

介護の
手続

【第九回】

■安否確認

も兼ねる自治体「配食」「ごみ収集」

■2500円以内

「訪問理美容」

在宅介護

■寝たきりを助ける「寝具丸洗い」が数百円
■電球取り換え「家具移動」はごっこに頼む？

「役立ちサービス」

18

ホームヘルパーが生活援助や身体介助を行う「訪問介護」など、介護保険制度で提供されるサービスは在宅介護の強い味方。

だが、実は介護保険サービス以外にも、在宅介護をより安心かつ充実したものに仕上げる仕組みがあるのだ。

介護保険外のサービスは、市区町村が実施する非営利目的のものから、民間企業が提供するものまで幅広い。また利用にあたり、要介護認定の要件はない。反面、ケアマネジャーが個人にメニューを組んでくれるわけではないので、地域でどんなサービスが行

われているのか把握し、窓口にアプローチする必要がある。が、単身で住む高齢者はもちろん、同居世帯にとても利用価値は高い。

東京都民生児童委員で、介護に詳しいライターの浅井郁子氏が語る。

「同居家族がいる場合、原則として介護保険サービスの生活援助は利用できませんが、介護保険外サービスなら活用できる。これも大きなメリットです」

一二九頁のリストは、特に有用な十八のサービス。二つの介護保険サービスを含むをまとめたもの。多くの地域で行われているものをピックアップしたが、具体

的な実施状況は各自治体の高齢福祉課や社会福祉協議会などに確認してほしい。

生活総合情報サイト「All About」の解説員で、介護アドバイザーの横井孝治氏は、両親の遠距離介護を行っていた際、特に役立つのが自治体が提供する配食サービスだという。

「管理栄養士が献立を考えたお弁当を、一食五百円前後で、一日二食、三百六十五日届けてくれる。離れて暮らしていると一番不安なのが食事ですが、お正月まで来てくれるのでありがたかった」

配食サービスは民間の仕出し業者なども行っており、中には糖尿病や腎臓疾患を抱えていたり嚥下能力が落ちていたりなど、利用者の要請に応じたメニューを提供している業者もある。「利用者に直接手渡すため、安否確認や見守りを兼ねるのもメリット」（同前）自治体が行う「ごみ出し支援サービスも安否確認付きで運営されている、と語るのは「All About」のガイドで介護ジャーナリストの小山朝子氏だ。

「歩行が困難で、ごみを集積場まで運ぶのが困難な高齢者は多く、たとえば東京都世田谷区では『高齢者等訪問収集』として行われています。収集職員が玄関先

まで回収に来てくれるサービスですが、受取りの際の応答が安否確認にもなる」小山氏は要介護5の祖母を約十年、在宅介護した経験を持つ。その際に重宝したのが寝具の丸洗い・乾燥・消毒サービスだという。

「目黒区（東京都）では要介護度が重い人を対象に、ふとんの乾燥・消毒を無料で行っています。なかなかふとんを干す機会がなく、よく利用させてもらいました」

同区では寝具の乾燥・消毒を年六回、水洗い乾燥・消毒も年一回、無料で利用可能。自治体によっては有料

お役立ち訪問サービス 18

サービス名	費用の目安 ※1	提供者 ※2	説明	
配食サービス	1食500円前後	自治体や社協	食事の準備が困難な高齢者に対して、管理栄養士が作ったメニューで配食を行う。直接届けることによって見守りや安否確認も兼ねる。	
ごみ出し支援サービス	無料	自治体や社協	ごみ出しの難しい高齢者を対象に、収集職員がごみを取りに来てくれる。安否確認も行ってくれる自治体や社協もある。	
寝具の丸洗い・乾燥・消毒サービス	無料～1,000円程度	自治体や社協	要介護度が重い人が対象。寝たきりの場合、なかなか寝具の乾燥・消毒は難しく、数百円程度なら民間よりもずっと安価。	
おむつサービス	月額6,000～10,000円程度	自治体や社協	おむつの現物支給もしくは購入費の助成を行う。毎日使うものなので、利用者にとってありがたい。	
調理・洗濯・掃除・買い物支援サービス	数百円程度(1時間あたり)	自治体や社協	高齢者の家事支援を目的としたサービスは、介護保険のホームヘルパーよりも柔軟性が高い。高齢者の話し相手にもなってくれる。	
通院支援	数百～1,000円程度	社協など	訪問介護のヘルパーは通院の際、院内まで付添うことはできない。社協のサービスなら院内付添いや薬の受取りまで支援に含まれる。	
入院費等の支払い	数百～2,500円程度	社協など	入院や体調不良などで外出できない場合、病院や入院費用の支払いを代行してくれる。	
訪問理美容	500～2,500円程度	自治体など	美容師が自宅を訪れ、散髪、白髪染め、髭剃り、シャンプーなどをしてくれる。特に女性には嬉しいサービスだ。カラーやパーマの場合、数千円かかる。	
日常的な金銭管理サービス	数千円程度	社協など	家賃や光熱費の支払い、預金の引き出しなど、日常生活に必要な金銭管理を行う。	
カギ預かり事業	無料～1,500円程度	社協など	独居高齢者の緊急事態に備え、カギを預かるサービス。特養など24時間体制の福祉施設でカギを保管し、連絡があると職員がカギを持って駆けつける。	
電球の取り換え	無料～500円程度	社協など	高齢者の負担となる電球の取り換え。無料で行う社協や、有償のシルバー人材センターもある。	
家具や荷物の移動	無料～500円程度	社協やシルバー人材センター	荷物の移動は意外に負担。届いた宅配便など、ちょっとした荷物を動かしてくれる便利なサービスだ。	
荷物の梱包・宛名書きの手伝い	数百円程度	シルバー人材センターなど	荷物の梱包や宛名書きなどの作業も在宅の高齢者には負担になるもの。保険外サービスにはきめ細かなものが多い。	
植木の剪定、ふすま・障子の張り替え	数千円程度	シルバー人材センターなど	シルバー人材センターに登録した元職人が、植木の剪定やふすまの張り替えなどの技術を提供するサービスが人気。数カ月待ちになることも。	
民間の家事代行サービス	数千～1万円程度	家事代行会社	「福祉の世話になりたくない」と抵抗感を示す高齢者もいるが、そんな場合は大手企業が提供するような民間の家事代行サービスも検討しよう。	
携帯電話の設定サービス	無料～数千円	電器店など	高齢者向けに携帯電話の設定や利用法のレクチャーを無料でやっている企業もある。	
介護保険サービス	訪問歯科	介護保険と医療保険併用(1～3割負担)	訪問歯科医	歯科医が自宅を訪れ、口腔ケア、虫歯の治療、入れ歯の調整などを行ってくれる。料金は施術によって異なるので要確認。
	訪問薬剤師	介護保険と医療保険併用(1～3割負担)	薬局の薬剤師	薬剤師が、患者にあわせて用量・用法の薬を自宅に持参し、お薬カレンダーに服用すべき薬をセットしてくれる。

