

自宅で安心して暮らし続けるために……



小規模多機能型居宅介護のご案内

知っていますか？



〒247-0007  
神奈川県横浜市栄区小菅ヶ谷3-62-2高橋ビル1階  
小規模多機能型居宅介護 かりん  
電話：045-895-6006  
メール：nijinokarin@yahoo.co.jp  
ホームページは、栄区 かりん で検索



# 「思い」や「願い」を大切にします ～可能な限り在宅で暮らすことを支えます～

誰もが年をとっても介護が必要になっても、住み慣れた自宅や地域の中で家族や親しい人たちとともに、最期までその人らしい人生を送りたいと望んでいます。  
小規模多機能型居宅介護は、そうした在宅での生活を送り続けたいという高齢者や家族の願いに応えます。

〇〇したいの実現

持っている力の活用

生活の継続性

本当は誰もが望んでいる生活

自宅では  
私が主人公

自分で立てた  
スケジュールに沿って  
日常生活を営む



「尊厳ある生活」

日常生活における  
自由な自己決定の  
積み重ね

自宅

自宅の良さ

介護が必要となったときでも、介護のために  
自分の生活や自由を犠牲にすることなく、  
自分らしい生活を続けることができる。

この願いを実現するために  
「小規模多機能型居宅介護」  
が

平成18年4月に介護保険の  
地域密着型サービスのひとつとして制度化されました。

持っている力の活用

- 買い物に行ける
- 畑で野菜づくり
- 若い人に料理を教える
- お客さんにお茶を入れる
- 着たい洋服を選ぶ



〇〇したいの実現

- 友達と将棋をしたい
- 家族と旅行したい
- お刺身が食べたい
- 孫と遊びたい
- 晩酌前に風呂に入りたい



生活の継続性

- 朝はゆっくり起きて、お茶でも飲んでから…
- 行きつけの美容院に髪を切りに行く
- ご近所の〇〇さんちへ遊びに行く
- 大好きな盆栽の手入れをする



リラックス

smile



「安心」

ほっとする

落ち着く

- 食事や排泄、入浴ができなくなって困る

- 家族：体がぼろぼろ、もう少し楽をしたい
- 本人：家族に迷惑をかけたくない

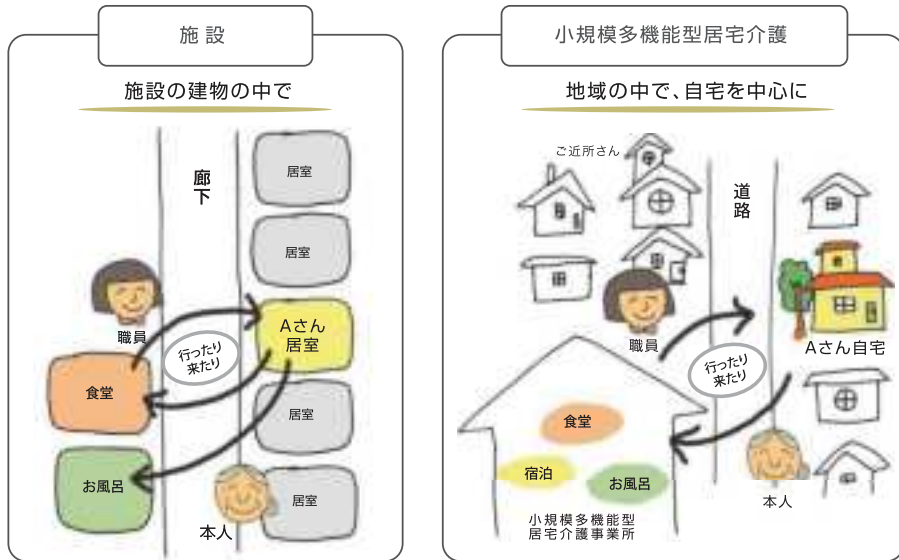
- トイレ、食事、外出など、できないことの手助け
- けがをしないような見守り



介護の安心

一人ひとりに合った支援をしていくには、お年寄りの本当の思いや望みをくみ取ることが大切だと考えています。一人ひとりに寄り添い、時間をかけて丁寧に支援していきます。介護が必要になっても、安心できる環境の中で、これまで築き上げてきた家族や地域社会との関係を断ち切ることなく暮らし続けることを大切にします。

# 自宅に24時間・365日の安心を届けます



小規模多機能型居宅介護は、施設の在宅版のようなサービスです。施設の居室を自宅と捉え、廊下は道。施設の職員が居室にお邪魔するように自宅に訪問したり、日中のつどいの場として食堂へ集まるように事業所に通います。「通い」や「宿泊」「訪問」といったあらゆる機能を使って、自宅での生活を支えていきます。

