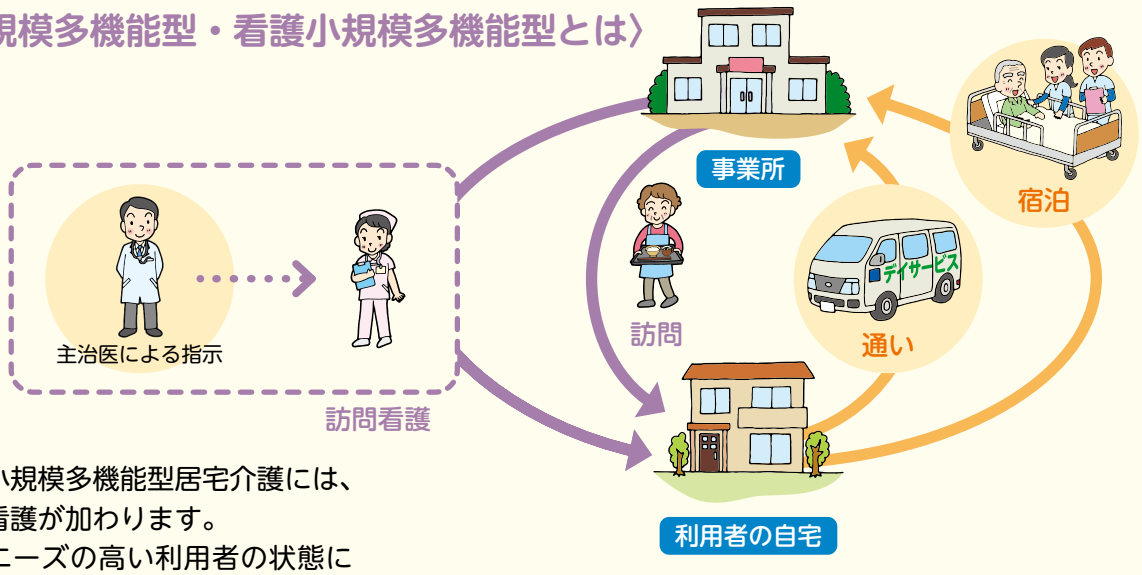


●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1カ月あたり〉**
【事業所と同一建物に居住していない利用者の場合】

要介護1	13,817円
要介護2	19,331円
要介護3	27,174円
要介護4	30,821円
要介護5	34,863円

※食費、宿泊費などに関しては、別途費用がかかります。
※要支援の方は利用できません。
※原則として区民だけが利用できるサービスです。

〈小規模多機能型・看護小規模多機能型とは〉



看護小規模多機能型居宅介護には、
訪問看護が加わります。
医療ニーズの高い利用者の状態に
応じたサービスを提供します。

「通い」、「訪問」、「宿泊」を利用者の状態、ニーズに応じて
柔軟に組み合わせて日常生活を支援します。

住まいを移して利用するサービス

有料老人ホームなどに入居して介護サービスを利用する

要介護1～5 要支援1・2 **特定施設入居者生活介護**（介護予防特定施設入居者生活介護）

介護型の有料老人ホームなどに入居している方が利用するサービスです。
食事・入浴など日常生活上の介護や機能訓練を受けます。



●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1カ月あたり〉**

要介護1	17,724円
要介護2	19,915円
要介護3	22,204円
要介護4	24,329円
要介護5	26,586円

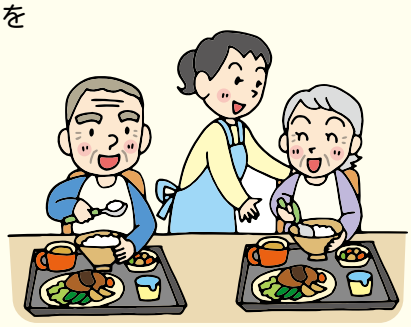
要支援1	5,985円
要支援2	10,236円

※居住に関しては、別途費用がかかります。

認知症の方が施設で共同生活する

要介護1～5 要支援2 地域密着型 **認知症対応型共同生活介護**（介護予防認知症対応型共同生活介護）
［グループホーム］

認知症の方が、家庭的な環境で5～9人を1ユニットとして共同生活を行いながら、サービスを受けます。



●**利用者負担（1割の場合）のめやす〈1カ月あたり〉**
【2ユニット以上の場合】

要介護1	24,624円
要介護2	25,768円
要介護3	26,553円
要介護4	27,076円
要介護5	27,632円

要支援2	24,493円

※居住に関しては、別途費用がかかります。
※要支援1の方は利用できません。
※原則として区民だけが利用できるサービスです。

※「特定施設入居者生活介護」を利用できるのは、有料老人ホームや軽費老人ホームなどのうち、「特定施設（入居施設で入居者の受ける介護サービスが介護保険の対象となる施設）」の指定を受けた施設です。

