

ときどき入院・入所 ほぼ在宅

横須賀市

まえがき

この冊子は、施設を中心とした医療と介護サービスを上手に活用し、無理のない在宅療養生活を送ることを、市民の皆さんにご提案するものです。

横須賀市では平成 25 年度に在宅療養ガイドブック「最期までおうちで暮らそう」を発行しました。この「最期までおうちで暮らそう」では、ご自宅での療養や看取りについて考える時に理解しておいていただきたい、基本的なことをまとめました。

これを第 1 弾とし、今回の冊子は、在宅療養ガイドブックのシリーズ第 2 弾となります。

第 2 弾「ときどき入院・入所 ほぼ在宅」では、より具体的な在宅療養生活を紹介していきます。

在宅療養を始めるにあたって、心配なことはそれぞれにお持ちと思いますが、多く耳にするのは「ご家族への負担」や「具合が悪くなった時の不安」です。

人生の最終段階を迎えるころには、医療・介護が必要となる場合がほとんどです。「住み慣れたわが家で最期まで暮らしたい」と思っても、その介護のすべてを家族だけで担おうとすると、負担は大きなものになります。また、急変時の不安を持ちながらでは、穏やかな生活を送るのは難しくなってしまいます。

今回の冊子では、介護保険を利用した通所のサービスや短期間入所、在宅患者さんの病状が悪化した時などの病院の受入体制についてもご紹介します。

この冊子をとおして、少しでも在宅療養に対しての不安が和らぎ、人生の最期を迎える時のひとつの選択肢として、在宅療養・在宅看取りをご検討いただければ幸いです。

もくじ

1. エピソード① デイサービスを利用する	1
2. 通所サービス	3
3. エピソード② ショートステイを利用する	5
4. ショートステイ(短期入所)やその他施設の短期宿泊利用	7
5. エピソード③ 入院が必要になったら	11
6. 医療機関の機能分担	13
7. 病院への入院	14
8. 「退院する」ということ	14
9. 介護保険サービスについて	15
10. 介護予防・日常生活支援総合事業	16
11. 在宅療養に関する相談窓口	17
12. あとがきにかえて	19
13. 資料のご紹介	20

在宅療養ガイドブック vol.1 もくじ

- ・エピソード① おうちに帰りたかったおじいちゃん
- ・在宅療養とはじめ
- ・在宅療養と在宅看取り
- ・あなたの意思を伝える“リビング・ウィル”
- ・在宅療養を支えるスタッフと自宅でできる医療と介護
- ・エピソード② 住み慣れた我が家へ帰るために～退院前カンファレンス～
- ・在宅療養に関わる保険制度と費用負担
- ・自宅での看取りにあたって
- ・エピソード③ おばあちゃんの旅立ち
- ・在宅療養に関する相談窓口
- ・あとがきにかえて～“わたし”からのメッセージ～
- ・資料のご紹介

デイサービスを利用する

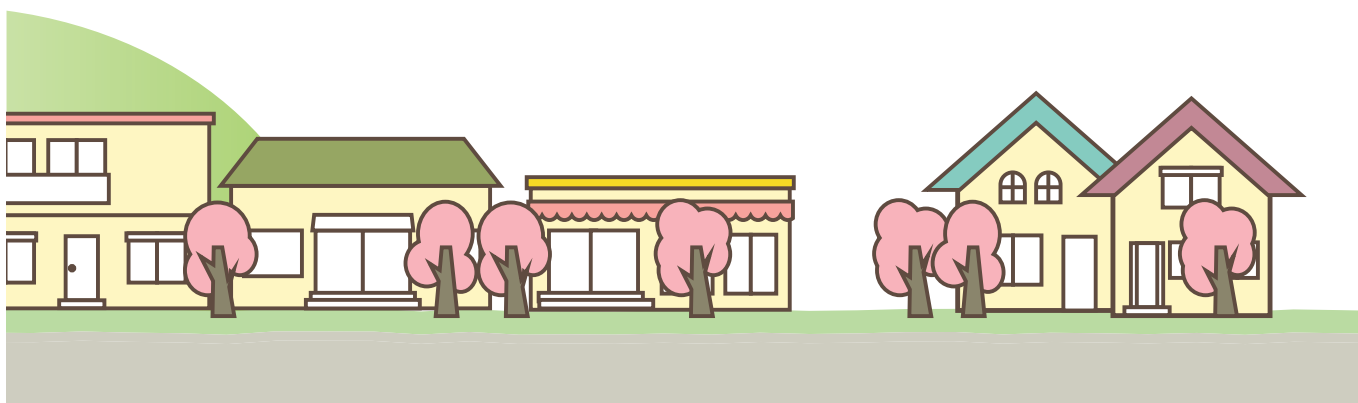
エピソード①

私の妻は認知症のため、夜間に外へ出てしまったり、幻覚が見えて騒いだりと、どう対応したらいいのか困っていました。そんな私たちを心配して、ご近所さんが、地域の民生委員さんと様子を見に来てくれました。

