

地域包括支援センターを利用しましょう

地域包括支援センターは、みなさんが住みなれたまちで安心して暮らしていくために、必要な援助・支援を行う地域の総合相談窓口です。保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャー等が、みなさんの生活を支える役割を担っています。

なんでもご相談ください

総合相談

介護に関する相談や悩み以外にも、福祉や医療、その他なんでもご相談ください。

みなさんの権利を守ります

権利擁護

みなさんが安心して暮らせるように、みなさんの持つさまざまな権利を守ります。虐待を早期に発見したり、成年後見制度の紹介や、消費者被害などに対応します。

自立した生活ができるよう支援します

介護予防ケアマネジメント

要支援1・2と認定された人や、支援や介護が必要となるおそれの高い人が自立して生活できるよう、介護予防の支援をします。

地域のネットワークをつくり、みなさんを支えます

包括的・継続的ケアマネジメント

暮らしやすい地域にするため、さまざまな機関とのネットワークをつくり調整します。また、ケアマネジャーの支援も行います。

名称	電話番号(029)	住所	担当地区
筑波地域包括支援センター	828-5806	北条1184番地1 (筑波園 敷地内)	筑波地区
大穂豊里地域包括支援センター	869-9527	要1187番地299 (筑波記念病院 敷地内)	大穂地区・豊里地区
谷田部東地域包括支援センター	897-3231	手代木1932番地 (サンシャインつくばリゾート内)	谷田部東地区
谷田部西地域包括支援センター	893-3170	上横場2290番地9 (トレランス田村 敷地内)	谷田部西地区
桜地域包括支援センター	886-3886	大角豆1806番地3 (花室長寿館向かい)	桜地区
荃崎地域包括支援センター	886-9500	下岩崎2068番地 (荃崎老人福祉センター隣)	荃崎地区
つくば市地域包括支援センター	883-1111	研究学園一丁目1番地1 (つくば市役所1階)	各センターの統括

※谷田部地区は「谷田部東」「谷田部西」地区の2つに分かれています。

※詳しい地区は、つくば市ホームページをご覧ください。

介護保険についてのお問い合わせは

つくば市 介護保険課 つくば市役所 1 階

連絡先 ☎ 305-8555

つくば市研究学園一丁目1番地1

☎ 029-883-1111(代表)

FAX 029-868-7646

URL <https://www.city.tsukuba.lg.jp/>

2024 年度版
つくば市

いつでも このまちで

安心ささえる

介護保険



発行 つくば市

編集／発行 株式会社鎌倉新書

発行年 2024 年 8 月

※この介護保険冊子は、広告掲載企業による協賛金により、無償提供されています。

介護保険は高齢者の暮らしを 社会みんなで支えるしくみです

介護保険は、被保険者が介護が必要な状態になった場合に、介護サービスや施設を利用する際の利用者負担を軽減する目的で設けられています。

介護保険の保険証を大切に保管しましょう

介護保険の被保険者であることの証明書が「介護保険被保険者証」です。介護保険被保険者証を、介護（予防）サービスや施設を利用する際に提示することで、適切なサービスを受けることができます。

保険証は、被保険者の基本情報や要介護状態区分などが記載されており、その情報に基づいて介護（予防）サービスの提供や給付が行われます。介護保険被保険者証を持っていることで、必要なサービスを受ける際にスムーズに手続きが行えるようになります。

大切に保管しましょう。

● 65歳以上の方は

65歳以上の方の場合は、誕生日を迎える前月末に市区町村から自動的に交付されます。なお、介護（予防）サービスを利用する際には、別途要介護・要支援認定の申請が必要です。

● 40～64歳の方は

要介護・要支援認定を受けた方に交付されます。

● 保険証が必要なとき

- ・要介護・要支援認定を申請するとき
- ・ケアプランを作成するとき
- ・介護給付費の支給申請をするとき など

● 保険証の有効期限は？

有効期限はありません。介護（予防）サービスを利用するまで大切に保管してください。なお、要介護・要支援認定には有効期間があります。

介護保険被保険者証	
被 保 険 者	番 号
	住 所
	フリガナ
	氏 名
	生年月日
	年 月 日 性別
	交付年月日
	年 月 日
保 険 者 番 号 並びに保険者 名称及び印	082206 茨城県つくば市研究学園 一丁目1番地1 つくば市 電話 029-883-1111

もくじ

1	介護保険制度のしくみ	04
2	要介護・要支援認定申請の流れ	06
3	ケアプラン作成からサービス利用の流れ	08
4	介護保険で利用できるサービス（居宅サービス）	10
5	介護保険で利用できるサービス（地域密着型サービス）	15
6	介護保険で利用できるサービス（施設サービス）	18
7	介護保険で利用できるサービス（福祉用具・住宅改修）	20
8	介護予防・日常生活支援総合事業	22
9	利用者負担について	24
10	介護保険料について	28



1 介護保険制度のしくみ

介護保険制度は、市区町村が保険者となって運営しています。40歳以上のみなさんは、加入者（被保険者）となって保険料を納め、介護が必要となったときには、費用の一部を支払ってサービスを利用できるしくみです。

