

Panfleto de la Guía General del Seguro de Cuidado a Largo Plazo de la Ciudad de Yokohama

Edición 2024



Ciudad de Yokohama

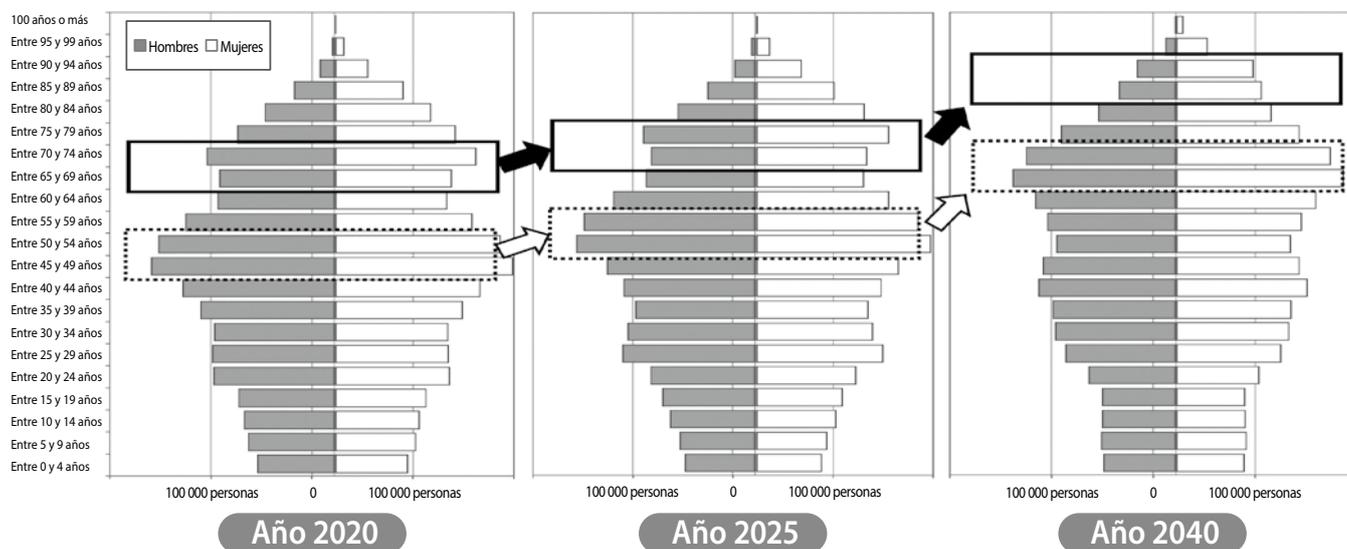
Contenidos

Visión de futuro y sistema de atención comunitaria integral de Yokohama	3
Funcionamiento del sistema de seguro de dependencia	5
Beneficiarios del seguro de dependencia	6
Acerca de las primas de seguro	7
Procedimiento de utilización del servicio	11
Servicios disponibles	17
Acerca de las tasas de contribución de los usuarios	30
Servicios distintos del seguro de dependencia	39
¿Dónde puede presentar una reclamación?	43
Consultas	44
Servicios de cuidados preventivos y promoción de la salud para personas mayores	45

Visión de futuro y sistema de atención comunitaria integral de Yokohama

Perspectiva de las personas mayores en la ciudad de Yokohama

En 2025, la generación del *baby boom* tendrá 75 años o más, y en 2040, los *baby boomers* más jóvenes tendrán 65 años o más. En este contexto, aproximadamente 1 de cada 3 personas será anciana en 2040.

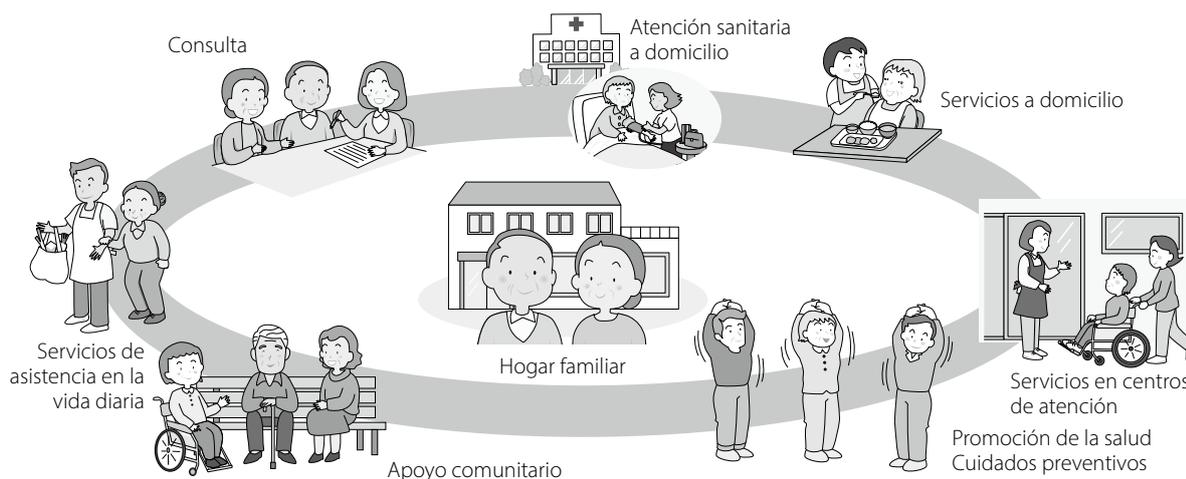


Sistema de atención comunitaria integral de Yokohama

● Visión de futuro a medio y largo plazo enfocada en 2025 y 2040 ●

Aunque necesiten atención sanitaria o de enfermería, las personas mayores podrán con tranquilidad preservando su autonomía en una comunidad donde todos se apoyan mutuamente

Para hacer frente al significativo aumento de las necesidades de atención sanitaria y asistencia a los mayores debido al acelerado envejecimiento de la población y a los diversos desafíos que conlleva, se está avanzando en la profundización y promoción de un sistema de atención comunitaria integral de Yokohama enfocado en 2025 y 2040. Promoviendo comunidades donde todos se apoyan mutuamente y fortaleciendo la cooperación entre los profesionales de la medicina y la enfermería, pretendemos cambiar la "ansiedad" por la "tranquilidad" en la vejez y crear comunidades en las que todas las personas mayores puedan seguir viviendo su propia vida de manera autónoma.



Aprovechando las fortalezas de Yokohama, profundizaremos y promoveremos un "sistema de atención comunitaria integral de Yokohama" desde las siguientes perspectivas:

- 1 Promover cada ámbito de la vida cotidiana, centrado en las "plazas de atención comunitaria"
- 2 Promover la ciudadanía activa y la cooperación con las empresas
- 3 Promover de manera integral "los cuidados preventivos y la promoción de la salud", la "participación social" y el "asistencia en la vida diaria" para contribuir a la prolongación de la esperanza de vida saludable
- 4 Fomentar la cooperación multidisciplinar, incluyendo la cooperación entre los servicios de atención sanitaria y de enfermería
- 5 Crear un entorno en el que las personas mayores puedan desempeñar un papel activo como "pilares de apoyo para la comunidad", y trabajar en la formación y desarrollo de personal para la atención sanitaria y de enfermería
- 6 Mejorar las operaciones (aumentar la productividad) en los centros asistenciales promoviendo la formulación de políticas basadas en datos y haciendo un uso eficaz de la tecnología digital, etc.

Plan de envejecimiento positivo de Yokohama

(periodo del plan: ejercicio fiscal 2024-ejercicio fiscal 2026)

9º Plan de salud y asistencia social para las personas mayores de la ciudad de Yokohama, Plan de servicios de los seguros de dependencia y Plan de promoción de políticas sobre la demencia



Este plan se elabora cada 3 años como una estrategia integral para los servicios de salud y asistencia social dirigidos a las personas mayores, así como para el sistema de seguro de dependencia.

Objetivo básico

Envejecimiento positivo

Tejer colectivamente un "sistema de atención comunitaria integral de Yokohama" que permita a todos poder ser ellos mismos, durante el tiempo que quieran y cuando quieran

Planes de asistencia social y previsión para la tercera edad y planes de servicios de los seguros de dependencia

I Hacia la realización de una vida autónoma

- Fomentar la sensibilización ciudadana para que las personas puedan prepararse y actuar de manera anticipada para tener "una vida autónoma" en la vejez.
- Establecer un sistema de consulta integral y continuo adaptado a cada etapa de la vida en la vejez, mejorando la comodidad para los ciudadanos, mediante la digitalización de los diversos trámites administrativos, etc.

II Hacia la creación de una comunidad en la que se viva de manera activa

- Basándose en la colaboración con las comunidades locales, promover la creación de comunidades en las que cada individuo tenga un propósito y un papel en la vida, y en las que las personas estén conectadas y se apoyen mutuamente, mediante la promoción integrada de los cuidados preventivos, la promoción de la salud, la participación social y la asistencia en la vida diaria.
- Ampliar las oportunidades de participación social, como el mantenimiento de la salud y las actividades comunitarias, incluso antes de alcanzar la vejez.

III Hacia el fortalecimiento y mejora de los servicios que faciliten la vida de las personas en casa

- Mejorar la atención sanitaria, de enfermería y de asistencia social para garantizar que, incluso si se necesita atención sanitaria o de enfermería, todas las personas puedan seguir viviendo en sus comunidades con tranquilidad.
- Fomentar la cooperación multidisciplinar, incluyendo la cooperación entre los servicios de atención sanitaria y de enfermería, para proporcionar un cuidado necesario y coordinado en función de sus circunstancias individuales.

IV Hacia centros y viviendas que respondan a las necesidades y circunstancias

- Desarrollar los centros y viviendas adecuadas para que, incluso si se necesita asistencia, todas las personas puedan elegir en función de sus circunstancias individuales, y reforzar las medidas para hacer frente a las listas de espera de residencias geriátricas.
- Mejorar el sistema de consulta relacionado con centros y vivienda, base de una vida autónoma, para apoyar la elección de servicios en función de sus circunstancias individuales.

V Proporcionar una atención segura

- Para responder a las crecientes necesidades asistenciales y garantizar la prestación estable de servicios de alta calidad, se llevarán a cabo acciones integrales en 4 ámbitos principales: ① conseguir nuevo personal asistencial, ② apoyar la retención de dicho personal, ③ mejorar su especialización, y ④ mejorar las operaciones en los centros asistenciales (incremento de la productividad).

VI Hacia una gestión sostenible del sistema de seguro de dependencia

- Optimizar y mejorar la calidad de los servicios asistenciales para garantizar la gestión sostenible del sistema.
- Desarrollar un sistema de preparación para emergencias, como catástrofes y enfermedades infecciosas, en centros de atención a mayores y otros centros, y fortalecer la capacidad de respuesta.

Plan de promoción de políticas sobre la demencia

Los 3 pilares de las políticas sobre la demencia

Convivencia

Preparación

Tranquilidad

Es necesario crear una sociedad dinámica en la que cada persona, incluyendo aquellas con demencia, pueda expresar plenamente su individualidad y su personalidad, respetándose mutuamente y apoyándose en un entorno de convivencia. Por este motivo, el Plan de promoción de políticas sobre la demencia busca que más personas del entorno consideren la demencia como un asunto propio y, con el apoyo y la comprensión de la comunidad, las personas con demencia puedan mantener su dignidad y continuar viviendo de forma autónoma en sus entornos familiares con esperanza y aprovechando sus capacidades.

① Difusión de conocimientos y comprensión adecuados

② Prevención y participación social

③ Atención sanitaria y de enfermería

④ Derechos de las personas con demencia

⑤ Creación de una sociedad inclusiva que comprenda la demencia

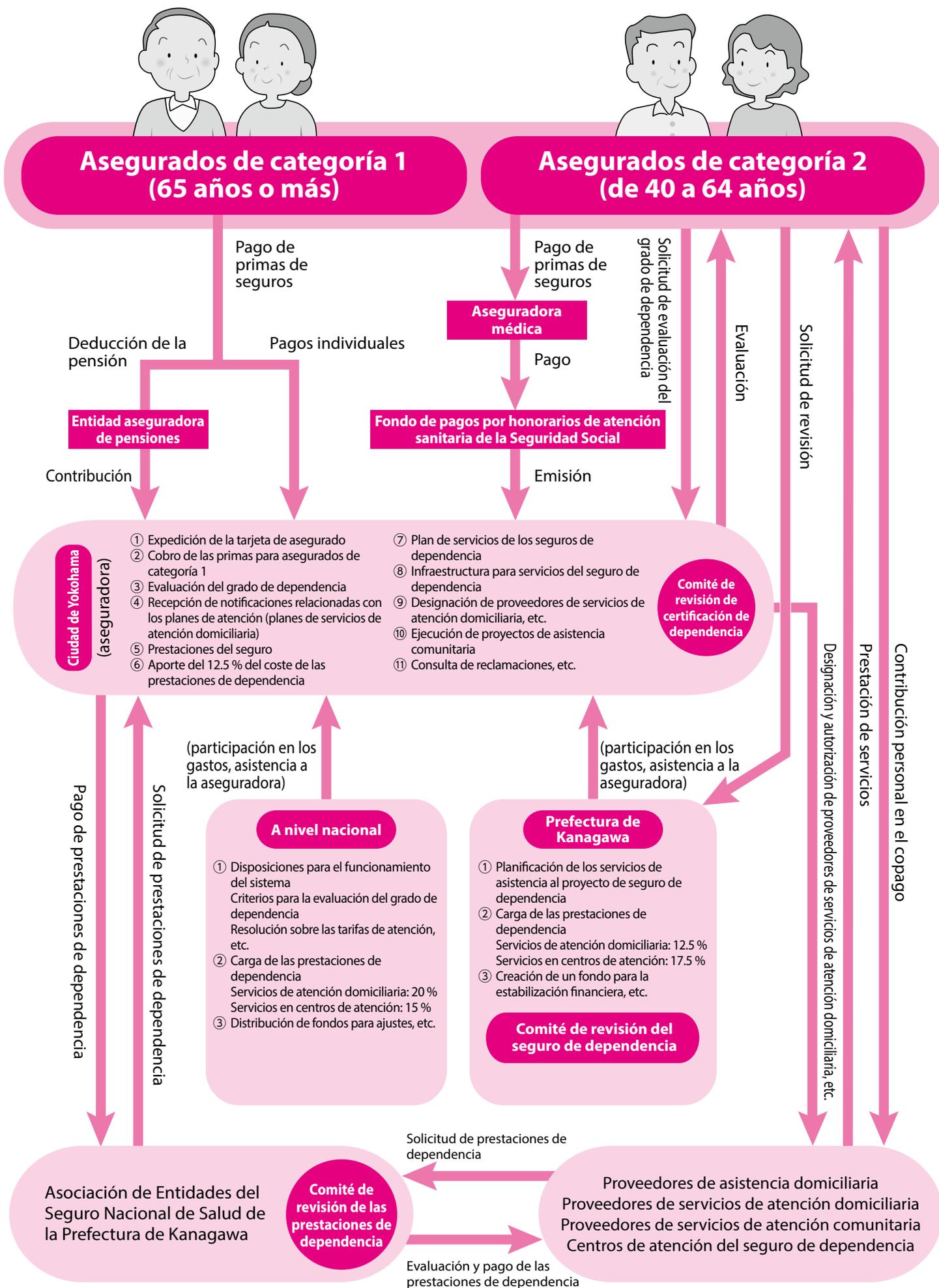
Los principios básicos del sistema de seguro de dependencia son "preservar la dignidad" y "apoyar la independencia"

El sistema de seguro de dependencia tiene como principio básico mantener la dignidad de las personas que requieren asistencia y apoyarlas para que puedan llevar una vida cotidiana independiente en función de sus capacidades.

Además, los servicios del seguro de dependencia permiten a las personas que necesiten cuidados continuar viviendo en su hogar, accediendo a servicios sanitarios, asistencia social y de rehabilitación para mantener y mejorar sus capacidades, incluso aunque tengan grados de dependencia.

En función de estos principios, la ciudad de Yokohama, como aseguradora, formula los planes de servicios de los seguros de dependencia, realiza tareas como el cobro de primas, la evaluación del grado de dependencia y las prestaciones del seguro, y administra el sistema.

Funcionamiento del sistema de seguro de dependencia



Beneficiarios del seguro de dependencia

Personas mayores de 65 años (asegurados de categoría 1)

Cuando se cumplen 65 años (la víspera de su cumpleaños), se pasa a ser asegurados de categoría 1. Cuando se necesite asistencia, independientemente de la causa, se puede acceder a los servicios del seguro de dependencia tras la evaluación del grado de dependencia (asistencia), etc.

Emisión de tarjetas de seguro de dependencia

La víspera de su 65 cumpleaños, recibirá su tarjeta de asegurado de dependencia (tarjetas de seguro de dependencia).

Notificaciones

Notificar al Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito en los siguientes casos:

- En caso de traslado desde otro municipio o de traslado a otro municipio
- En caso de haber un cambio de domicilio, nombre, etc.
- En caso de perder o ensuciar su tarjeta de seguro de dependencia
- En caso del fallecimiento de la persona asegurada
- En caso de recibir (o dejar de recibir) prestaciones sociales, etc.
- En caso de que una persona ingrese en (resida en) un centro de atención del seguro de dependencia u otro centro fuera de la ciudad y cambie de domicilio (*1)

*1 Acerca de las disposiciones especiales para las personas ingresadas (residentes) en centros de atención del seguro de dependencia, etc. (disposiciones especiales de residencia)

Si una persona cubierta por el seguro de dependencia de la ciudad de Yokohama (persona asegurada) cambia de domicilio debido a su ingreso en (resida en) uno de los siguientes centros ubicados en otro municipio, seguirá estando asegurada por la ciudad de Yokohama y no por el municipio donde se encuentre el centro.

<Centros, etc. aplicables a las disposiciones especiales de residencia>

- Residencias geriátricas ● Centros geriátricos de salud ● Hospitales de cuidados médicos ● Residencias geriátricas privadas
- Residencias geriátricas de coste reducido ● Residencias geriátricas con servicios equivalentes a las privadas
- Los que están en residencias geriátricas con servicios que entran en la categoría de residencias geriátricas privadas.

介護保険被保険者証 (一)	
被 保 険 者 番 号	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
住 所	231-0005 横浜市 中区 本町6丁目50番地の10
氏 名	横浜 太郎
生 年 月 日	昭和 5年 8月 1日
性 別	男
交 付 年 月 日	令和 2年 4月 1日
保 険 者 番 号 並 び に 保 険 者 の 名 称 及 び 印	1 4 1 0 4 4 横 浜 市 印

Afiliados al seguro médico de 40 a 64 años (asegurados de categoría 2)

Las personas de entre 40 y 64 años cubiertas por un seguro médico son asegurados de categoría 2.

Los servicios del seguro de dependencia solo están disponibles cuando se necesite cuidados debido a enfermedades relacionadas con el envejecimiento (*2) tras la evaluación del grado de dependencia (asistencia).

Emisión de tarjetas de seguro de dependencia

Se expide a las personas que han recibido la evaluación del grado de dependencia (asistencia) y a aquellas que desean recibirla.

*2 Enfermedades específicas para las que los asegurados de categoría 2 pueden utilizar los servicios del seguro de dependencia

Los siguientes 16 tipos de enfermedades están designados a nivel nacional:

- ① Cáncer (*)
- ② Artritis reumatoide
- ③ Esclerosis lateral amiotrófica
- ④ Osificación del ligamento longitudinal posterior
- ⑤ Osteoporosis con fracturas
- ⑥ Demencia en edad temprana (por ejemplo, enfermedad de Alzheimer, demencia cerebrovascular)
- ⑦ Parálisis supranuclear progresiva, degeneración de los ganglios basales y enfermedad de Parkinson (trastornos relacionados con la enfermedad de Parkinson)
- ⑧ Degeneración espinocerebelosa
- ⑨ Estenosis del canal raquídeo
- ⑩ Progeria (síndrome de Werner, etc.)
- ⑪ Atrofia multisistémica
- ⑫ Neuropatía diabética, nefropatía diabética y retinopatía diabética
- ⑬ Enfermedad cerebrovascular (hemorragia cerebral, infarto cerebral, etc.)
- ⑭ Arteriosclerosis obliterante
- ⑮ Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (por ejemplo, enfisema, bronquitis crónica)
- ⑯ Osteoartritis con deformidad significativa de las articulaciones bilaterales de rodilla o cadera

* Limitado a los casos en que el médico haya estimado, basándose en conocimientos médicos generalmente aceptados, que el paciente ha alcanzado un estado del que es improbable su recuperación.

Acerca de los centros no cubiertos por el seguro de dependencia

Hay casos en los que las personas ingresadas (hospitalizadas) en los siguientes centros no pueden ser aseguradas por el seguro de dependencia durante el periodo de ingreso (hospitalización). Para más información, contacte con el Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas de la Oficina de Distrito o con el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito.

<Centros aplicables>

- Centros residenciales médicos para niños con discapacidad ● Instituciones médicas designadas (camas designadas para la asistencia médica al desarrollo infantil)
- Nozomi-no-en ● Sanatorios para pacientes con lepra ● Hogares de rescate ● Centros estipulados en la Ley de Compensación por Accidentes Laborales
- Centros de asistencia para personas con discapacidad (por ejemplo, aquellas a las que se ha concedido atención de subsistencia y asistencia residencial en virtud de la Ley de Apoyo Integral a las Personas con Discapacidad).
- Hospitales que prestan asistencia sanitaria en virtud de la Ley de Apoyo Integral a las Personas con Discapacidad (limitada a los hospitalizados con prestaciones de asistencia sanitaria)

Acerca de las primas de seguro

Primas para los mayores de 65 años (asegurados de categoría 1)

- La ciudad de Yokohama calcula las primas del seguro para personas de 65 años o más basándose en la cuantía estimada de las prestaciones de los servicios de seguro de dependencia para 3 años (del ejercicio fiscal 2024 al ejercicio fiscal 2026), y se determinan mediante ordenanzas y otras normativas.
- Las primas se calculan sobre una base individual con primas escalonadas en función de la situación fiscal y de ingresos del interesado y del registro de residentes (*1). El importe de las primas para el ejercicio fiscal (de abril a marzo del año siguiente) se determina en junio de cada año. Si, una vez determinado el importe de la prima, hay motivos para modificarlo, se volverá a calcular el importe de la prima.

Importe base: **79 440 yenes al año** (equivalente mensual: 6620 yenes)

- este es el importe de la prima para el tramo 6.

Ejercicio fiscal 2024-ejercicio fiscal 2026 (importe anual)

Tramo superior	Personas elegibles		Porcentaje	Importe de la prima anual
Tramo 1	• Beneficiarios de prestaciones sociales o de asistencia a los ciudadanos japoneses repatriados de China • Hogares exentos del impuesto municipal y beneficiarios de pensiones de asistencia social para la vejez		Importe base x 0.20	(*)5 15 880 yenes
Tramo 2	Personas exentas del impuesto municipal	La suma de "Ingresos por pensiones públicas (*2)" y "Otros ingresos totales (*3)" del solicitante de 800 000 yenes o menos al año	Importe base x 0.20	(*)5 15 880 yenes
Tramo 3		Personas cuya suma de "Ingresos por pensiones públicas" y "Otros ingresos totales" no supere los 1 200 000 de yenes anuales y que no pertenezcan al tramo 2	Importe base x 0.34	(*)6 27 000 yenes
Tramo 4		Personas distintas de las anteriores	Importe base x 0.585	(*)7 46 470 yenes
Tramo 5		Personas con algún miembro en el mismo hogar sujeto al impuesto municipal	La suma de "Ingresos por pensiones públicas" y "Otros ingresos totales" del solicitante de 800 000 yenes o menos al año	Importe base x 0.90
Tramo 6 <Importe base>		Personas distintas de las anteriores	Importe base x 1.00	79 440 yenes <Importe base>
Tramo 7	Personas sujetas al impuesto municipal	Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima (*4) inferiores a 1 200 000 de yenes	Importe base x 1.07	85 000 yenes
Tramo 8		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 1 200 000 y 1 600 000 de yenes	Importe base x 1.10	87 380 yenes
Tramo 9		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 1 600 000 y 2 100 000 de yenes	Importe base x 1.27	100 880 yenes
Tramo 10		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 2 100 000 y 2 500 000 de yenes	Importe base x 1.30	103 270 yenes
Tramo 11		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 2 500 000 y 3 200 000 de yenes	Importe base x 1.55	123 130 yenes
Tramo 12		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 3 200 000 y 4 200 000 de yenes	Importe base x 1.75	139 020 yenes
Tramo 13		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 4 200 000 y 5 200 000 de yenes	Importe base x 1.95	154 900 yenes
Tramo 14		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 5 200 000 y 6 200 000 de yenes	Importe base x 2.15	170 790 yenes
Tramo 15		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 6 200 000 y 7 200 000 de yenes	Importe base x 2.35	186 680 yenes
Tramo 16		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 7 200 000 y 10 000 000 de yenes	Importe base x 2.50	198 600 yenes
Tramo 17		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 10 000 000 y 20 000 000 de yenes	Importe base x 3.00	238 320 yenes
Tramo 18		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima entre 20 000 000 y 30 000 000 de yenes	Importe base x 3.25	258 180 yenes
Tramo 19		Ingresos del solicitante para el cálculo de la prima iguales o superiores a 30 000 000 de yenes	Importe base x 3.50	278 040 yenes

*1 Hogar ... Por regla general, los hogares inscritos en el registro de residentes a 1 de abril. No obstante, si una persona se traslada desde fuera de la ciudad después del 2 de abril o cumple 65 años (persona asegurada de categoría 1) a mitad del ejercicio fiscal, el ejercicio se basa en el hogar del día anterior a la fecha de traslado o cumpleaños, respectivamente.

