



謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

まず、最初に令和6年能登半島地震にて被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。今なお大変な状況に直面されている方々もいらっしゃると思いますが、1日も早い復旧・復興をお祈りいたします。

さて、新年を迎えるにあたり計画や目標を立てたりという方も多いのではないのでしょうか、私個人としては毎年キャッチコピーを考えて活動の柱にしています。今年は「現状維持」です。一見すると、？と思われるかもしれませんが。現状維持=衰退というビジネス界では常識ですね。

しかし、実際は現状を維持することは相当な努力やチャレンジを起こさないと維持さえ成しえませんが。そんな気持ちで目の前のできることから1つ1つを丁寧に取り組んでまいります。



### 産業ケアマネの取り組み～M社長の場合～

前回（R5年12月号）では、M社長が産業ケアマネを導入したきっかけについてお伝えしました。今回は、実際に産業ケアマネがどのように介入し、サポートしたかをお伝えします😊

- 01 介護休業制度に関する情報提供
- 02 実態把握アンケート調査の実施
- 03 勉強会、個別相談の実施
- 04 介護保険外サービスの情報提供

企業でも介護休業制度について周知はされていますが、多くの方が経験する育児と違い、今後の見通しや使える制度・介護サービスについて助言するのは難しく、専門である産業ケアマネが企業と協同で対応しています。（記事：大城）



### 「介護負担限度額認定制度」

介護保険負担限度額認定制度とは、要件を満たすことで介護保険施設を利用する際の居住費及び食費を軽減することのできる制度のことです。「介護保険負担限度額認定証」は、この制度の対象者のみに交付されます。

最近、ご利用者様がショートステイを利用する事になり「負担限度額認定証はありますか？」と伺うと、「それはなんね？役所から届くの？」と聞き返されました（数年前に奥様が利用する際にも聞いた覚えも見た覚えもないとの事）

「介護保険負担限度額認定証」は、お住まいの自治体に申請すると発行してもらうことができます。一般的な介護保険サービスは1～3割負担ですが、介護保険施設やショートステイの利用時食費や宿泊費は全額が自己負担額です。

しかし、この介護保険負担限度額認定制度を利用すれば、全額自己負担額のところを、要件を満たす人には上限額が設定され、一定額の軽減があります。制度の適用範囲や軽減額は、利用する自治体によって異なる場合がありますので事前の確認をお勧めします。

（記事：松川）

項目	認定額	自己負担額
食費	330円	0円
宿泊費	420円	0円
雑費	420円	0円
雑費	420円	0円
雑費	370円	0円

### ヤングケアラーについて

ヤングケアラーという言葉は一度は耳にしたことがあるのではないのでしょうか？

ヤングケアラーとは家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケアや責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートを行っている18歳未満の子どもです。（18歳以上はユウスケアラー・若者ケアラー）

自宅で行うお手伝いと線の引きが難しいと感じる方もいらっしゃると思います。通常のお手伝いとは違い、「自分がやらなければ家族の生活が回らない、誰かの命が守れないといったもので、責任の度合いが違います。「やらなければ」「自分以外できない、逃げられない」という思いがストレスにもなります。

介護が必要な家族がいらっしゃる場合は支えられる側も支える側もつづれないよう休息は必要です。専門家に相談するのも一つの選択肢となります。次号へ続く。（記事：中山）



### 「介護ワンポイントアドバイス① ～年末年始に気になること～」

今回から介護ワンポイントアドバイスというテーマで、日々の生活の中で介護に関することに役立つ視点をシリーズでお伝えしていきます。

さてさて、年末年始を皆さんは如何過ごされましたか？人によっては「久々に帰省した」なんて方もいらっしゃるのではないのでしょうか？実は、この「久々に帰省した」＝「久々に家族に会う」にポイントが隠されています。特に親と離れて暮らしている方は「久々に会う」「時間を共に過ごす」と見える親の「古い」に気づき変化を感じ取るタイミングでもあります。



この機会に親と膝を突き合わせて今後のこと、人生設計など雑談に時間を割いてみてはどうでしょうか。時間は有限ですよ♪  
（記事：中松）