いつまでも住み慣れた生活の場や
希望する場で暮らすために

在宅療養

山形市では、疾病を抱えていても、自宅等の住み慣れた生活の場で療養し、
自分らしい生活を続けられるよう、関係機関連携による適切な
在宅医療・介護を提供できる体制構築を目指し取り組んでいます。

在宅療養を経験した方の声・支援者の声

仕事を続けながら母の介護ができています

訪問サービスによる寄り添った対応に安心して高齢の母を一人にして仕事に出かけることができています。家庭の事情や介護する側、される側の意向により介護は多種多様であり正解はないかと思いますが、介護は精神的な部分に係ることも大きく、他人の手を借りることも必要であり、それにより上手くバランスが取れているように思います。介護に悩んだり疲弊する前に、このようなサービスの良さを多くの方に知っていただきたいと思っています。

自宅でも医療を受けることができています

病気により在宅酸素や痰の吸引など医療機器が必要でベッドの上での生活ですが、主治医の定期的な診察と訪問介護・看護などが 24時間体制で自宅に訪問してくれるため、安心して生活できています。家族としても、不安な時や相談したいときにすぐ対応してくれるため、安心して在宅介護ができています。

住み慣れた場所での最期を支えました

がん末期と診断されてから、「最期は住み慣れた自宅で過ごしたい」という、本人と家族の想いに寄り添うため話し合いを行い、自宅での療養がスタートしました。徐々に病気の進行による体調の変化や痛みなどにより、本人・家族の不安がみられましたが、支援者同士が連携し、心身ともにサポートを行ったことで、体調の安定と痛みの軽減から安心感が生まれ、最期は家族に見守られながら穏やかに旅立たれました。

山形市　在宅医療･介護連携推進事業

通院が難しくなったときや退院後など「自宅などの生活の場」で診療や治療処置等を受けることができます

自分らしく生活しながら治療を続ける「在宅療養」という選択もあります。

在宅療養を支える関係機関が連携し、住み慣れた生活の場で自分らしい生活を続けられている方が多くいます。しかしながら、**どこに相談したらいいのか?どのような状態の方が在宅でも療養生活を送ることができるのか?どこがどのようなことを担えるのか?**など、在宅療養のイメージがつかめず、在宅療養に踏み込めない方もいるのではないでしょうか。

現在、治療を行っていて、**主治医（かかりつけ医）**がいる場合は、まずは、その医師に在宅療養について相談してみてください。

そうでない場合は、**高齢者の暮らしをサポートする地域包括支援センターや在宅医療・介護連携室ポピー、自治体窓口に**介護保険の申請や在宅療養に必要な支援について相談することができます。

