

# ■第1章 介護保険制度について

介護という業務に従事するうえで、介護保険制度のしくみを知ることは必要不可欠です。改正頻度が高くその内容が複雑だといわれますが、この章は、初心者の方でもシンプルに全体像が把握できることを大きなテーマとして構成しています。

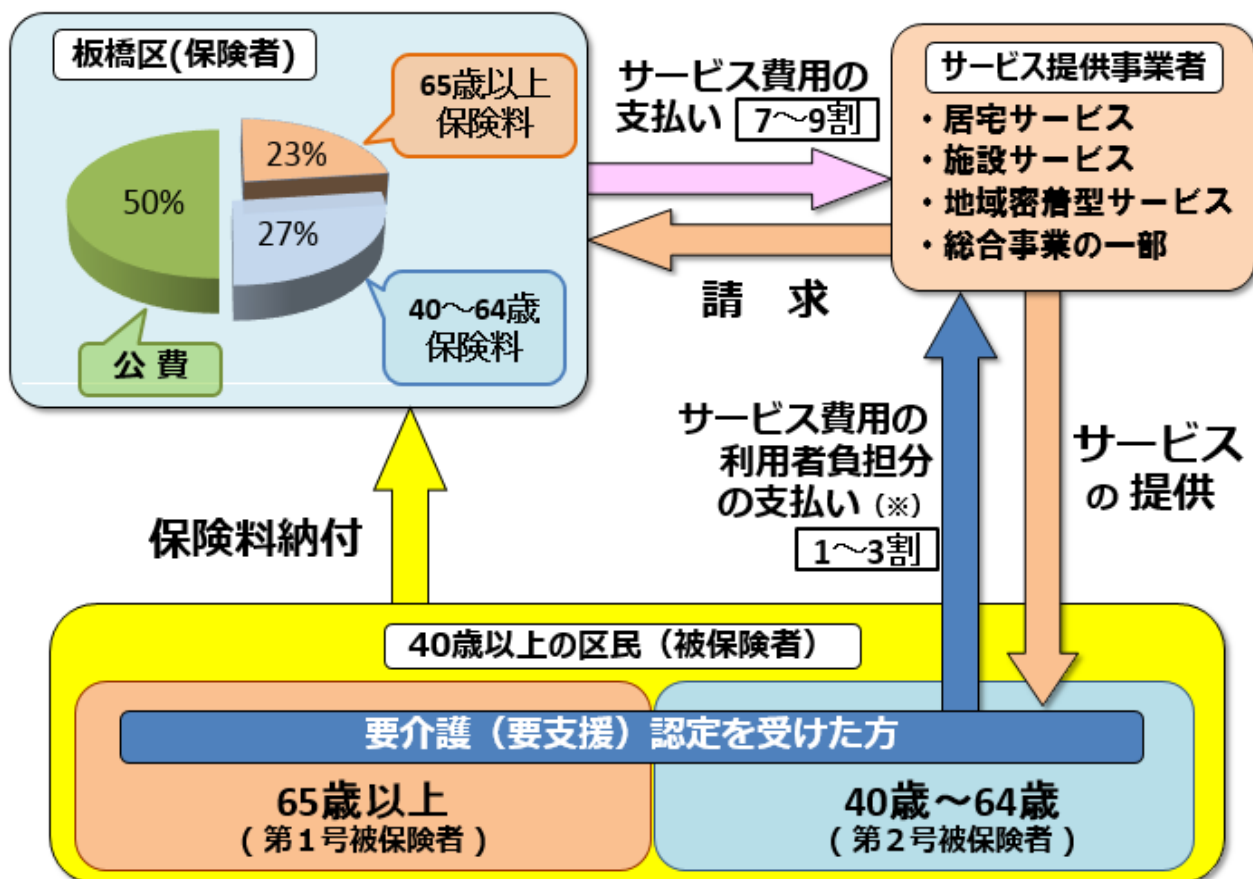
介護の仕事を目指す人として、制度の担い手であることを自覚しながら、学習に取り組んでいきましょう。

## 1 介護保険制度のしくみ

介護保険制度は、介護が必要な状態になっても安心して生活を送ることができるように、介護を社会全体で支えることを目的として平成12年4月から開始されました。

介護保険制度は、各区市町村が実施主体（保険者）となり、公費と保険料を財源として運営されています。40歳以上の方が被保険者となり保険料を納め、介護が必要となった時に、サービス費用の一部（1割、2割または3割）を負担して介護保険のサービスを利用することができます。

