

ご相談ください 在宅医療・在宅介護

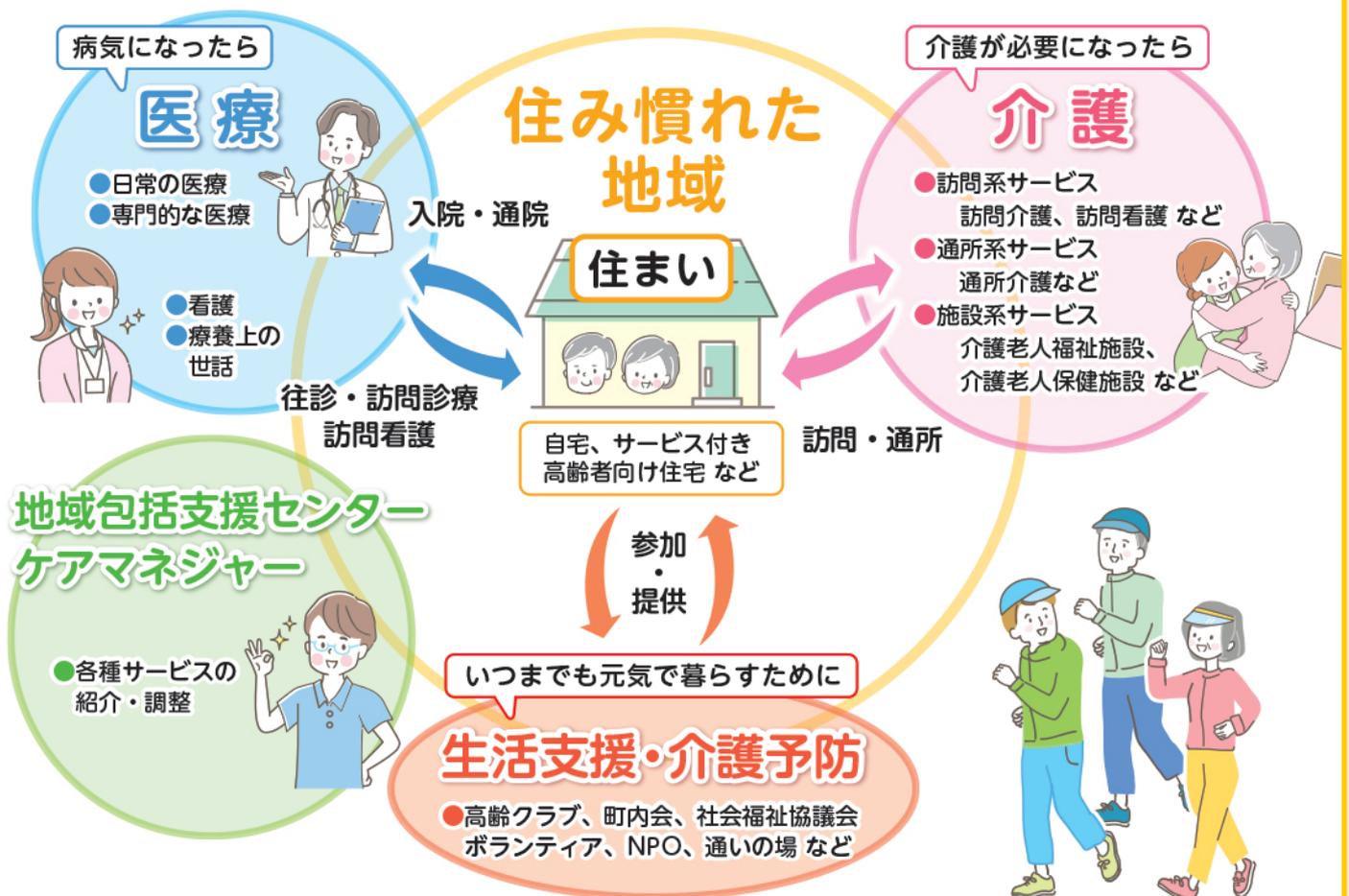


高齢化が進み、医療や介護を必要とする方が増えていますが、多くの方は住み慣れた地域での生活を望んでいます。

しかし、実際に在宅で医療や介護サービスを利用すると、「どのようなサービスが利用できるのか?」「利用する際の手続きはどうしたらよいのか?」と迷うことが多いと思います。

松山市では、地域包括支援センターと各医療関係団体が連携し、在宅で療養する高齢者の方々やそのご家族をサポートしていますので、各相談窓口を、ぜひご利用ください。

地域包括ケアシステム



松山市では、高齢者の方々が、病気や認知症などによって、医療や介護が必要な状態になっても、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援などのサービスが一体的に提供される仕組み（地域包括ケアシステム）を作っています。

