

介護保険情報誌

みんなの

介護保険



今回は、第5期介護保険事業計画について報告します。

第5期介護保険事業計画では、地域包括ケアシステム「可能な限り住み慣れた地域において、生活ができるよう①介護②予防③医療④生活支援⑤住まい、これら五つのサービスを一体化して提供できる取り組み」に重点をおいて策定しています。

■地域のデータ（H24.2.29現在）

総人口

123,756人

世帯数

46,162世帯

65歳以上人口

26,783人

高齢化率

21.64%

（鳥栖地区広域市町村圏組合は、鳥栖市・みやき町・基山町・上峰町で構成されています）

鳥栖地区広域市町村圏組合

VOL.16
2012. 4

第5期介護保険事業計画の策定について

本組合では、第5期介護保険事業計画(平成24年度から平成26年度までの3年間)の策定について、介護保険事業計画策定委員会と日常生活圏域部会の設置を行い、策定委員会5回と日常生活圏域部会2回を開催し、次の事項について検討～協議～決定してきました。

【事業計画策定委員会】

- ① 地域包括ケアシステムの構築及び介護予防事業の考え方と方向性について
- ② 新サービス、施設・居住系サービス整備に対する考え方と方向性について
- ③ 各サービスの見込量等のシミュレーションについて
- ④ 第5期介護保険料基準額と保険料負担段階の設定について

【日常生活圏域部会（鳥栖地区圏域・基山地区圏域・みやき地区圏域・上峰地区圏域）】

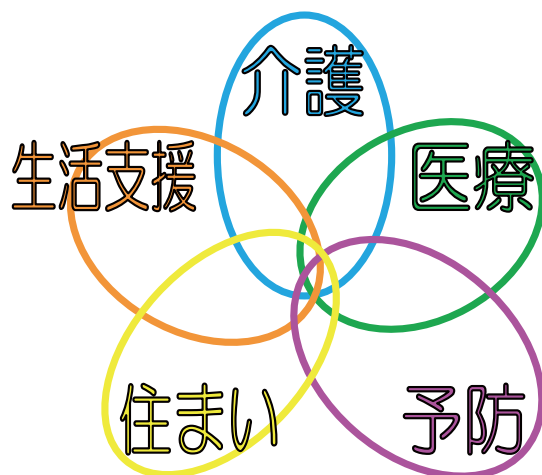
- ① 圏域ごとの被保険者数や認定者数の動向、高齢者要望等実態調査の分析結果から見た今後のサービスの在り方について
- ② 圏域ごとの地域包括ケアシステムの構築について

第5期介護保険事業計画期間に目指す介護

地域包括ケアシステムの構築

「地域包括ケアシステム」とは、「介護」「介護予防」「医療」「生活支援」「住まい」など介護や予防のみならず、介護保険外の福祉サービスを含めた様々な生活支援サービスが、日常生活圏域ごとに途切れることなく提供される体制を言います。

地域包括ケアシステムのイメージ



- 介護…従来の介護サービスや新たに創設される24時間対応による在宅介護サービスの充実強化
- 医療…24時間対応の在宅医療、訪問看護やリハビリテーションの充実強化
- 予防…介護や介助が必要となる恐れのある二次予防事業対象者を中心とした介護予防事業の推進
- 住まい…高齢期になっても住み続けることのできるバリアフリーの高齢者住まいの整備
- 生活支援…「見守り」「配食」「買い物」など、多様な生活支援サービスの確保や権利擁護など

平成22年10月の国勢調査の結果では、本組合圏域の総世帯数に占める高齢者の一人暮らしは7.0%となっており年々増加しています。また、高齢者要望等実態調査結果では、家族と同居であっても、日中は1人で過ごしている高齢者が増えていることから、高齢者の在宅生活のための支援策が必要です。本組合では、日常生活圏域ごとに在宅の高齢者を支援するため、地域包括ケアシステムの構築を推進していきます。

地域包括ケアシステムの構築に向けた具体的な取り組み

1 認知症支援策の充実とケアマネジメント機能の強化

地域全体で認知症の人を適切に支えるため、認知症支援策の充実を図ります。

また、介護保険利用者の方が安心してサービスを利用できるよう、介護支援専門員の資質を向上し適切なケアマネジメントができるための取り組みを行います。

2 介護と医療との連携

介護と医療の連携体制のあり方について協議を進めていきます。また、地域における認知症ケア体制及び医療との連携体制を強化し、認知症に関する医療と介護の切れ目のない提供を目指します。

