

坂井郡介護保険広域連合

編集・発行 坂井郡介護保険広域連合 〒919-0522 福井県坂井郡坂井町上新庄28-5-3
TEL 0776-67-3366 FAX 0776-67-3766 E-mail:info@kouiki.sakai.fukui.jp
URL <http://www.kouiki.sakai.fukui.jp>

第14号
平成16年8月13日



丸岡町の長寿園でボール送りのレクリエーションが行われました。紅白に分かれ、「がんばれ」「がんばれ」の声援で楽しいひとときを過ごしました。

- あなたの保険料はいくら？ 2
- 保険料の納め方は？ 3
- 「高額介護サービス費」制度をご存じですか？ 4
- 「運営協議会委員の公募」広報誌の名前募集」 5
- 第15回広域連合議会定例会 6
- 介護予防講座「転ばない体をつくろう」 7



習字の時間です。

きれいに書けたでしょう

保険料はいつから納めるの？

保険料は、65歳の誕生日の前日の属する月の分から納めます。

- 例 8月1日が65歳の誕生日の方 7月分から納めます。
8月2日が65歳の誕生日の方 8月分から納めます。



年金の「現況届」は忘れずに提出してください。

社会保険庁への「現況届」を出し忘れると、年金が一時差し止めになり、介護保険料の差し引きができなくなるケースがあります。(この場合、納付書で納める普通徴収になります。)

介護サービスを利用しなくても保険料は納めるの？ あとで返してもらえるの？

65歳以上の介護保険料は地域の介護サービスをまかなう大切な財源(約18%)になっています。ですから、医療保険と同様に保険料をお返しすることはありません。介護保険は助け合いの精神にもとづく社会のしくみです。どうぞご理解ください。

保険料の納め方は2種類に分かれています。

特別徴収

年金からあらかじめ
差し引かれます。

**老齢(退職)年金
年額18万円以上の方**
(月額15,000円以上の方)

普通徴収

各市町からの納付書によって
納付します。

**老齢(退職)年金
年額18万円未満の方**
(月額15,000円未満の方)

納め忘れのない、口座振替が便利で確実です。

老齢(退職)年金には、老齢福祉年金、遺族年金、障害年金、恩給などは、含みません。

平成16年度の介護保険料の特別徴収は、前年度の2月の保険料を当年度前半(4、6、8月分)の仮徴収額とするしくみから、保険料額に変わりはありませんが後半(10、12、2月分)の本徴収とでは格差が生じます。

そのため、この格差を是正し、次年度の徴収額が全期を通じてバランスがとれるように変更可能な8月の徴収額を減額して、調整(平準化)を行いました。

<平準化例> 第3段階の場合(年額43,200円)

期別	平成16年度(43,200円)						平成17年度(43,200円)	
	仮徴収			本徴収			仮徴収	本徴収
期別	4月	6月	8月	10月	12月	2月	4・6・8月	10・12・2月
平準化した場合	8,000	8,000	5,600	7,200	7,200	7,200	7,200	7,200
平準化しない場合	8,000	8,000	8,000	6,400	6,400	6,400	6,400	8,000

平成15年度と平成16年度の介護保険料年額(所得段階)が変更になった方は調整されない場合があります。

高額介護サービス費制度



をご存じですか？

介護保険では、介護サービスを利用したときの自己負担額が、高額とならないように一定の上限が決められています。この自己負担額の上限額を超えたときには、申請により超えた分が「高額介護サービス費」として後から支給されます。

