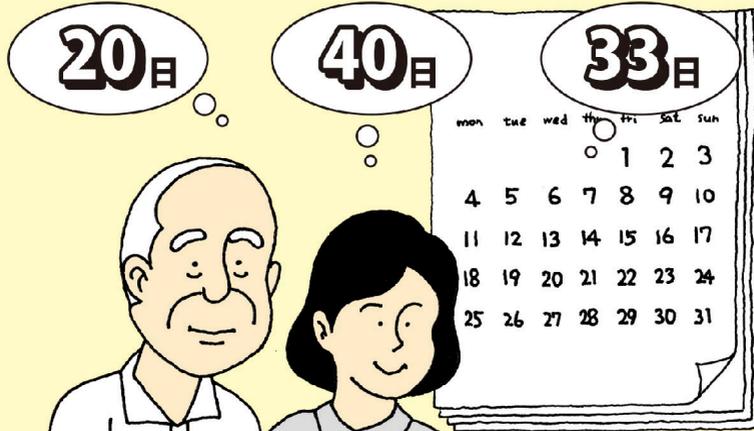


介護休業制度を利用すると **93日** の休業が可能になります。

例えばこのような分割取得も



ポイント

- 通算して93日まで
- 3回を上限として分割取得可能
- 土日祝も含まれる
- 取得は原則2週間前までに

40歳からの介護知識 8

93日をどう使う？

もしも親に介護が必要になったら、介護休業制度があるということ、以前にお話しました。介護休業制度とは、介護が必要な家族を介護するために、一定期間休業できるしくみです。一定期間とはどのくらいでしょう？

この制度で定められた休業日数は、通算して「93日」を上限とされています。

定められた93日の期間に「仕事と介護の両立」に向けた生活パターンを、構築していきます。

今回は、93日の「まちがった使いかた / 上手な使いかた」という視点で、お話していきましょう。



【1】93日の「まちがった使いかた」。

さあ、介護に費やせるのはたった93日しかない。

できるだけことはやらなければ…でも、どうすればよいのか分からないから、とりあえず片っ端から本を読んで、介護の勉強をした。

この期間、自分で献身的に親の面倒をみた。親は喜んでいたが、自分は日に日に不安に。

そして93日も残りわずか。結局何ひとつ改善されていないまま、

仕事に就いても、かえって会社に迷惑がかかってしまう。さて、どうしようか…。

と、「すべてを自分でやってしまう」となると、93日は泡のように消えていってしまいます。



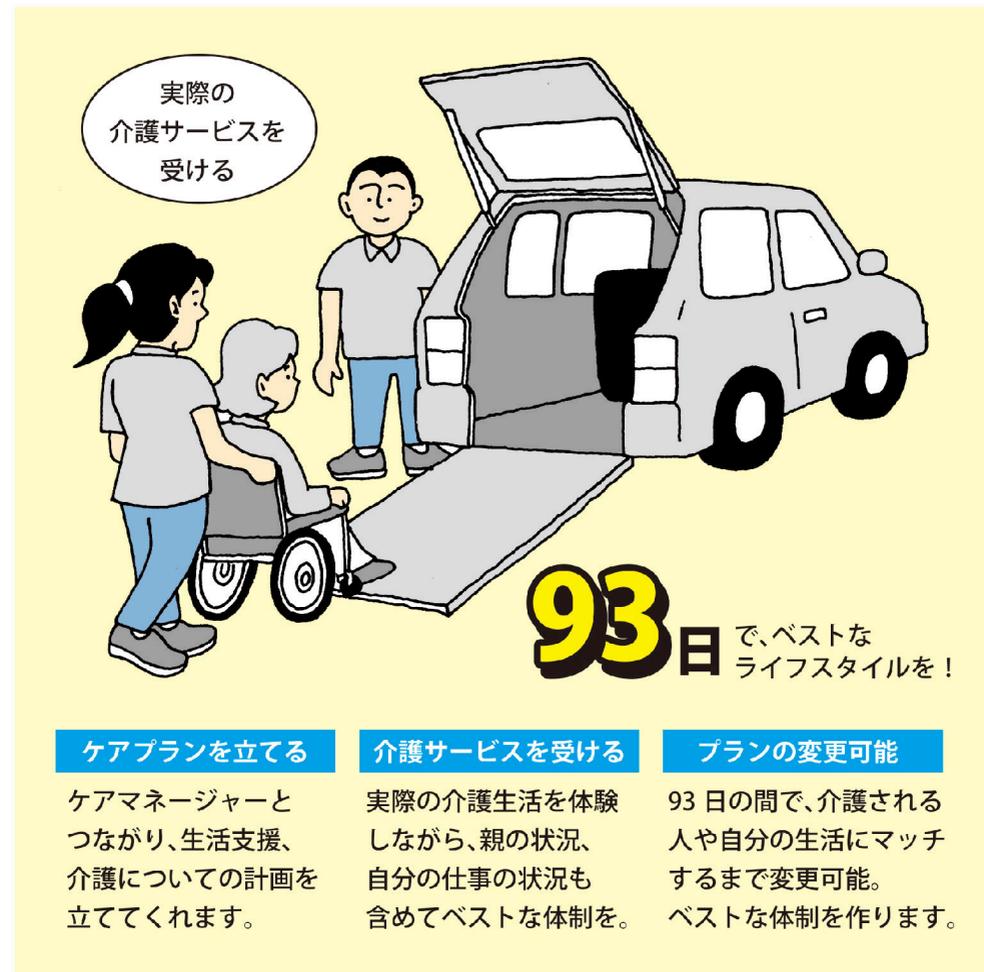
まずは相談 & 情報収集

- お勤めの会社に相談 & 情報収集
- 介護される人の状況把握
- 地域包括支援センターなどに相談



[2] 93 日を上手に使う (1) 相談・情報収集・手配

まずは会社の人事部などで相談し、サポート体制や、情報、必要な書類などをもらいます。併せて、介護が必要なご家族に、状況や、介護に関する希望などを事前に聞いておきます。そして、その人の住む地域の、地域包括支援センターへ。ここでは、介護についての相談や、要介護認定の手続きなどの代行も行ってくれます。地域包括支援センターに行くときは、あらかじめ相談内容をまとめておき、事前に予約しておくことで、スムーズな相談につながります。まずは 93 日をうまく分割して、相談や手配のフェーズを組み立てましょう。



ケアプランを立てる

ケアマネージャーとつながり、生活支援、介護についての計画を立ててくれます。

介護サービスを受ける

実際の介護生活を体験しながら、親の状況、自分の仕事の状況も含めてベストな体制を。

プランの変更可能

93 日の間で、介護される人や自分の生活にマッチするまで変更可能。ベストな体制を作ります。

[3] 93 日を上手に使う (2) ケアプランを生活実装する。

要介護認定があり、介護保険でサービスが使えるようになりました。そこでケアマネージャーが、週単位・月単位でケアプランを立ててくれます。ケアマネージャーとは、「介護サービス」と「介護を必要とする人」の橋渡しをしてくれる専門家。介護される人はもちろん、ご家族の「仕事と介護の両立」についての悩みも考慮してくれます。93 日間の後半は、そのケアプランが、生活にマッチするかどうかを試みる期間です。ケアプランは、本人や家族の介護負担が最小になるまで変更可能です。トータル 93 日間で、ベストな介護体制をデザインしていきましょう。