## サービス概要

「通い」を中心に、ご本人の様態や希望に応じて、「宿泊」「訪問」といったサービスを組み合わせて、「自宅で継続して生活するために」必要な支援をしていきます。

- 「通い」で顔なじみになった職員が「宿泊」や「訪問」の際にも対応します。
- 環境の変化に敏感なお年寄り（特に、認知症の方）の不安を和らげることができます。

## だから

ご家族も安心してご利用いただけます。

ご本人やご家族の些細な変化に気づくことができます。

状況を把握している職員が対応するので、いざというとき心強い味方です。

地域密着



小規模



多機能



その人らしい「生き方」「暮らし方」の実現

訪問 通い 宿泊

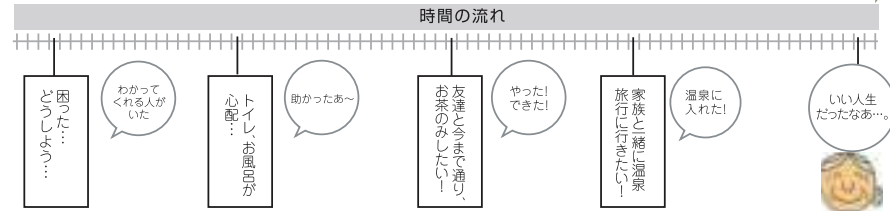


困ったときに柔軟なすばやい対応

介護が必要になっても自宅安心して生活したい。



24時間・365日の安心



「暮らし」を支えるということは、24時間・365日、切れ目のない支援を「安心」とともに届けるということです。「その人らしい暮らし」を実現するためには、お年寄りのことを良く知っている家族やご近所さん、友人の方などと一緒に、地域の中で、継続的な支援を考えていきます。

# 介護の「困った!」にお応えします

家族や本人の変化に気づき、その場で対応

いろいろな困ったに対して小規模多機能型居宅介護では、「通い」「宿泊」「訪問」を使って柔軟に支えます。

## 小規模多機能型居宅介護における「通い」「宿泊」「訪問」

小規模多機能型居宅介護では、「通い」「宿泊」「訪問」といった各サービスの内容は細かく定められてはいません。一人ひとりの暮らしが異なるように、支援の内容も異なります。

現在の制度では、「通い」を中心に生活を支える仕組みになっています。生活や暮らし全体を通しての流れの中で困っていることは何か、自宅での暮らしを成り立たせるために必要なことは何かを見極め、柔軟に支援していきます。