※1 提供する自治体や事業者によって異なる ※2 社協(社会福祉協議会)のサービスを利用する場合、数千円の年会費が必要

のところが。自治体の高齢福祉課や地域包括支援センターへ利用申請が必要だ。要介護度が高くなると、おむつを利用する人も増える。毎日使う消耗品なので費用がかさむが、おむつの現物や購入費の助成金が支給されるおむつサービスが助けになる。申請の窓口は各市区町村の高齢福祉課や社会福祉協議会など。

社会福祉協議会(社協)は頼りになる存在だ。社会福祉活動の推進を目的とした非営利の民間組織で、各市区町村に設置。行政と連携しながら地域の暮らしに役立つサービスを提供している。利用には会員登録し、数千円の会費を支払う必要がある。

自治体や社協は介護保険で賄いきれないサービスを提供していることが多い。介護保険に基づく訪問介護のヘルパーは、要介護認定を受けた高齢者にしかサービスできない。たとえば在宅の夫婦がいて、夫が「要介護1」で妻が「自立」の場合、ヘルパーは夫の食事しか作ることができ

ない。洗濯なども同様だ。一方、自治体や社協が行う支援サービスにはそういう制限がない。たとえば東京都中野区の社会福祉協議会では、地域の協力会員が有償で家事や介護を手伝うが、対象は六十歳以上の高齢者など区民全般だ。

「掃除や食事の支度、買い物、洗濯といった家事援助サービスは一時間八百円。外出の援助、食事の介助といった介護援助サービスは一時間千円で利用できま

す(中野区社協) 社協や自治体が行う通院訪問理美容を行っている自治体や社協も多い。理容師・美容師が自宅や病室を訪れ、カットやシャンプー、白髪染めまで行ってくれる。散髪と洗髪だけなら、概ね二千五百円以内で利用できる(カラーやパーマになると数千円かかる)。

銀行や郵便局などへ各種料金の支払いに向くことも、高齢者には負担。社協では預金の引き出しや光熱

費、家賃の支払いなどを代行する日常的な金銭管理サービスも行っている。NPO法人「パオッコ」離れて暮らす親のケアを考える会」を運営する介護・暮らしジャーナリストの太田差恵子氏は、カギ預かり事業を行う社協もあると話す。

「一人暮らしの高齢世帯だと、訪問時に玄関のカギを開けてくれないと安否確認

ができません。体調が悪くなった場合や近隣住民が異変を感じたとき、あらかじめカギを預かってくれるサービスを利用していけば、迅速な対応が可能です」

これは独居高齢者を対象にしており、利用者が社協に預けたカギは、特別養護老人ホームなど二十四時間体制の福祉施設で保管。緊急連絡を受け職員がカギを持ち出勤する仕組みだ。

地域のシルバー人材センターもサービス提供者のひとつ。「高齢者等の雇用の安定等に関する法律」に基づき、国や都道府県から支援を受けて運営されている。「センターに入会した高齢者が、比較的安価でサポートしてくれます。電球の取り換えや家具、荷物の移動など、ちょっとした困りごとにも対応している。植木の剪定やふすま・障子の張り替えサービスも人気です(同前)

これらは技能を持つ元職人の登録が多く、利用は数カ月待ちになることも。他にも荷物の梱包や宛名書きなど、概ね三十分程度

家のカギを預かってくれる