

	質問内容	回答
1	認知症の親が介護サービスの利用を嫌がる場合、どう対応すればよいですか？	認知症の方は「知らない人が来る」「環境が変わる」といったことに不安や抵抗を感じやすいです。無理に説得しようとせず、まずご本人の気持ちに寄り添う姿勢が大切です。ケアマネジャーなど専門職に相談し、ご本人が安心してできる方法やタイミングを一緒に考えましょう。ご本人の好きな活動や趣味に合わせたサービスや買い物だけ付き添うなど、受け入れやすいものから、徐々に慣れてもらう工夫も有効です。
2	遠距離介護の場合、支援やサポートはどうすればいいでしょうか？	遠距離介護の場合でも、地域包括支援センターやケアマネジャーと相談しながら介護サービスの調整や制度利用の手続きを行います。定期的な訪問や電話で様子を確認してもらうことも可能です。急なトラブルがあった場合に備えて、見守り機器の導入や現地で頼れる親族や友人に協力をお願いしておくとう安心です。
3	きょうだいと介護の分担や方針について話し合えるか不安です。どうしたらいいでしょう	介護の方針や分担については、できるだけ早い段階で家族が集まり、それぞれの考えや不安を率直に話し合うことが大切です。主介護者だけに負担が集中しないよう、役割分担や介護費用についても共有しましょう。介護費用やサービス内容などの情報は「見える化」し、共有することで、認識のズレやトラブルを防げます。また、ケアマネジャーや地域包括支援センターなど専門家に仲介役をお願いするのも有効です。一人で抱え込まず、お互いが負担を分け合う意識を持つことで、家族が納得できる介護の形を話し合いましょう。
4	親の貯蓄がない場合は、やはり自身の家計から必要経費を捻出するしかないのでは	介護費用や生活費は、基本的に本人の年金や収入からまかなうのが原則です。介護サービスを利用する際は、まず介護保険サービスや各種公的支援制度を優先的に活用しましょう。さらに、高額介護サービス費制度や生活保護制度、自治体独自の助成制度など、負担を軽減する仕組みも複数あります。これらの制度は多くが申請制のため、早めに地域包括支援センターや自治体の窓口、社会福祉協議会などに相談し、情報を集めることが大切です。それでも費用が不足する場合は、ご家族で無理のない範囲を話し合い、負担を分け合う方法を検討しましょう。
5	必要以上に干渉しないことが良いとのことですが、介護段階に入った父のケアに母がつかれてしまわないように、病院への付き添い(状況の説明等)をしておりますが、自立していた母の様子が変わってきたように思えます。頼ってもらっていいのか、それとも自立してもらう方がいいのかどちらが良いのでしょうか・・・手を出し過ぎ・・・の程度がわかりません。	介護では、必要以上に干渉しすぎないことも大切ですが、お母様の様子に変化があれば、無理に自立を促すよりも、疲れや不安を抱えていないか声をかけて見守ることが大切です。お母様が頑張っていることをしっかり認めて、主導できるような配慮しながらサポートされてはいいかがでしょうか。頼りたいときには遠慮なく相談できる関係性を作りつつ、できることは任せするなど、バランスを意識しましょう。お母様の変化や負担が大きくなっていないか心配な場合は、地域包括支援センターや主治医など専門機関への相談も安心につながります。
6	複数人（両親や兄弟など）の介護を行う場合の注意点やコツなどあれば教えてください	複数人の介護は心身の負担が大きくなりやすいため、「一人で抱え込まない仕組みづくり」が重要です。まず、介護が必要な方の状態を把握し、誰にどの程度のケアが必要かを整理しましょう。兄弟姉妹がいる場合は、役割や費用を話し合い、情報を共有してください。訪問介護やデイサービスなどの介護サービスを活用し、ケアマネジャーに「複数人介護で負担が大きい」と伝えとプランを調整してくれます。ご両親の場合は、同じケアマネジャーに依頼することで、サービス調整やスケジュール管理が一元化でき、連絡や調整の手間を減らせます。介護者自身の健康管理も忘れず、ショートステイやデイサービスなどのレスパイト（休息）ケアを積極的に利用しましょう。また、介護が長期化することを想定し、施設入所や在宅介護の限界ラインを家族で話し合っておくことをおすすめします。