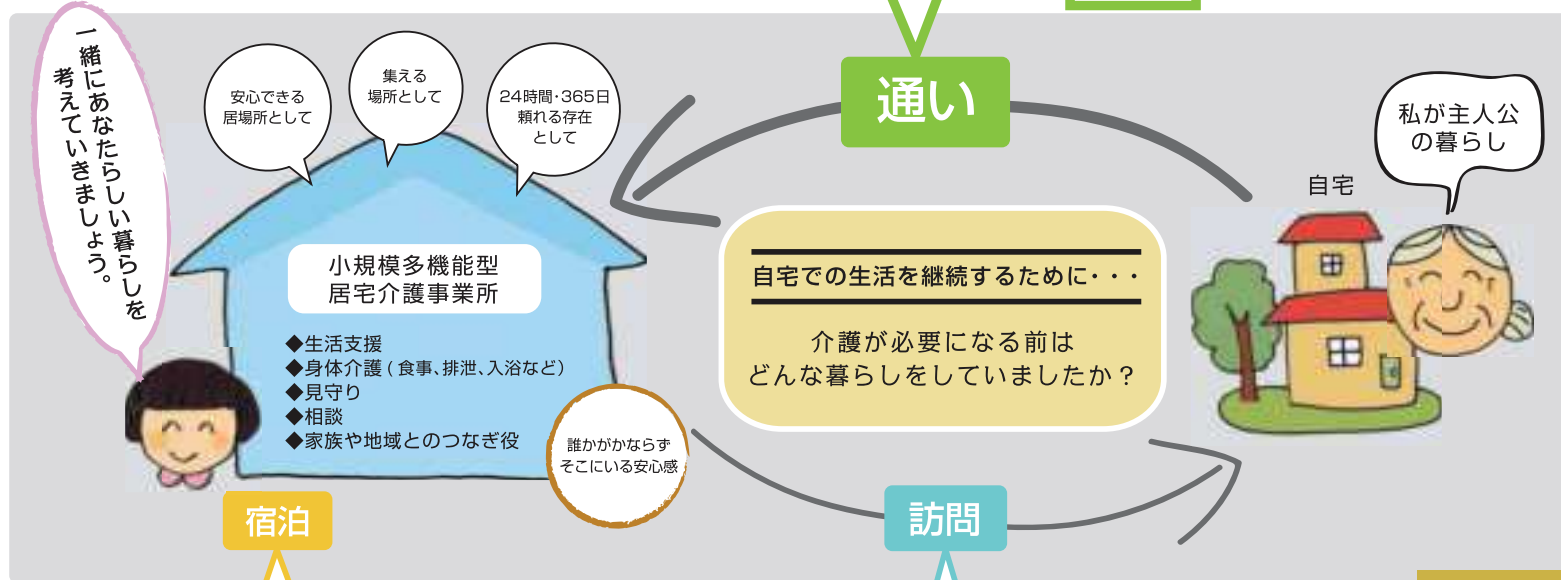
一人ひとりの思いやこれまでの生活スタイルに合わせた支援や時間の過ごし方。

例えば、朝から夕方まで滞在するのではなく、その人が必要としているお風呂だけ、食事だけといったほんの数時間の利用という使い方もあります。

- 日常生活支援（身体介護、生活介助など）
- 仲間づくりの場として
- いろいろな人と交わる場として
- 生きがいがづくりの場として



通いが基本



**自宅での過ごし方と落差がないように。**

「通い」を利用している方が、これからも家で生活することを重点におき、なるべく自宅での過ごし方と落差がないように支援していきます。その時々様態に合わせて緊急時にも対応します。

たとえば・・・  
家族が病気になったとき・・・すぐに利用できる



**回数も支援する内容もひとそれぞれ・・・**

「通い」だけでは支えきれない時間帯やさまざまな支援を、その延長線上として、その人の「暮らしぶり」に合わせて支援していきます。

たとえば・・・  
夜中に「おじいちゃんがベッドから落ちた!」電話一本でかけつけます!



