

あなたの生活を支える

# 生活支援 サービス

総合事業における訪問型サービスと

私費訪問サービスについて



地域にはあなたの自立した生活が続けられるよう  
支援するサービスがたくさんあります！  
自分に合ったサービスを探してみましょう！

## 生活支援 各サービスの紹介

### 総合事業における 訪問型サービス

介護保険法の介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）による、本人が一人では困難な日常生活を支援するサービスです。対象となる方の身体・生活状況に応じて利用が可能です。

利用できる方 要支援者1・2、事業対象者

#### ■ 予防訪問サービス

**利用料金** 月額制であり、国の基準に基づいて設定されています。

**利用回数** 実際の利用回数については身体・生活状況に応じて異なり、ケアプランに基づきます。

#### ■ 生活援助サービス

**利用料金** 1回の利用につき60分以内のサービスであり、区の基準に基づいて金額が設定されています。

**利用回数** 実際の利用回数については身体・生活状況に応じて異なり、ケアプランに基づきます。

#### ■ シルバーサポート

**利用料金** 1時間あたり200円

**利用回数** 月に最大5時間まで。月1回5時間や月5回1時間ずつ等、必要に応じて柔軟に変更可能です。

- ◆ 外出支援（病院や地域活動の場等への同行）等の利用が可能です。
- ◆ シルバー人材センターの会員が行います。

重い

身体の  
不自由さ

軽い

### 私費訪問 サービス

生活の実情に応じた幅広い支援が可能なサービスです。私費訪問サービスでは要支援・事業対象者等の条件はありません。

利用できる方 どなたでも利用可能です

**利用内容** 介護保険では利用できない余暇活動の支援や、家族に対してのサービスも実施可能です。

**利用料金** サービス業者や支援内容によって料金は異なります。

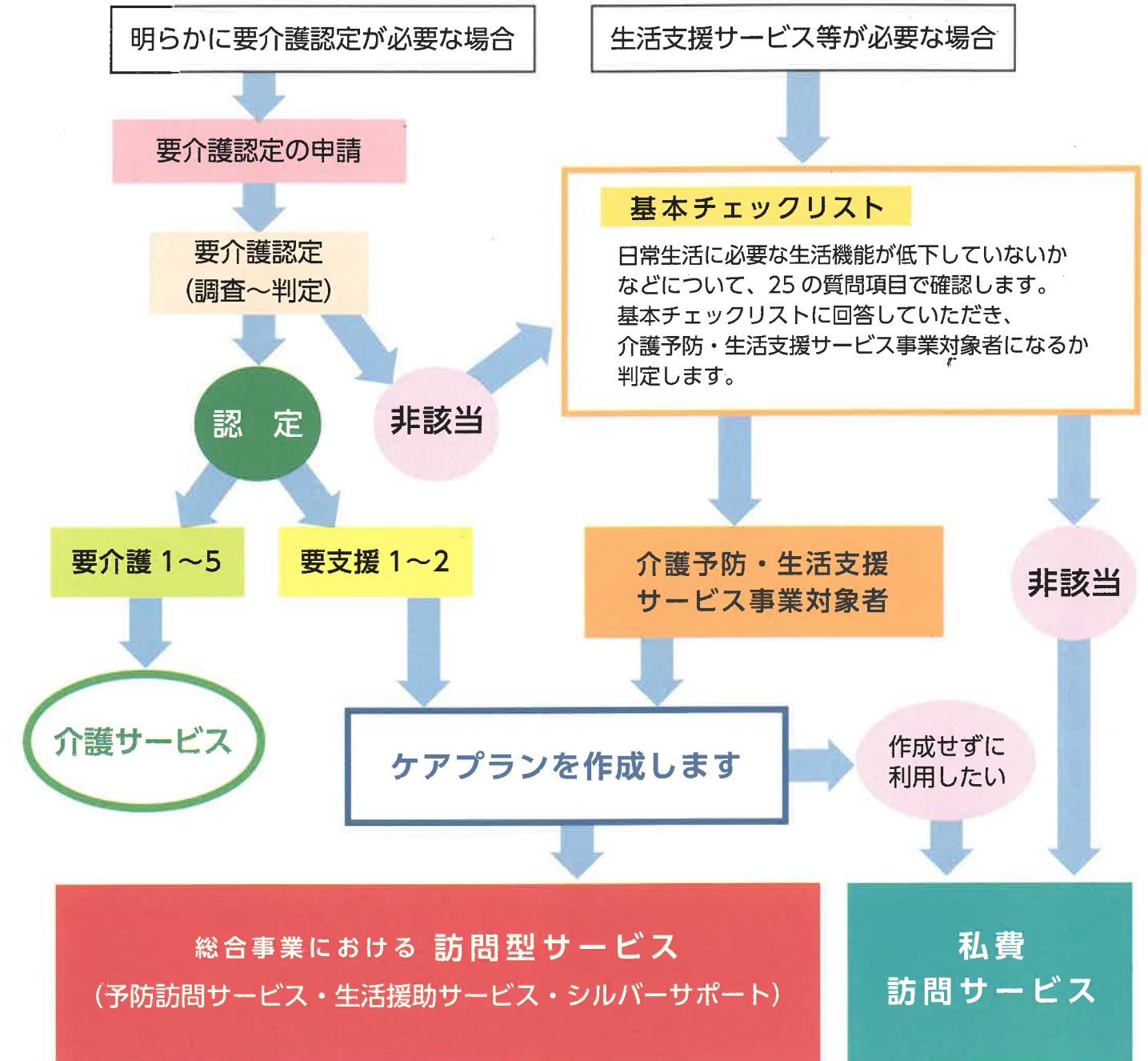
**利用回数** 事業者毎に異なります。

## 生活支援サービス利用の手順

### 相談する（65歳以上の方）



生活する上で何かお困りごとがありましたら  
まずは **地域包括支援センター** へ相談してみましょう



私費訪問サービス との併用も可能です

★ご自身の生活に合ったサービスの組み合わせ等利用方法については  
担当のケアマネジャーか、**地域包括支援センター**へご相談ください。

# サービスの種別

総合事業における 訪問型サービス

私費訪問サービス

## 洗濯

洗濯や乾燥

洗濯物の取り込みやたたみ

アイロンがけ

服の補修

家族等の分の洗濯

## 調理

一般的な調理

配膳  
片づけ

家族等のための調理

行事食  
(弁当やおせち等)  
の作成

## 買物

日用品の買物

処方せんの受け取り

家族等が使うものの買物

嗜好品の買物

# サービスの種別

総合事業における 訪問型サービス

私費訪問サービス

## 掃除

本人の過ごす場所の掃除

家族等の部屋の掃除

模様替えや家具移動

粗大ごみを出す

ゴミを出す

窓ふき  
ワックスがけ

車や  
シルバーカー  
等の洗車

草むしり

季節の衣替え

## 外出

通院や買物等の付き添い

※予防訪問サービスと一部シルバーサポートにて可能

散歩や外出の付き添い

趣味活動  
(映画鑑賞等)への同行

# サービスの種別

総合事業における訪問型サービス

私費訪問サービス

その他  
日常生活

振り込み等の同行  
(代行は不可)

入院の準備

預貯金の引き出しや  
振り込み(条件有)

入院中の買い物

ペットの世話

囲碁・将棋の相手

花木の水やり

来客の対応

茶飲み話が  
目的の  
話し相手