介護保険に加入する人（被保険者）

- 保険料を納めます。
- サービスを利用するため、要介護・要支援認定の申請をします。
- サービスを利用し、利用料（利用者負担割合）を支払います。

65歳以上（第1号被保険者）の方

原因を問わず、介護や日常生活の支援が必要になったとき、「要介護・要支援認定」を受け、サービスを利用します。



（要介護・要支援認定の詳細 ▶ P.6）

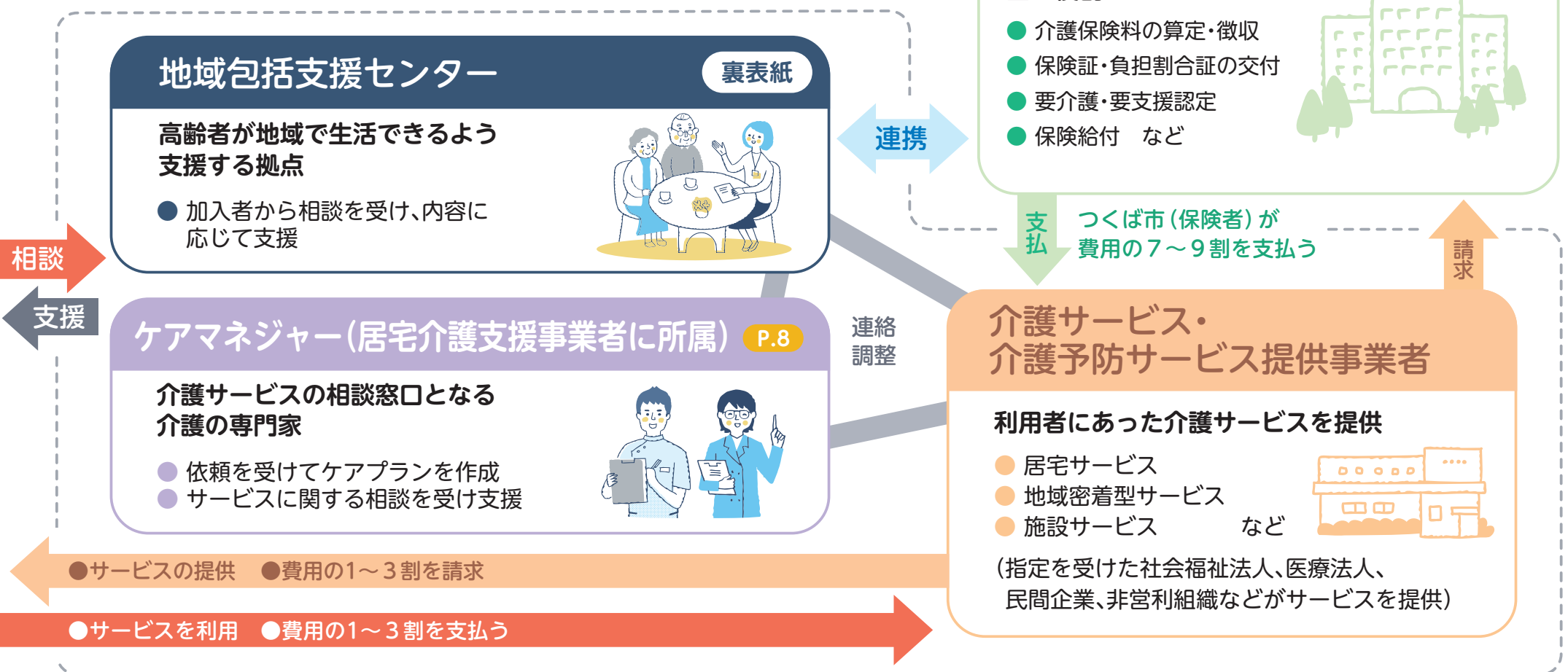
医療保険に加入している40～64歳（第2号被保険者）の方

介護保険で対象となる疾病（特定疾病※1）が原因で介護や日常生活の支援が必要になったとき、「要介護・要支援認定」を受け、サービスが利用できます。



● 保険証・負担割合証の交付 ● 要介護・要支援認定

● 介護保険料を納める ● 要介護・要支援認定の申請



特定疾病とは ※1

介護保険で対象となる疾病（特定疾病）には、加齢と関係があり、要支援・要介護状態の原因である心身の障害を生じさせると認められる下記の16種類が指定されています。

- | | | | |
|------------------------------|--|---------------|------------|
| ● 筋萎縮性側索硬化症 | ● 後縦靱帯骨化症 | ● 骨折を伴う骨粗しょう症 | ● 多系統萎縮症 |
| ● 初老期における認知症 | ● 脊髄小脳変性症 | ● 脊柱管狭窄症 | ● 早老症 |
| ● 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症 | ● 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病 | ● 関節リウマチ | ● 慢性閉塞性肺疾患 |
| ● 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症 | ● がん（医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る。） | | |

CHECK

介護（予防）サービス等を利用するときは、所得の状況により、かかった費用の1割、2割または3割を自己負担としてサービス事業者に支払います。詳細 ▶▶ P.24

負担割合証

要介護・要支援認定等を受けた方、介護予防・生活支援サービス事業対象者には、利用者の負担割合が書かれた負担割合証が発行されます。保険証とともに介護（予防）サービス等を利用するときに必要になります。

有効期限：1年間（8月1日～翌年7月31日）

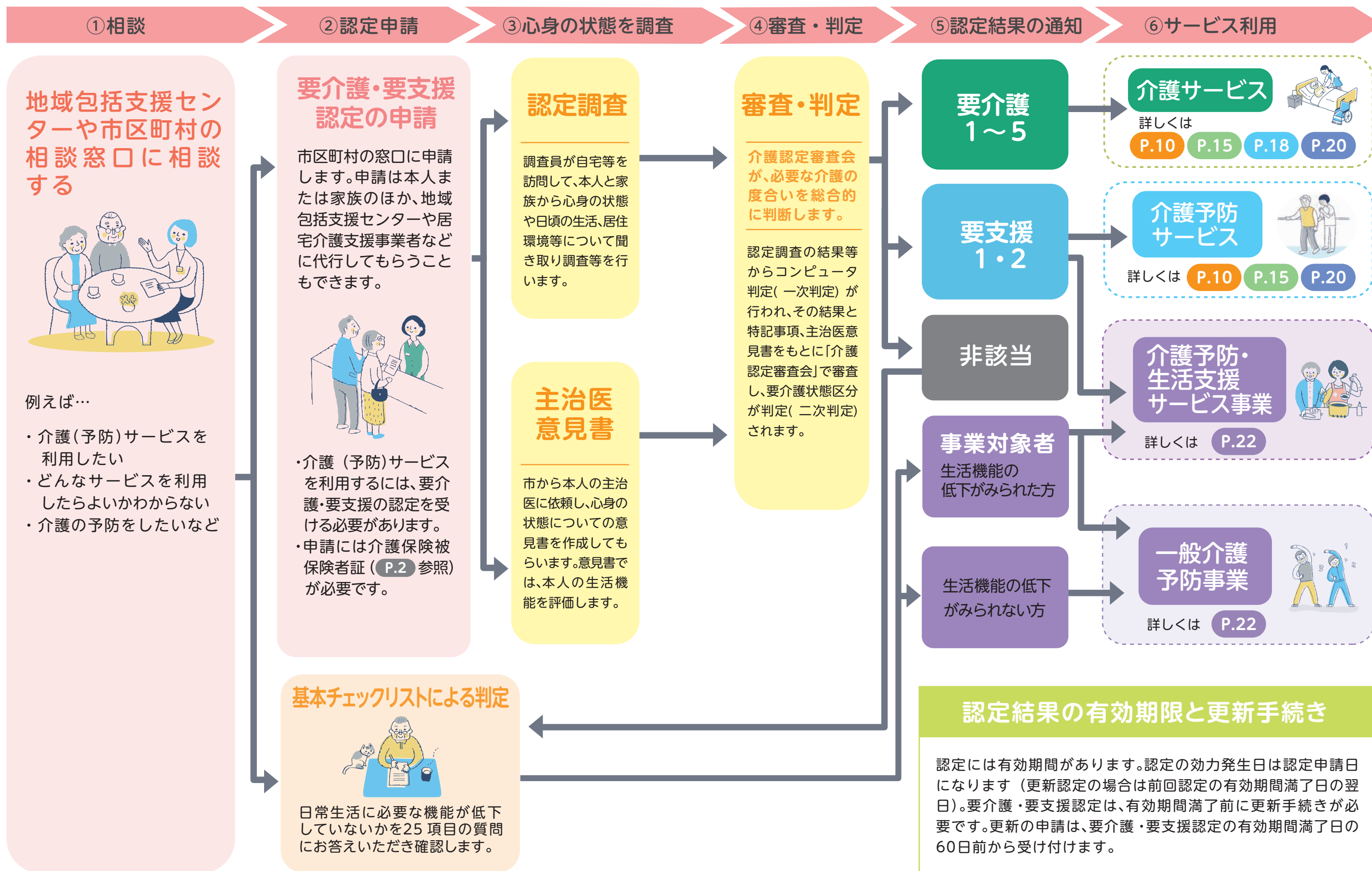
※市区町村によって様式が異なる場合があります。

負担割合（1～3割）が記載されます。

介護保険負担割合証	
交付年月日	
番号	見本
住所	
フリガナ	
氏名	
生年月日	
利用者負担の割合	適用 原則
保険者番号	082206
ひに保険者の	つくば市
名称及び印	電話 029-883-1111

2 要介護・要支援認定申請の流れ

まずは、地域包括支援センターや市区町村の相談窓口にご相談しましょう。



介護保険制度のしくみ

認定申請の流れ

サービスの利用の流れ

居宅サービス

地域密着型サービス

施設サービス

福祉用具・住宅改修

総合事業

利用者負担

介護保険料

要介護 1～5
と認定された方在宅で
サービスを利用したい居宅介護支援事業者に
ケアプランの作成を依頼

- 居宅介護支援事業者を選び、連絡します。
- 担当のケアマネジャーが決まります。



ケアプランの作成

- サービスの担当者との話し合い
- ケアプランを作成

ケアマネジャーと面接して生活上の課題等を把握し、家族やサービス事業者とサービス計画について検討します。
サービスの種類、利用回数などを盛り込んだケアプランが作成されます。

サービス事業者と契約

在宅サービスの
利用開始

ケアプランに基づいて
居宅サービスを利用します。



P.10

P.15

P.20

施設に
入所して
サービスを利用したい

介護保険施設と契約

入所を希望する施設へ
直接申し込みます。



ケアプランの作成

施設のケアマネジャーが
本人にあったケアプランを作成します。

施設サービスの
利用開始

ケアプランに基づいて
施設サービスを利用します。

P.15

P.18

要支援 1・2
と認定された方介護予防・生活支援
サービス事業対象
となった方

地域包括支援センター

※お住まいの地区によって担当センターが決まっています。

裏表紙

アセスメント

心身の状態や生活環境な
どから、課題を分析します。

介護予防
ケアプランの作成

本人や家族とサービス担当者を含
めて、目標を達成するための具体
策、利用サービスなどの支援メ
ニューを決定します。

※介護予防・生活支援サービス以外の介護予防サービスの利用がある場合(両サービスの併用も含む)は、市区町村に指定を受けた介護予防支援事業者へ直接ケアプランの作成を依頼することもできます。

