

## Sistem Asuransi Perawatan Lansia



### Mari kita ringankan kekhawatiran di hari tua di mana masyarakat saling mendukung perawatan lansia

Dengan latar belakang berbagai masalah yang terjadi di Jepang, seperti perkembangan penuaan populasi, kecenderungan keluarga batih (nuclear family), dan fenomena berhenti bekerja untuk melakukan perawatan lansia, Sistem Asuransi Perawatan Lansia diluncurkan pada tahun 2000 dengan tujuan masyarakat secara keseluruhan mendukung perawatan lansia. Saat ini, sistem ini dimanfaatkan oleh sekitar 6,90 juta jiwa, dan telah menjadi sistem yang mapan dalam membantu lansia yang membutuhkan perawatan lansia.

Untuk menjadi peserta asuransi perawatan lansia, seseorang harus berusia 40 tahun atau lebih. Usia 40-64 tahun merupakan periode ketika kemungkinan kebutuhan dirinya sendiri akan perawatan lansia karena penyakit akibat penuaan meningkat, sementara orang tuanya telah menjadi lansia yang juga mungkin semakin membutuhkan perawatannya. Dalam rangka masyarakat secara keseluruhan mendukung perawatan lansia yang menjadi penyebab kekhawatiran di hari tua, mereka yang berusia 40-64 tahun diminta untuk menanggung premi asuransi.

#### Peserta Asuransi Perawatan Lansia (Tertanggung)

Tertanggung asuransi perawatan lansia dibagi menjadi orang yang berusia 65 tahun atau lebih (Tertanggung Kategori 1) dan peserta Asuransi Perawatan Medis yang berusia 40-64 tahun (Tertanggung Kategori 2). Tertanggung Kategori 1 bisa mendapatkan layanan perawatan lansia setelah mendapatkan status kebutuhan perawatan lansia atau status kebutuhan dukungan, terlepas dari penyebabnya. Tertanggung Kategori 2 bisa mendapatkan layanan perawatan lansia setelah mendapatkan status kebutuhan perawatan lansia (kebutuhan dukungan) karena menderita penyakit akibat penuaan (penyakit tertentu\*).

	Usia 65 tahun atau lebih (Tertanggung Kategori 1)	Usia 40- 64 tahun (Tertanggung Kategori 2)
Target	Orang berusia 65 tahun atau lebih 	Peserta asuransi perawatan medis, seperti Asosiasi Asuransi Kesehatan, Asosiasi Asuransi Kesehatan Jepang, dan Asuransi Kesehatan Nasional Daerah, yang berusia 40-64 tahun.  (Seseorang otomatis mendapatkan kualifikasi saat berusia 40 tahun, kemudian otomatis dialihkan menjadi Tertanggung Kategori 1 saat ia berusia 65 tahun.) 
Syarat untuk menerima	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kondisi kebutuhan perawatan lansia</li> <li>Kondisi kebutuhan dukungan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kondisi kebutuhan perawatan lansia (kebutuhan dukungan) terbatas untuk yang diakibatkan oleh penyakit akibat penuaan (penyakit tertentu*).</li> </ul>
Cara pemungutan premi asuransi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dipungut oleh pemerintah kota/desa dan distrik khusus (Pada prinsipnya, dipotong dari dana pensiun).</li> <li>Mulai dipungut sejak bulan pertama seseorang berusia 65 tahun.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dipungut bersama dengan premi asuransi perawatan medis. (Pada prinsipnya, 1/2 dari premi peserta asuransi kesehatan ditanggung pengusaha.)</li> <li>Mulai dipungut sejak bulan pertama seseorang berusia 40 tahun.</li> </ul>

