

2024年版



仕事と介護の両立のためのガイドブック

京セラ労働組合
京セラ健康保険組合
京セラ株式会社

はじめに・・・

日本は高齢化先進国といわれていますが、現在、全人口の1／4以上が65歳以上であり、今後、高齢化はさらに進展することが見込まれています。

このような高齢化社会においては、介護は誰にでも起こりうるものであり、かつ、状況によっては大きな負担となり、個人で解決するには難しい問題です。

介護をされている方は、一人で抱え込まず、本冊子をご覧ください、活用できる世の中の介護サービスや会社に両立のための制度があることをご理解ください。

そして、専門機関や職場の上司、人事労務部門にも相談し、介護への関わり方について自らマネジメントすることが大事です。

また、上司の方は、部下からの介護の相談があった際に、部下の不安を受け止め、仕事と介護の両立に向けたアドバイスが出来るよう、本冊子をご利用いただければ幸甚です。

なお、昨今の社会の状況を考えると、京セラでも、介護を必要とする家族を持つ方は増加することが考えられます。今すぐ介護の場面に直面していない方についても、万が一の状況に備えていただくようにしてください。

目次

1. 介護保険制度について	
・介護保険制度とは	・・・ 5
・介護保険制度の仕組み	
・介護保険制度の全体イメージ	・・・ 6
・要介護度の目安と費用限度額	・・・ 7
Column 「いざ介護に直面した時に慌てないために・・・」	・・・ 8
2. 介護保険サービスを利用する	
・申請からサービス活用までのフロー	・・・ 9
Column 「ケアマネージャーとの付き合い方」	・・・ 11
3. 介護保険サービスの種類	
・在宅介護で受けられるサービス	・・・ 12
・施設介護で受けられるサービス	・・・ 13
・市区町村のサービス	・・・ 14
Column 「介護施設・高齢者施設の費用」	・・・ 15
4. 福祉用具	
・福祉用具レンタル	・・・ 16
・福祉用具購入費支給	・・・ 17
5. 住宅改修費の支給	・・・ 18
6. 仕事と介護の両立支援	・・・ 19
7. 経済的支援	・・・ 22
Column 「介護はチームマネジメントが大事です」	・・・ 23
8. 仕事と介護の両立モデル	・・・ 24
9. 介護に関する相談窓口	・・・ 26

1. 介護保険制度について



介護保険制度とは・・・

高齢者の介護を社会全体で支えるための社会保険

自立支援・・・単に介護を要する高齢者の身の回りの世話をするということを超えて、高齢者の自立を支援することを理念とする。

利用者本位・・・利用者の選択により、多方面から保健医療サービス、福祉サービスを総合的に受けられる制度。



介護保険制度の仕組み

保険者（運営主体）

市区町村により運営されています。要介護の認定を行ったり、介護事業者に対しサービス費用の9割を支払います。

財源

40歳以上（被保険者）の人の保険料と国・都道府県・市町村の公費

被保険者（介護保険の加入者）

40歳を超えた方は全員、被保険者となり、介護保険料を支払う義務があります。
これにより、要介護状態となり介護サービスを利用した場合には費用の自己負担分が所得に応じて1割～3割となります。（負担割合については6ページ参照）
被保険者は年齢により以下のように区分されます。

区分	年齢	サービスを受けられるのは	保険料
第1号被保険者	65歳以上	原因に関わらず、要介護・要支援が必要と認定された人	年金から天引き
第2号被保険者	40歳～65歳未満	老化が原因とされる特定疾病(P.7)が原因で要介護・要支援が必要と認定された人	健康保険料に上乗せ

