

北アルプスかいご

年3回発行

大町市大町1058-33
北アルプス市町村会館内
北アルプス広域連合
電話.22-7196

北アルプス買い物サポート事業がスタート

(モデル事業)



自分で運びきれない荷物を、配達で応援します！

高齢者世帯の困り事の一つとして、「買い物した商品の持ち帰りが大変」という課題があげられる中、大北5市町村が郵便局と地元のスーパー等の協力をいただき、高齢者の買い物を支援する「北アルプス買い物サポート事業」が始まりました。外出の機会が減り、閉じこもりがちな65歳以上の方を対象に、協力店舗で買い物した商品をご自宅に配達するもので、高齢者の社会参加を促すことで介護予防につながるものと期待されています。

詳しくは2ページ以降を参照に、お住まいの市町村の地域包括支援センターへお問い合わせください。

【目次】

- 1 北アルプス買い物サポート事業について… 2 頁
- 2 確定申告の準備について
(介護保険料の納付済額等) …… 4 頁

- (医療費控除対象の介護サービス等) … 5 頁
- 3 給付費通知について…………… 6 頁
- 4 特養入所待機者について………… 7 頁
- おむつ使用証明書について………… 8 頁

北アルプス買い物サポート事業 モニター募集

(モデル事業)



ご自分で運びきれない荷物 配達で応援します！

モデル事業実施期間 平成30年11月～平成31年2月

この事業は、北アルプス広域連合生活支援・介護予防サービス等提供主体等協議会において抽出された生活支援課題に基づき7月より検討を進め、北アルプス広域連合を構成する5市町村において、実践的なモデル事業として取り組むこととなりました。

買い物をきっかけに外出をして、いつもより歩いたり、おしゃべりしたり、自然と心身を動かすことで、介護を予防して自立した生活の継続ができるよう支援していきます。

②事前に登録した店で買い物をする。

買い物に合わせて、
心と体も
リフレッシュ♪



重い荷物を自分で
運ぶのは、そろそろ
限界かも…

対象となる人

65歳以上で次のいずれかに該当する人です。

- ・徒歩、自転車、公共交通機関で買い物に行く
- ・病気やケガなどで重い荷物を運ぶのが困難
- ・運転免許を返納した（予定している）等

①
自分で
買い物に
出掛ける。



③
無料で
配達※3



※3
利用期間に応じて利用できる
回数には上限があります。



※平成30年度 介護予防・日常生活支援総合事業及び生活支援体制整備事業の効果的な推進方法に関する研究（モデル）事業として実施。

注意事項

1. 次の商品は配達できません。

- ※ 冷蔵・冷凍食品や生鮮品等、温度管理が必要な商品
- ※ サイズ（タテ+ヨコ+高さ）が170cm または重さが30kgを超える商品

2. アンケートにご協力ください。

本事業は、高齢者に必要な生活支援サービスを検討するためのニーズ調査を兼ねています。参加いただく方には、利用した感想、便利な点、改善が必要な点など、事業終了時に実施するアンケートへの協力をお願いします。

1. 利用申し込み

- 申込時に利用する店舗を登録します。

2. 『配達セット』が届く

利用登録証

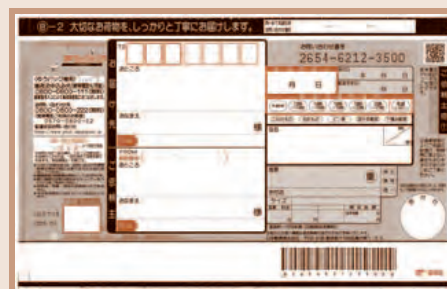
会計時に店員に提示します。

荷物の送り状

お届け先欄にあらかじめ申込み者の氏名・住所・電話番号が印字してあります。

買い物バッグ

モニターには2種類のバッグを配布します。
（バッグに入りきらない場合はお店の段ボール箱）
に梱包して送り状をもう1部使用します。）



3. お店での買い物

- 午後2時までに協力店舗で買い物をします。
- 会計時に配達セットを提示して、持ち帰り用と配達用に商品を分けます。

4. 荷物を翌日 自宅に配達

- 預かり時間によっては翌々日配達となります。
- 郵便局又は店舗から配達されます。

買い物カゴに入るサイズです



配達用



持ち帰り用

協力店舗

（平成30年11月16日現在）

大町市 カインズ大町店、ザ・ビッグ信濃大町店、J A大北ときわ店、地場の郷、西友大町店、デリシア大町店、ベイシアフードセンター大町店、ホームプラザナフコ フレスポ大町店

