

コロナ禍でも安心して 暮らせるまちへ

～高齢者一人ひとりに合った支援をします

コロナ禍で、健康に不安を抱える高齢者が増えています。区は、高齢者が自分に合った介護サービスを受けられるよう「地域包括ケアシステム」の確立に取り組んでいます。

今回、その一環として新たにスタートする「高齢者みんな健康プロジェクト」や認知症対策、65歳以上の方の新しい介護保険料についてお知らせします。

▶**問合せ:**高齢者支援課管理係 ☎5984-4582

※コロナ禍で生活に不安がある方は、地域包括支援センターにご相談ください(3面参照)。



介護保険のパンフレットを配布

介護保険の利用方法やサービス内容などを紹介したパンフレット「すぐわかる介護保険」を配布しています。▶

配布場所:地域包括支援センター(3面参照)、介護保険課(区役所東庁舎4階)など ※区ホームページでもご覧になれます。



地域包括ケアシステムとは

医療や介護・予防・住まい・生活支援を一体的・継続的に提供する体制のことです。

2～4面へ続く

安心して暮らせるまちへ 一人ひとりに合った支援を進めていきます

全国に先駆けて開始!

「高齢者みんな健康プロジェクト」が始まります

問合せ 高齢者健康支援係 ☎5984-1189

糖尿病やフレイル(※)など、健康上の課題をかかえる高齢者を総合的に支援する「高齢者みんな健康プロジェクト」を開始します。区が保有する医療・健康診断・介護などのデータを、横断的に利用することで、一人ひとりに合った支援を行います。

※加齢により心身の動きが弱くなり、活力が低下してきた状態のこと。

高齢者みんな健康プロジェクトの特長

1 データを活用して 専門員が個別に訪問

5月下旬から

管理栄養士・歯科衛生士・保健師の資格を持つ「高齢者保健指導専門員」が医療機関の受診記録や健診の結果を活用して、対象となる方を個別訪問します。

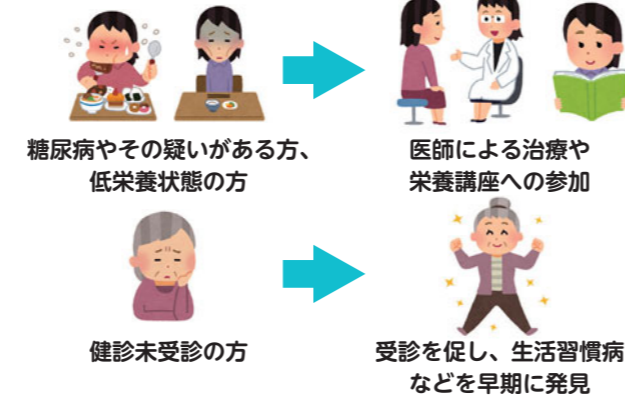
※法改正により、区が医療・健診・介護などのデータを活用して訪問できるようになりました。
※個別訪問の際には、事前にお知らせします。



2 一人ひとりに合わせて 医療機関や介護予防教室などを案内

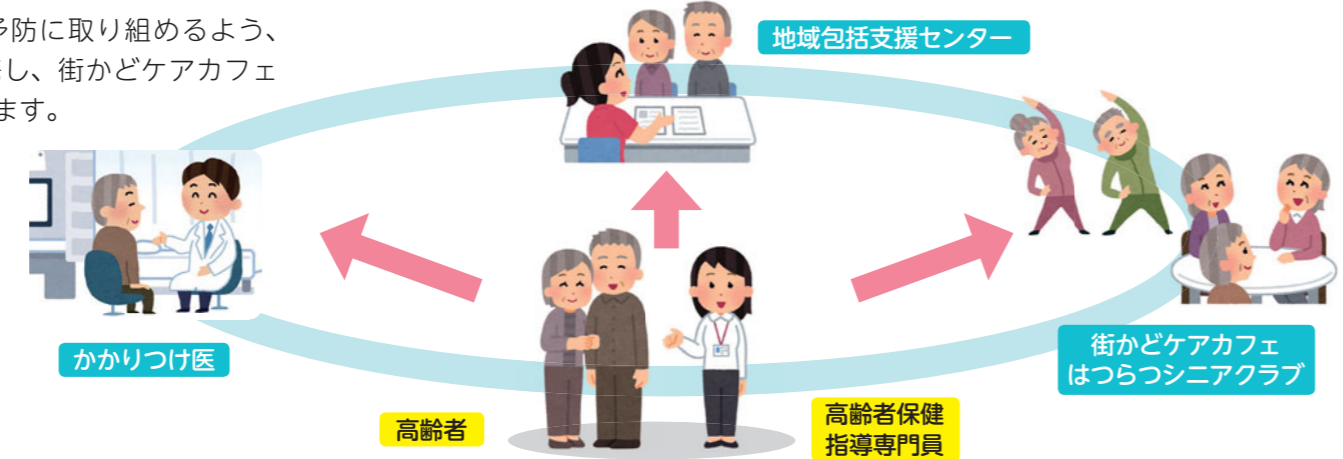
専門員が地域包括支援センターと連携して、医療機関への受診や、地域で開催する介護予防・栄養講座などを案内します。

