

沖縄県介護保険広域連合

第22号

〈発行日〉

2022年10月1日

- 介護保険料の均一賦課について
- 地域で取り組む介護予防と支え合い活動
- 住民からのよくある質問
- 議会の議決結果等について
- 介護予防事業の紹介
- 構成市町村介護保険担当課連絡先



南城市提供：ニライ橋カナイ橋



沖縄県介護保険広域連合とは？

介護保険財政の運営を安定的に行い、介護サービスの平準化を図るとともに、介護保険の諸課題の解決に取り組んでいる特別地方公共団体です。

沖縄県内の29市町村で構成されています。

沖縄県介護保険広域連合

検索

ホームページも見えてね！



広域内人口情報等（令和4年6月末時点 典拠：住民基本台帳等）

人口・・・・・・・・・・ 445,165人
高齢者数（65歳以上）・・・104,182人
高齢化率・・・・・・・・・・ 23.4%
認定率（第1号被保険者のみ）・・・17.5%

令和6年度（2024年）から

65歳以上の介護保険料は「均一賦課（保険料の一本化）」にかわります

65歳以上の被保険者（住民）が負担する介護保険料は、介護にかかる費用によって金額が決定します。

介護保険料は、負担の公平の観点から、一つの保険者においては一つであることが原則です。しかし、広域連合では、地域間で介護保険料が著しく異なっていたため3ランクに分けた介護保険料（不均一賦課）としてきましたが、介護保険料の差が縮まっている状況にあるため、令和6年度より介護保険料の均一賦課を開始します。

