

●左京区在宅医療・介護連携支援センターとは

高齢者の在宅医療と介護に携わる医師・専門職を対象とした支援機関です。

市内に8カ所あるセンターの一つで、京都市からの委託を受け一般社団法人左京医師会が運営しています。

在宅医療と介護に関する専門的な知識を持ったコーディネータが二人配置され、専門職からの相談に応じたり、連携支援のための様々な施策に取り組んでいます。

●主な役割は？

主に次の4つの項目に取り組んでいます。

- ・医療・介護関係者などからの相談
- ・地域の医療・介護資源の把握
- ・医療・介護の他職種を対象とした研修
- ・地域住民への普及啓発

●どのような相談に対応しているか？

実例の中から代表的な相談例を紹介します。

- ・末期がんの方への在宅診療してもらえる医師を紹介してほしい（病院連携室から）
- ・言語聴覚士が在籍されている訪問看護ステーションの情報がほしい（ケアマネジャーか

ら)

・骨折後特殊なりハビリを受けることができるリハビリ施設か病院について照会してほ

しい（医師から）

・往診してくれる泌尿器科の医師を紹介してほしい（地域包括支援センターから）

・精神科の処方と骨折治療の両方対応可能な病院を紹介してほしい（ケアマネジャーから）

・英会話のできるケアマネジャーを紹介してほしい（他府県の病院連携室から）

・他府県から転入の患者の介護保険手続きはどうしたらよいか（病院看護師から）

・虐待の疑いにより在宅復帰が難しい入院患者の入所先について（病院連携室から）

●医療・介護資源の把握とは具体的に

・『左京区医療機関・歯科医院・薬局・訪問看護ステーション』を作成し地域の医療機関・事業所に

配付しました。196カ所の病院・診療所、81カ所の歯科医院、66カ所の薬局、11カ所の訪

問看護ステーションの連絡先・診療時間などの基情報を網羅して令和3年3月に発行しました。

・ほかに居宅介護支援事業所のケアプラン空き情報の収集、主要病院の地域連携担当窓口の一覧

を作成し配布資料に付録するなど把握、情報共有に努めています。

●他職種を対象にした研修

医療と介護の他職種の方向けに様々な研修を企画し実施しています。直近の主な事例は以下のと

おりです。

- ・第28回地域連携懇談会「コロナ時代の医療と介護」（医師・介護関係者対象）
- ・連続講座「精神疾患研修」第一回統合失調編、第二回依存症編、第三回気分障害と自殺予防編（医師・介護関係者対象）
- ・13病院連携会議企画研修 医療従事者の患者支援スキルアップ研修「ケアマネジャーを知って、地域を知っていく！」（医療従事者対象）
- ・第29回地域連携懇談会「コロナ禍の2年間を振り返る」（医師・介護関係者対象）

●地域住民への普及啓発

- ・「さきょう区民 みんなの教室 ふつうは知らない在宅介護の世界」などの発行
- ・「在宅医療ガイドブック ご存じですか？在宅医療・かいごのこと」の作製配付

さまざまな活動を通じ、地域の医療と介護の関係者の方が他職種でよりよく連携できる

よう支援活動を行なっています。

京都市左京区在宅医療・介護連携支援センター

〒606-0001 京都市左京区岩倉大鷲町 422 番地

国立京都国際会館 6 階

TEL 075-707-2250

FAX 075-707-2251

京都市 在宅医療・介護連携 支援センターです！！

医療・介護従事者の皆さま！！

高齢者の在宅医療・介護に携わる医師・専門職を対象とした支援機関です。

医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けられるよう、地域の在宅医療・介護関係者が円滑に連携できる仕組み・環境を目指します！



在宅医療・介護連携支援センターの主な役割

- 医療・介護関係者等からの相談窓口
- 医療・介護等の多職種を対象とした研修
- 医療・介護資源の把握
- 地域住民への普及啓発



こんな相談に対応しています。

・介護保険制度について聞きたい。
(医師)

★その他にも

- ・在宅看取りについて講演してくれる医師を紹介してほしい。
- ・地域の会議に出席してほしい。等

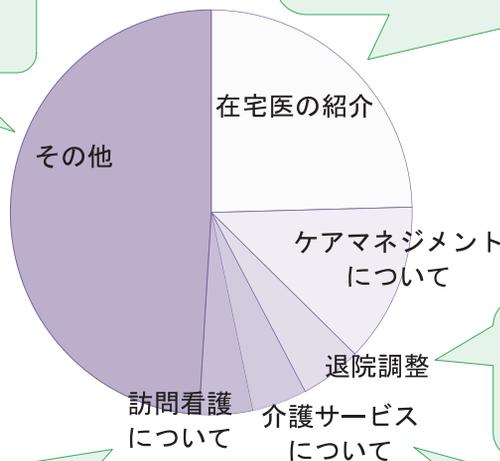
・土日に対応可能な訪問看護ステーションを知りたい。
(ケアマネジャー)

・往診してくれる歯科や耳鼻科、皮膚科の医師を紹介してほしい。(訪問看護ステーション)
・ご家族から、訪問診療をしてくれる医療機関の探し方を聞かれたが、どうしたらいいか。(薬局)

・支援者間での連携が上手くいかないのだが、どのように調整したらいいだろうか。
(ケアマネジャー)

・患者の退院後、通院が難しくなるので、在宅療養体制を整えたい。
(病院地域連携室)

・要介護認定の申請にあたり、主治医意見を記載してくれる医師を探している。
(地域包括支援センター)



各センターの連絡先⇒裏面に記載しています。
お気軽にご相談ください！！



在宅医療・介護連携支援センターとは

京都市では、介護保険法における地域支援事業のひとつである在宅医療・介護連携推進事業の一環として、「在宅医療・介護連携支援センター」を、各地域の地区医師会に委託して設置・運営しています。



京都市在宅医療・介護連携支援センター一覧

開設時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始除く）午前9時～午後5時

対象エリア	連絡先
北区・上京区	電話 075 - 494 - 1700 FAX 075 - 494 - 1701
	所在地 北区紫野門前町 55 アルテミス北大路 1 階 101 号室
左京区	電話 075 - 707 - 2250 FAX 075 - 707 - 2251
	所在地 左京区岩倉大鷲町 422 番地 国立京都国際会館 6 階 6 6 0 号室
中京区	電話 075 - 841 - 6655 FAX 075 - 841 - 6644
	所在地 中京区西ノ京池ノ内町 30-2 セレクション・池ノ内 102
下京区・南区 ・東山区	電話 075 - 693 - 8677 FAX 075 - 693 - 3677
	所在地 下京西部医師会内〔南区唐橋堂ノ前町 15-9 エステート南ビル 3 階〕
山科区	電話 075 - 606 - 6333 FAX 075 - 594 - 0076
	所在地 山科医師会内〔山科区音羽西林 9〕
右京区	電話 075 - 872 - 2511 FAX 075 - 872 - 2900
	所在地 右京医師会内〔右京区梅津神田町 57 番地〕
西京区	電話 075 - 874 - 7708 FAX 075 - 874 - 6277
	所在地 西京医師会内〔西京区榎原下ノ町 8 榎原公会堂 2 階〕
伏見区	電話 075 - 641 - 3750 FAX 075 - 641 - 3755
	所在地 伏見医師会内〔伏見区深草大亀谷八島町 13〕

※ 支援を必要とする高齢者が居住する区のセンターにご相談ください。



京都市
CITY OF KYOTO



健康長寿のまち・京都



京都市情報館

京都市在宅医療・介護連携支援センター 🔍



京都市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

発行 令和2年3月
発行者 京都市保健福祉局
健康長寿のまち・京都推進室健康長寿企画課
〒604-8101
京都市中京区柳馬場通御池下る柳八幡町 65
京都朝日ビル 4 階
電話：075-746-7734 FAX：075-251-1114

