

暮らし悠々



Vol.15

『暮らし悠々』の定期購読(無料)をご希望の方は、
スマイルケアカスタマーセンターへ

カスタマーセンター
電話番号



0120-098-298

特集

「諦めていた旅をもう一度！」 経験豊富な介護福祉士が旅のお手伝い

故郷のお墓参り、温泉旅行、観光や観劇……。行きたいところはたくさんあるのに、健康状態や身体への不安から諦めてしまったりはいませんか。そんな方におすすめののが介護付き旅行。介護福祉士同行で様々なサポートが得られるため、要介護の方でも安心して旅を楽しめます。西東京市ひばりが丘駅前「介護トラベル株式会社」を営む丸直実氏に、サービスの理念と詳細についてうかがいました。

Q サービスの特徴は？

A プランニングから同行までワンストップで旅をサポート。

弊社がご提案するのは、お客様それぞれの都合やご希望に合わせたオリジナル旅行。旅行に際しては、まず事前にお客様とお会いして、旅の要望をお聞きすることから始めます。さらに、ご家族や施設から普段の生活の様子をヒアリングすることも大切。どのような介助やサポートが必要か、細部に渡って確認するためです。

旅行中は、介護福祉士がご供して排泄、入浴等をお手伝いいたします。また、弊社は旅行業の登録と介護タクシーの許可があり、旅行車には乗り心地のよいベンツをご用意しておりますので、長時間の移動でも安心してご利用いただけます。

Q 印象に残っている旅行は？

A 要介護4のお客様とともにジェットfoilで故郷の佐渡へ。

86歳で要介護4のお客様は、もう一度故郷の佐渡を見たいという願望があったのに、連れて行ってくれる人がおらず諦めていたとのこと。弊社での旅行が決まると、新潟のフェリーのパンフレットを見せ、「これに乗りたい！」あなたが一緒に行ってくれるんかい？」と笑顔に。ケアマネジャー

やヘルパーから普段の様子をお聞きし、主治医には万一に備えて医療看護情報提供書を書いていただいた上で、念願の旅行が実現しました。乗りたかったジェットfoilで佐渡へと向かいます。

佐渡では昔の知人との再会を満喫。軽い認知症をお持ちでしたが、昔の地はよく覚えていたようで、小さな路地まで案内してくれました。ホテルでは郷土料理をたくさん召し上がり、あっという間の2泊3日が終了。最後に「楽しかった。ありがとう。来年もよろしく！」仰っていただいた瞬間の喜びは格別でした。



ジェットfoilの横で記念撮影



昔の知人との再会

Q お客様へのメッセージは？

A 要介護でもぜひ一歩外へ！
きつと楽しいひとに出会えます。

旅は元気の源、生きる楽しみにつながります。現在は、ホテルや公共施設等でもどんなにバリアフリーが浸透してきており、車椅子の方でも気軽に外出できる時代になりました。一歩外

に踏み出せば、きつと多くの楽しみや幸せが待っているはず。弊社では、旅行だけでなく日帰りの観劇やお買い物、レストランでのお食事等のサポートも行っておりますので、ぜひご利用ください。また、ご両親や祖父母への旅のプレゼントとしてもおすすめです。最高のおもてなしで、たくさんの方の笑顔に出会いたいと考えております。

取材協力



丸直実 介護トラベル株式会社 代表取締役
会社勤務後、アロマコーディネーター、リフレクソロジーの勉強をし、サロンで働きながら有料介護施設にてハンドマッサージのボランティアを行う。高齢者の感謝の言葉にやりがいを感じ、ホームヘルパー2級を取得。訪問介護、有料介護施設、グループホームで約10年の勤務経験を積み、2015年介護トラベル株式会社を設立。国家資格：介護福祉士・運営管理者(旅客)。

介護トラベル株式会社

旅行業登録：東京都知事登録旅行業第3-3997号 JATA正会員
旅行業許可：国土交通省関東運輸局 関自旅二第770号
◎設立/2015年5月
◎所在地/〒202-0002 東京都西東京市ひばりが丘北3-3-28 2F
◎Mail/info@kaigo-travel.com ◎http://kaigo-travel.com

(お問い合わせ) 042-439-4106

知っておきたい！「介護保険負担限度額制度」

介護保険施設に入所または滞在すると、介護サービスの費用の利用者負担分以外に、居住費や食費を支払うこととなります。これら自己負担分については、利用者の公平性を保つために、所得の低い人については負担の上限額(負担限度額)が定められています。

◎介護老人保健施設、介護療養型医療施設、短期入所療養介護の1日あたりの負担限度額

※()内は介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)、短期入所生活介護の場合(日額)

