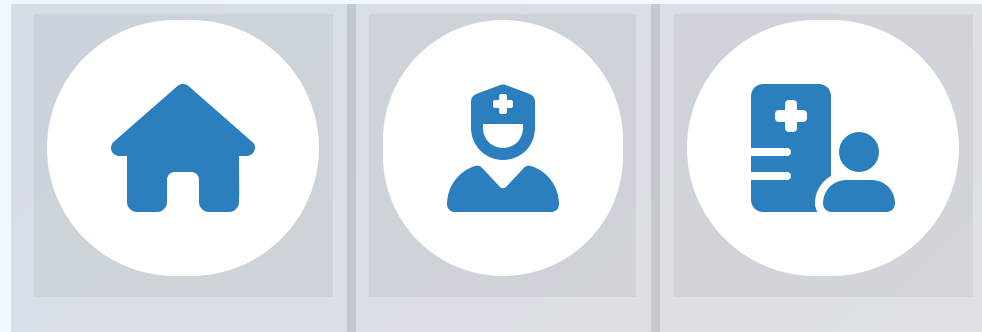


公的介護サービスシリーズ

第2回：自宅で受けられる介護サービス

在宅介護の選択肢



突然の介護に備える！

今から知っておきたい公的介護サービス一覧

このシリーズについて

突然の介護に備える！今から知っておきたい公的介護サービス一覧

突然訪れる介護の状況に備えて、介護保険制度と利用できるサービスの基礎知識を学びましょう。このシリーズでは7回に分けて、介護の基礎知識から実際のサービス内容、費用、申請方法までを解説していきます。

全7回シリーズの構成

- 第1回：介護の基礎知識 - 突然の介護に備えるために
- 第2回：自宅で受けられる介護サービス - 在宅介護の選択肢
- 第3回：住まいの支援とお金 - 介護環境と費用面の対策
- 第4回：施設介護の選択肢 - 自宅介護が難しくなったら
- 第5回：地域で支える介護 - 住み慣れた場所で安心して暮らすために
- 第6回：介護サービスの利用方法 - 申請から利用までの流れ
- 第7回：知っておきたい役立つ情報 - 突然の介護に備えるチェックリスト

前回の振り返り：

第1回では介護保険制度の基本的な仕組みや、介護サービスを利用できる条件などの基礎知識を学びました。

今回の内容

第2回では、**自宅での生活を続けながら利用できる介護サービス**について学びます。

この回で学ぶ内容を理解することで、介護が必要になったとき、どのようなサービスを選べばよいかの判断ができるようになります。



訪問サービス

自宅に介護スタッフが訪問して、食事・入浴・排泄などの介助や、看護・リハビリなどの医療的ケアを提供するサービスです。



通所サービス

日中、施設に通って食事・入浴・レクリエーション・機能訓練などのサービスを受ける「デイサービス」や「デイケア」です。



短期入所サービス

「ショートステイ」と呼ばれる短期間の施設入所サービス。介護者の休息や冠婚葬祭などの一時的な不在時に利用できます。



サービスの選び方と組み合わせ方

介護保険の支給限度額の範囲内で、利用者の状態と家族の状況に合わせたサービスの効果的な組み合わせ方を解説します。

この回を通じて：

在宅介護サービスを上手に組み合わせて、住み慣れた自宅で可能な限り自立した生活を続けるための選択肢を理解しましょう。

訪問サービスの種類

介護保険で利用できる**訪問サービス**には、下記の5種類があります。介護・医療の専門職が自宅を訪問し、必要なケアを提供します。



訪問介護 (ホームヘルプ)

ホームヘルパーが自宅を訪問し、身体介護（食事・入浴・排泄など）や生活援助（掃除・洗濯・調理など）を行います。



訪問入浴介護

看護師と介護職員が専用の浴槽を持参して訪問し、自宅での入浴介助を行います。寝たきりの方でも利用可能です。



訪問看護

看護師などが自宅を訪問し、医療的なケア（健康チェック、服薬管理、医療処置など）を提供します。



訪問リハビリ

理学療法士や作業療法士が自宅を訪問し、日常生活の自立を目指した機能訓練やリハビリを行います。



居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが自宅を訪問し、療養上の管理や指導を行います。服薬指導や栄養指導、口腔ケアなど専門的なアドバイスが受けられます。

