

介護保険情報誌

みんなの 介護保険



今回は、10月に配付されます「基本チェックリスト」と「高齢者要望等実態調査」について掲載しています。

また、介護予防講演会などのイベント情報や、平成24年度の決算についてお知らせいたします。

■ 地域のデータ (H25. 8. 31現在)

総人口	世帯数	65歳以上人口	高齢化率
124,557人	47,465戸	28,289人	22.71%

(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.19
2013.10

みなさまのご意見やご要望をお聞かせ下さい



高齢者の方を対象とした調査を実施します。

鳥栖地区広域市町村圏組合では、65 歳以上の高齢者の方を対象として次の二つの調査を実施します。

65 歳以上の方は、いずれかの調査票が届きますので、次の手順に従い、ご回答をお願いします。

調査の目的

高齢者、要介護認定者等 1 人ひとりの声を、これからの介護保険事業計画・市町の高齢者福祉計画に役立てる大切な調査です。

心身の状態・介護・介護予防サービスの利用意向・生きがい・健康についての関心などを把握するために行ないます。

提出用

高齢者要望等実態調査

○ この調査は、平成 25 年 10 月 1 日の状況で、回答をお願いします。

次の欄は、調査の対象となる方について、ご記入ください。

年齢 (歳)	性別 (男 ・ 女)
要支援・要介護度 ()	

次の 3 つの欄は、調査の対象となる方が記入する必要はありません。

* 調査員記入欄

下の枠に訪問日、調査員名、連絡先電話番号をご記入ください。

訪問日 月 日	担当名	連絡先電話番号
---------------	-----	---------

調査が可能な場合について

1 転居者	4 その他が該当は下の空白に自由にお書きください
2 老人施設への入所	
3 入所者	
4 その他	

市町村コード	電話番号

「高齢者要望等実態調査」
が届いたら・・・
P 3 へ

記入日	平成 24 年 月 日
電話番号	— —
氏 名	

基本チェックリスト

次の項目の当てはまる所に「○」をつけてください。

区 分	問 題 項 目	回 答
生 活	1 バスや電車で 1 人で外出していますか	はい いいえ
	2 日用品の買い物をしていますか	はい いいえ
	3 持病薬の出し入れをしていますか	はい いいえ
	4 友人の家に訪ねていますか	はい いいえ
	5 家族や友人の相談にのっていますか	はい いいえ
	6 階段をすすりや壁をつたわずに昇っていますか	はい いいえ
	7 椅子に座った状態から何もつかずに立ち上がっていますか	はい いいえ
	8 15 分お風呂に入っていますか	はい いいえ
	9 この 1 年間に転んだことがありますか	はい いいえ
	10 転倒に対する不安は大きいですか	はい いいえ
体 質	11 6 ヶ月間で 2 ～ 3 kg 以上の体重減少がありましたか	はい いいえ
	12 身長と体重をご記入ください	身長 cm 体重 kg
	13 半年前に比べて強いものが食べにくくなりましたか	はい いいえ
	14 お茶や汁物等でむせることがありますか	はい いいえ
	15 口の渇きが頻りにあります	はい いいえ
心 身	16 月に 1 回以上は外出していますか	はい いいえ
	17 昔々と比べて外出の回数が減っていますか	はい いいえ
	18 周りの人からいつも同じ事を聞く J などの物忘れがあるといわれますか	はい いいえ
	19 自分が電話番号を覚えて、電話をかけることができますか	はい いいえ
	20 今日が何月何日かわからない時がありますか	はい いいえ
	21 (ここ 2 週間) 毎日の生活に充実感がない	はい いいえ
	22 (ここ 2 週間) これまで楽しんでやっていたことが楽しめなくなった	はい いいえ
	23 (ここ 2 週間) 以前は家にできていたことが今はおっくうに感じられる	はい いいえ
	24 (ここ 2 週間) 自分が食になつた人だと思えない	はい いいえ
	25 (ここ 2 週間) わけもなく涙のような感じがする	はい いいえ

「基本チェックリスト」
が届いたら・・・
P 4 へ

調査にご協力いただいた方には・・・ P 5 へ

この調査に関するお問い合わせ先: 介護保険課 地域支援係 (0942-81-3111)



