

我が家で安心 在宅療養

豊田市在宅療養ガイドブック



はじめに

みなさんは、住み慣れた自宅で医療・福祉サービスを受けながら生活を送ったり、人生の最期を迎える、在宅療養についてご存知ですか？

いま、例えば、がんや認知症といった病気や障がいのある方も、住み慣れた自宅で過ごすことを望まれ、病院に入院する代わりに、自宅等の住まいで医療や福祉サービスを受けながら生活をしたり、人生の最期も自宅等で迎える、「在宅療養」を選択する方が増えています。

豊田市が令和4年度に実施した調査では、市民の約7割の方が自宅等で人生の最期を迎えたいと考えています。

現在、豊田市では、医療・福祉関係機関と共に、市民のみなさんが安心して在宅療養生活を送ることができる体制の構築に向け、取組を進めています。

この冊子は、市民のみなさんが、医療・福祉サービスが必要となった時の療養生活や人生の最期について考えるとき、在宅療養を選択する際の考え方や相談場所、市内のサービス情報等、必要なことをまとめたものです。

この冊子を通じて大切なご家族やご自身が、病気で長期の療養を必要としたり、病気で人生の最期を迎える時に、あるいは障がいのある方が、自らの意思で最善の選択をするための手引として活用していただくことを目的として作成しました。

豊田市

在宅療養について紹介します

- こんなお悩み抱えていませんか？ 3P
- 在宅療養を支えるプロフェッショナルチーム 5P
- 在宅療養の実際
 - ～脳血管疾患の方の在宅療養生活～ 7P
 - ～認知症の方の在宅療養生活～ 9P
 - ～がん末期の方の在宅療養生活～ 11P
 - ～医療的ケアが必要な障がい児・者の在宅療養生活～ 13P
- 在宅療養にかかる費用 15P
- 看取りについて考えよう 17P
- 人生会議に取り組もう 19P

在宅療養を支えるメンバーを紹介します

- 医師（訪問診療） 21P
- 看護師（訪問看護） 22P
- 歯科医師（訪問歯科） 23P
- 薬剤師（訪問服薬指導） 24P
- 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士
（訪問リハビリテーション） 25P
- 介護支援専門員（ケアマネジャー） 26P
- （障がい者）相談支援専門員 27P

在宅療養の相談先を紹介します

- 地域包括支援センター 29P
- 在宅相談ステーション 31P
- 豊田市成年後見支援センター 32P
- 障がい者相談支援事業所 32P

福祉に関する困りごとについて相談先がわからないときは

- よりそい支援課 33P
- 健康と福祉の相談窓口 33P

こ ン な お 悩 み

抱えていませんか？

健康な方

今は元気だけど、将来、在宅療養を希望した時はどうしたらよいのだろう・・・

医療や介護が必要になっても
自宅で暮らせるの？
イメージがわからない。

年金暮らしで経済的に心配。
在宅療養にはどれぐらい費用
がかかるのだろう？



自宅で療養することは可能です。
様々な病気が原因での在宅療養生
活をご覧ください。【7-14P】

自己負担額は1割～3割です。
標準的な負担額をご紹介します。
【15-16P】

病院から退院される方・通院中の方 ・障がいのある方

自宅での療養生活はどうしたらよいのだろう・・・

障がいのある息子。
どのように自宅で過ごして
いくのがよいのだろう？

退院先の自宅では一人暮らし。
本当に、家に帰れるのだろうか？



高齢のご夫婦、単身世帯の方、障がいのある方も在宅療養生活を送ることが可能です。まずは相談をしましょう！

在宅療養を支える職種については【21-27P】、介護保険の利用や生活を支える福祉サービスについては、介護保険ガイドブックをご活用ください【28P】。

地域包括支援センター等、各種相談窓口は【29-33P】をご覧ください。

在宅で療養生活を送っている方

家で看取る・看取られる（最期を迎える）ためにはどうしたらよいのだろう・・・

お母さんの病気は今後どうなるんだろう？できるなら家で看取ってあげたいなあ。



このまま住み慣れた自宅で最期を迎えたい。今のうちに、いざというときのことを考えておきたい。



末期がんでも、痛みを緩和しながら自宅で看取ることができます。まずは在宅緩和ケアの実際をご覧ください。【11-12P】

ご自身の希望する暮らし・最期についてイメージをして、わたしのノート(スタート編)を書いてみましょう。【17-20P】

病院への通院が大変になってきた。一人暮らしだし、動けなくなったらどうしよう。



在宅療養では

病気を抱えた方、ご高齢の方、障がいのある方が住み慣れた自宅で、医師や看護師、ホームヘルパー等様々な職種に支えられながらいつまでも自分らしく、療養生活を送ることが可能です。

豊田市では、このガイドブックのほかにも、在宅療養を分かりやすく紹介した映像を配信しています。



映像はこちらをご覧ください



在 宅 療 養

を支えるプロフェッショナルチーム

豊田市では、在宅医療と福祉を連携させて安心して療養生活を送ることができるまちを目指しています。医療・福祉の専門職は、それぞれのサービスの提供だけでなく、関係機関が連携を図りながら、チームでみなさんの在宅療養を支援します。

地域包括支援センター
障がい者相談支援事業所
在宅相談ステーション
29～33P



相談

医療や福祉に関する
相談窓口です。



ケア マネジメント

医療・介護のとりまとめ役です。
一人一人のケアプランの作成をします。

訪問（医療）

ご自宅に伺い医療を
提供します。



医師
(訪問診療)
21P



薬剤師
24P



歯科医師
23P
歯科衛生士



理学療法士
作業療法士
言語聴覚士
25P



訪問看護師
22P

訪問（介護）

ご自宅に伺い
介護サービスを提供します。



ホームヘルパー



訪問入浴介護



福祉用具貸与・購入
住宅改修



後方支援病院

急な容態変化時に入院を受け入れ、在宅医療を支えます。

特別養護老人ホーム
介護老人保健施設
介護医療院
グループホーム
有料老人ホーム



施設入所

自宅だけでなく施設で暮らすという選択肢もあります。



短期入所

短期間施設に入所して各種サービスを受けます。



障がい福祉サービス

生活、就労、相談等、障がいのある方を支えるサービスです。



(障がい者)
相談支援専門員
27P

通所

日中に施設に通って各種サービスを受けます。



障がい福祉サービスに関する相談先は32Pをご覧ください。



デイサービス



通所
リハビリテーション



介護の情報は豊田市の
介護保険ガイドブック
をご覧ください。



脳血管疾患の方の在宅療養生活

①発症・急性期の治療

脳出血や脳梗塞、クモ膜下出血等が原因となる脳血管疾患は、突然発症することが多く、意識の消失、体や顔面の麻痺等が見られます。病院に入院し、急激な症状に対する治療（急性期治療）を受ける必要があります。