3 高齢者の居住に係る施策との連携

「サービス付き高齢者向け住宅制度」が創設されることに伴い、住宅基盤を有効に活用していくため、制度の周知や介護保険との連携、利用者の保護などの取り組みを進めます。

4 生活支援サービスの充実

高齢者施策の関係各課が相互に連携を図ることにより情報の整理を行うとともに、各地域で開催されている元気づくり教室やボランティアの活動などについての情報収集や利用啓発を行い、高齢者が安心できる生活の実現を目指します。

5 介護予防体制の充実

対象者の状態像や原因傷病に応じた介護予防事業を重点的に推進します。また、介護予防教室の修了後は、ボランティア団体が実施する教室等への参加を促すなど、対象者をフォローする体制を整えます。更に、独自の予防プログラムについても協議するなど、継続した介護予防の仕組みを明確にし、介護・介助が必要な状態にならないよう取り組みを強化します。

6 これまでの取り組みの継続

本組合では、介護予防の取り組みとして各市町で「介護予防講演会」や「介護予防相談会」を開催してきました。講演会のテーマは毎回異なりますが、分かりやすいと好評です。介護予防相談会では些細なご質問にもお答えしています。どんなことでもお気軽にご相談ください。

また、10人以上の方が集まれば「介護保険出前講座」も随時行っています。お知りになりたいことを分かりやすくご説明しますので、お気軽にお申し付けください。（但し事前申し込みが必要です）



介護予防講演会（鳥栖市）の様子

第5期計画期間の介護保険料について

第5期介護保険事業計画では、平成24～26年度に皆さまから負担していただく介護保険料についても決定いたしました。介護保険料は、介護給付費総額の21.0%を65歳以上の第1号被保険者数で除することで算出されます。第5期介護保険料の算出にあたっては、今後3年間に想定される次の保険料上昇要因と抑制要因を踏まえて算定しています。

保険料上昇要因	保険料抑制要因
・要介護（要支援）認定者数の増加及び新サービス事業所等の増加見込みに伴う給付費の増 ・介護報酬改定に伴う介護給付費の増	・平成23年度末までに収納済みの介護保険料を積み立てた基金等を取り崩して、第5期介護保険料へ充当 ・介護予防事業実施に伴う認定者数・給付費の抑制

算定の結果、第5期の介護保険料は、第4期の介護保険料と比較して月額155円～621円の増加となっています。従来よりも負担が重くなる結果となりましたが、介護保険制度へのご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

第5期介護保険料について

第4期（平成21～23年度）の負担段階別介護保険料

所得段階	保険料率	対象となる方	保険料月額
第1段階	0.50	●本人及び世帯全員が住民税非課税者である老齢福祉年金受給者 ●生活保護者	2,178円
第2段階	0.50	本人及び世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	2,178円
第3段階	0.75	本人及び世帯全員が住民税非課税で、第2段階に該当しない方	3,267円
準第4段階	0.90	本人は住民税非課税であるが世帯内に住民税課税者がいる方で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	3,921円
第4段階 (基準額)	1.00	本人は住民税非課税であるが世帯内に住民税課税者がいる方で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円超の方	4,356円
第5段階	1.15	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が125万円未満の方	5,010円
第6段階	1.25	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が125万円以上200万円未満の方	5,445円
第7段階	1.50	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が200万円以上の方	6,534円



黄色の段階は、本来の保険料率から軽減されている段階を表しています。

第5期介護保険料負担段階の主な変更点

第5期介護保険料の算定にあたり、保険料負担段階についても見直しを行いました。

(1) 低所得者への配慮

第3段階（保険料率 0.75）の細分化 ⇒ 新たに特例第3段階を設定します

(2) 第4段階以上の保険料段階の多段階化

① 第5段階（保険料率 1.15）の見直し ⇒ 保険料率を 1.20 へ引き上げます

平成 18～23 年度（第 3・4 期）にかけて第 5 段階の保険料率の軽減を行ってききましたが、第 5 期から段階的に保険料率を本来の負担割合の 1.25 へ戻していきます。

② 第7段階（保険料率 1.50）の細分化 ⇒ 新たに第8段階を設定します

基準所得金額の改正により合計所得金額 190～200 万円の方について、第 5 期介護保険料が大幅に増加することとなりましたが、新たに保険料段階を設け軽減を行います。