高齢者要望等実態調査について

基準日

10月1日を基準日として、調査員による聞き取り調査や、郵送による調査を行います。

調査内容

身体状況・健康状態・日常生活で困っていることなどをお聞きします。

※調査内容は他に漏れることはありません。皆様の生の声をお聞かせください。

調査対象者

65歳以上の方で、鳥栖地区広域圏内在住者で下記の①～③に該当される方の中から無作為抽出された方となります。

① 要支援・要介護の認定を受けておられる方

地域包括支援センター・居宅介護支援事業所等職員の訪問による聞き取り調査)

② 施設に入所されている方

(施設職員の面接による聞き取り調査)

③ 要支援・要介護認定を受けていない方

(郵送又は調査員による調査)

実施期間

10月1日～10月31日まで

鳥栖地区広域圏内(鳥栖市・基山町・みやき町・上峰町)で、約7,000名程度の方が対象者となります。
3年に1度の調査です。みなさまのご協力とご理解をお願いいたします。





基本チェックリストについて

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、厚生労働省によって作成された全国共通の質問票です。

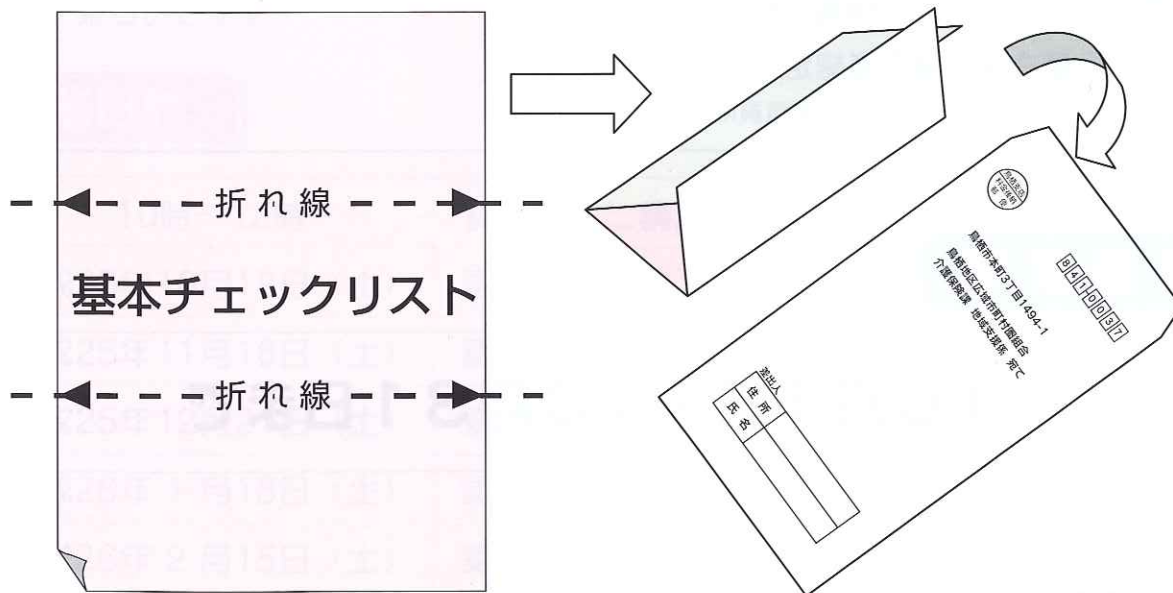
基本チェックリストが届いたら、次の手順に従い、是非回答してみてください。

基本チェックリスト回答までの3つのステップ

ステップ1 基本チェックリストを記入しましょう！！

区 分	質 問 項 目	回 答 欄
生活機能全般	1 バスや電車で1人で外出していますか	(はい) いいえ
	2 日用品の買い物をしていますか	はい (いいえ)
	3 預貯金の出し入れをしていますか	(はい) いいえ
	4 友人の家を訪ねていますか	はい (いいえ)
	5 家族や友人の相談にのっていますか	(はい) いいえ

ステップ2 三つ折りにして、同封の返信用封筒へ入れましょう。



ステップ3 ポストに投函しましょう！！





調査にご協力いただいた方には、 次の通知を差し上げます。

特典1. 回答された方全員に、生活アドバイス票を送付します。

「基本チェックリスト」と「高齢者要望等実態調査」の回答をしていただいた方へ、結果に応じた「生活アドバイス票」をお送りします。

この「生活アドバイス票」には、介護予防の参考となるコメントが載せられています。

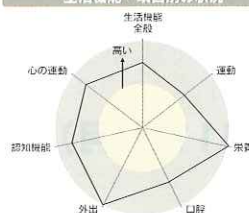
生活アドバイス票

このたびは、日常生活アンケートにお答えいただき、ありがとうございました。
以下は、今後の生活のご参考にしていただくため、お答えいただいた内容をコンピュータで統計的に処理した結果に基づくアドバイスです。