【介護保険制度のしくみ】



(※) 所得に応じ、利用者の負担割合が1割～3割と異なります。

## 2 介護保険の対象者

板橋区内に住所のある 40 歳以上の方が対象となり、年齢により 2 種類に分けられます。

	第 1 号被保険者	第 2 号被保険者
対象者	65 歳以上の方	40～64 歳の方
保険料	区が所得段階別に定めた額	加入している医療保険ごとに設定された額
サービス利用	介護が必要になったら、原因を問わず要介護（要支援）認定を経て介護サービスが利用できます。	加齢に伴う病気（特定疾病※）が原因で介護が必要になった場合に限り、要介護（要支援）認定を経て介護サービスが利用できます。

### ※特定疾病

- ・ がん末期（医師が一般的に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る）
- ・ 関節リウマチ
- ・ 筋萎縮性側索硬化症
- ・ 後縦靭帯骨化症
- ・ 骨折を伴う骨粗鬆症
- ・ 初老期における認知症
- ・ 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
- ・ 脊髄小脳変性症
- ・ 脊柱管狭窄症
- ・ 早老症
- ・ 多系統萎縮症
- ・ 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- ・ 脳血管疾患
- ・ 閉塞性動脈硬化症
- ・ 慢性閉塞性肺疾患
- ・ 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

## 5 サービスの種類

### (1) 居宅サービス

自宅に居ながら利用できる在宅型のサービスです。自宅のほか、サービス付き高齢者向け住宅や、有料老人ホームなどに居住されている方も利用することが可能です。要支援認定者の場合は、一部のサービスを除き、介護予防サービスとして利用できます。

サービス名	内容	利用対象者
訪問介護 (ホームヘルプサービス)	ホームヘルパー(訪問介護員)が居宅を訪問し、身体介護や生活援助を行います。	要介護1～5
訪問入浴介護	居宅を訪問し、移動入浴車などで入浴介護を行います。	要支援1～2 要介護1～5
訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士などが居宅を訪問し、リハビリをします。	要支援1～2 要介護1～5
訪問看護	看護師などが居宅を訪問し、病状の観察や床ずれのケアなどを行います。	要支援1～2 要介護1～5
居宅療養管理指導	医師、歯科医師、薬剤師などが居宅を訪問し、療養上の健康管理や指導・助言を行います。	要支援1～2 要介護1～5
通所介護(デイサービス)	デイサービスセンターなどに通って、日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援を日帰りで行います。	要介護1～5
通所リハビリテーション (デイケア)	介護老人保健施設や医療機関などで、日常生活上の支援や、生活行為向上のためのリハビリを日帰りで行います。	要支援1～2 要介護1～5
特定施設入居者生活介護	有料老人ホームなどに入居している方に、日常生活上の支援や介護を提供します。	要支援1～2 要介護1～5
短期入所生活介護 (ショートステイ)	特別養護老人ホームなどに短期間入所した方に、日常生活上の支援や機能訓練などを行います。	要支援1～2 要介護1～5
短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)	介護老人保健施設などに短期間入所した方に、医療上のケアを含む日常生活上の支援や機能訓練、医師の診察などを行います。	要支援1～2 要介護1～5
福祉用具貸与	日常生活の自立を助けるための福祉用具(車いすや特殊寝台等)を借りることができます。	要支援1～2 要介護1～5 (★)
特定福祉用具販売	腰掛け便座等、貸与になじまない用具を、指定の事業者から購入したとき、購入費が支給されます。限度額は、1年につき10万円です。	要支援1～2 要介護1～5
住宅改修費支給	事前に申請をして居宅での手すりの取り付け、段差の解消などの改修をしたとき、改修費が20万円を上限に支給されます。	要支援1～2 要介護1～5

