

厚生労働省「令和5年度仕事と介護の両立支援カリキュラム策定展開事業」より

仕事と介護の両立支援に役立つ 2025改正育児・介護休業法

ぬまたとね医療・介護連携相談室
室長 岡島 真実

♥ ステップ2

両立支援制度の活用も踏まえた
ケアマネジメントの方法
(育児・介護休業法等の復習)

1. 就労している家族を支援する視点

ポイント

- 就労している家族の生活をサポートすることは、**利用者への支援の質の向上**につながる。
- **就労している家族の働き方を知って**、仕事と介護を両立できるような支援の方法を検討することが必要。
- ただし、医療介護関係者の法律上の業務は、あくまでも要介護者や患者本人の支援である。家族の働き方を聞くうえでは、**家族との信頼関係を十分構築する必要がある**ことに注意する。

1-1. 就労している家族にまず伝えるべきこと

- 就労している家族は、介護のことを相談しようとは思っても、自分自身のことや仕事との両立についての相談をできるとは考えていないことも多い。
- 「医療介護関係者には、**家族自身の生活や仕事のこと**も相談して良い」と具体的に伝えることが重要。

【家族の声】

- 病院の人たちには、仕事の詳しい状況は伝えていません。**何をどこまで相談していいのかが分からないからです。**
(A氏・50代・女性)
- いざ介護に直面すると、そのことで頭がいっぱいになりました。介護関係者には介護のことを相談する相手と考えていて、**私自身の仕事や生活のことを相談しようとは思いませんでした。**(B氏・40代・女性)



1-2.就労している家族に寄り添った対応をする

- 就労している家族が、仕事との両立について医療介護関係者に相談するかどうかは、
「私たちとの関係次第。」
 - 中には、医療介護関係者に仕事のことを話したくない、聞かletたくないという家族もいる。
- 就労している家族が、
「仕事のことも医療介護関係者に相談しよう」と
思えるような関係づくりをする。
- そのためには、**家族に寄り添った対応をして、**
信頼関係を築くことが大切。

1-3.就労している家族に寄り添った対応をする 具体例①

家族が働いていることを踏まえた訪問計画を作成したり、
連絡方法に配慮したりすることで、家族に寄り添っている例

【家族の声】

- 休みを取りづらい仕事であることを踏まえて訪問計画を作成してくれたので、働き方をほとんど変えずに済みました。
- 工作中的の電話連絡は難しいです。担当の医療介護関係者がメールでこまめに連絡をしてくれて、安心でした。



【医療介護関係者の対応例】

- 家族の仕事の状況にも配慮した訪問計画を作るため、**まずは家族の話をよく聞く**ことを意識しています。
- 家族と電話で連絡を取りやすい時間帯を確認したり、メールで連絡をとることで、**家族が仕事の時間と介護を分けられる**ように、配慮しています。



1-3.就労している家族に寄り添った対応をする 具体例②

利用者本人の要望と、家族からの要望との間でバランスをとった提案を行い、就労している家族に寄り添っている例

【家族の声】

- 日中仕事に行かなければならないのに、母がデイの利用を嫌がったとき、**母に対してデイに行った方が良い理由を納得できるように丁寧に説明してくれて、母と自分両方のことを考えてくれていると感じました。**



【医療介護関係者の対応例】

- **利用者が家族の状況や要望に思い至らなかつたり、利用者が家族に遠慮して利用者本人の要望を伝えないこともあるので、家族の仕事の状況とも調整できるように、注意して話を伺っています。**
- **利用者の要望と家族の仕事の状況、一方を重視しすぎることがないようなバランスが大事だと思います。**



1-3.就労している家族に寄り添った接し方をする 具体例③

日常的なやり取りの中で、就労している家族を勇気づけたり、安心させたりすることで、家族に寄り添っている例

【家族の声】

- 一人っ子で、両親を遠距離介護しています。働いているため、頻繁に帰省することができず不安でしたが、医療介護関係者から「**専門家として、ご家族のことにも相談に乗りますよ**」と声をかけてもらえて、とても嬉しく、心強かったです。



【医療介護関係者の対応例】

- 働いている家族に対しては、「**あなたの人生と親の人生は別なのだから、介護をきっかけに仕事を辞めることがないように**」と伝えています。
- 特に遠距離介護の場合は、親の様子がわからず不安を感じられる場合も多いため、**こまめに状況をお伝えしています**。



