



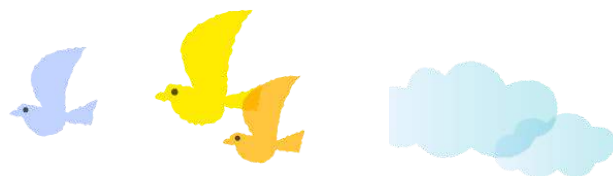
千歳市・恵庭市 在宅医療ハンドブック

“在宅医療”についてご存じですか？



千歳市在宅医療・介護連携支援センター ちとせの介護医療連携の会
恵庭市在宅医療・介護連携支援センター 連携センターりんく

はじめに



「在宅医療ハンドブック」をご覧になる皆様へ
『**病気やケガ、障がいなどで病院に通うことが
難しくなっても、可能な限り住み慣れた地域で
自分らしく暮らしたい**』

この想いを支えていく方法の1つに“**在宅医療**”があります。

皆様が、在宅医療を選択するか悩む時、「自宅で暮らしたいが家族には迷惑をかけたくない」「一人暮らしで介護してくれる人がいない」などと考えることがあるかもしれません。

ご家族は、「私に在宅で介護ができるだろうか」「病状が急変したらどうしたらいいのだろうか」などと不安になるかもしれません。

この「在宅医療ハンドブック」は、千歳・恵庭にお住いの皆様が、自分らしい療養生活を送っていただくために、自らの意思で最善の選択をする上でお役に立てればと思い作成しました。

《もくじ》

はじめに・在宅医療を中心とした在宅ケアとは	1～2
在宅生活を支える専門職の紹介	3～9
在宅医療の相談窓口のご紹介	10～11
訪問診療を提供する医療機関のご紹介	12～15
医療費と介護保険サービス費について	16
在宅医療や介護保険サービス導入の流れ	17～18
ACP（人生会議）をご存じですか	19
在宅看取りのロードマップ	20
在宅医療関係機関マップ	21～22



『住み慣れた家にいたい、...でも』

2030年には、日本の高齢化率は30%を超え、約3人に1人は65歳以上の高齢者になると予測されています。高齢化が進む中、65歳以上の方の51%が「自宅で最期を迎えたい」と希望されています。

(※参照/内閣府「平成30年度高齢者の住宅と生活環境に関する調査結果」)

その一方で、“介護を必要とする状態になった場合どのような場所で生活したいか”という質問に、「自宅で生活したい（子どもの家を含む）」と希望される方は15%にとどまっています。

そして、「グループホームや高齢者住宅」を希望される方が21%、「施設入所や医療機関への入院」を希望される方が40%と、全体の60%以上の方が自宅以外を希望されており、自宅で最期を迎えることは難しいと感じられている方や介護が必要となった時は家族以外に支援してほしいと考えている状況があります。

(※参照/厚生労働省「平成30年 高齢期における社会保障に関する意識調査」)

全ての人が必要な医療を受け、自宅や施設など住み慣れた場所で最期まで生活したいという希望を叶える一つの方法として“**在宅医療**”があります。

在宅医療を中心とした在宅ケアとは？

在宅医療を利用される方は、ご自身やご家族が付き添って通院することが難しい状態、つまり、日常生活で支援が必要な方が利用されます。

そこで、ご本人とご家族が住み慣れたご自宅で安心して生活できるように、医療だけでなく、ご自宅やお住まいの施設に、看護師、ホームヘルパーなどが訪問し、“**医療**”と“**介護**”の様々な職種がチームで支えていく、『**在宅医療を中心とした在宅ケア**』を利用していくことが大切です。

次のページから、皆様の生活を支える地域の様々な専門職をご紹介します。(3～9ページ)



地域の専門職が皆様を支えます！



歯科衛生士



歯科医師



医師



ソーシャルワーカー



薬剤師



ケアマネジャー



管理栄養士

ご本人の
想いに寄り添い
ご家族と一緒に
チームで生活を
ささえます！



地域包括支援センター
の専門職



訪問看護師



訪問リハビリ
専門職



福祉用具
専門相談員



ホームヘルパー

在宅生活を支える専門職の紹介

医師

在宅医療の中心となる職種です。

自宅に訪問し、全身状態や症状を診て、診断や治療を行い、在宅医療に関わる専門職へ指示を出します。

在宅医療を希望する場合、訪問診療を行っている医療機関に、かかりつけ医を持つことが基本です。

そのため、まずは現在のかかりつけ医に**在宅医療**について相談しましょう。



訪問診療と往診ってどちらがうの？

“在宅医療”には、大きく分けて“**訪問診療**”と“**往診**”があります。

在宅医療	
訪問診療	往診
通院することが難しい方へ定期的・計画的に医師が訪問して診察します。 診療・治療・薬の処方・療養上の相談、指導などを行います。	通院外来や訪問診療で、普段、診ているご本人の突発的な病状変化に対して、ご本人やご家族の要請により、訪問して行う不定期な診察です。
定期的 計画的	不定期 臨時的

歯科医師

通院することが難しい方を訪問して治療を行います。

むし歯や歯周病のほか、義歯（入れ歯）の作製・調整や関係機関と連携した専門的な飲み込み機能（嚥下）の検査、治療も自宅で可能です。



歯科衛生士

口腔内の清潔（口腔ケア）や食べる・飲み込む・楽しく会話するための口腔機能トレーニングを行い、口腔内の健康づくりをサポートします。

「口腔ケアはなぜ大切なの？」

お口の中を清潔に保つこと（口腔ケア）が、全身の健康状態に影響することをご存じですか？

お口の中が汚れていると、歯周病や誤嚥性肺炎などの病気を引き起こすリスクが高まります。

健康な時、入院中、退院後...と生活が変化する中、お口の中を清潔にし、口腔機能をトレーニングすることでおいしく食べ、楽しく会話し、生活の質（QOL）を保つことができます。



