

日野市内にお住まいの高齢者やそのご家族へ

# 日野市在宅療養ガイドブック

日野市内にお住まいの高齢者やそのご家族へ

## 日野市在宅療養 ガイドブック

発行 令和6年10月（第3版）

編集 日野市健康福祉部高齢福祉課

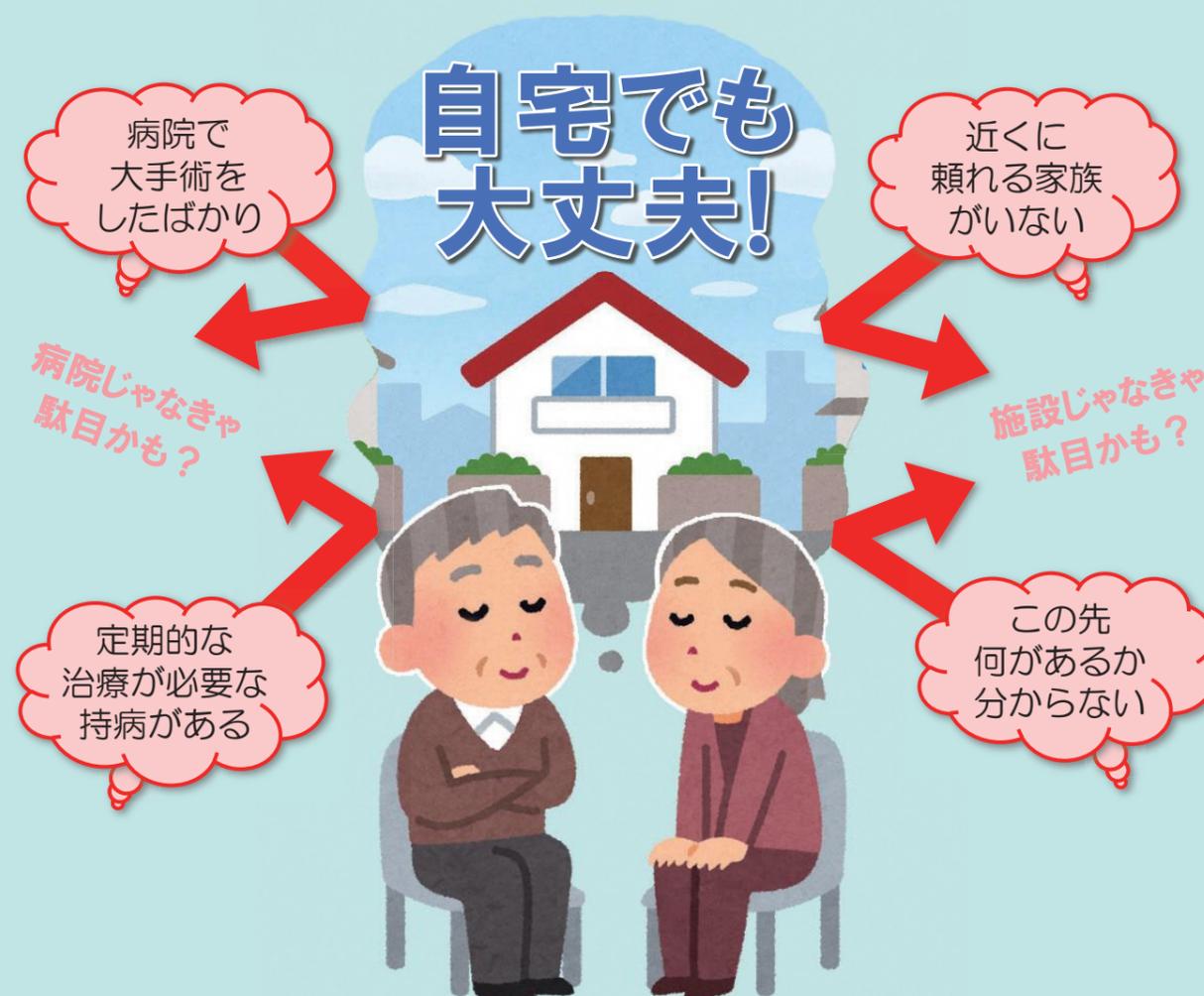
〒191-8686

日野市神明1-12-1 日野市役所2階

Tel : 042-514-8496（在宅支援係）

Fax : 042-583-4198

Email : kourei\_zaitaku@city.hino.lg.jp



ご自宅で医療や介護を受けながら生活を続ける  
「在宅療養」という選択肢があります

# はじめに

皆さんはどこで最期を迎えたいとお思いですか？

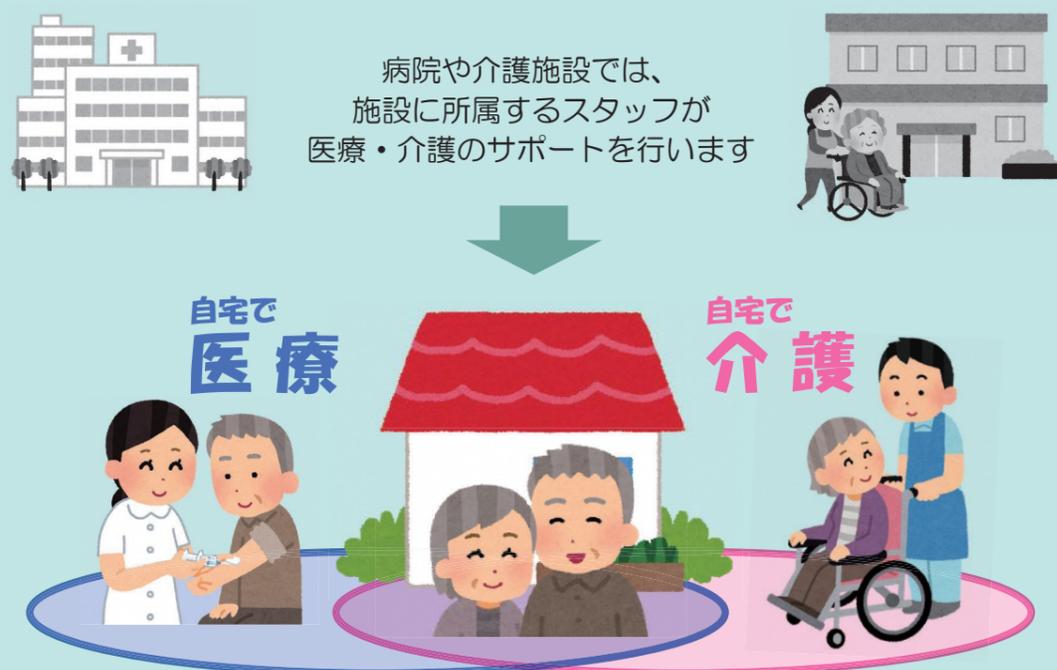
日野市の調査では、多くの方が「自宅が良い」と考えていることが分かっています。一方で、「もし何か大きな病気をしたら、年をとって今のようには動けなくなったら、病院や施設でなければ難しいかも知れない」という不安の声も聞かれます。

住み慣れた自宅で暮らし続けるのはそんなに難しいのでしょうか？

こうした不安を解消し、「可能な限り住み慣れた場所で、自分らしい暮らしを続けたい」という希望をかなえるのが『在宅療養』の仕組みです。

本ガイドブックが、皆さんが将来の医療や介護について考え、準備を進めるための1つの手がかりになれば幸いです。

## 『在宅療養』とは…



住み慣れた自宅に医師や看護師、ホームヘルパー等に来てもらい、病院や施設と同じように医療や介護を受けながら療養生活を送ることを『在宅療養』と言います

# 目次

## 基本情報編

『在宅療養』を支える仕組みや利用方法などについてご紹介します

- 『在宅療養』を支える仕組み 3-4頁
- 『在宅療養』の利用方法 5-6頁
- 『在宅療養』にかかる費用 7頁
- 困った時の相談先 8頁

## 導入イメージ編

『在宅療養』を始める典型となる4つのケースを題材に、どんなサービスをどれくらいの費用負担で受けることができるのかをご紹介します

