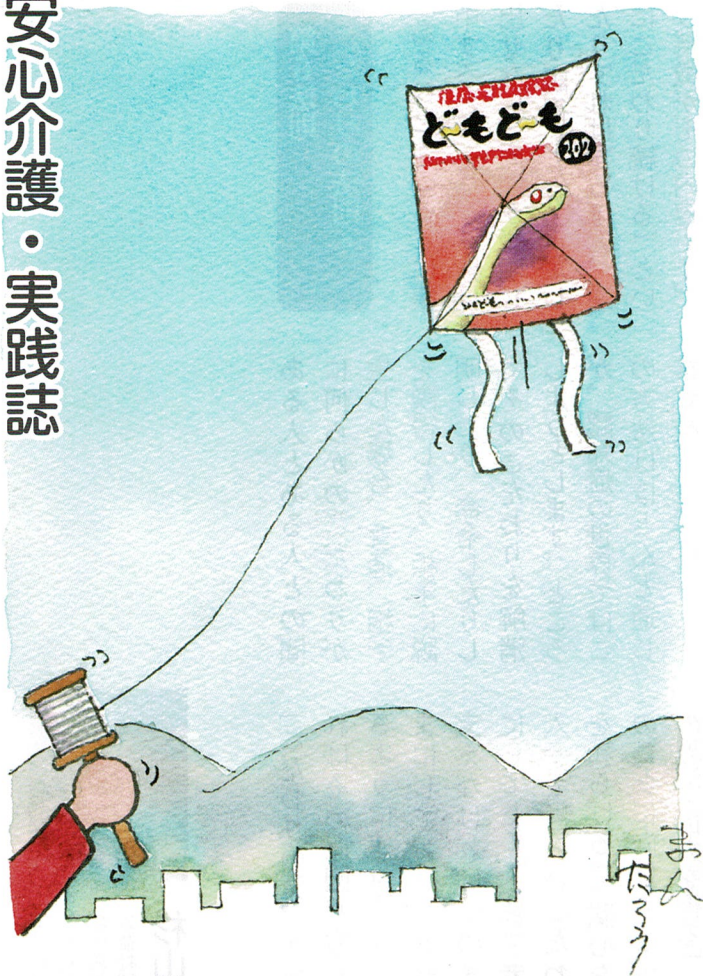


どもども

vol. 202

2025.1月

安心して介護・実践誌
初めての介護を応援します！



今年もよろしくお願いいたします

あなたの健康と安心介護をサポートする
「健康介護コンシェルジュ。」のいるお店です

どもども

48歳からの華やかな生き方応援します！

vol. 202

2025.1月



【私の生き方と学び】
日本医科大学 街ぐるみ認知症相談センター
センター長 山崎明子さん
【特集】

健康ボウリングの勧め！

発行 | 株式会社どもも 〒545-0052 大阪市阿倍野区阿倍野筋1-7-20-1312 <https://do-mo-do-mo.com/>

2025年1月7日発行（毎月1回7日発行） 通巻202号

iStock-Meet Poddar

よいでしょう。
「先手をうつ」という方法は、症状を直接治すのではないので、歯がゆく感じるかもしれません。いずれにしても「症状はいつまでも続かない」ので、最も現実的な方法のひとつと言えるでしょう。