第5期（平成24～26年度）の負担段階別介護保険料

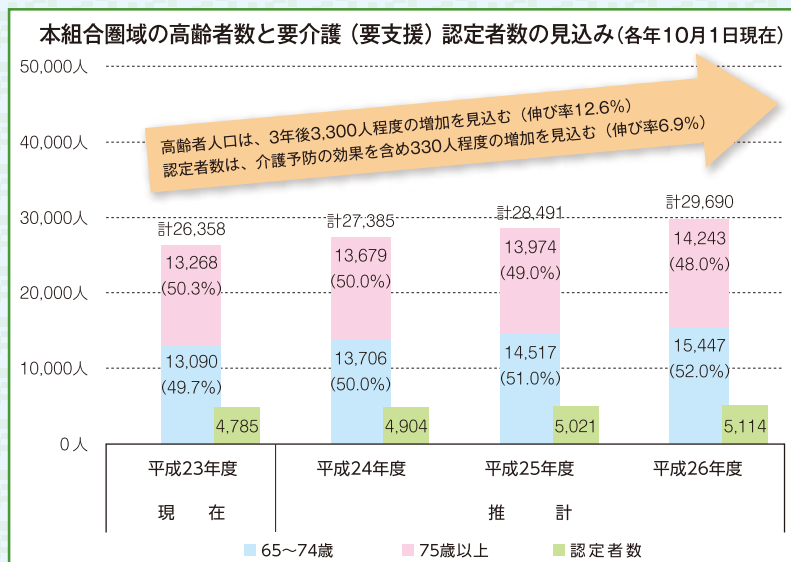
所得段階	保険料率	対象となる方	保険料月額	増減率	増減
第1段階	0.50	同左（変更なし）	2,333 円	7.12%	155 円
第2段階	0.50	同左（変更なし）	2,333 円	7.12%	155 円
特例 第3段階	0.65	本人及び世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が 80 万円を超え 120 万円以下の方	3,033 円	▲7.16%	▲234 円
第3段階	0.75	本人及び世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が 120 万円を超えている方	3,500 円	7.13%	233 円
特例 第4段階	0.90	同左（変更なし）	4,200 円	7.12%	279 円
第4段階 （基準額）	1.00	同左（変更なし）	4,666 円	7.12%	310 円
第5段階	1.20	同左（変更なし）	5,600 円	11.78%	590 円
第6段階	1.25	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 125 万円以上 190 万円未満の方	5,833 円	7.13%	388 円
第7段階	1.30	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 190 万円以上 200 万円未満の方	6,066 円	11.40%	621 円
第8段階	1.50	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 200 万円以上の方	6,999 円	7.12%	465 円

