

高齢者福祉

相談窓口

地域包括支援センター

地域包括支援センターは、公正・中立な立場から、高齢者に関する①総合相談支援、②虐待の早期発見・防止などの権利擁護、③包括的・継続的ケアマネジメント支援、④介護予防ケアマネジメントという4つの機能を担う、地域の中核機関です。（232頁に施設一覧）

本県には、40市町村に58か所設置されています。（平成22年4月1日現在）

老人（在宅）介護支援センター

在宅の要援護老人の介護者等に対し、在宅介護に関する総合的な相談に応じ、在宅の要援護老人及びその介護者の介護等のニーズに対応した各種保健福祉サービスが受けられるよう調整し、在宅介護の支援を行うことを目的としています。

本県には、149か所が設置されています。（平成22年4月1日現在）

青森県介護実習・普及センター

高齢者介護の実習等を通じて地域住民や介護専門職員への介護知識、介護技術及び福祉用具の普及を図り、「高齢化社会は県民全体で支えるもの」という考え方を地域住民に広く啓発する事業を実施するほか、介護機器の展示・相談体制を整備し、介護機器の適正な普及を図ることを目的としています。

（平成16年4月1日から社会福祉法人青森県社会福祉協議会が事業の運営をしています。）

☐連絡先 ☎030-0822 青森市中央3丁目20-30 県民福祉プラザ2階 017 (774) 3234

老人性認知症センター

老人性認知症センターは、認知症患者等の専門医療相談、鑑別診断、治療方針選定、夜間や休日の救急対応等を行います。本県には、下記の3か所に設置されています。（平成22年4月1日現在）

・むつ総合病院 ・十和田市立中央病院 ・藤代健生病院

認知症疾患医療センター

認知症疾患医療センターは、上記の老人性認知症センターの機能に加え、合併症・周辺症状への急性期対応等の「専門医療機関としての機能」や、研修会等の開催等の「地域連携としての機能」を強化した、地域における認知症医療及び介護との連携の中核となる施設です。本県では、下記の1か所に設置されています。（平成22年4月1日現在）

- ・青森県立つくしが丘病院

高齢者虐待防止対策

近年、我が国においては、介護保険制度の普及、活用が進む中、一方では高齢者に対する身体的・心理的虐待、介護や世話の放棄・放任等が、家庭や介護施設などで表面化し、社会的な問題となっています。

平成17年11月、国会において「高齢者に対する虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」いわゆる「高齢者虐待防止法」が可決、成立し、平成18年4月1日から施行されました。

法律では、虐待の種類を

- ・身体的虐待
- ・介護・世話の放棄・放任
- ・心理的虐待
- ・性的虐待
- ・経済的虐待

に分類し、定義付けています。

また、生命または身体に重大な危険が生じている高齢者虐待を発見した者へ市町村への通報を義務付けているほか、国、県、市町村の役割についても規定されており、市町村は、事実確認の調査、相談、指導、助言、地域包括支援センター等との連携、虐待を受けている高齢者保護のための施設入所措置などが、都道府県においては、市町村に対する情報提供やその他の援助、助言、市町村間の連絡調整、適切な監督権限の行使などが規定されています。

高齢者への虐待防止は、県、市町村はもとより、各関係機関の連携が重要であり、ネットワークの構築が必要不可欠です。

介護保険制度

制度の仕組み

制度の目的

- (1) 老後の最大の不安要因である介護を社会全体で支える仕組みを創設

- (2) 社会保険方式により給付と負担の関係を明確にし、国民の理解を得られやすい仕組みを創設
- (3) 利用者の選択により、多様な主体から保健・医療サービス及び福祉サービスを総合的に受けられる仕組みを創設
- (4) 平成18年4月から、介護が必要となることを防いだり、介護が必要になってもそれ以上に悪化しないようにするための「予防重視型システム」導入

保険者

制度の運営主体者となる保険者は、市町村及び特別区です。

被保険者

区 分	第1号被保険者	第2号被保険者
対 象 者	65歳以上の者	40歳以上65歳未満の医療保険加入者
受 給 権 者	<ul style="list-style-type: none"> ・要介護者 ・要支援者 	左のうち、初老期認知症、脳血管疾患等の老化に起因する疾病によるもの
保 険 料 負 担	市町村が徴収	医療保険者が医療保険料として徴収し、納付金として一括して納付
賦 課 ・ 徴 収 方 法	<ul style="list-style-type: none"> ・所得段階別定額保険料（低所得者の負担軽減） ・受給する老齢（退職）年金、遺族年金、障害年金の額が年額18万円以上の者は年金より天引、それ以外の者は普通徴収 	<ul style="list-style-type: none"> ・健保：標準報酬介護保険料率 （事業主負担あり） ・国保：所得割、均等割等に按分 （国庫負担あり）

注1－被保険者となるには、いずれかの市町村に住所を有していることが必要です。

注2－次に掲げる者は介護保険の適用除外とされ、被保険者とはなりません。

- ① 障害者自立支援法による支給決定（生活介護及び施設入所支援に係るものに限る。）を受けて指定障害者支援施設に入所している身体障害者
- ② 入所等の措置により障害者支援施設（生活介護を行うものに限る。）に入所している身体障害者
- ③ 次に掲げる施設に入所し、又は入院している者
 - ア 重症心身障害児施設
 - イ 肢体不自由児施設等肢体不自由児施設支援を行う指定医療機関（当該指定に係る治療等を行う病床に限る。）
 - ウ 独立行政法人国立重度知的障害者総合施設のぞみの園が設置する施設
 - エ 国立ハンセン病療養所等（ハンセン病問題の解決の促進に関する法律第7条又は第9条に規定する療養を行う部分に限る。）
 - オ 救護施設
 - カ 労働者災害補償保険法に規定する被災労働者の受ける介護の援護を図るために必要な事業に係る施設（同法に基づく年金たる保険給付を受給しており、かつ、居宅において介護を受けることが困難な者を入所させ、当該者に対し必要な介護を提供するものに限る。）
 - キ 障害者支援施設（入所等の措置により入所している知的障害者に係るものに限る。）

