

知っていますか？

## 介護保険の知恵袋②

第1回の「介護保険制度のあらまし」には、多くの反響をいただきました。

今回は、介護保険を知るための導入部にあたるケアマネージャーとデイサービスについて解説します。

# ケアマネージャーって誰？ デイサービスって何？

### 自立した生活を守るための ケアマネージャーの役割

介護を受けようとする時に耳にするケアマネージャー（介護支援専門員）は、どのような役割をするのでしょうか？

ケアマネージャーは、「利用者本位」「自立支援」を基本理念に、介護を必要とする人が、心身の状態や家庭環境に見合った介護サービスを継続的に受けられるように、自治体や介護サービスの事業者への連絡や調整をしてくれます。ケアマネージャーに係る費用は、すべて介護保険で負担されるため、自己負担はありませんし、ケアマネージャーの変更はいつでもできます。

ケアマネージャーの主な業務は、要介護認定と介護支援サービスのサポートです。

介護保険制度を使いサービスを利用するには、「要介護認定申請書」を自治体に提出し、介護の必要性や度合いを示す要介護認定を受ける必要があります。ケアマネージャーは、申請書を作成し提出してくれます。また、自治体の委託を受けて高齢者の心身状態や家庭環境を把握する「認定調査」も行います。

次に、要介護認定を受けたあと、最適な介護サービスを利用するための「ケアプラン（介護サービス計画）」を作成します。その際、できる限り自立した生活が送れるよう目標を設定し、達成するためのケアプランを専門的な立場から立案・提案します。

介護サービスの利用後は、ケアプランが順調に実施されているかを定期的に確認・判断し、心身状態や家庭環境の変化、新たな要望などに随時対応するのもケアマネージャーの役割です。

### デイサービスの利用で孤立感を解消

デイサービスは、主に日中の時間帯に入浴や昼食などの介助サービス、機能訓練を受けることができます。3時間程度のリハビリ中心型や、宿泊もできるお泊り型など、サービス内容が多岐に渡り、目的に合わせて選ぶことが重要です。

また、要介護者の社会的孤立感の解消や生活の活性化などを主な目的としています。介護職員、生活相談員及び看護師は、利用者の健康管理を行うとともに、会話、食事、入浴のほかにレクリエーションをとおして利用者との交流を図るサービスなども行います。

さらにリハビリテーションの必要度の高い要介護者には、機能訓練指導員が機能訓練を行うサービスもあります。2016年の介護報酬改定では、1日の利用時の上限数が12時間から14時間に拡大されました。

### ケアマネージャーが作成した ケアプランの利用

朝9時から夕方5時頃まで、8時間程度の一日の流れを紹介しましょう。

朝、自宅まで迎えに来てもらい施設に向かいます。施設では、介護職員や生活相談員との会話、看護師による健康チェックが行われます。その後、入浴をして、昼食です。午後からは、歌を歌ったり、ダンスをしたり、簡単なゲームなどのレクリエーションを行い、おやつタイム

や参加者や職員との会話の時間を過ごします。夕方になると自宅まで送ってもらいます。

また、何らかの理由でリハビリテーションの必要性が高い人や、医療的ケアが必要な人に対応するのが通所リハビリテーションです。心身の機能の維持・回復が主な目的で、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士や医師による指導も行われます。

### デイサービス利用時の一日の流れ

※要介護認定度1～2程度の方の場合

9:00	自宅にお迎え
9:30	健康チェック 介護職員や生活相談員との会話
10:00	体操
10:30	入浴準備及び入浴
12:00	昼食&昼食後の休憩
13:00	ダンスやゲームなどのレクリエーション
15:00	おやつタイム&コミュニケーションタイム
16:00	帰宅準備
17:00	帰宅



監修／小濱道博さん

介護事業経営コンサルタント。北海学園大学卒業後、札幌市内の会計事務所に17年勤務。2000年に退職後、介護事業コンサルティングを手がける。全国各地の自治体の介護保険課、各協会、介護労働安定センター、社会福祉協議会主催等での講師実績も多い。『介護保険外サービスのススメ』などの著書がある。