黄色の段階は、本来の保険料率から軽減されている段階を表しています。

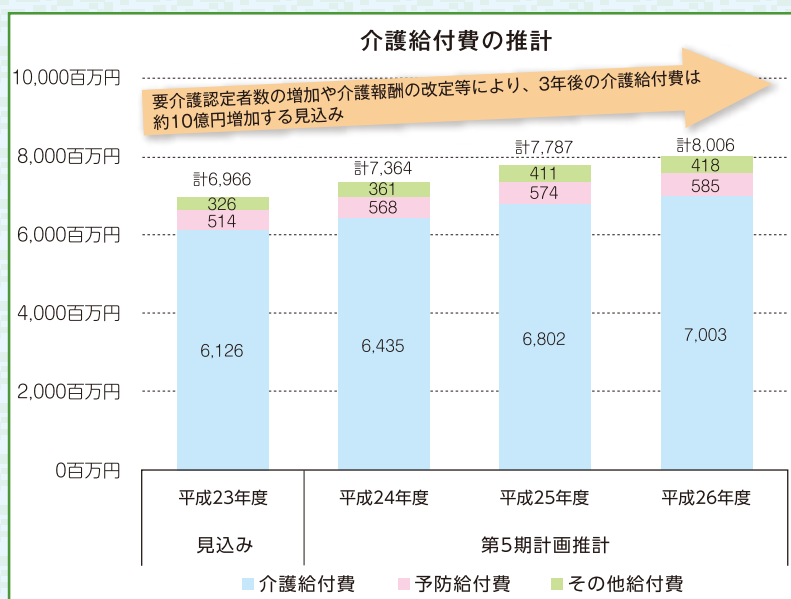
介護保険のしくみ

介護保険事業に係る推計等について

介護保険料の算定に必要な高齢者人口や要介護（要支援）認定者数・介護給付費総額については、次のように見込みました。



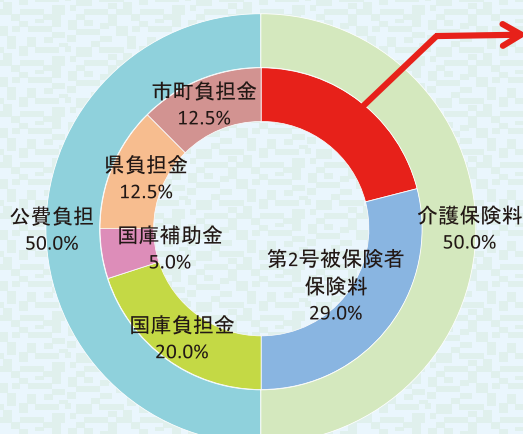
- 高齢者人口と要介護認定者（要支援）数の推計では、3年後高齢者は約 3,300 人増加し、要介護（要支援）認定者数は約 330 人の増加が見込まれます。
- 団塊の世代にあたる方の 65 歳到達により、前期高齢者（65～74 歳）の割合が少しずつ増えていく見込みです。
- 介護予防事業への積極的な取り組みにより、要介護（要支援）認定者数増加の抑制に努めます。



～介護給付費増大の要因～

- 要介護（要支援）認定者数の増加
介護予防事業の推進に取り組みますが、認定者数の増加は避けられない見込みです。
- 介護報酬改定
介護報酬改定の影響により介護給付費は、おおむね 0.7% 程度上昇します。
- 新サービスの見込み
平成 24 年 4 月から 2 つの新たなサービスが創設されます。

介護保険事業の財源内訳（第5期）



第1号被保険者保険料（65歳以上の方）…負担割合 21.0%

介護保険事業の財源は、法令の定めにより介護給付費の50%は40歳以上の被保険者が負担することと定められています。

このうち65歳以上の第1号被保険者が負担すべき割合は、平成23年度までは20%でしたが、高齢社会の進捗により平成24年度から21%に改定されました。

第5期の3年間の給付費約232億円のうち、65歳以上の方が負担すべき3年間の介護保険料は約49億円となります。

《 介護予防特集 》

いつまでも生涯現役!! ～いきいきとした85歳をめざして～

鳥栖三養基地区でも、団塊の世代の高齢化を迎え、高齢者は年々増加しています。
 高齢者は、生活スタイルの変化や加齢による心身機能の低下などの影響を受けやすいため、介護予防の取り組みが非常に重要です。
 高齢期を迎えても、いつまでも生き生きとした生活を送るためには、生活全般を活発にし、心身の衰えを予防することが大切です。

歳を重ねても地域で自立した生活を送り続けるためには…

■ささえ期の介護予防の目標

- 自分の健康に気をつけながら地域社会活動の参加や生きがいのある生活を送る。
- 経験や技術を活かした活動の場に積極的に参加する。

■健康・生きがいづくり期の介護予防の目標

- 健康づくりや介護予防の必要性を知り、予防に取り組む。
- 体力に合わせた健康づくりに地域で取り組む。

■支えられ期の介護予防の目標

- 支援やサービスを受けながら、尊厳のある人生（生きがいや安心のある生活）を送る。

>> ささえ期

>> 健康・生きがいづくり期

>> 支えられ期

一般高齢者



元気づくり高齢者※



要支援者



要介護者



低い

介護必要度

高い

生活習慣や健康状態を見直すことで介護予防になります。
 悪化を予防し、いつまでも住み慣れた地域で過ごしていけるよう介護予防に取り組みましょう。

介護予防は **からだところこの機能低下予防** + **病気の予防や定期的な健診** + **生きがいや役割のある生活の推進** です。

本組合では平成 24 年度以降、高齢者の皆さまの心身の状況を把握し、より効果的な介護予防事業を展開していくために、昨年度実施した「基本チェックリスト（生活機能評価）」を継続して実施いたします。調査は、P8～P9 の流れにより実施いたしますので、皆さまのご協力をお願いいたします。

※「元気づくり高齢者」とは、以前は特定高齢者と呼ばれていたものを平成 23 年度に県下統一の名称として改称したもので、介護や介助が必要となる恐れが高く、早急に生活習慣や健康状態を見直す必要のある方を言います。

「基本チェックリスト」を活用しましょう!!

