

井戸端かいご

年2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

松川村 おりいと Ori絲の「まごサポ」



松川村では地域おこし協力隊の西村耕平さんと村に移住した方達の3人が、「村内の高齢者と子育て世代を繋ぎたい」と、一般社団法人「Ori絲」を設立しました。

高齢者の困りごとや作業などをお手伝いする「まごサポ」（訪問型サービスB型）を開始し、電球交換やごみ捨て、掃除などのちょっとしたお手伝いから、家具の移動、草むしりや買い物・病院の付き添い、大工仕事などの活動をしています。

利用された方は、「自分一人では大変になってきたことを手伝ってもらってとても助かった。孫のような若い人たちとおしゃべりが出来て元気が出るし、買い物にも安心して行けるので生活の楽しみが増えました」と笑顔でお話されていました。

活動は、高齢者と他の世代を結び付け、独居高齢者の見守りなど住民同士の支え合いの形を作っています。

もくじ

- 1 生活サービス事業者養成研修について…2頁
- 2 高齢者等実態調査の結果について……4頁

- 3 令和5年度介護保険料額について…6頁
- 4 負担限度額認定更新のお知らせ……7頁
- 5 負担割合証をお送りします……………8頁

生活支援サービス従業者等養成研修受講者募集

主催：北アルプス広域連合・大町市・池田町・松川村・白馬村・小谷村

北アルプス広域連合では、高齢者の生活支援の担い手の養成を目的とした研修を開催します。住み慣れた地域での支え合い活動を支援いただける方、介護の仕事に興味のある方など、ぜひご参加ください。この研修の修了後、北アルプス広域連合の指定を受けた訪問型サービスA型・通所型サービスA型事業所等での従事ができる資格を取得できます。



開催日 令和5年10月12日（木）・20日（金）・27日（金）の3日間【予定】

会場 大町市総合福祉センター【予定】

※10月27日（金）は各市町村の会場での実施となります。

※開催日・会場については、参加人数等により、変更となる場合があります。

変更となる場合は参加者に別途ご連絡します。

募集期間 令和5年7月13日（木）～9月22日（金）

募集定員 40名
※定員になり次第締切になります。

- その他**
- ①すべての研修課程を修了後、修了証を交付いたします。
 - ②感染症等の状況により、日程変更及び開催を中止する場合があります。
 - ③昼食等は各自でご準備ください。販売等はありません。



令和4年度は25名の方に参加いただきました。

問合せ・申込先



北アルプス広域連合	☎0261-22-6764
大町市役所福祉課包括支援係	☎0261-22-0420
池田町地域包括支援センター	☎0261-61-5000
松川村地域包括支援センター	☎0261-62-3290
白馬村地域包括支援センター	☎0261-72-6667
小谷村地域包括支援センター	☎0261-82-3135

研修の内容

履修区分	サービス内容	研修内容
A型	○A型（通所・訪問）サービス 【基準を緩和したサービスの従業者】 ○B・D型（通所・訪問）サービス ○生活支援サービス	旧訪問介護員養成研修3級課程の内容を目安とした必要な研修の実施
B型	○B・D型（通所・訪問）サービス ○生活支援サービス 【住民主体のサービスにおける担い手等】	「調理」「掃除」「買い物代行」「外出支援」などの生活援助に係る必要な研修の実施

