

尾道市在宅医療・介護連携 ガイドブック

～今そなえる 自分らしく暮らすために～



尾道市

はじめに

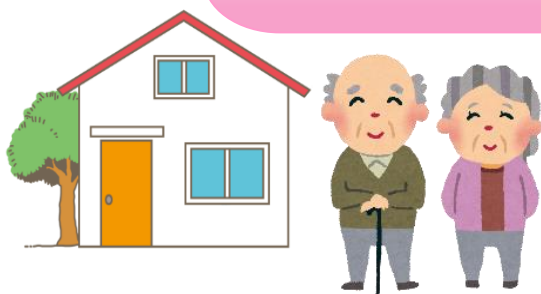
「在宅医療」をご存知ですか？

「可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを最期まで続けたい」そのようなご本人、ご家族の想いを大切にしながら、医療や介護の専門職が協力して行う医療を「在宅医療」といいます。

この冊子は、ご自宅で医療や看護・介護を受けながら、最期まで自分らしい生活をする「在宅医療」という選択肢があるということを知っていただくために作成しました。住み慣れた我が家で、安心して療養生活が送れるよう、在宅医療の仕組みや、相談先についてまとめています。

ご自身や、大切なご家族の在宅医療を考えるために、このガイドブックをお役立てください。

自分たちで暮らし続けたい



住み慣れた自宅に戻りたい



目次

相談できる「かかりつけ」をもちましょう！	2
在宅医療を支えるネットワーク	3・4
入院から退院までの流れ	5
退院に向けた準備	6
在宅療養を支える主な介護サービス	7・8
訪問診療を知っていますか？	9
訪問歯科診療を知っていますか？	10
訪問服薬指導を知っていますか？	11
訪問看護を知っていますか？	12
訪問リハビリを知っていますか？	13
在宅療養に関する疑問にお答えします	14
知っておきたい関連情報	15・16
在宅療養に関する相談窓口一覧	17・18

相談できる 「かかりつけ」 をもちましょう！

かかりつけ医



かかりつけ医はいちばん身近な医療の相談ができる存在です。
必要なときは専門的な医療機関の紹介もします。（詳しくは9ページへ）

かかりつけ歯科医



普段から相談できるかかりつけ歯科医を持つと、虫歯や歯周病の早期発見、治療だけでなく、その他のお口のトラブルに早めに対処することができます。（詳しくは10ページへ）

かかりつけ薬剤師



かかりつけ薬剤師を持つと、複数の医療機関を受診している場合でも、全ての薬を把握し、飲み合わせなどの確認や薬による治療がより効果的なものになるよう、一緒に考えてくれます。

（詳しくは11ページへ）

在宅医療を支え

医

自宅を訪問して必要なときは専門の紹介をします

医療ソーシャルワーカー

医療機関に勤務している相談員です。退院時に病院からスムーズに在宅生活に移れるように、調整などを行います。



地域包括支援センター

専門スタッフが医療や介護などの様々な生活に関する相談に応じます。



ケアマネジャー

本人、家族の希望をふまえながら適切な支援を考え、計画（ケアプラン）を立てます。



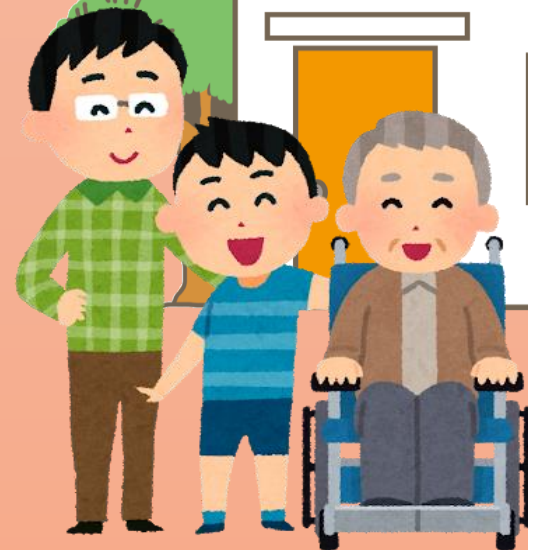
訪問看護

医師からの指示のもと看護師が自宅を訪問します。体温、脈拍、血圧のチェック、体調や栄養状態、医療機器の管理、薬の確認などを行います。



訪問

自宅を訪問して、浴等の介護や、掃物・調理等の家事のお世話や自立す。



るネットワーク

師

診療を行います。
門的な医療機関



歯科医師 (歯科衛生士)