こだわりの法則の対応法は①～⑧まであります。順次紹介していきます。最後の⑧には「長期間は続かないと割り切る」と締めくくられています。

認知症をよく理解するための9大法則・1原則

第6法則より以下

第6法則	こだわりの法則
一つのことについていつまでもこだわり続ける。説得や否定は、こだわりを強めるのみ。本人が安心できるように持ってゆくことが大切。 ①こだわりの原因をみつけて対応する ②そのままにしておく ③第三者に登場してもらう ④場面転換をする ⑤地域の理解・協力を得る ⑥一手だけ先手を打つ ⑦本人の過去を知る ⑧長期間は続かないと割り切る	
第7法則	作用・反作用の法則
強く対応すると、強い反応が返ってくる。認知症の人と介護者の間に鏡を置いて、鏡に映った介護者の気持ちや状態が、認知症の人の状態。「押してダメなら引いてみな!」。	
第8法則	症状の了解可能性に関する法則
認知症の知的機能低下の特性からすべての症状が理解・説明できる。	
第9法則	衰弱の進行に関する法則
認知症の人の老化の速度は速く、認知症になっていない人の約2～3倍のスピード。正常の高齢者グループの4年後の死亡率が28.4%であるのに対して、認知症高齢者のグループの4年後の死亡率は83.2%（長谷川和夫・前認知症介護研究・研修東京センター長の報告）。	
介護に関する原則	
認知症の人が形成している世界を理解し、大切にする。その世界と現実とのギャップを感じさせないようにする。	

自宅・施設・病院

あなたの『終の住処』はどこですか(23)

要介護でも楽しく旅行できます『あ・える倶楽部』
外出や生活支援のマッチングサイト『アエルズ』
NPO法人日本トラベルヘルパー協会 篠塚恭一 会長

高齢になり足腰が弱ると「旅行はもうダメかな」と、諦める人も多いのではないのでしょうか。これは在宅で終末期を迎える方も、施設入所している方も同じです。そんな方をサポートするトラベルヘルパーサービス

を行っているのが『あ・える倶楽部』です。創業1991年から34年もの実績があり、高齢や障がいで身体の不自由な方の「外出」や「旅行」の希望を叶えています。
また、8年ほど前から首都圏中

心にマッチングサイト『アエルズ』を立ち上げ、外出や生活支援などの身近なサービスを、利用者とトラベルヘルパーを簡単につなげ利用しやすくしています。
今回はその利用方法をご紹介します。

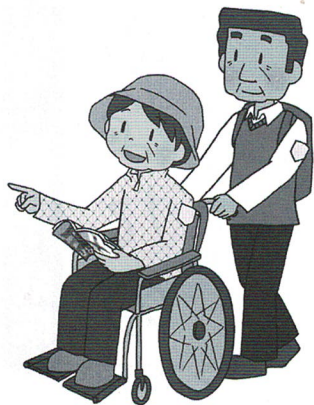


NPO法人日本トラベルヘルパー協会 篠塚恭一 会長

『あ・える倶楽部』とは

個人が希望する旅行を『トラベルヘルパー』(7 ページ)がサポートするサービスです。

旅行関係事業をしていると90年代ごろから、お客さんも10年、20年と経つうちに、60歳だった方が80歳になっていく。旅行したいけれど体も弱くなり、簡単に行きにくいという変化が起こってきました。同居家族がい



子は「旅行中の介護はわからない。一緒に旅行に行くのに介護は嫌だ」ということです。そして、同居家族がいない人は多いですから、そういう人たちは旅行中に介護が必要でも介護事業者は対応してくれない。そのような状況で、少しサポートするだけで馴染みの宿に行くことができる『トラベルヘルパーサービス』を始めました。

基本3つの引受条件

一つは本人が旅行に行きたいという意思を持っている確認ができること。そして、ご家族が同意していること。治療中の疾病がある場合は主治医の許可を得るなど、飛行機や旅行の日程に耐える体なのかという判断を医



者に仰いでいます。

また、認知症のケースは難しく、常時認知症で引き受ける場合、どうしても家族が行かせたいということであれば必ず2名体制にします。1名は家族でもいいわけです。常時1対1が必要で、トラベルヘルパーがトイレに行った時にそこで待っているかどうか。常時、誰かが見ているという形が取ればそういう形にします。グループ旅行で軽度な認知症の

