

名古屋市

在宅医療・介護の しおり



在宅療養とは _____ 1ページ

在宅療養を始めるには _____ 2ページ

在宅療養を支えるさまざまな職種 _____ 6ページ



在宅療養にかかる費用について _____ 13ページ

ACP（アドバンス・ケア・プランニング） _____ 14ページ



わたしの気持ちシート _____ 18ページ

在宅療養に関する各種相談窓口 _____ 20ページ

はじめに

このしおりでは、加齢や病気、障害によって医療やケアが必要になったとき、住み慣れた自宅などで自分らしく暮らし続ける「在宅療養」について、紹介しています。

在宅療養について知っていただくだけでなく、実際に活用していただけるよう、在宅療養を始めるときの流れや、医師や看護師など専門職の役割、各種相談窓口などを掲載しました。

また誰もが、いつでも、命に関わる大きな病気やけがををする可能性があります。そんなとき、あなたが望む医療やケアを受けられるよう、前もって考え、信頼できる人と繰り返し話し合う取り組み「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）」についても、掲載しました。

このしおりが、あなたやあなたの大切な人が医療やケアを必要とするとき、どこでどのように暮らしたいか考えるきっかけとなれば幸いです。

在宅療養とは…

病気や障害などによって医療や介護が必要になっても、「在宅医療」や「介護サービス」を利用し、自宅などで生活することをいいます。

在宅療養のよいところは、住み慣れた自宅などで自分らしく、自分のペースで暮らすことができる点です。

医療や介護、福祉のサービスを利用することで、「自宅などで暮らしたい」という想いを実現することができます。

在宅療養を支える医療と介護

在宅医療

病気やからだの状態によって、通院ができなくなった時、医師や看護師などが自宅などに訪問し、必要な医療やケアを提供することをいいます。

例えば、脳血管疾患の後遺症で外出が難しい時、認知症が進行し通院が難しくなってきた時、がんによる痛みの緩和が必要になった時などに、在宅医療を受けることができます。

また、緊急時や病状の変化などがあった場合は、必要に応じて病院での受診や検査、入院治療が行えるように病院と連携をしています。

介護サービス

病気やからだの状態によって、介護が必要な方に対して、自宅などで介護保険サービスや障害福祉サービスによるサポートを提供することをいいます。

例えば、家事や介護のサポートがほしい時、施設などに通ってリハビリテーションや生活のサポートを受けたい時、自宅などを在宅療養ができる環境に整えたい時などに利用できるサービスがあります。



在宅療養 を始めるには

自宅で生活している時

病気やからだの状態などで通院が難しくなってきた時、「在宅医療」を受けることができます。

- 医師の訪問を希望する場合、まずは日頃受診している医療機関の医師（かかりつけ医）に相談します。定期的に受診をしていなくても、急な体調不良や予防接種などの際に受診している医療機関があれば、その医療機関に相談してみましょう。
- どの医療機関に相談したらよいかわからない場合は、名古屋市はち丸在宅支援センターにご相談ください。介護保険を利用している場合は、ケアマネジャーに相談してみるのもよいでしょう。

生活にサポートが必要な場合、「介護サービス」を利用することができます。

- 介護保険サービスや障害福祉サービスを利用することにより、日々の生活に必要なサポートが受けられます。例えば、入浴・排せつ・食事などの介助や調理・洗濯・買い物などのサポート、車いすや介護用ベッドなどの貸与やポータブルトイレなどの購入費が支給されるサービスがあります。
- 申請や利用方法などの詳細は、名古屋市発行の『支えあい育てる介護保険制度』や『障害者福祉のしおり』をご覧ください。

事例 83歳・女性 Aさん

3年前に夫を亡くし、一人暮らし。友人を誘ってモーニングに行ったり、地域のサロンに参加したり社会的に過ごしていました。高血圧のため、家の近くのクリニックに通院していましたが、雨の日の帰り道に転んで足を痛めてしまいました。以降、痛みが続き、家の中を壁づたいに歩くのがやっとの状態、一人で外出できず自宅で横になって過ごすことが多くなりました。そのうちに、だんだんと体力が落ち、通院もできず内服薬が切れてしまいました。



心配した民生委員の訪問

しばらく顔を見せないAさんを心配し、民生委員が自宅を訪ねてきました。一人で外出できず、買い物や通院にも困っていると知った民生委員から、いきいき支援センターに相談するよう勧められました。

介護保険の申請

いきいき支援センターに相談すると、介護保険サービスの説明があり、早速申請することにしました。その後ケアマネジャーの訪問を受け、何に困っているかなど、いろいろと話を聞いてくれました。必要なサービスを調整してもらえると聞き、不安な気持ちが少し軽くなりました。通院できていないことを伝えると、かかりつけ医に相談するよう助言を受けました。

訪問診療の開始

かかりつけのクリニックに電話をして、転んで外出が難しくなったことと、介護保険を申請していることを伝えました。かかりつけ医から「そういう事情なら、自宅に往診しようか」と提案され、診察を受けることができました。診察の結果、「血圧も高く、体力も落ちていますね。しばらくの間、定期的に訪問しますよ」と言われ、訪問診療が始まりました。薬も処方してもらうことができ、安心しました。

その後…

介護保険サービスで、買い物や洗濯、お風呂の掃除など、できないことを助けてもらっています。痛みは少し和らげましたが、からだは思うように動きません。ケアマネジャーがかかりつけ医とも相談し、リハビリできるようにとデイケアを探してくれました。週2回、リハビリも頑張っていますが、新しく出来た仲間と他愛のない話をするのが、Aさんの楽しみになっています。