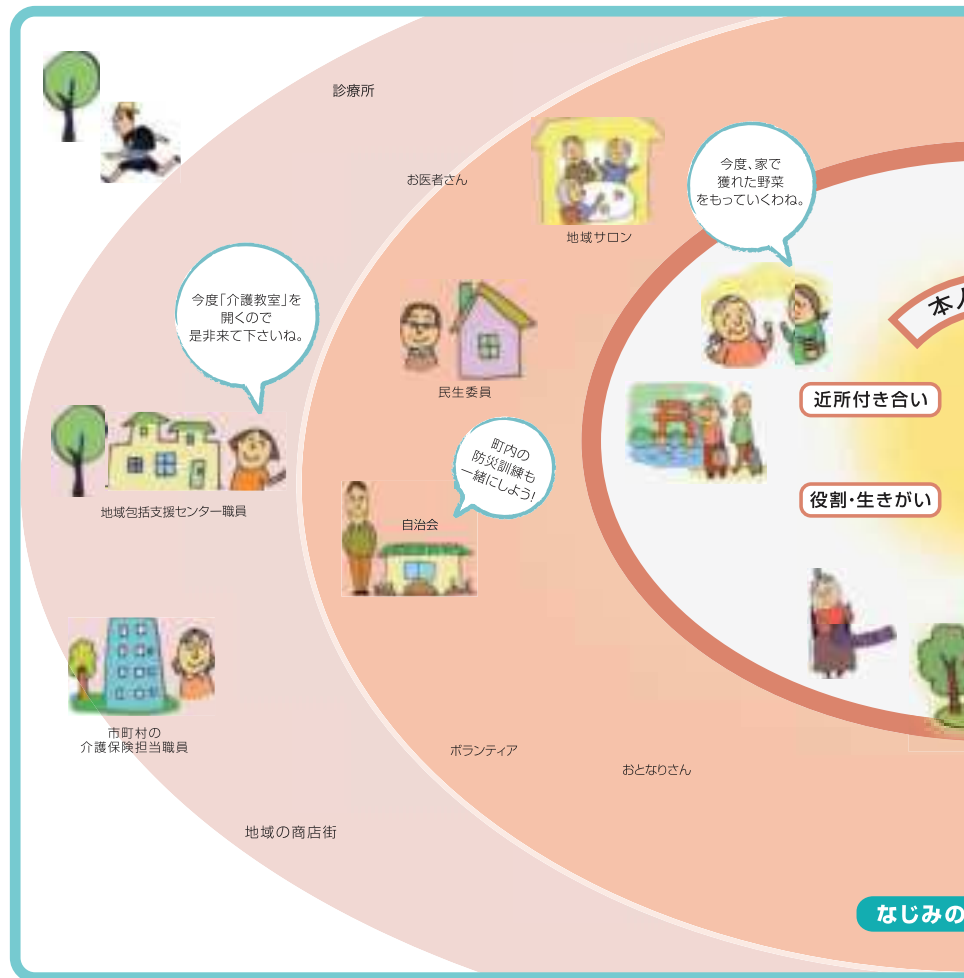
### 似ているようで違う小規模多機能型居宅介護のサービス

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p><b>「通い」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>一人ひとりに合わせて時間も曜日もオーダーメイド</li> <li>必要なこと、必要な時間に利用できる</li> <li>緊急時にも臨機応変に対応</li> </ul> <p><b>「デイサービス（通所介護）」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>施設の利用時間に合わせて</li> <li>あらかじめ決まっているプログラムに合わせて</li> <li>みんなと同じ一日の過ごし方</li> <li>流れがひとつのパッケージになっている</li> </ul> | <p><b>「宿泊」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>本当に必要な時には利用できる</li> <li>通い慣れた場所で宿泊可能</li> <li>顔なじみの職員や利用者と共に泊まれる</li> <li>突然の泊まりに対応</li> </ul> <p><b>「ショートステイ（短期入所生活介護）」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>事前に利用したい日を予約して利用</li> <li>利用したい日が空いていないと他の施設を予約し、日程変更が必要。</li> <li>本人や介護者の状況の変化に対応しにくい</li> </ul> | <p><b>「訪問」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>回数も時間も内容も一人ひとり異なる</li> <li>必要なときに必要なだけサービスが受けられる</li> <li>緊急時にも柔軟に対応</li> </ul> <p><b>「ホームヘルプ（訪問介護）」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>30分未満や1時間など、サービスの枠に合わせた利用時間</li> <li>規定のサービス枠に合わせた支援内容</li> <li>ケアマネジャーの決めた通り</li> </ul> |
|---|---|--|

# 地域みんなで考えます

地域での暮らしは、地域のみなさんの支え合いなしには成り立ちません。地域のいろんな人やさまざまな機関が手を結び、支えていきましょう。

地域のみなさんと小規模多機能型居宅介護のつなぎ役として「運営推進会議」があります。地域の人たちが集い、情報の交換や共有することによって、自分たちが望む「暮らしやすい地域」をともに考えていきます。



これからの地域は、一人ひとりが主人公です。

## 運営推進会議の役割

- ・地域のみなさんの運営への参加
- ・事業所が閉鎖的にならないため
- ・地域の課題にともに取り組み

情報交換

情報の共有

## 運営推進会議

小規模多機能型居宅介護事業所

地域のつなぎ役

事業所の運営状況は…。私たちはこんな関わりをしています。

本人の暮らし

自宅

まちの人たち

みんなで助け合い支えあっていきましょう。

# ご利用にあたって

# Q&A

## Q.事業所はどこにあるの？

いつでも身近で利用できるよう、生活圏域ごとに行き渡るよう整備を進めています。  
最寄りの事業所は、市町村の担当窓口、地域包括支援センターなどにお問い合わせください。  
◎ホームページからも検索できます。(ワムネット <http://www.wam.go.jp/>)

## Q.利用手続きは？

※利用するには、要介護認定が必要です(事業所によっては、要支援の方は利用できない場合があります)。

### 1 相談する

だれに？

最寄りの小規模多機能型居宅介護事業所  
市町村の担当窓口  
地域包括支援センター  
居宅介護支援事業所のケアマネジャー  
医療機関の相談窓口  
など



### 2 事業所に行ってみる



説明を聞いてみましょう！

事業所の雰囲気  
スタッフの対応  
お年寄りの表情  
居心地がいいか

※事業所によって特徴があります

Point  
見学の際  
のポイント

### 3 納得したら契約



地域密着型サービスのため、  
ご利用はお住まいの市町村にある  
事業所となります。



## Q.費用はどのくらいかかるの？

※利用料は、1か月単位の定額制です。サービス費用の一部を負担することになります。

※ご自宅にお住まいでサービスを利用する場合は(1)の料金、事業所と同一建物(養護老人ホーム、軽費老人ホーム、有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅に限る)に居住して利用する場合は(2)の料金体系になります。