利用者負担段階	居住費等の負担限度額				食費の負担限度額
	ユニット型個室	ユニット型準個室	従来型個室	多床型	
第1段階	820円	490円	490円(320円)	0円	300円
第2段階	820円	490円	490円(420円)	370円	390円
第3段階	1,310円	1,310円	1,310円(820円)	370円	650円
第4段階	1,970円	1,640円	1,640円(1,150円)	370円(840円)	1,380円

第1段階/世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金受給者、または生活保護受給者
第2段階/世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方
第3段階/世帯全員が住民税非課税で、利用者負担段階が第2段階以外の方
第4段階/上記のいずれにも該当しない方



制度を利用するには「介護保険負担限度額認定証」が必要です。市役所に申請書を提出し、必要要件を満たしていれば、「介護保険負担限度額認定証」が交付されます。

ご不明な点は
役所や担当ケアマネジャーに
相談を

シルバー川柳 入選作品

長生きをほめる世間に
子は疲れ

(愛媛県 女性 63歳)

(出典元)
公益社団法人
全国有料老人ホーム協会

レポート
介護支援の最前線より

要介護状態にある家族のために、連続93日(現行法令上)の休みが取得できる介護休業制度。働く介護者にとってはありがたい話ですが、そもそも介護休業とは何を目的にした制度なのでしょう。今回は、介護生活13年目の和氣美枝さん(ワーク&ケアバランス研究所主宰)とともに、制度の本質と利用時の心構えについて考察しました。

「介護休業」を考える

通常1年以上の在籍実績のある正規社員の場合、現在は連続93日の介護休業を取得する権利が法律で認められています(来月1月の法改正後は93日を3回まで分割取得することが可能)。政府は、休業後に職場復帰させた企業に対して助成金を用意するなど、その取得率上昇に躍起になっていますが、働く介護者たるもの、ただ制度の恩恵にあずかるのではなく、何のためにこの法律があるのか考えて能動的に行動したいものです。

えられます。ここでいう環境整備とは、介護サービスの利用や住居改修といった「物理的環境整備」に留まらず、自ら介護をしたり、親が老いていくことを受け入れ気持ちの整理をしたりする「心理的環境整備」も含まれます。

ただ、介護休業中は終わりの見えない生活に不安や心配を抱く方も少なくありません。そんなときは、休業中の行動計画などを明確にし、積極的に会社の上司や人事部と相談することを勧めます。そして、相談を受けた企業側も、介護休業の取得推進だけでなく、従業員の職場復帰のために十分な情報とフォローの提供に努めることが大切です。

育児・介護休業法第1章総則の第1条には「職業生活と家庭生活との両立に寄与することを通じて、これらの者の福祉の増進を図り、あわせて経済及び社会の発展に資することを目的とする。」とあります。そう、介護休業の目的は「経済発展」に他なりません。が、休業中は仕事に従事するという意味での経済活動はできないので、介護休業は本来の経済活動ができるように環境を整備するための制度と考

ワーク&ケアバランス研究所(東京都渋谷区) 運営管理責任者 和氣美枝さん

10月のトピックス

- ◎活動日/お正月以外の毎日
- ◎活動時間/10時15分頃、12時30分頃、14時30分頃
- ◎月額利用料金/1490円(週1回利用)、2823円(週2回利用)
- ◎問い合わせ先/042-460-2733

田無駅前に通所型介護福祉施設「陽だまりASTA」オープン

9月1日、田無駅前アスタ2階に「要支援1・2の方」事業対象者の方」対象のコミュニティサービスがオープンしました。活動内容は理学療法士らによるマシントレーニングや体操の他、フラワーアレンジメント教室など多彩。福祉用具販売や介護相談も行っているため、お買い物がてら気軽に立ち寄りみてはいかがでしょうか。



和氣美枝
(一社)介護職 職防止対策促進機構代表理事。ワーク&ケアバランス研究所主宰。32歳から同居の母を介護している現役介護者。2014年7月「ワーク&ケアバランス研究所」立ち上げ。介護職防止コンサルティングや介護者支援活動の他、介護コンサルタントとしてのメディア出演等も行っている。現在、毎日新聞出版より著書「介護職しない、させない」を発売中。

相続Q&A

第3回

限定承認で、この遺産はもらえて、あの遺産は放棄できる??