(★) 要支援1・2及び要介護1の方においては一部利用できない福祉用具があります。

## (2) 施設サービス

介護保険の施設（介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院）に入所して利用するサービスです。

サービス名	内容	利用対象者
介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	常時介護が必要で、家庭での生活が困難な方のための施設で、日常生活上の支援や介護を提供します。	要介護3～5 (★)
介護老人保健施設	状態が安定している方が、在宅復帰を目指すための施設で、リハビリを中心とする医療ケアと介護を提供します。	要介護1～5
介護療養型医療施設	長期の療養を必要とする方のための施設で、医療・看護・介護・リハビリテーションなどを提供します。	要介護1～5
介護医療院	主として長期の療養が必要な方に対し、療養上の管理、看護、医学的管理の下による介護、医療及び日常生活上の支援を提供します。	要介護1～5

(★) 一定の条件により要介護1・2の方でも利用できる場合があります。

## (3) 地域密着型サービス

介護が必要になっても可能な限り住み慣れた地域での生活を継続できるよう、利用者の居住する区市町村が、その地域の特性を活かし提供するサービスです。原則、板橋区民のみが利用できるサービスです。要支援認定者の場合は、一部のサービスを除き、介護予防サービスとして利用できます。

サービス名	内容	利用対象者
夜間対応型訪問介護	夜間にヘルパーが定期的に巡回もしくは随時訪問して介護を行います。	要介護1～5
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	日中・夜間を通じて、訪問介護と訪問看護が一体的にまたは密接に連携しながら、定期巡回と随時の対応を行います。	要介護1～5
認知症対応型通所介護	認知症の方を対象に、食事・入浴・排せつなど日常生活の支援や機能訓練を日帰りで行います。	要支援1～2 要介護1～5
地域密着型通所介護	定員が18名以下の小規模なデイサービスセンターで、食事・入浴・排せつなどの日常生活の支援や機能訓練を日帰りで行います。	要介護1～5
小規模多機能型居宅介護	通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問や泊まりのサービスを組み合わせて提供します。	要支援1～2 要介護1～5
看護小規模多機能型居宅介護	通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問（介護と看護）や泊まりのサービスを組み合わせて提供します。	要介護1～5

サービス名	内 容	利用対象者
認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)	認知症の方が、スタッフの介護を受けながら共同生活する施設です。	要支援2 要介護1～5
地域密着型特定施設入居者 生活介護	定員 30 人未満の小規模な有料老人ホームの入居者に日常生活の支援や機能訓練を行います。	要介護1～5

## 6 総合事業

平成 27 年介護保険法の改正により、高齢者の介護予防と日常生活の自立を支援する「総合事業」という新しい制度が設けられました。

総合事業は、介護予防サービスなどの全国一律の基準による保険給付サービスと違い、区市町村が地域の実情に応じた介護予防や生活支援サービスを独自の基準・内容により、ひとりひとりの状態や必要性に応じたサービスを提供していく事業です。

### (1) 総合事業の種類と利用対象者

総合事業は、「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」の2つの事業に分類され、その事業ごとに利用対象者が異なります。

#### ①介護予防・生活支援サービス事業

介護予防・生活支援サービス事業は、要支援認定者と、65歳以上の方でおとしより相談センターで実施する元気力（生活機能）チェック[P 8 参照]の結果、生活機能の低下がみられた方（以下「事業対象者」）を対象とした事業になっています。訪問型と通所型のサービスがあり、板橋区では下表のサービスを展開しています。

#### 【板橋区における介護予防・生活支援サービス事業】

サービス名		内 容
訪問型 サービス	予防訪問サービス (★)	区の指定を受けた事業者のホームヘルパー（訪問介護員）が居宅を訪問し、身体介護サービスや生活援助サービスを行います。
	生活援助訪問サービス (★)	区の指定を受けた事業者のホームヘルパー（訪問介護員）等が居宅を訪問し、1回60分以内の生活援助サービスを行います。
通所型 サービス	予防通所サービス (★)	区の指定を受けた通所介護施設（デイサービスセンター）に通って、食事・入浴・排せつなどの介助や機能訓練を行います。1回あたり5時間以上のサービスになります。
	生活援助通所サービス (★)	区の指定を受けた通所介護施設（デイサービスセンター）に通って、生活機能の維持・向上を目指した機能訓練やレクリエーション等を行います。1回あたり5時間未満のサービスになります。

サービス名		内 容
通所型サービス	元気力向上教室 [短期集中型サービス]	専門職の指導のもと、運動機能向上・栄養改善・口腔機能向上などの特定機能の向上を目的とした3～6ヵ月間の教室です。板橋区内の様々な地域で実施されています。
	住民主体の 通所型サービス	地域住民（NPO法人・ボランティア団体など）が自主的に実施する介護予防サービスです。会食や体操、レクリエーションなどを行っています。