～A型・B型・D型サービスとは～

※身体介護を必要としない方向けのサービスです。（要支援1・2または事業対象者が対象）

【訪問型サービスA型】

掃除、ごみ出し、洗濯、調理、買い物代行などの生活援助を行うもの

【通所型サービスA型】

事業所に通って、介護予防の体操やレクリエーションなどを行うもの

【訪問型サービスB・D型】

住民主体の自主活動により、日常生活上の支援や、外出支援等を行うもの

【通所型サービスB型】

住民主体の自主活動により、通い・集いの場を実施するもの



研修日程・研修科目【予定】

日程	時間	研修科目等	履修
1日目	9:00～ 9:20 (20分)	開講式	A・B
	9:20～10:20 (60分)	1 職務の理解	A・B
		2 介護保険制度・地域福祉活動	
	10:30～12:00 (90分)	3 加齢に伴う心身の変化について	A・B
	12:00～13:00 (60分)	昼 食	
	13:00～14:00 (60分)	9 サービス提供の遵守事項	A・B
14:10～15:40 (90分)	8 救命入門コース ※1 (詳細未定)	A・B	
2日目	9:00～10:30 (90分)	8 救命入門コース ※1 (詳細未定)	A・B
	10:40～12:10 (90分)	4 生活援助の方法	A・B
	12:10～13:10 (60分)	昼 食	
	13:10～14:10 (60分)	5 サービス提供従業者の基本	Aのみ
14:20～15:50 (90分)	7 生活援助の実習(演習)	Aのみ	
3日目	9:30～11:30 (120分)	6 地域支え合い活動の実習 ※2	A・B
	11:30～	閉講(修了)式	A・B

※1 救命入門コース(90分)は1日目・2日目いずれかを受講してください。

※2 3日目は各市町村の会場での受講となります。会場につきましては、各市町村地域包括支援センターへお問い合わせください。

※3 研修日程については、参加人数等により変更となる場合があります。変更となる場合は、参加者に別途ご連絡します。

高齢者等実態調査の結果について

高齢者等実態調査は、令和6年度から3年間の第9期介護保険事業計画の作成にあたり、介護サービス利用者の心身状況や今後の要望等を把握するために、令和4年12月に実施しました。

調査対象は、在宅で生活されている要介護(支援)認定者全員と、元気な高齢者の合計2,649人で、それぞれ左記のとおり、ご回答いただきました。

調査にご協力いただき、大変ありがとうございました。
今回は結果の一部をお知らせします。

	対象者数	回答者数
要介護 要支援 認定者	2,295人	1,759人
元気 高齢者	354人	299人
合計	2,649人	2,065人

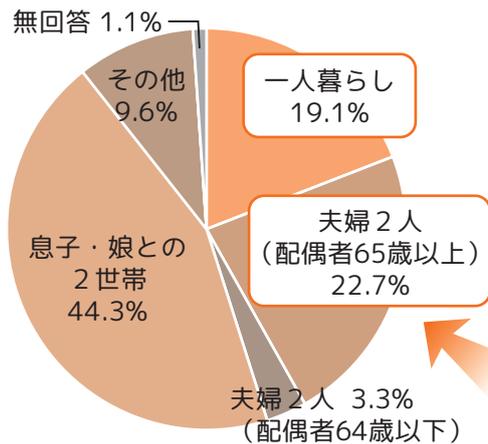
グラフ1 在宅における要介護(要支援)認定者の世帯状況



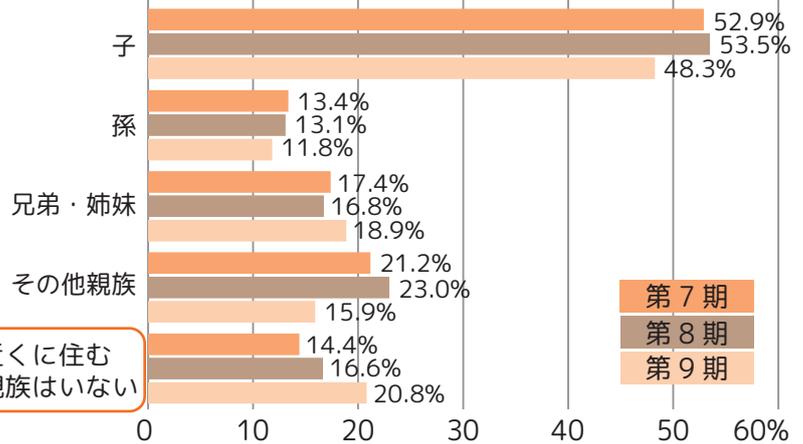
独居や高齢者のみの世帯が増加

要介護等認定者の中で、一人暮らしの方の割合は、前回調査時の17.9% (343人) から19.2% (338人) に増えました。第4期から第9期までの傾向を見ると、一人暮らしの割合が毎回増加していることがわかります。

グラフ3 緊急時に駆けつけてくれる親族がいない世帯の内訳



グラフ2 急病時などに同居以外で30分以内にかけてくれる親族(認定者)(7期計画~の比較)