基本チェックリストは、日常生活における心身機能の低下の兆候（危険な老化のサイン）を判断するものとして、厚生労働省において作成された全国共通の質問票です。

25項目の質問で、「はい」「いいえ」のどちらかに記入をする簡単なものになっています。その中のいくつかをご紹介します。皆さんも、ぜひチェックしてみましょう!!

【例：生活機能・運動面の項目】

	設問内容	回答	
運 動	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい (0点)	いいえ (1点)
	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい (0点)	いいえ (1点)
	15分ぐらい続けて歩いていますか	はい (0点)	いいえ (1点)
	この1年間に転んだことがありますか	はい (1点)	いいえ (0点)
	転倒に対する不安は大きいですか	はい (1点)	いいえ (0点)
暮 ら し	バスや電車で1人で外出していますか	はい (0点)	いいえ (1点)
	日用品の買い物をしていますか	はい (0点)	いいえ (1点)
	預貯金の出し入れをしていますか	はい (0点)	いいえ (1点)
	友人の家を訪ねていますか	はい (0点)	いいえ (1点)
	家族や友人の相談にのっていますか	はい (0点)	いいえ (1点)

※「運動」の設問のうち、当てはまるものが5点中3点以上ある方は、「元気づくり高齢者」に該当します。また「暮らし」の設問のうち、“いいえ”が複数ある方は、生活機能の低下の疑いがあります。

※ 基本チェックリストには、このほかに**栄養、口腔機能、うつ・引きこもり、認知症**に関する設問があります。

※ 元気づくり高齢者教室や介護予防相談は、地域包括支援センターや行政窓口にご相談ください。

平成24年度以降の介護予防事業のながれ

- ① 65 歳以上の方へ
基本チェックリス
ト（生活機能評価）
を配付



- ② 記入して返送



- ③ 各市町で元気づく
り高齢者に該当す
るか判定



- ④ 基本チェックリ
ストの判定結果
（アドバイス票）
を送付



各市町で実施する一般高齢者向け介護
予防事業に参加しましょう

- ・介護予防教室
- ・老人クラブなどの出前講座
- ・体操教室など

非該当の方

該当された方

- ⑤ 該当者は元気づ
くり高齢者教室
の案内を送付

- ⑥ 該当者は各種教室の案内を申込み、介護や介助が必要とならないよう元気づくり高齢教室に参加しましょう。

～教室での様子～



～教室修了者の声～

教室参加の案内をいただいた
時は「今さら何でこんなこと
を？」という気持ちでしたが、
いろいろな事を学び、今では元
気になっていると感じていま
す。やっぱり健康が一番です。
これからも頑張っていきます。

基本チェックリストの判定により介護予防教室への参加が望ましいと判定された方には、元気づくり高齢者教室などの案内を送付させていただきます。教室には定員があるものもございますが、多くのご参加をお待ちしています。歳を重ねても地域で自立した生活を送り続けるために、介護予防教室等へ積極的に参加しましょう。

ロコトレをはじめませんか

ロコモティブシンドロームをご存知ですか？

65 歳以上の高齢者のうち、要介護（要支援）と認定された人の多くは、関節疾患、転倒・骨折後の不活発な生活による「生活不活発病（ロコモティブシンドローム）」が原因となっています。