- ケース1 足腰が弱り通院が困難になってきた 9頁
- ケース2 自宅で最期を迎える準備を整えたい 10頁
- ケース3 脳梗塞で麻痺が残る中、退院することになった 11頁
- ケース4 癌末期の余命をできる限り自宅で過ごしたい 12頁

こちらでは、日野市内で「在宅療養」をされた方が、自身の希望通りご自宅で最期を迎えるまでの軌跡を、関係者へのインタビューを交えた動画でご紹介しています。  
<https://www.city.hino.lg.jp/fukushi/kourei/torikumi/1009818.html>



## Q & A

- 『在宅療養』に関する皆さまの疑問にお答えします 13-14頁

# 『在宅療養』を支える仕組み ～病院や施設と同じように医療や介護を提供するために



最期まで自宅でというのが希望だけど、自宅で暮らし続けるイメージがわからない…

病院や施設と同じようにってどういうこと？

突然の病気や怪我、加齢等で今まで通りの生活や体の動きに不自由が生じることがあった場合でも、住み慣れた自宅で住み続けることができるよう、地域の診療所や事業所がチームを組んで、その人に合わせたオーダーメイドで必要な医療・介護サービスを提供します。

こうした『在宅療養』生活を支えるために、日野市内ではたくさんの医療・介護の専門職が日々活動しています。

## わたしたちがチームを組んで、皆さんの『在宅療養』を支えます！



### 訪問歯科医

- 通院が難しい方には、かかりつけ歯科医がご自宅を訪問して歯の治療や入れ歯の調整等の診療を行うことができます



### 訪問医

- 通院が難しい方には、かかりつけ医がご自宅に定期的に訪問し診療（訪問診療）を行います
- 体調不良時には臨時で往診も行います

### 地域包括支援センター

- 高齢者の介護・福祉・保健に関する総合相談窓口です
- 「どこに相談すれば良いか分からない」ような悩みなど幅広い相談を受け付けています【8頁に連絡先を掲載しています】