「このままじゃ家族も共倒れしちゃいますよ。介護保険サービスを上手に使いましょう。介護認定は受けていますか？」

そう言えば、認知症の診断を受けた時、先生からそんな話も聞きましたが、気が動転して、何もしていませんでした。早速、近くの地域包括支援センターを民生委員さんから教えてもらい、相談することにしました。地域包括支援センターでは、妻の状態や私の悩みを聞いてくれて、それに適したどんな介護保険サービスがあるのかも教えてくれました。また、認定申請の手続きも代行して行ってもらえました。その後、妻は要介護2の認定を受け、担当のケアマネジャーも無事決まりました。妻には昼夜逆転の様子も見られたので、ケアマネジャーと相談し、昼間は寝ないでしっかりと活動してもらうように、週2回の認知症対応型デイサービスを開始しました。

認知症になってからは、知らない場所に行くのを嫌がるが多かったのでちゃんと通えるか不安もありました。しかし、認知症に理解のある職員さんの温かい声掛けもあり、徐々にデイサービスにも慣れ、スムーズに通えるようになりました。



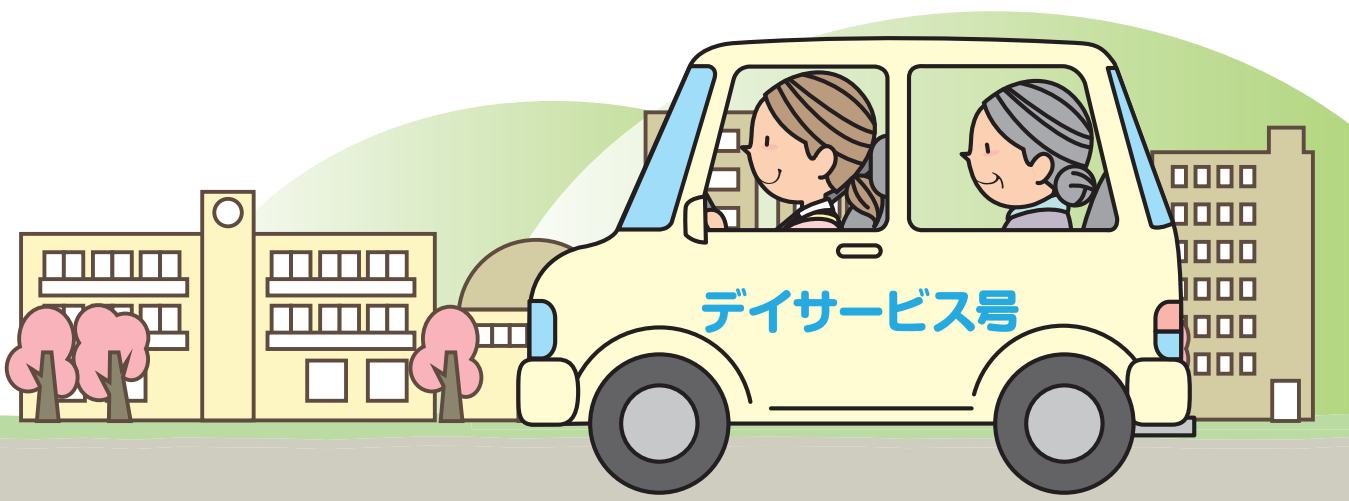
その後は、私も、先生やデイサービスの方々にアドバイスをもらいながら、妻との過ごし方が分かるようになり、妻の状態も段々と落ち着いてきました。夜間に外に出てしまったり幻覚が見えたりすることも少なくなり、介護負担も心持ち軽くなりました。

妻がデイサービスに通う日中は、時間があるので家でゆっくり読書をしたり、趣味のダンス教室に通ったりして気分転換しています。月に 1 回は、市が主催する「認知症高齢者介護者の集い」にも参加しています。

介護は家族だけで抱え込まず、介護保険サービスを上手く利用するのが長い介護生活を乗り切るコツだと思いました。

デイサービスを利用する場合の相談先

- ・ 担当のケアマネジャー
- ・ お住まいの地区を担当する地域包括支援センター



通所サービス

(1) 通所サービスとは

通所サービスは、日帰りで施設に通って受ける介護保険サービスです。通所サービスの施設では、日常生活の支援や、機能訓練、レクリエーションなどを受けることができます。要介護・要支援認定を受けている人が利用でき、施設は利用者の自宅から施設までの送迎も行います。

(2) 通所サービスの種類

①通所介護（デイサービス）

デイサービスセンターなどの通所介護施設に通い、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や、レクリエーション、生活機能訓練などを受けることができます。

身体を動かすことや、仲間ができる社交の場を提供することで、リフレッシュを図り、閉じこもりの防止、孤独感の解消、ストレスの軽減などの効果と、家族の負担軽減も期待できます。