ク 指定障害者支援施設（障害者自立支援法による支給決定（生活介護及び施設入所支援に係るものに限る。）を受けて入所している知的障害者及び精神障害者に係るものに限る。）

ケ 指定障害福祉サービス事業者であって、療養介護を行う病院

サービスの利用手続き

(1) 被保険者が、制度の運営主体である市町村(保険者)に要介護・要支援の認定申請を行い、それを受けて、市町村が認定調査を行い、介護認定審査会の審査判定結果に基づいて要介護認定・要支援認定を行います。

なお、介護認定審査会は、市町村が行う被保険者の心身の状況調査結果及び主治医の意見書に基づいて審査判定をします。

また、要介護認定基準は、全国一律に客観的に定められています。

(2) サービスの利用に当たっては、本人の希望や心身の状況等を考慮し、効率的・計画的にサービスを提供する観点から、介護サービス計画（ケアプラン）を策定することが基本とされています。

サービス等の種類

	予防給付におけるサービス	介護給付におけるサービス
都道府県が指定・監督を行うサービス	<p>◎介護予防サービス</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>【訪問サービス】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○介護予防訪問介護 ○介護予防訪問入浴介護 ○介護予防訪問看護 ○介護予防訪問リハビリテーション ○介護予防居宅療養管理指導 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>【通所サービス】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○介護予防通所介護 ○介護予防通所リハビリテーション </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【短期入所サービス】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○介護予防短期入所生活介護 ○介護予防短期入所療養介護 </div> <p style="margin-top: 10px;">○介護予防特定施設入居者生活介護 ○介護予防福祉用具貸与 ○特定介護予防福祉用具販売</p>	<p>◎居宅サービス</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>【訪問サービス】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○訪問介護 ○訪問入浴介護 ○訪問看護 ○訪問リハビリテーション ○居宅療養管理指導 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>【通所サービス】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○通所介護 ○通所リハビリテーション </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【短期入所サービス】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○短期入所生活介護 ○短期入所療養介護 </div> <p style="margin-top: 10px;">○特定施設入居者生活介護 ○福祉用具貸与 ○特定福祉用具販売</p>
市町村が指定・監督	<p>◎介護予防支援</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◎地域密着型介護予防サービス</p> <ul style="list-style-type: none"> ○介護予防小規模多機能型居宅介護 ○介護予防認知症対応型通所介護 ○介護予防認知症対応型共同生活介護(グループホーム) </div>	<p>◎地域密着型サービス</p> <ul style="list-style-type: none"> ○小規模多機能型居宅介護 ○夜間対応型訪問介護 ○認知症対応型通所介護 ○認知症対応型共同生活介護(グループホーム) ○地域密着型特定施設入居者生活介護 ○地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
その他	○住宅改修	○住宅改修

◎地域支援事業

○介護予防事業

○包括的支援事業

- ・総合相談支援事業
- ・権利擁護事業
- ・包括的・継続的ケアマネジメント支援事業
- ・介護予防ケアマネジメント事業

○任意事業

- ① 要介護者（要介護1～要介護5）には、居宅サービス、施設サービス及び地域密着型サービス等が提供されます。
- ② 要支援者（要支援1・要支援2）には、介護予防サービス及び地域密着型介護予防サービス等が提供されます。

保険給付の内容

(1) 給付の種類

① 居宅サービス

○訪問通所サービス

訪問介護（ホームヘルプサービス）

ホームヘルパーが自宅を訪問し、入浴、排せつ、食事などの身体介護や、炊事、掃除などの生活援助を行います。

訪問入浴介護

入浴設備や簡易浴槽を積んだ移動入浴車などが自宅を訪問し、入浴サービスを行います。

訪問看護

訪問看護ステーションや医療機関の看護師が自宅を訪問し、主治医と連絡をとりながら、病状を観察したり、床ずれの手当などを行います。

訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士等が自宅を訪問して、リハビリテーションを行います。

居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師などが自宅を訪問して、医学的な管理や指導を行います。

通所介護（デイサービス）

日帰りでデイサービスセンターなどに通い、入浴や食事の提供などの日常生活の世話や機能訓練

などが受けられます。

通所リハビリテーション

日帰りで介護老人保健施設や医療機関などに通い、理学療法士や作業療法士等によるリハビリテーションが受けられます。

○短期入所サービス（ショートステイ）

短期入所生活介護

介護老人福祉施設に短期間入所し、入浴、排せつ、食事などの日常生活の世話やリハビリテーションなどのサービスが受けられます。

短期入所療養介護

介護老人保健施設や介護療養型医療施設などに短期間入所します。短期間入所生活介護と比べ、リハビリテーションが重視されています。

特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入所している方が、必要な介護を介護保険で受けることができます。

福祉用具貸与

心身の機能が低下した高齢者に、日常生活の自立を助ける用具を貸し出します。

車いす（付属品含む）、特殊寝台（付属品含む）、床ずれ防止用具、体位交換器、手すり、スロープ、歩行器、歩行補助杖、認知症老人徘徊感知器、移動用リフト

※ 要支援者（要支援1・要支援2）及び要介護1の者に対する福祉用具の貸与については、その状態像からは利用しにくい次の種目については、一定の例外となる者を除き、原則として保険給付の対象としないこととしています。