ロコモティブシンドロームの予防に効果があるといわれている体操（ロコトレ）をご紹介しますので、皆さんも一度やってみましょう！！

※ 無理に試して転んだりしないように、注意してください。痛みがある場合は、医師の診察を受けるようにしてください。

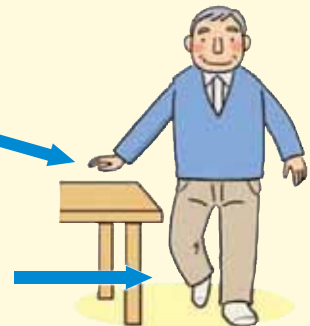
ロコトレ
その1

開眼片脚立ち

左右1分間ずつ、1日3回行いましょう。
踏ん張って片脚でバランスをとることを意識しましょう。

転倒しないように、
必ずつかまるものがある
場所で行いましょう。

床に着かない程度に
片足を上げます。



支えが必要な人は、医師と相談して
机に手や指をついて行います

机に両手をついて
行います。

指をついただけでも
できる人は、
机に指だけをついて
行います。



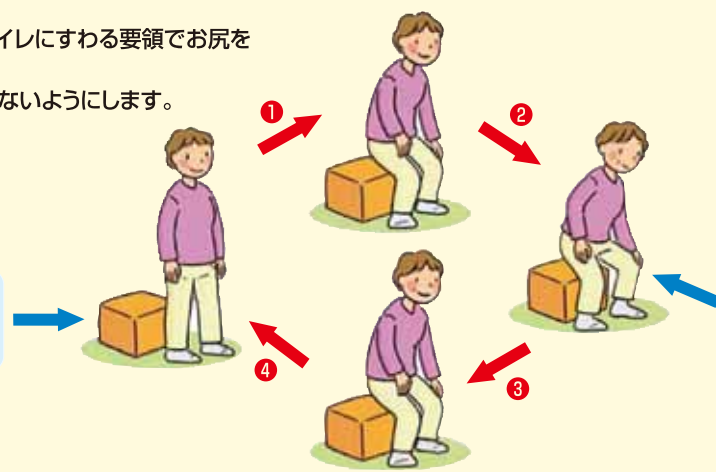
ロコトレ
その2

スクワット

深呼吸をするペースで5~6回繰り返します。1日3回以上行いましょう。
太ももの前後の筋肉、お尻周囲の筋肉に力を入れることを意識して下さい。

椅子に腰掛けたり、洋式トイレにすわる要領でお尻を
ゆっくり下ろします。
膝の曲がりは90度を超えないようにします。

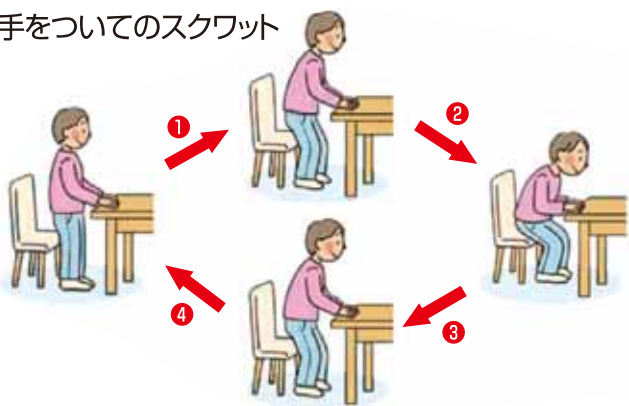
安全のために
椅子やソファの
前で行いましょう。



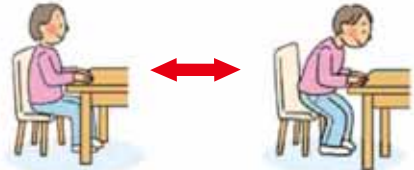
足は踵（かかと）から30度く
らい外に開きます。
開いた足の第2趾の向きに
膝を曲げます。（内側に曲げな
いように）
曲げた膝頭がつま先より前に
出ないようにします。

支えが必要な人は、医師と相談して机に手をついて行います

机に手をついてのスクワット



スクワットができないときは、椅子に腰掛け、
机に手をついて、腰を浮かす動作を繰り返します。



出典 日本ロコモティブシンドローム研究会

平成24年度介護保険会計予算についてお知らせします

平成24年度は、第5期介護保険事業計画の初年度となります。

歳入についてご説明いたします

【単位：千円】

項 目	24年度当初	23年度当初	比較	24年度構成割合
1.保険料	1,511,536	1,297,027	214,509	19.3%
2.構成市・町負担金	1,180,281	1,169,336	10,945	15.0%
3.国・県支出金	2,868,357	2,744,754	123,603	36.6%
4.支払基金交付金※1	2,159,622	2,131,798	27,824	27.5%
5.基金からの繰入金※2	127,455	177,077	△49,622	1.6%
6.その他	14	15	△1	0%
歳入合計	7,847,265	7,520,007	327,258	100%

※1 40歳から64歳までの方の保険料相当分が、社会保険診療報酬基金から交付されるものです。

※2 第5期計画期間の保険料の上昇分を抑制するため、これまで積み立てておいた資金を計画的に取り崩して繰り入れたものです。

歳入金額は平成23年度と比べて、金額にして3億2,725万8千円の増、比率にして4.4%の伸びとなっています。

歳出についてご説明いたします

【単位：千円】

項 目	24年度当初	23年度当初	比較	24年度構成割合
1.総務費	168,754	205,214	△36,460	2.2%
2.保険給付費	7,364,495	7,023,410	341,085	93.8%
3.地域支援事業費※3	223,760	239,378	△15,618	2.9%
4.その他	40,256	2,005	38,251	0.5%
5.予備費	50,000	50,000	0	0.6%
歳出合計	7,847,265	7,520,007	327,258	100%

