訪問介護（ホームヘルプ）を使う方・ご家族へ

# 訪問介護でできること・できないこと 確認シート

ヘルパーに頼めること・頼めないことを、厚生労働省の通知の行為名どおりに並べた一覧と、ケアマネジャーに相談するときのメモ欄の紙です。
個別の行為が頼めるかどうかを判定する紙ではありません。

### このシートの使い方（4ページ）

1. 2ページ目と3ページ目の「できること」の一覧で、ヘルパーに頼みたいことの左の□に印をつける。
2. 3ページ目の「できないこと」の一覧で、頼みたいことが載っていないかを見る（載っていても、対象になるかは個別に確かめる）。
3. 4ページ目に、同居家族の状況と、ケアマネジャーに相談したいことを書き出す。
4. 頼めるかどうか迷う行為は、担当のケアマネジャーか市区町村の介護保険の窓口に確かめる。

### 訪問介護の区分の考え方（厚生労働省 老計第10号・老振第76号）

**身体介護**
身体に直接接触して行う介助（排泄・食事・入浴・更衣・移動・服薬など）、自立支援・重度化防止のために利用者と共に行うサービス、専門的知識・技術によるサービス

**生活援助**
身体介護以外の訪問介護で、掃除、洗濯、調理などの日常生活の援助。利用者が単身、または家族が障害・疾病などのため、本人や家族が家事を行うことが困難な場合に行われる

**生活援助に含まれない行為**
商品の販売・農作業等生業の援助的な行為、直接、本人の日常生活の援助に属しないと判断される行為（老計第10号）。具体的な事例は老振第76号の別紙（3ページ目）

**保険外（自費）のサービス**
保険給付の範囲外のサービスを、利用者と事業者の契約に基づき、保険外のサービスとして明確に区分し、利用者の自己負担で提供することは、当然、可能（老振第76号）

**通知は例示**
通知が示す個々のサービス行為の一連の流れは、あくまで例示。実際には、利用者一人ひとりの身体状況や生活実態などに合わせた取扱いが求められる（厚生労働省）。

### このシートでわかること

- 身体介護・生活援助に含まれる行為の名前（通知の表記）と、通知にある例。
- 生活援助に含まれないとされる行為の一覧（老計第10号・老振第76号の別紙）。
- 同居家族がいる場合の、厚生労働省のチラシの考え方。

### このシートでわからないこと

- ある行為が頼めるか（ケアプラン・利用者の状況・市区町村で変わる）。
- わが家で生活援助を使えるか（家族の状況の確認はケアマネジャーが行う）。
- 医療に関わる行為の可否（主治医・看護師に相談）。

### わが家のメモ

担当のケアマネジャー（名前・事業所）：

訪問介護を使う方：　／ 今回確かめたいこと：

発行：生前整理支援センター ふれあいの丘（株式会社Kogera） www.fureaino-oka.com/kaigo/houmon-kaigo-dekiru 個人利用の範囲で自由に印刷・複製いただけます。
厚生労働省の通知（2026年10月25日確認）の行為名どおりに並べた一般的な確認シートで、個別の行為が頼めるかどうかを判定するものではありません。通知の行為は例示で、頼めるかどうかはケアプランと利用者の状況、市区町村で変わります。最終的な判断は、担当のケアマネジャーか、お住まいの市区町村の介護保険の窓口に確かめてください。

# 訪問介護でできること・できないこと 確認シート

できること①身体介護(老計第10号・改正後の行為名)

## 身体介護に含まれる行為 頼みたいことに✓。右のメモには、ケアマネジャーに聞くことを書く

番号・行為名は厚生労働省の通知(老計第10号・平成30年4月1日適用の改正後)の表記のままです。通知は一連の流れを例示したもので、実際の取扱いは利用者の身体状況や生活実態に合わせて決まります。「サービス準備・記録等」は、身体介護または生活援助を行うときの事前準備等として行う行為で、この行為だけを単独の行為としては扱いません。