薬剤師

薬局で処方箋調剤や服薬のアドバイスを
を行うほか、ご自宅を訪問してお薬を届
け、飲み残しがいないか、お薬がきちんと
効いているか、副作用がでていないかな
どを確認します。

必要に応じて、お薬を飲む回数やお薬
の形の変更などを医師と相談します。



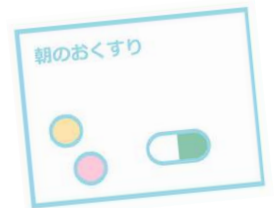
薬剤師はこんなこともできます

➡ お薬をひとつにまとめる

例 数種類のお薬を服薬時点ごとに1回ずつに一包化
※まとめられないお薬もあります

➡ お薬の形の変更

例 粉薬に変更
水がなくても飲めるお薬（口腔崩壊錠）に変更
※変更できない薬もあります



➡ お薬の整理

例 処方した医療機関に相談して、複数の医療機関のお薬を整理

管理栄養士



ご自宅を訪問し、ご本人の栄養
状態の把握や栄養指導、調理指
導、ご病気に応じた食事指導を行
います。

ご家族が作りやすいメニューや
必要な栄養素を効果的に摂るた
めの工夫、栄養補助食品の提案、
そのほか、食事療養に関する相談
もできます。

訪問看護師

看護師が、医師の指示のもと、ご自宅などの生活の場に訪問して病気や心身の障がいに応じた看護ケアを行います。

「医療的ケアのサポート受けながら家族で暮らしたい」「体がつらいけどがん治療を続けながら暮らしたい」「住み慣れたところで最期を迎えたい」など、ご本人やご家族の意思や生活を尊重しながら、その人らしく可能な限り自立した生活が送れるよう支援します。



ご本人のケアだけでなく、ご家族や関係機関等への看護・介護指導や相談対応を行います。緊急時の対応も行っています。

訪問看護師の主なお仕事

療養上の お世話	身体の清拭、洗髪、入浴などの介助
	食事や排せつなどの介助
	痛みや不快な症状を緩和するケア
	病気や障がい・治療の副作用・健康に関する状態観察、異常の早期発見と悪化予防、リハビリテーション
	認知症や精神症状がある方のケア
	お看取り期のケア
相談や助言	療養生活、お薬、栄養、介護予防に関するもの
	看護・介護方法のアドバイス、病気や介護の不安の相談など
医療処置	床ずれ処置、創部の処置、点滴、注射、経管栄養、吸引など
医療機器 の管理	在宅酸素、人工呼吸器、カテーテル（尿・胃など）、ストーマ（人工肛門など）

訪問リハビリスタッフ

リハビリスタッフがご自宅に訪問して機能の維持・低下予防を図ります。

主治医や訪問看護師など他職種と連携して、福祉用具やベッドなどの生活環境を整える提案もします。

訪問リハビリでは、理学療法士（PT）、作業療法士（OT）、言語聴覚士（ST）の専門職種がいます。



● 理学療法士（PT）

起きる、立つ、歩くなどの生活の基本動作の改善を促したり、機能低下を予防するための動作訓練を行います。



● 作業療法士（OT）

入浴やトイレ、家事、趣味などの日常生活動作ができるように機能・動作訓練を行い、その人らしい生活が継続できるよう支援します。



● 言語聴覚士（ST）

言語によるコミュニケーション能力や、食べる機能の改善をサポートするための訓練・援助を行います。

食事の際の飲み込み方や介助方法など、摂食嚥下に関する相談もできます。



ホームヘルパー（訪問介護員）

ご自宅に訪問して、ご本人やご家族が行うことが難しい、掃除、買い物、調理などの日常的生活支援、食事・入浴・排泄・外出介助、見守りの援助などの身体介護を行います。

サービス内容に関しては、ケアマネジャーにご相談ください。



● 介護保険を利用した“訪問介護”で できないことがあります

「ご本人が不在の場合」や「ご本人以外への生活援助」、「訪問介護員が行わなくても日常生活に支障がないと判断される行為（介護保険法に基づく）」などは、介護保険を利用した訪問介護ではできません。

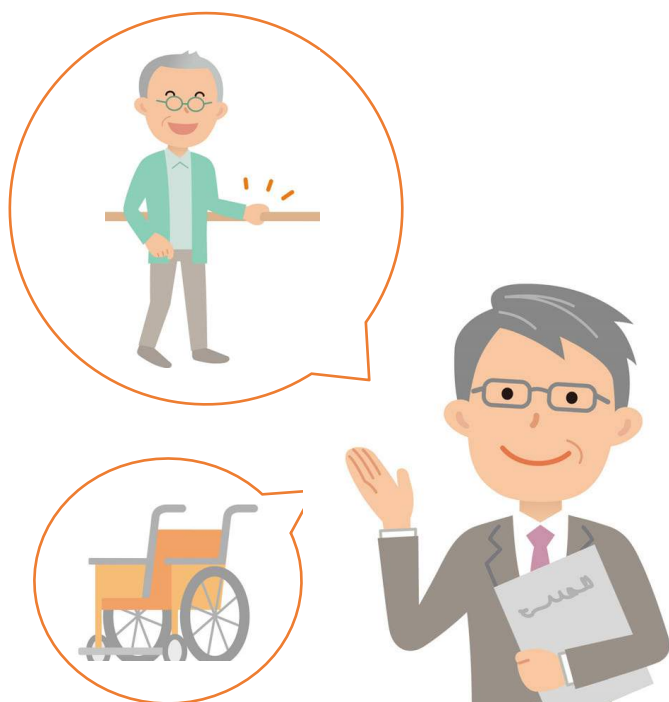
例 娯楽や趣味、冠婚葬祭、お墓参りなどのための外出の付き添い
ご本人以外の方のための洗濯・調理・買い物、ペットの世話、草むしりなど