*2 Ingresos por pensiones públicas ... Se refiere a los ingresos procedentes de pensiones públicas que están sujetas a tributación en virtud de la legislación fiscal (por ejemplo, pensión nacional, pensión de los trabajadores por cuenta ajena), excluyendo las pensiones exentas de tributación (por ejemplo, pensiones por discapacidad, pensiones de supervivencia).

*3 Otros ingresos totales ... El importe de los ingresos totales en virtud de la legislación fiscal (el importe de los ingresos del año anterior menos el importe equivalente a los gastos necesarios, etc., antes de cualquier deducción en virtud de la legislación fiscal o deducciones trasladadas por pérdidas en la transferencia de acciones cotizadas, etc.), después de tener en cuenta el impacto de la revisión de las deducciones por ingresos salariales, etc., y también después de deducir la deducción especial por ingresos de transferencia a corto y largo plazo procedentes de la venta de terrenos o edificios e ingresos varios por pensiones públicas, etc. (el importe de los ingresos por pensiones públicas menos la deducción por pensiones públicas, etc.). En caso de cifra negativa, se calcula como 0 yenes.

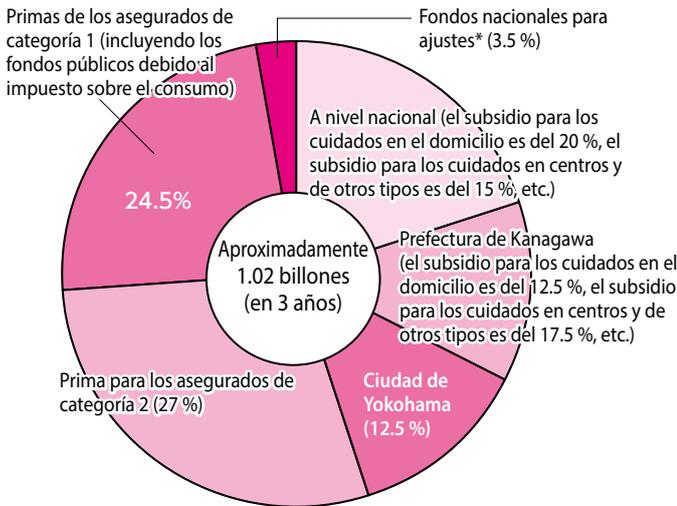
*4 Ingresos para el cálculo de la prima ... El importe de los ingresos totales en virtud de la legislación fiscal (el importe de los ingresos del año anterior menos el importe equivalente a los gastos necesarios, etc., y antes de cualquier deducción por diversos tipos de ingresos en virtud de la legislación fiscal o deducciones trasladadas por pérdidas en la transferencia de acciones cotizadas, etc.), menos cualquier deducción especial por ingresos de transferencia a corto y largo plazo en la venta de terrenos y edificios. En caso de cifra negativa, se calcula como 0 yenes. Esto difiere del importe de los ingresos totales utilizados para la parte de la carga.

*5 Los fondos públicos procedentes del impuesto sobre el consumo se utilizarán para reducir el importe de la prima anual para los tramos 1 y 2 de 29 390 yenes a 15 880 yenes.

*6 Los fondos públicos procedentes del impuesto sobre el consumo se utilizarán para reducir el importe de la prima anual del tramo 3 de 42 890 yenes a 27 000 yenes.

*7 Los fondos públicos procedentes del impuesto sobre el consumo se utilizarán para reducir el importe de la prima anual del tramo 4 de 46 860 yenes a 46 470 yenes.

Financiación de los servicios del seguro de dependencia en la ciudad de Yokohama (Estimación para el periodo del ejercicio fiscal 2024- ejercicio fiscal 2026)



* Fondos nacionales para ajustes

Los fondos para ajustes se conceden para corregir los desequilibrios en las finanzas del seguro de dependencia causados por disparidades municipales, como la proporción de personas aseguradas de categoría 1 y la distribución de los niveles de ingresos entre las personas aseguradas de categoría 1.

Atención

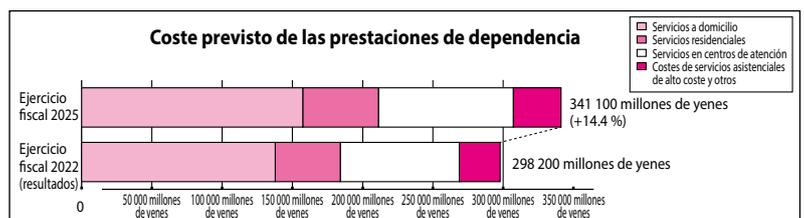
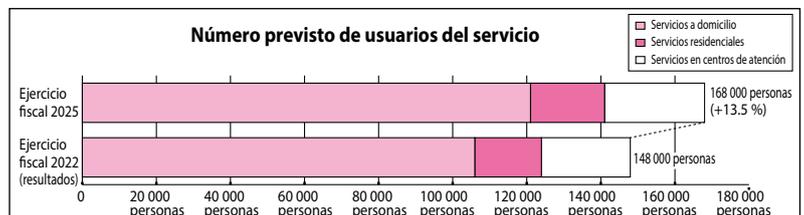
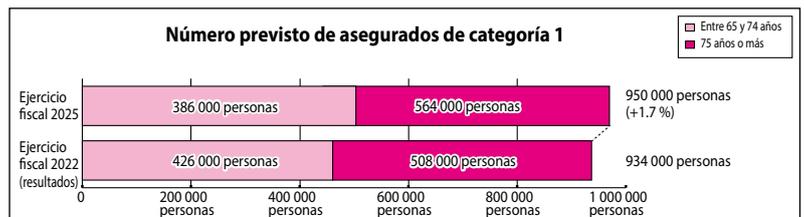
¿Para qué se utilizan las primas del seguro de dependencia?
Las primas del seguro de dependencia se utilizan para cubrir los costes de los servicios del seguro de dependencia y otros gastos de las personas que necesitan cuidados.

Revisión de las primas del seguro de dependencia del ejercicio fiscal 2024-ejercicio fiscal 2026

El número de personas mayores que utilizan los servicios del seguro de dependencia aumenta año tras año, y los costes de estos servicios aumentan en consecuencia. En el trienio del ejercicio fiscal 2024-ejercicio fiscal 2026, se espera que aumente el número de personas que pagan primas de seguro debido al envejecimiento de la población, pero se prevé que el número de usuarios de servicios del seguro de dependencia crezca incluso más rápido que este, por lo que aumentarán las primas pagadas por cada persona.

En cambio, para los asegurados de los tramos 1 a 4 de primas, las medidas de reducción de primas se aplican con fondos públicos procedentes del impuesto sobre el consumo, que son independientes del gasto público de aproximadamente la mitad de la financiación del seguro de dependencia.

Es necesaria una infraestructura estable de servicios asistenciales para garantizar que las personas mayores puedan seguir viviendo con tranquilidad. La ciudad de Yokohama se centrará en la promoción de la salud y los cuidados preventivos con el objetivo de promover iniciativas de cuidados preventivos al tiempo que se garantizan los servicios necesarios.



Primas para las personas de 40 a 64 años (asegurados de categoría 2)

[Cómo se determina] La aseguradora de cada seguro médico (por ejemplo, el Seguro Nacional de Salud, el Seguro de Salud) calcula las primas.

[Método de pago] El pago se realiza de una sola vez en concepto de prima de seguro médico.

[Prima del seguro] Las primas varían en función de la póliza de seguro médico al que esté afiliado. Para más información, consulte a su aseguradora médica.

Acerca de las primas de seguro para las personas aseguradas de categoría 1

Los métodos de pago de las primas se dividen en dos tipos: **cobro especial** y **cobro ordinario**.

◆ Comprenda que la persona asegurada no puede elegir el método de pago utilizado, ya que así lo estipulan la ley y los reglamentos.

Cobro especial	Quienes reciban una pensión de 180 000 yenes anuales o más, el pago se le deducirá directamente de su pensión. ● El importe de la prima se deduce en 6 plazos anuales en los meses del pago de la pensión. Pensiones sujetas a deducción ● Pensión básica de vejez (jubilación) ● Pensión de supervivencia ● Pensión por discapacidad *Las pensiones de asistencia social para la vejez no están sujetas a deducciones.
Cobro ordinario	Las personas cuyas pensiones sean inferiores a 180 000 yenes anuales, etc., y que no estén sujetas a cobro especial, pueden pagar por domiciliación bancaria o mediante recibo de pago.

Fecha límite para el pago de las primas	Cobro especial	Deducción de la pensión	La deducción de la pensión se realizará en la fecha de pago de los meses pares.
	Cobro ordinario	Pago por domiciliación bancaria	El 29 de cada mes se realizará el pago por domiciliación bancaria (en febrero, el último día del mes). Si la fecha del pago por domiciliación bancaria coincide con un día festivo, se realizará el día laborable anterior.
		Pago mediante recibo	La fecha límite es el último día de cada mes. Si la fecha límite coincide con un día festivo, la fecha límite será el siguiente día laborable.

Pago por domiciliación bancaria

- La domiciliación bancaria es una cómoda forma de pagar las primas del cobro ordinario.
- Si desea pagar las primas mediante domiciliación bancaria, puede solicitarlo a través de la web, presentar un formulario de solicitud de domiciliación bancaria en la oficina de su distrito o enviarlo por correo, o presentarlo en su institución financiera o en el mostrador de Japan Post Bank (las distintas instituciones financieras gestionan métodos de solicitud diferentes).
- Las domiciliaciones bancarias inician aproximadamente 2 meses después de realizar el trámite en la entidad financiera (en el caso de las solicitudes realizadas a través de la web, la transferencia se iniciará el mes siguiente si la solicitud se realiza antes del día 25 de cada mes). Se le notificará por separado la domiciliación bancaria mediante una tarjeta postal.
- Aunque solicite el cobro especial mediante domiciliación bancaria, quienes cumplan con los requisitos no serán cambiados del cobro especial.

¡Las domiciliaciones bancarias pueden solicitarse en **2 sencillos pasos en línea!**

Tenga a mano el número de tarjeta y el número de cuenta de asegurado



Acceso e introducción a través de smartphone u ordenador.



横浜市 Web口座振替

Consultas

Si tiene dificultades para pagar las primas

Reducción de las primas

Si tiene dificultades para pagar las primas debido a una catástrofe, desempleo, quiebra u otras circunstancias, puede tener derecho a una reducción en la contribución de las primas del seguro de dependencia. Para más información, consulte con el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito.

Tipo de circunstancias	Personas elegibles	Detalles de la reducción
Catástrofe	Aquellos cuyas viviendas y otros activos han sufrido daños superiores al 20 % a causa del viento, inundaciones, incendios o terremotos.	Dependiendo de la magnitud de los daños, se conceden 4 o 6 meses de exención.
Reducción de ingresos	Aquellos cuyos ingresos se han reducido significativamente debido al desempleo o a la quiebra de un negocio.	El importe de la reducción se basa en los ingresos estimados para el año en cuestión.
Renta baja	Aquellos que se encuentran en tramos de prima de entre seguro el 3 y el 7 y que cumplan tanto los "Criterios de ingresos" como "Criterios de activos" (excluyendo los beneficiarios de prestaciones sociales o de asistencia a los ciudadanos japoneses repatriados de China)	El importe se reduce a una cantidad equivalente al tramo 2 (tras la reducción financiada con fondos públicos).

Criterios de ingresos y patrimonio de las exenciones por renta baja

Criterios de ingresos	Los ingresos anuales estimados de todos los miembros del hogar* deben ser:	
	Hogar unipersonal	1 500 000 de yenes o menos
	Hogares de 2 o más personas	1 500 000 de yenes más 500 000 yenes por miembro del hogar, excluyendo a la persona asegurada, o menos
Criterios de patrimonio	Deben cumplirse los siguientes requisitos:	
	(A) La suma del efectivo, ahorros, valores y otros títulos de crédito de todos los miembros del hogar debe ser:	
	Hogar unipersonal	3 500 000 de yenes o menos
	Hogares de 2 o más personas	No más de 3 500 000 yenes más 1 000 000 yenes por miembro del hogar, excluyendo a la persona asegurada
	(I) no poseer bienes inmuebles que no sean residenciales (terrenos [200 m ² o menos] y casas)	

* "Todos los miembros del hogar" se refiere básicamente a todas las personas registradas como miembros del mismo hogar en el padrón de residentes, pero también incluye a las personas que, compartiendo una convivencia de hecho, viven en hogares separados.

* Se trata de una reducción o exención para las personas con tramos de prima de entre el 3 y el 7.

Atención

Las primas deben abonarse antes de la fecha límite.

A quienes pagan mediante recibo, se les recomienda la cómoda domiciliación bancaria.

Las primas son una importante fuente de financiación para mantener el sistema de seguro de dependencia, por lo que, asegúrese de pagar antes de la fecha límite.

Si no se efectúa el pago en la fecha límite, se enviará una carta recordatoria.

Además, si el pago se efectúa después del plazo especificado en la carta recordatoria, se añadirán intereses en función del número de días transcurridos desde el día siguiente al plazo especificado hasta la fecha de pago.

En caso de retraso con sus primas de seguro

Las primas de seguro son una importante fuente de financiación para cubrir los costes de los servicios del seguro de dependencia, por lo que es fundamental pagar dichas primas para mantener el sistema de seguro de dependencia.

En caso de retraso con sus primas de seguro (de los asegurados de categoría 1) sin ningún motivo especial, se podrán adoptar las siguientes medidas conforme a la ley al utilizar los servicios del seguro de dependencia, con el fin de garantizar la equidad con los que han pagado sus primas.

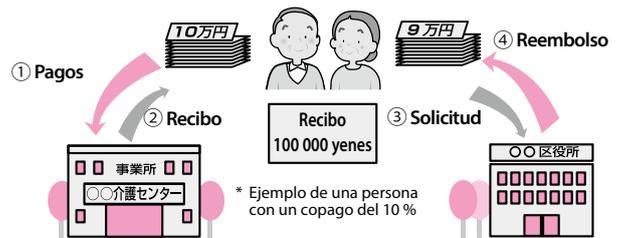
Si las primas no se han pagado durante 1 año después de la fecha límite...

Se modificará el método de pago de las prestaciones del seguro (a reembolso)

- Al utilizar el servicio del seguro de dependencia, se pagará el coste total por adelantado de forma provisional.
- Tras realizar el pago, la prestación del seguro se reembolsará posteriormente si lo solicita a la oficina del distrito.

En el caso de una persona que utiliza los servicios del seguro de dependencia por 100 000 yenes al mes y cuya modalidad de pago se convierte en reembolso*

- ① Debido al método de reembolso, se abonan los 100 000 yenes, es decir, el 100 %, al proveedor del servicio.
- ② Se emite un recibo de 100 000 yenes y un certificado de prestación de servicios, entre otros documentos.
- ③ Se solicita el reembolso de la parte correspondiente a la prestación del seguro (90 000 yenes) en la oficina del distrito con el recibo de 100 000 yenes y los otros documentos.
- ④ Posteriormente, se recibirá el reembolso de la parte cubierta por el seguro (90 000 yenes).



Si las primas no se han pagado durante más de 1 año y 6 meses después de la fecha límite...

El reembolso de las prestaciones del seguro se suspende temporalmente

- Se pueden tomar medidas, como suspender temporalmente el reembolso de una parte o la totalidad de los pagos de las prestaciones que deban reembolsarse.
- Si el impago persiste, las primas atrasadas podrán deducirse de las prestaciones del seguro retenidas.

Si las primas no se han pagado durante más de 2 años después de la fecha límite...

Se reduce el importe de las prestaciones del seguro (aumento en el porcentaje de la carga del usuario)

- Las primas del seguro no pueden pagarse por prescripción transcurridos 2 años desde el día siguiente al de la recepción de la carta recordatoria, etc. (fecha de inicio de la prescripción).
- Si hay primas que han dejado de pagarse por prescripción, el porcentaje de copago de las prestaciones del seguro puede aumentar hasta el 30 % o el 40 %, en función de la duración del retraso en los pagos.
- Durante el periodo en que se reducen las prestaciones, no se reembolsan los gastos de servicios asistenciales de alto coste (cuidados preventivos) (p. 34 de la guía) ni la reducción de los gastos de comida y alojamiento (p. 35 de la guía), y los gastos de la carga de copago durante dicho periodo no cuentan para el sistema combinado de gastos sanitarios y de servicios asistenciales de alto coste (p. 36 de la guía).

Ejemplo de la carga de copago promedio durante 1 año de utilización de servicios para una persona con grado de dependencia 2 (*)

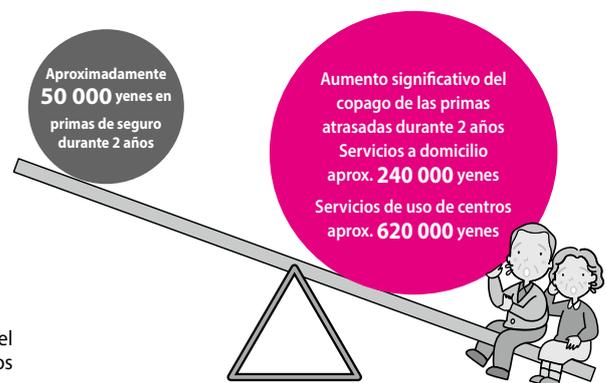
Cuando la carga de copago aumenta del 10 % al 30 % durante 1 año...	
<p>Si se utilizan servicios a domicilio (aproximadamente 1 200 000 de yenes de gastos de servicio del seguro de dependencia al año), cuyo copago será</p> <p>Aprox. 120 000 yenes</p> <p>↓</p> <p>Aprox. 360 000 yenes (El aumento del copago es de 240 000 yenes)</p>	<p>Si se utilizan servicios en centros de atención (aproximadamente 3 100 000 de yenes de gastos de servicio del seguro de dependencia al año), cuyo copago será</p> <p>Aprox. 310 000 yenes</p> <p>↓</p> <p>Aprox. 930 000 yenes (El aumento de la carga de copago es de 620 000 yenes) * Excluye alimentación y otras contribuciones.</p>

Así pues, el copago aumenta al recibir servicios del seguro de dependencia.

En este ejemplo, se parte del supuesto de que una persona recibe los servicios del seguro de dependencia después de no haber pagado ninguna prima durante 4 años y de no haber podido pagar las primas durante 2 años a partir de la prescripción.

En este ejemplo, el periodo durante el cual el copago aumenta al 30 % es de 1 año; si existe un periodo parcial durante el cual ya se han abonado las primas, el periodo de reducción de la prestación se reducirá en consecuencia.

* Ejemplo de 1 persona en el tramo 2 de primas de seguro con un copago del 10 %



Embargo de bienes

Independientemente de que se utilicen o no los servicios del seguro de dependencia, los ahorros, los seguros de vida y otros activos pueden ser embargados como atrasos en virtud de la ley.

Responsables solidarios del pago

Si el método de pago es el cobro ordinario, la ley establece que el titular del hogar y el cónyuge son responsables solidarios del pago de las primas de la persona asegurada.

Si una persona asegurada de la categoría 2 tiene deudas con el seguro médico

En caso de impago de las primas del seguro médico para una persona asegurada de la categoría 2 (abonados al seguro médico de entre 40 y 64 años), se pueden tomar medidas, como la suspensión temporal de una parte o la totalidad de las prestaciones del seguro, así como un cambio en el método de pago.

Procedimiento de utilización del servicio

Proceso para el uso de servicios

Consultar en los centros de asistencia integral comunitaria (por ejemplo, las plazas de atención comunitaria) y las oficinas del distrito

Primera solicitud

(Servicios del seguro de dependencia, cuidados preventivos y asistencia en la vida diaria)

- 65 años o más
- De entre 40 y 64 años, y que padecen 1 de las 16 enfermedades específicas

En el momento de la renovación, las personas con grado de asistencia y solo utilicen los servicios de visita a domicilio y de asistencia diurna*1

* 65 años o más (los menores de 65 años necesitan la evaluación del grado de dependencia [grado de asistencia])

1

P. 12 de la guía

Evaluación del grado de dependencia (grado de asistencia)

Evaluación y decisión del Comité de revisión de certificación de dependencia sobre la necesidad de cuidados de larga duración basándose en la encuesta de acreditación y en el certificado médico del especialista a cargo

Lista de control básica

Compruebe si se cumplen los criterios de beneficiarios del proyecto

No aplicable

2

P. 13 de la guía

Grado de dependencia 1-5

Desarrollo del plan de atención
Agencias de asistencia domiciliaria, etc.

Servicios para prestaciones de dependencia

3

P. 15 de la guía

Grado de asistencia 1-2

Aplicable

Notificaciones

Beneficiarios del proyecto*2

Planificación de los cuidados preventivos
Centros de asistencia integral comunitaria, etc.

Servicios para los cuidados preventivos

Proyectos de servicios de cuidados preventivos y de asistencia en la vida diaria

No aplicable

Otros servicios, proyectos generales de atención y cuidados preventivos, etc.

*1 Puede también estar disponible para las personas que se espera que sean independientes mediante la gestión de los cuidados preventivos, incluso fuera de la renovación.

*2 Tenga en cuenta que los beneficiarios del proyecto no pueden optar a ningún otro servicio del seguro de dependencia, salvo los servicios de visitas a domicilio y de asistencia diurna.

1 Recepción de la evaluación del grado de dependencia

1. Se presenta una solicitud

El solicitante o un miembro de su familia solicita un formulario de "evaluación del grado de dependencia" en el Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas de la Oficina de Distrito. También pueden actuar en su nombre los centros de asistencia integral comunitaria (por ejemplo, las plazas de atención comunitaria), los proveedores de asistencia domiciliaria, etc.

● Documentos requeridos, etc.

- Formulario de la evaluación del grado de dependencia y asistencia (disponible en el servicio de consultas).
- Tarjeta de seguro de dependencia (expedida a los 65 años).
- Documentos que indiquen el nombre de su institución sanitaria, médico, etc.

*En el caso de los asegurados de categoría 2 (p. 6 de la guía), la tarjeta de asegurado del seguro médico al que están afiliados.

2. Se investiga la salud física y mental

● Investigación para la evaluación

Tras el contacto previo de la oficina del distrito o del proveedor de servicios encargado, un encuestador visitará el domicilio u otro lugar para entrevistar a la persona y a los miembros de su familia. El cuestionario consta de 74 preguntas comunes a nivel nacional, divididas en una encuesta básica y una sobre las circunstancias generales.

● Certificado médico del especialista a cargo

El certificado es elaborado por el especialista designado en el momento de la solicitud.

*Si no tiene especialista, consulte con el servicio de consultas.

3. Se evalúa y certifica el grado de cuidados necesarios

● Evaluación, decisión y certificación

A partir de los resultados de la investigación para la evaluación y del certificado médico del especialista a cargo, el Comité de revisión de certificación de dependencia, compuesto por expertos en salud, medicina y asistencia social, evalúa y decide el grado de cuidados necesarios.

El distrito, a partir de la evaluación del grado y decisión del Comité de revisión de certificación de dependencia, procede a la evaluación del grado de dependencia.



(Primera evaluación)
Evaluación informática

(Segunda evaluación)
Evaluación y decisión del Comité de revisión
de certificación de dependencia

Evaluación del grado
de dependencia

4. Recibirá una notificación del resultado de la evaluación, una tarjeta de seguro de dependencia y una tarjeta de porcentaje de cotización al seguro de dependencia^(*)

Compruebe el contenido de la notificación y de la tarjeta del seguro cuando la reciba.

*1 La tarjeta de porcentaje de cotización al seguro de dependencia se envía a las personas que hayan recibido una nueva evaluación del grado de dependencia (asistencia) y a quienes aún no posean dicho documento. Para más información sobre la tarjeta de porcentaje de cotización, p. 31 de la guía.



● Verificación

Clasificación del estado de atención requerida ("Grado de asistencia 1, Grado de asistencia 2", "Grado de dependencia del 1 al 5", "No procede").

Periodo de validez de la evaluación, por ejemplo (de 3 a 12 meses para las nuevas solicitudes y las solicitudes de cambio de clasificación; de 3 a 48 meses para las solicitudes de renovación).

2 Quienes hayan recibido la evaluación de los grados de dependencia 1-5

● Si desea seguir viviendo en casa

Para acceder a los servicios, hay que elaborar un plan de atención.

1. Se elige un coordinador asistencial

Los planes de atención pueden ser elaborados por coordinadores asistencial afiliados a agencias de asistencia domiciliaria. A la hora de elegir una agencia de asistencia domiciliaria, también se puede consultar en el Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas de la Oficina de Distrito o en un centro de asistencia integral comunitaria (por ejemplo, la plazas de atención comunitaria).