#### \* Apa itu penyakit tertentu?

1. Kanker (terbatas untuk kanker yang telah berada dalam kondisi yang dinilai tidak memiliki peluang untuk pulih berdasarkan pengetahuan dokter yang diterima secara umum)	9. Stenosis kanal spinal
2. Arthritis reumatoid	10. Progeria
3. Sklerosis lateral amiotrofik	11. Atrofi sistem ganda
4. Osifikasi ligamen longitudinal posterior	12. Neuropati diabetik, nefropati diabetik, dan retinopati diabetik
5. Osteoporosis dengan fraktur	13. Penyakit serebrovaskular
6. Demensia prasenilis	14. Arteriosklerosis obliterans
7. Kelumpuhan supranukliar progresif, degenerasi ganglia basal, dan penyakit Parkinson	15. Penyakit paru obstruktif kronis
8. Degenerasi spinoserebelar	16. Osteoarthritis dengan kelainan bentuk sendi lutut atau pinggul yang signifikan pada kedua sisi

#### Premi Asuransi Perawatan Lansia untuk Tertanggung Kategori 2

##### 1. Premi Asuransi Kategori 2 bagi Peserta Asuransi Kesehatan

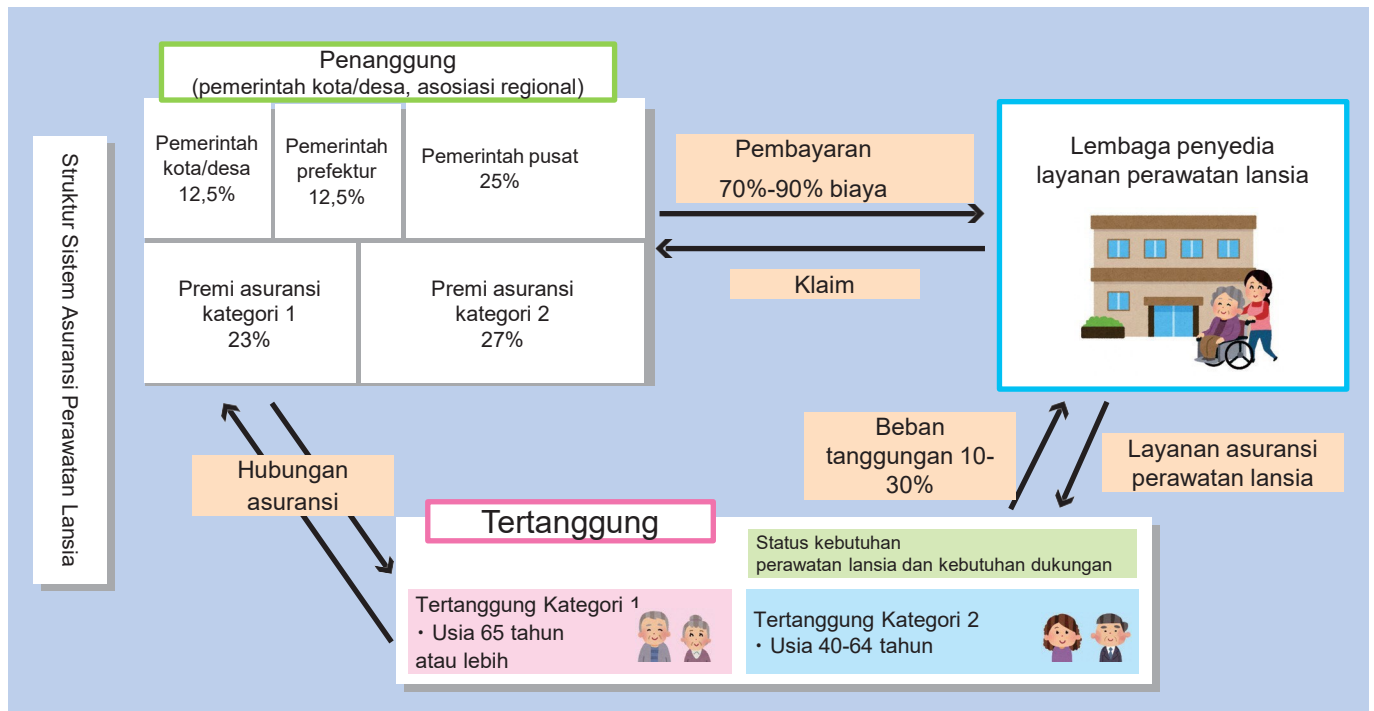
Premi asuransi perawatan lansia yang ditanggung oleh Tertanggung Kategori 2 yang merupakan peserta asuransi kesehatan akan dipungut sekaligus bersama premi asuransi kesehatan. Selain itu, pada prinsipnya, sebagaimana halnya dengan premi asuransi perawatan medis, premi asuransi perawatan lansia ditanggung bersama oleh tertanggung dan pengusaha, masing-masing setengah dari nilai premi.