ポイント：

訪問サービスは介護保険の要介護認定を受けた方が利用できます。ケアマネジャーと相談しながら、必要なサービスを選びましょう。

訪問介護の内容

訪問介護（ホームヘルプサービス）には、「**身体介護**」と「**生活援助**」の2種類があります。

身体介護

利用者の**身体に直接触れて**行う介護です。介護者の専門的な知識と技術が必要となります。

 **食事介助**
食事の介助、水分補給、口腔ケアなど

 **入浴介助**
入浴の準備、洗身、洗髪の補助など

 **排泄介助**
トイレへの誘導、おむつ交換など

 **更衣介助**
衣類の着脱の手伝い

 **移動介助**
ベッドから車いすへの移乗など

生活援助

身体には直接触れず、日常生活上の援助を行います。利用者本人のための家事に限定されます。

 **掃除**
居室内の掃除や整理整頓

 **洗濯**
衣類の洗濯、乾燥、収納

 **調理**
一般的な調理、配膳、片付け

 **買い物**
日用品の買い物（利用者本人のもの）

 **生活必需品の代行**
薬の受け取りなどの代行

注意：家族全員のための掃除や調理、庭の手入れ、ペットの世話などは介護保険でのサービス対象外です。

訪問入浴介護のサービス内容と対象者

訪問入浴介護は、**自宅での入浴が困難な方**のために、専門スタッフが訪問して入浴をサポートするサービスです。

📋 サービスの特徴と流れ

1 訪問スタッフの構成

看護師1名と介護職員2名の計3名が専用の入浴車で訪問します

2 健康チェック

看護師が血圧測定などの健康チェックを実施し、入浴可能か判断します

3 専用の浴槽準備

持参した専用の簡易浴槽を組み立て、お湯を張ります

4 入浴介助

スタッフが安全に配慮しながら入浴介助を行います（30～40分程度）

5 片付けと報告

浴槽を片付け、ご家族やケアマネジャーへ入浴状況を報告します

👤 対象となる方

🛏 寝たきりの状態で自宅の浴槽での入浴が難しい方

♿ 身体の障害により一般浴槽での入浴が困難な方

🏠 自宅の浴室が狭い、段差がある等の理由で入浴が難しい方

🧠 認知症などで一般的な入浴が難しい方



専用簡易浴槽

3名のスタッフが協力して
安全な入浴をサポートします

週に2～3回の利用が一般的です

費用の目安（1割負担の場合）：

1回の利用につき約1,260円（地域や事業所によって異なります）

訪問看護と訪問リハビリの違いと利用タイミング

医療的なケアを中心とした**訪問看護**と、機能回復・維持を目的とした**訪問リハビリ**の違いと適切な利用タイミングを解説します。

訪問看護

主なサービス内容

- バイタルサインのチェック（体温、血圧、脈拍など）
- 服薬管理や指導
- 褥瘡（床ずれ）の処置
- 点滴や注射、カテーテル管理などの医療的ケア
- 医療機器の管理
- 病状観察と緊急時の対応

特徴

医師の指示に基づいて看護師が医療的な視点からケアを提供。医療保険と介護保険の両方で利用可能です。

訪問リハビリ

主なサービス内容

- 歩行や移動の訓練
- 日常生活動作（食事、入浴、排泄など）の訓練
- 関節の拘縮予防のための運動
- 嚥下（えんげ）機能の訓練
- 自宅環境に合わせた福祉用具の使い方指導
- 家族への介助方法の指導