サービス事業者と契約

介護予防サービスの利用開始

ケアプランにそって介護予防サービス P.10 P.15 P.20
および 介護予防・生活支援サービス事業 P.22 を利用します。

介護予防・生活支援サービス事業の利用開始

ケアプランにそって
介護予防・生活支援サービス事業 P.22 を利用します。

コラム

居宅介護支援事業者とは

市区町村の指定を受け、ケアマネジャーを配置している事業者です。要介護認定申請の代行やケアプランの作成を依頼するときの窓口となり、サービス提供事業者と連絡・調整をします。

コラム

ケアマネジャー(介護支援専門員)ってどんな人？

介護の知識を幅広く持った専門家で、介護(予防)サービスの利用にあたって、右記のような重要な役割を担っています。

- 本人に適したケアプランの作成
- サービス事業者への連絡・手配
- 施設選びの相談・アドバイス
- 介護に関する家族の相談・アドバイス

介護サービス・介護予防サービスともに、個人の心身の状態に合わせたケアプラン・介護予防ケアプランを作り、それにもとづいてサービスを利用します。
ケアプラン、介護予防ケアプランの相談・作成は全額を介護保険が負担しますので、利用者負担はありません。

介護保険制度
のしくみ認定申請の
流れサービスの
利用の流れ

居宅サービス

地域密着型
サービス

施設サービス

福祉用具・
住宅改修

総合事業

利用者負担

介護保険料

介護保険で利用できるサービス 居宅サービス

「在宅で」「通いで」「施設で」利用できるさまざまな介護(予防)サービスを利用できます。このほかに、居住費、食費、日常生活費がかかる場合があります。費用はサービスを提供する事業所などの体制などによって異なります。

使用している
マークの意味

要介護 要介護 1～5の方が利用できるサービス

要支援 要支援 1・2の方が利用できるサービス

※利用者負担の目安は、サービスにかかる基本的な費用の1割を掲載しています。

居宅サービス＜在宅で利用できるサービス＞

自宅での日常生活をサポートしてもらう

要介護 訪問介護(ホームヘルプ)

自分ではできない日常生活上の行為がある場合に、ホームヘルパーによる本人への身体介護や生活援助が受けられます。

▼利用者負担の目安

身体介護(20分以上30分未満)(1回) 例) 食事・排せつ・入浴の介助 など	261円
生活援助(20分以上45分未満)(1回) 例) 掃除・洗濯・買い物・調理の支援 など	192円
※早朝、夜間、深夜、緊急時訪問などは加算があります。	
通院などのための乗車・降車の介助(1回)	104円

※送迎費用は別途必要になります。

MEMO

自宅で入浴の介助をしてもらう

要介護 訪問入浴介護

訪問入浴車などで訪問し、入浴の介助が受けられます。



▼利用者負担の目安

全身入浴(1回)	1,355円
----------	--------

要支援 介護予防訪問入浴介護

自宅に浴槽がない場合や、感染症などの理由からその他の施設における浴室の利用が困難な場合に限定して、訪問による入浴の介助が受けられます。

▼利用者負担の目安

全身入浴(1回)	916円
----------	------

自宅で看護を受ける

要介護 訪問看護

看護師などによる療養上の世話や診療の補助が受けられます。

▼利用者負担の目安

訪問看護ステーションからの 訪問の場合(30分未満)(1回)	504円	病院または診療所からの 訪問の場合(30分未満)(1回)	427円
-----------------------------------	------	---------------------------------	------

※早朝、夜間、深夜、緊急時訪問などは加算があります。

要支援 介護予防訪問看護

疾患などを抱えて外出が困難な場合に、看護師などによる療養上の世話や診療の補助が受けられます。

▼利用者負担の目安

訪問看護ステーションからの 訪問の場合(30分未満)(1回)	483円	病院または診療所からの 訪問の場合(30分未満)(1回)	409円
-----------------------------------	------	---------------------------------	------

※早朝、夜間、深夜、緊急時訪問などは加算があります。

自宅でリハビリをする

要介護 訪問リハビリテーション

理学療法士、作業療法士などによる機能訓練が受けられます。

▼利用者負担の目安

1回につき	325円
-------	------



要支援 介護予防訪問リハビリテーション

在宅での生活行為を向上させる訓練が必要な場合に、理学療法士、作業療法士などによる機能訓練が受けられます。

▼利用者負担の目安

1回につき	315円
-------	------

※1回＝20分間のリハビリテーション

自宅で医師などから指導・管理を受ける

要介護 居宅療養管理指導

要支援 介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師などが訪問し、医学的な管理や指導が受けられます。

▼利用者負担の目安

医師による指導(月2回まで)	515円
----------------	------

日帰りで施設に通って支援やリハビリを受ける

要介護 通所介護(デイサービス)

通所介護事業所に通って食事・入浴・排せつなどの介助、機能訓練などが日帰りで受けられます。

▼利用者負担の目安

通常規模事業所利用の場合 (7時間以上8時間未満)	要介護1	688円
	要介護2	812円
	要介護3	941円
	要介護4	1,070円
	要介護5	1,200円

※送迎を含む。 ※食費、日常生活費は別途必要になります。 ※費用は事業所の種類・サービスによって異なります。
※個別の機能訓練を行った場合や入浴を行う場合には加算があります。



要介護 通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や医療施設などに通って、食事・入浴・排せつなどの介助、生活機能向上のためのリハビリテーションが日帰りで受けられます。



▼利用者負担の目安

通常規模事業所利用の場合(7時間以上8時間未満)

要介護1	804円
要介護2	953円
要介護3	1,104円
要介護4	1,282円
要介護5	1,455円

※送迎を含む。
※食費、日常生活費は別途必要になります。

要支援 介護予防通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や医療施設などに通って、食事・入浴・排せつなどの介助、生活機能向上のためのリハビリテーションが日帰りで受けられます。また、目標に合わせた選択的サービスの提供もあります。

▼利用者負担の目安(1か月につき)

共通サービス

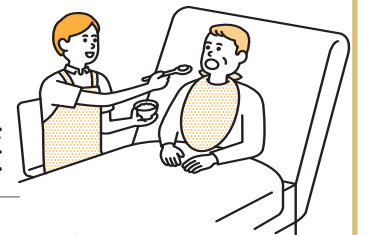
要支援1	2,393円
要支援2	4,461円

※送迎、入浴を含む。 ※食費、日常生活費は別途必要になります。

特定の施設に入居している方が利用するサービス

要介護 特定施設入居者生活介護

要支援 介護予防特定施設入居者生活介護



有料老人ホームや軽費老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅などのうち、介護保険の指定を受けた施設に入居している方が受けるサービスです。
食事・入浴などの介助や機能訓練などが受けられます。

▼利用者負担の目安(1日につき)

要支援1	192円
要支援2	327円
要介護1	567円
要介護2	637円
要介護3	710円
要介護4	778円
要介護5	850円

※日常生活費は別途必要になります。

介護保険制度
のしくみ

認定申請の
流れ

サービスの
利用の流れ

居宅サービス

地域密着型
サービス

施設サービス

福祉用具・
住宅改修

総合事業

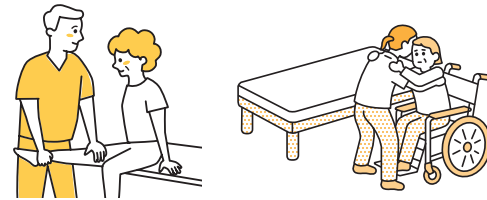
利用者負担

介護保険料

短期間だけ施設に入所する（一時的に介護ができないとき）

要介護 短期入所生活(療養)介護(ショートステイ)

介護老人福祉(保健)施設などに短期間入所し、日常生活の支援や機能訓練が受けられます。



▼利用者負担の目安

		従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室の多床室
短期入所生活介護 介護老人福祉施設 併設型の場合 (1日あたり)	要介護1	637円		743円
	要介護2	709円		815円
	要介護3	786円		894円
	要介護4	860円		969円
	要介護5	933円		1,042円
短期入所療養介護 介護老人保健施設 (1日あたり)	要介護1	787円	868円	874円
	要介護2	837円	920円	923円
	要介護3	903円	987円	991円
	要介護4	960円	1,042円	1,049円
	要介護5	1,015円	1,100円	1,104円

