

相談窓口一覧

いきいきセンターふくおか・
高齢者保健福祉 についてのお問い合わせは
各区 保健福祉センター地域保健福祉課へ

東 区 東区箱崎2丁目54-27
☎ 645-1087 FAX 631-2295

博多区 博多区博多駅前2丁目19-24
大博センタービル3階
☎ 419-1099 FAX 441-0057

中央区 中央区舞鶴2丁目5-1(あいろん6階)
☎ 718-1110 FAX 734-1690

南 区 南区塩原3丁目25-3
☎ 559-5132 FAX 512-8811

城南区 城南区鳥飼6丁目1-1
☎ 833-4112 FAX 822-2133

早良区 早良区百道2丁目1-1
☎ 833-4362 FAX 833-4349

西 区 西区内浜1丁目4-7
☎ 895-7078 FAX 891-9894

介護保険についてのお問い合わせは
各区 保健福祉センター福祉・介護保険課へ

東 区 東区箱崎2丁目54-1
☎ 645-1069 FAX 631-5025

博多区 博多区博多駅前2丁目19-24
大博センタービル3階
☎ 419-1081 FAX 441-1455

中央区 中央区大名2丁目5-31
☎ 718-1102 FAX 771-4955

南 区 南区塩原3丁目25-3
☎ 559-5125 FAX 512-8811

城南区 城南区鳥飼6丁目1-1
☎ 833-4105 FAX 822-2133

早良区 早良区百道2丁目1-1
☎ 833-4355 FAX 846-8428

西 区 西区内浜1丁目4-1
☎ 895-7066 FAX 881-5874

福岡市ホームページでも確認できます

いきいきセンターふくおか **検索**

<http://www.city.fukuoka.lg.jp/hofuku/chiihoken/health/00/04/4-030101-2.html>

福岡市ホームページでも確認できます

福岡市 介護保険のしくみ **検索**

<http://www.city.fukuoka.lg.jp/healthcare/korei-kaigo/03/3-0101.html>

仕事と介護の両立についてのご相談は「働く人の介護サポートセンター」へ

中央区天神1丁目8-1(市役所本庁舎地下1階)
☎ 982-5407 FAX 982-5409 受付時間:月・水・金(12時~20時)、日(10時~18時)

平成30年1月

発行:福岡市保健福祉局地域医療課 ☎ 711-4892 FAX 733-5535

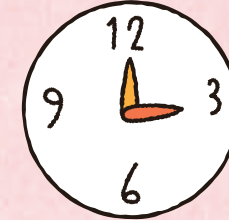
このパンフレットは、在宅医療の現場に関わっている医療・介護の専門職によるワーキンググループにより作成されました。



早わかり

在宅医療

住み慣れた場所で
いつまでも



福岡市 保健福祉局

はじめに

福岡市でも急速に高齢化が進んでいます。なかでも医療や介護を受ける割合が高くなる75歳以上の方が、2010年に約118,000人、2025年には約228,000人、2040年には約284,000人と急激に増加し、それに伴い死亡者数も増加すると予測されています。いまは病院で最期を迎える方が多いのですが、入院できるベッドの数には限りがあります。今後最期まで病院で療養できなくなる人が増えてくると考えられます。早いうちから準備をしておくことが大切です。

また、最近では、高齢期をどこでどのように暮らしたいか、ご自身で考えたいという方が増えてきました。

この冊子では、「病気があってもできるだけ長く家で暮らしたい」と考える方へ「在宅医療」についてご紹介します。在宅医療ってどんなこと？ どうやって始めればいいのか？ といった疑問にできるだけわかりやすくお答えします。

ぜひ一度、自分のこととして「在宅医療」をとらえ、ご自身の将来を考える助けにさせていただきたいと思います。



I 在宅医療の基礎知識

まずは在宅医療のことを、
知ってくださいね！



病気であっても 住み慣れた場所で安心して 暮らすことができます

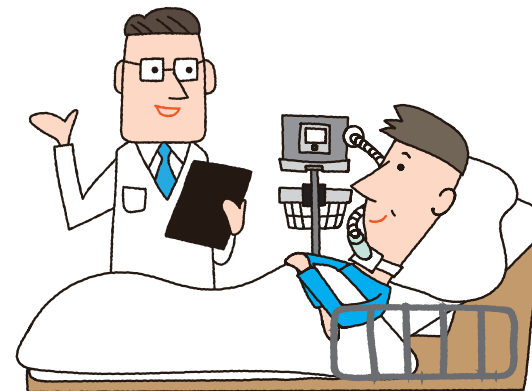
在宅医療とは、自宅などの住み慣れた場所に医師や看護師などが訪問して、診察や治療を行う医療のことです。通院するのが難しくなったときや末期がんなど、重い病気にかかったけれども家で生活を続けたいときなどに受けることができます。

また、自分の家だけでなく、有料老人ホームやグループホームなどでも在宅医療を受けることができます。在宅医療のいちばん良いところは、住み慣れた場所で以前と同じように過ごせることです。



子どもから高齢者まで すべての年代で受けられます

病気を抱えた一人暮らしの高齢者や認知症と診断された方などは、家で生活することが難しいと思われがちですが、在宅医療と介護保険サービスをあわせて受けたり、家族や周囲の人に協力してもらったりすることで、家で暮らし続けられる例もたくさんあります。



I 在宅医療の基礎知識

まずは在宅医療のことを、
知ってくださいね!



