

# 序章

## 「介護」のしくみが変わる! 情報を得よう!

### ● 誰もが認知症になりうる

「最近、物忘れが目立つ」「お父さん、最近、同じことを何回も言うけど、もしかして認知症?」「自分は、絶対、認知症にはならない!」など、誰もが思い描く介護問題のひとつに認知症があります。特に、在宅で暮らす認知症高齢者にとって、大きな課題となるのが「徘徊」です。本人の安否確認などで家族がストレスを抱えることもあり、認知症の介護において「徘徊」問題は深刻です。

献身的に介護を続け、できる限り自宅で面倒を看ようと思っていても、「徘徊」問題が深刻化すれば、施設介護を真剣に考えざるを得ません。また、仕事と介護を両立しながら親の面倒を看ている家族が、やむなく介護のために仕事を辞めてしまう「介護離職」の経緯も、「徘徊」問題の深刻化が原因の場合も多いのです。このように「徘徊」問題が顕在化すると、生活全般が一変してしまいます。

### ● 対策として何をなすべきか

ならば対策として何をなすべきでしょうか。筆者の介護現場での経験から、以下の3つの対策が重要だと言えます。

#### • 早期受診

一度、認知症を患ってしまえば、一部の例外を除いて今の医療技術では治すことはできません。しかし、認知症の進行をかなり遅らせる薬が開発されています。したがって、「単なる物忘れだ!」「受診するのは嫌だ」と主張する高齢者を、いかに早期に受診させていくかが重要となります。

#### • 施設での介護も選択肢に

家族介護の限界を感じることも重要です。徘徊が目立つ状態となれば、施設での介護という選択肢も躊躇せず考えていくべきです。施設に預けると「見放した」と感じる人も少なくありません。しかし、週3回程度、家族が施設を訪問し食事介助などで関わることも可能です。施設側も定期的に家族が来所して、食事介助してくれれば有難いはず。日本では施設に預けると「お別れ」といったイメージが根付いていますが、施設でも家族介護は継続できるのです。

#### • 介護サービスの情報を得る

元気高齢者のうちに、食生活、運動、生活リズムを整えるといった認知症予防に取り組むと同時に、介護サービスの情報を得ておくことが重要です。急にサービスが必要となったときに、他人であるヘルパーを家に入れることを躊躇する高齢者も少なくありません。しかし、その危険性を理解し介護に対する意識を深めておけば、要介護者となつたとしても抵抗感なく介護サービスを利用することができ、家族負担も軽減されます。元気なうちに「認知症になるかもしれない」「要介護状態になるかもしれない」ことを意識し、いわば「介活」に取り組んでいくことが重要なのです。