在宅療養を支える「医療」

「かかりつけ医」をもちましょう

「かかりつけ医」とは、患者さんの身近にいて、日頃から健康相談を行ったり、病気になったときには最初の診断・治療を行う医師のことです。必要があれば、適切な専門医に必要な情報を添えて紹介しています。

<p>診療所</p> 	<p>日々の健康管理や療養生活の管理に加え、必要に応じて高度な医療を提供する病院を紹介します。また、通院が困難な人に対して自宅に訪問する「往診」や「訪問診療」を行っている診療所もあります。</p>
<p>病院</p> 	<p>規模の大きな病院では、急性期の治療から在宅療養生活の橋渡しの役割を担っており、かかりつけ医と連携し、病状が急変したり検査が必要となった際に入院を受け入れることで在宅医療をバックアップします。</p>
<p>歯科診療所</p> 	<p>歯の治療や口腔ケアを行う歯科診療所の中には、通院が困難な人に対して、歯科医師が訪問して治療や口腔ケアを行う訪問歯科診療を実施している診療所があります。かかりつけ医と同様に「かかりつけ歯科医」をもち、相談しましょう。</p>
<p>薬局</p> 	<p>医師の処方により、必要な薬を調剤する薬局の中には、外出が困難な人に対して、薬剤師が自宅に訪問し、薬に関する説明や相談、服薬管理などを行う訪問薬剤管理指導を実施している薬局があります。普段、薬を受け取っている「かかりつけ薬局」に相談しましょう。</p>

医療関係団体の設置する相談窓口

松山市医師会（在宅医療についての相談）

松山市在宅医療支援センター | 松山市柳井町2丁目85番地 | TEL 089-915-7780
FAX 089-915-7773

松山市歯科医師会（在宅での歯科医療についての相談）

総合歯科医療連携室 | 松山市柳井町2丁目6-2 | TEL 089-932-5407
FAX 089-947-8654

愛媛県薬剤師会（在宅医療についての相談）

在宅薬局支援センター | 松山市三番町7丁目6-9 | TEL 089-941-4165
FAX 089-921-5353

「連携室」や「相談室」といった名称の窓口がある病院等でも、在宅医療や在宅介護の相談を受けています。

在宅生活を支える「介護」

「ケアマネジャー」に相談しましょう

介護保険の各種サービスを受けるためには、要支援・要介護認定を受けて、ケアマネジャーに「ケアプラン」を作成してもらう必要があります。

<p>通所系サービス</p> 	<p>介護事業所で食事、入浴、レクリエーションなどの生活支援を日帰りで受けられる 通所介護（デイサービス） や、介護老人保健施設や医療機関で生活機能向上のためのリハビリを日帰りで受けられる 通所リハビリテーション（デイケア） などがあります。</p>
<p>訪問系サービス</p> 	<p>自宅で、介護士により入浴、排せつなど日常生活の介護や、掃除、洗濯などの生活支援を受けられる 訪問介護（ホームヘルプ）、看護師により療養上の世話や看護を受けられる 訪問看護、理学療法士や作業療法士などによりリハビリを受けられる 訪問リハビリテーション などがあります。</p>
<p>ショートステイ</p> 	<p>施設などに短期間入所して、食事、入浴、排せつなどの日常生活上の支援や機能訓練などが受けられる泊まりのサービスです。医学的管理のもとで、リハビリテーションや療養上の世話を受けられる施設もあります。</p>
<p>通所、訪問、泊まりを組み合わせて使うサービス</p> 	<p>通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問や泊まりのサービスを組み合わせて受けられる 小規模多機能型居宅介護 などがあります。</p>

高齢者とそのご家族の方へ、安心して在宅で療養していただくために、下記の点にご理解・ご協力をお願いします

- ご自身の病状、身体状況、日常生活の様子等、医療や介護に関する情報を、医療・介護関係者が共有する事についてご理解をお願いします。
- あらかじめ、入院の予定が決まっている場合は、事前に担当ケアマネジャーにお知らせください。
- 入院される場合は、病院へ担当ケアマネジャーの氏名や連絡先をお伝えください。
- 病院から病状や退院の目途等について説明がある場合、自宅での療養生活を円滑に始めるための準備が必要ですので、担当ケアマネジャーにも声をかけてください（できれば、担当ケアマネジャーも一緒に説明を聞かせていただくと、状況がよく分かります）。