福祉用具専門相談員

福祉用具に関する幅広い知識を有しており、必要としている方やそのご家族、担当のケアマネジャーに対し、用具の選び方や使い方の適切なアドバイスを行います。

生活に合わせて、自宅の段差の解消や手すりの設置などの住宅改修の相談もできます。

身体状況や生活環境に変化があれば、福祉用具の調整や変更、ご提案をします。



医療ソーシャルワーカー

医療機関等に所属し、ご本人やご家族の抱える経済的・心理的・社会的問題の解決、調整など入院・外来を問わずご本人のあらゆる相談を受けています。

在宅医療に関しては、入院中、病院から退院する際に在宅サービスの紹介や担当者との連絡調整、退院前カンファレンスの開催等でご本人・ご家族、関係機関・職種等に支援します。

ご本人が在宅医療を希望された際は、**相談窓口としての役割**も担います。



お気軽に
ご相談
ください

●たとえばどんな相談にのってくれるの？

- ・医療費の助成や社会福祉制度、介護保険制度のこと
- ・退院後の生活や在宅医療を中心とした在宅ケアに関すること など

ケアマネジャー（介護支援専門員）



「自分らしく暮らしていく」ために、ご本人やご家族の生活の希望や状態に合わせて、必要なサービスを判断し、事業所と連携しながらサービス調整を行います。

医療機関とも連携をとりながら、生活を総合的に支援します。

●ケアマネジャー（介護支援専門員）はどこにいるの？

市内の「居宅介護支援事業所」に所属しています。要介護認定で、要介護の方は居宅介護支援事業所のケアマネジャーが担当し、要支援の方は地域包括支援センターの職員が担当します。

（地域包括支援センターについては、11ページをご参照ください。）

●ケアマネジャーはどうやって探すの？

地域包括支援センターや市役所、在宅医療・介護連携支援センターで居宅介護支援事業所の情報提供を行っておりますのでご相談ください。

地域包括支援センター

地域包括支援センターは、地域で暮らす皆様が、住み慣れた地域で安心して自分らしく生活していくことができるよう、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から総合的に支援するために設けられた「高齢者のための総合相談窓口」です。

在宅医療を中心とした在宅ケアに関する相談はもちろん、介護保険認定の申請代行、介護予防、権利擁護の相談など、さまざまな相談を受けています。

● 地域包括支援センターにはどんな人がいるの？

地域包括支援センターには、「主任ケアマネジャー」「保健師（または看護師）」「社会福祉士」の3つの専門職種が配置されています。それぞれの専門性を活かして、皆様のご支援を行います。

千歳市地域包括支援センター きずな

千歳市

千歳市内には、5カ所の地域包括支援センターがあります。

- 東区地域包括支援センター きずな Tel：0123-40-6516
- 西区地域包括支援センター きずな Tel：0123-42-3131
- 南区地域包括支援センター きずな Tel：0123-22-5188
- 北区地域包括支援センター きずな Tel：0123-25-8180
- 向陽台区地域包括支援センター きずな Tel：0123-48-2848

恵庭市地域包括支援センター たよれーる

恵庭市

恵庭市内には、4カ所の地域包括支援センターがあります。

- たよれーる ひがし Tel：0123-29-5541
- たよれーる みなみ Tel：0123-34-8467
- たよれーる きた Tel：0123-25-3100
- たよれーる 中島・恵み野 Tel：0123-36-0036

介護や生活のお困りごとなど、お住まいの地域の地域包括支援センターにいつでもお気軽にご相談ください。



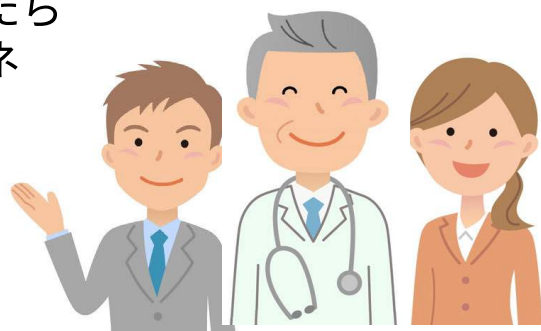
訪問診療について

“訪問診療”は、通院することが難しい方へ**定期的・計画的**に医師が訪問して、診療・治療・薬の処方・療養上の相談、指導などを行うことを言います。

ご本人が通院することに不安を感じてきたらまずは、現在のかかりつけ医や担当ケアマネジャーに相談しましょう。

もし、かかりつけの病院や担当ケアマネジャーがない場合は、お住いの地域の地域包括支援センターに、お困りのごとやご本人の状態などをご相談ください。

※お住いの地区の地域包括支援センターは 21・22 ページ 参照



訪問診療を提供する医療機関のご紹介

千歳市



医療法人北海道家庭医療学センター 向陽台ファミリークリニック



私たちは患者さんやご家族のお話を丁寧にうかがい、医療・介護・福祉などの分野の専門家と連携し、一人ひとりに合わせたケアを提供します。

当クリニックは常時複数の医師が在籍しており、訪問看護ステーションを併設、24時間365日、かかりつけの患者さんの緊急時に速やかな往診が行える体制を整えています。

サービスに関するお申込み・お問い合わせやご相談もお気軽にご連絡ください。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	—
午後	○	○	—	○	○	—	—

