



2025年4月施行 仕事介護両立支援強化

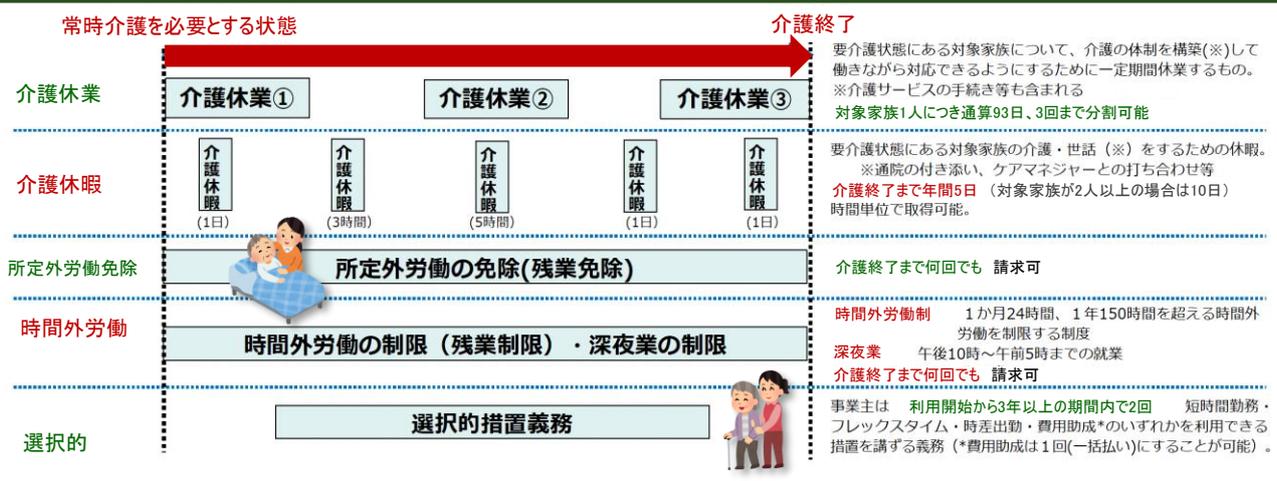


介護をしている人の7割は働いており約350万人に上りますが、**介護を理由とする離職者は年間約10万人**になります。介護と仕事の両立は社会全体にとり重大な課題となっており、育児介護支援法改正が2025年4月に施行されます。

今回の改正で最も注目されるのは**勤続期間要件の撤廃**です。新卒入社直後や中途入社後すぐに家族の介護が必要になる場合でも介護休暇が取得でき、**短期契約や派遣労働者など勤続期間が短い非正規雇用労働者**も介護休暇が取得可能です。

その他、介護を申し出た人に**制度についての周知確認**、**40歳ころには制度情報提供の義務化**、**テレワーク推進等努力義務化**など改正されました。介護休暇取得を理由として不利益取り扱いが法律で禁止されています。

介護離職防止 仕事と介護の両立支援制度 あらまし



2025年4月施行 育児介護支援法改正のポイント

事業者の措置義務化

- 介護に直面した労働者が申し出をした場合 **両立支援制度に関する情報の個別周知・意向確認**
- 介護に直面する前の早い段階(40歳等)の両立支援制度(介護保険制度含む)に関する情報提供
- **研修や相談窓口の設置等**の雇用環境の整備



- 介護期の働き方を労働者がテレワークを選択できるよう事業主に**努力義務化**

テレワーク 選択

勤続期間要件 撤廃

- 介護休暇の勤続6ヵ月未満の労働者の**労使協定除外の仕組みを撤廃**



■厚生労働省「育児介護休業法について」
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000130583.html>



健康長寿 毎日快便



ケア・ライフ・デザイン
きらみさお
代表 吉良操

快食快眠快便は健康のパロメータです。腸のぜん動運動は年齢とともに低下し高齢者は便秘になりやすくなります。便秘の原因は不規則な食事や生活、食物繊維や水分の不足、食べる量が少ない、イライラや不安など精神的な要因など人によってさまざまです。

毎日スッキリ快便にするためには、「良い便をつくる」「便を育てる」「便を出す力」をきたえるという三つの力が大切です。

毎日の快便のために

<p>良い便をつくる</p>		<ul style="list-style-type: none"> ●理想的な良い便は、いきまずストーンと出る黄色か黄色がかった褐色で水中でほぐれて水に浮く状態。 ●良い便は野菜、豆類、果物、海藻など食物繊維の多い食事で作られる。食物繊維は食ベカスとなり便が腸内に滞在する時間を最適にする。 ●発酵食品は腸内環境を整える。ヨーグルト、味噌、納豆、醤油キムチなど。
<p>便を育てる</p>		<ul style="list-style-type: none"> ●腸内には善玉菌、悪玉菌、日和見菌が住んでいる。 ●腸内細菌のバランスが悪いと便の状態が悪くなる。 ●理想のバランスは善玉菌2、悪玉菌1、日和見菌7。 ●悪玉菌は腸内の腐敗、ガス・悪臭、免疫力低下起こす。 ●善玉菌を増やし、悪玉菌減らす。
<p>便を出す力をきたえる</p>		<ul style="list-style-type: none"> ●便を出す力はインナーマッスルの腸腰筋の力。 ●便を送り出すには腸のぜん動運動と最後の一踏ん張りの筋肉。 ●便秘の解消にはウォーキング、階段昇降など運動が必要。

快食快眠快便は健康のパロメータです。腸のぜん動運動は年齢とともに低下し高齢者は便秘になりやすくなります。便秘の原因は不規則な食事や生活、食物繊維や水分の不足、食べる量が少ない、イライラや不安など精神的な要因など人によってさまざまです。

毎日スッキリ快便にするためには、「良い便をつくる」「便を育てる」「便を出す力」をきたえるという三つの力が大切です。



■ 長寿科学振興財団 健康長寿ネット「健康長寿と腸と排泄の関連について」
<https://www.tyojyu.or.jp/net/kenkou-tyoju/koureisha-sumai/koreisha-jutakunaijiko.html>

感染者発生時の対応

感染管理認定看護師による具体的事例と実践的アドバイス

2024年11月15日(金) 15:00~16:30

無料 GREENCARE FORUM Online



私たちグリーン



きぬせん福祉用具研究会

千葉県船橋市海神四丁目9-18

連絡先：047-433-1012 FAX：047-433-1011

mail：info@kinusen.net URL：https://kinusen.net