②回復期の治療

病状が安定してきたら、リハビリを行うための病院への転院をすすめられます。

回復期リハビリテーション病院では、歩行等の身体機能の回復を図るとともに、自宅での生活に向けた日常生活の訓練を行います。



転院や退院が不安・・・

どこに相談したらいいの？

多くの病院には、退院を支援する窓口（医療連携室や地域連携室等）が設置されています（病院によっては病棟看護師が担当することもあります）。

窓口では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や利用するサービスについて、在宅医療を提供する医師や訪問看護師、ケアマネジャー等と調整を行います。

また、病院以外でも地域包括支援センターでは、介護保険や福祉サービスの利用も含めた総合的な窓口として、ご相談に対応しています。



**地域包括支援センター等、各相談窓口は29～33P
をご覧ください**

③退院へ向けた準備

退院後も自宅で医療や福祉サービスを受ける必要がある場合、安心して在宅で生活を送るために入院中から準備を行います。

例えば、ベッドや手すりの設置といった自宅の住環境の整備をします。
*介護保険の給付は、退院後に対象となります。



④住み慣れた自宅での生活（生活期）

医療や福祉サービスを利用することで安心して自宅での生活を送ることができます。

また、機能維持や自立に向けたりハビリテーションを受けながら、趣味や旅行を楽しむこともできます。



退院してから困らないように 退院準備のためのポイント

入院している病院の担当者と、退院後に在宅療養を支える支援者と共に、主に以下の内容について、相談をしながら準備を進めていきます。

- ① ご本人やご家族がどのような生活を希望するか、病院の退院を支援する窓口や地域包括支援センターなどに相談する。
- ② 脳血管疾患は再発を起こしやすいため、生活における注意事項（食事や服薬等）を確認する。
- ③ 介護保険を申請し、ベッドやトイレの手すり、段差の解消、入浴のためのイス等の生活環境を整える。
- ④ 入浴や食事の介護、家事の支援等の介護体制を整える。
- ⑤ 医療処置（吸引・経管栄養等）が必要な場合や、一人での通院が困難な場合は、訪問診療、訪問看護及び訪問薬剤師等の医療体制を整える。

認知症の方の在宅療養生活

①気づき～疑い (境界状態)

約束を忘れてしまったり、初めての土地への旅行や、複雑な作業で戸惑うことが起きたりします。

しかし、地域や家族の一員として、生きがいを持った生活を送ることができます。



②見守りがあれば 日常生活は自立 (軽度)

同じことを何回も言ったり聞いたり、同じ物を繰り返し買ってしてしまうことが増えたりします。

しかし、早期に診断を受け、周囲の理解と適切な支援を受けることで、心安らかな生活を送ることができます。



これって“もの忘れ”？

どこに相談したらいいの？

不安なことや気になることがあれば、**かかりつけ医**や**地域包括支援センター**に相談しましょう。

①かかりつけ医

かかりつけ医は、心身の健康チェックや認知症の日常的な治療を行います。認知症が疑われる場合、まずはかかりつけ医に相談しましょう。その後、必要に応じて認知症の専門医療機関等と連携し対応します。

②地域包括支援センター

地域包括支援センターの認知症地域支援推進員が、認知症に関するご本人や、ご家族からのご相談にのっています。また、早期診断・早期対応に向け、認知症のご本人やご家族へ早期にかかわる必要がある場合は、複数の専門職で構成する「豊田市認知症初期集中支援チーム」とも連携して対応します。



地域包括支援センターについては29Pをご覧ください

これってもの忘れ？気になった際はご覧ください。
豊田市HPへのリンク⇒



③日常生活に 手助け・介護が必要 (中等度)

買い物を一人ですることができなくなったり、季節にあった服が選べなかったり等、身の回りのことができなくなり、手助けや介護が必要になります。

日常的には、適切な介護サービスを利用することで、地域や自宅で安心した生活を送ることができます。



④常に介護が必要 (重度)

話し言葉は短くなり、理解できる言葉が限られ、意思表示が難しくなります。また、歩行、着座、笑う能力が失われ、表情も乏しくなります。

食事や入浴等の介護サービスを受けながらの生活になります。これまで大切にしてきた趣味や嗜好が尊重されたケアを受けることで穏やかな生活を送ることができます。



認知症とは？

認知症とは、いろいろな原因で認知機能（情報を分析したり、記憶したり、思い出したりする機能）が低下し、様々な生活のしづらさが現れる状態を指します。その人がその人らしく生活することができるよう、周囲の人はご本人の尊厳を大切に接することが重要です。

適切な治療を早い段階で行うことで、症状の進行を遅らせたり、新たな症状の出現を予防することができるといわれています。

また、認知症等で、判断能力が十分ではない方の権利を保護し、支援する成年後見制度については、豊田市成年後見支援センターで相談できます。



成年後見制度については20P
成年後見支援センターについては32Pをご覧ください

認知症の情報は**とよた認知症あんしんガイド**をご覧ください。
豊田市HPへのリンク⇒



がん末期の方の在宅療養生活

①退院

病院での治療後、退院が決定する前から在宅療養への準備をします。

点滴等の医療処置が必要な場合は、訪問診療、訪問看護及び訪問薬剤師等のサポートが受けられるように療養環境の準備を行います。

②終末期 (6～3か月前)

徐々に体が弱まり、仕事や家事等ができなくなることが増えてきます。

しかし、痛みの緩和によって自分らしい生活を送ることが出来ます。



自宅での緩和ケア

住み慣れた自宅で、自分らしく生きることを目指せるのが、在宅における緩和ケアです。緩和ケアは、通院で受けることもできますし、自宅で受けることもできます。訪問診療や訪問看護、地域の調剤薬局等の医療と介護の両側面から支援があることで、最期まで自宅で安心して過ごすことも可能です。