### 1か月あたりの費用の目安

|                               | 要介護度     | 介護保険費用<br>(単位数×10円) | 自己負担<br>(左記の1割の場合) |
|-------------------------------|----------|---------------------|--------------------|
| (1)同一建物に居住していない(自宅等)場合のサービス利用 | 要支援1     | 34,030円             | 3,403円             |
|                               | 要支援2     | 68,770円             | 6,877円             |
|                               | 要介護1     | 103,200円            | 10,320円            |
|                               | 要介護2     | 151,670円            | 15,167円            |
|                               | 要介護3     | 220,620円            | 22,062円            |
|                               | 要介護4     | 243,500円            | 24,350円            |
| (2)事業所と同一建物に居住してサービスを利用する場合   | 要支援1     | 30,660円             | 3,066円             |
|                               | 要支援2     | 61,960円             | 6,196円             |
|                               | 要介護1     | 92,980円             | 9,298円             |
|                               | 要介護2     | 136,650円            | 13,665円            |
|                               | 要介護3     | 198,780円            | 19,878円            |
|                               | 要介護4     | 219,390円            | 21,939円            |
| 要介護5                          | 241,910円 | 24,191円             |                    |

※1単位=10円で計算(東京23区や政令指定都市等では1単位あたりの単価が異なります)  
※所得に応じて、自己負担の割合が変わります。

### + 各種加算

※該当する場合のみ

事業所によっては、「訪問体制強化加算/1か月あたり」「認知症加算/1か月あたり」「サービス提供体制加算/1か月あたり」「看護職員配置加算/1か月あたり」「看取り連携体制加算/1日あたり」など各種加算が加味される場合があります。詳細については、各事業所にお問い合わせください。

### + 食費



### + 宿泊費



### + 日常生活費



また、食費(食材料費、調理費)、宿泊費、日常生活費などが利用者負担となっています。詳細については、各事業所にお問い合わせください。

MEMO ※横浜市は1単位=10.88円で計算  
くわしく「かりんのパンフレット」を確認ください。  
※自己負担の割合は「1割」「2割」「3割」の方がおられます。

## 利用者の声

認知症の母と暮らしています。いつの間にか家から居なくなったり、夜はウロウロ動き回って全く寝なかったりとこれまで何度も一緒に暮らす事の限界を感じ施設に入れよう思いました。

しかし、小規模多機能ホーム△△さんとの出会い、私の気持ちが変わりました。これまで自分一人で抱えていたものが、きつい時はいつでも甘えられる、一人で悩まなくていいと思えるようになりました。

サービスを使うようになって2年。母だけでなく、私自身も支えてもらっているのが親子でサービスを受けているような感じです。もちろん今でも一晩中寝なかったり、色々あります。

けれど、母が認知症になったから他の人以上に親孝行できると思えるようになり、私もお陰様でちょっと成長しました。

「今日も一緒に我が家でご飯が食べれた」と、いつも感謝しています。



F.Kさん

私は30年以上、郵便局員として真面目に働いてきました。定年後も、民生委員として地域のために病気ひとつせず元気に走り回ってきました。

それが突然、昨年の春、脳梗塞で倒れ、右の手足が不自由になり、一人ではトイレにも行けなくなってしまい、その時は、人に会うのも嫌になり、死んだ方がましだとも思いました。

昨年暮れより、役場の人の紹介で小規模多機能ホーム〇〇を利用しています。

スタッフの方もとても親切にしてくれるし、話相手もできました。私の体調に合わせて、お迎の時間や訪問の時間・内容を考えてくれるのでありがたいです。無理しないで毎日が過ごせるので、気持ちもかなり前向きになりました。



S.Tさん

## 小規模多機能型居宅介護事業所からのお願い

小規模多機能型居宅介護は、介護保険サービスのひとつです。

なんでもできるわけではありません。

料金は、サービスの量に関わらず、定額制(月額)です。

よって、みなさんが必要以上に多く利用しようとすれば、このサービスは成り立ちません。

本当に必要なものを必要に応じて提供します。

必要であれば、毎日通うこともでき、宿泊することもできます。

利用者、家族・介護者、地域のみなさんのご理解とご協力をお願いします。

## 全国小規模多機能型居宅介護事業者連絡会のご案内

### 「小規模多機能型居宅介護」 の 良質なケアを目指して

住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを実現するために、利用者や家族、地域住民、福祉・保健・医療と連携のもと、切れ目なく在宅支援を行い「誰もが地域でその人らしく普通に暮らせる」地域社会の実現に寄与することを目的に活動しています。

しょうきぼどっとねっと

Shoukibo.Net

<http://www.shoukibo.net>

ホームページをぜひご活用ください。

〒105-0013 東京都港区浜松町1-4-8-413

TEL.03-6430-7916 FAX.03-6430-7918

E-mail [info@shoukibo.net](mailto:info@shoukibo.net)

※このパンフレットは、厚生労働省の平成20年度老人保健健康増進等事業により作成したものです。