

介護コラム # 10

「高齢者向け生活支援サービスとは<日々の見守り>」

「仕事と介護の両立支援」の一環で、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、「高齢者向け生活支援サービスとは<日々の見守り>」です。

介護保険サービス以外でも、自分にかわって親の様子を確認できるサービス(対話・訪問・訪問美容)もありますので、体調の変化などを見逃さないため、上手に有効活用しましょう。

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

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。

介護保険外サービス

介護保険サービスだけじゃない 高齢者向け生活支援サービスとは 《日々の見守り》

高齢の親と離れて暮らしている場合、近所に頼れる人がいれば別ですが、身体のちょっとした変化にはなかなか気づけません。体調の変化などを見逃さないために、自分にかわって親の様子を確認できるサービスを利用するのも有効です。介護保険制度にとらわれない、介護保険外サービスも上手に活用しましょう。

対話サービスを利用する

家事や子育て、仕事で忙しい毎日の中、離れて暮らす親の様子は気になっていても「毎日電話をかけるのはちょっと…」と思う方も多いのではないのでしょうか。そんなときには「対話サービス」がおすすめです。これは専属のオペレーターが毎日電話をかけて何気ない会話をして内容を家族に共有するサービスです。「今日は秋刀魚を食べた」「最近絵を始めた」「風邪気味だ」など、ちょっとした会話内容から日々の暮らしぶりがわかります。

《情報の探し方》

- **社会福祉協議会のサービスを確認する**
ふれあいネットワークの一環で電話サービスを行っている場合があります。
- **民間のサービスをインターネットで調べる**

高齢者 対話サービス

検索

訪問サービスを利用する

全国の郵便局では、郵便局員（一部外部委託を含む）が月に1回利用者宅に訪問し、30分ほどの会話をする「みまもり訪問サービス」を行っています。家族にはメールや郵送で生活の様子を報告してくれます。

また、定期的に販売員が家を訪問する民間の乳酸菌飲料メーカーの宅配サービスは、見守りサービス

として利用することができます。社会福祉協議会が連携している場合もあります。

《情報の探し方》

- **日本郵政のサービスを確認する**

日本郵政 見守りサービス

検索

- **社会福祉協議会の乳酸菌飲料宅配サービスを確認する**

毎日の訪問、費用の一部負担などで社会福祉協議会が連携している場合があります。

訪問理美容を利用する

ヘアサロンへ行くことが困難な高齢者向けに、理美容師が家を訪問して調髪を行うサービス。主目的は理美容ですが、話し相手や様子伺いとしての側面もあります。


《情報の探し方》

- **自治体のサービスを確認する**
自治体によっては利用費の補助や、利用できる理美容店への橋渡しを行っています。
- **民間のサービスをインターネットで調べる**
居住地の地域包括支援センターに情報がありません。



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**

©Benesse Senior Support Co., Ltd.