Q (質問)

相続財産の中に、売れない不動産もしくは売っても二束三文にしかならない不動産があります。この不動産は放棄して、他の遺産は取得できる方法があると聞きました。が、いかがでしょうか。たしか、限定承認と呼ばれていた気がします。

A (回答)

限定承認=欲しい遺産のみ限定して承認(相続する、という理解は誤りです。従って、ご質問のような都合のよい制度はありません。

限定承認とは、相続人が一応相続を承認し、相続によって得た積極財産の限度においてのみ、被相続人の債務及び遺贈を弁済すべき旨の留保を付してする相続のことです。

! (教訓)

限定承認は、もし清算の結果、残余財産があれば相続人に帰属するという承継方法です。相続財産が多額の借金があり債務超過であることが明らかであれば、相続放棄をすれば良く、債務がどの程度あるのかわからない、積極財産が残る可能性がある場合に利用される制度です。

相続における遺産の承継パターンとしては、大きく分けて単純承認と相続放棄という100か0かという方法と、限定承認という相続人の責任を相続財産の限度に縮減した上で承継する方法の3つ。「預貯金は相続するけど不動産は放棄する」という選択はできません。こういう問題が発生することが予見でき

シリーズ第1回 介護福祉士に聞く
「介護」ここがポイント

在宅介護における食支援

危険な食事姿勢は誤嚥の原因。

椅子やテーブルの高さにも要注意。

足が床にしっかりとつかず、椅子からずり落ち気味に浅く座っている食事姿勢は非常に危険。身体が傾き、アゴが上がるので誤嚥による肺炎(誤嚥性肺炎)につながる恐れがあります。

安全に食事姿勢は

「やや前かがみ」。背中や脇にクッション等を入れて、身体を安定させましょう。かかどが床から離れていると力が入りにくいので



(取材協力)



デイサービスここけあ練馬豊玉
栗原 佳之 (株式会社グッドケア代表取締役)
◎所在地/練馬区豊玉北2丁目 鳳月第一ビル1F
〈電話番号〉03-6914-7334
食支援や自宅でも出来るリハビリ、レクリエーション情報をお伝えしていきます。お問い合わせは「デイサービスここけあ練馬豊玉」まで。

で、車椅子の方は低めを選び、高い場合は足台を用意してください。
また、テーブルは少し低めで、肘をしっかりと付ける高さに調整を。低すぎると猫背になるため口への取り込みが難しくなり、逆に高すぎるとアゴが引けず誤嚥を引き起こします。理想的なテーブルの高さは、腕が楽に置いてアゴを引く姿勢がとれる高さです。

トータルライフケアサービス Smile Care スマイルケア

スマイルケア西東京

福祉用具販売・レンタル&介護リフォーム
介護用品はいつでも **全商品30%OFF**
即日納品OK! 日・祝日納品OK! アフターケアOK!
(事前予約が必要となります)
カタログ請求・ご注文
お問い合わせは **042-439-5544**
〒202-0022 東京都西東京市柳沢2-2-3 FAX:042-439-5420
(日曜日、第1・第3土曜日定休)

スマイルケア東久留米 居宅介護支援事業所

新規開設 スマイルケアリフォーム部

スマイルケアカスタマーセンター

不用品処理など日常生活の困りごとから留守中のご自宅の維持管理、不動産の売却・購入・買い替え、相続対策など専門スタッフがサポートを行っています。
まずは、お気軽にご相談・お問い合わせ下さい。
無料相談ダイヤル **0120-098-298**
〒164-0011 東京都中野区中央1-1-1 2階 FAX:03-5338-0297
(水曜日、第1・第3火曜日定休)

〒203-0032 東京都東久留米市前沢2-10-15-301
TEL:042-479-1198 FAX:042-479-1197 (土曜日・日曜日定休)

バリアフリー工事、水回り工事、外装工事、内装工事、小工事など
お問い合わせは上記スマイルケアカスタマーセンターまで

有料老人ホーム選びのお手伝い

シニアハウスコム

有料老人ホーム・シニア向け住宅紹介サイト
<http://www.asumo-seniorhouse.com>

- 特徴① 入居しないと分からない施設の雰囲気や口コミをご紹介します。
- 特徴② 施設と入居者を探している方を結びつけるマッチング機能も付いています。

直接お電話にてご相談も可能

【無料ご相談ダイヤル】
0120-5318-77

受付時間 9:00~20:00(土日含む)
※相談員対応

◎相続診断士とは
相続の基本的な知識を身に付け、相続診断ができる資格。「笑顔相続の道案内人」として、相続について知識のない相続関係者からヒアリングし、必要な場合は依頼者と各分野の専門家である弁護士や税理士等との間に立ち、情報の整理や問題点の明確化を行う。

る場合は事前の相続対策が必要です。相続発生後では手遅れとなる可能性がありますので、承継したくない財産があるかどうか、チェックポイントのひとつとなります。

相続診断協会 笑顔相続最前線 Vol.36より抜粋

発行

フォワード98株式会社 〒164-0011 東京都中野区中央1-1-1 2F TEL:03-5338-1198 FAX:03-5338-0297
株式会社アスモ 〒165-0026 東京都中野区新井1-26-4-2F TEL:03-5318-4017 FAX:03-5318-4008