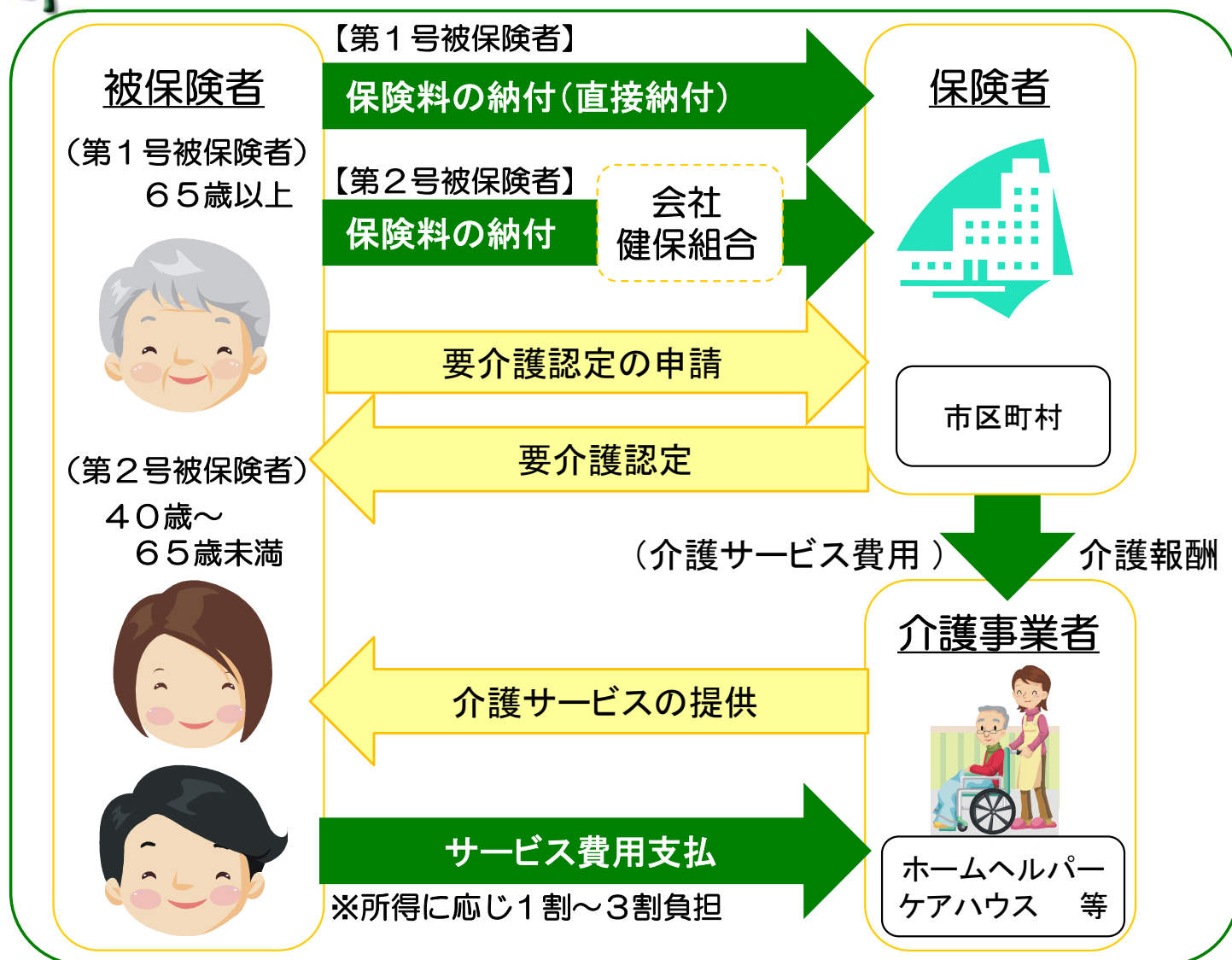
※ 40歳未満の社員でも、被扶養者が介護保険の第2号被保険者（40歳～65歳未満）に該当する場合は、介護保険料の負担があります。

なお、第1号被保険者（65歳以上）については、健康保険上の被扶養者であっても、本人に、直接、市町村から介護保険料の請求があります。

1. 介護保険制度について



介護保険制度の全体イメージ



親が65歳以上のあなた・・・

親御さんの手元に市区町村から「介護保険者証」が届いているはずです。確認してみましょう。

40歳以上のあなた・・・・・・

介護保険料が給与控除されています。給与明細書で確認してみましょう。



サービス費用の負担割合

第1号 被保険者 (65歳以上)	本人の 合計所得が 220万円以上	下記以外の場合（月額44,400円の負担の上限あり）		3割
		同一世帯の第1号被保険者の 年金＋その他の合計所得額が	単身:340万円未満 2人以上:463万円未満	2割
	本人の 合計所得が 160万円以上	下記以外の場合		
		同一世帯の第1号被保険者の 年金＋その他の合計所得額が	単身:280万円未満 2人以上:346万円未満	
	本人の合計所得が160万円未満			

1. 介護保険制度について



要介護度の目安と費用限度額

65歳以上の方は原因に関わらず、40歳～65歳未満の方は以下の特定疾病に該当する方は要介護認定の申請ができます。

特定疾病(老化が原因とされる病気等)

- ・癌の末期
- ・関節リウマチ
- ・筋委縮性側索硬化症
- ・後縦靱帯骨化症
- ・骨折を伴う骨粗しょう症
- ・初老期における認知症(アルツハイマー)
- ・脊髄小脳変性症
- ・脊柱管狭窄症
- ・早老症
- ・多系統委縮症
- ・糖尿病性の神経障害、腎症、網膜症
- ・脳血管疾患
- ・パーキンソン病
- ・閉塞性動脈硬化症
- ・慢性閉塞性肺疾患
- ・両側の膝関節または股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

要介護度	おおよその認定の目安	介護保険 利用限度額・月(※)
要支援1	排泄や食事はほとんど自分一人で行えるが、身の回りの世話の一部に介助(見守りや手助け)が必要であり、状態の維持、改善の可能性がある。	50,320円
要支援2		105,310円
要介護1	排泄や食事はほとんど一人でできるが、身の回りの世話に何らかの介助を必要とする。	167,650円
要介護2	排泄や食事に何らかの介助を必要とすることがあり、身の回り全般に介助が必要。	197,050円
要介護3	身の回りの世話や排泄が一人ではできず、歩行が一人ではできないことがある。また、いくつかの問題行動が見られることがある。	270,480円
要介護4	身の回りの世話や排泄などに全面的な介助が必要。歩行が一人ではできない。多くの問題行動や全般的な理解の低下が見られる。	309,380円
要介護5	排泄や食事、移動の動作がほとんどできない。多くの問題行動が見られ、意志の疎通ができないことがある。	362,170円

(※) 介護保険の利用限度額の1割、または一定以上の所得がある場合は2割または3割負担となります。(6ページ参照)

