

介護保険 お知らせ便

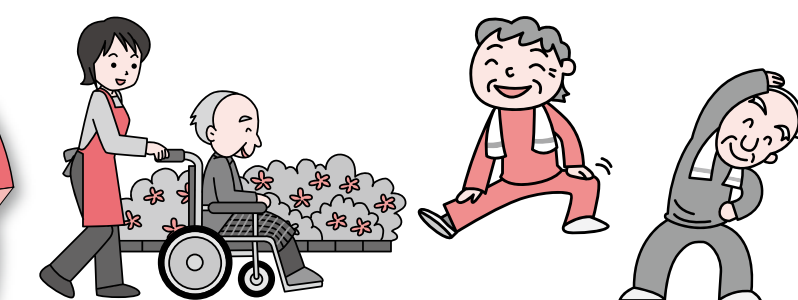
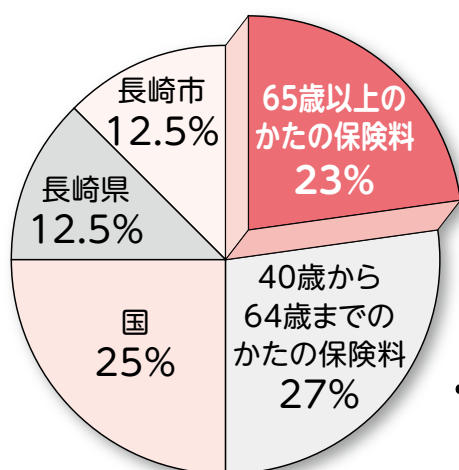
介護保険は、お住まいの市区町村が運営し、高齢者のかたが介護が必要になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるよう社会みんなで支援する制度です。

今回の「介護保険 お知らせ便」は、介護保険制度のしくみをはじめ、今年の保険料や介護サービスの利用についてお知らせいたします。

介護保険のしくみについて

- 40歳以上のかたは介護保険の被保険者となり、65歳以上のかたが第1号被保険者、40歳から64歳までのかたが第2号被保険者となります。
- 第1号被保険者の保険料は3年ごとに見直され、被保険者は加入者として保険料を納めます。
- 介護が必要になった時には、要介護認定を申請し、費用の一部(原則1割、ただし一定以上所得のあるかたは2割もしくは3割)を支払って介護サービスを利用します。
- 介護サービスにかかる費用は、下記の円グラフで示した財源割合で賄われています。

介護保険の財源



+

サービス利用者負担

(原則1割、ただし一定以上所得のあるかたは2割もしくは3割)

この「介護保険 お知らせ便」に関するお問い合わせ先

長崎市介護保険課

☎ 095 - 829 - 1163

介護保険料（令和3年度から令和5年度）が決まりました

介護保険料を決定しました

65歳以上のかたの保険料は、介護サービスの必要量に応じて3年ごとに見直されることになっています。今回、令和3年度から令和5年度の保険料が決まりました。基準額は据え置きで年額81,600円となります。所得段階別の保険料は下表のとおりです。年間保険料の金額と納め方は、6月中旬にお届けする納入通知書などで詳しくお知らせします。

介護保険料の基準額とは…

65歳以上のかたの保険料の基準額は、所得段階別の保険料のもとになるもので、次のような算定式で設定します。

$$\frac{\text{長崎市の介護サービスに必要な費用の23\%}}{\text{長崎市の65歳以上のかたの人数}} = \text{保険料の基準額 (年額 81,600円)}$$

介護保険料の変更点

「所得段階別の介護保険料」における「第6～9段階」の「前年中の合計所得金額」に変更がありました。

- ・第6段階 125万円未満 ⇒ 120万円未満
- ・第7段階 125万円以上200万円未満 ⇒ 120万円以上210万円未満
- ・第8段階 200万円以上300万円未満 ⇒ 210万円以上320万円未満
- ・第9段階 300万円以上400万円未満 ⇒ 320万円以上400万円未満

