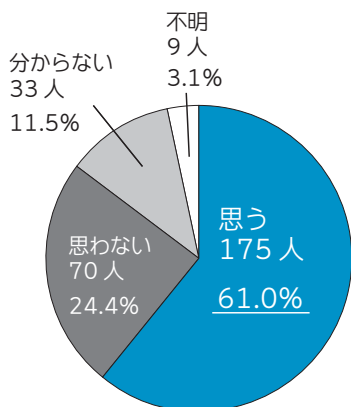


# 在宅医療・介護という選択



約6割の人が住み慣れた  
自宅で最期を迎えたい



▲「終を考えたときに、住み慣れた自宅で過ごしたいと思いますか」という質問への回答結果(平成28年に行われた在宅医療・介護連携推進市民フォーラムに参加した287人が回答)

「介護が必要になっても  
住み慣れた自宅で過ごしたい」  
本人や家族のそんな思いから、在宅で  
医療や介護を受ける方が増えています。  
在宅ケアの実際の様子や、医師の方  
ちとの関わり方をお伝えします。

高齢障がい支援課 ☎(45)6289

# 自宅で暮らすご夫婦 自らが慣れたように 住み慣れた自宅 西田さんご夫婦



自宅は、穏やかに過ごしたいのが  
できる一番の場所

市内に住む西田修造さんは、16年前に脳出血が原因で一時的入院。後遺症が残りましたが、妻の介助を受けながら自宅で療養を続けていました。しかし、2年前に大腸がんが見つかり、さらに今年1月には肺炎も発症。入院中、医師からの余命宣告は1カ月ということでした。

寝たきりになってしまった修造さん。妻の美貴子さんは担当医と相談し、修造さんに残された時間を、自宅で穏やかに過ごしてもらうことを決断しました。

懐かしい我が家に戻った修造さんは、天井を眺めて、とても穏やかな表情を見せたそうです。在宅医療に切り替えてからは、食欲も増して体調は安定し、周囲の人たちに支えられながら、現在も穏やかな毎日を過ごしています。

## 「在宅医療 家族の声は」 介護は決して孤独じゃない

在宅医療を決断した美貴子さん。介護への不安がある中で、その決断を後押ししたのは、介護にまつわるさまざまな人のバックアップ体制があったことです。

修造さんの様子で困ったことがあった場合などに24時間体制で相談に乗ってくれる訪問看護師や、ほぼ毎日来訪し、修造さんの体のケアや散歩などをしてくれるホームヘルパーは、医療知識や体力面で大きな支えです。



(上)食事の様子  
(左)西田さんご夫婦と訪問看護師



しかし何より大きいのは、看護師やヘルパーが継続的に自宅に来訪し、じっくり話ができること。さまざまな相談事を時間の余裕をもって話すことができ、自分の不安な気持ちに共感してくれたり、一緒に解決方法を考えてくれる、人としての関わり合いが、修造さんの体調だけでなく、美貴子さんにとっても大きな救いになっていると話してくれました。

在宅医療や介護に不安を持っている人は多いと思いますが、サポート体制やサービスはたくさんあります。介護は決して一人ですることではありません。手を差し伸べてくれる人が必ずいますので、本人や家族の方が望むのであれば、ぜひ考えてみてください。