診療時間 午 前 9:00～12:30
午 後 14:15～18:00

〒066-0054千歳市柏陽4丁目3-5

Tel: 0123-48-5151

ホームページ: <https://koyodai.hcfm.jp/>





在宅療養支援診療所

しののめクリニック



「慣れ親しんだ地域・住居で、末永く穏やかに生活したい」という患者様及び支える家族様の願いを少しでも叶え、お役に立ちたいという信念のもと、安心と優しさ、そして元気を提供する「かかりつけ医」を目指します。

通常の一般総合外来の他、在宅訪問診療、緩和ケア、認知症外来、予防接種、健康診断等を行っております。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	—	○	○	○	—
午後	○	○	—	○	○	—	—

診療時間 午 前 9:00～11:30
 午 後 16:30～18:00
 訪問診療 月～金 13:00～16:30
 水曜日 9:00～12:00

〒066-0042千歳市東雲町2丁目14-2
 Tel:0123-22-6511
 ホームページ：
<https://shinonome-chitose.com/>

わが街みんなのクリニック
緑町診療所

医師が定期的にご自宅へお伺いし、計画的な健康管理を行います。お薬の処方や血液検査、各種処置もご自宅で受けることができ、24時間365日の緊急時対応で万が一のときも安心です。地域に根差したかかりつけ医として患者様とご家族が安心して生活できるよう外来から在宅まで、温かく質の高い「つながる医療」を進めてまいります。通常の訪問診療に加え、緊急時や災害時に備え、オンライン診療も導入し患者様がより安心できる在宅医療を提供いたします。

いつでも患者様のそばにいられる医療体制を整え、地域の皆様の健康を守り続けることをお約束いたします。

マイホームクリニックちとせ（現：緑町診療所 訪問診療部）2026年6月1日より分院として新規開院予定。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	※	○	○	○	○	—	—
午後	※	○	○	○	○	—	—

※5月まで窓口のみ、6月から診療開始
 診療時間 午 前 9:00～12:00
 午 後 13:00～17:30

〒066-0074
 千歳市緑町5丁目26番 雅101号室
 Tel:050-1722-7985
 ホームページ <https://midoricho.jp/>





医療法人社団

緩和ケアクリニック・恵庭



	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	—	—
午後	△	○	○	△	○	—	—

訪問診療 月～金 午前 9：00～12：00
火・水・木 午後 14：00～17：30
月・木 午後 14：30～17：30

在宅医療を希望する方に対し苦痛を和らげ生活の質(QOL)を可能な限り高め、できるだけその人らしい生活が出来るような支援を務めています。

緩和ケア（ホスピスケア）を基本理念とし訪問診療にて在宅ホスピスを目指しております。

住み慣れた自宅で過ごしたいとお考えの方を支援いたします。

〒061-1412
恵庭市白樺町3丁目22-1
Tel:0123-35-3300
ホームページ：
<http://www.pcce.jp/>



社会医療法人 恵和会

恵庭第一病院



	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	△	—
午後	○	○	○	○	○	—	—

診療時間 午 前 9：00～12：00
午 後 13：30～17：00
休診日 第1・3土曜日
第2・4・5土曜日午後
日曜日、祝日、年末年始

「地域に密着した良質な医療の提供・地域住民の健康を守る一助となる」を理念に医師と患者様との相互理解と信頼を基本に高度な医療を提供し、「満足のゆく病院、選ばれる病院」となることを目指しております。

住み慣れたご自宅や施設での生活が1日でも長く続けられるよう最大限のサポートをさせていただきます。また、具合が悪くなった時やレスパイト（介護休暇目的のための入院）など、入院いただける病床を確保しており、患者様とご家族が24時間365日安心して医療を受けられる体制を整えております。

〒061-1447恵庭市福住町1-6-6
Tel：0123-34-1155

ホームページ： <https://eniwa-daiichi.or.jp/>





イーハトープ 在宅ケアクリニック活き粋



当院では、病気や症状のみを診るのではなく、その人らしさを大切にその方の人生に丸ごと関わらせていただき、伴走させていただく医療を提供することを目指しております。住み慣れたご自宅や地域で、安心して穏やかな時間を過ごしていただくことは、多くの方にとって何より大切な願いです。しかし現実には、在宅医療の受け皿が十分でない為に、その願いが叶えられないケースも少なくありません。

私たちは、たとえ治療が難しいご病気であっても、その方が大切にしている生活や思いを尊重しながら、日々の暮らしに伴走していきたいと考えております。うれしいことも、悲しいことも、つらいことも、そのすべての時間に寄り添い、ともに歩む存在でありたいと願っています。そのために、多職種による連携を重視し、迅速な対応と顔の見える関係づくりを大切にしながら、相談しやすく、必要なときにすぐにつながる体制を整えております。