②通所リハビリテーション（デイケア）

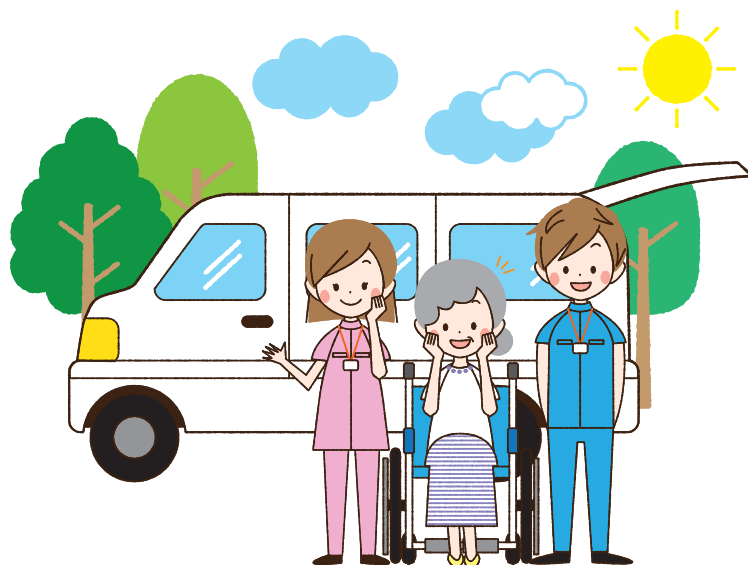
介護老人保健施設や診療所、病院などに通い、医師の指示に基づいて日常生活の自立を助けるために必要なリハビリテーションを受け、心身機能の維持回復を図るサービスです。

各施設では医師の指示のもと、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等の専門家によるリハビリを受けることができます。



③認知症対応型通所介護（認知症対応型デイサービス）

提供するサービスは①の通所介護と同じですが、認知症の特性に配慮するため、必要な知識を持ったスタッフがサービスを提供します。



ショートステイを利用する

エピソード②

静子さんは86歳です。2年前に転んで太ももの骨を骨折したことから、歩くことが難しくなり、車いすを使って生活をしています。要介護3の認定を受けています。以前から娘夫婦と同居していて、日々の世話など、夫婦が協力して自宅で介護にあたっています。

しかし、娘夫婦も、毎日の介護には体力的に辛いこともあるようで、疲れた様子も見えます。この2年、あんなに好きだった旅行にも行っていません。最近、静子さんは「娘たちの体力や生活のことを考えると、私は施設に入った方がいいかもしれない……」と考えています。静子さんの本音としては、住み慣れた家で、家族の顔を見て過ごしたいのですが、娘やお婿さんの大変そうな姿を見ると、気持ちが揺らぎます。

ある日、静子さんは思い切って担当のケアマネジャーに打ち明けてみました。「娘たちの負担になるし、私は施設に入った方がいいのかしら……」ケアマネジャーは、静子さんの話をじっくり聞いて、そして、「静子さん、ショートステイってご存知ですか？」と言いました。「ショートステイは、短期間施設に入所するサービスです。静子さんは施設で介護を受けられるし、その間で家族はリフレッシュできますよ」とのことです。

知らない人が多くいる場所は苦手な静子さんですが、思い切って利用してみることにしました。娘は「お母さん、知らない人と一緒に過ごすなんて、大丈夫？」と心配顔。それでも、静子さんは言いました。「少しの間じゃない。あなたたちはゆっくり旅行に行ってきて」



ショートステイでは、はじめこそ戸惑いを感じましたが、帰るころには施設での生活にもなじめるようになってきました。最終日、迎えに来てくれた娘夫婦は、いつも以上に笑顔いっぱい元気な様子。久しぶりにのんびり旅行に行くことができ、リフレッシュできたようです。静子さんへも旅行の楽しかった話をたくさんしてくれました。

（おうちで過ごすのが一番だけど、このくらいなら時々施設にお世話になってもいいな……）と静子さんは思いました。



ショートステイを利用する場合の相談先

- ・ 担当のケアマネジャー
- ・ お住まいの地区を担当する地域包括支援センター

ショートステイ(短期入所)や その他施設の短期宿泊利用

(1)ショートステイとは

ショートステイとは、特別養護老人ホームなどの高齢者施設に、あらかじめ利用期間を定めて短期間入所するサービスのことです。入浴や食事等の日常生活上の世話や、機能訓練を受けることができます。医療的な支援が必要な方の場合は、介護老人保健施設などを利用し、看護及び医学的管理のもとで、同様のサービスを受けることもできます。

利用を希望する場合、要介護の人はケアマネジャーに、要支援の人は地域包括支援センターに相談しましょう。

(2)ショートステイの利用目的

可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、自宅にこもりきりの孤立感の解消や、心身機能の維持回復を目的に利用します。その他にも、介護者が病気や冠婚葬祭、出張によって一時的に介護できない場合や、介護者が休息をとりたい場合などに利用することができます。

(3)ショートステイを提供する施設

ショートステイは、いくつかの高齢者施設によって提供されています。

特別養護老人ホームなどの介護保険施設内にショートステイ専用の居室が併設されているものが主流ですが、横須賀市内にはショートステイのみを単独で行っている事業所もあります。サービスを提供する事業所の種類や部屋のタイプによって利用料金が異なります。

また、一部の有料老人ホームでもショートステイを提供していますが、施設のタイプにより介護保険が適用になる場合と、ならない場合があるので事前の確認が必要です。

(4)短期宿泊利用ができるその他のサービス

ショートステイの他に、施設を短期利用できるサービスがあります。サービスにより利用条件や方法が異なりますので、事前にケアマネジャーや地域包括支援センターに相談してください。

