

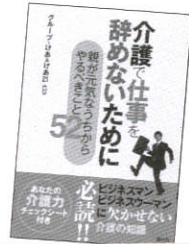
介護情報アクセスリスト

不安なのはわからないから 知識を得れば、先が見えてくる

介護関連の書籍



**深刻な体験記を笑いに変えて紹介
笑う介護。**
松本ふりつ、岡崎杏里
成美堂出版
若くして介護生活に突入した著者の体験談を明るい漫画で紹介。前向きに介護に取り組む著者の姿に心打たれる



**仕事との両立ノウハウ
介護の仕事に辞めたいために**
グループ・けあ&けあ21 (編著)
創元社
介護休業制度や企業の支援策、介護情報をはじめ、親が元気なうちから取り組みたい家族の役割分担や別居介護対策、介護予防、費用対策などを紹介



**介護問題に精通する著者のアドバイス
私の老い構え**
樋口恵子
文化出版局
高齢化社会、介護問題に関する著作を多数持つ樋口氏による老いに向けての心構え。氏のほかの著作も学びが多い



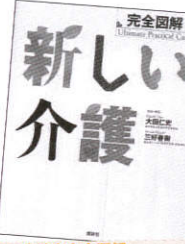
**介護保険の最新情報がわかる
図解 2012年度介護保険の改正早わかりガイド**
井戸美枝
日本実業出版社
改正が多く、複雑でわかりにくい介護保険制度の最新情報をわかりやすくまとめて紹介する



**異世代の研究者が介護問題を考察
上野先生、勝手に死なれちゃ困ります**
上野千鶴子、古市憲寿
ちくま新書
『おひとりさまの老後』著者の上野氏と、『希望難民ご一行様』著者の古市氏。30歳以上歳の離れた2人の社会学者の対談から、この国の「老後」を考える試み



**新書で手軽に知識を得る
現役世代のための介護手帖**
おちよこ
平凡社新書
誰もが悩む、自分の仕事・暮らしと介護の両立。いざというときに役立つ対処のノウハウ、介護サービスを賢く効果的に使うためのコツなどを紹介



**介護の実務を完全図解
完全図解 新しい介護**
三好春樹、大田仁史 (監修)
講談社
実際の介護に突入したらもっておくのと便利な介護マニュアル。すべてが図解になっているので介護初心者でもわかりやすい



**介護のプロの現状を知る
だから職員が辞めていく**
岡田耕一郎、岡田浩子
環境新聞社
介護はプロと一緒に取り組んでいくもの。だが、そのプロたちの置かれた環境は過酷。介護現場の現状を知り、よりよい協力態勢を構築するための1冊

介護関連の専門職とその資格

| 民生委員 | 医療ソーシャルワーカー | 社会福祉士 |
|------------------------------------|--|--|
| 民主委員法に基づき、地域の社会福祉のために活動する民間ボランティア | 病院や保健施設に所属し、病気・健康などの相談に応じる。社会福祉士の資格を有することが多い | 日常生活に支障のある方の相談を専門的に行う国家資格。地域包括支援センターの相談業務を担う |
| 介護福祉士 | ケアマネジャー | ホームヘルパー |
| 心身の障害がある方の介護や本人または家族の精神面のケアを行う国家資格 | 介護や支援が必要な方に介護サービス計画(ケアプラン)を作成する公的資格 | 家庭での介護や生活の援助を行うため、専門講座を修了した人に与えられる認定資格 |

はじめて経験することには不安が先立つもの。その不安のおおもとには「知らない」「わからない」ということが大きく影響しています。しっかりした情報を集めることで、介護情報の感度を磨いておきましょう。

Webサイト・相談窓口

| 名称 | 地域包括支援センター/自治体の相談窓口 | 高齢者総合相談センター(シルバー110番) | 介護支え合い電話相談室 | 介護応援ネット | WAM NET | 介護110番 |
|--------|---------------------|--|---|-------------------------------------|------------------------|--|
| 問い合わせ先 | 各自治体 | 全国共通番号 #8080 | 0120-070-608 | http://kaigouen.net/ | http://www.wam.go.jp/ | http://www.kaigo110.co.jp/ |
| 運営母体 | 各自治体 | 自治体 | 社会福祉法人浴風会 | 株式会社メイビス | 独立行政法人福祉医療機構 | イメージラボラトリー |
| 内容 | 42ページ参照 | 高齢者やその家族が、生活・医療・介護・年金などについて電話・文書・面談で相談できるサービス。各都道府県に1カ所ずつ設置されている | 相談員による電話相談サービスで家族の不安の解消を図るとともに、正確な情報提供や地域のネットワークにつなげるなどの支援を行う | 口腔ケア、体操など、介護予防のコンテンツと情報発信に重点を置いたサイト | 病院・福祉施設・介護施設等の総合検索サービス | 各種介護情報のほかに、会員登録による介護家族のコミュニティを運営、口コミによる情報交換が盛ん |

お薦め情報源をピックアップ

介護の情報を集める段階では、書籍も役立つことでしょう。専門書から実用書まで多数の本が出版されていますが、「何を読んだらいいの

かわからない」という方のために、お薦め書籍をピックアップしました。介護に関するWebサイトも多く、専門家も重要な情報源となります。多くの情報や人に接することで施設やサービスを見極める「目」が養われるはずです。

有料老人ホーム紹介サイトも多数

全国で4000施設以上あるとされる有料老人ホーム。入居金が高額になることも多いこうした施設は、情報を集め、しっかり納得した上で入居したいもの。「ケアレジ」は現在増加する「有料老人ホーム検索サービス」の1つ。介護業界経験の長いスタッフによる運営で、「入居者の自立支援と生活の質向上を目指す施設を推奨する」とし、全国の約2600施設の有料老人ホームを登録、都道府県・施設種類・入居一時金・月額利用料・入居時要件で検索できます。「ケアレジ」の特徴は、基本的な物件情報から、施設の運用体制やサービスの質など専門家視点の情報までを無料で提供すること。入居者の状



http://www.inn-home.com/

況や意向などの条件をもとに最適な施設をマッチングする無料相談サービスも行っています。

出典

『あなたの親を支えるための介護準備ブック』 小室淑恵/(株)ワーク・ライフバランス(英治出版)2012年