2. 介護保険制度と両立支援制度、 その他地域資源等の効果的な組み合わせ

ポイント

- 介護保険制度と両立支援制度、その他地域資源等の**効果的な組み合わせ**を学ぶ。



2. 介護保険制度と両立支援制度、その他地域資源等の効果的な組み合わせ

- 利用者本人、家族、介護サービス事業所、その他地域資源の関係者**それぞれの得意・不得意を把握**し、うまく回るよう**管理・運営**する。
- 利用者本人と家族それぞれの**1週間のスケジュール**を並べて**「見える化」**する。
- **在宅勤務の時間は仕事の時間**であることを認識する
- 本格的な両立支援を行うためには、**さらなる知識の習得が必要**。

2. 制度や資源の効果的な組合せ

具体例①家で一人で過ごす時間を極力短くする

◆家族介護者・要介護者の状況◆

家族介護者：正社員／要介護者：要介護2 軽度の認知症

【家族の声】

- 親の認知症が少しずつ進んできました。フルタイムで働いているので、昼間、家で一人にする時間が長いと不安です。



解決方法例

<両立支援制度等>

- 短時間勤務制度

<介護保険制度等>

- 通所介護

- ✓ 日中は通所介護サービスを月～金に利用し、一人で過ごす時間がないように調整。
- ✓ 送迎時間前後は、家族が短時間勤務制度を利用して入社時間を調整。
- ✓ 仕事が忙しい時期は、通所介護の延長サービスを利用して残業にも対応。

【医療介護関係者から一言】

家族は親を家で一人にすることについて不安を感じているケースですが、**家族が過度に心配をしすぎてしまっている**ことも考えられます。

まずはご家族と話し合い、どのようなことが不安なのかを聞き取るようにしましょう。**短時間勤務を利用せず、ご家族の不安を解消する方策を検討**することも重要です。11



2.制度や資源の効果的な組合せ

具体例②急な残業、出張時に介護サービスを柔軟に利用する

◆家族介護者・要介護者の状況◆

家族介護者：正社員（残業や出張あり）／要介護者：要介護4

【家族の声】

- 出張や残業などが月に数回あり、要介護の親も状態が不安定です。状況に応じて介護サービスを柔軟に利用したいのですが・・・。



解決方法例

<両立支援制度等>

- フレックスタイム制度
- 介護休暇（時間単位で取得）

<介護保険制度等>

- 小規模多機能型居宅介護

- ✓ 小規模多機能型居宅介護を活用し、残業や出張時には泊まりを利用したり、通いの時間を増やすなどで対応。
- ✓ 送迎時はフレックスタイム制度を活用して家族が勤務時間を調整。
- ✓ 通院時には時間単位で介護休暇を活用して家族が付き添い。

【医療介護関係者から一言】

家族は、**自分ができるだけ付き添っていないといけない**という思いから、フレックスタイム制度の活用や通院の付き添いを希望している可能性もあります。**家族の思いも尊重しつつ、対応の必要性を見極め**、送迎時に親が一人で自宅にいる時間を確保するための方策を考えることも重要です。通院については、訪問診療への切り替えを提案してみるのも有効と考えられます。



2. 制度や資源の効果的な組合せ

具体例③ 遠方に住む老老介護の両親の在宅生活を支える

◆ 家族介護者・要介護者の状況 ◆

家族介護者：正社員（要介護の家族と遠距離に居住）／要介護者：要介護4

【家族の声】

- 脳梗塞の後遺症で半身麻痺の父を高齢の母が介護しています。父は通所系のサービスを利用しながら、母の負担が心配ですが、自身は遠方におり、頻繁に帰省することができません。



解決方法例

<両立支援制度等>

- 介護休暇
- 失効年次有給休暇の積立休暇制度
(会社独自の制度)

<介護保険制度等>

- 訪問介護
- 訪問リハビリ
- 訪問看護
- 近所の人の見守り

- ✓ 訪問系サービスを毎日利用することで、母の介護負担を軽減。
- ✓ 高齢の父母のみで暮らしているため、毎日誰かの目が入るようにし、近所の人にも声をかけ、心配なことがあれば連絡してもらうように依頼。
- ✓ 家族は毎月1回、介護休暇や会社独自の失効年次有給休暇の積立休暇制度を利用して帰省。

【医療介護関係者から一言】

父が通所サービス利用を嫌がることについて、家族から理由を聞きつつ、本人の興味を引き出すようなデイサービスの調整もできるとよいでしょう。訪問サービスを利用している時間帯は、母が外出したり休んだりできるよう、専門職種間で情報共有し声かけをすることが重要です。さらに、遠方の家族に対しては状況をこまめに共有し、不安を和らげることも大切です。なお、**家族が介護を手伝うことで、母が介護サービスの利用を控えることのないよう留意**しましょう。