①小規模多機能型居宅介護

高齢者が、住み慣れた家・地域での生活を継続することができるように、施設への「通所」と「宿泊」、自宅への「訪問」の3サービスを組み合わせた在宅介護サービスです。要介護または要支援の認定を受けた人が利用できます。利用する場合は、小規模多機能型居宅介護を提供する施設に登録をします。利用者のサービスの利用方法の相談や調整は、施設に所属するケアマネジャーが担当します。すでに在宅介護サービスを利用して、担当のケアマネジャーがいる場合はケアマネジャーを変更する必要があります。

通常、「通所」、「宿泊」、「訪問」は、別々の事業所の異なる職員からサービスを受けることが多いですが、小規模多機能型居宅介護では、3つのサービスを同じ事業所の職員が対応するのが大きな特徴です。

②認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症の高齢者が共同で生活し、小規模で家庭的な雰囲気の中で、それぞれが料理や掃除等の役割を持ち、できる限り自立した生活を送ることを目指した施設です。認知症の症状があり、要支援2もしくは要介護の認定を受けた人が入居できます。

グループホームは通常、長期的に入居して利用する施設ですが、定員に空きがある際などは、短期利用ができる場合もあります。



ショートステイを利用できる施設

ショートステイは、特別養護老人ホームなど、施設で生活する「施設サービス」を行っている高齢者施設によってサービスが提供されることが主流です。ここではそういった施設を簡単に紹介します。

①特別養護老人ホーム【特養】（介護老人福祉施設）

寝たきりや認知症などで、常に介護が必要で自宅での生活が難しい人のための施設です。施設に入所して入浴・排せつ・食事などの介護、機能訓練、健康管理、療養上の世話などを受けることができます。原則として要介護3以上の認定を受けた人を受け入れます。（本入所の場合）。

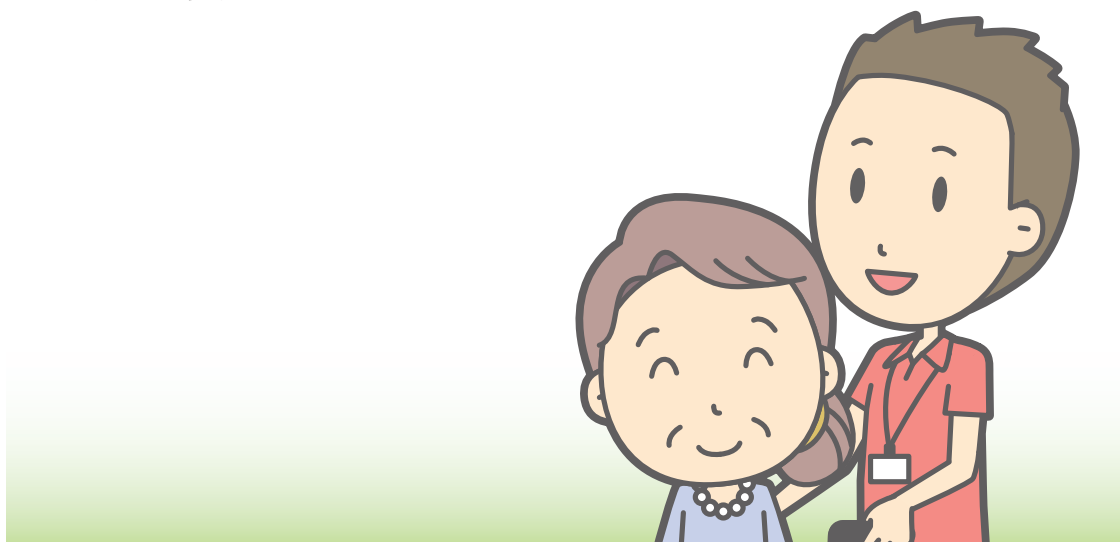
終末期の看取り介護を行っている施設もあり、高齢者の「終の棲家」としての役割を果たす側面も持っています。

特別養護老人ホームはあくまで高齢者の「生活の場」なので、医療処置への対応には限界があります。

②介護老人保健施設【ろうけん】

入院治療をする必要のない状態で、リハビリテーションや看護・介護を必要とする人に対し、在宅への復帰を目指す施設です。要介護の認定を受けた人を受け入れます。

介護老人保健施設の入所目的は、在宅復帰を目指すことであるため、長期間入所し続けるような施設ではありません（3か月以内）。リハビリ状況によって定期的に入所継続の判定が行われ、退所可能であると判断された場合には、スタッフとともに在宅復帰に向けて調整していくことになります。



③有料老人ホーム

要介護や要支援の認定を受けた人、または介護認定のない自立した人を受け入れている施設です。

生活援助や緊急時の対応、レクリエーション等を提供しています。介護が必要な場合は、外部サービスを利用する施設や、特別養護老人ホームのように施設の職員が対応する施設もあります。入居費用に関しては、比較的低額のものから高額なものまで、入居者のニーズに合わせた様々な老人ホームがあります。

メモ

- ・ ①・②の説明は、入所の場合です。ショートステイ利用の場合は要支援1の方から利用可能です。ケアマネジャーに相談しましょう。
- ・ 有料老人ホームは、介護認定を受けていない方でもショートステイの利用は可能ですが、費用は全額自費となります。介護認定を受けている方も、介護保険の適用になる場合、ならない場合があります。料金や申込方法については直接施設にお問い合わせください。



