

市町村・地域包括支援センターによる

家族介護者支援マニュアル

～介護者本人の人生の支援～



平成30(2018)年3月

はじめに

大きな挑戦を求められた研究作業でした。

その理由は、介護保険制度が普及し充実が図られるなかで、現制度の対応をどう補完し、家族介護者支援の充実を目指すことができるのか、さらに介護に伴う離職を防止する支援・施策をどう構想することができるのか、などの検討課題を本委員会が与えられたためです。

にもかかわらず挑戦的な作業が実現できたのは、家族介護者の問題や支援に関わりを持つ広範囲なメンバーの参加を得て議論を行うことができたからです。家族介護者支援に取り組む NPO のメンバーをはじめ、同支援の施策化に取り組む自治体担当者、介護・福祉関係の専門職、介護政策や介護離職防止に関する研究者など、多様な委員の参加を実現できたことによっています。さらに家族介護者支援の概念（考え方）の整理のために、別途作業委員の参加を確保できたことも大きな条件となりました。

これらの成果は、本『家族介護者支援マニュアル』のサブタイトルとして、「介護者本人の人生の支援」が採用されていることにも表れています。具体的な研究作業では、多様な委員の参加によって、先行する海外の介護者支援政策をはじめ、国内での自治体の独自の施策や実践の分析、介護者のアセスメント方法などの検討作業を進めることができました。これら多くの成果が、本『家族介護者支援マニュアル』に集約されています。

このマニュアルは、市町村介護行政及び地域包括支援センターの担当者に向けて作成されたもので、「1. 個別相談・支援」「2. 多機関・職種間ネットワーク」「3. 地域づくり」「4. 施策の企画立案協議」の4つの手法に取り組むことを推進しています。4番目に施策の企画立案協議を取り上げたのは、それぞれの手法が企画され、取り組まれるために、協議の場を組織することを重視した結果です。自治体がこうした協議の場を提供し、地域包括支援センターの職員がボトムアップでの問題提起を行い、家族介護者支援の新たな課題に果敢に挑戦することに、このマニュアルが役立つことを期待しています。特に、介護に伴う離職に関わる課題を共有し、その解決に向けて協働する関係を築くためには、従来の福祉の枠を越えたメンバーを巻き込む必要があります。地元企業の人事労務担当者にも声をかける必要があります。家族介護者支援に、このマニュアルが生かされ、実践面での挑戦が進むことを期待します。

委員長 平野隆之

■ 目次 ■

1. 今、新たな視点での家族介護者支援施策・事業の推進が急務な理由.....	1
2. 市町村における家族介護者支援の取組と新たな課題の検討状況.....	5
(1) 家族介護者支援に関する市町村の取組状況.....	5
(2) 新たな課題に関する市町村の検討状況.....	6
3. これからの家族介護者支援施策の目指す方向性.....	8
4. 目指す方向性を実現するための支援の考え方と手法.....	10
(1) 家族介護者支援の考え方と手法.....	10
(2) 家族介護者支援の総合的展開.....	11
5. 本「支援手法マニュアル」の全体構成.....	12
(1) 支援手法の展開軸.....	12
(2) 取組主体軸.....	15
6. 介護離職防止、家族介護者支援に向けた具体的な取組、手法のポイント.....	20
(1) 個別相談・支援.....	20
(2) 多機関・職種間ネットワーク.....	27
(3) 地域づくり.....	30
(4) 施策の企画立案協議.....	35
【参考資料】	41
■アセスメントシート・チェックリスト例.....	42
■介護を行う労働者が利用できる制度・公的給付.....	54
■家族介護者支援に関するリンク集.....	55
■育児・介護休業法に関する相談先.....	55

1. 今、新たな視点での家族介護者支援施策・事業の推進が急務な理由

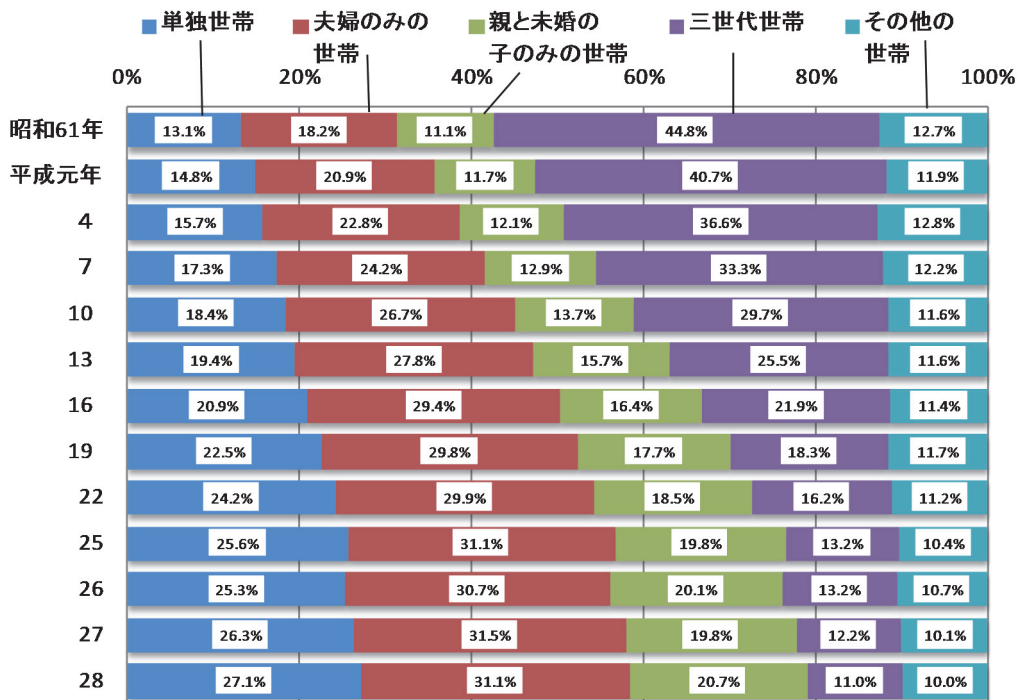
○地域包括支援センターは、平成 17 年度の介護保険法改正で地域支援事業の住民の身近な相談支援施設として発足して以来、介護が必要な介護保険被保険者とその家族介護者を対象に、住み慣れた地域で安心してその人らしい生活を継続できるための各種取組を推進してきました。

家族介護者と要介護者、家族介護者を取り巻く地域社会環境が大きく変貌する中、今、新たな視点での家族介護者支援施策・事業の推進が急務となっています。まず、その背景についてみていきます。

～高齢者のみの世帯、高齢者と未婚の子のみの世帯の増加～

○高齢化の一層の進展と人口減少社会への突入により、世帯構造は大きく変化しています。65 歳以上の者のいる世帯の状況をみると、「単独世帯」「夫婦のみの世帯」の割合は年々高くなり、平成 28 年には両者を合わせた高齢者のみの世帯が約 6 割を占めています。さらに「親と未婚の子のみの世帯」の割合も年々高くなっていて、昭和 61 年には 11.1% だったものが、平成 28 年には 20.7% へとほぼ 2 倍になっています。「要支援及び要介護高齢者のいる世帯」をみても、「単独世帯」「高齢者世帯」の割合は年々高くなっていきます。

図表 1 「65 歳以上の者のいる世帯」の世帯構造別比率の推移



注： 1) 平成 7 年の数値は、兵庫県を除いたものである。
 2) 平成 28 年の数値は、熊本県を除いたものである。
 3) 「親と未婚の子のみの世帯」とは、「夫婦と未婚の子のみの世帯」及び「ひとり親と未婚の子のみの世帯」をいう。

資料：厚生労働省「平成 28 年国民生活基礎調査結果概況」

図表2 「要支援及び要介護高齢者のいる世帯」における世帯構造別比率の推移

(単位：%)

年次	総数	単独世帯	核家族世帯		三世帯世帯	その他の世帯	(再掲) 高齢者世帯
				(再掲) 夫婦のみの世帯			
平成13年	100.0	15.7	29.3	18.3	32.5	22.4	35.3
16	100.0	20.2	30.4	19.5	29.4	20.0	40.4
19	100.0	24.0	32.7	20.2	23.2	20.1	45.7
22	100.0	26.1	31.4	19.3	22.5	20.1	47.0
25	100.0	27.4	35.4	21.5	18.4	18.7	50.9
28	100.0	29.0	37.9	21.9	14.9	18.3	54.5

注：平成28年の数値は、熊本県を除いたものである。

資料：厚生労働省「平成28年国民生活基礎調査結果概況」

～増加する中高年以上の家族介護者～

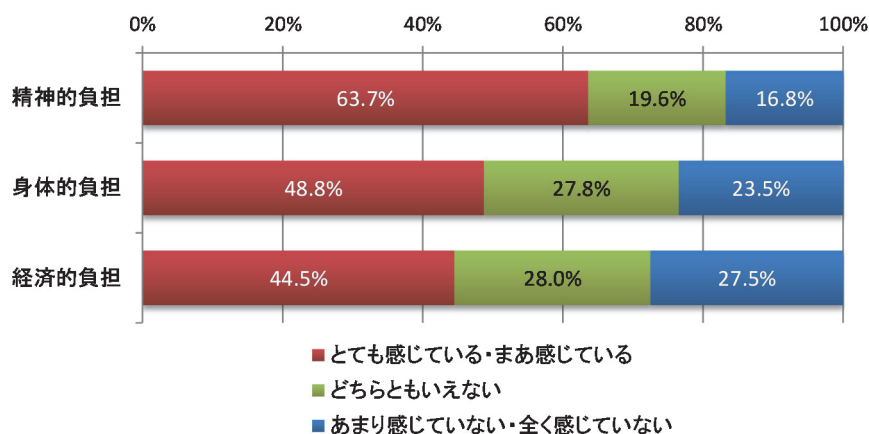
○高齢化の進展により、介護を必要とする人は増加傾向にあり、平成28年における要介護者数は約620万人と、この15年間で約2.4倍に増加しています¹。それに伴い、家族介護者も平成28年には約700万人と、この15年間で1.5倍近く増加しています²。

○家族介護者の年代は、30代以下が全体の約1割、40代・50代が約4割、60代以上が約半数を占めています。また、家族介護者の性別は、男性が約4割を占め、一貫して増加傾向にあります³。

～家族介護者の介護負担度合い～

○本事業で実施した家族介護者へのアンケート結果を基に、家族介護者の介護による負担度をみると、精神的な負担を感じている人、身体的な負担を感じている人、経済的な負担を感じている人が、いずれも4～6割強と、非常に高い割合です。また、日頃の状態でも、「わけもなくイライラしてしまう」(49.8%)、「睡眠が十分でない」(41.8%)など疲労を感じている介護者が4割以上にのぼっており、心身の健康や経済的な問題を抱える家族介護者が多いことがわかります。

図表3 【家族介護者】介護による精神的・身体的・経済的な負担度合：単数回答 n=3000



¹ 厚生労働省「平成27年度 介護保険事業状況報告」

² 総務省「平成28年 社会生活基本調査」

³ 同上

～仕事と家族介護を理由とする離職者数～

○家族を介護している雇用者は、平成24年に約240万人とみられ、雇用者総数に占める割合は、最も高い50代後半では約1割にのぼります。こうした中、家族の介護や看護により、年間約10万人がいわゆる「介護離職」をしています⁴。

～家族介護を理由に離職した人の離職理由～

○「仕事と介護の両立に関する労働者調査」（厚生労働省、平成24年）では、介護離職をした人の離職理由として、「自分の心身の健康状態悪化」（男性25.3%、女性32.8%）が上位にあげられています。家族の介護を担う中で、心身の健康の悪化、周囲の理解や協力が得られない中で家族介護に専念せざるを得なくなり、やむなく勤務先を退職している人が一定の割合を占めています。しかし、離職をして介護に専念することで、収入の減少に加え、各種サービスの利用減少や社会とのつながりの希薄化などによって、経済的負担のみならず精神的・身体的負担までも増加してしまうことが少なくありません。

○家族介護者の心身の健康確保や、安定した収入の確保、仕事や趣味などを通じた社会とのつながりを維持することは、高齢者に対する虐待や家族介護の質の低下、さらには生活困窮化のリスクを防止・低減することにつながります。介護でストレスや悩みを抱えていたり、仕事と介護の両立に問題を抱える家族介護者が、誰にも相談できず一人で抱え込み、適切な対応がとられなければ、問題がさらに深刻化し、家族介護者と要介護者が共倒れしてしまう懸念もあります。

○また、いうまでもなく介護による離職防止は、縮小に向かう労働力人口を維持・確保し、地域経済の発展に貢献するという観点から、行政や企業が一体となって、家族介護者の仕事と介護の両立に向けた支援を行うことが求められます。

○今後、高齢化がますます進展し、家族規模が小規模化の方向に向かう中で、一人あたりの介護者にかかる負担はあっという間に増大していくことが見込まれます。こうした社会状況を背景として、介護が必要となっても家族介護者、要介護者がともに自分らしい人生や安心して生活を送ることができるよう、市町村や地域包括支援センターが支援を行うことは重要な役割の一つといえるでしょう。

～子育てと介護を同時に担うダブルケアや、様々な課題を抱える人の増加～

○子育てと介護を同時に担ういわゆる「ダブルケア」を行う者の推計人口（平成24年）は約25万人（女性約17万人、男性約8万人）で、介護者に占める割合は約4.5%となっています。ダブルケアを行う者の平均年齢は、男女とも40歳前後と介護者平均に比べて若く、女性の約半数が仕事をしています⁵。

○こうした介護離職やダブルケア問題のほかにも、両親の家族介護を同時に担う40～50代の子ども世帯の介護負担に関する課題、無就業の子どもが老親の介護を担う世帯の生活困窮に関する課題、祖父母や親の介護を担う10～20代の子ども世代の教育機会や就職機会に関する課題、介護離職後の再就職に困難を抱える家族介護者の課題等、様々な生活上の問題が複雑に絡み合い、地域の家族介護者が抱える支援課題は多様化の様相を呈しています。

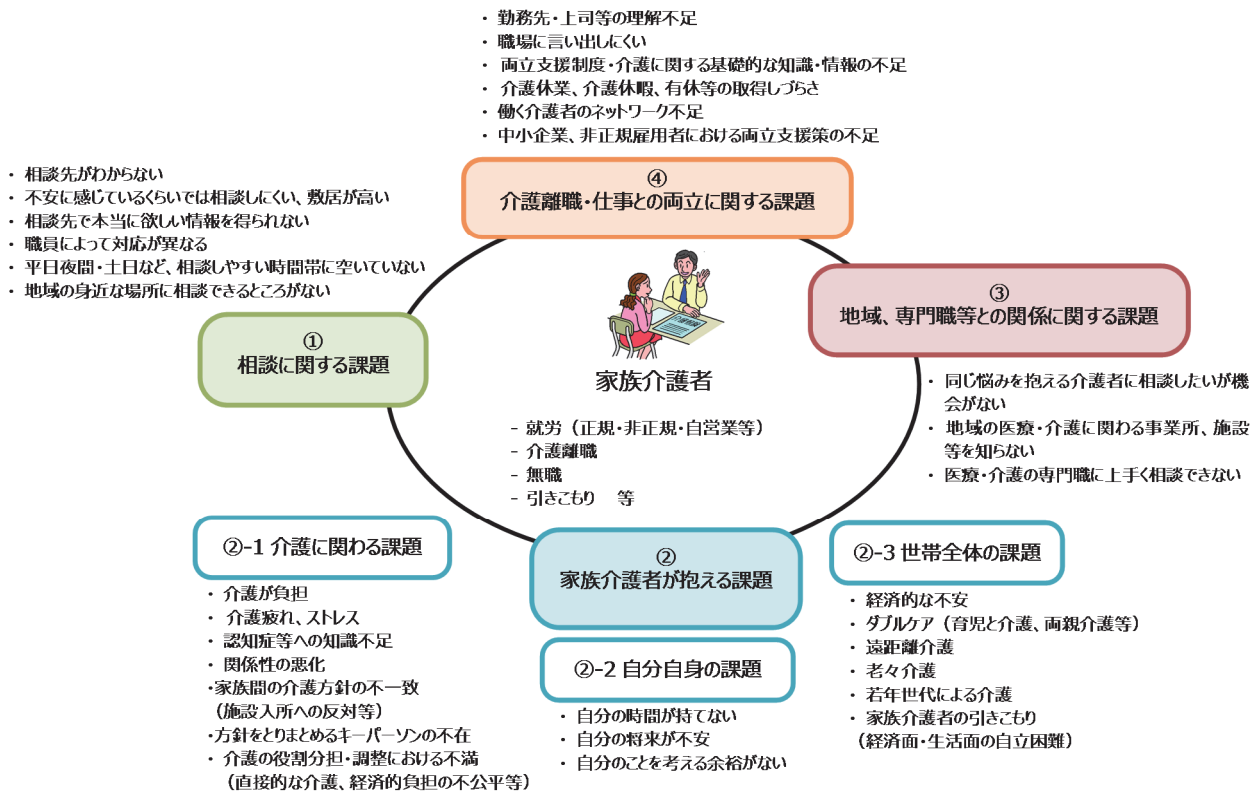
⁴ 総務省「平成24年 就業構造基本調査」

⁵ 内閣府男女共同参画局「育児と介護のダブルケアの実態に関する調査報告書」（平成28年4月）

～「家族介護と仕事、生活・人生の両立継続」の視点からの家族介護者を取り巻く課題の整理～

- 家族介護者を取り巻く課題は、図表4に示すとおり、大きく、「①相談に関する課題」「②家族介護者が抱える課題」「③地域、専門職等との関係に関する課題」「④介護離職・仕事との両立に関する課題」に整理できます。「②家族介護者が抱える課題」は、さらに「②-1 介護に関わる課題」、「②-2 自分自身の課題」、「②-3 世帯全体の課題」に分けられます。
- 「②家族介護者が抱える課題」では、家族介護者自身や家族や親戚、地域との関係についての課題を整理しています。また、家族介護者支援の重要な視点として、家族介護者と要介護者のみを見るのではなく、「②-3 世帯全体の課題」にあげたように、要介護者を含めた世帯全体に対して、どのような課題があるのかを捉えていく視点も重要となります。老老介護や若年世代による介護、育児と介護や両親介護等のいわゆるダブルケア、遠方介護などによる介護負担問題のほか、経済的不安を抱える世帯や、家族介護者の引きこもり（いわゆる80・50問題）などもあげられます。
- さらに、家族介護者の中には働いている人、以前は働いていたけれど介護のために離職してしまった人などがいます。「④介護離職・仕事との両立に関する課題」にあげたように、職場の理解や制度の整備状況なども踏まえて、支援を検討していくことが求められます。
- これらを含めて、日頃の活動を通して、心身の健康リスク（ストレスやうつ等含め）を抱える家族介護者の「相談支援ニーズ」にできるだけ早期に気づき、手を差し伸べて並走支援するための取組が求められています。