京都市印刷物 第315147号

京都市在宅医療・介護連携推進事業
在宅医療と介護・療養のための普及啓発

左京区
在宅医療・介護連携
支援センター

ご自身・パートナー・家族
友人・知人・ご近所さん必見！
在宅療養ガイドブック

ご存知ですか？在宅医療・介護のこと

～京都府医師会、地域ケア委員会作成「はじめての在宅医療」～
左京区版



はじめに

もし皆さんが、皆さんのパートナーや家族・親族などが、これまでの普通の毎日の生活から日常的に医療と介護が必要になった場合、こういった療養生活を送りたいか、送ってもらいたいと考えられたことはあるでしょうか？

「自宅で暮らしたいが、家族に迷惑をかけたくない…」 「一人暮らしだから、無理だ…」 「介護なんかしたことがないし、出来るだろうか…」 「突然、体調が悪くなったらどうしたらいいかわからない…」 など不安なお気持ちになると思います。

日常的な医療と介護が必要になっても、住み慣れた地域や自宅でいつまでも（自分らしく）暮らし続けたいという願い（在宅療養）は共通すると思います。その願いを支援するのが、「在宅医療・介護サービス」です。

単身で暮らされている方、ご高齢のご夫婦のみで暮らされている方、終末期を医療機関ではなく自宅で迎える方など、色々な状況や環境で在宅療養を選択されている方が増えてきています。

このガイドブックは、在宅療養を考える、始める皆さんを支える仕組みや機関などについて医療の視点から知ってもらうためのものになっている他、ご自身や介護される側の最期についても話し合えるきっかけになれば幸いです。

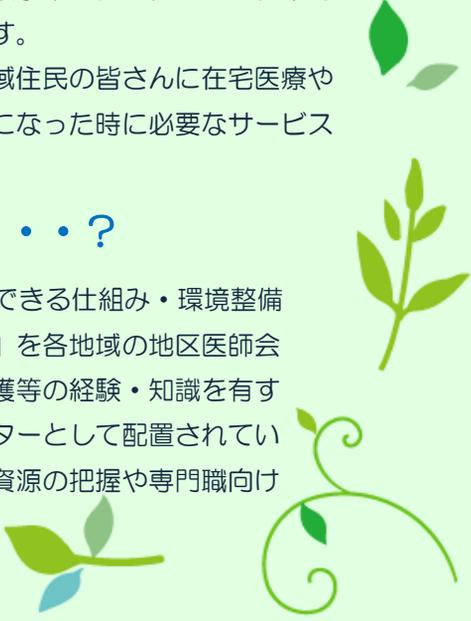
「在宅医療・介護連携推進事業」って・・・？

全ての団塊の世代の方が75歳以上となる2025年に向けて、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の医療・介護の関係団体が連携して、包括的かつ継続的な在宅医療と介護を一体的に提供するために必要な支援を行うことが求められています。「在宅医療・介護連携推進事業」は、介護保険法における地域支援事業に位置付けられ、市町村が主となり医師会等と連携しつつ、事業を実施しています。

今回は、その中の「地域住民への普及啓発」として、地域住民の皆さんに在宅医療や介護について少しでも理解して頂き、在宅での療養が必要になった時に必要なサービス等が選択できるよう、パンフレットを作成しました。

「在宅医療・介護連携支援センター」って・・・？

京都市では、地域の在宅医療・介護関係者が円滑に連携できる仕組み・環境整備することを目的とした「在宅医療・介護連携支援センター」を各地域の地区医師会に委託して運営しています。センターには、在宅医療・介護等の経験・知識を有する看護師・介護支援専門員、社会福祉士等がコーディネーターとして配置されています。主に医療・介護の専門職への相談支援、医療・介護資源の把握や専門職向け研修、地域住民への啓発等を行っています。



知りましょう！お家で医療を受けることについて

はじめでの 在宅医療

成人編



～住み慣れた家・地域で暮らし続けたい～

医療や介護の専門家がチームで支えます

一般社団法人 京都府医師会

はじめに

『人は、病気になって入院して初めて気付くのですよね、お家って良いなってことを。』

見慣れた景色、使い慣れた家具、いつもの喧騒、いつもの匂い、そこには生活があります。できることなら、住み慣れた場所で暮らしたい、自分の家で療養したいと願っている人は多いと思います。

もし、お家で医療を受けることができるなら、その願いが叶うかもしれません。

でも、「お家で医療を受けるにはどうしたらいいの？誰に聞いたらいいの？」、「介護でしんどくなった時、どんなサービスが受けられるのかな？」、「最期まで家にいたいという願いはかなうのかな？」など、心配ごとがあると思います。

この冊子は、皆様にお家で医療を受けること「在宅医療」について知っていただくために作成しました。是非、ご一読いただき、また、片隅に置いていただいて人生の備えの一つとしてお役立てください。

もくじ

在宅医療とは？	p02
在宅医療を受けたい時には、誰に相談すればよいのでしょうか？	p03
在宅医療を始めるまでの流れは？	p04
どのような人が、在宅医療を受けていますか？	p05
お家でどのようなサービスが受けられるのでしょうか？	p06
「介護保険サービス」にはどんなものがありますか？	p07
介護保険のサービスを利用するには、どのような手続きが必要ですか？	p08
ケアマネジメントは、ケアマネジャーの腕の見せどころ	p09
他に受けられるサービスはありますか？	p10
費用はどのくらいかかるのでしょうか？	p11
どんな専門家がサポートしてくれるのでしょうか？	p13
訪問看護の役割は？	p14
歯と口のことで困ったときは？	p15
肺炎予防は口腔ケアから！	p16
食べることで困ったときは？	p17
薬のことで困ったときは？	p18
在宅医療のよくある質問にお答えします	p19
Q1 訪問診療を受けていても入院できますか？	p19
Q2 希望すれば在宅で最期を迎えることは可能ですか？	p21
Q3 療養する場所を選ぶときの注意点は？	p23
在宅医療 17 箇条～その人らしい人生のために～	p25

在宅医療とは？

病気や身体の衰えなどによって医療機関へ通院することが難しくなった時、自宅、高齢者向けの施設などに医師や看護師などが訪問して診察・治療、健康管理などを行うことを「在宅医療」と言います。

病気や障害があっても、住み慣れた「生活の場所」で暮らせるように、医療や介護の**専門家がチームを組んでサポート**します。



在宅医療を受けられる「生活の場所」:

自宅だけでなく、サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム、グループホームなども在宅医療の対象になります。

在宅医療には「訪問診療」と「往診」の2種類があります。

訪問診療

あらかじめ一月の訪問日や訪問回数などを病状に合わせて計画し、定期的・継続的に訪問して診察、医療処置、健康管理を行います。

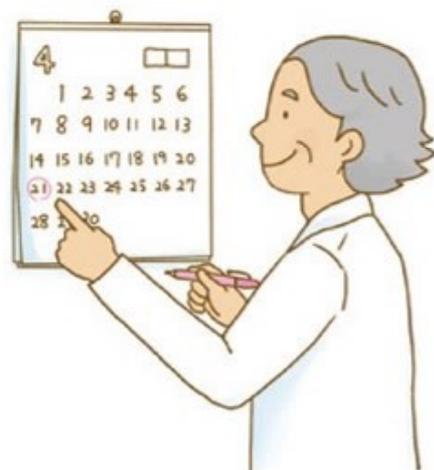
往診

急な病気やケガ、病状の悪化時などに、本人・家族からの連絡、または訪問看護師からの情報により、医師がかけつけて診察します。



医師は、普段は定期的に**訪問診療**を行い、病状が悪化した時などには

必要に応じて**往診**を行い、自宅等での療養を支えます。



在宅医療を受けたい時には、誰に相談すればよいのでしょうか？

かかりつけ医がいる場合

◆まず、**かかりつけ医**に相談して下さい。

かかりつけ医がない場合

◆次のような相談窓口があります。

京都府医師会
在宅医療・地域包括ケア
サポートセンター

TEL:075-354-6079 (平日 午前10時～午後4時)

京都府歯科医師会
口腔サポートセンター
(訪問歯科診療の相談)

