

### 3. ケアプランの作成

- 介護保険のサービスを利用するときは、自立した日常生活を送るため、必要性に応じてサービスを組み合わせたケアプランを介護支援専門員（ケアマネジャー）とともに作成します。

#### 【要介護1～5と認定された方】

ケアプランは、居宅介護支援事業所のケアマネジャーに作成を依頼することができます。自分で作成することも可能です。

#### 【要支援1・2と認定された方】

ケアプランは、地域包括支援センター（※21ページ参照）に作成を依頼することができます。自分で作成することも可能です。

- 要介護（要支援）認定の区分によって、介護保険で利用できるサービス費用の上限（支給限度基準額※10ページ参照）は異なります。
- 施設に入所する場合は、入所を希望する施設へ申し込み、入所した施設でケアプランを作成します。



### 4. サービスの利用

- ケアプランに基づいて、サービス提供事業者や介護保険施設と契約を結び、サービスを利用します。
- 契約時に、サービス時間、料金、内容、キャンセル時の取扱い、苦情への対応などを確認しましょう。
- サービスにかかる費用の1割又は2割（平成30年8月から、2割負担者のうち、特に所得の高い方の負担割合は3割）は利用者負担となります。ただし、支給限度基準額を超えた利用部分は、全額利用者負担となります（※サービス利用時の利用者負担については、10ページ参照）。
- 要介護（要支援）認定で非該当と認定された方でも、地域支援事業で生活機能を維持するためのサービスを利用できる場合があります。最寄りの地域包括支援センターにご相談ください。

サービスの利用を目標にせず、サービスを利用して自分らしい生活を作っていくことを目標にしましょう。