介護職員と良好な関係を築き、サービスを利用しましょう

介護職員が適切な業務知識のもと、誠意をもって介護にあたるのは当然のことですが、一方介護現場では、一部の利用者やご家族等による介護職員へのハラスメント行為の発生が報じられています。たたく、物を投げるなどの身体的暴力、怒鳴る、理不尽な要求をするなどの精神的暴力、身体を触るなどの性的な嫌がらせは、介護職員の心身に影響を及ぼすばかりでなく、利用者ご自身へのサービス提供にも支障をきたしかねません。利用者やご家族と事業者が信頼関係を築き、介護職員が安心して働けることが、よりよい介護サービスの安定的な提供につながります。

介護保険施設に入所する

※要支援の方は施設サービスを利用できません。
※施設サービスの費用は、要介護度や施設の体制、部屋のタイプなどによって異なります。
※部屋のタイプの違いについては、24ページを参照してください。
※居住費、食費、日常生活費は、別途利用者の負担となります。（15ページ参照）
※下表のユニット型個室等には、ユニット型個室的多床室も含みます。

生活介護が中心の施設

区内及び区が建設助成した区外の特別養護老人ホームは高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）に申し込みます。

要介護3〜5 介護老人福祉施設［特別養護老人ホーム］

常に介護が必要で、自宅での生活が困難な方を対象とした施設です。
食事・入浴など日常生活上の介護や健康管理を受けます。

※要介護1・2の方は、やむを得ない事情により特別養護老人ホーム以外での生活が著しく困難であることが認められる場合、「特例入所」として利用できます。

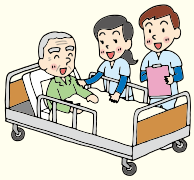
●施設サービス費（1割の場合）のめやす〈1カ月あたり〉

要介護度	ユニット型個室等	従来型個室・多床室
要介護3	26,651円	23,937円
要介護4	28,973円	26,226円
要介護5	31,229円	28,482円

●特例入所

要介護度	ユニット型個室等	従来型個室・多床室
要介護1	21,909円	19,261円
要介護2	24,198円	21,550円

要介護3〜5 地域密着型 地域密着型 介護老人福祉施設入所者生活介護［地域密着型特別養護老人ホーム］



定員が29人以下の小規模な介護老人福祉施設です。
※部屋のタイプはユニット型個室のみです。　※原則として区民だけが利用できるサービスです。

介護やリハビリが中心の施設

要介護1〜5 介護老人保健施設

病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な方を対象とした施設です。
看護、医学的な管理のもとでの介護、機能訓練を行うことによって、在宅生活への復帰を目指します。

●施設サービス費（1割の場合）のめやす〈1カ月あたり〉

要介護度	ユニット型個室等	従来型個室	多床室
要介護1	26,226円	23,446円	25,932円
要介護2	27,730円	24,951円	27,567円
要介護3	29,856円	27,076円	29,692円
要介護4	31,654円	28,875円	31,425円
要介護5	33,289円	30,477円	33,093円

医療と介護を一体的に提供する施設

要介護1〜5 介護医療院

長期に療養が必要である方に、必要な医療並びに療養上の管理、看護、医学的管理のもとにおける介護、機能訓練及び日常生活上の世話を行います。

●施設サービス費（1割の場合）のめやす〈1カ月あたり〉

要介護度	ユニット型個室等	従来型個室	多床室
要介護1	27,795円	23,577円	27,240円
要介護2	31,392円	27,207円	30,837円
要介護3	39,208円	34,989円	38,652円
要介護4	42,510円	38,325円	41,955円
要介護5	45,519円	41,301円	44,963円

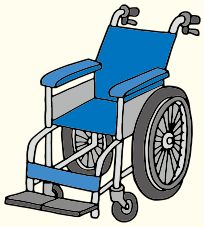
生活環境を改善するためのサービス

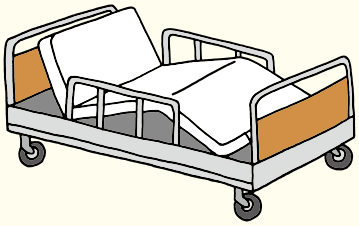
日常の生活を補助するための福祉用具を借りる

要介護1～5 要支援1・2 福祉用具貸与（介護予防福祉用具貸与）

右の13種類がレンタルの対象となります。
一定の例外（※）を除き、要支援1・2の方、要介護1の方は❶～❹のみ利用できます。⓭は、要介護4・5の方のみ利用できます（尿のみを吸引するものは要支援1・2の方、要介護1～3の方も利用できます）。

※一定の例外に該当するかは、個々のケースで判断しますので、ケアマネジャーに相談してください。





- **レンタル費用の1割～3割が利用者負担です**
  （用具の種類、事業者によってレンタル料は異なります）。
- **機能や価格帯の異なる複数の商品を提示してもらいましょう。**