### ケアマネジャー（介護支援専門員）

- 介護保険サービスを利用する方々やそのご家族の介護に関する相談・窓口役です
- ご本人やご家族の希望や心身状態などを確認し、その人に合った介護の計画を立てます

### 訪問薬剤師

- 薬剤師がご自宅へお伺いして、お薬の飲み合わせや体調・副作用のチェック、残薬の調節・お薬のセットなどの管理を行います



自宅で医療

自宅で介護



### デイサービス・デイケア（通所介護）

- 施設に通って利用するサービスです
- デイサービスは健康チェックや食事、入浴、レクリエーションなどを提供します
- リハビリを目的とするデイケアではより医学的・専門的なサービスを提供します

### 訪問看護師

- どんな方でもできるだけご自宅で暮らせるように、看護師がご自宅に訪問して心身のケアを行います

### ヘルパー（訪問介護）

- ホームヘルパーがご自宅を訪問して、食事・入浴・排せつ等の身体介護、掃除・洗濯・買い物等の生活援助を行います



### 後方支援 病院

- 医療分野の中で、緊急性の高い症状や入院治療が必要な方、クリニックでは対応できない専門的な治療や検査が必要な方の治療などを担っています
- また、在宅で状態が悪化した場合の緊急的な入院の受入や退院後の在宅復帰のお手伝いなどの後方支援を行います



### 後方支援 福祉用具（貸与）

- 介護保険では、専門職による訪問のほか、車いすや介護ベッド等の必要な福祉用具を費用の1～3割の自己負担でレンタルすることができます



### 後方支援 老人ホーム等

- 調子が優れなくなった時に心身の機能の回復を図るため、家族の負担軽減を図るため、特別養護老人ホーム等や短期入所型施設に一時的に入所・宿泊することもできます
- また、一度在宅を選んだ場合でも、こうした施設を終の棲家として選択することが可能です



# 『在宅療養』の利用方法 ～在宅医療や介護サービスをお願いしたいと思ったら



持病がある私。  
この頃通院が大変に  
なってきたけれど、  
動けなくなったら  
どうしよう？

## 通院できなくなったら 在宅医療サービス

訪問を行う医師等をお願いをして、  
自宅に居ながら病気の治療やリハビリな  
どの必要な医療サービスを受ける  
ことができます。

自宅で  
医療

### 在宅医療(医療職による訪問)を利用するには

定期的な通院が困難な方であれば基本的にどなたでも利用することが可能です\*1。以下の要領で関係機関に相談してみましょう。

#### “かかりつけ”に相談

- 医師、歯科医師、薬剤師、看護師  
による訪問を頼みたい時は…
- まずはかかりつけ医へ／かかりつけ歯科医へ相談してください
  - 薬剤師や看護師が訪問するためには医師の指示書が必要です

#### “かかりつけ”がないまたは訪問を行っていない場合

- 医師、薬剤師、看護師による訪問については…
- 介護サービスを利用中の方は担当のケアマネジャーに相談してください
  - 担当のケアマネジャーがいない方は、日野市医師会または地域包括支援センターに相談してください
- 歯科医の訪問については…
- 市役所健康課(042-581-4111)へ相談してください
  - または市役所や支所の窓口及び日野市HP(「かかりつけ歯科医を紹介」)で配布している申込用紙をご利用ください

\*1 病気が発症した直後で急激に健康が失われる状態(急性期)にある方、在宅での対応が困難な専門医療や高度医療が必要な方は利用できないことがあります。

#### ●●● “かかりつけ” のススメ ●●●

健康に関する相談や、必要な時には専門の医療機関の紹介を受けることもできる“かかりつけ”を持ちましょう。以下の団体のホームページでは、日野市内の医療機関を調べることができます。

- 日野市医師会 < <http://hino-med.or.jp/> >
- 日野市歯科医会 < <https://www.hino-dent.jp/> >
- 南多摩薬剤師会 < <https://www.minamiyk7574.jp/> >



脳梗塞で緊急入院  
～手術をして九死に  
一生を得たところ。  
そろそろ退院と言う  
けれど、着替えも大変  
なのに本当に自宅に  
帰れるの？

## 退院後の生活が不安な時は 退院支援の相談窓口へ

病気や怪我で入院していた方が退院する  
際に医療と介護の支援が一度に必要な  
場合があります。そんな時は病院に設置  
された退院支援の窓口にご相談しましょう。