さまざまな病気に 対応できます

脳や心臓などの病気で手術を受けた後や、がんの療養、慢性的な病気では、多くの場合で在宅医療を受けることができます。例えば、がんの場合には薬で痛みを和らげることもできます。

問診や採血などの検査、注射、点滴などの治療を行うほか、人工呼吸器など家でも安心して使える機器を設置することもできます。



入院・通院するときと 同じように、 医療保険が使えます

在宅医療にかかる自己負担額は、入院・通院するときと同じように、かかった医療費の1～3割となります。また、食事や入浴の介助など日常生活のサポートが必要なときには、介護保険を申請して要介護認定を受けることで、一定の自己負担額で介護保険サービスを利用することができます。



まずは「かかりつけ医」に 相談しましょう

在宅医療を受けてみたいと思ったら、まずは「かかりつけ医」に相談しましょう。日頃からかかりつけ医を決めておくと、病状や健康状態を把握してくれます。かかりつけ医は、在宅医療に限らず、健康管理のアドバイスや専門医療機関への紹介など、さまざまな面で頼りになります。



「いきいきセンターふくおか」は 介護・保健のよろず相談所

在宅医療だけでなく介護や生活のことで不安があるときは、「いきいきセンターふくおか（地域包括支援センター）」にご相談ください。センターでは高齢者の健康や福祉、介護などに関する相談やアドバイス、支援を行っています。「いますぐ必要というわけではないけれど…」「何から相談したらいいかわからない…」そんなときもお気軽にご相談ください。（センターはお住まいの地域で担当が決まっています。担当のセンターがわからないときは、巻末の各区保健福祉センターにお問い合わせください。）

緊急時にどうするか 医師や看護師と事前に 相談しておきましょう

在宅医療を行う医療機関や訪問看護ステーションでは、急に体調が悪くなったときに備えて、医師や看護師に24時間連絡が取れる体制を整えているところも多くなっていますので事前に相談しておきましょう。

医師や看護師が患者さんやご家族などの希望や不安について相談に乗り、適切なアドバイスをしてくれます。



家計への負担を 軽くする制度があります

医療費や介護費が高くなり、家計への負担が大きくなりすぎないように、月の支払額が一定金額*を超えた場合にその額が後で払い戻される「高額療養費制度」「高額介護・高額介護予防サービス費」「高額医療・高額介護合算療養費制度」があります。

*年齢や所得などによって変わります。

2 専門家がチームで「在宅医療」を支えます

在宅医療は、専門家がそれぞれの強みを発揮してチームで患者さんを支えます。それぞれの専門家はどんなことが得意なのかを知っておくとよいでしょう。

医師

在宅医療のチームリーダー

家を訪問して、治療や診察、経過観察を行います。病状や経過から治療方針をたて、適切な療養生活ができるようにそのほかのメンバーに指示を出していく在宅医療のリーダーとしての役割もあります。



訪問看護師

患者さん・家族などの頼りになるパートナー

家を訪問して、療養生活の世話や病状の観察、医師の指示による医療処置などを行います。また、家族や周囲の人ができる介護の方法など、さまざまな相談に乗ります。患者さんや家族に寄り添う強い味方です。



歯科医師・歯科衛生士

「噛む」「食べる」の専門家

家を訪問してむし歯や歯周病の治療、入れ歯の調整などを行います。お口のケアやリハビリテーションを行うことで、誤嚥(ごえん)性肺炎の予防もできます。お口の環境やかみ合わせが良くなると食べる楽しみも回復するので、患者さんの生活の質の向上に大きく貢献します。



薬剤師

薬のお困り事を解決する専門家

薬を家に届け、服薬状況を確認し、飲み忘れを減らす工夫、飲み合わせや副作用のチェック、その人の生活に応じた薬への変更の提案などを行います。



理学療法士、作業療法士、言語聴覚士

リハビリと生活の環境づくりの専門家

家を訪問して、症状や状態に応じて身の周りのことがやりやすくなるよう、体の動かし方や補助器具の使い方を指導したり、食べることやコミュニケーションの方法についても支援を行います。



管理栄養士

食事と栄養の専門家

家を訪問して、低栄養の改善、病状や栄養状態にあわせた食事に関する支援を行います。患者さんの食事の好みや、飲み込んだり噛んだりする力にあわせて、調理方法やレシピを提案したりします。