〈例えば〉



3 その後も 関係機関と連携して継続的に支援

地域で継続的に介護予防に取り組めるよう、専門員が関係機関と連携し、街かどケアカフェなどの健康教室を案内します。



特別養護老人ホームなどを充実させます

問合せ 高齢社会対策課施設係 ☎5984-4586

令和5年度までに

- 特別養護老人ホーム8施設を整備
- 都市型軽費老人ホーム4施設を整備
- 看護小規模多機能型居宅介護施設5施設を整備



5月1日に開設した特別養護老人ホーム「第3練馬高松園」

介護人材の育成・研修を充実させます

問合せ 高齢社会対策課計画係 ☎5984-4584

- 練馬福祉人材育成・研修センターの開設
- 区民を対象にした介護に関する研修の実施
- ICTを活用したオンライン研修の充実

認知症対策を充実させます

問合せ 在宅介護支援係 ☎5984-4597

1 認知症の方による地域活動を支援

地域包括支援センターで、認知症の方やご家族の声を聞く「本人ミーティング」を開催します。認知症の方が、認知症サポーターとともに、カフェのお手伝いなどの地域活動に参加できるよう支援します。認知症の方が、地域を支える一員として活躍する姿を積極的に発信することで、認知症への理解を深めていきます。

認知症カフェ「オレンジカフェ練馬」の代表者に聞きました

認知症の方や介護経験者などさまざまな立場の方が参加し、日頃の様子や気持ちを話し合っています。認知症サポーターもスタッフとして活躍しており、「認知症の方・家族の思い」を大切にしながら活動しています。認知症について理解したい方はぜひお越しください。

▲オレンジカフェ練馬の代表 仲田修三さん

〈オレンジカフェ練馬〉
▶日時:主に第2木曜午前10時~正午 ▶場所:ココネリ3階など
▶問合せ:オレンジカフェ練馬・仲田 ☎090-7635-0300



2 もの忘れ検診を開始

10月から

70歳と75歳の方全員に受診券と「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」を送付します。チェックリストの点数が一定以上の方や、もの忘れが心配な方は、近隣の医療機関で無料の検診を受けることができます。検診結果に応じて、地域包括支援センターが、専門医療機関への受診や介護予防事業などの支援につなぎます。



チェックリストは区ホームページで誰でもご覧になれます。

二次元バーコード



3 補聴器の購入費用を助成

7月から

加齢による難聴は、認知症の要因のひとつといわれています。65歳以上の住民税非課税世帯の方で、専門医により補聴器の必要性を認められた方を対象に、補聴器の購入費用を助成します。詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:高齢給付係 ☎5984-2774

「医療と介護の相談窓口」地域包括支援センターにお問い合わせください

地域包括支援センターは、医療・福祉の専門職員が、皆さまの悩みや相談に対し、適切な機関と連携して支援します。訪問支援も行いますので、まずはお近くのセンターにご相談ください。