〔入院した病院にこうした窓口がない時は日野市  
在宅療養高齢者支援窓口【8頁参照】へ〕



体力が衰えてきて買  
物や料理が大変に  
  
今の生活を続けたい  
けれど、頼れる家族  
が近くにいない…

## 日常生活の手助けが必要になったら 介護サービス

介護保険制度のもと、体力等が低下しても  
自立した生活を送るために必要となる  
サービスを1～3割の自己負担で  
利用することができます。

自宅で  
介護

### 介護サービス(介護保険制度)を利用するには

生活で何か困ることが出てきたら介護サービス(介護保険制度)の利用を検討しましょう。介護サービスを利用するためには、介護保険を申請し、認定を受ける必要があります。

#### 申請

- 市役所介護保険課  
や地域包括支援セ  
ンター【8頁参照】  
で申請を行います
- 本人のほか家族で  
も申請ができます

#### 要介護認定

- 訪問による調査と主  
治医の意見書をもと  
に審査・判定が行わ  
れ、介護や支援が必  
要な度合い(要介護  
度)を決定します

#### ケアプランの作成

- 要介護認定の結果(要  
介護度)やご本人の状況に  
応じてどのようなサー  
ビスをどのくらい利用す  
るかを定める計画書(ケ  
アプラン)を作成します

#### サービスの利用

- サービスを提供  
する事業者と契約し、ケア  
プランに沿ってサー  
ビスの利用を開始  
します

要介護認定の結果(要介護度)に応じて相談相手と受けられるサービスが異なります。

要介護度	相談相手・受けられるサービス
●要介護1～5の方	●日野市等が発行する事業者一覧の中から居宅介護支援事業所(ケアマネジャーを配置している事業所)を選んで連絡 ●ケアマネジャーが作成したケアプランに沿って介護サービスを利用
●要支援1・2の方	●お住まいの地域を担当する地域包括支援センター【8頁参照】へ相談 ●作成した介護予防ケアプランに沿って介護予防サービスを利用
●その他(非該当)の方	●地域包括支援センター(同上)へ相談 ●介護保険以外のサービス(一般介護予防事業)を利用できます

## 入院～在宅療養に移行する場合には

### 退院支援窓口への相談

- 専門の看護師や医療ソーシャルワーカーが、退院後の生活に必要な在宅医療・介護サービス導入の調整をお手伝いします
- 退院の目処が立つ前から生活の希望について主治医等と話をしておくことも重要です

### 各種サービスの検討・調整

- 介護サービスが必要な場合、まず介護保険の申請を行います(新規・変更の場合)
- 3-4頁でご紹介したような多様な職種が集まって、病状やご自宅の環境にあわせた体制を整え、退院後の生活もサポートします



# 『在宅療養』にかかる費用

医療保険 及び 介護保険の中で基準額が以下の通り定められており、どんなサービスをどのくらい利用するか、被保険者の所得はいくらか（医療保険・介護保険の自己負担割合）によって支払い額が変わってきます。

在宅医療と介護サービスを組み合わせた自己負担額の総額（目安）を知りたい方は、導入イメージ編（9-12頁）をご覧ください

## 在宅医療に関する費用（令和6年10月現在）

- 75歳以上（後期高齢者医療保険）で負担割合1割の方が、各職種に訪問を依頼した場合の費用は以下の通りです（自己負担の割合は、他に2割、3割の場合があります）
- 要介護認定を受けて介護保険を利用する方の場合、医療保険ではなく介護保険を適用し、自己負担額が上記の金額から僅かに増減することがあります

職種	項目	自己負担額(1割の場合)	単位
訪問医	標準的な負担額	約7,000円	月
	往診(臨時の訪問)	約720円	回
訪問看護師	標準的な負担額	約4,600円	月
訪問薬剤師	訪問薬剤管理	290~650円	回
訪問歯科医	訪問歯科診療	約1,200~3,500円※2	回

ひと月に以下を利用する想定  
 ・月2回の訪問(訪問医の場合)または週1回の訪問(訪問看護師の場合)  
 ・緊急時の24時間対応体制

往診は曜日や時間帯等によって費用が増加します

別途、お薬・検査・処置等の費用がかかります

※2 一般外来の場合にかかる治療費の他に、「歯科訪問診療料」等の健康保険や介護保険の一部負担金がおおよそ上記の範囲で加算されます。交通費（実費）がかかる場合もあります。

### 高額療養費制度

医療費が高額となり国が定める自己負担限度額を超える場合に、超過分が国から支給される制度  
 ▶70歳以上で一般世帯（年収156万円～約370万円）の方の限度額は月18,000円  
 （毎月の上限額は、加入者が70歳以上かどうかや、加入者の所得水準によって異なります）

## 介護サービスに関する費用（令和6年10月現在）

- 利用者の状態（要支援1から要介護5の7段階）に応じて利用できるサービスや金額の上限が定められており、これをどれだけ利用するかで負担額が決まります
- 1ヶ月あたりの自己負担額の上限（最大限利用した場合の負担額）の目安は以下の通りです

要介護度	利用限度額【参考】	負担割合別の自己負担額	
		1割の場合	2割の場合
要支援1	50,320円	5,032円	10,064円
要支援2	105,310円	10,531円	21,062円
要介護1	167,650円	16,765円	33,530円
要介護2	197,050円	19,705円	39,410円
要介護3	270,480円	27,048円	54,096円
要介護4	309,380円	30,938円	61,876円
要介護5	362,170円	36,217円	72,434円