特徴

理学療法士や作業療法士が身体機能の回復・維持を目的とした訓練を提供。自宅での生活動作改善に焦点を当てます。

適切な利用タイミング

訪問看護の利用タイミング

- 退院直後の医療管理が必要なとき
- 医療的ケア（点滴、カテーテル管理など）が必要なとき
- 慢性疾患の管理が必要なとき
- 褥瘡（床ずれ）の処置が必要なとき

訪問リハビリの利用タイミング

- 脳卒中後の機能回復期
- 骨折後の回復期
- 日常生活動作の自立度を高めたいとき
- 廃用症候群を予防したいとき

豆知識：訪問看護と訪問リハビリは併用することもできます。医療的ケアと機能訓練の両方が必要な場合は、ケアマネジャーと相談しながら組み合わせて利用しましょう。

居宅療養管理指導とは

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などの専門職が自宅を訪問し、療養上の管理や指導を行うサービスです。

専門職ごとの主なサービス内容

医師・歯科医師



- 病状や療養上の管理
- 健康状態の把握と助言
- 処方箋の発行
- 家族への介護指導
- 口腔ケアの指導（歯科医師）

薬剤師



- お薬の管理と指導
- 薬の飲み合わせ確認
- 服薬状況の確認
- 残薬管理と整理
- 薬に関する相談対応

管理栄養士



- 栄養状態の評価
- 食事内容の改善指導
- 病状に合わせた栄養指導
- 食事形態の提案
- 家族への調理指導

歯科衛生士



- 口腔内の清掃
- 歯みがき指導
- 口腔機能の維持・向上
- 嚥下機能の評価
- 家族への口腔ケア指導

サービスの特徴と効果



自宅で専門的なアドバイスが受けられる

通院が困難な方でも医療専門職の支援が受けられます



多職種連携による総合的なサポート

各専門職が連携して利用者の状態に合わせたケアを提供します



介護者へのアドバイスと負担軽減

家族に対しても適切な介護方法の指導を行います



適切な服薬管理による安全確保

複数の薬を服用している場合の重複や副作用を防ぎます

こんな方におすすめ

- ✓ 通院が困難な方
- ✓ 複数の薬を服用されている方
- ✓ 食事や栄養に問題を抱えている方
- ✓ 口腔ケアに不安がある方
- ✓ 在宅での医療管理が必要な方

費用の目安（1割負担の場合）：医師・歯科医師による指導：約510円／回、薬剤師による指導：約510円／回（実際の費用は地域や職種によって異なります）

通所サービスの種類

自宅で生活しながら、日中に施設に通って受ける介護サービスには、**デイサービス（通所介護）**と**デイケア（通所リハビリテーション）**の2種類があります。

通所介護
(デイサービス)



要支援1・2、要介護1～5

介護施設などで日常生活上の介護や機能訓練などを日帰りで受けるサービスです。

✓ 食事や入浴などの日常生活上の支援

✓ レクリエーションなどの活動

✓ 機能訓練（簡単な体操など）

✓ 社会的交流の場の提供

✓ 送迎サービス

通所リハビリテーション
(デイケア)



要支援1・2、要介護1～5

介護老人保健施設や病院などで専門的なリハビリテーションを日帰りで受けるサービスです。

✓ 医師による管理のもとでのリハビリ

✓ 理学療法士・作業療法士などによる専門的なリハビリ

✓ 食事や入浴などの日常生活上の支援

✓ 専門的な機器を使用したリハビリ

✓ 送迎サービス

デイサービスとデイケアの主な違い		
提供施設	通所介護事業所	病院・診療所・介護老人保健施設
医師の関与	必須ではない	常駐して管理
リハビリの専門性	生活機能の維持が中心	医学的な管理のもとでの専門的リハビリ
向いている方	社会交流や入浴など日常的なケアが目的の方	脳卒中後などの専門的なリハビリが必要な方

選ぶポイント：身体機能の回復・向上を目的とする場合はデイケア、社会交流や生活リズムの維持を目的とする場合はデイサービスがおすすめです。目的に合わせて選びましょう。