❶ 手すり（工事を伴わないもの）
❷ スロープ（工事を伴わないもの）
❸ 歩行器
❹ 歩行補助つえ（松葉づえ、多点杖等）
❺ 車いす
❻ 車いす付属品（クッション、電動補助装置等）
❼ 特殊寝台
❽ 特殊寝台付属品（サイドレール、マットレス、スライディングボード、入浴用でない介助用ベルト等）
❾ 床ずれ防止用具（エアーマット等）
❿ 体位変換器（起き上がり補助装置を含む）
⓫ 認知症老人徘徊感知機器（離床センサーを含む）
⓬ 移動用リフト（立ち上がり座いす、入浴用リフト、段差解消機、階段移動用リフトを含む）（つり具の部分を除く）※取付けに住宅の改修を伴うものを除く。
⓭ 自動排せつ処理装置（交換可能部品を除く）（便吸引の場合は原則要介護4・5の方のみ）

福祉用具を購入する

要介護1～5 要支援1・2 特定福祉用具購入（特定介護予防福祉用具購入）

下記の福祉用具を指定の事業者から購入したときは、いったん全額支払ったあとに利用者負担額を除いた額が支給されます。
※都道府県から指定を受けていない事業者から購入した場合は、支給の対象になりません。

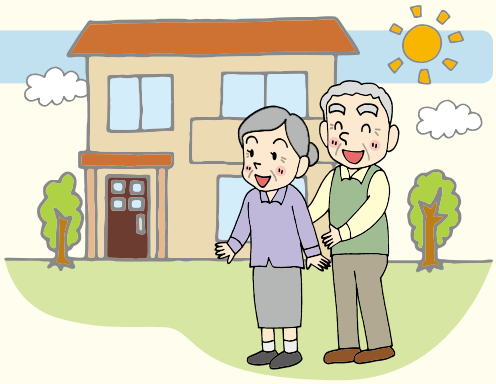
❶ 腰掛便座（便座の底上げ部材を含む）
❷ 自動排せつ処理装置の交換可能部品
❸ 入浴補助用具（入浴用いす、浴槽用手すり、浴槽内いす、入浴用介助ベルト等）
❹ 簡易浴槽
❺ 移動用リフトのつり具の部分
❻ 排せつ予測支援機器
❼ スロープ（可搬型のものは除く）
❽ 歩行器（歩行車は除く）
❾ 歩行補助つえ（カナディアン・クラッチ、ロフストランド・クラッチ、プラットホームクラッチ及び多点杖に限る）

※上記のうち❼～❾は、「貸与」または「購入」のいずれかを選択できます。ケアマネジャーや福祉用具販売事業者に相談してください。

- **1年間（毎年4月1日から翌年3月31日）10万円までが限度で、その1割～3割の利用者負担額を除いた額が支給されます。**

※事業者によっては、受領委任払い方式（購入費用の利用者負担額のみを事業者に支払い、区が残りの費用を事業者に支払う方式）が利用できます。受領委任払い登録事業者のみご利用いただけますので、事前に福祉用具販売事業者にご確認ください。

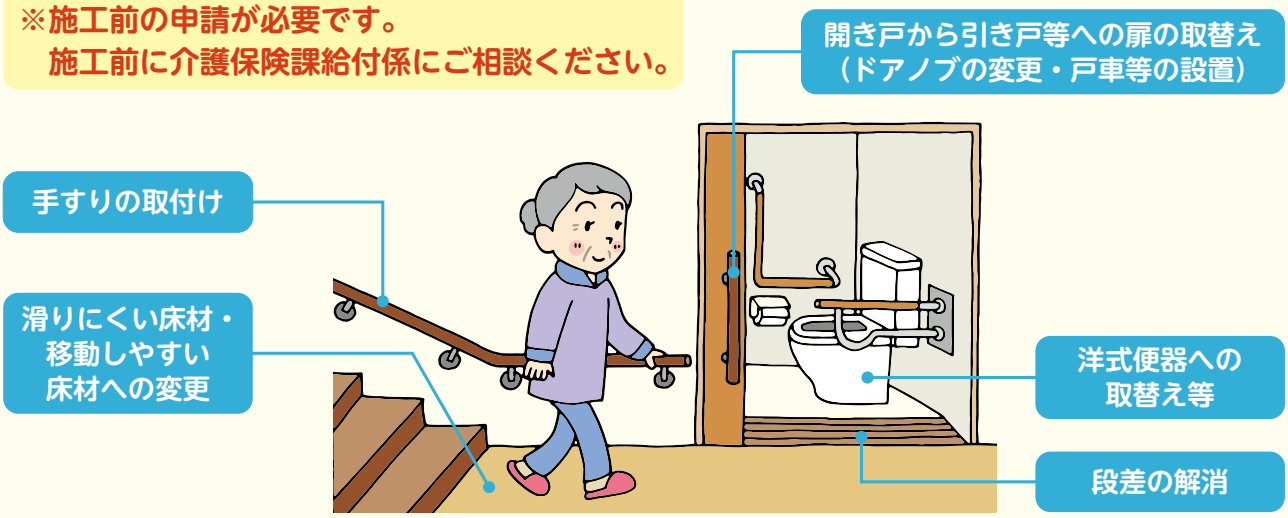
より安全な生活のために住宅を改修する



要介護1〜5 要支援1・2 住宅改修（介護予防住宅改修）

生活環境を整えるため下記の住宅改修を行ったときは、いったん全額支払ったあとに利用者負担額を除いた額が支給されます。

※新築、増築は対象外です。
※施工前の申請が必要です。
施工前に介護保険課給付係にご相談ください。



介護保険の対象となる工事

- **手すりの取付け**
- **段差や傾斜の解消（スロープの設置など）**
- **滑りにくい床材・移動しやすい床材への変更**
- **開き戸から引き戸等への扉の取替え、扉の撤去**
- **和式便器から洋式便器への取替え等**
- **その他これらの各工事に付帯して必要な工事**