方のサポートの場合は、旅行会社の添乗員にスタッフが「トイレに行く間、声をかけるので見て欲しい」という連携が取れるようにしています。

①利用者は100歳もいます

平均を取れば70代から90代ぐらいの方が利用されます。今年は100歳の方の「百寿(ももじゅ)」のお祝い旅行を数件サポートしました。

また、最近の利用は障がいを持っている方が多く、年齢層は若い方もいらっしやいます。

②訪問地域は日本も海外もOK

馴染みの方は20年ほど利用していただいているので、ここ10年

間のリピート率は7割です。旅行に行かれる方は地域や目的は一般の方とさほど変わらないです。季節によって紅葉やお花見に温泉に入って、美味しいものを食べることです。

国内旅行はもとより、海外へは南極まで行った方もいます。

もちろんサポートするトラベルヘルパーが一緒なので、物理的に受け入れられない旅館はほとんどありません。断られるのは、施設の運営方針によるものです。

③全国ネットワーク網羅が特徴

例えば、鹿児島の方が新潟へ行きたい場合には、鹿児島の地元トラベルヘルパーが引率して連れて行くケースと。ご本人の介護の度合いによって、一人であ

トラベルヘルパーと在宅介護や施設介護との比較

介護の種類	特徴	介護者
在宅介護	基本室内での介護。外出しても近くの散歩程度。慣れた場所(ホーム)での介護で危険は少ない。	家族や介護職員
施設介護		介護職員
介護旅行(外出支援)	屋外や普段と異なる場所(乗り物や観光施設)での介護。外で助がメインなので専門のノウハウが必要。	トラベルヘルパー

るいは家族で新潟まで行ける場合は、新潟から地元のトラベルヘルパーをお願いすることもできます。

サポートする

『トラベルヘルパー』とは

NPO日本トラベルヘルパー協会が、全国各地域のエリアで介護福祉士など介護資格を持っている方をトラベルヘルパー「外出支援専門員」として教育し、400名以上が登録しています。もともと、旅行業の添乗員の方達の職能を高めるために、高齢者とは何か介護とは何かといったスキルアップのプログラムを作り教育をはじめました。公的介護保険サービスが始まった後は、トラベルヘルパー「外

出支援専門員」を介護専門職の方に、介護スキルと旅行業務の基礎知識をあわせもち、外出時や旅先（屋根のない所や設備の整っていない場所）で必要な介助をしながらエスコートする外出支援、介護旅行のスペシャリストとして教育していますので、安心して外出することができます。

『トラベルヘルパー』サービス 内容と利用料金

トラベルヘルパーは、介護士や看護師等の資格と旅の専門知識を備えており、利用者が安全で快適に旅を楽しむことができるようにお世話します。

利用料の基本料金をもとに、行先や利用交通機関の環境や必要な介護内容に応じて算出致します。

トラベルヘルパー国内の基本料金表

お客様の介護状態	サービス内容	基本料金 (8~18時の間)		超過加算 (30分)	
		1日 8時間	半日 4時間	6~8時 18~22時	22~6時
自立の方	見守り・荷物・ 動産管理など	29,000円	17,400円	2,266円	2,719円
軽度要介護の方 (要支援程度)	見守り・荷物・ 移動補助など	33,900円	20,340円	2,648円	3,178円
中度要介護の方 (介護度1・2程度)	移動・食事・ 排泄など	38,700円	23,220円	3,023円	3,628円
重度要介護の方 (介護度3・4・5程度)	おむつ交換・ 入浴介助など	43,600円	26,160円	3,406円	4,088円

※「自立の方」とは、身障者手帳・療育手帳を持っていない方、介護認定を受けていない方の基本料金となります。

※ご利用は1日(終日)8時間、半日4時間を基本サービスとしております。超過の場合は、時間外加算として追加料金を申し受けます。(超過は30分単位で加算されます)

※夜行列車の利用等早朝、夜間移動を伴う業務については、ご利用時間にかかわらず1日料金を申し受けます。

※お客様の運転を代理するモビリティサービスは、レンタカー会社等の車両保管場所での諸手続き等、お預かりから返却までを利用時間として算出してあります。

うバックアップ体制も含めて仕組みを作っています。

もちろん家族がいてできるところは家族がやればいいわけですし、事業者やトラベルヘルパーがやれる部分はそれぞれの持ち場、立場をいかしたサービスをやればいいという考えです。