※これまで、厚生労働省と広域連合が協議を行い、均一賦課に移行するまでの経過的な措置として介護保険料を3ランクに分ける不均一賦課が認められてきました。

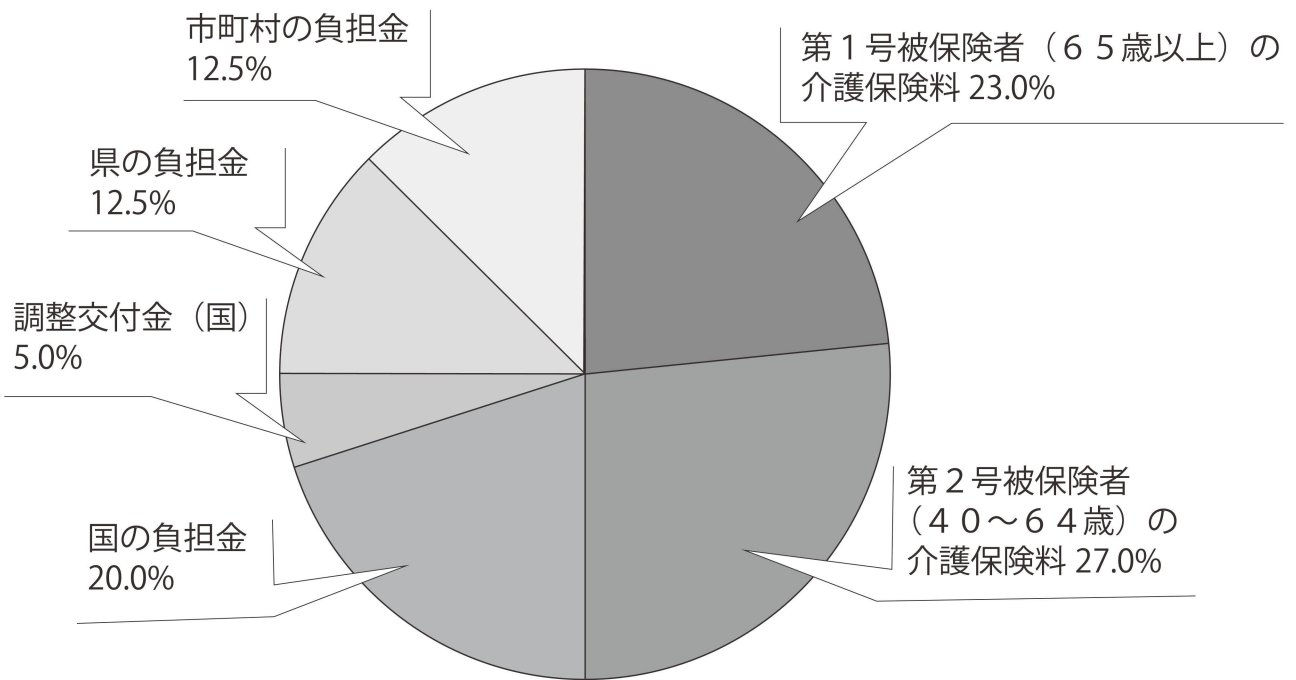
～ これまでの保険料の状況 ～

時期	低い	ランク1	ランク2	ランク3	高い	ランク1と3の差
第2期（平成15～17年度）		3,217円	4,333円	5,225円		1.62倍
第3期（平成18～20年度）		3,502円	4,587円	5,606円		1.60倍
第4期（平成21～23年度）		3,490円	4,556円	5,243円		1.50倍
第5期（平成24～26年度）		4,994円	5,749円	6,424円		1.29倍
第6期（平成27～29年度）		5,649円	6,101円	6,997円		1.24倍
第7期（平成30～令和2年度）		6,169円	6,519円	7,564円		1.23倍
第8期（令和3～5年度）		6,312円	6,800円	7,506円		1.19倍

※介護保険料は、3年度毎に介護保険事業計画で決めております。

介護サービス等給付費の財源は？

第8期介護保険事業計画（令和3～5年度）に基づく給付費の財源は次のとおり、関係法令などで負担割合が決められています。



第1号被保険者（65歳以上）の介護保険料は、介護サービス利用者の増減や実際に使った介護の費用の増減などを勘案して、第8期介護保険事業計画（令和3～5年度）では全体の23%になるように決められています。

