

井戸端かいご

年2回発行

大町市大町 1058-33
北アルプス市町村会館内
北アルプス広域連合
電話 22-7196

池田町認知症サポーター養成講座を 開催しました



みなさんは認知症サポーターをご存じですか？認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者」のことです。

池田町では、大人だけでなく高齢社会の担い手となる子どもたちにも、高齢者や認知症について理解を深めてほしいと思い、高瀬中学校1年生、池田小学校および会染小学校の4年生に向けて認知症サポーター養成講座を開催しました。

講座では、講師（キャラバン・メイト）を地域住民の方に担っていただき、講義や寸劇等を通じて、認知症の病気や症状の理解、コミュニケーション方法について学びました。

また、講座を受講したみなさんには認知症の方やご家族の方に向けたメッセージカードを記入してもらいました。

認知症サポーター養成講座や普及活動を通じて、認知症への理解、ご本人やご家族を温かく見守ることができる人を増やし、地域で安心して暮らすことができるまちづくりを推進していきます。



もくじ

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------------|
| 1 認知症サポーター養成講座を開催しました…………… 1頁 | 4 医療費控除について…………… 5頁 |
| 2 生活支援サービス事業者等養成研修を開催しました…………… 2頁～3頁 | 5 介護保険料納め方・給付費通知について…………… 6頁～7頁 |
| 3 社会保険料控除について…………… 4頁 | 6 おむつ控除・施設公募について…………… 8頁 |

高齢者支えあい活動研修とは

この研修は、高齢者の生活支援の担い手の育成、地域の支え合い活動の創出等を目的に、平成28年度から開催しています。これまでの研修修了者には、新たな地域支え合い活動の立ち上げに繋がっているケースもあります。

介護予防・重度化防止、地域の生活支援体制の整備

- ・介護や地域の生活支援の担い手の創出
- ・高齢者の社会参加等による介護予防や重度化防止
- ・地域資源や課題の把握、地域の福祉活動の創出
- ・地域支え合い体制の強化 など



地域ぐるみでの支えあいの推進

(介護給付費の抑制、介護保険料の軽減)



グループワークの様子

研修1日目と2日目は北アルプス市町村会館(北アルプス広域連合の事務局)において介護保険制度や市町村での支えあい活動の取り組み状況、高齢者に関わるための基礎知識についてなどの講義や救急救命講習を行いました。2日目の最後にはへ

この研修は、介護保険という難しく複雑な制度に係わるという壁をなくし、まずはみなさんの地域で困っている高齢者をその地域で支えあい助けていただけるといふ多くの方に参加してもらいたい思いで開催いたしました。研修では、介護が必要であっても介護度の軽い方の生活支援や高齢者の集いの場の創設、運営などを担っていただける方を養成することを目的としています。

令和6年10月18日、25日、31日の3日間にわたり、地域の福祉活動や介護予防・日常生活支援総合事業の担い手等の育成を目的に研修を開催したところ、地域の支え合い活動等をご支援いただけた方など、24名の方にご参加いただきました。

昨年度までは、「生活支援サービス事業者等養成研修」の名称で研修を行っていましたが、名前が堅苦しくてわかりにくいとの意見があったため、研修の愛称として「高齢者支えあい活動研修」としました。

令和6年度高齢者支えあい活動研修を開催しました



3日目の実習の様子(小谷村)

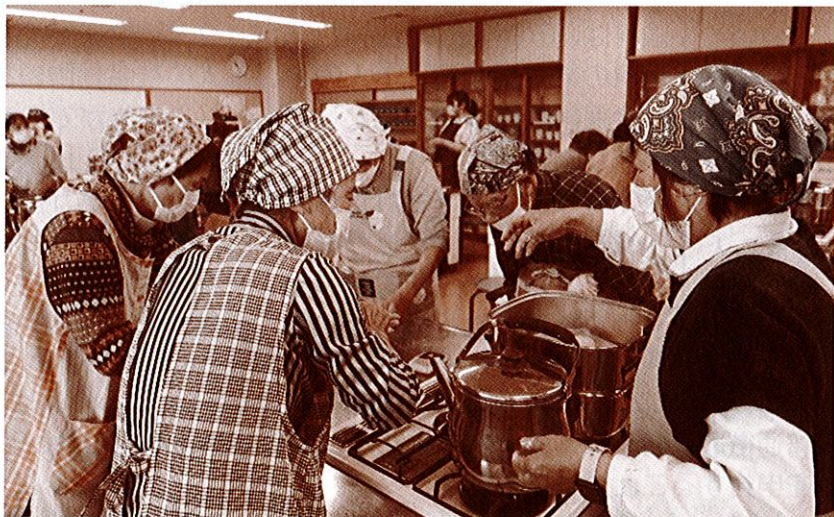
ルパーとして働いている方に加わっていただきグループワークを行い、買い物や調理、洗濯、掃除等の方法やコツについて活発なやり取りを行っていました。実際に現場で働いている方のお話を聞いて、普段の生活での家事とはまた違った配慮が必要ということを教えていただきました。

