

# 在宅医療と介護

◆ **高齢者の多くが住み慣れた地域で、安心して思い思いの生活を送ることを望んでいます。**

◆ **在宅医療**は、通院できない方のために、自宅や高齢者施設で行う医療です。

◆ 医師や歯科医師の**訪問診療**、看護師の**訪問看護**、薬剤師の**訪問薬剤管理指導**など、自宅での療養に必要なサービスを提供し、生活を支えています。

◆ **利用できる制度の活用**、周囲の協力を得て、家族等の介護の負担軽減を図りましょう。

## 【在宅医療と介護を支えるスタッフ】



## 1 高齢者の総合相談窓口

高齢者や介護をしている方からの保健・福祉・介護に関する総合的な相談に応じています。ただし、担当ケアマネジャーがいる場合はそちらにご相談ください。

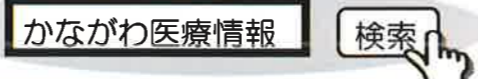
### ● 高齢者よろず相談センター（地域包括支援センター）

（ ）内は、担当地区を記載

- あさひきた（旭北）…………… ☎ 30-3611
- あさひみなみ（旭南）…………… ☎ 31-4932
- おおすみ（城島・岡崎）…………… ☎ 51-6433
- 倉田会（四之宮・八幡・真土）…………… ☎ 53-1930
- ごてん（中原・南原）…………… ☎ 31-6957
- サルジデンス湘南（田村・横内・大神）…………… ☎ 54-7009
- とよだ（金田・豊田）…………… ☎ 36-2501
- ひらつかにし（金目・土沢）…………… 金目窓口 ☎ 59-5544  
土沢窓口 ☎ 73-5848
- 富士白苑（なでしこ・花水）…………… ☎ 61-5050
- ふじみ（富士見）…………… ☎ 30-5010
- まつがおか（松が丘）…………… ☎ 35-4465
- みなと（港）…………… ☎ 73-5422
- ゆりのき（崇善・松原）…………… ☎ 33-2334

## 2 病院の相談窓口

多くの病院には相談窓口があります。医療ソーシャルワーカーや看護師等が、入院・通院している患者さんやご家族の自宅での療養生活の不安や悩みに関するご相談に応じています。入院中や通院の際にご利用ください。



医療機関情報はホームページでご覧になれます。

## 3 介護保険・高齢者福祉サービスの相談窓口

- 介護保険課（介護保険）…………… ☎ 21-8790
- 高齢福祉課（高齢者福祉サービス）…………… ☎ 21-9622
- 地域包括ケア推進課（介護予防）…………… ☎ 20-8217

## その他 専門職のための相談窓口

医療・介護関係者からのご相談のほか、ホームページで市民の皆さまに役立つ情報を発信しています。

- 在宅医療・介護連携支援センター…………… ☎ 75-9444  
ホームページアドレス <https://hmc-renkei.jp/>



平塚市

いつまでも**自宅**で暮らしたい方のために  
～在宅医療と介護～



このリーフレットは、高齢者の自宅での暮らしを支える医療や介護、相談窓口の情報をまとめました。  
ご活用ください。



発行元：平塚市福祉部 地域包括ケア推進課  
平塚市浅間町9番1号  
電話0463-20-8210（直通）  
作成協力：神奈川県平塚保健福祉事務所



## その1 「住み慣れた自宅で療養を続けるには、どうしたらよいの？」

### 『かかりつけ医を持ちましょう。』

#### かかりつけ医（医療機関）とは？

■『**かかりつけ医**』『**かかりつけ歯科医**』は、あなたの地域にいる、いつも**病気の診療**や**健康管理上のアドバイス**をしてくれる身近な医師・歯科医師です。

■『**かかりつけ薬局**』では、薬剤師に薬の飲み合わせなど、気軽に相談できます。



■今までの病気の経過や体質、飲んでいる薬なども理解したうえで、相談に応じてもらえます。

■**入院や高度な治療が必要な場合**には、かかりつけ医が適切な病院（診療科）を紹介してくれます。

## その2 「病気の家族を自宅で看てきたけれど、もう限界。これからどうしたらよいの？」

### 『家族だけで頑張る必要はありません。医療や介護のスタッフがチームとなり、あなたの自宅を訪れて療養生活を支えます。』

#### もし医療機関に通院できなくなったら？

■通院が困難な方の場合、**自宅に医師や看護師等が定期的に訪問**し、診察や治療が受けられます。

■具合の悪い時には**往診**を依頼できます。

■**かかりつけ医（医療機関）に相談**しましょう。



#### 自宅で受けられる医療の例

- 在宅酸素療法
- リハビリテーション
- 注射・点滴
- 緩和ケア
- お口の診察や治療
- 薬の管理 など



#### 介護が大変になるのでは？

■自宅での療養生活を**介護保険によるサービス等**で支えます。

■介護保険のサービスを受けるためには、**介護認定**が必要です。

■介護認定は、**お住まいの高齢者よろず相談センター、市役所**にご相談ください。

■**ケアマネジャー**が生活を支えるプランを作成し、調整します。プランにより**様々な専門職**が自宅を訪問し、サポートします。



## その3 「いろいろとわからないことばかり、誰に相談したらよいの？」

1 ~ 3 に関する相談窓口の連絡先は、裏面をご覧ください



1



ひとり暮らしで持病もあり、急に具合が悪くなった時、不安。

**かかりつけ医**やお住まいの地域の**高齢者よろず相談センター**に相談しましょう。

2



退院して家に帰りたい。病気を持ったまま家に帰るのは不安。

入院している病院の相談窓口の**医療ソーシャルワーカー**や**看護師等**に相談しましょう。自宅での生活のアドバイスや退院に向けての調整を進めてくれます。

3



家での生活が少し不自由になってきて不安。  
●トイレやお風呂に手すりがあったら…。  
●買い物に行けなくなってきたので、食事が…。  
●足腰が弱くなってきた。歩けなくなったら…。

介護保険や高齢者のための福祉サービス等について、**高齢者よろず相談センター**や**市役所**で相談しましょう。