池田町 働てる坊市場（池田町ハーブセンター）、ザ・ビッグ信州池田店

松川村 西友松川店

白馬村 Aコープ白馬店ハピア、ザ・ビッグ白馬店、デリシア白馬店

配達協力郵便局

大町郵便局、穂高郵便局、大町市、池田町、松川村、白馬村、小谷村に所在する郵便局

お申し込み・お問い合わせは、お住まいの地域包括支援センターへお願いします。

大町市地域包括支援センター ☎22-0420
大町市北部地域包括支援センター ☎85-0062
大町市南部地域包括支援センター ☎21-1702
小谷村地域包括支援センター ☎82-3135

池田町地域包括支援センター ☎61-5000
松川村地域包括支援センター ☎62-3290
白馬村地域包括支援センター ☎72-6667

申告の準備はお済みですか？

介護保険料は

「社会保険料所得控除」の対象となります



65歳以上の方が納付した介護保険料は、所得税や市町村民税申告の「社会保険料控除」の対象となります。平成30年1月1日から12月31日までにお納めいただいた金額（年金から天引きされた金額）の合計を申告してください。

なお、一年間の納付額については、下の表のとおり、納付方法別に年金保険者（日本年金機構等）または北アルプス広域連合からそれぞれ、「源泉徴収票」「納付済額証明書」により通知いたしますので、申告の際にご確認ください。

その他不明なことがございましたら、「北アルプス広域連合介護福祉課 介護保険係」まで、お問い合わせください。

電話 ☎ 0261-21-3324

	特 別 徴 収	普 通 徴 収
徴収方法	年金年額が18万円以上の方で年金から天引きされた方	年金年額が18万円未満の方等で納付書や口座振替等で納めた方
証明書の発行	1月下旬に年金保険者から「源泉徴収票」がはがきで通知されます。 ※障害年金・遺族年金から天引きされた保険料については、北アルプス広域連合から納付済額証明書を送付します。	1月下旬に北アルプス広域連合から「介護保険料納付済額証明書」を送付します。
申告（社会保険料控除）できる人	本人の年金から差し引かれた「介護保険料」は、 <u>本人のみ社会保険料控除の対象として申告ができます。</u> ※本人の年金から差し引かれた介護保険料を配偶者や家族が補填したとしても、 <u>その配偶者や家族の社会保険料控除の対象とはなりません。</u>	本人が納付書や口座振替等により「介護保険料」を支払った場合には、 <u>本人の社会保険料控除の対象として申告ができます。</u> また、本人の「介護保険料」を配偶者や家族が納めた場合には、国民年金や国民健康保険と同様に、 <u>配偶者や家族の社会保険料控除の対象となります。</u>

この機会に、納め忘れがないか、確認しましょうね。



※40歳から64歳の方の介護保険料は、健康保険料といっしょにお納めいただいておりますが、この部分についても社会保険料控除の対象となりますのでお納めいただいた保険料を確認し、申告してください。また、申告額等の確認などについては加入している医療保険者にお問い合わせください。

障害者控除について

65歳以上の本人又は家族が、要介護1から5の要介護認定を受けている場合、障害者控除の対象となる場合があります。控除の対象となった場合、認定書がお住まいの市町村から発行されますので、申告の際に提示してください。詳しくは、市町村介護保険担当窓口にご相談ください。



