

## 介護休業法について

(厚生労働省平成 29 年 1 月 1 日改正より)

介護休業法とは、要介護状態(2週間以上の期間にわたり常時介護を必要とする状態をいい、介護保険制度の認定を受けていなくても可)の「対象家族」を介護する場合に利用できる制度です。

介護休業を取得するには、対象家族が要介護状態にあることなどを明らかにし、休業開始予定の2週間前までに書面など(急な場合は電話などの口頭でも可)により申し出る必要があります。

介護休暇は対象家族が通院の付き添いや介護サービスの適用を受けるために必要な手続きの代行などの際に利用することができ、対象家族の家事や買い物も含まれます。

### ● 介護休業

対象家族1人につき通算93日まで、3回を上限として分割取得可能です。

### ● 介護休暇

1年に5日まで半日(所定の労働時間の2分の1)単位での取得が可能。介護その他の世話をを行うための休暇が取得可能です。

### ● 介護のための所定労働時間の短縮措置など

介護休業とは別に、利用開始から3年の間で2回以上の利用が可能です。

### ● 介護のための所定外労働の制限(残業の免除)

対象家族に1人つき、介護終了まで利用が可能です。

### ● 介護休業給付金の支給

雇用保険の被保険者の方が介護休業を取得した場合、一定の要件を満たすと介護休業給付金の支給(休業開始前賃金の67%)が受けられます。

詳細については、厚生労働省のホームページをご覧ください。

利用については、勤務先の就業規則などをご確認ください。

大阪市立大学、大阪教育大学、和歌山大学、積水ハウス株式会社、共同開設

## 「介護相談窓口」

✉ f-soudan@ado.osaka-cu.ac.jp ☎ 06-6605-3455

相談日：月2回 10:00～16:00 (日程等は下記ホームページをご覧ください)

場所：大阪市立大学杉本キャンパス 1号館1階  
女性研究者支援室(研究支援課分室) (大阪市住吉区杉本3-3-138)

利用対象：連携機関所属の方々

介護アドバイザー：湯浅美佐子

詳細については、下記ホームページをご覧ください。

相談窓口HP <http://www.wlb.osaka-cu.ac.jp/effort/assistance-service/>

※個別の相談には予約が必要です。まずはお電話またはメールにてお問合せ・ご予約ください。  
相談は面談やお電話、メールで対応します。

発行者 大阪市立大学女性研究者支援室 平成31年3月  
<https://diversity-oows.jp/>

# 介護と仕事を両立させるための 介護ハンドブック



介護を始める前に読んで、介護に備えましょう!!

## 介護理解度チェック

- 親の年齢が65歳以上である
- 親は遠方に住んでおり、最近の様子が分からない
- 親と介護やもしもの場合の話をしたことがない
- 親の交友関係(友人関係)を知らない
- 親の資産(財産)をどのように管理しているか知らない
- 介護についてよく分かっていない

## 2つ以上チェックがついた方は要注意!!

親の年齢が75歳以上になると、多くの方に何らかの介護が必要となります。

「介護」は誰もが直面する問題です。

今は必要ないから…ではなく

必要がない今の間に

早めに準備しましょう。

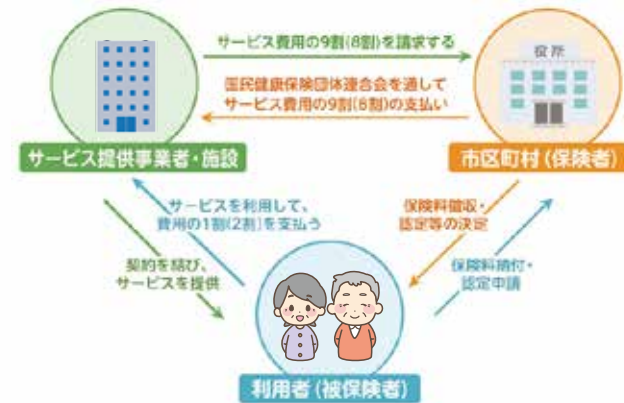
## 介護保険とは？

介護保険制度は、平成12年4月からスタートしました。お住まいの市町村（保険者といいます）が制度を運営しています。

40歳になると、被保険者として介護保険に加入し、65歳以上の方は、市町村（保険者）が実施する要介護認定において介護が必要と認定された場合、いつでもサービスを受けることができます。