- ・車いす（付属品含む）
- ・特殊寝台（付属品含む）
- ・床ずれ防止用具
- ・体位交換器
- ・認知症老人徘徊感知器
- ・移動用リフト

特定福祉用具販売

要介護状態区分にかかわらず、10万円を上限とします。（期間は1年間）

腰掛け便座、特殊尿器、入浴補助用具、簡易浴槽、移動用リフトのつり具

※ いったん全額が利用者負担となりますが、領収書などを添えて市町村に申請すると、上限額内

で、保険給付分（9割）が後から支払われます。

② 地域密着型サービス

地域密着型サービスは、市町村が指定・監督権限を持ち、原則として、事業所所在の市町村の住民のみが利用できるサービス類型です。

小規模多機能型居宅介護

「通い」を中心として、利用者の様態や希望に応じ、随時「訪問」や「泊まり」を組み合わせ、入浴、排せつ、食事などの日常生活の世話や機能訓練を受けることができます。

夜間対応型訪問介護

夜間にホームヘルパーが自宅を訪問して、入浴、排せつ、食事などの日常生活の世話をを行います。

認知症対応型通所介護

認知症の方が、デイサービスセンター等に通い、入浴、排せつ、食事などの日常生活の世話や機能訓練を受けることができます。

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症高齢者が5～9人で共同生活をしながら、家庭的な雰囲気の中で、介護スタッフによる入浴、排せつ、食事などの日常生活の世話や機能訓練を受けることができます。

地域密着型特定施設入居者生活介護

入所定員29人以下の有料老人ホームなどに入所している高齢者も、必要な介護を受けることができます。

平成22年4月1日現在、1カ所が設置され、18人の定員です。

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

入所定員29人以下の特別養護老人ホームで、日常生活に常時介護が必要で、自宅では介護が困難な高齢者が入所します。入浴、排せつ、食事などの日常生活の世話や健康管理が受けられます。

平成22年4月1日現在、9カ所が設置され、223人の定員です。

③ 居宅介護支援

居宅サービス等を適切に利用できるように、心身の状況・環境・本人や家族の希望等をうけ、〔利用するサービスの種類・内容等の〕計画を作成し、サービス提供確保のため事業者等と連絡等を行うとともに、介護保険施設入所が必要な場合は施設への紹介等を行います。

④ 施設サービス

次の介護保険施設に入所（入院）する方は、介護サービス費の1割相当額のほか、居住費、食費、理

美容代その他の日常生活費等を負担していただきます。

所得の低い方については、居住費・食費の負担限度額を定め、過重な負担とならないようにしています。

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

日常生活に常時介護が必要で、自宅では介護が困難な高齢者が入所します。

入浴、排せつ、食事などの日常生活の介護や健康管理が受けられます。

平成22年4月1日現在、88カ所が設置され、5,047人の定員です。

介護老人保健施設

病状が安定し、リハビリテーションに重点を置いたケアが必要な高齢者が入所します。医学的な管理のもとで、日常生活の介護や機能訓練が受けられます。

平成22年4月1日現在、58カ所が設置され、5,165人の定員です。

介護療養型医療施設

急性期の治療が終わり、長期の療養を必要とする高齢者のための医療機関の病床です。医療、看護、介護などが受けられます。

平成22年4月1日現在、27カ所が設置され、1,107人の定員です。

⑤ 介護予防サービス

要支援者（要支援1、要支援2）を対象に、提供される介護予防サービスには、「介護予防通所介護」、「介護予防通所リハビリテーション」、「介護予防訪問介護」、「介護予防福祉用具貸与」など、15種類のサービスがあります。

介護予防通所介護・介護予防通所リハビリテーション

日常生活上の支援など「共通サービス」と、運動器機能向上、栄養改善、口腔機能向上の「選択的サービス」の組み合わせによりサービスを受けることができます。

介護予防訪問介護

利用者が自力で家事等を行うことが困難な場合であって、家族や地域による支え合いや他の福祉施設などの代替サービスが利用できない場合について、適切なケアマネジメントに基づきサービスを受けることができます。

介護予防福祉用具貸与

内容は、福祉用具貸与と同じです。

⑥ 地域密着型介護予防サービス

介護予防小規模多機能型居宅介護、介護予防認知症対応型通所介護、介護予防認知症対応型共同生活（グループホーム）の3種類のサービスがあります。

⑦ 介護予防支援

居宅の要支援者が介護予防サービス等を適切に利用できるよう、地域包括支援センターが心身の状況・環境・本人や家族の希望等を受け、〔利用するサービスの種類・内容等の〕計画を作成し、サービス提供確保のため事業者等と連絡等を行います。

⑧ 住宅改修費の支給

要介護状態区分にかかわらず、20万円を上限とします。

廊下や階段、浴室への手すり設置

段差解消のためのスロープ設置

滑り防止のための床材変更

引き戸への扉の取り替え

※ 利用者は、原則として、住宅改修が必要な理由書等を添付の上、事前に申請手続きをし、工事終了後、領収書等を提出すると、上限額内で、保険給付金（9割）が後から支払われます。

(2) 給付額

要介護度に応じて給付額（在宅の場合は支給限度額）が設定されています。

① 居宅介護サービス費等支給限度基準額

	支給限度基準額
要 介 護 1	165,800円／月
要 介 護 2	194,800円／月
要 介 護 3	267,500円／月
要 介 護 4	306,000円／月
要 介 護 5	358,300円／月

② 介護予防サービス費等区分支給限度基準額

	支給限度基準額
要 支 援 1	49,700円／月
要 支 援 2	104,000円／月

(3) サービスの提供者

サービス提供は、介護保険法に基づき、原則として都道府県知事の指定を受けたそれぞれの居宅サービス事業者、介護予防サービス事業者及び介護保険施設により実施されているほか、市町村の指定を受けたそれぞれの地域密着型サービス事業者及び地域密着型介護予防サービス事業者により実施されます。

利 用 料

- (1) サービスを利用するときは、かかった費用の1割を負担することとなります。
- (2) 1割の負担が高額になる場合は、高額介護サービス費を支給します。
- (3) 高額介護サービス費については、特に低所得者に配慮しています。
- (4) 平成17年10月より施設給付の見直しが実施され、居住費・食費は保険給付の対象外となりましたが、低所得者については、居住費・食費の負担限度額を定め、過重な負担とならないようにしています。