入院が必要になったら

エピソード③

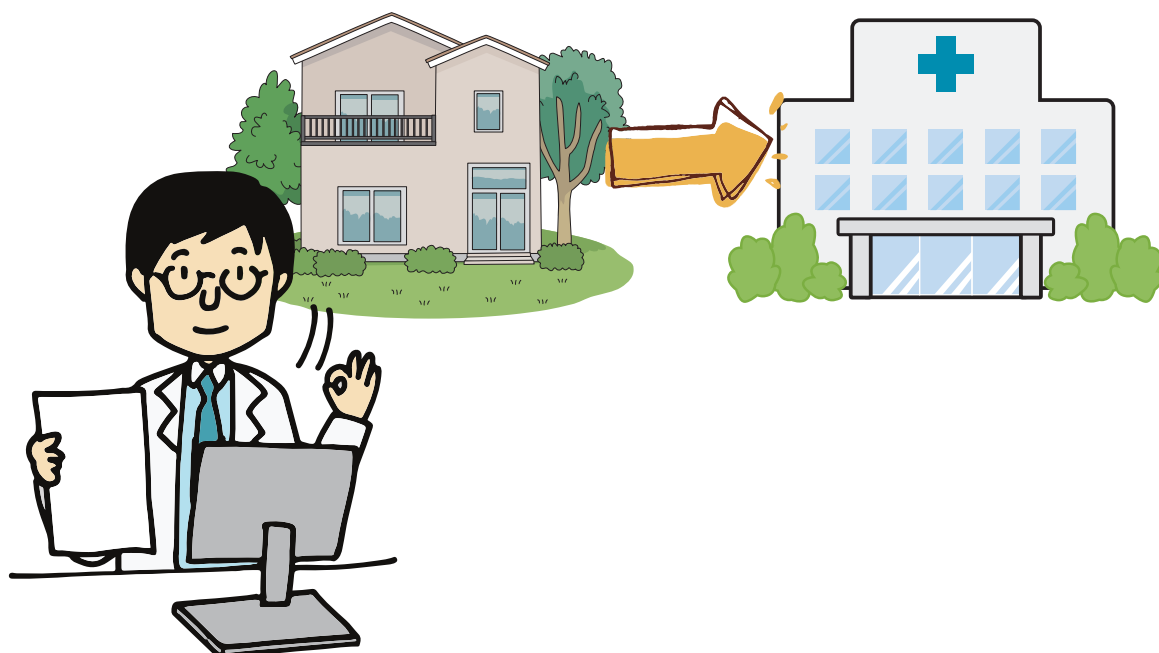
夫が寝たきりの生活になり、2年が経ちます。おかゆなどは食べることができませんが鼻に通した管からも栄養を補給しています。

介護の必要性が最も高い「要介護5」の認定を受けています。夫婦2人暮らしですので、介護の中心は妻である私ですが、医師の訪問診療や、訪問看護、ヘルパー、訪問入浴などを利用し、なんとか穏やかに生活しています。

ただ、いつ何があるか分からないし、急に具合が悪くなった時は心配です。ある日、訪問診療をしてくれている在宅医の先生に、そのことについて相談してみました。

「ちょうど私もお話ししようと思っていました。横須賀市医師会には在宅の患者さんをあらかじめ協力病院に登録しておく制度がありますよ。登録しておきましょう」と答えてくれました。

在宅患者の状態が悪化した時などにスムーズに入院治療を受けられるよう、あらかじめ協力病院に登録しておく制度だそうです。いざという時に入院をお願いできる病院があれば、在宅で療養している患者や家族が安心して自宅で過ごせます。さっそく夫も、この制度に登録をしてもらいました。



それからしばらくは落ち着いていましたが、ある日、夫の具合が急に悪くなりました。在宅医の先生からは、急変時の連絡先を教えてもらっていらしたので、連絡すると先生が往診に来てくれました。どうやら肺炎を起こしているとのこと。

先生は、協力病院に電話で状況を説明し、入院の了解を取ってくれました。近くに住む息子が車を出してくれ、夫を抱きかかえて自家用車で病院へ連れて行き、そのまま入院、治療となりました。

2週間ほどで病状も良くなり、退院して、自宅に戻ることができました。夫も自宅に戻ることができて落ち着いた様子です。

私も、何か起きても安心して自宅で過ごせる気持ちを持てましたので、介護を頑張りながら残りの人生を夫婦二人で過ごしていきたいと思っています。

在宅患者入院支援登録システムを利用する場合の相談先

かかりつけの在宅医(横須賀市医師会員の医師)



医療機関の機能分担

(1) 病院と診療所の違い

医療機関のうち、入院用のベッドが 20 床以上ある施設を「病院」といい、入院用のベッドがない、または 20 床未満の施設を「診療所」（〇〇医院や□□クリニックなど）といいます。

