

| ご質問  | 回答   |
|--|--|
| <p>介護のために同居を決めましたが、同居するとヘルパーが利用できないとケアマネジャーに言われました。そのような制限は実際にあるのでしょうか。</p>          | <p>介護保険サービスの訪問介護で主に家事をサポートする生活援助は同居家族がいると利用に制限があるのは事実です。ですが、同居家族が仕事をしていて日中不在、家族に持病がありサポートが難しいなど、サービスの利用が必要な理由をケアプランに明記することで利用できることがあります。再度ケアマネジャーや自治体の窓口へ相談してみてください。また、着替えや入浴、排せつなどの身体介護は利用できますので、どのようなサポートを依頼したいのかもあわせてケアマネジャーにご相談ください。</p>   |
| <p>父親が食事や入浴をちゃんとしない。1日2食で菓子パンばかり食べている。入浴も週2〜3回で心配で声をかけても嫌がられる。何かよい方法はありませんか。</p>     | <p>ご質問者のお気持ちよく分かります。お父様のこういった生活は最近始まったことでしょうか。元々、1日2食で菓子パンが大好き、入浴も一日おきだったりしませんか？規則正しい食事や清潔を保つことは大切ですが、高齢の方が馴染んだ習慣を変えるのはなかなか難しいですね。もし、持病の悪化や命の危険があるような事態でなければ、お父様の好きなように過ごしていただくのもよいと思います。ご質問者からすると「もやもや」するかもしれませんが、お父様に理由を聞いてその内容に合わせてサポートする方向で動かれるのはいかがでしょうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・入浴をしない理由：入浴中の事故が心配、不安を感じている。入浴が疲れる、負担など。</li> <li>・不規則な食事の理由：自分で作るのが面倒などの理由があるかもしれません。</li> </ul> |
| <p>なぜ地域包括という名称なのでしょう。住まいがサービス付き高齢者住宅の場合は在宅介護という括りになりますか。</p>                         | <p>「地域包括」は「地域包括支援センター」の略称で、こちらは国から定められている相談窓口の名称です。自治体によって名称を変更しており「高齢者安心センター」「高齢者相談室」など、高齢者やそのご家族が相談しやすい名称に変更していることもあります。その地域に住んでいる高齢者及びそのご家族を包括的にサポートする」という意味で「地域包括」という名称になっています。「サービス付き高齢者向け住宅」は、シニア向けの賃貸マンションで自宅と同じ扱いなので一般的には「在宅介護」という括りになります。そのため介護保険サービスも自宅と同じように利用します。</p>  |
| <p>要介護者の居住地の地域包括支援センターが頼りにならない場合、どのような対策が考えられるのでしょうか。</p>                            | <p>地域包括支援センターは担当制のため、別の支援センターにご相談することは中々難しいです。そのため、もし地域の支援センターが思ったような対応をしてくれない場合は、専門職がいるお住まいの自治体の「高齢福祉課」「介護保険課」などに相談しましょう。また既に介護保険をご利用の場合は、ケアマネジャーに相談したり、ケアマネジャーと一緒に支援センターに対応を依頼してみるなどを試してみてください。</p>  |
| <p>本人が認知症であることを認めたがらないのですが、どのように促せばよいのでしょうか。</p>                                     | <p>病気であることを認めることは誰でも難しいものです。ご本人にとって認知症かもしれない、これまでと何か違う、上手くいかないと感じながら過ごす毎日は大変なストレスです。ご本人が認知症であることを認めなくても「責めたり、叱ったりせず」ご本人のいまの不安や困りごとを解消するために受診したり、治療をする。また、負担を軽減するために「サービスを利用する」と割り切ってサポートするのはいかがでしょうか。もちろん、質問者さんもジレンマやストレスを我慢せず、吐き出す場を見つけてください。</p>   |
| <p>父親がデイサービスの利用を拒否するのですが、ケアマネジャーなどがサポートしてくれることはありますでしょうか。</p>                        | <p>もちろん、ご相談ください。デイサービスの選択や利用開始時のサポートなど、デイサービス側と調整してくれます。もしケアマネジャーが決まっていなければ、先にケアマネジャーを探して「デイサービス」の利用を嫌がっていることを相談しましょう。また、デイサービスの利用を促す方法として、なぜデイサービスに行きたくないのか理由を聞いてみましょう。疲れてしまう、気の合わない人がいる、入浴が嫌だなど理由が分かれば利用時間の短縮や利用日を変更する、お父様が好むアクティビティを実施しているデイサービスを探す、デイサービスでの役割りや居場所を用意してもらうなど対応策を検討することができます。</p>   |
| <p>いま遠距離介護中ですが、親が同居を望んでおり仕事を辞めようか悩んでいます。</p>   | <p>今回のセミナーでもお伝えしていますが、仕事はなるべく辞めずに介護を続けていただきたいと思いますが、やむを得ない事情で離職を選択する方もおられますので</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・再就職先が確保できているか、給与や所得の変化を理解しているか</li> <li>・同居が本当に可能かシミュレーションする</li> <li>・配偶者やお子さんの同意がとれているか（単身で同居する場合も含めて）</li> <li>・同居してもご自分が全て介護せず、サービス等を活用する</li> </ul> <p>といったことを辞める前に必ず確認して離職しても今後のご自身の生活や人生が保てると判断できたうえでご選択いただきたいと思います。</p>  |
| <p>近くに住む母親が精神的な病気で介護しています。母はまだ若く、周りには介護をしている人がいません。職場にも伝えられず、相談できる人もいないため悩んでいます。</p> | <p>いま若い介護者、ヤングケアラーが取りざたされていますが、20代や30代で親の介護を担っている方は多くおられます。そういった方はご質問者さんと同じような悩みを抱えて孤独になりがちです。周囲に話せる人がいない場合はSNSや若いケアラー向けのカフェなどに参加してみてもいかがでしょうか。また職場の方へ話しにくいかもしれませんが、仕事を続けるためには職場の理解が必要です。話しやすい同僚や上司、相談窓口があればそちらに相談してみましょう。</p>   |