松山市が設置する地域の相談窓口

地域包括支援センターは、地域の高齢者の相談を受け、介護保険だけでなく様々な制度やサービスを活用した総合的な支援を行っています。

お困りごとがありましたら、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご相談ください。

地域包括支援センター

担当地区	名称	所在地	電話番号・FAX
五明・伊台・湯山・道後・湯築・桑原	松山市地域包括支援センター湯築・桑原・道後	持田町1丁目3-30	☎ 993-5666 FAX 993-5668
	サブセンター五明・伊台・湯山	末町甲9-1 (愛媛県在宅介護研修センター3階)	☎ 993-5661 FAX 993-5691
石井東・石井西・浮穴・久谷	松山市地域包括支援センター石井・浮穴・久谷	東石井7丁目3-32 (JA松山市施設、南中学校東隣)	☎ 957-0808 FAX 957-3303
	サブセンター浮穴・久谷	東方町甲1272-1 (JAえひめ中央施設、荏原小学校北隣)	☎ 905-8889 FAX 905-8778
久米・小野	松山市地域包括支援センター小野・久米	鷹子町740 (鷹子ふれあい館2階、たかのこの湯東隣)	☎ 970-3761 FAX 975-7620
番町・八坂・東雲・素鷲	松山市地域包括支援センター東・拓南	築山町5-11	☎ 915-7760 FAX 915-7763
雄郡・新玉	松山市地域包括支援センター雄郡・新玉	千舟町8丁目128-1 (JAえひめ中央施設、太陽市(おひさまいち)北隣)	☎ 993-7220 FAX 993-7221
清水・味酒	松山市地域包括支援センター味酒・清水	清水町3丁目15 (清水小学校北校舎1階)	☎ 911-1135 FAX 911-1140
余土・垣生	松山市地域包括支援センター垣生・余土	保免西4丁目5-25 (余土中学校北隣、盲天外通り)	☎ 989-7600 FAX 971-6510
生石・味生	松山市地域包括支援センター生石・味生	別府町177-1 (味生ふれあいセンター1階)	☎ 953-3888 FAX 952-3890
宮前・三津浜・高浜・興居島	松山市地域包括支援センター三津浜	祓川2丁目10-23	☎ 953-1130 FAX 953-1150
中島	松山市地域包括支援センター中島	中島大浦1626 (中島支所3階)	☎ 997-0454 FAX 997-0454
潮見・久枝	松山市地域包括支援センター潮見・久枝	鴨川二丁目12-8	☎ 994-8765 FAX 994-8766
和気・堀江	松山市地域包括支援センター和気・堀江	堀江町甲338-2	☎ 911-8005 FAX 911-8006
浅海・立岩・難波・正岡・北条・河野・粟井	松山市地域包括支援センター北条	河野別府937-1 (北条社会福祉センター1階)	☎ 992-0117 FAX 992-0118

基幹型地域包括支援センター

松山市では、長寿福祉課内に保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員を配置し、基幹型地域包括支援センターとして、高齢者への総合的な支援をはじめ、各地域包括支援センターへの助言や指導を行っています。

松山市長寿福祉課 ☎ 948-6949 FAX934-1832



住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、 ご自身が望む医療・ケアについて話し合ってみませんか

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。

また、大きな病気やケガなどで命の危機が迫った状態になると、約70%の方が、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と言われています。

「もしも…」の時のために、ご自身が望む医療やケアについて前もって考え、信頼できる家族や友人、あなたに関わる医療・介護関係者等と繰り返し話し合い、ご自身の意向を共有する取り組みを、

