

# よくある質問にお答えします!



同居していますが、昼間は仕事でいません。  
ヘルパーさんに掃除の支援をしてもらえますか？

**回答** 原則、同居家族がいる場合、  
ヘルパーによる家事の支援は介護保険では受けられません。



敷地は同じですが、家は別々です。  
この場合は、同居にあたりますか？別居にあたりますか？

**回答** 介護保険の制度の中では、公道や他人の敷地を挟んでいる場合にのみ別居とみなされます。中には特別な状況もあるかと思しますので、個別にケアマネージャーか金屋庁舎長寿支援課までお問い合わせください。  
また、その家事が保険を利用するのに適さない場合、自費で利用できるヘルパーや、シルバー人材センターの家事支援があります。



1人暮らしです。たまに楽をしたいので、  
ヘルパーさんに家事をしてもらいたいです。

**回答** 1人暮らしであっても、ヘルパーによる家事支援がかえってあなたのできることを奪ってしまうかもしれません。毎日行う家事はとてもしりハビリであり、いい運動になります。簡単に人に任せず、工夫をするなどしてずっと続けられるようにしていきましょう！

## 地域包括支援センターでは 高齢者の皆さまの お手伝いをしています！

地域包括支援センターでは、高齢者の皆さまが住みなれた地域で安心して暮らせるよう、地域での生活を総合的に支援しています。

65歳以上の方を対象にした総合相談窓口を設けています。身体のこと、介護のこと、福祉のことなど、お気軽にご相談ください！

地域の人たちみんなが元気になることは、不可能ではありません。



ヘルパーさんが来てくれて、デイサービスへ行く。介護サービスを利用することで、安心を感じると思います。しかしこれまで、サービスが入ること、地域とのつながりが途絶えてしまった方が大勢いました。

あなたらしい生活とは、  
なんでしょう。年を取って

て、介護サービスを利用できることが幸せなことでしょうか。

## 介護サービスを 受けるとういこと

介護サービスを受け続けることで幸せや満足を得るのではなく、必要な時だけ利用して、元気を取り戻したら、元のような自由で自分らしい生活を送ることができます。介護サービスは、あなたがあなたらしく生きるためにあるのです。