民生委員とは

厚生労働大臣から委嘱され、ボランティアとして活動する非常勤の地方公務員です。地域住民の一員として、担当する区域で、地域住民の生活上のさまざまな相談に応じ、福祉サービスなどの情報提供や、関係機関を紹介する「つなぎ役」です。ひとり暮らしの高齢者宅への訪問・見守り活動も行っています。

Point



在宅療養 を始めるには

病院から退院する時

退院後の生活については入院中に相談することができます。

- 在宅療養に向けた準備が必要な時、多くの場合は退院支援を行う看護師や医療ソーシャルワーカーから、本人・家族などへ自宅での療養についての話があります。不安や心配なことがあれば、本人・家族などから相談してみてもよいでしょう。
- 退院支援を行う看護師や医療ソーシャルワーカーが、これまでの生活状況や要介護・要支援認定の有無、本人や家族の希望、心配なことをうかがい、訪問診療や訪問看護、介護保険サービスや障害福祉サービスなどの調整を行います。入院前にサポートを受けていたかかりつけ医や利用していたサービスについて伝えるとよいでしょう。
- 在宅療養の準備を進めるにあたって、「費用がどのくらいかかるのか？」などの心配や「介護したいけれど、仕事を辞めなければいけないのか？」という不安が出てきます。そのような時は医療ソーシャルワーカーなどへ相談してみましょう。

事例 78歳・男性 Bさん

脳梗塞で入院し、治療やリハビリが終わって退院できることになりました。左側の手足に麻痺が残り、入院前のように一人で出かけるのが難しくなり、入浴などにも助けが必要な状況です。同じく70代の妻と2人暮らしで、どのように自宅で生活をしていったらよいか不安な気持ちを抱えています。



まずは病院の退院支援の窓口へ相談

入院している病棟の看護師へ不安な気持ちを話したところ、退院支援の窓口を紹介され、医療ソーシャルワーカーに相談をしました。

自宅で生活するにあたって、介護保険サービスの利用をすすめられ、要介護・要支援認定の申請をしたところ要介護2を認定されました。

退院に向けて多職種と一緒に話し合い

主治医、看護師、リハビリスタッフ、医療ソーシャルワーカーなどの病院スタッフや、担当となったケアマネジャーと退院に向けて話し合いをしました。

退院後の通院については、外出が難しい状況であったので、訪問診療を受けることにしました。

入院前から高血圧の薬を飲んでいたこともあり、日常の健康管理のために訪問看護を利用することにしました。また、手すりの取り付けや介護ベッド、ポータブルトイレなどの準備もすることにしました。



自宅へ退院

介護ベッドなどの環境が整ったところで、退院となりました。退院後まもなく訪問診療が始まり、医師が定期的に自宅を訪ねてきます。また週2回訪問看護を利用し、血圧測定や服薬の確認などを行ってくれます。

その後…

退院後しばらくは、自宅での生活に慣れるのに大変で、外出したいという気持ちにはなかなかたどり着けなかったのですが、町内会で一緒に活動していた友人からデイサービスの話を聞き、「たまには外に出てみようかなあ」と思うようになりました。

ケアマネジャーに相談し、週2回デイサービスを利用することに。食事や入浴、レクリエーションなど、他の利用者と楽しみながら過ごしています。

医療ソーシャルワーカーとは

Point



医療機関で、患者・家族などが抱える療養生活上のさまざまな問題（経済的・心理的・社会的）に関する相談や利用できる公的な制度・サービスの紹介や調整を行っています。

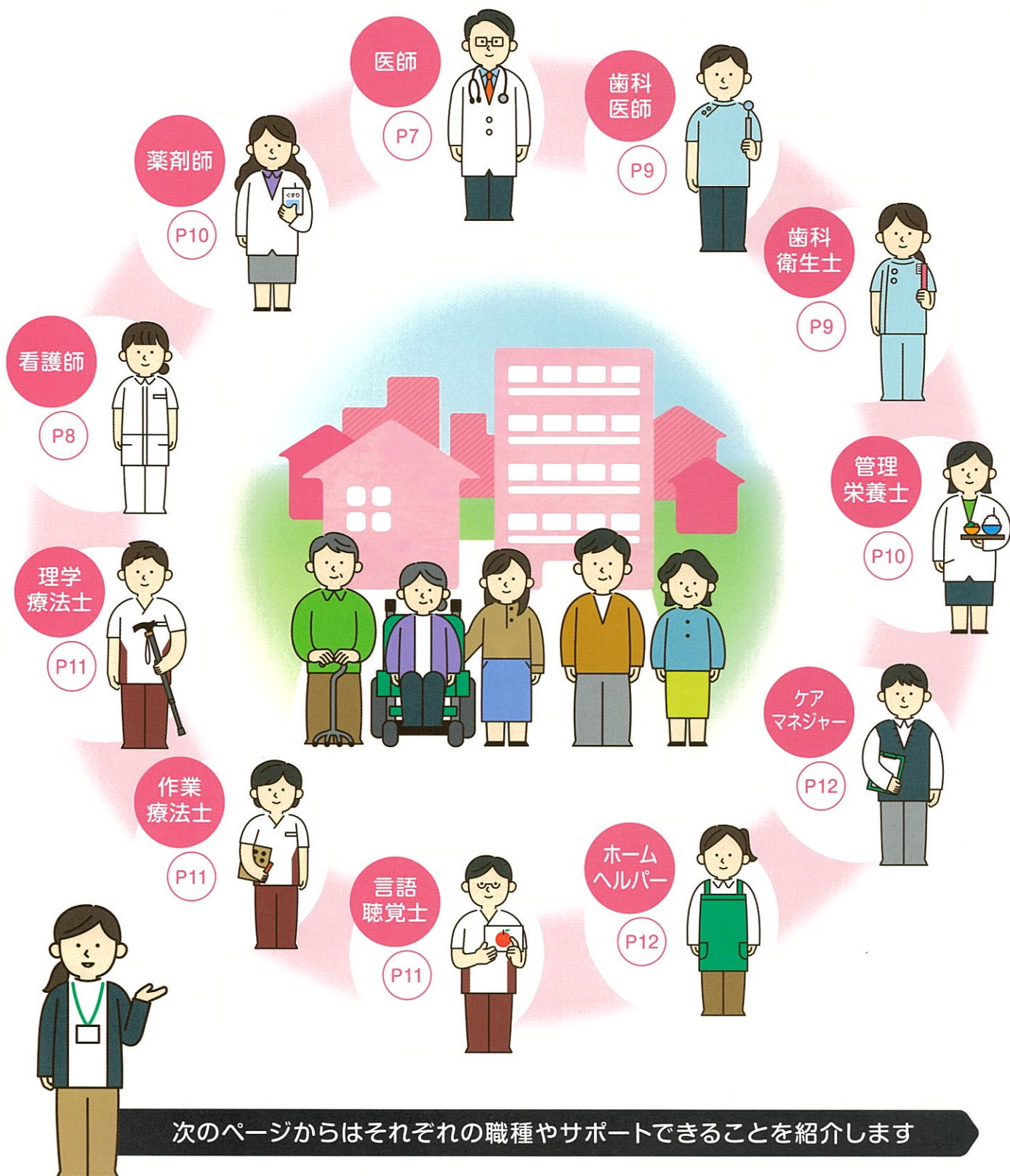
また、病院には退院後の在宅療養についての相談窓口があります。窓口は「入退院支援室」「医療福祉相談室」「地域連携室」などと呼ばれ、退院支援を行う看護師や医療ソーシャルワーカーが対応しています。

