

住まいの支援とお金

介護環境と費用面の対策

突然の介護に備える！
今から知っておきたい公的介護サービス一覧



住環境の整備



福祉用具



費用と負担軽減



家計対策

この回で学べること



介護生活を助ける福祉用具の種類と選び方

レンタル可能な13種類の福祉用具と購入できる特定福祉用具



住宅改修サービスの内容と申請方法

支給限度額20万円を活用した効果的な住環境の整備



介護サービスの自己負担と軽減制度の仕組み

所得に応じた負担割合と高額介護サービス費制度



意外と見落としがちな介護の実費とその対策

おむつ代や通院費など介護保険外の費用と家計への影響

前回の振り返り：第2回では在宅介護サービス（訪問介護、通所介護、ショートステイなど）について学びました

福祉用具のレンタルと購入

介護保険で利用できる福祉用具サービス

福祉用具レンタル

- ✓ 原則としてレンタル形式
- ✓ 月々の自己負担は1～3割
- ✓ 要介護度によって利用できる品目が異なる
- ✓ 支給限度額の範囲内で利用可能

特定福祉用具購入

- ✓ 貸与になじまない入浴・排泄用の用具
- ✓ 年間10万円まで（自己負担1～3割）
- ✓ 指定事業者からの購入が必要
- ✓ 年度ごとに限度額がリセット

要介護度による利用可能品目の違い

すべての要介護度で利用可	要介護2～5で利用可	購入できる特定福祉用具
・手すり	・車いす	・腰掛便座
・スロープ	・車いす付属品	・入浴補助用具
・歩行器	・特殊寝台（介護ベッド）	・簡易浴槽
・歩行補助つえ	・床ずれ防止用具	・移動用リフトのつり具
	・体位変換器 など	・排泄予測支援機器

福祉用具専門相談員の役割と活用法

専門家との相談で適切な福祉用具を選ぶポイント

福祉用具専門相談員とは

利用者の心身の状況や生活環境に合わせて、適切な福祉用具を選定・提案するスペシャリストです。

「福祉用具は単なる道具ではなく、利用者の自立と生活の質を高めるためのパートナーです」

相談時のポイント

- ✓ 現在の困りごとを具体的に伝える
- ✓ 生活環境（住居の間取りなど）の情報を共有
- ✓ 利用者本人の意向と介護者の負担を考慮する
- ✓ 長期的な視点で必要な用具を検討する

主な役割



アセスメントと選定

身体状況・生活環境を評価し、最適な福祉用具を提案



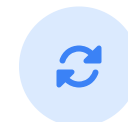
調整と適合

個人に合わせた用具の細かな調整と適合性の確認



使用方法の指導

安全で効果的な用具の使い方を本人や家族に指導



定期的なフォローアップ

状態変化に応じた用具の見直しと点検・メンテナンス


💡 **ポイント：**福祉用具は「あれば便利」ではなく「本当に必要かどうか」という視点で選ぶことが大切です。使いこなせない福祉用具は却って危険を伴うこともあります。

住宅改修費の支給制度

介護保険で受けられる住宅改修の補助

住宅改修費支給制度とは

要支援・要介護者が自宅で安全に生活できるよう、手すりの設置や段差解消などの住環境改善工事に対して費用の一部を給付する制度です。

 **支給限度基準額**：20万円（要介護者1人につき原則として生涯で1回限り）

対象となる工事（5種類）



手すりの取り付け

廊下、トイレ、浴室、玄関、階段などへの設置



段差の解消

敷居の撤去、スロープの設置、床のかさ上げなど



床材の変更

滑り防止や移動の円滑化のための床材変更



扉の取り替え

開き戸から引き戸への変更、ドアノブの変更など



便器の取り替え

和式から洋式への変更（暖房便座や洗浄機能付きは除く）

対象外となる工事の例

新築工事、介護と関係のないリフォーム（キッチン改修、外壁塗装など）、老朽化による修繕、高級素材や機能の追加

住宅改修の自己負担と申請手続き

支給限度額と申請の流れ

自己負担割合

自己負担1割	自己負担2割	自己負担3割
上限18万円給付 (20万円の9割) 自己負担：2万円	上限16万円給付 (20万円の8割) 自己負担：4万円	上限14万円給付 (20万円の7割) 自己負担：6万円