利用者負担の上限額は、世帯の所得に応じて3段階に分かれています。

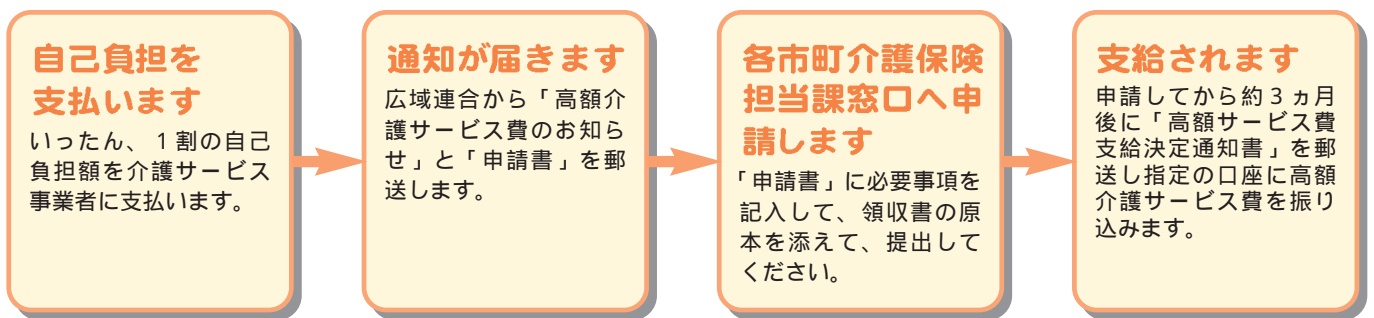
(月額・同一月)

所得段階	利用者負担の上限額(月額)
生活保護・老齢福祉年金の受給者で住民税世帯非課税	15,000円
世帯全員が住民税非課税	24,600円
一般世帯(上記以外の場合)	37,200円

【高額介護サービス費の主な支給要件】

- ・同じ月に利用した介護サービス費の自己負担額が上限額を超えた場合に支給対象となります。
- ・同じ世帯に複数の利用者がある場合には、世帯の合算額になります。
- ・上限額の3段階の区分は、月の初日における世帯の住民税課税状況により判断されます。

利用手続きは？



申請時に必要なもの

- 申請書
- 振込先の分かるもの
- 印鑑(シャチハタは不可)
- 領収書
(対象となる月のものすべてで、領収印の押しあてられた原本)
領収書の原本はお返しします。

領収書例

利用領収書	
介護 太郎 様	平成 年 月 分 発行日 平成 年 月 日 介護老人保健施設 印
領収金額	69,900円
一部負担金	40,000円
標準負担額	23,400円
日常生活費	4,500円
洗濯代	2,000円

高額介護サービス費の対象となります。ここから上限額を引いた残りが支給されます。

これらは高額介護サービス費対象外です。

一部負担金が利用者負担金・施設サービス費等と記載されている場合もあります。この一部負担金が「給付のお知らせ」の自己負担金額と一致しますので、領収書の確認をお願いします。自己負担分をサービス事業者等に支払った日から2年を経過しますと、支給できませんのでご注意ください。

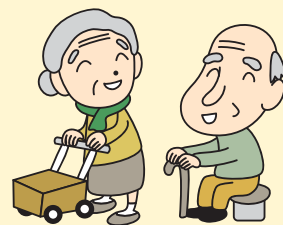
介護保険運営協議会委員を一般公募します

広域連合では、介護保険制度の適正で円滑な運営を図るために広域連合長の諮問機関として、介護保険運営協議会を設置しています。

協議会は、サービスの実施状況など保険給付の内容をはじめ、これらに関する苦情・相談及び保険料や利用料に関することなどについて、審議を行うことを目的としています。

委員は、関係機関団体、学識経験者のほか、皆さんの意見を幅広くお聞きするため、一般公募による住民代表などで構成されています。

介護保険や福祉行政に関心のある方のご応募をお待ちしています。



◆募集人員

5人

◆委嘱期間

平成16年12月14日から2年

◆応募資格

あわら市、坂井郡に居住されている方で、年3回程度の協議会に参加できる方。性別、年齢は問いません。ただし、現在、各種委員などに委嘱されている方はご遠慮ください。

◆応募方法

「高齢者福祉及び介護保険制度に関する意見、考え方について」の小論文（原稿用紙400字詰2枚を同封のうえ、広域連合総務課まで郵送してください。

◆応募期間

平成16年8月16日(月)～平成16年11月1日(月)

◆問合せ先

〒919-0522 坂井郡坂井町上新庄28-5-3
坂井郡介護保険広域連合総務課(TEL 67-3366)



この坂井郡介護保険広域連合広報誌になまえをつけてください。

広域連合広報誌は今回で第14号になり、年3回発行しています。高齢社会を迎えた現在、自立した生活を支援し、安心して介護が受けられるように介護保険や介護予防の情報をお届けしたいと思っています。そこで、皆さんにより親しんでもらえるようにこの広報誌の名称を公募することになりました。