### 1カ月の介護保険サービス利用料の目安 (要介護5…介護保険サービス利用料自己負担1割の場合)

- 介護保険サービス利用料…3万円程度
- 介護用品レンタル料
  - 介護用ベッド…1500円程度
  - 車いす…500円程度

#### 【その他の支出】

- 薬剤師による薬品・衛生材料の配達(2回/月)
- ※薬の説明、相談、服薬・残薬の管理などを含む。
- ※医師による訪問診療費・薬品費は別途必要

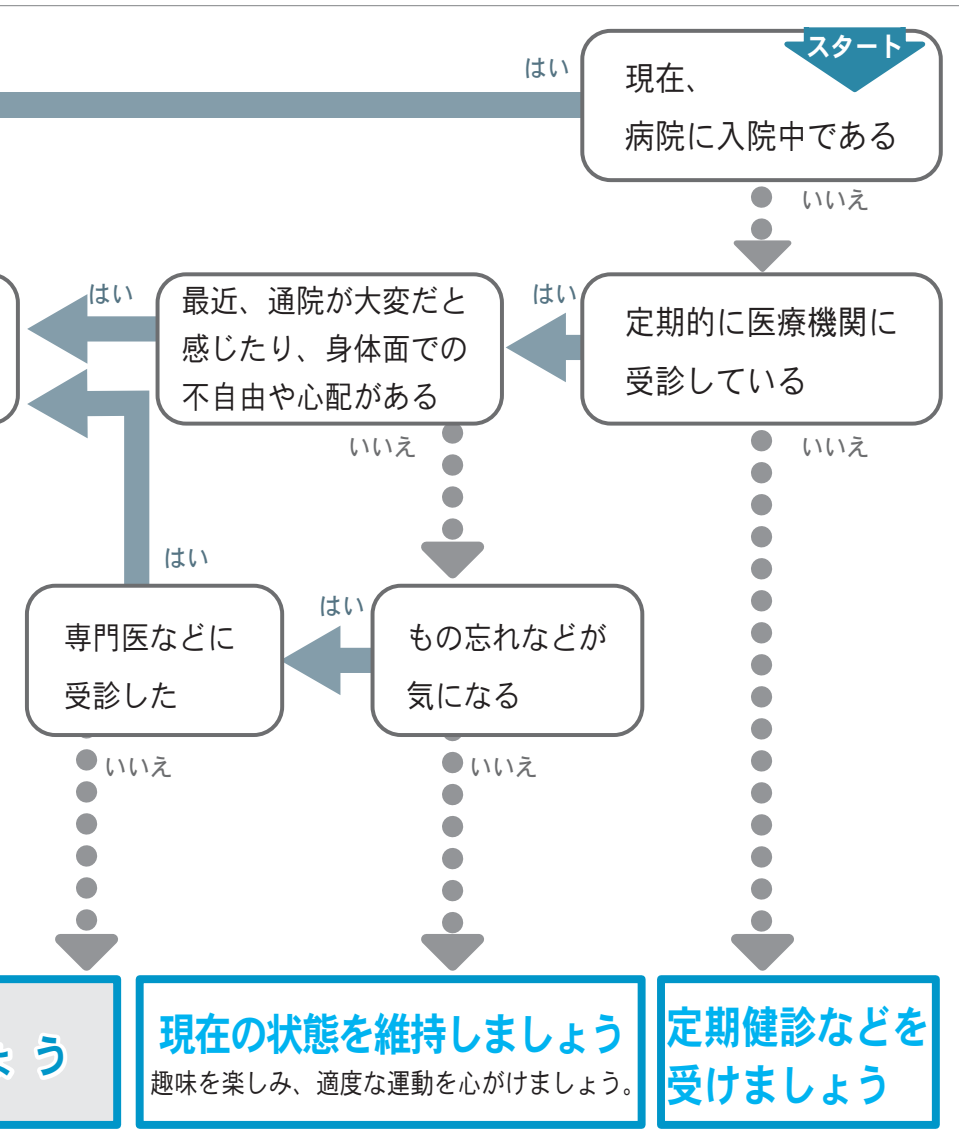
### 介護保険サービスを利用した 一週間のスケジュールの一例

	月	火	水	木	金	土	日	
8:00	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	
9:00		デイサービス			デイサービス			
10:00								
11:00								
12:00	ヘルパー(昼食)			ヘルパー(昼食)		ヘルパー(昼食)	ヘルパー(昼食)	昼食
13:00								
14:00				歯科(隔週)				
15:00	訪問看護			医科(隔週)		訪問看護		訪問リハビリ
16:00			訪問入浴介護					
17:00								
18:00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	

