

## 25 在宅介護サービスについて知りたい



ケアマネジャーさんの情報や在宅介護、在宅医療についてなど、実際に利用しなければならぬ状態になる前に知りたかったです。

[40代]



要介護認定を受けることにより、介護保険を利用した在宅介護サービスを受けられるようになります。

概要や主なサービスを一緒に見ていきましょう。



### 在宅介護サービスを受けるには

在宅介護サービスを受けるには、まずは要介護認定を受ける必要があります(→ **12**)。それから、ご本人とご家族にとってどのようなサービスがあるとよいか、ケアマネジャーと相談しケアプランを作成します(→ **13**)。このケアプランにもとづき、各種介護サービスが利用できるようになります。

### 訪問介護

訪問介護員(ホームヘルパー)が自宅に伺い、くらしを支援します。介護を受ける方の食事や排せつ、入浴などの補助を行う身体介護のほか、身の回りの家事(日常生活の範囲)など生活面を支援する生活援助があります。いずれも、介護を受ける方が可能な限り自立した生活を送ることができるよう支援するものです。

## 通所介護(デイサービス)

通所介護(デイサービス)では、介護を受ける方が介護施設に通いながら、食事や入浴などの支援や機能訓練を行い、自宅で自立した生活を送れるようにサポートします。基本的に介護施設と自宅との送迎があるので、ご自身やご家族だけでは移動が難しい場合でも安心して通うことができます。

## 短期入所生活介護(ショートステイ)

主に在宅で介護を行う場合でも、介護を受ける方に短期間介護施設に宿泊していただくサービス(ショートステイ)もあります。介護するご家族が外出しなければならない場合や介護で疲れがたまっている場合などに、ケアマネジャーに利用を相談してみましょう。連続利用日数は30日までとされています。

## 福祉用具貸与・住宅改修費用補助

介護を受ける方の状態や生活環境等を踏まえた福祉用具の貸与や、自宅に手すりを取り付ける等のリフォームを行う際の費用補助も介護サービスの一部です。対象となる福祉用具やリフォームの種類は決められた範囲があります。気になる方は地域包括支援センターへ相談してみましょう(→ **3**)。

## 訪問看護

在宅での介護には、訪問介護のような身の回りのくらしの支援のほか看護師などが自宅を訪問し病状などのチェックをおこなう訪問看護のサービスもあります。ご本人・ご家族が主治医に相談し、必要と判断された場合に、ケアマネジャーが作成するケアプランに訪問看護を組み入れ、サービスを受けられるようになります。

### 組合員からのアドバイス!

何より、専門的な相談窓口にご相談すること。自分に合う、寄り添ってくれる相談員を探すことが大事になるかと思います。サービスを受ける側だからと、我慢しないこと。[50代]

無理して抱え込まず、第三者に介入してもらいながら、ゆとりを持って介護に当たることが、長く介護をするうえで大切だと思いました。[40代]

