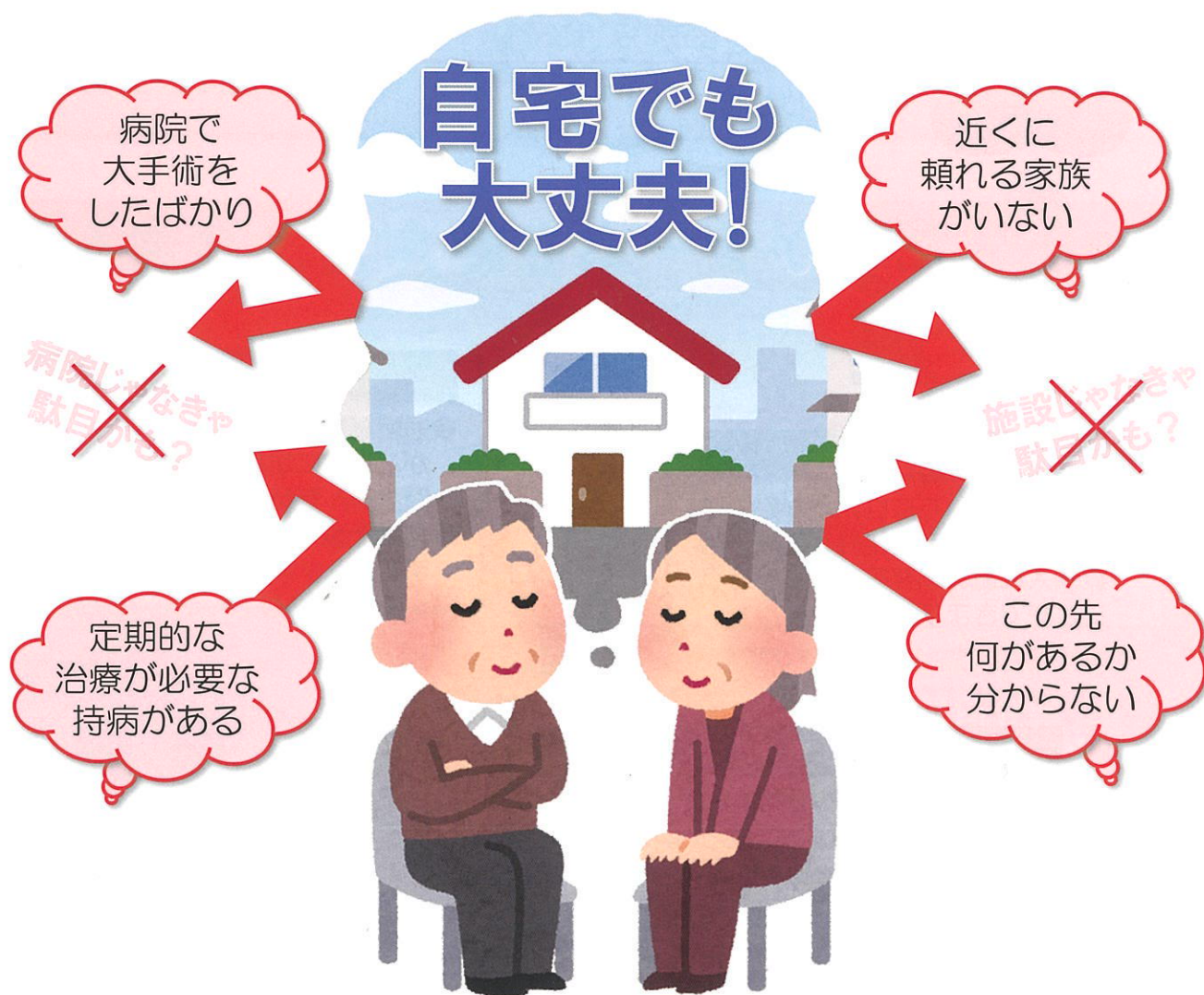


日野市内にお住まいの高齢者やそのご家族へ

日野市在宅療養ガイドブック



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



『在宅療養』ってどんなもの → 1-2頁

『在宅療養』を支える制度と利用方法 → 3-4頁

『在宅療養』に関するQ&A → 5-6頁

困った時の相談先 → 裏表紙

『在宅療養』ってどんなもの ～住み慣れた自宅で病院や施設と同じように医療や介護を受けること



今は元気でもこの先
何があるか分からない。

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…

「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」と考える皆さまの希望を
かなえる仕組みがあります。

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。

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。
【裏表紙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。



医療

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』を支える制度と利用方法 ～『在宅療養』を希望する方へ



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。



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。

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在宅医療を利用することが可能です。

訪問医等の場合

- 訪問医
- 訪問薬剤師
- 訪問看護師
にお願いしたい

かかりつけ医へ相談

- まずはかかりつけ医へ相談して
ください
- 薬剤師や看護師の訪問には医師
の指示書が必要です

かかりつけ医がないまたは 訪問を行っていない場合

- (訪問医等の場合) 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を
- (訪問歯科医の場合) 市役所健康
課へ相談 または 市役所や支所の
窓口で配布している申込用紙を
送付して依頼してください

訪問歯科医の場合

- 訪問歯科医
にお願いしたい

かかりつけ歯科医へ相談

- まずはかかりつけ歯科医へ相談
してください

※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よう。

〔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【裏表紙参照】へ〕

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

- 市役所高齢福祉課
や地域包括支援セ
ンター【裏表紙参照】
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【裏表紙参照】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)
- 4-5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、高度医療等是对応できない、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 在宅医療や介護サービスにはどの位費用がかかるのですか？ (色々お願いすると費用がかさみそうで不安です)

- A2**
- 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（医療保険及び介護保険の自己負担割合はいくらか）によって支払額が変わってきます
 - また、定期的に見直しも行われますので、以下の費用はおおよその目安とお考えください

在宅医療に関する費用（医療保険分）

- 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の以下の通りです

職種	項目	自己負担額	単位
訪問医	標準的な負担額	約 7,000 円	月
	往診(臨時の訪問)	720 円	回
訪問看護師	標準的な負担額	約 4,500 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	1,200～2,400円程度 〔通常の診療費に上の金額が加算されます〕	回

月2回の訪問診療/週1回の訪問看護と急変時の24時間対応体制を利用する際の概算の負担金額

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

※ 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。

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156～370万円)の方の限度額は月18,000円

介護サービスに関する費用（介護保険分）

- 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全国一律で定められており、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）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

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 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？

- A4**
- 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

Q5 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）

- A5**
- 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

Q6 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？

- A6**
- 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

Q7 『在宅』以外の選択肢を選んではいけませんか？

- A7**
- 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

困ったときの相談先

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

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：日野市立病院地域医療連携室内（日野市多摩平4-3-1）

※訪問歯科診療に関することは健康課（☎042-581-4111）へ

介護に関する相談窓口

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、4、5丁目 ・新井・大字石田（浅川南）・程久保1～8丁目	あさかわ	高幡651-5 高幡マンション第2 2階	電話 593-1919 Fax 593-1920
豊田・大字豊田・東豊田・旭が丘2、5、6丁目 ・多摩平1、2丁目・富士町	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、2、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（浅川北）	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	すずらん	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

令和2年3月発行

問合せ 日野市健康福祉部在宅療養支援課 TEL：042-514-8189
〒191-0016 日野市神明1丁目11番地の12 日野神明郵便局2階