病院は、診療所では対応できない高度な治療や精密な検査を提供するところです。

日頃の健康維持や、軽度な体調不良は地域の診療所を受診しましょう。

できれば、日頃のご自身の健康状態を把握していて、健康や病気についての心配事などを相談ができる「かかりつけ医」があると安心です。

詳しい検査や高度な治療が必要な場合は、かかりつけ医や他の診療所などから紹介状をもらった上で、病院を受診するようにしましょう。

大学病院や 200 床以上の病院の場合、紹介状がないと診療を断られる場合や、初診料などの通常の診療費とは別に追加料金が加算される場合があります。

これは、大きな病院に軽度の症状の人が多く行くことで、待ち時間が長くなったり、重症の人の受診が遅くなったりすることを防ぐことを目的として、病院と診療所が機能分担していくための制度です。

(2) 横須賀市医師会の在宅患者入院支援登録システム

在宅療養されている患者さんやご家族が安心して自宅で過ごせるよう、横須賀市医師会では、平成 26 年 9 月から市内各病院協力のもと「在宅患者入院支援登録システム」の運用を開始しました。

これは、急な病状悪化や検査・治療などが必要な時に入院できるよう、事前に協力病院に登録しておく制度です。在宅訪問診療をしている医師は、患者さんと相談しながら、情報を登録します。あらかじめ入院支援協力病院に患者情報を提供することで、スムーズな入院が可能となります。

病院への入院

(1) 在宅患者に治療が必要とされる場合の入院

病状が悪化して、在宅医療では対応できない場合には、入院が必要になりますが、急な病状変化で心配な場合でも、慌てて救急車を呼ぶ前に、まずは訪問看護師または在宅医に連絡をして、指示を仰ぐようにしましょう。

肺炎で発熱が続く場合や、骨折で手術が必要となった時など、入院治療が必要と判断された際には、在宅医が病院の医師と連携します。その際、事前に横須賀市医師会の「在宅患者入院支援登録システム」への登録が行われていれば、よりスムーズな入院対応が可能になります。

(2) 検査の必要がある場合の入院

採血検査や心電図、超音波検査など、医療機器の発達により、在宅療養でもある程度の検査ができるようになりましたが、放射線検査や高度医療機器、特殊な検査機器による精密な検査など、病院でなくてはできないことも数多くあります。そのような検査が必要となった際は、在宅医が病院へ事前紹介することにより「検査目的での入院」が円滑にできます。

「退院する」ということ

病院は「治療をする」場所です。そのため、治療が終わった患者さんは退院し、新しく治療が必要な患者さんを迎え入れます。

病院では、治療を終えた患者さんの早期の退院を求められています。高度な治療を提供する病院は、その機能に特化し、大切な医療資源を守っていく狙いもあります。私たち市民がそのことを理解することも必要です。

入院期間は、想像しているより短いです。入院した時から、退院はいつごろになるのか、よく説明を聞いておきましょう。

退院後、どこで療養したいかは、入院することが決まった時から、考えておきましょう。自宅に直接戻る以外にも、一旦、介護老人保健施設等に入所して、リハビリ等に取り組んでから自宅へ戻って在宅医療を受けるという選択肢もあります。病院には医療相談室や患者支援室など、相談できる窓口があります。また、すでに介護保険サービスを利用している人は、ケアマネジャーに相談してみましょう。

介護保険サービスについて

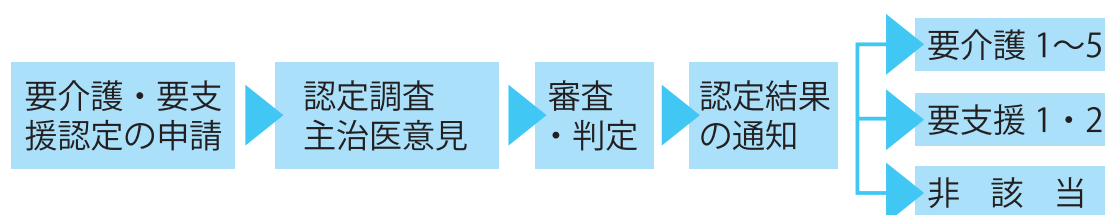
1～10 ページで紹介した、各種サービスを利用するには一部のサービスを除き、介護保険の認定が必要になります。介護保険は、介護や日常生活に支援が必要となった時に、市区町村の認定を受けて、サービスが利用できる制度です。

(1) 対象者

- ・65 歳以上(第1号被保険者)であって、介護や支援が必要となった人
- ・40 歳以上 65 歳未満(第2号被保険者)であって、特定の疾病により、介護や日常生活に支援が必要となった人

(2) サービスを受けるまでの流れ

- ①市役所の介護保険課 認定係で、要介護・要支援認定の申請をします。
ご自身やご家族での申請が難しい場合には、地域包括支援センターでも申請について相談をすることができます。
- ②市の職員などが自宅などを訪問し、認定のための調査を行います。
- ③本人の主治医に、心身の状況について意見書を作成してもらいます。
(意見書の作成は市から主治医に依頼します)
- ④認定調査の結果と主治医意見書の内容等から、審査・判定を行います。
- ⑤審査の結果、非該当・要支援(1・2)・要介護(1～5)の認定結果が通知されます。
- ⑥認定結果が要支援であれば、地域包括支援センターに連絡をし、介護予防ケアプランを作成してもらいます。要介護であれば、居宅介護支援事業者と契約し、担当のケアマネジャーを決め、ケアプランを作成してもらいます。それぞれのケアプランに基づいたサービスを受けることができます。