また、40歳から64歳までの被保険者で、下記の16の特定疾病により介護が必要と認定された場合は、介護サービスを受けることができます。

（詳細は、厚生労働省のホームページ等をご覧ください。）



## 介護保険サービス対象者

- ・第1号被保険者…65歳以上
- ・第2号被保険者…40歳～64歳（16の特定疾病に該当することが条件）

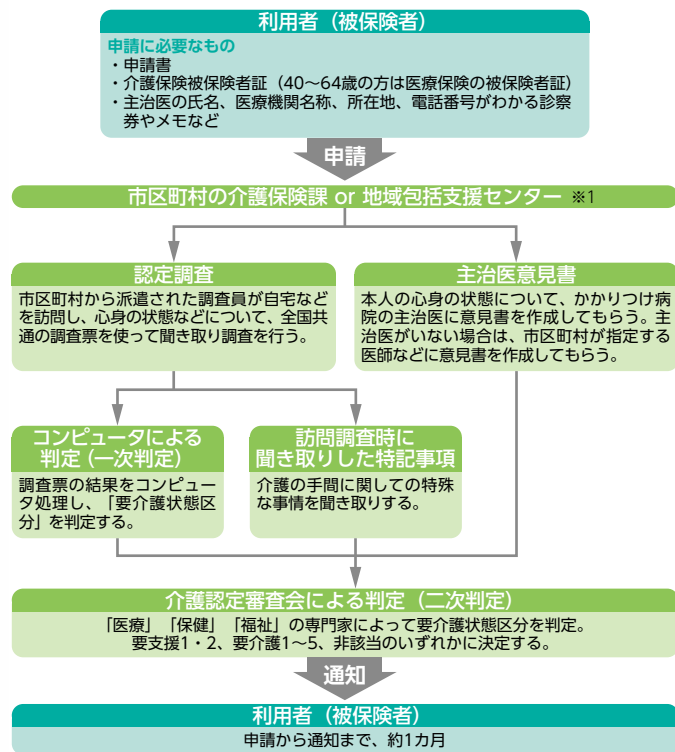
### 16の特定疾病

初老期の認知症	脳血管疾患	筋萎縮性側索硬化症 (ALS)	パーキンソン病関連疾患
脊髄小脳変性症	シャイ・ドレーガー症候群	糖尿病性腎症・網膜症・神経障害	閉塞性動脈硬化症
慢性閉塞性肺疾患 肺気腫、慢性気管支炎、気管支喘息、びまん性汎細気管支炎	両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症	関節リウマチ	後縦靭帯骨化症
脊柱管狭窄症	骨折を伴う骨粗鬆症	早老症	がん (がん末期)

## 介護保険サービスの利用

介護保険やサービスの利用については、市町村の介護保険担当窓口などへ相談することもできます。介護サービスの利用を希望する場合には、市町村の介護保険担当窓口へ「**要介護（要支援）認定**」の申請をします。

## 要介護（要支援）認定



「要介護認定」により、「要介護度」が認定されます。この「要介護度」に応じて介護保険でどのサービスがどれくらい使えるかが決まります。この「要介護度」は有効期限というものがあり、1～3年ごとに「更新申請」を行います。その期間内に大きく状態が変わった場合は、都度「区分変更申請」というものが可能です。

### ※1 「地域包括支援センター」

お住まいの地域ごとに設置されており、地域の住民を対象に介護相談等に応じている施設です。こちらで介護保険申請や介護サービスについての相談などが可能です。

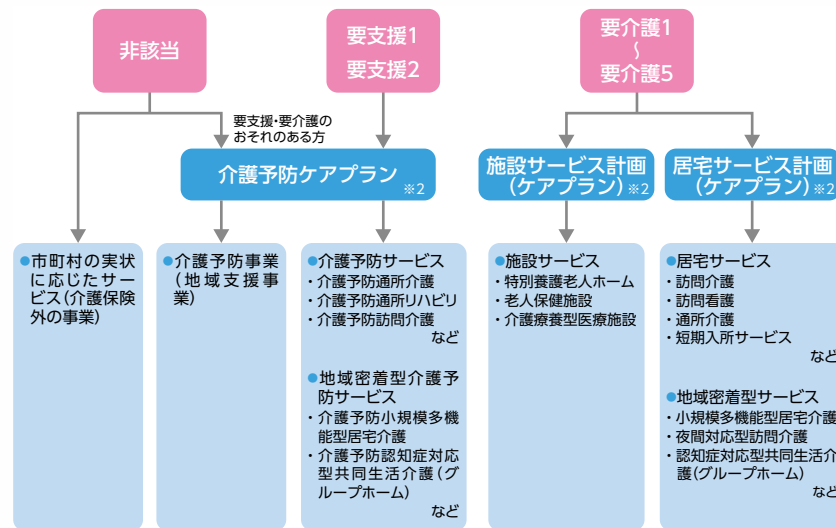
## 要介護度別の状態例

（疾病の種類等によっては下記の状態と異なります）

状態区分	状態例（一例）
自立（非該当）	一人で公共交通機関が利用できる。
要支援1	近くの病院やスーパーに一人で買い物に行ける。
要支援2	自宅周辺であれば、一人で外出することができる。
要介護1	一人での外出が困難になるが、家の中での移動は自分でできる。
要介護2	ベッド→トイレ、トイレ→食堂等、5m程度の歩行ができる。
要介護3	歩行ができなくなる。移動に車いすが必要になる。
要介護4	ほぼ、寝たきり状態。コミュニケーションが可能
要介護5	寝たきり状態。コミュニケーションも困難な状態。