また、第2号被保険者（40～64歳）は、加入している医療保険（国民健康保険、社会保険）で算定が異なり、医療分と介護分を合わせて徴収しています。

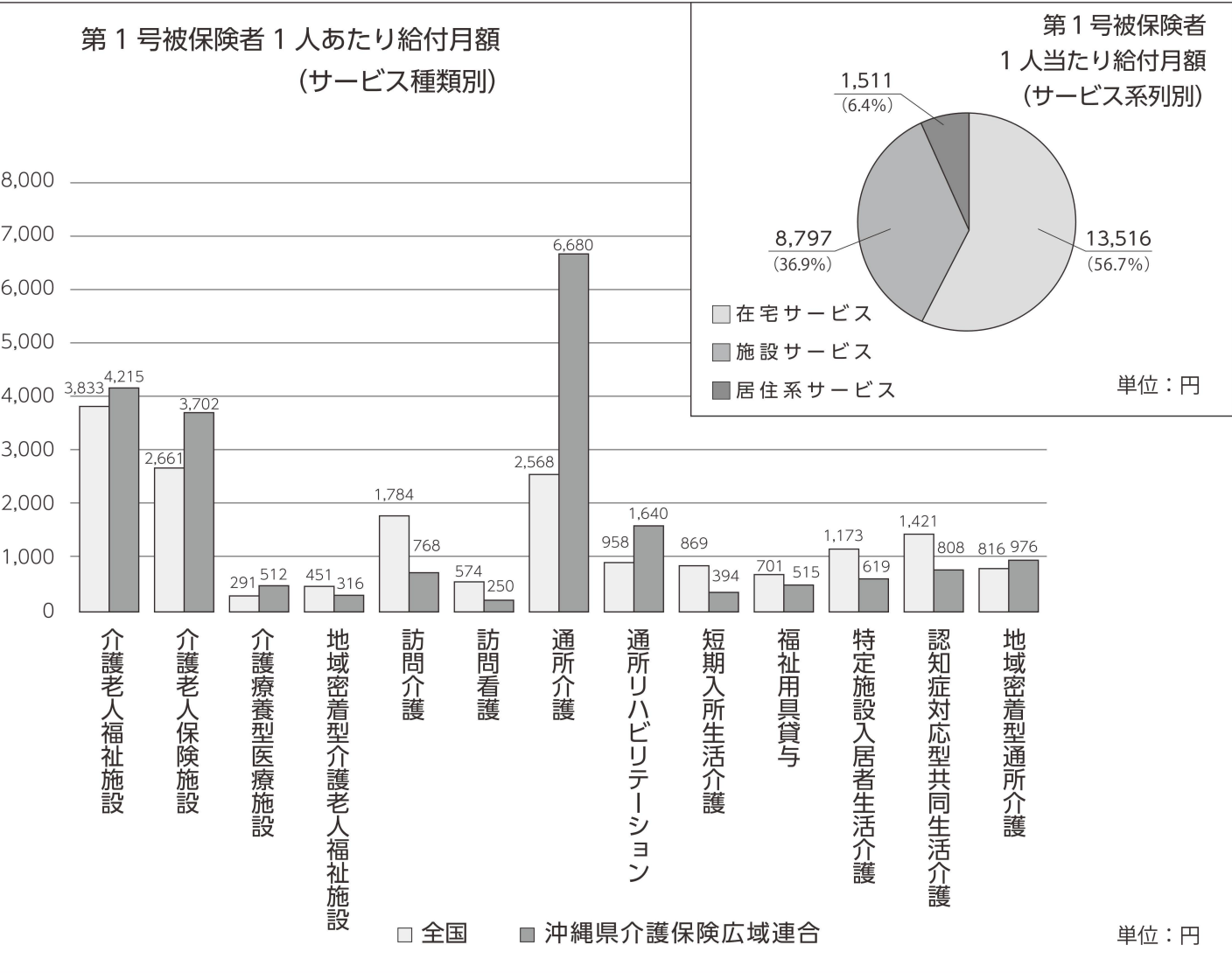
第8期介護保険料（令和3～5年度）は下記のとおりとなっております。

ランク1 6,312円/月	ランク2 6,800円/月	ランク3 7,506円/月
伊平屋村・北中城村 北谷町・南大東村 八重瀬町・久米島町	豊見城市・南風原町・読谷村 西原町・伊江村・国頭村・金武町	宜野座村・本部町・南城市・嘉手納町 中城村・与那原町・恩納村・北大東村 大宜味村・今帰仁村・東村・渡嘉敷村 伊是名村・渡名喜村・座間味村・粟国村

沖縄県は全国で1番介護保険料が高く、広域連合も同様となっております。

令和元年度（2019年度）の第1号被保険者1人あたり給付費を見ると、広域連合は全国と比べ通所介護費（デイサービス）が突出して高く、また介護老人福祉施設などの施設費も高いことが特徴です。

広域連合では、給付費の過度な上昇を抑えつつ、必要な介護サービスを整備していき、安定的（持続可能）な介護保険の運営ができるように取り組んでいます。



地域で取り組む介護予防と支え合い活動

今後、高齢化が進み、介護が必要となる高齢者が増えると考えられています。年をとっても元気でいられるように、介護予防が大切です。また、介護保険サービスに頼るだけでなく、地域のつながりの中で支え合う仕組みを充実させることも大切です。

1. 介護予防 >> 健康で長生きするために個人ができること、地域ができること

みなさんは、「介護予防」のために何が大切か、ご存じですか？

「運動」、「食事」、「歯の健康」・・・テレビや新聞などで取り上げられることも多いので、良くご存じだと思います。

しかし、「知ってはいるけどまだ実践はしていない」という方が多いかも知れません。

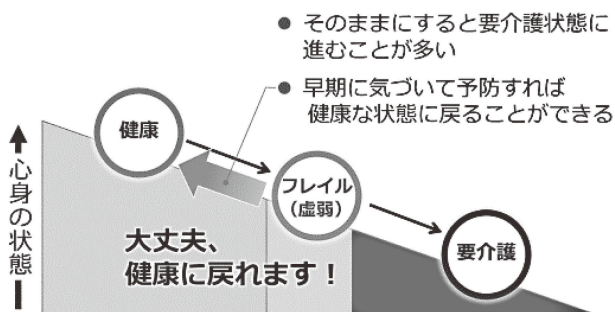
これから介護予防に取り組む方、既に取り組んでいる方も含めて、効果的な最新の介護予防についてお伝えします。