(★) 区の指定を受けた介護事業者によるサービスで、原則要支援認定を受けた方が対象です。

## ②一般介護予防事業

一般介護予防事業は、65歳以上の全ての区民の方を対象とした事業です。板橋区では、介護予防普及啓発事業として健康体操の実践と介護予防や健康等に関する各種講座を開催しています。板橋区で実施している一般介護予防事業の一部を下表にお示しします。

### 【板橋区における一般介護予防事業の例】

事業名	内 容
シニアの筋力アップコース	自宅でできる転倒予防体操を中心に、筋力やバランスの維持・向上を図ります。1コース4日制。
仲間と続けて元気力向上コース	運動を続けていく仲間を探したい方向けのコースで、筋力を維持する体操やグループワークを行います。1コース5日制。
銭湯で介護予防体操	現在の健康を維持したい方を対象に、区内公衆浴場において、各会場月1～2回の頻度で介護予防体操を行います。体操のあとは、無料で銭湯に入浴できます。
脳力アップ教室	認知機能低下を予防するために、ウォーキングプログラムと料理プログラムを行っています。
地域リハビリテーション支援事業	退院直後の在宅生活に不安のある方、在宅で生活している中で、徐々に身体機能が低下してきている方など、リハビリテーションに関する心配事に対して、専門職が相談に応じます。

## (2) 元気力（生活機能）チェック

前述のとおり、介護予防・生活支援サービス事業は、要支援認定者と元気力（生活機能）チェックの判定により生活機能の低下がみられた方を対象としています。

要支援認定者は、P3に記載している「3 認定までの流れ」のとおり、認定申請の結果によりその判定を受けることとなりますが、もう1つの「元気力（生活機能）チェック」による判定とはどのようなもののでしょうか。

### ①元気力（生活機能）チェックとは

元気力（生活機能）チェックとは、生活状況等に関する質問票（以下「元気力（生活機能）チェックシート」）をもとに、その質問項目に回答していただくことで、心身の機能で衰えているところがないか等を確認するものです。

元気力（生活機能）チェックは、各地域を担当するおとしより相談センターで、実施しています。おとしより相談センターでは、元気力（生活機能）チェックの判定や対象者とのヒアリング等に基づき、その方の心身の衰えやリスクなどを把握し、在宅での生活を維持するための生活支援サービスや介護予防につながります。

## ②元気力（生活機能）チェックシート

元気力（生活機能）チェックシートの質問項目は、平成27年度厚生労働省告示第197号にて定められている25項目を主として構成されています。同告示では、質問項目に対するリスク判定基準についても定められています。

### 【板橋区元気力（生活機能）チェックシート質問項目の例】

No.	質問項目	回答	
1	バスや電車で1人で外出していますか	①はい	②いいえ
2	日用品の買い物をしていますか	①はい	②いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	①はい	②いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	①はい	②いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	①はい	②いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	①はい	②いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	①はい	②いいえ
8	15分間位続けて歩いていますか	①はい	②いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	①はい	②いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	①はい	②いいえ
11	6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少はありましたか	①はい	②いいえ
12	BMI（体格指数）が18.5未満ですか ※BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)	①はい	②いいえ
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	①はい	②いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	①はい	②いいえ
15	口の渇きが気になりますか	①はい	②いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	①はい	②いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	①はい	②いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われるですか	①はい	②いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	①はい	②いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	①はい	②いいえ
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	①はい	②いいえ
22	（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	①はい	②いいえ
23	（ここ2週間）以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	①はい	②いいえ
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	①はい	②いいえ
25	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする	①はい	②いいえ