誰もが老化によって足腰が弱り身体能力も低下していく

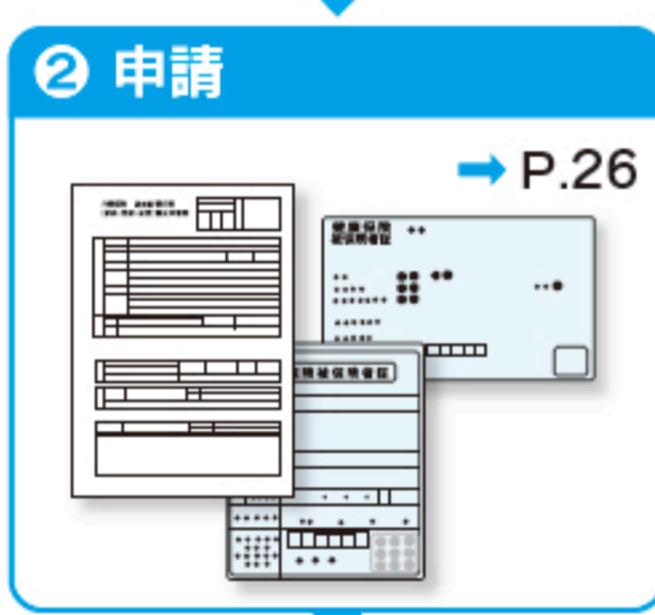
01

# 介護保険のサービスを利用するまでの流れ

介護保険のサービスを利用するには、まず、要介護認定を受け、介護が必要な状態であると認められなければなりません。サービス利用のための手続きを説明します。

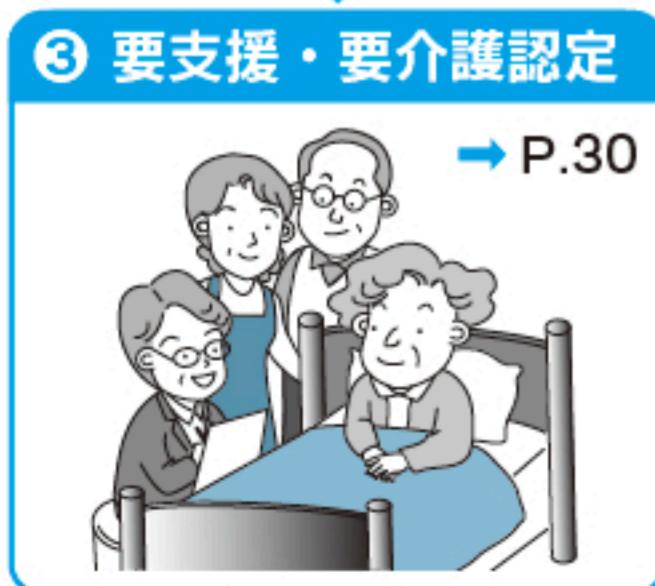


まず要介護認定の申請をしましょう。地域包括支援センターや市区町村の介護保険課の窓口で相談することができます。



要介護認定の申請には、介護保険証と主治医の連絡先がわかるものを持参します。

地域包括支援センターや介護保険課で手続きします。



認定調査員が自宅で日ごろの生活のようすや体の調子を聞き取ります。

要介護度が決まると、自宅に要介護度が記載された保険証が届きます。



自分に合ったケアマネジャーを探しましょう。  
ケアプランを依頼するには契約が必要です。



ケアマネジャーは利用者の生活上の困りごとを聞き取り、解決策を提案します。そのうえでサービスの種類や内容を記したケアプランを作成します。



利用するサービス事業者と契約を交わします。サービス担当者会議を行い、サービス内容や方法などについて話し合いをし、いよいよサービス開始です。

09

## 要介護度により利用できるサービスの金額が異なる

要介護度により、利用可能なサービスの金額が決まっています(区分支給限度基準額)。ただし、住宅改修費(20万円)や福祉用具購入費(年10万円)などは一律の金額です。市区町村の特別給付も要介護度には左右されません。

### ポイント 要介護度のめやすと区分支給限度基準額

#### ● 要支援1



※ 利用者負担は、1割かつ単位数単価10円で計算した例。

身の回りのことや日常生活は大体自立していますが、家事の一部に支援が必要です。

月 50,320 円  
(利用者負担 月 5,032 円)

#### ● 要支援2



身の回りのことはほぼ自立していますが、家事の一部や動作に支援が必要です。

月 105,310 円  
(利用者負担 月 10,531 円)

#### ● 要介護1



自宅内での生活はほぼ自立していますが、ひとりでの外出が難しくなってきます。

月 167,650 円  
(利用者負担 月 16,765 円)

#### ● 要介護2



#### ● 要介護3



自宅内での身の回りのことにも介助が必要になってきます。家事の大半に支援が必要です。

月 197,050 円  
(利用者負担 月 19,705 円)

#### ● 要介護4



歩行や排泄などに頻回な支援が必要になってきます。おむつの給付を受けたり、特養の入所が可能となったりする状態です。

月 270,480 円  
(利用者負担 月 27,048 円)

#### ● 要介護5



寝たきりではありませんが、家事および生活全般に支援や介護が必要な状態です。

月 309,380 円  
(利用者負担 月 30,938 円)

ほぼ終日ベッドで過ごし、全面的な介護が必要な状態です。寝たきりと称されることもあります。

月 362,170 円  
(利用者負担 月 36,217 円)

※ これらの状態はひとつのめやすです。必ずしもすべての人に当てはまるわけではありません。区分支給限度基準額に加え、住宅改修費+福祉用具購入費、市区町村独自の給付が利用できます。

## 介護保険で利用可能なサービス

介護保険のサービスには、自宅で暮らす人が対象の「**居宅サービス**」、住み慣れた地域でできる限り暮らせるようにつくられた「**地域密着型サービス**」と、特別養護老人ホームなどの介護保険施設に入つて利用する「**施設サービス**」があります。

