

いざという時 慌てないための介護の予備知識



親が倒れて途方に暮れる前に まずは、必要な情報を集めましょう!

早期の情報収集と
相談窓口の確保が決め手

介護が必要な状態には必ず「予兆」があります。外出が極端に減ったり、今日が何日かわからなかったり、よく転ぶなどは、認知症やけがによる要介護の可能性大。「まだ大丈夫」ではなく、厚生労働省の「基本チェックリスト」*などで、ふだんから状況を把握することです。そのうえで3つ以上チェックが入った場合など「予兆」があれば、迷わずインターネットで「地域包括支援センター」の場所(各市町村)を調べ、電話してみる。高齢者のよろず相談所である同センターは、介護・医療の専門家が常駐し、さまざまな相談(無料)のつてくれる強い味方です。

要介護度別にみた介護が必要となった主な原因

- 1 認知症
- 2 脳卒中
- 3 骨折・転倒

厚生労働省
「国民生活基礎調査の概況」(2016年)
をもとに作成



NPO法人
となりのかいご
代表理事

川内 潤
Jun Kawauchi

上智大学文学部社会福祉学科卒業。
老人ホーム紹介事業、外資系コンサル会社、在宅・施設介護職員を経て、NPO法人「となりのかいご」を設立し、現職。ミッションは「家族を大切に思い、一生懸命介護するからこそ虐待してしまう悲劇を絶つ」こと。

相談の際は、チェックの結果や現状を事前共有すると話が早く、緊急性もわかります。そのうえで、離れて暮らす親の日常を見守つてくれたり、地域とのつながりをおあせんしたり、万の際は駆けつけて介護保険申請などの手配もしてくれるので、早くから緊密な関係を育てておくべきです。このほか、NPO法人や自治体主催の「介護セミナー」でも有益な話が聞けるほか、同じ立場の人と情報の交換もできるはず。介護を「自分ごと」とし、早めの情報収集と準備をすれば、いざという時に追い込まれ、離職などの早まった選択をしなくて済みます。

* 厚生労働省「基本チェックリスト」
https://www.mhlw.go.jp/topics/2009/05/dl/tp0501-1f_0005.pdf



「もし明日、親が倒れても仕事を辞めずにすむ方法」
川内 潤 著

親の面倒は子だけが見るべき？
介護のプロが、介護で本当に大切な心構えと任せ方をやさしく紹介。

Q & A

Q 親を認知症の検査へ連れて行こうと思います。
スムーズに連れ出すコツはありますか？

A 検査のため「物忘れ外来」などへ行く場合は、地域包括支援センターの担当に「一定の年齢になると皆さん受診していただいています」と口添えてもらうほか、お孫さんに「お婆ちゃん、一緒に病院行こう」とせがんでもらうのも有効ですよ。