※食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります。

要支援 介護予防短期入所生活(療養)介護(ショートステイ)

介護老人福祉(保健)施設などに短期間入所し、日常生活の支援や機能訓練が受けられます。



▼利用者負担の目安

		従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室の多床室
介護予防短期入所生活介護 介護老人福祉施設 (1日あたり)	要支援1	476円	476円	558円
	要支援2	592円	592円	692円
介護予防短期入所療養介護 介護老人保健施設 (1日あたり)	要支援1	605円	641円	652円
	要支援2	759円	809円	825円

※食費、滞在費、日常生活費は別途必要になります。

5 介護保険で利用できるサービス 地域密着型サービス

住みなれた地域での生活を続けるために、地域の特性に応じた地域密着型サービスがあります。

原則として、他の市区町村のサービスは受けられません。

費用は施設などの体制などによって異なります。

使用している
マークの意味

要介護 要介護1～5の方が利用できるサービス

要支援 要支援1・2の方が利用できるサービス

※利用者負担の目安は、サービスにかかる基本的な費用の1割を掲載しています。

地域密着型サービス

要介護 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて、訪問介護と訪問看護が連携しながら、定期巡回型訪問と随時の対応を行うサービスが受けられます。

▼利用者負担の目安(1か月につき) 介護、看護一体型事務所の場合

訪問介護のみを利用

要介護1	5,828円
要介護2	10,401円
要介護3	17,270円
要介護4	21,847円
要介護5	26,421円

訪問介護と訪問看護を利用

要介護1	8,503円
要介護2	13,282円
要介護3	20,275円
要介護4	24,993円
要介護5	30,270円

要介護 地域密着型通所介護(デイサービス)

小規模な通所介護事業所に通って、食事・入浴・排せつなどの介助、機能訓練などが日帰りで受けられます。



▼利用者負担の目安(1回あたり)(7時間以上8時間未満の場合)

要介護1	787円
要介護2	930円
要介護3	1,079円
要介護4	1,225円
要介護5	1,371円

※食費、日常生活費は別途必要になります。

介護保険制度
のしくみ

認定申請の
流れ

サービスの
利用の流れ

居宅サービス

地域密着型
サービス

施設サービス

福祉用具・
住宅改修

総合事業

利用者負担

介護保険料

要介護 認知症対応型通所介護(認知症デイサービス)

要支援 介護予防認知症対応型通所介護

認知症と診断された方が、デイサービスセンターに通って、食事・入浴・排せつなどの介助、機能訓練などを日帰りで受けられます。



▼利用者負担の目安
1回あたり(7時間以上8時間未満の場合)

要支援1	909円
要支援2	1,014円
要介護1	1,049円
要介護2	1,163円
要介護3	1,277円
要介護4	1,392円
要介護5	1,506円

※食費などは別途必要になります。

要介護 小規模多機能型居宅介護

要支援 介護予防小規模多機能型居宅介護

通いを中心としながら、訪問や短期間の宿泊を組み合わせ、食事・入浴・排せつなどの介助、調理・洗濯・掃除などの家事、健康状態の確認や機能訓練など多機能なサービスが受けられます。

▼利用者負担の目安
1か月あたり

要支援1	3,640円
要支援2	7,356円
要介護1	11,034円
要介護2	16,216円
要介護3	23,589円
要介護4	26,035円
要介護5	28,706円

※食費などは別途必要になります。

要介護 看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせ、通い・訪問・短期間の宿泊で介護や医療・看護のケアが受けられます。

▼利用者負担の目安
1か月あたり

要介護1	13,132円
要介護2	18,373円
要介護3	25,828円
要介護4	29,294円
要介護5	33,136円

※食費などは別途必要になります。

要介護 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

要支援 介護予防認知症対応型共同生活介護

要支援1の人は
利用できません。



認知症の方が共同生活住居(グループホーム)において、家庭的な環境と地域住民との交流の下、食事・入浴・排せつなどの介助、機能訓練などが受けられます。

▼利用者負担の目安
ユニット(※)数1の場合

要支援2	796円
要介護1	800円
要介護2	837円
要介護3	861円
要介護4	879円
要介護5	898円

※食費などは別途必要になります。

※ユニットとは?…9人程度の少人数のグループのこと。入居者の尊厳を重視したケアを目指します。

要介護 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 (小規模特別養護老人ホーム)

▼利用者負担の目安〈1日につき〉

新規入所は、原則として要介護3～5の方が対象です。
定員29人以下の介護老人福祉施設に入所して、食事・入浴・排せつの介助など、日常生活上の支援や介護が受けられます。

	従来型個室	多床型	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	627円	627円	713円
要介護2	702円	702円	787円
要介護3	779円	779円	866円
要介護4	854円	854円	942円
要介護5	927円	927円	1,015円

要介護 地域密着型特定施設入居者生活介護

定員29人以下の有料老人ホームなどに入居して、食事・入浴・排せつなどの介助、機能訓練などが受けられます。

▼利用者負担の目安〈1日につき〉

要介護1	571円
要介護2	642円
要介護3	716円
要介護4	784円
要介護5	857円

※日常生活費は別途必要になります。

要介護 夜間対応型訪問介護

夜間に定期的な巡回訪問又は随時の訪問により、食事・入浴・排せつの介助、緊急時の対応などが受けられます。

▼利用者負担の目安 オペレーションセンターを設置している場合

基本夜間対応型訪問介護	1,059円/月
定期巡回サービス	398円/回
随時訪問サービス	607円/回

介護保険制度
のしくみ

認定申請の
流れ

サービスの
利用の流れ

居宅サービス

地域密着型
サービス

施設サービス

福祉用具・
住宅改修

総合事業

利用者負担

介護保険料

介護保険で利用できるサービス 施設サービス

施設サービスは、介護が中心か治療が中心かなどによって、入所する施設を選択します。入所の申し込みは介護保険施設へ直接行います。

使用している
マークの意味

要介護 要介護1～5の方が利用できるサービス

※利用者負担の目安は、サービスにかかる基本的な費用の1割を掲載しています。

施設サービス

施設サービスの利用者は、サービス費用の1割、2割、または3割に加え、食費・居住費・日常生活費を施設に支払います。費用は施設の種類やサービスに応じて異なります。

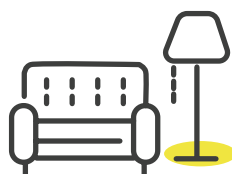
1 サービス費用の 1割～3割



2 食費



3 居住費



4 その他の 日常生活費



施設により異なります

※施設によって金額が異なる場合がありますので、入所を希望される施設に直接お問合せください。

要介護 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

新規入所は、原則として要介護3～5の方が対象です。

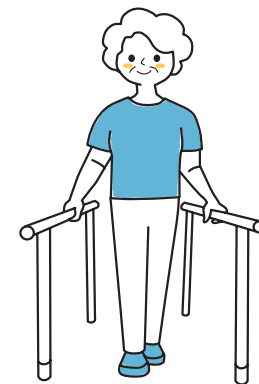
常時介護が必要で居宅での生活が困難な人が入所して、食事・入浴・排せつの介助など、日常生活上の支援や介護が受けられます。

▼利用者負担の目安(30日の場合)

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	18,466円	18,466円	21,005円
要介護2	20,660円	20,660円	23,199円
要介護3	22,949円	22,949円	25,551円
要介護4	25,143円	25,143円	27,777円
要介護5	27,306円	27,306円	29,940円

要介護 介護老人保健施設(老人保健施設)

状態が安定している人が、在宅復帰を目指したリハビリテーションや介護が受けられます。



▼利用者負担の目安(30日の場合)

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	22,478円	24,861円	25,143円
要介護2	23,920円	26,428円	26,585円
要介護3	25,958円	28,466円	28,623円
要介護4	27,682円	30,128円	30,347円
要介護5	29,219円	31,727円	31,915円

要介護 介護医療院

医療的管理のもとで長期療養を必要とする人のための施設で、医療のほか、生活の場としての機能も兼ね備え、日常生活上の支援や介護が受けられます。

▼利用者負担の目安(30日の場合)

