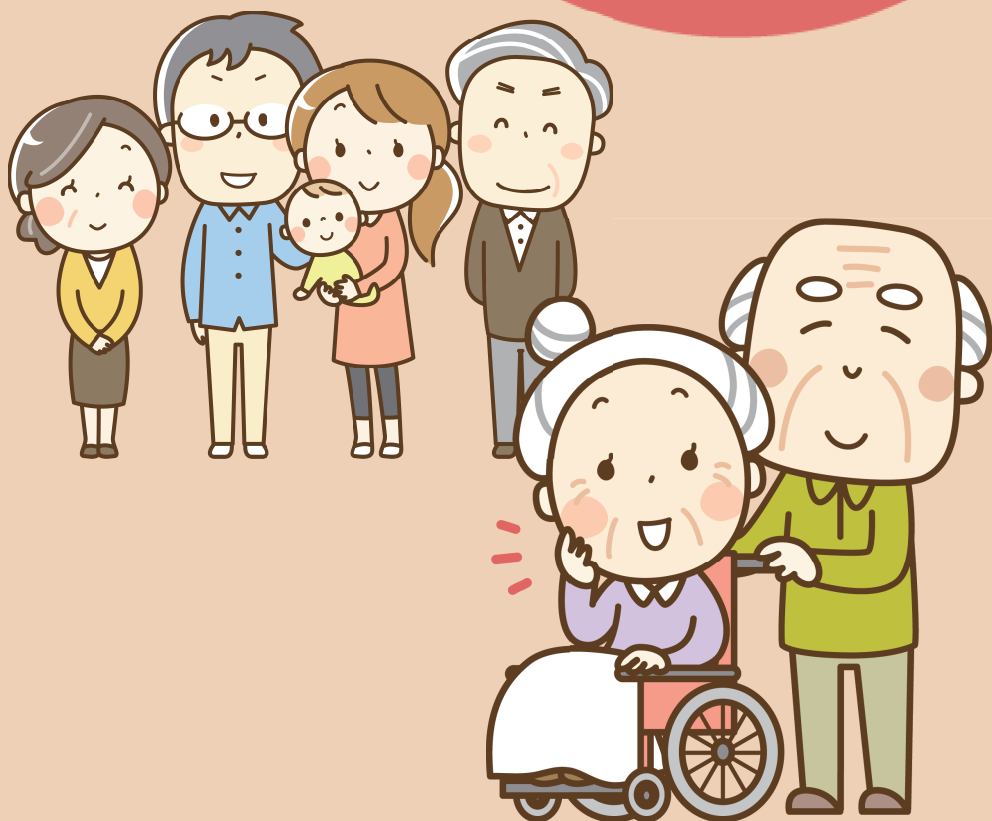


介護準備のためのリーフレット

# 介護に 備えよう！





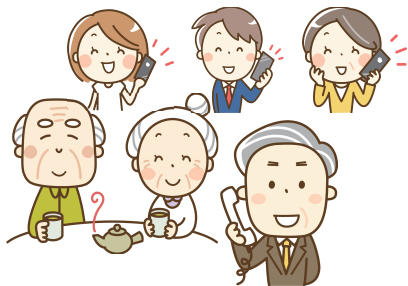
# 介護に備えよう

## 1. 親と日常のコミュニケーションを増やしましょう！

老親は心配をかけたくなくて、体調が悪くなったことを、あえて連絡してこないことが多くあります。

別居している場合は、日頃から、電話などで親と連絡をとるようにしましょう。

親がどのような暮らしをしたいかを聞き、自分の希望も伝えるようにしましょう。



### チェックしよう！認知症の症状

- ・ 簡単な単語を忘れる
- ・ 自宅の近くで道に迷ったり、どこにいるのかわからなくなる
- ・ 性格が変わる
- ・ 楽しみにしていたことに興味を失う
- ・ 財布を冷蔵庫などにしまう
- ・ 簡単な計算ができにくくなる

