

第2回 個性づくりテーマ展示 《介護》

10人10色のHAPPY介護

展示期間 8月27日～10月26日
展示場所 南台図書館2階 展示コーナー



少子高齢化が進む現在、“介護”は避けては通れない問題となりつつあります。これから介護を始める人も、介護を続けてきた人も、たくさんの不安や悩みを抱えていることでしょう。

近年ではそうした声を受け、介護保険のケアプランも多様化しています。まずは一人で抱え込まずに、サポートを利用しながら、無理のないあなた流の介護を始めてみませんか。

南台図書館で紹介した本が、そのきっかけとなれば幸いです。
展示資料は貸し出しもできます。

中野区立南台図書館

03-3380-2661

介護保険制度とは？

介護保険制度とは、市町村がサービスを提供する公的な社会保険です。高齢化・核家族化が進む中、高齢者を家庭内だけでなく社会全体で支える仕組みとして2000年4月に導入されました。

◆介護保険の利用の仕方

介護サービスを利用するためには、まず市町村が実施する「要介護認定」の審査を受ける必要があります。ここで介護が必要と判断された場合、費用の1割を負担することで認められた介護ランクに応じてサービスを受けることができます。自宅で暮らしているか、施設に入所しているかは問いません。

◆介護保険の対象となるのは？

介護保険の主な対象となるのは65歳以上の方(第1号被保険者)ですが、40～64歳の方(第2号被保険者)も、「特定疾病(初老期認知症、脳血管疾患など)」により、要介護認定を受けた場合は、介護保険によるサービスを受けることができます。

ただし、すでに障害を持っている方や、交通事故、労働災害などによって車椅子の生活になった方は交通事故補償、労災補償などの適用を受けることになり、介護保険は適用外になります。(65歳以上であればこういった制限もなく介護保険を受けることができます。)



第1号被保険者

- ・65歳以上の方
- ・保険料は原則として年金から天引きされる



第2号被保険者

- ・40～64歳までの方
- ・保険料は毎月の医療保険に上乗せして徴収される

これまで、日本の高齢者福祉政策は「措置制度」と呼ばれる仕組みで運営されてきました。これは介護を施す側によって作られた制度で、行政が税金から高齢者・障害者に福祉を提供してきました。しかし介護保険制度の導入によって、介護は「与えられるサービス」から介護を受ける側の立場に立った『権利としてのサービス』へと変化したのです。

要介護認定

介護保険サービスを受けるには、まず要介護認定を申請します。市区町村に、「介護が必要だ」ということを認めてもらうためです。これにより、利用者はサービスを費用の1割負担で利用できます。

要介護認定とは、訪問調査や主治医の意見書などを元に、介護認定審査会が申請者の要介護度(介護が必要な度合い)を審査判定することです。

要介護度は、要支援1・2、要介護1～5の7段階の認定ランクに分けられ、サービス内容や利用限度額に影響します。

認定結果の有効期間は、新規で6ヶ月、更新後は1年です。そのため、翌年もサービスを継続する際は、改めて手続きが必要となります。更新は期間満了の60日前から申請できます。また、利用者の状態が変化した場合などには、いつでも再認定を受けることができます。

要介護認定を受けたら、**ケアマネジャー**と一緒にケアプランを作っていきます。

ケアマネジャー

仕組みや手続きが複雑な介護保険制度において、効率的にサービスを利用するための強い味方、それがケアマネジャーです。ケアマネジャーとは、正式名称を「**介護支援専門員**」と言い、国家資格と実務経験を持つ福祉・保険分野のエキスパートです。

利用者はケアプランの作成をケアマネジャーに依頼し、ケアマネジャーは市区町村やサービス事業者に掛け合いながら、利用者とその家族の方の意見を踏まえた上で、利用者にとって最適なケアプランを作成します。

大事なことは、“ケアマネジャーにおまかせ”にするのではなく、常に利用者や家族の方が主体となってケアプラン作りを進めていくことです。一度ケアプランを作成したら、利用者や家族の方、ケアマネジャーの他、サービス提供事業所の担当者を交えて、内容・時間・料金などを確認し、さらに修正していきます。ケアプランは、サービスが始まってからでも修正できますので、些細でも気になることや要望があれば、どんどん声に出していきましょう。

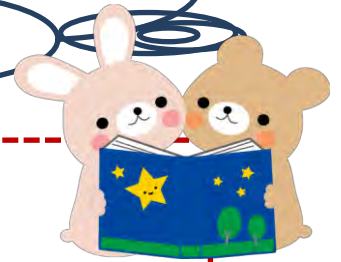
介護保険や介護についての相談は、下記までお問い合わせください。

中野区社会福祉協議会 TEL:03-5380-0751

中野区役所:介護保険分野介護制度運営担当 TEL:03-3228-5629

介護サービス苦情相談窓口(東京都国民健康保険団体連合会) TEL:03-6238-0177

展示資料の紹介



現役ケアマネが教える 最新介護保険利用のしかた
コンデックス情報研究所編著 成美堂出版 2008年
364. 4 コ

導入された当初から「仕組みがわかりにくい」と言われていた介護保険制度。その後も度重なる制度改正が行われ、内容はさらに複雑になってしまいました。そんな介護保険の基本的なシステムや上手な活用法、要介護認定を受ける際の訪問調査のポイントなど、介護保険を利用するにあたって知っておきたい情報がわかりやすく解説されています。