歯の治療や口腔ケア、入れ歯の調整などを行います。



薬剤師

医師の指示により薬を調剤します。
自宅を訪問してお薬の飲み方や副作用、薬の管理を行います。



管理栄養士

本人の状態に合った、献立や飲み込みやすい形態、作り方などの相談に応じます。



介護

食事・排泄・入
除・洗濯・買い
援助等、身の回
の支援を行いま

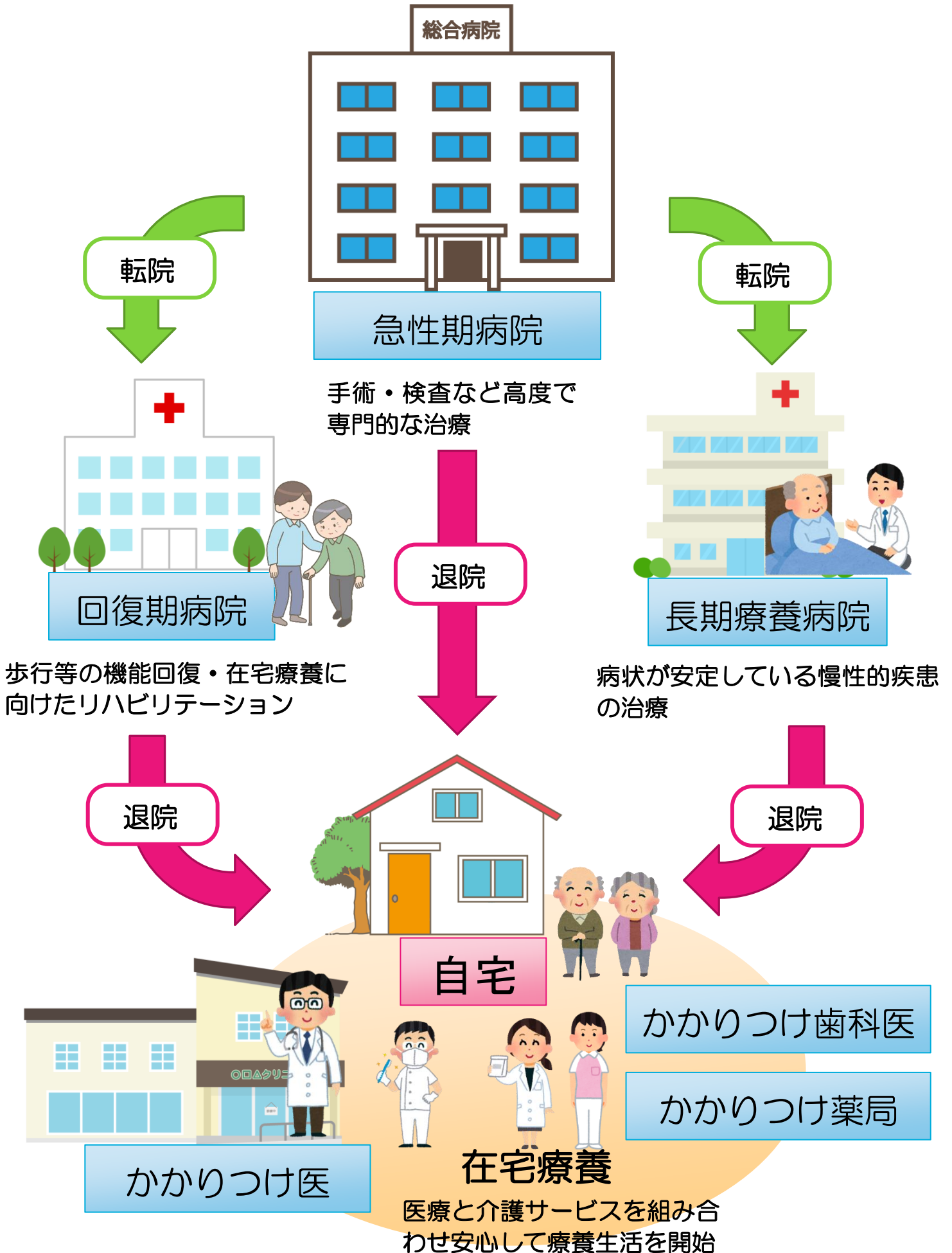


訪問リハビリテーション

理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が自宅などを訪問し、身体の状態に合わせた機能訓練や生活環境の調整や整備を行います。



入院から退院までの流れ



退院に向けた準備

①退院準備のはじまり



そろそろ
退院できますよ

②病院の担当者に相談

入院中の病院には連携室など退院について相談できる担当者がいます。自宅に帰ってからの、不安なことなど相談をしておきましょう。



③退院に向けてのカンファレンス

介護保険の申請、ケアマネジャーとの面接など、医療と介護が連携し在宅生活への準備を進めます。



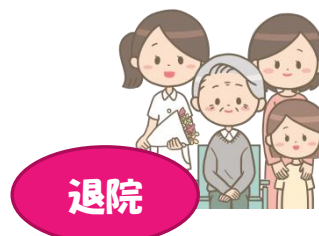
④在宅療養への準備が整う

住環境が整い、サービスが調整されれば退院準備完了です。退院後のかかりつけ医や、薬が続けて飲めるかなど、医療の継続も確認しましょう。



⑤退院

退院おめでとうございます！
ひとり暮らし等の場合は、近くで見守ってくれる人（民生委員さん等）にもお伝えしておきましょう。



在宅療養を支える主な介護サービス

①訪問してもらう

訪問看護

看護師が自宅を訪問し、主治医の指示に基づき、必要な健康状態の観察を行い、療養上の支援や医療処置を行います。



訪問リハビリテーション

理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などが訪問し、主治医の指示に基づき、日常生活動作や身体機能のリハビリテーションのほか、介護者への介助方法の指導を行います。