Agencias de asistencia domiciliaria, **p. 14** de la guía (Enfermería) Si recurre a un centro de asistencia domiciliaria multifuncional a pequeña escala, un coordinador asistencial afiliado al centro preparará su plan de atención.

(Enfermería) Centros de asistencia domiciliaria multifuncional a pequeña escala, **p. 24** de la guía

● Si desea ser ingresado en un centro

1. Se selecciona el centro que desea utilizar

En el centro que elija, le informarán sobre los servicios y los detalles del contrato (es posible acceder a información sobre los centros en las oficinas del distrito, los centros de asistencia integral comunitaria y los centros de consulta para los centros y viviendas para personas mayores).

2. Se solicita la elaboración de un plan de atención

Consulte con su coordinador asistencial sobre qué servicios necesita. Compruebe el plan de atención preparado por el coordinador asistencial.



2. Se solicita la admisión

*Las residencias geriátricas pueden consultarse y solicitarse en los centros de solicitud de admisión. Los requisitos de admisión varían en función del grado de dependencia requerido (**p. 28** de la guía). Otras facilidades se aplican directamente a los centros individuales (**p. 29** de la guía).

* Las residencias geriátricas son, en principio, para personas que evaluadas con grado de dependencia 3 y superiores

3. Se firma un contrato con el proveedor de servicios

Se revisan el contrato y otros detalles en el documento de información importante, y se celebra un contrato de uso individual con cada proveedor de servicios. Contratos con operadores, **p. 16** de la guía

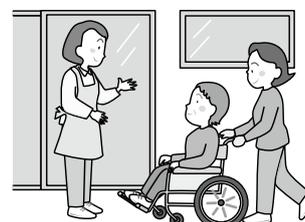


4. Se utiliza el servicio

Servicios de atención domiciliaria (visitas a domicilio, servicios de atención diurna y servicios para mejorar el entorno vital), desde la p. 18 de la guía



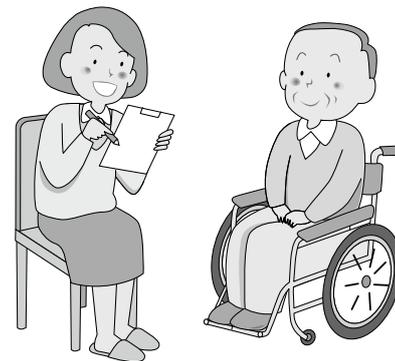
Servicios residenciales e institucionales, desde la p. 27 de la guía



Acerca de las agencias de asistencia domiciliaria

Decidir un coordinador asistencial para elaborar un plan de atención.

Los coordinadores asistenciales de las agencias de asistencia domiciliaria crean planes de servicios de atención domiciliaria (planes de atención) y coordinan su uso con los proveedores de servicios individuales para garantizar la disponibilidad de los servicios adecuados según la situación y las intenciones del usuario y su familia. Estos costes los paga íntegramente el seguro de dependencia, por lo que no hay copago por parte del usuario.



Puntos a tener en cuenta al elegir una agencia de asistencia domiciliaria

1. Capacidad de ponerse en el lugar del usuario a largo plazo y plantearse cómo debe prestarse la asistencia.
2. Tener sólidos conocimientos y experiencia en el cuidado de personas mayores.
3. Disponer de amplia información sobre los proveedores de servicios locales.

A la hora de elegir una agencia, es posible ponerse en contacto directamente con ella para confirmar los puntos anteriores y otros.

3 Quienes hayan recibido la evaluación de grado de asistencia 1 y 2, y los beneficiarios del proyecto*

* Beneficiarios del proyecto son aquellas equivalentes a las que necesitan asistencia y que son elegibles para el proyecto según la lista de control básica.

1. Solicitar la elaboración de un plan de cuidados preventivos

Con el fin de que el usuario pueda llevar una vida independiente en su entorno familiar, se consulta a los servicios necesarios del centro de asistencia integral comunitaria (plazas de atención comunitaria, etc.) o a una agencia de asistencia domiciliaria designada para prestar asistencia a los cuidados preventivos, y se elabora un “plan de cuidados preventivos”, que cuenta con la asistencia de la agencia correspondiente (la asistencia solo se inicia después de que el usuario haya dado su consentimiento por escrito).

La preparación de un plan de cuidados preventivos de cuidados puede encargarse a un coordinador asistencial de una agencia de asistencia domiciliaria designada, en función de los deseos del usuario (en estos casos, la agencia de atención integral comunitaria comprobará el plan de cuidados preventivos preparado).

Acerca de los centros de asistencia integral comunitaria, p. 15 de la guía

2. Firmar un contrato con el proveedor de servicios

Se revisan el contrato y otros detalles en el documento de información importante, y se celebra un contrato de uso individual con cada proveedor de servicios.

Contratos con operadores, p. 16 de la guía

3. Utilizar el servicio

Servicios de cuidados preventivos, desde la p. 18 de la guía

Acerca de los centros de asistencia integral comunitaria

Los centros de asistencia integral comunitaria son un servicio de consultas conocido en la comunidad.

La ciudad de Yokohama ha creado centros de asistencia integral comunitaria en las plazas de atención comunitaria y algunas residencias geriátricas, con el fin de que estos puedan seguir viviendo en sus entornos familiares.

Papel de los centros de asistencia integral comunitaria

1 ¡Siempre con buena salud! Promover los cuidados preventivos.

Se elabora un plan de atención para los servicios de cuidados preventivos dirigido a personas que necesitan información sobre cuidados preventivos, asistencia para mantener y mejorar sus funciones vitales, personas evaluadas con los grados de asistencia 1 y 2, y los beneficiarios del proyecto.

2 Se pueden realizar consultas sobre diversos temas.

Además del seguro de dependencia, el servicio ofrece un amplio asesoramiento sobre todos los aspectos de la vida de las personas mayores y las pone en contacto con los servicios y organismos que necesiten.

Centros de asistencia integral comunitaria

Enfermeros de salud pública, asistentes sociales, coordinadores asistenciales en jefe, etc.

3 Proteger los derechos de todas las personas mayores.

Además de prevenir los perjuicios a los consumidores, el proyecto trabaja también para apoyar el uso del sistema de tutela de adultos y prevenir los malos tratos a las personas mayores.

4 Reforzar los vínculos comunitarios.

Apoyar las actividades de los voluntarios locales y reforzar la cooperación con los coordinadores asistenciales, las oficinas de seguros de dependencia y las instituciones sanitarias.

- Si tiene algún problema o inquietud en su vida cotidiana, no dude en ponerse en contacto con el centro de asistencia integral comunitaria responsable de su zona. Póngase en contacto con nosotros con antelación por teléfono u otros medios si desea concertar una consulta en persona o en línea. Los centros permanecen abiertos los sábados, domingos y días festivos, excepto durante el periodo de fin de año y Año Nuevo y los días de inspección de los centros (1 vez al mes).

Contratos con operadores

Puntos a comprobar en contratos y documentos de información importantes

El usuario firma un contrato con el operador por cada servicio individual que utiliza. Para evitar desventajas y problemas inesperados, asegúrese de que el contrato y la hoja de información importante que lo acompaña se intercambian por escrito y de que todos los aspectos declarados se comprueban cuidadosamente. Si le preocupa, puede consultar con el servicio de consultas de la oficina del distrito.

Contrato de servicios	Contenido de la descripción del servicio	Contenido de la explicación de la información importante
<p>Contendrá los detalles básicos del contrato (fecha de vencimiento, pago, cancelación, etc.).</p> 	<ol style="list-style-type: none"> ① Servicios específicos ② Número de veces y fechas de prestación ③ Tasas de usuario y método de pago ④ Detalles sobre cómo ponerse en contacto con la empresa para cancelar los servicios y los gastos de cancelación. 	<ol style="list-style-type: none"> ① Descripción del operador ② Descripción del centro ③ Estructura del personal del centro ④ Horario de apertura ⑤ Responsabilidad financiera del usuario ⑥ Servicio de consultas etc. serán especificados. 

- **Contenido de los servicios**
¿Están bien descritos los tipos y detalles de los servicios?
→ Los detalles pormenorizados de los servicios pueden describirse en un documento explicativo o en otros documentos independientes del contrato.
- **Periodo del contrato**
¿Se indica la duración del contrato (de ○○. ○○. ○○○○ a ○○. ○○. ○○○○)?
→ ¿Se describe adecuadamente el tratamiento de la renovación del contrato tras la expiración del periodo del contrato?
- **Descripción de los servicios**
¿Se especifica si se informa a los usuarios el contenido de los servicios y los registros de prestación de servicios?
- **Cuotas de usuario**
¿Se indican correctamente las cuotas de usuario?
→ ¿Existen cargas ambiguas, como tasas de cooperación o tasas de usuario, distintas de las cargas permitidas por la ley? ¿No está redactado de forma que pueda modificarse a conveniencia del operador?
- **Retraso en el pago de las cuotas de usuario**
¿Prevén un determinado periodo de gracia en caso de que las cuotas de los usuarios se atrasen?
→ ¿No está estipulado que el servicio puede interrumpirse inmediatamente o que debe pagarse una penalización?
- **Derecho del usuario a rescindir el contrato**
¿Dice que es posible la cancelación por parte del usuario?
→ ¿Se exige el pago de una tasa de penalización?
- **Anulación del uso del servicio (cancelación)**
¿Está estipulado que se pueda anular el uso programado del servicio?
→ ¿Se exigen grandes gastos de cancelación?
- **Daños y perjuicios**
¿Está estipulado que el operador indemnizará por cualquier daño causado al cuerpo o los bienes del usuario?
- **Confidencialidad**
¿Se establece que la información personal sobre los usuarios y sus familias no se facilitará a terceros sin consentimiento por escrito, salvo por razones justificadas?
- **Tramitación de reclamaciones**
¿Ha establecido el operador una respuesta a las reclamaciones, como la identificación de un servicio de consultas o una persona encargada de tramitarlas?

Compruebe que el contrato no contenga costes nominales excesivos.

* El alcance de la contribución del usuario en el marco del seguro de dependencia figura en la p. 30 de la guía

Límites de los servicios de atención domiciliaria

Los servicios de atención domiciliaria del seguro de dependencia tienen un límite, basado en el grado de dependencia, dentro del cual pueden utilizarse. Cuando los servicios se utilizan por encima del límite, el coste total del exceso corre a cargo del copago.

Sin embargo, no se aplican límites de uso a la "asistencia a residentes en centros específicos", "asistencia en grupo para personas con demencia" y otros tipos de asistencia. Además, la "Orientación para la gestión de la asistencia sanitaria a domicilio" no está sujeta a un límite de utilización.

Grado de dependencia, etc.		Número de créditos disponibles	Límite de uso durante 1 mes*	
Beneficiarios del proyecto		5032 créditos	Aprox. entre 50 000 y 60 000 yenes	
Grado de asistencia	Grado de asistencia 1	5032 créditos	Aprox. entre 50 000 y 60 000 yenes	
	Grado de asistencia 2	10 531 créditos	Aprox. entre 110 000 y 120 000 yenes	
Grado de dependencia	Grado de dependencia 1	16 765 créditos	Aprox. entre 170 000 y 190 000 yenes	
	Grado de dependencia 2	19 705 créditos	Aprox. entre 200 000 y 220 000 yenes	
	Grado de dependencia 3	27 048 créditos	Aprox. entre 270 000 y 300 000 yenes	
	Grado de dependencia 4	30 938 créditos	Aprox. entre 310 000 y 340 000 yenes	
	Grado de dependencia 5	36 217 unidades	Aprox. entre 360 000 y 400 000 yenes	

* Cantidades aproximadas.
El coste real se calcula en función del "número de créditos x precio unitario de la categoría regional de la ciudad de Yokohama (de 10 a 11.12 yenes)". (p. 18 de la guía)

Servicios disponibles

Tipos de servicios del seguro de dependencia

Los servicios del seguro de dependencia a los que pueden acceder las personas acreditadas con grado de dependencia difieren de los de las personas acreditadas con grado de asistencia, etc. Véase el cuadro siguiente para más detalles.

	Tipo	Elegibilidad para quienes estén acreditadas con grado de asistencia		Tipo	Elegibilidad para quienes estén acreditadas con grado de asistencia
Servicios a domicilio (servicio de visitas a domicilio)	Asistencia domiciliaria (ayuda a domicilio)	○*4	Servicios disponibles las 24 horas del día (Servicios de atención diurna Servicio de visitas a domicilio)	Visitas periódicas y respuesta inmediata *1 Asistencia domiciliaria y enfermería *Servicios "a domicilio"	×
	Atención de visitas nocturnas *1	×		Asistencia domiciliaria multifuncional a pequeña escala *1 *Servicios de "visita a domicilio" + "atención diurna (alojamiento)"	○
	Cuidados de baño a domicilio	○		Asistencia domiciliaria y enfermería multifuncional a pequeña escala *1 *Servicios de "visita a domicilio" + "atención diurna (alojamiento)"	×
	Enfermería a domicilio	○		Préstamo de equipos para asistencia social (alquiler) *3	○
	Rehabilitación a domicilio	○		Venta de equipos para asistencia social especializados	○
	Orientación para la gestión de la asistencia sanitaria a domicilio	○		Reforma de viviendas	○ △
Servicios de asistencia diurna (y nocturna) en el centro (servicios de atención diurna)	Atención diurna (Centro de día) *Capacidad para 19 personas o más	○*4	Servicios para mejorar el entorno vital	Asistencia en grupo para personas con demencia *1	(Solo para quienes tengan grado de asistencia 2)
	Atención diurna comunitaria *1 (Pequeños centros de día) *Capacidad para 18 personas o menos	○*4		Atención a residentes en centros específicos (por ejemplo, residencias geriátricas privadas con asistencia)	○*2
	Atención diurna terapéutica *1 (Centro de día para quienes requieran observación de enfermería)	×		Atención a residentes en centros comunitarios específicos *1 (por ejemplo, residencias geriátricas privadas con asistencia)	×
	Atención diurna para personas con demencia *1 (Centro de día para personas con demencia)	○	Servicios residenciales	Centros de asistencia social para personas mayores (Residencias geriátricas)	×
	Rehabilitación ambulatoria (cuidado diurno)	○		Centros comunitarios de asistencia social para personas mayores	×
	Atención temporal en residencia (estancia corta en centro de asistencia social)	○		Asistencia en la vida diaria para residentes *1	×
	Atención temporal en centro sanitario (estancia corta en centros médicos o de otro tipo)	○		Centros geriátricos de salud	×
				Hospitales de cuidados médicos	×

- *1 "Servicios de atención comunitaria". Los servicios de atención comunitaria están destinados a facilitar que las personas puedan vivir en sus propios hogares y comunidades el mayor tiempo posible. Por regla general, solo los ciudadanos (personas aseguradas por el seguro de dependencia municipal) pueden utilizar este servicio.
- *2 Algunos centros son solo para quienes han sido acreditadas con grado de dependencia en el momento del ingreso.
- *3 Algunos tipos de servicio no están disponibles para las personas con leve grado de dependencia (quienes tengan grado de dependencia 1 o asistencia).
- *4 Los servicios de asistencia domiciliaria, atención diurna y atención diurna comunitaria disponibles para las personas con grado de asistencia son ahora servicios del Proyecto integral de cuidados preventivos y asistencia en la vida cotidiana.

Lista de proyectos de cuidados preventivos y asistencia en la vida diaria

[Beneficiarios: quienes tengan grado de asistencia 1-2 y beneficiarios del proyecto]

Tipología nacional	Nombre del servicio de la ciudad de Yokohama	Visión general de los servicios
Antiguos cuidados preventivos	Servicios equivalentes a la asistencia domiciliaria de la ciudad de Yokohama	Como servicio que se presta cuando se consideran necesarios servicios especializados, se prestan servicios equivalentes a los antiguos cuidados preventivos de asistencia a domicilio (servicios prestados por trabajadores de asistencia domiciliaria, etc.).
Servicios equivalentes a la asistencia domiciliaria y la atención diurna	Servicio equivalente al de atención diurna en la ciudad de Yokohama	Como servicio prestado cuando se consideran necesarios servicios especializados, se prestan servicios equivalente a los antiguos cuidados preventivos y de atención diurna (servicios prestados por los trabajadores de los proveedores de servicios de atención diurna).
Servicios con criterios flexibles (servicio A)	Servicio de Asistencia para la Vida Diurna en la ciudad de Yokohama	A quienes no necesitan necesariamente servicios especializados, se les proporciona asistencia para la vida diaria en tareas como limpieza, lavandería, cocina y compras, además de los trabajadores de asistencia domiciliaria, por personas que han completado ciertos cursos de formación o de iniciación.
Asistencia gestionada por la comunidad (servicio B)	Atención domiciliaria de la ciudad de Yokohama	Voluntarios de la comunidad visitan los domicilios de forma periódica para prestar asistencia en las tareas cotidianas, como la limpieza, la lavandería, la cocina y la compra.
Otros Servicios de asistencia en la vida diaria	Servicios de asistencia diurna de la ciudad de Yokohama	Puede participar en actividades que promueven los cuidados preventivos, como ejercicios y actividades recreativas, en espacios comunitarios organizados por voluntarios de la comunidad.
	Programa de entrega de alimentos de la ciudad de Yokohama	Voluntarios de la comunidad visitan los domicilios de forma periódica para repartir alimentos y realizar otras actividades con el fin de mejorar la nutrición.
	Servicio de acompañamiento de la ciudad de Yokohama	Voluntarios de la comunidad visitan los domicilios de forma periódica para comprobar el bienestar y brindar acompañamiento.
Servicios de prevención intensiva de corta duración (servicio C)	Servicios preventivos a domicilio de corta duración en la ciudad de Yokohama	Con el fin de prevenir y mejorar el aislamiento social mediante una intervención temprana, promover la participación social y prevenir la dependencia, enfermeras y trabajadores de salud pública de los centros de asistencia social y salud del distrito visitan y prestan asistencia durante un breve periodo de 3 a 6 meses. Dependiendo del estado del interesado, se proporciona asistencia para el mantenimiento y la mejora de la movilidad y la gestión de la salud, así como asistencia para la participación en diversos servicios, como centros de día comunitarios.

*5 Este servicio también está disponible para las personas con grado de dependencia y que hayan utilizado el servicio de forma continuada desde que tenían grado de asistencia o cumplieran los requisitos para ser beneficiarios del proyecto.

Para más información sobre los principales servicios, consulte los servicios disponibles a través del seguro de dependencia y los importes de copago estimados en las pp. 18 a 29 de la guía. Los importes estimados de copago se calculan tomando como ejemplo una persona que paga el 10 %, y no incluyen el importe adicional debido al sistema de la oficina, etc. El importe del copago puede variar en función de los cambios de remuneración.

Servicios a domicilio

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Asistencia domiciliaria (ayuda a domicilio)

Este servicio permite a los asistentes domiciliarios (trabajadores de asistencia domiciliaria) acudir a los domicilios y proporcionar cuidados físicos, como el baño, la eliminación de desechos corporales y la ayuda con las comidas, y asistencia para la vida diaria, como la limpieza, la lavandería, la cocina y la compra.

<Estimación del copago>

Uso de servicios de cuidados físicos principalmente	Menos de 20 min	20 min o más, pero menos de 30 min	30 min o más, pero menos de 60 min	60 min o más, pero menos de 90 min	Cada 30 minutos desde ese momento
	182 yenes	272 yenes	431 yenes	631 yenes	92 yenes
Uso de servicios de asistencia para la vida diaria tras los cuidados físicos	20 min o más, pero menos de 45 min	45 min o más, pero menos de 70 min	70 min o más		
	73 yenes	145 yenes	217 yenes		
Uso de servicios de asistencia para la vida diaria principalmente	20 min o más, pero menos de 45 min	45 min o más			
	199 yenes	245 yenes			

◇ Si una persona utiliza principalmente cuidados físicos durante "más de 30 min, pero menos de 60 min" y después sigue utilizando asistencia para la vida diaria durante "más de 20 min, pero menos de 45 min", el copago asciende a 504 yenes (431 yenes + 73 yenes).

* Si utiliza "principalmente asistencia para la vida diaria" durante 45 min o más o "cuidados físicos seguidos de asistencia para la vida diaria" durante 70 min o más, el copago es una cantidad fija.

* El copago es de 1.25 a 1.5 veces superior en función de la hora del día en que se utilice el servicio, como, por ejemplo, a primera hora de la mañana o a última hora de la noche.

Asistencia para ir y volver del hospital, etc.

Este servicio lo presta un único asistente domiciliario (trabajadores de asistencia domiciliaria) que ayuda al paciente a subir y bajar del coche y lo lleva y lo trae del hospital.

<Estimación del copago>

Ida	108 yenes
-----	-----------

Los gastos de transporte no están incluidos y entran en el copago.

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2 y beneficiarios del proyecto

Servicios equivalentes a la asistencia domiciliaria de la ciudad de Yokohama (Ayuda a domicilio)

Este servicio permite a los asistentes domiciliarios (trabajadores de asistencia domiciliaria) acudir a los domicilios y proporcionar cuidados físicos, como el baño, la eliminación de desechos corporales y la ayuda con las comidas, y asistencia para la vida diaria, como la limpieza, la lavandería, la cocina y la compra.

<Estimación del copago>

Cantidad de veces que se utiliza (al mes)	Grado de asistencia 1	Grado de asistencia 2 Beneficiarios del proyecto
Aprox. 1 vez a la semana	1308 yenes	1308 yenes
Aprox. 2 veces a la semana	2612 yenes	2612 yenes
En caso de más de 2 veces por semana		4145 yenes

Servicio de Asistencia para la Vida Diaria en la ciudad de Yokohama

Se trata de un servicio en el que la asistencia para la vida diaria, como la limpieza, la lavandería, la cocina y la compra, corre a cargo de trabajadores (que han completado un determinado nivel de formación o de iniciación, etc.) que acuden al domicilio.

<Estimación del copago>

Cantidad de veces que se utiliza (al mes)	Grado de asistencia 1	Grado de asistencia 2 Beneficiarios del proyecto
Aprox. 1 vez a la semana	1177 yenes	1177 yenes
Aprox. 2 veces a la semana	2351 yenes	2351 yenes
En caso de más de 2 veces por semana		3730 yenes

- 1 La estimación del copago se basa en el ejemplo de una persona que paga el 10 %.
- 2 Los importes de los copagos pueden variar en función de los cambios de remuneración, etc.

- Se ofrece asistencia para la vida diaria cuando los usuarios tienen dificultades para realizar las tareas domésticas por sí solos y no reciben asistencia de la familia o la comunidad.
- Si la asistencia excede el ámbito de la ayuda a la vida cotidiana de la persona, no se cubre la prestación de cuidados.
Ejemplos: ① Acciones que no entran en la categoría de "asistencia directa a la persona", por ejemplo, lavar, cocinar, hacer la compra y limpiar la habitación de los miembros de la familia, recibir visitas, lavar coches particulares, etc.
② Acciones que no entran en la categoría de "ayuda a la vida cotidiana", por ejemplo, quitar las malas hierbas del jardín, cuidar de los animales domésticos, limpieza general, pulido de cristales, reparaciones en la casa, pintura, jardinería, cocinar con un esfuerzo especial, como en Año Nuevo.

Atención

¿Cómo se calcula la estimación del copago?

El número de unidades de cada servicio se multiplica por el precio unitario de la categoría regional de la ciudad de Yokohama (tabla de la derecha) y se calcula como importe del copago, tomando como ejemplo una persona que paga el 10 %.

La "estimación del copago" de los servicios marcados con * se calcula sobre la base de 30 días de utilización.

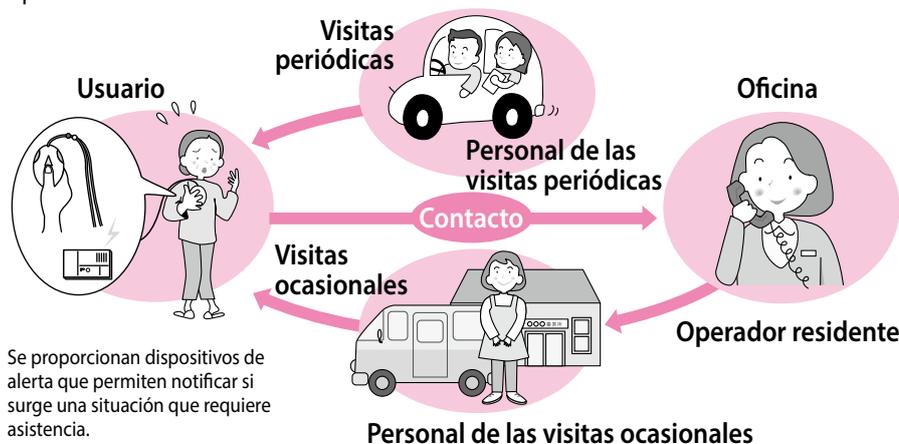
$$\text{Número de unidades} \times \text{precio unitario de la categoría regional de la ciudad de Yokohama} \times 0.1 = \text{importe del copago}$$

Tipo de servicio (incluyendo el preventivo y el comunitario)	Precio unitario por categoría regional
Orientación para la gestión de la asistencia sanitaria a domicilio Alquiler de equipos para asistencia social	10 yenes
Atención diurna, Atención diurna comunitaria, Atención temporal en centro sanitario *Centros de asistencia social para personas mayores *Asistencia a residentes en centros específicos *Asistencia en grupo para personas con demencia *Centros geriátricos de salud *Atención a residentes en centros comunitarios específicos *Atención a los residentes en centros comunitarios de asistencia social para personas mayores en la vida diaria *Hospitales de cuidados médicos	10.72 yenes
Rehabilitación a domicilio, Rehabilitación ambulatoria, Atención temporal en residencia, Atención diurna para personas con demencia, Asistencia domiciliaria multifuncional a pequeña escala, Cuidados multifuncionales a domicilio a pequeña escala para enfermería	10.88 yenes
Asistencia domiciliaria, Cuidados de baño a domicilio, Cuidados de enfermería a domicilio, Asistencia domiciliaria con visitas periódicas y respuesta inmediata, Atención de visitas nocturnas, Asistencia domiciliaria	11.12 yenes

Quienes tengan grado de dependencia 1-5 (no disponible para quienes tengan grado de asistencia 1 o 2)

Atención de visitas nocturnas Comunitario

Además del servicio de asistencia domiciliar mediante servicios asistenciales de visitas nocturnas periódicas, el proveedor de servicios visita el domicilio del usuario en cualquier momento y a petición de este. También ofrece un servicio operativo para coordinar y responder a las llamadas de los usuarios.