図表4 家族介護者が抱える多様な「家族介護と仕事、生活・人生の両立継続」に関する課題



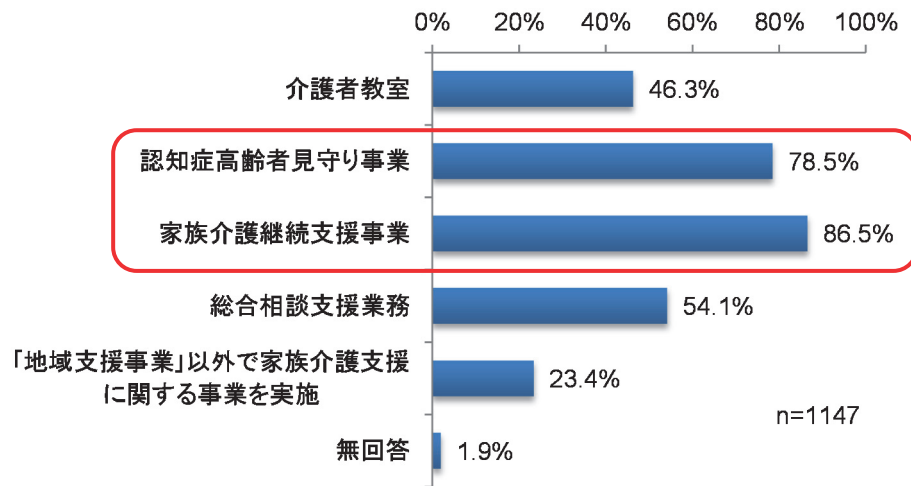
注：本事業における家族介護者インタビュー、アンケート調査結果等を基に作成。

2. 市町村における家族介護者支援の取組と新たな課題の検討状況

(1) 家族介護者支援に関する市町村の取組状況

- ここでは、本事業で実施した「家族介護者の介護離職防止等の取組状況調査」の結果を用いて、全国の市町村における、現在の家族介護者支援に対する取組状況をみていきます。
- 家族介護者支援全般についての市町村の取組状況をみると、「家族介護継続支援事業」及び「認知症高齢者見守り事業」に取り組んでいる市町村の割合は約8割となっており、多くの市町村において、すでに家族介護者支援に関する取組が行われていることがわかります。
- これらの取組は、健康相談や介護者交流会の実施、家族への慰労金、介護用品の支給等、家族介護者が行う「介護」そのものに対する支援が中心となっています。

図表5 【市町村】家族介護支援全般に関する事業の実施状況：複数回答



※「認知症高齢者見守り事業」「家族介護継続支援事業」については、以下の事業に該当するものをたずねている。

○認知症高齢者見守り事業

- ・認知症に関する広報・啓発活動
- ・認知症高齢者の搜索・発見・通報・保護・見守りに関するネットワークの構築
- ・GPS等の徘徊探知システムの活用
- ・認知症高齢者に関する知識のあるボランティア等による見守りのための訪問

○家族介護継続支援事業

- ・健康相談・疾病予防事業
- ・介護者交流会の開催
- ・介護自立支援事業（慰労金等の贈呈）
- ・介護用品の支給

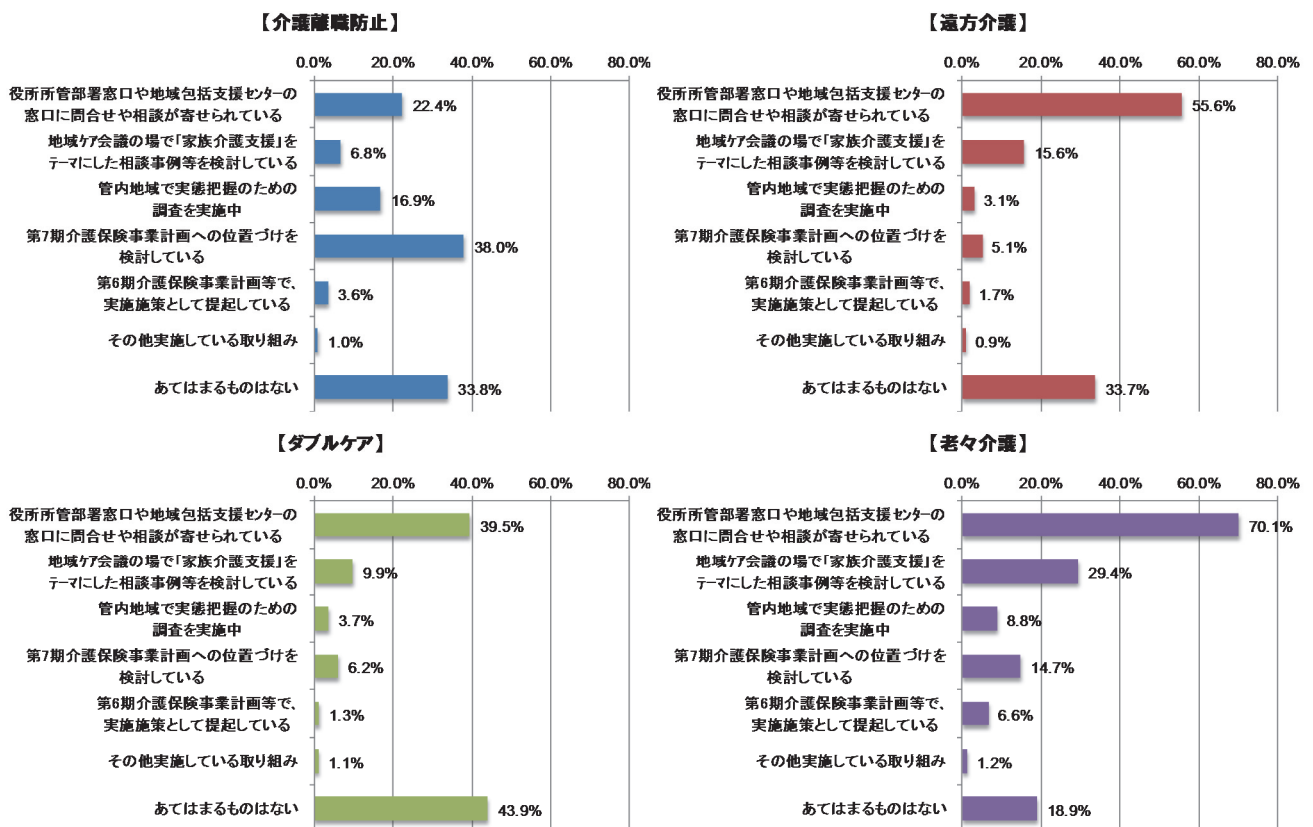
(2) 新たな課題に関する市町村の検討状況

○介護離職防止、子育てや両親介護等のダブルケアを含む家族介護者支援課題について、市町村の所管部署や地域包括支援センター窓口で寄せられている相談内容をみると、「老老介護」が約7割と高く、「遠方介護」・「ダブルケア」についても4～5割の市町村で問い合わせや相談が寄せられている一方、「介護離職防止」については約2割にとどまっています。

○また、「家族介護者の介護離職防止」に関連する事業への取組状況をみると、「実施している・過去に実施していた」という市町村は13.0%となっています。

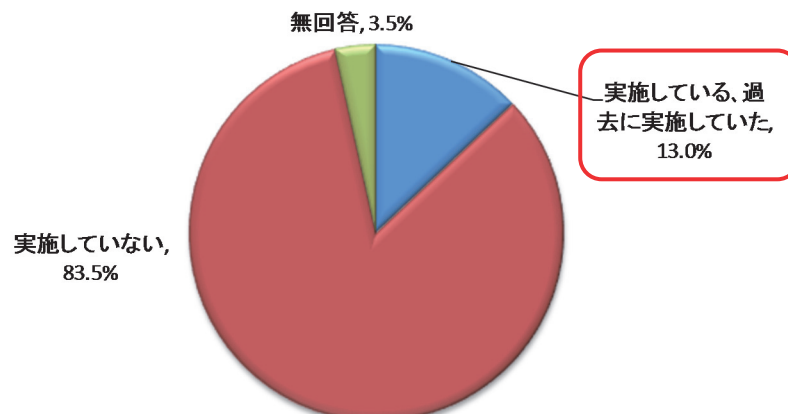
○一方、第7期介護保険事業計画への位置づけを検討しているテーマとしては、「介護離職防止」が約4割となっています。

図表6 【市町村】「家族介護支援」に関する市町村の検討状況：複数回答 n=1147



※高齢者福祉・介護保険担当部局における取組状況

図表7 【市町村】「家族介護者の介護離職防止」に関する市町村の取組状況：単数回答 n=1147



- 以上を踏まえると、多くの市町村では、すでに家族介護者支援に関する取組は行われているものの、特に「介護離職防止」という視点からの取組についてはまだ計画段階といえます。
- また、「介護離職防止」以外にも、「遠方介護」や「ダブルケア」、「老老介護」など、家族介護者を取り巻く課題は多様化しており、実際に地域包括支援センターの窓口等に相談が寄せられるようになってきています。
- 前節でも述べたとおり、こうした課題を抱える家族は、仕事を離職したことによる経済状況の悪化、健康状態の悪化、孤立や精神的な負担など、さまざまなリスクに直面する可能性が高くなります。そのため、市町村においては、これまでの家族介護者支援の取組を一步進め、多様な視点から家族介護者の支援を行っていくことが重要となります。

3. これからの家族介護者支援施策の目指す方向性

○これらの家族介護者を取り巻く状況の大きな変化に対応して、今後、家族介護者支援施策が掲げるべき目標は、「家族介護と仕事や社会参加、自分の生活を両立すること」と、「心身の健康維持と生活の質の維持・充実（ひいては人生の質の維持・充実）」の両輪が共に円滑にまわりながら、要介護者の介護の質・生活・人生の質もまた同時に確保される「家族介護者支援」を推進することです。

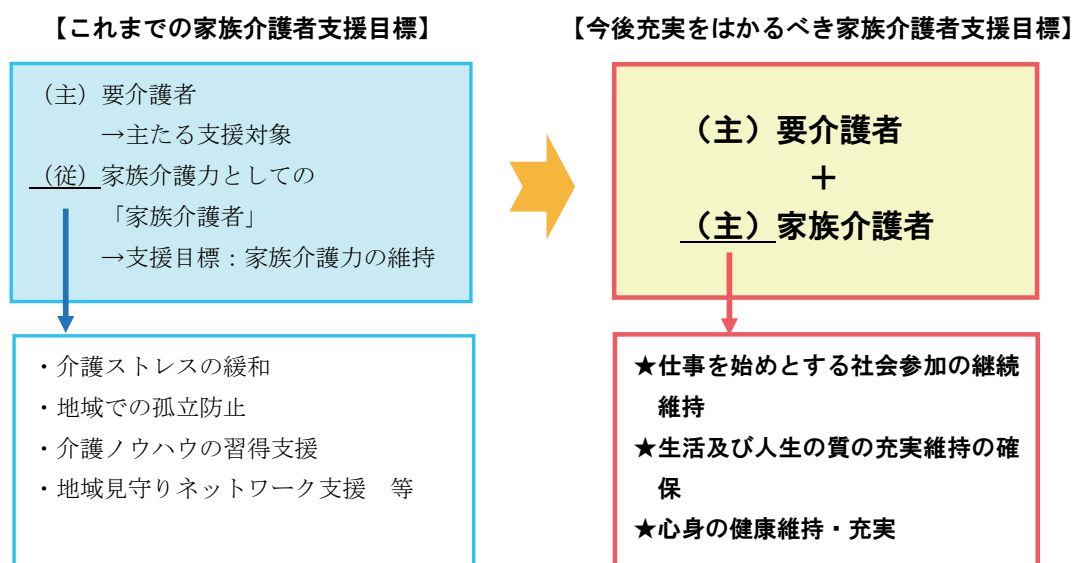
○この「家族介護者支援」の新たな目標達成に向けて、今後、地域包括支援センターの総合相談支援業務をはじめとする事業に求められていることは何でしょうか。

それは、家族介護者を「要介護者の家族介護力」として支援するだけでなく、「家族介護者の生活・人生」の質の向上に対しても支援する視点を持ち、要介護者と共に家族介護者にも同等に相談支援の対象として関わり、共に自分らしい人生や安心した生活を送れるよう、地域包括支援センターの事業主体である市町村はもちろん、多機関専門職等と連携を図って、家族介護者にまで視野を広げ相談支援活動に取り組むことです。

○ただし、市町村、地域包括支援センターが、これまでの取組と全く異なる新規の取組を行わなければならないということではなく、重要なことは、これまで市町村、地域包括支援センターが取り組んできた地域支援事業の枠組みや成果を活かしながら、新たな視点を追加し、家族介護者に対する相談支援に取り組むことです。

○例えば、各市町村が地域の実情に応じて実施可能な「任意事業」における家族介護支援の取組として、「認知症高齢者家族やすらぎ支援事業」等、家族介護者に対する傾聴等を含む取組が各地で実践されています。現在、この事業では「介護家族に対する傾聴」に徹した取組が各地で実践されています。このように現在すでに実施されている各種の生活支援施策の捉え直し、事業内容を見直すことにより、これまでに取り上げてきた家族介護者と要介護者が介護と仕事や生活・人生との両立継続に係る課題を抱えていることに気づき、早期発見機能を高めることが可能となります。

図表8 「家族介護者支援」の重点目標の変化



○家族介護者支援に関する国の最近の関連施策の展開でも、「ニッポン一億総活躍プラン」において、介護離職ゼロの実現が目標として掲げられるなど、家族介護者支援施策の充実強化の方向性が明確に示されてきました。

図表9 ニッポン一億総活躍プランより
「③介護する家族の不安や悩みに答える相談機能の強化・支援体制の充実」

介護離職
ゼロの実現

介護に不安なく取り組む（家族を支える環境づくり）

③ 介護する家族の不安や悩みに答える相談機能の強化・支援体制の充実

【国民生活における課題】

要介護者数が増加。

- ・要介護（要支援）認定者：608万人（2015年4月）（介護保険事業報告）。この15年間で約2.8倍
- ・2012年の認知症者数462万人、2025年の認知症者数は約700万人（65歳以上人口の約20%）という推計あり
（平成26年度厚生労働科学研究費補助金特別研究事業 日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究）

介護する家族は健康が悪化し離職。

- ・介護離職理由：自分の心身の健康状態が悪化 男性：25.3% 女性：32.8%
（2012年度厚生労働省委託調査、複数回答）

サービスや制度に関する情報が不足。

- ・介護している人が手助・介護について相談した人（離職者）
家族・親族：54.7%、いない：17.1%
（2012年度厚生労働省委託調査、複数回答）

【今後の対応の方向性】

家族が介護を必要とする状況になったときに、職場や地域包括支援センター等、様々な場所で介護の情報を入手し、相談できる体制を構築する。また、認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）（2015年1月）の実現などにより、認知症の介護を行う家族等への支援を行う。

【具体的な施策】

- ・介護に関する総合的な相談の機関として、2006年に地域包括支援センターが制度化。2015年度現在、全国で4,685か所設置されているが、家族が介護を必要とするようになったときの身近な相談先であることを広く周知しつつ、同センターの土・日・祝日の開所を促進する。また、ハローワーク等との連携により、介護離職の防止に向けた取組みを強化する。
- ・2016年度より、ケアマネジャーの研修カリキュラムに家族に対する支援を追加する。
- ・2005年から、認知症の特色や対応の仕方を学ぶことができる認知症サポーター養成講座が開始され、これまで累計750万人が受講しているが、市町村や企業による開催を更に推進する。あわせて、修了者の把握と活用、地域・職域の先進的な事例の展開、サポーター同士の発表・討議の機会の提供などの取組を進める。
- ・認知症の人が集まる場や認知症カフェなど、認知症の人やその家族が集う取組を2020年度までに全市町村に普及させ、こうした活動の情報を市町村や地域包括支援センターから住民に発信する。
- ・認知症の人の見守り模範訓練など、認知症高齢者等による事故等を未然に防ぐ取組を進めるとともに、民間保険等の活用を含め、事故等が起こった場合の備えについて検討する。
- ・成年後見制度の利用の促進に関する法律に基づき、認知症、知的障害その他の精神上の障害があることにより財産管理・日常生活に支障がある方を、その自己決定権を尊重しながら社会で支える成年後見制度の利用を促進する。

施策	2015年度	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度	2024年度	2025年度	2026年度以降	指標
地域包括支援センター強化	センターの周知、開所日増、関係機関との連携強化 ※認知症地域支援推進員 2018年度全ての市町村に配備			センターの活用状況を見ながら見直し、措置									認知症サポーターの人数 →2017年度末800万人 認知症初期集中支援チーム →2018年度全ての市町村に設置
認知症サポーターの養成	認知症サポーターの養成と更なる取組の推進 ※2017年度末までに800万人目標			サポーター数の状況、活用状況を踏まえた新たな取組の実施									
認知症初期集中支援チーム設置	適切な治療やケアにつなげ自立生活をサポート ※2018年度に全ての市町村に設置			チームの活動状況を見ながら、見直し、措置									
家族支援の普及	ケアマネジャーの改訂版研修カリキュラムの活用 全国の労働局から介護休業を周知			利用状況を踏まえ、見直しの上で更なる追加措置									
成年後見制度の利用促進	施行、周知、基本計画の策定			基本計画を踏まえ、制度の更なる利用促進									

資料：閣議決定「ニッポン一億総活躍プラン」平成28年6月2日

○このような「家族介護者支援施策」の新たな視点と施策の方向性に基づく施策の担い手となる市町村及び各地域包括支援センターには、地域の「家族介護者」が取り組んでいる「家族に対する介護」と「仕事」「子どもの保育や療育」「社会参加」について、「両立した生活と充実した人生を継続する」ことを支援することが求められています。

9

4. 目指す方向性を実現するための支援の考え方と手法

(1) 家族介護者支援の考え方と手法

「家族介護者支援」について、具体的にどのように支援を行っていけばよいのでしょうか。方向性としては、家族介護者を「要介護者の家族介護力」として支援するのではなく、家族介護者そのものの「生活・人生の質を維持向上させる」という支援の視点が重要になります。こうした家族介護者支援の方向性を踏まえ、地域包括支援センター等を核とする地域の「家族介護者支援」の全体像を示したものが図表 10 です。その中心に、「介護者本人の人生の支援」を置いて、支援の目的を明確にしています。

それを実現するためには、第 1 に、介護者アセスメントの考え方を導入する必要があります。これまでの要介護者のアセスメントに関連づけられるものではなく、介護者そのものの生活にも視野を広げたアセスメントの実施となります。このアセスメント実施の過程の中で、介護当事者のつぶやきや本音、介護支援専門員に伝えたいことがはじめて把握されることとなります。そのことによって、介護によるケアの役割が、どのくらいあなた（介護者）の生活やウェルビーイングに影響するかということが、アセスメントされるのです。「介護者本人の人生の支援」の出発点にあたり、先進的な国では、介護者は、自治体によるアセスメントを受ける権利を有しているのです。

第 2 に、介護者アセスメントで明らかになった介護者の支援ニーズを実現するには、多様な専門職の支援ネットワークが必要です。要介護者の支援者とは異なる専門職が支援に係わることは必要なことです。その意味で、要介護者本人と介護者本人へのチームアプローチも求められます。そのリーダー役として、地域包括支援センターが機能することが求められ、介護者のアセスメントを担った、例えば介護支援専門員はチームの重要メンバーになります。