##### 2. Premi Asuransi Kategori 2 bagi Peserta Asuransi Kesehatan Nasional

Premi asuransi perawatan lansia yang ditanggung oleh Tertanggung Kategori 2 yang merupakan peserta Asuransi Kesehatan Nasional akan dipungut sekaligus bersama premi Asuransi Kesehatan Nasional.

## Pengelola Asuransi Perawatan Lansia (Penanggung) dan Keuangan Publik

Penanggung asuransi perawatan lansia adalah pemerintah kota/desa dan distrik khusus (jika dibentuk asosiasi regional, maka penanggungnya adalah asosiasi regional tersebut). Penanggung asuransi perawatan lansia menyediakan 70-90% biaya layanan perawatan lansia, memungut premi asuransi dari Tertanggung Kategori 1, serta mengelola keuangan publik asuransi perawatan lansia. Untuk sumber dananya, 50% diperoleh dari dana publik dan 50% dari premi asuransi (saat ini, 23% premi asuransi kategori 1, dan 27% premi asuransi kategori 2).



## Layanan Perawatan Lansia Utama yang Bisa Digunakan

(Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi kantor pemerintah kota/desa atau Pusat Dukungan Komprehensif Regional di tempat tinggal Anda)

Layanan yang digunakan di rumah	Perawatan lansia kunjungan	Layanan staf perawat lansia kunjungan (home helper) untuk melakukan perawatan lansia seperti aktivitas mandi, ekskresi, dan makan, serta melakukan pekerjaan rumah seperti memasak, mencuci, dan membersihkan rumah.	Layanan inap	Perawatan lansia inap jangka pendek (short stay)	Layanan yang memberikan bantuan untuk makan, mandi, dll., serta menyediakan latihan fungsional untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi fisik dan mental, dan lain-lain, di mana pengguna menginap jangka pendek di fasilitas, dll. Dapat meringankan beban perawatan lansia oleh keluarga.
	Perawatan medis kunjungan	Layanan perawat medis, dll. untuk membantu aktivitas kehidupan sehari-hari seperti perawatan kebersihan dan ekskresi, serta menyediakan perawatan medis yang diperlukan berdasarkan arahan dokter, agar pengguna dapat menjalani penyembuhan di rumah.	Layanan tinggal	Perawatan lansia tinggal di fasilitas tertentu	Lansia yang tinggal di panti wreda berbayar dapat menggunakan layanan bantuan aktivitas kehidupan sehari-hari dan perawatan lansia.
	Penyewaan alat kesejahteraan	Layanan yang menyewakan alat kesejahteraan (kursi roda, tempat tidur, dll.) yang berguna untuk aktivitas kehidupan sehari-hari serta perawatan lansia.	Layanan fasilitas	Panti wreda perawatan khusus	Lansia yang selalu membutuhkan perawatan lansia dan sulit menjalani perawatan lansia di rumah dapat memasuki panti wreda. Panti wreda menyediakan perawatan lansia terpadu, seperti makan, mandi, dan ekskresi. (*Pada prinsipnya, layanan ini ditujukan bagi lansia dengan kebutuhan perawatan lansia tingkat 3 atau lebih.)
				Fasilitas Perawatan dan Rehabilitasi Lansia	Diperuntukkan bagi individu yang membutuhkan dukungan agar dapat menjalani kehidupan di rumah. Layanan ini mencakup perawatan medis, perawatan lansia, rehabilitasi, serta bantuan dalam kebutuhan sehari-hari.
Layanan yang digunakan di fasilitas tanpa menginap	Perawatan lansia ambulatori (day service)	Layanan yang memberikan bantuan untuk makan, mandi, dll., serta menyediakan latihan fungsional untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi fisik dan mental, layanan peningkatan fungsi oral, dan lain-lain, tanpa menginap.	Perawatan lansia multifungsi di rumah skala kecil		Layanan untuk membantu aktivitas kehidupan sehari-hari dan menyelenggarakan latihan fungsional dengan menggabungkan layanan inap jangka pendek dan kunjungan ke rumah pengguna, terutama dengan cara pergi-pulang ke dan dari fasilitas berdasarkan pilihan pengguna.
	Rehabilitasi ambulatori (day care)	Layanan di mana ahli terapi fisik, ahli terapi okupasional, ahli terapi wicara, dll. melakukan rehabilitasi di fasilitas, rumah sakit, dll. guna membantu kemandirian dalam kehidupan sehari-hari pengguna, serta mempertahankan dan memulihkan fungsi mental dan fisik pengguna.	Perawatan lansia dan medis kunjungan reguler dan saat diperlukan		Layanan yang menyediakan layanan yang diperlukan pada waktu yang diperlukan secara fleksibel selama 24 jam sehari, 365 hari setahun, sesuai dengan kondisi fisik dan mental pengguna, dengan cara berkeliling secara berkala, menangani laporan insidental, dll. Layanan ini tidak hanya melibatkan staf perawat lansia kunjungan, tetapi juga berkoordinasi dengan perawat medis, jadi pengguna dapat menjalani layanan terpadu berupa perawatan lansia dan perawatan medis.