限度額を超えてサービスを利用した分は、全額自己負担となります

詳細は市が発行する冊子「ささえあいの介護保険」をご参照ください

65歳以上で特に所得が高い方の場合、自己負担の割合は3割となります

# 困ったときの相談先

「すぐに利用したい」というほどではない場合でも、ご自身やご家族のことで、気になることや不安なことがあるという方は、以下の相談窓口までお気軽にご相談ください！

## 在宅医療に関する相談窓口

患者様とご家族が安心して在宅療養を続けられるよう、在宅療養に関するあらゆる相談に応じています。また、関係機関と連携しながら在宅療養を支援します。相談には、日野市立病院のソーシャルワーカーまたは看護師が対応します。

### 在宅療養高齢者支援窓口※3

月曜日～金曜日 午前8時30分から午後5時まで（年末年始を除く）電話または直接窓口へ  
 ●電話：042-581-2677（内線2169）  
 ●窓口：日野市立病院患者総合支援室内（日野市多摩平4-3-1）

※3 訪問歯科診療に関することは市役所健康課（☎042-581-4111）へ

## 介護サービスに関する相談窓口

地域で暮らす高齢者の「よろず相談窓口」地域包括支援センターへお気軽にご相談ください。ケアマネジャー、社会福祉士、保健師または看護師、認知症地域支援推進員などがご相談内容に応じて対応します。お住まいの地域を担当するセンターを確認の上、ご連絡をお願いします。

### 地域包括支援センター

月曜日～金曜日 午前9時から午後6時まで（祝日及び年末年始を除く）

住所地	担当する地域包括支援センター		
	名称	所在	連絡先
百草・落川・程久保（1～8丁目を除く）・三沢2丁目・三沢1289～1294番地（*）	もぐさ	落川1070	電話 599-0536 Fax 599-0308
高幡・三沢（*を除く）・三沢1、3～5丁目・大字新井・新井1～3丁目・程久保1～8丁目	あさかわ	高幡651-5 高幡マンション第2 1階	電話 593-1919 Fax 593-1920
豊田・大字豊田・東豊田・富士町・旭が丘2、5、6丁目・多摩平1、2丁目	すてっぴ	豊田3-1-8 プレシス豊田1階	電話 582-7367 Fax 582-7368
多摩平3～7丁目・日野台4、5丁目・大坂上	あいりん	多摩平6-31-7	電話 586-9141 Fax 586-9142
日野本町・神明・日野台1～3丁目・栄町・新町	せせらぎ	日野本町6-3-17	電話 589-3560 Fax 581-7614
万願寺・上田・川辺堀之内・日野・宮・石田・大字石田	多摩川苑	万願寺1-16-1	電話 582-1707 Fax 582-1730
東平山2、3丁目・平山	いきいきタウン	東平山3-1-1	電話 585-7071 Fax 585-7079
南平	すすらん	南平7-18-28 小林ビル1階B	電話 599-5531 Fax 599-5532
旭が丘1、3、4丁目・西平山・東平山1丁目	かわきた	西平山1-12-1	電話 589-1710 Fax 589-1719

## ケース1 足腰が弱り通院が困難になってきた



毎月1回、持病の治療で病院に通っていたAさん。1人で通院するのが大変になり、家族に付き添ってもらっていました。それでも受診した後は疲れてぐったり。離れて暮らす家族に付き添いを頼むのも心苦しく、次第に通院間隔が延び延びになり、2-3ヶ月に一度薬が切れた時だけ受診するようになってしまいました。そんなAさんの場合は・・・

### ◆Aさんのその後

- 通院していた病院に相談したところ、訪問による診療を行っている医師を紹介してもらえたため、通院の苦勞がない自宅で治療と経過観察を続けています。
- 訪問診療の利用とあわせて介護保険の申請を行い、「要介護2」の認定を受けたため、新たに介護保険サービス(デイケア)の利用も始めました。

### ◆主なサービスの内容

#### 通所系サービス(デイサービス・デイケア)

施設に通って受ける介護サービスはデイケアとデイサービスの2つがあります。Aさんの場合、病院に1人で通えない＝歩行機能が衰えているのが課題であることから、通常のレクリエーションや機能訓練だけでなく専門的なリハビリも受けられるデイケアを利用することになりました。

- 毎週月・木曜日の週2回、施設に通って歩行訓練等を行っています
- 他にも昼食やスタッフの介助による入浴の提供(毎回)、健康維持に重要な飲み込み等の訓練(定期)も行っています
- 送迎サービスがあるため、施設に通うのに苦勞はありません

### ◆1週間のスケジュール※4

	月	火	水	木	金	土	日
朝食							
午前	デイケア			デイケア			
昼食	デイケア			デイケア			
午後							
夕食							

### ◆自己負担額の目安(1割負担の場合)※5

- 医療保険：約7,000円
    - ▶ 訪問診療の費用の概算(お薬代を除く)
  - 介護保険：約10,000円
    - ▶ デイケアの費用の概算
    - ▶ この他に施設での昼食代 約7,000円が必要
- 合計 約24,000円(月額)**