※申請から認定までには1か月半～2か月程度かかります。心身の状態等の事情により、要介護認定の結果が出る前にサービス利用を希望する場合は、地域包括支援センター(P18)やケアマネジャーにご相談ください。

※主治医をどこの医療機関の医師にするか、あらかじめ決めておいてください。直近2か月程度以内に受診していて、長く付き合うことのできる医師を選ぶとよいでしょう。すでにかかりつけ医がいる場合は、その医師を選びましょう。

※居宅介護支援事業者は、市区町村の指定を受け、ケアマネジャーを配置している事業者です。事業者一覧は横須賀市ホームページまたは横須賀市介護保険課で閲覧できる他、窓口で配布もしています。



◆横須賀市ホームページ「介護保険の事業所一覧」

https://www.city.yokosuka.kanagawa.jp/2640/g_info/1100051051.html

(3) 費用負担

自己負担は原則1割です。一定以上の所得者は、2割又は3割です。所得に応じて、1か月当たり15,000円～140,100円の上限が設定されています。(令和6年8月現在)



介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)は、介護予防と日常生活の自立を支援するために市区町村が行う事業です。

総合事業には、要支援1・2の認定を受けた人や、基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた人がデイサービスやホームヘルプなどのサービスを利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と、65歳以上のすべての人が利用できる「一般介護予防事業」があります。

まずは、横須賀市介護保険課、健康増進課、または地域包括支援センターに相談してください。

在宅療養に関する相談窓口

(1) ケアマネジャー

既に介護認定を受けている場合、担当のケアマネジャーが在宅療養に関わる相談に乗ってくれます。どのようなサービスが利用できるのか、相談してみましょう。また、在宅療養中に入院となったときは、ケアマネジャーにも連絡しましょう。病院への介護保険に関する連絡、退院に向けての相談にも対応してくれます。

(2) 地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で生活を継続できるよう支援を行う地域の拠点として設置されています。保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職がいて、高齢者やそのご家族の相談を受けてくれます。また、要支援1・2の方及び基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた人(事業対象者)のケアプランを作成しています。

横須賀市では、地域ごとにセンターを設置しています。お住まいの地域のセンターにご相談ください。〔18 ページ参照〕

(3) 横須賀市民生局福祉こども部介護保険課・地域福祉課

介護保険制度についての相談や、高齢者等の介護を含む相談を受け付けています。

介護認定の申請のことは	介護保険課	認定係	電話：046-822-8310
介護サービスや給付のことは	介護保険課	給付係	電話：046-822-8253
介護を含む福祉の相談は	地域福祉課	総合相談担当	電話：046-822-9613

(4) 病院の相談室

病院の中には、外来・入院患者が、心配事について相談できる窓口があります。治療方針や介護保険の申請、退院後の在宅療養などで不安があれば相談してみましょう。患者支援室、退院支援室、医療相談室など、名称は病院によって異なりますが、ソーシャルワーカーや退院調整ナース等の相談員が対応してくれます。



地域包括支援センター一覧

セ ン タ ー 名	TEL (市外局番 046)	担 当 地 域
追浜地域包括支援センター (サンビーチ追浜4階)	865-5450	鷹取・追浜本町・夏島町・浦郷町・ 追浜東町・浜見台・追浜町・追浜南町・ 湘南鷹取
田浦・逸見 地域包括支援センター (横須賀基督教社会館内)	861-9793	船越町・港が丘・田浦港町・田浦町・ 田浦大作町・田浦泉町・長浦町・安針台・ 吉倉町・西逸見町・山中町・東逸見町・ 逸見が丘
本庁第一地域包括支援センター (聖ヨゼフ在宅ケアセンター1階)	828-3830	坂本町・汐入町・本町・稲岡町・泊町・ 小川町・大滝町・緑が丘・若松町・上町・ 不入斗町・鶴が丘・平和台・汐見台
本庁第二地域包括支援センター (三春コミュニティセンター内)	824-3253	日の出町・米が浜通・平成町・安浦町・ 三春町・富士見町・田戸台・深田台・ 望洋台・佐野町
衣笠第一地域包括支援センター (共楽荘内)	851-1963	衣笠栄町・金谷・池上・阿部倉・平作・ 小矢部2丁目・小矢部4丁目
衣笠第二地域包括支援センター (横須賀グリーンヒル内)	838-4774	公郷町・小矢部1丁目・小矢部3丁目・ 衣笠町・大矢部・森崎
大津地域包括支援センター (シャローム内)	842-1082	根岸町・大津町・馬堀海岸・走水・ 馬堀町・桜が丘・池田町
浦賀地域包括支援センター (太陽の家浦賀内)	846-5160	吉井・浦賀・浦上台・二葉・小原台・ 鴨居・東浦賀・浦賀丘・西浦賀・ 光風台・南浦賀
久里浜地域包括支援センター (衣笠病院長瀬ケアセンター内)	843-3112	久里浜台・長瀬・久比里・若宮台・舟倉・ 内川・内川新田・佐原・岩戸・久村・ 久里浜・神明町・ハイランド
北下浦地域包括支援センター (横須賀老人ホーム内)	839-2606	野比・粟田・光の丘・長沢・ グリーンハイツ・津久井
西第一地域包括支援センター (高齢者総合福祉センターヒューマン内)	856-7288	山科台・太田和・荻野・長坂・佐島・ 佐島の丘・芦名・秋谷・子安・ 湘南国際村
西第二地域包括支援センター (横須賀愛光園内)	857-6604	長井・御幸浜・林・須軽谷・武