総合アドバイス

介護を受けず、お元気でお過ごしのご様子で、ご記入いただいた調査票を見ても、ほとんどの項目についてよい状態であることがわかります。
ご自宅でも自立した生活を維持していくために必要な能力（生活機能）は、うまく使っていくことによって維持・改善できることがわかっています。
地域包括支援センターや市町村では、そのためのきっかけづくりとして、様々なプログラムをご用意しています。こうした点についてお知りになりたいようでしたら、一度地域包括支援センター（または市町村の介護保険・介護予防事業担当課）にご相談いただければと思います。
下のグラフは、それぞれの項目ごとのあなたの状況と、全国調査のあった方全体の中でのあなたの位置付けを示しています。
なお、このアドバイスは、目標の健康増進を保障するものではありませんので、ご理解ください。

生活機能・項目別の状況



※上のグラフは、外側にあるほど機能が高いことを示しています。グラフ中と数値の部分に相当する項目は予約（主要）が必要な項目です。
※個別の項目ごとのアドバイスは、右側のアドバイスをご覧ください。

あなたの位置（生活機能全般）



※上のグラフは、20点満点で点数が高いほど元気なことを示しています。同じ、同年代の平均値と比べることにより、あなたの現在の元気度がわかります。

【アドバイスの例】

運動

【該当者向け】

あなたは、歩行などの運動機能が比較的高いと考えられます。

老化は足腰から始まるといわれるように、年齢が高くなるほど歩行などに障害が起きやすくなりますが、こうした運動機能は、継続的に使うことに維持・向上できることがわかっています。

地域包括支援センターや市町村から、運動機能の向上を図るための各種教室の開催についてお知らせすることがあります。その際には、是非ご参加ください。医師から運動などを制限されている場合は、事前に主治医に相談してみてください。

栄養

【該当者向け】

あなたは、栄養状態の心配はないようです。

ふだんからタンパク質（肉、魚、卵など）や炭水化物（ご飯、パンなど）、脂肪、ビタミンなどのバランスのとれた食事を摂られていることと思います。

万一急激に体重が減ってきた場合などは、一度医療機関に相談してみてください。

特典2. 介護予防教室への案内状を送付します。

基本チェックリストの結果で、介護予防をした方が良い高齢者の方へ、教室参加のご案内をお送りします。

日頃の生活で気軽に実践できる取り

組みについての
教室ですので、
案内が来たら、
積極的に参加し
てみてください。



介護予防教室の様子



介護の日イベントについて

毎年11月11日は「介護の日」です。

鳥栖地区広域市町村圏組合では、介護の日にあわせ、下記の通りイベントを開催します。
みなさん是非ご参加ください。

介護の日とは

厚生労働省により、介護についての理解と認識を深め、地域社会における支え合いや交流を促進する取り組みを重点的に実施する日として毎年11月11日を“介護の日”として設定されました。

日程 平成25年11月11日(月)
15:00～20:00

会場 基山町民会館2階一帯



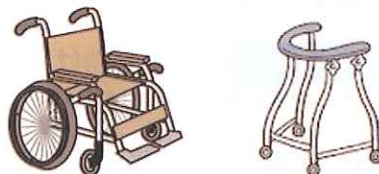
イベント内容

第1部 介護に関する相談展示 (15:00～17:00)

★介護相談会
(介護事業所の相談員
や大学の先生など
専門の方が相談に
応じます。)



★福祉用具展示・販売相談等



第2部 オカリナ・ギター演奏及び講演会

★オカリナ・ギター演奏
(17:15～18:15)
演者：shana

Shanaの紹介
佐賀県脊振村在住、
2人組のアーティスト。
優しい音色のオカリナとギターの演奏は、忙しい日常を忘れて穏やかな気持ちになれると評判です。
癒しの音楽でほっと一息しませんか。