介護保険の限度額を超えた分は全額自己負担となります。

Column いざ介護に直面した時に慌てないために・・・



介護はいつ始まるか分かりません。

でも、日ごろから家族とコミュニケーションをとることで「突然直面する」ことを避け、ある程度予想することが可能です。

厚生労働省のデータでは、75歳を過ぎた頃から介護が必要になる割合が高まっています。親御さんが75歳を越える頃から、こまめに連絡を取り日常の様子を把握しましょう。

介護は、誰もが直面する可能性があるものです。

いざ直面した時に慌てないために、相談窓口や地域の介護サービスについて情報を集めておきましょう。

そして、親御さんが元気なうちに、もしもの状況になった際に、どのような介護をご本人が望んでいるのか、話し合うことが大切です。



2. 介護保険サービスを利用する



申請からサービス活用までのフロー

介護サービスを利用するための相談は、まずはコチラへ！！



▶ 市区町村の介護保険担当窓口

▶ 地域包括支援センター

(高齢者への生活支援窓口。市区町村が運営または、市区町村から委託を受けた法人が運営している)

要介護認定の申請

市区町村の介護保険担当部門へ要介護者の介護保険者証を添えて「要介護(要支援)認定」の申請をします。

- ✓ 申請は要介護者の住民票が届けられている住所の市区町村へ。
- ✓ 地域包括支援センター、介護保険施設などを代理人として申請の代行を依頼することができます。

訪問調査(認定調査)

市区町村の調査委員が自宅や病院を訪れ調査を行います。

- ✓ 身体機能(歩行・視力など)、生活機能(食事・排泄など)、認知機能(場所の理解・短期記憶など)、精神・行動障害(同じ話をするなど)社会生活への適応(金銭管理・調理など)などの確認があります。
日常の様子を観察し、状況を正しく伝えられるよう準備しましょう。
- ✓ 本人のプライドを傷つけるなど言いにくいことはメモしておき、調査委員に手渡ししましょう。
- ✓ 必ず家族が立ち会いましょう。本人や家族が困っていることをできるだけ具体的に伝えましょう。

次のページへつづく

2. 介護保険サービスを利用する

前のページより

介護判定

一次判定

訪問調査の結果をコンピューターにて判定

二次判定

かかりつけ医の意見などを確認し介護認定審査会にて審査

介護認定・結果の通知

原則として申請から30日以内に通知が自宅に郵送されます。



非該当(自立)

要支援1・2

要介護1～5



要介護認定の有効期限は原則として6カ月です。有効期限前に更新申請が必要です。



「不服申し立て」がある場合は都道府県の介護保険審査会へ。

要支援1・2の場合

・地域包括支援センターへ連絡

介護予防ケアプランの作成
依頼

・介護予防サービス事業所と契約

サービスの利用開始

要介護1～5の場合

■在宅介護を希望

・ケアマネージャーを選ぶ

ケアマネージャーと利用する介護サービスを検討し、ケアプランを作成

・介護サービス事業者と契約

■施設入所を希望

・入所希望の施設へ直接相談

入所要件を確認し、見学などを行い、施設を比較検討

・入所施設と契約

Column ケアマネージャーとの付き合い方

●ケアマネージャーとは・・・

ケアマネージャーは介護を支援する専門家です。
介護を必要とする人やその家族から相談を受け、適切な介護サービスが受けられるよう、ケアプランを作成します。
また、介護サービス事業者との連絡や調整など、介護生活のスタートおよび継続にあたってのキーパーソンです。

看護師、社会福祉士、介護福祉士、医師などの資格を有していますので、どのような知識を持っている人がよいのか、どのような施設とつながりが強い人がよいのか検討しましょう。



●ケアマネージャーの探し方

ケアマネージャーは保有資格や力量には個人差があります。

ケアマネージャーは、通っている病院、市町村の介護保険部門や地域包括支援センターに相談すれば、介護が必要な人の状況に応じてふさわしい人を紹介してもらうことも、ケアマネージャーのリストを入手し、ご自身で選ぶこともできます。

ご自身で選ぶ場合は、リストの入手後、かかりつけの病院や実際に介護保険サービスを利用されている人に評判などを確認しましょう。

評判をもとに候補者を選んだら「介護認定を受けたのですが・・・」と問い合わせ、説明や対応などから信頼関係が築ける人かどうかを確認しましょう。

ケアプランの作成にあたり、こちらの話をよく聞いてくれるかどうか大切です。

基本的にケアプラン開始後はケアマネージャーは同じ人が対応することになりますが、どうしても相性が悪い場合、また、改善や要望が伝わらない場合には、市区町村の窓口に変更を申し出ることも可能です。

●ケアマネージャーに相談すること

基本的にはなんでも相談してください。

介護を受ける人の心身の状況のみならず、介護する家族として介護と仕事をどのように両立したいのか積極的に情報を提供しましょう。具体的に家を出る時刻・帰宅予定時刻や、仕事が多忙になる時期などを伝えることで、生活環境に合ったケアプランの作成が可能です。