高額介護サービス費

区 分	利用者負担上限額（月額）
<ul style="list-style-type: none"> ・生活保護の受給者 ・利用者負担上限額を15,000円に減額することにより、生活保護の受給者とならない方 	個人15,000円 15,000円
<ul style="list-style-type: none"> ・高齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の方 ・世帯全員が住民税非課税で課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方 	個人15,000円
<ul style="list-style-type: none"> ・世帯全員が住民税非課税の方等 	24,600円
<ul style="list-style-type: none"> ・上記以外の方 	37,200円

(注) ここでの利用者負担額には、施設サービスに係る食費、居住費（滞在費）や福祉用具購入費・住宅改修費の1割負担などは含みません。

- (5) 介護サービス計画作成の費用は、全額が保険給付され自己負担はありません。

保 険 料

- (1) 第1号被保険者の保険料は、負担能力に応じた負担を求める観点から、原則として各市町村ごとの所得段階別の定額保険料とし、低所得者への負担を軽減する一方、高所得者の負担は所得に応じたものとしています。

段 階	対 象 者	保 険 料
第 1 段 階	<ul style="list-style-type: none"> ・市町村民税世帯非課税かつ老人福祉年金受給者 ・生活保護受給者 	基準額×0.5
第 2 段 階	<ul style="list-style-type: none"> ・市町村民税世帯非課税であって、課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方 	基準額×0.5
第 3 段 階	<ul style="list-style-type: none"> ・市町村民税世帯非課税であって、第2段階以外の方 	基準額×0.75
第 4 段 階	<ul style="list-style-type: none"> 市町村民税本人非課税の方（世帯に課税者がいる場合） 	基準額×1
第 5 段 階	<ul style="list-style-type: none"> 市町村民税本人課税の方 （被保険者本人の合計所得が200万円未満） 	基準額×1.25
第 6 段 階	<ul style="list-style-type: none"> 市町村民税本人課税の方 （被保険者本人の合計所得が200万円以上） 	基準額×1.5

※ 原則として6段階となっていますが、市町村は特別な必要がある場合に、保険料段階を多段階化し、全体として7段階以上の保険料段階とすることができます。

- (2) 第2号被保険者の保険料は、加入している医療保険者ごとの算定方法により算定されます。(第2号被保険者1人当たりの平均負担額は同じ)

後 期 高 齢 者 医 療 制 度

75歳以上の方及び65歳から75歳未満で一定の障害等を有する方は、後期高齢者医療制度に加入して医療を受けることになります。

運営の仕組み

青森県内の40市町村が加入する「青森県後期高齢者医療広域連合」が運営主体となります。広域連合は保険料を決めたり、医療の給付などを行います。市町村は、各種申請の受付や保険証の引渡し、保険料の徴収などを行います。

被 保 険 者

- (1) 対象となる方
- ① 75歳以上の方
 - ② 65歳～75歳未満で一定の障害等を有する方
- (2) 対象となるとき
- ① 75歳の誕生日から、住民票などで確認できれば、本人からの届出なしに自動的に被保険者となります。
 - ② 65歳～75歳未満で一定の障害等を有する方は、広域連合の認定を受けた日から被保険者となります。
なお、障害認定の取り下げをすることで、後期高齢者医療の被保険者資格を喪失することもできます。

保 険 証

被保険者の方には、一人に1枚、「後期高齢者医療被保険者証」が交付されます。

医療機関に受診するときは、必ず提示してください。

医療費の負担割合

医療機関での自己負担割合は、一般の方は1割、現役並み所得者は3割負担となります。保険証に、自己負担割合「1割」又は「3割」が記載されています。

(月ごとの負担の上限額)

(年ごとの負担の上限額)

	自己負担限度額		高額医療・高額介護 合算制度における自己負担限度額
	外来(個人ごと)		
① 現役並み所得者 (課税所得145万円以上)	44,400円	80,100円+ (医療費-267,000円) ×1% (44,400円)	67万円
② 一般	12,000円	44,400円	56万円
③ 市町村民税非課税の世帯に属 する方(④以外の方)	8,000円	24,600円	31万円
④ ③のうち、年金受給額80万円 以下等の方		15,000円	19万円

(注) ()内の金額は、多数該当(過去12ヶ月に3回以上高額療養費の支給を受け4回目の支給に該当)の場合。

医療機関に入院された方については、

- ・療養病床以外の場合は、食費に関する負担として、1食ごとに標準負担額

食費の標準負担額

区 分	
① 一般の方	1食につき260円
② 市町村民税非課税の世帯に属する方等(③以外の方)	1食につき210円 (過去1年の入院期間が90日以下)
	1食につき160円 (過去1年の入院期間が90日超え)
③ ②のうち、年金受給額80万円以下等の方	1食につき100円

- ・療養病床の場合は、食費及び居住費に関する負担として、食費については1食ごとに、居住費については1日ごとに、標準負担額を負担していただきます。

食費・居住費の標準負担額

区 分	
① 一般の方	(食費) 1食につき460円(注)
	(居住費) 1日につき320円
② 市町村民税非課税の世帯に属する方等(③、④以外の方)	(食費) 1食につき210円
	(居住費) 1日につき320円
③ ②のうち、年金受給額80万円以下等の方(④以外の方)	(食費) 1食につき130円
	(居住費) 1日につき320円
④ ②のうち、老齢福祉年金を受給している方	(食費) 1食につき100円
	(居住費) 1日につき0円

