げんまい新聞

第17号　日々の在宅医療介護に役立つ知恵と情報をお届けします

製作者
玄米
クリニック
西原町翁長834
トムズビル2階
☎098-944-6663

ご自宅で、安心・安全なお風呂を。「訪問入浴」サービスをご存知ですか？

ご家族の介護をされている皆様、毎日のケア、本当にお疲れ様です。
中でも「お風呂」は、介護の中でも特に負担が大きいと感じている方が多いのではないでしょうか。「自宅のお風呂に入れるのが難しい」「転倒が怖くて、ゆっくり入らせてあげられない」…そんなお悩みはありませんか？
そんな時に、ぜひ知っていただきたいのが「訪問入浴（ほうもんにゅうよく）」という介護サービスです。

1. 「訪問入浴」って、どんなサービス？

訪問入浴は、ご自宅に専用の浴槽を持ち込んで、お部屋で入浴の介助を行うサービスです。
多くの場合、看護師1名と介護スタッフ2名の計3名がチームで訪問します。寝たきりの方や、お身体の状態からご自宅の浴室での入浴が困難な方でも、安全にお風呂に入ることができます。
「デイサービスに通うのが難しい」「医療的なケアが必要で目が離せない」といった方々にも、広く利用されています。

2. 訪問入浴のここが安心！3つのメリット

① 看護師による「健康チェック」
入浴前に、必ず看護師が血圧、脈拍、体温などを測定し、体調を確認します。「今日はお風呂に入っても大丈夫か」を専門家の目で判断してくれるので、体調が不安定になりがちな高齢者でも安心です。
② ご家族の「介護負担」を大きく軽減
お風呂の準備から、お部屋への浴槽の運び込み、洗身、着替え、そして後片付けまで、すべてスタッフが行います。

ご家族が体力的に無理をすることなく、「お風呂に入れてあげられた」という安心感を得ることができます。ご家族がご自身の休息時間を確保することにも繋がります。
③ ご本人の「心と体」をリフレッシュ
お風呂には、体を清潔にする（清拭）だけでは得られない、たくさんの良い効果があります。

- 血行促進・リラックス効果: 温かいお湯に浸かることで全身の血行が良くなり、筋肉の緊張がほぐれます。
- 床ずれ（褥瘡）の予防: 皮膚を清潔に保ち、血流を促すことで、床ずれの予防・改善にも繋がります。
- 気分のリフレッシュ: 「お風呂に入ってさっぱりした」という爽快感は、気分転換や生活の質（QOL）の向上にとても大切です。

3. サービス当日の流れ（一例）

1. 訪問・健康チェック: スタッフが到着。看護師がご本人の体調を確認します。
2. 準備: お部屋に防水シートを敷き、専用の浴槽を組み立てます。（お湯はご自宅の給湯、または訪問車から供給します）
3. 入浴: スタッフが連携して、ご本人を安全に浴槽へ移動させます。体を洗い、ゆっくりお湯に浸かります。
4. 入浴後: 体を拭き、必要に応じて軟膏を塗ったり、新しい服に着替えるお手伝いをします。
5. 片付け: 浴槽を片付け、ご本人の体調に変化がないか再度確認して終了です。

4. どうすれば利用できるの？

訪問入浴は、「介護保険」のサービスの一つです。
利用するには、まず担当のケアマネジャー（介護支援専門員）さんに相談する必要があります。「訪問入浴を使ってみたい」「うちの場合は利用できる？」と、まずは気軽に声をかけてみてください。ご本人の状態やご家族の希望に合わせ、ケアプランに組み込んでもらうことができます。

♦訪問入力の料金は？
訪問入浴の料金は、時間制ではなく**「1回ごと」に設定されています。 自己負担額は、介護保険の制度に基づき、原則として費用の1割**（所得に応じて2割または3割）となります。
【1回あたりの自己負担額の目安（1割負担の場合）】

- 要介護1〜5 の方（訪問入浴介護）
  - 全身入浴： 約1,260円＋数百円の加算

おわりに

お風呂は、日本人にとって単に体を洗う場所ではなく、"ホッとする"ための大切な時間です。
「お風呂くらい、家で入れてあげたい」というお気持ちと、「でも、もう限界かもしれない」というお気持ちの間で悩んでいる方もいらっしゃるかもしれません。
介護はご家族だけで抱え込むものではありません。訪問入浴のようなサービスを上手に利用して、ご本人もご家族も、安心して笑顔で過ごせる時間を増やしていきましょう。