

1 ひとり暮らしでも在宅療養は可能でしょうか？

A 解決の方法を一緒に考えましょう

関係者と相談しながら、在宅で暮らしていける方法を見つけましょう。自分の思いやかかる費用の面で納得できるまで話し合っ一緒に考えていくことができます。

かかりつけ医や担当ケアマネジャー、高齢者支援総合センターにご相談ください。なお入退院時には病院の医療ソーシャルワーカーや退院支援看護師などの相談担当への相談も可能です。

2 訪問のお医者さんにはどのくらいの頻度で診てもらえますか？

A 体調に応じて対応できます

本人の体調が悪い場合は連日訪問したり、体調が安定している場合は月1回訪問するなど、状態に応じて対応が可能な場合がほとんどです。

また、退院の際に点滴や人工呼吸器などの医療機器が必要になった場合、必要な機器が入手可能か、対応できる訪問医師や訪問看護師がいるかどうか、本人や家族の状況などを、関係者で話し合い総合的に考えていきます。

詳しくは病院の医療ソーシャルワーカーや退院支援看護師、ケアマネジャーにご相談ください。

3 最近、薬が飲みづらいつ思うことがあつて飲み残してしまいます

A 薬の飲み方に自己判断は禁物です

飲みにくい原因はたくさんあります。医師や歯科医師に相談しましょう。また薬剤師は飲みやすい薬(口の中で溶ける錠剤など)のアドバイスができますので、ご相談ください。

残った薬を自己判断で飲んだり、他の人にあげては絶対にいけません。お薬の整理に「節薬バッグ」をご活用ください。

薬の飲み忘れや管理なども薬剤師にご相談ください。歩行困難などで薬局に行けない方は、薬剤師の訪問を利用できる場合があります。

お薬についての悩みや困りごと解決！



【節薬バッグ】

飲み忘れたり、飲み残した薬はこのバッグに入れて薬局に持ってきてください。薬についての思い違いや、困りごとの解決につながることもあります。区内の指定薬局にて無料で配布しています。

4 在宅療養を支える 家族の負担を減らせる 方法がありますか？

A 問題を抱え込まないで 相談を

介護保険制度(場合によっては、医療保険や地域の社会資源など)を利用することで、家族の負担を減らせる方法があります。例えば(看護)小規模多機能型居宅介護の「訪問・宿泊サービス」や定期巡回・随時対応型訪問介護看護の利用により、家族が不安に思う夜間の対応も可能です(墨田区高齢者福祉サービスのしおり「たんぽぽ」を65歳以上の全世帯に配布していますので、ご参照ください)。

また主治医と相談して療養のための入院や、レスパイト入院※が出来る場合があります。どのようなことが負担になり、どのように負担の軽減ができればいいのかを、担当ケアマネジャーに相談してみましょう。



https://www.city.sumida.lg.jp/kenko_fukushi/koureisyu_kaiyohoken/tanpopo.html

※レスパイト入院とは

在宅療養をしている方の介護にあたっている家族の介護負担軽減や、家族の病気、冠婚葬祭等で一時的に介護ができない場合に対応することを目的とした短期間の入院です。

5 仕事と介護を両立するための 介護者への支援は ありますか？

A 休業・休暇・給付金等の 支援制度があります。

介護離職を
考える前に職場で
相談しましょう



【育児・介護休業法】

介護休業	労働者が要介護状態※ ¹ にある対象家族※ ² を介護するために、対象家族一人につき通算93日までの休業が可能です。
介護休暇	要介護状態にある対象家族の介護や世話※ ³ を行う労働者が1年に5日(対象家族が二人以上の場合は10日まで)の休暇取得が可能です。

※1 負傷、疾病または身体上若しくは精神上的の障害により、2週間以上の期間にわたり常時介護を必要とする状態

※2 配偶者、父母、子、配偶者の父母、祖父母、兄弟姉妹、孫

※3 通院等の付き添い、介護サービス適用の為の手続きの代行、その他必要な世話

【雇用保険法】

介護休業 給付金	介護休業中に会社から賃金が支払われない、もしくは80%未満の場合に支給されるものです。
-------------	---

詳しくは厚生労働省ホームページを参照してください。

「育児・介護休業法について」アドレス

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000130583.html>



「介護休業給付 Q&A」アドレス

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000158665.html>



6

在宅療養の費用はどのくらいかかりますか？

A 在宅療養の主な費用は、医療費と介護保険サービス費です。

費用の算定は、収入や、利用する医療や介護のサービス等によって変わります。医療費はかかりつけ医療機関のソーシャルワーカーに、介護保険サービス費は高齢者支援総合センターやケアマネジャーに相談し、確認しましょう。



