

役立つサポート

医療保険や介護保険、自治体のサービス事業などを利用することで、自宅であっても様々なサポートが受けられます。特に「おいしく食べる」や「暮らしの快適さ」を整えることは、あなたの暮らしを豊かにします。

介護保険

日常生活を過ごす為の支援を受ける費用を軽減してくれる

訪問看護、訪問介護、訪問リハビリ、訪問入浴、通所介護（デイサービス）、通所リハビリ（デイケア）、短期入所（ショートステイ）、福祉用具の貸与と購入、住宅改修などの療養生活を支えるサービスがあります。

→サービスの組み合わせ方の詳細についてはP15へ

利用対象者： 65歳以上、あるいは特定疾病であれば40歳以上から申請でき、要介護認定を受けた方。



ケアマネジャー / 介護支援専門員 (略称: ケアマネ)

介護が必要な方の心身の状況や希望に合わせて医療・福祉・保健サービスを結びつけ、あなたと一緒にケアプランを作成し、連絡や調整を行う介護の専門家です。必要に応じて、主治医、サービス事業者などの連絡・調整を行います。

介護保険の申請窓口はコチラ

地域包括支援センター

高齢者や介護に関する相談、保健福祉、介護予防、生活支援などさまざまな案内や申請を受け付けています。センターには保健師、または、看護師、主任ケアマネジャー、社会福祉士が配置されています。

相談は無料、相談内容の個人情報や秘密は守られます。



地域によって呼び方いろいろ

新宿区

高齢者総合相談センター

杉並区

ケア24

中野区

地域包括支援センター

高額療養費制度

自己負担料金が多くなっても、これがあるから安心!!

医療保険を使って病院や訪問看護ステーションに支払った医療費が、一定の額（自己負担限度額）を超えた場合、その超えた分が高額療養費として払い戻されます。

限度額適用認定証の事前申請でもっと安心♪

あとから払い戻されるとはいえ、一時的な支払いは大きな負担になります。医療費が高額になりそうときは、事前に「限度額適用認定証」を申請し、医療機関へ提示すると窓口でのお支払いが自己負担限度額までとなります。

後日、高額療養費の申請が不要!!

利用までの流れ

健康保険証の窓口への申請 → 限度額適用認定証の交付 → 医療機関の窓口へ認定証を提示 → 限度額を上限とした医療費のお支払い

医療保険で利用できるサービス



医師

医師が定期的に自宅を訪問し、診療を行います。



看護

主治医の指示のもと、病状観察・処置等を行います。



薬局

薬剤師が自宅を訪問し、お薬の配達・セット・説明等を行います。

介護保険で利用できるサービスの紹介(一部)

ヘルパー

食事・入浴・排泄等の日常生活の介助や、家事のお手伝いをします。

福祉用具・住宅改修

レンタルまたは購入で、介護ベッドや車いす等を提供し、手すりの取付、段差の解消など住宅改修も費用の負担を減らすことができます。

デイサービス

送迎で施設に通い、日常生活上の支援を受けることができ、入浴・リハビリが行える施設もあります。

訪問入浴

自宅の浴室で入浴が困難な場合、簡易浴槽をご自宅に持ち込み、入浴の介助をします。

リハビリ(訪問、通所)

訪問や施設などへ通って、理学療法士や作業療法士によるリハビリを行います。

ショートステイ(介護・療養)

施設に短期間入所し、介護や機能訓練等を受けられます。

※訪問看護は、状況によって介護保険か医療保険のどちらかを使います。

その他、保険対象外のサービス



ボランティア

ちょっとした家事支援、外出付添い、趣味の相手など。



お弁当配達

栄養バランスのとれたお弁当を配達。



オムツの支給

オムツの配達。
※自治体によって費用助成あり。

そのほか、高額医療・高額介護合算療養費制度などがあります。詳しくは各区市町村役場、病院のソーシャルワーカー、ケアマネジャーにご相談下さい。病院では、お金の心配ごとをソーシャルワーカーが相談に応じてくれます。

