

第1章

「介護費用に困った!! 5事例」

●介護に困った事例

1円でも安く上げるためのケアプラン.....
お金に困った事例1 同居介護●要介護2

認知症で介護サービスを増やしたけど、家計が大変！.....

お金に困った事例2 遠距離介護●要介護3
通所サービスも、福祉用具・住宅改修で減らして安くする！.....

お金に困った事例3 近隣介護●要介護3
有料老人ホームの入居金が捻出できない！どうする？.....

お金に困った事例4 遠距離介護●要介護2
遠距離介護で家計は「火の車」！なんとかならないの！.....

お金に困った事例5 同居介護●要介護3
私の会社が倒産！実家に戻り、介護サービス分を自分でがんばる！.....

もう限界!! 介護費用を 「1円でも安くしたい」ときに読む本



第2章

介護のデータ①

介護に不安を感じる人は
多いのだろうか?.....
32

不安になつたら、まずは 介護保険を申請しましよう

●介護保険

- | | | | | | | | |
|-------------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|
| 生活に不具合が出たう
まく介護保険の申請を.....
48 | 46 | 44 | 42 | 40 | 38 | 36 | 34 |
|-------------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|

介護保険のお金について もうと知ろう

●介護費用

- | | | | | | | | | |
|----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 介護保険のお金のしくみを知ろう.....
68 | 66 | 64 | 62 | 60 | 58 | 56 | 54 | 52 |
|----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|

第3章

コラム 介護サービスに

苦情・不満がある場合.....
50

介護のデータ②

介護に不安を感じる人は
多いのだろうか?.....
32

不安になつたら、まずは 介護保険を申請しましよう

●介護保険

- | | | | | | | | |
|-------------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|
| 生活に不具合が出たう
まく介護保険の申請を.....
48 | 46 | 44 | 42 | 40 | 38 | 36 | 34 |
|-------------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|

介護保険のお金について もうと知ろう

●介護費用

- | | | | | | | | | |
|----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 介護保険のお金のしくみを知ろう.....
68 | 66 | 64 | 62 | 60 | 58 | 56 | 54 | 52 |
|----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|

第4章

さあ、1円も「ムダ」にしない ケアプランを作成しましょう

●ケアプラン

ケアマネジャーとはどんな仕事をする人か?まず、困っていることをメモにするケアプランで予算が決まる

1ヶ月の支払い額(予算)の希望を伝える

「機能改善」で負担を軽くする

キーパーソン役を2人で役割分担する

介護費用はサービス利用料だけではない

家族・親族が関わり、費用を抑える

「1割なら使わなくては損」は危険

サービス利用票を必ずチェックする

良いケアマネジャーを選ぶポイント

良いサービス事業者を選ぶポイント

94 92 90 88 86 84 82 80 78 76 74 72

第5章

自分で選ぶ 介護サービス

●介護サービスの種類

「要介護」で利用できる介護サービス

「要支援」で利用できる介護予防サービス

●居宅サービス

訪問介護員が生活を支援する訪問介護

自宅に浴槽を持ち込む訪問入浴介護

看護師などが自宅を訪問する訪問看護

自宅で機能訓練を行う訪問リハビリテーション

専門家の指導を受けられる

●居宅療養管理指導

フレキシブルに対応してくれる

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

112 110 108 106 104 102 100 98

夜間の介護をサポートしてくれる

夜間対応型訪問介護

●居宅サービス

自宅から施設に通う通所介護

機能訓練が中心の通所リハビリテーション

●地域密着型サービス

認知症の人のための認知症対応型通所介護

通所・訪問・宿泊が可能な

●小規模多機能型居宅介護

医療「一ズの高い利用者が使いやすい

●複合型サービス

一時的に施設に宿泊する短期入所生活・療養介護

介護に必要な用具をレンタルできる

●福祉用具貸与

介護保険で支給が受けられる福祉用具購入費

介護保険で支給が受けられる住宅改修費

有料老人ホームなどで利用する

●特定施設入居者生活介護

認知症の人が共同生活を送る

●地域密着型サービス

認知症の人が共同生活を送る

介護費用を 捻出・節約する方法

第6章

●施設サービス

介護保険で利用できる施設サービス

生活面でのケアが中心の特別養護老人ホーム

リハビリや医療的なケアを行つ

●介護保険施設

支給限度額内でどのくらいサービスが

利用できる?

●支給限度基準額

介護保険で支給される金額

156 154 152 150 148

「介護費用に困つた」 5事例

● 自宅を売却せず施設の入居費用を捻出する	158
● 高額介護サービス費支給制度を利用する	160
施設の居住費と食費が減額される制度がある	162
経営が社会福祉法人なら	164
費用が軽減されることがある	166
● 遠距離介護	168
各種の介護割引で運賃を節約する	170
見守りサービスを活用し介護の質を上げる	172
● 日常生活のサービス	174
地域にはいろいろな配食サービスがある	176
お掃除を民間のサービス会社に依頼する	178
介護タクシーを使って通院を行う	180
地域と関わるためにボランティアを活用する	182
● お金のトラブル	184
認知症に多いお金のトラブル	186
悪徳商法による被害を防止する	188
介護保険料を滞納するとどうなるか?	190
日常生活自立支援事業を利用する	192
成年後見制度を利用する	194

●**介護保険サービス利用料の表記について**
 介護保険のサービス料は単位によって決められています。通常は1単位10円で算出されますが、地域によっては人件費や地価の相場を反映した換算レートを設定しています。(54ページ参照)本書では通常の「1単位=10円」で算出し表記しています。サービスを利用する場合は「1単位の金額」を地域のケアマネジャーなどに確認してください。