ケアプランは見直しが可能です。

介護のニーズや自分自身の仕事の状況に変化がある場合はケアマネージャーにその都度相談しましょう。

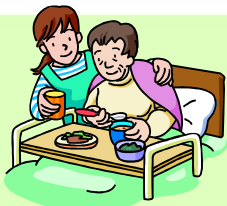
3. 介護保険サービスの種類



在宅介護で
受けられる
サービス

訪問 サービス	訪問介護	ホームヘルパーがご自宅を訪問し 生活の援助や身体の介護を行う
	訪問看護	主治医の指示に基づいて、看護 師などがご自宅を訪問し健康 チェックや療養上の世話などを 行う
	訪問入浴	浴槽を積んだ入浴車でご自宅を 訪問し、入浴の介助を行う
	訪問リハビリ テーション	理学療法士や作業療法士などが ご自宅でリハビリテーションを 行う
通所 サービス (日帰り)	通所介護 (デイサービス)	デイサービスセンターなどで、入 浴や食事の介助、レクレーション などを行う
	通所リハビリ テーション (デイケア)	介護老人保健施設や医療施設で リハビリテーションなどを行う
短期滞在 サービス (ショート ステイ)	短期入所 生活介護	介護老人福祉施設(特別養護老 人ホーム)などに短期間入所し日 常生活の介護やリハビリテーショ ンなどを行う
	短期入所 療養介護	介護老人福祉施設や介護療養型 医療施設などに短期間入所し医 学的管理のもと、看護やリハビリ テーションなどを行う
自宅の 環境整備	福祉用具の 貸与・購入費 の支給	車いすなどの福祉用具がレンタル できる。入浴用の福祉用具などの 購入費用が支給される
	住宅改修費 の支給	手すりの取り付けや段差の解消な ど小規模な改修費用の一部が支 給される

3. 介護保険サービスの種類



施設介護で 受けられる サービス

居宅 サービス	特定施設入居 者生活介護	ご自宅での生活が不安な高齢者のための施設(有料老人ホームやケアハウスなど)に入所している人が介護が必要になった時に身体介護やリハビリテーション、療養上の世話を行う
	認知症対応型 共同生活介護 (グループホーム)	認知症(急性を除く)の高齢者に対し共同生活住居で身体の介護やリハビリテーションを行う
施設入所 サービス	介護老人福祉 施設 (特別養護老人 ホーム)	日常生活で常に介護が必要で自宅での介護が困難な人のための施設 ※原則要介護3以上
	介護老人保健 施設 (老人保健施設)	医学的管理の下で介護、看護、リハビリテーション、その他必要な医療などを行い自宅での生活に戻れるよう支援する施設 ※要介護1以上
	介護医療院 ※2018年4月施行	長期療養のための医療と日常生活上の世話(介護)を一体的に提供する施設
	介護療養型医 療施設	急性時の治療が終了したものの長期療養が必要な人のための施設 ※要介護1以上

介護療養型医療施設に「生活施設」としての機能を兼ね備えた施設。介護療養型医療施設から順次転換されます。
(移行期間:2024年3月迄)

介護保険施設への入所は申し込み順ではありません!

介護保険が適用される施設へは申し込みれば必ず入所できるというわけではありません。また、申し込み順に入所できるわけでもありません。
介護が必要な人の心身の状況や、介護する側の家族の状況などを勘案し入所の優先度が決まります。地域によりどのような介護施設があるかは、厚生労働省のHPで検索できます。
<http://www.kaigokensaku.jp/>
各施設の申込状況については、それぞれの施設への問い合わせが必要です。



3. 介護保険サービスの種類



市区町村の
サービス

定期巡回・ 随時対応型訪問 介護看護	ホームヘルパーなどの定期的な巡回や、 連絡に応じ自宅を訪問し介護や身のまわ りの世話を行う。また、看護師などの訪問 による療養上の世話や診療の補助
夜間対応型 訪問介護	24時間安心して生活ができるように夜間 の巡回や利用者からの連絡に応じた訪問 を行う
認知症対応型 通所介護	認知症の高齢者に施設に通っていただき、 生活上の介護やリハビリテーションを行う
小規模多機能型 居宅介護	『通い』を中心に『訪問』や『泊まり』を組み 合わせたサービスを提供
認知症対応型 共同生活介護 (グループホーム)	認知症の高齢者が5人～9人で家庭的な 環境のもと生活の支援を受けながら共同 生活する住まい
地域密着型特定 施設入居者生活 介護	有料老人ホームやケアハウスなどにおい て生活の介護、リハビリテーションを行う
地域密着型介護 老人福祉施設入 所者生活介護	常時介護が必要で、自宅での生活が困難 な人が入所する、小規模な特別養護老人 ホーム(定員30人未満)
複合型サービス	小規模多機能型居宅介護と訪問看護を 組み合わせた複合型のサービス

※上記サービスは要介護1以上の方が対象となります。要支援の方は「地域密着型介護予防サービス」の利用が可能です

※地域密着型サービスは市区町村の判断で整備され、その市区町村に住む人のみ利用が可能です。

Column 介護施設・高齢者用施設は種類により費用も様々

自宅での介護が難しい場合、施設への入所を希望されることと思います。
高齢者向けの施設には様々な種類があり、費用が大きく異なります。

特に民間が運営する有料老人ホームや、介護サービス付き高齢者向け賃貸住宅などは施設により、サービス内容が様々ですので、費用の設定も様々ですが、ここでは、おおよその例として、各施設の簡単な比較を紹介します。

■要介護3、医療ケアなしの場合

■費用目安：居住費、管理費、食費、水道光熱費、介護サービス費用
※施設との契約で決まるため施設ごとに異なります



運営	施設種類	特徴	入所時費用	1カ月の費用(目安)
公的運営	介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)	日常生活で常に介護が必要で自宅での介護が困難な人のための施設。	なし	75,830円位(相部屋) 125,890円位(個室)
	 民間運営の施設よりも低価格での利用が可能ですが、入所待機者は年々増加傾向です			
民間運営	グループホーム	「認知症対応型共同生活介護」の認定を受けている認知症高齢者のための共同生活住居。入浴、食事等の介護や機能訓練を行う。	なし～数百万円	150,000円～300,000円
	有料老人ホーム	【介護型】 「特定施設入居者生活介護」の認定を受けている施設。 介護をはじめ、家事、食事などのサービスを提供(医療ケアが必要な場合でも入居が可能なケースあり)。	なし～数千万円	120,000円～300,000円
		【住居型】 高齢者向けのサービス(家事、食事の提供など)を行う施設。 介護スタッフは常駐していない。	なし～数千万円	100,000円～250,000円 ※介護サービス別
	サービス付高齢者住宅	高齢者向け賃貸住宅。生活相談などの福祉サービスあり。	敷金・礼金としてなし～数百万円	150,000円～400,000円 ※介護サービス別