<Estimación del copago>

Servicio de visitas nocturnas (I)	Servicios de operaciones
	Durante 1 mes 1100 yenes
	Servicio de visitas periódicas
	1 vez 414 yenes
Servicios ocasionales (I)	Servicios ocasionales (I)
	1 vez 631 yenes

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Cuidados de baño a domicilio



Este servicio consiste en que el personal de enfermería y cuidadores visitan el domicilio y proporcionan asistencia para el baño en una bañera portátil.

<Estimación del copago>

Por visita	1408 yenes
-------------------	------------

◇ Si se dificulta el baño de cuerpo entero y se utilizan toallitas limpias o baños parciales, la tarifa es de 1267 yenes por visita.

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Cuidados preventivos de baño a domicilio

<Estimación del copago>

Por visita	952 yenes
-------------------	-----------

◇ Si se dificulta el baño de cuerpo entero y se utilizan toallitas limpias o baños parciales, la tarifa es de 857 yenes por visita.

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Enfermería a domicilio

Se trata de un servicio por el que las personas que reciben tratamiento en su domicilio y tienen dificultades para acudir al hospital pueden recibir controles de salud, atención sanitaria y asistencia para tratamientos médicos por parte de enfermeros y otras personas que acuden a su domicilio de forma periódica, siguiendo las instrucciones de su médico.

<Estimación del copago>

Duración por visita	Menos de 20 min*1	Menos de 30 min	30 min o más, pero menos de 60 min	60 min o más, pero menos de 90 min	90 minutos o más*2
Enfermería a domicilio	350 yenes	524 yenes	916 yenes	1255 yenes	1588 yenes
Hospital o clínica	296 yenes	444 yenes	639 yenes	939 yenes	1273 yenes

- *1 "Menos de 20 min" puede calcularse si se realiza otra visita de atención y enfermería domiciliar de 20 min o más al menos 1 vez a la semana.
- Dependiendo de la hora del día en que se utilice el servicio, como a primera hora de la mañana o a última hora de la noche, el copago es entre 1.25 y 1.5 veces superior.
- *2 Se calcula cuando el tiempo total necesario para los cuidados de enfermería a domicilio es igual o superior a 90 min para las personas que tienen derecho al complemento especial de gestión.

● 1 La estimación del copago se basa en el ejemplo de una persona que paga el 10 %.

● 2 Los importes de los copagos pueden variar en función de los cambios de remuneración, etc.

Comunitario Servicios de atención comunitaria... Por regla general, los servicios de atención comunitaria solo están disponibles para los ciudadanos (personas aseguradas por el seguro de dependencia municipal).

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Servicios disponibles

Este servicio proporciona rehabilitación a cargo de un fisioterapeuta, un terapeuta ocupacional o un logopeda que acude al domicilio del paciente, siguiendo las instrucciones del médico que lo atiende, cuando el paciente se recupera en casa y tiene dificultades para acudir al hospital.



<Estimación del copago>

Por visita 336 yenes

◇ Si se elabora un plan de ejecución de la rehabilitación y se lleva a cabo una rehabilitación intensiva, se cobra un suplemento de 218 yenes por visita.

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Rehabilitación a domicilio por motivos de cuidados preventivos

Este servicio proporciona rehabilitación a cargo de un fisioterapeuta, un terapeuta ocupacional o un logopeda que acude al domicilio del paciente, siguiendo las instrucciones del médico que lo atiende, cuando el paciente se recupera en casa y tiene dificultades para acudir al hospital.



<Estimación del copago>

Por visita 325 yenes

◇ Si se elabora un plan de ejecución de la rehabilitación y se lleva a cabo una rehabilitación intensiva, se cobra un suplemento de 218 yenes por visita.

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Orientación para la gestión de la asistencia sanitaria a domicilio

Este servicio permite a las personas que reciben tratamiento en casa y tienen dificultades para acudir al hospital recibir tratamiento médico, orientación y asesoramiento de un médico, dentista o farmacéutico que les visita en su domicilio. Los coordinadores asistenciales reciben también la información necesaria para elaborar planes de atención.



<Estimación del copago>

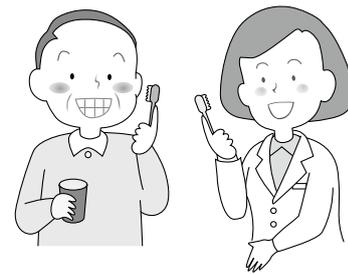
Cantidad de veces que se utiliza	Doctor	Dentista	Farmacéuticos en instituciones sanitarias	Farmacéuticos en farmacias	Dietista titulado	Higienistas dentales, etc.
Por visita	515 yenes	517 yenes	566 yenes	518 yenes	545 yenes	362 yenes
Residente de un solo edificio De 2 a 9 personas	487 yenes	487 yenes	417 yenes	379 yenes	487 yenes	326 yenes
Número máximo de usos	2 veces al mes	2 veces al mes	2 veces al mes	*4 veces al mes	2 veces al mes	4 veces al mes

* Para quienes se encuentran en fase terminal de cáncer o que reciben nutrición venosa central, la cuota puede calcularse hasta 8 veces al mes, 2 veces por semana.

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Orientación para la gestión de la asistencia sanitaria y los cuidados preventivos a domicilio

Este servicio permite a las personas que reciben tratamiento en casa y tienen dificultades para acudir al hospital recibir tratamiento médico, orientación y asesoramiento de un médico, dentista o farmacéutico que les visita en su domicilio. Además, se facilita la información necesaria para la formulación de planes de atención a los centros de asistencia integral comunitaria y otras entidades.



● 1 La estimación del copago se basa en el ejemplo de una persona que paga el 10%.
 ● 2 Los importes de los copagos pueden variar en función de los cambios de remuneración, etc.

Servicios de asistencia diurna (y nocturna) en el centro

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Atención diurna (centro de día)

Este servicio permite a las personas acudir a un centro de día con capacidad para 19 o más personas y recibir formación funcional, controles de salud, baño, comidas y otros cuidados cotidianos.

<Estimación del copago>

Estimación del copago	Grado de dependencia 1	Grado de dependencia 2	Grado de dependencia 3	Grado de dependencia 4	Grado de dependencia 5
8 horas o más, pero menos de 9 horas	718 yenes	848 yenes	981 yenes	1116 yenes	1252 yenes

Gastos de alimentación



Gastos cotidianos, etc.



- ◇ Las anteriores cifras se basan en el uso de un centro de atención diurna de tamaño normal durante más de 8 horas, pero menos de 9 (se incluye el coste de los servicios de transporte).
- ◇ Además, se aplica un suplemento por el uso de los servicios de mejora de la nutrición y los servicios de mejora de la función bucal.

Atención diurna comunitaria (centro de día) **Comunitario**

Este servicio permite a las personas acudir a un centro de día con capacidad para 18 o menos personas y recibir formación funcional, controles de salud, baño, comidas y otros cuidados cotidianos.

<Estimación del copago>

Estimación del copago	Grado de dependencia 1	Grado de dependencia 2	Grado de dependencia 3	Grado de dependencia 4	Grado de dependencia 5
8 horas o más, pero menos de 9 horas	840 yenes	992 yenes	1150 yenes	1308 yenes	1464 yenes

Gastos de alimentación



Gastos cotidianos, etc.



- ◇ Guía de uso de más de 8 horas, pero menos de 9 horas (el coste del servicio de transporte está incluido).
- ◇ Además, se aplica un suplemento por el uso de los servicios de mejora de la nutrición y los servicios de mejora de la función bucal.

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2 y beneficiarios del proyecto

Servicio equivalente al de atención diurna en la ciudad de Yokohama (Centro de día)

Este centro de día permite a las personas acudir a un centro de día para recibir formación funcional, controles de salud, baño, comidas y otros cuidados cotidianos.



<Estimación del copago>

Cantidad de veces que se utiliza (al mes)	Grado de asistencia 1	Grado de asistencia 2 Beneficiarios del proyecto
Aprox. 1 vez a la semana	1928 yenes	1928 yenes
Aprox. 2 veces a la semana		3882 yenes

Gastos de alimentación



Gastos cotidianos, etc.



- ◇ Se incluyen los gastos de transporte y servicios de baño.
- ◇ Además, se aplica un suplemento por el uso de los servicios de mejora de la nutrición y los servicios de mejora de la función bucal.

Quienes tengan grado de dependencia 1-5 (no disponible para quienes tengan grado de asistencia 1 o 2)

Atención diurna terapéutica **Comunitario**

Este centro de día proporciona formación funcional, controles de salud, baño, comidas y otros cuidados cotidianos a personas con graves necesidades de atención que padecen enfermedades incurables o se encuentran en fase terminal de cáncer y requieren la observación constante de una enfermera.

<Estimación del copago>

Al mes	(Sin clasificar)
	13 706 yenes



Gastos de alimentación



Gastos cotidianos, etc.



- ◇ El número de personas que pueden utilizar el servicio está limitado en función de su estado físico.

● 1 La estimación del copago se basa en el ejemplo de una persona que paga el 10 %.

● 2 Los importes de los copagos pueden variar en función de los cambios de remuneración, etc.

Comunitario Servicios de atención comunitaria... Por regla general, los servicios de atención comunitaria solo están disponibles para los ciudadanos (personas aseguradas por el seguro de dependencia municipal).

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Atención diurna para personas con demencia **Comunitario**

Centro de día para personas con demencia, donde pueden recibir asistencia para el baño y las comidas, entrenamiento funcional y ocio en un ambiente familiar y de grupo reducido.

<Estimación del copago>

8 horas o más, pero menos de 9 horas al día

Grado de dependencia 1	1117 yenes
Grado de dependencia 2	1237 yenes
Grado de dependencia 3	1358 yenes
Grado de dependencia 4	1482 yenes
Grado de dependencia 5	1602 yenes



Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Atención diurna y cuidados preventivos para personas con demencia **Comunitario**

Centro de día para personas con demencia, donde pueden recibir asistencia para el baño y las comidas, entrenamiento funcional y ocio en un ambiente familiar y de grupo reducido.

<Estimación del copago>

8 horas al día o más pero menos de 9 horas

Grado de asistencia 1	967 yenes
Grado de asistencia 2	1079 yenes



- Las anteriores cifras se basan en el uso de un centro de atención diurna independiente para personas con demencia durante más de 8 horas, pero menos de 9 (se incluye el coste del servicio de transporte).
- Además, se aplica un suplemento por el uso de los servicios de mejora de la nutrición y los servicios de mejora de la función bucal.

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

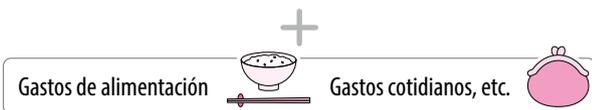
Rehabilitación ambulatoria (cuidado diurno)

Cuando el médico que lo atiende lo considera necesario para el mantenimiento y la mejora de las funciones mentales y físicas, este servicio permite al paciente acudir a un centro geriátrico de salud, hospital o clínica para recibir rehabilitación y cuidados cotidianos como el baño y las comidas.



<Estimación del copago>

Al día	Grado de dependencia 1	Grado de dependencia 2	Grado de dependencia 3	Grado de dependencia 4	Grado de dependencia 5
7 horas o más, pero menos de 8 horas	829 yenes	983 yenes	1138 yenes	1322 yenes	1501 yenes



- Las cifras anteriores se basan en el uso de un centro de rehabilitación ambulatoria de tamaño normal durante más de 7 horas, pero menos de 8. (el coste del servicio de transporte está incluido).
- Además, se aplica un suplemento cuando se lleva a cabo una rehabilitación intensiva durante un breve periodo de tiempo de acuerdo con el plan de aplicación de la rehabilitación, o cuando se utilizan servicios de mejora de la nutrición o de la función bucal.

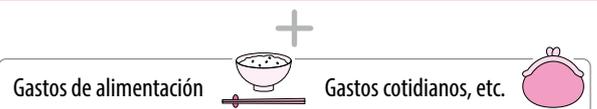
Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Rehabilitación ambulatoria preventiva

Cuando el médico que lo atiende lo considera necesario para el mantenimiento y la mejora de las funciones mentales y físicas, este servicio permite al paciente acudir a un centro geriátrico de salud, hospital o clínica para recibir rehabilitación y cuidados cotidianos como el baño y las comidas. La tarifa es una cuota fija mensual y solo puede utilizarse un único centro.

<Estimación del copago>

Al 1 mes	Servicios generales	Suplemento nutricional adicional	Suplemento para mejorar la función bucal
Grado de asistencia 1	2468 yenes	218 yenes	169 yenes
Grado de asistencia 2	4600 yenes	218 yenes	169 yenes



- Los costes de los "servicios de transporte" y los "servicios de baño" se incluyen en los servicios generales.

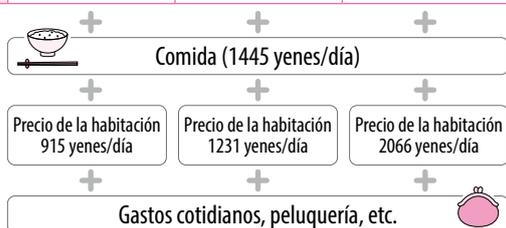
Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Atención temporal en residencia (estancias cortas en centros de asistencia social)

Se trata de un servicio en el que las personas permanecen durante un breve periodo de tiempo en un centro de asistencia social y reciben cuidados cotidianos como comer, vestirse y bañarse, así como actividades recreativas, etc., cuando les resulta temporalmente difícil cuidar de sus seres queridos en el domicilio. La tarifa depende del tipo de habitación en que se aloje.

<Estimación del copago>

Al día	Habitación compartida (capacidad para 2 o más personas)	Habitación individual tradicional Habitación individual sin sala de estar adjunta	Habitación individual tipo módulo Habitación individual con sala de estar adjunta
Grado de dependencia 1	656 yenes	656 yenes	766 yenes
Grado de dependencia 2	732 yenes	732 yenes	840 yenes
Grado de dependencia 3	811 yenes	811 yenes	922 yenes
Grado de dependencia 4	887 yenes	887 yenes	999 yenes
Grado de dependencia 5	962 yenes	962 yenes	1074 yenes



Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

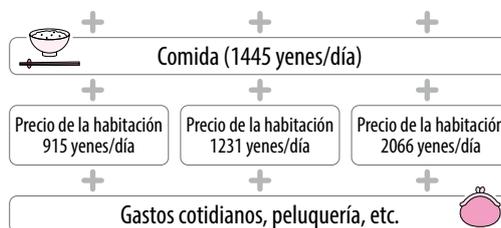
Atención temporal y cuidados preventivos en residencia

Se trata de un servicio en el que las personas permanecen durante un breve periodo de tiempo en un centro de asistencia social para evitar el deterioro de las funciones vitales cuando les resulta temporalmente difícil cuidar de sus seres queridos en el domicilio.



<Estimación del copago>

Al día	Habitación compartida (capacidad para 2 o más personas)	Habitación individual tradicional Habitación individual sin sala de estar adjunta	Habitación individual tipo módulo Habitación individual con sala de estar adjunta
Grado de asistencia 1	491 yenes	491 yenes	576 yenes
Grado de asistencia 2	611 yenes	611 yenes	714 yenes



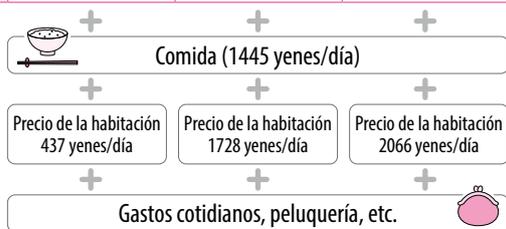
Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Atención temporal en centro sanitario (estancias cortas en residencias de ancianos, hospitales, etc.)

Se trata de un servicio en el que las personas permanecen durante un breve periodo de tiempo en un centro geriátrico o sanitario, por ejemplo, cuando resulta temporalmente difícil prestarles cuidados en casa, y reciben formación funcional y asistencia en la vida diaria bajo supervisión sanitaria de médicos, enfermeros, fisioterapeutas y demás personal. La tarifa depende del tipo de habitación en que se aloje.

<Estimación del copago>

Al día	Habitación compartida (capacidad para 2 o más personas)	Habitación individual tradicional Habitación individual sin sala de estar adjunta	Habitación individual tipo módulo Habitación individual con sala de estar adjunta
Grado de dependencia 1	890 yenes	808 yenes	897 yenes
Grado de dependencia 2	944 yenes	859 yenes	947 yenes
Grado de dependencia 3	1012 yenes	927 yenes	1017 yenes
Grado de dependencia 4	1069 yenes	984 yenes	1076 yenes
Grado de dependencia 5	1128 yenes	1041 yenes	1132 yenes



Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

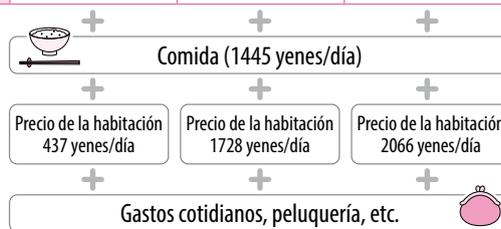
Atención temporal y cuidados preventivos en centro sanitario

Se trata de un servicio en el que las personas permanecen durante un breve periodo de tiempo en un centro geriátrico o sanitario, por ejemplo, cuando resulta temporalmente difícil prestarles cuidados en casa, y reciben cuidados preventivos, formación funcional y asistencia en su estilo de vida bajo supervisión sanitaria de médicos, enfermeros, fisioterapeutas y demás personal.



<Estimación del copago>

Al día	Habitación compartida (capacidad para 2 o más personas)	Habitación individual tradicional Habitación individual sin sala de estar adjunta	Habitación individual tipo módulo Habitación individual con sala de estar adjunta
Grado de asistencia 1	658 yenes	621 yenes	669 yenes
Grado de asistencia 2	830 yenes	779 yenes	846 yenes



- ◇ Si se utiliza un servicio de recogida, se añadirá un cargo de entre 198 y 201 yenes por trayecto.
- ◇ Los gastos de pañales están incluidos en el seguro de dependencia.
- * Los gastos de las comidas y de habitación son importes estándar indicados por el gobierno. Para conocer las tarifas específicas, póngase en contacto con el centro correspondiente (p. 35 de la guía)
- * Para las personas con bajos ingresos, existe un sistema de tarifas reducidas en comida y alojamiento (pp. 35 y 38 de la guía)

● 1 La estimación del copago se basa en el ejemplo de una persona que paga el 10 %.
 ● 2 Los importes de los copagos pueden variar en función de los cambios de remuneración, etc.

Servicios disponibles las 24 horas del día

Quienes tengan grado de dependencia 1-5 (no disponible para quienes tengan grado de asistencia 1 y 2)

Asistencia domiciliaria con visitas periódicas y respuesta inmediata **Comunitario**

Este servicio proporciona visitas periódicas y según las necesidades, mientras que los servicios de asistencia domiciliaria 24 horas y de enfermería a domicilio están integrados o estrechamente coordinados. Por regla general, solo puede utilizarse un único centro.



<Estimación del copago>

Al 1 mes

	Uso asistencial y de enfermería	Uso asistencial
Grado de dependencia 1	8836 yenes	6056 yenes
Grado de dependencia 2	13 804 yenes	10 809 yenes
Grado de dependencia 3	21 071 yenes	17 948 yenes
Grado de dependencia 4	25 974 yenes	22 704 yenes
Grado de dependencia 5	31 468 yenes	27 458 yenes

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Asistencia domiciliaria multifuncional a pequeña escala **Comunitario**

Este servicio permite al personal visitar el entorno familiar del usuario o alojarse en la empresa en la zona de residencia del propio usuario, centrándose en los servicios de desplazamiento a la empresa.

Los servicios de visitas a domicilio y alojamiento son prestados por personal conocido con el servicio sin cita previa. La tarifa es una cuota fija mensual (el alojamiento y otros gastos se cobran aparte) y solo puede utilizarse un único centro. Tenga en cuenta que algunos servicios de atención domiciliaria, como la asistencia domiciliaria (ayuda a domicilio), la atención diurna (centro de día) y la atención temporal en residencia y en centro sanitario (estancia corta), y otros servicios de atención comunitaria no pueden utilizarse mientras se utiliza este servicio. Además, los planes de atención son elaborados por coordinadores asistenciales afiliados a la oficina.



<Estimación del copago>

Al 1 mes

Grado de dependencia 1	11 379 yenes
Grado de dependencia 2	16 723 yenes
Grado de dependencia 3	24 327 yenes
Grado de dependencia 4	26 849 yene
Grado de dependencia 5	29 604 yene

+

Gastos de alimentación
Gastos de alojamiento
Gastos cotidianos, etc.

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Asistencia domiciliaria multifuncional y cuidados preventivos a pequeña escala **Comunitario**

<Estimación del copago>

Al 1 mes

Grado de asistencia 1	3754 yenes
Grado de asistencia 2	7586 yenes

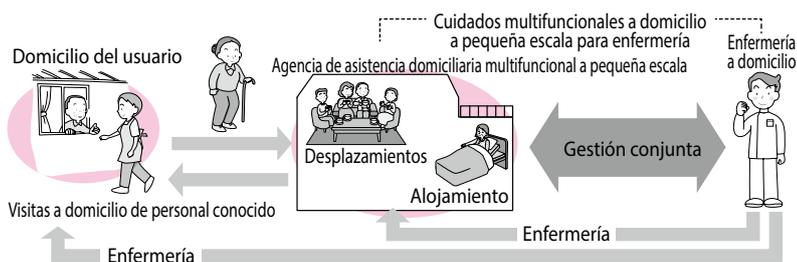
+

Gastos de alimentación
Gastos de alojamiento
Gastos cotidianos, etc.

Quienes tengan grado de dependencia 1-5 (no disponible para quienes tengan grado de asistencia 1 y 2)

Cuidados multifuncionales a domicilio a pequeña escala para enfermería (antes conocida como servicios complejos) **Comunitario**

Este servicio es una combinación de asistencia domiciliaria multifuncional a pequeña escala y enfermería a domicilio, con servicios prestados principalmente mediante "desplazamiento" diurno a los centros de la empresa, con servicios de "visita a domicilio" y "alojamiento" prestados de forma flexible en función de la situación y los deseos del usuario. Por regla general, solo puede utilizarse un único centro. Además, los planes de atención son elaborados por coordinadores asistenciales afiliados a la oficina.



- Número máx. de usuarios inscritos: 29
- Número máx. de usuarios en el centro de día: 18
- Número máx. de usuarios alojados: 9

Todos los servicios son prestados por personal conocido, independientemente del servicio que utilice

<Estimación del copago>

Al 1 mes

Grado de dependencia 1	13 543 yenes
Grado de dependencia 2	18 948 yenes
Grado de dependencia 3	26 636 yenes
Grado de dependencia 4	30 210 yenes
Grado de dependencia 5	34 172 yenes

+

Gastos de alimentación
Gastos de alojamiento
Gastos cotidianos, etc.

- 1 La estimación del copago se basa en el ejemplo de una persona que paga el 10 %.
- 2 Los importes de los copagos pueden variar en función de los cambios de remuneración, etc.

Servicios para mejorar el entorno vital

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Préstamo de equipos para asistencia social (alquiler)

Es posible acceder a préstamos de equipos para asistencia social para apoyar la independencia en la vida cotidiana.

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Préstamo de equipos de cuidados preventivos para asistencia social (alquiler)

Es posible acceder a préstamos de equipos para asistencia social que permitan llevar una vida independiente, contribuyendo a los cuidados preventivos.

Equipos sujetos a préstamo (13 tipos) ■ Por regla general, este servicio no está disponible si usted vive en una residencia geriátrica privada con asistencia o en un hogar colectivo.

1 Sillas de ruedas

* Sillas de ruedas eléctricas para uso autónomo, con asistencia y modelo estándar



2 Accesorios para sillas de ruedas

* Cojines, dispositivos eléctricos de asistencia, etc.



