



## パーキンソン病と ともに暮らす

- 前向きに、日々の生活を送っていきましょう。病気に向き合い、積極的に毎日を楽しんで暮らしましょう。
- 必要以上に悩むのはよくありません。何か気になること、わからないことがあれば、気軽に主治医に相談しましょう。
- パーキンソン病患者さんの療養生活に対して、さまざまな支援があります。これらを活用することで、患者さん・家族の方ともに良い療養生活が送れることと思います。まずは、最寄りの保健所・福祉窓口にご相談してみましょう。



## パーキンソン病患者の サポート

～心のケア、公的支援について～



# 不安や気持ちの落ち込みをなくすために

パーキンソン病の患者さんは、病気や日常生活の中で生じる不安や悩みのために、気持ちが落ち込むことがあります。しかし、病気だからとあきらめず、不安や悩みを解決し積極的に病気と付き合っていくという前向きな姿勢が大切です。

## 病気をよく理解しましょう

病気に負けないというしっかりした気持ちを持つことが大切です。病気を理解し、本当に注意しなければならないこと、あまり悩む必要のないことをそれぞれしっかり自覚しておきましょう。



## 外へ出て身体を動かしましょう

散歩などをして、毎日戸外で軽く身体を動かしましょう。新鮮な空気を吸いながら身体を動かすと気分がすっきりします。



## 家族や身近な人に話を聞いてもらいましょう

病気のことや将来について不安を感じたら、まず家族や周囲の方に話すようにしましょう。身近な人に話すことで、気分がすっきりするものです。



## 主治医に相談しましょう

病気のこと、症状や治療（くすり）についてわからないことや不安があれば、主治医に相談しましょう。主治医を信頼し、良い関係をつくることは、パーキンソン病と付き合っていく上で大切なことです。



# 毎日を楽しみましょう

気持ちが落ち込んでいる時、ふさぎ込んでばかりいてはよくありません。さまざまなことに目を向け、多くの人と関わり、多くのことを楽しんでみましょう。

## 趣味を楽しみましょう

趣味や自分の好きなことをして毎日を楽しく過ごしましょう。さまざまなことにチャレンジする前向きな姿勢により、充実した毎日を過ごすことができます。



## 人との集まりに参加しましょう

周囲や社会にも目を向けてみましょう。レクリエーションなどグループで集まる機会があれば参加して、話し、笑い、歌ったりするなど人と一緒に楽しむことで気分が良くなります。



## できることは自分でやりましょう

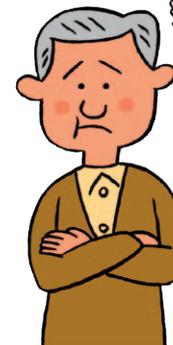
家族の協力も大切ですが、できる限りのことは自分でやる、という自立した気持ちを持ちましょう。

家族の方は、患者さんを特別扱いすることなく、患者さん自身が行うことを見守って、できないところをそれとなく手伝うようにしましょう。



## ひどく落ち込む場合には

もし、気分の落ち込みが強い時には、主治医に相談し専門の医師に診てもらうのもよいでしょう。



## パーキンソン病友の会

患者さんや、その家族の集まりです。会に参加し、多くの方と互いに励まし合い、情報交換をするのもよいでしょう。

■ 全国パーキンソン病友の会  
(各都道府県に支部があります)

本部(事務局)

〒100-0014  
東京都千代田区永田町2丁目17-5  
ローレル永田町103号

TEL: 03-6257-3994

FAX: 03-6257-3995

ホームページ:

<https://sites.google.com/site/jpdaorg>

E-メール: [jpda@jpda-net.org](mailto:jpda@jpda-net.org)

# 公的支援について

療養生活において、時に患者さんだけでは解決の難しい課題に直面することが出てくるかもしれません。

公的支援は、患者さんの病気によるさまざまな問題に対し、行政が提供するサービスです。いくつかの制度がありますが、これらを理解し療養生活で有効に利用していきましょう。