3日目はお住まいの市町村ごとに分かれて、実習を行いました。実習では、実際に支えあい活動を行っている団体の方と交流を行ったり、研修に参加している方同士で親睦を深めたりしていただきました。

上の写真は、小谷村で行った実習の様子です。小谷村では、認知症オレンジカフェ「ほっこりカフェ」に参加しました。

「ほっこりカフェ」は、誰もが気軽に出かけ集える場、お互いを理解し合う場所として、年数回行われています。

今回は参加者で好み焼きを作って食べました。



3日目の実習の様子(池田町)

池田町では、過去にこの研修を修了した方や池田町の支え合い活動である「サポートてるてる」の協力員と「いきいきカフェ」を開催し、池田町での活動を学びました。高齢者の集いの場である「よりましよ会」の利用者の方も参加し、一緒にかぼちゃのおやき作りを行いました。

実際に池田町で行われている活動の動画視聴を行った後、集いの場事業を体験しました。お茶の時間には、様々な活動を行っている方同士、情報

交換や親睦を深めることができました。

今回の研修を修了された方には、すでに支えあいの活動に参加されている方や、今後活動する予定のある方もいましたが、一方で今のところ参加の具体的な予定はないけれど、いつかは参加できれば、という方もいます。この研修に参加したら必ず活動を行わなければならないというものではありません。少しでも興味がありましたら、来年度も開催予定ですので、お住まいの地域包括支援センターへご相談ください。地域でお困りの高齢者を助けていただける方の参加をお待ちしています。

申告の準備はお済みですか？

介護保険料は

「社会保険料控除」の対象となります

介護保険料は、所得税や市町村民税申告の際に「社会保険料控除」の対象となります。令和6年1月1日から12月31日までに納めた金額（特別徴収の場合は年金から天引きされた金額）を申告することができます。

なお、納付方法によって社会保険料控除の申告をできる方が異なり、詳しくは下の表のとおりとなります。

納付方法別に年金保険者（日本年金機構等）または北アルプス広域連合から、それぞれ「源泉徴収票」「納付済額証明書」が送付されますので、ご確認ください。

	特 別 徴 収	普 通 徴 収
納付方法	年金からの天引きにより納付した介護保険料	納付書での現金納付や口座振替により納付した介護保険料
証明書の発行	1月下旬頃に 年金保険者 から「源泉徴収票」が送付されます。 ※非課税年金（障害年金・遺族年金）から天引きされた保険料については、北アルプス広域連合から納付済額証明書を送付します。	1月下旬に 北アルプス広域連合 から「介護保険料納付済額証明書」を送付します。
申告（社会保険料控除）できる人	年金から天引きされた介護保険料は、その 年金の受給者（保険料の納付義務者）本人のみ、社会保険料控除の対象として申告ができます。 ※年金から天引きされた保険料を、配偶者や家族が補填したとしても、 その配偶者や家族の社会保険料控除の対象とはなりません。	本人が納付書や口座振替等により保険料を納めた場合には、本人の社会保険料控除の対象として申告ができます。 また、本人の「介護保険料」を配偶者や家族が納めた場合には、国民年金や国民健康保険と同様に、配偶者や家族の社会保険料控除の対象となります。

※普通徴収と特別徴収の両方で納めた保険料がある場合には、その合計の額を申告することができます。

※40歳から64歳の方が健康保険料に上乗せして納めている介護保険料についても、社会保険料控除の対象となります。申告額の確認等については、加入している医療保険者にお問い合わせください。