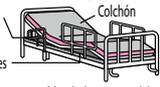
3 Camas para necesidades especiales

* Con sistemas que permiten modificar el ángulo del respaldo y la altura de la cama



4 Accesorios especiales para camas para necesidades especiales

Barras de sujeción para movilidad, Colchón, Barandillas laterales, Mesas, cintas de asistencia, tablas deslizantes y colchonetas



5 Equipos de prevención de úlceras por presión

* Colchones inflables, de agua, etc.



6 Equipos para cambiar de posición

* Incluye dispositivos de asistencia para incorporarse, etc.



7 Dispositivos de detección de la deambulación para ancianos con demencia

* Incluye sensores de movimiento al levantarse de cama, etc.



8 Elevadores móviles

* Incluye plataformas elevadoras para escaleras, etc.



9 Sistemas automatizados de eliminación de desechos corporales

* Excepto las piezas intercambiables



* Salvo en algunos casos excepcionales, los puntos ① a ⑧ no están disponibles para quienes tengan grado de asistencia 1 o 2, o quienes tengan grado de dependencia 1.
* ⑨ Los dispositivos automáticos de evacuación de residuos con función de aspiración de heces no están disponibles para quienes tengan grado de asistencia 1 o 2 y quienes tengan grado de dependencia 1-3, salvo en algunos casos excepcionales (con dispositivos que aspiran la orina).

10 Pasamanos

* Sin necesidad de obras para su instalación



A partir de abril de 2024, podrá elegir entre el alquiler y la compra.

11 Rampas

* Sin necesidad de obras para su instalación



12 Andadores

* La compra excluye los artículos con ruedas



13 Bastones

* La compra excluye las muletas



Estimación del copago

10 % del importe del préstamo (20 % o 30 % si los ingresos superan un determinado nivel)

* Los importes de los préstamos varían en función del tipo de equipo y del proveedor.

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Venta (compra) de equipos para asistencia social especializados

Se reembolsa parte del coste de compra cuando se adquiere un tipo específico de equipamiento para asistencia social de un proveedor designado para ayudar a la independencia en la vida cotidiana.

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Venta (compra) de equipos para cuidados preventivos para asistencia social específicos

Se reembolsa parte del coste de compra cuando se adquiere un tipo específico de equipamiento para asistencia social de un proveedor designado para ayudar a la independencia en la vida cotidiana.

Equipos sujetos a compra (9 tipos) ■ Solo se reembolsarán los gastos si la compra se realiza a un proveedor designado.

■ En principio, este servicio no está disponible si vive en una residencia geriátrica privada con asistencia o en un hogar colectivo.

11 ~ 19

14 Asientos de inodoro

* Incluye accesorios de elevar el asiento del inodoro, etc.



15 Piezas sustituibles de los sistemas automatizados de eliminación de desechos corporales

* Receptores, tubos, depósitos, etc.

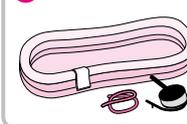


16 Ayudas para el baño

* Sillas para el baño, sillas para la bañera, plataformas de baño y cintas de asistencia para el baño, etc.



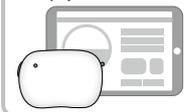
17 Bañeras portátiles



18 Accesorios para los elevadores móviles



19 Equipo predictivo de apoyo excretor



Por regla general, no se puede comprar el mismo tipo de artículo por duplicado.

<Estimación del copago>

10 % del precio de compra

20 % o 30 % si los ingresos superan un determinado nivel

Límite de reembolso: 90 000 yenes (al año) para quienes pagan el 10 %

(Si el precio de compra supera los 100 000 yenes, el exceso será abonado íntegramente por el copago).

Documentos necesarios para la solicitud

1 Formulario de solicitud

(Distribuido en el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito)

2 Recibo

3 Justificantes de la necesidad del equipo para asistencia social

(ya sea en un formulario de solicitud, una carta explicativa, un plan de servicios de atención domiciliar o un plan de venta de equipos para asistencia social)

4 Catálogos o similares del equipo para asistencia social en cuestión

(documentos que contengan una descripción general del equipo de asistencia)

* En el caso de los equipos predictivos de apoyo excretor, además de los puntos ① a ④ anteriores, se requiere una confirmación por escrito de los resultados médicos y un registro de confirmación de los dispositivos predictivos de apoyo excretor.

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Reforma de viviendas

Reforma de viviendas para cuidados preventivos

Si una persona con grado de dependencia en su domicilio realiza reformas en su vivienda para poder seguir residiendo en ella, se le reembolsará una parte del importe abonado hasta un máximo de 200 000 yenes.



Obras subvencionables

- ① Instalación de barandillas
- ② Eliminación de escalones o desniveles
- ③ Cambios en los materiales del suelo y de la superficie de los pasillos para evitar resbalones y facilitar el movimiento, etc.
- ④ Sustitución de puertas por puertas correderas, etc. (incluyendo la retirada de puertas y la instalación de puertas nuevas [cuando el coste sea inferior al de la sustitución])
- ⑤ Sustitución de inodoros de estilo japonés por inodoros de estilo occidental, etc.
- ⑥ Obras complementarias necesarias relacionadas con las obras ① a ⑤ anteriores
 - Refuerzo del soporte de pared para la instalación de la barandilla
 - Construcción de sistemas de suministro de agua y drenaje relacionadas con las obras de cuartos de baño y aseos
 - Instalación de vallas, etc. para evitar caídas y desprendimientos de ruedas cuando se instalen rampas
 - Reforma de muros o columnas relacionadas con la sustitución de puertas, etc.

Documentos necesarios para la solicitud (si no realiza el pago por delegación)

[Antes de las obras]

- ① Formulario de solicitud (disponible en el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito)
- ② Presupuesto y desglose del valor estimado
- ③ Declaración de las razones por las que es necesaria la reforma de viviendas (preparada por el coordinador asistencial. Si no hay disponible un coordinador asistencial, consulte con el Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas de la Oficina de Distrito).
- ④ Fotografías tomadas antes de la ejecución de las obras
- ⑤ Cualquier información (por ejemplo, fotos, diagramas) que muestre el estado previsto tras la reforma de la vivienda
- ⑥ Una copia de la carta de aprobación y del contrato de alquiler para la reforma de la vivienda (si su residencia es alquilada)

[Tras la finalización de las obras]

- ① Recibos y desglose de la obra
- ② Foto después de la reforma

- (1) Antes de iniciar las obras, diríjase al Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito con los documentos de solicitud. Las obras comenzarán tras recibir el "Aviso de reforma de la vivienda", emitido por el Departamento de Seguros y Pensiones.
- (2) Una vez finalizadas las obras, se paga el coste total al contratista y, tras presentar el recibo y otros documentos necesarios al Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito, se reembolsará la parte cubierta por las prestaciones del seguro.

Por regla general, este servicio no está disponible si vive en un centro o residencia para personas mayores, como una residencia geriátrica privada, hogar colectivo o una vivienda con servicios para personas mayores.

Acerca del sistema de pago por delegación

El sistema de reforma del hogar consiste en que el usuario paga el importe total del coste (prestación del seguro + copago) y posteriormente recibe un reembolso parcial (prestación del seguro) dentro del límite, pero la ciudad de Yokohama tiene un sistema de pago por delegación, por el que el usuario solo abona la parte del copago al contratista.

El plan cubre las reformas realizadas por empresas de adaptación de viviendas registradas en la ciudad. En el sitio web de la ciudad de Yokohama figura la lista de operadores registrados. También pueden consultarse en el Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas de la Oficina de Distrito y en el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito.

横浜市介護保険住宅改修 名簿

Consultas

<Estimación del copago>

10 % de los costes de la reforma
(20 % o 30 % si los ingresos superan un determinado nivel)

Límite de reembolso: 180 000 yenes para quienes pagan el 10 %

* El límite para los gastos de reforma es de 200 000 yenes por vivienda actual.

Puede volver a utilizarlo si se muda fuera de la zona o si su "nivel de necesidad de cuidados*" aumenta 3 tramos o más (límite de 200 000 yenes).

(*) El grado de dependencia 1 y el grado de asistencia 2 se consideran en el mismo tramo.

Servicios residenciales

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Asistencia en grupo para personas con demencia **Comunitario**

Las personas con demencia reciben cuidados cotidianos en un entorno familiar, conviviendo con otras 5 a 9 personas. El centro está equipado con una sala de estar, un salón, un comedor y un cuarto de baño, y su objetivo es aliviar la progresión de los síntomas de la demencia y permitir a los usuarios llevar su vida cotidiana con tranquilidad, dándoles un papel en las tareas domésticas a cada uno.

* Los pagos varían en función del número de créditos.

<Estimación del copago>

Al 1 mes

	1 crédito	2 o más créditos
Grado de dependencia 1	24 603 yenes	24 217 yenes
Grado de dependencia 2	25 761 yenes	25 342 yenes
Grado de dependencia 3	26 500 yenes	26 114 yenes
Grado de dependencia 4	27 047 yenes	26 629 yenes
Grado de dependencia 5	27 626 yenes	27 176 yenes



+

Gastos de alimentación	Alojamiento, gestión, servicios de agua y electricidad, etc.	Gastos cotidianos Pañales, peluquería, etc.
------------------------	--	--

Quienes tengan grado de asistencia 1 o 2

Asistencia y cuidados preventivos en grupo para personas con demencia **Comunitario**

Las personas con demencia conviven en un entorno familiar y el personal les proporciona asistencia para la vida cotidiana, así como servicios que tienen en cuenta la mejora de las funciones de la vida diaria.

* No disponible para quienes tengan grado de asistencia 1.

* Los pagos varían en función del número de créditos.

<Estimación del copago>

Al 1 mes

	1 crédito	2 o más créditos
Grado de asistencia 2	24 474 yenes	24 088 yenes



+

Gastos de alimentación	Alojamiento, gestión, servicios de agua y electricidad, etc.	Gastos cotidianos Pañales, peluquería, etc.
------------------------	--	--

Quienes tengan grado de dependencia 1-5

Asistencia a residentes en centros específicos (por ejemplo, residencias geriátricas privadas con asistencia)

Los residentes se trasladan a una residencia geriátrica privada con asistencia u otro centro designado por el seguro de dependencia, donde es posible acceder a cuidados relacionados con la alimentación, el baño y la eliminación de desechos corporales y rehabilitación. Además, algunos centros ofrecen estancias de corto plazo (hasta 30 días).

<Estimación del copago>

Al 1 mes

Grado de dependencia 1	Grado de dependencia 2	Grado de dependencia 3	Grado de dependencia 4	Grado de dependencia 5
17 431 yenes	19 586 yenes	21 837 yenes	23 927 yenes	26 146 yenes

+

Gastos administrativos	Gastos de alimentación	
Servicios de agua y electricidad, el equivalente al alquiler, gastos cotidianos, pañales, peluquería, etc.		

Quienes tengan grado de asistencia 1 y 2

Cuidados preventivos para residentes en centros específicos de atención y prevención (por ejemplo, residencias geriátricas privadas con asistencia)

Al establecerse en una residencia geriátrica privada con asistencia designada por el seguro de dependencia, recibirá asistencia del personal para la vida cotidiana, así como prestación de servicios que tienen en cuenta la mejora de las funciones de la vida diaria.

<Estimación del copago>

Al 1 mes

Grado de asistencia 1	Grado de asistencia 2
5 886 yenes	10 066 yenes

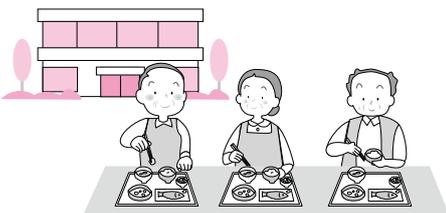
+

Gastos administrativos	Gastos de alimentación	
Servicios de agua y electricidad, el equivalente al alquiler, gastos cotidianos, pañales, peluquería, etc.		

Quienes tengan grado de dependencia 1-5 (no disponible para quienes tengan grado de asistencia 1 y 2)

Atención a residentes en centros comunitarios específicos (por ejemplo, residencias geriátricas privadas con asistencia) **Comunitario**

En las residencias geriátricas privadas con asistencia, etc., gestionadas a pequeña escala con una capacidad de 29 personas o menos (centros especificados de atención exclusiva), se prestan a un número reducido de residentes los mismos servicios que en los centros especificados de atención a residentes.



Al 1 mes

Grado de dependencia 1	17 560 yenes
Grado de dependencia 2	19 747 yenes
Grado de dependencia 3	22 030 yenes
Grado de dependencia 4	24 120 yenes
Grado de dependencia 5	26 372 yenes

+

Gastos administrativos	Gastos de alimentación	
Servicios de agua y electricidad	El equivalente al alquiler	
Gastos cotidianos, pañales, peluquería, etc.		

● 1 La estimación del copago se basa en el ejemplo de una persona que paga el 10 %.

● 2 Los importes de los copagos pueden variar en función de los cambios de remuneración, etc.

Comunitario Servicios de atención comunitaria... Por regla general, los servicios de atención comunitaria solo están disponibles para los ciudadanos (personas aseguradas por el seguro de dependencia municipal).

Servicios institucionales

En principio, quienes tengan grado de dependencia 3-5 (no disponible para quienes tengan grado de asistencia 1 o 2). Existen unas disposiciones especiales de admisión para quienes tengan grado de dependencia 1 o 2 (ver más abajo).

Centros de asistencia social para personas mayores (Residencias geriátricas)

Estos centros proporcionan atención para la vida cotidiana, incluyendo la atención para el baño, la eliminación de desechos corporales y las comidas, formación funcional, atención sanitaria y asistencia médica.

Centros comunitarios de asistencia social para personas mayores Asistencia en la vida diaria para residentes **Comunitario**

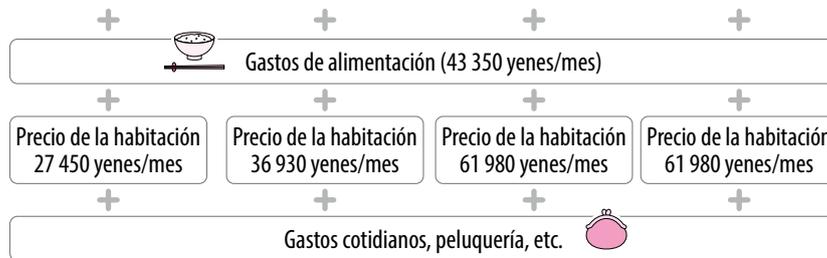
Se trata de residencias geriátricas que funcionan a pequeña escala con una capacidad máxima de 29 personas. Se prestan servicios a un número reducido de residentes, similares a los que se prestan en las residencias geriátricas.

<Estimación del copago>

Durante 1 mes	[Centros de asistencia social para personas mayores] Habitación compartida (capacidad para 2 o más personas)	[Centros de asistencia social para personas mayores] Habitación individual tradicional Habitación individual sin sala de estar adjunta	[Centros de asistencia social para personas mayores] Habitación individual tipo módulo Habitación individual con sala de estar adjunta	[Centros comunitarios de asistencia social para personas mayores] Habitación individual tipo módulo Habitación individual con sala de estar adjunta
Grado de dependencia 1	18 943 yenes	18 943 yenes	21 548 yenes	21 934 yenes
Grado de dependencia 2	21 194 yenes	21 194 yenes	23 799 yenes	24 217 yenes
Grado de dependencia 3	23 542 yenes	23 542 yenes	26 211 yenes	26 629 yenes
Grado de dependencia 4	25 793 yenes	25 793 yenes	28 494 yenes	28 977 yenes
Grado de dependencia 5	28 012 yenes	28 012 yenes	30 713 yenes	31 228 yenes



- ◆ Además, hay costes adicionales en función de los servicios que preste el centro y de los que decida utilizar el usuario.
- ◆ Los gastos de pañales están incluidos en el seguro de dependencia.
- * Los gastos de las comidas y de habitación son importes estándar indicados por el gobierno. Para conocer las tarifas específicas, póngase en contacto con el centro correspondiente (p. 35 de la guía)
- * Existe un sistema de tarifas reducidas en comidas y alojamiento para las personas con bajos ingresos (pp. 35 y 38 de la guía)



● 1 La estimación del copago se basa en el ejemplo de una persona que paga el 10 %. ● 2 Los importes de los copagos pueden variar en función de los cambios de remuneración, etc.

Comunitario Servicios de atención comunitaria... Por regla general, los servicios de atención comunitaria solo están disponibles para los ciudadanos (personas aseguradas por el seguro de dependencia municipal).

Servicios disponibles

Acerca de las disposiciones especiales de admisión

Desde abril de 2015, las residencias geriátricas están concebidas, en principio, para quienes tengan grado de dependencia 3 y superiores, pero se permite la admisión en casos especiales de quienes tengan grado de dependencia 1 o 2 si cumplen los siguientes disposiciones especiales:

- Debido a la demencia, se observan frecuentemente síntomas o comportamientos que interfieren en la vida diaria y dificultades en la comunicación, lo que le dificulta realizar sus actividades cotidianas en su propio domicilio.
- Con discapacidad intelectual o psíquica, se observan frecuentemente síntomas o comportamientos que interfieren en la vida cotidiana y dificultades en la comunicación, lo que le dificulta realizar sus actividades cotidianas en su propio domicilio.
- Se encuentra en una situación en la que es difícil garantizar la seguridad física y mental debido a la sospecha de malos tratos graves por parte de un familiar u otras personas.
- Es complicado llevar a cabo la vida cotidiana en el domicilio debido a que es un hogar unipersonal o los familiares con los que se convive son ancianos o enfermos, o están ocupados con el cuidado de los hijos o el trabajo, etc., lo que hace que no se pueda esperar asistencia por parte de la familia, etc. y, además, los servicios asistenciales y asistencia en la vida en la comunidad no son suficientes.
- Por motivos distintos de los enumerados anteriormente, resulta extremadamente difícil vivir en casa y se considera necesario el ingreso en una residencia geriátrica.

Quienes tengan grado de dependencia 1 o 2 y deseen ser admitidos, marquen la casilla correspondiente a las disposiciones especiales de admisión en el formulario de solicitud de admisión.

Cómo solicitar la admisión en un centro de asistencia social para personas mayores (residencia geriátricas)

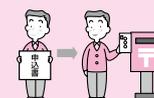
Las solicitudes se gestionan de manera centralizada en el "Centro de recepción de solicitudes de admisión".

Rellene el formulario de solicitud disponible en el Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas de la Oficina de Distrito, en las plazas de atención comunitaria, en cada residencia geriátrica y en el Departamento de Centros para Personas Mayores de la Oficina de Salud y Asistencia Social, y envíelo por correo a la siguiente dirección.

<Lugar de solicitud> Yume-ooka Office Tower 14F 1-6-1 Kami-ooka-nishi, Konan-ku 233-0002

Centro de recepción de solicitudes de admisión en residencias geriátricas especiales (en los centros de consulta para los centros y viviendas para personas mayores)

Tel. 045-840-5817 Fax 045-840-5816



Centros de recepción de solicitudes de admisión

Centros de consulta para los centros y viviendas para personas mayores

Se han creado los "Centros de consulta para los centros y viviendas para personas mayores", con el fin de asesorar sobre los centros y viviendas para personas mayores. Asesores especializados ofrecen consultas personalizadas y específicas, además de facilitar información diversa, incluyendo información básica sobre los centros y la lista de espera para la admisión.

◆ Servicio de consultas Yume-ooka Office Tower 14F 1-6-1 Kami-ooka-nishi, Konan-ku
Tel. 045-342-8866 Fax 045-840-5816

◆ Horario de consulta (con cita previa).... De lunes a viernes, de 9.00 a 17.00 (cerrado sábados, domingos, festivos y vacaciones de fin de año y Año Nuevo)
* Solo algunos sábados están abiertos para consultas con cita previa (no se aceptarán formularios de solicitud).

◆ Información sobre los centros..... Residencias geriátricas, centros geriátricos de salud, hogares colectivos, residencias geriátricas de coste reducido, etc.

Quienes tengan grado de dependencia 1-5 (no disponible para quienes tengan grado de asistencia 1 y 2)

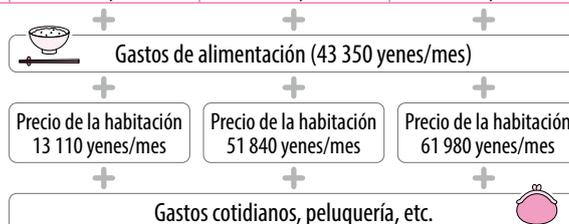
Centros geriátricos de salud

El objetivo de estos centros es que los usuarios puedan regresar a sus hogares, al tiempo que se les proporciona rehabilitación y otras actividades de la vida cotidiana que les permitan llevar una vida cotidiana independiente. El objetivo es ayudar a las personas a volver a vivir en casa, por lo que periódicamente se evalúa si es posible regresar a vivir en su domicilio después de abandonar el centro. Si el estado de salud justifica un tratamiento hospitalario, el paciente será remitido a una institución sanitaria adecuada.



<Estimación del copago>

Durante 1 mes	Habitación compartida (capacidad para 2 o más personas)	Habitación individual tradicional Habitación individual sin sala de estar adjunta	Habitación individual tipo módulo Habitación individual con sala de estar adjunta
Grado de dependencia 1	25 503 yenes	23 059 yenes	25 793 yenes
Grado de dependencia 2	27 111 yenes	24 538 yenes	27 272 yenes
Grado de dependencia 3	29 202 yenes	26 629 yenes	29 362 yenes
Grado de dependencia 4	30 906 yenes	28 398 yenes	31 131 yenes
Grado de dependencia 5	32 546 yenes	29 974 yenes	32 739 yenes



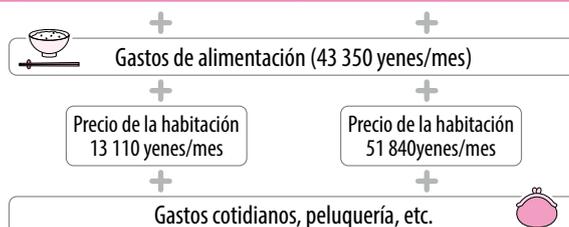
Hospitales de cuidados médicos

La nueva ley se estableció en abril de 2018 como resultado de las enmiendas a la Ley del Seguro de Dependencia. Estos centros combinan funciones sanitarias como la "gestión sanitaria diaria" y los "cuidados paliativos y terminales" con funciones de "residencias" para personas mayores con necesidades de asistencia sanitaria crónicas y de cuidados de enfermería.



<Estimación del copago> Tipo I

Durante 1 mes	Habitación compartida (capacidad para 2 o más personas)	Habitación individual tradicional Habitación individual sin sala de estar adjunta
Grado de dependencia 1	26 790 yenes	23 188 yenes
Grado de dependencia 2	30 327 yenes	26 758 yenes
Grado de dependencia 3	38 014 yenes	34 412 yenes
Grado de dependencia 4	41 262 yenes	37 692 yenes
Grado de dependencia 5	44 220 yenes	40 618 yenes



- ◇ Además, hay costes adicionales en función de los servicios que preste el centro y de los que decida utilizar el usuario.
- ◇ Los gastos de pañales están incluidos en el seguro de dependencia.
- * Los gastos de las comidas y de habitación son importes estándar indicados por el gobierno. Para conocer las tarifas específicas, póngase en contacto con el centro correspondiente (p. 35 de la guía)
- * Existe un sistema de tarifas reducidas en comidas y alojamiento para las personas con bajos ingresos (pp. 35 y 38 de la guía)

Cómo solicitar la admisión en centros geriátricos de salud y hospitales de cuidados médicos

Se obtiene el formulario de solicitud establecido por cada centro y se solicita directamente al mismo.

Se consulta al centro en el que desea ser ingresado



Solicitud de admisión



Contrato



Se explica el servicio

● 1 La estimación del copago se basa en el ejemplo de una persona que paga el 10 %.

● 2 Los importes de los copagos pueden variar en función de los cambios de remuneración, etc.

Comunitario Servicios de atención comunitaria... Por regla general, los servicios de atención comunitaria solo están disponibles para los ciudadanos (personas aseguradas por el seguro de dependencia municipal).

Acerca de las tasas de contribución de los usuarios

Quando utiliza los servicios del seguro de dependencia, paga los costes del servicio en función de su cuota de usuario*1.

Además de los costes del servicio, se cubren los gastos de comida y alojamiento. El coste de la comida, el alojamiento y la manutención viene determinado por el contrato en el momento de su utilización y varía de un operador a otro.

① Servicios de atención domiciliaria ② Servicios de atención comunitaria	quando se utiliza (común a quienes tengan grado de asistencia 1 o 2 y a quienes tengan grado de dependencia 1-5)			
Asistencia domiciliaria, baño y enfermería a domicilio Rehabilitación a domicilio, orientación para la gestión de la asistencia sanitaria a domicilio, etc.	Coste del servicio			
Atención diurna Rehabilitación ambulatoria, etc.	Coste del servicio	Gastos de alimentación 		Gastos cotidianos 
Atención temporal en residencia Atención temporal en centro sanitario (estancia corta)	Coste del servicio	Gastos de alimentación 	Precio de la habitación 	Gastos cotidianos (peluquería, etc.)  ※ 2
Asistencia domiciliaria multifuncional a pequeña escala Asistencia en grupo para personas con demencia, etc.	Coste del servicio	Gastos de alimentación 	Precio de la habitación 	Gastos cotidianos 
③ Si se utilizan servicios en centros de atención (En principio, requisito de grado de asistencia 3 o superior para los centros de asistencia social para personas mayores (residencias geriátricas), y quienes tengan grado de dependencia 1-5 para otros servicios en centros de atención).				
Centros de asistencia social para personas mayores (residencias geriátricas) Centros geriátricos de salud y hospitales de cuidados médicos	Coste del servicio	Gastos de alimentación 	Precio de la habitación 	Gastos cotidianos (peluquería, etc.)  ※ 2

※ 2 No se cobran los pañales para estancias cortas y servicios en centros de atención.