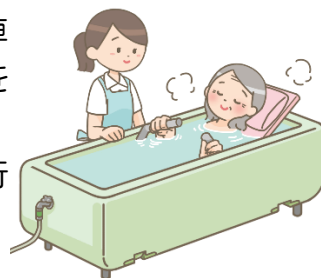
訪問介護

ホームヘルパーが自宅を訪問し、入浴・排泄・食事等の身体介護サービス、掃除・洗濯・買物・調理等の生活援助サービスを行います。



訪問入浴介護

看護師と介護職員が訪問入浴専用車で訪問し、浴槽を自宅に持ち込んで、入浴介助を行います。



②通う

通所介護（デイサービス）

日帰りで施設に通い、介護を目的として食事・入浴などの日常生活上の世話や機能訓練を受けます。

通所リハビリテーション（デイケア）

日帰りで施設や病院に通い、医学的な管理の下で食事・入浴などの日常生活上の世話や機能訓練を受けます。

認知症対応型通所介護（認知症高齢者向けデイサービス）

認知症の方を対象とし、日帰りで施設に通い、介護を目的として食事・入浴などの日常生活の世話や機能訓練を受けます。



③泊まる

短期入所生活介護（ショートステイ）

特別養護老人ホームなどに短期間入所し、食事・入浴・排泄などの日常生活上の世話や機能訓練を受けます。



短期入所療養介護（ショートステイ）

介護老人保健施設などに短期間入所し、医学的管理の下で食事・入浴・排泄などの日常生活上の世話や機能訓練を受けます。

④訪問／通う／泊まる

小規模多機能型居宅介護（看護小規模多機能型居宅介護）

通いを中心に、本人の心身の状態や希望に応じて、自宅を訪問したり（訪問介護）、泊まりのサービスを組み合わせて受けることができます。



※看護小規模多機能型居宅介護については、訪問看護の機能を併せ持っています。

⑤環境を整える

福祉用具の貸与（レンタルするもの）

※介護度によって対象とならないものもあります。

- ・車いす・車いす付属品（電動補助装置など）・特殊寝台（介護用ベッド）・特殊寝台付属品・床ずれ防止用具（エアマットなど）・体位変換器・手すり（工事を伴わないもの）・スロープ（工事を伴わないもの）・歩行器・歩行補助つえ・移動用リフト（入浴用リフトなど）・自動排泄処理装置・認知症老人徘徊感知機器



福祉用具購入費の支給（購入するもの）

- ・腰掛便座（補高便座、ポータブルトイレなど）・自動排泄処理装置の交換可能部品・簡易浴槽・移動用リフトのつり具の部分・入浴補助用具（シャワーチェア、浴槽用手すりなど）



※都道府県等の指定を受けた事業所で購入したものに限り、支給額に上限があります。

住宅改修費の支給



- ・手すりの取り付け・段差の解消・滑りにくい床材への変更・引き戸などへの扉の取り替えやドアノブの取り替えなど・和式便座を洋式便座に取り替え・またそれらの改修に伴って必要となる工事

※工事の施行前と施行後にそれぞれ申請が必要で、支給額に上限があります。

※詳しくはP16「わたしたちのまちの介護保険」に掲載されています。



訪問診療を知っていますか？

安心して療養を続けるために「かかりつけ医」を持ちましょう

「かかりつけ医」とは、日頃から受診していて、何でも相談できる、診療所（クリニック）の医師のことをいいます。

在宅療養が必要になった時に、これからのことを一緒に考えてもらえます。大きな病院に通院している方も、お住まいの近くに「かかりつけ医」を持ちましょう。

入院や精密検査が必要な場合は、適切な病院を紹介してもらえます。
また、いざというときは往診してもらうこともできます。



Q. 訪問診療と往診の違いは？

A. 訪問診療は医師等が定期的に訪問して行う医療です
通院が困難かつ継続的な診療が必要な患者さんに事前の契約に基づき、定期的・計画的に医師が自宅を訪問して診療します。
通常は月2回程度の頻度で定期的に訪問し、診療・治療・薬の処方・療養上の相談や指導などを行います。

往診は急変時に患者や家族の要請に応じて行う医療です

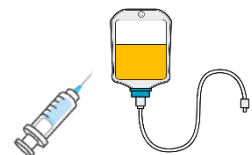
急な病状変化（発熱など）に対し、患者さんやご家族からの要請に基づき、臨時的に往診します。

Q. 在宅では、どのような医療が受けられるの？

A 在宅でも医師や看護師による定期的な訪問診療や、緊急時の往診で、次のような医療を受けられます

- 診察、投薬
- 血液検査
- 点滴の管理
- 尿カテーテルの管理
- 胃ろうなどの管理
- 在宅酸素療法
- 床ずれの処置
- 人工呼吸器の管理・緩和ケア 等

※各クリニックによって対応範囲が異なります。
各クリニックにお問い合わせください。





訪問歯科診療を知っていますか？

お口の健康は「おいしい食事」や「楽しい会話」につながり、身体やこころの健康にも影響します。
訪問歯科診療とは、通院が困難な方に、歯科医師や歯科衛生士が自宅など訪問し、歯の治療や口腔ケアなどを行うことです。