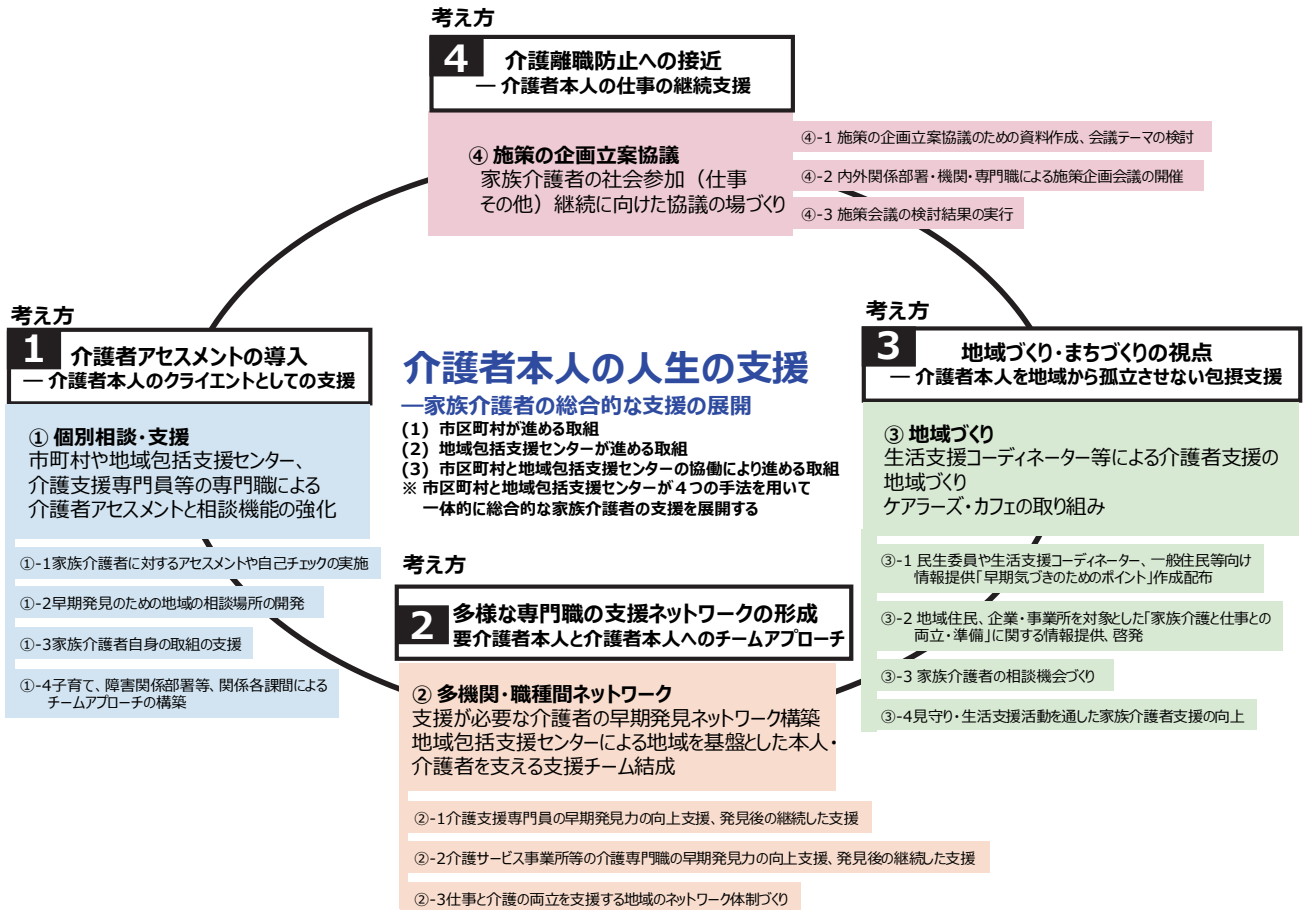
第 3 に、地域づくりを家族介護者支援の考え方として重視しています。なぜなら、家族介護者が地域社会から孤立している事実が多く見出されて、その解決が地域のなかで実現されることが求められているからです。制度としての対応だけでは、介護者の社会参加は実現しませんし、孤立状況を改善できません。近隣の関心が不可欠です。しかし、家族介護の閉じた関係のなかに近隣が関与することはなかなか困難です。そこに、介護者支援を目的とする地域づくりが必要となります。

これらの取組に自治体が関心をもち、支援の展開を進めるための場が必要となります。特に、これまで未着手であった介護離職防止に接近するためには、意図的にそのような協議の場、共通理解を進める場が必要となります。

第 4 は、これらの支援施策を企画し、実現するための協議の場を作ることが重要となります。「介護者本人の人生の支援」を目指すための協議の場をどのような手順で実施するのか、本研究事業の最大の課題と位置づけました。図表 10 にある介護者支援の展開過程は、この協議の場づくりの継続によって実現するものといえます。その主導性を担うことが、自治体行政担当者に求められています。

本マニュアルでは、この 4 つの考え方を軸に、「1. 個別支援・相談」、「2. 多機関・専門職間ネットワーク」、「3. 地域づくり」、「4. 施策の企画立案協議」の手法別に、取組内容を整理しました。

図表 10 家族介護者支援の総合的展開の4つの考え方

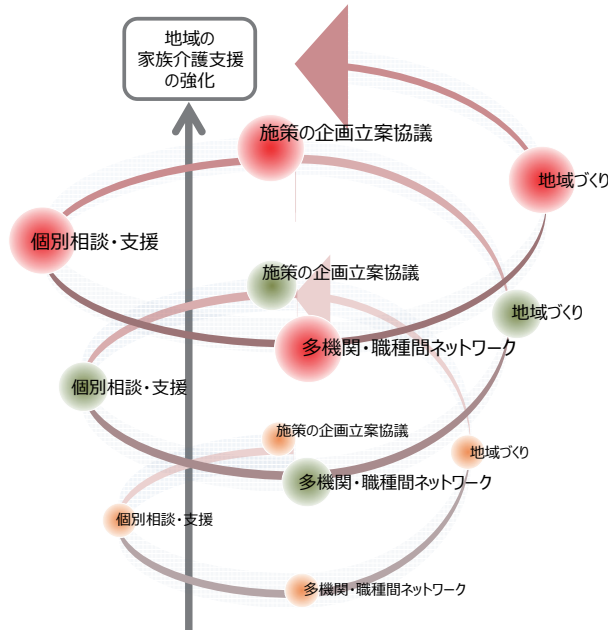


(2) 家族介護者支援の総合的展開

「1. 個別支援・相談」「2. 多機関・専門職間ネットワーク」「3. 地域づくり」「4. 施策の企画立案協議」の4つの手法は、どこからスタートしてもかまいません。1→2→3→4の経路に限らず、1→2→4→3、4→3→2→1、その他多様な経路を取る場合があります。

いずれの場合も、取組を積み重ねることで、地域の家族介護者支援を強化していきましょう。

図表 11 家族介護者支援の総合的展開



5. 本「支援手法マニュアル」の全体構成

- 今後、家族介護者支援として特に取り組んでいくことが望まれる「支援手法」を整理すると以下(P12～16)の通りです。
- 各支援手法別の取組内容(以下「取組メニュー」)を俯瞰すると図表13の通りです。整理軸は「支援手法の展開軸」、「取組主体の軸」の2つです。
- 表側の「支援手法の展開軸」には、「1. 個別支援・相談」、「2. 多機関・専門職間ネットワーク」、「3. 地域づくり」、「4. 施策の企画立案協議」の4つの手法(大分類)があります。4つの支援手法(大分類)には、それぞれ具体的な手法分類(中分類:1-1、1-2など)を設けています。
- 一方、横軸(表頭)の「取組主体軸」には「市町村が進める取組」「市町村と地域包括支援センターが協働して進める取組」「地域包括支援センターが、担当圏域に対して進める取組」の3つがあります。

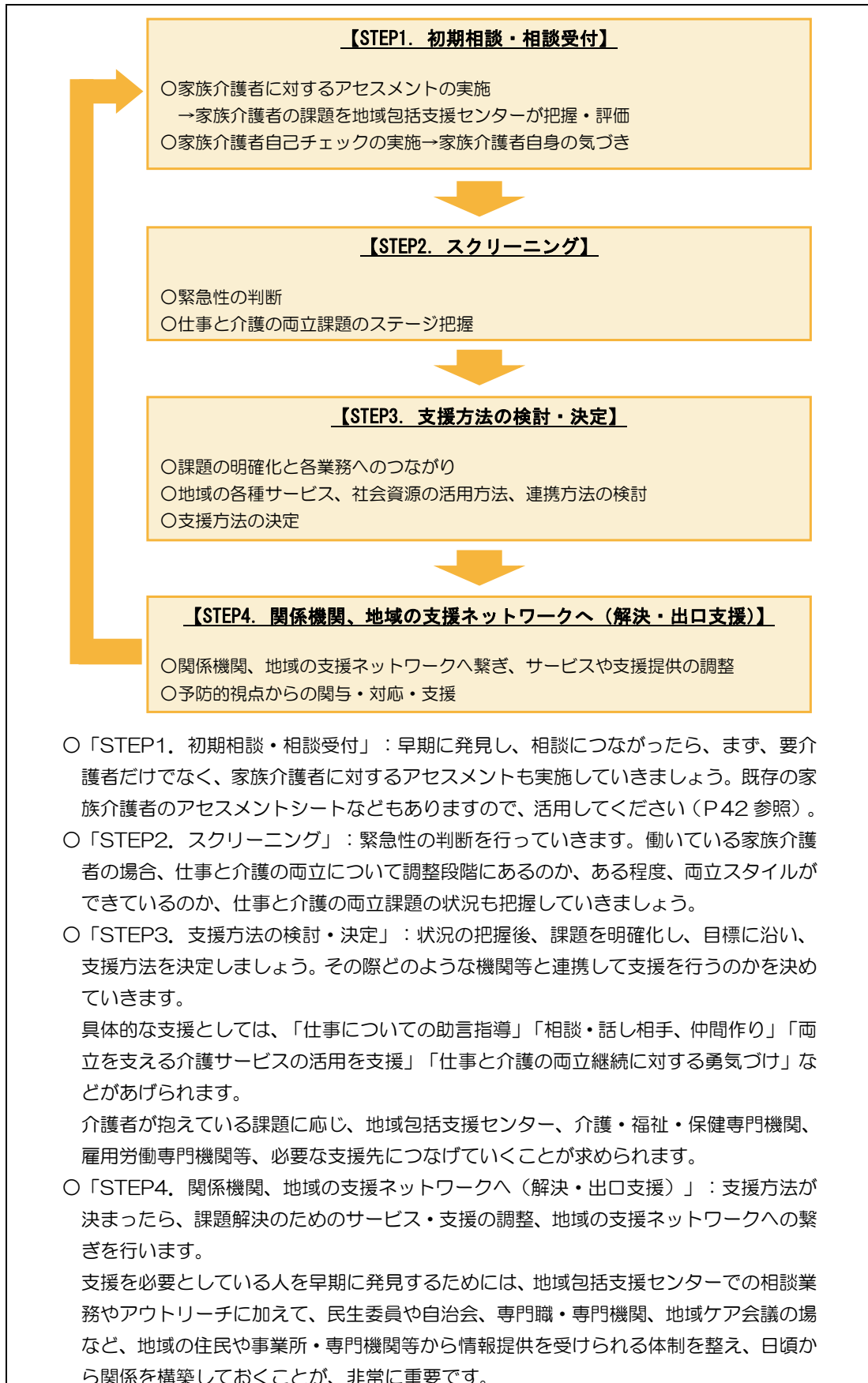
以下、縦軸(表側)の「支援手法の展開軸」の4つの手法(大分類)別に具体的な取組メニューの構成について概説します。

(1) 支援手法の展開軸

①「1. 個別相談・支援」

- 本テーマに焦点を当てた相談支援の具体的な方策を考えるにあたり、業務フローとして図表12の各ステップでどのような方策が効果的かを考えることが重要です。
- また、要介護者、家族介護者だけでなく世帯・家族全体に対して気づきの視点もしっかり持つことが必要となってきます。
- 家族介護と仕事の両立や家族介護に係る健康リスクや虐待リスク、生活困窮化リスクの早期発見のためには、地域包括支援センター自身が直接業務を通して収集する情報だけでなく、居宅介護支援事業者や介護サービス事業所、あるいは民生委員や町内会・自治会、病院や診療所の医療従事者(退院支援室担当職員等)の気づきに関する情報も、大変有用です。
- 地域ケア会議や介護予防事業、ケアカフェ・ケアサロンの開催や参加、健康教室の開催における参加者からの情報提供や相談を通して収集できる情報も、早期発見のために活用できます。日頃から家族介護者支援に対する支援の視点を持ち、情報収集に努めましょう。
- 特に、家族介護に関しては、要介護以上の介護保険利用者に関しては居宅介護支援事業者が居宅介護支援の主担当者となることから、介護支援専門員に対する助言指導を通して、家族介護者や要介護者の心身の健康や生活の安定など、保健医療の向上と福祉増進のために必要な援助を行うことが重要です。

図表 12 地域包括支援センターにおける相談・支援のフロー



②「2. 多機関・職種間ネットワーク」

- 地域包括支援センターが家族介護者に対する包括的な支援、家族介護者と要介護者を取り巻く世帯構成員を包括的に支援するにあたっては、地域包括支援センター職員が全て直接の支援に至るまで完結して主たる役割を担うことには限界があります。
- 世帯に対する包括的な課題の解決に向けた一次対応は、もちろん地域包括支援センターの専門職による「ワンストップ相談支援機能」が主たる役割を果たします。
- ただし、その一次相談につながる経路としては、センターへの直接相談の他に、担当圏域内の介護支援専門員、居宅介護支援事業所、介護サービス事業所等から情報提供の経路も有効です。
- これらの介護事業所・専門職による利用者への介護サービスの提供、その家族介護者との面談や相談等を通して、家族介護者の心身の健康や仕事その他社会参加との両立継続、生活困窮、その他家族を含めた世帯内の課題について早期段階で気づくことも期待できます。
- そのような気づきの情報を、地域包括支援センターが早期に把握できるよう緊密な関係性を構築することが求められます。そのような場として、家族介護者支援について検討する地域ケア会議等の活用が考えられます。
- これらの一次相談以降の継続的・専門的な相談対応においては、①引き続いて地域包括支援センターが多専門機関・専門職種と連携しつつ相談支援を行っていく場合、②庁内の障害福祉、子ども支援、生活保護や生活困窮関係、及び庁内・地域内・地方圏域内の雇用労働関係機関や組織・専門職と連携協働を行い、的確で効果的な相談支援を行うため主たる相談対応を多機関・多専門職に委ねる・つないでいく場合の2つに分けられます。
- また、地域支援事業における「総合事業」（介護予防・日常生活支援総合事業）の実施においては、地域包括支援センターの直接の実施事業、及びサービス提供事業者（住民組織等の自主的な取組も含めて）の実施事業の側面支援を通して、課題を抱えている家族介護者を早期発見することも期待できます。（現行の介護保険制度では、家族介護者に対する支援は、その要介護者の自立度、要介護度にかかわらず広く家族介護者全般を潜在的な相談支援対象としています。）
- さらに、病院機関の地域連携室やMSW等専門職は入退院時において家族介護者との相談協議を通して在宅療養体制構築を図っていく中で、家族介護者及びその取り巻く世帯・家族環境に関する課題の早期発見につながる情報把握を行っています。
- このように整理すると改めて地域包括支援センターを取り巻く多機関・多専門職において、家族介護者及びその家族の包括的な課題の存在、相談支援の必要度や緊急度等に関して判断に資する情報を整理し、その成果としてチェックシート等を活用することで、気づきの情報の共有推進となり効果的な方策となることが期待できます。

③「3. 地域づくり」

- 地域課題に対応する具体的な施策を推進する上で「地域住民の意識啓発（例えば、介護に直面した場合、仕事を辞めて家族介護だけで乗り切ろうとするのではなく、「介護保険サービス等も活用しながら、仕事や社会参加と家族介護を継続していく」ことを肯定的に評価し応援する意識の啓発）」、「管内地域に立地する事業所等の地域参加への意識啓発」、及び「地域における各種の地域資源の発掘や活用」「地域内外にある関係機関や専門機関や専門職との協力や協働関係の

構築」等は具体的な施策を推進し成果を達成するために欠かせない要素です。

- 例えば「介護保険等サービス」「近隣住民の緩やかな見守り」「勤務先における仕事と介護の両立のための制度等」を活用し家族介護と仕事・生活を両立することに関する価値意識や、そのような実践をする地域住民に対する理解を深めることも、地域づくりのひとつです。
- また、現状では居住する地域の地域団体の会員になっていない住民層、地域との交流ネットワークを構築していない住民層も、特に一般勤務サラリーマン層を中心に多く見られます。こうした住民層ができるだけ早い段階に、地域での互助関係の構築や互助団体に参加する契機・機会や場面づくりなど多様な方法を地域に作っていくことも重要な「地域づくり」の一つです。
- 無業で地域において閉じこもり状態にあり、要介護に陥るリスクを高めている住民層に対しても「参加しやすい」機会、きっかけづくりを行うことも重要な地域づくりです。

④「4. 施策の企画立案協議」

- 行政内関係部局及び地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、サービス事業所、地域福祉関係の団体、生活支援相談員、民生委員等を構成員として、本テーマに関する地域課題状況を確認し、現在の施策について評価した上で、今後必要な施策の方向性及び重点施策等について検討し施策を企画する会議を行います。
- この企画会議はあくまで「管内地域課題」を検討・企画対象とする場として設置運営します。

(2) 取組主体軸

①市町村が進める取組

- 家族介護者の介護と仕事、育児・療育の両立、生活困窮の状況、自分の生活との両立などについて、課題を抱える家族介護者のみならず、世帯全体の状況を把握し、支援を行うための「施策企画会議」を、庁内関係部署・専門職、専門機関等も参加して継続的に開催します。
- 上記の支援が必要な家族介護者、さらに世帯全体の課題を把握し、具体的な解決策を構築するための庁内チーム組成の手法を開発し構築します。
- 認知症高齢者や家族介護者のためのケアカフェや相談・居場所事業の整備を推進し、仕事や生活等との両立課題を抱える家族介護者の早期発見や早期対応のための体制を構築します。
- 必要なツールや手法を地域包括支援センター、居宅介護支援事業者、サービス提供事業者等の専門職と協働して開発し、民生委員・児童委員、町内会・自治会等に対して情報提供、普及啓発を行います。

②市町村と地域包括支援センターの協働により進める取組

- 相談しやすい場所の開拓、研修会の開催、パンフレットの作成、アセスメントシートの開発など、市町村と地域包括支援センターが協働で行うことで、地域包括支援センターの職員が日々の業務で培ったアイデア等を活用できるとともに、市町村全域で同レベルの事業を展開することができます。
- 市町村全体で行う多機関・多職種が集まる会議は、市町村主導で行う場合が多いと思いますが、地域包括支援センターにも会議の企画や議題づくり、運営等に主体的に関わってもらうことで、