★講演会 (18:30～20:00)
講師：林田スマ氏



林田 スマ氏の紹介
元RKB毎日放送アナウンサー。その後9年間の専業主婦を経て、昭和55年フリーとしてアナウンサーの仕事に復帰し、長年に渡りラジオ・TVでアナウンサー活動をする。
高齢者や女性問題の見識も深く、平成21年4月から大野城まどかびあ館長に就任。柔らかい語り口で、これからの介護や高齢社会について講演します。

■ 問い合わせ先 鳥栖地区広域市町村圏組合 介護保険課 地域支援係 TEL0942-81-3111

今年も介護予防講演会を開催します

今年度の介護予防講演会は、「生涯現役 介護予防でのかさね 健康寿命」を共通テーマに、各分野の専門の先生方にバラエティに富んだ内容の講演をお願いしております。

「笑い・涙・情熱・汗・感動」など、皆さんの五感をとおして介護予防について学びましょう！！皆さんのお越しをお待ちしています。いずれの講演会も参加料無料・申込不要です。

(お問い合わせ：介護保険課 地域支援係：0942-81-3111)

	第1回講演会	第2回講演会	第3回講演会
日 時	平成25年 10月21日(月) 14:00~16:00 (13:00開場)	平成25年 11月4日(月・祝) 10:00~12:00 (9:30開場)	平成26年 2月9日(日) 14:00~16:00 (13:00開場)
場 所	みやき町 こすもす館ホール	サンメッセ 鳥栖 4階 ホール	上峰町民センター 大ホール
テ ー マ	「人は誰でも 主役になれる！！」	「地域の交流を 生かした介護予防」 ～ふまねっと運動～	「107歳の挑戦！！」
講 師	 よこいし ともじ 横石 知二氏 【講師紹介】 徳島県上勝町在住。山奥の小さな過疎化の進んだ町で新しい産業として、横石先生は、葉っぱビジネスに取り組みました。それは苦勞を重ね成功し、今地域おこしや、高齢者の生きがい作り・社会参加の取り組みとして全国から注目を浴びています。 (映画「人生いろいろ」は、この取り組みがテーマになっています。)	 きたざわ かずとし 北澤 一利氏 【講師紹介】 北海道在住。「ふまねっと運動」は、地域住民さんと大学生との交流の中で開発された運動です。北海道だけでなく、九州でも吉野ヶ里町や久留米市で介護予防に効果のある運動として住民の取り組みが始まっています。 介護予防のヒントと運動の紹介もありますのでぜひ参加してみませんか？	 しょうち さぶろう 昇地 三郎氏 【講師紹介】 福岡県在住。教育者であり、最高齢での世界一周旅行でギネス認定を受け、福岡県の健康マイスターといろんな顔を持つ、昇地先生は常に新しいことに挑戦されています。 今年107歳でなお、元気に過ごされる秘訣をみなさん聞いてみませんか。 感動の一期一会の機会になること請け合いです。



～家族介護者交流会～ 参加してみませんか♡

認知症の症状がある方を介護して、疲れていませんか？

ご家族の中で、イライラしていませんか？

「いったいなぜ私一人が介護を引き受けなければならないのだろう・・・。」

同じように悩んでいる人たちがいます。みんなで一緒に考えましょう。

ここには、介護という共通の体験をした仲間がいます。

簡単な勉強やおしゃべりしながら、コーヒーを飲みながら、創作活動をしてみませんか。

対 象：在宅で、認知症の症状がある方を介護しておられる家族

講 師：西九州大学 藤原先生と学生さん、ボランティアの方

いろんな話が聞けたこと、
私の愚痴を聞いてもらったことは、
良かったと思います。おしゃべりをし
ながら小物づくりも、なんかほっとす
るひと時でした。

参加費：100円（お茶やお菓子代）

★一回の参加でも受け付けますよ！

楽しいですよ！



開催日時

10時～12時	認知症ミニ講座	創作活動
平成25年10月19日（土）	認知症の症状 1	日常で使える小物作り 例）一輪挿し、ペン立て、 匂い袋など
平成25年11月16日（土）	認知症の症状 2	
平成25年12月21日（土）	認知症の治療	
平成26年 1 月18日（土）	認知症のケア 1	
平成26年 2 月15日（土）	認知症のケア 2	