支給限度額のリセット条件

以下の場合、新たに20万円の支給限度額が利用できます：

- ✓ 要介護者が転居した場合（引っ越し）
- ✓ 要介護状態区分が3段階以上上がった場合
- ✓ 要介護認定を受けてから5年経過した場合

住宅改修の申請手続き

！必ず「事前申請」が必要です！工事後の申請では支給対象外となります。

- 1 相談**
ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談
- 2 理由書の作成依頼**
ケアマネジャーなどに「住宅改修が必要な理由書」の作成を依頼
- 3 見積り取得**
複数の業者から見積りを取得
- 4 事前申請**
市区町村の窓口に必要な書類を提出
- 5 工事実施と完了報告**
承認後に工事を実施し、完了報告・支給申請

💡 **ポイント：** 住宅改修は一度しか使えない20万円の限度額を効果的に活用することが重要です。必ず専門家に相談し、優先順位をつけて計画的に進めましょう。

介護保険の自己負担と軽減制度

所得に応じた負担割合と費用負担の上限

自己負担 1割	自己負担 2割	自己負担 3割
<div><div>✓</div>年金収入とその他の合計所得金額が280万円未満</div> <div><div>✓</div>世帯内の65歳以上の方全員が346万円未満</div>	<div><div>✓</div>年金収入とその他の合計所得金額が280万円以上、340万円未満</div> <div><div>✓</div>世帯内の65歳以上の方が346万円以上、463万円未満</div>	<div><div>✓</div>年金収入とその他の合計所得金額が340万円以上</div> <div><div>✓</div>世帯内の65歳以上の方が463万円以上</div>
基本の負担割合		

💰 高額介護サービス費制度

1ヵ月に支払った介護サービスの利用者負担の合計が所得に応じた上限額を超えた場合に、超えた分が後から払い戻される制度です。

所得区分	負担上限額（月額）
現役並み所得者（年収約383万円以上）	140,100円（世帯）
一般所得者	44,400円（世帯）
市町村民税世帯非課税等	24,600円（世帯）
合計所得金額と年金収入額の合計が80万円以下	15,000円（個人）
生活保護受給者等	15,000円（個人）

💡 **ポイント：** 自治体によっては独自の上乗せサービスや軽減制度がある場合があります。お住まいの市区町村窓口や地域包括支援センターに相談しましょう。

区分支給限度額と超過分

介護サービスの利用限度と自己負担

i 介護保険サービスには、要介護度ごとに1ヵ月あたりの支給限度額が設定されています。この限度額を超えるサービスを利用した場合、超過分は全額自己負担となります。

要介護度別 支給限度額

要介護度	支給限度額（1ヵ月あたり）	自己負担1割の目安
要支援1	50,320円	5,032円まで
要支援2	105,310円	10,531円まで
要介護1	167,650円	16,765円まで
要介護2	197,050円	19,705円まで
要介護3	270,480円	27,048円まで
要介護4	309,380円	30,938円まで
要介護5	362,170円	36,217円まで

※支給限度額は介護報酬の改定により変更される場合があります。

❗ 限度額内のサービス

支給限度額内のサービス利用では、**自己負担は1～3割**となります。例えば、要介護3の方が20万円分のサービスを利用した場合（1割負担）、自己負担は2万円です。

⚠ 限度額を超えたサービス

限度額を超えたサービス利用分は**全額自己負担**となります。例えば、要介護3の方が30万円分のサービスを利用した場合、超過分の約3万円は全額自己負担となります。