多機関・多職種連携により生きたものとなります。

③地域包括支援センターが、担当圏域に対して進める取組

○家族介護者が心身の健康・生活の質を確保しつつ、仕事、育児や療育、社会参加等との両立が継続できるように、総合的な相談機能を充実強化します。

○両立リスクを抱える家族介護者の早期発見、早期対応力を充実強化するために、以下の取組の充実を図ります。

1) 早期発見活動の実施

(センター及びブランチ/アウトリーチ/地域の多様な人々からの情報提供)

2) 早期初期相談とアセスメントを実施

(状態像の把握、緊急度・重要度の判断・評価)

3) 専門職・機関、自治体の所管部署等と連携・協働し、継続的・専門的支援を引き継ぐ

(例) ◆仕事との両立継続、介護離職防止、介護終了後の再就職:

自治体労働・経済・商工部局、ハローワーク、社会保険労務士等

◆生活困窮: 生活保護課、社会福祉協議会等

◆障害児の療育: 障害福祉課

◆子どもの保育: 保育課

◆無就業の中高年家族介護者の社会参加支援: 福祉事務所等

図表 13 支援手法メニューの全体構成

取組主体軸		市町村が進める取組	市町村と地域包括支援センターの協働により進める取組	地域包括支援センターが進める取組
支援手法の展開軸	大項目			
1. 個別相談・支援	1-1. 家族介護者に対するアセスメントや自己チェックの実施	<p style="text-align: right;">【P20】</p> 1-1-1. 家族介護者のアセスメントや自己チェックの実施方法の検討、相談窓口での活用 ○市町村とセンター等で、家族介護者アセスメントや自己チェックの項目や実施方法を検討したり、情報共有する場の設定。 ○相談時に家族介護者のアセスメントや自己チェックを行い、リスクを早期発見。		
	1-2. 早期発見のための地域の相談場所の開発	<p style="text-align: right;">【P23】</p> 1-2-1. 担当圏域での家族介護者が相談しやすい場の開拓や時間の工夫 ○地域に応じた家族介護者が相談しやすい場所の開拓。 ○相談会以外の相談方法の企画。 ○相談しやすい時間帯の検討。		
	1-3. 家族介護者自身の取組の支援	<p style="text-align: right;">【P25】</p> 1-3-1. 介護や両立のポイントを記載したパンフレット等による周知 ○市町村内でどこでも同じ情報が得られるように、統一した介護のポイントが記載されたパンフレットの作成。 ○介護サービスや制度・手続きの解説等のほか、働いている人を対象に、介護が必要となる前に親に確認しておくこと、仕事との両立のための支援制度などを掲載したパンフレットやチラシを作成。介護が必要となった際の行動できるよう支援。		
	1-4. 子育て、障害関係部署等、関係各課間によるチームアプローチの構築	<p style="text-align: right;">【P26】</p> 1-4-1. 高齢者、子ども、障害、生活困難等、多重課題を抱える家族介護者支援・解決のための組織内連携の推進 ○地域ケア会議等で子育て、障害関係部門と、ダブルケア、生活困難等の世帯全体の課題に関する相談事例を共有。 ○関係部門間で顔の見える関係づくり。		
2. 多機関・職種間ネットワーク	2-1. 介護支援専門員の早期発見力の向上支援、発見後の継続した支援	<p style="text-align: right;">【P27】</p> 2-1-1. 介護支援専門員に対する家族介護者アセスメントに関する情報提供の実施 ○介護支援専門員対象の研修等の場を活用して、家族介護者アセスメントに関する情報を提供。アセスメントの実施方法や既存のアセスメントツールを紹介。 ○市町村とセンターが協働で、介護支援専門員に対する情報提供のためのリーフレット等を作成。 ○介護支援専門員が対応に困った際の相談支援を実施。		
	2-2. 介護サービス事業所等の介護専門職の早期発見力の向上支援、発見後の継続した支援	<p style="text-align: right;">【P28】</p> 2-2-1. 事業者連絡会、専門職団体等と連携した家族介護者支援に関する研修や情報提供の実施、地域ケア会議等の開催 ○地域の介護サービス事業所等の介護専門職に対して、家族介護者支援の必要性について情報を提供。		
	2-3. 仕事と介護の両立を支援する地域のネットワーク体制づくり	<p style="text-align: right;">【P29】</p> 2-3-1. 多職種・多機関を集めての地域特性に応じた「仕事と介護の両立」方法の検討 ○市町村、センター、介護支援専門員、介護サービス事業所、生活支援コーディネーター、企業・事業所の人事労務担当者、社会保険労務士などが集まって、仕事と介護の両立支援制度、介護・生活サービスを活用した両立の方法を検討する会議を開催。 ○介護の相談窓口、介護の専門職、企業・事業所の人事労務担当者等それぞれが、働きながら介護を行う家族介護者に対して、どのような相談支援を行ったらよいかを考える機会を提供。		

取組主体軸		市町村が進める取組	市町村と地域包括支援センターの協働により進める取組	地域包括支援センターが進める取組
3. 地域づくり	3-1. 民生委員や生活支援コーディネーター、一般住民等向け情報提供「早期気づきのためのポイント」作成配布	<p style="text-align: right;">【P30】</p> <p>3-1-1. 簡易な「気づき」チェックシートの作成と活用 ○日頃、地域住民と接する機会が多い民生委員の方や町内会・自治会、地域社協や生活支援ボランティア等が、家族介護と仕事を両立している人が自らの心身の健康状態に気づくことを支援するツール（自己チェックリスト）を協働で作成し、関係者や住民に広く配布し、早期発見と相談に活用。</p>		
	3-2. 地域住民、企業・事業所を対象とした「家族介護と仕事との両立・準備」に関する情報提供、啓発	<p style="text-align: right;">【P31】</p> <p>3-2-1. 仕事と介護の両立に関する研修会、セミナーの開催 ○地域の住民、企業等を対象とした講演会、研修会、セミナーの開催。 ・地元商工会、経済団体、地方労働局、市町村の労働・経済・産業・男女共同参画担当部局等との協働実施。 ・介護に直面している従業員だけでなく、介護に直面する前の従業員や人事労務担当者も対象。 ・「退職準備・老い支度研修会」「介護サービスを活用した仕事との両立の工夫」等のテーマ設定。 ・家族介護との両立に関する基本的事項だけでなく、<u>自地域に即した情報提供を行うことが重要。</u></p>		
		<p style="text-align: center;">【P32】</p> <p>3-2-2. 市町村のホームページ、広報紙、ミニコミ紙等を活用した情報提供・意識啓発 ○市町村のホームページに家族介護者向けの情報提供コーナー等を設置。 ○広報紙等に情報提供・意識啓発の記事を掲載。</p>	<p style="text-align: center;">【P33】</p> <p>3-2-3. 研修会、セミナーのプログラムの協働開発、各地域包括支援センターの担当圏域で情報提供 ○市町村とセンターで、意識啓発のための研修会、セミナー等を協働企画・開催。 ・研修会、セミナーのプログラムを協働開発し、センターが各地域で開催する等</p>	
	3-3. 家族介護者の居場所・相談機会づくり	<p style="text-align: right;">【P33】</p> <p>3-3-1. 認知症カフェ、介護者サロン等を活用した気づきや相談機会づくり ○認知症カフェ、介護者サロン等を市町村全体に計画的に配置。 ・家族介護者の孤立防止、社会参加、相談機会の提供。 ・気軽に相談、息抜きできる場の設置。 ・相談等を通じて家族介護者の仕事や生活等との両立リスクや健康リスクを早期に発見。 ○働いていても参加しやすいように土日開催等の工夫。</p>		
3-4. 見守り・生活支援活動を通じた家族介護者支援の向上	<p style="text-align: right;">【P34】</p> <p>3-4-1. 見守り支援員、訪問支援員、介護者サポーター等の養成と見守り、早期発見機能の向上 ○見守り支援員、訪問支援員、介護者サポーター等を養成し、定期的な戸別訪問、日常のさり気ない見守りを実施。 ○訪問や見守りの中で、高齢者だけでなく、家族介護者の両立リスク、健康リスク等も確認する仕組みを構築。</p>			

取組主体軸		市町村が進める取組	市町村と地域包括支援センターの協働により進める取組	地域包括支援センターが進める取組
支援手法の展開軸	4. 施策の企画立案協議	<p style="text-align: right;">【P35】</p> <p>4-1-1. 家族介護課題、ニーズを把握するための世帯総体の実態把握・分析、既存施策点検と見直し</p> <p>○市町村による実態調査を通じた高齢者のいる世帯総体の実態把握、家族介護者支援に関わる施策点検と見直しを実施。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実態調査に家族介護者の支援ニーズ、介護離職に関する設問を追加。 ・家族介護に関する実態把握調査を実施（在宅介護実態調査の活用）。 ・実態調査を通じて家族介護者支援に関する既存施策を点検。 ・家族介護者の負担感、離職要因、施策効果・見直し等の分析。 <p>○市町村から各地域包括支援センターへ実態調査の結果を還元。地域包括支援センターは担当圏域の実態を把握し、地域課題の把握・分析、取組検討に活用。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市町村実施の実態調査データをセンターへ還元。協働で各地域の家族介護者支援ニーズ分析、既存事業の見直し、支援策検討を実施。 		
	4-1. 施策の企画立案協議のための資料作成、会議テーマの検討	<p style="text-align: right;">【P36】</p> <p>4-1-2. 既存の地域包括支援センターのネットワークの活用と新たな早期発見ネットワークの活用</p> <p>○管内の家族介護者のリスクについて、総合相談支援業務の相談事例や戸別訪問等より実態を分析。</p> <p>○地域の連携先、住民等から収集した情報の分析（気がかり情報収集）。</p>		
	4-2. 内外関係部署・機関・専門職による施策企画会議の開催	<p style="text-align: right;">【P37】</p> <p>4-2-1. 地域課題の共有化と施策の企画、企画施策の推進手法の検討を行う政策企画会議の実施</p> <p>○全庁関係部署担当者による会議。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子育て支援部署（子育てとのダブルケア）、保健センター、労働・経済・産業・男女共同参画等の部署（仕事との両立）等。 ・既存の各事業・施策に、家族介護者支援の視点を検討・追加。 ・施策の推進方法の検討（例）課題別関係部署間のチーム制の導入。 <p>○自治体関係所管課、地域包括支援センター、介護支援専門員、介護サービス事業者、民生委員、社会福祉協議会、生活支援コーディネーター、一般住民等の参加による会議。</p> <p>○地域ケア会議（市町村主催／管内地域ブロック単位の会議開催／各地域包括支援センター主催）においても、家族介護者支援を議題とし各地域課題を確認し各地域の資源状況に応じた施策を企画。</p>		
4-3. 施策会議の検討結果の実行	<p style="text-align: right;">【P40】</p> <p>4-3-1. 施策企画会議の検討結果実行のための関係者に対する研修の実施</p> <p>○地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、介護サービス事業者等に対する関係法制度の研修実施。</p> <p>○立地企業・事業所・自営業の経営者、人事担当者、従業員向けの関係法制度、地域で利用できるサービス、「両立継続に効果的な介護サービスや制度活用モデル」に関する研修実施。</p>			

6. 介護離職防止、家族介護者支援に向けた具体的な取組、手法のポイント

5. の全体取組メニュー表のメニュー番号（（例）1-1-1. 等）ごとに、具体的に紹介します。

（1）個別相談・支援

【1. 個別相談・支援】

1-1.

家族介護者に対するアセスメントや自己チェックの実施

1-1-1.

家族介護者のアセスメントや自己チェックの実施方法の検討、相談窓口での活用

- 初期相談・相談受付で、相談者のアセスメントを行っていきませんが、その際に、家族介護者に対するアセスメントも行っていきましょう。家族介護者が担っている介護、相談者や支援者の状況、今感じている不安や課題、将来への不安や課題、希望する生活など、家族介護者自身のことも把握していくことが重要です。
- 相談の場面では、要介護者の方の状況を把握することが中心となり、家族介護者に対しては、どの程度介護に関わることができるか、という視点での状況の確認になりがちです。
家族介護者も、自分のことを相談してよいのだという意識が低く、相談を受ける側も、家族介護者が抱える様々な不安や負担を引き出すことができませんれば、そのままとなってしまいます。
- 地域包括支援センターが受け止めるべき、家族介護者の支援ニーズには、例えば、以下のようなものがあげられます。こうした家族介護者の支援ニーズをアセスメントの際に、把握していくことが重要となります。
- 市町村とセンター等で、家族介護者アセスメントの実施方法について検討し、相談の現場でどのように対応していくか、職員間で情報を共有していきましょう。
そして、相談時に家族介護者のアセスメントを行い、リスクを早期に発見していきましょう。

<家族介護者の支援ニーズ例>

1. 将来への備えに対して	将来の親の介護等に備えて、今から仕事との両立方法を準備想定しておきたい。
2. 突発的な「両立継続リスク」発生	親が倒れて、急に介護が必要になった。自分が在宅介護したいが、仕事があるから日中は介護サービスを利用したい。どうしたらよいのか。
3. 両立支援型のケアマネジメントを望む	担当の介護支援専門員が、家族介護者の自分に対して「仕事より家族介護を最優先に」との考え方を持つよう強くすすめる。仕事との両立を応援してくれる介護支援専門員に変わってほしい。どうしたらいいのか。このままでは両立できなくなる
4. 多重課題	親の介護だけでなく、障害を持つ子どもも抱えている。これまで、子どもの療育と仕事を両立するだけでも大変だったのに、親の介護が加わると、このままでは倒れてしまう
5. 現在の勤務先の仕事の課題、職場との調整が必要な課題（両立しやすい仕事への転換支援）	今の仕事、勤務先は忙しく、泊まりの出張などもあり、介護との両立は厳しい。生活のために仕事は辞められないので、どうしたらよいのか。
6. 家族介護終了後の支援	家族の介護が終了した。介護のために離職したため、再就職したいが、ブランクがあるため不安がある。仕事に復帰するための支援が欲しい。
7. 若年介護者に対する家族介護終了の社会参加支援	大学を卒業後、就職せずに、祖母の介護をしてきた。その介護が終了したが、働いたことがないために、仕事に就くことができるのか不安。
8. 両立している地域の人たちと話したい、情報交換したい	相談するほどではないけれど、働きながら介護をしている人の話を聞いてみたい。話すことでストレスや不安の解消になる。
9. 離職して家族の介護に専念したい、介護に専念するために離職した	仕事との両立は諦め、離職して介護に専念した方がよいか、どのような生活になるのか、また、将来のことまで考えられていない。

○相談側のアセスメントで支援ニーズを把握するだけではなく、家族介護者自身に相談の必要性に気づいて、自ら発信するための自己チェックを行ってもらうことも、継続的な相談につなげるために効果的です。

○既存の家族介護者に対するアセスメントシートや自己チェックリストを本マニュアルのP42「アセスメントシート・チェックリスト例」で紹介していますので、活用してください。

日頃の相談場面等から、地域特性なども踏まえて、市町村とセンターの職員で、独自にアセスメント項目やチェックリストを検討してもよいでしょう。地域ケア会議のテーマとして検討するなど考えられます。

■アセスメントシート事例■

一般社団法人日本ケアラー連盟
～ケアラーアセスメントツール～

●出典●日本ケアラー連盟

「平成24年度老人保健事業推進費等補助金老人保健健康増進等事業報告書

ケアラーを地域で支えるツールとしくみ」pp.124-125

(<http://carersjapan.com/carereerresearch2012.html>)

●記入者●

・アセスメント担当者（市民、ボランティア、専門職等）

●活用場面●

・地域包括支援センター等の相談窓口での相談対応時 等

●主な項目●

■ケアラーアセスメント申請書（本人用）

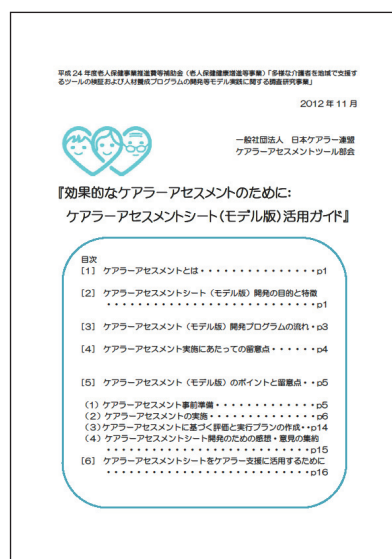
- 1 ご自身について
- 2 あなたがケアしている人について
- 3 あなたとの関係
- 4 あなたがケアしている人が利用しているサービス
- 5 ケアラーとして援助している内容
- 6 あなたを手伝ってくれる家族や親戚、友人
- 7 ケアについてあなたが信頼して相談できる人や窓口
- 8 ケアの他にあなたがしなければならないこと
- 9 ケアラーとしての問題や悩み
- 10 あなたの生活を楽にする支援とは
- 11 その他

■ケアラーアセスメントシート（アセスメント担当者用）

- 1 ケアラーについて
- 2 ケアを受けている人について
- 3 あなたがしているケアについて
- 4 ケアがあなたに与える影響について
- 5 ケアラーを支えてくれる人について
- 6 ケアの継続の意向について
- 7 緊急時の対応について
- 8 急用時の対応について
- 9 災害時の対応について
- 10 あなたのケアをもう少し楽にする支援
- 11 望んでいる生活をするための必要な援助

●特徴●

- ・事前にケアラー自身に記入してもらう『ケアラーアセスメント申請書（モデル版）』（A4/2頁）と、担当者がケアラーと面談して記入する『ケアラーアセスメントシート（モデル版）』（A4/4頁）の2部構成となっています。
- ・アセスメント担当者（市民、ボランティア、専門職等）が実際にケアラーを訪問してアセスメントする際に活用することが想定されていますが、来訪した際活用することも可能です。
- ・ケアラー本人のアセスメントだけでなく、アセスメントを行った担当者が、ケアラーのニーズの評価とその後の支援プランを記入することができるようになっています。
- ・より詳しい利用方法は、『効果的なケアラーアセスメントのために：ケアラーアセスメントシート（モデル版）活用ガイド』（全18ページ、日本ケアラー連盟HPよりダウンロード可能）に記されています。



■アセスメントを行う際のポイント■

- 傾聴（話を聴く姿勢、あいづちなど）に努めましょう。
- ケア（介護）するあなたに焦点をあてていることを伝えましょう。
- 話すことへの抵抗感があるケアラー（介護者）がいることも理解して接しましょう。
- ケア（介護）に関する”認めてほしい“と思う気持ちを理解しましょう。
- ケア（介護）を必要とする人（要介護者）にかかわる悩みとケアラー（介護者）自身の悩みがあることを理解しましょう。
- 無理に一度に全てを把握しよう項目を埋めようとしないようにしましょう。
- 「ケア（介護）を始めたことが、ケアラー（介護者）の生活や人生にどのような影響を与えていると思っていますか」ということを聞くようにこころがけてください。
- 個人情報保護についても説明して、徹底しましょう。

出典)

日本ケアラー連盟(2013)『平成 24 年度老人保健事業推進費等補助金(老人保健健康増進等事業)「多様な介護者を地域で支援するツールの検証及び人材養成プログラムの開発等モデル実践に関する調査研究事業」報告書』

日本ケアラー連盟(2012)『効果的なケアラーアセスメントのために: ケアラーアセスメントシート(モデル版)活用ガイド』

* 報告書・ガイド・アセスメントシートは日本ケアラー連盟 HP <http://carersjapan.com/carereresearch2012.html> より入手可能

【1. 個別相談・支援】

1-2.