7	介護保険サービスを利用しないと、担当ケアマネさんからの一切の連絡がないものな	はい、原則として介護保険サービスを利用していない場合は、担当ケアマネジャー（介護支援専門員）からの連絡や支援は基本的にありません。ケアマネジャーは利用者に合わせたサービス計画の作成や調整、継続的な支援が主な役割のため、サービスの利用がなければサポート範囲外になります。ただし契約中であれば、親御さんがサービスを嫌がる場合の相談や、利用方法の工夫について助言を受けられます。他に介護に関する悩みや相談がある場合は、地域包括支援センターに相談すると、必要な情報提供やアドバイスを受けることができます。
8	特別養護老人ホームに早く入所できる方法を知りたい。待機人数 8 0 人と言われ	特別養護老人ホーム（特養）は待機人数が多く、すぐに入所するのが難しいケースが少なくありません。しかし、いくつかの工夫によって、入所時期を早められる可能性があります。特養の入所は申し込み順ではなく、介護の必要度や緊急性によって優先順位が決まります。優先順位が上がる主な条件としては、要介護度が高いこと、介護者が高齢・病气・就労中などで介護が困難な状況にあること、居宅サービスの利用状況、認知症の進行度などが挙げられます。こうした条件を踏まえ、申込書類を丁寧に作成することが重要です。また、特養に併設されたショートステイやデイサービスの利用、複数の施設に申し込むこと、希望する地域の範囲を広げること、ユニット型個室の検討なども、入所の可能性を高める有効な手段となります。さらに、ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談することで、施設の空き状況や優先条件の確認ができ、より適切な対応策を見つけることができます。不安や疑問がある場合は、早めに相談することをおすすめします。
9	家族は、エアタグをつけたのですが、本人はつけたがりません。もう少し自分で何とかしていきたいと言う意思があるようです。家族の心配より、本人の意志を尊重優先する方が良いのでしょうか・・・	認知症の方や高齢者の見守りにおいては、ご本人の意思やプライバシーを尊重することが大切です。まずは、ご本人が納得できる方法や見守りの仕組みについて、じっくりと話し合うことをおすすめします。そのうえで、必要に応じて工夫を重ねていきましょう。それでもなお、心配が大きい場合は、靴やカバンなどに見守りグッズをさりげなく忍ばせるなど、本人が負担を感じにくい形で見守る方法もあります。最近では、目立たず使えるシールタイプの位置情報タグなども登場しており、選択肢が広がっています。また、地域包括支援センターや主治医に相談し、ご本人が受け入れやすい代替案や見守り方法を検討するのもひとつの方法です。

10	ケアマネさんを変更したいのですが、気をつけた方がよいことはありますでしょうか。 ケアマネジャーを変更したい場合、いくつか注意点があります。まず、今のケアマネジャーに直接伝えなくても、事業所の管理者や地域包括支援センターに相談することで変更手続きを進めることができます。新しいケアマネジャーの事業所を選ぶ際は、ご自宅からの距離や普段利用しているサービスとの連携、担当者の対応や相性など、事前に確認しておく目安です。同じ事業所内でケアマネジャーを変更したい場合も、管理者にその旨を伝えることで別の担当者に変更することが可能です。変更の理由を細かく説明する必要はありませんが、「相性が合わない」「希望する支援の内容が異なる」など、簡単な希望を伝えておくこともおすすめです。 契約解除と新しい事業所との契約のタイミングによって、サービスの空白期間が生じないように注意しましょう。また、担当者が変わることによってサービス内容や進め方が変わる場合があるため、新しいケアマネジャーには改めて希望や要望をしっかりと伝えておくことが大切です。困ったときや手続きに迷う場合は、地域包括支援センターが相談の窓口になっていますので、遠慮せず相談しましょう。
----	---