(注) 管理栄養士又は栄養士により栄養管理が行われているなどの一定の要件を満たす保険医療機関の場合。それ以外の場合は420円となる。

保 険 料

(1) 保険料の決め方

保険料は、被保険者一人ひとりが納めることとなります。保険料額は、広域連合で下記の方法により計算されます。

また、保険料額を決める基準（保険料率）は、2年ごとに設定され、お住まいの市町村を問わず、広域連合内（県内）で均一となります。

〈保険料額の決め方（平成22年度、23年度）〉

青森県の保険料＝均等割額（被保険者一人当たり40,514円）＋

所得割額（総所得金額等－基礎控除額）×0.0741

※ 被用者保険の被扶養者であった方については、新たに保険料を負担することから、所得割額がかからず、また、均等割額は9割に軽減されます。

※ 国の特別対策により保険料が軽減される場合があります。

※ 世帯の所得の合計額に応じて均等割額が軽減され、被保険者の所得に応じて、所得割額が軽減されます。

生 活 支 援

特定健康診査・特定保健指導

糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病が増えています。

生活習慣病予防のため、平成20年4月から、40歳から74歳までの健康保険組合や国民健康保険などの加入者を対象としたメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健康診査（特定健康診査）及び保健指導（特定保健指導）が始まりました。

（75歳以上の方には、後期高齢者医療広域連合が健診を実施しています。また、事業主健診の受診者は、事業主健診の項目に特定健康診査の項目が含まれていることから、健康保険組合や国民健康保険などが事業主健診の結果を事業主や受診者などから受領できる場合は、特定健康診査を受ける必要はありません。）

特定健康診査

特定健康診査は、内臓脂肪の蓄積を未然に把握することにより、生活習慣病の予防を図ることを目的としており、以下の項目を実施します。

基本的な項目	<ul style="list-style-type: none">○質問票（服薬歴、喫煙歴等）○身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）○血圧測定○理学的検査（身体診察）○検尿（尿糖、尿蛋白）○血液検査<ul style="list-style-type: none">・脂質検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）・血糖検査（空腹時血糖またはHbA1c）・肝機能検査（GOT、GPT、γ-GTP）
詳細な健診の項目	<p>一定の基準の下、医師が必要と認めた場合に実施</p> <ul style="list-style-type: none">○心電図○眼底検査○貧血検査（赤血球、血色素量、ヘマトクリット値）

特定保健指導

特定健康診査の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、生活習慣を見直すサポートをします。

特定保健指導には、リスクの程度に応じて、動機付け支援と積極的支援があります。

動機付け支援	原則1回の支援を行います。支援方法は、個別もしくはグループとなります。個別面接であれば、最低20分以上の支援（個別支援）を行い、グループ（8人以下）面接の場合には、最低80分以上の支援（グループ支援）となります。
積極的支援	動機付け支援と同様の初回の支援を行った後、継続的に3か月以上の支援を行います。具体的な支援方法としては、個別支援、グループ支援に加え、電話、e-mail、FAXなどを効果的に組み合わせることとしています。

動機付け支援と積極的支援の初回の面接においては、医師、保健師、管理栄養士が、対象者とともに、対象者個々人の生活習慣を振り返り、減量や運動などの個別の行動目標を設定します。

行動目標を達成するために、就寝前の食事摂取を控え段階の利用を増やすなど、対象者が取り組むことができる範囲で必要となる行動計画を作成し、その目標達成に向けたサポートを行います。

老齢基礎年金（再掲）

保険料納付済期間と保険料免除期間及び合算対象期間を合算した期間が25年以上ある人が65歳から受けることができます。この25年は生年月日に応じて短縮されることがあります。

年金額は加入期間全部が納められている場合年額792,100円（平成18年度）です。

老人クラブ

老人クラブは、地域を基盤とする高齢者の自主的組織として、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする多様な社会生活を行うとともに、地域を豊かにする社会活動に取り組み、◎社会奉仕活動、◎健康・福祉に関する講座の開講、◎健康づくり・介護予防活動、◎地域の高齢者が支え合う友愛活動等を行うものです。

高齢者が社会への理解を深める場としても、老人クラブ活動は重要になっていますが、本県の老人クラブ数は、平成22年3月末現在、1,762クラブで会員は71,957人です。

市町村の区域内で組織されている単位老人クラブ及び市町村老人クラブ連合会に対し、老人クラブ運営等事業要綱等に基づき運営されているものについて、市町村、県、国が必要に応じて助成しています。

また、県連合体として、青森県老人クラブ連合会があり次のような事業を実施しています。

- 青森県老連健康福祉大学校の開校
- 単位老人クラブ指導者養成研修会の開催
- 高齢者相互支援推進事業（モデル指定）の活動
- 市町村老連が行う健康づくり事業の支援
- 団塊の世代等加入促進事業（モデル指定）の開催
- 老人クラブ芸能発表会の開催

青森県長寿社会振興センター

みんなが輝いている長寿社会を築いていくために、高齢者が生涯にわたり健やかで生きがいをもって社会活動を行えるように、生きがいと健康づくり推進事業等を行政・民間一体となって展開しています。

主な事業一覧

- ・あおもりシニアフェスティバルの開催（総合開会式・文化イベント、スポーツイベント）
- ・全国健康福祉祭（ねんりんピック）への選手派遣
- ・高齢者ラジオ放送講座「あおもり長寿セミナー」事業
- ・高齢指導者（シニアリーダー）養成研修会
- ・高齢者サークル活動支援事業
- ・機関誌「あすなる倶楽部」の発行

□連絡先 〒030-0822 青森市中央3丁目20-30 県民福祉プラザ3階 017 (777) 6311

FAX 017 (735) 1160

シルバー人材センター

シルバー人材センターは、健康で働く意欲のある原則60歳以上の高年齢者を会員とし、家庭・事業所・公共団体等から依頼された「臨時的かつ短期的又はその他の軽易な就業（その他の軽易な就業とは特別な知識、技能を必要とする就業）」を会員に提供するとともに、ボランティア活動をはじめとするさまざまな社会参加を通じて、高年齢者の健康で生きがいのある生活の実現と、地域社会の発展に寄与することを目的として

います。

シルバー人材センターが会員にふさわしい仕事を発注者（家庭・事業所・公共団体等）から引き受け、会員の希望や能力等に応じて就業機会を提供し、会員は引き受けた仕事の内容により配分金（報酬）を受け取るという仕組みです。