患者さん、ご家族、そして地域の皆様とともに、その人らしく「活き粋」と過ごせる社会の実現に向け、在宅医療・緩和ケアを通じて誠実に伴走してまいります。

〒061-1268

北広島市輪厚中央4丁目5-18

Tel: 011-370-3888

ホームページ: <https://ikiikizaitaku.jp/>



	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	—
午後	○	○	※	○	○	—	—

診療時間 午 前 9:00~12:00

午 後 14:00~17:00

※水曜午後は外来診療（完全予約制）

SASAERU

医療 | COMMUNITY
MEDICINE

ささえるクリニックきたひろ



訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所を併設しており、24時間365日の相談体制で患者さんのご自宅での生活をみんなでサポートいたします。緩和ケア、在宅酸素、中心静脈栄養、胃瘻、在宅人工呼吸器、褥瘡ケアなどの医療処置にも対応しています。医療的な正しさのみにとらわれず、「その人らしい」形での医療を患者さんやご家族と一緒に考えていきたいと考えています。

【経営理念】「医療・看護・介護を通じてコミュニティを守ること」
目的は医療機関の存続ではなく、患者さんが住み慣れたまちで、地域で、死ぬまでハッピーに暮らすためにささえることです。Cure（治す）よりもCare（癒す）、予防を意識しささえる医療を実践しています。

〒061-1131

北広島市美沢1丁目2-12

Tel: 011-807-5315



	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	—
午後	○	○	※	○	○	—	—

訪問診療 月～金 9:00~17:00

内科予約外来 水 13:00~16:00（月1回）

ホームページ: <https://www.sasaeruclinic.jp/ささえるきたひろ/>



社会医療法人即仁会 北広島病院



当院は、「待つ医療から出向く医療へ」と理念に訪問診療を行っています。内科・整形外科に対応し、通院が困難な方のご自宅や施設へ医師が定期的に伺います。内科は呼吸器内科専門医が在籍し、COPDや喘息など呼吸器疾患の方も安心して在宅療養が可能です。整形外科では関節注射やトリガーポイント注射・褥瘡処置にも対応しています。当院は入院病棟を有しており、体調不良時に入院治療を行い、再び在宅療法へと繋ぐことも可能です。CT・MRIなどの検査にも対応し、地域の医療・介護と連携しながら患者様とご家族の安心した生活を支援します。

〒061-1121

北広島市中央6丁目2-2

TEL 011-373-5811（代表）011-398-5275（直通）

ホームページ <https://sokujinkai.or.jp/houmon2/>



	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	—
午後	○	○	○	○	○	—	—

訪問診療 午前 9:00~11:30

午後 13:30~16:00

医療費と介護保険サービス費について

● 高額費用の支給制度について（定められた世帯所得基準額を超える場合）

医療保険と介護保険のサービスの費用は、年齢層や世帯所得に応じた自己負担の割合があり、サービス種類や回数、利用時間によって費用が異なります。また、月ごとに一定額以上の自己負担サービスを利用した際に、利用できる助成制度があります。

※制度等に関するご相談は、お住いの下記各窓口にお問い合わせください。

	高額療養費制度	お問い合わせ先・申請窓口
医療保険	年齢層と世帯所得に応じて、月ごとの自己負担限度額があり、それを超える部分が支給される“ 高額療養費制度 ”があります。	後期高齢医療 - 千歳市 市民環境部国保医療課 ・医療助成係 Tel：0123-24-0289 - 恵庭市 保健福祉部国保医療課 Tel：(代)0123-33-3131 ・後期高齢者医療担当（内線：1167・1168）
		75歳未満 - 千歳市 市民環境部国保医療課 ・国保給付係 Tel：0123-24-0274 - 恵庭市 保健福祉部国保医療課 Tel：(代)0123-33-3131 ・国保給付担当（内線：1163・1164）
介護保険	高額介護サービス費制度	お問い合わせ先・申請窓口
	世帯所得に応じた、月ごとの自己負担限度額があり、それを超える部分が支給される“ 高額介護サービス費制度 ”があります。	- 千歳市 保健福祉部高齢者支援課 ・介護保険係 Tel：0123-24-0297 - 恵庭市 保健福祉部介護福祉課 Tel：(代)0123-33-3131（内線：1228・1229）

（制度の詳細については、厚生労働省のホームページ等でもご覧になれます）

● 訪問診療の費用について(目安)

例) 後期高齢者医療（※1割負担）の場合

➡ 1か月で7,000～8,000円程度



※年齢層や世帯所得に応じて、窓口での自己負担の割合があります。

※その他、薬剤料や検査料、臨時往診料などの費用がかかります。

※あくまで目安の金額となりますので詳しくは、訪問診療を提供する医療機関にお問い合わせください。

在宅医療や介護保険サービス導入の流れ

～現在、自宅で生活中的場合～

自宅で生活中

通院することが
難しくなってきたら...

- ① まずは、かかりつけ医や
担当ケアマネジャー、地域
包括支援センターに相談



②在宅医療への移行準備

在宅に必要なサービス・支援とその
提供方法をご本人・ご家族を中心に、
通院先の医療スタッフや地域の医療・
介護スタッフとともに検討します。
※必要に応じて介護認定の申請を行
います。