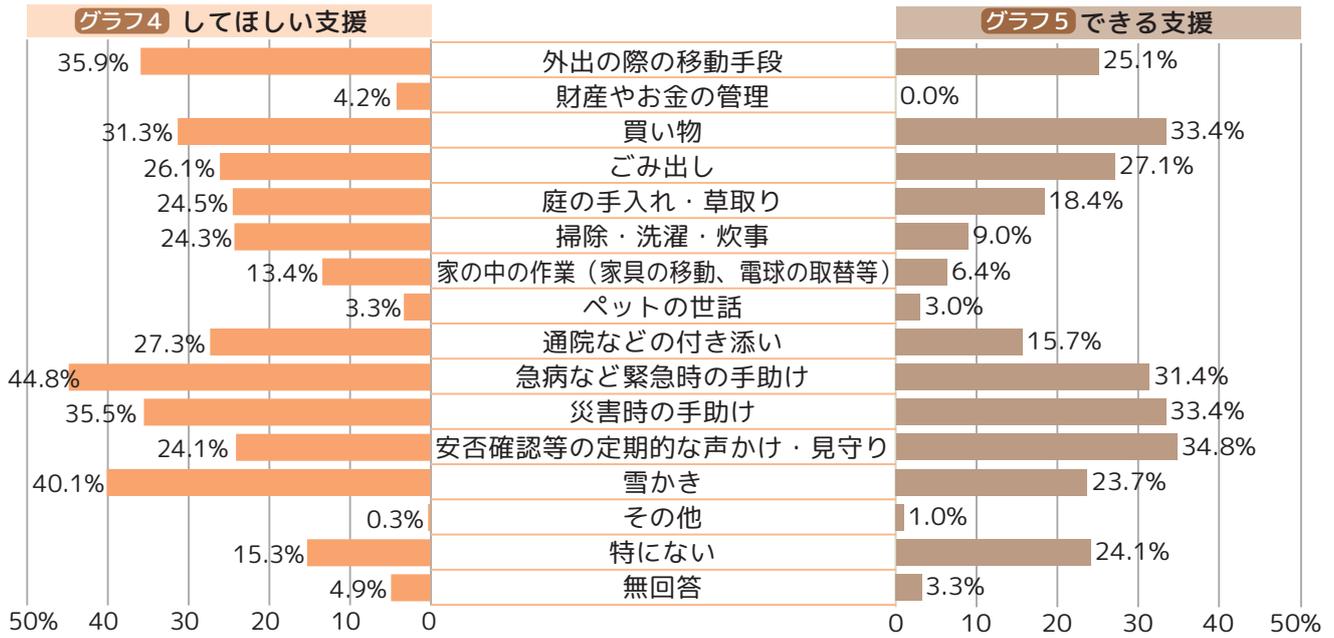


急病時に頼れる親族が増加

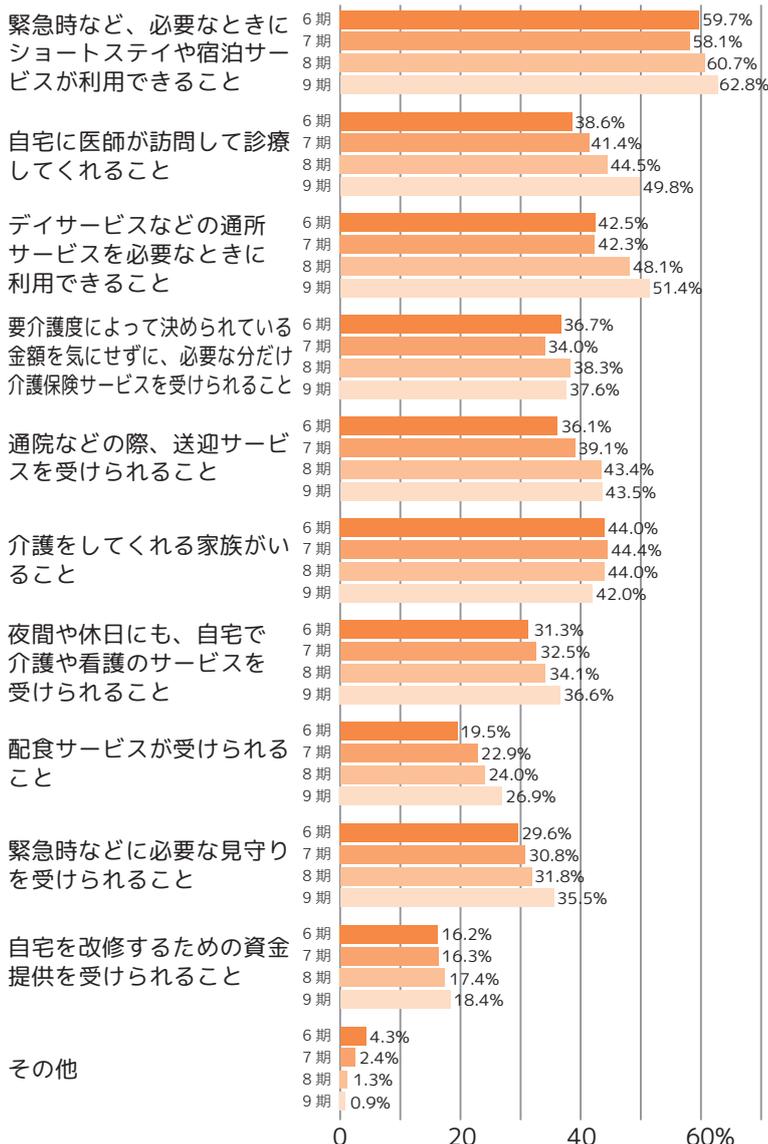
手助けが必要な時に「同居以外で30分以内にかけてくれる親族がいない」と回答した方(グラフ2)は、前回調査時16.6%から20.8%に増え、少子高齢化に伴う高齢者世帯の孤立化が進んでいることがうかがえます。