## 主に3つの公的支援制度があります

難病法  
に基づく支援

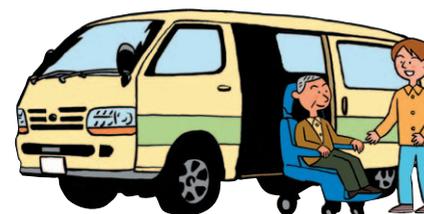
介護保険制度  
による支援

身体障害者福祉法  
に基づく支援

これらの公的支援を受けるためには、それぞれ申請が必要となります。  
また、身体の状態により受けることのできる公的支援の内容が異なってきます。  
お住まいの地域によって、サービスの種類、内容、条件などが異なる場合もあります。

## たとえばこのようなサービスがあります

- ・ 医療費の援助
- ・ ベッドや車椅子などの給付
- ・ ホームヘルパーの派遣
- ・ デイケア、ショートステイの利用
- ・ 住宅改造や入居条件に関する優遇
- ・ 税金の控除・減免
- ・ 公共料金などの割引
- ・ 自動車を利用する時  
(自動車改造費補助、駐車禁止等除外標章の交付など)



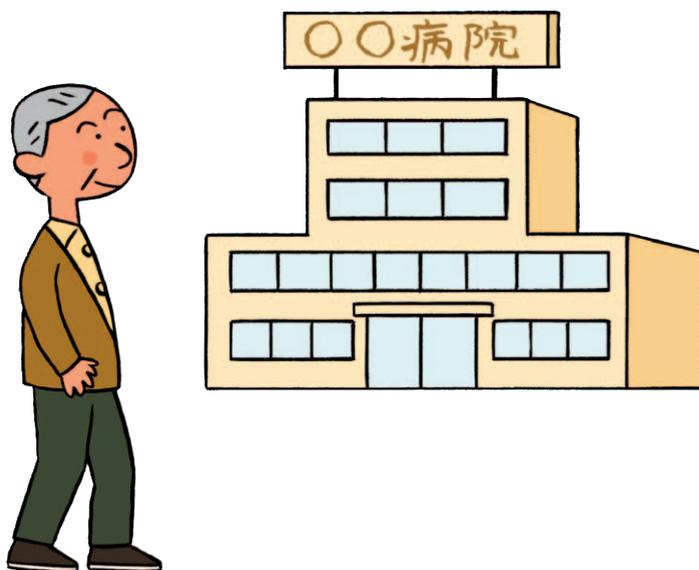
これらの支援制度は、重複する部分や関わりを持っているものがあります。  
また、お住まいの地域によってサービスの種類・内容・条件などが異なる場合  
もあり、本冊子では説明しきれないこともあります。詳しいことは、最寄りの保  
健所・福祉窓口にご相談されることをおすすめします。