コロナ禍で外出できないことによる体力の低下や、コロナに乗じた悪質商法が心配な方はご相談ください。

このような場合はぜひご相談を

- 介護について相談したい
- 認知症について相談したい
- 健診を受けたい
- 将来のお金の管理が不安
- 在宅介護について相談したい
- 虐待が疑われる

地域包括支援センター名 (所在地)	電話番号	担当地域	地域包括支援センター名 (所在地)	電話番号	担当地域
第2育秀苑 (羽沢2-8-16)	5912-0523	旭丘・小竹町・羽沢・栄町	高野台 (高野台1-7-29)	5372-6300	富士見台、高野台1・2丁目、南田中1~3丁目
桜台 (桜台1-22-9)	5946-2311	桜台	石神井 (石神井町3-30-26 石神井庁舎4階)	5923-1250	石神井町1・3~8丁目、石神井台1・3丁目
豊玉 (豊玉南3-9-13 2階)	3993-1450	中村、中村南、豊玉中、豊玉南	フローラ石神井公園 (下石神井3-6-13)	3996-0330	下石神井、南田中4・5丁目
練馬 (練馬2-24-3)	5984-1706	向山、練馬	第二光陽苑 (関町北5-7-22)	5991-9919	石神井台2・5~8丁目、関町東2丁目、関町北4・5丁目
練馬区役所 (豊玉北6-12-1 東庁舎5階)	5946-2544	豊玉上、豊玉北	関町 (関町南4-9-28)	3928-5222	関町北1~3丁目、関町南2~4丁目、立野町
中村橋 (貫井1-9-1)	3577-8815	貫井、中村北	上石神井 (上石神井1-6-16)	3928-8621	上石神井、関町東1丁目、関町南1丁目、上石神井南町、石神井台4丁目
北町 (北町2-26-1)	3937-5577	錦、北町1~5・8丁目、平和台	やすらぎミラージュ(大泉町4-24-7)	5905-1190	大泉町
北町はるのひ (北町6-35-7)	5399-5347	氷川台、早宮、北町6・7丁目	大泉北 (大泉学園町4-21-1)	3924-2006	大泉学園町4~9丁目
田柄 (田柄4-12-10)	3825-2590	田柄1~4丁目、光が丘1丁目	大泉学園 (大泉学園町2-20-21)	5933-0156	大泉学園町1~3丁目、東大泉1~4丁目
練馬高松園 (高松2-9-3)	3926-7871	春日町、高松1~3丁目	南大泉 (南大泉5-26-19)	3923-5556	西大泉、西大泉町、南大泉5・6丁目
光が丘 (光が丘2-9-6 光が丘区民センター2階)	5968-4035	光が丘2・4~5丁目、旭町、高松5丁目13~24	大泉 (大泉1-29-1 大泉学園ゆめりあ1(9階))	5387-2751	東大泉5~7丁目、南大泉1~4丁目
光が丘南 (光が丘3-3-1)	6904-0312	高松4丁目・5丁目1~12、田柄5丁目、光が丘3・7丁目			
第3育秀苑 (土支田1-31-5)	6904-0192	土支田、高松6丁目			
練馬ゆめの木 (大泉町2-17-1)	3923-0269	谷原、高野台3~5丁目、三原台、石神井町2丁目			

65歳以上の方(第1号被保険者)の介護保険料を改定

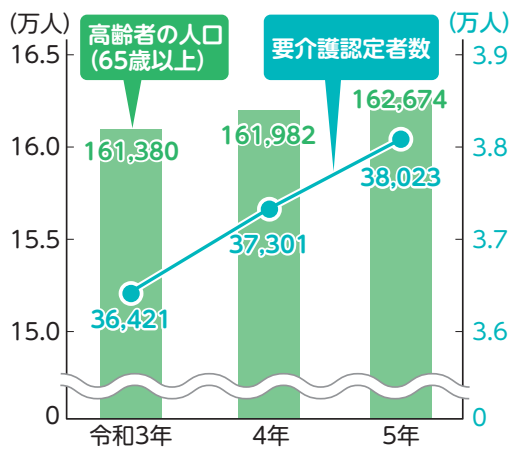
問合せ 介護保険課管理係
☎5984-2863

介護保険は、40歳以上の方が納付する保険料などを財源として、介護を必要とする方が介護サービスを1～3割の料金負担で受けられる制度です。

区は、3年ごとに策定する介護保険事業計画で必要な費用を見込んだ上で、介護保険料を定めています。高齢者人口の増加に伴う利用者の増加などにより、第8期(令和3～5年度)の介護保険料は、増改定となります。 ※40～64歳の方の介護保険料は、加入している医療保険者が定める計算式により算定します。

