

仕事と介護の両立を考えよう！

介護はいつ始まるか分かりません。だからこそ、いざというときに慌てないよう、事前に利用できる制度等を把握しておきましょう。

【介護に備えて確認しておきましょう】

- **仕事と介護の両立支援制度**・・・仕事と介護の両立のために利用できる、介護休業等の両立支援制度を確認しましょう。
- **介護休業給付**・・・介護休業を取得した場合に受けられる経済的支援について、受給資格や支給要件を確認しましょう。
- **介護保険制度・介護サービス**・・・40歳以上の方は介護保険に被保険者として加入します。介護保険制度の内容や、被保険者が利用できる介護サービスについて確認しましょう。

仕事と介護の両立支援制度

1. 介護休業は介護の体制を構築するための休業です。

介護休業の期間中に、復帰後の仕事と介護の両立を見据えて、介護サービス利用等の方針を決定しましょう。

対象者	要介護状態にある対象家族を介護する職員。 有期雇用職員の方は、申出時点で、介護休業取得予定日から起算して93日経過する日から6か月を経過する日までに労働契約期間が満了し、更新されないことが明らかでない場合取得できます。 <対象外> ①勤続1年未満の職員 ②申出の日から93日以内に雇用関係が終了する職員 ③1週間の所定労働日数が2日以下の職員
期間	対象家族1人につき、原則として1年の範囲（介護休業開始予定日から起算して1年を経過する日までをいう）
対象家族の範囲	配偶者、父母、子、配偶者の父母、祖父母、兄弟姉妹、孫
申出期限	休業の2週間前までに事業所長に申し出てください。
分割取得	3回に分割して取得可能

2. 介護休暇は日常的な介護のニーズにスポット的に対応するための休暇です。

介護保険の手続や要介護状態にある対象家族の通院の付き添いなどに対応するために、利用しましょう。

制度の内容	要介護状態にある対象家族を介護する場合、1年に5日（対象家族が2人以上の場合は10日）まで、介護その他の世話をを行うために、休暇が取得できます。※賃金の支給はありません。
対象者	① 要介護状態にある対象家族を介護する職員（日々雇用職員を除く）。 ② 1週間の所定労働日数が2日以下の職員
申出先	事業所長に申し出てください。

3. その他の両立支援制度も利用して、仕事と介護を両立しましょう。

日常的な介護のニーズに定期的に対応するため、以下の制度も利用しましょう。

(1) 所定外労働の制限

制度の内容	要介護状態にある対象家族を介護する場合、所定外労働を制限することを請求できます。
対象者	要介護状態にある対象家族を介護する職員。 <対象外>勤続1年未満の職員 ②1週間の所定労働日数が2日以下の職員
期間	1回の請求につき1か月以上1年以内の期間
申出期限	開始の日の1か月前までに事業所長に申し出てください。
例外	事業の正常な運営を妨げる場合は、請求を拒むことがあります。

(2) 時間外労働の制限

制度の内容	要介護状態にある対象家族を介護する場合、時間外労働を1月24時間、1年150時間以内に制限することを請求できます。
対象者	要介護状態にある対象家族を介護する職員。 <対象外> ① 勤続1年未満の職員 ③ 1週間の所定労働日数が2日以下の職員
期間	1回の請求につき1か月以上1年以内の期間
申出期限	開始の日の1か月前までに事業所長に申し出てください。

(3) 深夜業の制限

制度の内容	要介護状態にある対象家族を介護する場合、午後10時から午前5時までの深夜業を制限することを請求できます。
対象者	要介護状態にある対象家族を介護する職員。 <対象外> ① 日々雇用職員 ② 勤続1年未満の職員 ③ 1週間の所定労働日数が2日以下の職員 ④ 所定労働時間の全部が深夜の職員 ⑤ 次のいずれにも該当する16歳以上の同居家族がいる職員 (ア) 深夜業に従事していない者(1か月に深夜業務が3日以下の者を含む)であること (イ) 心身の状況が請求に係る家族の介護ができる者であること (ウ) 6週間(多胎妊娠の場合は14週間)以内に出産予定でないか、又は産後8週以内でない者であること
期間	1回の請求につき1か月以上6か月以内の期間
申出期限	開始の日の1か月前までに事業所長に申し出てください。

(4) 介護のための短時間勤務制度

制度の内容	要介護状態にある対象家族を介護する場合、1日の所定労働時間を6時間に短縮することができます。
対象者	要介護状態にある対象家族を介護する職員。 <対象外> ① 勤続1年未満の職員 ② 1週間の所定労働日数が2日以下の職員
期間・回数	対象家族1人につき、原則として1年の範囲内で、「介護短時間勤務申出書」に掲載された期間とする。
申出期限	原則開始の日の2週間前までに事業所長に申し出てください。

介護休業には、給付の支給があります。**介護休業給付**

介護休業を取得し、受給資格を満たしていれば、原則として休業開始時の賃金の67%の介護休業給付を最大で93日間受けることができます。

介護保険制度も活用しましょう。**介護保険制度・介護サービス**

40歳から64歳の方については、ご自身が加齢に起因する疾病により介護が必要となる可能性が高くなることに加えて、親が高齢となり介護が必要な状態になる可能性が高まる時期でもあります。介護保険制度は、介護保険加入者(40歳以上の方)の保険料負担により、老後の不安の原因である介護を社会全体で支えています。

高齢のご家族の介護で悩み・不安がある方へ

お住まいの地域包括支援センターへご相談ください。市区町村や、市区町村が委託する組織により公的に運営されており、相談内容に応じ、具体的な解決策の提案をします。高齢の家族の生活に関することや介護のことなど幅広く対応します。

介護サービスの利用のしかた (ご自身やご家族に介護が必要になった場合の具体的な手続きの流れ)

- ① 市区町村の窓口で「要介護（要支援）認定」の申請をします
- ② 要介護認定の調査、判定などが行われ、認定結果が通知されます
※40～64歳の方は、要介護（要支援）状態が、加齢に起因する疾患として定められている「特定疾病」によって生じた場合に認定されます
- ③ ケアプランを作成します
- ④ サービスを利用します

40歳～64歳の方の介護保険料

■ 健康保険に加入している方

健康保険に加入する40歳～64歳の方が負担する介護保険料は、健康保険の保険料と一体的に徴収されます。なお、介護保険料は医療保険料と同様に、原則、被保険者と事業主で1/2ずつ負担します。

■ 国民健康保険に加入している方

国民健康保険に加入している40歳～64歳の方が負担する介護保険料については、国民健康保険の保険料と一体的に徴収されます。

当法人では、介護休業等の申出をしたこと又は取得したことを理由として不利益な取扱いをすることはありません。

また、介護休業等に関するハラスメント行為を許しません。