急変時の意思表示

在宅療養生活では、実際に病状が急変した時に、ご本人の望まない医療処置（延命処置等）が行われてしまうことがあります。そのため、ご本人・ご家族、医療や介護のスタッフで、急変時の対応について、あらかじめ話し合っておくことが重要です。

意思表示の方法として「わたしのノート(スタート編)」があります。一度、今後についてご家族と話し合ってみてはいかがでしょうか。

➡ **在宅療養を支える
メンバーについては
21～27Pをご覧ください**

➡ **わたしのノート(スタート
編)については20Pをご覧
ください**

③ 終末期 (3～1か月前)

別れの兆候として、人との関わりが少なくなり、社会から身を引くようになります。

食欲が低下し、一日中うとうとと眠っている時間が長くなります。



④ 終末期 (2週間～1週間前)

多くを眠って過ごし、刺激で目覚めることも難しくなります。しばしば幻覚や錯覚が見られ、現実と夢が錯綜することがあります。

身体的には血圧の低下、心拍数の増加、体温や呼吸の変化が見られ、手足が冷たくなったり、たんが増えたりします。

⑤ 終末期 (数日～数時間前)

血圧の低下、心拍数の増加、呼吸のリズムがさらに不規則になったりします。次の呼吸が始まるまでに10秒から30秒かかることもあります。たんがさらに増え、絡むことで、喉元でゴロゴロと大きな音がすることがあります。

手足が紫色になり、ひざや足首に斑点が現れ、間隔の長い呼吸になると、「旅立ちの時」が近づいてきます。



医療的ケアが必要な障がい児・者の在宅療養生活

①小児期の特徴 (0～6歳)

周産期における脳障がい等により、手足にマヒが出たり、酸素投与や気管切開、経管栄養等が必要になることがあります。

障がいのあるお子さんが通いながら身体や言葉の発達を伸ばす「療育」や、親と子の関わり方を学んでいくことができる「児童発達支援」を利用することもできます。



②学童期の特徴 (7～17歳)

地域の学校や特別支援学校に通って、友達と一緒に勉強をし、障がいに合わせた教育を受けます。

食事のときに、口から食べるのが難しい場合は、胃に管を通して、お腹から直接ご飯が食べられるようにする「胃ろう」の手術を受ける人もいます。



医療的ケアって何？

医療的ケアとは、日常生活に必要とされる医療的な生活援助行為のことを言います。医学の進歩を背景にして、医療機器をつけてサポートをすれば生活できる方が増えてきています。代表的な医療的ケアには以下のようなものがあります。

①経管栄養…嚥下機能の障がい等により、口から食べ物を食べられない方に、お腹に穴をあけたり（胃ろう・腸ろう）、鼻からチューブを通す等をして、胃に直接栄養を入れることを言います。

②かくたん吸引…障がいによりたんを出すのがうまくいかなかったり、気管切開をしている場合に、呼吸が楽にできるように、喉や気管カニューレの中からたんを吸引することを言います。

③成人期の特徴 1

成長とともに体力もついてくる時期です。

昼間は、たんの吸引等必要なケアを受けながら、創作活動や音楽を楽しんだり、食事や入浴等本人の障がいや体調に合わせた活動ができる「生活介護」を利用し、仲間と一緒に活動を楽しんだり、訓練を受けて就労したりします。



④成人期の特徴 2

加齢とともに体力の衰えが出てきます。重度の障がいのある方の場合、老化現象が早期に現れやすいです。

人工呼吸器の使用の検討等が必要になることもあります。



障がい児・者が受けられるサービスについて

入浴、排せつ、食事等の介護を自宅で行う訪問サービス、デイサービスや就労のための訓練をする日中活動サービス、施設に入所したり介護を受けながらグループホームで共同生活をする居住サービスがあります。また、子どもの発達を促す児童発達支援や放課後等デイサービス等があります。

このほか、介護者のレスパイト（休息）のために、障がい児・者を一時的に施設や病院に預ける短期入所もあります。



**サービスの利用に関する相談先は
32Pの障がい者相談支援事業所を
ご覧ください**

在宅療養にかかる費用

自宅で療養生活をする場合、多くの方は在宅医療と介護サービスを利用します。在宅医療には訪問診療、訪問看護、訪問歯科診療や、薬剤師による訪問服薬指導と薬剤費等がかかり、これらは医療保険（一部介護保険）で賄われ、ご本人の所得等に応じた自己負担分を支払います。

介護サービスには訪問介護、訪問看護、リハビリ、ショートステイ等様々なサービスがあり、これらは介護保険で賄われ、ご本人の所得等に応じた自己負担分を支払います。介護保険の費用は要介護度とケア内容によって異なります。

訪問診療

月1回または2回、自宅で訪問診療を受ける場合の費用負担の目安です。

その他、居宅療養管理指導（介護保険）・薬・検査・処置・注射の費用や交通費などがかかります。訪問診療をする診療所や病院の機能、ご本人の住まい（自宅・施設）や病状によって費用は異なります。

負担割合	標準的な負担額		往診
1割	月1回	約2,700～3,700円	720円／回
	月2回	約3,700～6,500円	
2割	月1回	約5,400～7,400円	1,440円／回
	月2回	約7,400～13,000円	
3割	月1回	約8,100～11,100円	2,160円／回
	月2回	約11,100～19,500円	

訪問看護

週1回の訪問看護と急変時の24時間対応体制がついた、訪問看護サービスを受ける際に必要となる1か月あたりの標準的な負担金額です。

費用は保険の種類や頻度、訪問看護ステーションの機能、ご本人の病状によって異なります。

保険	標準的な負担額
医療保険（1割負担）	約4,500円
医療保険（2割負担）	約9,000円
医療保険（3割負担）	約13,500円
介護保険（1割負担）	約4,200円
介護保険（2割負担）	約8,400円
介護保険（3割負担）	約12,500円