デイサービスの1日の流れ

デイサービス（通所介護）での典型的な1日の流れを見てみましょう。**朝のお迎えから夕方のお送りまで**、さまざまな活動が提供されています。



注意：施設によって1日の流れやサービス内容は異なります。見学時に確認し、ご本人の生活リズムや好みに合った施設を選びましょう。

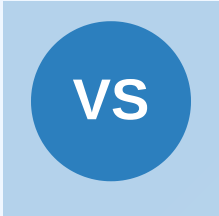
デイサービスとデイケアの違い

デイサービス（通所介護）とデイケア（通所リハビリテーション）の特徴と効果を比較し、どちらが自分に合っているか考えてみましょう。



デイサービス

通所介護





デイケア

通所リハビリテーション

★ デイサービスの特徴と効果

提供施設

介護施設や専用の通所介護事業所で提供されます。

主な目的

日常生活の援助、社会的交流の場の提供、介護者の負担軽減が中心です。

プログラム内容

レクリエーションや創作活動、簡単な体操などが中心。楽しみながら機能維持を図ります。

スタッフ構成

生活相談員、介護職員、看護職員などが中心。機能訓練指導員を配置する施設もあります。

★ デイケアの特徴と効果

提供施設

病院、診療所、介護老人保健施設などの医療機関で提供されます。

主な目的

心身機能の回復・維持、専門的なリハビリテーションの提供が中心です。

プログラム内容

医学的管理のもとでの専門的なリハビリテーション。個別プログラムが充実しています。

スタッフ構成

医師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などの専門職が多く配置されています。

こんな方におすすめ

デイサービス：

- ・身体機能の維持が目的の方
- ・社会的な交流を求める方
- ・レクリエーションを楽しみたい方
- ・家族の介護負担軽減が目的の方

デイケア：

- ・脳卒中や骨折などの回復期の方
- ・専門的なリハビリが必要な方
- ・医学的管理が必要な方
- ・ADL（日常生活動作）の向上を目指す方

通所サービスの選び方

デイサービスやデイケアを選ぶ際のポイントと見学時の確認事項を紹介します。目的やニーズに合った施設を選ぶことで、充実したサービスを受けることができます。

💡 選ぶ際のポイント

1 目的の明確化

身体機能の向上を目指すのか、社会交流を主な目的とするのか、介護者の休息が目的なのかなど、利用目的を明確にしましょう。

2 サービス内容の確認

入浴設備、食事内容、レクリエーションの種類、機能訓練の内容など、提供されるサービスを確認しましょう。

3 立地条件

自宅からの距離や送迎にかかる時間、送迎範囲が自宅をカバーしているかを確認しましょう。

4 施設の雰囲気

施設の清潔感、スタッフの対応、利用者の表情など、実際に見学して雰囲気を感じましょう。

📋 見学時の確認事項

見学時のチェックリスト

- ✓ スタッフの対応：利用者への言葉遣いや態度
- ✓ 利用者の様子：楽しそうに過ごしているか
- ✓ 施設の清潔さ：トイレや浴室の清掃状態
- ✓ プログラム内容：どのような活動が行われているか
- ✓ 緊急時の対応：医療面での対応体制
- ✓ 送迎の詳細：送迎車の種類、乗車時間など
- ✓ 費用：利用料金の詳細、加算の有無など

💡 体験利用のすすめ

多くの施設では無料または低額で体験利用ができます。実際に利用することで、雰囲気や相性を確かめることができるでしょう。不安がある場合は、最初は短時間の利用から始めるのもおすすめです。