介護に必要な費用は、原則として被介護者の貯金や年金でまかなうものと考えましょう。銀行の通帳や印鑑の場所、生命保険への加入有無や加入証書の保管場所についても把握しておきましょう。

4. 福祉用具



福祉用具レンタル

福祉用具		介護保険の対象となる人	
名称	種類	要介護2以上	要介護1 要支援1・2
車いす	自動式、介助用 電動車いす など	○	×
車いす付属品	クッション 電動補助装置 など	○	×
特殊寝台	背の角度や高さを変えられるもの など	○	×
特殊寝台付属品	特殊寝台に付属するベッド 用手すり など	○	×
床ずれ防止用具	床ずれ予防マットレス クッション など	○	×
体位変換器	空気パッド など	○	×
手すり	歩行時の転倒防止 など	○	○
スロープ	屋内・屋外の段差の緩和	○	○
歩行器	脚力に応じタイプは多様	○	○
歩行補助杖	歩行を補助する多点杖・松 葉杖 など	○	○
認知症高齢者 徘徊感知器	センサーにより対象者の移 動を感知	○	×
移動用リフト (つり具を除く)	階段移動用リフト など	○	×
自動排泄処理 装置	排便・排尿を感知し吸引、洗 浄、乾燥を行う	要介護4以上	×



※介護保険の対象外の場合は原則として全額自己負担となります。

4. 福祉用具



福祉用具購入費支給

要支援1以上の人が対象。限度額は1年間(4月1日から3月31日)10万円です。購入費用をいったん全額支払った後に、領収書を添えて市区町村に申請することで、費用の7割～9割が給付されます。

※ 同一種目の用具の重複購入はできません。ただし、用途および機能が異なる場合・破損した場合・介護の程度が著しく高くなった場合など、例外はあります。

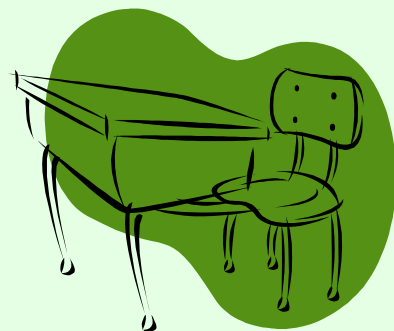
※ 購入費の支給対象となる福祉用具は以下の5種と定められています。購入前に担当のケアマネージャーなどにお問い合わせください。

対象となる福祉用具	
名称	種類
腰かけ便座 (ポータブルトイレ)	トイレまでの移動が困難な場合にベッドのそばに置いて使用
特殊尿器	自動排泄処理装置の受け口
入浴補助用具	入浴用いす、入浴用の介助ベルトなど
簡易浴槽	浴室までの移動が困難な場合に空気を入れて使用するもの など
移動用リフトのつり具	移動用リフトに連結して使用

利用者の身体の状態に合った福祉用具の使用には専門家の知識が必要です。

福祉用具を使用して日常生活の様々なことが自分の力でできるようになることは本人の喜びにつながる一方で、間違った使い方をすると自立を妨げることにもなります。

事前に必ず担当のケアマネージャーと相談しましょう。



5. 住宅改修費の支給

自宅での介護環境を整えるために必要な小規模な住宅改修（新築・増築を除く）の費用の一部が支給されます。

「住宅改修が必要な理由書」をケアマネージャーが作成します。

改修する前に・・・ケアマネージャーに必ず相談しましょう！

改修費の限度額：20万円



■要支援・要介護の区分に関わらず利用回数は原則1回。ただし転居や要介護度が3段階以上あがった場合は再度支給を受けることが可能です。

■受給申請には工事前と工事後に書類の提出が必要です。

【支給対象となる工事】

- ・手すりの取り付け（玄関、階段、廊下など）
- ・段差の解消（スロープの設置など）
- ・滑り防止のための床材の変更
- ・引き戸などへの扉の取り換え
- ・洋式便器などへの便器の取り換え
- ・その他、上記の工事に伴い必要な工事

【工事前の申請に必要な書類】

- | | |
|--------|---------|
| ・申請書 | ・工事見積書 |
| ・被保険者証 | ・改修後の完成 |
| ・住宅改修が | ・予定の状態が |
| 必要な理由書 | 分かるもの |