また、高齢者の技能・技術を高めるために各種講習を実施しています。

シルバー人材センター一覧

(財)…財団法人、(社)…社団法人

名 称	所 在 地	電 話	設 立 年
(財) 青森市シルバー人材センター	〒030-0802 青森市本町4-1-3 青森市福祉増進センター2階	017(773)3604	S55
(浪 岡 支 所)	〒030-1311 青森市浪岡大字浪岡字稲村101-1	0172(62)9178	
(社) 弘前市シルバー人材センター	〒036-8272 弘前市南袋町1-20 弘前市生きがいセンター内	0172(36)8828	S55
(社) 八戸市シルバー人材センター	〒031-0001 八戸市類家4-3-1 八戸市福祉公民館内	0178(44)6448	S55
(社) 黒石市シルバー人材センター	〒036-0306 黒石市大字内町61-1 黒石市シルバーワークプラザ内	0172(52)5131	H2
(社) 五所川原市シルバー人材センター	〒037-0046 五所川原市字栄町20-1	0173(34)8844	S63
(社) 十和田市シルバー人材センター	〒034-0083 十和田市西三番町2-12 十和田市勤労青少年ホーム内	0176(25)0222	H4
(社) 三沢市シルバー人材センター	〒033-0022 三沢市三沢字下夕沢83-228	0176(51)2240	H4
(社) むつ市シルバー人材センター	〒035-0031 むつ市柳町2-8-65	0175(23)5884	H2
(社) つがる市シルバー人材センター	〒038-3133 つがる市木造末広42-3 つがる市老人福祉センター内	0173(42)1200	H10
(社) 平川市シルバー人材センター	〒036-0104 平川市柏木町字藤山34-1 平川市老人福祉センター内	0172(44)7318	H8
(社) おいらせ広域シルバー人材センター(おいらせ町・六戸町)	〒039-2233 上北郡おいらせ町沼端14-165 おいらせ町勤労者研修センター内	0178(52)3177	H8
(社) 中部上北広域シルバー人材センター(七戸町・東北町)	〒039-2505 上北郡七戸町字立野頭149 七戸町老人福祉センター内	0176(60)1141	H14
(社) 中泊町シルバー人材センター	〒037-0305 北津軽郡中泊町大字中里字宝森 1-2 中泊町老人福祉センター内	0173(57)2161	H17
大鰐町シルバー人材センター	〒038-0212 南津軽郡大鰐町大字蔵館字川原田 37-6 大鰐町総合福祉センター内	0172(49)1550	H18

名 称	所 在 地	電 話	設 立 年
藤崎町シルバー人材センター	〒038-1214 南津軽郡藤崎町大字常盤字富田 70-1 (社会福祉協議会内)	0172(65)2056	H11
田舎館村シルバー人材センター	〒038-1121 南津軽郡田舎館村大字畑中字藤本 159-1 田舎館村中央公民館内	0172(58)3990	H13
板柳町シルバー人材センター	〒038-3662 北津軽郡板柳町大字福野田字実田 11-7 板柳町公民館内	0172(72)1162	H14
鶴田町シルバー人材センター	〒038-3503 北津軽郡鶴田町大字鶴田字沖津193 鶴田町保健福祉センター「鶴遊館」内 (社会福祉協議会内)	0173(22)3394	H16
野辺地町シルバー人材センター	〒039-3164 上北郡野辺地町字前田1-7 (社会福祉協議会内)	0175(64)0401	H20

※ (社) 青森県シルバー人材センター連合会

〒030-0822 青森市中央一丁目25-3 青森共栄火災ビル3階 017(732)5757

高齢者向け優良賃貸住宅制度

この制度は、60歳以上の単身・夫婦世帯の方等を入居対象に、「バリアフリー化」され、「緊急時対応サービス」の利用可能な良質な賃貸住宅を、民間活力を活用して供給促進するための制度です。

この賃貸住宅を供給する事業者は、供給計画を作成し、知事（中核市の長）に認定の申請をすることができます。認定を受けた「高齢者向け優良賃貸住宅」については、「整備に要する費用の補助」、「家賃の減額に要する費用の補助」等助成を受けることができます。

また、国土交通省により平成22年度から「高齢者等居住安定化推進事業」が開始されています。当事業は、高齢者、障害者及び子育て世帯が安心して生活することができる住まい及び住環境を整備することにより、これらの世帯の居住の安定確保を推進することを目的として、先導的な高齢者等向けの住宅に関する技術・システム等の導入や生活支援サービス、介護サービス、子育て支援サービス等が効率的・効果的に提供される住まいづくりやまちづくりに関する事業に対し、予算の範囲内において、国が事業の実施に要する費用の一部を補助するものです。

高齢者生活支援施設を一体的に整備する高齢者向け優良賃貸住宅等の整備費も助成対象となっています。

□連絡先 青森県県土整備部建築住宅課 住宅企画グループ

〒030-8570 青森市長島1丁目1-1 017(734)9695

高齢者円滑入居賃貸住宅の登録・閲覧制度

この制度は、「高齢者であることを理由に入居を拒まない賃貸住宅」を賃貸人が知事等^{*}に申請をして「高齢者円滑入居賃貸住宅」として登録し、その住宅に関する情報を、誰もが、ホームページや登録簿で閲覧で

きる制度です。

また、上記の高齢者円滑入居賃貸住宅のうち、「専ら高齢者を賃借人とする賃貸住宅」については、「高齢者専用賃貸住宅」として、より詳細な情報を登録しています。

これらの登録をされた住宅を対象として、家賃の債務保証が受けられる制度も併せて実施されています。

□連絡先 青森県県土整備部建築住宅課 住宅企画グループ

〒030-8570 青森市長島1丁目1-1 017 (734) 9695

※青森県では、下記の市町村に高齢者円滑入居賃貸住宅登録事務の権限を移譲しています。

	市 町 村 名	課 名	代表電話	内線番号
1	八戸市	建築住宅課	0178-43-2111	257
2	五所川原市	建築住宅課	0173-35-2111	2662
3	三沢市	建築住宅課	0176-53-5111	263
4	むつ市	都市建築課	0175-22-1111	2757
5	平川市	都市計画課	0172-44-1111	2234
6	深井町	地域整備課	017-755-2111	267
7	深浦町	建設課	0173-74-2111	242
8	藤崎町	建設課	0172-75-3111	2235
9	大鰐町	建設課	0172-48-2111	445
10	野辺地町	建設環境課	0175-64-2111	276
11	東北町	建設課	0176-56-3111	647
12	東通村	まちづくり整備課	0175-27-2111	312
13	風間浦村	産業建設課	0175-35-2111	16
14	階上町	建設課	0178-88-2111	232