障害者控除について

要介護1から要介護5の要介護認定を受けている方は、障害者控除の対象となる場合があります。詳しくは、お住まいの市町村の介護保険担当窓口にお問い合わせください。

この機会に、納め忘れがないか、確認しましょうね。





医療系の介護サービス利用料は、所得税や市町村民税申告の「医療費控除」の対象となります。具体的な医療系の介護サービス種類は、下の表のとおりです。

令和6年1月から令和6年12月までの1年間に支払った「医療系の介護サービス利用料」が対象となります。

居宅サービス利用の場合

控除の対象になる、「医療系の介護サービス」

- ・訪問看護 ・通所リハビリテーション ・訪問リハビリテーション
 - ・短期入所療養介護 ・居宅療養管理指導 ※以上は介護予防を含みます。
 - ・定期巡回・随時対応型訪問介護看護（一体型事業所で訪問看護を利用する場合のみ）
 - ・看護小規模多機能型居宅介護（上記居宅サービスを含む組み合わせにより提供されるもの。生活援助中心型の訪問介護の部分は除く）
- ※医療費控除の対象となる金額は、介護サービス事業者が発行する領収書に記載されます。

また、次の①と②の条件を満たす場合、次の介護サービス利用料も「医療費控除」の対象となります。

- ① ケアプランに基づいて利用したサービスであること
- ② ケアプランに、上記の「医療系の介護サービス」のどれかが位置づけられていること

上記「医療系の介護サービス」

+

- ・身体介護が中心の訪問介護（生活援助が中心の訪問介護は対象外です）
 - ・訪問入浴介護 ・夜間対応型訪問介護 ・通所介護（地域密着型含む）
 - ・認知症対応型通所介護 ・小規模多機能型居宅介護 ・短期入所生活介護
- ※以上は介護予防を含みます。
- ・定期巡回・随時対応型訪問介護看護（一体型事業所で訪問看護を利用しない場合及び連携型事業所のみ）
 - ・看護小規模多機能型居宅介護（上記の「医療系の介護サービス」を含まない組み合わせにより提供されるもののみ。生活援助中心型の訪問介護部分を除く）
 - ・介護予防・日常生活支援総合事業の訪問介護相当サービス（生活援助中心型のサービスを除く）
 - ・介護予防・日常生活支援総合事業の通所介護相当サービス

施設サービス利用の場合

「特別養護老人ホーム」「介護老人保健施設」「療養型医療施設」「介護医療院」の施設サービス利用料と食費及び居住費は、医療保険の入院と同じく「医療費控除」が受けられます。ただし「特別養護老人ホーム」については、1/2の額が対象となります。

※医療費控除の対象となる金額は、介護サービス事業者が発行する領収書に記載されます。

医療系の介護サービス利用料は「医療費控除」の対象となります

65歳以上の方の介護保険料の納め方

保険料の納付方法は、普通徴収（納付書や口座振替による納付）と特別徴収（年金からの天引き納付）の2種類があります。（納付方法を選択することはできません。）

普通徴収

年金が年額18万円未満の方等 ⇒ 納付書や口座振替により、個別に納付します。

① 納付書での納付

毎月中旬に北アルプス広域連合から届く納付書により、取扱い金融機関が各市町村・広域連合の窓口で納めてください。

② 口座振替での納付

口座振替の手続きをされている方は、原則毎月月末に指定の口座から保険料を引き落とします。

広域連合の納付書での納付や
口座振替ができる金融機関

- 大北農協 ●松本信用金庫
 - 八十二銀行 ●長野県労働金庫
 - 長野銀行 ●長野県信用組合
 - ゆうちょ銀行
- （ゆうちょ銀行での納付は長野県・新潟県内に限ります。）

各月の保険料額の決まり方

暫定賦課			本 算 定									
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
前年度の保険料段階で計算した月額で仮に納付します。			前年の所得等をもとに確定した保険料年額から、暫定賦課分を差し引いて、残りの納付月に分けて納めます。暫定賦課で用いた保険料年額と決定（毎年7月）した保険料年額に差がある場合、7月以降分での調整となるため、保険料額が変更になることがあります。									

令和7年度介護保険料のお知らせは令和7年4月に発送します

令和7年度の介護保険料に関する通知は、令和7年4月15日に65歳以上の方全員にお送りしますので、封筒の中身をご確認ください。

4月から6月の介護保険料額は、令和5年の所得等をもとに仮に計算しています。確定した保険料額は、**令和6年中の所得と令和7年度の住民税が確定する、令和7年7月以降にお知らせします。**