在宅療養を支える さまざまな職種

在宅療養を支える医療や介護の専門職は、みなさんの身近なところにいます。

自宅などで「自分らしい生活を送りたい」という気持ちを

医療や介護サービスを通してサポートしていきます。





医師

病気や障害によって外出が難しくなり、通院ができなくなった方に対し自宅などに医師が訪問し、診察や治療処置、薬の処方、経過観察、療養上必要な指導・助言などを行います。療養生活を適切にサポートするために治療方針を立て、他の職種と協働する必要があると判断した時には、指示を出す役割も担います。



医師による在宅医療は「訪問診療」と「往診」に分けられます

訪問診療とは 計画的な医療の提供

- 通院が困難で、継続的な診療が必要な方に対し、日程を決めて定期的に行う診療です。
- 病歴、現在の病気・病状を把握し、診療計画、訪問スケジュールを立て、計画的に自宅などへ訪問します。



往診とは 臨時的な医療の提供

- 急変の際などに、本人や家族などの求めに応じて行う診療です。
- 医師が必要と判断した場合に、臨時的・緊急的に自宅などへ訪問します。

訪問診療を希望する場合

まずはかかりつけ医に相談してみましょう。
名古屋市はち丸在宅支援センターのホームページに医療資源 MAP が掲載されており、市内で訪問診療を行っている医療機関を探すこともできます。
お困りの際は、名古屋市はち丸在宅支援センターにご相談ください。

医療資源MAP



かかりつけ医とは

病気の治療・予防などについて日常的に相談できる身近な医療機関の医師のことです。今かかっている病気やこれまでにかかった病気、どのような薬を飲んでいるかなど普段からかかりつけ医に相談していれば、いざという時に適切に判断し、病院の専門医を紹介してくれます。(参考：名古屋市公式ホームページ)

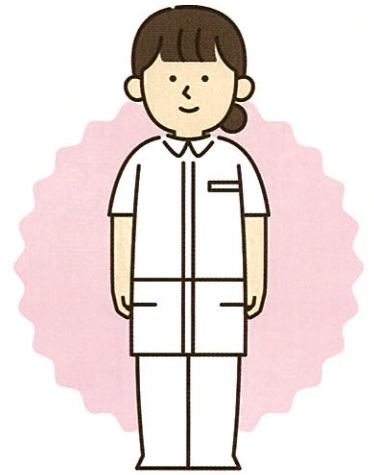
Point





看護師

医師の指示のもと、訪問看護事業所（ステーション）の看護師が自宅などに定期的に訪問し、健康状態の観察、医療処置や医療機器の管理などの看護ケアを行います。病気や障害があっても、住み慣れた環境で「その人らしく」安心して暮らせるよう、在宅療養をサポートします。



訪問看護で行うこと

- 血圧・体温・脈拍・呼吸などの健康状態の観察
- 病気の予防・悪化防止の支援、栄養や排せつの支援などの日常生活のサポート
- 点滴、注射、吸引、服薬管理、床ずれ・経管栄養・膀胱留置カテーテル・人工肛門の管理などの医療処置
- 在宅酸素療法・人工呼吸器の管理、腹膜透析の管理などの医療機器の管理
- 日常生活動作の訓練・指導などのリハビリテーション
- 健康管理や介助方法のアドバイス、関係機関の紹介や連携サポート
- 看取りのケアなどの終末期の看護、緊急時の対応