	従来型個室	多床室	ユニット型個室 ユニット型個室的多床室
要介護1	22,604円	25,237円	26,648円
要介護2	26,084円	28,654円	30,096円
要介護3	33,545円	35,990円	37,589円
要介護4	36,743円	39,125円	40,755円
要介護5	39,595円	41,947円	43,640円

居室(部屋タイプ)について

従来型個室	リビングを併設していない個室
多床室	4人部屋などの個室以外の居室(相部屋)
ユニット型個室	壁が天井まであり、ユニット(10名程度)で利用できる共用のリビングなどを併設している個室
ユニット型個室的多床室	室内は、天井との隙間がある仕切りで個室のように区切られ、ユニット(10名程度)で利用できる共用のリビングなどを併設している居室

福祉用具貸与・購入、住宅改修

自立した生活を目指すために、福祉用具の貸与や特定福祉用具の購入、住宅改修で生活環境を整えることができます。

使用している
マークの意味

要介護 要介護 1～5の方が利用できるサービス

要支援 要支援 1・2の方が利用できるサービス

※マーク内の数字は、対象となる要介護状態区分を示しています。

福祉用具をレンタルする

日常生活の自立を助けるための福祉用具(下記の品目)を借りることができます。

用具	対象の範囲	
自動排泄処理装置	要介護 4・5	
車いす(車いす付属品を含む)	要介護 2～5	
特殊寝台(特殊寝台付属品を含む)	要介護 2～5	
床ずれ防止用具	要介護 2～5	
認知症老人徘徊感知器	要介護 2～5	
体位変換器	要介護 2～5	
移動用リフト(つり具の部分を除く)	要介護 2～5	
スロープ(工事をとまなわないもの)	要介護 1～5	要支援 1・2
歩行器	要介護 1～5	要支援 1・2
歩行補助つえ	要介護 1～5	要支援 1・2
手すり(工事をとまなわないもの)	要介護 1～5	要支援 1・2

- 福祉用具(貸与)が適切な価格で利用できるよう、商品ごとの全国平均貸与価格及び貸与価格の上限が公表されています。
- 福祉用具貸与事業者は下記①②が義務づけられています。

①貸与する品目の機能や価格帯の異なる複数商品を選択肢として示す ②貸与する品目の全国平均価格とその事業者の価格を示す

特定福祉用具を購入する

指定された事業者から下記の福祉用具を購入した場合、購入費が支給されます。

用具	対象の範囲
入浴補助用具	要介護 要支援
腰掛便座	
簡易浴槽	
移動用リフトつり具	
特殊尿器	
排泄予測支援機器※	

※膀胱内の状態をセンサーなどで感知することで尿量を測定し、排尿の機会を要介護者または介護者に通知するものです。

令和6年度より、固定用スロープ・歩行器・単点杖・多点杖について、貸与または購入の選択が可能になりました。

▼手続きに必要な書類

- ①福祉用具購入費支給申請書 ②領収書(原本、被保険者あて) ③購入した福祉用具のパフレットの写し等
④委任状(本人以外が支給を受けるとき) ※指定を受けていない事業者や販売店からの購入は支給対象外です。

サービス費用のめやす

福祉用具購入費10万円(1年度内の上限額)に対し、介護保険より利用者負担割合に応じ、最大9万円～7万円が支給されます。
※購入費用を一度全額負担していただき、領収証などを添えて市区町村に申請すると、後から支払われます。

用具	対象の範囲
固定用スロープ	要介護 要支援
歩行器(歩行車を除く)	
単点杖(松葉杖を除く)	
多点杖	

住宅を改修する

●工事前に必ずケアマネジャーに相談しましょう

要介護 住宅改修費の支給

要支援 介護予防住宅改修費の支給

事前の申請が必要です

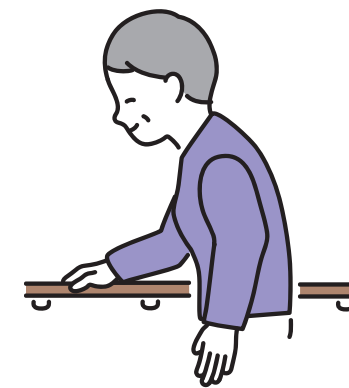
事前に市区町村へ申請したうえで、手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、改修費が支給されます。

利用者負担について

- いったん利用者が改修費を全額負担します。あとで市区町村に申請すると、20万円を上限に費用の9割、8割、または7割が介護保険から支給されます。
- 引越した場合や要介護状態区分が大きく上がったときには、再度給付を受けることができます。

▼介護保険でできる住宅改修の例

- 手すりの取り付け
- 段差の解消
- 滑りにくい床材に変更
- 引き戸などへの扉の取り替え
- 和式便器を洋式便器などに取り替え
- 上記の工事にともなって必要となる工事



利用手続きの流れ

ケアマネジャーなどに相談

施工事業者の選択・見積もり依頼

市区町村へ**事前に申請**／市区町村による確認

工事の実施・完了／支払い(全額)

市区町村へ領収書などを提出

住宅改修費の支給

支給を受けるためには改修前・改修後にそれぞれ手続きが必要です。

申請に必要な書類

- 住宅改修費支給申請書
- 住宅改修が必要な理由書
ケアマネジャーなどに作成を依頼します
- 工事費見積書
- 間取図
- 写真(改修前の日付入り)
- 委任状
被保険者以外の口座に振り込む場合
- 住宅の所有者の承諾書
改修の利用者と住宅の所有者が異なる場合

提出に必要な書類

- 住宅改修に要した費用の領収書
- 工事費内訳書
介護保険の対象となる工事の種類を明記し、各費用などが適切に区分してあるもの
- 写真(改修後の日付入り)

※手続きの詳細についてはお問い合わせください。

8 介護予防・日常生活支援総合事業

お住まいの市区町村によって行っているサービスや利用者負担が異なります。くわしくは地域包括支援センターへお問い合わせください。

介護予防・生活支援サービス事業

要支援1・2 事業対象者の方が利用できるサービス

※利用者負担の目安は、サービスにかかる基本的な費用の1割を掲載しています。

※みなさんの生活に合わせた柔軟なサービスを提供します。

訪問型サービス

▼介護予防訪問介護相当サービス 利用者負担のめやす(1か月につき)

週1回程度の利用	1,259円
週2回程度の利用	2,514円
週2回程度を超える利用	3,988円

介護予防訪問介護相当サービス

ホームヘルパーが居宅を訪問し、食事や入浴などの生活の支援を行います。
※乗車・降車等介助は利用できません。

基準緩和型訪問サービス

市が実施する研修を受けたヘルパー等が、掃除、調理、買い物等の生活援助を行います。

訪問型サービスC

3～6か月の短期間で、保健・医療の専門職がリハビリテーションを行います。

通所型サービス

▼介護予防訪問介護相当サービス 利用者負担のめやす(1か月につき)