こんな時は、歯科医師やケアマネジャーにご相談ください

入れ歯がない、
入れ歯が合わない



うまく飲み込めない



寝たきりで
お口のケアが心配



食事をよくこぼす



歯が痛い、噛めない



口の中の細菌が繁殖して肺炎につながったり、食べ物が噛めないことで消化不良や食欲減退を引き起こしたりと、特に高齢者はお口の中のトラブルが命に係わる恐れがあります。

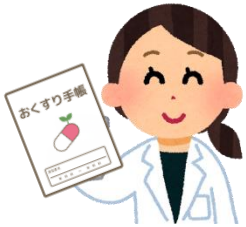
介護が必要な方も定期的に歯科治療や口腔ケアを受けましょう。

Q. 訪問歯科診療ではどんなことができるの？

- A.
- ①むし歯、歯周病の治療
 - ②入れ歯の調整・修理・作成
 - ③口腔ケア
 - ④飲み込みのリハビリテーション

Q. 費用はどうなるの？

- A. 基本的には医療保険や介護保険で対応できます。



訪問服薬指導を知っていますか？

お医者さんから薬が処方されても、正しく服薬することができなければ期待する効果が望めません。訪問服薬指導は、薬剤師が直接自宅にうかがって、お薬に関する不安や疑問にお答えし、お薬を適切に飲むようにお手伝いします。

こんな時に、薬剤師にご相談ください

前にもらった薬が
家にいっぱい
たまっている

種類が多くて、
飲み方がわからない

錠剤やカプセルが
飲みにくい

つい薬を
飲み忘れてしまう

薬が効いているか、
副作用も不安

歩いて薬局まで
行くのが大変



お薬手帳は、複数の医療機関から、いろいろな薬が処方されている場合、重複する処方を防ぎ、飲み合わせなどをチェックすることができます。

また緊急時や災害の時にも役に立つものです。

受診の時には、お薬手帳を持参し、活用しましょう。

Q. 薬剤師さんが自宅に来てどんなことができるの？

- A.
- ① きちんとお薬を飲めているか、飲み残しがないか確認します。
 - ② 複数の医療機関から出ている薬の飲み合わせ等に問題がないか確認します。
 - ③ 自宅等でのお薬の管理方法について確認して相談に乗ります。
 - ④ お薬に関する質問にお答えします。



訪問看護を知っていますか？

訪問看護とは「訪問看護ステーション」などから、看護師などが自宅に訪問し、必要な健康状態の観察を行い、療養上の支援や医療処置を行うことを言います。

こんな時に、訪問看護にご相談ください

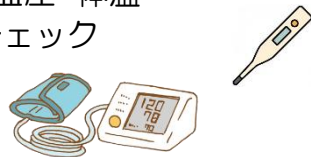
- 退院が決まったけれど介護の仕方がわからない
- 自宅でも病状が変化して不安
- できれば最期を家で迎えたい

Q. 在宅では、どのような医療が受けられるの？

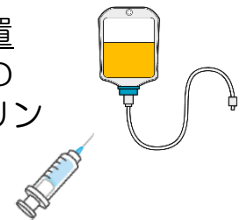
A. 訪問看護を必要とする方の状況に応じて、介護保険または医療保険のどちらかで対応できます。いずれも、主治医の「訪問看護指示書」が必要です。利用を希望する場合は、かかりつけ医またはケアマネジャーにご相談ください。

Q. 訪問看護サービスが出来ることは？

A. 病状の観察
病気の状態、血圧・体温・脈拍などのチェック



医師の指示による医療処置
点滴、胃ろう・排尿などのカテーテル管理、インスリン注射など



医療機器の管理
在宅酸素、人工呼吸器など



在宅療養のお世話
清拭、洗髪、入浴介助・食事や排せつなどの介助・指導



床ずれ予防・処置
床ずれ防止の工夫や指導、床ずれの手当て



在宅リハビリテーション
理学療法士などが行う機能回復・悪化防止・嚥下機能訓練など



ご家族などへの介護相談
認知症・精神疾患のケア、対応方法の助言



ターミナルケア
がん末期や終末期を自宅で過ごせるように支援





訪問リハビリ を知っていますか？

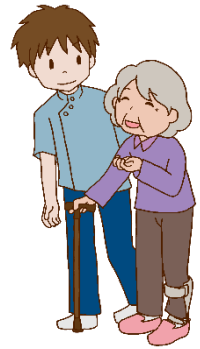
訪問リハビリとは、医師の指示により、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が利用者の自宅を訪問し、心身の機能の維持・回復、日常生活の自立を支援するために、リハビリテーションを行うことを言います。