## Cara Menggunakan Layanan Perawatan Lansia

Apabila Anda sendiri atau keluarga Anda membutuhkan perawatan lansia, Anda perlu mendapatkan status kebutuhan perawatan lansia (kebutuhan dukungan) agar dapat menggunakan layanan perawatan lansia. Berikut ini adalah alur prosedurnya secara spesifik.

### (1) Mengajukan pendaftaran

Anda yang ingin menggunakan layanan perawatan lansia diminta untuk melakukan pengajuan *Status Kebutuhan Perawatan Lansia (Kebutuhan Bantuan)* di konter pada kantor pemerintah kota/desa (prosedur pengurusan mungkin dapat dilakukan di Pusat Dukungan Komprehensif Regional (lihat keterangan di bawah)). Pada saat mengajukan pendaftaran, Tertanggung Kategori 1 perlu membawa Kartu Peserta Asuransi Perawatan Lansia, dan Tertanggung Kategori 2 perlu membawa Kartu Peserta Asuransi Perawatan Medis.

### (2) Survei dan penilaian akan dilakukan untuk menentukan kebutuhan perawatan lansia, dan hasilnya akan diberitahukan

#### ■ Survei status kebutuhan dan surat pendapat dokter

Petugas survei status kebutuhan, seperti pegawai pemerintah kota/desa berkunjung ke rumah dan melakukan survei, seperti wawancara dengan Anda dan keluarga Anda perihal kondisi fisik dan mental. Isi survei sama di seluruh Jepang. Selain itu, atas permintaan langsung dari pemerintah kota/desa, dokter (dokter keluarga) akan membuat surat pendapat mengenai kondisi fisik dan mental dari sudut pandang medis (permintaan langsung dari pemerintah kota/desa).

#### ■ Skrining dan penilaian

Berdasarkan hasil survei status kebutuhan dan surat pendapat dokter, akademisi di bidang kesehatan, kesejahteraan, dan perawatan medis akan melakukan skrining dalam Komite Skrining Status Perawatan Lansia, serta menilai sejauh mana perawatan lansia dibutuhkan. Tingkat kebutuhan perawatan lansia yang ditentukan adalah kebutuhan perawatan lansia tingkat 1-5 atau kebutuhan dukungan tingkat 1 dan 2.

Selain itu, *status Tertanggung Kategori 2 ditentukan sesuai dengan kondisi kebutuhan perawatan lansia (kebutuhan dukungan), dan akan mendapat pengakuan apabila disebabkan oleh penyakit tertentu (lihat halaman 1).*

#### ■ Hasil Penilaian

Hasil penilaian akan diberitahukan oleh pemerintah kota/desa dalam waktu 30 hari setelah pengajuan.

