

# 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

## 白馬村 スマイルボックス いろいろできる ゆる楽しい時間を過ごしています！



白馬村では、月2回 第2・4木曜日の9:30~12:30に利用者を限定せず、どなたでも参加できる交流やふれあいの場を定期的に開いています。自由な雰囲気の中で楽しみや生きがいを見だし、社会参加への意欲を高めていくことを目的としています。

集まった人たちの趣味や関心にあわせてそれぞれが自由にもものづくりを楽しみ、参加者の得意分野を生かし、教え合うことで互いにコミュニケーションを深めることができます。

モノづくりが苦手な方は、おしゃべりで応援。趣味の花栽培やみそづくりのことなど情報交換の場としても活用されています。

この日はチラシを材料に編んでいく箱作り・折り紙・牛乳パックを利用した入れ物づくり・編み物などそれぞれに楽しみました。

また、寄付をしていただいた毛糸を利用し編んだ帽子や靴下を被災地に送る支援活動なども行っています。



被災地へ送った品物

お問合せ 白馬村地域包括支援センター ☎72-6667

### もくじ

- |                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| 1 生活サービス事業者養成研修について<br>..... 2・3頁 | 4 負担限度額認定更新のお知らせ ..... 6頁                    |
| 2 第9期の介護保険料額について ..... 4頁         | 5 負担割合証をお送りします ..... 7頁                      |
| 3 令和6年度介護保険料額決定について ... 5頁        | 6 介護サービス相談員活動紹介<br>事業所整備にかかわる公募について ..... 8頁 |

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

# 高齢者支えあい活動研修

## 生活支援サービス事業者等養成研修

北アルプス広域連合では、地域で高齢者をサポートできる方を募集しています。

例えば、「買い物に行きたいけど移動手段がない」「みんなで集まって楽しく時間を過ごせるような集まりの場がほしい」などといった高齢者のお困りごとや集いの場の提供を地域の力で支援していただける方を募っています。

この研修は、そのようなお困りの方を助けたいという思いのある方の活動の第一歩となることを目指しています。

### 開催日

令和6年 10月18日(金)  
10月25日(金)  
10月31日(木) の3日間

### 会場

北アルプス市町村会館  
※10月31日は各市町村の会場に分かれて  
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。

### 募集期限

9月27日(金)まで

### 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昼食等は各自でご準備ください。販売等はありません。
- ③当研修は昨年度までの生活支援サービス事業者等養成研修と同じ研修です。



どなたでも無料で  
受講できます

同世代の人たちへのボランティア活動を試してみたいけど何をしたらいいかわからない



令和5年度は26人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 介護福祉課	☎(0261)22-7196
大町市役所 福祉課 高齢者・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

## 研修修了者ができること



池田町で実際に活動されている様子です。

過去にこの研修に参加された方の中には、地域の通いの場を立ち上げて、高齢者の集まる場を作られた方や、買い物や通院、地域の集まりなどに行きたくても交通手段がなくて行けない方のための支援を行っている方などがいます。まずは何をやっているかわからないと思いますが、この研修では、自分の地域ではどんな活動をやっているかを知る機会にもなります。

少しでも興味がありましたら、お住まいの地域包括支援センターもしくは広域連合までお問い合わせください。

## もっと介護に関わりたい



介護の仕事に  
興味がある

地域の活動だけではなく、もっと介護の現場で働きたい方は、履修区分Aを受講いただくと、訪問介護事業所でヘルパーとして働くことができます。身体介護のない利用者の生活援助にはなりますが、興味ございましたらお問い合わせください。

## 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 2 介護保険制度・地域福祉活動	A・B
	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。

# 令和6～8年度の新しい保険料額が決まりました

介護保険料は介護保険事業計画の作成に合わせ、3年に一度の見直しが行われます。

第9期計画期間(令和6～8年度)の65歳以上の方の介護保険料段階は13段階の設定となりました。段階に関する基準の見直し等については以下のとおりです。

## 見直しの内容

- 第1段階～第3段階の基準額に乗ずる標準乗率※の見直し(所得の低い方に対する保険料額の引き下げ)
- 第10段階以上を多段階化し(第10段階⇒第13段階)、段階を区分する所得金額および基準額に乗ずる標準乗率※の見直し(所得の高い方に対する保険料額の引き上げ)