ビジネスマンのための実践男の介護
舛添要一著 ブレインキャスト 2001年
369. 2 マ

5年間に及ぶ介護の末、2000年に実母を看取った舛添要一氏の介護体験記です。これまで妻・嫁・娘など女性の務めとされていた介護ですが、少子高齢化、若い世代の晩婚化が進む現在、男性にとっても避けては通れない問題となっています。

男性が介護をするということはどういうことなのか、どんな心構えが必要なのか、そんな疑問に答えてくれる1冊です。

介護特集 リスト

| 書名 | 著者 | 出版社 | 出版年 | 請求記号 |
|---------------------------|-------|-----------|-------|---------|
| 介護保険・医療保険完全ガイド2011-2012 | 桶谷浩 | 自由国民社 | 2011年 | 364.4 カ |
| 最新図解でわかる介護保険のしくみ | 服部万里子 | 日本実業出版社 | 2007年 | 364.4 ハ |
| 介護経験 FP が語る介護のマナー&アドバイスの本 | 飯田道子 | 近代セールス社 | 2011年 | 369 イ |
| ふまじめ介護ゆうゆう流 | 田辺鶴瑛 | 主婦と生活社 | 2011年 | 369.0 タ |
| 新しい介護 完全図解 | 大田仁史 | 講談社 | 2003年 | 369.2 ア |
| オトコの介護力 | 稲葉敬子 | 木馬書館 | 2000年 | 369.2 イ |
| 介護の中で老いをみつめる | 植月秀子 | 日本放送出版協会 | 1995年 | 369.2 ウ |
| 離れて暮らす親のケア | 太田差恵子 | 七つ森書館 | 2006年 | 369.2 オ |
| となりの介護事情 | 大河内直人 | 幻冬舎ルネッサンス | 2009年 | 369.2 オ |
| 介護不安は解消できる | 金田由美子 | 集英社 | 2011年 | 369.2 カ |
| 美容福祉の魔法のちから | 木谷佳子 | 講談社 | 2007年 | 369.2 キ |
| ここをチェック！介護サービスの損しない選び方 | 吉田輝美 | ぎょうせい | 2011年 | 369.2 コ |
| 介護旅行にでかけませんか | 篠塚恭一 | 講談社 | 2011年 | 369.2 シ |
| 介護事故・トラブル防止完璧マニュアル | 田中元 | ぱる出版 | 2011年 | 369.2 タ |
| 家族のための事例でわかる介護ケアプラン | 高室成幸 | 法研 | 2007年 | 369.2 タ |
| まごころの介護食 | 中山れいこ | 本の泉社 | 2009年 | 369.2 ナ |
| 日常生活動作を助ける介助技術 | 滝波順子 | 日本医療企画 | 2011年 | 369.2 ニ |
| ビジネスマンのための実践男の介護 | 舛添要一 | ブレインキャスト | 2001年 | 369.2 マ |
| 老人介護大発見 | 三好春樹 | 雲母書房 | 2008年 | 369.2 ミ |
| おひとりさま介護 | 村田くみ | 河出書房新社 | 2010年 | 369.2 ム |
| 本人と家族のための認知症介護百科 | 須貝佑一 | 永井書店 | 2010年 | 493.7 ホ |
| 寝たきりにさせない家庭のリハビリ | 隆島研吾 | 日本放送出版協会 | 2007年 | 494.7 ネ |
| 長続きするおいしい介護食 | 清水依理子 | 成美堂出版 | 2005年 | 498.5 ナ |
| わが家流でいい！ほがらか介護 | 羽成幸子 | 鳳書院 | 2011年 | 598.4 ハ |
| 語れぬ妻へ | 弥勒祐徳 | 石風社 | 2011年 | 598.4 ミ |
| 笑顔の介護力 | 小山明子 | かまくら春秋社 | 2009年 | 916 コ |
| 夫・庄六の最期を支えて | 杉原美津子 | 講談社 | 2009年 | 916 ス |
| 泣いて笑ってみおくて | 西川ヘレン | 小学館 | 2010年 | 916 ニ |
| 二十三年介護 | ねじめ正一 | 新潮社 | 2000年 | 916 ネ |