■フレイル予防

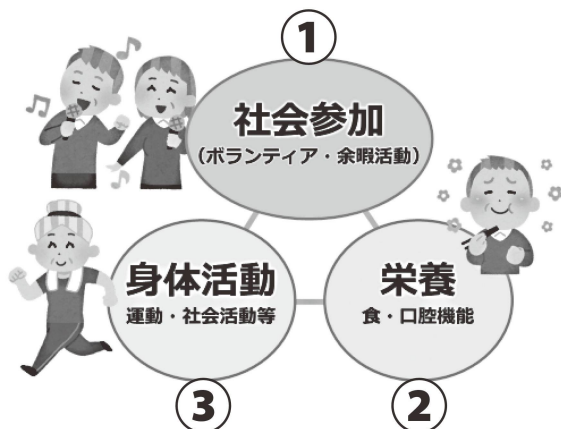
1つめのキーワードは「フレイル予防」です。加齢に伴って気力や体力が徐々に落ち、要介護状態になる手前の虚弱状態を「フレイル」と言います。そのままにすると要介護状態に進むことが多いですが、早期に気づいて予防すれば健康な状態に戻ることができます。この「フレイル」にならないよう予防することが、介護予防で大切です。

フレイルとは、

加齢に伴って気力や体力が徐々に落ち、要介護状態になる手前の『虚弱状態』のこと。



フレイル予防のための「3つの柱」



フレイル予防の「3つの柱」

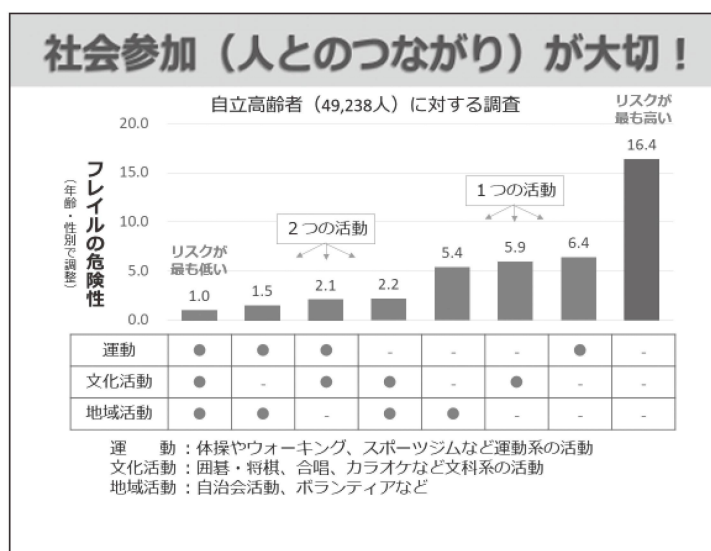
【①社会参加】

以前は「介護予防＝運動」のイメージが強かったと思いますが、現在の介護予防では「社会参加が最も大切」と考えられています。

右図は、自立高齢者の内、「運動＋文化活動＋地域活動を行っている高齢者」（左端）がフレイルになる危険性が最も低く、「いずれの社会活動も行っていない者」（右端）は 16 倍もフレイルになる危険性が高いことが分かります。

この図では、文化活動（囲碁・将棋、合唱、カラオケなど）や地域活動（自治会活動、ボランティアなど）と運動系活動（体操やウォーキング、スポーツジムなど）でフレイルになる危険性に差がないことも分かります。