※3 構成市町が実施する介護予防事業及び地域包括支援センターの運営にかかる費用です。

歳出金額は、保険給付費と介護予防推進のための地域支援事業費を合わせると歳出額の96.7%となり、歳出の大部分がこの二つで占められています。

歳出のほとんどを占める保険給付費は次のとおりとなっています。

【単位：千円】

項 目		平成24年度	平成23年度	比較	伸率
保険給付費		7,364,495	7,023,410	341,085	4.9%
内 訳	介護サービス等諸費（要介護者への給付）	6,432,855	6,165,424	267,431	4.3%
	介護予防サービス等諸費（要支援者への給付）	570,791	540,648	30,143	5.6%
	その他サービス等費※4	360,849	317,338	43,511	13.7%

※4 「特定入所者介護サービス費」「高額介護サービス等費」「高額医療合算介護サービス等費」「審査支払手数料」にかかる費用です。

平成24年4月から要介護認定の有効期間が見直されます！

○平成24年4月1日以降に申請を受理した新規の要介護認定及び要支援認定の申請から適用されます。

介護認定審査会は、要介護状態等区分（要介護度）を決定する際に、現在の状況がどの程度続くかという判断に基づき、介護認定審査会が必要と認める場合にあっては国が定める範囲内で認定有効期間を原則より短くまたは長く設定します。

今回、介護保険制度の見直しが行われて、国が定める認定有効期間の範囲の上限が次の表のように改正されます。

ただし、有効期間が延長されるのは、あくまでも介護認定審査会が必要と認める場合となりますので、該当申請区分の有効期間が一律に延長されるわけではありませんのでご注意ください。

○有効期間の取扱い

申請区分等		現行			改正後	
		原則の認定有効期間	設定可能な認定有効期間の範囲		原則の認定有効期間	設定可能な認定有効期間の範囲
新規申請		6ヶ月	3～6ヶ月		6ヶ月	3～12ヶ月
区分変更申請		6ヶ月	3～12ヶ月		6ヶ月	3～12ヶ月
更新申請	前回要支援 ⇒ 今回要支援	12ヶ月	3～12ヶ月		12ヶ月	3～12ヶ月
	前回要支援 ⇒ 今回要介護	6ヶ月	3～12ヶ月		6ヶ月	3～12ヶ月
	前回要介護 ⇒ 今回要支援	6ヶ月	3～12ヶ月		6ヶ月	3～12ヶ月
	前回要介護 ⇒ 今回要介護	12ヶ月	3～24ヶ月		12ヶ月	3～24ヶ月

平成24年4月から『更新のお知らせ』（勧奨通知）を廃止します！

これまで、要介護認定等の有効期限が近づいた方には、『更新のお知らせ』をお送りしていましたが、4月からこのお知らせを廃止いたします。介護保険法では、介護サービスを受けようとする方は保険者の要介護等認定を受けることとされていますが、これまでの勧奨通知に対する誤解等によりサービス利用を考えておられない方の申請も多く、このことが圏域全体の申請件数の増大に結びつき、サービスを利用されている方の認定が遅れる原因となっています。

介護サービス等をご利用されている方に対しては、法令で指定介護予防支援事業者、指定居宅介護支援事業者及びサービス提供事業者等から要介護等認定の申請（更新分）に係る援助がなされることとなっていますので、有効期限後も引き続きサービス利用をご希望される場合は、前述の事業者等にご相談ください。

■お問合せは／鳥栖地区広域市町村圏組合

〒841-0037 鳥栖市本町3丁目1494-1

ホームページアドレス <http://www.kttnet.co.jp/tosukaigo/>

介護保険料に関すること

総務課 収納対策室 介護保険料係

電話 0942-85-3637

FAX 0942-85-2084

要介護・要支援認定に関すること

介護保険課 認定係

介護保険給付・事業計画・統計に関すること

介護保険課 給付係

地域支援事業(介護予防)に関すること

介護保険課 地域支援係

電話 0942-81-3315

FAX 0942-81-3316