### (3) Membuat rencana perawatan

Bagi Anda yang mendapat status kebutuhan perawatan lansia tingkat 1-5, jika Anda menggunakan layanan perawatan lansia di rumah, maka perlu menjalin kontrak dengan lembaga penyedia layanan perawatan lansia di rumah, meminta manajer perawatan lansia (care manager) dari lembaga tersebut untuk menentukan layanan yang akan digunakan dan membuat rencana layanan perawatan lansia (care plan). Bagi Anda yang ingin masuk ke fasilitas perawatan, Anda perlu mengajukan langsung ke fasilitas yang diinginkan. Bagi Anda yang mendapatkan status kebutuhan dukungan tingkat 1 atau 2, Anda perlu menjalin kontrak dengan lembaga penyedia layanan pencegahan perawatan lansia, dan staf penanggung jawab perawatan lansia penyedia layanan tersebut akan menyusun rencana layanan pencegahan perawatan lansia (care plan pencegahan).

### (4) Menggunakan layanan

Setelah menunjukkan Kartu Peserta Asuransi Perawatan Lansia dan Kartu Persentase Beban Tanggungan Asuransi Perawatan Lansia kepada lembaga penyedia layanan, pengguna dapat menggunakan layanan di rumah dan layanan di fasilitas berdasarkan care plan yang telah dibuat. Tanggungan pengguna berdasarkan care plan adalah 10-30%\* dari total biaya.

※Untuk tertanggung kategori 1 yang berusia 65 tahun ke atas, kewajiban membayar adalah 10% kecuali untuk individu berikut (tertanggung kategori 2 membayar 10% terlepas dari jumlah penghasilannya.):

- Yang memiliki total pendapatan lebih dari 1,6 juta yen serta total pendapatan pensiun + pendapatan lainnya lebih dari 2,8 juta yen (atau 3,46 juta yen untuk tertanggung lebih dari satu orang), akan menanggung 20%.
- Yang memiliki total pendapatan lebih dari 2,2 juta yen serta total pendapatan pensiun + pendapatan lainnya lebih dari 3,4 juta yen (atau 4,63 juta yen untuk tertanggung lebih dari satu orang), akan menanggung 30%.

※ Selain itu, terdapat layanan pencegahan perawatan dan dukungan kehidupan sehari-hari yang dapat digunakan oleh individu yang tidak mendapatkan status kebutuhan perawatan (atau dukungan).

## Apa itu Pusat Dukungan Komprehensif Regional?

### 1. Membantu kehidupan warga daerah yang sehat dan tenang

Lembaga yang bertujuan memberikan dukungan secara komprehensif dari sudut pemeliharaan kesehatan, perawatan medis, dan kesejahteraan, agar para lansia di suatu daerah dapat hidup dengan sehat dan tenang. Lembaga ini dikelola secara publik oleh pemerintah kota/desa atau organisasi yang ditunjuk pemerintah kota/desa. Di setiap kota/desa ada satu atau lebih Pusat Dukungan Komprehensif Regional.

Warga dapat berkonsultasi dengan tenaga tentang kekhawatiran dan kesulitan terkait perawatan lansia. Konsultasi dan dukungan diberikan tanpa biaya. Silakan periksa Pusat Dukungan Komprehensif Regional di daerah tempat tinggal, seperti di situs web pemerintah kota/desa. (Nama Pusat Dukungan Komprehensif Regional mungkin berbeda menurut daerah.)

### 2. Menangani berbagai masalah, seperti masalah kehidupan, perawatan lansia, keseimbangan antara perawatan lansia dan pekerjaan, dll pada keluarga dengan lansia.

Pusat Dukungan Komprehensif Regional menyediakan perawat kesehatan, pekerja sosial, manajer perawatan lansia utama, dll., yang merupakan spesialis perawatan medis, kesejahteraan, dan perawatan lansia. Dengan memanfaatkan bidang keahlian dan koordinasi antar-staf, Pusat Dukungan Komprehensif Regional menawarkan saran solusi spesifik sesuai dengan hal yang dikonsultasikan, seperti penjelasan garis besar sistem dan informasi tentang meja konsultasi. Selain itu, jika diperlukan, kami akan bekerja sama dengan lembaga terkait untuk memastikan bahwa layanan perawatan dan berbagai sistem lainnya dapat diakses dan digunakan.