認知症の受診には、神経内科、老年科、精神科、脳神経外科などから診療科を選びます。

認知症には、薬で症状が軽くなったり、進行を遅らせたりできるものがあります。早めに医療機関を受診しましょう。



## 介護の心構え

「介護をマネジメントしましょう」

「“仕事をやめる”という判断は慎重に。仕事をやめて介護をひとりで背負うことによりストレスが増したケースも多くあります」

「介護休業は緊急対応＋仕事と介護の両立のための準備期間でもあります」

「介護の課題に直面したら、一人で解決しようとせずに、介護サービスの利用を決めるなど専門家と相談したり、職場の上司などに相談しましょう」

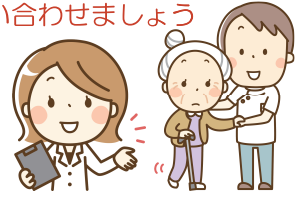
→仕事と介護を両立するための課題を  
職場や専門家に伝えましょう



**両立コンシェルジュ**へご相談を



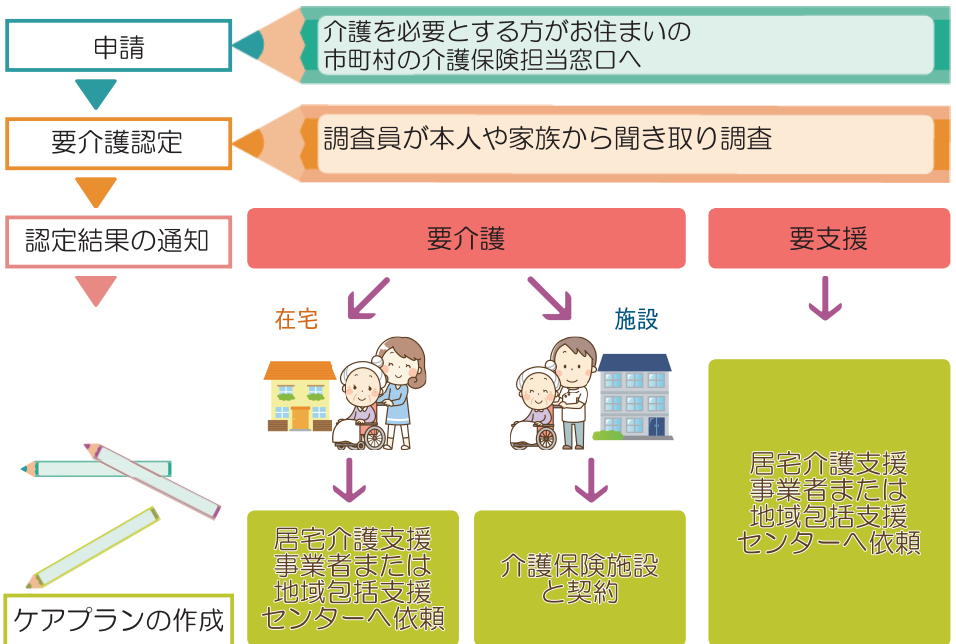
## 2. 情報収集をしましょう

- 各地域の市町村役場、地域包括支援センター等に問い合わせましょう
  - ◎ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などがサポートしてくれます
  - ◎情報を提供してくれます
- 介護を必要とする方が住む市町村から、「介護保険の手引き」を取り寄せましょう



介護保険の被保険者		
	65歳以上の方 	医療保険に加入している40～64歳の方 
介護サービスの利用	介護が必要と認定された場合	老化が原因とされる病気（特定疾病）により介護が必要と認定された場合
介護保険証の交付	65歳の誕生日前	要介護・要支援の認定を受けた場合
申請に必要なもの	要介護・要支援認定申請書	
	介護保険証	医療保険の被保険者証

## 介護保険サービスの利用





# 介護に備えよう

## 3. やはり考えたい、お金のこと



### 介護保険

介護サービスを利用した時の負担は 1 割です。

一定以上所得のある方は、負担は 2 割になります。

収入が年金のみの場合は年収 280 万円以上の方が、年金収入以外がある場合は合計所得額が 160 万円以上の方が対象になります。



### 介護休業給付金

介護休業を取得した場合には、大学からの給与は支給されませんが、**雇用保険**により介護休業給付金が支給されます。



#### 要件

- ・介護休業開始日前 2 年間に、賃金支払基礎日数が 11 日以上ある月が 12 か月以上あること。
- ・1 か月毎（支給単位期間）の就業日が 10 日以下であること。
- ・当該月に大学から支払われた賃金が 80% 未満であること。

#### 支給額

（無給または賃金が 40% 以下の場合）

**休業開始時賃金日額 × 支給日数 × 67%**  
（93 日が限度）

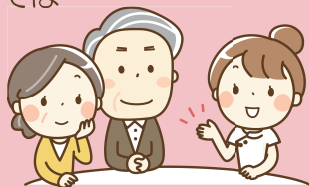
賃金が 40%～80% 支払われた場合は、賃金日額 × 支給日数の 80% 相当額から支払われた賃金額の差額を支給。