★「総合事業における訪問型サービス」はあくまで本人が行うことが困難なことを支援するサービスであり、本人の日常活動に必要な範囲に対して利用可能です。

★サービス内容は地域包括支援センターが作成するケアプランによって決まります。

★家族が同居している場合は原則利用できません。

★「私費訪問サービス」についても  
担当の地域包括支援センターにご相談ください。



総合事業における訪問型サービスと私費訪問サービスは、組み合わせて利用することもできます。

訪問型サービス



私費訪問サービス

いつもの外出を  
もっと楽しく!

予防訪問サービスで  
通院介助

私費訪問サービスで  
外食支援

季節の変わり目に  
家の中をきれいに!

シルバーサポートで  
本人の部屋の  
掃除や洗濯

私費訪問サービスで  
エアコンフィルタ掃除、  
衣替え、草むしり等



組み合わせて利用する際は以下の事がが必要です。

- 1 各サービスが明確に区別されている。
- 2 各サービスの内容の違いについて事業所から説明を受けている。
- 3 訪問型サービスの料金とは別に、私費訪問サービスの料金が設定されて請求されている。

ケアマネジャーと相談した上でケアプランに記載することが望ましいです。

# 地域包括支援センター

生活するうえで何かお困りごとがありましたら、  
まずは地域包括支援センターへご相談ください。

**上鷲宮 地域包括支援センター**  
 電話 03-3577-8123  
 ファクス 03-3577-8124

上鷲宮 3-17-4  
 かみさぎホーム内

**中野北 地域包括支援センター**  
 電話 03-5380-6005  
 ファクス 03-5380-5762

松が丘 1-32-10  
 松が丘シニアプラザ内

**本町 地域包括支援センター**  
 電話 03-5385-3733  
 ファクス 03-5385-3776

本町 5-10-4  
 倶楽部千代田會館内

**鷲宮 地域包括支援センター**  
 電話 03-3310-2553  
 ファクス 03-3310-1172

若宮 3-58-10  
 鷲宮すこやか福祉センター内

**中野 地域包括支援センター**  
 電話 03-3367-7802  
 ファクス 03-3367-7800

中央 3-19-1  
 中部すこやか福祉センター内

**南中野 地域包括支援センター**  
 電話 03-5340-7885  
 ファクス 03-5340-7886

弥生町 5-11-26  
 南部すこやか福祉センター内

**江古田 地域包括支援センター**  
 電話 03-3387-5550  
 ファクス 03-3387-5955

江古田 4-31-10  
 北部すこやか福祉センター内

**東中野 地域包括支援センター**  
 電話 03-3366-3318  
 ファクス 03-3366-3398

東中野 1-5-1

ご住所によって、担当の  
地域包括支援センターが  
決まっています。



担当の包括支援センターがご不明な場合は区のホームページで調べられます

中野区公式ホームページ [www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/172050/d025180.html](http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/172050/d025180.html)

パソコンはこちら

中野区 あなたの地域包括支援センター

検索

スマートフォンはこちら



メールでの  
お問い合わせ



電話でのお問い合わせ **03-3228-8949** [kaigokourei@city.tokyo-nakano.lg.jp](mailto:kaigokourei@city.tokyo-nakano.lg.jp)