訪問歯科診療

医療保険・介護保険1割負担の方が訪問歯科診療を自宅で受けた場合の一人分の費用負担の目安です。

診療費	治療費	指導費
1,100円/回	（医療保険1割負担） 診療内容による	（介護保険1割負担） 361～877円/回

訪問服薬指導

ご本人の居住地（自宅・施設）や病気、収入によって費用は変わります。またお薬に費用が別途必要です。

保険	訪問して薬を管理する場合
医療保険（1割負担）	約290円～900円/回
医療保険（2割負担）	約580円～1,800円/回
医療保険（3割負担）	約870円～2,700円/回
介護保険（1割負担）	約341円～665円/回
介護保険（2割負担）	約682円～1,330円/回
介護保険（3割負担）	約1,023円～1,995円/回

医療保険の1か月当たりの自己負担限度額 （令和4年10月から）

- 注1 自己負担限度額を超えた場合は、超えた分が高額療養費として支給されます。
- 注2 住民税非課税世帯の場合、自己負担限度額は8,000円です。
- 注3 上限額は年収により異なり、また世帯ごとの上限額のみです。
- 注4 加入されている健康保険、ご年齢によって自己負担限度額は異なります。国民健康保険に加入されている方は国保年金課、それ以外の方は加入している健康保険組合等にお問い合わせください。

負担割合	保険の種類	自己負担限度額 外来（個人単位） 注1
1割 2割	後期高齢者 医療制度	18,000円 注2
3割	後期高齢者 医療制度	年収により 異なります 注3
2～ 3割	国民健康保険 社会保険	注4
—	福祉医療費 助成制度	なし

介護保険の1か月当たりの利用限度額と自己負担

介護保険サービスを利用した場合の費用については、原則として利用料の1割（所得によっては2～3割）が自己負担額となります。要介護度に応じて利用できる金額に上限（限度額）が設けられています。

限度額を超えたサービス利用分は、全額自己負担となります。

詳細については、市で発行している「介護保険ガイドブック」をご覧ください。

要介護度	利用限度額 の目安	自己負担 (1割負担の場合)
要支援1	約50,030円	約5,003円
要支援2	約104,730円	約10,473円
要介護1	約166,920円	約16,692円
要介護2	約196,160円	約19,616円
要介護3	約269,310円	約26,931円
要介護4	約308,060円	約30,806円
要介護5	約360,650円	約36,065円

看 取 り について考えよう

自宅で看取る・看取られるということ

私は最期まで自宅で暮らしたい

みなさんが病気を抱えていても、「最期まで自宅で暮らしたい」と思ったら、まずはご家族、かかりつけ医やケアマネジャーと相談をしましょう。訪問診療や訪問看護等の医療や福祉サービスを利用しながら在宅療養生活を送ることができます。

在宅療養生活を続けていくと、食事の量が減り、寝ている時間が長くなる等、生活をしていくための体の機能が徐々に低下していきます。最期の時が近づいてくると、かかりつけ医からご家族に、最期の時期が近づいていることの説明や、看取りの際の対応の仕方の説明があります。

症状の経過は人それぞれ違いますが、旅立ちの時が近づくと、次のような症状が現れます。

- 1 うとうと眠る時間が増える
- 2 名前を呼んでも反応しない
- 3 昏睡状態が続いている
- 4 血圧が下がった状態が続く
- 5 手足が冷たくなる
- 6 たんが絡むようになる
- 7 おしっこの量が極端に減る
- 8 意味不明なことを言ったりする
- 9 呼吸が細く不規則になり、10～30秒ほど呼吸が止まる

これらの症状は、人生の幕を引くための準備であり、誰にでも起こり得る自然なことです。

徐々にご本人の反応が乏しくなったり、呼吸が不規則になってきます。ご家族はご本人の意思を尊重しながら、主治医や介護の担当者に相談しましょう。そしてご本人と一緒に最期の時を在宅で支えてあげましょう。



絶対に、自宅で療養しなければならないの？

そのようなことはありません。自宅で療養するか、施設で療養するかについての選択はご本人自身が決めることです。

人生の最期を、どこで、誰と、どのように過ごしたいか、というご本人の希望を叶えるために、医療・介護のケアに関わる様々な職種が存在しています。ご本人の気持ちを一番に、最適な選択を考えてみてください。

いざ看取りになったとき、どうしたらいいの？

まず、自宅で看取りを希望する際は、主治医と事前に相談しておきましょう。

ご本人の呼吸が止まりそうになっても（あるいは止まっても）、慌てる必要はありません。在宅療養生活の最期を看取るのはご家族であることがほとんどです。安らかに看取ってあげましょう。もちろん心細い場合は、呼吸が止まった時刻を覚えておいて、主治医または訪問看護師に連絡してください。もし、真夜中にお亡くなりになっても、夜が明けてから主治医に連絡していただいても遅くなく、問題はありません。ゆっくりとご家族だけの大切なお別れの時間を過ごしてください。

<看取りの際に主治医は立ち会わなくてもよいのか？>

主治医が臨終の場に間に合わなくても、これまでの病気の経過が明確で、その病気で亡くなったことが明らかであれば、主治医が到着する前に呼吸が停止しても、法律的な問題はありません。主治医によってきちんと死亡診断書が発行されます。

人生会議に取り組もう

誰もが自分らしく生きるために・・・ 「人生会議」とは何か？

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。命の危険が迫った状態になると、約70%の人が、医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。自ら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を事前に周囲の人たちと話し合い、共有することが重要です。この取組をアドバンス・ケア・プランニング（通称：人生会議）といいます。

将来、あなたが病気になり長期療養が必要になったり、介護が必要になった時のあなたの希望や考えを、ご家族や医療関係者に事前に伝えることで、あなたや周りの人にとっても満足のいく治療やケアを受けることができます。