マッチングサイト「アエルズ」

「外出支援の専門家」を探す！

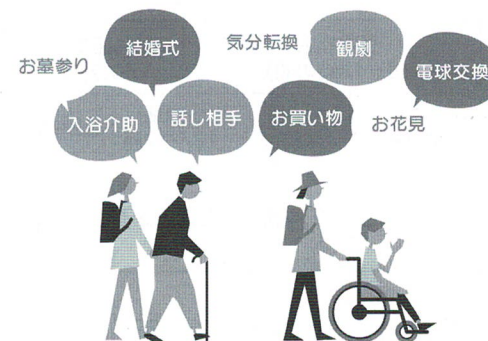
8年前(2016年4月)から首都圏や温泉地を中心に、トラベルヘルパーと利用者さんが直接ケアサービスの内容を決めるマッチングサイトを提供しています。

いろいろなお客さんのニーズに応えるために「入浴介助だけをしてほしい」とか「グルメ、観劇、ショッピング、ぶらりまち歩き

また、安全確保のために補助スタッフや福祉用具を追加するなど、利用者と相談の上で、必要なサービスや旅行内容に応じた追加料金を加算する仕組みです。これ以外に海外のトラベルヘルパーご利用料金表があります。基本料金の1日の費用を「高いな」と思われるかもしれませんが、「普通のヘルパーさんを雇って1日一緒にいてもらうのとどこが違うのか」と思われるかもしれませんが、費用的には多分変わらないかもしれません。ただ、働く側の安全・安心という環境を作っていくかに行つた先はトラベルヘルパー一人です。ケアマネやセンターが近くには無く、困った時に誰かがすぐ駆けつけてくれるということはありません。私どもはそういう

など」ちょっとしたお出かけに利用したいといった要望に応えるサイトです。

トラベルヘルパーを利用する際、事前の調整に時間がかかることが課題となっています。通常、あ・える倶楽部では、相談・企画・手配を行うトラベルヘルパー（コーディネーター）と、現場でサポー



トを行うトラベルヘルパーが別々に担当します。しかし、「アエルズ」のサイトでは、利用者が希望する内容を直接トラベルヘルパーと相談しながら進めることができるため、事前の準備や調整にかかる手間を大幅に減らせます。

また、費用面でも、アエルズでは1時間からの短時間利用が可能なので、必要なときに必要なサービスだけを受けることができます。例えば、入浴介助を2時間だけ頼みたいといったスポットでの介助依頼が可能です、効率的にコストを抑えることができます。利用を重ねることで、利用者自身が自分でできることがわかり、サービスの使い方がより効果的に調整できるようになります。

「アエルズ」の利用の流れ

- 新規登録**
「依頼者」「利用者」の基本的な情報や身体状況などを登録します。
- 依頼の登録**
いつ、どこで、どのようなサービスを利用したいかを登録します。
- トラベルヘルパーを選ぶ**
トラベルヘルパーは指名、公募で募集することが可能です。希望に合う人を選ぶことができます。
- ご相談・お見積り**
トラベルヘルパーと相談をしながらサービスの予定と見積もりを決めます。
- 申込み・お支払い**
相談で決めた予定・お見積りでよければ、申込み後、料金を支払う。
- サービス実施**
ご利用当日をお楽しみ下さい。
- 終了報告**
トラベルヘルパーから終了報告が届きます。
- アンケート**
サービス感想やトラベルヘルパーへのレビューを記入する。

利用料金

- 1時間¥2,000円～ 入会金・年会費無料
- 基本利用料 ■ 介助あり 1時間 3,000円
■ 介助なし 1時間 2,000円
 - オプション料金 サービス内容により必要になる場合
 - 手数料 基本利用料 + オプション料金の5.5% (税込)
 - 交通費 集合場所までの交通費の実費
- ※あ・える倶楽部と連携して全国でサービス提供中。