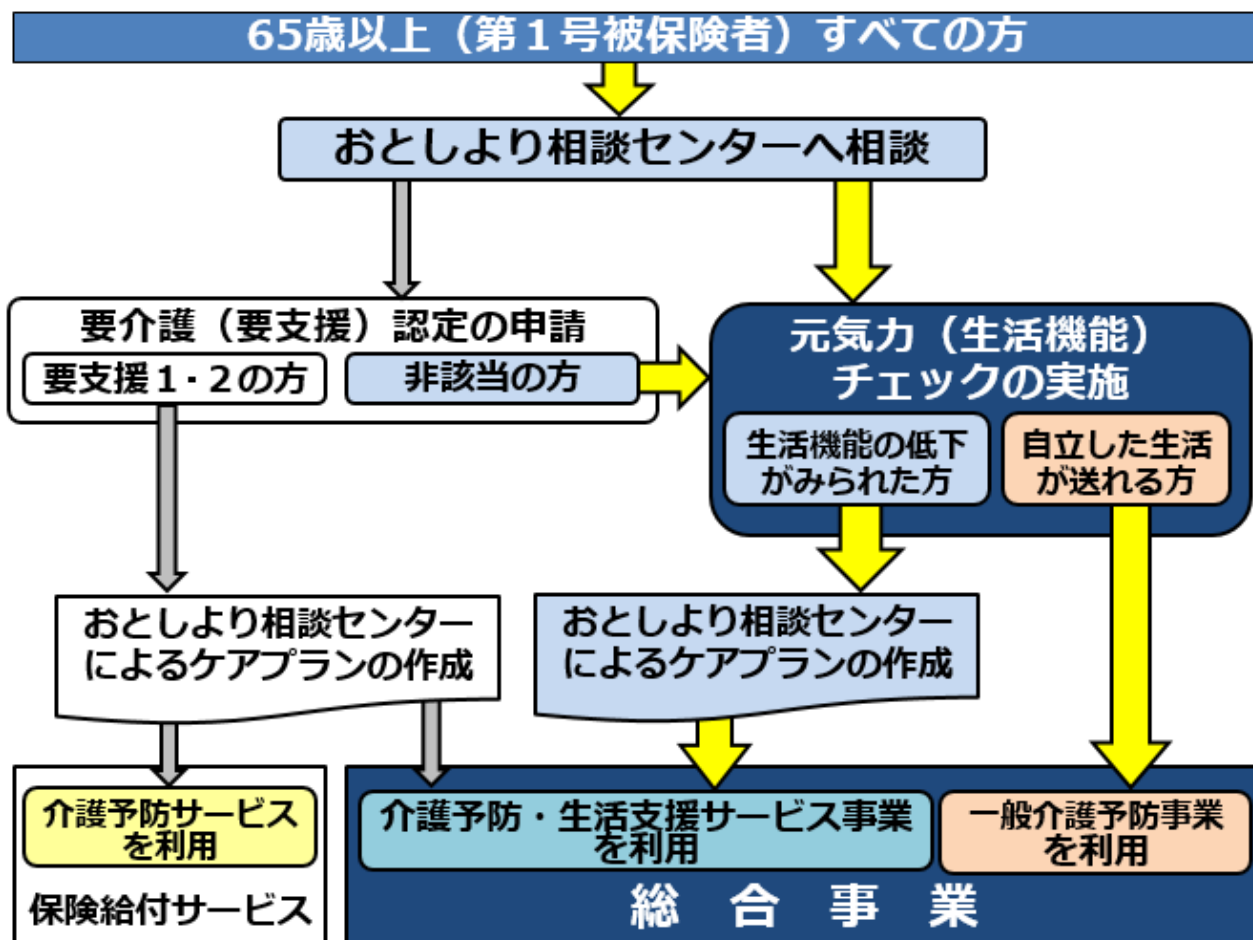
【板橋区元気力（生活機能）チェックシート判定基準の例】

判定基準 (質問項目に対し①の回答に該当する項目の数)	リスク該当項目
質問項目No.1～20までの20項目のうち10項目以上に該当	生活機能全般
質問項目No.6～10までの5項目のうち3項目以上に該当	運動機能
質問項目No.11～12の2項目すべてに該当	栄養状態
質問項目No.13～15までの3項目のうち2項目以上に該当	口腔機能
質問項目No.16に該当	閉じこもり
質問項目No.18～20までの3項目のうちいずれか1項目以上に該当	認知症
質問項目No.21～25までの5項目のうち2項目以上に該当	うつ

(3) 総合事業利用までの流れ

総合事業の利用を希望する場合は、担当地区のおとしより相談センターへ相談することからはじまります。おとしより相談センターでは、相談者の心身の状況、利用したいサービス等の聞き取りを行ったうえで、その方に最も適したサービス・事業等を判断し、必要な手続きの案内をしてくれます。