| ✓ | 通知の番号 | 行為名(通知の表記) | メモ(ケアマネジャーに聞くこと) |
|---|---|---|---|
| **1−0 サービス準備・記録等** | | | |
| ☐ | 1−0−1 | 健康チェック | |
| ☐ | 1−0−2 | 環境整備 | |
| ☐ | 1−0−3 | 相談援助、情報収集・提供 | |
| ☐ | 1−0−4 | サービス提供後の記録等 | |
| **1−1 排泄・食事介助** | | | |
| ☐ | 1−1−1−1 | トイレ利用 | |
| ☐ | 1−1−1−2 | ポータブルトイレ利用 | |
| ☐ | 1−1−1−3 | おむつ交換 | |
| ☐ | 1−1−2 | 食事介助 | |
| ☐ | 1−1−3 | 特段の専門的配慮をもって行う調理 | |
| **1−2 清拭・入浴、身体整容** | | | |
| ☐ | 1−2−1 | 清拭(全身清拭) | |
| ☐ | 1−2−2−1 | 手浴及び足浴 | |
| ☐ | 1−2−2−2 | 洗髪 | |
| ☐ | 1−2−3 | 全身浴 | |
| ☐ | 1−2−4 | 洗面等 | |
| ☐ | 1−2−5 | 身体整容(日常的な行為としての身体整容) | |
| ☐ | 1−2−6 | 更衣介助 | |
| **1−3 体位変換、移動・移乗介助、外出介助** | | | |
| ☐ | 1−3−1 | 体位変換 | |
| ☐ | 1−3−2−1 | 移乗 | |
| ☐ | 1−3−2−2 | 移動 | |
| ☐ | 1−3−3 | 通院・外出介助 | |
| **1−4 起床及び就寝介助** | | | |
| ☐ | 1−4−1−1 | 起床介助 | |
| ☐ | 1−4−1−2 | 就寝介助 | |
| ☐ | 1−5 | 服薬介助 | |
| **1−6 自立生活支援・重度化防止のための見守り的援助** | | | |
| ☐ | 1−6 | ・入浴、更衣等の見守り(必要に応じて行う介助、転倒予防のための声かけ、気分の確認などを含む)<br>・移動時、転倒しないように側について歩く(介護は必要時だけで、事故がないように常に見守る)<br>・本人が自ら適切な服薬ができるよう、服薬時において、直接介助は行わずに、側で見守り、服薬を促す。<br>・利用者と一緒に手助けや声かけ及び見守りしながら行う掃除、整理整頓(安全確認の声かけ、疲労の確認を含む)<br>・洗濯物を一緒に干したりたたんだりすることにより自立支援を促すとともに、転倒予防等のための見守り・声かけを行う。<br>・利用者と一緒に手助けや声かけ及び見守りしながら行う調理、配膳、後片付け(安全確認の声かけ、疲労の確認を含む)<br>・車イス等での移動介助を行って店に行き、本人が自ら品物を選べるよう援助 | |

発行:生前整理支援センター ふれあいの丘(株式会社Kogera) www.fureaino-oka.com/kaigo/houmon-kaigo-dekiru 個人利用の範囲で自由に印刷・複製いただけます。
厚生労働省の通知(2026年10月25日確認)の行為名どおりに並べた一般的な確認シートで、個別の行為が頼めるかどうかを判定するものではありません。通知の行為は例示で、頼めるかどうかはケアプランと利用者の状況、市区町村で変わります。最終的な判断は、担当のケアマネジャーか、お住まいの市区町村の介護保険の窓口に確かめてください。

# 訪問介護でできること・できないこと 確認シート

できること②生活援助／できないこと(生活援助に含まれない行為)