所得段階別の介護保険料

介護保険料の基準額をもとに、毎年度の初日（4月1日）の世帯の市町村民税の課税状況と被保険者のかたの前年中の所得に応じて段階的に保険料が決められます。

所得段階	対象者	計算方法	年間保険料
第1段階	・生活保護を受給されているかた ・老齢福祉年金を受給されているかたで、世帯全員が市町村民税非課税のかた ・世帯全員が市町村民税非課税で、本人の前年中の課税年金収入額＋合計所得金額が80万円以下のかた	基準額×0.3	24,500円
第2段階	世帯全員が市町村民税非課税で、本人の前年中の課税年金収入額＋合計所得金額が80万円超120万円以下のかた	基準額×0.5	40,800円
第3段階	世帯全員が市町村民税非課税で、本人の前年中の課税年金収入額＋合計所得金額が120万円を超えるかた	基準額×0.7	57,200円
第4段階	本人が市町村民税非課税で世帯の誰かに市町村民税が課税されているかたで、本人の前年中の課税年金収入額＋合計所得金額が80万円以下のかた	基準額×0.91	74,200円
第5段階 (基準)	本人が市町村民税非課税で世帯の誰かに市町村民税が課税されているかたで、本人の前年中の課税年金収入額＋合計所得金額が80万円を超えるかた	基準額	81,600円
第6段階	本人が市町村民税課税で、前年中の合計所得金額が120万円未満のかた	基準額×1.16	94,600円
第7段階	本人が市町村民税課税で、前年中の合計所得金額が120万円以上210万円未満のかた	基準額×1.25	102,000円
第8段階	本人が市町村民税課税で、前年中の合計所得金額が210万円以上320万円未満のかた	基準額×1.5	122,400円
第9段階	本人が市町村民税課税で、前年中の合計所得金額が320万円以上400万円未満のかた	基準額×1.75	142,800円
第10段階	本人が市町村民税課税で、前年中の合計所得金額が400万円以上のかた	基準額×2.00	163,200円

※合計所得金額とは、各種の収入金額から必要経費を差し引いた金額と各種の繰り越し控除を適用する前の分離課税所得金額の合計額をいいます。(ただし、分離課税の譲渡所得がある場合は特別控除前の金額で計算します)なお、第1～第5段階のかたの合計所得金額は、さらに「年金収入に係る所得額」を控除した額となります。

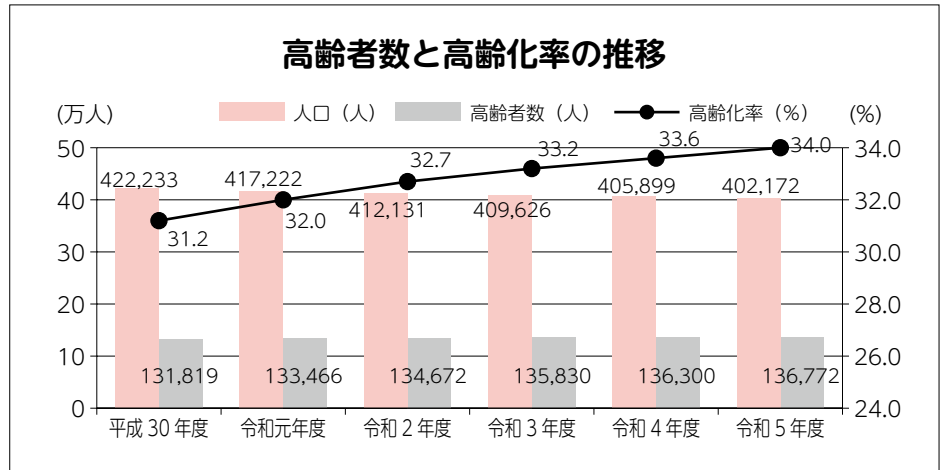
介護保険に関する長崎市の状況

長崎市の人口や高齢者数は次のグラフのとおりです。

長崎市では、令和3年度から令和5年度の「第8期介護保険事業計画」を策定し、3年間の見込み数を算出しています。

長崎市の高齢者数と高齢化率

平成30年度から令和5年度までに、65歳以上の高齢者数が4,953人(3.8%)の増、高齢化率が2.8%の増と見込んでいます。



介護サービス利用にかかる制度見直しについて

高額介護（予防）サービス費の見直し

医療保険の高額療養費制度における負担限度額に合わせ、現役並み所得者の所得区分が見直されます。

◇1か月の利用者負担の上限
〈現行〉

利用者負担段階区分	利用者負担上限額
現役並み所得相当 (年収約383万円以上)	44,400円(世帯)
市民税課税世帯	44,400円(世帯)
市民税非課税世帯	24,600円(世帯)
・前年の合計所得金額と課税年金 収入額の合計が80万円以下	24,600円(世帯)
・老齢福祉年金受給者等	15,000円(個人)
生活保護受給者等	15,000円(個人)