早期発見のための地域の相談場所の開発

1-2-1.

担当圏域での家族介護者が相談しやすい場の開拓や時間の工夫

- 働きながら介護をしている家族介護者は、平日に地域包括支援センターへ相談に行くことが難しいことから、相談しやすい場所や時間帯などの工夫が必要となります。
- 相談しやすい場所として電車通勤の人が多い都市部であれば、通勤途中に立ち寄りやすい駅前の空きスペースや駅周辺にあるコンビニ等、農山村部であれば、車通勤の人が多いため、駐車場のあるスーパーマーケットやドラッグストアなどが考えられます。帰宅時間帯にあわせて実施すると効果的です。
平日のお昼休みも、企業や事業所の近くであれば立ち寄りやすいため、郵便局や銀行、カフェやレストラン、飲食店などで実施してもよいでしょう。
- 土日祝日は、家族介護者が買い物や外出のついでに立ち寄りやすい場所を実施すると効果的です。
- また、仕事を休んで通院への付き添い、入退院手続き、見舞い等を行っている家族介護者も多いことから、病院や診療所の協力を得て、ロビーや待合室の一角を借りて、相談会を行ってもよいでしょう。例えば、家族の急な入院で、今後、どのように仕事と介護の両立を図ったらよいか悩んでいる家族介護者にとって、病院で相談できれば、利便性も高まると考えられます。
- 圏域内で、就業している人々が、平日、土日祝日に、どのような導線で行動しているかを分析し、その導線上に、出張相談を行うことができる資源がないかを洗い出してみましょう。
- 職員が頻繁に相談会を開催することは難しいため、チラシや情報紙等を設置させてもらい、「困ったらメールや電話でも話を聞きます」などと伝えることで、リスクを抱えている家族介護者を相談につなげることができます。家族介護者自身が相談の必要性について気づきを得ることができるように、自己チェックリスト※を置いておくことも効果的です。（※P42 参照）

<相談窓口の設置先例>

	人口の多い地域 (都市部、住宅地等)	人口の少ない地域 (農山村部、中山間地域等)
平日 ※通勤帰宅時やお昼休みに立ち寄りやすい場所	<ul style="list-style-type: none"> ・駅前コーナー ・駅構内 ・コンビニ（飲食スペース等） ・薬局・ドラッグストア ・郵便局 ・銀行 ・カフェ・レストラン・飲食店 ・企業・事業所 ・病院・診療所 / 等 	<ul style="list-style-type: none"> ・スーパーマーケット ・ショッピングセンター ・コンビニ（飲食スペース等） ・薬局・ドラッグストア ・郵便局 ・銀行 ・カフェ・レストラン・飲食店 ・企業・事業所 ・病院・診療所 / 等
土日祝日 ※買い物や外出のついでに立ち寄りやすい場所	<ul style="list-style-type: none"> ・駅前コーナー ・駅構内 ・コンビニ（飲食スペース等） ・スーパーマーケット ・ショッピングセンター ・商店街 ・薬局・ドラッグストア ・図書館 / 等 	<ul style="list-style-type: none"> ・スーパーマーケット ・ショッピングセンター ・コンビニ（飲食スペース等） ・町会・自治会等の地域の会合 ・図書館 ・公民館 / 等

【1. 個別相談・支援】

1-3.

家族介護者自身の取組の支援

1-3-1.

介護や両立のポイントを記載したパンフレット等による周知

- 市町村や地域包括支援センターで、介護保険制度や認知症、介護の方法などに関するパンフレットや冊子を作成しているところは多いと思います。
- 一方、市町村で作成しても、地域包括支援センターで上手く活用が進んでいなかったり、地域包括支援センター独自にそれぞれが作成していることで、地域によって、家族介護者に提供される情報に偏りはないでしょうか。
- そこで、市町村と地域包括支援センターの職員が集まってアイデアを出し合い、市町村内で統一した介護のポイント等を記載したパンフレットや冊子を考えてみてはいかがでしょうか。
- 介護サービスや制度・手続きの解説等のほか、働いている人を対象に、「介護が必要となる前に親に確認しておくこと」「仕事との両立のための支援制度」などを掲載したパンフレットやチラシを作成して、介護が必要となった際に自ら行動できるように支援していくことも大切です。
- 地域包括支援センター等のほか、スーパーマーケットやコンビニ、駅などにチラシやポスター等を設置させてもらったり、掲示することも効果的です。
- 市町村内のどこにいても、充実した情報が得られるような環境整備を進めていきましょう。

■事例紹介■

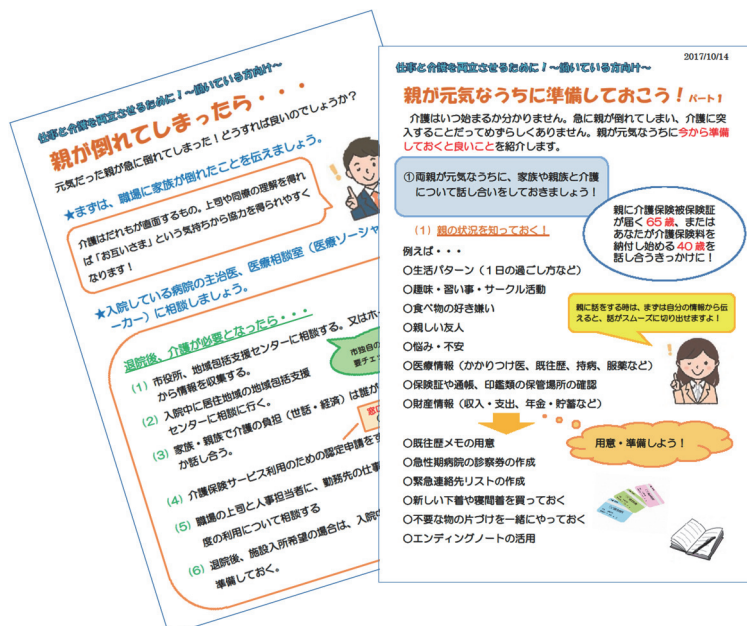
愛知県岡崎市：働く家族介護者向け情報提供

～「仕事と介護を両立させるために！」親が元気なうちに準備しておこう！～

●出典●愛知県岡崎市「すてきな いきかた かんがえよう With You! フェスタ」パネル展示資料
仕事と介護の両立（労働者向け） (<http://www.city.okazaki.lg.jp/1550/1556/1717/p022287.html>)

●内容●

・平成29年10月14日～15日に開催した「すてきな いきかた かんがえよう With You! フェスタ」では、介護をするうえでの事前の心構えが重要なことから、「仕事と介護の両立」に関するパネル展を行いました。「介護保険」「育児・介護休業法」「労働者向け」「事業所向け」の4種類を作成し、「労働者向け」では、親が元気なうちに準備しておくこと、親が倒れたり、認知症が疑われた時の対応方法、仕事と介護の両立ポイントなどを紹介しています。



出典) 岡崎市ホームページ (<http://www.city.okazaki.lg.jp/1550/1556/1717/p022287.html>)

【1. 個別相談・支援】

1-4.

子育て、障害関係部署等、関係各課間によるチームアプローチの構築

1-4-1.

高齢者、子ども、障害、生活困窮等、多重課題を抱える家族介護者支援・解決のための組織内連携の推進

- 晩婚化や晩産化が進む中、育児と介護を同時に行うダブルケアを行う人が増えています。内閣府「育児と介護のダブルケアの実態に関する調査」（平成 28 年 4 月）によると、ダブルケアを行う人は、女性 17 万人、男性 8 万人と推計されています。
- ダブルケアには、育児と介護の組み合わせだけでなく、障害のある成人した子どもと高齢の親の介護、高齢の両親の介護などもあり、その状況は様々です。
- さらに、高齢の親が中高年の無職の子どもと暮らしていて、生活困難に陥ってしまう 80・50 問題など、世帯が抱える課題は多様化しています。
- 世帯の課題の多様化に対応するためには、高齢者関係の部門のみで対応するのではなく、子育て、障害、生活困窮等の支援に関わる他部門と連携しながら、相談・支援を行っていくことが重要です。
- そこで、まず、地域にどのような複雑な課題を抱えている世帯があるのか、地域ケア会議等を活用して、多部門が集まり、相談事例を共有しましょう。そして、お互いにどのような支援が可能なのか、どのように連携していけばよいのかを話し合みましょう。複合的な課題を抱えている世帯の場合、支援の対象となる高齢者、子ども、障害者等を、各部門が個々に支援するのではなく、世帯全体をアセスメントして、他部門が連携しながら総合的に支援していくことが求められます。
- 関係部署間で見える関係づくりを進めることで、地域包括支援センターの個別相談・支援の場面で、複雑な課題に対応しなければならない時に、関係部門がチームとなって支援したり、専門の部門へ引き継ぐなど、連携がスムーズになります。

■事例紹介■

大阪府堺市：ダブルケア相談窓口
～介護、子育て支援などさまざまな課題に一元的に対応～

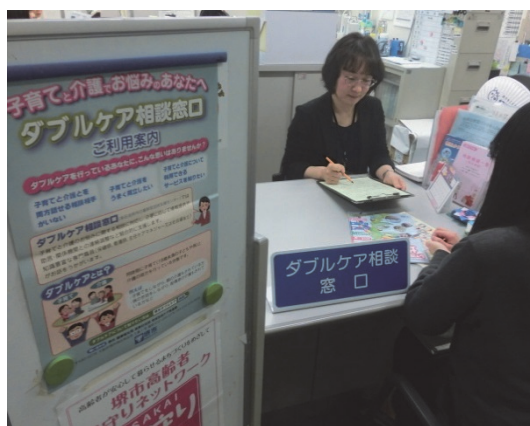
●実施主体●堺市基幹型包括支援センター

●目的・経緯●

- ・従来は子育ての窓口と介護の窓口が分かれていたため、ダブルケアに直面した人にとっては相談しづらい体制となっていました。
- ・そのため堺市では、平成 28 年に 7 区役所の基幹型包括支援センターに「ダブルケア相談窓口」を設置し、一つの窓口で介護・子育て、いずれの相談も受け付けることとしました。相談を受ける職員に対しては研修を実施し、子育てや就労に関する制度等の知識を習得できるようにしました。

●内容●

- ・開設時間は平日 9 時～17 時 30 分で、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が介護、子育て支援などの相談に一元的に対応し、必要なサービスや専門機関へと結びつける支援を実施しています。
- ・相談窓口の設置とあわせて、ダブルケアの場合、認定こども園・保育所や特別養護老人ホームの入所判定に加算を行い入所しやすくしたり、緊急時のショートステイの利用日数を延長したりといった制度変更も行いました。



出典) 堺市提供

(2) 多機関・職種間ネットワーク

【2. 多機関・職種間ネットワーク】

2-1.

介護支援専門員の早期発見力の向上支援、発見後の継続した支援

2-1-1.

介護支援専門員に対する家族介護者アセスメントに関する情報提供の実施

- 介護支援専門員は専門研修に、主任介護支援専門員は更新研修に「家族への支援の視点が必要な事例」についての講義・演習が盛り込まれるなど、家族介護者支援の必要性や方法について、介護支援専門員に対する教育の充実が図られています。
- 家族介護者が抱える課題を早期に発見するためには、まず、家族介護者に対するアセスメントを行うことが重要となりますが、実際の現場では、十分に引き出すことができずに、ケアプランを作成している介護支援専門員も多いことと思います。
- そこで、例えば、市町村や地域包括支援センターが行っている介護支援専門員を対象とした研修会や連絡会等の場を活用して、家族介護者に対する支援の必要性を説明したり、具体的なアセスメントツール等も活用しながら、アセスメントに関する情報提供を行っていきましょう。既存の家族介護者に対するアセスメントシートを本マニュアルのP42「アセスメントシート・チェックリスト例」で紹介していますので、活用してください。家族介護者アセスメントを地域ケア会議等のテーマとして、介護支援専門員に事例提供してもらうことなども効果的です。
- 介護支援専門員に対する家族介護者支援の啓発を目的に、市町村と地域包括支援センターが協働でチラシやリーフレット等を作成し、介護支援専門員に配布してもよいでしょう。その際、日頃、家族介護者支援についての視点を持って業務に取り組んでいる介護支援専門員にも参加してもらい、地域の特性を踏まえた情報提供を行っていくことも効果的です。
- また、家族介護者の課題を発見した後、継続した支援が行われるように、介護支援専門員が対応に困った際の相談支援も行っていくでしょう。

■「仕事と介護 両立のポイント」より：介護支援専門員へのアドバイス■

■家族介護者支援も重要な役割 ～とにかく早めに相談を～

○ケアマネジャーは、サービス利用者だけでなく家族の人生の分かれ目にも立ち会っているということ意識し、介護者である家族支援も自分の役割だととらえる必要があります。また、家族を支えることは、結果的に利用者ご本人を支えることにもつながります。ケアマネジャーの側からも、家族の仕事に対する考えや会社の制度、家族が休息する時間をとれているかといったことを聞き取っていくことが重要です。

また、ケアマネジャーひとりではなく多職種と連携していくことも大切です。サービス担当者会議等を通じて、地域の専門職がみんなで利用者や家族を支えていることを示していきましょう。

○介護などプライベートなことを他人に相談することに抵抗を感じる方もいらっしゃると思います。いきなり家族の状況にまでふみこんで聞くことが難しい場合もあるでしょうが、利用者だけでなく、家族とも連絡を取り合い、信頼関係を築いていくことで、よりよい支援につながっていくと思います。



出典) 厚生労働省『平成 29 年度版「仕事と介護 両立のポイント あなたが介護離職しないために」』

※厚生労働省のホームページにも掲載されています。TOP の検索ボックスで「仕事と介護の両立支援」と検索 (http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/ryouritsu/model.html)

【2. 多機関・職種間 ネットワーク】

2-2.

介護サービス事業所等の介護専門職の早期発見力の向上支援、発見後の継続した支援

2-2-1.

事業者連絡会、専門職団体等と連携した家族介護者支援に関する研修や情報提供の実施、地域ケア会議等の開催

○2-1-1 で、介護支援専門員に対する早期発見力の向上支援、発見後の継続した支援について解説しましたが、介護サービス事業所等の介護専門職に対しても、同様に、家族介護者支援の必要性などについて、情報提供を行っていきましょう。

○仕事をしている家族介護者の場合、日中不在のため、介護サービス事業所等の介護専門職と顔を合わせる機会が少なく、コミュニケーションを取りにくいということがあるかもしれません。一方、要介護者宅に連絡ノートを置いて、要望や状況についてのやり取りを行ったり、急ぎの連絡はメールを活用するなど工夫してコミュニケーションを取っている介護専門職もいます。コミュニケーションを丁寧にする中で信頼関係が構築されて、仕事との両立や他の家族との関係などについて、悩みを相談するようになる場合があります。日々、定期的に支援を行っている介護専門職は、家族介護者の課題を早期に発見できる立場にあります。

○そこで、地域の介護サービス事業者の連絡会、専門職団体等の会合が開催される際に、家族介護者が抱える仕事との両立継続リスク、さらには、世帯全体の支援課題等を把握する必要性について、情報提供を行っていきましょう。

○市町村、地域包括支援センターそれぞれが主催する地域ケア会議に、地域の介護サービス事業者等の介護専門職にも参加してもらって、「家族介護者支援」をテーマに、意見交換やワークショップを行ってもよいでしょう。これまで見えてこなかった各地域の家族介護者の姿が見えてくるかもしれません。



【2. 多機関・職種間ネットワーク】

2-3.

仕事と介護の両立を支援する地域のネットワーク体制づくり

2-3-1.

多職種・多機関を集めての地域特性に応じた「仕事と介護の両立」方法の検討

○働く家族介護者の介護離職を防止するためには、介護側の支援だけでなく、働く職場の両立支援も必要となります。介護サービスと職場の両立支援の両輪によって、仕事と介護の両立が可能となります。

○そこで、市町村、地域包括支援センター、介護支援専門員、介護サービス事業所、生活支援コーディネーター等の介護分野だけでなく、企業・事業所の人事労務担当者、社会保険労務士などの労働分野の専門職も参加する会議を開催して、仕事と介護の両立支援制度、介護・生活サービス等をどのように活用すれば介護離職を防ぐことができるのかを話し合ってみましょう。

○介護の相談窓口、介護の専門職、企業・事業所の人事労務担当者等のそれぞれが、働きながら介護を行う家族介護者に対して、どのように相談支援を行ったらいかがを考える機会を提供することが重要です。

■事例紹介■

厚生労働省：仕事と介護 両立のポイント

～両立支援制度と介護保険制度等の支援やサービスの組み合わせ方を紹介～

●出典●厚生労働省「仕事と介護 両立のポイント」

※厚生労働省のホームページにも掲載されています。TOP の検索ボックスで「仕事と介護の両立支援」と検索 (http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/ryouritsu/model.html)

●内容●

・働きながら介護をしている人を対象に、仕事と介護の両立のポイントや関連制度、仕事と介護を両立している事例等を紹介しています。特に、両立支援制度と介護保険制度等を組み合わせる両立環境を整える方法について、活用例とともに組み合わせポイントを紹介しています。

平成29年度 仕事と介護の両立支援事業

仕事と介護 両立のポイント

あなたが介護離職しないために

本冊子の第1部では、仕事と介護の両立のポイントや介護保険制度、育児・介護休業法における両立支援制度について紹介しています。また、第2部では、実際に仕事と介護の両立を行っている10名の事例を紹介しています。

仕事と介護の両立を希望する方は、まず両立のポイントや制度等の知識を得たいという方は、第1部をご覧ください。様々な両立の形をじっくりと眺めたい場合には、第2部の事例をご覧ください。

働きながら介護をする方が困難に感じたら、身近な人（家族）に相談してください。また、市町村の介護支援センターや介護支援専門員に相談してください。労働者の権利や労働条件に関する相談は、労働基準監督署にご相談ください。詳しくは後巻の「相談窓口の紹介ガイド」をご覧ください。

人事労務担当者等のみなさまへ
従業員の方の働きと介護の両立に関する情報提供として、本冊子をお配りいたします。ぜひご覧ください。詳しくは後巻の「労務・就業関係の紹介ガイド」をご覧ください。

介護の相談窓口、サービス等のみなさまへ
働きながら介護をする方が困難に感じたら、身近な人（家族）に相談してください。また、市町村の介護支援センターや介護支援専門員に相談してください。労働者の権利や労働条件に関する相談は、労働基準監督署にご相談ください。詳しくは後巻の「相談窓口の紹介ガイド」をご覧ください。

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

2 両立支援制度と介護保険制度等の支援やサービスの組み合わせ方

1 であげたような両立支援制度や介護保険制度等の支援やサービスを組み合わせることで、仕事と介護の両立環境を整えていきますが、どのような組み合わせ方があるのでしょうか。本章では、仕事と介護を両立しながら働いている方々の事例等を元に、両立支援制度と介護保険制度等の支援やサービスの組み合わせ方を紹介します。

両立にあたって課題となりそうなことへの対応の例です。実際には、ご本人の働き方、要介護のご家族の状況、利用可能な職場の両立支援制度、介護保険サービスなどによって、状況は異なってきます。その点を踏まえながら、あくまでもひとつの例として参考にしてください。

実際に両立支援制度と介護保険サービスを組み合わせる場合には、仕事と介護を両立していくことを前提にして、会社にあるどのような両立支援制度を利用するのをご家族や上司と相談したり、どのような介護保険サービスを利用するのかをケアマネジャー等の介護の専門職に相談したりして、自身の仕事や介護の状況や希望を踏まえて調整をしていきましょう。双方に相談することが大切です。

組み合わせ例① 家で一人で過ごす時間を極力短くする

労働者：正社員 ◆ 要介護者：要介護2 軽度の認知症

◆ 課題 ◆
要介護の軽度の認知症が少しずつ進んできました。フルタイムで働いているので、家族、家で一人にする時間が長いと不安です。

◆ 解決方法 ◆
昼は日中、通所介護を利用し、自分は短時間勤務で早く帰ることができるようにすることで、一人になる時間を極力減らします。

職場の両立支援に活用する例

○短時間勤務制度 就業状況の真実に基づく制度
→ 通所介護の活用を促し出しに合わせ活用。

介護に頼るサービス・支援

○通所介護（介護保険） 昼間など介護サービス
→ 月～金で利用、延長サービスも利用 ※延長費用（追加料金）。

<両立支援制度と介護保険制度等の組み合わせポイント例>

- ・ 日中、事業所へ通所介護サービスを月～金に利用し、1日8時間勤務をすることで、一人で過ごす時間が少ないように調整。
- ・ 通所介護は自宅まで送迎してもらえない場合が多く、短時間勤務制度を活用して、送迎に当たって送迎料を調整。
- ・ 仕事が忙しい場合は、通所介護の延長サービスを利用し、残業にも対応。

出典) 厚生労働省ホームページ：厚生労働省ホームページ TOP の検索ボックスで「仕事と介護の両立支援」と検索 (http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/ryouritsu/model.html)

(3) 地域づくり

【3. 地域づくり】

3-1.