ポイント：ケアマネジャーに相談しながら、複数の施設を比較検討することをおすすめします。利用者本人の状態・好みだけでなく、家族の状況も考慮して選びましょう。

利用頻度の目安と介護者の負担軽減

通所サービスの適切な利用頻度と、介護者の負担軽減につながる効果について説明します。

曲 要介護度別の利用頻度の目安

要支援1～2

週1～2回程度

軽度の支援が必要な状態。生活リズムの維持や社会参加のために週1～2回の利用が一般的です。

要介護1～2

週2～3回程度

一部介助が必要な状態。身体機能の維持や介護者の負担軽減のために週2～3回の利用が目安です。

要介護3～5

週3～5回程度

全面的な介助が必要な状態。介護者の負担軽減や身体機能の維持のために週3～5回の利用が効果的です。

♥ 介護者の負担軽減につながるポイント



定期的な休息時間の確保

デイサービスを利用している間、介護者は自分の時間を持つことができます。買い物や通院、趣味の時間など、心身のリフレッシュにつながります。



入浴介助の負担軽減

特に自宅での入浴介助が難しい場合、デイサービスでの入浴は大きな負担軽減になります。専門のスタッフが安全に入浴をサポートします。



食事準備の軽減

昼食が提供されるため、食事の準備や後片付けの負担が減ります。栄養バランスの取れた食事が提供されることも安心です。



社会的交流の機会

本人が外出して社会的交流を持つことで、精神的な安定につながり、間接的に介護者との関係改善や介護負担の軽減に効果があります。

データによると：介護者の約7割が「疲労感」や「ストレス」を感じているという調査結果があります。適切なサービス利用で休息時間を確保することが、介護の長期継続には不可欠です。

注意：介護保険の区分支給限度額の範囲内での利用が基本となります。限度額を超える場合は全額自己負担となります。

短期入所サービス（ショートステイ）

ショートステイは、要支援・要介護者が**短期間、施設に宿泊**しながら介護サービスを受けられる制度です。介護者の休息（レスパイト）や急な不在時に活用できる重要なサービスです。

短期入所生活介護
(特別養護老人ホームなど)



特別養護老人ホームなどに短期間入所して、日常生活上のケアや機能訓練などを受けるサービスです。

✓ 食事・入浴・排泄などの日常生活介助

✓ レクリエーション活動

✓ 基本的な機能訓練

✓ 日常的な健康管理

対象：医療ケアの必要性が低い方

VS

短期入所療養介護
(老健・医療機関など)



介護老人保健施設や医療機関などに短期間入所して、医学的管理下での介護や機能訓練を受けるサービスです。

✓ 食事・入浴・排泄などの日常生活介助

✓ 医師による医学的管理

✓ 専門的なリハビリテーション

✓ 病状管理や看護ケア

対象：医療ケアが必要な方

共通事項



対象者

要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた方



利用期間

連続30日以内（31日目からは全額自己負担）



費用（1割負担の目安）

要介護3：生活介護 約709円/日、療養介護 約871円/日
※滞在費・食費は別

予約のポイント：人気の施設は2～3ヶ月前から予約が必要なことも。特に週末や連休、年末年始は早めの予約をおすすめします。急な利用が必要になった場合は、地域包括支援センターやケアマネジャーに相談しましょう。

利用できる期間と予約のタイミング

ショートステイの**利用可能期間**と**予約のコツ**について解説します。効果的に活用するためには、計画的な予約と適切な期間設定が重要です。

📅 利用可能な期間



原則として連続30日以内

31日目からは介護保険の適用外（全額自己負担）になります

年間利用日数について

- ✔ 年間の日数制限は特に設けられていません
- ✔ ただし、長期利用は在宅生活が基本という介護保険の考え方から推奨されていません
- ✔ 介護保険の区分支給限度額の範囲内での利用が基本となります

利用期間の目安例

定期的な利用

月に3～4日程度

連休時の利用

連続3～7日程度

介護者入院時

連続1～2週間程度

在宅移行準備

連続2～4週間程度

🕒 予約のタイミングとコツ



予約開始のタイミング

人気の施設は**2～3ヶ月前**から予約開始することもあります。施設ごとに予約開始時期が異なるため、事前に確認しておきましょう。



混雑時期を把握する

特に予約が集中する時期は早めの予約が必要です。

年末年始 ゴールデンウィーク お盆 連休 週末



予約のコツ

- ✔ 定期的にご利用する場合は、パターン化して予約すると取りやすい
- ✔ 複数の施設を候補にしておくの良い
- ✔ キャンセル待ちの登録も検討する
- ✔ 緊急時の対応について事前に確認しておく

緊急時の対応：介護者の体調不良など急な利用が必要になった場合でも、地域の包括支援センターやケアマネジャーに相談すると、緊急利用枠のある施設を紹介してもらえることがあります。日頃から相談できる関係を築いておきましょう。