FAX:0120-72-8020

お近くの地域包括支援センター

P10を
ごらんください



入院中の場合

◆病院の担当医師、看護師

◆病院の医療相談窓口や地域連携室
(注:病院によって呼び方が異なります)

P10を
ごらんください

かかりつけ医を持ちましょう！

かかりつけ医とは、身近であなたとご家族の健康管理を行う医師のことです。

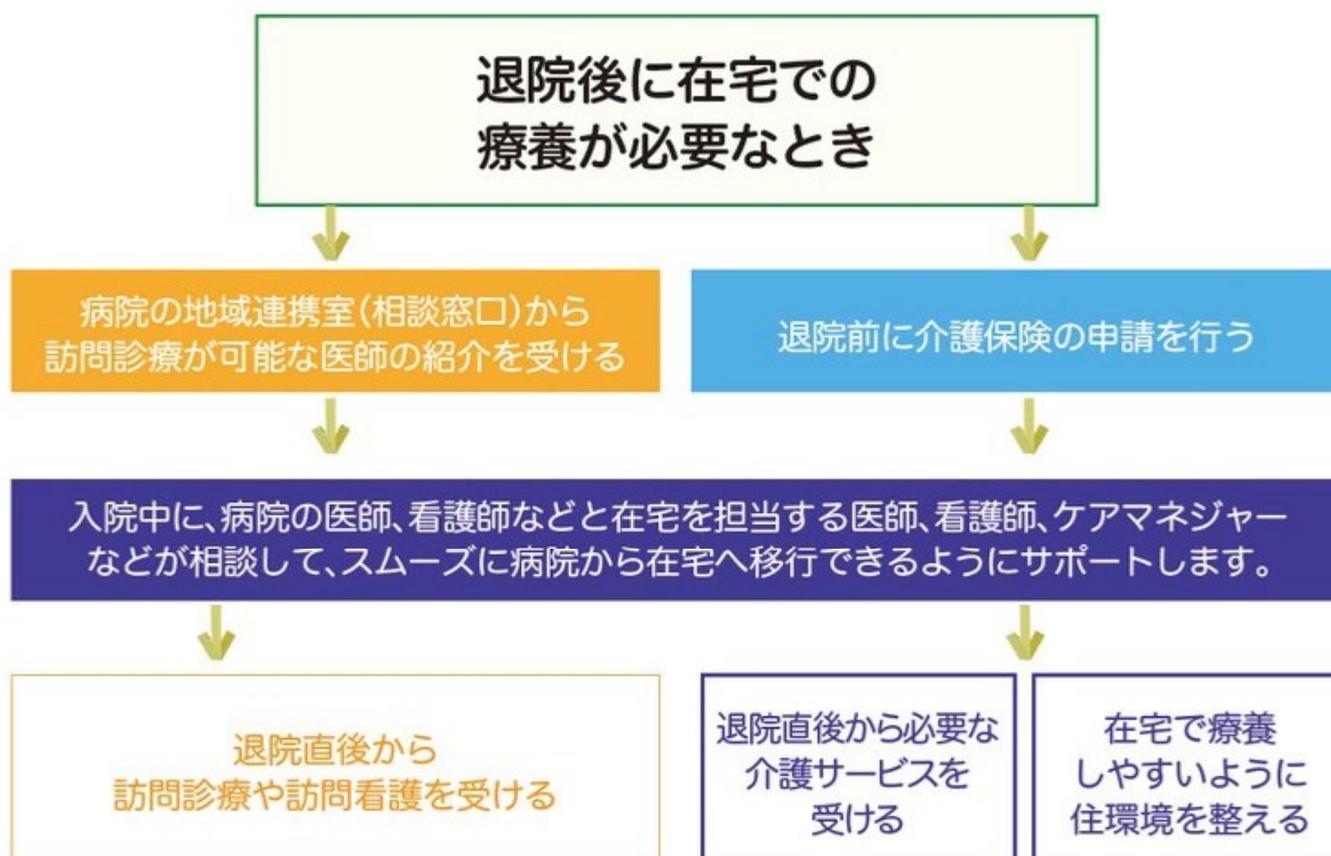
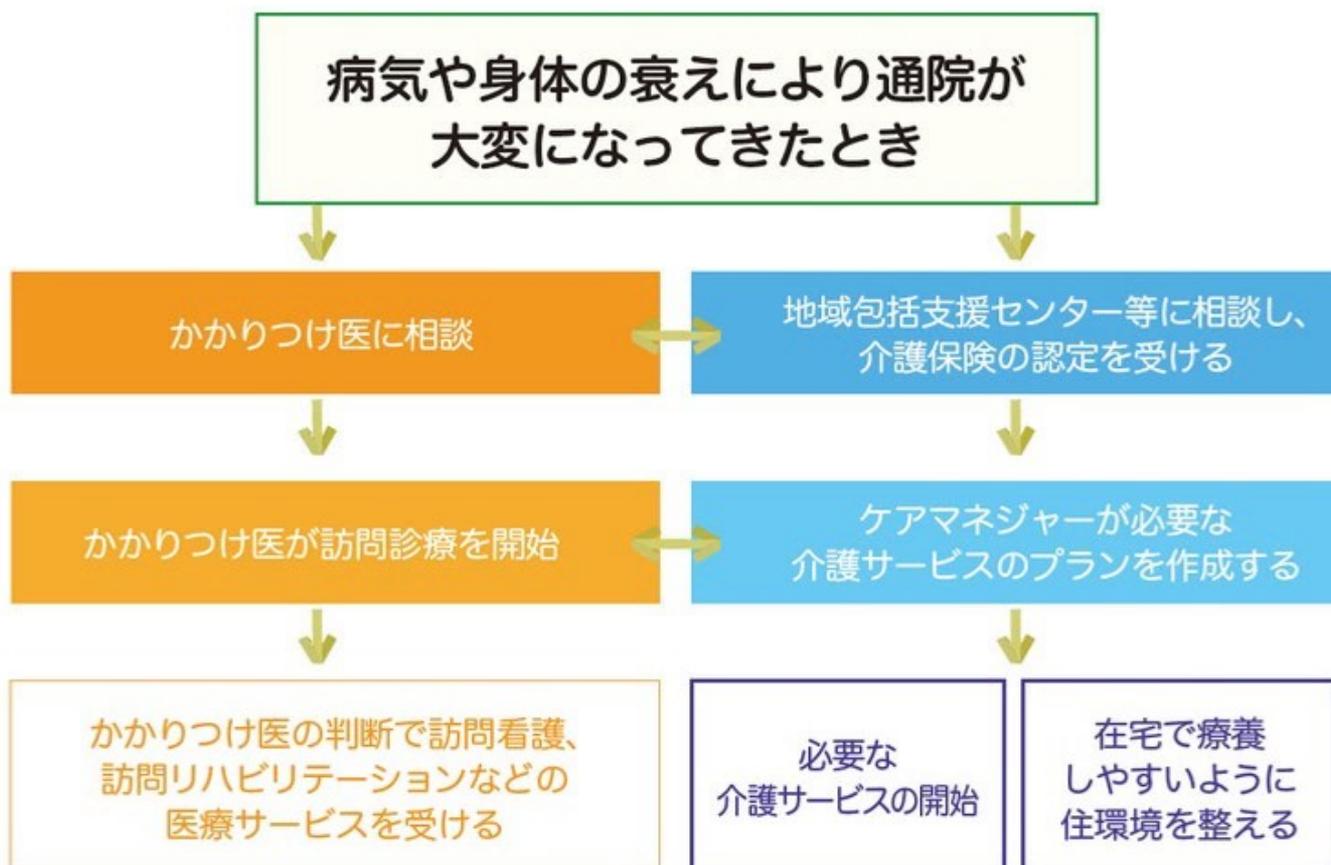
日常的な診察、治療、健康相談を行い、必要に応じて専門医を紹介します。

在宅医療では、訪問診療や往診を行い、訪問看護の指示などチーム医療のリーダーの役割などを担います。また、介護保険の申請に必要な「主治医意見書」を記載したり、ケアマネジャーと連携して介護サービスの計画を作ることに協力します。