民生委員や生活支援コーディネーター、一般住民等向け情報提供「早期気づきのためのポイント」作成配布

3-1-1.

簡易な「気づき」チェックシートの作成と活用

- 地域包括支援センター等での相談の場面で、家族介護者は、要介護者のことを相談に来ているので、自分のことを相談できると認識していない場合が多く、自身にかかっている心身の負担に気づいていないこともあります。
- 課題を抱えた家族介護者の早期発見のためには、日頃、地域住民と接する機会が多い民生委員、町内会・自治会、地区社会福祉協議会、生活支援ボランティア等が、身近な地域で、家族を介護していて心配な人がいた場合、さり気なく見守り、相談が必要と感じたら、地域包括支援センター等につないでいくことが重要となります。
- 支援の必要な家族介護者を早期に発見するため、地域と連携した仕組みを、市町村全体で構築するとともに、地域包括支援センターは各圏域でのネットワークを活用していきましょう。市町村と地域包括支援センターが協働して、見守り活動の際に活用できる簡易な「気づき」チェックシートを作成し、関係者や住民に配付してもよいでしょう。

■簡易な「気づき」チェックシートの項目例■

～見守り活動等を通じて、介護者についても以下の項目を確認してみましょう～

- ・ひとりで介護をしている
- ・介護以外に負担の大きな役割がある（仕事、子育て等）
- ・介護者本人に病気や障害がある
- ・介護サービスを利用していない、介護サービスを利用しようとしていない
- ・介護についてどこにも相談していない
- ・疲れた様子である、疲れたと言っている / 等

○心配な家族介護者がいた場合、自己チェックリスト（P42 参照）を渡してもらうことも効果的です。家族介護者が自ら心身の負担に気づいて、相談につなげることができます。自己チェックリストには、相談先として、地域包括支援センターの地図や電話番号などを記載しておきましょう。

○こうした見守り活動も、地域づくりの視点を持って取り組んでいくことが重要です。

※自己チェックリストの例は、本マニュアルのP42「アセスメントシート・チェックリスト例」で紹介していますので、活用してください。

【3. 地域づくり】

3-2.

地域住民、企業・事業所を対象とした「家族介護と仕事との両立・準備」に関する情報提供、啓発

3-2-1.

仕事と介護の両立に関する研修会、セミナーの開催

- 企業の人事労務担当者や経営者にとって、仕事と介護の両立に悩む従業員の支援は大きな課題となっています。
- そこで、地域住民や地域の企業・事業所の従業員等を対象に、仕事と介護の両立に関する講演会、研修会やセミナーを開催し、意識啓発を行っていくことも介護離職防止の取組として有効な手段です。
- 開催にあたっては、市町村の労働・経済・産業・男女共同参画担当部局等を巻き込んで、介護・労働の両方の知識を盛り込めるとよいでしょう。その他に、地元の商工会・商工会議所等の経済団体、さらに地方労働局などとも協働で行うことで、プログラムを充実させたり、多くの参加者を得ることにつながります。
- こうした啓発セミナー等は、介護に直面している人だけでなく、介護に直面する前の人や、企業・事業所の人事労務担当者を対象に実施してもよいでしょう。
- 例えば、介護に直面する前の人には「退職準備・老い支度研修会」、企業・事業所の人事労務担当者には「介護サービスを活用した仕事との両立の工夫」など、興味を持ってもらえそうな内容やタイトルを企画します。地元の経済団体や他部局と協働で行う場合、従業員や人事労務担当者が、どのようなテーマに関心があるのか、一緒に検討していきましょう。
- 講演会、研修会やセミナーでは、介護と仕事との両立に関する基本的な事項だけでなく、地域に即した情報も提供していくことが重要となります。

■事例紹介■

千葉県松戸市：介護保険制度の活用に関する講座開催
～市役所内の3部署が連携して実施～

●実施主体●松戸市

●目的・経緯●

- ・介護離職は介護・高齢者部門のみならず男女共同参画の分野においても課題であることを市役所内部及び市民に伝えるため、男女共同参画課・介護保険課・高齢者支援課の3課が連携し、講座を開催しました。

●内容●

- ・一般市民を対象として、家族やパートナーが突然介護になった場合に備えて、松戸市の介護保険制度や地域包括支援センター、介護にならないための介護予防について解説しました。
- ・講座の講師は介護保険課と高齢者支援課の職員が担当し、講座の運営は男女共同参画課が実施しました。

●出典●松戸市ホームページ

(http://www.city.matsudo.chiba.jp/shisetsu-guide/kaikan_hole/you_matsudo/event_kouza/koza291128.html)

ある日突然、家族やパートナーに介護が必要になっても、仕事や子育てなど、今の生活とうまく両立していくために、「介護保険制度」や「介護予防」について学びます。

- 松戸市の介護保険制度
- 介護の相談窓口「地域包括支援センター」
- 介護予防について
- ※簡単な体操も行います

【3. 地域づくり】

3-2.

地域住民、企業・事業所を対象とした「家族介護と仕事との両立・準備」に関する情報提供、啓発

3-2-2.

市町村のホームページ、広報紙、ミニコミ紙等を活用した情報提供・意識啓発

○多くの住民は、様々な生活課題への対応を迫られた際、どのような公的サービスがあるのかを調べるために、市町村のホームページをチェックします。

○そこで、市町村のホームページに『家族の介護が始まったら』等のコーナーを常設して、家族介護者の視点から、介護保険サービスや各種生活支援サービス、仕事と介護の両立支援制度などを紹介するコーナーを作ることも効果的です。

地域包括支援センター等の「相談窓口」の連絡先もあわせて掲載しておくことが必要です。

○ホームページのほか、市町村の広報紙、地域包括支援センターの情報誌・チラシなどで、以下のような情報を掲載してもよいでしょう。

- ・自己チェックシート（本マニュアルのP42「アセスメントシート・チェックリスト例」で紹介しています）
- ・各地域で利用可能な居宅介護サービス、入所施設
→家族介護者の仕事と要介護者の状況によるタイプを作って、タイプごとに、どのようなサービス、施設の利用方法が考えられるのかを例示
- ・将来、家族や自分に介護が必要になった時に備えておくべきこと

○「このようにすると、介護と仕事・生活との両立がしやすくなります」などの情報の掲載も、介護に直面する家族介護者にとっては有用な情報となります。

○なお、終日働いている人等に対しても広く情報提供する方法として、以下のような手法もあります。

- ・郵便局や金融機関支店、コンビニ、ドラッグストアへの情報誌・チラシ設置
- ・町内会や自治会の回覧
- ・地域のミニコミ紙や新聞折り込み
- ・公共交通機関の駅、図書館への情報誌・チラシ設置
- ・病院や診療所、薬局へのチラシ設置
- ・デイサービスセンターの掲示板等への掲載 等

○掲載内容は、市町村、地域包括支援センターのほか、労働・経済・産業・男女共同参画担当部局、企業・事業所の人事労務担当者などが一緒に企画、検討することで、働く家族介護者の視点に立った情報の充実を図ることができるでしょう。

【3. 地域づくり】

3-2.

地域住民、企業・事業所を対象とした「家族介護と仕事との両立・準備」に関する情報提供、啓発

3-2-3.

研修会、セミナーのプログラムの協働開発、各地域包括支援センターの担当圏域での情報提供

○市町村と、地域包括支援センターが協働して、仕事と介護の両立に関する意識啓発のための研修会・セミナーの基本プログラムを開発して、地域包括支援センターが各担当圏域で情報を提供していきましょう。

○プログラムとして、例えば以下の内容があげられます。労働・経済・産業・男女共同参画担当部局の協力も得て開発します。

- ・家族介護との両立に関する基本的事項：
公的な支援制度（国、自治体）、介護サービスの種類情報
- ・自地域でアクセス可能な各種サービス、地域資源による利活用モデル情報：
（例）地域でこのようなサービスを利用するとあなたの仕事や生活と両立しやすくなります
 - ①仕事をしながら介護サービスを使って家族の介護を続けるには
 - ②子育てをしながら介護サービスを使って家族の介護をつづけるには
 - ③認知症のご家族の日中居場所を確保して仕事を続けるには
- ・家族介護との両立の体験者の経験報告
- ・将来の家族介護に備えるための「退職準備・老い支度」に役立つ情報

○研修会の開催場所は、地域包括支援センターのスペースのほか、担当圏域内の介護サービス施設や事業所（特養やデイサービスセンター）、地域住民、地域の企業・事業所の従業員が立ち寄りやすい場所（コンビニ、ドラッグストア、郵便局等）などが考えられます。

【3. 地域づくり】

3-3.

家族介護者の居場所・相談機会づくり

3-3-1.

認知症カフェ、介護者サロン等を活用した気づきや相談機会づくり

○地域包括支援センターや社会福祉協議会、地域の住民組織やNPO団体等が中心となって、各地で認知症カフェ、介護者サロン等が開催されています。これらの地域拠点では、家族介護者支援をテーマに、家族介護者の居場所づくりや相談支援が行われてきました。家族介護者と要介護者が一緒に過ごすことができる場など、多様なスタイルで開催されています。市町村全体で開催されているかを確認し、計画的に配置していきましょう。

○一方、認知症カフェ、介護者サロン等は、働いている家族介護者の参加は少なく、仕事や生活との両立に関する悩みを話しにくかったり、働きながらの介護による心身の負担や健康への不安、介護をめぐる他の家族との関係不和等、難しい課題を相談しにくいなど、働く家族介護者の課題の解決につながる居場所づくりが必ずしも十分に行われてきませんでした。

○そこで、地域に働いている介護者が気軽に立ち寄り、相談できる場づくりが求められています。今後、こうした地域密着型の居場所に期待される機能について、担当圏域の地域包括支援センターと協働して、例えば、以下の機能を発揮することが期待されています。

- ・家族介護者の孤立防止、社会参加、相談機会の提供
- ・気軽に相談、息抜きできる場の設置
- ・相談等を通じて家族介護者の仕事や生活等との両立リスクや健康リスクを早期に発見

○働いている家族介護者も参加しやすい居場所づくりの方法として、平日の夕方や夜間、土日開催などの工夫が考えられます。

○認知症カフェや介護者サロンの中には、ボランティアが家庭を訪問するなど、アウトリーチ活動を行っているところもあります。こうした活動と地域包括支援センターが連携して、早期に相談や支援につなげていくことも効果的です。

【3. 地域づくり】

3-4.

見守り・生活支援活動を通じた家族介護者支援の向上

3-4-1.

見守り支援員、訪問支援員、介護者サポーター等の養成と見守り、早期発見機能の向上

○見守りネットワークの中で、要介護者だけでなく、家族介護者その他家族を含めた心身の健康維持、家族介護者自身の仕事や生活との両立状況など、家族介護者等も含めた「気がかりな」人を発掘するため、家族介護者の介護の抱え込みや負担状況、その他家族の抱える課題、家族間の介護分担や調整の課題など、総合的に気づくことが重要となります。各種の見守り活動に従事する人たちの「気づく」ことに役立つ仕組みづくりを充実していきましょう。

(例) 気づきチェックポイント (3-1 参照)

○例えば、市町村で育成した見守り支援員、訪問支援員、介護者サポーター等が地域包括支援センターと連携して、各担当圏域で定期的な戸別訪問見守りを行う中で、高齢者だけでなく、家族介護者の仕事や生活等との両立リスク、健康リスク等も確認する仕組みを構築します。

■事例紹介■

岩手県花巻市：在宅介護者等訪問相談事業

～きめこまやかな訪問相談で在宅介護者の悩みをすくいとる～

●実施主体●社会福祉協議会（花巻市からの委託）

●目的・経緯●

- ・平成 21 年に市内で介護の負担過多による事件が起きたことをきっかけとして、自宅に要介護者のいる家族の実態調査を実施したところ、介護を担う家族の 4 人に 1 人が抑うつ傾向にあることが判明しました。
- ・この結果を受けて、市は平成 22 年度より訪問相談員を地域包括支援センターに配置し、在宅介護者を対象に、介護や生活上の悩みや不安の解消を目的として家庭訪問を実施することとしました。

●内容●

- ・訪問対象者のリストは、市が作成しています。訪問の対象となるのは、要介護認定者のうち居宅サービスを利用していない人の介護者や、民生委員等からの依頼があった介護者、調査で抑うつ傾向があるとされた介護者等です。
- ・訪問相談員は、市から提供されたリストにもとづいて訪問計画を立て、訪問し、記録を作成します。訪問時には、対象者の健康状態や、介護や日常生活への様々な悩み・不安等を把握し、適切な助言や関係機関へのつなぎを行っています。
- ・月 2 回開催される定例検討会では、行政、社協担当者、訪問相談員、認知症地域支援推進員等が参加し、訪問記録にもとづいて、必要な支援や訪問の継続・終了等について検討しています。



(4) 施策の企画立案協議

【4. 施策の企画立案協議】

4-1.

施策の企画立案協議のための資料作成、会議テーマの検討

4-1-1.

家族介護課題、ニーズを把握するための世帯の実態把握・分析、既存施策点検と見直し

○市町村による実態調査を通じた高齢者のいる世帯の実態把握、家族介護者支援に関わる施策点検と見直し

- ・市町村が行う管内世帯等を対象とした高齢者実態調査では、要介護高齢者と家族介護者の介護力等に焦点を当てた調査が実施されてきました。
しかし、家族介護者支援を進めるためには、家族構成メンバーの心身の健康状態、家族介護と仕事や生活との両立に係る課題の発生状況、家族構成メンバー間の関係性の調整課題などについても調査を行い、必要な施策を検討していくことが必要となります。
- ・そこで、実態調査の項目を検討する際には、家族介護者の負担感や支援ニーズ、家族構成メンバーとの協働や分担の状況、家族介護者の仕事や社会参加との両立課題、家族介護とその他生活との両立状況、介護離職の状況等を把握できるように検討していく必要があります。
- ・実態調査は、①既に実施されている「介護保険事業計画」策定のための定点調査に設問を追加する方法、②本視点に基づく実態調査を新規に企画し実施する方法などが考えられます。

■家族介護者の実態把握のための調査項目（例）■

家族構成メンバーとの協働や分担の状況に関する項目例	
Q 家族介護において、あなたはどのような役割ですか。（1つ選択）	1. 自分が主たる担当（おひとり） 2. 自分が主たる担当（別の家族等と同等程度を分担） 3. 別の家族等が主たる担当で、自分は副担当 4. 別の家族等が主たる担当で、自分は時々できる時に手伝う程度 5. その他
Q 家族や親族との介護の分担状況について、満足されていますか。（1つ選択）	1. 満足している 2. まあ満足している 3. どちらともいえない 4. あまり満足していない 5. 満足していない 6. 分担する家族・親族はいない
介護を理由とする離職に関する実態・意識に関する項目例	
Q これまでに、家族介護のために、離職や転職、休職した経験がありますか。（1つ選択）	1. 家族介護のために離職したことがある 2. 家族介護のために転職したことがある 3. 家族介護のために休職したことがある 4. 上記1～3のいずれもない
Q あなたは、今後も働きながら介護を続けていけそうですか。（1つ選択）	1. 問題なく、続けていける 2. 問題はあるが、何とか続けていける 3. 続けていくのは、やや難しい 4. 続けていくのは、かなり難しい 5. わからない
家族介護者の心身状況に関する項目例	
Q 普段の生活で、以下のように感じることはありますか。①～⑤について、それぞれあてはまるものを回答してください。（それぞれ1つ選択）	①わけもなくイライラしてしまう ②食欲が落ちた ③睡眠が十分でない ④孤独だと感じる ⑤社会の役に立っていない
※過去に家族介護を行っていた方は、最も大変だった時期の状況をご記入ください。	1. よく感じる 2. 時々感じる 3. どちらともいえない 4. あまり感じない 5. まったく感じない

（資料）本事業国民ネットアンケートより

- ・さらに、実態調査では、既存の施策が家族介護者の抱える課題に、どの程度の効果を発揮しているのかを点検するための設問も検討していきましょう。家族介護者の実態、既存施策の効果等を分析して、企画立案協議の議題を検討していきます。
地域支援事業等、既存の事業が見直し時期にきていないか、家族介護者の声を聴くことができているか、などから見直していきましょう。

○市町村から各地域包括支援センターへ実態調査の結果を還元。地域包括支援センターは担当圏域の実態を把握し、地域課題の把握・分析、取組検討に活用

- ・市町村は、管内全域を対象とした実態調査の集計・分析結果を、各地域包括支援センターに還元しましょう。
- ・地域包括支援センターは、その結果に基づいて、担当圏域における家族介護者が抱える課題の状況、世帯全体での多重課題の発生状況等を把握し、①市町村及び地域包括支援センターが協働で取り組むこと、②地域包括支援センターが圏域で自主的に企画し取り組むこと、③市町村が中心となって取り組むことを区別しつつ、地域の家族介護者支援ニーズの分析、既存施策の見直し、有効な支援策の検討を行っていきましょう。

【4. 施策の企画立案協議】

4-1.