マイホーム借上げ制度（青森県住みかえ支援システム）

マイホーム借上げ制度（一般社団法人移住・住みかえ機構）は、50歳以上の高齢者の方が福祉施設に住みかえをする際などに自宅が空家となった場合に、最長で終身にわたって借り上げて転貸し、安定した賃料収入を保証するものです。これにより、自宅を売却することなく住みかえや老後の資金として活用することができます。

青森県住みかえ支援システムでは、この制度の普及と県内の住みかえを希望する方の相談対応を行っています。

住みかえ相談窓口一覧

名 称	所 在 地	代表電話
-----	-------	------

青森市住宅まちづくり課		017-734-5576
弘前市建築住宅課		0172-35-1111 (415)
八戸市建築住宅課		0178-43-9109
協同組合タツケン	青森市中央1丁目1-29	017-773-2666
アップルハウジング(株)	青森市浜田2丁目14-5	017-762-3133
(株)サイトーホーム	青森市浜館1丁目6-11	017-741-0111
(株)ムーラム	青森市勝田1丁目5-12	017-718-2741
アルファホーム	青森市東大野1丁目20-1	017-762-3380
川浪不動産(株)	青森市長島2丁目15-9	017-776-2234
(株)都市計画	弘前市青山1丁目11-6	0172-33-8831
(株)阿部工務店	五所川原市雛田198-1	0173-34-8836
(株)まるよし産業	八戸市白銀1丁目5-11	0178-33-3211
(株)ハシモトホーム	八戸市類家4丁目5-2	0178-71-1700
田中住宅(株)	八戸市根城8丁目14-9	0178-43-0925
(有)アルプス不動産	八戸市下長2丁目1-35	0178-29-3205
(株)小坂工務店	三沢市南町4丁目31-3469	0176-53-1711
(株)サンロク	三沢市幸町1丁目2-14	0176-53-3436
(株)東北産業	五戸町大字豊間内字地藏平1-865	0178-61-1100

適合高齢者専用賃貸住宅

この制度は、「高齢者の居住の安定確保に関する法律」における、高齢者単身・夫婦世帯など、専ら高齢者世帯に賃貸する「高齢者専用賃貸住宅」のうち、厚生労働大臣が定める基準(※)に適合するものとして都道府県知事に届け出た住宅です。

この「適合高齢者専用賃貸住宅」は、介護保険法第13条における「特定施設」になりますので、届出受理日をもって、介護保険法における「住所地特例」の対象施設になります。

また、「特定施設入居者生活介護」の指定基準を満たしている場合には、「特定施設入居者生活介護」の事業者として指定を受けることができます。ただし、指定にあたっては、介護保険事業計画との整合性を図る必要がありますので、予め開設予定の市町村にご相談ください。

(※) 厚生労働大臣が定める基準『厚生労働省告示第264号』

<介護保険法施行規則第15条第3号及び老人福祉法施行規則第20条の4の厚生労働大臣が定める基準>

(厚生労働省告示第264号)

1. 高齢者の居住の安定確保に関する法律施行規則第3条第6号に規定する高齢者専用賃貸住宅であること。
2. 各戸が床面積(共同住宅にあつては、共用部分の床面積を除く。)25平方メートル(居間、食堂、台所その他の部分が高齢者が共同して利用するため十分な面積を有する場合にあつては18平方メートル)以上であること。
3. 原則として、各戸が台所、水洗便所、収納設備、洗面設備及び浴室を備えたものであること。ただし、共用部分に共同して利用するため適切な台所、収納設備又は浴室を備えることにより、各戸に備える場合と同等以上の居住環境が確保させる場合にあつては、各戸が台所、収納設備又は浴室を備えたものであることを要しないものとするができる。
4. 高齢者の居住の安定確保に関する法律第58条第7号の必要な保全措置が講じられているものであること。
5. 入浴、排せつ若しくは食事の介護、食事の提供、洗濯、掃除等の家事又は健康管理をする事業を行う賃貸住宅であること。

□連絡先

青森県健康福祉部高齢福祉保険課 介護事業者グループ

〒030-8570 青森市長島1丁目1-1

017 (734) 9297

施設等

養護老人ホーム

養護老人ホームは、65歳以上の者であって、環境上及び経済的理由で居宅で生活することが困難なものを入所させて、養護することを目的としています。

現在本県には10か所が設置され、685人の定員です。（平成22年4月1日現在）

① 費用徴収

本人の収入及び扶養義務者の税額により、市町村が定めた額が費用徴収されます。

② 入所手続

養護老人ホームに入所を希望する場合は、居住している市町村に本人又は家族等から申し出を行います。市町村長は、本人及び扶養義務者の養護の状況、生計の状況を調査したうえ、入所の可否を決定します。

特別養護老人ホーム

特別養護老人ホーム（介護保険法の規定による指定介護老人福祉施設）は要介護者に対し、日常生活の介護や健康管理等の施設サービスを行い、入所者が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にすることを目的としています。