人生会議の進め方

1.大切にしていることは何かを考える

2.信頼できる人(代弁者)は誰か考えてみる

気持ちは変わりやすいので
何度でも繰り返し考え
話し合うことが大切です

4.話し合った内容を
周りの大切な人たちに
伝えてみる

3.信頼できる人(代弁者)
と話し合ってみる

代弁者とは、もしもの時にあなたの意思を推定し、あなたの代わりとなって受ける治療や介護について話し合ってくれる人のことです。

延命治療はする？
救急車は？

もし自分の力で
食べられなくなったら？
胃ろう？

最期はどこで？
自宅？施設？病院？

自分で決められなくなっ
たら？誰にお願いする？

お葬式やお墓
資産はどうする？

がんの告知は？
して欲しい？欲しくない？



人生会議に活用できるツール

豊田市では、市民のみなさんが住み慣れた地域で、自分らしく生きることの手助けになることを願って、人生会議の取組ツールとして、「わたしのノート(スタート編)」と「わたしのノート」を作成しました。

このノートには「いざというときにこうしてほしい」、「こうして生きていきたい」といった内容から、残された家族への思い、お葬式やお墓のことなどを記入して、もしものときに自分の意思を伝える際に役立てることができます。

わたしのノート(スタート編)

初めて取り組む方におすすめ



豊田市HPから
ダウンロードで
きます。



わたしのノート

多くのことを記入したい方におすすめ



豊田市成年後見支
援センターHPから
ダウンロードでき
ます。



豊田市成年後見支援センターについては32P
をご覧ください

成年後見制度について

認知症等で、判断能力が十分ではない方について、ご本人の権利を守る援助者（成年後見人等）を選ぶことで、ご本人を法的に支援するための制度です。成年後見制度には「法定後見制度」と「任意後見制度」があります。

「法定後見制度」

判断能力が不十分になった後、家庭裁判所が選任した成年後見人が、ご本人の利益を考えながら、意思決定支援を行います。ご本人に代わり在宅療養に必要なサービス等の手続きや、必要な支払いなどの金銭管理をします。

「任意後見制度」

ご本人が十分な判断能力があるうちに、将来、判断能力が不十分な状態になった場合に備えて、あらかじめ自らが選んだ代理人に介護保険サービス等の手続きや、財産の管理等に関する代理権を与える契約を、公証人の作成する公正証書で結んでおくというものです。



医師（訪問診療）

在宅医療は、医師がみなさんの自宅や入居施設に訪問して、診察や治療を行うことです。医師は、定期的に訪問する「訪問診療」と、患者さんやご家族の求めに応じて訪問する「往診」を行います。

訪問診療とは



通院が困難で、かつ継続的な診療が必要な患者さんに、定期的・計画的に医師がご自宅を訪問し診察します。通常は月1回～状態に合わせた頻度で定期的に訪問し、診察・治療・薬の処方・療養上の相談・指導等を行います。

往診とは



急な病状変化（発熱等）に対し、訪問診療とは別に、患者さんやご家族からの求めに応じて、不定期に行われる在宅医療です。

例：急に熱が出たので診察に来てほしい。

かかりつけ医に相談しましょう

「かかりつけ医」とは、あなたやご家族の健康状態を把握し、親身になって診察してくれる医師のことです。病気になってしまったときはもちろん、持病のある方や、家族の日常の健康管理のためにも、とても頼りになる存在です。病院での検査、治療や入院が必要と判断したときには、適切な病院を紹介してくれます。在宅医療の相談も、日頃からあなたやご家族のことをよく知っている、**かかりつけ医にまず相談**してください。

豊田市では「**かかりつけ医・かかりつけ歯科医ガイドブック**」を作成しています。このガイドブックでは、市内の診療所を地区別、町名順に掲載し、その診療科目、電話番号をまとめています。

「かかりつけ医ガイドブック」は、豊田市ホームページや、豊田市役所、支所・出張所等で入手することができます。



かかりつけ医が訪問診療に対応していないなど、相談先がわからないときは「在宅相談ステーション」にご相談ください

在宅相談ステーション
☎0565-33-7773



在宅相談ステーションに
ついては31Pをご覧ください



看護師（訪問看護）

訪問看護とは、訪問看護ステーションなどから、主治医の指示を受け、看護師・准看護師・保健師がみなさんのご自宅に訪問し、療養上のお世話や、必要な診療の補助を行うサービスのことです。

訪問看護で行うこと

- ・健康状態の観察（血圧、体温、脈拍、呼吸などの病状チェックと体調管理）
- ・日常生活の看護（身体の清拭、洗髪、入浴介助、食事や排せつのケア等）
- ・医療処置（床ずれ・経管栄養・人工肛門・膀胱留置カテーテルの管理、点滴、注射、吸引、服薬管理等）
- ・医療機器の管理（在宅酸素療法、人工呼吸器等の管理、腹膜透析の管理）
- ・リハビリテーション（日常生活の動作の訓練、指導）
- ・精神疾患や認知症の看護（服薬管理、ご家族の介護の相談・介護方法のアドバイス等）
- ・終末期の看護（最期まで自宅で過ごせる支援、看取りのケア等）
- ・在宅療養環境改善のアドバイス（生活環境や福祉用具のアドバイス等）
- ・介護者の相談・支援（専門的な知識からの様々な相談対応等）
- ・緊急時の対応（24時間体制）

訪問看護を利用するには？

訪問看護は医療保険、介護保険で利用することができ、いずれもかかりつけ医の「指示書」が必要です。利用を希望する場合には、**かかりつけ医、地域包括支援センター、ケアマネジャー、又は直接、訪問看護ステーションにご相談**ください。入院されている方は、病院の医療相談室にご相談ください。



**地域包括支援センター等、各相談窓口は29P～
をご覧ください**



歯科医師（訪問歯科）

訪問歯科診療とは、通院が難しい方に対して歯科医師や歯科衛生士がみなさんのご自宅を訪問して治療・指導等を行うことです。

訪問歯科診療で行うこと①



歯科医院で行っている「むし歯や歯周病の治療」、「入れ歯の製作・調整」や「口腔のケア」をご自宅で行います。治療を行うことで、よく噛んで食べられるようになります。また、お口の中をきれいにすることで、むし歯や歯周病、誤嚥性肺炎等のリスクを低下させることができます。