【工事後の申請に必要な書類】

- ・領収書
- ・工事費の内訳書
- ・改修前と改修後の写真
（日付が入ったもの）

※詳しくは地域包括支援センターやお住まいの市区町村にお問い合わせください。

6. 仕事と介護の両立支援



制度一覧

京セラには仕事と介護を両立するための制度があります。
ご利用の際は、労務部門へご相談ください。



■ 休暇・手当に関する制度

介護 休職	対象者	休職終了後、継続して勤務する意思のある人
	介護の 対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・配偶者 ・自分または配偶者の父母 ・子 ・祖父母、兄弟姉妹、孫
	期間	<p>要介護状態(※次ページ参照)の介護対象者1人につき、3回を上限とし、従業員の申し出た期間取得可能。ただし、介護対象者1人につき、通算1年が限度。</p> <p>【例】</p> <p>※A+Bの期間が通算1年以内であること ※介護休職期間中に介護の事由が消滅した場合は介護休職は終了となりますので、すみやかに労務へ届出をしてください。</p>
	申し出	<p>原則、休職を開始する日の2週間前までに、いつまで休職するのかを定めて、所定の申請書を責任者経由し労務へ提出</p> <p>※介護休職期間中に介護の事由が消滅した場合は介護休職は終了となりますので、すみやかに労務へ届出をしてください。</p>
介護 休暇	対象者	2週間以上の期間にわたり常時介護が必要な状態(※次ページ参照)にある家族を有する従業員
	内容	<p>対象となる家族が1人の場合は1年に5日、2人以上の場合は1年に10日※1日または1時間単位での取得が可能。取得単位が1時間に満たない場合で本人が希望すれば、1時間に満たない時間を1時間単位で切り上げて取得可能</p>
家族 支援 手当	対象者	<p>介護を要する以下の家族を有する従業員</p> <ul style="list-style-type: none"> ・満18歳経過直後の4月1日以降の子 ・配偶者 ・父母、義父母
	内容	対象者1人あたり16,000円を支給

6. 仕事と介護の両立支援

※介護休職・休暇の対象となる介護を必要とする状態

以下の(1)または(2)のいずれかに該当する場合であること。(詳細は、厚生労働省HP参照)

(1)介護保険制度の要介護状態区分において要介護2以上であること。

(2)状態①～⑫のうち、2が2つ以上または3が1つ以上該当し、かつ、その状態が継続すると認められること。

項目 / 状態	1	2	3
①座位保持(10分間一人で座っていることができる)	自分で可	支えてもらえればできる	できない
②歩行(立ち止まらず、座り込まずに5m程度歩くことができる)	つかまらないでできる	何かにつかまればできる	できない
③移乗(ベッドと車いす、車いすと便座の間を移るなどの乗り移りの動作)	自分で可	一部介助、見守り等が必要	全面的介助が必要
④水分・食事摂取	自分で可	一部介助、見守り等が必要	全面的介助が必要
⑤排泄	自分で可	一部介助、見守り等が必要	全面的介助が必要
⑥衣類の着脱	自分で可	一部介助、見守り等が必要	全面的介助が必要
⑦意思の伝達	できる	ときどきできない	できない
⑧外出すると戻れない	ない	ときどきある	ほとんど毎回ある
⑨物を壊したり衣類を破くことがある	ない	ときどきある	ほとんど毎日ある
⑩周囲の者が何らかの対応をとらなければならないほどの物忘れがある	ない	ときどきある	ほとんど毎日ある
⑪薬の内服	自分で可	一部介助、見守り等が必要	全面的介助が必要
⑫日常の意思決定	できる	本人に関する重要な意思決定はできない	ほとんどできない



介護が必要な家族がいることを上司に伝えましょう！

介護を行っていると、遅刻や欠勤で対応しなければならないことが出てきます。介護の課題に直面した際には、上司にも伝え、自身の介護への携わり方、考えられる勤務への影響について共有しましょう。いざという時には自身の仕事を職場でフォローしてもらう必要があります。理由が分かっているならば、フォローする側も協力したいという気持ちになれるものです。

6. 仕事と介護の両立支援

■勤務に関する制度

時間外労働の免除	対象者	勤続1年以上の従業員で家族の介護のため申請がある場合
	内容	業務の正常な運営に支障がある場合を除き、時間外労働をさせない
	期間	1カ月以上1年以内の期間
時間外労働の制限	対象者	勤続1年以上の従業員で家族の介護のため申請がある場合
	内容	業務の正常な運営に支障がある場合を除き、1カ月について24時間、1年について150時間を超える時間外労働をさせない
	期間	1カ月以上1年以内の期間
深夜業の制限	対象者	勤続1年以上の従業員で家族の介護のため申請がある場合 ※なお、以下のような16歳以上の家族と同居している場合は対象外 ・深夜に就業していない ・常態として家族を介護できる ・産前・産後休暇中でない
	内容	午後10時から午前5時までの深夜労働をさせない
	期間	1カ月以上1年以内の期間
始業時刻の繰り上げ・繰り下げ	対象者	家族の介護のため申請があり、会社が認めた場合
	内容	始業時刻の繰り上げ、または、終業時刻の繰り下げのできる時間は、15分単位で、1日あたり最大1.5時間まで ※なお、短時間勤務を適用する者は対象外
	期間	期間を定めず介護に必要な期間
短時間勤務	対象者	家族の介護のため申請があり、会社が認めた場合
	内容	・短縮できる時間の単位は15分単位で1日あたり最大2時間まで ・短縮できる時間帯は、 ①始業時間からの時間帯で2時間以内 ②終業時間からの時間帯で2時間以内 ③①および②の組み合わせによる時間帯で合計2時間以内 ・A勤務からの短縮とし、交替勤務との併用はしない
	期間	期間を定めず介護に必要な期間