かかりつけ医は、あなたとご家族の健康と生活を、医療面から日常的にサポートする頼もしい味方です。ぜひ、かかりつけ医を持ちましょう！



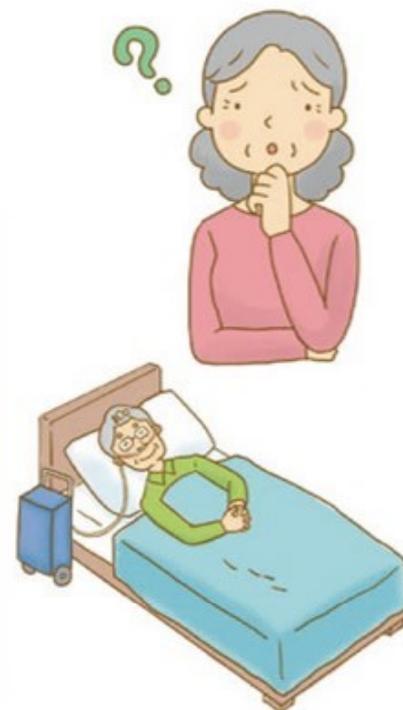
在宅療養を始めるまでの流れは？



どのような人が、在宅医療を受けていますか？

病気、ケガなどによって医療機関への通院が困難な人が、在宅医療の対象となります。病気やケガの種類や年齢は問いません。例えば、次のような人たちが在宅で医療を受けています。

- ・足腰が不自由になり一人での外出、通院が困難になった
- ・心臓や呼吸器の病気で少し動くと息切れがして通院が困難
- ・がんによる痛みや体力低下によって通院ができなくなった
- ・病院からの退院後、自宅での療養が必要になった
- ・神経や筋肉などの難病で、人工呼吸など自宅での医療処置が必要
- ・認知症により、在宅での手厚いケアや医療が必要
- ・障害により継続的な医療的ケアが必要な小児
- ・自宅での看取りを希望している
- ・寝たきりの人の入れ歯が合わなくなった（訪問歯科診療）



どのような検査や治療が、在宅で実施されていますか？

医療技術の進歩やチームで行う医療の発展によって、在宅で可能な治療や処置が増えています！例えば、次のような検査、治療、処置が可能です。

・血液検査、尿検査、心電図検査

・超音波検査

・酸素療法

・経管栄養法

・自己導尿法、持続的導尿法

・点滴、中心静脈栄養法

・むし歯や歯周病の治療、口腔ケア

・床ずれの処置

・医療用麻薬などを使用した痛みの緩和

・人工呼吸器法、人工透析



そうは言っても……

精密な検査や複雑な治療は在宅には不向きです。在宅では困難な検査や治療は、病院に受診または一時的に入院して受けることになります。



お家でどのようなサービスが受けられるのでしょうか？

在宅で療養生活を続けるには、医療だけでなく、介護や日常生活に対する様々な支援が必要になります。その人の状態に合わせて、**医療保険・介護保険による医療サービス・介護サービス、福祉施策による生活支援サービス**などを組み合わせて利用することができます。



在宅療養の成功の秘訣！

必要な医療や介護サービスを上手に使うって、本人の健康や生活の質を維持すると同時に、介護しているご家族の疲労や負担感を軽減することが大切です。

かかりつけ医やケアマネジャーとよく相談しましょう！

お家で受けられる「医療サービス」について

訪問診療

担当者：医師

P2を
ごらんください

訪問歯科診療

担当者：歯科医師

P15を
ごらんください

訪問歯科衛生指導

担当者：歯科衛生士等

訪問看護

担当者：看護師 など

P14を
ごらんください



訪問薬剤指導

担当者：薬剤師

P18を
ごらんください

訪問リハビリテーション

担当者：理学療法士、作業療法士、言語聴覚士

療法士が主治医の指示に基づき、訪問してリハビリテーションを行います。病院、診療所、介護老人保健施設の訪問リハビリテーション事業所が行うものと、訪問看護ステーションの療法士が行うものがあります。



訪問栄養食事指導 担当者：管理栄養士

特別な食事を必要とする人、また、低栄養の状態にある人などに、医師が必要と判断した時に、管理栄養士が訪問して、本人・家族に栄養に関する情報提供や支援を行います。

公益社団法人 京都府栄養士会
「食べること」の相談窓口
(FAXによる相談)
FAX:075-642-7569

「介護保険サービス」にはどんなものがありますか？

訪問してもらう…

訪問介護
訪問入浴
訪問リハビリテーション
訪問看護
居宅療養管理指導 など



生活の環境を整える…

住宅改修
福祉用具貸与
特定福祉用具購入 など

地域密着型サービス

事業所がある市町村の住民に利用を限定したサービスです。

夜間対応型訪問介護
定期巡回・随時対応型訪問介護
小規模多機能居宅介護
(看護小規模多機能型居宅介護)
認知症対応型通所介護
認知症対応型共同生活介護
(グループホーム) など

通う・泊まる…

通所介護
通所リハビリテーション
短期入所生活介護
(生活ショートステイ)
短期入所療養介護
(療養ショートステイ) など

また、自己負担が高額になった時は「高額介護サービス費」があります。

介護保険のサービスを利用するには、 どのような手続きが必要ですか？

医療保険は保険証をもっていけばすぐに診察や治療を受けることができますが、介護保険では保険証があってもすぐにサービスを受けることはできません。介護サービスを受けるにはまず「**要介護認定の申請**」を行って認定審査を受ける必要があります。



要介護認定の申請から認定までの流れ



区分	認定区分	区分支給限度額
予防給付 (予防サービス)	要支援1	5003 単位
	要支援2	10473 単位
介護給付 (介護サービス)	要介護1	16692 単位
	要介護2	19616 単位
	要介護3	26931 単位
	要介護4	30806 単位
	要介護5	36065 単位

※介護保険の自己負担率は所得に応じて1割と2割があります。

※平成27年度以降、日常生活支援総合事業を導入している市町村では、上記の他に軽度者については要介護・要支援認定申請を行わず、基本チェックリストによる判定で介護予防・生活支援サービス事業(訪問型サービス・通所型サービス・生活支援サービス等)を受けることも出来ます。くわしくは、お住まいの市区町村窓口へおたずねください。

ケアマネジメントは、 ケアマネジャーの腕の見せどころ！！

ケアマネジメントとは？

要介護認定審査の結果、要介護あるいは要支援の認定を受けた方の在宅療養生活においては、介護保険サービスを利用することで、高齢者の一人暮らしや高齢者のみの世帯、共働き世帯などで介護する人の不在をカバーすることや、家族の介護負担を軽減することが重要となります。

また、地域の福祉サービス、障がい者を支援する制度や認知症などによって自ら物事を判断することが難しくなった高齢者を守るためのしくみ(権利擁護)など、多方面から適切な支援を受けることが大切です。

これらの多岐にわたる制度から、医療、介護、福祉の各種サービスを必要とする要介護者・要支援者のニーズに合わせ、適切な社会資源に結び付けるとともに、サービス事業所との連絡・調整を行い、計画的なサービスの提供につなげていくことが**ケアマネジメント**です。

このケアマネジメントは、主に**ケアマネジャー(介護支援専門員)**が行います。要介護者や要支援者からの相談を受け、心身の状況や社会的環境に応じて適切なサービスを計画的に利用できるよう**ケアプラン(計画書)**を作成します。ケアマネジャーは主に居宅介護支援事業所と地域包括支援センター等に所属しており、要介護認定を受けた介護度によって以下のとおり役割が分担されています。

要介護1～5の認定
を受けた方

居宅介護支援事業所へ

要支援1・2の認定
を受けた方

お住まいの地域を担当する
地域包括支援センターへ

注：それぞれの事業所の一覧については市町村役場(京都市の場合は区役所)の介護保険窓口で広報されています。
地域密着型サービスの一部はサービスを提供する事業所がケアマネジメントを行います。