※4 この他に医師が2週に1回定期的に訪問(訪問診療)を行っています。

※5 この金額はAさん・Bさんを例にした自己負担額の概算となります。実際の金額は、それぞれの方の介護度、医療保険及び介護保険の自己負担割合(被保険者の所得)、サービスの利用状況や細かな算定条件によって上下することがあります。

### 医師からのワンポイントアドバイス



通院が困難になった時は、その裏に病気や体の変化が隠れている可能性があります。そのため、「大変だから」と通院を止めて症状を放置しておく、急な体調不良や入院のリスクを高めることにつながります。

そんな時は、訪問診療を導入すれば外来と同じ様な診察を自宅で受けることができます。自宅にいながら必要なお薬の処方や血液検査などを受けることもできるので、急な体調不良や予期せぬ大病を予防することにつながります。通院が困難になったら、スムーズに訪問診療へ移行するのが理想的です。

## ケース2 自宅で最期を迎える準備を整えたい



これまで高血圧で薬を飲んでいる以外は健康に不安なく、体調が悪い時や検診の時に近所のかかりつけ医を外来受診していたBさん。98歳になった最近、外出する機会が減り、寝たり起きたりの生活をしています。長く住み慣れた自宅で最期まで生活したいとの希望があり、かかりつけ医に相談をしました。そんなBさんの場合は・・・

### ◆Bさんのその後

- かかりつけ医が訪問診療にも対応していたため、外来から訪問診療に切り替えて、自宅で定期的に体調の悪化を予防する健康管理を受けることになりました。
- 介護度の見直しを申請し「要介護4」へ変更になったことを受けて、訪問介護(ホームヘルプ)を中心に寝たきりになっても生活が続けられる環境を整えました。

### ◆主なサービスの内容

#### 訪問介護(ホームヘルプ)等

Bさんの場合、家の中での生活に支援が必要となっていることから、高齢の夫婦2人だけでは対応が難しい作業を訪問介護(ホームヘルプ)で対応することになりました。

- 子どもが通ってくる日曜日を除く毎日朝夕に、ヘルパーがBさん宅を訪問して食事や排泄、起き上がり等の介助(身体介護)を行っています
- Bさん宅のお風呂場が狭く危ないため、毎週水曜日には、浴槽等の機材を搬入して入浴の介助(訪問入浴)も行っています
- 電動で角度調整ができる介護ベッド、床ずれを防止するマットの利用(福祉用具のレンタル)も行っています

### ◆1週間のスケジュール※4

	月	火	水	木	金	土	日
朝食							
午前			訪問介護				
昼食		訪問看護	訪問入浴		訪問看護		
午後			訪問介護				
夕食							

### ◆自己負担額の目安(1割負担の場合)※5

- 医療保険：約7,000円
    - ▶ 訪問診療の費用の概算(お薬代を除く)
  - 介護保険：約37,000円
    - ▶ 訪問介護・訪問入浴、訪問看護※6及び福祉用具のレンタル費用の合計金額の概算
- 合計 約44,000円(月額)**

※6 Bさんのケースでは、介護保険の中で訪問看護サービスを利用しています。このように、医療サービスであっても介護保険対応となる場合があります。

### 医師からのワンポイントアドバイス



住み慣れた自宅で最期を迎えたいという希望を叶えるには、訪問介護(ホームヘルプ)はもちろんのこと、訪問診療も重要な役割を担っています。定期的に訪問を行う医師と、その間の病状の確認等を行う訪問看護師(上のケースでは週2回の訪問)が連携して、入院が必要となるような体調悪化を未然に防ぎます。Bさんのように病状が落ち着いている方の場合、通常、医師の訪問は2週に1回程度で、最期の時期が近づくと回数が増えていきます。また、訪問診療を導入していれば、万が一の時には夜間帯であっても主治医が駆けつけるため、病院と同じような死亡診断を自宅で受けることができます。

## ケース3 脳梗塞で麻痺が残る中、退院することになった



脳梗塞で緊急入院～手術をして九死に一生を得たCさん。病院で治療とリハビリに励んでいたところ、「そろそろ退院」という話が出てきました。

「早く自宅に帰りたい」とは思っていたものの、まだ後遺症で手足に麻痺が残っていて着替えも大変な状況のため、Cさん本人もご家族も「本当に大丈夫か」と不安を感じています。

そんなCさんの場合は・・・

### ◆Cさんのその後

- 病院の相談窓口へ相談したところ、病院関係者及び退院後に関わることになる地域の医療・介護の専門職チームを交えて話し合いを行うこととなり、退院後の生活に関する不安を解消できました。現在は、自宅で治療とリハビリに励んでいます。
- 入院中に介護保険の申請を行い（結果「要介護5」）、訪問介護の依頼や自宅の段差解消、ベッド・車いす等のレンタルなどの準備を進め、退院するCさんを迎えました。

### ◆主なサービスの内容

#### 訪問看護・訪問リハビリ

Cさんの場合には、脳梗塞の治療とリハビリを以下の通り行うことになりました。

これらは、医師の指示のもと、看護師や、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士がご自宅を訪問して提供します。