- ③ ご本人・ご家族の意向に
ついて相談、在宅ケア方針の
決定、各職種の役割分担調整



④ 在宅医療を中心とした在宅ケア生活へ

通院先の
医療
スタッフ

地域の
在宅介護
スタッフ

ご本人
ご家族

地域の
在宅医療
スタッフ

事例1) 通院や待ち時間が負担に なってきました・・・

Aさんは90歳。夫と二人暮らし。心臓の病気が徐々に悪くなり、病院への通院や待ち時間が負担になってきました。

かかりつけの医師に相談したところ、自宅に来てくれる訪問診療を勧められ、紹介状を書いてもらい、訪問診療を行っている医療機関に相談しました。

自宅に医師が来てくれて、診療や採血検査などを受けながら薬を出してもらえることになり、**訪問診療**を受けることを決めました。

介護保険は利用したことがなく、訪問診療の開始と共に**地域包括支援センター**に介入してもらい**要介護認定を申請**。週1回の**訪問看護**や入浴を支援する**訪問介護**、トイレまでの**手すりのレンタル**などを利用することになりました。

安全に歩行できる環境になり、夫が手伝うことが少なくなったことで、お互いに安心して生活が続けることができました。

在宅医療や介護保険サービス導入の流れ ～現在、入院中の場合～

入院中

退院して、在宅医療を利用したいと思ったら・・・

① まずは病院の相談窓口
(病院の主治医や医療相談員)
に相談



②退院準備・在宅医療への移行準備

退院後に必要なサービス・支援とその提供方法をご本人・ご家族を中心に、入院中の病院スタッフや地域の医療・介護スタッフとともに検討します。
※必要に応じて介護認定の申請を行います。



③ ご本人・ご家族の意向について相談、在宅ケア方針の決定、各職種の役割分担調整



④ 在宅医療を中心とした在宅ケア生活へ



《事例》 病状が進行し、自宅に帰ることが難しくなってしまった

Bさんは73歳。膵癌で他の臓器に転移もあります。入退院を繰り返しながら抗がん剤治療を行っていましたが、副作用が強く、抗がん剤が効かなくなってきたことから、今後は癌と戦うような積極的治療ではなく、苦痛を和らげる緩和的治療を行う方針になりました。

Bさんとそのご家族は、最期の瞬間まで自宅で過ごしたいという希望があり、入院中に主治医やソーシャルワーカーに相談。病状進行に伴い、身体機能が低下し、通院することが大変になったため、退院後に訪問診療を受けることになりました。

退院前に、在宅医療に関わる関係者同士で情報共有を行い、**ケアマネジャー**は自宅で安楽に過ごせるよう**ベッドや床ずれ予防のマット**などを手配しました。また、自宅でお風呂に入ることが難しく、**訪問入浴**も利用することになりました。

癌の終末期の方は、頻回にケアが必要なことから**訪問看護**を利用することが多いです。痛み止めの麻薬を注射で毎日使うので、毎日、訪問看護に介入してもらい、日々の身体の状態をケアしてもらうことができました。また横になっている時間が多かったことから、床ずれができてしまう可能性が高かったのですが、訪問看護師が注意深く対応してくれたことで予防することができました。

支援者が訪問した際は、ご家族の不安や心配事のお話も伺いました。ご家族のお気持ちにも寄り添うことで、ご家族も安心してBさんと一緒に穏やかな時間を過ごすことができるようになりました。

人生会議をご存じですか？

「人生会議（ACP）」とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことです。

あなたが大切にしていることは何ですか？

ステップ① 考える

心身の状態に応じて
意思は変化するため
何度でも繰り返し考え
話し合いましょう

自分がどうしたいか考えてみる

「誰とどこでどう暮らしたいか/
何がしたいか/何がしたくないか」
など、自分が大切にしていることや
価値観について考えてみましょう。

ステップ③ 共有する

ステップ② 話し合う

信頼できる人たちと話し合い、
話し合いの結果を
大切な人たちに伝えて共有しましょう。

あなたが信頼できる人は
誰ですか？

もしもの時に、ご自身の尊厳や周囲の大切な人たちが安心してケアをすすめることができるよう、
あなたが希望する医療やケア、大切にしてほしいことや望んでいること
どこでどのような医療やケアを望むかなど
前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが重要です。

命の危険が迫った状態になると約70%の方が、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いと言われています。
自分の考えについて家族や友人などと話し合いましょう。