本県には、97か所が設置され、5,270人の定員です。（平成22年4月1日現在）

○ 利用対象者

- ・身体上又は精神上著しい障害があるために常時の介護を必要とし、かつ、居宅においてこれを受けることが困難な要介護者を対象としています。

軽費老人ホーム

軽費老人ホーム（A型）は低額な料金で老人を入所させ、心理的、医学的配慮のもとに、給食等の日常生活の便宜を共し、健康で明るい生活を送らせることを目的としています。また、A型の他に入所者の虚弱化の進行に対して、ホームヘルプサービス等の在宅福祉サービスの利用によって対応できるケアハウスも整備が進められています。

本県には、27か所が設置され、810人の定員です。（A型 2か所 110人、ケアハウス 25か所700人）

（平成22年4月1日現在）

① 利用対象の老人

- ・利用できる者は、身寄りのない者、又は家庭の事情で家族と同居できない事情がある60歳以上の者

(60歳以上の配偶者とともに利用するときは、60歳未満でも利用できます。)

- ・自炊のできない程度の身体機能の低下等が認められ、又は高齢等のため独立して生活するには不安が認められる者であって、家族による援助を受けることが困難な者

② 利 用 料

施設における生活費のほか、本人の収入及び税額により事務費の一部を利用料として納付することになります。(ケアハウス利用の場合は、この他に管理費を納付します。)

③ 入 所 手 続

入所を希望する者は、所定の申込書に健康診断書等を添えて、施設に直接申込みます。

有料老人ホーム

有料老人ホームとは、高齢者を入所させ、食事の提供その他日常生活上必要な便宜を供与する施設で、老後の居住問題の解消を図ることを目的としています。

本県には、128か所が設置され、3,576名の定員です。(平成22年4月1日現在)

老人短期入所施設

老人短期入所施設(介護保険法に規定する指定短期入所生活介護)は在宅の要介護者・要支援者に対し、日常生活上の世話及び機能訓練を行うことにより、利用者の心身の機能の維持並びに利用者の家族の身体的及び精神的負担の軽減を図ることを目的としています。

本県には、104か所が設置されています。(平成22年4月1日現在)

① 利用対象者

- ・心身の状況や、家族の病気・冠婚葬祭・出張等のため、又は家族の身体的・精神的な負担の軽減を図るために、一時的に在宅での日常生活に支障のある要介護者等です。

デイサービスセンター

デイサービスセンター(介護保険法に規定する指定通所介護)は在宅の要介護者・要支援者に対し、必要な日常生活上の世話及び機能訓練を行うことにより、利用者の心身の機能の維持並びに利用者の家族の身体的及び精神的負担の軽減を図ることを目的としています。

本県には、343か所が設置されています。(平成22年4月1日現在)

生活支援ハウス

高齢者に対して、介護支援機能、居住機能及び交流機能を総合的に提供することにより、健康で明るい生活を送れるよう支援することを目的としています。

本県には、20か所が設置されています。（平成22年4月1日現在）

認知症高齢者グループホーム

認知症高齢者グループホーム（介護保険法に規定する指定認知症対応型共同生活介護）は比較的安定状態にある認知症の要介護者に対し、家庭的な環境の中で日常生活の世話や機能訓練を行うことにより、入居者が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にすることを目的としています。

本県には、307か所が設置され、4,697人の定員です。（平成22年4月1日現在）

老人福祉センター

老人福祉センターは、地域の老人に対して、各種の相談に応ずるとともに、健康の増進、教養の向上及びレクリエーションのための便宜を総合的に供与し、もって老人に健康で明るい生活を営ませることを目的としています。

本県には、51か所が設置されています。（平成22年4月1日現在）

老人憩いの家

老人憩いの家は、市町村の地域において、老人に対し、教養の向上、レクリエーション等のための場を与え、もって老人の心身の健康の増進を図ることを目的としています。

本県には、52か所が設置されています。（平成22年4月1日現在）

介護老人保健施設

介護老人保健施設は要介護者に対し、看護、医学的管理の下における介護及び機能訓練その他必要な医療並びに日常生活の世話をを行い、入所者が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にすることを目的としています。

現在本県には58か所が設置され、5,165人の定員です。（平成22年4月1日現在）

○ 利 用 対 象 者

・看護、医学的管理等が必要と認められる要介護者です。

介護情報とサービス評価

「介護サービス情報の公表」制度

介護サービス情報の公表制度は、介護サービスを提供する事業所が年1回、自らの責任で報告した情報を公表するもので、平成18年4月から改正介護保険法に基づいて全国一斉にスタートしました。

この制度は、介護サービスの利用者が、公表された情報をもとに事業者やサービスを比較検討し、希望に合ったものを適切に選択できるよう支援すること、また、事業所がこの制度への取り組みを通じて、提供するサービスの質の確保と、さらなる向上を目的としています。

指定情報公表センター 青森県介護サービス情報公表センター
指定調査機関 青森県社会福祉協議会

地域密着型サービスの外部評価事業

認知症高齢者グループホームと小規模多機能型居宅介護事業所は、事業者自らが現状を分析してケアの質を高めていく契機として、原則年1回の自己評価と外部評価の受審が義務付けられています。

自己評価とは、事業者が提供するサービスの質を、自ら評価するものです。

外部評価とは、第三者が客観的にサービスの質を評価するものです。評価結果は、事業者からサービス利用者や利用希望者に提供されることはもとより、インターネット（WAMNET）上でも公開されます。

外部評価を受けることにより、事業者はサービスの質の向上のための課題を明確に把握できるとともに、自主的な取組が評価されるといったメリットがあります。また、利用者にとっては、より客観性の高い情報が提供されることとなります。

平成22年度から地域密着型サービス事業所において義務付けられている外部評価と介護サービス情報の公表について、対象事業所は同一日調査を行うことになりました。

青森県では、下記の外部評価機関を選定しております。

評 価 機 関 名	電 話 番 号
社 団 法 人 青 森 県 老 人 福 祉 協 会	017-731-3755
社 会 福 祉 法 人 青 森 県 社 会 福 祉 協 議 会	017-723-1391

なお、県社協で評価を受けた事業者については、「ふくしネットあおもり」 (<http://www.aosyakyo.or.jp>)でも結果を公開しています。