施策の企画立案協議のための資料作成、会議テーマの検討

4-1-2.

既存の地域包括支援センターのネットワークの活用と新たな早期発見ネットワークの活用

○管内の家族介護者のリスクについて、総合相談支援業務の相談事例や戸別訪問等より実態分析

- ・地域包括支援センターの総合相談支援業務では、要支援・要介護者及びその家族介護者の家族介護力の程度についての把握が中心でした。
- ・しかし、家族介護者支援の視点に立つと、初期相談や個別訪問の際には、家族介護者の健康状態、仕事との両立、社会参加等についても状況を把握し、課題対応の緊急度や必要となる対応について検討することが必要となってきます。

○地域の連携先、住民等から収集した情報の分析（気がかり情報収集）

- ・家族介護に関する課題状況は、多くの地域包括支援センターで既に取り組んでいる家族介護者サロン、認知症集いの会、コミュニティ食堂、健康教室や介護予防相談室などの相談や交流の場などから収集することができます。
- ・住民組織やボランティア団体等が自主的に行っている相談や交流の場とも連携して、「家族介護者及び要介護者、その他家族を包括して支援することが必要になっている」ことを機会があるごとに伝えて、家族介護に関する課題状況を収集していきましょう。
地域包括支援センターから、このような場へ出向き、出張相談を行うなどの取組も有効です。
- ・こうした取組の積み重ねを通して、地域の中に「家族介護者支援」に関する共通認識や支援意識が醸成されていきます。そして、既存の地域活動や地域住民から家族介護者に関する「気づき情報」の提供も行われるようになります。地域包括支援センターへの気軽な相談等についての周知も効果的に進めることができます。
- ・働く家族介護者は、家族介護者サロン等になかなか参加してくれないという課題もあると思います。そこで、開催のチラシや広報紙などに、『働く家族介護者の方もぜひご参加ください』『仕事や自分の時間と介護との両立の悩みはありませんか？』『介護との両立不安について、介護者同士で気軽に話してみませんか？』など、参加を促すメッセージを入れることも効果的です。作成したチラシは、駅やスーパー、コンビニなど、家族介護者が目に留まりやすいところに置いておくとよいでしょう。地域包括支援センターから、開催団体に、こうした実施方法も情報提供していきましょう。
- ・地域の企業・事業所において、仕事と介護の両立で悩んでいる従業員がいれば、相談に応じることを情報提供して、連携していきましょう。

■働く家族介護者の声■

困っていることが発生して、それを解決するための相談というのではなく、介護をしながら働く生活に漠然と不安に感じていることなどを、介護者同士で雑談できるようなところが、身近なところに欲しいと思います。働いているので、土日気軽に立ち寄れる場所があるとありがたいです。家族介護者には、介護で思い詰めてしまう前に、息抜きできる場が必要です。介護を支えている家族の不安は大きいので、要介護者の困りごとへの対応だけでなく、家族の不安を解消するための相談や支援が必要だと感じます。（本事業：家族介護者19名より）

【4. 施策の企画立案協議】

4-2.

内外関係部署・機関・専門職による施策企画会議の開催

4-2-1.

地域課題の共有化と施策の企画、企画施策の推進手法の検討を行う政策企画会議の実施

- 家族介護者に対する支援課題の複雑化により、心身の健康リスク、両立継続リスク、生活困窮リスク等を抱える世帯を早期発見するための他の専門機関との連携体制を充実させることが、喫緊の課題となっています。
- また、将来の家族介護の発生に備えた予防・準備についても、できるだけ早く住民に対して情報提供したり、必要な準備や予防のためのサービス提供・支援を充実していく必要があります。市町村は、その推進の重要な役割を担っています。
- 一方、各地域でその役割を担う地域包括支援センターにおいては、家族介護者に対する「仕事を含めた社会参加、あるいは生活・人生(LIFE)との両立継続支援」の視点からの、家族介護者の世帯全体の実態や課題の把握が十分に行われていない状況にあります。さらに、地域課題の把握、地域資源の発掘、ネットワーク構築において、この視点から、マクロレベル、メゾレベル、ミクロレベルで必要な施策の企画立案等が十分に行われていない状況にもあります。
- ここで提案する「施策企画会議」は、このような新たな地域課題の発掘と共通認識に基づく施策を企画することに市町村及び関係団体や専門職、住民団体が動き出す「トリガー（ひきがね）」として効果が期待できるものとして紹介するものです。
具体的には以下の実施の枠組みが考えられますが、各地域の特性に応じて仕様は変わってきます。

● 施策企画会議の位置づけ

- ・本テーマの重要性に関して庁内外の関係者・関係団体が共通理解と共通認識を持つ機会、及びお互い「顔の見える関係」づくりのきっかけとする。
- ・現行の早期発見・早期対応の施策、仕組みの成果と課題について共通理解を持ち、今後、新たに取り組む施策の企画を、参加者が対等な立場で提案しあう。（効果的な施策の種を構築する）

● 期待できる成果

- ・参加メンバーが、検討結果を所属組織に持ち帰り、具体的な方策を検討する。現行枠組みの課題改善、新たに取り組む施策等についての企画に結びつける。
- ・市町村主催の地域ケア会議を含め、市町村に対しても新たな取組を提案する。
（例1）地域包括支援センターにおける相談記録シートに「家族介護者や世帯構成員に関する確認項目や家族介護者のストレス状況を確認できる項目を追加する
（例2）家族介護者に接する機会が多い住民団体や専門機関等に本テーマの重要性を啓発するパンフレットやチェックシートを配布したり、討論会や相談コーナーを設置する

● 想定される参加メンバーの組み合わせ

- ・主たる会議の目的に応じて以下の選択肢が考えられます。

【タイプ1】全庁関係署担当者による会議

特に「家族介護者支援」テーマのうち、「ダブルケア」や「複合課題世帯の家族介護者支援」等をテーマとする企画会議を設定する場合、多岐にわたる庁内所管課の相互連携や役割分担等が解決に向けての重要な鍵となります。そこで、庁内関係所管課の職員を構成員とする開催の方法が考えられます（子育て支援部署（子育てとのダブルケア）、保健センター、労働・経済・産業・男女共同参画等の部署（仕事との両立）等）。

既存の各事業・施策に、家族介護者支援の視点を検討し、追加していきます。

そして、課題別に関係部署間のチーム制を導入するなど、施策の推進方法も検討していきます。

【タイプ2】自治体関係所管課、地域包括支援センター、介護支援専門員、介護サービス事業者、民生委員、社会福祉協議会、生活支援コーディネーター、一般住民等の参加による会議

- ・地域包括支援センターが単独で本テーマに取り組むだけでは解決は難しく、多専門職団体・専門職、地域組織や住民各層の協力や連携が必須です。特に実際に家族介護者に接している人・団体から、①地域で困難に直面している家族介護者世帯のケースや地域課題の状況を確認する、②日常活動の中での気づき情報の連携の重要性について共通認識を高める、③本テーマに係る関係者の顔の見える関係づくりのきっかけを作る、ことが期待できます。

【その他のタイプ】

- ・政令指定市等の都市規模の大きい自治体の場合は、以下の選択肢もあります。
- ・「区役所」の所管課担当職員の参加を得て、全市、区、地域包括支援センターにおける機能分担関係も含めて検討する
- ・家族介護者支援課題及び活用可能な地域資源の密度や種類、アクセス性の乖離が大きい人口密集・集積生活圏域と郊外人口分散居住圏域別に検討

● 会議で検討するテーマの設定

- ①「家族介護者支援」に関するテーマ全般を取り上げて企画開催
- ②特定の「家族介護支援」に関するテーマ（例えば、ダブルケア、仕事と家族介護（遠方介護を含む）、生活困窮と家族介護等）に絞って企画開催

● 会議の進め方の選択肢

- ・地域の関係者、住民がメンバーとなって、具体的な地域課題に対する施策の企画立案会議を行う場合は、単なる「司会進行」を超えて「ファシリテーション」技術を有する進行役を置いた方が、具体的な企画立案に向けた討議を行うことができます。
- ・ただし、仮にそのような役割を担うことができる人がいなくても、司会進行役が以下の例のような「情報の収集と集約に効果的な手法」を用いることによって、参加者の意識共有と具体的な企画立案に向けた討議を行うことができます。

（例）「KPT (Keep Try Problem) 手法」「KJ手法」

○企画立案会議は、新たな枠組みの会議体を設置するほかにも、現行の地域ケア会議等で行うこともできます。

地域ケア会議（市町村主催／管内地域ブロック単位の会議開催／各地域包括支援センター主催）において、①家族介護者支援を議題とし、②地域課題の種類や対応の喫緊性等を確認し、③地域の資源状況を確認した上で、④必要な施策を企画する、という手順が想定されます。

※本事業においても、試行的に以下の3市において、「今後の当地域における家族介護者支援に関する施策企画会議」を、3市の自治体委員の協力を得て開催しました。各会議は、上記の「3つの会議の進め方手法」を用いて開催され、家族介護者支援に関わる地域の取組の必要性や今後できることの企画アイデア出しを行いました。

	さいたま市	堺市	花巻市
地域特性	政令市、10区構成 総人口128万人	政令市、7区構成 総人口84万人	地方中小都市（県内第4の人口規模）総人口10万人
「家族介護者支援」関連の主な既存政策実施状況	・各地域包括支援センターに家族介護者サロン開催を委託	・7つの基幹型包括支援センターに育児と高齢者介護のダブルケア相談窓口を設置	・在宅介護者等訪問相談事業を実施 ・在宅介護等訪問相談員を基幹型地域包括支援センターに配置
会議テーマ	・遠方介護、同居・近居型家族介護の現状課題と今後の取組の方向性（特に仕事と介護の両立等）	・ダブルケア支援をめぐる庁内関係各課間の役割分担や連携強化に向けて	・同居・近居型家族介護の現状課題と今後の取組企画の方向性
出席者構成	・市・区職員 ・地域包括支援センター ・包括・在支総合センター（市社会福祉協議会） ・居宅介護支援専門員 ・居宅介護サービス事業者 ・生活支援コーディネーター	・市・区職員 ・基幹型・地域型地域包括支援センター ・生活支援コーディネーター	・市職員 ・基幹型・地域型地域包括支援センター ・介護支援専門員 ・在宅介護者等訪問員 ・社会福祉協議会
会議進行、実施上の特色	・グループインタビュー方式	・ファシリテーター方式	・KPT整理手法及びKJ法を活用した定型的ファシリテーター方式
現状と課題	・地域の身近な施設で「健康：保健」相談室等は実施 ・家族介護者と世帯全体の課題に気づく力は不足	・相談窓口に対する相談件数は増加。 ・関係各課につないだ以降の総合的な支援と解決の枠組みは不足。	・緊急時の相談支援対応体制は構築されている。
今後の取組企画アイデア例	・居宅介護支援専門員やサービス事業者が把握する相談支援ニーズが地域包括支援センターに集まる仕組み ・地域の事業所従業員や自営業者が相談しやすい場所に出向いた相談の実施	・簡易な「家族介護者」チェックリストを地域に配布し早期発見力を高める ・関係各課を横断するチームアプローチの構築（各課につないだ以降、世帯全体に対する支援方策を検討し開発する）	・介護サービス利用拒否家族介護者に対する支援の実施

＜堺市：家族介護者支援に関する施策企画会議の様子＞



＜企画会議テーマ＞
「子育てと家族介護のダブルケア」
＜参加者＞

- 自治体
 - ・地域包括ケア推進課
 - ・地域福祉課
 - ・子育て支援課
 - ・保健センター
- 基幹型包括支援センター
地域包括支援センター
- 生活支援コーディネーター
- 学識経験者

【4. 施策の企画立案協議】

4-3.

施策企画会議の検討結果の実行

4-3-1.

施策企画会議の検討結果実行のための関係者に対する研修の実施

○地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、介護サービス事業者等に対する関係法制度の研修実施

・家族介護者の仕事との両立に関する関係法制度を理解して取組を推進するため、市町村は、地域の社会保険労務士や地方労働局、ハローワーク等と連携し、地域包括支援センターの職員、居宅介護支援事業所や介護サービス事業者の専門職等を対象とした研修会等を企画することも効果的です。市町村全体で実施する方法、ブロック単位で出前講座を実施する方法などが考えられます。

○立地企業・事業所・自営業の経営者、人事担当者、従業員向けの関係法制度、地域で利用できるサービス、「両立継続に効果的な介護サービスや制度活用モデル」に関する研修実施

・介護保険制度や介護サービス、仕事と介護の両立に関する制度等の情報や活用法について学ぶことのできる研修を行うことで、仕事や生活と介護の両立継続に対して大きな効果を発揮します。例えば、以下のような情報提供が考えられます。

①育児・介護休業法、その他両立継続に役立つ雇用労働関係制度

②一般に当地域において利用できる介護サービスや生活支援サービス事業所等の情報

③情報入手や相談支援機関情報（地域包括支援センターを含め）

④当地域で、実際に家族が要介護になった場合に、どのような「介護サービス利用と家族介護で、介護の質を保って両立生活を継続できるのか」という両立モデル・事例の情報

【参考資料】

■ アセスメントシート・チェックリスト例

○実際の相談の際に活用できるアセスメントシートや、介護者自身のチェックリストなど、さまざまなツールが開発されています。ここでは、3つのツールをご紹介します。それぞれの特徴を確認の上、相談窓口等で活用してみましょう。

<専門職等向けアセスメントシート>

1. 一般社団法人 全国介護者支援団体連合会「ケアラーアセスメントシート」	
出典	一般社団法人 全国介護者支援団体連合会 (http://kaigosyasien.jimdo.com/)
記入者	アセスメント担当者（市民、ボランティア、専門職等）
活用場面	地域包括支援センター等の相談窓口での相談対応時
主な項目	心身の健康、こころの健康、家族の現状、介護の現状、住環境及び地域資源、経済状況、就労状況、子育てとの両立、学業との両立、ケアラーの意向
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ●日々介護者の支援を行っている団体間で情報を共有し、アセスメントにおいて重要だと考えられる項目を集約して作成されたシートです。 ●アセスメントについてのガイドもあわせて掲載されています。

<介護者本人向け自己チェックシート>

2. 公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部「介護家族よりケアマネジャーに伝えたいこと」	
出典	公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部 (http://hearttoheart.or.jp/?page_id=301)
記入者	介護者本人
活用場面	介護支援専門員との面談時
主な項目	要介護者との人間関係、介護者自身の状態、負担を感じる事、介護の他にしていること、希望する支援 等
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ●介護者が介護支援専門員と面談する際に、自身の体調や気持ち、考え方を整理し、適切に伝えることを目的としたツールです。介護者の生活全般について幅広く状況を確認することができます。 ※ご利用の際には、「認知症の人と家族の会 愛知県支部」までご連絡をお願いします。

3. ワーク&ケアバランス研究所「働く介護者アセスメントシート」(2014年度版)	
出典	株式会社ウェブユニオン 介護者支援事業部 ワーク&ケアバランス研究所 (http://wcb-labo.com/)
記入者	働いている介護者本人
活用場面	介護支援専門員との面談時
主な項目	介護者の勤務状態、休暇・休業制度、職場風土、介護に対する知識・考え方 等
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ●介護者が介護支援専門員と面談する際に、自身の仕事の状況や休暇・休業等を伝えることで、仕事と介護の両立につなげることを目的としたツールです。 ※今回掲載しているシートは、2014年度版です。最新のシートについては、「ワーク&ケアバランス研究所」ホームページ (http://wcb-labo.com/) よりご確認ください。

1. 一般社団法人 全国介護者支援団体連合会

「ケアラー支援の基本手引き：ケアラーアセスメントシート」

『ケアラー支援の基本手引き：ケアラーアセスメントガイド』からの抜粋です。本冊子では、ほかにアセスメント項目の詳細な解説と事例紹介を掲載しています。詳細は下記までお問い合わせください。
 <全国介護者支援団体連合会事務局>

E-mail: zenkokukaigo@gmail.com web: http://kaigosyasien.jimdo.com

全国介護者支援団体連合会

ケアラーアセスメント

記入日： 年 月 日 記入者：

氏名（ふりがな）	性別	年齢
	男 女	歳

(1)身体の健康		
睡眠	平均的な睡眠時間 時間	夜中に起きる回数 回
食事	1日の食事回数 回	
	食事内容（栄養面に留意する）	
嗜好	飲酒・喫煙状況（増加傾向にある場合には、その理由を明らかにしていく）	
血圧		
持病	持病、治療中の病気	
体の痛み		
健康診断 歯科検診	健康診断を受けているか	歯科検診を受けているか
その他	自覚症状（めまい、動悸、息切れ、疲れやすさ、眠たさ など）	
(2)こころの健康		
家族関係	被介護者との関係	
	ほかの家族・親族との関係	
自分の時間 休憩時間	趣味・社会活動、介護から離れる時間の有無	

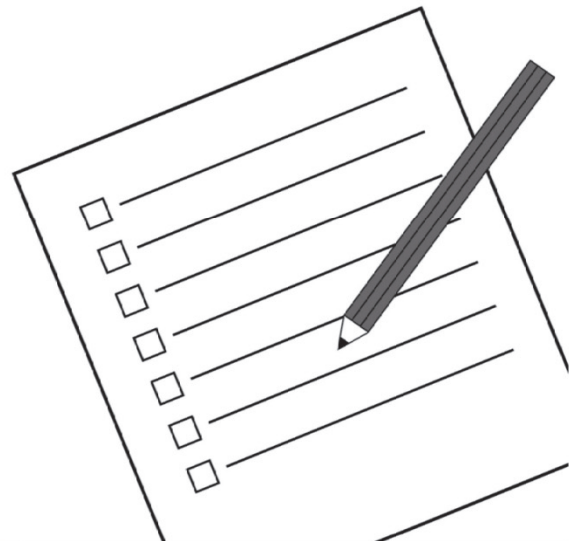
不安・困りごと	介護者の訴え		
うつ傾向	自覚症状（不眠、不安、無気力 など）の確認、ストレスチェック		
(3)家族の現状			
家族構成など	家族関係図（別紙）		
	同居／別居の別		
	ほかのケアラーの有無		
	ケア以外の役割		
日常生活と 介護の受け止め方	家族の1週間のスケジュール（別紙）		
	介護についてどのように考えているか		
(4)介護の現状			
被介護者の状況	年齢	性別	ケアラーとの関係
	病気や障がい、認知症の有無		
	必要な介助		
ケアプラン	介護の方針		
	利用中のサービス		
家族の役割 (誰が何を担っているか)	買い物	身の回りお世話	
	通院介助	専門職との連絡	
	その他		