訪問歯科診療で行うこと②



食べ物を飲み込んだりすることが難しい方に対し、口腔機能低下の場合には、その程度を評価した上で、食べやすく飲み込みやすい食事についてのアドバイス等を行います。

なお、口腔のケア及び口腔機能低下の評価・治療はその専門性のため、すべての歯科医療機関で受けられるものではありませんので、ご確認ください。

訪問歯科を利用するには？

豊田加茂歯科医師会では、積極的に訪問歯科診療を推進しています。まずは「在宅相談ステーション」にご相談ください。

在宅相談ステーション
☎0565-33-7773



在宅相談ステーションに
ついては31Pをご覧ください



薬剤師（訪問服薬指導）

医師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、期待する効果は望めません。訪問服薬指導とは薬剤師が直接、ご自宅に伺って、お薬を適切に飲めるようにお手伝いをすることです。

訪問服薬指導で行うこと

訪問服薬指導は、薬剤師がご自宅に伺って、お薬に関する不安や疑問を解決します。訪問診療等を利用していない通院のみの方も利用可能です。

訪問服薬指導では、次のことを行います。

- ① きちんとお薬を飲めているか、飲み残し等はないか、について確認します。
- ② 複数の医療機関から出ている薬や、普段使っているサプリメントとの飲み合わせ等について問題がないか確認します。
- ③ 自宅や施設内でのお薬の管理方法について、確認し相談に乗ります。
- ④ お薬や医療に関する質問に対してお答えします。

訪問服薬指導を利用するには？

訪問服薬指導をご利用されたい時は、**お薬をもらっている薬局の薬剤師にご相談**ください。

薬剤師への連絡先は、お薬の袋・お薬手帳等に記されております。ご相談先にお困りの場合は、豊田加茂薬剤師会事務局へご相談下さい。

豊田加茂薬剤師会

☎0565-47-2131



理学療法士・作業療法士 言語聴覚士

(訪問リハビリテーション)

訪問リハビリとは、リハビリ専門職が、みなさんのご自宅を訪問し、家の中でリハビリ支援を行います。

訪問リハビリテーションで行うこと① 理学療法士の訪問



脳血管障がい等の病気や、骨折等のケガをした方に、運動や歩き方を指導したり、機能回復や維持のお手伝いをします。
また、身の回りの動作がしやすいように、福祉用具の選定・活用方法や住宅改修のアドバイスを行います。住宅改修後、転倒予防目的のため動作指導を行います。

訪問リハビリテーションで行うこと② 作業療法士の訪問



様々な理由で身体や心に障がいのある方に、身の回りの動作や家事動作、社会への参加などを目指し、練習を行います。
さらに、ご自宅で生活しやすいようご家族に介助方法を指導し、援助を行います。

訪問リハビリテーションで行うこと③ 言語聴覚士の訪問



様々な理由で言語（話すこと）や嚥下（食べること）に障がいのある方に、障がいのある機能の評価に基づき、機能の維持向上のための検査や訓練等を行います。
ご本人だけでなくご家族に対しても指導と助言を行い、コミュニケーション、嚥下に関する軽減、改善を目指します。

訪問リハビリテーションを利用するには？

訪問リハビリは、医療保険・介護保険のどちらでも利用でき、いずれもかかりつけ医の「指示書」が必要です。利用を希望する場合には、**かかりつけ医、地域包括支援センター、ケアマネジャーに相談**しましょう。



**地域包括支援センター等、各相談窓口は29P～
をご覧ください**



介護支援専門員 (ケアマネジャー)

ケアマネジャーは介護が必要な人と、福祉・医療・保健のサービスとを結ぶ懸け橋の役割を担います。要介護認定を受けた人が望む療養ができるように、ケアプランを立案します。

ケアマネジャーが行うこと① 要介護者の課題の把握

ご本人やご家族から話を聞き、今後の生活を一緒に考えます。療養のために必要なことや、ご本人やご家族の困りごとは何か、できることとできないことは何か、などについて確認をします。

ケアマネジャーが行うこと② ケアプランの作成

ご本人の状態や要介護度に合わせて、療養のために必要なサービスを組み合わせ、ケアプランを作成します。できるだけ自立した生活を送れるように、生活の目標を立て、支援内容を検討します。

ケアマネジャーが行うこと③

サービス担当者やご本人、ご家族、医師、看護師等、療養に係る関係者を集めて支援の内容を具体的に話し合います。

サービス開始後も、ご本人の状態やご家族の事情に合わせて、ケアプランの見直しや変更を行います。

ケアマネジャーに相談するには？

居宅介護支援事業所に相談しましょう。自宅近くの事業所を探すには「介護サービス事業者ガイドブックハートページ」を参考にしてください。

豊田市役所や地域包括支援センターで入手できるほか、豊田市HPからご覧いただくことが可能です。





(障がい者) 相談支援専門員

相談支援専門員は、障がい児・者からの相談によって、困りごとを解決するための助言や支援をします。障がい児・者が望む暮らしが実現できるよう、総合的な支援計画を立案します。

相談支援専門員が行うこと① 現状の把握



障がい児・者やそのご家族から、「困っていること」等の現状と、将来、「どのような暮らしがしたいか」等の話を聞き、その実現に向けてどうしていったらよいかを一緒に考えます。

相談支援専門員が行うこと② 支援計画の作成



療養生活のために必要となる日中活動の場の確保や、ヘルパーや短期入所の福祉サービスの利用、訪問看護等生活に必要なサービスを組み合わせて生活を支えていけるように「サービス等利用計画、障がい児支援利用計画」を作成します。

相談支援専門員が行うこと③



障がい特性や配慮が必要な点等を、学校や企業等の関係機関に説明し、円滑に利用できるように環境調整等も行います。

相談支援専門員に相談するには？

相談支援事業所に相談しましょう。相談支援事業所を探すには、ガイドブックの32Pをご覧ください。か、「障がい福祉サービス事業所ガイド」を参考にしてください。



障がい者相談支援事業所については32Pをご覧ください

在宅療養をバックアップ！後方支援病院

後方支援病院は、在宅療養を担う医師が、患者さんが一時的に入院が必要と判断したときに、患者さんを受け入れる協力病院のことです。

後方支援病院があることにより、安心して在宅療養を受けることができる仕組みとなっています。豊田市では、在宅療養を担う医師に対し、後方支援病院の機能をお知らせしています。