**支給額の上限は 312,555 円**



## 介護サービスのいろいろ

自治体によって異なりますが、例えば高知市では以下のような介護サービスがあります。介護を必要とする方が居住する市町村に問い合わせましょう。



- 配食サービス事業
- 家族介護用品支給事業
- 家族介護慰労金支給事業
- 地域交流デイサービス
- 宅老所（ミニデイ）
- 高齢者等訪問理美容サービス事業
- 寝具洗濯乾燥消毒サービス事業
- 老人日常生活用具給付事業
- 在宅高齢者あんしん相談事業
- 緊急通報システム運営事業、利用料助成事業
- 住宅改造助成事業
- 長寿手帳



各航空会社では、介護割引を設定しています

ANA 介護割引、 JAL 介護帰省割引など、遠距離介護に利用できます。  
詳細は、航空会社にお問い合わせください。





# 介護に備えよう

## 高知大学で利用できる介護制度



### ■ 介護休暇（特別休暇）

年間 5 日（要介護者が 2 人以上の場合は 10 日）

※ 1 時間単位で取得できます。

### ■ 介護休業

対象家族 1 人につき介護を必要とする継続状況ごとに 3 回

給与：無給（雇用保険から 67% の給付があります）

常勤 186 日間

期間付職員 93 日間（申請時に 1 年間以上雇用されており、休業終了後 6 か月以上の雇用が見込まれていること）

### ■ 介護部分休業 \*

◎ 1 日 4 時間まで、1 時間単位で取得

◎ 連続する 3 年間において必要と認められる期間

給与：勤務しない時間に準じて減額

### ■ 時間外勤務の免除 \*

### ■ 時間外勤務の制限 \*

月間 24 時間、年間 150 時間以内に制限

### ■ 深夜勤務の免除 \*

午後 10 時～翌日午前 5 時の勤務免除

### ■ 早出遅出勤務 \*

始業午前 7 時以降、終業午後 10 時以前の範囲で始業・終業の変更が可能（30 分または 1 時間単位）

### 期間付職員とは

非常勤職員（フルタイム、パートタイム）、有期雇用職員、再雇用職員、特任職員

## 介護休暇の対象となる家族

### 同居か否かは不問

配偶者、父母、子、  
配偶者の父母  
祖父母、孫、兄弟姉妹

### 同居

父母の配偶者、  
配偶者の父母の配偶者、  
子の配偶者、配偶者の子

介護休業・介護部分休業、時間外勤務の制限 ※配偶者は事実婚を含む  
深夜勤務の免除・早出遅出勤務の対象となる家族

### 同居か否かは不問

配偶者、父母、子、  
配偶者の父母  
祖父母、孫、兄弟姉妹

### 同居（泊まり込み介護を含む）

父母の配偶者、  
配偶者の父母の配偶者、  
子の配偶者、配偶者の子

要介護状態とは、負傷、疾病又は身体上もしくは精神上的の障害により、2週間以上の常時介護を必要とする状態

「職員等は、介護休業を理由として、不利益な取り扱いを受けない」ことが、高知大学介護休業等に関する規則で定められています。（第18条）

- \* 請求にあたり要件があり、雇用形態・勤務時間により取得要件が異なります。詳細については「介護休業等に関する規則」（[http://www.kochi-u.ac.jp/JA/kisoku\\_syuu/pdf/1/150021.pdf](http://www.kochi-u.ac.jp/JA/kisoku_syuu/pdf/1/150021.pdf)）等を参考にしてください。

## お問い合わせ

高知大学の介護制度についてのお問い合わせは、各部局の事務または人事課、総務企画課（岡豊）までお願いします。

高知大学  
育児や介護と仕事の両立の相談窓口

## 両立コンシェルジュ

[concierge@kochi-u.ac.jp](mailto:concierge@kochi-u.ac.jp) にご相談ください

対象：高知大学の教職員・学生

※相談者のプライバシーを守ります

※介護や認知症についてのリーフレットを  
ご希望の方にさしあげます。

※介護の準備についての図書を貸し出します。

高知大学 男女共同参画推進室

しあわせぶたん 

<http://www.kochi-u.ac.jp/sankaku/>

男女共同参画支援ステーション  Vita-min  
the Station for Vitalizing Your Challenging Mind

☆両立支援相談……随時行っています（要事前連絡）

☆休憩コーナー 月～金 9時～17時

 088-888-8022 高知大学 朝倉キャンパス 総合研究棟 3階

平成 27 年 12 月発行