## 生活援助に含まれる行為 頼みたいことに✓(老計第10号・改正後の行為名)

| ✓ | 通知の番号 | 行為名と通知にある例(通知の表記) | メモ(ケアマネジャーに聞くこと) |
|---|---|---|---|
| 2−0 サービス準備等 | | | |
| ☐ | 2−0−1 | **健康チェック** | |
| ☐ | 2−0−2 | **環境整備** | |
| ☐ | 2−0−3 | **相談援助、情報収集・提供** | |
| ☐ | 2−0−4 | **サービスの提供後の記録等** | |
| ☐ | 2−1 | **掃除**<br>・居室内やトイレ、卓上等の清掃 ・ゴミ出し ・準備・後片づけ | |
| ☐ | 2−2 | **洗濯**<br>・洗濯機または手洗いによる洗濯 ・洗濯物の乾燥(物干し) ・洗濯物の取り入れと収納 ・アイロンがけ | |
| ☐ | 2−3 | **ベッドメイク**<br>・利用者不在のベッドでのシーツ交換、布団カバーの交換等 | |
| ☐ | 2−4 | **衣類の整理・被服の補修**<br>・衣類の整理(夏・冬物等の入れ替え等) ・被服の補修(ボタン付け、破れの補修等) | |
| ☐ | 2−5 | **一般的な調理、配下膳**<br>・配膳、後片づけのみ ・一般的な調理 | |
| ☐ | 2−6 | **買い物・薬の受け取り**<br>・日常品等の買い物(内容の確認、品物・釣り銭の確認を含む) ・薬の受け取り | |

「配下膳」は通知の表記のままです。生活援助は本人の代行的なサービスで、本人が自身で行うことが基本となる行為です。

## 生活援助に含まれない行為 老振第76号の別紙の題名は「一般的に介護保険の生活援助の範囲に含まれないと考えられる事例」

### 生活援助の内容に含まれない行為
老計第10号

- 商品の販売・農作業等生業の援助的な行為
- 直接、本人の日常生活の援助に属しないと判断される行為

### 「直接本人の援助」に該当しない行為
老振第76号の別紙:主として家族の利便に供する行為又は家族が行うことが適当であると判断される行為

- 利用者以外のものに係る洗濯、調理、買い物、布団干し
- 主として利用者が使用する居室等以外の掃除
- 来客の応接(お茶、食事の手配等)
- 自家用車の洗車・清掃等

### 「日常生活の援助」に該当しない行為(1)
老振第76号の別紙:訪問介護員が行わなくても日常生活を営むのに支障が生じないと判断される行為

- 草むしり
- 花木の水やり
- 犬の散歩等ペットの世話

### 「日常生活の援助」に該当しない行為(2)
老振第76号の別紙:日常的に行われる家事の範囲を超える行為

- 家具・電気器具等の移動、修繕、模様替え
- 大掃除、窓のガラス磨き、床のワックスがけ
- 室内外家屋の修理、ペンキ塗り
- 植木の剪定等の園芸
- 正月、節句等のために特別な手間をかけて行う調理等

### 頼みたいことが載っていたとき・判断がつかないとき

老振第76号は、求められた内容が保険給付の範囲として適切かどうか判断がつかない場合は、保険者(市町村)に確認を求めるよう定めています。載っている行為も、載っていない行為も、頼めるかどうかは、担当のケアマネジャーか市区町村の介護保険の窓口に確かめてください。なお、老振第76号は平成12年に出た通知で、当初の本文は「家事援助」の表記でしたが、平成15年3月19日の一部改正後は「生活援助」の表記です。

### メモ

載っていて気になった行為:

保険外のサービスで頼みたいこと:

**発行:生前整理支援センター ふれあいの丘(株式会社Kogera)** www.fureaino-oka.com/kaigo/houmon-kaigo-dekiru 個人利用の範囲で自由に印刷・複製いただけます。
厚生労働省の通知(2026年10月25日確認)の行為名どおりに並べた一般的な確認シートで、個別の行為が頼めるかどうかを判定するものではありません。通知の行為は例示で、頼めるかどうかはケアプランと利用者の状況、市区町村で変わります。最終的な判断は、担当のケアマネジャーか、お住まいの市区町村の介護保険の窓口に確かめてください。

