



## 適切なケアマネ選びを

介護と仕事を両立させるに

はプロに任せるのが大事だが、どのように任せればよいのか。介護福祉士・社会福祉士で、NPO法人「となりのかいご」の代表理事、川内潤氏に介護サービスの選び方のコツについて聞いた。

——プロに任せる際に、意識することは何でしょうか。

「家族の介護を『プロジェクト』として捉えるのが重要だ。在宅介護から始める場合、プロジェクトの部長は家族、プロジェクトの部長はケアプランを作成するケアマネだ。信頼できるケア

NPO法人「となりのかいご」代表理事

川内 潤氏

マネを探し、家族の介護をマネジメントできる体制をつくる必要がある」

——自らが介護に関わるようになった際はどのように相談すればよいですか。

「最初に『地域包括支援センター』にアクセスし、家族がどういった状況にあり、どんな希望があるのか、困っていることは何か、などを念入りに相談すると良いだろう。適切なケアマネを紹介してくれたり、選び方のアドバイスももらえたりする」

——ケアマネを選ぶ際のコツは。

「ケアマネはそれぞれ得意

分野が違う。要介護者の状況を見て、常に半歩先の提案をしてくれるケアマネを選ばたい。保有する資格（社会福祉士、理学療法士など）を名刺で確認したり、どういった要介護者を担当してきたか聞いてみたりするといい」

「他にも確認事項がある。ケアマネが所属する居宅介護支援事業所が家から近いか、夜間や休日の対応がどうなっているか。メールが使えないケアマネも多い。緊急時以外はメールでやり取りできるように、最低限のスキルがあるかどうかも確認したい」

——介護施設に入る場合は

何に注意すればよいですか。  
「まず『すぐに入居できる』とつう施設に飛びつくのは危険だ。要介護者の状態によってはその施設では十分なケアができない場合もあるためだ。次に昼食の時間帯に家族が見学に行くと良いだろう。最も忙しい時間帯に落ち着いてケアできているかを見ることでできるからだ」

「厚生労働省の『介護サービス情報公表システム』を使い、施設の職員の離職率も確認したい。『看取り（みとり）』ケアをしているかどうかも施設の介護への向き合い方を測る基準になる。あとは金額。介護保険の自己負担など踏み込んだ総額を確認するようにしたい」