※屋外部分の改修工事も給付の対象となる場合があります。

利用限度額／20万円まで
※1回の改修で20万円を使い切らずに、数回に分けて使うこともできます
※引っ越しをした場合や要介護度が著しく高くなった場合、再度支給されます

手続きの流れ

相談・検討
- 区の窓口やケアマネジャーに相談します。
- できるだけ複数の事業者から見積をとり、内容を検討しましょう。

申請
- 工事を始める前に区の窓口に、住宅改修が必要な理由書や申請書、改修予定箇所の写真（日付入り）等、必要書類を提出し、改修の申請をします。

工事・支払い
- 区の審査結果を受けてから着工します。
- 改修後、写真を撮影します（日付入り）。
- 改修費用をいったん全額自己負担して事業者に支払います。

払い戻し（工事完了）の手続き
- 工事が完了したら、区の窓口に写真（日付入り）や領収書等を提出し、改修が終わったことを伝えます。

払い戻し
- 工事が介護保険の対象であると認められた場合、20万円を上限として、実際にかかった費用から利用者負担額を除いた額が支給されます。

● 1人につき原則20万円までが限度で、その1割〜3割の利用者負担額を除いた額が支給されます。

※事業者によっては、受領委任払い方式（工事費用の利用者負担額のみを事業者に支払い、区が残りの費用を事業者に支払う方式）が利用できます。受領委任払い登録事業者のみご利用いただけますので、事前に住宅改修事業者にご確認ください。

一般介護予防事業

介護予防や日常生活の自立に向けた取組、地域の介護予防活動等に対して支援します。
対象者は、65歳以上の方、65歳以上の方の支援のための活動に関わる方です。
＊事業によって対象が異なります。また、その他の要件が加わる場合があります。

1 介護予防教室（事前申し込み必要）

対象となる方

区内在住の65歳以上で、介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けていない方及び介護予防・生活支援サービス事業における事業対象者（基本チェックリスト該当者）でない方

費用

1回の参加につき100円

申し込み方法

四半期ごと（4～6月、7～9月、10～12月、1～3月）に参加者を「広報新宿」等で募集します。希望者ははがきまたは新宿区ホームページからお申し込みください。

教室名	内　容
シニア脳活トレーニング教室	脳のトレーニングや日常的に取り組める運動を行い、楽しく脳を活性化します。
シニアバランストレーニング教室	座って行う筋力バランストレーニングを中心に、主に上半身の筋力を鍛えて若々しく動ける体を作ります。
シニアスポーツチャレンジ教室	立って行う筋力バランストレーニングを取り入れ、主に下半身の筋力を鍛えて転びにくい体を作ります。

2 介護予防教室（事前申し込み不要）

対象となる方

区内在住の65歳以上で、医師から運動を禁止されていない方

費用

無料

申し込み方法

実施当日会場で受け付けます。
＊開催日等は「広報新宿」等に掲載します。

教室名	内　容
転倒予防教室	日常的に取り組める運動や介護予防に関する知識を身につけます。
腰痛・膝痛予防教室	腰痛や膝痛の予防体操を行い、正しい姿勢を身につけて痛みの出にくい体を作ります。



問合せ先　地域包括ケア推進課 介護予防係

3 新宿いきいき体操

内容

楽しくためになる介護予防体操です。
区内の高齢者施設では、体操の指導法を学んだ「新宿いきいき体操サポーター」が、「新宿いきいき体操ができる会」を開催しています。

4 新宿ごっくん体操

内容

歌いながら、からだを動かすことで、食べる機能（かむ、飲み込む）の衰えを予防するえん下体操です。口をしっかり動かして、歌うだけでも効果があります。

5 しんじゅく１００トレ

内容

ゆっくりと繰り返し負荷をかけ、日常生活に必要な筋力をアップするためのトレーニングです。
ご近所の方で集まって取り組んでいただけるように、トレーニングの指導や重りバンドの貸与などを行います。

6 筋骨・体力確認会
～きがるにチェック！～

対象となる方

区内在住の65歳以上で、医師から運動を禁止されていない方

内容

生活に必要な体力を簡単な方法で測定します。
＊開催日等は「広報新宿」等に掲載します。

費用

無料

7 高齢期の健康づくり・介護予防出前講座

対象となる方

区内在住の65歳以上で、5人から50人までのグループ

内容

介護予防運動指導員等がグループの活動場所に出向き、高齢者の健康づくりや介護予防につながる運動等について具体的な方法をご紹介します。

費用

無料

8 住民等提案型事業助成

内容

地域の主体的な介護予防事業に対して、その経費の一部を助成します。
助成金額：年間上限30万円（同一内容の事業への助成は通算して3回までです。助成回数に応じて3/4～1/4の助成率となります。）
＊「広報新宿」等で希望団体を募集します。