【総合事業利用までの流れ】





#### (4) 訪問型サービスの従事者

介護予防・生活支援サービス事業の訪問型サービスについては、板橋区が定める基準を満たす訪問介護事業者を区が指定し、その指定事業者がサービスを提供する仕組みになっています。

指定基準には、従事者の資格要件を設けていますが、身体介護を含む専門性の高いサービスとなる「予防訪問サービス」と、身体介護を含まない生活援助に特化した「生活援助訪問サービス」では、その資格要件は異なります。

##### 【訪問型サービスにおける資格要件の比較】

	予防訪問サービス	生活援助訪問サービス
サービス内容	身体介護 + 生活援助	生活援助のみ (身体介護は含まない)
従事者の資格要件	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護福祉士</li> <li>・介護職員初任者研修修了者</li> <li>・介護職員実務者研修修了者</li> <li>・介護職員基礎研修修了者</li> <li>・訪問介護員養成研修 1 級課程修了者</li> <li>・訪問介護員養成研修 2 級課程修了者</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・左記資格のほか、<u>板橋区が指定する一定研修の修了者</u></li> </ul>

「生活援助訪問サービス」では「予防訪問サービス」の資格要件に、「板橋区が指定する一定研修の修了者」を追加しています。一定研修のカリキュラム項目は以下に示すとおりで、全てこのテキストに含まれた内容となっています。

##### ～板橋区が指定する研修カリキュラム項目～

- ① 尊厳保持と自立支援
- ② 介護保険制度の理解
- ③ 高齢者や家族の支援
- ④ コミュニケーション
- ⑤ 認知症の理解
- ⑥ 生活支援
- ⑦ リスクマネジメント

※ 上記カリキュラムの研修を受講した後に、介護技術を習得するために雇用先の事業所等で実績のある有資格者と同行し演習を実施する必要があります。(詳しくは、P49の巻末資料I「生活援助訪問サービスにおける一定の研修について」をご覧ください)

## ■第2章 介護における尊厳の保持と自立支援について

介護保険法の第1条には、介護保険制度の目的が定められています。その条文中には、介護を要するもの等が「尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう」との記載があります。

この章では、介護保険制度の目的として掲げられる「尊厳の保持」と「自立支援」について理解を深めていきましょう。

### 1 尊厳の保持

#### (1) 人権の尊重

訪問介護という職に従事するうえでは、利用者の人権を尊重した対応が大切になります。

人権とは、すべての人が生まれながらに持っている人間らしく生きる権利のことです。我が国では、日本国憲法の第11条で基本的人権が保障されています。たとえ介護が必要になっても、日常的に安定した人間らしい生活を送ることが保障され、そのために必要な介護保険制度などのサービスを利用することが権利として保障されているといえます。

訪問介護では、人権が尊重されているか、または人権侵害の恐れがないかを常に意識しサービスを提供することで、利用者個々の尊厳を保持することが求められます。

#### ◇介護保険法（一部抜粋）

**第1条** この法律は、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設け、その行う保険給付等に関して必要な事項を定め、もって国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。