週1回程度の利用	1,879円
週2回程度の利用	3,784円

介護予防通所介護相当サービス

通所介護施設で、食事・入浴などの基本的サービスや生活機能向上のための支援を行います。

基準緩和型通所サービス

通所介護施設で、レクリエーション等、短時間の通所サービスを行います。

一般介護予防事業

65歳以上の方 が利用できるサービス

65歳以上のすべての高齢者の方を対象として、体操教室等、介護予防のための様々な取り組みを行っています。

MEMO

介護保険制度
のしくみ

認定申請の
流れ

サービスの
利用の流れ

居宅サービス

地域密着型
サービス

施設サービス

福祉用具・
住宅改修

総合事業

利用者負担

介護保険料

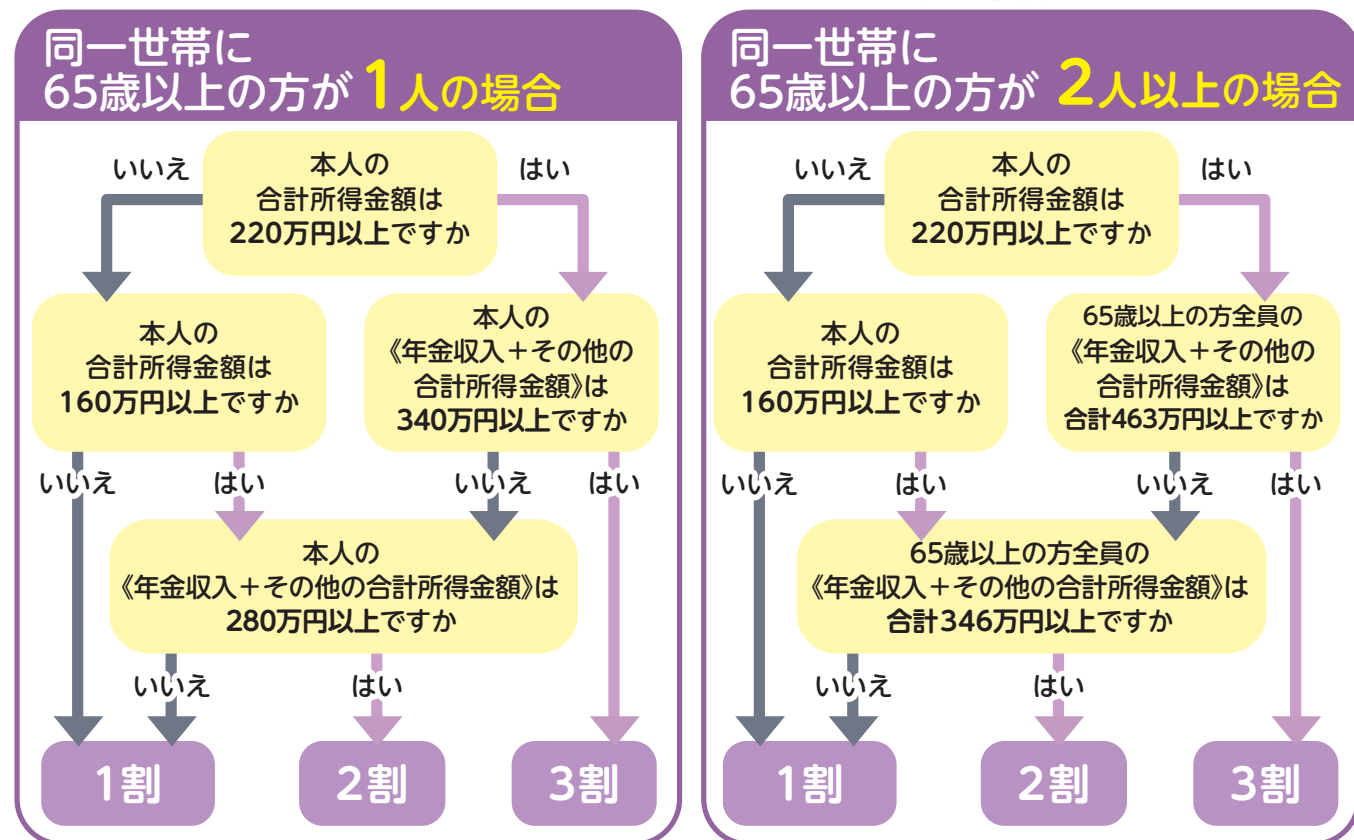
9 利用者負担について

利用者負担割合

介護（予防）サービスを利用するときは、介護保険負担割合証に記載される利用者負担割合に応じて、サービス費用の1割、2割または3割をサービス事業者に支払います。利用者負担割合は、サービスを利用する方の所得や世帯構成によって判定されます。

利用者負担割合判定の流れ

● 住民税非課税の方、生活保護受給者・第2号被保険者は1割負担となります。



支給限度額（1か月）

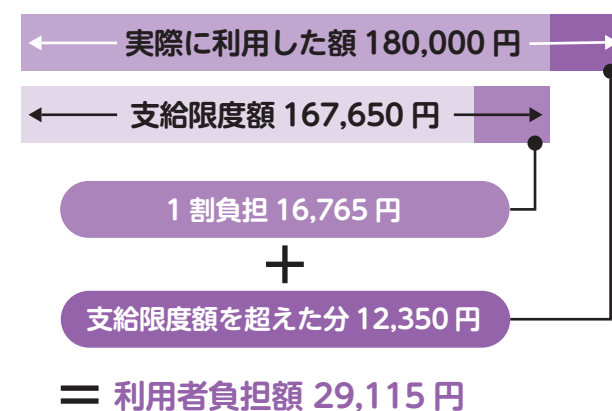
要介護度ごとに、介護保険が利用できるサービス費用の限度額が決められています。

要介護状態区分	居宅サービスの支援限度額	利用者負担額めやす(1割)
要支援1	50,320円	5,032円
要支援2	105,310円	10,531円
要介護1	167,650円	16,765円
要介護2	197,050円	19,705円
要介護3	270,480円	27,048円
要介護4	309,380円	30,938円
要介護5	362,170円	36,217円

※限度額を超えて介護サービスを利用した場合、超えた分の費用は全額自己負担となります。
※上記支給限度額は標準地域のケースで、人件費などの地域差に応じて限度額の加算があります。

利用者負担額の例

要介護1の人が、1か月180,000円分のサービスを利用した場合の利用者負担額（1割負担の場合）



利用者負担額を軽減するために

介護保険では、所得が少ない方でも介護（予防）サービスを利用しやすくするために、さまざまな支援対策があります。

特定入所者介護（予防）サービス費（介護保険負担限度額認定）

低所得の方の介護保険施設サービス、短期入所サービスを利用するときの居住費（滞在費）、食費の利用者負担額を軽減します。所得に応じた負担限度額までを自己負担し、残りの基準費用額との差額は介護保険から支払われます。

お手続き

市区町村の担当窓口で申請が必要です。対象になる方に「介護保険負担限度額認定証」を発行しますので、施設等へ提示してください。なお、有効期間は認定申請された月から次の7月末までです。

基準費用額（1日あたり）

施設における居住費・食費の平均的な費用を勘案して定める額です。（施設が定める居住費及び食費が基準額を下回る場合、施設の定める額と自己負担額の差額が支給されます。）

居住費				食費
ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	1,445円
2,066円	1,728円	1,728円(1,231円)	437円(915円)	

（ ）内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合です。

負担限度額（1日あたり）

- 対象となる方は以下の条件を満たす方です。
- 本人、本人と同じ世帯の方全員および配偶者（別世帯の場合も含む）が住民税非課税である
 - 預貯金等の資産状況が、表に示される金額以下である

利用者負担段階		預貯金等の資産の状況※1 P.27参照	居住費等の負担限度額				食費の負担限度額※3
			ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室※2	多床室	
第1段階	生活保護の受給者	要件なし					
	老齢福祉年金の受給者	単身：1,000万円 夫婦：2,000万円	880円	550円	550円(380円)	0円	300円
第2段階	本人の合計所得金額+課税年金収入+非課税年金収入が80万円以下の方	単身：650万円 夫婦：1,650万円	880円	550円	550円(480円)	430円	390円【600円】
第3段階①	本人の合計所得金額+課税年金収入+非課税年金収入が80万円超120万円以下の方	単身：550万円 夫婦：1,550万円	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	650円【1,000円】
第3段階②	本人の合計所得金額+課税年金収入+非課税年金収入が120万円超の方	単身：500万円 夫婦：1,500万円	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	1,360円【1,300円】

※1 第2号被保険者（40歳以上64歳以下）の場合、利用者負担段階区分にかかわらず、単身：1,000万円、夫婦：2,000万円
※2 介護老人福祉施設を利用した場合の従来型個室の負担限度額は（ ）内の金額です
※3 短期入所生活介護を利用した場合の食費の負担限度額は【 】内の金額です

● 虚偽の申告により、不正に支給を受けた場合には、支給された額および最大2倍の加算金を返還していただくことがあります。

高額介護サービス費

1割、2割または3割の利用者負担額が、一定金額(上限額)を超えたときは、超えた分が払い戻されます。上限額は所得に応じて下表のとおり設定されており、支給を受けるためには、市から送付する申請書の提出が必要です。支給の対象になった方には申請書を送付します。