7. 経済的支援

介護休職中は給与の支給はありません。給与補てんのため、国からの支援があります。

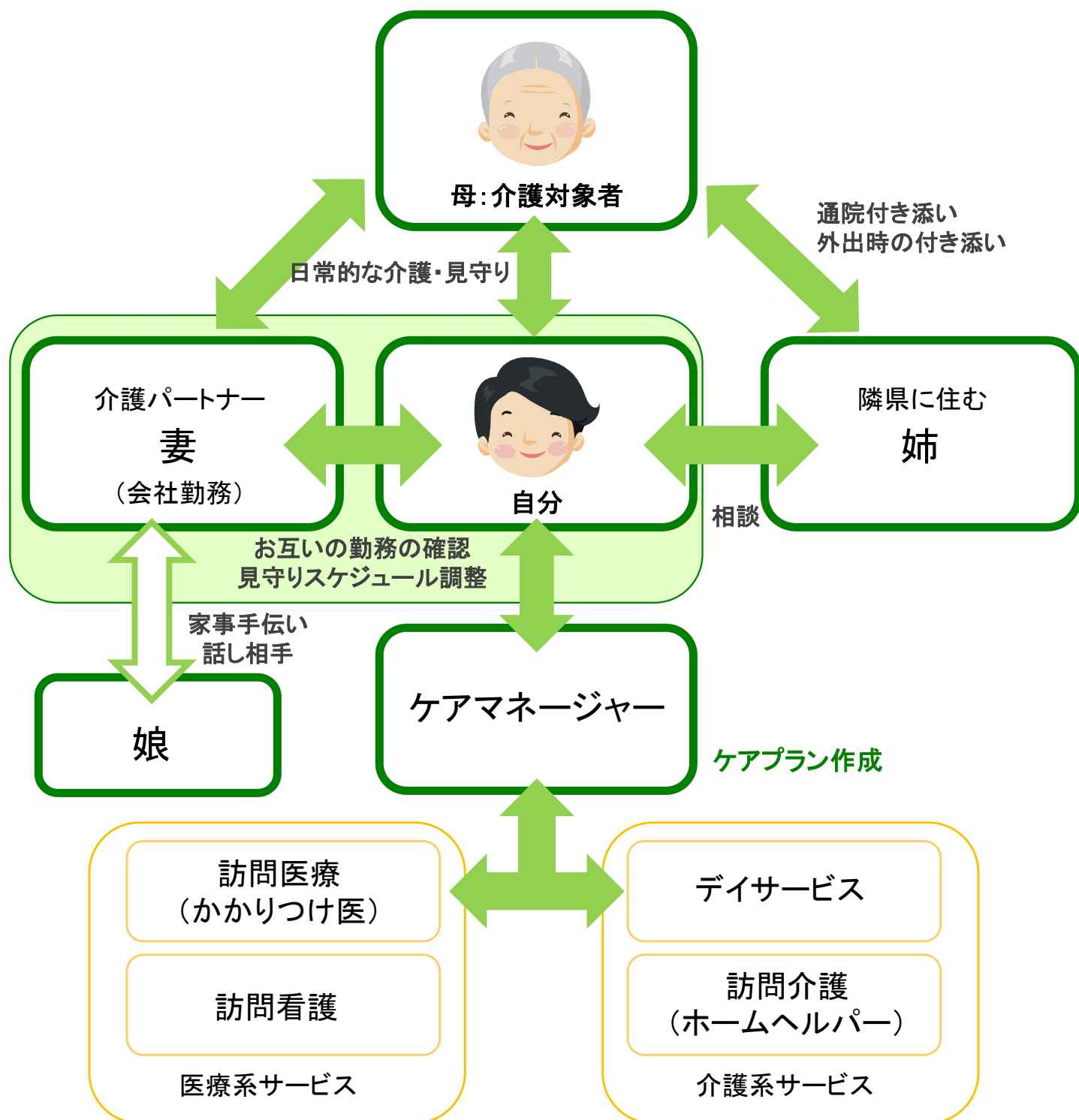
また、介護保険によるサービスの自己負担分が高額になった場合に世帯の収入状況によっては一定額を超えた部分について払い戻しを受けることが可能です。

介護休業給付	対象者	勤続1年以上で、休職開始前の2年間に11日以上勤務した月が12カ月以上ある雇用保険の被保険者	
	内容	月額給与のおよそ67%	
	期間	93日を限度に3回までに限り支給 (支給対象となる同じ家族について)	
高額介護サービス費	対象者 (世帯)	介護保険によるサービスの自己負担額が1日から末日までの1カ月に一定の金額を超えた世帯	
	内容	介護保険サービスの自己負担額が以下の区分による上限を超えた場合は、超えた分について払い戻しを受けることができます	
		介護を必要とする世帯の状況	上限額 (月額)
		生活保護受給者	15,000円 (個人)
		世帯全員が市町 村民税非課税者	年金収入などが年間80万円以下 15,000円 (個人)
			年金収入などが年間80万を超える 24,600円 (世帯)
		市町村民税課税 世帯	一般世帯 44,400円 (世帯)
<p>ただし、以下の費用については対象外です</p> <ul style="list-style-type: none"> ・福祉用具購入費と住宅改修費の1割負担 ・介護保険施設(短期入所含む)での食費・居住費など保険給付外のサービスにかかった費用 			

Column 介護はチームマネジメントが大事です



介護に携わることは、体力的にも精神的にも負担がかかります。仕事と介護の両立を長続きさせるためには、介護を自分一人で行おうとせず、家族、介護のプロ、民間のサービスなどを組み合わせ、チームを作って取り組むことが大事です。

チームの組織図を作り、自分のできること、できないことを整理して、チームメンバーに任せられるものは任せることで、あなた自身が精神的に追い詰められることなく、仕事と介護を両立し続けることができます。



8. 仕事と介護の両立モデル

■両立モデル1

社員本人(Aさん)			要介護者		
	年齢・性別	50代・女性		年齢・性別	90代・女性
	職種	間接部門		続柄	本人の母親
	主な介護パートナー	娘		介護状況	要介護度3 認知症 あり