# 訪問介護でできること・できないこと 確認シート

同居家族の状況・ケアマネジャーに相談するときのメモ・保険外サービス

## 同居家族の状況 厚生労働省のチラシ(老振発1224第1号の別紙)の3つ。当てはまるものに✓。使えるかどうかは書かない

介護保険で利用できる生活援助は、適切なケアプランに基づき、次のような理由により自ら行うことが困難であると認められた、日常生活上必要な家事の支援です(厚生労働省のチラシ)。利用者に同居家族がいるということだけで、一律に生活援助が利用できないわけではありません。ご家族の状況等を確認した上で、利用が可能な場合もあるので、担当の介護支援専門員(ケアマネジャー)に相談します。

| ✓ | わが家の状況(チラシの表記) | 具体的な事情のメモ |
|---|---|---|
| ☐ | **利用者が一人暮らしの場合** | |
| ☐ | **利用者の家族等が障害や疾病等の理由により、家事を行うことが困難な場合** | |
| ☐ | **利用者の家族が障害や疾病でなくても、その他の事情により、家事が困難な場合**<br>例(チラシ):家族が高齢で筋力が低下していて、行うのが難しい家事がある場合／家族が介護疲れで共倒れ等の深刻な問題が起きてしまうおそれがある場合／家族が仕事で不在の時に、行わなくては日常生活に支障がある場合 | |

## ケアマネジャーに相談するときのメモ 聞いたら✓、答えは右のメモへ

| ✓ | 聞くこと | 答えのメモ |
|---|---|---|
| ☐ | ヘルパーに頼みたいこと(2ページ・3ページで✓をつけたもの)と、頼みたい頻度・時間帯 | |
| ☐ | 頼みたいことが、身体介護・生活援助のどちらの行為にあたるか、ケアプランにどう書かれるか | |
| ☐ | 同居家族がいる場合、家族の状況(上の✓)をどう確認するか、必要な書類や話し合いがあるか | |
| ☐ | 載っていなかった行為・生活援助に含まれないとされる行為を頼みたいときの方法(保険外サービス・市区町村の事業) | |
| ☐ | 頼めるかどうか、市区町村(保険者)への確認が必要か | |

### 保険外(自費)のサービスを考えるとき(厚生労働省)

- 保険給付の範囲外のサービスは、利用者と事業者の契約に基づき、保険外のサービスとして明確に区分し、利用者の自己負担で提供できる。
- 市区町村の軽度生活援助事業、配食サービス等の生活支援サービス、NPO法人などの住民参加型福祉サービス、ボランティアなどの活用の助言を受けられる(老振第76号)。
- 訪問介護と保険外サービスを同時一体的に提供することは認められていない(本人分と同居家族分の料理を同時に調理するなど)。

### 契約の前に確かめること(平成30年の通知)

- 保険外サービスの内容・提供時間・利用料を、文書で説明を受けたか(同意を求められたか)。
- 契約の前後に、担当のケアマネジャーへ報告があるか。
- 訪問介護の利用料とは別に請求されるか。

事業者の名前・説明を受けた日:

### 出典(2026年10月25日確認)

・厚生労働省 老振発0330第2号(平成30年3月30日)の別紙(改正後の老計第10号「訪問介護におけるサービス行為ごとの区分等について」)

・老振第76号(平成12年11月16日・平成15年3月19日一部改正後)「指定訪問介護事業所の事業運営の取扱等について」と別紙(WAM NET の新旧対照表で改正後の表記を確認。別紙の事例の項目は、国立社会保障・人口問題研究所の資料ページに掲載された改正前の写しによる)

・厚生労働省 老振発1224第1号(平成21年12月25日)と別紙のチラシ、老推発0928第1号ほか(平成30年9月28日)、介護保険法 第8条第2項(e-Gov 法令検索)

一般的な確認シートです。通知や制度は改正されることがあります。個別の行為が頼めるか、わが家で生活援助を使えるかなどは、担当のケアマネジャーか市区町村の介護保険の窓口に確かめてください。医療に関わる行為は、主治医・看護師に相談してください。

**発行:生前整理支援センター ふれあいの丘(株式会社Kogera)** www.fureaino-oka.com/kaigo/houmon-kaigo-dekiru 個人利用の範囲で自由に印刷・複製いただけます。
厚生労働省の通知(2026年10月25日確認)の行為名どおりに並べた一般的な確認シートで、個別の行為が頼めるかどうかを判定するものではありません。通知の行為は例示で、頼めるかどうかはケアプランと利用者の状況、市区町村で変わります。最終的な判断は、担当のケアマネジャーか、お住まいの市区町村の介護保険の窓口に確かめてください。