募集要項は次のとおりです。どしどしご応募ください。

◆応募方法

広報誌の名称 名称の由来 住所 氏名 年齢 職業(学校名)をご記入の上、はがき、FAXまたはEメールでご応募ください。おひとり何点でも応募できます。

◆あて先

坂井郡介護保険広域連合 総務課
<はがき> 〒919-0522 坂井町上新庄28-5-3
<FAX> (0776) 67-3766
<Eメール> info@kouiki.sakai.fukui.jp

◆締め切り

平成16年9月30日(木)当日消印有効

◆決定

全応募作品の中から当広域連合で最優秀賞(1点)を選定し、記念品を贈呈します。



第15回 広域連合議会定例会

第15回広域連合議会定例会が7月21日、丸岡町議場で行われ、監査委員の選任及び平成16年度一般会計補正予算など計4議案が原案どおり可決されました。

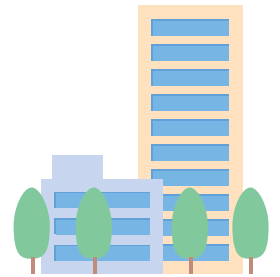
副議長には谷口 昌博氏（春江町）が選出され、識見の監査委員には吉田 眞己氏（あわら市）が選任されました。

また、あわら市及び春江町の議会の改選に伴い、新しい議員が選出されました。

あわら市	橋本 達也	山下 忠孝	東川 継央
	田中 洋行	牧田 孝男	丸谷 浩二
春江町	後藤詩律子	谷口 昌博	西畑知佐代

議員運営委員会に選出された議員は次の皆さんです。（委員長 副委員長）

山下 忠孝（あわら市）	釣部 勝義（丸岡町）	橋本 達也（あわら市）
千利浜幸男（三国町）	谷口 昌博（春江町）	盛政 隆治（坂井町）



一般質問

高額介護サービス費 支給の改善を

林田 繁樹 議員

サービス利用料が一定の限度額を超えると、その超えた分は本人に返されますが、この手続きは、毎回、利用料の領収書を添付し申請書を担当課まで提出しなければなりません。これでは限度額を超えたすべての方が高額介護サービス費の支給を受けられなくなります。つまり、この制度が利用者に還元されていない実態があります。

問1 昨年度1年間の通知件数のうち、申請件数、申請されなかった件数と金額はどれだけが。

林田連合長
介護保険法第51条で「著しく高額であるときは、当該要介護被保険者に対し、高額介護サービス費を支給する。」と定められております。

従いまして、要介護被保険者が介護保険サービスを利用し、世帯全体の1ヶ月の1割利用負担額が一定の額を超える場合、その超えた額を所得区分に応じて、申請に基づき、高額介護サービス費として支給する制度です。

利用者負担の上限額は、住民税課税世帯に属する方は37,200円、住民税非課税世帯に属する方は24,600円、生活保護受給者・住民税非課税世帯で老齢福祉年金受給者の方は15,000円と定められております。

なお、同じ世帯に複数のサービス利用者がある場合も、上限額は同じです。

高額介護サービス費該当者には、「高額介護サービス費としていくらお支払いできます。」という、いわゆる勧奨通知を、坂井郡介護保険広域連合介護保険条例施行規則第22条に基づく、介護保険高額介護（居宅支援）サービス費支給申請書を同封して、領収書を添えて申請していただくようお知らせをいたしております。

平成15年度の申請件数は3,671件で、申請されなかった件数は1,094件で4,380,853円でございます。ただし、申請の期間は2年ですので、請求権の時効が2年経過した時点で最終的にどれだけ申請されなかったという額が確定することになります。

問2 老人医療高額医療費支給の手続きのように簡素化し、事務経費節減と高額介護サービス対象者の利便と申請漏れをなくすことに対する改善策を問う。

林田連合長
高額介護サービス費の支給につきましては、法施行規則第83条の4第2項で、給付実績を基に領収内容において介護保険高額介護サービス費該当と非該当の確認を個々に行いその都度精査が必要であり、同一世帯に複数の要介護者がいる場合、世帯全体の1ヶ月の利用者負担額が上限を超えたとき支給されることになっているため、現時点での確認方法として領収書の添付については省略できないものとなっております。