訪問看護を利用したい場合

利用には、医師の指示が必要です。まずはかかりつけ医に相談してみましょう。
介護保険利用中の方は、ケアマネジャーに相談しましょう。
名古屋市はち丸在宅支援センターのホームページに医療資源 MAP が掲載されており、市内の訪問看護ステーションを探すこともできます。
お困りの際は、名古屋市はち丸在宅支援センターにご相談ください。

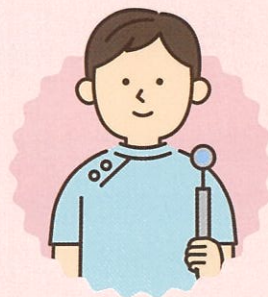
医療資源MAP





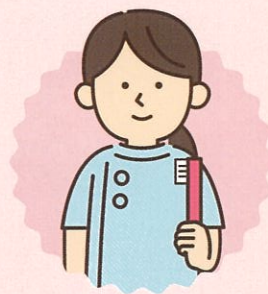
歯科医師

寝たきりの方や、病気やけがなどにより通院が困難な方の自宅などに歯科医師が定期的に訪問し診療を行います。療養生活を適切にサポートするために、治療方針を立て、歯科衛生士に指示を出す役割も担います。



歯科衛生士

歯科医師の指示のもと、歯科衛生士が自宅などに定期的に訪問し、口腔衛生管理（口腔ケアなど）や摂食嚥下機能への訓練や指導を行い、長く口から食べられるよう在宅療養をサポートします。



歯科訪問診療で行うこと

- むし歯や歯周病などの治療
- 入れ歯の作製・修理・調整
- 歯・口腔の疾患を予防するフッ化物塗布などの薬物塗布
- 歯垢や歯石など、口腔内の汚れの専門的除去
- 歯磨き指導を中心とした、適切な清掃方法の提案・指導
- 誤嚥性肺炎の予防や食べる楽しみの回復など、咀嚼や飲み込む力を強くする摂食嚥下機能訓練



歯科訪問診療を希望する場合

まずはかかりつけの歯科医療機関に相談してみましょう。
介護保険利用中の方は、ケアマネジャーに相談してみてもよいでしょう。
相談先に迷う場合は、名古屋市在宅歯科医療・介護連携室に相談してみましょう。

名古屋市在宅歯科医療・介護連携室

寝たきりの方や、病気やけがで通院できない方の、歯科訪問診療、歯科健診に関するご相談に応じ、名古屋市歯科医師会区支部から歯科医師・歯科衛生士を派遣します。

ホームページ



TEL : 052-619-4188 (火～土 9:00～12:00、13:00～17:00)



薬剤師

薬局に行くことが難しい方や、正しく服用することが困難な方に対し、自宅などに訪問し、薬の飲み方や飲み合わせ等を含め確認・管理・説明などを行います。



- 処方された薬などをお届けします。
- 薬の飲み合わせを確認します。
- 本人や家族に、正しい服薬方法を説明します。
- 薬の飲み忘れや保管状況、服用後の効果や副作用などを確認します。
- 本人や家族からの、薬などに関する相談に応じます。



管理栄養士

自宅などで食事の管理や栄養指導を行います。バランスの取れた食事のためのアドバイスや、栄養状態のチェックを行います。



- 本人の病気や状態に合わせて、自宅などで食事療法が続けられるよう、食事の提案をします。
- 栄養の偏りや不足がないかを確認し、改善に向け食材や調理方法の提案をします。
- 食事中のむせや飲み込みづらさがある方には、より安全に食事ができるよう、調理方法の工夫や介護用食品の提案をします。
- 本人や家族からの食事に関する相談に応じます。



まずはかかりつけ医に 相談

10、11ページで紹介している職種についても、医師の指示が必要です。かかりつけ医に相談してみましょう。介護保険利用中の方は、ケアマネジャーに相談しましょう。

専門職が一丸となって サポート

在宅療養においては、あなたの思いやからだの状態に合わせて、医師や看護師、ケアマネジャーなどの専門職がひとつのチームとなり、切れ目のない医療・介護サービスを提供しサポートします。





理学療法士

脳血管疾患や骨折などで座る・立つ・歩くといった基本的な動作に障害がある方や、身体機能の低下が予測される方に、その能力の回復や維持、悪化の予防を目的にリハビリテーションを行います。

- 本人の身体機能や、自宅などの環境に合わせた運動などを提案し、歩くなどの動作の機能回復や維持を目指します。
- 身の回りの動作がしやすいよう、福祉用具の選定や活用方法、住宅改修のアドバイスをします。
- 家族などに介助方法について指導やアドバイスをします。



作業療法士

様々な理由でからだや精神に障害のある方に、食事や着替えなどの日常的な動作や、社会活動への参加を目的にリハビリテーションを行います。

- 日常的な様々な動作や作業が自立して行えるよう、手順やコツについて訓練します。
- 本人の生活する自宅などで、安全に動作がしやすいよう、福祉用具の選定、住宅改修の提案やアドバイスをします。
- 趣味や生きがい、社会活動への参加などができるよう支援します。
- 自宅などで生活がしやすいよう、家族などを支援します。



言語聴覚士

様々な理由でコミュニケーションや食べることに障害がある方に、その障害について訓練や検査及び助言・指導・その他の援助を行い、本人らしい生活を送ることを目的にリハビリテーションを行います。

- 言葉によるコミュニケーションに問題がある方には、話したり理解したりすることや、読み書きの訓練などをします。また、聞こえによるコミュニケーションに問題がある方には、補聴器装用の支援などを行います。本人と周りの方がコミュニケーションをとりやすい環境づくりの支援も行います。
- 食べることに問題がある方には、食べる機能の維持向上を目的に検査や訓練を行います。家族などに本人の状態に合わせた援助方法や、食形態の提案、アドバイスをします。