💡 ポイント： ケアプラン作成時に、支給限度額を考慮しながら必要なサービスを組み合わせることが大切です。優先順位をつけて効果的にサービスを利用しましょう。

低所得者向けの特別な軽減措置

経済的負担を軽くするための支援制度



社会福祉法人等による利用者負担軽減制度

社会福祉法人等が提供するサービスの利用者負担を軽減する制度です。

対象：市町村民税世帯非課税で一定の要件を満たす方

軽減内容：利用者負担額の1/4（老齢福祉年金受給者は1/2）が軽減



特定入所者介護サービス費（負担限度額認定）

介護保険施設やショートステイを利用する低所得者の食費・居住費を軽減する制度です。

対象：市町村民税世帯非課税者（預貯金等が一定額以下）

軽減内容：所得や資産に応じて食費・居住費の自己負担上限額を設定

対象施設：特別養護老人ホーム、老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院、ショートステイ

介護に関連する税制優遇措置

障害者控除

対象：65歳以上で要介護認定を受けている方

内容：「障害者控除対象者認定書」により、所得税・住民税の控除が受けられます

所得税：27万円～40万円

住民税：26万円～30万円

医療費控除

対象：介護保険の医療系サービス、医師が認めたおむつ代など

内容：年間医療費が10万円（所得200万円未満は所得の5%）を超えた場合、超えた金額が所得控除の対象に

ポイント：これらの軽減制度は申請が必要です。お住まいの市区町村窓口や地域包括支援センターで利用可能な制度について相談しましょう。

意外と多い！介護保険適用外の費用

介護にかかる実費と家計への影響



おむつ代

大人用おむつや尿取りパッド、おしりふきなどの排泄ケア用品

月に約5,000～15,000円



介護食・栄養補助食品

嚥下しやすい食事、高カロリーゼリー、たんぱく質補助食品など

月に約10,000～20,000円



通院の交通費

タクシーやコミュニティバスなどの外出交通費

月に約3,000～10,000円



医療費（自己負担分）

通院費、薬代、医療機器・器具の購入費など

月に約5,000～30,000円



介護保険外サービス

家事代行、見守りサービス、外出支援など

月に約10,000～50,000円



一時的にかかる用品代

介護用寝具、衣類、住宅改修の上限超過分など

10,000～50,000円（都度）

！ 介護の長期化に備えましょう

介護の平均期間は約5年（61.1ヶ月）、費用総額は平均約580万円と言われています。介護保険でカバーされない実費が家計に大きな影響を与えることも多いため、長期的な資金計画を立てておくことが重要です。

介護期間の長期化と家計への影響

将来に備えた計画的な家計管理のポイント

平均介護期間

5年

(61.1ヶ月)

介護費用の総額

580万円

(平均)

介護が長期化する理由

- ✓ 医療の発達による平均寿命の延伸
- ✓ 認知症など進行性疾患の増加
- ✓ 在宅介護の長期化傾向
- ✓ 重症化してからの介護期間の長さ

家計の見直しポイント



介護にかかる毎月の支出を予測する

介護保険サービス、おむつ代、医療費などの実費を含めた月額を把握



不要な固定費を見直す

サブスクリプションや保険契約など、優先度の低い支出を見直し



緊急予備資金を確保する

急な入院や福祉用具の購入に備え、すぐに使える資金を用意



介護保険の限度額を把握する

支給限度額を超過した場合の自己負担増に備え、計画的にサービス利用



資産の棚卸しと流動化検討

必要に応じて現金化できる資産（不動産、有価証券など）を確認



ポイント： 介護は予想以上に長期化することが多く、家計への影響も大きくなります。早い段階で利用可能な支援制度を把握し、家族で話し合いながら長期的な資金計画を立てておきましょう。

仕事と介護の両立支援制度

介護離職を防ぐために活用できる制度

📁 介護休業制度

家族の介護のために、一定期間仕事を休むことができる制度

- 📅 **期間**：対象家族1人につき通算93日まで
- 🔄 **分割**：3回まで分割取得可能
- ¥ **給付金**：休業前賃金の67%が「介護休業給付金」として支給
- 📄 **申請先**：ハローワーク（雇用保険の被保険者が対象）