# 難病法に基づく支援

医療費を公費（国が）負担する制度です。  
パーキンソン病は指定難病の1つで、この制度の対象となります。

## 医療費支援

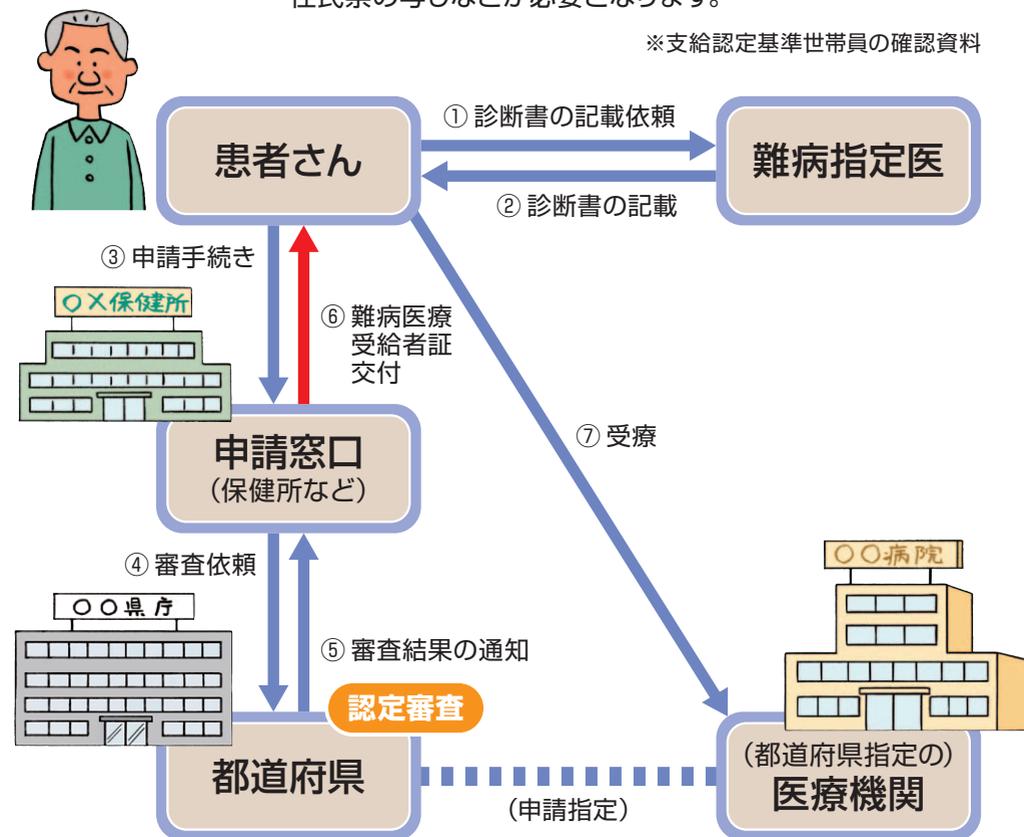
この制度は、保険診療により、指定医療機関（登録申請した病院、薬局）の利用で生じた医療費が対象です。  
患者さんの世帯全員分の所得に応じた自己負担限度額までを窓口で支払い、これを超えたものに対し公費負担となります。



## 申請の方法

国の制度ですが、申請・認定に関わるのは各都道府県です。  
申請には、(1) 診断書（臨床調査個人票）(2) 申請書（特定医療費支給認定用）(3) 公的医療保険の被保険者証のコピー\* (4) 市町村民税の課税状況の確認書類\* (5) 世帯全員の住民票の写しなどが必要となります。

\*支給認定基準世帯員の確認資料



注：有効期間や申請時の必要書類、申請手続きの詳細は都道府県によって異なります。  
詳しくは最寄りの保健所にお問い合わせください。

パーキンソン病の認定基準は、ホーン&ヤール重症度分類Ⅲ度以上、日常生活能力2度以上の中等症・重症の場合となっています。

上記の認定基準を満たさない場合でも、高額な医療費を継続する必要がある（月ごとの医療費総額が33,330円を超える月が年間3回以上）患者さんは医療費助成の対象となります。

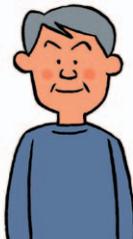
# 介護保険制度

高齢者の介護を社会全体で支える制度です。パーキンソン病患者さんは、65歳未満でもこの制度によるサービスを受けられる場合があります。



## ● 第1号被保険者

65歳以上の方が対象です。寝たきりや認知症などで、日常生活上介護や支援が必要と認定された場合にサービスを受けることができます。



## ● 第2号被保険者

40歳以上65歳未満の方で医療保険に加入している方が対象です。パーキンソン病など指定の病気（特定疾病）にかかり、介護や支援が必要な場合にサービスを受けることができます。