ケアマネジャー

(介護支援専門員)

介護の知識を幅広く持ち、要介護・要支援認定を受けた本人やその家族の意向をうかがい、希望する自立した生活を続けられるよう、一緒に考え支援します。



- 生活上の困りごとや希望などを把握します。
- 希望や状況に応じたケアプランを作成します。
- 介護サービスなどを提供する事業所の手配や連絡調整をします。
- 介護サービスなどを利用することで、希望する自立した生活を送ることができているか確認します。
- かかりつけ医や介護サービス提供事業所などと連携します。



ホームヘルパー

(訪問介護員)

ケアマネジャーなどが作成したケアプランに基づき、自宅などで本人の自立支援や重度化防止、日常生活動作の向上を目的に、日常生活や心身に対する援助を行います。



- 入浴・排せつ・着替え・食事の介助などの身体介護
- 日常生活に関する動作を、安全確保しつつ常時介助できる状態で本人とともにを行う見守りの援助
- 洗濯・掃除・調理・買い物などの生活援助
- 通院時の乗車・降車などの介助

介護サービスの利用について

介護サービスを利用するときは、要介護・要支援認定が必要です。お住まいの区の区役所福祉課または支所区民福祉課で、要介護・要支援認定を申請する必要があります。申請は、本人や家族だけでなく、いきいき支援センターや居宅介護支援事業者などで代行ができます。詳しくは名古屋市発行の「支えあい育てる介護保険制度」をご確認いただくか、お近くのいきいき支援センター、高齢者いきいき相談室にご相談ください。

在宅療養にかかる費用について

〈在宅医療と介護保険サービスを利用する場合〉

医療費

医療保険適用分

自己負担額（1割～3割）

- 診察料
 - 処方された薬代
 - 検査料
- など

医療保険適用外

- 自費診療
（例：予防接種や健康診断）
 - 訪問にかかる交通費
 - 市販薬代
- など



介護サービス費

介護保険

利用者負担額（1割～3割）

- ※ デイサービス・デイケア・ショートステイでは食費や日常生活費が別途かかります

どちらの費用も、自己負担の割合が人によって異なり、受ける医療や利用するサービスも個々に合わせた内容となるため、医療費については医療機関の窓口や医療ソーシャルワーカーに、介護サービス費については担当ケアマネジャーに相談してみましょう。

障害者手帳や指定難病登録者証、自立支援医療受給者証をお持ちの方、生活保護を受給されている方は、利用できる制度によって自己負担の有無などが異なります。

詳しくはお住まいの区の区役所でお尋ねください。

自己負担を軽減する制度

① **高額療養費制度**（窓口：加入中の健康保険 ※後期高齢者医療保険はお住まいの区の区役所）
医療機関などで支払った医療費の自己負担が、1か月に一定の額（自己負担限度額）を超えたときは、申請することにより、その超えた額が加入中の健康保険から高額療養費として支給されます。

自己負担限度額は被保険者や世帯の所得状況により段階的に分かれています。

② **高額介護サービス費**（窓口：お住まいの区の区役所）

利用者が支払った1か月ごとの介護保険にかかる利用者負担が一定の上限を超えたときは、申請によりその超えた額が支給されます。同じ世帯に利用者が複数いる場合は、全員の利用者負担を合算することができます。

特定福祉用具の購入や住宅改修にかかる負担など、対象とならない費用もあります。

③ **高額医療・高額介護合算制度**

（窓口：加入中の健康保険 ※後期高齢者医療保険はお住まいの区の区役所）

1年間（毎年8月から翌年7月）の医療保険と介護保険における自己負担の合算額が著しく高額になる場合に、負担を軽減するための制度です。

所得によって分かれている世帯の自己負担限度額（年額）を超えた額が支給されます。

④ **福祉給付金支給制度／障害者医療費助成制度**（窓口：お住まいの区の区役所）

医療費（医療保険適用分）の自己負担額が助成され、医療機関での自己負担額の支払いが不要となります。

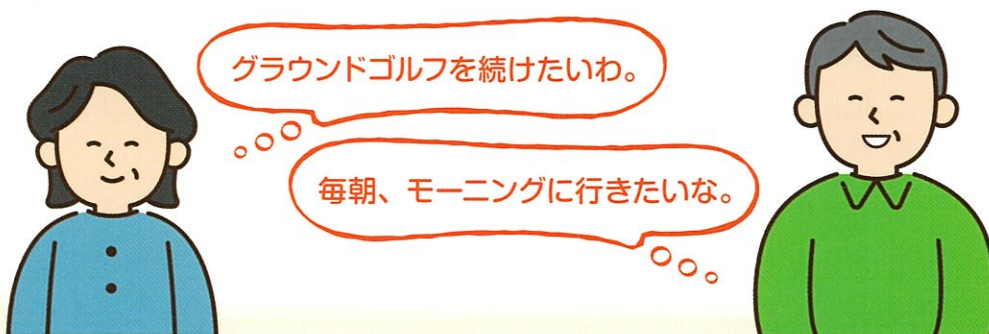
対象となる場合はいくつかありますが、例えば「ねたきりまたは重度・中度の認知症が3か月以上継続し本人の所得が一定範囲内の方」が対象となります。

いずれの自己負担を軽減する制度も、対象となる方や申請方法などの詳しい情報は、制度を担当する窓口へお問い合わせください。

自分が望む医療やケアを受けるために、大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを前もって考え、信頼する人たちと繰り返し話し合い、共有する取り組みをACP（愛称：人生会議）と呼んでいます。自分らしく生きるために、あなたのまわりの信頼する人たちと、話し合いを始めてみませんか。