- 診療費(訪問、往診含む)
- 処方箋により購入した薬
- 検査代

- 包帯、ガーゼなどの材料費
- 市販薬、訪問の交通費
- 保険適用外の診療

- 福祉用具、日常生活支援等
- 利用する介護保険サービス費

在宅療養の主な費用



【自己負担を軽減する制度があります】

<p>1 高額療養費と限度額適用認定証</p>	<p>病院の窓口等で支払った保険適用の医療費の一部負担金が、法令で定められた自己負担限度額を超えると、申請によって、後日、超えた額が「高額療養費」として支給されます。事前に「限度額適用認定証」の交付を受け、病院の窓口で提示すると、自己負担限度額までの支払いとすることができます。なお、オンライン資格確認システムが導入された医療機関等で、マイナンバーカード等でシステムによる確認を受けた場合は「限度額適用認定証」の提示は不要です。</p>
<p>2 高額介護サービス費</p>	<p>同じ月に利用した介護サービス利用者負担(1割~3割)合計が限度額を超えたとき、超えた額が「高額介護サービス費」として後から支給されます。同じ世帯にサービス利用者が複数いる場合は、全員合算します。</p>
<p>3 高額医療・高額介護合算制度</p>	<p>同一世帯内で介護保険と医療保険の両方を利用して、介護と医療の自己負担額が限度額を超えたとき、超えた額が払い戻されます。</p>
<p>4 難病医療費助成制度</p>	<p>国や都が指定した難病に罹患した方で、一定の要件を満たす方に対し、当該疾病の医療費の費用等について、医療保険等適用後の自己負担分を助成する制度です。</p>

問い合わせ先

<p>1 3</p>	<p>国民健康保険： 国保年金課こくほ給付係 ☎5608-6123 後期高齢者医療制度： 国保年金課長寿医療(後期高齢者医療) 資格・給付担当 ☎5608-6192 *上記以外の保険に加入している方は、加入している保険組合にお問合せください。</p>
<p>2 3</p>	<p>介護保険課 給付・事業者担当 ☎5608-6149</p>
<p>4</p>	<p>向島保健センター ☎3611-6135 本所保健センター ☎3622-9137</p>

7 住み慣れた自宅で 最期を迎えることはできますか？



A あなたの意思を尊重し、 専門職のチームが支えます

現在8割の方が病院で亡くなっていますが、「延命治療はせずに自然な死を迎えたい」といわゆる“尊厳死”“自然死”を望む方も増えています。今後の人生をどこで過ごすかを考え、決めておくことは、とても重要なことです。あなたの人生はあなたが主役ですから。

将来、意思決定能力がなくなってもあなたの意思を尊重し、自宅での療養等、希望に沿った対応ができるよう専門職のチームが支えます。(人生の最終段階になると医療やケアについて自分で決めたり、望みを伝えることが難しくなると言われています。)

もしものときのために「人生会議」

あなたが望む医療やケアを受けるために、大切にしていることや望んでいることを自分自身で前もって考え、信頼する人たちと話し合い、共有する取組が「人生会議」です。

今後の人生をどう過ごしたいか考えましょう

伝え、話し合い、共有しましょう

自分にとって大切なことは何だろう

信頼できる人は誰だろう

自分の考えを信頼できる人やかかりつけ医、ケアマネジャー等に伝えてみよう

伝えたことについて話し合ってみよう

話し合いの結果を大切な人たちと共有しよう

気持ちの変化があった時は、何度でも考え、話し合しましょう

将来、自分はどこで、どう過ごしたいのか。何がしたいのかを元気なうちから考えて話し合うことが大切なんです。



詳しくは…

ホームページをご覧ください。

- 東京都
ACP普及啓発小冊子
「わたしの思い手帳」

https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/zaitakuryouyou/acp_booklet.html



- 厚生労働省
「人生会議」してみませんか

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html



※このような取組は、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。