リストに載っていない資料もありますので、棚をご覧ください。

在宅介護について調べてみよう

在宅介護に興味を持った方も、より知識を深めたい方もいらっしゃるかと思います。ここでは、基本的な自宅での介護についての資料・情報の調べ方を紹介します。

1. 情報検索のキーワード

在宅介護について調べる際に幾つかのキーワードがあります。これらを使うことで、より効率的な調べ方ができます。

在宅介護、訪問介護、居宅サービス、デイサービス、ショートステイ、在宅療養支援、地域包括ケア、ケア、ケアプラン、ケアマネジャー、介護支援専門員、ホームヘルパー、老々介護、高齢化社会、介護福祉、高齢者福祉、家庭看護、在宅医療、介護保険、要介護認定、要介護、要支援、介護予防、介護給付、新予防給付、介護報酬、成年後見制度、後期高齢者医療制度、地域支援事業、地域包括支援センター

2. 基本的な情報を調べる

イ. 用語を調べる

| 資料情報 | 請求記号 | 所蔵館 |
|-----------------------------------|----------|-------|
| 世界大百科事典 平凡社 2009年 | 031 セ 34 | 南台図書館 |
| 現代用語の基礎知識 2010 自由国民社 2010年 | 031 ゲ 10 | 南台図書館 |
| 介護福祉用語辞典 住居広士代表編 ミネルヴァ書房 2009年 | 369.0 カ | 南台図書館 |

ロ. テーマの棚を調べる

| 分野 | 分類記号 | 分野 | 分類記号 | 分野 | 分類記号 |
|------|-------|------|------|------|-------|
| 介護保険 | 364.4 | 介護福祉 | 369 | 家庭看護 | 598.4 |

* 中野区の社会保障・福祉に関する資料は、“地域資料H”(南台図書館)にあります。

ハ. 在宅介護に関する図書を調べる

中野区立図書館ホームページの蔵書検索を使って調べる

→<http://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/index6.html>

| 資料情報 | 請求記号 | 所蔵館 |
|---|---------|-------|
| ヘルパー以前の介護の常識 基本の知識187 浜田きよこ編・著 講談社 2008年 | 369.2 ハ | 南台図書館 |
| 介護サービスはこうして選びなさい 五十嵐裕二監修 エクスナレッジ 2010年 | 369.2 フ | 南台図書館 |
| あの世の妻へのラブレター 永 六輔著 2005年 | 916 エ | 南台図書館 |

(中野区未所蔵の場合) 東京都内公立図書館で所蔵されている図書を探す→<http://metro.tokyo.opac.jp>

二. 雑誌・新聞を探す

雑誌を探す→「介護ビジョン」(日本医療企画) (中央図書館所蔵)

原紙(朝日・毎日・読売・産経・東京・日経)→南台図書館1階新聞コーナーにあります。

毎日新聞縮刷版→南台図書館2階大型本コーナーにあります。

3. その他の情報

介護保険制度の概要(厚生労働省)→www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/index_gaiyo.html

介護サービス関係Q&A(厚生労働省)→http://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/index_qa.html

中野区役所 暮らしのガイド→<http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/guide/index.html>

4. 関連機関のご案内

* 東京都福祉保健局 www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/index.html

介護保険制度相談窓口(介護保険制度に関する相談) TEL:03-5320-4597

〒163-8001 東京都新宿区西新宿2-8-1

* 東京都国民健康保険団体連合会 www.tokyo-kokuhoren.or.jp/

苦情相談窓口(介護サービスに関する苦情・相談) TEL:03-6238-0177

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-5-1 (東京区政会館11階)

* 南中野地域包括支援センター

高齢者の保健福祉の総合支援窓口 TEL:03-5358-8601

〒164-0013 東京都中野区弥生町3-33-8 (やよいの園内)

* 中野区消費生活センター TEL:03-3389-1196

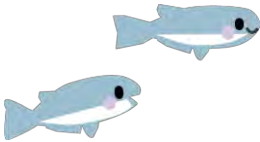
〒164-8501 東京都中野区中野4-8-1 (中野区役所1階)

中野区立南台図書館
2011年8月27日作成


南台図書館からのお知らせ

南台図書館は、蔵書点検のため

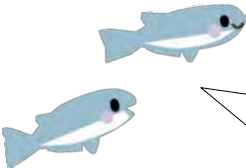
10月17日(月)から21日(金)まで休館します。




蔵書点検って、何をしているの？



“蔵書点検”では、
南台図書館所蔵の約64,000冊の図書と視聴覚資料約1,800点の
登録データと実際のデータが合っているか、確認する作業をするんだ。
この作業によって、データ・ラベル・配架場所の誤りや
不明になっている本はないかなどをチェックすることができるんだよ。



へえー、本が迷子になるのを防ぐ作業みたいなものなのかな。
大事だけど、すぐには終わらないの？



蔵書点検は1点ずつ確認する作業になるのと、この期間に普段なかなかできない書架の清掃や書棚の調整などもするから、時間がかかってしまうんだ。

利用者の皆様にはご不便をおかけいたしますが、
ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

