

## 高齢者施設のここが知りたい!...12

介護付有料老人ホーム、住宅型有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅など、高齢者向け施設には、さまざまな種類や特徴があります。「複雑で違いがよくわからない」「どこまで対応してもらえるの?」「中の暮らしはどんな感じ?」という方のために、多様化する高齢者施設の「ここが知りたい!」をご紹介します。



一人暮らしをしている母親は、デイサービスに通っています。小規模多機能型居宅介護という介護サービスを知りました。デイサービスとは何が違うのですか?

要介護2の85歳のお母様が使うサービスについての質問です。現在はデイサービスのみを利用されていますが、家の近くに小規模多機能型居宅介護の事業所ができたということで、関心を持たれているようです。

**悩みポイント1** 「小規模多機能型居宅介護」と「デイサービス」の違いは何か

**悩みポイント2** 利用する際の注意点には何かがあるか



小規模多機能型居宅介護は、利用者の選択に応じて、施設への「通い」を中心として、短期間の「宿泊」や利用者の自宅への「訪問」を組み合わせ、家庭的な環境と地域住民との交流の下で日常生活上の支援や機能訓練を行うサービスです。

さらに詳しく

## POINT

- 「通い」「宿泊」「訪問」の3つが一体となったサービス
- ケアマネジャーの変更が必要な場合もある

### ◎柔軟にサービスを組み合わせられる

小規模多機能型居宅介護(以下、小多機)は、利用者が可能な限り自立した日常生活を送ることができることを目指したサービスです。ひとつの事業所で、デイサービスのように通ったり、ショートステイ(宿泊)したり、訪問介護を受けたりすることができます。同じ事業所が3つのサービスを提供するため、顔なじみのスタッフからサービスを受けられる点がメリットとされています。

利用料は定額制で、24時間365日対応しているので、夜間の訪問や「5分だけ来てほしい」といった要望にも柔軟に対応できます。たとえば、週に2～3日は通い、月に2回宿泊、それ以外の日に訪問で家事援助などを依頼する、といったことができます。

なお、1事業所当たり定員が決められており、登録者は29人以下、1日当たりの利用者は、通いは概ね15人以下、宿泊は概ね9人以下となっています。

通い



宿泊



訪問



### ◎利用時には一定の制限がある

小多機を利用する場合は、小多機のケアマネジャーがケアプランを作成します。そのため新たに利用を開始したい場合は、ケアマネジャーの変更が必要なときもあります。また、他の事業所が提供している訪問介護や通所介護など、一部のサービスは併用して利用することができない点にも注意が必要です。

加えて、柔軟に対応できるとはいえ、定員があることから、急な依頼などに対応できないこともあります。

利用者の生活に合ったサービスが小多機で充足できるかは、よく考える必要があります。利用を検討したい場合は、まずは担当のケアマネジャーに相談してみてください。



今日のいっぴん  
レシピのご紹介

## ブロッコリーの 梅肉和え

調理時間…15分  
熱量…27kcal  
塩分…2g  
※1人分

### 材料(2人分)

ブロッコリー……………70g  
梅干し……………20g  
本味醂……………小さじ1  
白ごま……………2g  
大葉千切り……………1枚分  
鰹節……………適量

レシピ提供:NANAIRO COOKING STUDIO  
株式会社SOYOKAZE

### 作り方

- 1 ブロッコリーは食べやすい大きさにカットしボイルする。冷水に落として色止めする。
- 2 ①のブロッコリーをキッチンペーパーに包み、軽くたたいて水分を良く取る。
- 3 梅干しの種を取り、包丁でたたく。
- 4 ボールにたたいた梅干し、本味醂、白ごま、千切り大葉を加え混ぜる。
- 5 ④のボールに②のブロッコリーを加え和える。
- 6 器に盛り、天に鰹節を乗せて完成。

### ブロッコリーの

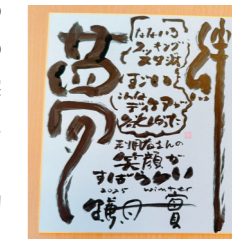
栄 養 価

ブロッコリーには、ビタミンCや食物繊維のほか、むくみを予防するカリウム、皮膚や粘膜の健康を維持するβ-カロテンが豊富に含まれています。

## TOPICS

### 「クッキング」 デイサービス

こんにちは!介護だよりプラス「今日のいっぴん」のレシピ紹介をさせていただいているNANAIRO COOKING STUDIO(以下なないろ)です。ある月刊誌の企画で、「がんばらない」の著作で有名な鎌田實先生となないろのスタッフとの座談会が実現しました。当初はオンラインでの開催予定でしたが、実際になないろを見学した上で話されたいという、鎌田先生たってのご希望により、スタジオ見学が決定。鎌田先生がなないろにお越しくださいました!初めての来訪とは思えないほどすぐにスタジオの雰囲気に馴染まれて、料理活動中のお客様へも気さくに話しかけておられました。「素晴らしい取り組みだね」「自分も通いたかった!」など、たくさんの嬉しいお言葉をいただきました。鎌田先生の優しい笑顔に、スタジオにいた全員が癒され、素敵な思い出になりました。



★NANAIRO COOKING STUDIO 自由が丘  
TEL:03-5731-8620

★NANAIRO COOKING STUDIO 三軒茶屋  
TEL:03-5779-3920

★NANAIRO COOKING STUDIO 成城  
TEL:03-5490-7166

★NANAIRO COOKING STUDIO 杉並宮前  
TEL:03-5344-1330