13

2. 制度や資源の効果的な組合せ 具体例④ 入所施設を探す

◆ 家族介護者・要介護者の状況 ◆

家族介護者：正社員 / 要介護者：要介護5

【家族の声】

- 母が骨折で1ヵ月入院しました。もうすぐ退院する予定ですが、寝たきりの状態です。在宅で介護することが難しいため、施設を探したいと思っています。



解決方法例

<両立支援制度等>

- 介護休業
- フレックスタイム制度

<介護保険制度等>

- 特定施設入居者生活介護（介護付有料老人ホーム）

- ✓ 一時帰宅中の世話、退院手続き、施設入所手続き等のために、家族が介護休業を2ヵ月間取得。
- ✓ 頻繁に会いにいけるよう、通勤途中の通いやすい場所にある施設を選択。
- ✓ 施設入所後は、フレックスタイム制度を利用して、週に1~2回、入社前や帰宅途中に施設に立ち寄り母の様子を見に行く。

【医療介護関係者から一言】

ご本人が頻繁に母の様子を見たい、という思いから、職場近くの施設を選んだとしても、仕事が忙しくなると、面会自体が負担になることもあるかもしれません。面会は頻度ではなく、緩やかな気持ちで訪問することが、入居されている家族にとっても効果的であることを説明した上で、無理のない範囲での面会を勧めることも大切です。



2.制度や資源の効果的な組合せ

具体例⑤遠方に住む親の急な状態変化に対応する

◆家族介護者・要介護者の状況◆

家族介護者：正社員／要介護者：要介護3

【家族の声】

- 遠方で一人暮らしの父が誤嚥性肺炎で入院しました。退院後、在宅生活が安定するまではテレワークを活用しながら様子を見たいと思っています。



解決方法例

<両立支援制度等>

- テレワーク（会社独自の制度）
- 介護休暇

<介護保険制度等>

- 訪問介護
- 家事援助（自費）
- 訪問リハビリ

- ✓ 毎週木曜日に家族が実家に帰省し、**金曜日は実家でテレワークを実施。土日に父との時間を過ごす。**
- ✓ 家族がテレワークを利用している間も訪問介護や家事援助を利用することで、仕事の時間を確保。
- ✓ 平日は父親が1人で在宅となるため、訪問介護を複数回利用して見守りを実施。

【医療介護関係者から一言】

テレワークが活用できる職場の場合、**一時的にこうした体制**で対応することも可能です。ただし、長期的には経済面・体力面で家族が大きな負担を抱えてしまいかねないため、あくまで緊急対応と考えるのがよいでしょう。また、新型コロナウイルスの影響で、テレワークも認知度も上がり導入しやすいでしょう。**テレワーク中に介護をする必要のないような体制を組むことも重要です。**



3. 具体例⑤遠方に住む親の急な状態変化に対応する タイムスケジュール

- 平日は遠距離介護、金曜日にテレワークで実家に帰省し、土日に実家で過ごすケース（急な状況変化への対応）

	月		金		土		
	家族	要介護者	家族	要介護者	家族	要介護者	
8:00	自宅	父宅	父宅	父宅	父宅	父宅	
9:00	勤務 (東京)	訪問介護	テレワーク (父宅)	訪問介護	買い物など	通所リハ	
10:00							
11:00							
12:00				家事援助 (自費)	買い物など	通所リハ	
13:00		訪問介護					
14:00							
15:00							
16:00							
17:00				ケアマネ 面談		父宅	
18:00							
19:00	自宅	訪問介護	父宅	訪問介護	父宅	訪問介護	
20:00							

ステップ3

家族介護者の仕事との両立を踏まえた
ロールプレイでの事例検討
(グループワーク)

※実際の事例を配役を決めて疑似体験し、
どのような気づきが得られるのか？

本日のおさらい

◆育児・介護休業法は「準備
をする期間」として活用

◆2025年4月より法改正さ
れ、さらに使いやすく♡

◆みなさんとの「信頼関係」が
成功の秘訣♡

4. もっと詳しい情報を知りたい方へ

育児・介護休業法における両立支援制度について、詳しくは、厚生労働省ホームページの特設サイトもご覧ください。

お問い合わせやご相談は

都道府県労働局雇用環境・均等部（室）へ。



特設サイトはこちら

https://www.mhlw.go.jp/seisakunit/suite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/ryouritsu/kaigo/



リーフレットはこちら

<https://www.mhlw.go.jp/content/11909000/000833742.pdf>

資料の出典・引用元

厚生労働省 育児・介護休業法における両立支援制度

厚生労働省「令和5年度仕事と介護の両立支援カリキュラム策定展開事業」制度説明を担える人材育成カリキュラム資料より内容Bくあっすい

育児・介護休業法の改正内容を一部引用