## 在宅医療・介護を 安心して始める ポイント

在宅医療・介護を行うときには、あらかじめ、かかりつけの医師を決めておくほか、要介護の認定を受け、担当のケアマネジャーを決めておくことが大切です。

また、現在入院してなくても、日常生活を送るのに不安のある方は、ぜひ高齢者相談支援センターに相談してみてください。



### 市内に2カ所！ 大府市高齢者 相談支援センター



JR東海道線東側にお住まいの方は



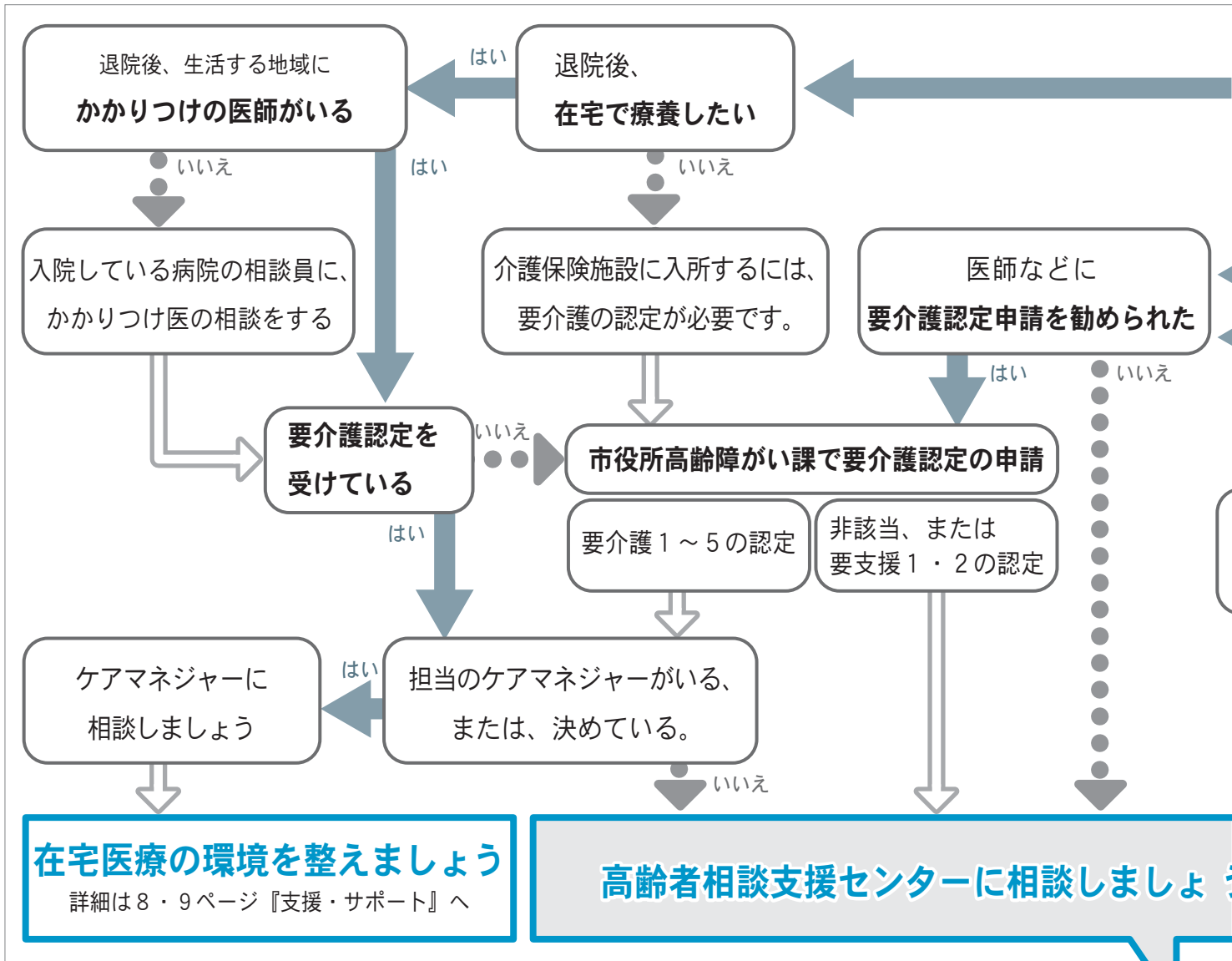
【お問い合わせ先】  
社会福祉協議会内(東新町)  
☎(48)1051  
FAX(46)9560

高齢者とその家族が抱える悩みごと  
福祉のプロへ相談できます

### 大府市高齢者相談支援センター

市の西側、東側に1カ所ずつ設置されている「大府市高齢者相談支援センター(地域包括支援センター)」。保健師や看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの資格を持った専門の相談員が常駐し、日常の困りごとをはじめ、必要な介護サービスや保健福祉サービス、その他、日常生活支援などについての相談に応じます。必要に応じて訪問も行います。





### 看護師

#### 最も適切なケアを考える

介護予防を重点に置いたケアマネジメントを行っています。訪問看護師などと連携しながら相談者にとって適切な支援を考えます。



看護師  
萱野 佐知子さん

### 社会福祉士

#### 総合的なサポート

相談相手の話を聞き、必要に応じて、適切な機関や制度につなげます。電話や来所での相談、訪問などもしています。



社会福祉士  
宮武 美以子さん

### 主任ケアマネジャー

#### 専門家をバックアップ

地域の介護支援専門員(ケアマネジャー)や、福祉関係者などが受けた相談や問題を一緒に考え、適切な療養プランを提案します。



主任ケアマネジャー  
佐々木 由紀さん

JR東海道線西側に  
お住まいの方は



【お問い合わせ先】  
ふれ愛サポートセンター  
「スピカ」内(江端町)  
☎(45)5455  
FAX(45)5440

## 在宅医療・介護の 支援・サポート

在宅医療・介護には、介護を受ける方と世話をされる方の双方が、快適に過ごすことのできる環境を整えることが大切です。

各種介護サービスの利用計画は、ケアマネジャーに相談しましょう。



### かかりつけ医

主治医として、療養中の健康状態をサポートします。

状態が悪化した場合や、病院での検査・治療が必要になった場合には、病院の専門医に迅速につながります。

入院中の心配ごとは、病院のソーシャルワーカー(社会福祉士など)がサポートします。

### かかりつけ薬局

複数の医療機関に受診している場合でも、かかりつけ薬局を持つことで、処方薬の重複をふせぎ、飲み方や飲み合わせなどの相談ができます。

また、薬のお届けサービスをしている薬局もあります。

### かかりつけ歯科医

歯科医師や歯科衛生士が訪問して、口内の清掃や、入れ歯の製作・調整のほか、上手な飲み込み方法などの指導も受けられます。これらの口腔ケアを継続的に行うことは、高齢者の死亡原因として多い誤嚥性肺炎のリスクを減らすことができたり、食べることが当たり前にできたりするなど在宅での医療ではとても大切なことです。