こんな時に、かかりつけ医やケアマネジャーにご相談ください

病気やケガで
動きにくくなった

環境を整えて転ばないように
アドバイスしてほしい

自分のことは自分で
する方法を知りたい

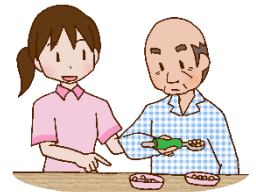


Q. 在宅でのリハビリテーションはどんなことができるの？

A. 歩行や車椅子での
移動練習



入浴・トイレ・食事など
身の回りの動作練習



掃除や洗濯、調理などの
家事練習



趣味や仕事動作の練習



言語や嚥下の練習



住宅改修や福祉用具について
評価・選定・使用練習



介護者に対しての
介護方法の提案・練習



介護予防のための
手足の運動や体操



在宅医療に関する**疑問**にお答えします

Q.在宅医療は費用がたくさんかかるのでは？

- A. 一般的に在宅医療は入院と比べて費用が少なくなるといわれています。在宅医療にかかる費用は、医療機関への支払い、薬局への支払い、介護保険の自己負担が主なものです。また所得に応じ、負担が軽減される制度もありますので、医療ソーシャルワーカーやかかりつけ医等にご相談ください。

Q.在宅で療養することが困難になったら？

- A. 在宅療養を中止して、入院に変更することもできます。一度、在宅療養を選んだら、最期まで自宅に居続けなければならないというわけではありません。入院可能な病院や利用の内容については、かかりつけ医や訪問看護師等にご相談ください。

Q.痛みがあっても在宅で療養はできるの？

- A. 痛みや苦しさをとる緩和ケアが在宅でも可能です。がんの場合などでも痛みを抑えるために飲み薬やはり薬などの痛み止めが処方されます。また訪問診療や訪問看護など必要なサービスを利用して在宅生活を送れるようサポートも受けられます。

自宅で過ごすことが不安な場合

*がんについて不安な気持ちや、症状などについて相談にのってもらえる機関については…

尾道市立市民病院【がん相談センター】 電話 0848-47-1155 FAX 0848-47-1171

瀬戸田診療所【なんでも相談室】月2回不定期 電話 0845-27-2161

JA 尾道総合病院【医療福祉支援センター（がん相談支援センター）】 電話 0848-22-8111

*緩和ケア病棟への入院については…

【緩和ケア病棟とは】

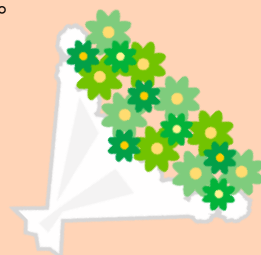
がんなどの患者を対象とした病棟。心と体のつらさを和らげることを柱としています。

医療保険適応（個室料金別）原則として抗がん剤等の治療は行いません。

尾道市内 緩和ケア病棟のある病院

公立みつぎ総合病院 地域包括ケア連携室 電話 0848-77-0955

緩和ケア病棟 電話 0848-76-1328



知っておきたい**関連情報**

ACP（アドバンスケアプランニング）の紹介

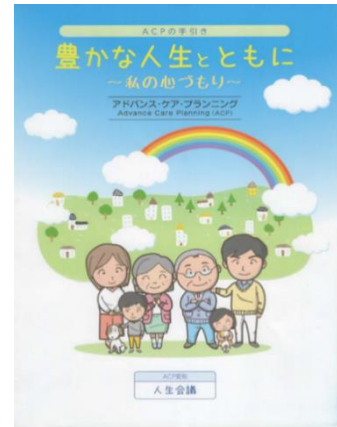
人生を最期まで「自分らしく」あるために、一緒に考えてみましょう。

※「ACP」の愛称は人生会議です。

もしも、自分の考えを伝えられなくなった場合、医療やケアに対する考えや希望を、家族やかかりつけ医に伝えておく「ACP」を普及する取り組みがすすめられています。

問い合わせ先

尾道市内の各地域包括支援センター
(18ページを参照)