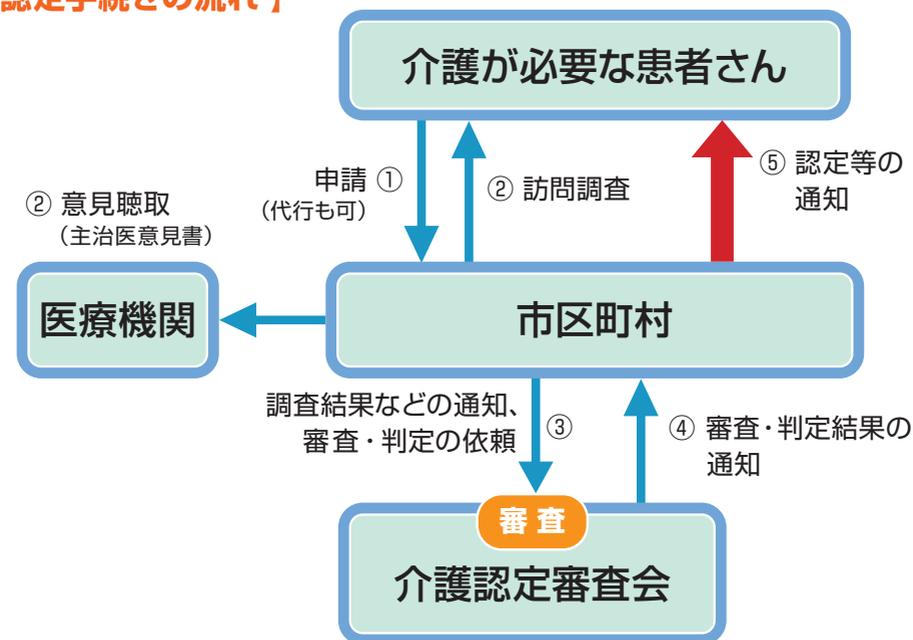
## サービスの申請

介護保険によるサービスを利用するためには、各自治体（市区町村）に申請し、認定を受けてください。

申請に必要なものは下記のとおりです。

- (1) 申請書
- (2) 介護保険被保険者証（40歳以上65歳未満の方は医療保険被保険者証）

## 【 認定手続きの流れ 】



- 審査により、要介護（要支援1～2、要介護1～5の7区分）あるいは自立と認定されます。有効期間は、12カ月となっているので、引き続きサービスを利用したい場合には有効期限までに更新申請を行いましょう。また、状態が変化した場合には認定区分の変更を申請することが可能です。
- 要支援、要介護認定された方に対し、介護サービス計画（ケアプラン）に基づくサービスが提供されます。ケアプランは、どのようなサービスが必要か、患者さん自身または介護支援専門員（ケアマネジャー）と相談しながら作成します。



# 介護保険制度 サービスについて

要支援の場合は、要介護の予防を目的とした介護予防サービスを受けることができます。  
要介護の場合は、介護サービスを受けることができます。

## 介護予防サービス

介護予防を目的としたサービスが受けられます。

## 介護サービス

### 【居宅サービス】

#### ● 自宅でのサービス

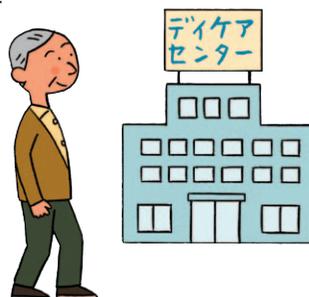
- ・訪問介護：ホームヘルパーの訪問
- ・訪問入浴介護：巡回入浴車などによる入浴の介助
- ・訪問リハビリテーション、訪問看護：理学療法士、看護師などの訪問
- ・福祉用具の貸与：介護ベッド、車椅子などのレンタル

#### ● 施設でのサービス

- ・通所介護（デイサービス）：日帰り入浴、食事などの提供
- ・通所リハビリテーション（デイケア）：日帰りでのリハビリテーション
- ・短期入所（ショートステイ）：家族が一時的に介護できない場合などに入所

#### ● そのほか

- ・福祉用具購入費
- ・住宅改修費の支給など



### 【施設サービス】

- ・介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）：  
常時介護が必要で、家庭での生活が困難な場合に入所
- ・介護老人保健施設：  
病状が安定して、リハビリテーションを中心とする医療ケアと介護を必要とする場合に入所
- ・介護療養型医療施設：  
比較的長期にわたり療養を必要とする場合に入院