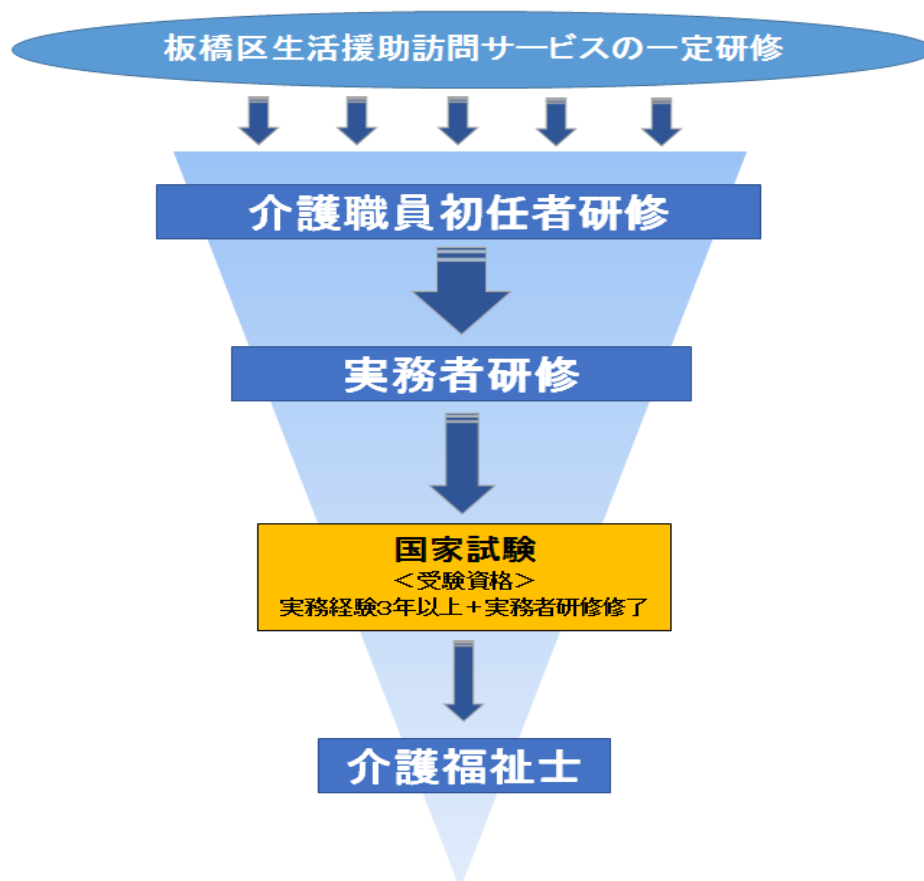
#### ◇日本国憲法（一部抜粋）

**第11条** 国民は、すべての基本的人権の享有を妨げられない。この憲法が国民に保障する基本的人権は、侵すことのできない永久の権利として、現在及び将来の国民に与えられる。

## Ⅱ 介護職としてのステップアップ！

このテキストを通じて、生活援助といった介護分野を学習された方へ、介護職としてのステップアップについてご紹介します。

介護職は、さまざまな研修受講や資格を取得することで、活躍の場が広がっていきます。実際に生活援助の現場で働いていくなかで、もっと専門的な知識を学びたい、スキルを磨きたいと思われた方は、下の図を参考に、次なるステップアップを検討してみてください。



### STEP 1 介護職員初任者研修 (130 時間程度の研修課程)

介護職員初任者研修は、介護業務に従事するにあたり必要となる最低限の知識・技術を身につけ、職場の上司の指示を受けながら基本的な介護業務を実践できることを目的として行われます。研修課程の修了により、訪問介護員や福祉施設の職員として従事することが可能です。

### STEP 2 実務者研修 (450 時間程度の研修課程)

実務者研修は、国家資格である介護福祉士の受験資格に必須となる研修で、幅広い利用者に対する介護提供能力を習得すること目的として行われます。研修課程の修了により、訪問介護事業所のサービス提供責任者として従事することが可能です。(ただし、自治体の基準等により一定期間の実務経験を要する場合があります)

**STEP 3 介護福祉士(国家試験)**

介護福祉士は、介護分野における唯一の国家資格です。資格取得の方法はさまざまですが、介護等の実務経験がある方は、その期間が3年以上であることと、STEP 2で記載した実務者研修を修了していることが必要になります。介護福祉士の資格取得により、通所介護事業所における生活相談員や各介護施設でのフロアリーダーなど従事できる職責の幅が広がります。

◆板橋区の介護に関する講座のご案内◆

板橋区では、一般の区民の方を対象に次の講座を実施しています。機会があればぜひ受講してみましよう。

★介護予防サポーター養成講座

介護予防サポーターとは、高齢者が主体的に運動器機能の向上や栄養改善などの介護予防に取り組めるように応援する人です。（「介護予防サポーター」は公的な資格ではありません）区の介護予防への取り組み、運動機能向上の方法、バランスの良い食生活などについて、講義と実習を通して学びます。半日×6日間の日程で年1回開催されます。費用は無料です。

【問合せ】おとしより保健福祉センター介護予防係 ☎ 03-5970-1117

★認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かく見守る地域の応援者のことです。1～2時間の講座を受講していただくと、認知症サポーターになることができます。

講座は、区の広報紙などで募集する公開講座と団体へ出向いて行う出前講座があります。修了者にはオレンジリングをお渡ししています。費用は無料です。

【問合せ】おとしより保健福祉センター認知症施策推進係 ☎ 03-5970-1121