他に受けられるサービスはありますか？



市町村独自の生活支援サービス

- ・緊急通報装置の設置
- ・徘徊^{はいかい}高齢者向け見守り事業
- ・配食サービス
- ・おむつ助成・・・など

※市町村によって整備状況、利用要件や助成の度合いなどが異なります。
くわしくは、お住まいの市区町村窓口へおたずねください。

その他関連する公的サービス

- ・高額療養費
(高額医療・高額介護合算制度)
- ・重度障害老人健康管理費支給制度
- ・障害者手帳・障害福祉のサービス
- ・成年後見制度
- ・福祉サービス利用援助事業
(地域福祉権利擁護事業)・・・など



✳️ 身近な地域や病院に相談窓口があります。

身近な地域や病院には、**在宅療養や介護について**相談できる窓口があります。

・地域包括支援センター

地域包括支援センターは、あなたが住んでいる地域の中にある身近な介護や福祉の窓口です(担当の地域包括支援センターの電話番号などは、役所にお尋ねください)。

各地域包括支援センターには、社会福祉士・保健師・主任ケアマネジャーなどの専門家がいて、高齢者が住み慣れた自宅や地域で生活できるように、必要な介護サービスや保健福祉サービス、日常生活支援などの相談に応じてくれます。介護保険申請の援助・代行も行います。

・病院の相談窓口

地域医療連携室、医療福祉相談室など呼び名は病院によって様々ですが、ほとんどの病院には、医療や福祉に関する患者さん向けの相談窓口があります。看護師やソーシャルワーカーがいて、退院に向けた支援、在宅医療に関する相談にも応じてくれます。



在宅での医療や介護サービスの費用はどのくらいかかるのでしょうか？

A子さんの場合

A子さんは、92歳の女性、娘夫婦と同居しています。脳梗塞後遺症のうこうそくの麻痺により、歩くのに介助が必要になり、自宅で療養中です。要介護4、医療保険、介護保険とも自己負担割合は1割(※注1)です。



A子さんが受けている医療保険の主なサービスは、訪問診療：月2回、在宅時医学総合管理料：月1回、訪問看護指示料：月1回です。これらのサービスを受けるのに必要な自己負担金は約6200円です。他に薬剤料の自己負担金が必要です。

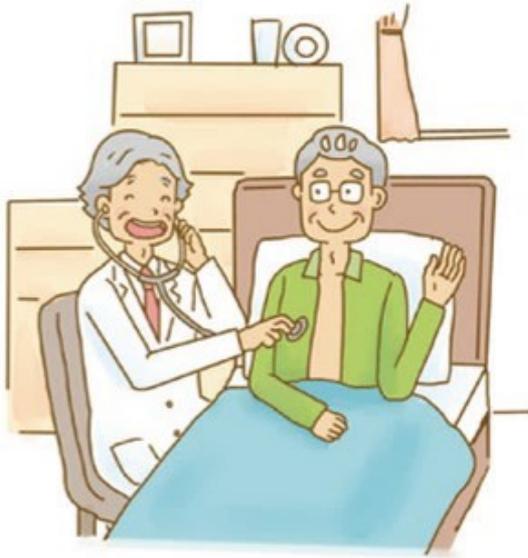


A子さんが利用している介護保険の主なサービスは、訪問看護(60分/回)：月4回、通所介護：月9回、短期入所生活介護(ショートステイ)：月5日間、福祉用具貸与(特殊寝台、車椅子、付属品)です。これらのサービスを利用するのに必要な自己負担金は、約17500円です。他に、通所サービス、ショートステイの食事代等が必要です。



A子さんの一ヶ月に必要な自己負担金の合計は、医療・介護サービス利用のための自己負担金約23700円と薬剤料の自己負担金、通所サービス、ショートステイ利用時の食事代等になります。





B男さんの場合

B男さんは、70歳男性で妻と二人暮らしです。進行した胃がんで、がんによる腹膜炎を合併しています。口から食事が少量しか摂取できないので、自宅で高カロリー輸液を受けています。要介護5、医療保険、介護保険とも自己負担割合は1割(※注1)です。

B男さんが受けている医療保険の主なサービスは、訪問診療：月4回、訪問看護指示料：月1回、在宅時医学総合管理料、重症者加算：月1回、在宅中心静脈栄養法指導管理料、輸液セット加算、注入ポンプ加算；月1回、高カロリー輸液製剤料です。これらのサービスを受けるために必要な自己負担金は約19400円です。



B男さんが利用している介護保険の主なサービスは、訪問看護：月8回、特別管理加算、緊急時訪問看護加算：月1回、訪問介護(身体介護+生活援助)：月16回、福祉用具貸与(特殊寝台、車椅子、床ずれ防止用具、付属品)です。これらのサービスを受けるために必要な自己負担金は約15800円です。

B男さんの一ヶ月に必要な自己負担金の合計は、医療・介護サービス利用のための自己負担金約35200円になります。



※注1 医療保険の自己負担については、所得等に応じて1割～3割となります。
介護保険の自己負担については、所得等に応じて1割もしくは2割となります。

※注2 上記金額はあくまで目安です。医療・介護にかかる費用は、自己負担率やサービス内容、事業所の形態等で変わることがあります。



自己負担軽減のための制度があります！

・高額療養費(高額医療・高額介護合算制度)、重度障害老人健康管理費支給制など
※くわしくは、お住まいの市区町村窓口へおたずねください。

どんな専門家がサポートしてくれるのでしょうか？

医療サポートチーム

医師、訪問看護師、
歯科医師、歯科衛生士、
薬剤師、管理栄養士、
理学療養士、作業療法士、
言語聴覚士、精神福祉士、
臨床心理士 など



介護サポートチーム

介護支援専門員
(ケアマネジャー)
看護職員、
社会福祉士、
介護福祉士、
ホームヘルパー、
調理スタッフ、
送迎スタッフ、
事務職員
など

病院チーム

医師、看護師、薬剤師、
管理栄養士、
ソーシャルワーカー、
その他の医療スタッフ、
介護スタッフ、事務職員
など

地域包括支援センター

保健師、
社会福祉士、
介護支援専門員、
事務職員
など

ボランティア

介護施設チーム

医師、看護師、
薬剤師、理学療養士、
作業療法士、
言語聴覚士、
管理栄養士、
介護スタッフ、
調理スタッフ、
送迎スタッフ、
事務職員 など



訪問看護の役割は？

訪問看護とは

「看護師等」が病気や障害のある方の「住まい」を訪問して行う看護サービスです。対象は、病気や障害のある乳幼児から高齢者まですべての方です。医師の指示のもと、療養上のお世話や必要な医療処置などを行うほか、緊急時の対応や看取りにかかわる支援も行います。

また、「住まい」で療養する中で身体的・精神的な心配事など、主治医の先生と一緒にご相談をお受けします。

病気や障害があっても、医療を受けながら、住み慣れた場所で安心して暮らし続けられるよう多職種と協働しながら療養生活を支援します。



主なサービスの内容

利用者の状況に合わせたサービスの提供をします。

特別な処置



- ・管理
- ・チューブ類の管理
- ・床ずれ、創傷の処置
- ・医療機器装着中の看護
- ・点滴
- ・看取り など

日常生活の看護



- ・全身状態の観察
- ・栄養、食事摂取のケア
- ・排泄のケア
- ・清潔のケア
- ・寝たきり、床ずれ予防
- ・コミュニケーションの援助 など

リハビリテーション・住宅改修



- ・日常生活動作の訓練
- ・関節拘縮の予防、訓練
- ・機能訓練、指導
- ・福祉機関の選定相談
- ・住宅改修に関する相談
- ・外出への工夫 など

認知症の看護や精神・心理的看護



- ・認知症への対応方法
- ・生活リズムの調整方法
- ・事故防止のアドバイス
- ・内服薬の管理
- ・社会参加への相談 など

介護者の相談



- ・日常の健康相談
- ・介護に関する悩み相談
- ・不安やストレスの相談
- ・介護者の休養に関する相談 など

各種在宅サービスの相談



- ・市町村などの公的なサービス
- ・各種在宅関連の民間サービス
- ・その他保険、医療・福祉に関するサービス資源の相談
- ・利用できる制度の相談 など

歯と口のことで困ったときは？

ご安心ください！

通院できない方には、往診・訪問歯科診療があります。地域の歯科医師や歯科衛生士が訪問し、歯科診療や口腔ケアを行います。まずはかかりつけ歯科医にご相談ください。かかりつけ歯科医がない場合は、行政や地域の保健センター等にお尋ねになるか、**口腔サポートセンター**までご連絡ください。