En caso de recibir servicios especiales, se cobran aparte a los usuarios.

- Los servicios especiales pueden requerir una contribución adicional del usuario, además de la parte correspondiente al seguro (por ejemplo, cuando se utilizan servicios que no están cubiertos por el seguro de dependencia o servicios que no están en su propio plan de atención).
(El usuario y el proveedor contratan servicios no cubiertos por el seguro de dependencia y el usuario paga el coste total del servicio).

*1 Para más información acerca de las tasas de contribución de los usuarios, p. 31 de la guía.

Subvenciones para gastos de manutención en habitaciones individuales tipo módulo en residencias geriátricas

Se conceden subvenciones parciales a las personas que cumplen los requisitos para sufragar los gastos de alojamiento institucional cuando se trasladan a habitaciones individuales tipo módulo en residencias geriátricas. Cuando estén listos, se publicarán en el sitio web de la ciudad más detalles acerca de los procedimientos, etc.

<Servicios aplicables> Residencias geriátricas

Requisitos para optar a la subvención	Detalles de la reducción
<ul style="list-style-type: none"> Ingresos: equivalentes a los tramos 5 a 7 de las primas del seguro de dependencia Activos: activos financieros de 5 000 000 de yenes o menos para un hogar unipersonal (si hay cónyuge, el importe total de ahorros, etc. del matrimonio no superior a 15 000 000 de yenes) <p>* Deben cumplirse todos los requisitos anteriores</p>	Se concede una reducción diaria de 696 yenes como parte de la cuota de alojamiento en una residencia geriátrica.

Acerca de las tasas de contribución de los usuarios

El tipo de cotización del usuario para las personas aseguradas de categoría 1 (mayores de 65 años) con ingresos superiores a un determinado nivel es del 20 % o del 30 %. Sin embargo, existe un importe máximo mensual del usuario*, por lo que no se duplica ni triplica necesariamente la carga.

* Consulte el importe máximo de copago (mensual) en la **p. 34** de la guía.

● Determinación de la tasa de contribución del usuario

La determinación se tomará siguiendo los siguientes criterios:

Porcentaje	Criterios
10 %	<p>Los incluidos en alguna de las siguientes categorías ① a ⑥ :</p> <p>① El interesado está exento del impuesto municipal</p> <p>② El importe de los ingresos totales del interesado (*1) son inferiores a 1 600 000 de yenes</p> <p>③ El importe de los ingresos totales del interesado son 1 600 000 de yenes o más y cumplen las siguientes condiciones a o b</p> <p>a. Cuando el interesado es la única persona asegurada en virtud de la categoría 1 en el hogar y la suma de "Ingresos por pensiones públicas (*2) + otros ingresos totales (*3)" es inferior a 2 800 000 de yenes</p> <p>b. Cuando hay más de una persona asegurada en la categoría 1 en el hogar, incluyendo al interesado, y la suma de "Ingresos por pensiones públicas + otros ingresos totales" de las personas aseguradas en la categoría 1 en el hogar es inferior a 3 460 000 yenes.</p> <p>④ Beneficiarios de prestaciones sociales y otras prestaciones</p> <p>⑤ Antiguos residentes (aquellos que han estado ingresados en una residencia geriátrica en virtud de medidas municipales desde antes del 1 de abril de 2000)</p> <p>⑥ Personas aseguradas de categoría 2 (de 40 a 64 años)</p>
20 %	<p>Los incluidos en los puntos ① o ② siguientes:</p> <p>① Quienes no entran en la categoría del 10 %, el importe de los ingresos totales de la persona son inferiores a 2 200 000 de yenes</p> <p>② El importe de los ingresos totales del interesado son 2 200 000 de yenes o más y cumplen las siguientes condiciones a o b</p> <p>a. Cuando el interesado es la única persona asegurada en virtud de la categoría 1 en el hogar y la suma de "Ingresos por pensiones públicas + otros ingresos totales" se sitúa entre 2 800 000 y 3 400 000 de yenes</p> <p>b. Cuando hay más de una persona asegurada en la categoría 1 en el hogar, incluyendo al interesado, y la suma de "Ingresos por pensiones públicas + otros ingresos totales" de las personas aseguradas en la categoría 1 en el hogar se sitúa entre 3 460 000 y 4 630 000 de yenes</p>
30 %	<p>Personas con un importe de los ingresos totales de 2 200 000 de yenes o más y que cumplan las siguientes condiciones a o b:</p> <p>a. Cuando el interesado es la única persona asegurada en virtud de la categoría 1 en el hogar y la suma de "Ingresos por pensiones públicas + otros ingresos totales" sea 3 400 000 de yenes o más</p> <p>b. Cuando hay más de una persona asegurada en la categoría 1 en el hogar, incluyendo al interesado, y la suma de "Ingresos por pensiones públicas + otros ingresos totales" de las personas aseguradas en la categoría 1 en el hogar es igual o superior a 4 630 000 de yenes</p>

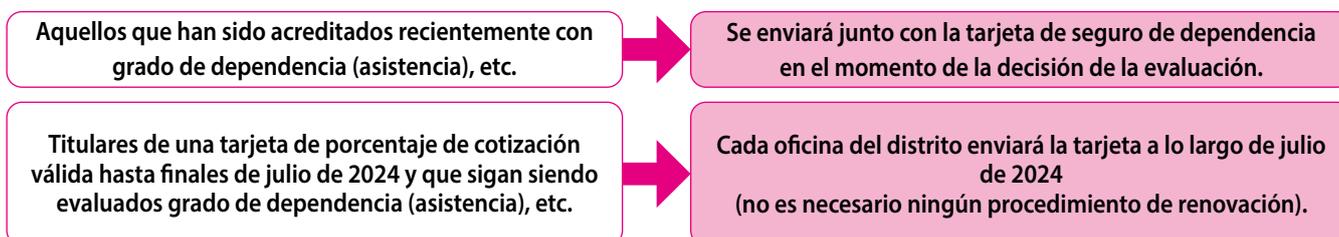
*1 Ingresos totales: el importe de los ingresos totales en virtud de la legislación fiscal (el importe de los ingresos del año anterior menos el importe equivalente a los gastos necesarios, etc., y antes de diversas deducciones de ingresos en virtud de la legislación fiscal y deducciones trasladadas por pérdidas en la transmisión de acciones cotizadas, etc.), después de tener en cuenta la repercusión de la revisión de las deducciones por pensiones públicas, etc., y también después de la cantidad obtenida deduciendo el importe de las deducciones especiales por rentas de transmisión a corto y largo plazo en la venta de terrenos y edificios. En caso de cifra negativa, se calcula como 0 yenes.

*2 Ingresos por pensiones públicas... Véase *2 en "Acerca de las primas de seguro" en la **p. 7** de la guía.

*3 Otros ingresos totales... Véase *3 en "Acerca de las primas de seguro" en la **p. 7** de la guía.

● Tarjeta de porcentaje de cotización al seguro de dependencia (tarjeta de porcentaje de cotización)

Deberá presentar este documento junto con su tarjeta de seguro de dependencia al proveedor de servicios asistenciales al que acuda como prueba del porcentaje de cotización del usuario.



En caso de accidente de tráfico

● En caso de accidente de tráfico, informe lo antes posible

Si recurre a los servicios del seguro de dependencia por actos de un tercero (agresor), como un accidente de tráfico o una lesión, asegúrese de presentar un "Formulario de notificación por actos de un tercero".

Para el informe, se necesita también el certificado policial de accidente de tráfico, por lo que le rogamos que se ponga en contacto con el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito lo antes posible.

● El coste de la atención corre a cargo del agresor

Si la asistencia es necesaria como consecuencia de la acción de un tercero (agresor), en principio el coste de la asistencia requerida ha de ser cubierta por el agresor, a menos que la víctima tuviera la culpa de lo ocurrido. Si se utilizan los servicios del seguro de dependencia, la víctima presenta un "Formulario de notificación por actos de un tercero", la ciudad de Yokohama reclamará al agresor, en nombre de la víctima, la parte de los gastos de asistencia correspondiente a la prestación del seguro.

● Si se llega a un acuerdo extrajudicial...

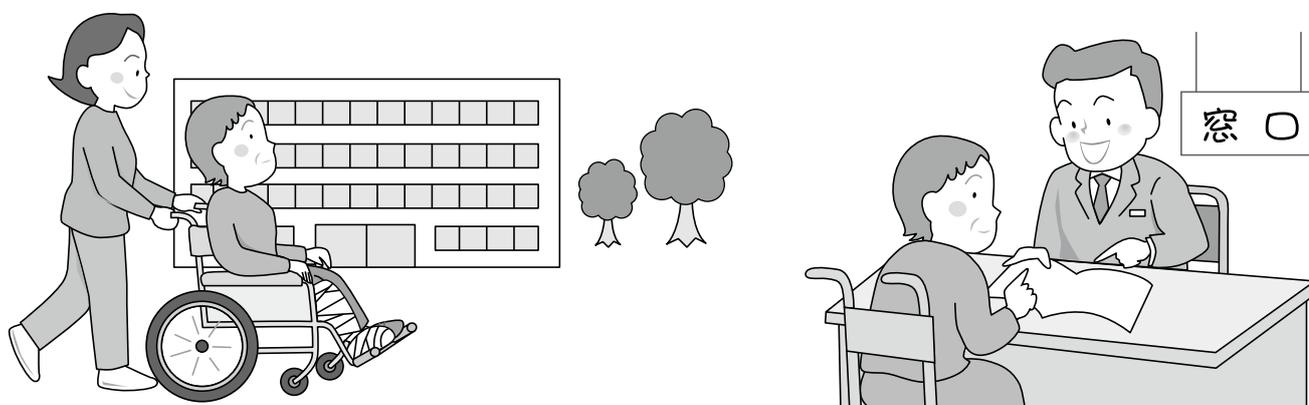
Si se llega a un acuerdo tras las conversaciones entre la víctima y el agresor, el acuerdo puede tener prioridad y la víctima no podrá reclamar al agresor los gastos de asistencia.

Para servicios utilizados después de llegar a un acuerdo,

- ① Si la ciudad de Yokohama ya ha abonado los costes de asistencia al proveedor de servicios, la ciudad de Yokohama podrá solicitar a la persona asegurada (víctima) el reembolso de dichos costes, con el fin de evitar un doble pago.
- ② Si la ciudad de Yokohama no ha pagado los costes de atención al proveedor de servicios, es posible que la ciudad de Yokohama no pueda proporcionar prestaciones del seguro por el importe equivalente a los costes de atención recibidos como resultado de la liquidación del copago, y es posible que el cliente tenga que pagar el importe total.

Por ello, aunque se llegue a un acuerdo, puede resultar muy costoso para la persona asegurada (víctima) si no se hace teniendo plenamente en cuenta estas cuestiones.

Si desea llegar a un acuerdo, póngase en contacto con nosotros con antelación y, si se llega a un acuerdo, presente lo antes posible una copia del mismo al Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito.



Reducción de las tasas de contribución del usuario

Tasas por servicios asistenciales de alto coste, etc.

● Contenido

Cuando la aportación mensual del usuario supera un determinado importe máximo (ver el cuadro siguiente), el usuario puede solicitar a la oficina del distrito la devolución de la "Tasa por servicios asistenciales de alto coste", etc. La contribución del usuario se refiere aquí al importe equivalente al 10 % (20 % o 30 % si los ingresos superan un determinado nivel) del coste de los servicios asistenciales cubiertos por el seguro.

* Excluidos de las tasas por servicios asistenciales de alto coste, etc.

Parte de los proyectos de los servicios de los cuidados preventivos y asistencia en la vida diaria, gastos de comida y alojamiento para servicios en centros de atención y de otro tipo, compra de equipos para asistencia social y reforma de viviendas.

● Procedimiento de uso

Para percibir las cuotas por servicios asistenciales de alto coste y otros pagos, debe presentarse una solicitud en la oficina del distrito. Si se aplica un reembolso a partir de la segunda vez, el reembolso se abonará, en principio, en la cuenta especificada en el momento de la solicitud inicial.

- El importe máximo del copago se suma por hogar, por lo que en el caso de un hogar con varias personas con grado de dependencia (o asistencia), como un matrimonio, si se suman las cuotas y el importe abonado supera el importe máximo del copago, se reembolsará la cuota de los servicios asistenciales de alto coste, etc. La fórmula para el cálculo es la siguiente:

$$\left(\frac{\text{Contribución del usuario para el conjunto del hogar} - \text{importe máximo de copago por hogar}}{\text{importe máximo de copago por hogar}} \right) \times \frac{\text{El importe del copago del interesado}}{\text{Contribución del usuario para todo el hogar}}$$

Ejemplo 1: si solo hay 1 persona con grado de dependencia (o asistencia) en el hogar

Para una persona soltera con un importe máximo de copago es de 24 600 yenes, si incurre en un copago mensual de 30 000 yenes.

Método de cálculo

$$\frac{\text{Copago del interesado} - \text{importe máximo de copago del interesado}}{\text{importe máximo de copago del interesado}} = \frac{\text{costes de servicios asistenciales de alto coste}}{\text{importe máximo de copago del interesado}}$$

$$\frac{30\,000 \text{ yenes} - 24\,600 \text{ yenes}}{24\,600 \text{ yenes}} = \frac{5\,400 \text{ yenes}}{24\,600 \text{ yenes}}$$

Ejemplo 2: si hay 2 o más personas con grado de dependencia (o asistencia) en el hogar (cuando se trata de declaración conjunta)

Si ambos cónyuges pertenecen al tramo 3 de un hogar exento del impuesto municipal (copago máximo por hogar: 24 600 yenes), y el marido paga 30 000 yenes y la mujer 10 000 yenes al mes.

1 El elevado coste de los servicios asistenciales de alto coste del esposo

$$[(30\,000 \text{ yenes} + 10\,000 \text{ yenes}) - 24\,600 \text{ yenes}] \times \frac{30\,000 \text{ yenes}}{30\,000 \text{ yenes} + 10\,000 \text{ yenes}} = 11\,550 \text{ yenes}$$

2 El elevado coste de los servicios asistenciales de alto coste de la esposa

$$[(30\,000 \text{ yenes} + 10\,000 \text{ yenes}) - 24\,600 \text{ yenes}] \times \frac{10\,000 \text{ yenes}}{30\,000 \text{ yenes} + 10\,000 \text{ yenes}} = 3\,850 \text{ yenes}$$

* En el caso de los proyectos de cuidados preventivos y asistencia en la vida diaria, el método de cálculo puede ser diferente y el reembolso puede efectuarse a un miembro del hogar cada vez como resultado de una declaración conjunta.

Importe máximo de copago (mensual)

Segmentos de ingresos	Importe máximo (mensual) *1
Hogares con miembros con ingresos similares a los de los trabajadores activos III (ingresos imponible iguales o superiores a 6 900 000 de yenes)	140 100 yenes (por hogar)
Hogares con miembros con ingresos similares a los de los trabajadores activos II (ingresos imponible de entre 3 800 000 y 6 900 000 de yenes)	93 000 yenes (por hogar)
Hogares en los que alguno de sus miembros está sujeto al impuesto municipal o tiene unos ingresos equivalentes a los de un perceptor de rentas activo I (ingresos imponible inferiores a 3 800 000 de yenes)	44 400 yenes (por hogar)
Personas cuyo hogar no está sujeto al impuesto municipal para ninguno de sus miembros	24 600 yenes (por hogar)
<ul style="list-style-type: none"> • Quienes perciban una pensión de asistencia social para la vejez • La suma de "Ingresos por pensiones públicas *2" y "Otros ingresos totales *3" del año anterior es 800 000 yenes o menos al año 	24 600 yenes (por hogar) 15 000 yenes (individual)
Beneficiarios de prestaciones sociales y otras prestaciones*4	15 000 yenes (individual)

*1 "Hogar" se refiere al importe máximo de la cotización total de todos los miembros del hogar inscritos en el registro básico de residentes que utilizan servicios de dependencia, mientras que "individual" se refiere al importe máximo de la cotización del interesado que utiliza servicios asistenciales.

*2 Ver *2 en "Acerca de las primas de seguro" en la p. 7 de la guía

*3 Ver *3 en "Acerca de las primas de seguro" en la p. 7 de la guía

*4 El importe máximo se ha reducido a 15 000 yenes para los hogares que no reúnen los requisitos para recibir prestaciones sociales.

Reducción de los gastos de comida y alojamiento

<Certificado de límite de carga del seguro de dependencia>

● Contenido

Los costes de la comida y el alojamiento en el momento de la admisión en un centro y de la estancia corta se pagan normalmente en su totalidad, no obstante, para garantizar que las personas con rentas bajas no tengan dificultades para utilizar los servicios, se establece un importe máximo en función de los ingresos del hogar (*1) y del interesado, lo que reduce el copago.

● Proceso para el uso

Es necesario dirigirse al Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito y recibir una "Certificado de límite de carga del seguro de dependencia".

Presentando el certificado de límite de carga del seguro de dependencia al centro, los gastos de comida y alojamiento se reducen al importe del "límite de carga (importe diario)" que figura en el siguiente cuadro en función del nivel de dependencia.

[Requisitos para solicitar el certificado del límite de carga]

- Documentos que confirmen el patrimonio de la persona asegurada y de su cónyuge (si lo hay), como una libreta de ahorros
- Tarjeta de seguro de dependencia

● Servicios incluidos

- Servicios en centros de atención (residencias geriátricas, centros geriátricos de salud y hospitales de cuidados médicos)
- (Cuidados preventivos) Atención temporal en residencia
- (Cuidados preventivos) Atención temporal en centro sanitario

Límite de carga (importe diario)

Tramo	Beneficiarios del proyecto	Precio de la habitación				Gastos de alimentación		
		Habitación compartida	Habitación individual tradicional		Habitación compartida con módulos de camas individuales	Habitación individual tipo módulo	Admisión en un centro	Admisión temporal en un centro
			(residencias geriátricas, etc.)	(centros geriátricos de salud y hospitales de cuidados médicos, etc.)				
Tramo 1	• Beneficiarios de prestaciones sociales y otras prestaciones • Personas que pertenecen a un hogar exento del impuesto municipal (*1) y reciben una pensión de asistencia social para la vejez y cuyo importe total de ahorros, etc. (*2) no es superior a 10 000 000 de yenes (si hay cónyuge, el importe total de ahorros, etc. del matrimonio no superior a 20 000 000 de yenes)	0 yenes	(Hasta julio de 2024) 320 yenes (A partir de agosto de 2024) 380 yenes	(Hasta julio de 2024) 490 yenes (A partir de agosto de 2024) 550 yenes	(Hasta julio de 2024) 490 yenes (A partir de agosto de 2024) 550 yenes	(Hasta julio de 2024) 820 yenes (A partir de agosto de 2024) 880 yenes	300 yenes	300 yenes
Tramo 2	Hogares exentos del impuesto municipal cuando la suma de los "Ingresos por pensiones públicas, ingresos por pensiones exentos de impuestos y otros ingresos totales (*3)" de la persona no supere los 800 000 yenes anuales y el importe total de los depósitos, ahorros, etc. de la persona no es superior a 6 500 000 de yenes (si hay cónyuge, el importe total de ahorros, etc. del matrimonio no superior a 16 500 000 de yenes)	(Hasta julio de 2024) 370 yenes (A partir de agosto de 2024) 430 yenes	(Hasta julio de 2024) 420 yenes (A partir de agosto de 2024) 480 yenes	(Hasta julio de 2024) 490 yenes (A partir de agosto de 2024) 550 yenes	(Hasta julio de 2024) 490 yenes (A partir de agosto de 2024) 550 yenes	(Hasta julio de 2024) 820 yenes (A partir de agosto de 2024) 880 yenes	390 yenes	600 yenes
Tramo 3 ①	Hogares exentos del impuesto municipal cuando la suma de los "Ingresos por pensiones públicas, ingresos por pensiones no imponibles y otros ingresos totales" de la persona supere los 800 000 yenes, pero no es superior a 1 200 000 de yenes anuales y los depósitos y ahorros totales de la persona no son superiores a 5 500 000 de yenes (si hay cónyuge, el importe total de ahorros, etc. del matrimonio no superior a 15 500 000 de yenes)	(Hasta julio de 2024) 370 yenes (A partir de agosto de 2024) 430 yenes	(Hasta julio de 2024) 820 yenes (A partir de agosto de 2024) 880 yenes	(Hasta julio de 2024) 1310 yenes (A partir de agosto de 2024) 1370 yenes	(Hasta julio de 2024) 1310 yenes (A partir de agosto de 2024) 1370 yenes	(Hasta julio de 2024) 1310 yenes (A partir de agosto de 2024) 1370 yenes	650 yenes	1000 yenes
Tramo 3 ②	Hogares de ciudadanos exentos de los impuestos municipales en los que la suma de los "Ingresos por pensiones públicas, ingresos por pensiones no imponibles y otros ingresos totales" de la persona es superior a 1 200 000 de yenes al año y los depósitos, ahorros, etc. totales de la persona son iguales o inferiores a 5 000 000 de yenes (si hay cónyuge, el importe total de ahorros, etc. del matrimonio no superior a 15 000 000 de yenes)	(Hasta julio de 2024) 370 yenes (A partir de agosto de 2024) 430 yenes	(Hasta julio de 2024) 820 yenes (A partir de agosto de 2024) 880 yenes	(Hasta julio de 2024) 1310 yenes (A partir de agosto de 2024) 1370 yenes	(Hasta julio de 2024) 1310 yenes (A partir de agosto de 2024) 1370 yenes	(Hasta julio de 2024) 1310 yenes (A partir de agosto de 2024) 1370 yenes	1360 yenes	1300 yenes
Tramo 4	Personas distintas de las anteriores	• El tramo 4 no tiene límite máximo de cotización. • El coste de la comida, alojamiento y manutención viene determinado por el contrato con el centro.						

*1...Hogar El hogar del registro básico de residentes al que pertenece la persona (si el cónyuge está en un hogar separado, se incluye al cónyuge).

*2...Ahorros, etc. Personas aseguradas del tramo 2, independientemente del tramo, hasta 10 000 000 de yenes (20 000 000 si hay cónyuge)

*3...Otros ingresos totales, ver *3 en "Acerca de las primas de seguro" en la p. 7 de la guía.

Importe del coste estándar fijado por el Estado (diario)

	Precio de la habitación		Gastos de alimentación
	Hasta julio de 2024	A partir de agosto de 2024	
Habitación compartida	(Residencias geriátricas, etc.)	855 yenes	(Residencias geriátricas, etc.) 915 yenes
	(Centros geriátricos de salud y hospitales de cuidados médicos, etc.)	377 yenes	(Centros geriátricos de salud y hospitales de cuidados médicos, etc.) 437 yenes
Habitación individual tradicional	(Residencias geriátricas, etc.)	1171 yenes	(Residencias geriátricas, etc.) 1231 yenes
	(Centros geriátricos de salud y hospitales de cuidados médicos, etc.)	1668 yenes	(Centros geriátricos de salud y hospitales de cuidados médicos, etc.) 1728 yenes
Habitación compartida con módulos de camas individuales		1668 yenes	1728 yenes
Habitación individual tipo módulo		2006 yenes	2066 yenes

● **Disposiciones especiales para quienes se encuentren en el tramo 4 del límite de carga a soportar**
<Disposiciones especiales de reducción para grupos de sujetos pasivos>

Si un hogar compuesto por 2 o más personas (*1) ingresa en un centro comunitario de atención del seguro de dependencia o en un centro de asistencia social para personas mayores (no se cubren las estancias cortas) y cumple todos los requisitos del cuadro que figura a continuación, se aplicará el límite de carga de cotización del tramo 3 ② en el momento de la solicitud. Para más información, contacte con el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito.

Requisitos para acogerse a las disposiciones especiales de reducción	Detalles de las disposiciones especiales de reducción
① Pagar la comida y el alojamiento en el tramo 4 ② La suma de ingresos por pensiones públicas (*2) y otros ingresos totales (*3) menos la contribución del usuario del centro (copago, importe anual estimado de los gastos de comida y alojamiento) no debe superar los 800 000 yenes ③ La suma de los depósitos, ahorros y otros activos del hogar no debe ser superior a 4 500 000 de yenes ④ No hay activos que puedan utilizarse aparte de los utilizados en la vida cotidiana ⑤ No tener pagos atrasados de las primas del seguro de dependencia	El límite de carga de cotización para el tramo 3 ② se aplica a la comida o al alojamiento, o a ambos, hasta que deje de aplicarse el requisito ② de la izquierda.

*1 Hogar... Incluye al cónyuge si está en un hogar separado. Los hogares que se separan debido a su admisión en una institución se consideran también el mismo hogar.

*2 Ingresos por pensiones públicas... Véase *2 en "Acerca de las primas de seguro" en la p. 7 de la guía.

