



## 要介護認定審査 期間短縮 期間の目安を公表



厚生労働省は、市区町村や都道府県ごとに、要介護認定に要している審査期間の目安を今年度内に公表します。また保険者別の認定審査期間をホームページで公表し、申請の増加などにより、市町村の遅れが課題となっている認定期間の短縮を促します。

介護保険法では、市区町村は申請を受けてから原則30日以内に認定を行わなければならないと規定していますが、現在、全国の市区町村が要介護認定審査期間の平均は39.8日で、30日以内に認定を受けた人の割合は申請者全体の1/4に留まっています。介護ニーズ拡大にともない、これからもさらにこの状況は深刻になると予想されています。

### 要介護認定の審査期間 厚労省の目安(案)

|               | 目安の期間                              | 全保険者平均             |
|---------------|------------------------------------|--------------------|
| 認定調査の実施<br>   | 認定調査依頼から<br><b>7日以内</b>            | ← <b>カット</b> 10.9日 |
| 主治医意見書の入手<br> | 主治医意見書依頼から<br><b>13日以内</b>         | ← <b>カット</b> 18.0日 |
| 認定審査会の開催<br>  | 認定調査票・主治医意見書が揃ってから<br><b>12日以内</b> | ← <b>カット</b> 16.9日 |

#### 審査遅れの要因は

- ・高齢化進行による申請数増加
- ・審査人員の不足
- ・申請内容の複雑化
- ・訪問調査の遅れ
- ・医療機関との連携の遅れ
- ・ICT導入の遅れ
- ・自治体ごとの審査基準運用の違いなど



#### 審査遅れによる影響は

- ・介護サービス利用開始の遅れ
- ・家族・介護者の負担増加
- ・医療機関・施設の負担増加
- ・要介護者のQOL低下
- ・自治体対応遅れ信頼度低下
- ・不切な介護サービス利用など



#### 解決策の対応例は

- ・審査プロセスの電子・迅速化
- ・オンライン申請・電子審査の導入
- ・審査人員・専門職の増員・育成
- ・外部委託、事前AI活用分析
- ・電子カルテ連携、意見書簡素化
- ・暫定的なサービス提供
- ・仮認定制度
- ・家族支援制度強化
- ・介護休業制度充実など



#### ● 高額療養費制度の患者負担引き上げを見送り (2025.3.7)

政府は、8月から高額療養費制度の患者負担額を段階的に引き上げる予定でしたが、3月7日に「引き上げ自体を見送る」と表明しました。今年の秋までに、改めて方針を検討し決定します。



■厚生労働省 社会保障審議会 介護保険部会「資料2 要介護認定の認定審査期間について」  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_50085.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_50085.html)



# 健康長寿 心臓病予防の食事



ケア・ライフ・デザイン  
きらみさお  
代表 吉良 操

心臓病(心筋梗塞、狭心症)は死因の2位です。自覚症状がないまま突然発作に襲われて死に至ることもあります。主な原因は脂肪の過剰摂取、運動不足、ストレスからの動脈硬化、内臓脂肪の蓄積による肥満による高血圧や高血糖状態も関係します。

予防のための食事はエネルギー、タンパク質、脂質、糖質(炭水化物)、ビタミン、ミネラル、食物繊維、ポリフェノール、植物ステロール(とうもろこし、ごま、ピーナツ、大豆など)などをバランスよく摂ることが必要です。

|   |  |
|---|--|
| <p><b>低脂肪</b></p>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ささみ、鶏むね肉、赤みの魚、大豆製品(豆腐、納豆、味噌)</li> <li>・適正体重を維持することで肥満予防に。</li> <li>・動物性脂質やトランス脂肪酸を控えて、LDLコレステロールを抑える。</li> </ul>                 |
| <p><b>糖質控えめ</b></p>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・玄米、全粒粉パン、ひよこ豆</li> <li>・血糖値のコントロールと中性脂肪の上昇を抑える。</li> <li>・LDLコレステロールを抑える。</li> </ul>   |
| <p><b>適正カロリーの食生活</b></p>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・適正な体重、血圧、コレステロール値、血糖値をカロリーで管理。</li> <li>・適正カロリーは年齢、性別、体重、身長量、活動量により異なる。</li> <li>・高齢者で1800~2200kcal/日</li> </ul>                 |
| <p><b>減塩</b><br/>(1日6g未満)</p>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・高血圧を予防し、心臓への負担も軽減できる。</li> <li>・減塩症、レモン、酢、スパイスで風味づけ</li> </ul>   |
| <p><b>不飽和脂肪酸を多く含む青魚を食べる</b></p>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・DHA、EPAなど不飽和脂肪酸多いサバ、サンマ、イワシなど青魚。</li> <li>・週に2回以上。</li> </ul>  |
| <p><b>野菜から食物繊維<br/>ビタミン、ミネラルを補う</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・抗酸化作用、植物繊維が豊富。</li> <li>・きのこ類、海藻類、芋類、果物。</li> </ul>  |
| <p><b>適量のアルコール摂取</b><br/>(飲み過ぎは逆効果)</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・HDL、血流、炎症、酸化ストレス、インスリン感受性など向上。</li> <li>・男性(1日)ビール500ml、ワイン200ml、日本酒1合、焼酎100ml など</li> <li>・女性(1日)ビール250ml、ワイン100mlなど</li> </ul> |
| <p><b>適量のカフェイン摂取</b></p>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・抗酸化・血管拡張作用、動脈硬化リスク・糖尿病リスク低下。</li> <li>・コーヒー1日2~3杯。</li> </ul>  |



■ 長寿科学振興財団 健康長寿ネット「心臓病(心筋梗塞・狭心症など)の予防のための食事とは」  
<https://www.tyoju.or.jp/net/kenkou-tyoju/eiyou-shippe/yobou-shinzou-shokuji.html>

多職種連携

で考える

福祉用具活用

2025

~福祉用具の戦略的活用と制度改革~

4月11日(水)  
15:00 ~ 16:30



講師 久留 善武 氏 (一般社団法人 シルバーサービス振興会 常務理事)

無料 GREENCARE FORUM Online

私たちグリー:



きぬせん福祉用具研究会

千葉県船橋市海神四丁目9-18

連絡先: 047-433-1012 FAX: 047-433-11

mail: info@kinusen.net URL: https://kinusen