つまり、「どんな種類であれ、社会参加することが良い」ということです。



出典：吉澤 裕世、飯島 勝矢ら、日本公衆衛生雑誌、2019：66（6）：306-316 より引用改変

【②栄養（食と口腔機能）】

若い世代は生活習慣病に関係する「肥満」が問題となりますが、65 歳以上になると「痩せすぎ」「低栄養」の方が要介護になりやすいことが分かっています。また、歯や義歯の具合が悪くて固いものが食べづらいと栄養不良となり要介護状態につながるため、定期的に歯科医院を受診することが必要です。

【③身体活動（運動、活動的な生活）】

習慣的な運動は介護予防に効果があります。

コロナ禍で外出自粛が長期間続いた結果、筋力や体力が低下した方が大勢いらっしゃいましたが、（感染対策をしながら）ウォーキングや筋トレなどを続けていた方は低下がありませんでした。

運動に限らず、日中に家事や仕事、趣味活動など活動的な生活を続けることがフレイル予防に大切です。



■ 地域で取り組む介護予防：住民主体の通いの場

2つめのキーワードは「**住民主体の通いの場**」です。

社会参加が大切であること、運動だけでなく文化系活動や地域活動も同じように介護予防に効果があることをご説明しました。

就労、ボランティア、地域活動、スポーツ、趣味活動など、様々な活動（社会参加の場）が地域にありますので、興味のある活動に参加すると良いでしょう。

市町村の介護保険担当課では、自主体操サークルや茶話会、趣味の集まりなど、介護予防に効果的な「住民主体の通いの場」の育成・支援に取り組んでいます。

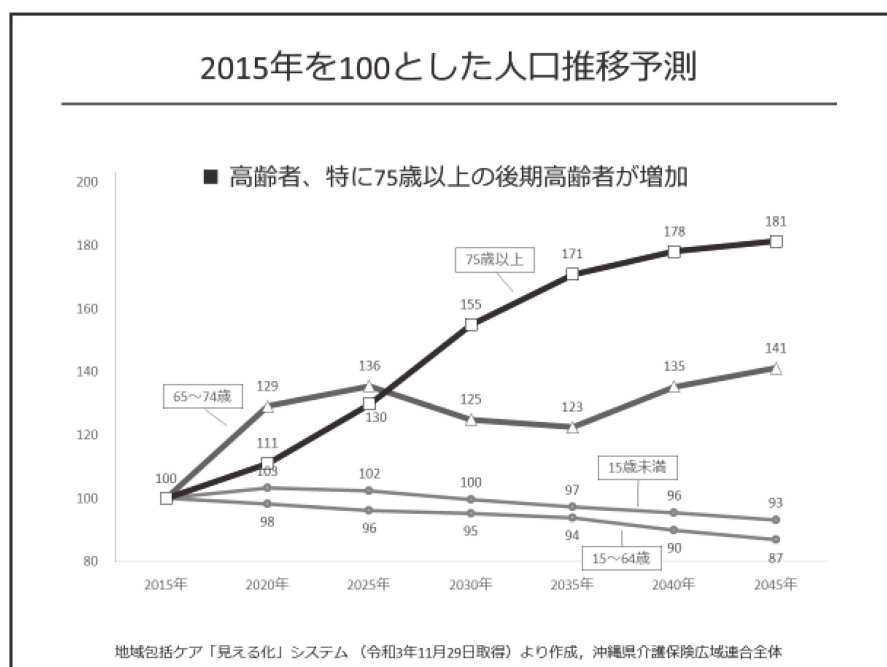
皆さんがお住いの地域にも住民主体の通いの場がたくさんあると思います。「行ってみようか」と思われた方は、自治会や地域包括支援センターにお問い合わせください



2. 生活支援 >> 住民、地域組織、民間企業なども含めた地域での支え合い活動

少子高齢化が今後も進むと考えられます。(沖縄県介護保険広域連合全体で見た場合、2015 年を 100 とした各年代の人口推移予測では、2030 年の 65 ～ 74 歳の前期高齢者は 125 となり、75 歳以上の後期高齢者は 155 に増加、15 ～ 64 歳、15 歳未満の若い世代は減少する見込みです。)