*3 Otros ingresos totales... Consulte *3 en "Acerca de las primas de seguro" en la p. 7 de la guía.

Reembolso de la diferencia en los gastos de la comida y el alojamiento

Si no puede presentar en el centro su certificado de límite de carga del seguro de dependencia por motivos ineludibles y ha pagado más del "límite de carga", pero no más del "importe del coste estándar fijado por el Estado", puede recibir el reembolso de la diferencia previa solicitud. Para más información, contacte con el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito.

* Véase el cuadro de la p. 35 de la guía para obtener información sobre el "límite de carga" y el "importe del coste estándar fijado por el Estado".

* Si el importe pagado supera el "importe del coste estándar fijado por el Estado", la diferencia no puede reembolsarse. Además, tenga en cuenta que no se pueden presentar solicitudes después de 2 años de pago a la institución.

[Requisitos para solicitar un reembolso de la diferencia]

- Tarjeta de seguro de dependencia
- Recibos de comida y alojamiento
- Sellos (con tinta roja)
- Comprobante de la cuenta bancaria receptora

Sistema conjunto de gastos sanitarios y servicios asistenciales de alto coste

Cada seguro médico ("Seguro Nacional de Salud, Seguro Social como el Sindicato del Seguro de Salud ["Seguro del Empleado"]" y el "Sistema de Atención Sanitaria a las Personas Mayores Tardías") y el "Seguro de dependencia (*1)", si el importe total del copago durante 1 año resulta demasiado elevado, se abona el importe que supere el máximo de copago establecido.

Para recibir el pago, debe cumplimentar el procedimiento de solicitud en el servicio de consultas de su seguro médico (*2) (no necesita presentar recibos al presentar la solicitud). Para más información, póngase en contacto con su seguro médico.

*1 El copago mediante el uso de proyectos de cuidados preventivos y servicios de asistencia en la vida diaria está también parcialmente cubierto.

*2 Para las personas afiliadas al Seguro Nacional de Salud o al Régimen de Atención Sanitaria a las Personas Mayores Tardías, el servicio de consultas es el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito.

Importe máximo de copago para los hogares en el sistema combinado de gastos sanitarios y de servicios asistenciales de alto coste

Total para el periodo de 12 meses comprendido entre el 1 de agosto y el 31 de julio del siguiente año

Segmentos de ingresos	Ingresos del año anterior al periodo de cálculo (cantidad total después de la deducción básica, etc.)	Personas menores de 70 años afiliadas al Seguro Nacional de Salud, etc.	Segmentos de ingresos	Personas de 70-74 años cubiertas por el Seguro Nacional de Salud	Los afiliados al sistema de asistencia sanitaria para personas mayores tardías
a	Más de 9 010 000 de yenes	2 120 000 yenes	Ingresos similares a los de los trabajadores activos III	2 120 000 yenes	
b	Más de 6 000 000 de yenes y hasta 9 010 000 de yenes	1 410 000 yenes	Ingresos similares a los de los trabajadores activos II	1 410 000 yenes	
c	Más de 2 100 000 de yenes y hasta 6 000 000 de yenes	670 000 yenes	Ingresos similares a los de los trabajadores activos I	670 000 yenes	
d	2 100 000 de yenes o menos	600 000 yenes	Categoría general	560 000 yenes	
e	Hogares exentos del impuesto municipal	340 000 yenes	Renta baja II	310 000 yenes	
			Renta baja I	190 000 yenes	

- Para más información sobre las categorías de ingresos y los importes de copago, póngase en contacto con su proveedor de seguro médico.
- Si se contratan distintos seguros médicos para un mismo hogar, no se pueden combinar.
- Si está cubierto por un seguro de empleado, póngase en contacto con su proveedor del seguro de salud médico.
- Si hay más de un usuario de gastos de servicios asistenciales, etc. en un hogar de categoría I de renta baja, el pago del seguro médico se calcula según el importe máximo de copago de la tabla anterior, mientras que el pago del seguro de dependencia se calcula según el importe máximo de copago establecido por separado de "310 000 yenes para el hogar".

Otras reducciones de tasas a los usuarios

Subvención para el copago de los servicios asistenciales de enfermería (sistema propio de la ciudad de Yokohama)

● Contenido

Si ha recibido la evaluación del grado de dependencia (asistencia) (*1) y cumple determinados criterios, como los requisitos de ingresos, se ofrecerá una ayuda económica para los gastos de los servicios domiciliarios o para hogares colectivos (*2), y el alquiler, alimentación, servicios públicos y agua de los hogares colectivos, así como los gastos de manutención de las habitaciones privadas tipo unidad en residencias geriátricas y otros. Para más información, contacte con el Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de Distrito.

*1 En el caso de las subvenciones para servicios a domicilio, las personas que reúnan los requisitos para proyectos integrales también podrán ser beneficiarios del proyecto.

*2 La contribución del usuario se refiere al "10 % de los costes del servicio cuando se utilizan los servicios del seguro de dependencia (20 % o 30 % si los ingresos superan un determinado nivel)".

● Procedimiento de uso

Para acceder a las ayudas al copago de los servicios asistenciales (ayudas a los servicios a domicilio, ayudas a los hogares colectivos y ayudas a las residencias en centros), es necesario cumplimentar un procedimiento de solicitud en la oficina del distrito. Previa solicitud, se expedirá un certificado de subvención una vez que el solicitante haya sido acreditado como beneficiario de la subvención.

Presentando el certificado de subvención al proveedor de servicios, se puede utilizar el servicio a un coste reducido para el usuario.

● Subvenciones para los servicios a domicilio

<Servicios aplicables>

Asistencia domiciliaria de enfermería	(Cuidados preventivos) Atención temporal en residencia	Asistencia domiciliaria con visitas periódicas y respuesta inmediata
(Cuidados preventivos) Cuidados de baño a domicilio	(Cuidados preventivos) Atención temporal en centro sanitario	Cuidados multifuncionales a domicilio a pequeña escala para enfermería
(Cuidados preventivos) Enfermería a domicilio	Atención a residentes en centros específicos*1*3	Servicios de visitas a domicilio a través de proyectos integrados*2
(Cuidados preventivos) Rehabilitación a domicilio	(Cuidados preventivos) Asistencia en grupo para personas con demencia *1	Servicios de asistencia diurna a través de proyectos integrados*2
Atención diurna*3	Atención de visitas nocturnas	*1 Solo para uso a corto plazo (estancias cortas)
(Cuidados preventivos) Rehabilitación ambulatoria	(Cuidados preventivos) Atención diurna para personas con demencia	*2 Solo las de los proveedores designados y cuya tarifa de usuario sea fija.
(Cuidados preventivos) Alquiler de equipos para asistencia social	(Cuidados preventivos) Asistencia domiciliaria multifuncional a pequeña escala	*3 Incluye las comunitarias.

<Requisitos y detalles de la subvención>

Tramo de financiación		Tramo 1	Tramo 2	Tramo 3
Requisitos para optar a la subvención	Criterios de ingresos, etc.	Primas de seguro de dependencia, excluyendo a los beneficiarios de prestaciones sociales Quienes se encuentran en el tramo 1	Hogares exentos del impuesto municipal y cuyos ingresos anuales totales estimados sean inferiores a 1 500 000 de yenes * En el caso de un hogar pluripersonal, el importe es inferior o igual a los requisitos anteriores más 500 000 yenes por miembro del hogar, excluyendo a la persona asegurada. La suma de "Ingresos por pensiones públicas *1" y "Otros ingresos totales *2" del año anterior es inferior a 800 000 yenes al año	Quienes se encuentran fuera del tramo 2
	Criterios de activos	Activos financieros (dinero en efectivo, ahorros y valores) que no superen los 3 500 000 de yenes (en el caso de un hogar pluripersonal, no más de 1 000 000 de yenes por miembro del hogar, excluyendo a la persona asegurada), y que no posean ningún bien inmueble que no sea una vivienda (terreno [200 m ² o menos] y casas)		
Detalles de la subvención		Las contribuciones de los usuarios se reducen al 3 % Además, si el copago restante supera los 4500 yenes, se subvenciona el importe sobrante	Las contribuciones de los usuarios se reducen al 5 % Además, si el copago restante supera los 7500 yenes, se subvenciona el importe sobrante	Las contribuciones de los usuarios se reducen al 5 % Además, si el copago restante supera los 12 300 yenes, se subvenciona el importe sobrante

* Hogar se refiere básicamente a todas las personas registradas como parte del mismo hogar en el padrón de residentes, pero también incluye a las personas que, compartiendo una convivencia de hecho, viven en hogares separados.

*1 Ver *2 en "Acerca de las primas de seguro" en la p. 7 de la guía

*2 Ver *3 en "Acerca de las primas de seguro" en la p. 7 de la guía

● **Subvenciones para hogares colectivos**

<Servicios aplicables> [(Cuidados preventivos) Asistencia en grupo para personas con demencia *] * Se excluye el uso a corto plazo (estancias cortas)

<Requisitos y detalles de la subvención>

Tramo de financiación		Tramo 1	Tramo 2	Tramo 3
Requisitos para optar a la subvención	Criterios de ingresos, etc.	Primas de seguro de dependencia, excluyendo a los beneficiarios de prestaciones sociales Quienes se encuentran en el tramo 1	Hogares exentos del impuesto municipal y cuyos ingresos anuales totales estimados sean inferiores a 1 500 000 de yenes * En el caso de un hogar pluripersonal, el importe es inferior o igual a los requisitos anteriores más 500 000 yenes por miembro del hogar, excluyendo a la persona asegurada. La suma de "Ingresos por pensiones públicas *1" y "Otros ingresos totales *2" del año anterior es inferior a 800 000 yenes al año	Quienes se encuentran fuera del tramo 2
	Criterios de activos	Activos financieros (dinero en efectivo, ahorros y valores) que no superen los 3 500 000 de yenes (en el caso de un hogar pluripersonal, más 1 000 000 de yenes por miembro del hogar, excluyendo a la persona asegurada), y ningún bien inmueble que no sea una vivienda (terreno [200 m ² o menos] y casas)		
	Otros requisitos	<ul style="list-style-type: none"> Residencia en la ciudad de Yokohama durante al menos 3 meses No ser una persona dependiente en virtud de la legislación fiscal 		
Detalles de la subvención		Las contribuciones de los usuarios se reducen al 5 % Además, si el copago supera los 7500 yenes, se subvenciona el importe restante. Y hasta un máximo de 55 000 yenes al mes para el alquiler, alimentos, servicios públicos y agua.		Las contribuciones de los usuarios se reducen al 5 % Además, si el copago supera los 12 300 yenes, se subvenciona el importe restante. Y hasta un máximo de 30 000 yenes al mes para el alquiler, alimentos, servicios públicos y agua.

*1 Ver *2 en "Acerca de las primas de seguro" en la p. 7 de la guía *2 Ver *3 en "Acerca de las primas de seguro" en la p. 7 de la guía

● **Subvenciones para alojamiento en centros**

<Servicios aplicables> Servicios en centros de atención [Centros de asistencia social para personas mayores, centros geriátricos de salud, hospitales de cuidados médicos], centros comunitarios de asistencia social para personas mayores
Asistencia en la vida diaria para residentes, (cuidados preventivos) atención temporal en residencia, (cuidados preventivos) Atención temporal en centro sanitario

<Requisitos y detalles de la subvención>

Tramo de financiación		Tramo 1	Tramo 2
Requisitos para optar a la subvención	Criterios de ingresos, etc.	Los que se encuentran en la primera fase de las primas del seguro de dependencia, excluyendo a los beneficiarios de prestaciones sociales, con unos ingresos anuales totales estimados en 500 000 yenes o menos * En el caso de un hogar pluripersonal, el importe es inferior o igual a los requisitos anteriores más 500 000 yenes por miembro del hogar, excluyendo a la persona asegurada.	Hogares exentos del impuesto municipal y cuyos ingresos anuales totales estimados sean inferiores a 500 000 yenes
	Criterios de activos	Activos financieros (dinero en efectivo, ahorros y valores) que no superen los 3 500 000 de yenes (en el caso de un hogar pluripersonal, más 1 000 000 de yenes por miembro del hogar, excluyendo a la persona asegurada), y ningún bien inmueble que no sea una vivienda (terreno [200 m ² o menos] y casas)	
	Otros requisitos	<ul style="list-style-type: none"> Poseer el certificado del límite de carga del seguro de dependencia (grados 1 y 2) No ser una persona dependiente en virtud de la legislación fiscal 	
Detalles de la subvención		Se subvencionan unos 5000 yenes (importe diario: 165 yenes) de los gastos mensuales de alojamiento en una habitación individual tipo módulo	

Reducción de las cuotas de los usuarios por las organizaciones de asistencia social

Las tasas de usuario pueden reducirse para los servicios aplicables prestados por organizaciones de asistencia social. Para más información, póngase en contacto con el Departamento de Centros para Personas Mayores de la Oficina de Salud y Asistencia Social (Tel. 045-671-4901).

<Servicios aplicables*1>

Residencias geriátricas *2	Atención diurna*2	(Cuidados preventivos) Atención temporal en residencia
Asistencia domiciliaria	(Cuidados preventivos) Atención diurna para personas con demencia	(Cuidados preventivos) Cuidados multifuncionales a domicilio a pequeña escala para enfermería
Atención de visitas nocturnas	Asistencia domiciliaria con visitas periódicas y respuesta inmediata	Cuidados multifuncionales a domicilio a pequeña escala para enfermería
Primeros servicios de visita a domicilio equivalentes a los antiguos cuidados preventivos de asistencia a domicilio*3	Atención diurna tipo 1, equivalente a los antiguos cuidados preventivos*3	

*1 Algunos servicios pueden no ser subvencionables en función de la naturaleza de la reducción. *2 Incluye las comunitarias. *3 Solo si el porcentaje de copago es igual a las prestaciones del seguro.

<Requisitos de acceso y detalles de la reducción>

Requisitos de acceso a la reducción	Detalles de la reducción
<ul style="list-style-type: none"> Hogares exentos del impuesto municipal Ingresos... 1 500 000 de yenes anuales o menos para hogares unipersonales (con un incremento de 500 000 yenes por cada miembro adicional en el hogar) Activos... financieros: 3 500 000 de yenes o menos para hogares unipersonales (con un incremento de 1 000 000 yenes por cada miembro adicional en el hogar) ... de bienes inmuebles: no poseer bienes inmuebles distintos de los residenciales (terrenos [200 m² o menos] y casas) No depender de un familiar u otra persona con capacidad para soportar la carga No tener pagos atrasados de las primas del seguro de dependencia * Deben cumplirse todos los requisitos anteriores 	En principio, se reduce el 25 % o el 50 % de la contribución del usuario (el 10 % de la cuota de los servicios asistenciales, la comida y los gastos de alojamiento). * En caso de no poseer certificado del límite de carga del seguro de dependencia, los gastos de comida y alojamiento en residencias geriátricas, atención temporal en residencia, etc. no están sujetos a reducción.
<ul style="list-style-type: none"> Beneficiarios de prestaciones sociales 	Reducción del 100 % de los gastos de habitación por el uso de habitaciones privadas en residencias geriátricas, etc.

Servicios distintos del seguro de dependencia

Aparte de los servicios del seguro de dependencia, la ciudad de Yokohama presta asistencia a las personas mayores que necesitan ayuda para vivir en casa. También se prestan servicios a quienes no pueden acogerse a las prestaciones del seguro de dependencia, con el objetivo de apoyar una vida autónoma. Póngase en contacto con el Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas de la Oficina de Distrito o con un centros de asistencia integral comunitaria como, por ejemplo, las plazas de atención comunitaria de su zona.

Apoyo a las personas mayores que necesitan asistencia a domicilio

Teniendo en cuenta el estado físico de la persona mayor que necesita asistencia a domicilio y la situación de los cuidadores y otras personas, los servicios necesarios se prestan por separado de los aplicables por el seguro de dependencia.

Teléfono de confianza

A las personas mayores, como a las que viven solas, se les instala un dispositivo de llamada telefónica que les permite ponerse en contacto inmediato con los vecinos y los servicios de emergencia. Para utilizar el servicio, debe tener una línea telefónica fija y un dispositivo telefónico instalado en el domicilio.

Además del pago necesario para la línea telefónica fija, los hogares sujetos al impuesto municipal deben abonar una tasa mensual de 650 yenes (impuestos no incluidos) por el dispositivo de emergencia.

Servicio de comidas

Para quienes que viven solos y tienen dificultades para preparar las comidas, como quienes tengan grados de medios a graves de dependencia (quienes tengan grado de dependencia 2 o más, y algunas personas que tengan grado de dependencia 1 o de asistencia), que se consideran necesarios como resultado de la coordinación del uso de los servicios relacionados con las comidas, se entregan en persona comidas nutricionalmente equilibradas y, al mismo tiempo, se realizan controles de seguridad (1 comida al día, hasta 5 días a la semana). El importe equivalente al valor real de los ingredientes, etc. fijado por cada centro (no superior a 720 yenes, aunque en el caso de las alimentos terapéuticos puede superarse dicha cantidad) será cubierto por el copago.

* Se requiere una consulta previa (coordinación del uso) con un coordinador asistencial o un centro de atención integral comunitaria (como las plazas de asistencia comunitaria).

Suministro de pañales desechables

Se proporcionan pañales desechables a las personas necesitadas de cuidados (quienes tengan grado de dependencia 4 o 5 y quienes tengan grado de dependencia 1 a 3 que el responsable del centro de asistencia social y sanitario de cada barrio considere necesarios) que estén encamadas o sufran demencia y reciban cuidados en su domicilio, dirigidos a los hogares que reciben prestaciones sociales o a los hogares exentos de impuestos municipales. Gratuito para los hogares que reciben prestaciones sociales y otros, con un copago del 10 % para los hogares exentos del impuesto municipal. Tenga en cuenta que existe un importe base estándar para su uso en función del grado de dependencia.

Servicios de peluquería a domicilio

Se implementará un servicio de peluquería a domicilio para las personas de 65 años o más que han sido evaluadas con grado de dependencia de grado 4 y 5 y tienen dificultades para asistir a un salón de belleza o peluquería (solo cortes de cabello, con un coste de 2000 yenes por sesión y un máximo de 6 visitas al año).

Apoyar la independencia

Se prestan servicios a las personas mayores que tienen dificultades en su vida cotidiana y que, con asistencia social, pueden vivir de forma independiente.

Asistencia de estancia corta en la vida diaria

A los residentes de la ciudad de Yokohama de 65 años o más que no han sido evaluadas con grado de dependencia o asistencia, pero con dificultades para vivir solas debido a la ausencia de un cuidador o a dificultades en su vida cotidiana, o que temen que su vida o su cuerpo corran peligro si siguen viviendo en casa, se les proporciona una estancia corta en residencias geriátricas con servicios equivalentes a las privadas. Los copagos corresponden a las tasas de usuario, alimentos y alojamiento.

* Se calcula una tarifa de transporte adicional si el transporte lo proporciona el centro. * Para los hogares que reciben prestaciones sociales, no se cobra nada, salvo la comida y los gastos reales.

Asistencia a las personas con discapacidad

Si bien las personas con discapacidad beneficiarias de servicios del seguro de dependencia hasta el importe base tienen acceso a dichos servicios, se les ofrecerán los servicios adicionales a través de políticas para personas con discapacidad si se reconocen necesidades específicas que no se encuentren disponibles por los servicios del seguro de dependencia.

Centros de actividades comunitarias para personas de mediana edad con discapacidad adquirida

En los centros de actividades comunitarias para personas de mediana edad con discapacidad adquirida de cada distrito, se ofrecen los siguientes servicios a las personas de entre 40 y 64 años aproximadamente con secuelas de enfermedades cerebrovasculares u otras discapacidades adquiridas que vivan en casa: ① programas de rehabilitación y ② programas de actividades en el centro.

① **Programas de rehabilitación** Dirigidos a quienes han recibido el alta médica recientemente, a quienes corren el riesgo de aislamiento o ya se encuentran aislados, los programas se centran en la rehabilitación funcional y en la creación de redes de apoyo.

② **Programas de actividades en el centro** Dirigidos a quienes necesitan un espacio para la participación en actividades sociales, los programas se centran en deportes, actividades creativas, interacción con la comunidad, etc. Las actividades se llevan a cabo en laborables.

Expedición de tarjetas de discapacidad

Dependiendo del tipo y el grado de discapacidad, se puede recibir una tarjeta de discapacidad física, una tarjeta de terapia ("Tarjeta de amor") o una tarjeta de salud y asistencia social por discapacidad psíquica, lo que permite acceder a diversos servicios.

Prestación de servicios de la Ley de Apoyo Integral a las Personas con Discapacidad

Existen servicios en virtud de la Ley de Apoyo Integral a las Personas con Discapacidad (por ejemplo, ayuda a domicilio, atención móvil, atención residencial de corta duración, hogares colectivos).

* El uso está sujeto a requisitos específicos.

Subsidios para servicios de asistencia social por discapacidad de alto coste

Si una persona ha recibido servicios específicos de asistencia social por discapacidad durante un periodo de 5 años antes de cumplir los 65 años, y si los servicios del seguro de dependencia que utiliza en la actualidad, su situación de ingresos y su nivel de discapacidad se ajustan a lo estipulado en la Orden Ministerial, recibirá un pago parcial o total por el uso de los servicios del seguro de dependencia. Además, si se presenta una solicitud cuando un usuario utiliza a la vez el seguro de dependencia y los servicios de asistencia social por incapacidad, o cuando hay varios usuarios de los servicios de asistencia social por incapacidad en el mismo hogar, se abonará el importe total de la cotización del usuario que exceda de una determinada cuantía.

Otros tipos de asistencia

Asistencia para la eliminación de basura

Tipo de recogida	Recolección de ayuda mutua	Recolección de basura voluminosa
Contenido	Los residuos domésticos se recogen directamente en las dependencias o en la entrada de los domicilios de los beneficiarios. * En caso de que no se encuentre basura en el momento de la recogida, es posible que se utilice el interfono u otros medios.	Entran en las dependencias de la casa del usuario, o incluso en el interior, para recolectar la basura voluminosa. Sin embargo, tenga en cuenta que si para retirar la basura voluminosa es necesario realizar las siguientes operaciones, esta no estará incluida en el servicio de recolección. ① Basura voluminosa que requiera desmontaje ② Basura voluminosa que requieran el traslado de otros muebles ③ Basura voluminosa que deba levantarse y bajarse con cuerdas, etc.
Método de solicitud	Solicite un formulario de solicitud en la Oficina de Gestión de Recursos Reciclables. * Los formularios de solicitud pueden descargarse del sitio web de la Oficina de Gestión de Recursos Reciclables. * Visitaremos su casa con antelación para comprobar si cumple los requisitos.	Se ruega presentar la solicitud por teléfono u otros medios en la Oficina de Gestión de Recursos Reciclables. * Visitaremos su casa con antelación para comprobar si cumple los requisitos. * Puede pasar algún tiempo desde la recepción de la solicitud hasta la recolección de basura. * Es posible que no se pueda satisfacer la fecha de recogida de basura solicitada.
Beneficiarios del proyecto	"Personas que viven solas" que se encuentren en una de las siguientes situaciones y que no puedan contar con la ayuda de familiares u otras personas cercanas para llevar su basura doméstica al punto de recolección. Tenga en cuenta que, aunque haya una persona viviendo con usted, podrá optar a la ayuda si la persona que vive con usted pertenece a una de las siguientes categorías: ① Personas que hayan recibido la tarjeta de discapacidad física ② Personas que hayan recibido la "Tarjeta de amor" ③ Personas que hayan recibido la tarjeta de salud y asistencia social por discapacidad psíquica ④ Personas que hayan recibido la evaluación de grado de dependencia (asistencia) del seguro de dependencia ⑤ Personas de 65 años o más que no puedan sacar la basura	"Personas que viven solas" que se encuentren en una de las siguientes situaciones y que no puedan contar con la ayuda de familiares u otras personas cercanas para llevar la basura voluminosa al punto de recolección. Tenga en cuenta que, aunque haya una persona que viva con usted, puede optar a la ayuda si la persona que vive con usted pertenece a una de las siguientes categorías, por ejemplo, ancianos o menores. ① Personas que hayan recibido la tarjeta de discapacidad física ② Personas que hayan recibido la "Tarjeta de amor" ③ Personas que hayan recibido la tarjeta de salud y asistencia social por discapacidad psíquica ④ Personas que hayan recibido la evaluación de grado de dependencia (asistencia) del seguro de dependencia ⑤ Personas de 65 años o más que no puedan sacar la basura ⑥ Mujeres embarazadas, personas con lesiones y aquellas que cuenten con la aprobación del jefe de la oficina

Consultas: Oficina de Gestión de Recursos Reciclables de su distrito

Horario de apertura: de 8.00 a 16.45, de lunes a sábado (festivos incluidos)

Sistema de voto a distancia desde el domicilio a través de correo postal u otros medios (a partir del 1 de marzo de 2024)

El solicitante debe necesitar grado de dependencia 5 o tener una discapacidad grave. Tenga en cuenta que, para utilizar este sistema, debe haber recibido previamente un certificado de voto por correo y otros medios, por lo que le rogamos que se ponga en contacto con la comisión electoral de su distrito para obtener más información.

