#### **D** 005767

### |人で悩まないでまず相談

# 介護認定への第一歩

自分や家族だけでは身の回りのことができないと感じて いる、といった悩みはありませんか。介護認定を受けるこ とで、公的介護保険サービスを受けることができます。自 分だけで何とかしようとせず、介護サービスを利用する方 法も考え、まずは相談してみてください。

問 長寿介護課/Tel674-7166



# 介護認定を受けると介護サービスの利用が可能に

介護保険の介護サービスを利用するには市に申請が必要 です。申請から認定までは、聞き取り調査や判定を行う期 間も含めて約1カ月かかります。「介護や支援が必要」と 認定を受けたら、ケアマネジャーに介護サービスプラン

(ケアプラン) の作成を依頼し、状況に合ったサービスの 利用を開始できます。サービス利用開始までに必要な手続 きなどを紹介します。

### 【サービスを利用するまでの流れ】

②認定調査

認定

③ケアプラン作成

サービス利用開始

#### ①申請

以下の書類を用意し、本人または家族が長寿介護課窓口 に提出します。地域包括支援センターや介護保険施設など に代行を依頼することもできます。

#### 必要書類

- ①要介護認定・要支援認定申請書 (窓口かホームページで配布)
- ②介護保険被保険者証
- ③主治医意見書
- ④健康保険被保険者証 (第2号被保険者だけ)



#### ②認定調査

職員やケアマネジャーなどが自宅な どを訪問し、心身の状況について、本 人や家族から聞き取り調査を行いま す。聞き取った内容や提出書類をもと に専門家が審査し、判定します。



#### ③ケアプラン作成

ケアマネジャーが本人や家族と話し 合い、その人に合ったサービス計画 (ケアプラン)を作成し、自立支援を 目指します。



## 日常生活の不安 ためらわず、まずは相談してください

「もうすぐ退院するけど今後が不安」 「骨折などで 急に介護が必要になった」など、解決が難しい問題を 1人で抱え込んでいませんか。そのまま誰にも相談で きず閉じこもってしまい、介護度が進行して寝たきり 状態になってしまうことも。

地域包括支援センターでは、いつまでも住み慣れた

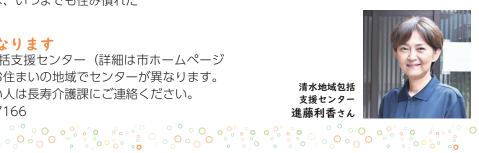
地域で生活できるよう、高齢者の生活全般に関わるサ ポートをしています。日常生活の不安や一人暮らしの 親族の心配など、介護保険を利用しない相談でも大丈 夫。「他人に頼るのは迷惑がかかる」などと思わず に、まずは気軽に相談してください。

#### 地域により相談先が異なります

市内に12カ所ある地域包括支援センター(詳細は市ホームページ へ)で、相談を受け付け。お住まいの地域でセンターが異なります。 担当のセンターが分からない人は長寿介護課にご連絡ください。

**問合** 長寿介護課/Tel674-7166

清水地域包括 支援センタ-進藤利香さん



~െ്