※標準乗率は、保険料額の算定にあたって標準段階である第5段階の額に乗ずる割合。

## 第9期所得段階別介護保険料額表

段階	対象者	算定	第9期 保険料年額 (月額)	第8期 保険料年額 (月額)	令和5年度 までの差額 (月額)	
第1	・生活保護受給者または老齢福祉年金受給者で世帯全員が市町村民税非課税 ・世帯全員が市町村民税非課税で本人の前年課税年金収入と合計所得金額が80万円以下の場合	基準額 ×0.285 (保険料軽減後)	19,836円 (1,653円)	20,880円 (1,740円)	△1,044円 (△87円)	
第2	世帯全員が市町村民税非課税で本人の前年の課税年金収入と合計所得金額の合計が	80万円超 120万円以下	基準額 ×0.385 (保険料軽減後)	26,796円 (2,233円)	27,840円 (2,320円)	△1,044円 (△87円)
第3		120万円超	基準額 ×0.685 (保険料軽減後)	47,676円 (3,973円)	48,720円 (4,060円)	△1,044円 (△87円)
第4	世帯に課税者がいるが、本人が市町村民税非課税で本人の前年の課税年金収入と合計所得金額の合計が	80万円以下	基準額 ×0.90	62,640円 (5,220円)	62,640円 (5,220円)	変動なし
第5		80万円超	基準額 ×1.00	69,600円 (5,800円) 【基準額】	69,600円 (5,800円) 【基準額】	変動なし
第6	本人が市町村民税課税で本人の前年の合計所得金額が	120万円未満	基準額 ×1.20	83,520円 (6,960円)	83,520円 (6,960円)	変動なし
第7		120万円以上 210万円未満	基準額 ×1.30	90,480円 (7,540円)	90,480円 (7,540円)	変動なし
第8		210万円以上 320万円未満	基準額 ×1.50	104,400円 (8,700円)	104,400円 (8,700円)	変動なし
第9		320万円以上 420万円未満	基準額 ×1.70	118,320円 (9,860円)	118,320円 (9,860円)	変動なし
第10		420万円以上 520万円未満	基準額 ×1.90	132,240円 (11,020円)	125,280円 (10,440円)	+6,960円 (580円)
第11		520万円以上 620万円未満	基準額 ×2.10	146,160円 (12,180円)		新設
第12		620万円以上 720万円未満	基準額 ×2.30	160,080円 (13,340円)		新設
第13	720万円以上	基準額 ×2.40	167,040円 (13,920円)		新設	

# 令和6年度介護保険料額の決定について

令和5年中の所得と令和6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6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）に通知をお送りしますので、ご確認ください。

徴収方法	<b>普通徴収</b> (納付書や口座引落としでの納付)	<b>特別徴収</b> (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6年7月12日発送	令和6年8月30日発送（予定）
同封されているもの	<ul style="list-style-type: none"> <li>介護保険料納入通知書（納付書）</li> <li>説明文</li> </ul> ※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。	<ul style="list-style-type: none"> <li>特別徴収開始通知書</li> <li>説明文</li> </ul>
納め方	<b>【納付書払いの方】</b> 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。	<b>【口座振替の方】</b> 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ですので、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  
すると納め忘れが  
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、もれなく普通徴収となります。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、特別徴収に切り替わる際には、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6年7月31日までとなっています。これは短期入所・介護保険施設サービス利用時の食事代及び居室代の金額に係わる認定証です。

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、施設の担当者や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》

- ① 同一世帯の全員が市町村民税非課税であること
- ② 配偶者が市町村民税非課税（世帯を分離している場合を含む）

この①及び②を満たして本人の収入状況・預貯金等の金額に応じた段階に区分されます。

本人の収入状況	預貯金等の額（※1）	負担軽減の段階
◎生活保護を受給されている方		第1段階
◎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	第2段階
◎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	第3段階①
◎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	第3段階②

（※1）預貯金（定期預金含む）、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（定期預金のページを含む）

- 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。（年金の収入がわかるように）
- 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もしくは市町村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 6 年 8 月 1 日 終了年月日 令和 7 年 7 月 31 日
負担割合	1割・2割・3割のいずれか
北アルプス広域連合 0261-22-6764	

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、この「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。

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。

## 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346万円以上
1 割	・ 2割、3割に該当しない方 ・ 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

# 介護サービス相談員が活動してまいります

## 介護サービス相談員とは…

各市町村から推薦していただいた住民の代表の方です。全国研修を受け、相談員として認定されています。

## 活動内容

大北管内の施設系・通所系の介護保険事業所を訪問しています。利用者にとって気軽に何でも話せる話し相手となり、会話の中から、事業所への要望や日頃の悩みなどを汲み取ります。

新型コロナウイルス感染症の流行により、令和2年から約3年間活動を休止していましたが、昨夏より順次活動を再開しています。

感染症対策に配慮し活動を行っています。

訪問した際にはお気軽にお話しください。



## 令和6年度 北アルプス広域連合 事業所整備にかかわる事業者の公募について

### 募集の趣旨

「北アルプス広域連合第9期介護保険事業計画（令和6～8年度）」に基づき、介護保険サービスに係る基盤整備の一環として、計画期間内に、認知症対応型共同生活介護および特別養護老人ホームの整備を予定していることから、適切な事業運営を行うことができる事業者を公募します。

### 募集するサービスの種類等

サービスの種類		募集地域	整備計画
認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)		池田町 又は 小谷村	9人
特別養護老人 ホーム	転換 (短期入所⇒特養)	大町市 池田町 松川村	6床
	増床		8床

### その他

- 公募期間は8月上旬から10月上旬までを予定しています。

公募要領や応募様式など、詳しい内容に関しては、広域連合のホームページに掲載予定です。

<http://www.kita-alps.omachi.nagano.jp/>