徴収方法	普通徴収の方	特別徴収の方
同封されているもの	・介護保険料納入通知書 ・送付案内 ※3月（3月2日～4月1日）に65歳になった方は、3月分と4月分、2通の納入通知書が同封されます。	・特別徴収開始通知書 ・通知書の見方 ※一例を示したもので、金額等は全ての人に当てはまるわけではありません

特 別 徴 収

年金が年額18万円以上の方等 ⇒ 年金から差し引かれます。

年金の定期支払い（偶数月）の際に、保険料があらかじめ差し引かれます。保険料額については、北アルプス広域連合から送りする「特別徴収開始通知書」により、あらかじめお知らせします。

■年金の年額が18万円以上であっても、下記のような場合には一時的に納付書等により納める場合があります。

- 65歳になったばかりの方
- 他の市区町村から転入してきたばかりの方
- 年度途中で保険料が減額になった方
- 年金が一時差し止めになった方 ※
- 基礎年金を繰り下げている方 ※ など

半年～1年間は特別徴収ができないため、納付書や口座引落としによる納付（普通徴収）により納めます。

※年金が差し止めとなっていたり、基礎年金を繰り下げている場合には、その状態がなくなるまで普通徴収となります。

各月の保険料額の決まり方

仮 徴 収			本 徴 収		
4 月 (第 1 期)	6 月 (第 2 期)	8 月 (第 3 期)	10 月 (第 4 期)	12 月 (第 5 期)	2 月 (第 6 期)

4 月



前年度の2月分と同額の保険料を納めます。

6 月

8 月



前年度の保険料段階を当年度の保険料段階にあてはめた保険料年額の半分から4月分を引いた額を2回に分けて納めます。

前年の所得等をもとに決定（毎年7月）した保険料年額から仮徴収分を差し引いた金額を3回に分けて納めます。

仮徴収で用いた保険料年額と確定した保険料年額に差がある場合、10月以降分での調整となるため、保険料額が変更になることがあります。



65歳になられた月から半年～1年間は、必ず普通徴収になります。この期間は、納付書や口座振替で納めてください。その後特別徴収に変わる時には、あらためてお知らせします。

介護給付費のお知らせ（給付費通知）の廃止について

これまで例年2月頃、介護保険のサービスをご利用の方を対象に、前年1年間の介護サービス（居宅サービス、地域密着型サービス）の利用状況をお知らせする「給付費通知」を送付していましたが、今年度より送付を廃止することにしました。サービスの利用状況や利用料については、各事業所からの請求書や領収書等をご確認ください。



寝たきりでおむつを使用された方の医療費控除について

傷病によりおおむね6か月以上寝たきりで、療養上おむつが必要な方は、おむつ代が「医療費控除」の対象となります。控除を受けるためには、確定申告の際、医療費控除の明細書とともに、医師の発行する「おむつ使用証明書」、または北アルプス広域連合が発行する「主治医意見書確認書」の提示が必要です。

「おむつ使用証明書」

かかりつけの医療機関にご相談ください。（発行手数料がかかります）



北アルプス広域連合が発行する「主治医意見書確認書」

介護保険の要介護認定を受けている方で、認定における主治医の意見書により必要項目が確認できる場合（※）は、北アルプス広域連合が発行する「主治医意見書確認書」を上記の「おむつ使用証明書」に代えることができます。

※（要介護認定有効期間や、主治医意見書のうち、寝たきり度、カテーテルの使用又は、尿失禁の可能性の記載内容によっては発行できない場合があります。その場合は、医師が発行する「おむつ使用証明書」が必要です。）

ご希望の方は、**お住まいの市町村の介護保険担当課**にお問い合わせください。

令和6年度介護サービス事業所 公募結果について

地域の実情に応じたサービス提供のため、第9期介護保険事業計画の基盤整備計画に基づき、短期入所生活介護（ショートステイ）から特別養護老人ホームへの転換と、特別養護老人ホームの増床にかかわる事業所の公募・選定を行いました。認知症対応型共同生活介護（グループホーム）については、令和7年度中の整備に向け、公募・選定を進めます。

概要・選定結果

事業種別	短期入所 → 特養への転換	特養の増床
整備年度	令和6年度	令和7年度
事業開始	令和7年4月1日～6月30日の間	令和8年4月1日
事業予定施設 （整備床数）	特別養護老人ホーム高瀬荘（4床）	特別養護老人ホーム ライフ松川（5床）
	特別養護老人ホームライフ（2床）	