たとえば、こんな時、



入れ歯が壊れた
・なくなった。



歯や歯ぐきが痛くて
ご飯が食べられない。



歯や舌がひどく汚れて
口臭がきつい。



最近食べこぼしが多く
食事中によくむせる。



原因不明の微熱が多く
体重が減ってきた。

一般社団法人 京都府歯科医師会口腔サポートセンター
FAX (0120)72 8020 <http://www.kda8020.or.jp>

こうくう 肺炎予防は口腔ケアから！

日本人の死亡原因の3位は肺炎！その多くが後期高齢者の誤嚥性肺炎です。

誤嚥性肺炎とは、お口の中の細菌やウイルス、食べかす等が唾液とともに誤って肺に入り生じる肺炎をいいます。

誤嚥性肺炎が
高齢者に
多発する理由

- 加齢により摂食嚥下に関わる筋力が衰え、飲み込む力が低下した。
- 脳梗塞のために、嚥下反射が低下し誤嚥しやすくなった。
- 低栄養や栄養の乱れから、免疫力が低下した。

また、脳卒中やパーキンソン病、認知症等でも摂食機能が低下し、誤嚥が生じやすくなります。しかし、ご安心ください！

専門家による「**口腔ケア**」*でお口の中を清潔に保てば、肺炎を減らすことができます。

※「**口腔ケア**」とは………口腔機能を維持するために実施される



- ◇ 口腔内の汚れや細菌等の清掃
歯ブラシ、清掃補助器具（歯間ブラシ・フロス等）、洗口液 など
- ◇ 入れ歯の清掃
義歯ブラシ、義歯洗浄剤 など
- ◇ 口腔周囲の筋力の低下防止トレーニング などを指します。

口腔ケアの実施は
介護者の負担軽減
にも繋がります



期待できる効果
口腔ケアで

- 誤嚥性肺炎・感染症の予防
- ブラッシングによって嚥下反射の改善
- むし歯・歯周病・口臭予防
- お口周りの筋力の維持改善
- のど詰り（窒息）予防
- 栄養状態の改善、免疫力改善、入院日数の減少

「**口腔ケア**」により、最後まで自分の口で美味しく楽しく安全な食事を取り、健康で生き生きとした生活が送れるようにしましょう！

食べることで困ったときは？

食事は身体をつくり、維持するために必要な栄養であり、食事を通した触れ合いは私たちに多くの影響を与えます。高齢者にとって「食べること」は身体の様々な機能を使い、生きる喜びや楽しみにつながり、生活の質を高める重要な役割も果たしています。

食べる機能に障害が生じ、思うように食事が摂れなくなると、楽しみを損ない、意欲が低下し、栄養状態の悪化から様々なリスクを生じます。

在宅チームは、身体機能の変化に応じて、「食べやすく、おいしく」をサポートします。

事例

最近、むせたり、ご飯が飲み込みづらいです。
食事の量も減って元気がでません。
食事が楽しくないのです。



食べられないのはなぜでしょうか？

・口に問題がある

歯が悪い、入れ歯があていない、喉や舌の筋力低下、味覚の低下、唾液の減少 など。

・病気が原因になることもあります。

脳血管障害で麻痺、神経筋難病でスムーズに動かせない、認知機能低下により認識できない など。

・薬剤が影響を及ぼす場合もあります。

唾液の分泌を抑えてしまう(副作用として)認知機能に影響を及ぼすもの など。

これらが、食器を上手く扱えなくなったり、意欲を低下させたり、食べられなくなっていく原因となります。

そんな時、どうしたらよいのでしょうか？

在宅チームは多職種でサポートすることができます。主治医やケアマネジャーに相談しましょう。

管理栄養士が状況(身体機能)に合った食事の形態を考えたり、必要な栄養補助食品を探す手助けをしたり、歯科医師が歯や喉の状態、口の中のトラブルを評価して、歯科衛生士が掃除などの口腔ケア、機能維持をします。

また、リハビリの専門家が口の体操や飲み込みのお手伝い、薬剤師は服用薬剤の確認だけでなく、食べられない方への点滴・栄養剤の調整、とろみ調整食品の配達も担います。

その他、介護食や介護食器も準備されており、「食べる・飲み込む」ための専門チーム(摂食・嚥下)もあります。

どうしても口から食事が摂れない…、そんな場合でも、口から食べる以外の方法をご自宅で行う事ができます。直接血管に栄養を入れる点滴(在宅静脈栄養法)や、胃瘻や栄養チューブを使って胃や腸に直接補給する方法(在宅経腸栄養法)があります。

お困りのときは、ご相談ください。

京都府医師会

在宅医療・地域包括ケアサポートセンター
「食べること」「排泄のこと」電話相談

FAX:075-354-6079 (平日午前10時～午後4時)

薬のことで困ったときは？

例

Aさんは一人暮らしで複数の医療機関から何種類ものお薬を処方されています。

1日に何回もお薬を飲むので、“飲んだのか”“飲んでいないのか”分からなくなってしまったり、自身の勝手な判断で「飲むのをやめた」という事もありました。最近では病気が進んだせいか、さらにお薬が飲みにくくなったと感じており、近くにサポートしてくれる方も居なくて困っています。

ご自身の
お薬に関連した
よくある問題

- ① お薬の“飲み方”がわからない…。
- ② ついお薬を飲み忘れてしまう。
- ③ お薬の保管・管理が出来ない。
- ④ お薬が飲みにくい。
- ⑤ お薬の飲み合わせが気になる。
- ⑥ お薬はどうやって捨てたらいい？
- ⑦ 介護用品や市販医薬品を買いに行けない。 など



高齢者は一人で複数の病気にかかっている事が多く、体調や病気に合わせてたくさんのお薬を飲んでいきます。また、加齢に伴いお薬の飲み方やお薬の管理に困ってしまうことがあります。

このような問題があったら「かかりつけ医」やケアマネジャー、また「かかりつけ薬剤師」等にご相談ください。

訪問薬剤師の役割は？

薬剤師が在宅にお伺いしお薬の説明や服薬状況の確認を行います。飲めていないお薬について患者さんやご家族と一緒に“飲める方法”を考えます。複数の病院から処方されているお薬の全てを把握する事で、重複により飲み合わせが良くないお薬がないかを調べ、処方医に情報提供します。



また、在宅医療の看取りの時期にも薬剤師の役割はあります。がんで亡くなる方が増え続けていますが、ご自宅できちんとお薬を服用し「痛み」を抑えるなど、最期を迎える大切な時間を過ごして頂くために、お薬を切れ目なく供給し安心して服用ができるようにサポート致します。

健康維持において栄養状態が低くなると肺炎や骨折など入院リスクが高まります。薬剤師は、医師の指示や処方箋によりご自宅で口から食べられなくなった方の栄養剤や点滴にも関わりサポートすることが出来ます。

最後に薬局は「まちのおくすり屋さん」であり、必要に応じてはトイレットペーパーや紙おむつ等の介護用品などを供給することもできます。

在宅医療の中で薬剤師は「薬の専門家」として「生活に合った服薬支援」を支える役割を担います。

Q1 訪問診療を受けていても入院できますか？

はい、可能です。

例えば、次のような状況になった時には、医師と相談して、必要であれば入院が考えられます。

- ・緊急な治療が必要な病気やケガが発生した時
- ・病状の悪化等で、入院が必要と医師が判断した時
- ・身体機能回復のため、リハビリテーションが必要な時
- ・医学的に重症で、必要な医療の提供が在宅では困難になった時