後方支援病院利用の流れ



介護のことも知りたい！

豊田市の「介護保険ガイドブック」をご覧ください。

介護保険ガイドブックには、介護保険料や要介護認定の流れ、利用することのできる介護サービスについて分かりやすくまとめられています。

介護保険ガイドブックは豊田市役所や地域包括支援センターで入手できるほか、豊田市HPからもダウンロードすることが可能です。



急に体調を崩してしまった！

かかりつけ医やかかりつけ歯科医師がいない方が体調を崩してしまった場合は、豊田市で開設しているコールセンター「とよた急病子育てコール 24～育救さんコール～」で24時間365日医師や看護師等資格を持った人が相談に乗ってくれます。また、チャットボット形式でも、健康・医療に関する疑問についてお答えします。

とよた急病・子育てコール24
～育救(いっきゅう)さんコール～

毎日24時間

☎ 0120-799192

(な(やむ前に)きゅうきゅういくじ)



チャットボット
健康・医療相談

地域包括支援センター

どのようなことをするの？

地域包括支援センターは、高齢者のみなさんはもちろん、そのご家族や高齢者の近所にお住まいのみなさんもお相談いただけます。些細なことでもかまいませんので、困りごとや心配ごとは、まず地域包括支援センターにご相談ください。

① 総合相談支援業務：相談や悩みにお応えします。

高齢者のみなさんやご家族、地域の人からの相談や悩みにお応えし、情報の提供やサービスの紹介をします。介護や健康、認知症のことだけでなく、生活全般について何でもご相談ください。

また認知症については、早期診断・早期対応に向け、認知症のご本人やご家族へ早期にかかわる必要がある場合は、複数の専門職で構成された「豊田市認知症初期集中支援チーム」とも連携して対応します。

② 介護予防ケアマネジメント業務：自立して暮らせるよう支援します。

高齢者のみなさんが自立して生活できるよう、生活やサービスの利用等について助言・紹介する等、みなさんの身体の状態に合った健康づくりや介護予防の支援を行います。要支援1・2の人と、介護予防・生活支援サービス事業対象者のうちで必要な人に対しては、ケアマネジメントを行い、介護予防ケアプラン等を作成します。

③ 権利擁護業務：高齢者の権利を守ります。

安心して日常生活が送れるよう、高齢者のみなさんの権利を守る取組をします。成年後見制度の紹介や虐待の早期発見、消費者被害の未然防止等に対応します。

④ 包括的・継続的ケアマネジメント支援業務：地域の連携・協力体制を支えます。

高齢者のみなさんが住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、ケアマネジャーの指導・支援や、医療機関等の関係機関とのネットワークづくり等、地域のさまざまな機関・専門家と連携・協力できる体制づくりに取り組みます。

どこにあるの？

豊田市内には中学区ごとに、28か所に設置しています。統括・支援を豊田市基幹包括支援センターが行います。お住まいの地区を担当する地域包括支援センターについては右記の一覧をご覧ください。

地域包括支援センター名	電話	担当地区
ほっとかん地域包括支援センター	0565-36-3006	逢妻
ぬくもりの里包括支援センター	0565-68-2338	旭
社協包括支援センター	0565-32-4342	朝日丘
足助地域包括支援センター	0565-62-0683	足助
豊田福寿園地域包括支援センター	0565-45-5357	井郷
石野の里地域包括支援センター	0565-78-6711	石野
いなぶ包括支援センター	0565-82-2530	稲武
豊田地域ケア支援センター	0565-34-3209	梅坪台
ふくしの里包括支援センター	0565-65-1600	小原
地域包括支援センターかずえの郷	0565-21-6725	上郷
地域包括支援センター猿投の楽園	0565-45-3717	猿投
こささの里地域包括支援センター	0565-46-9677	猿投台
まどいの丘包括支援センター	0565-90-4335	下山
豊田厚生地域包括支援センター	0565-43-5022	浄水
みなみ福寿園地域包括支援センター	0565-24-5000	末野原
ひまわり邸地域包括支援センター	0565-33-0801	崇化館
わかばやし園地域包括支援センター	0565-51-1255	高岡
地域包括支援センターくらがいけ	0565-80-1244	高橋
ふじのさと包括支援センター	0565-76-5294	藤岡
地域包括支援センター藤岡の楽園	0565-75-1258	藤岡南
トヨタ地域包括支援センター	0565-24-0623	豊南
地域包括支援センター保見の里	0565-48-3004	保見
つつみ園地域包括支援センター	0565-51-5206	前林
地域包括支援センター益富の楽園	0565-41-7788	益富
笑いの家地域包括支援センター	0565-58-5152	松平
地域包括支援センターとよた苑	0565-87-3700	美里
ひまわりの街地域包括支援センター	0565-47-8158	竜神
みのり園地域包括支援センター	0565-53-6361	若園