情報共有シート（あなたの大切な情報）の紹介

お薬手帳を活用した情報共有のためのシート

受診中の医療機関や担当ケアマネジャーなどの情報を記入し、入退院・緊急時など連絡をとりやすくして、スムーズな対応につなげるためのシートです。

お薬手帳の最後のページに貼って活用しましょう。

問い合わせ先

尾道薬剤師会（電話 0848-20-0353）
因島薬剤師会（電話 0845-24-3661）

受診中の医療機関	かかりつけの歯科医院
(氏名)	(氏名)
受診中の医療機関	利用中の薬局
(氏名)	(氏名)
受診中の医療機関	利用中の薬局
(氏名)	(氏名)
受診中の医療機関	利用中の薬局
(氏名)	(氏名)
居宅介護支援事業所	(氏名)
担当ケアマネジャー	(氏名)
民生委員	(氏名)
緊急時連絡先（続柄）	(氏名)
(氏名)	(氏名)
緊急時連絡先（続柄）	(氏名)
(氏名)	(氏名)
(氏名)	(氏名)
企画・作成	尾道市地域包括ケア連絡協議会

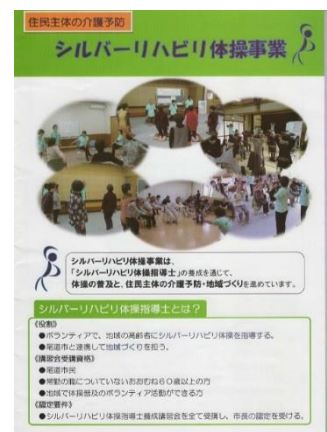
尾道市が行う住民主体の介護予防事業の紹介

シルバーリハビリ体操事業

シルバーリハビリ体操は「いつでも・どこでも・だれでもできる」介護予防を目的に行う体操です。市長の認定を受けた指導士がそれぞれの地域で活動しています。

問い合わせ先

尾道市高齢者福祉課高齢者福祉係
(電話 0848-38-9137)



尾道市が発行する関連冊子の紹介

わたしたちのまちの介護保険

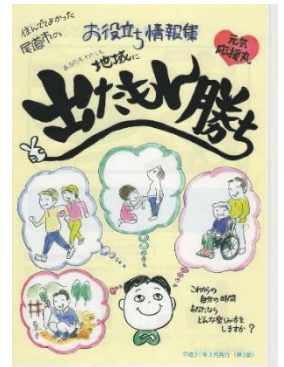
介護保険や高齢者福祉サービスなどについてご紹介しています。



問い合わせ先
尾道市役所高齢者福祉課介護保険係
(電話 0848-38-9118)

お役立ち情報集 出たもん勝ち

皆様に、家から一歩出て、毎日を元気で健康に過ごしていただきたいという願いを込めて作った冊子です



問い合わせ先
尾道市福祉保健部健康推進課
(電話 0848-24-1962)

ねこのて手帳

高齢者にやさしいお店等の情報誌地域の貴重な社会資源を掲載しています。



尾道市版認知症ガイドブック

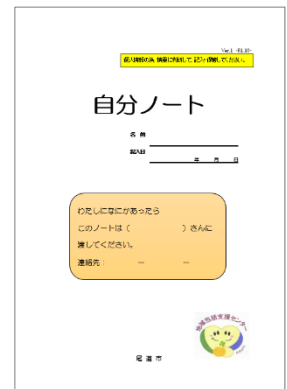
認知症の状態に応じて、どの時期にどんな支援が必要になるか、大まかな目安としての流れを示し、利用できるサービス等をまとめました。

問い合わせ先
尾道市役所高齢者福祉課高齢者福祉係
(電話 0848-38-9137)