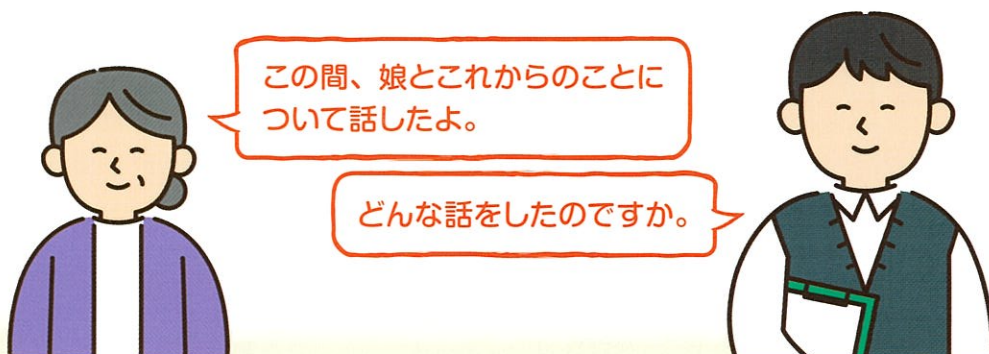
あなたが大切にしていることは何ですか？

生活の中で、今まであなたが大切にしてきたこと、これから大切にしたいことなど、あなたの希望や思いを考えてみましょう。



信頼できる人と共有しましょう！

信頼できる人（家族、友人や近所の人、医師・看護師・ケアマネジャーなど）と話し合った内容を共有しましょう。



元気なうちから始める！

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やけがをする可能性があります。いつ訪れるかわからない「もしもの時」のために、元気なうちから話し始めましょう。

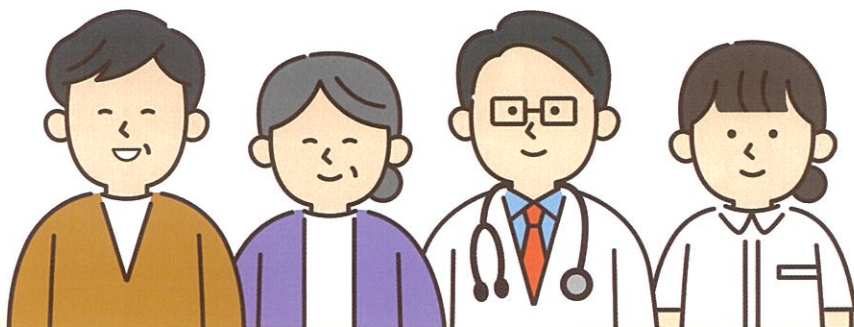


何度でも繰り返し考え話し合う！

からだやこころの状態や環境によって、希望や思いは変化することがあります。何度でも繰り返し考え、話し合いましょ。

あなたが信頼できる人は誰ですか？

家族、友人や近所の人、医師・看護師・ケアマネジャーなどの中で、あなたの希望や思いを伝え、話し合える人を考えてみましょう。



信頼できる人と話し合いましょ！

信頼できる人（家族、友人や近所の人、医師・看護師・ケアマネジャーなど）と、希望や思い、今後の生活について、話し合いましょ。



庭の手入れを続けたいからおうちですっと暮らしたいの。

そうなんですね。おうちで暮らしたいのですね。



も参考にして、ACP（人生会議）を始めましょ！

Q.ACP(人生会議)をするのはなぜですか？

A 命の危険がせまった状態になると、医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えることができなくなる可能性があります。

ACP(人生会議)は、必ず行わないといけないものではありませんが、いつ訪れるかわからない「もしもの時」のために、元気なうちから話し始めるとよいでしょう。

Q.一人暮らしで配偶者や子どももいません。誰と話せばよいですか？

A 兄弟姉妹や親戚、友人や近所の人、医師・看護師・ケアマネジャーなどの中で、あなたが信頼している人がよいでしょう。あなたの考えを知ってもらうことが大切です。

Q.何を考えておけばよいですか？

A 希望する医療やケアを受けるために、大切にしていることや、どこでどのような医療やケアを望むかを考えておくとよいでしょう。

まずは、「大切な習慣」「好きな場所」など、日常の中で大切にしていることや気持ちなどを考えてみるのはいかがでしょうか。『わたしの気持ちシート』(18ページ)をご活用ください。

よくある

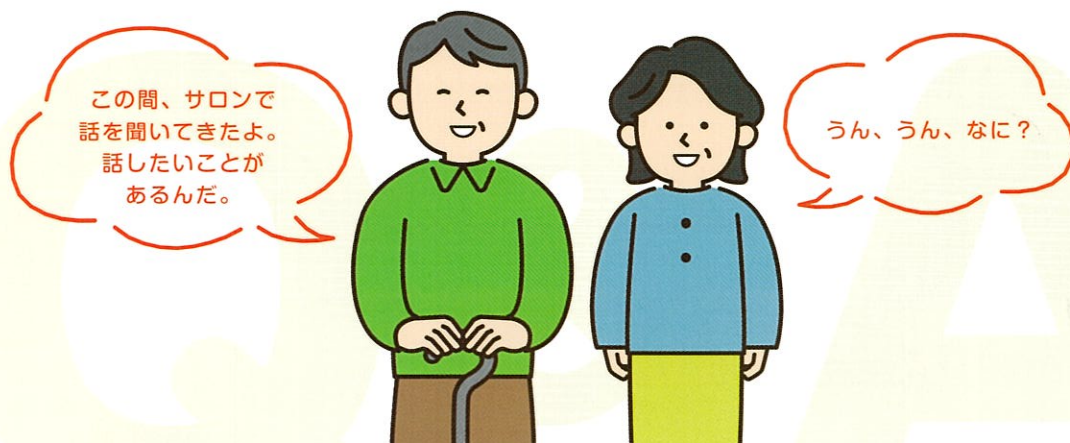
質

問

!

