

ケアプラン自己作成のために

大曲仙北広域市町村圏組合
介護保険事務所作成資料

『自己作成するには、まずどうしたらいいの？』

まず介護保険事務所（地域包括支援センター）に行き、「自己作成するので書類をください」と申し出ます。

介護保険事務所（地域包括支援センター）に自己作成する旨申し出る。
提出書類をもらう。

関係者や専門家と十分に相談・検討しながらケアプランを作成する。

サービス事業者を選んで直接依頼・契約。

ケアプランを書き込んだ書類を介護保険事務所に確認してもらう。

居宅サービス計画作成届けを介護保険事務所に提出する。

サービス開始後は事業者と密に連絡調整して意思疎通を図り、本人の意思に沿った生活がおくれるようにする。

『自己作成の難しい点は？』

どんな事業者があるのかとか、サービスの情報など、情報を得ることが個人ではとても大変です。プラン自体については、ともすれば、素人の思いこみプランになってしまって、状態の悪化を招く危険性もあります。それに、介護現場が閉じられた空間になってしまうことも。自己作成によって、介護現場がうまく回るように、そんなプランにしたいものです。

『ケアプランを自分で作る時の注意点は？』

サービス提供事業所との接触を緊密に

軽度の場合や単純なケアプランの場合でも、訪問介護や、訪問看護、デイサービスなどのサービスを提供する事業所（社会福祉法人や企業、NPO など）とはよく連絡を取り、ケアについての意見交換を積極的に進めましょう。

「ヘルパーのやり方」「考え方の行き違い」など、サービスを受けているという問題が出てくるものです。普段から事業所とコミュニケーションがとれていれば、こうした時に苦情や提案も言いやすいし、解決も早いものです。

もし、どうしても要望を受け入れてもらえなければ、事業所を変更するなど他

の方法も考えられます。契約の当事者はあくまで利用者です。ケアマネジャーを間にはさまずに、直接、事業者とパイプを作ることで、自分らしく生きるためのサービスを自らの手で確保できることは自己作成のメリットのひとつです。

正攻法はケア会議。

重介護の場合やたくさんのサービスを利用している場合は、主治医や看護師、ヘルパー、ヘルパー事業所の管理者、作業療法士（OT）、理学療法士（PT）など、利用者にかかわるさまざまな専門家に集まってもらって、ケアの方法を話し合う場を持つのが理想です。特に要介護度の判定が変わった時などには、こうした場でサービスの種類や量も再検討したいですね。ケアマネジャーに依頼した場合、介護保険法では、ケアマネジャーが主宰する「サービス担当者会議」として位置付けられています。

自己作成の場合にはとりわけ、専門家の声を聞く姿勢が必要です。外部のアドバイスは大変ありがたいものです。

『給付管理はどうなるの？』

給付管理は前月の利用実績を国民健康保険団体連合会に報告する業務です。国保連でこの報告と事業者からの請求を付き合わせて、事業者に報酬が支払われます。ケアマネジャープランの時はケアマネジャーの仕事ですが、自己作成の場合はこの業務は自治体（介護保険事務所）が行います。

《参考》全国マイケアプラン・ネットワークQ&A