

## 介護コラム # 5

### 老人ホームのここがしりたい ～老人ホームへの入居いつがいい？～

「仕事と介護の両立支援」の一環で、今年度より年6回コラム形式の「仕事と介護の両立ガイド」を発信いたします。

突然の介護。介護はいつ始まるかわかりません。

介護で仕事を辞めないためには、いざというときに備えて、介護が始まったらどこに相談するか、まず何をしたらよいのかといった事前の知識が必要です。

定期的に情報提供を行い、仕事と介護の両立に向けたきっかけづくりをしていきます。

今回のテーマは、「老人ホームのここがしりたい(老人ホームへの入居はいつがいい?)」です。

いざという時に慌てることのないよう、できれば本人が元気なうちからどんなホームに入りたいのかなど家族で話をしておくといいです。

まずはきっかけづくりとして次ページをご覧ください。

【お問い合わせ先】日野自動車福祉共済基金 042-586-5236（内線 81-5236）

[fukushikyosai@hfkk.hino.co.jp](mailto:fukushikyosai@hfkk.hino.co.jp)

# 仕事と介護の 両立ガイド

介護でいちばん大切なことは、  
「仕事を続ける」ことです。  
あらかじめの知識や工夫と行動で、  
「仕事と介護」は両立できます。

## 老人ホームのここが知りたい

### 「老人ホームへの入居」はいつがいい？

#### 「待ったなし」でホームを探す人が多い

高齢者の一人暮らしや夫婦暮らしが不安になってきた。かといって、今すぐ施設に入るほどでもない。そんなとき、「老人ホームに入居するタイミングはいつがいいの？」という疑問を抱く人は多いようです。

老人ホーム探しをサポートする老人ホーム紹介センターに寄せられる相談には、「今すぐ入れるホームを探したい」といったような急ぎのケースが多くあります。例えば、同居の母親を娘さんが頑張って介護していましたが、娘さん自身が体調を崩してしまい一刻も早くホームを探さなければならなくなったケース。例えば、自宅マンションでそれなりに元気に一人暮らしをしていましたが、火の元の不始末で小火を起こしてしまい急遽ホームに入居することになったケース。ほんの一例ですが、いざ施設を探そうという時には「待ったなし」の状況であることが多いようです。



#### 『負担』を感じる少し手前から

では、ホーム探しは、いつ始めるのが良いのでしょうか？ 老人ホーム紹介センターの相談員によると、「老人ホームは『負担』を感じる少し前から探し始める」のが良いとのこと。

老人ホーム探しのきっかけは、本人の食事、排泄、入浴などの変化が一つのサインとなりますが、それよりも意識すべきは介護する側の状況です。

介護の負担が増して、仕事や家庭・プライベートの時間に影響が出る、ストレスを強く感じるなど、いわゆる「介護疲れ」の状態になってからでは、物理的にも精神的にも余裕がなくなり、本当にその方にふさわしいホームをじっくり見極めることが難しくなります。


また、ホーム入居の際は、見学、健康診断書の準備、本人面談、契約の段取りが必要となっており、申込みから入居まで平均すると約2~3週間はかかるのです。

いざという時に慌てることのないよう、できれば本人が元気なうちからどんなホームに入りたいのかなど家族で話しておくとういでしょう。

とはいえ、いきなり家族が「老人ホームを探しましょう」とお話ししても、本人は受け入れにくいものです。まずはどんな老後を過ごしたいのか、もし介護が必要になったらどんな生活を大切にしたいのかなど、将来について話をし、不安を解消するひとつの手段として老人ホームという選択もあることを伝えるのがよいかもしれません。

## 仕事と介護の両立相談窓口

「私の場合はどうしたらいいの？」「職場の仲間が介護中。上司や同僚としてどんなアドバイスをすればいい？」など、個別の疑問や悩み、困りごとは「仕事介護の両立相談窓口」にご相談ください。

 **0120-344-455** 受付時間 月~土9:00~17:00 (祝日・年末年始を除く)

 **Work-Care@benesse-senior-support.co.jp**