Q.どのように話し始めたらよいですか？

A お正月やお盆など家族が集まる時や、このしおりを手にしたことをきっかけに、『わたしの気持ちシート』(18ページ)を見ながら話し合ってみるのはいかがでしょうか。



Cさん(84歳・女性)のACP(人生会議)

Cさんは、10年ほど前、自宅で夫を看取り、その後は一人暮らしをしています。娘は近所に住んでいて、週末になると顔を見に来てくれます。高血圧があり、かかりつけ医へ通院していますが、それ以外の大きな病気にかかったことはありません。趣味の園芸を楽しみながら暮らしています。

地域の集まりで『在宅療養とACP』の講座を受け、初めてACPについて知りました。講座の後、娘に「大切な庭があるこの家で、お父さんのように最期まで暮らしたい」と伝えました。娘は「そんな風に思っていたのは知らなかったから、気持ち聞いてよかった」と話しました。Cさんは「思い切って話してよかった」と思いました。

ある日、Cさんはおなかの痛みが続き、体重も減っていることに気づきました。かかりつけ医に相談したところ、大きな病院を紹介されました。精密検査の結果、がんと診断され、積極的な治療は難しい状態とわかりました。病院で介護保険の申請を勧められ、いきいき支援センターで手続きをしました。

Cさんは娘と今後について話をしました。「前にも話したけれど、この家でずっと暮らしたい」と伝えたところ、娘は「気持ちはわかるけれど、体調が悪くなったらどうやって生活するの?」と話しました。Cさんは娘に、地域の集まりで配布された『名古屋市 在宅医療・介護のしおり』を見せ、名古屋市はち丸在宅支援センターに相談することにしました。在宅療養について説明を聞き、今後の生活についてケアマネジャーに相談することを勧められました。また、かかりつけ医が訪問診療をしていることも教えてくれました。

早速二人は、ケアマネジャーとかかりつけ医に相談しました。ケアマネジャーは、訪問看護や訪問介護などについて説明してくれました。かかりつけ医は「通院が難しくなったら、訪問診療を考えましょう」と話してくれました。

しばらくすると、Cさんは通院が難しくなり、訪問診療が開始されました。Cさん、娘、かかりつけ医、ケアマネジャー、訪問看護師、ヘルパーなどが集まり、今後の生活について話し合いました。Cさんは「庭の花を見ながら過ごしたい」と伝えました。ケアマネジャーや訪問看護師から、自宅で受けられる医療やケアについて説明を受けました。娘は「不安だけれど、母をサポートしようと思う」と言いました。Cさんの希望に沿った在宅療養が送れるよう、医療やケアのサービスが整えられました。庭の見えるリビングにベッドを置き、Cさんは花を見ながら過ごしました。

その後、Cさんは一日中うとうとできるようになりました。娘はかかりつけ医から最期が近づいていると説明を受け、自宅での看取りを希望するか確認されました。「このまま自宅で過ごさせてあげたい」と返事をしました。訪問看護師はCさんが穏やかに過ごせるようにケアし、娘とともに支えてくれました。

ある朝、Cさんは娘に見守られながら、眠るように息を引き取りました。連絡を受けたかかりつけ医が訪れ、娘にねぎらいの言葉をかけました。娘は「悲しいけれど、母の希望が叶えられてよかった」と穏やかな表情で話しました。



わたしの気持ちシート

初 回



今の気持ちを書いてみましょう。書きやすい項目から書き始めてもよいでしょう。
書いたシートは、信頼できる人と共有しましょう。
誕生日・記念日・書いた日から1年後などに、見直すとよいでしょう。

書いた日： 年 月 日 一緒に話した人や書いた人：

わたしのこと

●大切な習慣、趣味、これからも続けたいこと、生きがい

●好きな場所、好きなもの(食べ物、花、動物など)

●苦手なもの、苦手なこと

●これからやってみたいこと

●心配していること(生活、健康状態など)

●わたしの気持ちを一番知っている人

●今の気持ちに近いところへ印をつけてください

	とても思う	まあまあ 思う	あまり 思わない	全く 思わない	わからない
病気やからだの状態について知っておきたい					
治療方針などはできる限り自分で決めたい					
治療方針などは信頼する人と話し合いたい					
できる限りの治療を受けて少しでも長生きしたい					
負担の少ない治療やつらさを和らげる治療は受けたい					

医療とケアのこと

●医療やケアについての希望(して欲しいこと、して欲しくないことなど)

●病気やからだの状態について、一緒に話を聞いて欲しい人

●医療やケアの判断ができなくなった時に、わたしの代わりに希望を考えて伝えてくれる人

※病状や生活状況などは一人ひとり異なります。具体的な医療やケアについての希望は、医師などによる情報提供や説明を聞いた上で考えて、信頼する人たちと話し合うことが大切です。

わたしの気持ちシート



今の気持ちを書いてみましょう。書きやすい項目から書き始めてもよいでしょう。
書いたシートは、信頼できる人と共有しましょう。
誕生日・記念日・書いた日から1年後などに、見直すとよいでしょう。

書いた日： 年 月 日 一緒に話した人や書いた人：

わたしのこと

●大切な習慣、趣味、これからも続けたいこと、生きがい

●好きな場所、好きなもの(食べ物、花、動物など)