■1週間のスケジュール



	月		火		水		木		金		土		日	
	Aさん	要介護者	Aさん	要介護者	Aさん	要介護者	Aさん	要介護者	Aさん	要介護者	Aさん	要介護者	Aさん	要介護者
7:00	出勤	Aさんの娘が見守り	出勤	Aさんの娘が見守り	出勤	Aさんの娘が見守り	出勤		出勤	Aさんの娘が見守り				
8:00		訪問介護		Aさんの娘が見守り		訪問介護				訪問介護				
9:00														
10:00				訪問看護										
11:00														
12:00	勤務	デイサービス	勤務		勤務	デイサービス	勤務	Aさんの娘が見守り	勤務	デイサービス				
13:00														
14:00				Aさんの娘が見守り										
15:00		訪問介護				訪問介護				訪問介護				
16:00											自宅	Aさんが見守り	自宅	Aさんが見守り
17:00											月に2日ショートステイ			
18:00		自宅				自宅				自宅				
19:00	帰宅		帰宅		帰宅		帰宅		帰宅					
20:00		Aさんが見守り		Aさんが見守り		Aさんが見守り		Aさんが見守り		Aさんが見守り				
21:00	自宅		自宅		自宅		自宅		自宅					
22:00														

■介護サービス月額負担費用(自己負担1割の場合)

サービスの種類	回数／月	参考単価	介護サービス費用	自己負担額
訪問介護	24回(30分未満)	2,450円	58,800円	5,880円
デイケア(施設へ通う)	12回	8,980円	107,760円	10,776円
訪問看護	4回(1時間)	11,170円	44,680円	4,468円
ショートステイ	2日	7,810円	15,620円	1,562円
福祉用具レンタル	介護用ベッド	—	13,000円	1,300円
	車いす	—	5,000円	500円
合計			244,860円	24,486円

8. 仕事と介護の両立モデル

■両立モデル2

社員本人(Bさん)			要介護者		
	年齢・性別	40代・男性		年齢・性別	80代・女性
	職種	製造		続柄	本人の母親
	主な介護パートナー	妻		介護状況	要介護度5 ほぼ寝たきり

■1週間のスケジュール

	水		木		金		土		日		月		火	
	Bさん	要介護者	Bさん	要介護者	Bさん	要介護者	Bさん	要介護者	Bさん	要介護者	Bさん	要介護者	Bさん	要介護者
6:00	早出		早出		早出									
9:00		妻が見守り		妻が見守り		妻が見守り		Bさん・妻で見守り				妻が見守り		妻が見守り
10:00								訪問入浴			自宅	妻出勤	自宅	妻出勤
11:00	勤務	妻出勤	勤務	妻出勤	勤務	妻出勤					Bさんが見守り		Bさんが見守り	
12:00		自宅		自宅		自宅								訪問入浴
13:00		訪問介護		訪問介護		訪問介護								
14:00		自宅		自宅		自宅				Bさん・妻で見守り	遅出	自宅	遅出	自宅
15:00	帰宅		帰宅		帰宅							訪問介護		訪問介護
16:00		Bさんが見守り		見守り 訪問リハビリ		Bさんが見守り		Bさん・妻で見守り			勤務	妻帰宅	勤務	妻帰宅
17:00		妻帰宅		妻帰宅		妻帰宅								
20:00		Bさん・妻で見守り		Bさん・妻で見守り		Bさん・妻で見守り					妻が見守り		妻が見守り	
21:00											帰宅 自宅		帰宅 自宅	

■介護サービス月額負担費用(自己負担1割の場合)

サービスの種類	回数／月	参考単価	介護サービス費用	自己負担額
訪問介護	20回(1時間)	5,640円	112,800円	11,280円
訪問入浴	8回	12,340円	98,720円	9,872円
訪問リハビリ	4回	3,020円	12,080円	1,208円
福祉用具レンタル	介護用ベッド関連	—	42,000円	4,200円
	車いす	—	10,000円	1,000円
	自動排泄処理装置	—	32,400円	3,240円
合計			308,000円	30,800円

9. 介護に関する相談窓口

介護保険に関わらず、介護に関する様々な相談が可能です。
介護になる前の見守りの時期から、さりげなく観察し、心配な点については相談してみましょう

■市区町村の介護保険担当部門

介護を必要とする人の居住する役所・役場にお問い合わせください。

■地域包括支援センター

（高齢者への生活支援窓口。市区町村が運営または、市区町村から委託を受けた法人が運営している。）

介護を必要とする人の居住する役所・役場にお問い合わせください。

※厚生労働省のホームページにて地域の介護環境について紹介しています。

<http://www.kaigokensaku.jp/>

■福利厚生倶楽部(リロクラブ)「介護相談ダイヤル」

電話での無料相談が可能です。

0120-922-470（受付時間：9時～21時、年末年始等を除く）

詳しくは、「福利厚生倶楽部」ホームページにてご確認ください。

<https://www.reloclub.jp/>

お電話の際に会員IDが必要です。



■健康保険「笑顔でヘルシーダイヤル」

電話での無料相談が可能です。

0120-922-241（受付時間：24時間・365日）

詳しくは、「健康・こころのホットライン」ホームページにてご確認ください。

<https://www.healthy-hotline.com>

ログインID:06260616

※会社の制度に関する相談は、在籍されている工場・事業所の労務部門へご相談ください。