医療系の介護サービス利用料は、所得税や市町村民税申告の「医療費控除」の対象となります。具体的な医療系の介護サービス種類は、下の表のとおりです。

平成30年1月から12月までの1年間に支払った「医療系の介護サービス利用料」が対象となります。

※控除を受けるためには「領収書」が必要です。で、ご準備ください。

医療系の介護サービス利用料は「医療費控除」の対象となります

居宅サービス利用の場合

控除の対象になる、医療系の介護サービスは？

- ・訪問看護 ・通所リハビリテーション ・訪問リハビリテーション
- ・短期入所療養介護 ・居宅療養管理指導 ※以上は介護予防を含みます。
- ・定期巡回・随時対応型訪問介護看護（一体型事業所で訪問看護を利用する場合のみ）
- ・複合型サービス（上記の居宅サービスを含む組み合わせにより提供されるもののみ。生活援助中心型の訪問介護部分を除く）

また、①と②の条件を満たす場合、次の介護サービス利用料も「医療費控除」の対象となります。

- ① ケアプランに基づき利用した場合のサービスであること
- ② ケアプランに、「医療系の介護サービス」のいずれか、または、医療保険の訪問看護が位置づけられていること

医療系の介護サービスまたは医療保険の訪問看護

+

- ・身体介護が中心の訪問介護（生活援助が中心の訪問介護は対象外です） ・訪問入浴介護
- ・夜間対応型訪問介護 ・通所介護（地域密着型含む） ・認知症対応型通所介護
- ・小規模多機能型居宅介護 ・短期入所生活介護 ※以上は介護予防を含みます。
- ・定期巡回・随時対応型訪問介護看護（一体型事業所で訪問看護を利用しない場合及び連携型事業所のみ）
- ・複合型サービス（上記の居宅サービスを含む組み合わせにより提供されるもののみ。生活援助中心型の訪問介護部分を除く）
- ・介護予防・日常生活支援総合事業の訪問介護相当サービス（生活援助中心型のサービスを除く）
- ・介護予防・日常生活支援総合事業の通所介護相当サービス

施設サービス利用の場合

「特別養護老人ホーム」「介護老人保健施設」「療養型医療施設」の施設サービス利用料と食費及び居住費は、医療保険の入院と同じく「医療費控除」が受けられます。ただし「特別養護老人ホーム」については、1/2の額が対象となります。

介護給付費のお知らせ（給付費通知）の送付について

平成31年2月に発送します

給付費通知とは

介護保険について理解を深めていただき、今後のサービス利用に役立てていただくため、介護保険のサービスをご利用のみなさんに、利用状況をお知らせするものです。通知は平成31年2月中旬に送付します。

通知には、平成30年1月～平成30年12月の利用状況が記載されていますので、みなさんが保管されている領収書と照らし合わせながらご確認ください。また、医療費控除の手続きの参考にしてください。（施設サービス、償還払いのサービス、総合事業は除きます）

通知の内容

(1) サービス利用期間

平成30年1月～12月

(2) 表示されるサービス

居宅サービス

地域密着型サービス

※施設サービス、総合事業、福祉用具購入、住宅改修の利用分は表示されません。

(3) 通知の形状

封書で送付いたします。

398-0002
大町市大町

第 号
平成30年

様
北アルプス広域連合 牛越 徹

介護給付費のお知らせ

被保険者番号： 氏名： 様
あなたの 平成30年1月 ～ 平成30年12月 における介護給付費は以下のとおりです。

問い合わせ先
〒398-0002
大町市大町1058番地
北アルプス広域連合 介護福祉課介護保険係
電話番号（代表）0261-22-6764 （係直通）0261-22-7196

1 サービス 提供年月	2 サービス事業者	3 サービス種類/サービス略称	4 サービス 日数/回数	5 利用者負担額 合計額(円)	6 サービス費用 合計額(円)
平成30年1月	〇〇リハビリセンター	通所リハ	7	6,992	69,920
	〇〇居宅介護支援センター	居宅支援 7			18,560
	〇〇介護ショップ	用具貸与	31	3,090	30,900
		合計		10,082	119,380
平成30年2月		通所リハ	8	7,958	79,580
	〇〇居宅介護支援センター	居宅支援			18,560
	〇〇介護ショップ	用具貸与	28	3,090	30,900