## サービス費用について

- ・原則的には、サービスにかかった費用の**1割（高所得者は2割）が自己負担**となります。  
ただし、2018年8月より、一定の所得のある者は2割、現役世代並みの所得のある者は3割の自己負担になる予定です。
- ・施設での居住費や食費については、原則自己負担となります。
- ・居宅サービスについては、**要介護度に応じて支給限度額**が設定されており、それを超えた費用については全額自己負担となります。
- ・ひと月に利用したサービスの自己負担分が一定の上限額を超えた場合、その超過分は申請を行うことで**高額介護サービス費**として払い戻されます（上限額は所得により異なります）。

# 身体障害者福祉法に基づく支援

パーキンソン病患者さんは、身体をうまく動かすことができないのでこの制度の対象となり、身体障害者認定を受けることができます。

## 身体障害者手帳

身体障害者福祉サービスを受けるためには、まず身体障害者手帳の交付を受ける必要があります。また、手帳を持つことでさまざまなサービスを受けることができます。

身体障害者手帳は、各都道府県の市区町村の審査により交付されます。まずは、地域の福祉相談窓口で相談をして、具体的な手続きを行きましょう。

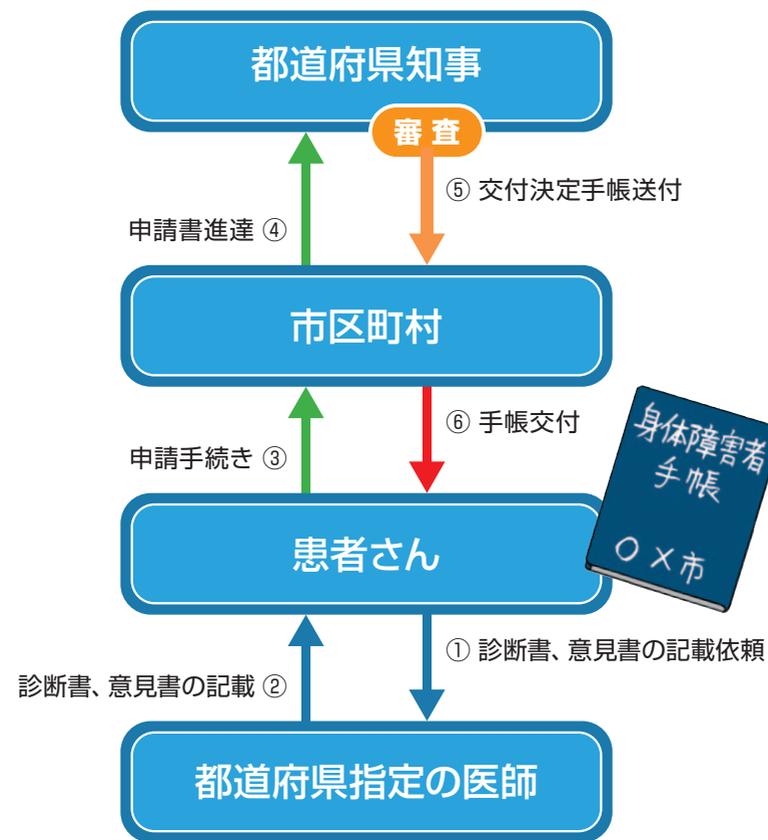


## 手帳の申請

お住まいの市区町村の福祉窓口が、申請の窓口となります。申請には、

- (1) 診断書、(2) 申請書、(3) 写真(4×3センチ)、(4) 印鑑が必要となります。

## 交付の流れ



診断は、行政指定の医師によって行われます。その診断を行政の社会福祉事務所が審査をして、障害の程度により1～6級(1級が最も重症度が重い)までの等級を決め、手帳が交付されます。受けられるサービスは、等級によって異なります。状態が悪化した時には、改めて手続きをして再交付を受けることができます。

