

介護に関する 疑問はありませんか？

仕事と介護の
両立はできるの？

在宅での介護は
できますか？

育児・介護
休業法って？

介護の相談は
誰にしたら良いの？

介護保険の
利用の流れ

施設の
利用方法って？

介護に関するQ(疑問)を専門家が
動画でわかりやすく解説します



愛媛県イメージアップキャラクター
みきゃん

今から介護への事前の備えをしましょう

裏面の二次元コードを読み取って動画をご視聴ください



お問い合わせ先

一般社団法人 愛媛県法人会連合会
介護のいろは啓発事業

〒790-0067 松山市大手町2-5-7 愛媛県法人会連合会会館1階

TEL 089-933-1599

FAX 089-947-4251

E-mail kaigo@csc-ehime.jp

(直通) 8:30~17:00/平日

私たちが介護に関するQをお答えします

動画の視聴はこちら↓



脇本 美緒先生
〔社会保険労務士〕

- Q1 介護休業
- Q2 介護休暇とは
- Q3 育児・介護休業法って
- Q4 勤務先の規程

- Q5 介護休業給付金とは
- Q6 第2号被保険者
- Q7 仕事と介護の
両立支援の事例



矢川 ひとみ先生
〔一社）愛媛県介護支援専門協会長〕

- Q1 事前の備え
- Q2 仕事と介護の両立の
ための5つのポイント
- Q3 活用できるサービスと制度
- Q4 相談先

- Q5 介護保険利用の流れ
- Q6 介護が必要になったら
- Q7 在宅での介護
- Q8 施設の利用



金田 由美子先生
〔愛媛県在宅介護研修センター長〕

- Q1 介護のポイント
- Q2 車イスの選び方
- Q3 立ち上がりの3原則
- Q4 ベッドの選び方

- Q5 トイレの立ち上がり介助
- Q6 美味しく食べる
- Q7 気持ちよく風呂に入る
- Q8～10 愛媛県在宅介護研修センターの
活用法①・②・③



40歳になられた方へ

「介護保険制度」について 介護を社会で支え合い、老後の不安を軽減しましょう

介護保険制度は、高齢化や核家族化の進行などを背景に、介護を社会全体で支えることを目的として2000年に創設されました。

40歳から64歳の方については、ご自身も加齢に起因する疾病により介護が必要となる可能性が高まることに加えて、ご自身の親が高齢となり介護が必要な状態になる可能性が高まる時期でもあります。介護保険制度により、40歳から介護保険に加入し保険料を負担いただき、老後の不安の原因である介護を社会全体で支えています。

高齢のご家族の介護で悩み・不安がある方へ

お住まいの地域包括支援センター（右記参照）へご相談ください。市区町村や、市区町村が委託する組織により公的に運営されており、相談内容に応じ、具体的な解決策の提案をします。高齢の家族の生活に関することや介護のことなど幅広く対応します。

介護サービスの利用のしかた（ご自身やご家族に介護が必要になった場合の具体的な手続きの流れ）

① 市区町村の窓口で「要介護（要支援）認定」の申請をします

② 要介護認定の調査、判定などが行われ、認定結果が通知されます
※40～64歳の方は、要介護（要支援）状態が、加齢に起因する疾患として定められている「特定疾病」によって生じた場合に認定されます

③ ケアプランを作成します

④ サービスを利用します

40歳～64歳の方の介護保険料

■ 健康保険に加入している方

健康保険に加入する40歳～64歳の方が負担する介護保険料は、健康保険の保険料と一体的に徴収されます。なお、介護保険料は医療保険料と同様に、原則、被保険者と事業主で1/2ずつ負担します。

■ 国民健康保険に加入している方

国民健康保険に加入している40歳～64歳の方が負担する介護保険料については、国民健康保険の保険料と一体的に徴収されます。

仕事と介護の両立のための制度、相談窓口・参照先URLについては、
右記をご参照ください

仕事と介護の両立のための制度（育児・介護休業法で定められた制度について一部紹介）

1. 介護休業制度

介護が必要な家族1人につき、通算して93日まで、3回を上限に分割して休業できる制度です。また、介護休業期間中は、要件を満たせば雇用保険から休業前の賃金の67%が支給されます（介護休業給付金）。

2. 介護休暇制度

介護が必要な家族1人につき、1年度に5日まで、対象家族が2人以上の場合は1年度に10日まで、介護休業や年次有給休暇とは別に1日単位、半日単位または時間単位で休暇を取得できます。

3. 介護のための短時間勤務等の制度

事業主は、①短時間勤務の制度、②フレックスタイム制度、③時差出勤の制度、④労働者が利用する介護サービスの費用の助成その他これに準ずる制度のいずれかの制度を作らなければならないことになっています。

4. 介護のための所定外労働の制限（残業免除の制度）

相談窓口・参照先URL等

介護保険制度の概要	介護保険制度の概要について厚生労働省ウェブサイトで紹介しています。 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/gaiyo/index.html	
市区町村の介護保険担当	介護に関する全般的な相談や介護保険を利用する際の手続きなど ■ 介護の地域窓口 https://www.wam.go.jp/content/wamnet/pcpub/kaigo/madoguchi/ 市区町村の介護に関する窓口を公表しています。	
地域包括支援センター	高齢者の日常生活に関する困りごとや介護の予防に関する相談など ■ 介護サービス情報公表システム https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/ 地域包括支援センター、介護サービス事業所を検索できます。	
都道府県労働局 雇用環境・均等部（室）	育児・介護休業法に関する相談など ■ 育児・介護休業法のあらまし https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/000103504.html 育児・介護休業等の概要、対象となる従業員、手続き方法などをパンフレットにまとめています。	
ハローワーク	介護休業給付の申請手続きなど ■ 介護休業給付について https://www.hellowork.mhlw.go.jp/insurance/insurance_continue.html 介護休業給付の受給要件、申請方法などをまとめています。	
仕事と介護の両立支援に関する経営者向けガイドライン	■ 「仕事と介護の両立支援に関する経営者向けガイドライン」について https://www.mhlw.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kaigo/kaigo_guideline.html 仕事と介護の両立支援を、企業経営者が先導して取り組む必要がある背景や進め方のポイントなどをまとめています。	
若年性認知症支援 コーディネーター	若年性認知症に関する相談など ■ 若年性認知症コールセンター https://y-ninchisyotel.net/ 若年性認知症や若年性認知症支援の相談窓口をまとめています。	