あとがきにかえて

日本ではいつの頃からか「病院で亡くなるのが当たり前」になっています。

その中で、人生の最期の時を「住み慣れた自宅で過ごしたい」と思う人もいらっしやいます。

人生の最期の時をどこで、どのように過ごすかは、選択肢は一つではありません。自宅、病院、介護施設——また、どのような医療を望むのか——年齢や病気の有無、周囲の環境によっても、希望は様々です。また、正解があるものでもありません。

もし「住み慣れた我が家で最期まで過ごしたい」と望むのなら、その選択も可能です。

しかし、病院で亡くなるのが当たり前の社会の中で、在宅での療養生活は想像するのが難しく、不安を持つ方も多くいらっしやるでしょう。

そのため、在宅療養ガイドブック第1弾「最期までおうちで暮らそう」では、在宅療養に関する基礎的な内容を、そして、今回の第2弾「ときどき入院・入所 ほぼ在宅」では、医療・介護サービスを活用した、より具体的な在宅療養生活を紹介しました。

これらの冊子をとおして、選択肢の一つとして「在宅療養・在宅看取り」があるということ、またそれを支えるためのサービスがあることをご理解いただければと思います。

安心して在宅療養・在宅看取りが選択できる——そのために、少しでもお役に立てば幸いです。

資料のご紹介

ご自宅での療養に関する資料をご紹介します。市役所の担当窓口のほか、行政センターなどで配布しています（一部、市役所のみで配布）。また、ホームページからダウンロードすることができます。ぜひご覧ください。なお、個別の内容については、各担当窓口にお問い合わせください。

◆みなさんのお役に立ちます 地域包括支援センター

介護や健康、医療などさまざまな面から地域で暮らす人たちを支えるための相談機関である、地域包括支援センターについてまとめたパンフレットです。

（お問合わせ）

福祉こども部 地域福祉課 総合相談担当 電話：046-822-9613

◆横須賀にこっとパス（認知症ケアパス）

認知症のご本人の状態に合わせて「医療・介護サービスの流れ」を示し、相談窓口や、どのようなサービスを受けられるのかなどをまとめたリーフレットです。

（お問合わせ）

福祉こども部 福祉総務課 地域力推進係 電話：046-822-9804

◆あんしん介護保険

介護保険制度のしくみからサービスの利用方法、サービスの種類まで簡潔にまとめた一冊です。

（お問合わせ）

福祉こども部 介護保険課 総務係 電話：046-822-8308

◆わたしの終活登録 パンフレット

終活ノートの保管場所などの「終活関連情報」を、生前にご登録いただき、万一の時、病院・消防・警察・福祉事務所や、本人が指定した方に回答して、本人の意思の実現を支援する事業についてまとめたパンフレットです。

（お問合わせ）

福祉こども部 地域福祉課 終活支援担当 電話：046-822-8570

◆横須賀市立図書館ホームページ 蔵書検索機能

市内の図書館に所蔵されている書籍を、書名（タイトル）や出版者などで検索することができます。

「在宅医療」などで検索すると、関連する書籍の情報が閲覧できます。



企画：横須賀市在宅療養連携会議

在宅療養連携会議は、市民の在宅療養・在宅看取りを支援するために多職種連携をすすめ、課題解決について検討する会議です。

参加団体：横須賀市医師会、横須賀市歯科医師会、横須賀市薬剤師会、市内三次救急対応病院、在宅療養ブロック連携拠点病院、横須賀地区ソーシャルワーカー連絡協議会、横須賀市介護老人保健施設連絡会、横須賀市地域包括支援センター連絡会、横須賀市居宅介護支援事業所連絡協議会、横三地区訪問看護ステーション協議会横須賀ブロック、横須賀市訪問介護事業所連絡協議会、横須賀市グループホーム連絡会、横須賀地区栄養士連絡協議会、横須賀市民生委員児童委員協議会、神奈川県理学療法士会横須賀三浦ブロック、神奈川県歯科衛生士会横須賀支部、神奈川県看護部長会横須賀支部、神奈川県司法書士会横須賀支部、神奈川県言語聴覚士会、横須賀市民生局福祉こども部・民生局健康部(令和7年3月第4版作成時)

担当：横須賀市民生局福祉こども部地域福祉課
〒238-8550 神奈川県横須賀市小川町 11 番地 消防局庁舎 1F ほっとかん
TEL 046-822-4332 FAX 046-827-8158
E-mail:iryouseisaku@city.yokosuka.kanagawa.jp

この冊子は5,000部作成し、1冊あたりの単価は66円です。

初版発行：平成29年3月

第4版発行：令和7年3月