医療ソーシャルワーカー

在宅医療に詳しい病院の相談員

病院から退院して家に戻るときなどに、患者さんや家族などと相談しながら、他のメンバーとのサービス調整をしたり、生活のアドバイスをしたりすることで、自宅でのよりよい生活づくりを提案します。



ここにあげた以外にも介護の専門家の力を借りることで、日常生活のサポートも受けることができます。

3 在宅医療のはじめかた

在宅医療を知って
はじめましょう！



通院が難しくなった時には、 どのように相談したらいいの？

通院が難しくなったこと、在宅医療を受けることができないか考えていることをかかりつけ医に相談しましょう。あわせて、家で生活する上で不安に感じていることも伝えることが大切です。

かかりつけ医がそのまま継続して在宅医療を行う場合もあれば、別の医師を紹介する場合もあります。

かかりつけ医を決めていない場合で医療機関の情報を知りたい時は、「いきいきセンターふくおか」にご相談ください。

また、すでに介護保険サービスを利用している人は担当のケアマネジャーに相談してみるのもいいでしょう。



ポイント

相談するときに伝えること

- 通院が難しくなって、在宅医療を受けることを考えてみたい
- 病気や体の調子について、日頃不安に思っていること
- 家族や住まいなどの状況
- 現在、利用している介護保険サービス

など



退院する時には、 どのように相談したらいいの？

まずは病院のスタッフに相談しましょう。病院によっては「地域連携室」や「医療相談室」といった、患者さんが退院するときの調整を行っているところがあり、医療ソーシャルワーカーや専門の看護師がいます。「退院後は家に帰りたい」「家で暮らしたいが不安がある」といった患者さん本人やご家族などの希望や不安を伝えてください。病院内のスタッフや、必要に応じて家で在宅医療を担当する医師や看護師、介護の専門職と、退院後の準備を進めるよう提案してくれます。



在宅医療と病院を 併行してかかることは できるの？

多くの人が症状や状態に応じて在宅医療と病院とを併行して受診しています。例えば、日頃の病状管理は家で行い、がんなど専門的な治療が必要な場合であれば、入院して抗がん剤治療を受けることができます。また、急に体調が悪くなった時などには、一時的に入院することも可能です。



3 在宅医療のはじめかた

在宅医療を知って
はじめましょう！



家族など周囲の人に負担がかかるのでは？

病院に入院した場合だと、看護師や病院のスタッフが身の回りのことをしてくれますが、在宅医療では、家族など周囲の人からの協力が必要になることもあります。

そのため、多くの方が在宅医療と介護保険のサービスをあわせて使い、食事や入浴の介助など日常生活の支援を受けながら家で生活を送っています。

また、家族などが遠くに住んでいたり、仕事をしていて協力が難しい場合もあります。そのときにも緊急時に家族などにお知らせがいく見守りサービスなどをうまく組み合わせることで、周囲の負担を軽くすることができます。

このように在宅医療を受けるときには、ご自身だけでなく家族など周囲の人の協力と心づもりも必要になりますので、事前に話しあっておくことが大切です。

介護保険を使うにはどうしたらいいの？

65歳の誕生日を過ぎると、市町村から「介護保険被保険者証」が届きます。しかし、保険証があるからといって、介護保険サービスをすぐには使うことができません。介護保険サービスを利用するには、申請をおこなって「要介護（要支援）認定」を受ける必要があります。申請から利用まで、おおよそ1カ月から1カ月半ほど時間がかかりますので、必要だと思われたら早めに相談することをお勧めします。

要介護（要支援）認定を受けることができれば、次はケアマネジャーに依頼して、介護保険サービスの計画（ケアプラン）を作成します。ここまでの手続きを経て、介護保険サービスの利用を開始できます。

介護保険サービスの利用については、「いきいきセンターふくおか」や各区保健福祉センターにご相談ください。



ポイント

住宅改修や福祉用具、医療機器等の利用に介護保険や医療保険が使えます

介護用ベッドや住宅の改修などが必要な時にはお金がかかります。しかし、車いすや介護用ベッドなどの介護用品のレンタルや、自宅に手すりを付けたりする改修工事に介護保険を使うこともできるので、自己負担の金額をおさえることができます。また、酸素吸入などの機器が必要な場合、その多くは医療保険を使って利用することができます。



ポイント

40～64歳の方も特定疾病のときに限り介護保険を利用できる場合があります

40～64歳の方は介護保険の「第2号被保険者」に該当します。第2号被保険者は、加齢に伴う特定疾病が原因で要介護（要支援）認定を受けたときに介護保険サービスを使うことができます。対象となる特定疾病は、脳血管疾患、がん末期、初老期における認知症など、16種類が定められています。詳しくは各区保健福祉センター福祉・介護保険課にご相談ください。

