

介護と人生 仕事・子育てと どう両立させる?

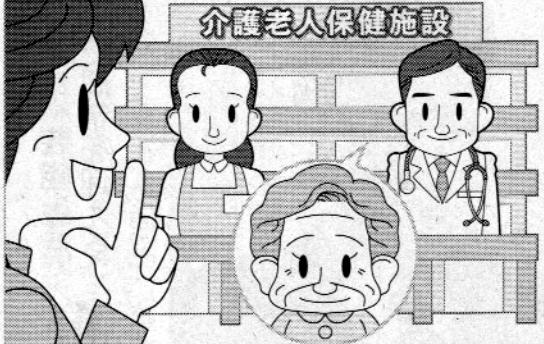
日本エルダーライフ協会 代表理事
ケアラライフアドバイザー

柴本美佐代

31

老健への一時入所

在宅での介護が難しい季節になりました。寒くなつてくるとインフルエンザやノロウイルスなどの感染症なども心配ですし、病気になると、いつも通りにサービスを利用することもできません。夜間や休日に利用できるサービスは少なく、家族の負担が大きくなる時期です。



仕事を持つ介護者は年末年始に休みを取りにくく、介護と仕事の両立に悩む人も多いでしょう。要介護者が高齢になるに従って、このような事態が多くなります。在宅介護を最後まで続けるといふに特に大変な時期には、定期的に施設に入所する方法を検討してみてはどうでしょう。介護老人保健施設(老健)は医師や看護師がいて、日常の生活リハビリもできる所です。

老健は特別養護老人ホームのようにずっと入所できる施設ではありませんが、在宅介護を続ける上で上手に利用することで本人の機能を維持し、在宅での生活をしやすくすることができます。

特に真冬や真夏のよう

年末年始など負担大きい時期に活用

最初に期間を決めて定期的に入所と在宅を繰り返すことで、在宅介護を継続しやすくなります。ショートステイと異なり、継続して数カ月入所できるので職員との相性や施設の雰囲気に合うかどうかなどを確かめてから決めましょう。

大切なのは自宅での介護にこだわりすぎないことです。病気で入院すると同じように、離れて暮らすことがあっても帰る場所があることが大切なのではないでしょうか。

仕事を持つ介護者は年末年始に休みを取りにくく、介護と仕事の両立に悩む人も多いでしょう。要介護者が高齢になるに従って、このような事態が多くなります。在宅介護を最後まで続けるといふに特に大変な時期には、定期的に施設に入所する方法を検討してみてはどうでしょう。介護老人保健施設(老健)は医師や看護師がいて、日常の生活リハビリもできる所です。

老健は特別養護老人ホームのようにずっと入所できる施設ではありませんが、在宅介護を続ける上で上手に利用することで本人の機能を維持し、在宅での生活をしやすくすることができます。

特に真冬や真夏のよう

に、室内に閉じこもりがちになる時に身体の状態が落ちるのを防げれば、家族も安心して仕事を続けられます。また、肺炎などで入院した後に、入所して元の生活に戻るための準備をするのも良いでしょう。

施設にいる間は安心して過ごすことができますので、毎日顔を出す必要はありませんが、必ず定期的に訪れて家族のつながりを保ちましょう。

最初に期間を決めて定期的に入所と在宅を繰り返すことによって、在宅介護を継続しやすくなります。ショートステイと異なり、継続して数カ月入所できるので職員との相性や施設の雰囲気に合うかどうかなどを確かめてから決めましょう。

大切なのは自宅での介護にこだわりすぎないことです。病気で入院すると同じように、離れて暮らすことがあることが大切なのではないでしょうか。