〈令和3年8月から〉

利用者負担段階区分	利用者負担上限額
年収約1,160万円以上	140,100円(世帯)
年収約770万円以上1,160万円未満	93,000円(世帯)
年収約383万円以上770万円未満	44,400円(世帯)
上記以外の市民税課税世帯	44,400円(世帯)
市民税非課税世帯	24,600円(世帯)
・前年の合計所得金額と課税年金 収入額の合計が80万円以下	24,600円(世帯)
・老齢福祉年金受給者等	15,000円(個人)
生活保護受給者等	15,000円(個人)

食費居住費の助成（特定入所者介護サービス費）の見直し

所得の低いカタが介護保険施設に入所したり、ショートステイを利用する場合の、所得に応じた食費と居住費の助成について、次のとおり条件の見直しが行われます。

〈現行〉

利用者負担段階	所得の状況	預貯金等の資産の状況
1	生活保護受給者等	単身：1,000万円以下 夫婦：2,000万円以下
	老齢福祉年金受給者	
2	所得が80万円以下	単身：1,000万円以下 夫婦：2,000万円以下
3	所得が80万円超	

〈令和3年8月から〉

利用者負担段階	所得の状況	預貯金等の資産の状況
1	生活保護受給者等	単身：1,000万円以下 夫婦：2,000万円以下
	老齢福祉年金受給者	
2	所得が80万円以下	単身：650万円以下 夫婦：1,650万円以下
	所得が80万円超120万円以下	
3	所得が80万円超120万円以下	単身：550万円以下 夫婦：1,550万円以下
	所得が120万円超	

※所得とは、前年の合計所得金額と年金収入額の合計額をいいます。

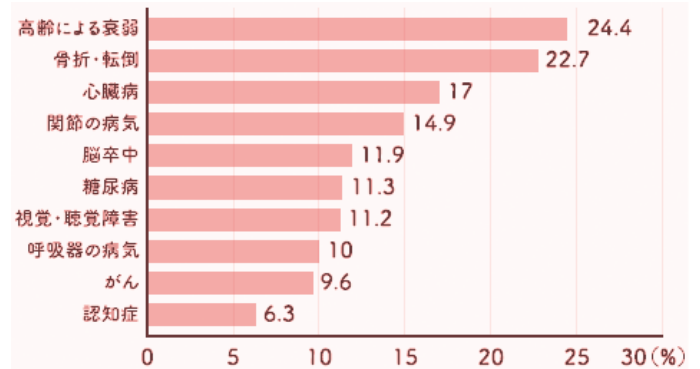
居宅において健康を維持するためのポイント

◆病気の発症や重症化予防のために健康管理に努めましょう

- かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を持ちましょう
- かかりつけ医等の指示を守り、自己判断で治療中断などしないようにしましょう
- 禁煙しましょう
- 定期的に「けん診」を受けましょう

(健康長崎市民 21 参考)

◆介護・介助が必要になった主な原因



(令和2年度 長崎市高齢者福祉と介護保険に関する実態調査結果)

◆高齢者の皆さまへ「日々の健康を維持するために」～コロナ禍における介護予防～

□運動のポイント

「動かない」(生活が不活発な)状態が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことが懸念されます。また、転倒などを予防するためにも、日頃からの運動が大切です。

- ・ 人混みを避けて、一人や限られた人数で散歩する。
- ・ 家の中や庭などでできる運動(ラジオ体操、スクワットなど)を行う。
- ・ 家事や農作業などでからだを動かす。
- ・ 座っている時間を減らし、足踏みをするなどからだを動かす。



□食生活・口腔ケアのポイント

低栄養を予防し、免疫力を低下させないために、しっかり栄養をとることやお口の健康を保つことが大切です。

- ・ 3食欠かさずバランスよく食べて、規則正しい生活を心がける。
- ・ 毎食後、寝る前に歯磨きをする。
- ・ しっかり噛んで食べる、早口言葉を言うなど、お口の周りの筋肉を保つ。



□人との交流のポイント

孤独を防ぎ、心身の健康を保つために、人との交流や助け合いが大切です。

- ・ 家族や友人と電話で話す。
- ・ 家族や友人と手紙やメールなどを活用し交流する。
- ・ 買い物や移動など困ったときに助けを呼べる相手を考えておく。



【厚生労働省ホームページ参考】福祉・介護 新型コロナウイルス感染症への対応について

介護保険制度の説明(出前講座)のご案内

被保険者のかたを対象に、介護保険制度について、職員が皆さんのところに出向いて説明します。気になるかたは、ぜひお申し込みください。

【申込方法】

広報広聴課、市役所本館案内所、地域センター、大型公民館などにある申込用紙を、開催希望日の3週間前までに、広報広聴課(FAX:829-1115)までご提出ください。

市ホームページからも申込可能です。