

仕事と介護 両立のポイント

詳細版

あなたが介護離職しないために

目次 ～詳細版の利用ガイド～

はじめに..... 1

【第Ⅰ部：仕事と介護を両立するためのポイント】

第1章 仕事と介護の両立ポイント：仕事と介護はこうやって両立させる！

- どうしたら介護をしながら働き続けられるのか、**仕事と介護の両立のポイント**を6つ紹介しています。

お時間のない方は、まずこの**第1章**を読んでいただき、何を行う必要があるのか、どのような心構えをしたらよいかなど、参考にしてください。

2
頁

第2章 両立支援制度と介護保険制度等を組み合わせて両立環境を整えましょう ～就労継続のための両立支援制度・介護サービス活用例の紹介～

- 両立支援制度や介護保険制度等の支援やサービスを組み合わせることで、仕事と介護を両立できる環境を整えることができます。**第2章**では、家族を介護しながら働いている方の事例等を元に、その組み合わせの例を紹介しています。

第Ⅱ部の詳細な事例を読む時間はないけれど、具体的な両立のための取組例を知りたい場合、この**第2章**をご覧ください。

5
頁

第3章 ケアマネジャー、人事労務担当者からのアドバイス

- 仕事と介護の両立支援に取り組む上でのアドバイスについて、日頃から両立支援に取り組んでいるケアマネジャー、人事労務担当者のみなさまにお話をうかがいました。
- 介護が必要になった時の対応、会社の両立支援制度の活用方法、介護保険サービスの活用方法、両者を組み合わせて使う際のポイントなどを紹介しています。

働きながら介護を行う方へのアドバイスだけでなく、ケアマネジャー等の介護の専門職の方、人事労務担当者の方へのアドバイスもいただいています。

13
頁

第4章 事前に知っておくべきこと

- 介護保険制度や育児・介護休業法における両立支援制度など、介護に関する基礎知識やリンク集・問い合わせ先等をまとめています。

介護に関して制度などをまず知りたいという方は、この**第4章**をご覧ください。働きながら介護を行う方への情報提供ツールとしてもご活用ください。

18
頁

【第Ⅱ部：仕事と介護の両立事例】

～就労継続のための両立支援制度・介護保険サービス等の活用事例～

- 10名の方の「**仕事と介護の両立事例**」を紹介しています。各事例には、「働き方の工夫と両立支援制度等の利用状況」「介護に関わるサービスの利用状況と自身が担っている介護」「仕事と介護の両立実現のための周囲との連携状況」「両立支援制度、介護保険制度等を活用した両立のポイント」などについて、お話をうかがった内容をまとめています。
- 事例の一覧は、23頁に記載しています。

お時間のない場合は、まずあなたの状況に近い事例を選んで読んでみてください。

23
頁