9 講演会

内容

高齢期の健康づくりと介護予防に関する講演会を実施します。
＊開催日等は「広報新宿」等に掲載します。

10 地域リハビリテーション活動支援事業

内容

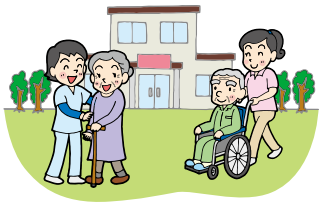
介護予防の取組を支援するため、リハビリテーション専門職を派遣します。

費用

無料

問合せ　地域包括ケア推進課 介護予防係　☎ 03-5273-4568　FAX 03-6205-5083

高齢者保健福祉サービス



介護保険外の主な高齢者保健福祉サービス

♣：生活保護又は中国残留邦人等支援給付の受給者、住民税非課税世帯は自己負担金なし
★：生活保護又は中国残留邦人等支援給付の受給者は自己負担金なし
◆：生活保護又は中国残留邦人等支援給付の受給者、住民税非課税者は自己負担金なし

事業名 担当部署	対象者	サービス内容	費用など
健康診査・がん検診 健康づくり課 健診係 ☎ 5273-4207 FAX 5273-3930	受診を希望する方 ※施設入所者は、対象とならない場合がありますのでご注意ください。 ※40歳から74歳（65歳以上で東京都後期高齢者医療制度加入者は除く）の健康診査は、新宿区国民健康保険加入者と生活保護等受給者のみ	新宿区健康診査および新宿区がん検診	健康診査 無料 各種がん検診 有料♣
歯科健康診査・後期高齢者歯科健康診査 健康づくり課 健康づくり推進係 ☎ 5273-3047 FAX 5273-3930	受診を希望する方 ●**歯科健康診査** 16歳から75歳の方 ●**後期高齢者歯科健康診査** 76歳以上の方 ※年齢は年度中に誕生日を迎えた時点での満年齢	歯や歯肉の状態のチェック（健診）やアドバイス、76歳以上は飲み込み等口腔機能チェックも行います。寝たきりなどで通院できない方には、歯科医師がご自宅を訪問します。	有料♣ ただし、 70歳以上の方は 無料
高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業 健康づくり課 健康づくり推進係 ☎ 5273-3494 FAX 5273-3930	75歳以上の方 ※健診結果等に基づき対象の方には個別に通知します。	低栄養など改善のための「元気アップ訪問相談事業」 医療専門職チームが訪問して個別支援を実施	無料
住宅設備改修・自立支援住宅改修・自立支援日常生活用具支給 介護保険課 給付係 ☎ 5273-4176 FAX 3209-6010	●**住宅設備改修** 65歳以上で要介護認定「要支援」または「要介護」の方で、介護保険の同種類の給付を受けておらず、既存設備の使用が困難である方。 ●**自立支援住宅改修** ●**自立支援日常生活用具支給** 65歳以上で要介護認定「非該当」の方で、身体機能の低下等により給付が必要と認められる方	●**住宅設備改修** 浴槽の取替え、流し・洗面台の取替え（車いすの方）、和式便器から洋式便器への取替え ●**自立支援住宅改修** 介護保険と同じ ●**自立支援日常生活用具支給** 腰掛便座（ポータブルトイレは除く）、スロープ、入浴補助用具、歩行支援用具（含シルバーカー） ※いずれも工事・購入前に申請が必要	助成限度額以内で、かかった費用の1割、2割または3割★ ※限度額超過分は全額自己負担 
寝具乾燥消毒サービス 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	65歳以上で、次のいずれかに該当する在宅の方 ①一人暮らしの方、または65歳以上のみの世帯の方 （日中に同様の状態となる世帯も可） ②身体障害者手帳1・2級の方 ③愛の手帳1・2度の方 ④寝たきりの方等	地区ごとに定められたサービス実施日に、安否確認を兼ねて自宅を訪問し、寝具をお預かりして乾燥消毒等を実施 乾燥消毒…年11回 （4～8月、10～3月） 水洗い……年1回（9月） ※水洗いの申請は、8月上旬まで	乾燥消毒： サービス費用の1割◆ 水洗い： サービス費用の1割◆
理美容サービス 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	65歳以上で、次のいずれかに該当する在宅の方 ①要介護4・5の方 ②身体障害者手帳1・2級の方 ③愛の手帳1・2度の方 ④寝たきりと同様の状態で外出困難の方	自宅への出張調髪・カット 回数…年6回まで（申請月による）	1回 2,000円
おむつ費用助成 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	次の要件をすべて満たす方 ①要介護1以上の方（第2号被保険者の方を含む）、または65歳以上で医療機関に入院中の方 ②日常的におむつを必要とする方 ③介護保険料段階第1～8段階の方 ④心身障害者おむつ費用助成を受けていない方 ※特別養護老人ホーム、介護老人保健施設等の入所者は対象外	月額10,000円を上限に、おむつ費用を助成 【現物助成】 カタログで商品注文、配送時に負担金支払い 【代金助成】 おむつ持込み不可の病院に入院しているなど、現物助成が困難な方が対象 (3カ月ごとに領収書（写し）の提出が必要) ※申請書を受理した月からの助成開始となり、申請前にさかのぼって助成はできない。	購入金額の 1割相当◆ ※限度額超過分は自己負担