\*Jika Anda memiliki kekhawatiran terkait perawatan lansia bagi Anda sendiri atau keluarga Anda, jangan ragu untuk berkonsultasi dengan Pusat Dukungan Komprehensif Regional di kota/desa tempat tinggal Anda. Pusat Dukungan Komprehensif Regional juga berperan memelihara kesehatan lansia di daerah, menjaga hak-hak lansia, mengembangkan lingkungan daerah yang nyaman ditinggali, dll.



Saat ini, data menunjukkan bahwa sekitar 100.000 orang berhenti bekerja setiap tahun dengan alasan melakukan perawatan lansia.

Pemerintah Jepang berupaya menjamin layanan perawatan lansia yang diperlukan guna mewujudkan program Keterlibatan Dinamis Semua Warga, serta bertujuan untuk meniadakan fenomena berhenti bekerja untuk melakukan perawatan lansia hingga awal 2020-an, dengan cara meningkatkan lingkungan kerja dan memberikan bantuan bagi keluarga.

## Sistem untuk Menyeimbangkan Pekerjaan dan Perawatan Lansia

Berikut ini akan dipaparkan sebagian hal mengenai sistem yang ditetapkan dalam UU Cuti Perawatan Anak dan Perawatan Lansia.

Silakan merujuk kepada Garis Besar UU Cuti Perawatan Anak dan Perawatan Lansia untuk keterangan lebih lanjut mengenai undang-undang ini (untuk informasi lebih lanjut, lihat kolom Tautan Referensi Utama), serta berkonsultasi kepada Divisi (Unit) Lingkungan Kerja dan Kesetaraan, Dinas Ketenagakerjaan tingkat prefektur. Selain itu, silakan berkonsultasi tentang sistem di tempat kerja Anda kepada penanggung jawab personalia dan urusan umum di tempat kerja Anda.

Periode cuti perawatan lansia dianggap sebagai "periode untuk mempersiapkan sistem yang memungkinkan terciptanya keseimbangan antara pekerjaan dan perawatan lansia." Cuti perawatan lansia ini juga dapat dimanfaatkan sebagai waktu untuk mempersiapkan layanan asuransi perawatan lansia, sambil membangun sistem yang mendukung keseimbangan antara pekerjaan dan perawatan lansia.

### 1. Sistem cuti perawatan lansia

Sistem yang memungkinkan pekerja untuk mengambil cuti total 93 hari yang dapat dibagi maksimal 3 kali, untuk setiap 1 orang anggota keluarga yang memerlukan perawatan lansia. Sistem ini dapat digunakan oleh pekerja dengan cara mengajukan kepada perusahaan.

Selain itu, apabila memenuhi persyaratan, 67% dari gaji sebelum cuti akan dibayarkan dari Asuransi Tenaga Kerja selama periode cuti perawatan lansia (Manfaat Cuti Perawatan Lansia).

### 2. Sistem libur perawatan lansia

Sistem yang memungkinkan pekerja untuk mengambil libur selain cuti perawatan lansia dan cuti tahunan berbayar, dengan satuan satu hari atau setengah hari, hingga sebanyak 5 hari dalam satu tahun fiskal untuk setiap 1 orang anggota keluarga yang memerlukan perawatan lansia, atau hingga sebanyak 10 hari dalam satu tahun fiskal untuk 2 anggota keluarga atau lebih yang memerlukan perawatan lansia. Sistem ini dapat digunakan oleh pekerja dengan cara mengajukan kepada perusahaan.

### 3. Sistem jam kerja singkat dan sistem-sistem lainnya untuk perawatan lansia

Pengusaha diwajibkan untuk membuat salah satu dari sistem (a) hingga (d) di bawah ini (sistem yang dapat digunakan sebanyak 2 kali atau lebih selama 3 tahun sejak mulai digunakan, untuk setiap 1 orang anggota keluarga yang memerlukan perawatan lansia).