介護者のレスパイト（休息）としての活用法

ショートステイは介護者が**休息を取るための「レスパイトケア」**として大変有効です。介護の長期継続には、介護者自身の心身の健康維持が不可欠です。

📅 効果的な活用パターン



定期的な利用

毎月決まった日に利用することで、計画的に休息時間を確保できます。例えば月に2～3日の定期利用を設定しましょう。



連休利用

連休を利用して、介護者がまとまった休息や旅行などを楽しむことができます。気分転換に効果的です。



体調不良時

介護者の体調不良時や通院時に利用することで、無理をせずに療養することができます。介護者の健康維持に重要です。



冠婚葬祭対応

結婚式や葬儀など、介護者が不在にせざるを得ない場合に利用することで、安心して大切な行事に参加できます。



季節的活用

猛暑や厳冬期など、在宅介護が特に負担になる時期に利用することで、介護者の身体的負担を軽減できます。エアコンの効いた環境や暖房設備の整った施設で安全に過ごせます。

♥ 介護者の休息時の心得

休息時間を有効に使うヒント

- ✓ 罪悪感を持たず、休息を取る権利があることを認識する
- ✓ 十分な睡眠と栄養を取り、体力を回復させる
- ✓ 趣味や友人との交流など、気分転換できる活動を行う
- ✓ 自分のための時間を大切にし、リラックスする
- ✓ 必要に応じて専門家（医師・カウンセラーなど）に相談する

介護者のエネルギー残量

残り30%

多くの介護者は気づかぬうちにエネルギーが消耗しています

介護者の約7割が「疲労感」や「ストレス」を感じている

介護離職や介護うつを防ぐためにも、ショートステイを上手に活用し、定期的な休息を取ることが重要です。介護の質を維持するためにも、介護者自身のケアは欠かせません。

” 休むことは、次への充電。介護を続けるために必要なことです。

持ち物リストと準備のポイント

ショートステイを快適に利用するために、**持ち物の準備**と**事前の確認事項**をチェックしましょう。忘れ物がないように、このリストを参考にして準備をしてください。

持ち物リスト

証書類

- 健康保険証
- 介護保険証
- お薬手帳
- 医療受給者証（お持ちの方）

衣類

- 下着や替えの衣類（3～4日分）
- パジャマ
- 靴下
- 上着（季節に応じて）
- 室内履き

あると安心な物

- おむつ、パッド（必要な方）
- 杖や歩行器（必要な方）
- 補聴器や眼鏡（使用者）
- お気に入りの本や雑誌
- 入れ歯と洗浄剤（使用者）
- 家族の写真など安心できるもの

