ケアマネ日記　連載第5回(2017/7月)

在宅介護のきめて「ショートスティ」

ケアマネジャー　飯島　孝子

在宅生活に是非、組み込んでほしいサービスがショートステイです。

Aさんは、ご家族二人に介護されています。認知症状が強く、ご家族の苦労は大変と思われますが、月に１週間のショートステイと組み合わせて在宅で介護されています。ご家族には、深夜勤務があり、2ヶ月前の1日の9時ちょうどというショートステイの申し込みが難しく、運よく電話がつながった時も、すでに満床ですということが度々です。

そこで、いつもキャンセル待ちでお願いしています。昨年の６月から９月までは、たまたまキャンセルの連絡がなく、介護者の疲れが心配でした。

サービス担当者会議で、今まで利用していたショートステイ先だけでなくデイサービスを利用している事業所にショートステイをお願いできないか検討していただきましたが、「無理です」との返事。

何故、急にキャンセル待ちの電話が来なくなったのか、こちらの不手際があったのか気になって問い合わせたところ、単に夏の利用者が多かったとのことで、秋になり、また毎月コンスタントに利用できるようになりました。

いつも今月は、利用できるかという綱渡りですが、なんとか継続的に利用でき在宅介護を維持しています。

ここでショートステイについて少しお話いたします。

実は、ショートステイには、２種類あります。

- **短期入所生活介護**（特別養護老人ホーム等）
- **短期入所療養介護**（老人保健施設等）

どこが違うかというと、老健のショートは、医療系ですのでリハビリに力を入れていたり、認知症対応があります。若干利用料が高くなりますが、年度末の医療費還付を利用することができます。

申し込み方法も、特養のショートステイは、申し込みが2ヶ月前の1日。老健のショートステイは、必要時に随時申し込むことができます。

いずれも、いつも満床でなかなか利用できないのですが、今すぐ必要でない方にも、１度は体験で２、３日利用することをお薦めしています。１度、ご利用されていると施設に書類等が全てそろっており、急にショートステイが必要な時にお願いしやすいという利点があります。

Kさんの場合も、サービス担当者会議で、ショートステイ利用が、今後の課題と話し合われましたが、当の本人は「施設には絶対行かない」と頑として受け入れませんでした。まずは息子さんを説得し息子さんに「俺が可愛いなら・・俺が安心して仕事をするため

北村　社会福祉士事務所（北村　弘之）
〒226-0016　横浜市緑区霧が丘３丁目 7-7　　TEL：045-924-1777　http://www.y-welfare.com

に・・・頼むから俺のためにショートステイに行ってくれ！」と、芝居をしていただき２泊３日のショートステイの利用となりました。タイミングとしては体調が良い時期で、ご自宅に近く、出来て1年目の、しかもユニットタイプの施設のため、利用料が多少高めでしたが、ホテルに泊まったような感じで、上機嫌でお試しのショートステイを体験することができました。

また都内S区には、本当の緊急時に、しかも空きがあった時に利用できるという緊急ショートステイがあります。ただし1床のみです。

蛇足ですが、紙おむつをずっと拒否して使用できずに、毎日朝になると、ベッドシーツから布団まで濡れて困っているご家族がいらっしゃいました。もちろんショートステイの利用なんてとんでもないという方でしたが、ご家族による介護の限界が近づいていましたので、ケアマネより強くショートステイの利用をお勧めした方がいます。

ショートステイ利用で、長年の問題であった紙おむつの利用が開始できた方がいらっしゃいました。またショートステイ利用をきっかけに、家族介護から施設介護への移行がスムーズにできました。介護者の介護負担軽減だけでなく、思わぬ効果があったというお話です。

また、ショートステイではありませんが、介護者の休養のために「レスパイト入院」という制度があります。たまたま知り合いの奥様が、介護疲れでめまいを生じ介護ができない状況になった時に利用されました。介護者が不調を訴えた翌日から１週間程、主治医のいる病院にお母さまが入院し、介護者は自宅でゆっくり休むことができました。

レスパイト入院とは

在宅介護などで家族などの介護者が疲れきってしまうことを防ぐため短期間入院してもらったり、或いは既に何らかの介護の限界を超えたり、介護不能となるやむをえない状況（例えば近親者の冠婚葬祭など）が起こってきた場合に、病院や施設に患者を一時的に移すことをレスパイト(介護休暇目的)入院と言います。

通常5日から7日が目安になります。介護者と要介護者の共倒れや、要介護者への虐待の予防にもなります。

ここで重要なことは、レスパイト入院の対象が決められていることです。難病の方、人工呼吸器を装着された方、気管切開を受けられた方、胃瘻、腸瘻等経管栄養または静脈栄養の方(口から食事のできない方)、自力歩行や排泄ができない方。がんターミナル、脳梗塞に罹っておられる等、治療に関わる処置が必要な方々です。

（◆北村　記　介護する人のためにも、休養つまりレスパイトは必要ですね。そうしないと逆に介護される人になり、これまで介護していた人を継続的に介護できなくなるかもしれないからです）

この「ケアマネ日記」シリーズでは、ケアマネジャーの日頃の経験を踏まえ、介護している人、また今後介護するであろう人向けに生活のヒントを提供しております。

北村　社会福祉士事務所（北村　弘之）
〒226-0016　横浜市緑区霧が丘３丁目7-7　TEL：045-924-1777　http://www.y-welfare.com