ⓘ 介護休業終了日の翌日から2ヶ月以内に申請する必要があります。

📅 介護休暇制度

家族の介護のために、短期間の休暇を取得できる制度

- 📅 **日数**：年間5日（対象家族が2人以上の場合は10日）
- 🕒 **取得単位**：1日または時間単位で取得可能
- 💰 **給与**：有給・無給は会社の規定による

📁 その他の柔軟な働き方

時短勤務

1日の労働時間を短縮

フレックスタイム

出退勤時間の柔軟な調整

残業免除

所定労働時間を超える勤務免除

テレワーク

在宅での勤務

両立支援制度を知って、介護離職を防ぎましょう



制度の詳細は会社の就業規則で確認し、早めに上司や人事部門に相談することが大切です。これらは「育児・介護休業法」に基づいて整備されている制度ですので、企業規模に関わらず利用できます。

介護にかかわる税制優遇措置

介護費用の負担を軽減する制度

医療費控除

年間の医療費が10万円（所得が200万円未満の場合は所得の5%）を超えた場合、超えた金額が所得控除の対象になります。

対象となる介護関連費用

- ・ 介護保険の訪問看護や通所リハビリ
- ・ 医師が必要と認めたおむつ代
- ・ 介護のために特別に購入した医療機器
- ・ 通院のための交通費

確定申告が必要（医療費の領収書等を保管）

社会保険料控除

介護保険料（65歳以上の方は年金から天引き、40～64歳の方は健康保険料と一緒に徴収）は、社会保険料控除の対象となります。

申告方法

- ・ 年末調整：会社員の場合
- ・ 確定申告：自営業者など

障害者控除

65歳以上で要介護認定を受けている方は、その状態によって「障害者控除」または「特別障害者控除」の対象となる場合があります。

区分	所得税	住民税
障害者控除	27万円	26万円
特別障害者控除	40万円	30万円

市区町村窓口で「障害者控除対象者認定書」を取得し、確定申告で申請

扶養控除

介護が必要な親族を扶養している場合、条件を満たせば扶養控除の対象となります。

老人扶養控除

70歳以上の直系尊属を扶養している場合

所得税：38～58万円、住民税：33～45万円

！ おむつ代の医療費控除について

要介護認定を受けている方のおむつ代は、医師が発行する「おむつ使用証明書」があれば医療費控除の対象となります。

2年目以降の簡略化

2年目以降は「おむつ使用証明書」の代わりに「市区町村が主治医意見書の内容を確認した書類」で代用できる場合があります。



月に約5,000～15,000円
家計への大きな負担に

今回のポイント

住まいの支援とお金に関する重要ポイント



福祉用具は原則レンタル、入浴・排泄は購入可

車いすや介護ベッドは原則レンタル。入浴や排泄に関わる用具は「特定福祉用具」として購入できます（年間上限10万円）



住宅改修には事前申請が必須

上限20万円の支援が受けられますが、必ず工事前に申請が必要です。リセット条件も把握しておきましょう



自己負担割合は所得で変わる

介護保険サービスの自己負担は原則1割ですが、所得により2割または3割になる場合があります



保険外の実費にも注意

おむつ代、介護食、通院費など介護保険外の費用も家計に大きな影響。長期的な視点で計画を

次回予告

💡 第4回は「施設介護の選択肢 - 自宅介護が難しくなったら」について解説します。特別養護老人ホームや老人保健施設など、施設の種類や特徴、入所条件についてお伝えします。

ご視聴ありがとうございました

住まいの支援とお金 - 介護環境と費用面の対策



突然の介護に備えるために

介護環境の整備と費用面の対策を事前に知っておくことで、
いざという時の不安を軽減し、より良い介護生活を実現できます。

📍 お住まいの地域の相談窓口

- ✓ 地域包括支援センター
- ✓ 市区町村の介護保険窓口
- ✓ 福祉事務所

🎬 次回予告

第4回：施設介護の選択肢

自宅介護が難しくなったら・特別養護老人ホームや老人保健施設について解説します

