



介護対談

もし明日、親が倒れても慌てないために、考えておくこと

親も自分もラクに暮らすための知恵、「ゆる介護」って?

介護サービスを受ける際、自費(保険外)という選択肢があるのを知っていますか?

親も自分も辛くならない「ゆる介護」を提案する柳本文貴さんと、川内潤さんが進化する介護について考えます。

親が要介護にやっとな認定。それでも、カバーできないサービスがある?

川内 介護保険は基本的によくできた制度ですが、実際の介護の場においては課題もあるようです。柳本さんはどうご覧になりますか?

柳本 たとえば通院介助の場合、行き帰りや待合室で一定の介助は保険の対象ですが、診察室の中は医療保険なので使うことができません。また、短時間の定期的な利用が前提なので、長い時間の付き添いやご本人ご家族の急な病気などで緊急・臨時の対応もしにくく、不便に感じる点かと思えます。

川内 料理や洗濯などのサービスは要介護のご本人だけが対象になるため、同居する高齢のご家族が病気で動けない場合なども、介護保険ではカバーできない。掃除も、家の外は範疇外なので玄関までとか……そこは公平性が前提の公的保険であり、当然のこととはいえ、不便さを言

い出すときりがありませんね。

柳本 介護保険の目的は自立支援であり仕方がないと思いますが、生活様式の多様化が進むいま、より個人の生活に寄り添う介護が求められている。それを可能にするのが保険内と保険外を必要に応じて組み合わせる「混合介護」という考え方は、それによってご家族の介護の負担と気苦労を減らし、親御さんもラクに暮らせる介護——僕はこれを「ゆる介護」といっています。それが、そんな在宅介護を実現したいという思いから、自費も含めたより柔軟なサービスを立ち上げたのです。

生活の質を上げるために上手に利用したい

保険外サービス

川内 自費というと、費用の負担が増えるというイメージがある一方、実際、何をどこまで依頼していいのか戸惑う方もいらっしゃると思うのですが。柳本 ご依頼にはできる限り対応

しており、認知症の方や看取り間近な方に長く付き添うこともありま す。ただ、実際は週に1、2回数時間、親御さんや依頼者の暮らしの ちよとした必要に添えることが多いです。ホームに入る負担に比べれば とても安いし、何より自由です。

川内 多様な介護の選択肢という点で貴重な保険外サービスですが、まだ知らない方も多いのでは? 柳本 だからこそ、ご家族には自費による介護がどういうものか、知っていただくところからお付き合 いをしていきたい。ご本人と過ごす 時間が長いスタッフの場合、ご本人 とご家族の気持ちの橋渡しや相談 役という点でも、お力になれる部分 が多いと思っています。

川内 ご家族の「すべて背負わなければならない」という思い込みが、共倒れ介護を招く例は少なくありません。そんなとき、身近な第三者の意見は貴重ですし、それが柳本さんのおっしゃる「ゆる介護」につながるのには素晴らしいと思います。コロナ禍でご家族のストレスも大きななか、少しでも明るく前向きな介護を実現したいですね。

[介護サービス、保険と自費の上手な使い分け]

介護保険で提供できるサービス

[生活援助]

掃除、洗濯、寝具の整え、衣服の整理と補修、一般的な調理、買い物、薬の受け取り

[身体介護]

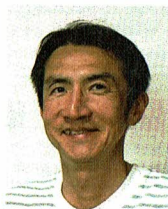
食事介助、排せつ介助、入浴介助、衣服の着脱介助、通院・外出介助、就寝・起床介助

提供できないサービス(保険外サービス)

- ・趣味や楽しみのための外出、旅行の付添い
- ・同居する家族分の洗濯、料理、買物、掃除
- ・ガーデニング、水やり、犬の散歩などペットの世話
- ・パソコンやスマホの設定、オンライン接続補助
- ・金銭の管理や、書類の作成などの手伝い
- ・整理収納、断捨離、仕事や研究のアシスト など



『認知症「ゆる介護」のすすめ』柳本文貴 著
介護は一生懸命やり過ぎてはダメ。この道25年の脱力系ヘルパーが在宅介護のイライラをほっこりに変えるコツを伝授する。



NPO法人グレースケア機構 代表

柳本文貴

Fumitaka Yagimoto

大阪大学人間科学部卒業。株式会社パソナフォスター、老人保健施設、認知症グループホームを経て、2008年グレースケアを設立。長時間・泊まりケア、娯楽ケア、医療的ケアなど自費を中心に、介護保険や障がい福祉、民家デイ、ケア付シェアハウスなどに取り組む。



NPO法人となりのかいこ 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「となりのかいこ」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。



『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。