- 毎週火・金曜日に再発防止を目的とした血压管理等を実施(訪問看護)
- 毎週月・木曜日に麻痺した半身の機能回復や歩行訓練等を実施(訪問リハビリ)

#### ショートステイ(短期入所療養介護等)

- 自宅で介護する家族の休息と専門的な器具を使用したリハビリのため、月に3日施設に泊まるショートステイを利用

### ◆1週間のスケジュール※7

	月	火	水	木	金	土	日
朝食							
午前				訪問介護			
昼食							
午後	訪問リハ	訪問看護	訪問入浴		訪問看護		
夕食							

### ◆自己負担額の目安(1割負担の場合)※8

- 医療保険：約7,000円
    - ▶ 訪問診療の費用の概算(お薬代を除く)
  - 介護保険：約42,000円
    - ▶ 訪問介護※9・訪問入浴、訪問看護・訪問リハビリ※10及び福祉用具のレンタル費用の合計金額の概算
- 合計 約49,000円(月額)**

※7 この他に医師が2週に1回定期的に訪問(訪問診療)と、月に3日ショートステイを利用しています。

※8 この金額はCさん・Dさんを例にした自己負担額の概算となります。実際の金額は、それぞれの介護度、医療保険及び介護保険の自己負担割合(被保険者の所得)、サービスの利用状況や細かい算定条件によって上下することがあります。



### 医師からのワンポイントアドバイス

Cさんより重度の後遺症で食事や飲み込み、排尿などが困難となり、気管カニューレや経管栄養(胃ろうチューブ)、膀胱留置カテーテルといった機器を利用する医療依存度の高い方でも、在宅医療で対応することが可能です。

そのような場合には、ご家族が少しずつ介護に慣れていただけるように、関連する各職種がサポートの仕方を丁寧にお伝えしていきます。

ただし、症状や後遺症の有無、障害の重度によっては、リハビリ専門の病院や施設に一度移ってご自宅に戻ることを勧められることもあります。

## ケース4 癌末期の余命をできる限り自宅で過ごしたい



胃にできた癌が進行し、根治療法が困難となったため、癌と共存して暮らしているDさん。

今後は、癌の進行による痛みや吐き気などの症状が出現する可能性があるため、主治医からは「緩和ケアが可能なホスピスへ転院してはどうか」と話がありましたが、ご本人は積極的な治療を諦めた時から、できる限り家で過ごしたいと考えています。

そんなDさんの場合は・・・

### ◆Dさんのその後

- 病院の相談窓口へ相談したところ、地域で訪問を行う医師(訪問診療)と看護師(訪問看護)を中心に、緩和ケアに対応できるチームが見つかったため、自宅でこれらのサービスを受けることになりました。
- 病気の進行を反映した介護度への見直しを申請し(結果「要介護3」)、Bさんのケースと同様に寝たきりになっても生活が続けられる環境を整えました。

### ◆主なサービスの内容

#### 訪問診療・往診

癌末期のDさんの場合、日によって体調が大きく変化することがありますが、医師の定期的な訪問(訪問診療)を受けている方は、24時間365日医師に電話等で相談ができ、必要に応じて臨時の訪問も依頼できます。緊急対応等の臨時の訪問を「往診」と言います。

- 毎週月曜日に医師が訪問診療を実施

#### 訪問薬剤管理指導・居宅療養管理指導

薬剤師がご自宅を訪問して、処方された薬の配達や、適切に服薬ができるようお手伝いをすることができます。

- 訪問診療の翌日(火曜)に薬剤師が訪問し鎮痛剤等の薬剤の使用状況を確認・支援

### ◆1週間のスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
朝食							
午前	訪問診療	訪問薬剤師	訪問介護				
昼食							
午後		訪問看護			訪問看護	訪問入浴	
夕食			訪問介護				

### ◆自己負担額の目安(1割負担の場合)※8

- 医療保険：18,000円
    - ▶ 訪問診療・訪問看護の費用の合計金額
    - ▶ 高額医療費制度による上限(70歳以上一般世帯の場合)
  - 介護保険：約29,000円
    - ▶ 訪問介護※9・訪問入浴、薬剤師の訪問※10及び福祉用具のレンタル費用の合計金額の概算
- 合計 約47,000円(月額)**

※9 訪問介護は食事や排泄の介助等を行っています。ケース2「主なサービス内容」ではもう少し詳しく事例を紹介しています。

※10 Cさんのケースでは訪問看護と訪問リハビリを、Dさんのケースでは薬剤師の訪問を介護保険の中で利用しています。このように、医療サービスであっても介護保険対応となる場合があります。末期癌の場合には、訪問看護は医療保険対応となります。



### 医師からのワンポイントアドバイス

癌の進行に伴う痛みや様々な症状を和らげることを目的に行われる医療的ケアを「緩和ケア」といいます。この「緩和ケア」を専門的に行う場所として病院やホスピスがありますが、現在はご自宅でもこれらの施設と同じようなケアを受けることができるようになってきました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、病院やホスピスでは面会やお見舞いが制限されることを懸念する方が、訪問診療を利用して自宅で「緩和ケア」を受けることを希望されるケースも増えています。