事業名 担当部署	対象者	サービス内容	費用など
おむつあっせん制度 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305　FAX 5272-0352	おおむね65歳以上で、おむつ費用助成の対象外の方	区と協定を結ぶ業者が注文を受け、おむつを配送	全額自己負担
配食サービス 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305　FAX 5272-0352	65歳以上で一人暮らしの方、又は65歳以上のみの世帯の方 （日中に同様の状態となる世帯も可）	月曜日から金曜日の希望する曜日に、安否確認を兼ねて、昼食のお弁当を配送 ※おかずのきざみ・おかゆも可 配送時間…午前10時から12時30分	1食500円
敬老杖の支給 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305　FAX 5272-0352	65歳以上で歩行に不安のある方	杖（T字型）を支給 ※ご希望により、杖先ゴムを多点式に変更可 	無料
補聴器の支給 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	次の要件をすべて満たす方 ①65歳以上で聴力が低下した方 ②障害者の制度で支給されていない方 ※前回支給日から5年間は再支給できない	次の種目からいずれか１つを支給 ①補聴器（「耳かけ式」片耳もしくは両耳又は「箱型式」のうちいずれか1種類）を支給 ②補聴器購入費の一部を助成（限度額あり） ※②は対象機器に要件あり ※①、②とも区指定の書類を持参のうえ耳鼻科受診が必要	①片耳：2,000円◆ 両耳：4,000円◆ ②補聴器購入費のうち、72,450円を上限に実費を助成 ※①、②とも耳鼻科の受診費用等は自己負担
回復期生活支援サービス 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	65歳以上で、次の要件をすべて満たす在宅の方 ①一人暮らしの方、又は65歳以上のみの世帯の方 （日中に同様の状態となる世帯も可） ②退院又は通院の開始日から1か月以内で、おおむね3か月以内に回復の見込みがある方 ※要支援、要介護の認定を受けている方、認定申請中・申請予定の方等は対象外	調理・洗濯・買い物などの家事援助や、通院介助・食事介助・排泄介助などの身体介護を行うヘルパーを派遣 8:00～18:00（12/29～1/3除く） 週合計6時間以内 派遣期間は3か月以内	介護保険の負担割合による◆ 1割の方： 1時間300円 2割の方： 1時間600円 3割の方： 1時間900円
一人暮し認知症高齢者への生活支援サービス 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	65歳以上で、次の要件をすべて満たす方 ①一人暮らしの方 ②認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上の方 ③区内在住の介護者がいない方	調理・洗濯・買い物などの家事援助や、通院介助・食事介助・排泄介助などの身体介護を行うヘルパーを派遣 8:00～18:00（12/29～1/3除く） 1年（4月～翌年3月まで）に24時間まで（申請月による）	介護保険の費用負担による◆ 1割の方： 1時間300円 2割の方： 1時間600円 3割の方： 1時間900円
介護者リフレッシュ支援事業 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	次のいずれかに該当する65歳以上の在宅高齢者を日常的に介護する区民の方 ①要介護１以上の方 ②認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上の方	調理・洗濯・買い物などの家事援助や、通院介助・食事介助・排泄介助などの身体介護を行うヘルパーを派遣し、介護者のリフレッシュを支援 8:00～18:00（12/29～1/3除く） 1年（4月～翌年3月まで）に24時間まで（申請月による）	介護保険の負担割合による◆ 1割の方： 1時間300円 2割の方： 1時間600円 3割の方： 1時間900円
高齢者緊急ショートステイ 高齢者支援課 高齢者相談第一係 ☎ 5273-4593 高齢者支援課 高齢者相談第二係 ☎ 5273-4254 FAX 5272-0352	介護保険の「要支援」・「要介護」の認定を受けた方で、介護保険によるショートステイの空きがなく、次のいずれかに該当する方 ①介護する家族の急病やけがにより、介護が受けられない場合 ②介護する家族が親族等の葬儀へ参加するため、介護が受けられない場合	ショートステイの利用期間 7日間 ※原則として、ケアマネジャーから申請 ※ケアマネジャーがいない場合は、左記問合せ先へ相談	一般利用者： 1日 3,000円 生活保護又は中国残留邦人等支援給付を受けている方： 1日 1,670円 ※医療費・雑費（おむつ代）が生じた場合は、自己負担