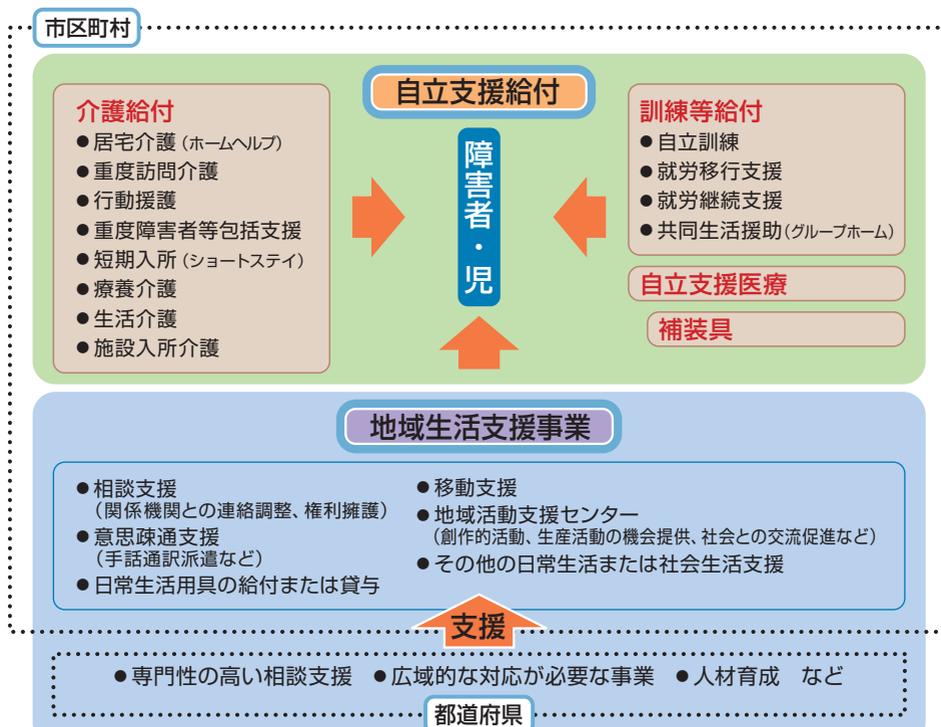
# 身体障害者福祉法などに基づく支援 障害者総合支援法\*について

\*:障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律

障害のある人々の地域生活と就労を促進し、従来、障害種別（身体障害者、知的障害者、精神障害者、障害児）ごとに個別に提供されていた福祉サービスなどを共通の制度のもとで一元的に提供するしくみです。

