

## ケアプラン自己作成の手順

### ① ケアプラン自己作成を届け出ます

ケアプランを自己作成することを決めたら、サービス利用月の前月までに次の書類を恵那市地域包括支援センターに提出します。

1. 居宅（介護予防）サービス計画作成依頼届出書
2. 介護保険被保険者証

届出が済むと、介護保険被保険者証に「自己作成」と記載されます。

### ② サービス利用票を作成します（仮作成）

利用したいサービス、事業者、利用時間などを記入します。自分でできること、家族にしてもらえらること、負担になっていることを考えて作成します。

### ③ サービス利用票別表を作成します（仮作成）

2で記入したサービスの費用を計算して記入します。予防給付（要支援）と介護給付（要介護）では計算が違いますので注意が必要です。

また、利用限度額や自己負担額が予定の範囲内かもチェックしてください。

### ④ サービス事業者に予約を入れます

利用したいサービス、利用時間などを前もって電話などで事業者と直接問い合わせてください。このときにケアプランが自己作成であることを必ず伝えてください。

### ⑤ ケアプラン（サービス利用票とサービス利用票別表）を市へ提出します

事業所への予約を済ませたら、ケアプランを正式に作成し、恵那市地域包括支援センターへ提出してください。内容をチェックした後、保険者が確認印を押したケアプラン（利用者用とサービス事業者用）をお渡しします。

※ ケアプランは、サービス利用月の前月の25日まで（期限厳守）に提出してください。

※ ケアプランを提出しないと、サービスは利用できません。

※ サービス利用票の提出がない場合は、費用の全額を一旦現金で支払うことになりますので注意してください。

### ⑥ サービス事業者と契約を結びます

サービス内容を確認して、サービス事業者と同意ができれば契約を結びます。

### ⑦ サービスを利用します