ワンポイント
アドバイス 1

急変時、緊急時に困らないための備え

- Point 1** 病状が悪化した時にどうするか、また、看取りの方針などについて、普段からかかりつけ医と十分に相談しておきましょう。
- Point 2** 病状が急変した時、どこに連絡したらいいか、かかりつけ医や訪問看護師とあらかじめ連絡方法などを確認しておきましょう。
- Point 3** 救急車を呼ぶかどうか迷った時は、できるだけかかりつけ医に連絡して指示をもらいましょう。
- Point 4** かかりつけ医、訪問看護師、ケアマネジャーなどの連絡先を記入した一覧表を作成し、救急隊や家族が分かるように見えやすい場所に貼っておきましょう。
- Point 5** 予想できない急変など緊急事態で救急搬送された時には、かかりつけ医などの在宅関係者の名称などの情報を搬送された病院に伝えましょう。
- Point 6** 入院した場合、かかりつけ医、訪問看護師、ケアマネジャーなどに連絡しましょう。

京都府にはこんな制度があります！

在宅療養あんしん病院登録システム



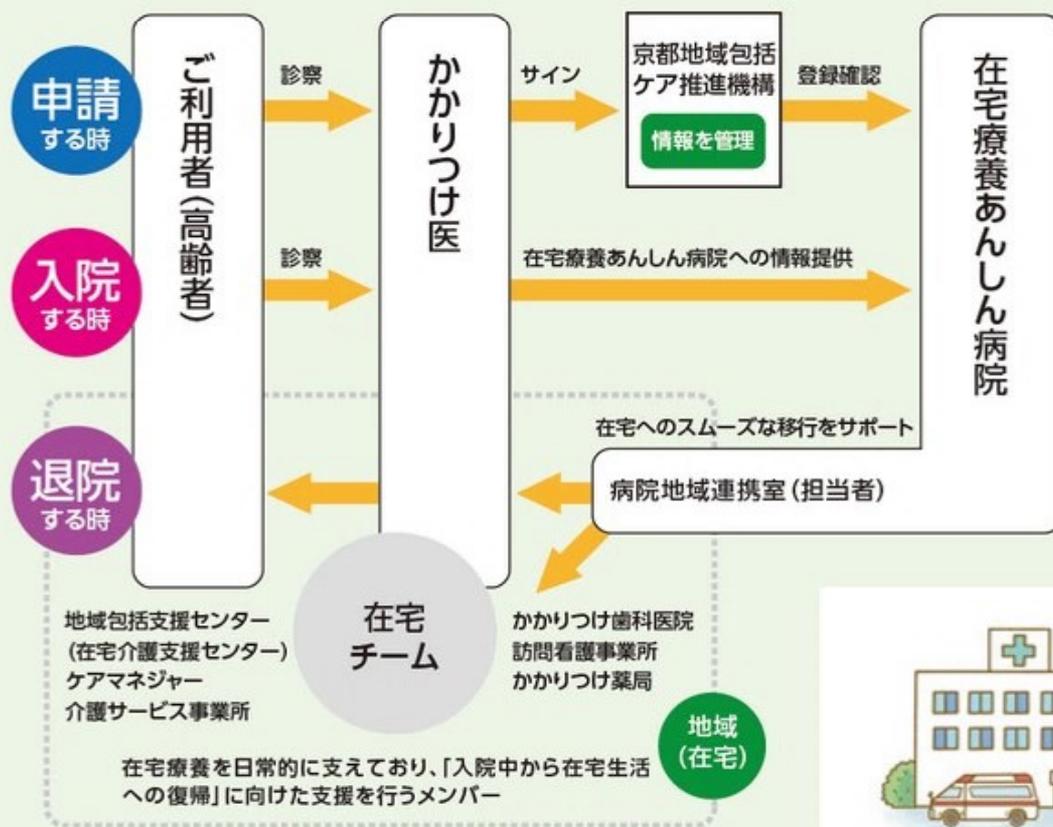
京都府が設立した京都地域包括ケア推進機構が運営するしくみで、あらかじめ必要な情報を登録しておくことで、在宅療養中の高齢者が体調を崩し、在宅での対応が困難になった時に、スムーズに病院で受診し、必要に応じて入院ができるシステムです。

登録申請の対象者について

次のような高齢者(65歳以上)が対象となります。

- 在宅で療養中の方 ・訪問診療を受けている方
- ・かかりつけ医に定期的に通院されている方

在宅療養あんしん病院登録システム



高齢者の方の在宅療養生活を維持するために、医療・介護・福祉が連携し、一体的なサービス提供を行います。

かかりつけ医



住み慣れた地域でご利用者(高齢者)の診療を行い、医療、介護、福祉との連携に取り組む医師(「地域で取り組んでいる診療所及び病院の医師」を含む)

在宅療養あんしん病院

ご利用者(高齢者)が在宅療養を続けるのが一時的に困難になったとき、かかりつけ医に相談の上、入院できる病院

くわしくは、かかりつけ医または京都地域包括ケア推進機構(※)におたずねください。

※京都府・京都市など行政機関・医療・介護・福祉の39団体で構成されています。

Q2 希望すれば 在宅で最期を 迎えることは 可能ですか？



はい、可能です。



本人の希望、家族の希望や合意があれば、医療や介護の専門家がチームを組んで在宅で最期が迎えられるように、全力でサポートします!!

「在宅で最期まで過ごしたい」という願いを支える医療が充実してきました。

支える医療1

医師、看護師、多くの医療スタッフが連携して支える「在宅チーム医療」が進んできました。

支える医療2

医療技術や在宅で使える医療機器の進歩で、在宅で提供できる医療の幅が広がり、質も向上したことにより、病状や障害の重い方を在宅で支えることが可能となってきました。

支える医療3

看取りに不可欠な苦痛を和らげるための「緩和医療」が、病院とほぼ同じようにできるようになってきました。

在宅での看取りは、病院とは異なる点があります。本人や家族の不安を少しでも軽くするためにチームでサポートします。

異なる点1

終末期になると、病状が進行し身体に様々な変化が起こります。身体の変化や衰弱していく姿を目の当りにすることは、家族にとっては辛いものです。

こんな時のサポート

医師や訪問看護師は、終末期に起こる体の変化についてご家族に十分に説明し、不安が軽くなるように努めます。

異なる点2

病院では医師が臨終の場に立ち会いますが、在宅では、医師が臨終に立ち会えないこともあります。

こんな時のサポート

医師や訪問看護師は、死期が近くなった時には、頻回に訪問や連絡を取り、本人・ご家族をサポートします。

最期の時まで、自分らしく過ごすために必要な備え

備え

1

老いや死について考えたり、話したりすることは辛いかもしれませんが、しかし、誰にも老いや死は訪れます。普段から、本人とご家族で、老いや死について話しておくことが大切です。

備え

2

医師やケアマネジャーに自分の希望や思いを伝えたり、最期を迎えたい場所や、終末期にして欲しい医療・して欲しくない医療について一緒に話し合うことが重要です。これを<アドバンスケアプランニング>と言います。



備え

3

自分が意思表示できなくなった時のことを想定して、自分の終末期医療に関する意思を文書で残しておくことや、自分に代わって意思決定をしてくれる人をあらかじめ指名しておくことも重要です。これを<リビングウィル>、<代理人指定>と言います。

Q3 療養する場所を選ぶときの注意点は？

本人と家族、サポートする医療・介護関係者とよく相談して、病気の状態や今後の変化、介護力などを考えた上で、療養する場所を選択することが大切です。

自宅の良い点、在宅と病院との異なる点、多様な住まい（例えば、サービス付高齢者住宅、有料老人ホーム、グループホームなど）や介護施設（特別養護老人ホーム、老人保健施設等）の特徴を理解することが必要です。



自宅療養の良い点

- 住み慣れた場所で、いつもの景色や家族・知人とのかかわりの中で、「生活者」として療養できます。
- 自分のペースで療養できます。
- 家族にとっても、慣れたところで介護することが出来ます。