75 歳以上の後期高齢者が増えると介護が必要な人が増えます。現在でも介護専門職の不足が問題になり始めていますが、これからますます深刻な問題になると思われます。



一方、高齢者の生活上の困りごとの中には、ゴミ出しや買い物の手伝いなど、介護の有資格者でなくても手助けできることがあります。

全国の市町村では、住民、ボランティア、自治会や老人会などの地縁組織だけでなく、社会福祉法人や民間企業なども協力して、地域における支え合い活動に取り組んでいます。

みなさんの地域ではどんな活動がありますか？
できる方は、地域の支え合い活動にぜひご協力ください。



(各地で実践されている支え合い活動の例)

- | | |
|-------------|---|
| ◎ 家事サポート | 掃除など自分ではできない家事を地域住民がお手伝い（無償／有償） |
| ◎ 移動販売車 | 商店がなくなり買い物が困難になった地域などに移動販売車が出向く |
| ◎ 草刈りボランティア | ボランティアで高齢者宅の草刈り |
| ◎ 地域食堂 | 地域の高齢者や子どもたちのためにボランティアが食事会を開催 |
| ◎ 商業施設で通いの場 | 大型商業施設で週 1 回、介護予防の通いの場を実施。社会福祉法人が送迎車を担当し、帰りに買い物ができる取り組み |

住民からのよくある質問

Q1. 新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減ったが、介護保険料は減額にならないのか。

介護保険料を納めるのが困難な場合は、普通徴収の場合については分割納付ができます。その他に、徴収猶予・減免制度を利用できる場合があります。

新型コロナウイルス感染症の影響に対応するための介護保険料の減免については、以下の要件があります。

【減免要件】

- ① 世帯の主たる生計維持者が新型コロナウイルス感染症により、死亡、または重篤な傷病を負った場合
- ② 新型コロナウイルス感染症の影響により、世帯の主たる生計維持者の収入（事業収入、不動産収入、山林収入又は給与収入）の減少が見込まれ、次のア及びイの要件に当てはまる場合
 - ア 主たる生計維持者の令和4年の事業収入等の減少額（保険金、損害賠償等により補てんされるべき金額を控除した額）が令和3年の当該事業収入等の額の10分の3以上である。
 - イ 減少することが見込まれる事業収入等に係る所得以外の令和3年の所得合計額が400万円以下である。

【減免の対象となる介護保険料】

- ① 令和4年度分の介護保険料で、令和4年4月1日から令和5年3月31日までの間に普通徴収の納期限（特別徴収の場合は、特別徴収対象年金給付の支払日）が設定されているもの。
- ② 令和3年度相当分の介護保険料額で、令和3年度末に資格を取得したことにより、令和4年4月以降の期間に介護保険料の納期限が到来するもの。

Q2. 介護サービスを利用する予定がないのに、介護保険料を支払わないといけないのか。

介護が必要な高齢者が増え、家族だけでは介護が難しい時代となりました。そこで、社会全体で支える「介護保険制度」が創られ、40歳以上の方の保険料納付が義務となりました。

滞納した場合は、介護サービスを利用する際、自己負担額が引き上げられたり、高額介護サービス費等を受けられなくなったりする給付制限となることがあります。

Q3. 介護給付費通知は確定申告に使用できますか。

給付費通知は領収書ではないため、医療費控除の支払額証明書として使用することはできません。

領収書に医療費控除の対象額が記載されていますので、申告の際は領収書を使用してください。

沖縄県介護保険広域連合議会の議決結果等について



以下のとおり、議会を開催しました。

議案等の議決結果については、沖縄県介護保険広域連合ホームページよりご覧いただけます。

議 会	予算案	条例案	その他議案	承 認	報 告
第61回臨時会 (令和4年5月)	1件	1件	1件	0件	0件
第62回定例会 (令和4年8月)	2件	2件	2件	0件	0件