### ポイント 自宅でサービスを受ける

#### 訪問介護 居宅

→ P.96



#### 夜間対応型訪問介護 地域

→ P.114



#### 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 地域

→ P.110



#### 訪問看護 居宅

支 → P.102



#### 訪問リハビリテーション 居宅

支 → P.105



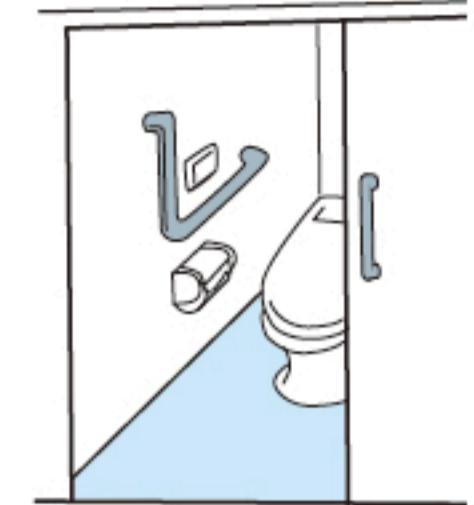
#### 訪問入浴介護 居宅 支

→ P.108



#### 住宅改修 居宅 支

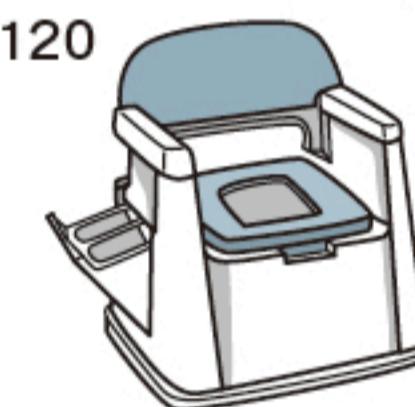
→ P.122



#### 福祉用具レンタル(福祉用具貸与) 居宅 支 → P.116

#### 特定福祉用具販売 居宅

支 → P.120



#### 居宅療養管理指導 居宅 支 → P.126



(薬剤師)



(歯科衛生士)

**居宅** ……居宅サービス **施設** ……施設サービス

**地域** ……地域密着型サービス

**支** ……要支援でも使えるもの(予防給付)

自宅でサービスを受ける

28

## 訪問介護(ホームヘルプ)

居宅

要介護

訪問介護サービスは、自宅に訪問介護員(ヘルパー)が訪問し、日常生活のさまざまなことを支援するサービスです。

### ポイント 日常生活を支援します

#### ● 身体介護——直接肌に触れる介護です

はいせつ 排泄介助、食事介助、入浴介助、病院の付添い(病院内は自費)、買い物の付添い、朝の身支度(着替え、歯磨き、整容等)、寝る前の準備(着替え、歯磨き、整容等)など。

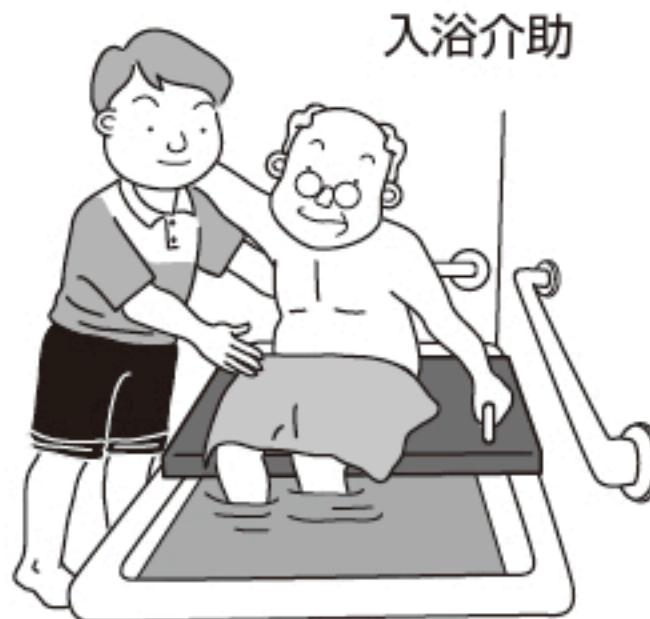
着替え



食事介助



入浴介助



排泄介助



#### ● 生活援助——日常の家事全般です

掃除、洗濯、調理、買い物、薬の受け取りなど。



#### ● 通院等乗降介助——いわゆる介護タクシーです

介護タクシーを利用する際、運賃は実費を支払う必要がありますが、車への乗り降りの介助料には介護保険が適用されます。乗り降りが車いすごとであっても、歩いてでも一律の金額です。



### 費用のめやす

- ・入浴の手伝いで身体介護を30分以上1時間未満利用

1回 396円

- ・掃除や洗濯で生活援助を45分以上<sup>\*</sup>利用

1回 225円

\* 生活援助は「20分以上45分未満」と「45分以上」の2種類です。45分以上の場合は、上限は特に定められていません。

早朝や夜間は割増があります。

※ 費用のめやすについては、1割負担の場合を1単位10円で計算しています。地区ごとの違いは巻末を参照してください(→P.200)。