▶高齢者保健福祉サービス

事業名 担当部署	対象者	サービス内容	費用など
徘徊高齢者探索サービス 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	認知症による徘徊のある60歳以上の高齢者を在宅で介護している方	位置情報専用端末機（GPS）を貸出し、位置情報を電話やインターネットにより提供	利用料： 月額930円◆
緊急通報システム 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	65歳以上で、次の要件をすべて満たす方 ①一人暮らしの方、又は65歳以上のみの世帯の方 （日中・夜間に同様の状態となる世帯も可） ②慢性疾患があるなど、日常生活をするうえで常時注意を要する方 ③シルバーピア（緊急通報装置が設置されている高齢者集合住宅）等に入居していない方	家庭内で病気や事故などの緊急事態に陥った時に警備会社へ通報できる無線発報器、見守りセンサー及び火災警報器を設置 ※緊急時に備え、事前に警備会社が自宅の鍵を預かる必要あり	設置費用の1割◆
火災安全システム 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	65歳以上で、次の要件をすべて満たす方 ①一人暮らしの方、又は65歳以上のみの世帯の方 （日中・夜間に同様の状態となる世帯も可） ②防火の配慮が必要な方	次の種目から1つを支給 ①電磁調理器 ②火災警報器 ③ガス安全システム	設置費用等の 1割◆
ちょこっと・ 暮らしのサポート事業 社会福祉協議会地域活動支援課 高田馬場事務所 ☎ 5273-9191 FAX 5273-3082 東分室 ☎ 3359-0051 FAX 3359-0012	日常生活で援助を必要とする地域住民の方	日常生活の困りごとがあり、援助を必要としている方に、地域のボランティアを紹介（家事・外出支援・電球交換・話し相手などの緊急性・専門技術を必要としない活動）	活動内容や状況に応じ有償と無償の活動あり （実費がかかる場合は自己負担） 有償：1時間800円（基準額） 一人のボランティアが30分程度で解決できる日常生活の困りごとは、無償
地域見守り協力員事業 社会福祉協議会地域活動支援課 高田馬場事務所 ☎ 5273-9191 FAX 5273-3082 東分室 ☎ 3359-0051 FAX 3359-0012	75歳以上で一人暮らしの方、又は75歳以上のみの世帯の方 （日中に同様の状態となる世帯も可）	地域見守り協力員（ボランティア）が月に2回程度、見守りを希望する方を訪問し、玄関先でのあいさつや声かけを通じて見守る。	無料
情報紙「ぬくもりだより」の訪問配布 高齢者支援課 高齢者相談第二係 ☎ 5273-4594 FAX 5272-0352	75歳以上の一人暮らしの方	月2回、情報紙「ぬくもりだより」を訪問配布し、安否確認・見守りを行う。	無料
高齢者見守り キーホルダー事業 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎ 5273-4305 FAX 5272-0352	65歳以上の方	個別の登録番号を表示したキーホルダーとシールを配布。 道に迷って保護されたときや外出先や自宅で倒れたときなどに、高齢者総合相談センターが連絡を受け、迅速な身元確認を行う。	無料
家族介護慰労金 介護保険課 給付係 ☎ 5273-4176 FAX 3209-6010	要介護4以上の要介護者を、1年間を通じて介護保険のサービスを利用せずに在宅で介護している家族 （要介護者・家族とも非課税世帯に限る） ※年間1週間程度のショートステイの利用を除く	慰労金10万円を支給する。	



Q 認定の申請をしましたが、結果が出る前に利用はできますか。

A 暫定プランによりサービスを利用できます。ただし、認定結果によっては非該当になる場合や介護保険で利用できるサービスの支給限度額が変わる場合がありますので、ケアマネジャーとよく相談し、サービスを利用してください。

Q 現在入院中ですが、認定の申請をすることはできますか。

A 退院後に在宅での介護保険サービスを利用する場合、または、介護保険施設への入所を希望される場合は申請してください。要介護認定は、病状が安定していることが前提となりますので、安定してから申請してください。

Q 今利用している事業者を変更したい場合、どこに相談すればいいですか。

A 契約内容に基づき解約、変更することができます。ケアマネジャーに相談して調整してもらいましょう。事業所やケアマネジャーに相談しにくいときは、地域の高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）にご相談ください。ケアマネジャーの変更も同様です。

Q 所得税の確定申告のとき、控除対象となるものはありますか。

A1 介護保険料は、納めた全額が住民税・所得税の社会保険料控除の対象です。詳しくは介護保険課資格係までお問い合わせください。

A2 介護保険の要介護認定を受けている方のおむつ代は医療費控除の対象となる場合があります。要件や必要書類等について、詳しくは介護保険課認定第一係までお問い合わせください。

A3 一部の介護サービスの利用料には、医療費控除の対象になるものがあります。詳しくは最寄りの税務署や国税庁ホームページでご確認ください。

Q 他の区市町村へ引っ越す場合、転出届のほかに介護保険については、どのような手続きが必要ですか。

A1 特別養護老人ホーム、有料老人ホーム等の住所地特例対象施設へ引っ越す方については、新宿区の介護保険の被保険者資格を継続します。
介護保険の要介護認定を受けていない方も含めて、住所地特例適用届を介護保険課へご提出ください。