自分ノート

自らが望む人生やこれからの生活について決め、希望を伝えておくためのエンディングノートです。



在宅療養に関する相談窓口

まずは、かかりつけの先生にご相談ください！



入院施設のある医療機関

※病院受付時間内にお問合せください

医療機関	住 所	電話番号（代表番号）	担当窓口
因島医師会病院	因島中庄町 1962	0845-24-1210	地域医療連携室
因島総合病院	因島土生町 2561	0845-22-2552	地域連携室
尾道市立市民病院	新高山3丁目 1170-177	0848-47-1155	地域医療連携室
笠井病院	久保 1 丁目 3-19	0848-37-2308	病院師長
木曾病院	神田町 2-24	0848-23-5858	病院看護部長
高亀医院	久保 2 丁目 24-17	0848-37-3102	外来主任
公立みつぎ総合病院	御調町市 124	0848-76-1111	地域包括ケア連携室
JA 尾道総合病院	平原 1 丁目 10-23	0848-22-8111	医療福祉支援センター
瀬戸田診療所	瀬戸田町中野 400	0845-27-2161	病院師長
得本医院	向島町 5450	0848-45-0555	病院受付
永井医院	瀬戸田町瀬戸田 349-7	0845-27-0020	病院師長
松本病院	久保 3 丁目 14-22	0848-37-2400	地域連携室
村上記念病院	新浜 1 丁目 14-26	0848-22-3131	地域医療連携室
山本病院	高須町 735	0848-46-0634	地域連携室
よしはら内科外科 リハビリテーションクリニック	向東町 8681-1	0848-45-0007	病院受付

（50 音順）

*かかりつけ医と連携し、他の医療機関へ紹介する場合があります。

地域包括支援センター



センター名・連絡先	担当地域
尾道市 地域包括支援センター (尾道市新高山 3-1170-177) 尾道市立市民病院内 ☎0848-56-1212	山波町・尾崎町・尾崎本町・久保町・久保 1・2・3 丁目・防地町・東久保町・西久保町・新高山 1・2・3 丁目・十四日町・長江 1・2・3 丁目・東御所町・西御所町・三軒家町・天満町・潮見町・日比崎町・十四日元町・土堂 1・2 丁目・東土堂町・西土堂町
尾道市 北部 地域包括支援センター (尾道市御調町市 107-1) 御調保健福祉センター内 ☎0848-76-2495	御調町・美ノ郷町・木ノ庄町・原田町
尾道市 西部 地域包括支援センター (尾道市門田町 22-5) 社会福祉協議会内 ☎0848-21-1262	新浜 1・2 丁目・吉浦町・古浜町・手崎町・正徳町・東元町・吉和西元町・福地町・沖側町・神田町・吉和町・栗原東 1・2 丁目・栗原西 1・2 丁目・栗原町・東則末町・西則末町・桜町・門田町・平原 1・2・3・4 丁目・久山田町
尾道市 東部 地域包括支援センター (尾道市東尾道 4-4) バイタウン尾道組合会館内 ☎0848-56-0345	高須町・西藤町・東尾道・長者原・百島町・浦崎町
尾道市 向島 地域包括支援センター (尾道市向島町 5888-1) 向島福祉支援センター内 ☎0848-41-9240	向東町・向島町
尾道市 南部 地域包括支援センター (尾道市因島中庄町 1955) 介護老人保健施設ピロードの丘内 ☎0845-24-1248	因島土生町・因島田熊町・因島三庄町・因島中庄町・因島大浜町・因島重井町・因島鏡浦町・因島外浦町・因島椋浦町
南部地域包括センター 瀬戸田 支所 (尾道市瀬戸田町林 1288-7) 瀬戸田福祉保健センター内 ☎0845-27-3847	因島原町・因島洲江町・瀬戸田町





協力機関一覧 尾道市医師会・因島医師会
尾道市歯科医師会・因島歯科医師会
尾道薬剤師会・因島薬剤師会
尾道地区訪問看護ステーション連絡協議会
尾道市介護支援専門員連絡協議会

企画・編集 尾道市福祉保健部高齢者福祉課
尾道市内地域包括支援センター
尾道市地域包括ケア連絡協議会

<問い合わせ先>

尾道市役所 高齢者福祉課 高齢者福祉係

電話 0848-38-9137

FAX 0848-37-7260