

④ 在宅療養の相談窓口

家族等とよく相談して、「在宅で療養したい」という意思表示をしましょう。

そして、窓口となる専門職に相談しましょう。

通院中の場合

定期的な通院が
困難になってき
た場合など



かかりつけ医に訪問診療を依頼できるか、相談してみ
ましょう。

ただし、専門外などの理由で訪問診療の対応が困難な場合もあ
りますので、その場合は訪問診療を行っている医療機関を紹介し
てもらえるか相談してみましょう。

入院中の場合

退院後も医療的
なケアが必要に
なった場合など



多くの病院に「地域医療連携室」などの相談室が設け
てありますので、医療ソーシャルワーカーや看護師等に相
談してみましょう。

在宅での療養についてアドバイスや在宅医の紹介をしてくれます。

自宅療養中・介護保険を既に利用中の場合

体が徐々に
弱ってきて心
配になった場
合など



お住まいの中学校区の「地域包括支援センター」（通称
おとしより相談センター）へ相談しましょう。市内に5箇所の
地域包括支援センターを設置しています。

また、ケアマネジャーは自宅で受けられる各種サービスな
どと一緒に考えてくれますので、相談してみましょう。

- 勝田第一中学校区地域包括支援センター：電話 029-354-5221
- 大島中学校区地域包括支援センター：電話 029-219-5775
- 西部地域包括支援センター（勝田二中・田彦中学区）：電話 029-276-0655
- 北部地域包括支援センター（勝田三中・佐野中学区）：電話 029-229-2255
- 東部地域包括支援センター（那珂湊中・美乃浜学園区）：電話 029-264-1501

ひたちなか市では医療と介護の関係者が連携し、皆様が望む暮らしの実現
を、ともに支えていきたいと思っています。

もっと詳しく知りたい方には、出前講座をしています。



【問合せ】市高齢福祉課 TEL 029-273-0111（内線 7235）

ひたちなかで在宅療養

～住み慣れた自宅で、自分らしく暮らし続けるために～



人生会議をご存知ですか？



在宅療養についてよくある質問



在宅で受けられる医療や介護に
はどんなものがあるの？



どこに相談したらいいの？



① 「人生会議」とは？

認知症やその他の病気が進み人生の最終段階を迎えると、自分のことを決めたり、自分の
望みを人に伝えることができなくなると言われています。そのため、前もって考え、どんな治療
やケアを望むのか、家族や周囲の人に伝えておくことが大切です。身体の状態が変われば、
気持ちや希望も変わります。もしもの時のために、自分自身で考え、信頼する人達と、繰り返し
話し合い、共有しておくこと、これを「人生会議」と呼んでいます。

これまでの自分の人生を振り返り、今後どのように生きていきたいかを、折に触れ、大切な人
たちに伝えていきましょう。

「人生会議」の寸劇動画を作成しました。ぜひご覧ください。

撮影協力：茨城県立勝田高等学校と演劇部のみなさん

ひたちなか市在宅医療・介護連携推進協議会



② 在宅療養についてのQ&A

在宅療養とは…

医療や介護が必要になっても住み慣れた自宅で過ごすこと



Q1. 在宅療養を始めるきっかけはどのような事ですか？

・病気やケガで入院し、手術や治療が終わって退院することになりましたが、以前のように歩けなくなってしまいました。

・認知症が進んで、食事や入浴が上手くできないなど、身の回りのことが出来なくなってしまいました。

Q2. 高齢者のみの世帯や、一人暮らしでも在宅療養は可能ですか？

ご家族が遠方でも、医療・介護のサービスを受けながら、在宅療養を続けている高齢者のみの世帯や一人暮らしの方も多くいます。医療と介護の専門スタッフの支援を受けながら住み慣れた自宅での生活を送っています。

Q3. 一度在宅と決めてしまうと、入院は出来ないのですか？

そんなことはありません。一度決めたことでも様々な状況で気持ちが変わることもあります。気持ちが揺らぎ、やはり入院したいと考えた時や悩まれたときは医師や看護師に相談してください。

Q4. 困ったときは夜間でも対応してもらえますか？

診療所や訪問看護ステーションと契約して在宅医療を受け入れている方には、夜間や休日にも電話が出来るよう連絡先が伝えられます。体調が悪くなったときや困ったときは、この連絡先に電話して相談することもできます。

Q5. 最期は、病院で過ごすのがいい？自宅ですぐ過ごすのがいいですか？

人生の最期をどこで、誰と、どのように過ごしたいでしょうか。ご本人の気持ちを一番に考えてみてください。ご本人の希望を叶えるために、医療・介護の様々な専門職が支援します。



③ 在宅で受けられるサービスを知っていますか？

○在宅医療とは

在宅医療とは、医師が皆さんの自宅などのお住まいを訪問して診療を行うことを言います。また、医師が定期的・計画的に自宅を訪問する“訪問診療”と、急な病状変化(発熱など)に対し、臨時に訪問する“往診”があります。



○訪問歯科診療とは

通院が困難な方に対して、歯科医師や歯科衛生士が皆さんのご自宅に訪問し、歯の治療などを行うことです。お口の健康は、全身の健康や心にも影響します。「おいしい食事」や「楽しい会話」は、毎日を生き生きと過ごすためにとっても大切です。



○訪問服薬指導とは

薬剤師がみなさんの自宅に薬を届け、薬に関する説明や相談に応じたり、お薬を適切に飲むようにお手伝いすることです。医師から処方された薬でも、正しく飲む(服薬する)ことができれば、期待する効果は望めません。

○訪問看護とは

在宅で療養している人に対して、かかりつけ医(主治医)の指示に基づいて、訪問看護ステーションから看護師などが皆さんの自宅に訪問し、病状の経過観察をはじめ、療養上の支援や医療処置などを行います。かかりつけ医などと連携し、24時間365日対応が可能です。



○訪問リハビリとは

リハビリ専門職が自宅に伺い、食事や着替え、トイレなど日常生活のリハビリ、筋力アップ、関節が動かなくなるのを防ぐ身体機能のリハビリ、福祉用具の使い方や介護の仕方などの相談に乗ります。

他にも、訪問入浴や訪問介護による身体介助や生活援助、デイサービスやショートステイのサービスなども利用できます。また、介護用具のレンタルや住宅改修なども在宅療養のためのサービスです。