負担区分		利用者負担上限額(1ヶ月)
住民税課税世帯(同一世帯の第一号被保険者の課税所得額で判定)		
課税所得 690万円以上の方がいる場合		世帯 140,100円
課税所得 380万円以上、 課税所得 690万円未満の方がいる場合		世帯 93,000円
課税所得 380万円未満の方がいる場合		世帯 44,400円
住民税非課税世帯		世帯 24,600円
本人の合計所得金額と課税年金収入金額の合計金額が 80万円以下の方	個人	15,000円
老齢福祉年金の受給者の方	世帯	24,600円
生活保護の受給者の方		世帯 15,000円

高額医療費合算介護サービス

介護保険と医療保険を合わせた利用者負担額が、一定金額(上限額)を超えたときは、超えた分が払い戻されます。上限額は所得に応じて下表のとおり設定されており、支給を受けるためには、加入している医療保険の窓口で申請する必要があります。

同じ世帯でも、家族がそれぞれ異なる医療保険に加入している場合は合算できません。
自己負担限度額を超える額が500円以下の場合は支給されません。

医療と介護の自己負担合算後の限度額(年額:毎年8月1日から翌年7月31日まで)

70歳未満の方

区分	限度額
901万円超	212万円
600万円超～901万円以下	141万円
210万円超～600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
住民税非課税世帯	34万円

70歳以上の方・後期高齢者医療制度の対象者

区分	限度額
690万円以上	212万円
380万円以上 690万円未満	141万円
145万円以上 380万円未満	67万円
一般(住民税課税世帯の方)	56万円
低所得者Ⅱ(住民税非課税世帯の方)	31万円
低所得者Ⅰ(住民税非課税世帯で年金 収入80万円以下等)	19万円 (※)

※世帯で介護保険サービスの利用者が複数いる場合は、限度額の適用方法が異なります。

社会福祉法人などによる利用者負担軽減事業

社会福祉法人などにより提供される介護(予防)サービスの利用者のうち、特に生計が困難と認められる方に対して利用者負担額の軽減を行います。

対象となる方	・生活保護受給者の方 ・住民税非課税世帯の方で、市の定める収入や預貯金の基準に該当する方
対象となるサービス	訪問介護 P10、通所介護 P12、認知症対応型通所介護 P16、小規模多機能型居宅介護 P16、短期入所生活介護 P14、介護老人福祉施設(地域密着型を含む) P17 P18、第1号訪問事業のうち介護予防訪問介護に相当する事業 P22、第1号通所事業のうち介護予防通所介護に相当する事業 P22等
対象となる費用	・利用者負担(1割負担) ・食費、居住費(滞在費)
軽減の程度	生活保護受給者……個室居住費100% その他の方……利用者負担額の25%

ポイント

預貯金等に含まれるものとは?

預貯金等に含まれるもの	確認方法
預貯金(普通・定期)、タンス預金(現金)	通帳の写し等(タンス預金の場合は自己申告)
有価証券(株式・国債・地方債・社債等)	証券会社や銀行の口座残高の写し等
金・銀(積立購入含む)等、購入先の口座残高によって時価評価額が容易に把握できる貴金属	購入先の銀行等の口座残高の写し等
投資信託	銀行、信託銀行、証券会社等の口座残高の写し等
負債(住宅ローン等)	借用証書等

預貯金等に含まれないもの 生命保険、自動車、腕時計・宝石等の時価評価額の把握が困難な貴金属、絵画・骨董品、家財等は預貯金等に含まれません

MEMO

介護保険制度
のしくみ

認定申請の
流れ

サービスの
利用の流れ

居宅サービス

地域密着型
サービス

施設サービス

福祉用具・
住宅改修

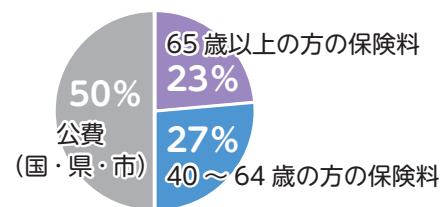
総合事業

利用者負担

介護保険料

10 介護保険料について

介護保険制度は社会全体で介護を支えることを目的に創設された公的保険制度です。
介護保険が健全に運営できるよう、保険料の納付にご理解とご協力をお願いいたします。



● 介護保険の財源

介護保険料は、介護保険を運営するための大切な財源で、40歳以上の方が納めます。保険料が介護保険財源に占める割合は以下の通りです。

65歳以上の方の介護保険料の決まり方

65歳以上の方の介護保険料は、市の介護保険サービス費用がまかなえるよう算出された「基準額」をもとに決まります。

$$\text{市に必要な介護保険サービスの総費用} \times \text{65歳以上の方の負担分 23\%} \div \text{市に住む65歳以上の方の人数} = \text{基準額(年額) 72,600円}$$

基準額とは、各所得段階において介護保険料を決める基準となる額のことです。介護保険料は、基準額をもとに、所得の低い方などの負担が大きくなりすぎないように本人や世帯の課税状況や所得に応じて決まります。

65歳以上(第1号被保険者)の方の保険料

決め方 基準額をもとに、収入・所得等に応じて決まります。

つくば市の保険料基準額
(月額) **6,050円**

所得段階	所得区分		保険料率	年間保険料額 (円)
第1段階	生活保護受給者及び老齢福祉年金受給者で世帯全員が市民税非課税者または、本人及び世帯全員が市民税非課税者で、本人の前年の公的年金等収入金額と合計所得金額の合計が80万円以下の方		0.285	20,700円
第2段階	本人及び世帯全員が市民税非課税者	本人の前年の公的年金等収入金額と合計所得金額の合計が80万円を超え、120万円以下の方	0.465	33,800円
第3段階		本人の前年の公的年金等収入金額と合計所得金額の合計が120万円を超える方	0.665	48,300円
第4段階	本人が市民税非課税者で世帯員に市民税課税者がいる方のうち、本人の前年の公的年金等収入金額と合計所得金額の合計が80万円以下の方		0.88	63,800円
第5段階(基準段階)	本人が市民税非課税者で世帯員に市民税課税者がいる方のうち、本人の前年の公的年金等収入金額と合計所得金額の合計が80万円を超える方		1.0	72,600円(基準額)
第6段階	本人が市民税課税者	前年の合計所得金額が120万円未満の方	1.18	85,600円
第7段階		前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	1.3	94,300円
第8段階		前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	1.5	108,900円
第9段階		前年の合計所得金額が320万円以上400万円未満の方	1.7	123,400円
第10段階		前年の合計所得金額が400万円以上500万円未満の方	1.8	130,600円
第11段階		前年の合計所得金額が500万円以上600万円未満の方	1.9	137,900円
第12段階		前年の合計所得金額が600万円以上700万円未満の方	2.0	145,200円
第13段階		前年の合計所得金額が700万円以上800万円未満の方	2.1	152,400円
第14段階		前年の合計所得金額が800万円以上900万円未満の方	2.2	159,700円
第15段階		前年の合計所得金額が900万円以上1,000万円未満の方	2.3	166,900円
第16段階		前年の合計所得金額が1,000万円以上の方	2.4	174,200円

納め方 年金の受給額で異なります。

年金の受給が年額18万円以上

年金から天引き（特別徴収）

年金支払月（偶数月）に年金からあらかじめ差し引かれます。ご自身で納める必要はありません。
(注) 個人年金は対象となりません。

仮徴収期間



仮徴収

当年度の介護保険料が確定するまでの間（4月・6月・8月）、仮の保険料額を年金から差し引かせていただきます。すでに年金から差し引かれている方は、前年度の2月と同額を仮徴収期間中に納めていただきます。

本徴収期間



本徴収

保険料が確定しましたら、仮徴収額を差し引いた残りの額を期割（10月・12月・2月）で年金から差し引かせていただきます。
※所得等の変動により仮徴収額と本徴収額の差が大きくなる場合、年間を通じてできるだけ均等になるよう、8月分の仮徴収額を変更（平準化）する場合があります。

● 次のような場合、年金が年額18万円以上でも一時的に納付書で納めることがあります

- ・年度途中で65歳（第1号被保険者）になった場合や他の市区町村から転入した場合
- ・年度途中で年金（老齢〈退職〉年金、遺族年金、障害年金）の受給が始まった場合
- ・収入申告のやり直しなどで、保険料の所得段階が変更になった場合
- ・年金が一時差し止めになった場合 など