在宅看取りのロードマップ

本人・家族の心に寄り添う4つのステージ

活動期から看取り後までの流れと、各段階での心理変化・必要な支援を視覚化し、不安を解消する

ステージ1～2：在宅生活の開始と継続（①活動期～②療養期）

①

「人生会議」で納得感のある在宅移行を

多職種が連携し、本人と家族の意向を確認。
急変時の対応策を提示して不安を軽減します。



②

介護負担を抑え、生活の質を維持する柔軟な支援

訪問診療に加え、ショートステイ等の
レスパイト活用で家族の心身の疲労を防ぎます。



③

揺れ動く家族の心への継続的なアプローチ

日常的な会話やICTツールを通じ、変化し続ける本人と
家族の意向をこまめに再確認します。



ステージ3～4：穏やかな最期への準備と実践（③終末期～④看取り後）

④

自然な経過の理解と苦痛を和らげるケアの優先

過度な点滴が苦痛になる可能性を説明し、
医療側の価値観を押し付けずに心に寄り添います。



⑤

身体変化の事前共有と家族による看取りケア

呼吸の変化を事前に伝え、
手を握るなどの具体的なケアを提案してパニックを防ぎます。



⑥

自宅で看取ることによる「納得感」の獲得

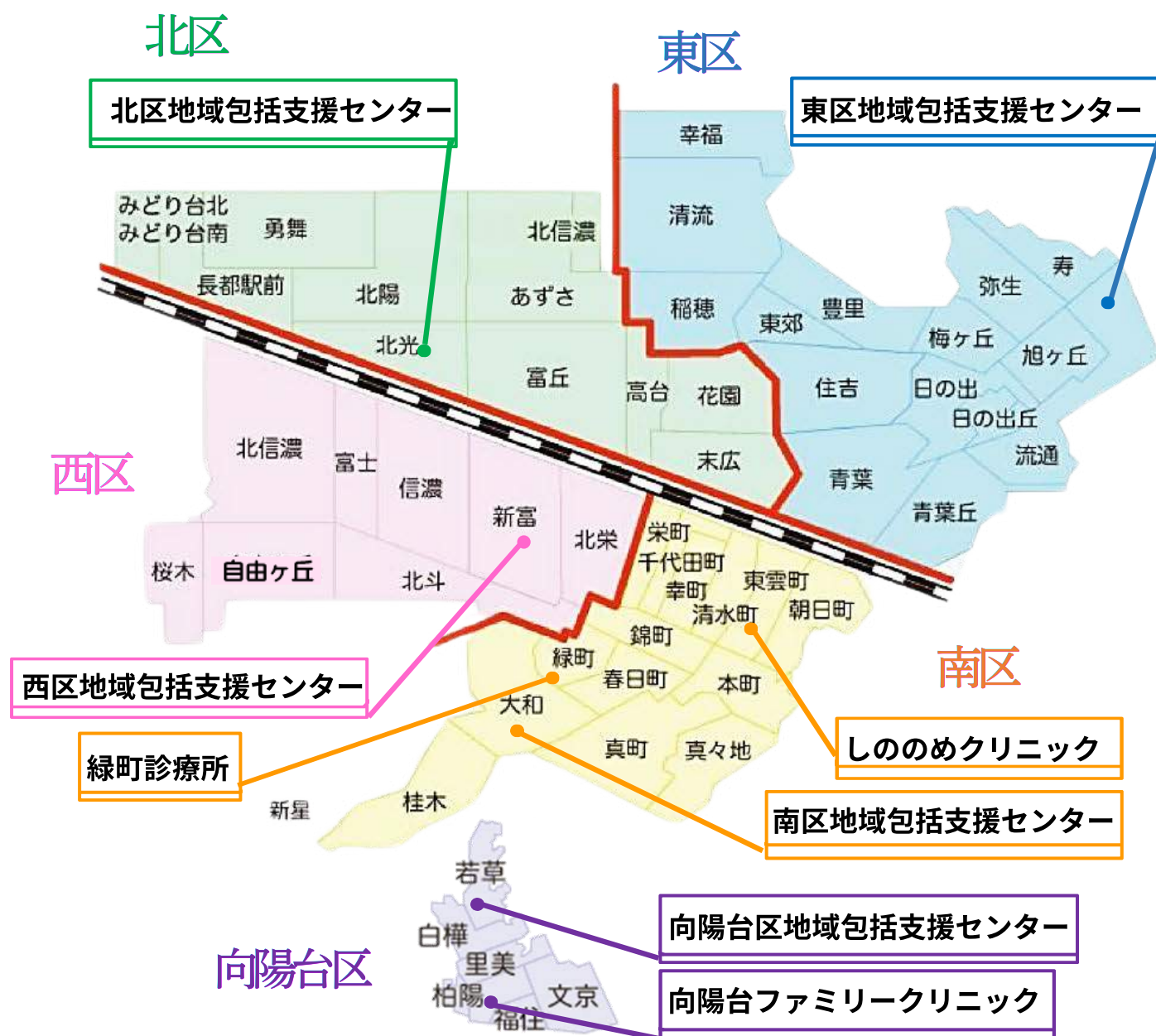
穏やかな素期を見届けることで、
家族は「自宅で看取れてよかった」という満足感を得られます。



支援の核心

本人・家族の意向を継続的に確認しながら、医療・介護の多職種が連携して
在宅での「穏やかな最期」を支える包括的なケアを提供する

千歳市 在宅医療関係機関マップ



地域包括支援センター

- 東区地域包括支援センター きずな Tel : 0123-40-6516
- 西区地域包括支援センター きずな Tel : 0123-42-3131
- 南区地域包括支援センター きずな Tel : 0123-22-5188
- 北区地域包括支援センター きずな Tel : 0123-25-8180
- 向陽台区地域包括支援センター きずな Tel : 0123-48-2848

訪問診療提供医療機関

- 向陽台ファミリークリニック Tel : 0123-48-5151
- しののめクリニック Tel : 0123-22-6511
- 緑町診療所 Tel : 050-1722-7985
- 千歳豊友会病院 Tel : 0123-24-4191