また、緊急時にかけつけてくれる親族がいない世帯の内訳(グラフ3)は、一人暮らしと夫婦二人暮らしの割合が約4割いることがわかります。

地域の人にしてほしい支援（要介護等認定者）・できる支援（元気高齢者）（複数回答）



グラフ6 自宅で暮らし続けるために望む支援（複数回答）



地域の人にしてほしい支援は外出関連、掃除などの生活支援が多い

要介護等認定者の方が地域の人に望む支援は、「緊急時や災害時の手助け」のほか、「外出時の移動」、「買い物」、「通院の付き添い」などの外出への支援が多く望まれています。（グラフ4）また、「雪かき」の支援についても希望が多くあがっています。

一方、元気高齢者の方が地域の人にできる支援としても、同様の傾向があることがわかりました。（グラフ5）

自宅で暮らし続けるために望む支援は、必要時に医療や介護サービスを受けられること

要介護等認定者の方のうち、自宅での生活を希望する方は53%を占めています。自宅で暮らし続けるために望む支援の多くは、必要な時に医療や介護サービスを受けられることです。これらの調査結果等をもとに、今後必要になるサービス等を検討し、第9期計画を作成します。

令和5年度介護保険料額の決定について

令和4年中の所得と令和5年度の市町村民税課税状況が確定したことにより、65歳以上の方の令和5年度の介護保険料額が決定いたしました。決定した内容（納入月や金額）について、下の表のとおり納付方法別（普通徴収・特別徴収）に通知をお送りいたしますので、ご確認ください。

徴収方法	普通徴収 (納付書や口座引落としでの納付)		特別徴収 (年金からの天引き納付)
対象者	年金年額18万円未満、65歳になってから約6カ月が経過していない方等		年金年額18万円以上の方
通知の発送日	令和5年7月14日発送		令和5年8月31日発送（予定）
同封されているもの	・介護保険料納入通知書 ・説明文 ※8月から特別徴収に切り替わる方には、特別徴収開始通知書も同封します。		・特別徴収開始通知書 ・説明文
納め方	【納付書払いの方】 期限までに金融機関または市町村役場窓口で納めてください。	【口座振替の方】 月末までに登録した口座の残高をご確認ください。	年金からの天引き納付となりますので、個別に納めていただく必要はありません。 ※支給年金から当月分・翌月分の2か月分の保険料が天引きされます。

年金を年額18万円以上受給されている方の介護保険料は、原則、年金から天引き（特別徴収）されますが、次のような方は年金からの天引きとはなりません。

- 65歳になったばかりの方
- 他の市区町村から転入されたばかりの方
- 基礎年金を繰り下げ等により受給していない方
- 年金を担保に借入れをしている方
- 所得の更正により介護保険料の所得段階が下がった方

口座振替の登録をしないと納め忘れがなくて安心ね!