## 介護サービス利用について

要介護度によって受けられるサービスが異なります。それぞれのサービスを利用する際には「ケアプラン」※2が必要となります。



### ※2 「ケアプラン」

ケアマネジャー（介護支援専門員）※3が作成する「介護計画書」のことです。

### ※3 「ケアマネジャー」

正式には、「介護支援専門相談員」といい、介護認定を受けた人やその家族からの相談や希望によって適切な介護保険サービスが受けられるようにケアプラン（介護計画）を作成し、関係機関との連絡や調整を行います。ケアマネジャーとの信頼関係が大変重要です。

## 在宅サービスの種類（自宅で生活しながら使えるサービス）

- **訪問介護**  
ホームヘルパーが自宅を訪問し、家事援助や身体介護等を行います。
- **通所介護（デイサービス）**  
日帰り施設にて入浴やリハビリなどのサービスを受けます。
- **訪問看護**  
病気などにより処置が必要な方に看護師が訪問し、必要な処置を行います。
- **特定福祉用具貸与（販売）**  
介護用ベッドや車いすなどの貸与（レンタル）やポータブルトイレ等を購入できます。
- **短期入所生活介護（ショートステイ）**  
家族が介護等を行えないときに、短期間施設に入所することができます。

※上記は一例です。要介護度などに応じて使用できるサービスに制限があります。



## 施設サービスの種類（施設に入所して使うサービス）

- **特別養護老人ホーム（新規入所には原則要介護3以上の認定が必要）**  
通称特養と呼ばれる施設で、終身で入所することができます。
- **介護老人保健施設（3か月～6か月程度の入所）**  
通称老健と呼ばれる施設で、主に在宅復帰を目的にリハビリ等を行います。
- **介護療養型医療施設（介護医療院に名称変更）**  
病気などにより処置が必要な方が入所する施設です。
- **特定施設入居者生活介護（有料老人ホーム）**  
要支援から入所が可能な施設です。入所費用は施設により異なり、高額になる場合もあります。
- **認知症対応型共同生活介護（グループホーム）**  
軽度の認知症の方が入所でき、共同生活を送ります。

※上記は一例です。要介護度などに応じて使用できるサービスに制限があります。

その他にも、地域密着型サービス等のサービスもあります。  
詳しくは、お住まいの市町村、  
地域包括支援センターの担当窓口にご相談ください。

## 介護保険外サービス

介護保険で全ての対応が難しいため、介護保険以外の保険外サービスの活用もご検討下さい。  
ここでは、介護保険外サービスの一例をご紹介します。

- **配食サービス**  
定期的に食事（給食会社等が調理したお弁当等）を宅配します。
- **家事代行**  
介護保険外の掃除・片づけ・買い物等を専門の業者が行います。
- **外出支援**  
介護保険外の通院付き添い・旅行・買い物等の外出のお手伝い等を行います。
- **緊急時通報サービス**  
自宅に緊急通報装置を設置し、緊急時等に訪問サービスを行います。
- **訪問理美容サービス**  
自宅にて理美容の専門家が訪問し散髪を行います。



※上記は一例です。自治体や地域によっては、内容の違うものやサービスが無いこともあります。

## 金銭管理が不安になったら??

福祉サービスを使いたい  
がどうすればいいか  
わからない方

最近物忘れが多くて  
預金通帳をちゃんと  
しまったかいつも心配な方

お金の管理に  
不安を感じてしまう方

介護保険関係の書類が  
たくさんくるけど、  
どう手続きしたらいいかわからない方

認知症などにより、金銭管理などが難しくなった時に利用できる制度に下記の2種類があります。

### 「日常生活自立支援事業」

都道府県・指定都市社会福祉協議会が実施主体となります。  
主に、日常生活費（光熱水費や介護サービス費等）の管理や支払等を行います。

### 「成年後見制度」

親族・弁護士・司法書士・行政書士等が家庭裁判所により後見人として選任されます。  
主に、財産（不動産や動産）等の管理や売買に関する事等について行います。