恵庭市 在宅医療関係機関マップ

北広島市 輪厚

イーハトーブ在宅ケアクリニック活き粋

※診療地域／恵庭市・千歳市の一部の地域

北広島市 中央

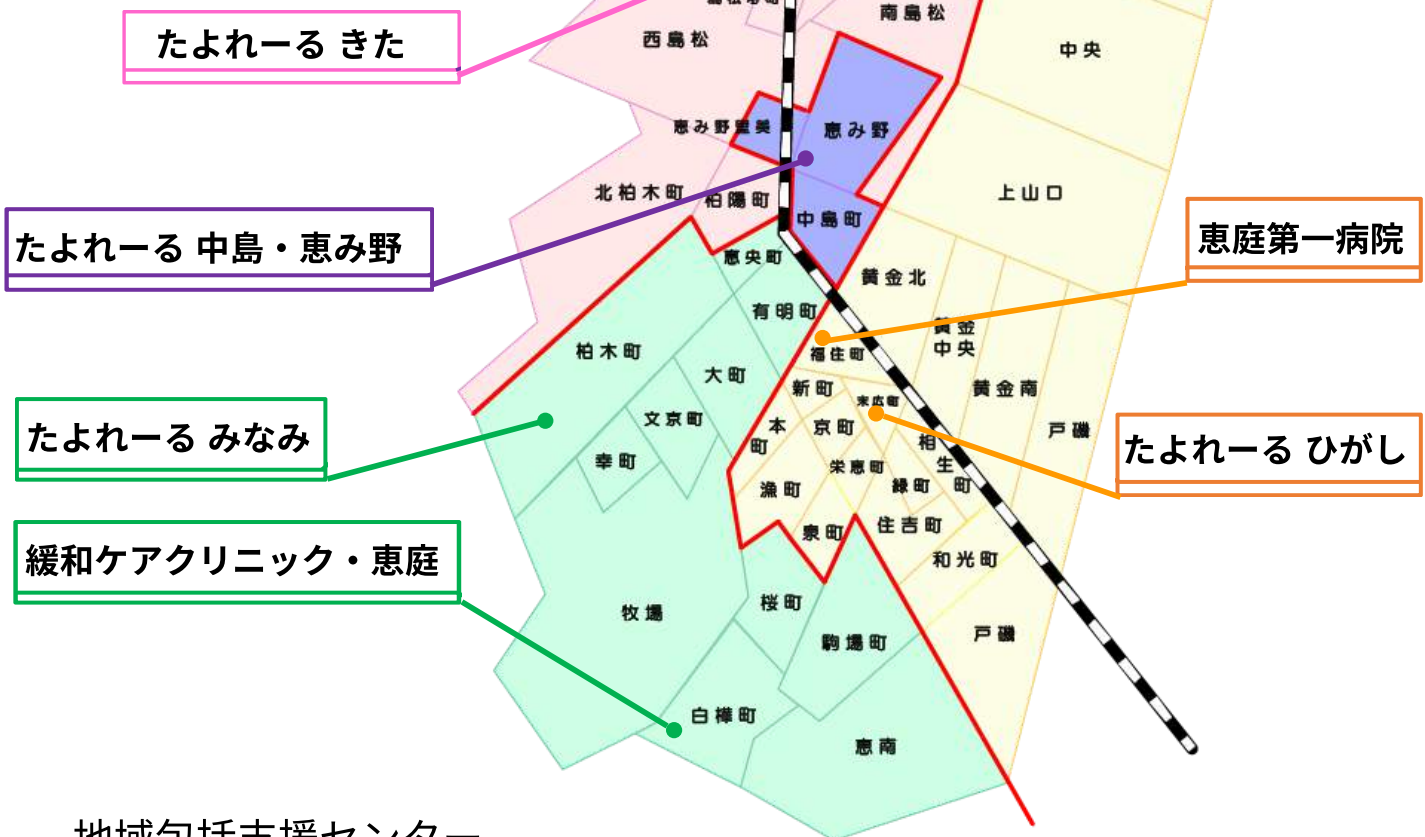
北広島病院

※診療地域／恵庭市の一部の地域：島松・恵み野(北広島寄り)

北広島市 美沢

ささえるクリニックきたひろ

※診療地域／恵庭市の一部の地域



地域包括支援センター

- たよれーる ひがし Tel : 0123-29-5541
- たよれーる みなみ Tel : 0123-34-8467
- たよれーる きた Tel : 0123-25-3100
- たよれーる 中島・恵み野 Tel : 0123-36-0036

訪問診療提供医療機関

- 緩和ケアクリニック・恵庭 Tel : 0123-35-3300
- 恵庭第一病院 Tel : 0123-34-1155

北広島市 訪問診療提供医療機関

- イーハトーブ在宅ケアクリニック活き粋 Tel : 011-370-3888
※診療地域として恵庭市・千歳市の一部の地域
- ささえるクリニックきたひろ Tel:011-807-5315
※診療地域として恵庭市の一部の地域
- 北広島病院 Tel:011-373-5811(代表) 011-398-5275(直通)
※診療地域として恵庭市の一部の地域：島松・恵み野(北広島寄り)

在宅医療・介護連携支援センターの紹介

在宅医療・介護連携支援センターは、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生活を続けていくために、地域の医療・介護の関係団体が連携して、在宅医療と介護が一体的に受けられるよう関係機関同士の連携体制の構築を行っています。

介護や高齢者に関わる総合相談窓口である地域包括支援センターとの連携を図りながら事業を運営しています。医療機関と介護事業との関わりの中でお困りのこと等ございましたらお気軽にご相談ください。

千歳市在宅医療・介護連携支援センター ちとせの介護医療連携の会

〒066-0042

千歳市東雲町1丁目11番地

千歳市しあわせサポートセンター内

Tel:0123-49-3330 Fax:050-3164-9823

E-mail: chitose.renkeicenter@gmail.com

Web: <https://www.chitose-renkei.com>



QRコード
ちとせの介護医療連携の会
(ホームページ)

恵庭市在宅医療・介護連携支援センター 連携センター りんく

〒061-1373

恵庭市恵み野西2丁目3-10 シャロームめぐみの内

Tel:0123-36-0101 Fax:0123-36-5001

E-mail: enw-ikrcenter@megumino.or.jp

Web: <https://www.eniwa-link.jp>



QRコード
連携センター りんく
(ホームページ)

【企画・編集】

千歳市在宅医療・介護連携支援センター ちとせの介護医療連携の会
恵庭市在宅医療・介護連携支援センター 連携センター りんく