治療については症状により、歯科医師とよく相談してください。

### 訪問看護ステーションから

在宅のことで困ったら  
一人で抱え込まず  
頼ってほしい

病院での療養は「治療」が中心になりますが、在宅医療は「生活」が中心となり、医療・介護を受けながら自分らしく毎日を過ごすことができます。住み慣れた環境で、ご家族とともに暮らすということ、とても安心感を得られるものです。しかしその反面、ご家族の負担は大きく、不安も出てくると思います。私たち訪問看護師の役割は、利用者本人やご家族のことを身近でサポートさせていただくと考えています。私たちは、

### 訪問サービス(ホームヘルプ)

家事や炊事など、身の回りの生活全般のサポートや、身体介護など日常生活の支援を行います。サービスは、生活必需品の買い物や訪問入浴など、多岐にわたります。



### 訪問看護

看護師が訪問して、医師の指示のもと、利用者や、その家族の体と心のケアをします。

訪問看護ステーションでは24時間体制で緊急時に備えています。



訪問による心身のケアはもちろん、24時間体制で利用者やご家族の相談相手になります。一人で抱え込まず私たちを頼ってください。

訪問看護に限らず、いろいろなサポートをすることで、在宅での医療や介護も困難ではなくなると思えます。自宅で生活したい、させたい気持ちがあるのであれば、在宅医療・介護を選択してみたいかがでしょうか。



訪問看護ステーション  
こんばす管理者  
浅井 聖子さん

## 通所サービス

日帰りで食事・入浴などのサービスや、生活能力向上のためのリハビリテーションなどを受けることができます。



## ショートステイ

短期間(最長30日まで)、施設などに入所して、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。利用者の家族が家を空ける場合などに利用されることもあります。

## 福祉用具

車いすや電動ベッド、歩行器、手すり、スロープなど、日常生活を支援する福祉用具をレンタルすることができます。



# これからの 在宅医療と介護 ～本人・家族の 選択と心構え～

## 患者本人の意思をくみ取り その人らしい環境づくりを

在宅での治療は、家族との会話を聞きながら患者さんの状況を見ていきまします。患者さんとその家族に寄り添い、じっくり話を聞くことでおおよその病状などを把握することができるようになります。



村瀬医院院長  
村瀬 敏之さん

現在私が担当している患者さんの多くは、長期・慢性的な病状の方です。大半は、以前からかかりつけで通院されていて、病状の経過やご家族の様子などが分かる方です。病院からの紹介で在宅医療に切り替える方も多くなっていますので、訪問する際には、患者さんにもその家族にも信頼してもらえよう心がけています。

在宅医療で、患者さんの家族には、患者さん本人がどう過ごしたいか、最期に何を望んでいるかなどを、本人の意思や、これまでの生き方からくみ取ってあげてほしいです。それを周囲で共有しておき、本人の望む形で最期を迎えさせてあげることが大切だと思います。また、患者さんの居場所を家族みんなの近くで、一人にしないような場所に配置することも大切です。在宅医療の良い部分は、家族の絆が深まることです。私の担当した患者さんや家族の方から、自宅に戻ってとてもほっとしたという声や、自宅で家族に見守られながら最期を迎えることができ、満足していたという声がありました。自宅で家族とともにいる安心感や充足感は絶対にあると思います。

## 自分らしい生活を いつまでも送るために 今のうちから話し合いましょ



高齢障がい支援課  
副主幹(保健師)  
多田 桐子

自分らしい生き方を考えた時、健康でいることは何よりも大事です。しかし、人生の最期を迎えるまでの間には多くの方が療養期間を必要とします。長寿社会の今、介護や医療が必要になったとき、どこで、どのように過ごしたいかについて考えておくことはとても大切なことです。今回のテーマは、病気になったときも、自宅などで安心して生活することができる支援などを紹介し、在宅医療・介護を選択肢の1つとしていただけるようにと考えました。自分の生き方として、医療や介護が必要になった時どうしていきたいか。この機会に、ご家族や友人などと一緒に、将来に向けての話し合いをしていただけたらと思います。