在宅と病院で異なる点

- 急性期病院では病気を治すことに重点が置かれます。一方、在宅ではある程度の診断・治療は可能ですが、生活を支えるための医療（痛みを和らげるための薬剤を使用する。低下した身体機能を補う医療機器を使用するなど）に重点が置かれます。
- 病院では、いつでも医師や看護師がいるので迅速な対応が可能です。一方、在宅では、医師や訪問看護師は予め緊急時の連絡先をお知らせし、できるだけ対応をしますが、訪問するのに時間がかかることがあります。
- 病院では、家族が医療処置に関わることはほとんどありません。一方、在宅では、医師や看護師のサポートのもと、可能な範囲でご家族に簡単な医療行為を実施していただくことがあります。

療養場所を選ぶとき、まず一度は 「自宅」を考えてみてください！

野球やサッカーなどのスポーツでは、やり慣れた芝生でできることや、サポーターの熱烈な応援を受けるホームグラウンドでの試合は有利です。在宅医療においても同じように、自宅ならではの良い面があります。

「患者」ではなく「家の人」でいることで、＜自宅力＞とも言えるプラスの力が働くこともあります。これが自宅で医療を受ける魅力です。

「自宅は無理だ」と最初からあきらめないで、一度は、自宅での療養ができないか、サポートする医療・介護関係者と一緒に考えてみてください。

一方で、自宅で療養するには、その人の状況に応じた生活支援や介護力が必要です。もし、サポートが不十分で、家族に過酷な介護負担がかかってしまい、介護疲れが生じると、本人にも悪影響を及ぼすという一面があります。辛くなった時、気持ちが揺らいだ時には、遠慮なくかかりつけ医やケアマネジャーなどに伝えてください。皆で次の一手を考えましょう。



在宅医療を受けるあなたとあなたの大切な人へ

京都府医師会からのメッセージ

在宅療養 17 箇条

～その人らしい人生のために～



- 1条 一歩踏み出す勇気があれば、在宅療養の可能性は誰にでもあります。
- 2条 住み慣れた自宅で過したい、過させたい、少しでもそう考えたなら、まずはかかりつけ医などの専門家に相談してください。
- 3条 自宅で療養することを決めたら、訪問診療をしてくれる医師を見つけましょう。
- 4条 自宅で療養することを決めたら、介護保険の申請をしましょう。
- 5条 ケアマネジャー、地域包括支援センターはあなたの生活を支援してくれます。希望や悩みを遠慮なく伝えましょう。
- 6条 訪問看護師は本人・家族にとって頼りになる助っ人です。医師にとっても最も強力なパートナーです。
- 7条 生活を維持・向上するためのリハビリを自宅でも継続することが可能です。
- 8条 食べる楽しみを続けるため、肺炎などの病気を防ぐためにも、歯科医、歯科衛生士による治療や口腔ケアを受けましょう。
- 9条 薬剤師の訪問による、お薬に関する相談や指導を受けることができます。
- 10条 「食べることは生きること」栄養や食事のことで困ったことがあれば、管理栄養士の訪問による相談や支援を受けることができます。
- 11条 自宅で安全に暮らすためや生活の範囲を広げるために福祉用具の使用や住宅改造を考えましょう。
- 12条 医療費や介護費用が高額になった時、一人暮らしで不安な時などに受けられる福祉制度を上手に利用しましょう。
- 13条 介護者が疲れた時、疲れる前に利用できるサービスもあります。
- 14条 一人での介護は大変です。協力してくれる家族、親戚、友人がいる場合は役割分担をしましょう。また、同じような悩みを持った人に相談したり、話を聞いてもらうと気持ちが楽になります。
- 15条 独居の方、認知症の方を地域で支えるには、周囲の見守りと理解が大切です。
- 16条 病状が悪化した時のことや看取りについて、あらかじめ皆で話し合っておきましょう。急変時に役立つ緊急連絡先の一覧表を作っておけば安心です。
- 17条 在宅療養に固執する必要は全くありません。在宅療養が困難になったら、皆で次の一手を考えましょう。

わたし()の緊急連絡先一覧

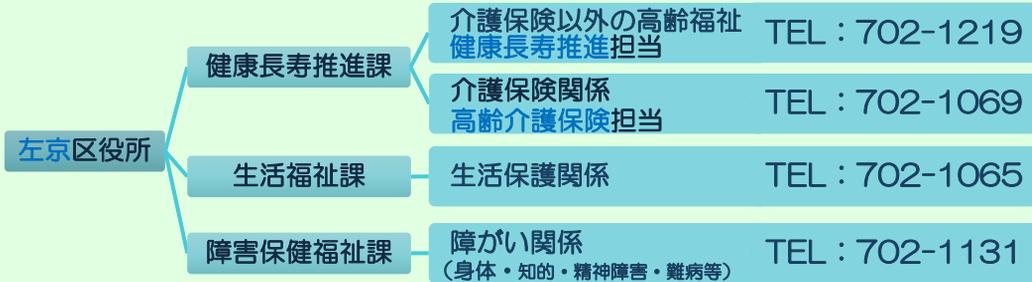
家族・親戚 友人 など	①名前	私との関係	TEL
	②名前	私との関係	TEL
医 師 (かかりつけ医 等)	医療機関名 医 師 名		TEL
	医療機関名 医 師 名		TEL
訪問看護ステーション	事業所名		TEL
ケアマネジャー	事業所名 担当者名		TEL
地域包括支援センター	事業所名 担当者名		TEL
その他	()		TEL

入院や急変時の注意点・お願い



左京区内在宅療養支援窓口

◆ 左京区役所



◆ 左京口腔サポートセンター

京都市左京歯科医師会

【FAX】702-2612 (※FAXでの相談受付)

◆ 左京区学区別「地域包括支援センター」

大原地域包括支援センター 【学区】久多・大原・八瀬・上高野・松ヶ崎

- ・【連絡先】744-4055
- ・【所在地】大原戸寺町380 (大原ホーム内に併設)

左京南地域包括支援センター 【学区】吉田・聖護院・川東・新洞・岡崎

- ・【連絡先】771-6300
- ・【所在地】新生洲町97 (川端冷泉通南・川端診療所北側)

左京北地域包括支援センター 【学区】広河原・花背・鞍馬・静市・葵・下鴨

- ・【連絡先】706-7280
- ・【所在地】下鴨上川原町62 (市バス 北大路通南側、植物園前バス停から東に数m)

岩倉地域包括支援センター 【学区】岩倉北・岩倉明德・岩倉南

- ・【連絡先】723-0800
- ・【所在地】岩倉長谷町1255 (岩倉交流センターから北に350m東側)

修学院地域包括支援センター 【学区】修学院第一・修学院第二

- ・【連絡先】723-8077
- ・【所在地】山端柳ヶ坪町18 (白川北大路通交差点南西)

白川地域包括支援センター 【学区】北白川・浄楽・錦林東山

- ・【連絡先】762-5510
- ・【所在地】浄土寺真如町162-5 アンソレイユ真如堂1階101号室 (白川通沿い、特養花友しらかわ南側)

高野地域包括支援センター 【学区】養徳・養正

- ・【連絡先】724-0397
- ・【所在地】高野蓼原町47-5 (下鴨警察署北東、御蔭通から大原街道入る)

◆ 京都市左京区地域介護予防推進センター

TEL : 762-5529

地域における介護予防の拠点 ※介護予防相談や教室の案内など

◆ 京都市認知症疾患医療センター (北山病院内)

(代表) TEL : 791-1177

認知症の鑑別診断と初期治療、専門医療相談など

(直通) TEL : 706-5515

◆ 京都市左京区認知症初期集中支援チーム (川越病院内)

TEL : 754-1010

認知症の早期発見と早期対応を目指して活動する専門チーム



資料：京都府医師会 地域ケア委員会



連携は心配りから…

作成：京都市左京区在宅医療・介護連携支援センター

連絡先：左京区岩倉大鷲町422 国立京都国際会館6階 075-707-2250