このことは、利用者によってはケアマネジャーが本人の身体の状態をみながら月々のケアプランを作成しており、サービス利用が月々異なっていることから、精査・確認が必要になっております。

また、申請漏れについては、そういうことがないように市・町の窓口業務はもちろん、介護保険事業者ネットワークさかい、坂井郡ケアマネジャー連絡会等の会議で、サービス利用者に対しなおいっその指導をしていただくようお願いしてまいりたいと思います。

このように介護保険は世帯単位になっており、老人医療のように個人個人でないために簡素化がむずかしいわけです。機会があるごとに国や県に対して改善策を申し入れていきたいと思っております。

転ばない体をつくろう



ちょっとした段差につまずいたり、階段や廊下ですべるなど、年齢が高まるにつれこのような転倒事故が増えてきます。高齢者の転倒は骨折を招きやすく、長期の入院を経て、寝たきりや痴呆につながる恐れがあります。

「あっ、危ない」と思ったとき、がんばってふんばりきれぬ足腰の筋力や、とっさに対応できる柔軟な身のこなしがあれば、転倒事故の多くは防ぐことができます。

加齢による身体機能の衰えにストップをかけ、能力アップをはかるためにも、毎日の生活の中に体操を組み入れて、転ばないための体力づくりを心がけましょう。

－ かんたんな転倒予防体操（その1）－

ストレッチから始めましょう

疲れをためず、快適な毎日を送るための「体の手入れ」です。万一転んでもケガを最小限に抑えられるように

筋肉を柔らかく、 間接の動きをひろげる

〈肩のストレッチ〉

椅子に腰掛けします。
ひじを押して肩を後ろに。
息をとめず、筋肉がのびて気持ちいい範囲で20秒程度。
無理をしない、痛みをこらえない。



〈足のストレッチ〉

椅子を支えにして片足を少し後ろに。
ゆっくりとかかとを床につける。
息をとめず、筋肉がのびて気持ちいい範囲で20秒程度。
無理をしない、痛みをこらえない。
片足ずつ同じ運動をする。



すわったまま指先の屈伸、
肩回しなどもできる。

無理せず、
自分のペースで
長く続けましょう！



足腰の筋肉をつけましょう

ふだんの生活だけではおとろえがちな脚の筋肉を強化して、ヒザ関節の障害や痛みを予防します。

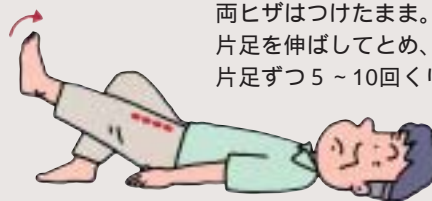
太もも前方の 筋力アップ

椅子に腰掛け、上体をまっすぐに保つ。
片足を床と並行になるまで
持ち上げて、つま先をかえす。
約5秒停止したあと、ゆっくり
おろす。
片足ずつ5～10回くりかえす。



上の体操は 寝たままでもできます

足を30度くらいもちあげる。
両ヒザはつけたまま。
片足を伸ばしてとめ、つま先をかえす。
片足ずつ5～10回くりかえす。



『更新認定』の申請をお忘れなく！

要介護認定には、有効期間があります。介護保険証を確認の上、忘れずに更新の手続きを行いましょ。 (各市町介護保険担当課で切れる60日前より受付します。)

有効期間が切れてしまうと介護サービスが受けられなくなる恐れがあります。



このほど、福井県国民健康保険団体連合会から講師を招いて介護保険苦情相談研修会を行いました。

介護保険モニターの方々には、介護保険の現状そしてこれからの展望及び苦情の実態にふれ、今後の活動に生かしていきたいと意欲的でした。



介護保険モニターの皆さんは次の方々です。お気軽にご相談ください。

(敬称略)

あわら市

おさ	むら	まこと	77-2084
納	村	亮	
佐	賀	ち	79-1103
野	田	千	
見	澤	きよ	73-5277
		美	
		和	75-1486
		子	

