

# 介護保険でこんなことができます

## 1. 訪問サービス

- 訪問介護(ホームヘルパー)
  - ・食事作り、掃除、洗濯などの生活援助
  - ・入浴介助、排泄介助、着替えなどの身体介護
- 訪問看護
  - ・看護師が訪問し、健康チェック、服薬管理、医療的ケア(褥瘡処置・点滴など)
- 訪問入浴介護
  - ・浴槽を持ち込んで、自宅で安全に入浴できるサービス
- 訪問リハビリ
  - ・理学療法士・作業療法士などが来て、リハビリを実施

## 2. 通所サービス

- デイサービス(通所介護)
  - ・入浴、食事、機能訓練、レクリエーション
  - ・家族の休養(レスパイト)にもなる
- デイケア(通所リハビリ)
  - ・リハビリを中心としたサービス

## 3. 短期入所サービス

- ショートステイ(短期入所生活介護／短期入所療養介護)
  - ・数日～数週間、施設に入所して生活支援や介護を受けられる
  - ・家族の休養や旅行、冠婚葬祭などで介護が難しいときに利用

## 4. 福祉用具・住宅改修

- 福祉用具レンタル
  - ・車いす、特殊ベッド、歩行器、手すり付きポータブルトイレなど
- 福祉用具購入(年間10万円まで)
  - ・シャワーチェア、浴槽用手すり、すのこ、ポータブルトイレなど
- 住宅改修(上限20万円まで)
  - ・手すりの取り付け
  - ・段差解消
  - ・洋式便器への交換
  - ・滑りにくい床材への変更

## 5. ケアマネジメント

- ケアマネジャーによるケアプラン作成
  - ・本人や家族の希望を聞いて、必要なサービスを組み合わせる
  - ・申請や手続きの代行もしてくれる

## 6. 医療との連携

- 介護医療院や訪問診療との併用
  - ・医師の往診や在宅医療と連携して介護サービスを利用可能

## 7. 経済的な支え

- 自己負担は原則 1 割(収入に応じて 2~3 割)
- 高額介護サービス費制度
  - ・自己負担が高額になったときに払い戻しがある制度

ポイント:

介護保険は「生活の質を保ちながら、介護者の負担を減らすため」に使う仕組みです。

どのサービスをどのくらい使えるかは 要介護度(要支援 1~2、要介護 1~5) によって決まります。