

安心の設計

介護、医療、子育て、老
るご意見・疑問をお寄せ
メールansin@yomiuri.co
ファクス03・3217・9957

介護保険でよく利用されるものの一つに「デイサービス(通所介護)」があります。自宅で暮らしている人が介護施設に通い、食事や入浴をしたり、体操やレクリエーションを楽しんだりします。一般的な例でデイサービスの1日を説明します。朝、施設の職員が自宅まで車で迎えに来てくれます。その日の利用者の家を順番に回って施設に到着すると、まずは健康チェック。体温や血圧を測って記録します。その後は、そろって体操をするなどして、生活上、必要な体力や健康の維持を図ります。「機能訓練」といい、リハビリに近いイメージです。日常生活の支援もデイサービスの目的です。希望する人は、順番にお風呂に入ることが出来ます。介護の必要に応じて、入浴や排せつでは職員の手サポートも受けられます。

介護のキホン 5 デイサービス

◆デイサービスの1日のイメージ



みんなが歌ったり、ゲームをしたりするレクリエーションも大切な時間です。利用者仲間と一緒に楽しめるのは、自宅一人で過ごしている時間と違う点です。会話が自然と増えたり、活動的になったりして、心身が弱ることを防ぐ効果も期待できそうです。

こうした様々な時間の合間に、昼食やおやつの間もあります。もちろん、帰りも自宅まで送ってもらえます。実は、デイサービスという名称でも、何をして過ごすかは事業所によって様々。レクリエーションや機能訓練などにそれぞれの特徴が出ます。

通所で入浴や体操 特色ある活動も

埼玉県新座市の地域密着型デイサービス「隣家」では、利用者らが野菜作りや木工作業に取り組んでいます。スタ



おやつ時間。この日は、チョコバナナロールケーキを作って食べた埼玉県新座市の「隣家」で。

ップと一緒に、昼食やおやつ作りをする人もいます。生活相談員の西野裕哉さん(43)は「こうした活動は機能訓練にもなります。農作業も調理も手を動かすので、手指の機能や認知機能の維持につながります」と説明します。

運営方法も工夫しており、朝、利用者が集まると、その日の昼食とおやつメニューを利用者とスタッフで話し合っ

て決めていくそうです。

◆
デイサービスには、利用者が可能な限り自宅で生活を続けられるように、心身の機能維持を図る狙いがあります。また、「利用者の異変に気付くことも大事な役割です」と西野さんは言います。入浴中に湿疹や床ずれがあることに気付いたり、滞在中の言動で気になることがあったりした時に、ケアマネジャーに連絡するなどして医療機関につな

ぐこともあるそうです。

介護を担う家族にとっては、負担軽減につながる面もあります。デイサービスに行っている間、自分の自由な時間を確保してリフレッシュするといった活用方法です。

料金は、サービス内容や利用時間、住んでいる地域、施設の規模などで変わります。例えば、要介護3の人が、通常規模型(定員19人以上)のデイサービスを「6時間以上7時間未満」利用した場合、1日800円程度(自己負担1割のケース)。ただし、入浴や昼食などの費用はここに含まれていません。

デイサービスを選ぶ際は、活動内容が自分に合っているかどうか重要です。決める前に、内容や特徴をよく比較し、見学もして選ぶことが大切です。(小野健太郎)
*次回は7月13日に掲載予定です。