●苦手なもの、苦手なこと

●これからやってみたいこと

●心配していること(生活、健康状態など)

●わたしの気持ちを一番知っている人

医療とケアのこと

●今の気持ちに近いところへ印をつけてください

	とても思う	まあまあ 思う	あまり 思わない	全く 思わない	わからない
病気やからだの状態について知っておきたい					
治療方針などはできる限り自分で決めたい					
治療方針などは信頼する人と話し合いたい					
できる限りの治療を受けて少しでも長生きしたい					
負担の少ない治療やつらさを和らげる治療は受けたい					

●医療やケアについての希望(して欲しいこと、して欲しくないことなど)

●病気やからだの状態について、一緒に話を聞いて欲しい人

●医療やケアの判断ができなくなった時に、わたしの代わりに希望を考えて伝えてくれる人

※病状や生活状況などは一人ひとり異なります。具体的な医療やケアについての希望は、医師などによる情報提供や説明を聞いた上で考えて、信頼する人たちと話し合うことが大切です。

在宅療養に関する

各種相談窓口



01 区役所

在宅療養に関する制度やサービスの相談・申請手続きが行えます。

- 介護保険に関すること・要介護認定の申請
- 国民健康保険や後期高齢者医療に関すること
- 各医療費助成制度に関すること
- 障害者福祉サービスに関すること など

*詳細は名古屋市公式ホームページにてご確認ください。

02 保健センター

在宅療養に関する様々な事業を行っています。

- 一般介護予防事業
いきいき教室／地域サロン活動支援事業
- 難病患者等への支援
難病患者医療生活相談支援事業
難病患者訪問相談事業
- 精神保健福祉相談／精神障害者家族教室 など

*詳細は名古屋市公式ホームページにてご確認ください。

03 いきいき支援センター

高齢者の身近な相談窓口として各区に設置されています。

- 介護保険サービスやその他保健・福祉サービスの利用に関する相談
- 認知症高齢者を介護する家族への支援事業
- 高齢者虐待や権利擁護に関する相談 など

*詳細はNAGOYAかいてネットにてご確認ください。

04 高齢者いきいき相談室

高齢者が、身近な場所で相談できるよう、委託を受けた居宅介護支援事業所が開設しています。

いきいき支援センターと連携し、健康・福祉・介護等の相談に応じています。

*詳細はNAGOYAかいてネットにてご確認ください。

05 愛知県医師会 難病相談室

難治性の疾患（難病）の治療や療養生活をはじめ、病気になったことで生ずる社会生活上の問題、例えば、経済的な問題や職場復帰、家庭生活、人間関係などの相談に、医師や医療ソーシャルワーカーが応じています。

TEL: 052-241-4144

06 名古屋市がん相談・情報サロン (ピアネット)

がん相談と情報収集、がん患者会交流などの場です。

「がんの悩みや不安を聞いてほしい」「地域の医療機関の情報を得たい」など、がん治療体験者やその家族などによるピアサポーターが相談に応じています。

TEL: 052-243-0555

07 なごや福祉用具プラザ

障害のある方や、身体機能の低下した高齢の方の自立を支援し、介護者の負担を軽減するため福祉用具のご相談や、介護に関する講座などを開催しています。

TEL: 052-851-0051

09 障害者 基幹相談支援センター

障害者（児）とその家族の方の地域における生活を支援するため、福祉サービスの利用や各種制度の活用に関することなど、様々な相談に応じる身近な相談窓口です。
センターは各区に設置されています。

*詳細はウェルネットなごやにて
ご確認ください。

08 名古屋市高齢者 排せつケアコールセンター

排せつでお困りの高齢者の方やそのご家族の方のための電話相談窓口です。
看護師等の専門職が排せつに関するお困りごとの相談に応じます。

TEL: 052-746-1180

10 障害者・高齢者 権利擁護センター

判断能力が不十分な人が身の回りのことや日常的な金銭管理などでお困りの場合の相談窓口です。

- 相談事業・金銭管理サービス
- 財産保全サービス
- 福祉サービスの利用援助 など

*詳細はウェルネットなごやにて
ご確認ください。

介護保険や障害者福祉に関する **ホ** **ー** **ム** **ペ** **ー** **ジ**

NAGOYAかいごネット

介護保険制度や利用できるサービス、相談窓口の紹介、介護予防や高齢者の地域活動等への支援事業など、高齢者福祉にまつわる様々な情報を提供しています。

ウェルネットなごや

障害福祉サービスやその他の制度、相談窓口の紹介、バリアフリー施設検索、ヤングケアラーに関する情報など、障害者福祉にまつわる様々な情報を提供しています。



各種相談窓口の詳細やホームページは、
当センターホームページからご覧いただけます。



わたしの連絡先

	氏名	連絡先（TEL など）	わたしとの関係
緊急連絡先			

	名称（事業所名など）	連絡先（TEL など）
医療機関		
歯科医療機関		
調剤薬局		
ケアマネジャー		
訪問看護 ステーション		
いきいき 支援センター		

※緊急連絡先などは個人情報になりますので、しおりの保管場所については十分にご注意ください

名古屋市はち丸在宅支援センター

TEL : 052-971-0874 FAX : 052-971-0875
 受付時間：月曜日～金曜日 午前9時～午後5時
 ※祝日・年末年始は除く

〒461-0005
 名古屋市東区東桜1-4-3 大信ビル2階
 市営地下鉄 桜通線「高岳」駅4番出口 徒歩5分
 名城線「久屋大通」駅3A出口 徒歩6分