在宅医療について相談しよう

豊田加茂医師会在宅相談ステーション ～おうちでねっと～

どのようなことをするの？

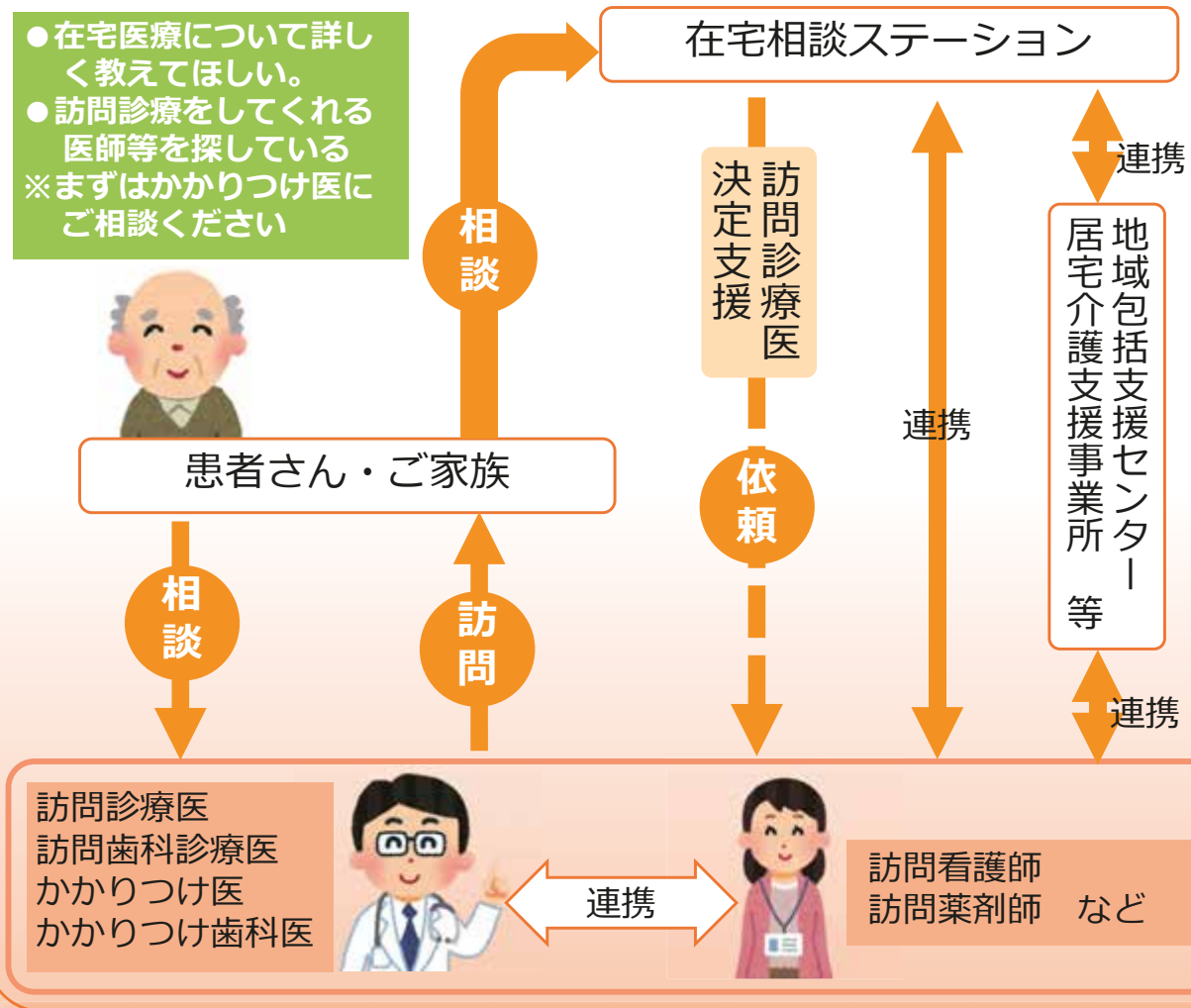
在宅相談ステーションは豊田加茂医師会が運営しています。
在宅医療に関する相談に、かかりつけ医・かかりつけ歯科医・訪問看護師、ケアマネジャー等の様々な支援者と連携しながら応じています。医療・介護・福祉関係者からの相談もお受けしています。

在宅医療にかかわる様々なご相談に応じます

例えば

- 在宅医療って具体的に何をしてくれるの？
- 在宅医療について詳しく教えてほしい。
- 住み慣れた自宅でゆっくり療養したい。自宅に訪問してくれる医師・歯科医師・看護師・薬剤師を探してほしい。

といったことがありましたら是非ご相談ください。



豊田市西山町3-30-1 (豊田加茂医師会館内)

☎0565-33-7773

受付時間 平日9:00～17:00 *年末年始等、医師会館休館日を除く

成年後見について相談しよう

豊田市成年後見支援センター

どのようなことをするの？

成年後見制度に関する相談を受け付け、各関係機関と連携しながら支援します。成年後見制度について、以下の取組をしています。

- ① 成年後見制度に関する相談支援（後見人への支援を含む）
- ② 成年後見制度を利用する際の申立支援
- ③ 成年後見制度に関する普及啓発（エンディングノート含む）
- ④ 法人後見

豊田市錦町 1 - 1 - 1（豊田市福祉センター内）

☎0565-63-5566

*日・月・祝日及び

受付時間 火～土8:30～17:15

年末年始はお休みになります

障がい福祉について相談しよう

障がい福祉に関する相談窓口

どのようなことをするの？

障がい福祉に関する各種相談のほか、関係機関と連携を図り、サービス利用等に関する支援等、地域で安心して生活するためのサポートをします。

事業所名	住所	電話
足助まめだ館	豊田市足助町東貝戸10	0565-62-1857
ON（オン）	豊田市長興寺10-36	0565-34-0737
オンリーワン	豊田市柿本町5-31-2	0565-28-0567
つえの里	豊田市横山町4-3-2	0565-31-3381
ハートランド	豊田市中根町男松80	0565-51-2327
ひかりの丘	豊田市宝町玉泉102-7	0565-24-2940
福祉センター	豊田市錦町1-1-1	0565-32-4341
光の家	豊田市高町東山7-44	0565-46-0234
むもん生活支援センター	豊田市高町東山7-43	0565-45-7883
りんく	豊田市元宮町6-19	0565-85-8184

相談先がわからないときは・・・

豊田市では、「福祉に関する困りごと」を誰に相談したらよいかわからない、福祉に関する問題をいくつも抱えていて困っている、といった場合でも、安心して相談していただける「総合相談窓口」を設置しています。

名称	場所	電話
よりそい支援課	市役所東庁舎1階	0565-34-6791
健康と福祉の相談窓口	上郷コミュニティセンター内	0565-21-0001
	猿投コミュニティセンター内	0565-45-1214
	高岡コミュニティセンター内	0565-53-2694
	高橋コミュニティセンター内	0565-80-0077
	松平コミュニティセンター内	0565-58-0001

<主な相談内容>

- ・相談先がわからなくて困っている。
- ・介護と子育ての同時負担など様々な理由で困っている。
- ・近所に心配な家庭や困っている様子の家庭がある。



など、相談内容は問いませんので、お気軽にご相談ください。
相談後は、各機関と連携して必要な支援を総合的に提供します。

M E M O

M E M O



我が家で安心 在宅療養

お問い合わせ

豊田市役所福祉部
地域包括ケア企画課

〒471-8501 豊田市西町3-60

TEL. 0565-34-6787

FAX. 0565-34-6793

E-mail hokatsu-care@city.toyota.aichi.jp

URL <http://www.city.toyota.aichi.jp/>

令和6年4月発行