# 『在宅療養』に関するQ&A ~皆さまの疑問にお答えします

## Q1 『在宅療養』のメリット/デメリットはどんなところですか？

- A1**
- 住み慣れた環境で自分のペースで過ごすことができる、病院や施設と比べて家族や友人との交流が容易となるといった点がメリットです
  - また、例えば末期ガンの方でも、痛みの緩和を行いながら「住み慣れた自宅で最期を迎えたい」という希望をかなえることもできます
  - 反対にデメリットとしては、高度医療等に対応できない、家族等に介護の負担が発生する、お一人暮らしの場合には病院や施設ほどの手厚い見守りができないことなどがあります

## Q2 病院では点滴や人工呼吸器を使用しているのですが、それでも自宅に戻ることができますか？

- A2**
- 点滴や人工呼吸器が必要な方、難病で療養が必要な方、慢性疾患をお持ちの方、痰の吸引が頻繁に必要な方でも希望があればご自宅で療養生活を送ることができます
  - ただし、医療処置や医療機器の管理ができる訪問医や訪問看護師の支援、専門職がない時にはご本人やご家族による対応が必要となります
  - まずは、病院の退院支援窓口等に相談して、お住まいの近くで対応可能な診療所や訪問看護ステーションを見つけましょう

## Q3 ひとり暮らしでも『在宅療養』をすること/続けることができますか？

- A3**
- おひとり暮らしで寝たきりですが、自宅で好きなテレビを見ながら笑顔で暮らしているという方もいらっしゃいます
  - この方の場合には、自力で体を起こすのが難しいため介護用ベッドを利用しているほか、食事やオムツ交換等のためヘルパーが朝昼夕寝前の1日4回お宅を訪問しています
  - 健康面では訪問医や訪問看護師、訪問薬剤師がサポートに入り、排便のコントロールやお薬の管理などを行っているほか、それぞれが訪問する日程を調整して、できるだけ隙間なくご本人の状態を確認できるようにするといった工夫も行っています
  - こうした支援を行う場合、介護保険の限度額を超過し、自己負担が発生することがあります

## Q4 自宅で夜間や休日に急に症状が悪化した場合でも診察や治療が受けられますか？（病院等と違って緊急時の対応が心配です）

- A4**
- 病院でナースコールをするように、何かあった際にはまずは訪問医や訪問看護師に電話で連絡をし、心配な状態であればご自宅を訪問しての診察や治療を受けることができます
  - こうした24時間365日の緊急対応は、在宅療養支援診療所に認定された診療所の医師や緊急対応を実施している訪問看護師の訪問を定期的に受けている方が対象となります

## Q5 支えてくれる家族の負担が心配なのですが良い対策はありますか？

- A5**
- 食事や入浴、排泄等の介助、起床や就寝の介助や体位変換、通院の往復の介助といった内容（身体介護）についてヘルパー（訪問介護）を利用して、負担の軽減を図ることができます
  - また、日中に施設へ出かけて介護やリハビリを受けるデイサービス・デイケア（通所介護）や、短期間施設に宿泊できる「ショートステイ」といったサービスもありますので、こうした施設に外出・宿泊している間にご家族に休息してもらうことも重要です

## Q6 『在宅』以外の選択肢を選んではいけませんか？

- A6**
- 人生の最期をどこでどのように過ごしたいかは人によって様々です
  - 希望した生活が送れるよう、日野市内には様々な医療・介護の専門職が存在していますので、ご家族だけでなく、かかりつけ医や地域包括支援センター、ケアマネジャーといった専門職に早いうちから相談したり、意思を伝えたりしておくのが良いでしょう
  - また、一度在宅療養を選んだ場合でも、気持ちが変わった、病状が変わった、家族の状況が変わった時には、入院・入所に変更することも可能です

## その他のお役立ち情報①

「在宅療養」はまだ先の話という方は…

### 人生100年時代の介護予防・フレイル予防

[https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kaigo\\_frailty\\_yobo/](https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kaigo_frailty_yobo/)

- 東京都福祉保健局が運営するこちらのサイトを参考に、早期から健康づくりに取り組んで、健康寿命を伸ばしましょう

### 「もしものとき」について話し合おう（人生会議）

<https://www.city.hino.lg.jp/fukushi/kourei/torikumi/1018434.html>

- ご自身またはご家族が病気になったら、介護が必要になったら、「在宅療養」を含めどのような選択が良いのかを「日野市版エンディングノート」等を使って考えてみましょう

## その他のお役立ち情報②

市内の医療・介護資源を調べたい方は…

### 日野市けあプロ・navi 介護事業者情報検索システム

<https://carepro-navi.jp/hino>

- 日野市内の医療機関・介護事業所について、「地図」や「住所」、「名称」、「サービス内容」などから情報を検索することができます