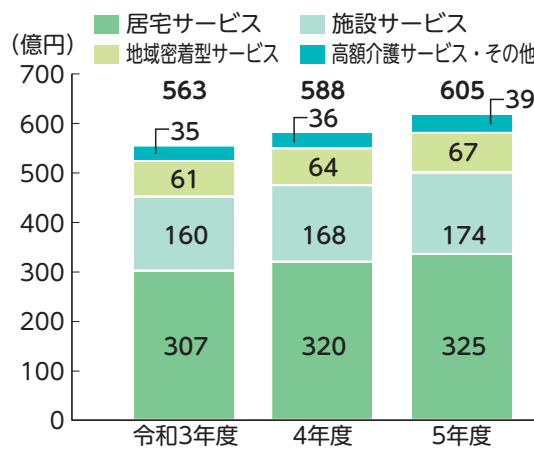
介護保険料が上昇する背景

65歳以上の高齢者人口と要介護認定者数の推計



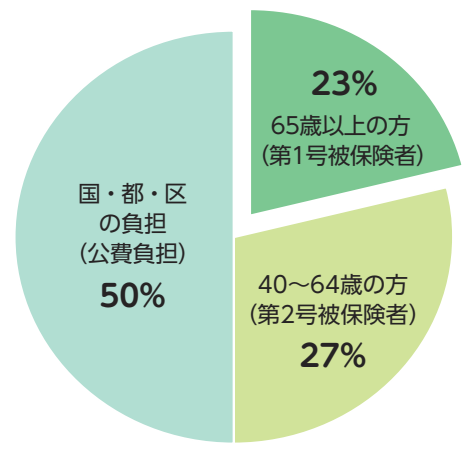
高齢者人口の増加に伴い、サービスを必要とする方(要介護認定者)が増加します。

介護給付費の見込み



サービスが必要な方の増加に伴い、必要な費用が増えていきます。

財源の負担割合(令和3～5年度)



65歳以上の方の負担割合は23%となります。

介護保険料基準額の決まり方

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{練馬区に必要な介護サービスの総費用} \\ \hline \end{array}
 \times
 \begin{array}{|c|} \hline \text{65歳以上の方の負担分23\%} \\ \hline \end{array}
 \div
 \begin{array}{|c|} \hline \text{練馬区に住む65歳以上の方の人数} \\ \hline \end{array}
 =
 \begin{array}{|c|} \hline \text{練馬区の3～5年度の保険料の基準額} \\ \hline \text{7万9200円(年額) 6,600円(月額) ※} \\ \hline \end{array}$$

※保険料(年額)を月割りにした目安で、実際の請求額とは異なります。

〈3年～5年度の所得段階別の保険料〉

所得段階	対象となる方	保険料(年額)
第1段階	生活保護受給の方	1万9800円
第2段階	本人が特別区民税 同じ世帯にいる全員が特別区民税非課税	老齢福祉年金受給の方
第3段階		80万円以下の方
第4段階		80万円を超えて120万円以下の方
第5段階	非課税 同じ世帯に特別区民税課税の方がいる	120万円を超える方(本人が特別区民税未申告の方を含みます)
第6段階		80万円以下の方
第7段階	本人が特別区民税課税 本人の前年の合計所得金額	80万円を超えて120万円以下の方
第8段階		120万円を超える方(本人が特別区民税未申告の方を含みます)
第9段階		80万円以下の方
第10段階		80万円を超えて120万円以下の方
第11段階		120万円を超える方(本人が特別区民税未申告の方を含みます)
第12段階		125万円未満の方
第13段階		125万円以上210万円未満の方
第14段階		210万円以上320万円未満の方
第15段階		320万円以上400万円未満の方
第16段階		400万円以上600万円未満の方
第17段階		600万円以上800万円未満の方
	800万円以上1000万円未満の方	
	1000万円以上1500万円未満の方	
	1500万円以上2000万円未満の方	
	2000万円以上3500万円未満の方	
	3500万円以上5000万円未満の方	
	5000万円以上の方	

3年度の保険料決定通知書を6月に発送

3年度の特別区民税が確定し、介護保険の所得段階が決まる**6月**に、保険料の決定通知書を発送します。ご自身の保険料は、決定通知書でご確認ください。▶問合せ:資格保険料係☎5984-4592

※70歳以上の方の決定通知書は、東京都シルバーパス購入の際に所得確認書類として使えます。再交付はできませんので、必要な方は必ず保管してください。



緑色の封筒で届きます

8月から 介護保険サービスに関する制度が変わります

詳しくは、お問い合わせください。

● 高額介護サービス費

年収約770万円以上の利用者は、1カ月当たりの自己負担額を引き上げます。

● 特定入所者介護サービス費(負担限度額認定)

所得区分や資産要件などを見直します。

問合せ 介護保険課給付係
☎5984-4591