介護・医療機関との関係性	ケアマネジャーに対する満足感	
	サービス事業所に対する満足感	
	病院・医療関係者に対する満足感	
ケアラーの知識と技術	介護保険・介護保険外サービスの知識の有無	
	被介護者のケガ・病気・障がいに関する知識の有無	
	介助技術の有無	
	どのようにして情報を得ているか	
(5)住環境および地域資源		
住環境	被介護者の住宅は介護に適した住居か（バリアフリー、手すり設置など）	
地域資源	近隣の社会資源	
	緊急時、災害時のサポート	
(6)経済状況		
収入・資産	主な収入源	
	貯蓄・資産の有無	
経済的負担	経済的負担をしているか（介護費用、家賃、公租公課、改築費、交通費など）	
(7)就労状況		
意欲	働き続ける意欲があるか	
雇用形態	正社員 時短勤務の有無：	有期雇用社員 雇用期間： 出勤日数／時間：

制度の知識	育児・介護休業法の知識の有無	勤務先の制度の知識の有無
時間的拘束	通勤時間	出勤時間／帰宅時間
	残業の有無	土日祝日の出勤
(8)子育てとの両立		
子育て	子育てに要する時間	家族の協力の有無
	子どもの状況（年齢、就学状況など）	
	子育ての悩み	
	肉体的・精神的な負担	
(9)学業との両立		
学業	通学、授業、勉強に要する時間	
	学校、進路、友人関係	
	ヤングケアラーになったきっかけ	
	肉体的・精神的負担	
(10)ケアラーの意向		
ケアラーの意向	介護の継続	
	ケアラーの生活・将来	

2. 公益社団法人 認知症と家族の会 愛知県支部「介護家族よりケアマネジャーに伝えたいこと」

介護家族より ケアマネジャーに伝えたいこと



【介護家族より ケアマネジャーに伝えたいこと】用紙
(公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部版)

(認知症の人と家族の会 愛知県支部 2012.7.27版)

●出典●公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部「家族介護よりケアマネジャーに伝えたいこと」(http://hearttoheart.or.jp/?page_id=301)

この用紙は、介護をしているあなたの体調や気持ち、考え方をケアマネジャーに知ってもらうためのものです。伝えたい事柄について記入し、それをもとに情報交換をし、家族みんなのよりよい生活づくりに役立てましょう。

1. 私が介護しているのは（該当するところに○）

- a. 配偶者／パートナー b. 自分の親 c. 義理の親 d. 自分のきょうだい
- e. 自分の子ども f. その他の親戚 g. 隣人・友人・知人

2. 私は、介護している人との人間関係について、次のように感じています（該当するところに○）。

①介護する前は

- a. よかった b. まあよかった c. 普通 d. あまりよくなかった e. よくなかった

②現在は

- a. よい b. まあよい c. 普通 d. あまりよくない e. よくない

3. 次の①、②について、私はこう考えています（該当するところに○）。

①介護のために自分の生活（仕事や学業、家庭や社会の役割）に支障が出るのは

- a. 構わない b. まあ構わない c. やや抵抗がある d. かなり抵抗がある

②自分が介護を担うことは

- a. 構わない b. まあ構わない c. やや抵抗がある d. かなり抵抗がある

4. 現在の自分自身の状態について、私はこう感じています（該当するところに○）。

① 体調は

- a. よい b. まあよい c. ややよくない d. よくない

② 持病は

_____ があります

③ 睡眠は

- a. よく眠れる b. まあ眠れる c. あまり眠れない d. 眠れない

（認知症の人と家族の会 愛知県支部 2012.7.27 版）

●出典●公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部「家族介護よりケアマネジャーに伝えたいこと」（http://hearttoheart.or.jp/?page_id=301）

10. 私が介護のほかにしていることは（該当するものがあれば○）

- a. 特になし b. 仕事 c. 子育て d. ほかの家族の世話 e. ボランティア
f. 学業 g. 趣味（ ） h. その他（ ）

11. 私が自分の時間を持つことは（該当するところに○）

- a. できている b. まあできている c. あまりできていない d. できていない

12. 今後、自分自身の生活において、大切にしたいこと

例：仕事は続けたい、家族の時間を大切にしたい、趣味の活動の時間を確保したい

13. 私が情報や支援を希望することは（希望するもの全てに○）

- a. 医療機関や介護施設に関すること b. 制度（経済的な保障や手当など）に関すること
c. 介護の仕方や工夫 d. 将来の見通し e. 仕事との両立に関すること
f. 自分の時間確保 g. 同じ立場の介護家族と交流する機会
h. 悩みや心配事を相談する場（カウンセリング等） i. 私が緊急時の、私が介護する人への支援
j. その他（ ）

14. 介護を抱えた生活をするにあたり、私が不安に思うこと、心配なこと

15. 私と家族に関することで、ケアマネジャーに知っておいてもらいたいこと

記入日 平成 年 月 日

記入者

（認知症の人と家族の会 愛知県支部 2012.7.27版）

●出典●公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部「家族介護よりケアマネジャーに伝えたいこと」（http://hearttoheart.or.jp/?page_id=301）

3. ワーク & ケアバランス研究所「働く介護者アセスメントシート」(2014 年度版)

平成 27 年 1 月作成 vol.1

働く介護者便利ツール

『働く介護者アセスメントシート』使い方説明書

目的

ケアマネージャーとのケアプラン作成時における面談において『働く介護者アセスメントシート』を使って行うことで、ケアマネージャーとのより深いコミュニケーションのきっかけを提供するものです。

趣旨

『働く介護者アセスメントシート』はケアマネージャーとのコミュニケーションツールです。これを使ったがゆえに「仕事と介護の両立ができる」というものではありません。しかし「仕事と介護の両立」において、介護のプロであるケアマネージャーとのコミュニケーションは不可欠です。介護者の会社の状況、介護者自身のこと、介護者の要介護者に対する想いをケアマネージャーに上手に伝え、今後、ケアマネージャーとどのように連絡を取り合い、関係を築いていくのか、そういったことを話し合うきっかけを提供するものです。

働き続けたいことをしっかり伝え、自分が介護の担い手となれるのかなれないのか、そういったことを伝えた上で、「じゃあどうケアプランがいいのか」ということを介護のプロであるケアマネージャーから提案していただきましょう。

また、介護者も要介護者も生きていますので考えも状態も環境も変化します。いま決めたことが、来月に変わることもあります。ですから、ケアマネージャーと良い関係を築き、上手にコミュニケーションをとることが最も重要です。本シートをきっかけに、細かいことまで話ができる関係を築いていって頂ければ幸いです。

使い方

1. 『働く介護者アセスメントシート』を埋めることができるようであれば、埋めてからケアマネージャーとの打ち合わせに臨みましょう。
2. 本シートに列挙してある項目は最低限の項目です。(多いように感じるかもしれませんが)ケアマネージャーとの面談の際に、本シートを提出しまずは各項目について確認していきましょう。
3. 例えば「介護保険の仕組み・介護保険サービスについて」という項目に対して「知らないで教えてほしい」とチェックしたのであれば、「チェックしたからケアマネージャーが教えてくれるだろう」ではなく、その場できちんと言葉にして「知らないで教えてほしい」と申し出てください。あくまでも本シートはコミュニケーションツールです。
4. また例えば「ケアマネさんとのやりとりは」という項目にたいして「メール希望」とした場合、メール対応していただけない可能性もあります。その場合はどうしたらいいのかをきちんと決めておきましょう。またメール対応して下さる場合も、読んだら読んだという意味を返信するなどのルールを決めておくと、後のトラブルの回避になります。

<留意事項>

本シートは「仕事と介護の両立」を可能にするものではありません。

「仕事と介護の両立」を可能にするために、介護者自身のことをケアマネージャーにお伝える「コミュニケーションのきっかけ」を提供するものです。

本シートの活用は**自己責任**にてお願い致します。

提供先:株式会社ウェブユニオン 介護者支援事業部 ワーク&ケアバランス研究所

〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂 1-15-3

03-6277-5456

●出典●ワーク & ケアバランス研究所「働く介護者アセスメントシート」(2014 年度版)
(<http://wcb-labo.com/>)

働く介護者アセスメントシート

No.2

【会社の風土や相談窓口について】

会社に介護の相談窓口がある	<input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> はい →「はい」の場合 積極的に活用している <input type="checkbox"/> していない <input type="checkbox"/>
会社にいる家族介護をしている方に相談している	<input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> はい →「はい」の場合 その方に相談できる環境にありますか <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
会社の上司や人事に介護のことは相談できている	<input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> はい
有給休暇や休業をとりやすい雰囲気はある	<input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> はい

【私のことについて】

私には介護のことを相談する相手がいる	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ →「はい」の場合 その方は介護経験者ですか <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
私は主たる介護者です	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ →「はい」の場合 <input type="checkbox"/> 協力者はいます <input type="checkbox"/> 協力者はいません
私自身が取り組む「介護」は右の程度を考えています	<input type="checkbox"/> 身体介護 <input type="checkbox"/> 日常生活の補助程度 <input type="checkbox"/> マネジメント <input type="checkbox"/> 介護はしたくない
休日の過ごし方	<input type="checkbox"/> 要介護者と過ごす <input type="checkbox"/> 要介護者とは過ごしたくない <input type="checkbox"/> 時々是要介護者から離れたい
仕事と介護の両立に対する不安があったら教えてください。	<input type="checkbox"/> 特にない <input type="checkbox"/> ある <small>具体的に</small>
介護保険の仕組み・介護保険サービスについて	<input type="checkbox"/> 知っている <input type="checkbox"/> 知らないで教えてほしい
ケアマネの仕事について	<input type="checkbox"/> 知っている <input type="checkbox"/> 知らないで教えてほしい
今後のケアマネさんとのやりとりは	<input type="checkbox"/> メール希望 <input type="checkbox"/> 電話希望 <input type="checkbox"/> その他
サービス担当会議について	<input type="checkbox"/> 毎回出席します <input type="checkbox"/> 日程により出席します <input type="checkbox"/> 出席できません
介護認定調査の同席について(2年に1回)	<input type="checkbox"/> 毎回同席します <input type="checkbox"/> 日程により同席します <input type="checkbox"/> 同席できません
介護保険適応サービス料金について	円～ 円ぐらいまで
保険外サービスの利用について(有料・無料・ボランティア問わず)	<input type="checkbox"/> 希望しない <input type="checkbox"/> 知らないで教えてほしい <input type="checkbox"/> 希望する 希望する場合→毎月 円ぐらいまで。
行政手続きなどの代行について	<input type="checkbox"/> 希望しない <input type="checkbox"/> 代行していただけるのであればお願いしたい
医療や介護に係る助成等は利用している	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ。助成や社会資源について教えてほしい
シルバー人材センター等の地域サービスを利用している	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ。地域サービスについて教えてほしい
要介護者の病状・症状について	<input type="checkbox"/> 特にいまは気にならない <input type="checkbox"/> 今後どのような介護状態になるのか教えてほしい
介護者支援団体について	<input type="checkbox"/> 知っている <input type="checkbox"/> 知らないで教えてほしい

ケアマネージャーはいつでも変更できます。人と人のお付き合いなので、合う合わないがあることは理解しております。変更については遠慮なくお申し出てください。ケアマネージャーは要介護者の介護環境の一要因です。環境整備の向上に努めてください。

株式会社ウェブユニオン介護者支援事業部「ワーク&ケアバランス研究所」

● 出典 ● ワーク & ケアバランス研究所「働く介護者アセスメントシート」(2014 年度版)
(<http://wcb-labo.com/>)

■介護を行う労働者が利用できる制度・公的給付

○家族の介護を行う労働者の仕事と介護の両立を支援する法律として、「育児・介護休業法」があります。ここでは、法律で定められている制度についてご紹介します。

○また、企業によっては法律を上回る内容の制度を整備している場合もあります。働いている介護者の方が相談に来たら、勤め先における制度の状況について確認してみましょう。

●出典●厚生労働省『平成 29 年度版「仕事と介護 両立のポイント あなたが介護離職しないために」』

※厚生労働省のホームページにも掲載されています。TOP の検索ボックスで「仕事と介護の両立支援」と検索

(http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/ryouritsu/model.html)

制度	概要
介護休業	申し出ることにより、要介護状態にある対象家族 1 人につき通算 93 日まで、3 回を上限として、介護休業を取得することができます。
介護休暇	要介護状態にある対象家族が 1 人であれば年に 5 日まで、2 人以上であれば年に 10 日まで、1 日単位または半日単位で取得できます。
所定労働時間の短縮等の措置	事業主は、①短時間勤務制度（短日勤務、隔日勤務なども含む）、②フレックスタイム制度、③時差出勤制度、④介護サービスの費用助成のいずれかの措置について、介護休業とは別に、要介護状態にある対象家族 1 人につき利用開始から 3 年間で 2 回以上の利用が可能な措置を講じなければなりません。
所定外労働の制限	1 回の請求につき 1 月以上 1 年以内の期間で、所定外労働の制限を請求することができます。請求できる回数に制限はなく、介護終了までの必要なときに利用することが可能です。
時間外労働の制限	1 回の請求につき 1 月以上 1 年以内の期間で、1 か月に 24 時間、1 年に 150 時間を超える時間外労働の制限を請求することができます。請求できる回数に制限はなく、介護終了までの必要なときに利用することが可能です。
深夜業の制限	1 回の請求につき 1 月以上 6 月以内の期間で、深夜業（午後 10 時から午前 5 時までの労働）の制限を請求することができます。請求できる回数に制限はなく、介護終了までの必要なときに利用することが可能です。
転勤に対する配慮	事業主は、就業場所の変更を伴う配置の変更を行おうとする場合、その就業場所の変更によって介護が困難になる労働者がいるときは、その労働者の介護の状況に配慮しなければなりません。
不利益取扱いの禁止	事業主は、介護休業などの制度の申出や取得を理由として解雇などの不利益取扱いをしてはなりません。
介護休業等に関するハラスメント防止措置	事業主は、介護休業などの制度の申出や利用に関する言動により、労働者の就業環境が害されることがないように、労働者からの相談に応じ、適切に対応するために必要な体制の整備その他の雇用管理上必要な措置を講じなければなりません。
介護休業給付金	雇用保険の被保険者が要介護状態にある家族を介護するために介護休業を取得した場合、一定の要件を満たせば、原則として介護休業開始前賃金の 67% が支給されます。

※制度を利用できる労働者：勤務先の業種や規模にかかわらず、原則として要介護状態の「対象家族」を介護する労働者が対象となります。また、就業規則に制度がなくても、介護休業、介護休暇、所定外労働・時間外労働・深夜業の制限は、申出により利用することができます（ただし、勤務先の労使協定の定めによっては、勤続年数が 1 年未満の方など、取得できない場合があります）。

※要介護状態：負傷、疾病または身体上若しくは精神上の障害により、2 週間以上の期間にわたり常時介護を必要とする状態をいいます。介護保険制度の要介護・要支援認定を受けていない場合でも取得できます。

※対象家族：配偶者、父母及び子、配偶者の父母、祖父母、兄弟姉妹及び孫。

※こちらの記載内容は、平成 30 年 3 月現在の情報です。最新の情報は厚生労働省ホームページ等でご確認ください。

■家族介護者支援に関するリンク集

<育児・介護休業法に関する情報>

育児・介護休業法について (厚生労働省)	http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000130583.html 育児・介護休業法の詳細解説や改正法の内容、制度の内容や対象者がまとめられたパンフレット「育児・介護休業法のあらまし」などの資料がダウンロードできます。
介護休業給付金の内容及び手続き (厚生労働省)	https://www.hellowork.go.jp/insurance/insurance_continue.html 介護休業給付金の内容と支給要件、手続方法等を案内しています。

<仕事と介護を両立する人を支援する情報>

仕事と介護の両立支援 (厚生労働省)	http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/ryouritsu/model.html 仕事と介護の両立のために役立つマニュアルや個人事例集などが掲載されています。
両立支援のひろば (厚生労働省)	http://www.ryouritsu.jp/index.html 事業主や働く方々に、仕事と家庭の両立に向けた様々な情報を提供しています。

<家族介護者支援団体に関する情報>

一般社団法人 日本ケアラー連盟	http://carersjapan.com/index.html 家族介護者等を支援するための調査研究、政策提言活動を行っている団体です。
NPO 法人介護者 サポートネットワ ークセンター アラジン	http://arajin-care.net/ 介護者を支援するため、介護者サロンや介護者の介護の立ち上げ、サポーター養成講座、電話相談等を実施している団体です。
NPO 法人パオッコ	http://paokko.org/ 遠距離介護を行う家族介護者を支援するため、様々な情報提供や体験談の紹介、サロンの開催等を行っている団体です。

■育児・介護休業法に関する相談先

育児・介護休業法に関するお困りごとは、都道府県労働局雇用環境・均等部（室）にお気軽にご相談ください。

<都道府県労働局所在地一覧>

厚生労働省ホームページ>ホーム>厚生労働省について>所在地案内>都道府県労働局所在地一覧
<http://www.mhlw.go.jp/kouseiroudoushou/shozaiannai/roudoukyoku/>

■ 委員名簿 ■

「介護離職防止のための地域モデルを踏まえた支援手法の整備」

【委員会委員】

	氏名	所属（平成30年3月現在）
委員長	平野 隆之	日本福祉大学 社会福祉学部 社会福祉学科 教授
委員	安齊 智子	堺市 地域包括ケア推進課 主幹
	池田 心豪	独立行政法人 労働政策研究・研修機構 主任研究員
	大口 達也	高崎健康福祉大学 健康福祉学部 社会福祉学科 助教
	久保田 和子	花巻市 長寿福祉課 課長補佐（高齢福祉・包括支援担当）
	小島 淳史	さいたま市 いきいき長寿推進課 地域支援係長
	小藪 基司	社会福祉法人 若竹大寿会 横浜市すすき野地域ケアプラザ 所長
	佐藤 正枝	公益社団法人 日本社会福祉士会 認定社会福祉士（高齢分野）
	助川 未枝保	一般社団法人 日本介護支援専門員協会 地域包括支援センター 部長
	高野 龍昭	東洋大学 ライフデザイン学部 生活支援学科 ライフイノベーション研究所 准教授
	堀越 栄子	認定NPO法人さいたまNPOセンター 代表理事 一般社団法人 日本ケアラー連盟 代表理事 日本女子大学 家政学部 家政経済学科 教授
牧野 史子	NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン 理事長	

【作業部会委員】

	氏名	所属（平成30年3月現在）
委員	大口 達也	高崎健康福祉大学 健康福祉学部 社会福祉学科 助教
	久保田 和子	花巻市 長寿福祉課 課長補佐（高齢福祉・包括支援担当）
	小藪 基司	社会福祉法人 若竹大寿会 横浜市すすき野地域ケアプラザ 所長
	渡辺 道代	NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン 副理事長 東洋大学 ライフデザイン学部 生活支援学科 准教授

（敬称略・50音順）

市町村・地域包括支援センターによる

家族介護者支援マニュアル

～介護者本人の人生の支援～



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚生労働省ホームページ
<http://www.mhlw.go.jp>