三国町

おお	い	さだ	お	82-0137
大	井	貞	夫	
坪	井	まこと	貞	82-0498

丸岡町

おお	しも	のり	こ	66-5167
大	霜	範	子	
堀	田	ふみ	子	67-0877
		文		

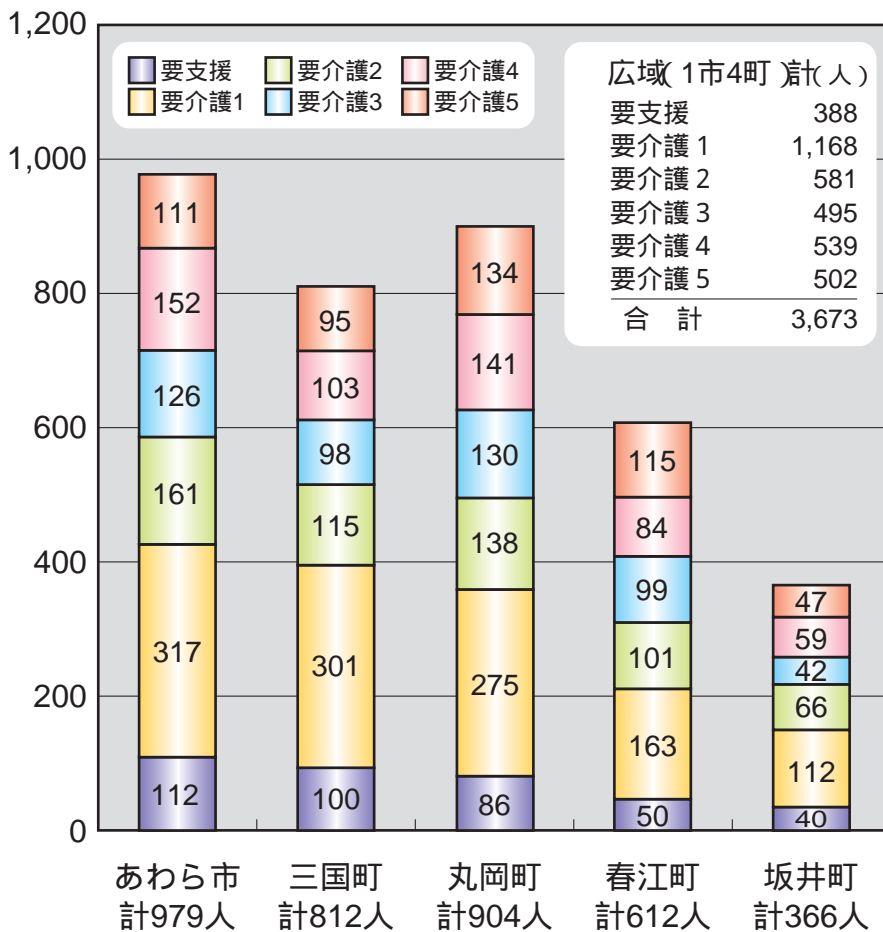
春江町

たけ	うち	のり	お	51-1006
竹	内	則	雄	
平	田	よし	江	51-1429
		好		

坂井町

てら	ざわ	ゆ	き	こ	72-0631
寺	澤	由	紀	子	
半	田	と	み	子	72-0579

要介護等認定者数の状況 (平成16年6月末日現在)



介護保険料の納期限は

第1期	7月26日(月)
第2期	8月25日(水)
第3期	9月27日(月)
第4期	10月25日(月)
第5期	11月25日(木)
第6期	12月27日(月)
第7期	平成17年 1月26日(水)
第8期	平成17年 2月25日(金)

■普通徴収の方は**確実な口座振替が便利**です。

口座振替依頼書(各市町介護保険担当課に用紙があります。)に必要事項を記入し、依頼する口座のある金融機関または各市町介護保険担当課に提出してください。

納期限までに納めましょ。

編集後記

残暑の候、皆さまにはご健勝でお過ごしでしょうか。健康管理に留意され、猛暑の季節を乗り切って夏を満喫したいものです。

広報担当になって早1年が過ぎ、気持ちを新たにしてお充実した紙面づくりに取り組んでいこうと思ひます。