お薬関連

- 服用中の薬（滞在日数分）
- 薬の服用スケジュール表
- 頓服薬（必要な方）
- 塗り薬・目薬（必要な方）

洗面用具

- 歯ブラシ、歯磨き粉
- シャンプー、リンス、ボディソープ
- タオル、バスタオル
- ティッシュ
- 洗面器（必要な方）

準備のポイント

1 持ち物には必ず名前を記入

同姓同名の方もいる場合があるので、フルネームで記入しましょう。衣類や日用品など、すべての持ち物に記名することをおすすめします。

2 薬の管理方法を確認

施設によって対応が異なるため事前確認が必要です。一包化されている場合や服用時間が複雑な場合は、服用方法を詳細に書いたメモを用意しましょう。

3 体調や好みを伝える

アレルギーや好き嫌い、日常の習慣などを事前に伝えておくことで、快適に過ごせます。特に初めての利用時は詳しく伝えましょう。

4 リストの作成

持ち物リストを作成し、帰宅時にチェックできるようにしておくことで忘れ物を防げます。リストは複製して施設スタッフに渡しておくことで安心です。

5 緊急連絡先の確認

施設側への連絡先を複数伝えておくことで、急な体調変化などの緊急時にスムーズに連絡が取れます。

認知症の方の場合

認知症の方は環境の変化に敏感です。不安を軽減するため、次のようなものを持参すると効果的です：

- 馴染みのある写真や小物
- いつも使っている毛布やクッション
- 日常のルーティンを記載したメモ

要介護度別の利用限度額と自己負担

介護保険サービスには、要介護度別に**1ヶ月あたりの支給限度額**が設定されています。自己負担割合と合わせて確認し、サービスを効果的に利用しましょう。

要介護度別の支給限度額（2024年4月現在）

要支援1	5,032単位（約50,320円）	1割負担：約5,032円
要支援2	10,531単位（約105,310円）	1割負担：約10,531円
要介護1	16,765単位（約167,650円）	1割負担：約16,765円
要介護2	19,705単位（約197,050円）	1割負担：約19,705円
要介護3	27,048単位（約270,480円）	1割負担：約27,048円
要介護4	30,938単位（約309,380円）	1割負担：約30,938円
要介護5	36,217単位（約362,170円）	1割負担：約36,217円

※1単位＝10円として計算（地域によって単価は異なります）

自己負担割合

所得に応じた負担割合
1 1割負担 一般的な負担割合
2 2割負担 本人の合計所得金額が160万円以上 （単身で年金収入のみの場合、280万円以上）
3 3割負担 本人の合計所得金額が220万円以上 （単身で年金収入のみの場合、340万円以上）
利用上の注意点
！ 支給限度額を超える利用 支給限度額を超えるサービスを利用した場合は、超えた分が全額自己負担となります。
📊 負担限度額の対象外 福祉用具のレンタルや住宅改修費の支給など、支給限度額の対象外のサービスもあります。
💡 高額介護サービス費制度 月々の自己負担額が一定額を超えた場合、申請により超えた分が後から支給される制度があります。

今回のまとめ

第2回「自宅で受けられる介護サービス - 在宅介護の選択肢」で学んだポイントをおさらいしましょう。



訪問系サービス

訪問介護（ホームヘルプ）や訪問看護、訪問入浴介護などは、目的に応じて選べます。生活支援から医療的ケアまで、自宅にしながら専門的なサポートが受けられる重要なサービスです。



通所サービス

デイサービスやデイケアなどの通所サービスは、介護者の負担軽減だけでなく、利用者の社会参加や機能維持・向上にも役立ちます。目的に合わせてデイサービスかデイケアを選びましょう。



短期入所サービス

ショートステイは、介護者の休息や冠婚葬祭などで一時的に不在になる時に活用できます。介護者のレスパイト（休息）として定期的に利用することで、介護の継続が可能になります。



サービスの組み合わせ

複数のサービスを組み合わせることで、利用者の状態や家族の状況に合わせた支援体制を作ることができます。要介護度別の支給限度額の範囲内で効果的に組み合わせましょう。

重要なポイント

在宅介護サービスはさまざまな種類があり、上手に組み合わせることで、**利用者の状態や家族の状況に合わせた支援体制を作ることができます。**
サービスの種類や内容を知り、ケアマネジャーと相談しながら、最適なサービスの組み合わせを見つけていきましょう。



第3回：住まいの支援とお金 - 介護環境と費用面の対策

福祉用具の選び方や住宅改修の補助、介護にかかる費用の目安と負担軽減制度などを紹介します。介護を継続するための環境づくりと費用面の準備について学びましょう。

ご視聴ありがとうございました

突然の介護に備える！今から知っておきたい公的介護サービス一覧

第2回：自宅で受けられる介護サービス - 在宅介護の選択肢

介護サービスは人生の質を保つための大切な支援です。
ぜひ事前に知識を得て、必要になったときに迷わず適切なサービスを選択できるようにしておきましょう。

▶ 次回の動画を見る



ご質問は

記事下のコメント欄にてお気軽にどうぞ。
個別の相談は、お住まいの地域の地域包括支援センターでも受け付けています。



参考リソース

- [厚生労働省：介護保険制度について](#)
- [介護サービス情報公表システム](#)
- [日本ケアマネジメント学会](#)
- [全国地域包括・在宅介護支援センター協議会](#)
- [認知症介護研究・研修センター](#)

🎵 次回の配信

第3回「住まいの支援とお金 - 介護環境と費用面の対策」にぜひご参加ください。