A2 A1の方以外で、介護保険の要介護認定を受けている方は、転出先で転入日から14日以内に要介護認定の申請をしてください。
新宿区の介護保険被保険者資格は喪失しますが、新宿区での要介護状態区分は引き継がれます。介護保険被保険者証、介護保険負担割合証は、転出先の区市町村で交付されます。16ページの負担限度額認定証は引き継がれません。
転出先の区市町村で手続きしてください。
介護予防・生活支援サービスについては、改めて手続きを行う必要がありますので、転出先の地域包括支援センターにご相談ください。

A3 A1とA2以外の方は、手続きは特に必要ありません。介護保険被保険者証をお返しください。後日、介護保険料を精算し通知書をお送りします。

高齢者総合相談センターの所在地一覧（令和8年4月1日現在）

落合第二 高齢者総合相談センター
落合第二特別出張所所管区域

新宿区上落合2-22-19
キャンパスエール上落合2階
電話：5348-8871
FAX：5348-8872

落合第一 高齢者総合相談センター
落合第一特別出張所所管区域

新宿区中落合2-5-21
聖母ホーム内
電話：3953-4080
FAX：3950-4130

戸塚 高齢者総合相談センター
戸塚特別出張所所管区域

新宿区高田馬場1-17-20
新宿区社会福祉協議会1階
電話：3203-3143
FAX：3203-1550

榎町 高齢者総合相談センター
榎町特別出張所所管区域

新宿区弁天町50
牛込保健センター等複合施設4階
電話：5227-1757
FAX：5227-1758

新宿区役所 高齢者総合相談センター

新宿区歌舞伎町1-4-1
新宿区役所本庁舎2階
高齢者支援課内
電話：5273-4593
5273-4254
FAX：5272-0352



簞笥町 高齢者総合相談センター
簞笥町特別出張所所管区域

新宿区北山伏町2-12
あかね苑新館内
電話：3266-0753
FAX：3266-0786

柏木 高齢者総合相談センター
柏木特別出張所所管区域

新宿区北新宿3-27-6
北新宿特別養護老人ホーム(かしわ苑)内
電話：5348-9555
FAX：5348-9556

大久保 高齢者総合相談センター
大久保特別出張所所管区域

新宿区百人町2-8-13
Fiss1階
電話：5332-5585
FAX：5332-5592

角筈 高齢者総合相談センター
角筈特別出張所所管区域

新宿区西新宿4-8-35
西新宿シニア活動館3階
電話：5309-2136
FAX：5309-2137

若松町 高齢者総合相談センター
若松町特別出張所所管区域

新宿区戸山2-27-2
戸山シニア活動館1階
電話：5292-0710
FAX：5292-0716

四谷 高齢者総合相談センター
四谷特別出張所・新宿区役所所管区域

新宿区四谷三栄町10-16
四谷保健センター等複合施設4階
電話：5367-6770
FAX：3358-6922

●ご住所によって担当区域が分かれます。詳しくは新宿区役所高齢者総合相談センターへお問い合わせください。

窓口受付時間

●新宿区役所高齢者総合相談センター　月～金　午前8時30分～午後5時（火は午後7時まで）（土、日、祝・休日、12/29～1/3除く）

●各高齢者総合相談センター　月～土　午前9時～午後5時30分（日、12/29 ～ 1/3除く）

被保険者資格・負担割合・介護保険料の賦課に関すること	介護保険課　資格係	**☎ 03-5273-4597（直通）**
介護保険料の支払いに関すること	介護保険課　資格係	**☎ 03-5273-4273（直通）**
介護サービスの苦情に関すること	介護保険課　給付係	**☎ 03-5273-3497（直通）**
要介護認定に関すること	介護保険課　認定第一係	**☎ 03-5273-3643（直通）**
	介護保険課　認定第二係	**☎ 03-5273-4255（直通）**
介護サービスの給付・利用者負担に関すること	介護保険課　給付係	**☎ 03-5273-4176（直通）**
介護全般に関すること	高齢者支援課　高齢者相談第一係	**☎ 03-5273-4593（直通）**
	高齢者支援課　高齢者相談第二係	**☎ 03-5273-4254（直通）**
介護予防・生活支援サービス事業に関すること	地域包括ケア推進課　介護予防係	**☎ 03-5273-4568（直通）**
「介護保険べんり帳」に関すること	介護保険課　推進係	**☎ 03-5273-4212（直通）**

FAX番号　介護保険課：**03-3209-6010**　地域包括ケア推進課：**03-6205-5083**　高齢者支援課：**03-5272-0352**

令和 8(2026)年度版 「介護保険べんり帳」
令和 8 年 3 月発行
発行：新宿区福祉部介護保険課 東京都新宿区歌舞伎町1-4-1
電話：03-5273-4212　FAX：03-3209-6010

刊行物作成番号
2025-12-2917

VEGETABLE OIL INK
この冊子は環境に配慮し、植物油インキを使用しています。
また、この冊子はユニバーサルデザインに配慮して作成しています。

無断転載・複製禁止