本庄西地域包括支援センター本庄市社会福祉協議会

西包括だより

第64号
令和４年１月発行

〒367-0052 本庄市銀座 1-1-1 本庄市市民活動交流センターはにぽんプラザ２階
電話　0495-22-7088　　FAX　0495-21-5516
業務時間　８：30～17：15　土日祝日年末年始（12/29～1/3）除く　時間外受付：080-4380-7614
担当地区：本庄西地域（千代田・若泉・中央・銀座・小島南・小島・万年寺・下野堂・（照若町）・都島・山王堂・沼和田・杉山・新井・三友）

働きながら介護を続ける

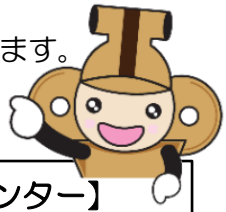
仕事と介護を両立するために

高齢化が進み、介護を必要とする方も増えています。そのような中、家族を介護するために、仕事を辞めてしまう方もおられます。介護のため、また介護を終えた後の生活のためにも、経済的な基盤を保つことは大切です。

また、仕事と介護の両立のためには、介護保険から受けられる「介護サービス」と、仕事と介護の「両立支援制度」や「給付金」をうまく組み合わせて、仕事と生活のスタイルに合わせた両立環境を整備することが大切です。

介護保険サービス

※要支援と要介護で利用できるサービスに違いがあります。



- 自宅で介護するためのサービス（在宅サービス）
  訪問介護、訪問看護、デイサービス、デイケア、ショートステイ、福祉用具貸与、住宅改修費支給等
- 施設で生活するためのサービス（施設サービス）
  介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院等

【本庄西地域包括支援センター】
TEL　22−7088
地域包括支援センターやケアマネジャー(介護支援専門員)に相談してください。

仕事と介護の両立支援制度と給付金

勤務先に相談してみましょう。あわせて、勤務先独自の制度も確認しておきましょう。

介護休業	要介護状態にある対象家族１人につき通算 93 日まで、３回を分割で取得できます。
介護休暇	要介護状態にある対象家族が１人につき年５日まで、２人以上であれば、年１０日まで、１日単位又は時間単位で取得できます。
所定労働時間の短縮等の措置	①短時間勤務制度②フレックスタイム制度③時差出勤制度④介護サービスの費用助成のいずれかの措置について、介護休業とは別に、要介護状態にある対象家族１人につき利用開始から３年間で２回以上の利用が可能です。
所定外労働の制限	１回の請求につき１月以上１年以内の期間で、所定外労働の制限を請求できます。請求できる回数に制限はなく、介護終了までの必要なときに利用することが可能です。
時間外労働の制限	１回の請求につき１月以上１年以内の期間で、１か月に 24 時間、１年で 150 時間を超える時間外労働の制限を請求することができます。請求できる回数に制限はなく、介護終了までの必要なときに利用することが可能です。

裏面につづく

深夜業の制限	１回の請求につき１月以上 ６ 月以内の期間で、深夜業（１０時から午前５時までの労働）の制限を請求することができます。請求できる回数に制限はなく、介護終了までの必要なときに利用することが可能です。
介護休業給付金	雇用保険の被保険者が要介護状態にある家族を介護するために介護休業を取得した場合、一定の要件を満たせば、原則として介護休業開始前賃金の６７％が支給されます。

※　要介護状態にある対象家族とは、疾病、精神上の障害により２週間以上にわたり常時介護を要する状態にある家族のことをいいます。介護保険制度の要介護・要支援認定を受けていない場合でも取得できます。
※　対象家族の範囲は、配偶者、父母及び子、配偶者の父母、祖父母、兄弟姉妹、孫です。

【埼玉県仕事と生活の両立支援相談窓口】
埼玉県雇用労働課内　TEL　048-830-4515
介護などで仕事の継続にお悩みの方からの相談に応じます。
電話相談は毎週月・水・金の９時から１６時３０分まで。





【熊谷ハローワーク】　TEL　048−522−5656
介護休業給付金についての問い合わせ及び申込みは、原則職場をとおしてハローワークまで。

令和３年度第２回介護者教室

こころもからだも　リフレッシュウォーキング　参加者募集

ウォーキングは、体力の維持向上だけでなく、ストレス解消にも効果があります。介護の合間のちょっとした時間にウォーキングを取り入れて、心と身体をリフレッシュしましょう。

若泉運動公園コース
２／３（木）雨天時 2/10（木）
１０：００～１１：３０
集合場所　若泉運動公園多目的グラウンド北側芝生広場

武州本庄七福神めぐりコース
２／１７（木）雨天時 2/24（木）
１０：００～１２：００
集合場所　はにぽんプラザ活動室Ｄ



参加対象：市内在住の高齢者の介護者や市内在住の在宅介護に携わっている方　各日程１０名（先着順）
服装・持ち物：はきなれた靴、動きやすい服、帽子、飲み物、タオル、両手が空くバッグ

申込み・問合せ　本庄西包括　☎２２−７０８８　※1/4（火）～　受付開始

花の名前　漢字クイズ

金　柑

ヒント：寒さにも比較的強い柑橘系の樹木です。

花言葉「思い出」「感謝」

１月の予定

日時・会場	行事
１／２４（月） １３：３０～１５：３０ **はにぽんプラザ２階 活動室Ｄ・Ｅ**	**オレンジカフェ・認知症個別相談会** 誰でも気軽に立ち寄ることができます。お茶を飲みながら、息抜きしませんか。専門職が認知症についての個別相談にも応じます。
１／２６（水） １０：００～１２：００ **本庄東地域包括支援センター** **（本庄市本庄 3-1-21）**	**認知症家族の会　本庄** 認知症のご家族を介護している方等が集まり、日々の介護のこと、悩みなどを話せる場です。お気軽にご参加ください。

裏面クイズのこたえ・きんかん