Contenido Puede votar a distancia desde el domicilio a través de correo postal u otros medios En el momento de las elecciones, debe solicitarse un formulario de voto a la Junta Electoral del Distrito al menos 4 días antes del día de la votación, acompañado de un certificado de voto por correo u otros medios.

Los beneficiarios del proyecto tienen una descripción detallada de las discapacidades y sus grados.

Además, las personas con discapacidades severas en las extremidades superiores o en la visión pueden acceder al sistema de escritura asistida.

Para más información, póngase en contacto con la Junta Electoral de su distrito.

Consultas: la Junta Electoral de su distrito (en el Departamento de Estadísticas y Elecciones, División de Asuntos Generales, Oficina de Distrito).

Servicios públicos y desgravaciones fiscales

Deducción de los gastos sanitarios por servicios del seguro de dependencia en el impuesto sobre la renta y el impuesto residencial (municipal y prefectural)

Una parte de las cuotas de usuario de "los ingresados en residencias geriátricas y otros centros de atención del seguro de dependencia", "los que utilizan los servicios de enfermería a domicilio y otros servicios sanitarios a domicilio" y "los que utilizan los servicios de ayuda a domicilio y centros de día" junto con los servicios sanitarios" puede ser deducible como deducción de gastos sanitarios. Para más información, póngase en contacto con la Oficina Tributaria.

Notas importantes

- Para beneficiarse de la deducción por gastos sanitarios, es necesario presentar un recibo u otro documento expedido por el proveedor de servicios en el que conste el "importe deducible de los gastos sanitarios".
- Al calcular el importe deducible de los gastos sanitarios, se deduce la parte del reembolso percibido por gastos de servicios asistenciales de alto coste y gastos de servicios de cuidados sanitarios combinados de alto coste. Se deducirá el equivalente a la mitad de la cuota del servicio asistencial de alto coste para el copago de ingreso en una residencia geriátrica.
- En el caso de los servicios que inicialmente no están sujetos a deducción de gastos sanitarios, el 1/10 del copago es deducible como gastos sanitarios si el paciente recibe succión de esputo, etc. por parte de un cuidador u otra persona.

* Incluye servicios equivalentes a visitas a domicilio y servicios de asistencia diurna para proyectos integrados.

Consultas: Oficina Tributaria responsable de su distrito

Deducción por discapacidad en el impuesto sobre la renta y el impuesto residencial (municipal y prefectural) para las personas mayores

Además de los titulares de una tarjeta de discapacidad física, las personas de 65 años o más que cumplan con los criterios ① a ⑦ y que reciban la evaluación del director del centro de asistencia social y salud podrán beneficiarse de la deducción por discapacidad.

Clasificación	Deducción por discapacidad	Deducción especial por discapacidad
Beneficiarios del proyecto	① Personas con discapacidad física (grados 3-6) y equivalentes ② Personas con demencia (leve/moderada) y equivalentes ③ Personas con discapacidad intelectual (leve/moderada) y equivalentes	④ Personas con discapacidad física (grados 1 o 2) y equivalentes ⑤ Personas con demencia (grave) y equivalentes ⑥ Personas con discapacidad intelectual (grave) y equivalentes ⑦ Personas postradas en cama durante aproximadamente 6 meses o más y tienen dificultades para comer, ir al baño y otras actividades cotidianas
Deducción en el impuesto sobre la renta	270 000 yenes del importe de los ingresos	400 000 yenes del importe de los ingresos
Deducciones municipales y prefecturales	260 000 yenes del importe de los ingresos	300 000 yenes del importe de los ingresos

* Si el cónyuge o persona a cargo sujeta a la exención es una persona discapacitada especial que conviva siempre con el contribuyente, el cónyuge del contribuyente o cualquier otro familiar que comparta la misma convivencia con el contribuyente, el importe de la exención asciende a 750 000 yenes en el caso del impuesto sobre la renta y a 530 000 yenes en el caso del impuesto residencial.

Consultas: Oficina Tributaria responsable de su distrito (impuesto sobre la renta), Departamento Tributario del Ciudadano, División Tributaria de la Oficina de Distrito (impuesto residencial), Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas

Reducciones fiscales para viviendas con reformas de accesibilidad

Se dispone de un sistema que ofrece reducciones en el impuesto de bienes inmuebles y el impuesto sobre la renta para viviendas que hayan sido sometidas a reformas de accesibilidad, siempre que esté ocupada por personas mayores de cierta edad, con certificado de grado de dependencia o asistencia o con discapacidad.

(Reducción del impuesto sobre bienes inmuebles) El impuesto sobre bienes inmuebles se reduce si se realizan determinadas obras de reformas de accesibilidad y se declaran a la oficina del distrito en un plazo de 3 meses a partir de la finalización de las obras. Para más información, consulte el folleto disponible en el Departamento Tributario de la Oficina del Distrito.

Consultas: Departamento Tributario de la Oficina del Distrito encargada de las viviendas en el distrito en el que se encuentra el domicilio

(Deducción especial en el impuesto sobre la renta) Puede haber deducciones especiales en el impuesto sobre la renta. Para más información, póngase en contacto con la Oficina Tributaria responsable de su distrito.

Consultas: Oficina Tributaria responsable de su distrito

Reducción o exención de las tasas de tratamiento de basura voluminosa

Hogares elegibles: hogares que reciben prestaciones sociales, hogares con ciudadanos japoneses repatriados de China, hogares con personas con certificado de discapacidad física de grado 1 o 2, discapacidad psíquica de grado 1, discapacidad intelectual A1 o A2, o discapacidad combinada (discapacidad física de grado 3 y discapacidad intelectual B1), hogares monoparentales con tarjeta sanitaria de asistencia social, hogares con ancianos (65 años o más) con certificado de grado de dependencia 4 o 5, y hogares con ancianos de 70 años o más que viven solas y tienen dificultades para movilizar personalmente la basura voluminosa, siempre que hayan sido evaluadas por el director del centro de salud y asistencia social.

Contenido de la exención: se exime de las tasas hasta 4 unidades al año* (*de abril a marzo del año siguiente).

Solicitud: Centro de recepción de basura voluminosa

Tel. 0570-200-530 (desde teléfonos fijos comunes, etc.)

Tel. 045-330-3953 (para usuarios de servicios con tarifa plana o tarifas reducidas, como teléfonos móviles y teléfonos IP)

Horario de apertura: de lunes a sábado (incluyendo los días festivos, excepto las fiestas de Año Nuevo) De 8.30 a 17.00

Reducción de tarifas de agua y alcantarillado

Los hogares con personas evaluadas con grado de dependencia 4 o 5 pueden solicitar al departamento de aguas una reducción o exención de las tasas de agua y alcantarillado (equivalente a la tarifa básica). *Sin embargo, los hogares que pueden acogerse a la exención deben cumplir una serie de requisitos.

Consultas: Centro de Atención al Cliente del Departamento de Agua

Tel. 045-847-6262 Fax 045-848-4281

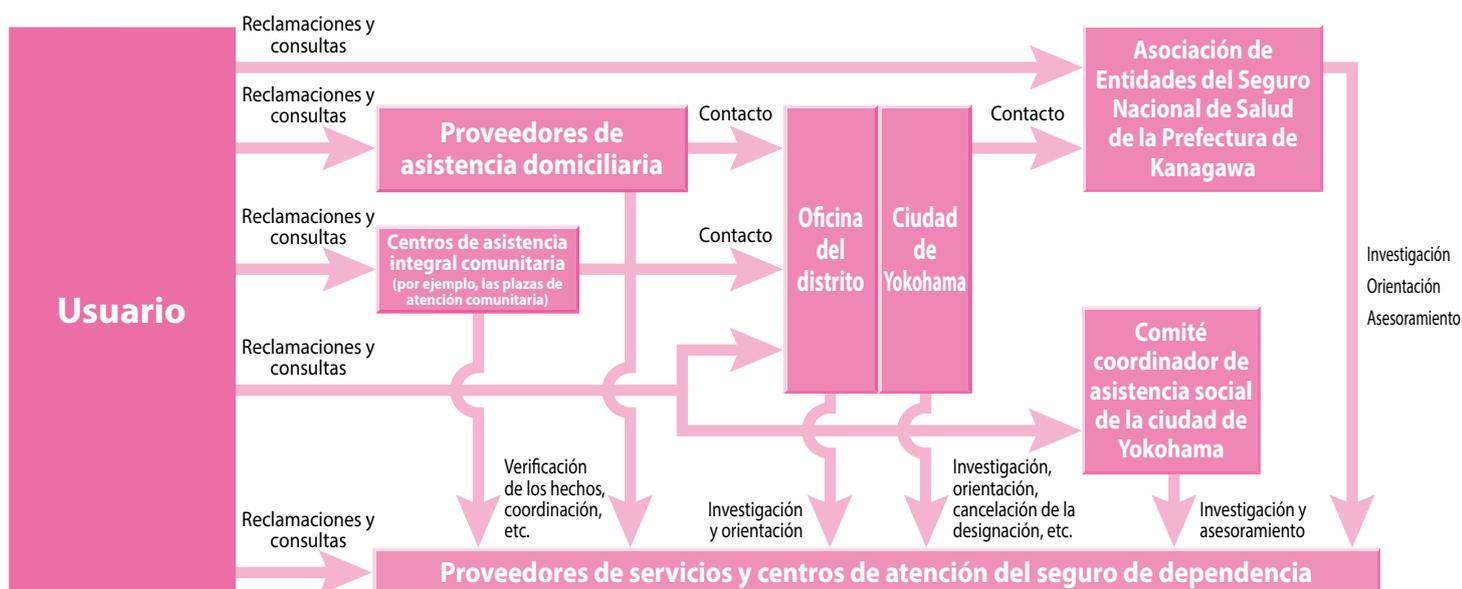
¿Dónde puede presentar una reclamación?

Si se siente molesto o insatisfecho con el servicio que recibe, puede informar del hecho, consultar al respecto o presentar una reclamación para buscar mejoras.

1 Consulte con un servicio de consultas conocido para pedir consejo

- Si no está satisfecho con los servicios prestados por los distintos proveedores, le recomendamos que consulte primero con su servicio de consultas. Los proveedores de servicios están obligados responder a las reclamaciones de manera honesta y adecuada.
- Las reclamaciones sobre el servicio también pueden dirigirse al proveedor de asistencia domiciliar que elaboró el plan de atención. Tras confirmar los hechos, el proveedor de asistencia domiciliar hace una solicitud al proveedor de servicios para que mejore o realice ajustes, por ejemplo, si hay que cambiar de proveedor de servicios.
- Las reclamaciones y consultas también se atienden en las plazas de atención comunitaria y otros centros de asistencia integral comunitaria, así como en el Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas de la Oficina de Distrito.

Tramitación de reclamaciones sobre servicios (ciudad de Yokohama)



2 Cómo presentar una reclamación

- Si la consulta anterior por sí sola no ofrece una solución suficiente, se puede presentar un "Formulario de reclamaciones" a la ciudad de Yokohama o, en caso necesario, a la Asociación de Entidades del Seguro Nacional de Salud de la Prefectura de Kanagawa para que investiguen y orienten conforme a la ley.

Consultas

Asociación de Entidades del Seguro Nacional de Salud de la Prefectura de Kanagawa, Departamento de Seguros de Dependencia, Sección de Reclamaciones de Dependencia Tel. 045-329-3447

- La ciudad de Yokohama ha establecido el "Comité coordinador de asistencia social de la ciudad de Yokohama", una entidad imparcial independiente y neutral, que recibe las reclamaciones de los ciudadanos que utilizan los servicios de salud y asistencia social de la ciudad de Yokohama.

En primer lugar, la Secretaría contactará con usted. Para más información, póngase en contacto con.

Consultas

Secretaría del Comité coordinador de asistencia social de la ciudad de Yokohama (Departamento de Consulta y Coordinación, Oficina de Salud y Asistencia Social) Tel. 045-671-4045 Fax 045-681-5457

Consultas

Departamento de Asistencia a las Personas Mayores y Discapacitadas

Cuestiones relacionadas con la evaluación del grado de dependencia y el uso de servicios

Distrito	Número de teléfono	Número de fax	Distrito	Número de teléfono	Número de fax
Tsurumi	045-510-1770	045-510-1897	Kanazawa	045-788-7868	045-786-8872
Kanagawa	045-411-7019	045-324-3702	Kohoku	045-540-2325	045-540-2396
Nishi	045-320-8491	045-290-3422	Midori	045-930-2315	045-930-2310
Naka	045-224-8163	045-222-7719	Aoba	045-978-2479	045-978-2427
Minami	045-341-1138	045-341-1144	Tsuzuki	045-948-2313	045-948-2490
Konan	045-847-8495	045-845-9809	Totsuka	045-866-8452	045-881-1755
Hodogaya	045-334-6394	045-331-6550	Sakae	045-894-8547	045-893-3083
Asahi	045-954-6061	045-955-2675	Izumi	045-800-2436	045-800-2513
Isogo	045-750-2494	045-750-2540	Seya	045-367-5714	045-364-2346

Departamento de Seguros y Pensiones de la Oficina de cada distrito

Cuestiones relacionadas con la admisibilidad y las primas de las personas aseguradas

Distrito	Número de teléfono	Número de fax	Distrito	Número de teléfono	Número de fax
Tsurumi	045-510-1807	045-510-1898	Kanazawa	045-788-7835	045-788-0328
Kanagawa	045-411-7124	045-322-1979	Kohoku	045-540-2349	045-540-2355
Nishi	045-320-8425	045-322-2183	Midori	045-930-2341	045-930-2347
Naka	045-224-8315	045-224-8309	Aoba	045-978-2335	045-978-2417
Minami	045-341-1126	045-341-1131	Tsuzuki	045-948-2334	045-948-2339
Konan	045-847-8425	045-845-8413	Totsuka	045-866-8449	045-871-5809
Hodogaya	045-334-6335	045-334-6334	Sakae	045-894-8425	045-895-0115
Asahi	045-954-6134	045-954-5784	Izumi	045-800-2425	045-800-2512
Isogo	045-750-2425	045-750-2545	Seya	045-367-5725	045-362-2420

Oficina de Salud y Asistencia Social de la ciudad de Yokohama

Departamento	Número de teléfono	Número de fax	
Departamento de seguros de dependencia	045-671-4252	045-550-3614	Cuestiones generales relacionadas con el sistema de seguro de dependencia
	045-671-4256	045-550-3614	Cuestiones relacionadas con la evaluación del grado de dependencia
	045-671-4253	045-550-3614	Cuestiones relacionadas con la condición de persona asegurada
	045-671-4254	045-550-3614	Cuestiones relacionadas con las primas de seguros
	045-671-4255	045-550-3614	Cuestiones relacionadas con las prestaciones del seguro
Departamento de Orientación sobre Cuidados	045-671-3413	045-550-3615	Cuestiones relacionadas con la designación y renovación de los proveedores de servicios de atención domiciliaria
	045-671-3466	045-550-3615	Cuestiones relacionadas con la designación, renovación y mantenimiento de las oficinas de servicios de atención comunitaria
	045-671-3414	045-550-3615	
	045-671-2356	045-550-3615	Cuestiones relacionadas con la auditoría y orientación sobre los servicios de atención domiciliaria y comunitaria
Departamento para Personas Mayores	045-671-3923	045-641-6408	Cuestiones relacionadas con las residencias geriátricas, los centros geriátricos de salud y las estancias cortas
	045-671-4117	045-641-6408	Cuestiones relacionadas con las residencias geriátricas privadas
Departamento de Asistencia a Domicilio para Personas Mayores	045-671-2405	045-550-3612	Cuestiones relacionadas con los proyectos integrales de cuidados preventivos y de asistencia en la vida cotidiana
Departamento de Promoción de la Atención Comunitaria Integral	045-671-3464	045-550-4096	Cuestiones relacionadas con los sistemas comunitarios de atención integral
Departamento de Salud y Asistencia Social para Personas Mayores	045-671-3412	045-550-3613	Cuestiones relacionadas con el Plan de Envejecimiento Positivo de Yokohama

Servicios de cuidados preventivos y promoción de la salud para personas mayores

¡Vamos! ¡Vamos! ¡Prevención de la vulnerabilidad!

Para prolongar la esperanza de vida saludable, trabajemos en la **prevención de la vulnerabilidad**.

Para llevar una vida sana, independiente y activa a cualquier edad, es importante prolongar la esperanza de vida saludable*.

* La esperanza de vida saludable es "el periodo de tiempo durante el cual se puede vivir sin problemas de salud que limiten la vida cotidiana".

Se espera que la mejora del estado de vulnerabilidad y la implementación de iniciativas de prevención de la vulnerabilidad tengan un impacto positivo en la prolongación de la esperanza de vida saludable.



¿Qué es la vulnerabilidad?

Se trata de un estado caracterizado por la disminución de funciones corporales y mentales (funciones) en la vejez, como la fuerza física, la motivación y la función cognitiva, lo que eleva el riesgo de necesitar asistencia en el futuro.

Envejecimiento	Deterioro de las funciones cognitivas, de la salud bucal, de la capacidad de caminar, pérdida de la masa muscular, desnutrición, aislamiento, depresión, etc.
Enfermedad	Hipertensión, diabetes, accidentes cerebrovasculares, cardiopatías, enfermedades renales, etc.

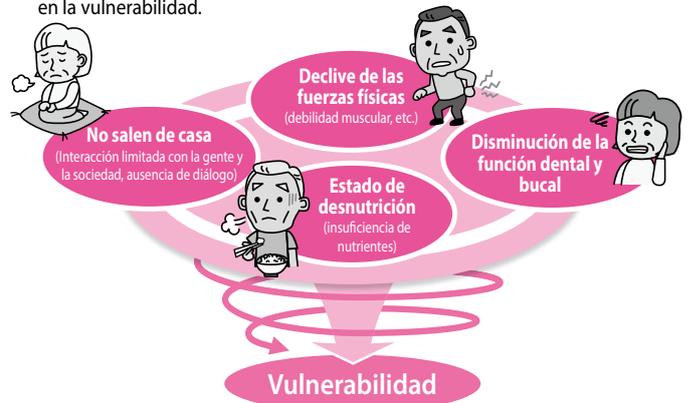
La vulnerabilidad es...

- Se trata de un estado "intermedio" entre "sano" y "acreditado con grado de dependencia".
- Una detección temprana y la prevención adecuada puede contribuir al mantenimiento y mejora del estado de salud.



La vulnerabilidad comienza a manifestarse con pequeños cambios en la vida cotidiana.

Pequeños cambios en el cuerpo, la mente y las funciones cognitivas, así como alteraciones en la vida social, entre otros factores, interactúan entre sí y derivan en la vulnerabilidad.



Los 4 pilares de la prevención de la vulnerabilidad

Es importante integrar las iniciativas de "ejercicio, salud bucodental, nutrición y participación social" en la vida cotidiana.



"¡Vamos! ¡Vamos! ¡Prevenir la vulnerabilidad!" es el nombre de la campaña para promover la prevención de la vulnerabilidad en la ciudad de Yokohama.

Ejercicio... fortalecer el cuerpo para seguir en movimiento

Para conservar la salud, es **esencial mantener la forma física y la fuerza ósea y muscular**.

● ¡Prevenir el síndrome locomotor*!

* Padecimiento en el que la disminución de la fuerza muscular y los problemas en huesos y articulaciones relacionados con la edad reducen la capacidad de movimiento, como "estar de pie, sentarse y caminar".

- Caminar o pasear durante 20-30 minutos al día (a título orientativo), además de un poco de entrenamiento muscular diariamente.

Función bucal (funcionamiento de la boca)... mantener la capacidad de masticar y tragar

Es **crucial prevenir la vulnerabilidad oral (deterioro de la función bucal)**, que puede conducir a un deterioro de la función general del cuerpo.

- Prevenir las caries y las enfermedades de las encías cepillándose los dientes a diario y manteniendo la boca limpia.
- Acudir a un dentista de forma periódica para recibir el asesoramiento adecuado.
- Ejercicios bucales para mejorar la masticación, la deglución y la articulación.

Prevención de la vulnerabilidad

Participación social... conectar con la gente y la comunidad mediante salidas, interacción y participación.

Para conservar la salud mental y física, también es **crucial relacionarse con los demás y participar en la comunidad**.

- Salir al menos 1 vez al día.
- Socializar con amigos y conocidos al menos 1 vez a la semana.
- Participar en actividades divertidas y gratificantes (participación en asociaciones vecinales, voluntariado, asistencia a puntos de fomento de la vitalidad, etc.)

Nutrición... alimentación equilibrada y variada para mantener un cuerpo sano

Es **crucial prevenir la pérdida de peso y la disminución del estado nutricional (desnutrición)**, que pueden llevar al deterioro general del cuerpo, dejando de lado las dietas restringidas.

- Comer 3 veces al día de forma equilibrada y variada.
- Incluir proteínas para fortalecer los músculos.

¡Esforzarse más! ¡Sin detenerse! ¡Prevención de la vulnerabilidad!

En la oficina del distrito o las plazas de atención comunitaria de su zona, se ofrece ayudar para aprender y continuar con la promoción de la salud y los cuidados preventivos (prevención de la vulnerabilidad).

- **Aprender y experimentar**
Aprender sobre los nuevos avances en la prevención de la vulnerabilidad, incluyendo el ejercicio, la salud bucodental y la nutrición, la promoción de la salud y los cuidados preventivos a través de conferencias y eventos.
- **Continuar con actividades grupales**
Participar en grupos que realicen actividades continuas como ejercicios y paseos en su entorno inmediato (puntos de fomento de la vitalidad, etc.).
- **Aplicación de los conocimientos y la experiencia**
¡Contribuir a la comunidad encontrando disfrute y propósito en las actividades! Se recomiendan actividades de voluntariado en la comunidad.

¡Quiero saber más! ¡Prevención de la vulnerabilidad!

Para obtener más información sobre la promoción de la salud y los cuidados preventivos (prevención de la vulnerabilidad), visite el sitio web de la ciudad de Yokohama. Puede también descargar información detallada sobre cada iniciativa y un folleto sobre prevención de la vulnerabilidad.

Sitio web de la ciudad de Yokohama ▶



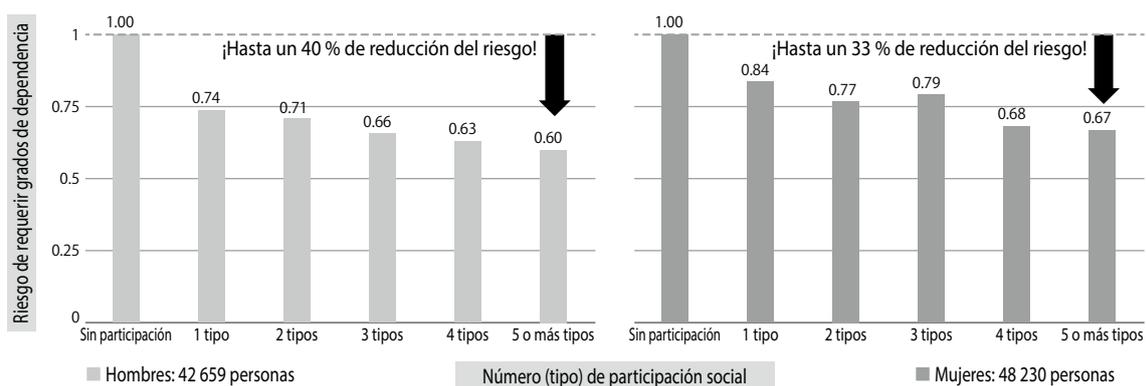
元気なうちから介護予防

¡Involucrarse en diversos aspectos de la sociedad es el secreto para tener una vida plena!

Se ha demostrado que la participación social de las personas mayores, por ejemplo, a través de actividades recreativas y voluntariado, tiene un impacto positivo en la salud, y estudios recientes han demostrado que cuanto mayor es el número de compromisos sociales, menor es el riesgo de tener grados de dependencia.

¡Participar en actividades sociales(*) reduce el riesgo de tener grado de dependencia un 26-40 % para los hombres y un 16-33 % para las mujeres!

* En este estudio, se considera la participación en 14 tipos de actividades diferentes como empleo, deportes, actos comunitarios, mejora del medio ambiente, asociaciones de vecinos, voluntariado y actividades recreativas al menos varias veces al año. El riesgo de requerir grados de dependencia se cuantifica para cada número de participación social, tomando como referencia el riesgo de necesitar cuidados de las personas con "ninguna participación" (1.00).



Sujetos de la investigación:

Personas mayores de 23 ciudades y pueblos, incluyendo la ciudad de Yokohama, que conservaron su independencia en la vida cotidiana y seguidas durante aproximadamente 3 años a partir de un estudio realizado en 2013 por la Agencia Japonesa de Investigación sobre Evaluación Geriátrica

Fuente: Agencia Japonesa de Investigación sobre Evaluación Geriátrica (JAGES), Comunicado de prensa nº 293-21-31

Participación individual y en grupo en actividades comunitarias durante el último año

(encuesta sobre la situación real de las personas mayores de la ciudad de Yokohama en 2022)

Personas mayores involucradas en actividades comunitarias

37.0%

Personas mayores involucradas en actividades sanitarias y deportivas

14.5%

Personas mayores no involucradas en actividades comunitarias

57.7%