ACP (アドバンス ケア プランニング) 「愛称：人生会議」と呼びます。

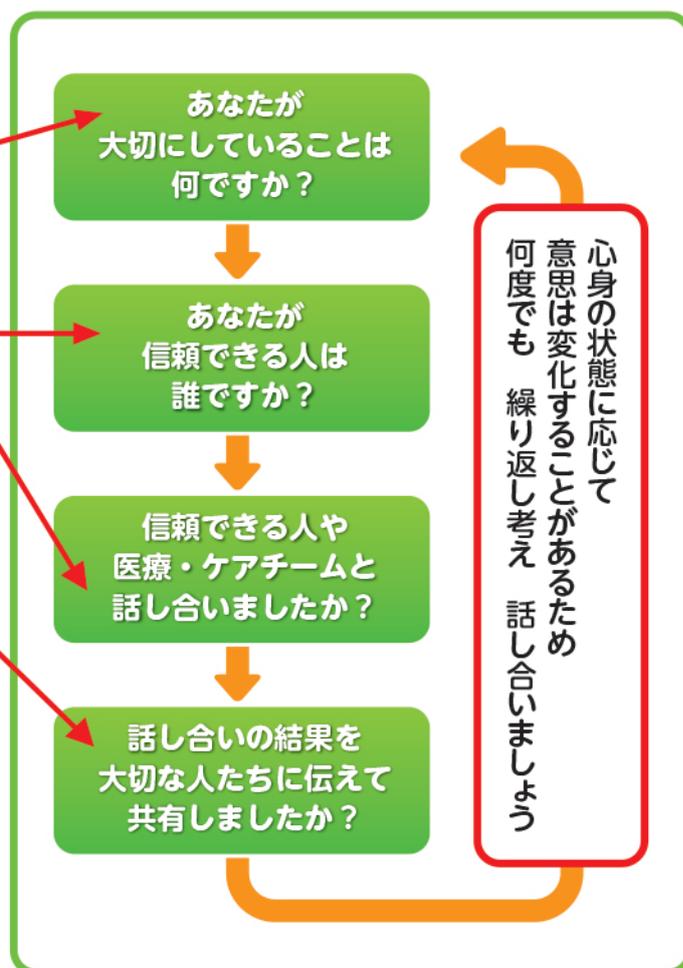


ご自身が希望する医療やケアを受けるために、大切にしていることや、望んでいること、どこで、どのような医療やケアを望むかを

- 自分自身で前もって考え、
- 周囲の信頼する人たち (家族や医療・介護関係者等) と話し合い、
- その内容を共有することが重要です。



話し合いの進め方の例



ACP (アドバンス ケア プランニング) はご自身の主体的な意思で行われるものです。

詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。
http://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html





事例紹介

～これからの過ごし方を考えるための参考にしてください～

医療や介護のサービスと地域の支えにより自宅での生活を続けることができたAさん



Aさん

80歳代女性のAさんは1人暮らし。高血圧、慢性心不全、変形性腰椎症など複数の持病があります。身の回りのことは何とかでき、ご近所や民生委員の見守りを受けながら生活しています。最近認知症が疑われるような言動がありますが、本人は自宅での生活を希望しています。民生委員が地域包括支援センターに相談し、介護保険申請をした結果、要介護1でした。

●●●●● 担当のケアマネジャーにケアプランを作成してもらいました ●●●●●

	月	火	水	木	金	土	日
朝	ゴミ出し 声かけ	近所の方		ゴミ出し 声かけ			
昼	訪問介護	通所介護	配食 サービス	訪問介護	訪問介護	通所介護	配食 サービス
			訪問リハ	月2回 訪問看護			
夕	配食サービス						

医療や介護のサービスに加え、配食サービスや、ゴミ出しの声かけなどの地域の力にも支えてもらいながら、本人の希望である自宅での生活を送ることができました。

困ったことがあれば、担当のケアマネジャーや地域包括支援センターに早めに相談し、必要なサービスが利用できるよう調整してもらいましょう。



本人の想いを家族や医療・介護関係者で共有でき、最期を自宅で迎えることができたBさん



Bさん

70歳代男性のBさんは、60歳代の妻と二人暮らし。10年前にがんで手術を受けました。今回、がんの再発が見つかりましたが、本人は、医師から勧められた抗がん剤治療を受けず、自宅で過ごすことを強く希望しました。介護者である妻も本人の希望を受け入れたため、担当のケアマネジャーは、医療と介護のサービスを導入しました。関わりのあるスタッフ全員が本人の意思を確認できていたため、在宅療養にスムーズに移行でき、最後は痛みをとる治療を行い、穏やかに自宅で最期を迎えることができました。本人の希望をかなえることができ、妻にとっても悔いのない最期になりました。

	月	火	水	木	金	土	日
朝	訪問看護	訪問診療	訪問看護			訪問看護	
昼		訪問入浴		訪問薬剤師	訪問入浴		
夕							

※電動ベッド、じょく瘡予防マット、介護テーブル、車いすをレンタルし、ポータブルトイレを購入。



本人の希望を、家族やスタッフで共有できていたことで、在宅療養へスムーズに移行でき、最期まで自宅で過ごすことができました。自分の想いを伝えられるうちに、これからの人生をどう過ごしたいか考え、周りの人に伝えておきましょう。



在宅療養連絡先一覧

※必要な時に連絡できるように、関わりのある方々に、「自分の担当者を伝えておくと安心です。」

かかりつけ医	住所・連絡先
入院先の医療機関	住所・連絡先
かかりつけ歯科医	住所・連絡先
かかりつけ薬局	住所・連絡先
訪問看護	住所・連絡先
担当ケアマネジャー	住所・連絡先
地域包括支援センター	住所・連絡先
関わりのある医療機関や介護事業所など①	住所・連絡先
関わりのある医療機関や介護事業所など②	住所・連絡先
関わりのある医療機関や介護事業所など③	住所・連絡先
関わりのある医療機関や介護事業所など④	住所・連絡先
家族・友人など	住所・連絡先
(続柄)	
(続柄)	
(続柄)	
(続柄)	

氏名