- Sistem jam kerja singkat: Sistem ini menyingkat jam kerja atau jumlah hari kerja dengan satuan hari, minggu, bulan, dll.
- Sistem waktu fleksibel: Sistem ini menetapkan jam kerja total selama periode yang ditentukan maksimal 3 bulan, dan pekerja dapat menentukan sendiri waktu mulai dan selesai bekerja dalam lingkup tersebut.
- Sistem waktu kerja bertingkat: Sistem ini memungkinkan pekerja untuk mengawali atau melambatkan jadwal mulai dan selesai bekerja yang ditentukan, tanpa mengubah jumlah jam kerja dalam 1 hari.
- Sistem subsidi biaya layanan perawatan lansia yang digunakan pekerja atau sistem serupa lainnya.

### 4. Pembatasan kerja lembur untuk perawatan lansia (sistem keringanan kerja lembur)

Sistem keringanan kerja lembur hingga selesainya perawatan lansia, yang dapat digunakan oleh pekerja dengan cara mengajukan kepada perusahaan.

## Meja Konsultasi Perawatan Lansia

### Kontak informasi

- Bagian Penanggung Jawab Asuransi Perawatan Lansia di pemerintah kota/desa: Konsultasi umum tentang perawatan lansia, prosedur untuk menggunakan asuransi perawatan lansia, dll.
- Pusat Dukungan Komprehensif Regional: Masalah terkait aktivitas kehidupan sehari-hari lansia, konsultasi tentang pencegahan perawatan lansia, dll.
- Divisi (Unit) Lingkungan Kerja dan Kesetaraan, Dinas Ketenagakerjaan tingkat prefektur: Konsultasi tentang UU Cuti Perawatan Anak dan Perawatan Lansia, dll.
- Hello Work: Prosedur pengajuan Manfaat Cuti Perawatan Lansia, dll.
- Koordinator dukungan demensia usia muda: Konsultasi tentang demensia pada usia muda, dll.

### Tautan Referensi Utama

Gambaran umum sistem asuransi perawatan lansia	<a href="https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/gaiyo/index.html">https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/gaiyo/index.html</a> Gambaran umum tentang sistem asuransi perawatan lansia dapat ditemukan di situs web Kementerian Kesehatan, Tenaga Kerja, dan Kesejahteraan Jepang.
Sistem publikasi informasi layanan perawatan lansia	<a href="https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/">https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/</a> Anda dapat mencari Pusat Dukungan Komprehensif Regional dan lembaga penyedia layanan perawatan lansia.
Konter Daerah untuk Perawatan Lansia	<a href="https://www.wam.go.jp/content/wamnet/pcpub/kaigo/madoguchi/">https://www.wam.go.jp/content/wamnet/pcpub/kaigo/madoguchi/</a> Memuat informasi konter terkait perawatan lansia di pemerintah kota/desa.
Garis Besar UU Cuti Perawatan Anak dan Perawatan Lansia	<a href="https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/000103504.html">https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/000103504.html</a> Merangkum informasi tentang garis besar cuti perawatan anak dan perawatan lansia, karyawan yang menjadi subjeknya, prosedur pengurusan, dll. dalam bentuk pamflet.
Manfaat Cuti Perawatan Lansia	<a href="https://www.hellowork.mhlw.go.jp/insurance/insurance_continue.html">https://www.hellowork.mhlw.go.jp/insurance/insurance_continue.html</a> Merangkum informasi persyaratan untuk mendapatkan Manfaat Cuti Perawatan Lansia, metode pengajuan, dll.
Panduan bagi pengusaha tentang dukungan keseimbangan antara pekerjaan dan perawatan lansia	<a href="https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kaigo/kaigo_guideline.html">https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kaigo/kaigo_guideline.html</a> Panduan ini merangkum latar belakang mengapa pengusaha perlu memimpin upaya mendukung keseimbangan antara pekerjaan dan perawatan lansia, serta poin-poin penting dalam cara melaksanakannya.
Pusat Layanan Telepon Demensia pada Usia Muda	<a href="https://y-ninchisyotei.net/">https://y-ninchisyotei.net/</a> Merangkum informasi meja konsultasi terkait demensia pada usia muda dan dukungan demensia pada usia muda.