## サービスの内容について

障害者総合支援法に基づくサービスは、大きく自立支援給付、地域生活支援事業の2つで構成され、各市区町村より提供されます。



※これらのサービスのなかには、パーキンソン病患者さんが必要としないサービスもあります。

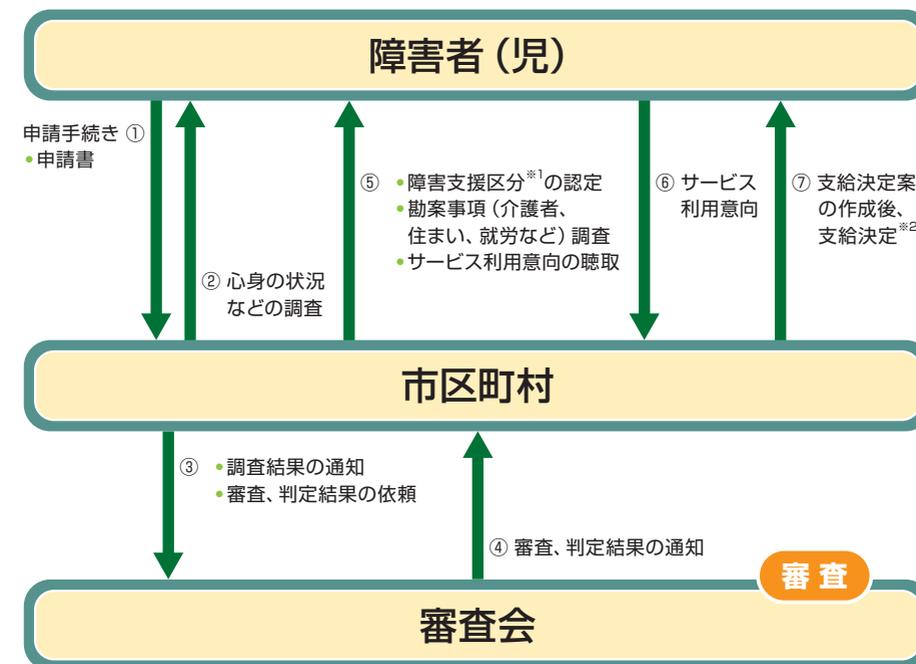
## 福祉サービスの利用にあたって

- ・サービスの利用量と所得に応じて利用料を負担します。
- ・原則として、サービスにかかった費用の1割が自己負担となります。
- ・原則として、施設サービスを利用した際の食費・光熱水費が自己負担となります。

## サービスの申請方法

- ・サービスを利用するためには市区町村に申請を行い、認定を受けてください。
- ・受給者証が交付されたら、市区町村などと相談しながら、自分にあったサービスの利用計画を作成してください。

例：介護給付の申請方法



※1：障害支援区分とは、申請者にどの程度の介護給付が必要かを表す6段階の区分です。

※2：個別のサービス利用計画書が作られ、必要に応じ審査会の意見を聞いた上で、正式に支給が決定されます。

# 障害者認定によるサービス

障害者総合支援法によるサービスのほか、障害者認定を受けていることにより利用できるさまざまなサービスがあります。

## 医療費の助成

- ・後期高齢者医療制度での医療費助成

75歳以上の方および65歳以上75歳未満で一定の障害がある方が対象となります。



## 経済的支援

- ・障害者年金
- ・特別障害者手当

このほかに、各自治体独自の制度もあります。

## 公共料金の助成

- ・公共交通機関の割引  
(JR・私鉄などの電車、バス、タクシー、飛行機などの運賃)
- ・有料道路通行料の割引
- ・NHK放送受信料の減免

このほかに、公共・私立の施設利用での割引制度もあります。また、交通の割引については、介護者もその適応となります。



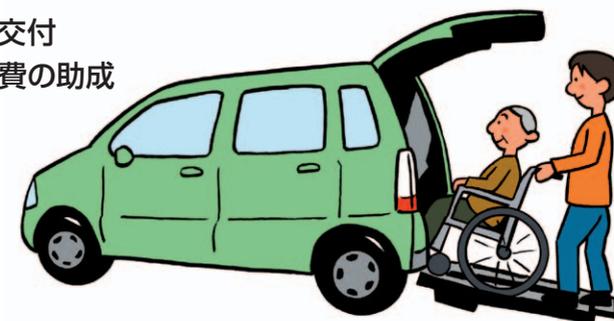
## 税金の控除・減免

- ・所得税、住民税の非課税または控除
- ・相続税(障害者が相続する場合)の控除
- ・贈与税の非課税(6,000万円まで)
- ・自動車税・自動車取得税の減免
- ・定期預金の利子非課税(マル優:350万円までの定期預金の利子に対して)などがあります。



## 自動車の利用について

- ・駐車禁止等除外標章の交付
  - ・自動車運転免許証取得費の助成
  - ・自動車改造費の助成
- などがあります。



そのほかに、住宅改造費の助成、公営住宅の優先入居など、住居についてのサービスもあります。

サービスは、各自治体独自のものもあります。

患者さんの障害の等級や年齢によってサービスを受ける内容が異なってきます。また、サービスの内容によっては、等級や所得により自己負担、割引率などが異なります。療養生活において、患者さんや家族の方が何か「困った」と感じる事があれば、行政の福祉担当や保健所などに相談されることをおすすめします。