令和4年9月の統一地方選挙に伴い、沖縄県介護保険広域連合議員の改選がありました。
詳細につきましては、沖縄県介護保険広域連合ホームページをご確認下さい。

○ 介護予防事業の紹介

フレイルサポーター待望の活動再開 ～北中城村～

4月22日(金)に県営団地自治会の生き生きふれあい会「なかよし会」において、村フレイルサポーターによるフレイルチェックが行われました。

フレイルチェックとは、加齢に伴うフレイル(虚弱状態)となるリスクをチェックし、予防策をアドバイスすることにより、村民の皆さんの健康長寿をサポートする事業です。

村では、令和元年度に東京大学高齢社会総合研究機構の協力のもと、村民ボランティア20名のフレイルサポーターを養成しました。しかし、新型コロナウイルス流行により本格的な活動が出来ない中、全国のサポーターとオンラインによる交流などを続け、このたび屋外で感染対策を行うことで待望の活動再開ができました。

この日は13名のご高齢の方が参加され、自治会長や村理学療法士も協力し、栄養と口腔機能、運動や社会参加の項目の簡易チェック(イレブンチェック)と、機器を使った深堀チェックを行い、3割の方がフレイルとなる危険性があることが分かりました。

参加された方から「楽しく参加できた」「自分が健康であることが分かった」などの声が聞かれました。また、サポーターからも「久しぶりの活動だが上手くできた」「もっと練習が必要だ」と今後の活動に意欲を示していました。

参加した村理学療法士からは、「コロナ禍で外出が減り、閉じこもりがちの方が増えています。いつまでもご自分の足で歩ける身体づくりのためにも、気軽にフレイルチェックに参加して欲しい」と話されていました。

村では、フレイルチェックの実施を希望する村内の団体を募集しています。詳しくは北中城村役場福祉課高齢者福祉係(Tel: 098-935-2263)までお問合せください。



○ 構成市町村介護保険担当課連絡先

市町村名	担当課名	電話番号
国頭村	福祉課	0980-41-2765
大宜味村	住民福祉課	0980-44-3003
東村	福祉保健課	0980-43-2202
今帰仁村	福祉保健課	0980-56-4189
本部町	福祉課	0980-47-2165
恩納村	福祉課	098-966-1207
宜野座村	健康福祉課	098-968-3253
金武町	保健福祉課	098-968-5933
伊江村	住民課	0980-49-2002
伊平屋村	住民課	0980-46-2142
伊是名村	住民福祉課	0980-45-2819
読谷村	福祉課	098-982-9209
嘉手納町	福祉課	098-956-1111
北谷町	福祉課	098-936-1234
北中城村	福祉課	098-935-2263

市町村名	担当課名	電話番号
中城村	福祉課	098-895-1738
西原町	福祉課	098-945-4791
豊見城市	障がい長寿課	098-856-4292
八重瀬町	社会福祉課	098-998-9598
南城市	生きがい推進課	098-917-5341
与那原町	福祉課	098-945-1525
久米島町	福祉課	098-985-7124
南風原町	保健福祉課	098-889-4416
渡嘉敷村	民生課	098-987-2322
座間味村	住民課	098-896-4045
粟国村	民生課	098-988-2017
渡名喜村	民生課	098-989-2317
南大東村	福祉民生課	09802-2-2036
北大東村	福祉衛生課	09802-3-4055

○ 沖縄県介護保険広域連合

所在地: 〒904-0398

沖縄県中頭郡読谷村字比謝^{ひじゃばし}55番地

比謝^{ひじゃばし}複合施設2階

総務課	☎098-911-7500	予算・議会・統計資料・広報誌・介護保険事業計画・地域支援事業等
業務課(給付係)	☎098-911-7501	介護サービスに関すること(サービスの種類・内容・利用料等)
業務課(指導係)	☎098-911-7502	介護給付適正化(過誤等)・地域密着型サービス等
会計課	☎098-911-7503	介護保険料(納め方・口座振替の手続き)・被保険者証・資格等
認定課	☎098-911-7504	要介護認定及び認定結果の通知等