会 場

鳥栖市本町3丁目1494-1 鳥栖地区広域市町村圏組合 介護保険課

問い合わせ先

介護保険課 地域支援係 （0942-81-3111）

平成24年度介護保険会計決算報告について

本組合の介護保険特別会計にかかる平成24年度の歳入歳出の決算額は下記のとおりです。

歳 入 79億9,392万5千円

歳 出 77億9,114万8千円

差引額 2億 277万7千円

歳入状況

【単位：千円】

項 目	24年度決算額	23年度決算額	比 較	伸 率
1 保険料	1,528,989	1,372,305	156,684	11.4%
2 分担金及び負担金	1,186,298	1,152,166	34,132	3.0%
3 国・県支出金	2,841,910	2,664,360	177,550	6.7%
4 支払基金交付金 ※1	2,164,574	2,086,860	77,714	3.7%
5 繰入金 ※2	131,489	177,231	△ 45,742	△ 25.8%
6 その他	140,665	208,778	△ 68,113	△ 32.6%
歳入合計	7,993,925	7,661,700	332,225	4.3%

※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。

歳出状況

【単位：千円】

項 目		24年度決算額	23年度決算額	比 較	伸 率
1.総務費		170,611	177,340	△ 6,729	△ 3.8%
2.保険給付費		7,222,733	6,887,907	334,826	4.9%
内 訳	介護サービス等諸費（要介護者への給付）	6,391,223	6,069,168	322,055	5.3%
	介護予防サービス等諸費（要支援者への給付）	497,684	494,579	3,105	0.6%
	その他のサービス費	333,826	324,160	9,666	3.0%
3.地域支援事業費 ※3		222,728	239,318	△ 16,590	△ 6.9%
内 訳	介護予防事業費	77,350	91,158	△ 13,808	△ 15.1%
	包括的支援事業費	98,876	99,030	△ 154	△ 0.2%
	任意事業費 ※4	46,502	49,130	△ 2,628	△ 5.7%
4.その他		175,076	212,394	△ 37,318	△ 17.6%
5.予備費		0	0	0	0%
歳出合計		7,791,148	7,516,959	274,189	3.6%

※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。

※4 任意事業とは、構成市町の実態に応じて任意に行うことができるもので、事業としては高齢者の見守り事業、家族介護支援事業等を実施しています。

もうすぐ65歳を迎えられる方へ

介護保険制度において、65歳は第2号被保険者から第1号被保険者に切り替わる節目の年齢です。65歳になれますと、下記のように変わります。

被保険者証

誕生月の上旬に介護保険の第1号被保険者であることの証明書として、65歳を迎えられる方全員に郵送されます(青色、はがきサイズ)。介護サービスが必要となった場合に必要となりますので、大切に保管しましょう。

介護保険料

それまでは加入医療保険料と合わせてお支払いされていた介護保険料を、65歳からは本組合に直接納めていただくこととなります(加入医療保険と二重納付にはなりません)。

誕生月翌月に納付書、介護保険料のご案内等の書類が郵送されます。

介護保険料納付証明書について

お支払いいただいた介護保険料は確定申告における社会保険料控除の対象となります。

申告時には下記の証明書をご利用ください。

なお、平成25年中(平成25年1月～12月まで)に普通徴収で納付された方には、本組合よりお支払いされた普通徴収金額を表示した『介護保険料納付証明書』を、平成26年1月下旬にお送りします。

平成25年中の納付方法	確定申告時に利用する書類
普通徴収(納付書または口座振替)のみの方	本組合から送付する『介護保険料納付証明書』をご利用ください。
特別徴収(年金から天引き)のみの方	年金保険者(日本年金機構など)から送付されます『公的年金等の源泉徴収票』をご利用ください。
普通徴収と特別徴収の両方でお支払いの方	『介護保険料納付証明書』+『公的年金等の源泉徴収票』を併用してご利用ください。

※年金保険者(日本年金機構など)から「公的年金等の源泉徴収票」が送られてこない方、年末調整等により事前に必要な方は、本組合 介護保険料係またはお住まいの市町の介護保険担当窓口へ申請してお受け取り下さい。

■お問い合わせは/ 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
電話 0942-85-3637

総務課 収納対策室 介護保険料係
FAX 0942-85-2084

要介護・要支援認定に関すること
介護保険給付に関すること
電話 0942-81-3315

介護保険課 認定係
介護保険課 給付係
FAX 0942-81-3316

介護予防に関すること
電話 0942-81-3111

介護保険課 地域支援係
FAX 0942-81-3316