医療費通知と同じ役割のお知らせなのね。



給付費通知の見方

- ① 介護サービスを受けた年月です。
- ② サービスを利用した事業所名です。
- ③ サービス種類が略称で表記されます。
(例) 用具貸与…歩行器や特殊寝台など福祉用具のレンタルで要介護の方のサービス
 予用貸与…同じく福祉用具のレンタルで、要支援の方のサービス
 地域通所…地域密着型のデイサービス
 居宅支援…居宅介護支援はケアマネジャーに支払われた報酬です(下記 **Q4** 参照)
- ④ サービスを利用した日数や、回数の合計です。
- ⑤ 負担割合に応じて支払った金額の合計で、食費や居住費は含まれません。
- ⑥ サービスにかかる全費用で、保険から給付される額と自己負担額の合計です。

介護給付費通知についてQ & A

Q1 「介護給付費通知書」とは何ですか？

A1 この通知は、どのようなサービスをどれくらい利用されたかをお知らせするとともに、介護保険に対する理解を深めていただくためのものです。利用者の方から見て、誤った請求がないかなどを確認していただくために発行するものです。

※領収書や請求書ではありません。

Q2 通知の中の利用者負担額が、事業所からの領収書と合っていないのはどうしてですか？

A2 この通知の中の利用者負担額には介護保険給付外のもの(通所サービスでの食費など)は含まれていません。(実際に支払った額と一致しないことがあります。)

Q3 利用した介護保険のサービスはすべて記載されていますか？

A3 記載されるのは、居宅サービス、地域密着型サービスです。(施設サービス、福祉用具購入、住宅改修、総合事業の利用分は記載していません。) なお、この期間にサービスを利用されていても、事業所からの保険請求が遅れた場合等には、記載がされないことがあります。(要介護認定が遅れた場合など)

Q4 ⑦「居宅支援」という支払っていないサービスが載っているのはなぜですか？

A4 「居宅介護支援」のサービスは、利用者負担額が空欄になっています。

このサービスは、サービス計画を立てるなどケアマネジャー業務に対する介護報酬です。この報酬は、介護保険から全額支払われるもので、自己負担額はありません。自己負担がないサービスでも、介護保険から給付されているためお知らせしています。



※このお知らせにより、手続きをしていただくことはありません。

特別養護老人ホーム入所希望者は281人

平成30年11月
入所判定委員会

介護度別入所申込者の待機場所 (人)

(平成30年11月集計)

	待 機 場 所				
要介護度	在 宅	老人保健施設	療養型施設等	グループホーム	合 計
要介護3	53	50	6	9	118
要介護4	35	49	3	5	92
要介護5	38	24	5	4	71
合 計	126	123	14	18	281

※「療養型施設等」は療養型施設の他に有料老人ホームを含みます。

平成30年11月入所判定委員会時の要介護3以上の入所申込者数は、大北全体で281人です。待機場所の割合は在宅45%、施設等55%となっています。

また、11月までの1年間に開催された特例入所の判定委員会には13人(要介護1・2)の方から入所の申し込みがあり、ご自宅での生活が難しいため入所の必要性があると判定されました。

確定申告の際のおむつ使用証明書について

寝たきりの状態で、療養上、おむつ使用が必要な方には、おむつ代が「医療費控除」の対象となります。下記を参考にご準備ください。

① 初めておむつ代の医療費控除を受ける方

《必要な書類等》

医師が発行した「おむつ使用証明書」

… かかりつけの医療機関にご相談ください。(発行手数料がかかります)



② 医療費控除を受けるのが2年目以降の方

2年目以降の方で、主治医の意見書により必要項目が確認できる場合※は、北アルプス広域連合が発行する「主治医意見書内容確認証明書」を、上記の「おむつ使用証明書」に代えることができます。

※ (主治医意見書のうち、作成日、寝たきり度、尿失禁の可能性の記載の内容により発行できない場合があります。その場合は、①の医師が発行する「おむつ使用証明書」が必要になります。)

ご希望の方は、**お住まいの市町村の介護保険担当課**にお問い合わせください。