※65歳になられた月からおよそ6か月間の介護保険料の納付方法は、必ず普通徴収となりますので、この期間は、毎月お送りする納付書での納付または口座振替（毎月末の口座引き落とし納付）により納付してください。その後、特別徴収に変わる際には、あらためてご案内いたします。

介護保険負担限度額認定証更新のお知らせ

現在、ご利用いただいている「介護保険負担限度額認定証」の有効期限は令和5年7月31日までとなっています。

引き続き短期入所・介護保険施設サービスを利用される方は、忘れずに更新の申請をしてください。申請については、施設の担当者・ケアマネジャー等にご相談ください。

《負担軽減の認定要件》

◆同一世帯の全員が市町村民税非課税	
◆配偶者（世帯を分離している配偶者を含む）が市町村民税非課税	
◆預貯金等（※1）の額が	
◎高齢福祉年金が生活保護を受給されている方	単身で1,000万円 夫婦で2,000万円以内
◎本人の年金収入等（※2）が年額80万円以下の方	単身で650万円 夫婦で1,650万円以内
◎本人の年金収入等が年額80万円超120万円以下の方	単身で550万円 夫婦で1,550万円以内
◎本人の年金収入等が年額120万円超の方	単身で500万円 夫婦で1,500万円以内

（※1）預貯金、有価証券（株式・国債など）、金・銀など、投資信託、タンス預金となります。

（※2）公的年金等収入金額（非課税年金を含みます。）＋その他の合計所得金額（収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除などの所得控除をする前の金額です。）を指します。

《申請に必要なもの》

- 介護保険負担限度額認定申請書、同意書
- 預貯金等の通帳などの写し
 - ①預貯金等の通帳は、銀行名・口座番号・名義人等が記載してあるページとおおむね直近2か月分のページの写しを提出してください。
 - ②配偶者がいる場合は、ご夫婦それぞれの通帳等の写しが必要です。

《提出について》

- 提出先：北アルプス広域連合介護福祉課または市町村介護保険担当窓口
（書類については個人情報を含みますので、封筒に入れ、必ずのり付けなどして郵送するか、窓口への提出により申請してください。）

適用日（軽減が適用される日）についての注意事項

適用日は、申請を受け付けた日の属する月の1日からです。

（例：8月31日に申請受理した場合は8月1日から適用、9月1日に申請受理した場合は9月1日からの適用となります。）

※郵送での申請の場合、投函日ではなく北アルプス広域連合介護福祉課に申請書等が不備なく到着した日が受付日となりますので、郵送が月末近くになる場合はご注意ください。

8月からの新しい負担割合証をお送りします

介護保険負担割合証	
交付年月日 令和 年 月 日	
被 保 険 者	番 号
	住 所
	フリガナ
	氏 名
	生年月日 年 月 日
利用者負担の割合	適用期間
割	開始年月日 令和 年 月 日 終了年月日 令和 年 月 日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	2044 北アルプス 介護福祉 0261-22-7196

負担割合と期間が記載されています。

介護保険の認定をお持ちの方、総合事業の申請をされている方に「介護保険負担割合証」をお送りしています。

前年の所得により負担割合を判定しています。
適用期間は、8月1日から翌年7月31日までです。
介護サービスを受けるときは、「介護保険被保険者証」と「介護保険負担割合証」をサービス事業所に提示してください。

利用者負担割合証の負担割合と所得区分

負担割合	所得等の基準
3割	①と②両方に該当する方 ①本人の合計所得金額が220万円以上 ②本人と同じ世帯の65歳以上の方の【年金収入+その他の合計所得金額】が単身世帯の場合340万円以上、2人以上世帯の場合463万円以上
2割	①と②両方に該当する方 ①本人の合計所得金額が160万円以上 ②本人と同じ世帯の65歳以上の方の【年金収入+その他の合計所得金額】が単身世帯の場合280万円以上、2人以上世帯の場合346円以上
1割	・市町村民税非課税の方 ・生活保護を受給されている方 ・第2号被保険者（64歳以下）の方

※その他の合計所得金額とは、収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除などの所得控除をする前の金額です。

お問い合わせは 北アルプス広域連合か市町村の介護保険担当課へ
 ○北アルプス広域連合 介護福祉課 電話 22-7196