年金の受給が年額18万円未満

【納付書】、【口座振替】、【スマートフォンアプリ】で納付（普通徴収）

- 介護保険料の年額を納付期限に合わせて納めていただきます。
- 市から納付書が送付されますので、市役所、取り扱い金融機関、コンビニエンスストア、スマホアプリ決済、クレジットカード、インターネットバンキングで納めてください。

忙しい方、なかなか外出できない方は、**口座振替が便利**です。

Web口座振替受付サービス、又は取り扱い金融機関等で「**口座振替依頼書**」に必要事項を記入し、申し込みます。

※ 口座振替の開始は、申込日の1か月から2か月後になります。

※ 口座振替開始前に、開始のお知らせを送ります。

※ 口座の残高をご確認ください。残高不足で引き落としできないケースがあります。

40歳から64歳(第2号被保険者)の方の保険料

決まり方

国民健康保険に加入している方

世帯に属している第2号被保険者の人数や、所得などによって決まります。
※所得の低い方への軽減措置などが市区町村ごとに設けられています。

職場の健康保険に加入している方

加入している医療保険の算定方法にもとづいて決まります。



納め方

同じ世帯の第2号被保険者全員の医療分・後期高齢者支援分と介護分を合わせて、世帯主が納めます。

医療分・後期高齢者支援分と介護分を合わせて、給与から差し引かれます。
※40～64歳の被扶養者は個別に介護保険料を納める必要はありません。

MEMO

介護保険制度のしくみ

認定申請の流れ

サービスの利用の流れ

居宅サービス

地域密着型サービス

施設サービス

福祉用具・住宅改修

総合事業

利用者負担

介護保険料



介護保険料を滞納した場合は？

災害など特別な事情もなく介護保険料を滞納した場合、滞納した期間に応じて次の措置が取られることがあります。

納期限をすぎると… 督促が行われ、延滞金が徴収される場合があります。

1年以上滞納

サービス費用の全額をいったん自己負担し、申請によりあとから保険給付（費用の7～9割）を受けられるようになります場合があります。

1年6か月以上滞納

サービス費用の全額をいったん自己負担し、給付が一時差し止められます。滞納していた保険料に充当する場合があります。

2年以上滞納

利用者負担が1割～3割負担から、3割～4割に引き上げられるほか、高額介護サービス費等の支給が受けられない場合があります。



えんの旅

想いと縁を旅に。
あなたの“叶えたい”から創る、
新しい旅行サービス

えんの旅は、大切な人とのご縁を深め、思い出に残る旅行体験を提供する、プロのコーディネーターが寄り添う旅行会社です。単なる観光だけではなく、あなたの“叶えたい”想いやご要望に合わせたオリジナルプランをご提案し、思い出を積み重ねながら心に寄り添う“ご縁”を育んでいきます。

例えばこんな旅



1周忌や3回忌に。
大切な思い出の場所を
巡る旅

大切なご家族と過ごした懐かしい場所や、思い出の時間が待つ土地へ。初めて出会った場所やプロポーズの地、一緒に泊まった旅館など、旅をしながら故人を偲ぶ機会をおつくりいたします。



子どもたちへ
プレゼントする
三世代旅行

結婚や就職で遠くに離れて住むことになった息子・娘と旅行に行きたい「孫と一緒に旅行に行きたい」そんな風に思うことはありませんか？思い切ってお子さんたちへのサプライズ旅行と一緒に計画しましょう。思い出に残る旅をご支援いたします。



自分へのご褒美に！
一人旅行で
自由な自己発見旅

自分の「好き」を詰め込んだ旅行を、自分へのご褒美に。ワクワク感を満ちし、新たな自分を発見してみませんか？

その他、「終活バスツアー」や「貸切クルーズツアー」など企画ツアーもごございます。季節に応じてご案内しておりますので、ホームページをご覧ください。



まずはお気軽にご相談ください。ご予約・お問い合わせ

ホームページ

えんの旅

(一社)全国旅行業協会正会員
東京都知事登録旅行業第2-8325号

0120-302-282

受付時間: 9:00~18:00 HP: <https://en-no-tabi.jp>

えんの旅



運営元: 株式会社ハウスポートクラブ 東京都江東区住吉1-16-13リードシー住吉ビル3F 当社は株式会社鎌倉新書(東証プライム上場、証券コード: 6184)のグループ企業です。

広告掲載に関するお問い合わせ 03-6866-0885 (株式会社鎌倉新書)

あなたの今日と明日に寄り添いたい。
安心と笑顔の未来をお手伝いいたします。

生前対策

見守り契約
任意後見契約
財産管理委任契約

遺言書作成

公正証書遺言
自筆証書遺言

相続

相続人調査
遺産分割協議書
金融機関手続き

私、松田浩行にお任せください！



公務員時代に介護保険認定審査会運営と、認定調査員を経験いたしました。皆様の声に耳を傾けます。

無料にて相談をお受けいたします。

お車をお持ちでない方はご相談ください。

お気軽にお問い合わせください。

※お電話・ホームページからお問い合わせください。

お問い合わせ先

行政書士松田浩行事務所

茨城県牛久市ひたち野東4丁目1番地58

☎ 090-1035-2830

営業時間 8時30分~18時

(営業時間外・定休日の面談はお問い合わせください)

<https://gyo-matsuda-office.com/>

牛久市 行政書士松田

検索



広告掲載に関するお問い合わせ 03-6866-0885 (株式会社鎌倉新書)

遺品整理 生前整理 空き家片付

美術品・
貴金属・骨董品
現金買取
致します



貴金属、ダイヤ、宝石、骨董品、刀、鎧、
掛け軸、お茶道具、着物、絵画、切手古銭、
アンティークから家具家電まで

家財一式一括買取致します。

地元に愛され 31 年。信用第一で営業致しております。
店舗にて買取・販売も致しておりますので
捨てる前にお気軽にご相談ください。

出張見積無料。プライバシー厳守。

お気軽にお問い合わせください。

 **0120-693-100**

(有)マックス つくば市下広岡 1055-284

<https://max-ihinseiri.com/>

古物商許可第 401180000887 古物市場許可証第 401270001060
特定国際種事業者 S 3-08-00048
産業廃棄物収集運搬業許可 00801204111



社会福祉法人 北養会

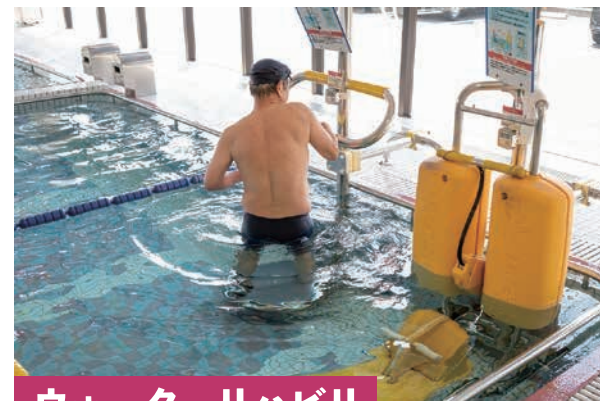
コミュニティガーデンつくば



過ごし方が選べる！
広々空間の大規模デイサービス



コミュニティガーデンには、決められたスケジュールはありません。
一人ひとりが主役となって、さまざまなメニューの中から好きなものを選びます。
楽しいリハビリで心も体も元気よく、ときめく一日をお過ごしください。



ウォーターリハビリ

大型温水プールで、アクアビクスや水中ウォーキング、
水中マシンなどのウォーターリハビリを行います。



トレーニングスタジオ

鏡張りの本格的なスタジオで、様々なグループレッスン
やエクササイズを楽しみましょう！



カルチャー教室・趣味活動

講師による手工芸等のカルチャー教室の開講や、
麻雀・囲碁・将棋やパチンコ等の娯楽の場をご提供！



選べるお食事

お食事は四種類のメニューをご用意、ご自分でお好き
なものを選べます。季節行事のメニューも人気です！

〒300-1260 茨城県つくば市西大井 1733-33

TEL 029-896-6031

営業時間 / 8:30 ~ 17:30 定休日 / 日曜 及び 元日 駐車場有



ご見学
受付中