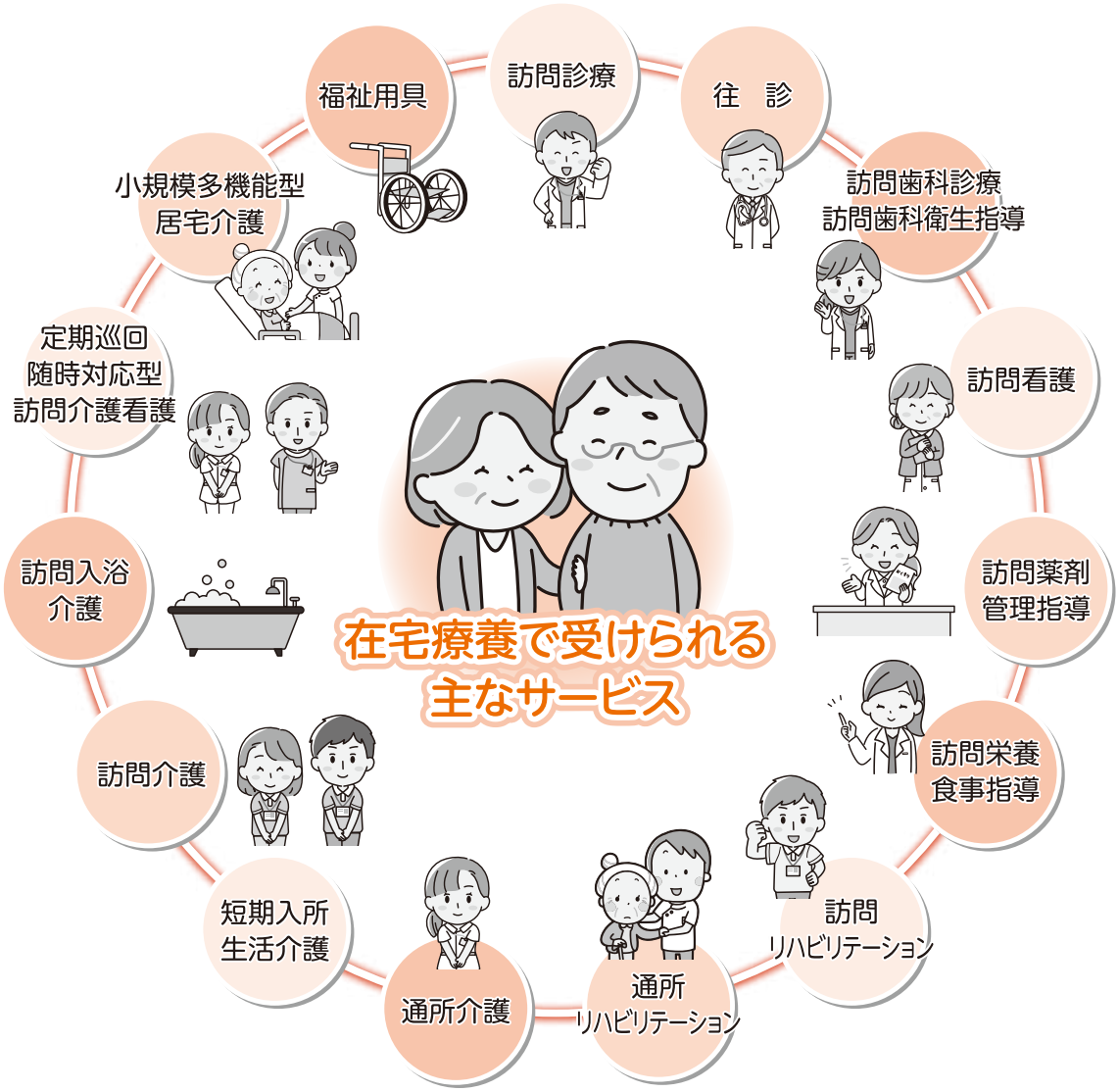
在宅療養をはじめるにあたり、将来のことも含めてよく考え、家族や身近な方などと話し合っておくことで、スムーズに開始できます。

まだ、在宅療養の必要性を感じていない方も、いかに自分らしい人生を送るかを自分で考え、決めるためにも、もしもの病気や認知症などで意思を伝えられなくなる前に、**どこで、どんな医療やケアを望むのかなど、家族や身近な方などと繰り返し話し合う機会を持つことが大切です。**

人生会議してみませんか?

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。もしものときのために、自らが希望する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、どこでどのような医療やケアを望むのかを前もって考え、周囲の信頼する人たちと繰り返し話し合い、共有することが重要です。そのような取り組みを「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」と呼びます。

山形市の公式ホームページにて、人生会議・在宅療養についての動画をご視聴いただけます。インターネットで **山形市 人生会議** で検索いただくか、右のQRコードをスマートフォン等で読み取りアクセスください。

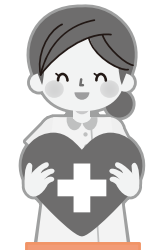


❶ 在宅療養をはじめるには?

入院をきっかけに在宅療養を始める場合や、家で過ごしてきた方が病状の変化などで在宅療養を始める場合など、在宅療養のはじまりはさまざまです。例えば、難病や膝の障害などで通院ができない人や、寝たきりになった人なども在宅療養を選択しています。また、がんの終末期などで、住み慣れた家で過ごしたいと希望する方もいます。

在宅酸素や点滴、気管内吸引など医療処置が必要

心不全など慢性疾患の療養をしながら、自宅で出来る限り安定した状態で過ごしたい



難病や障がいなどで療養やリハビリが必要

末期がんなどで自宅での最期を迎えたい

などなど…

相談先は

入院していない方

・かかりつけ医 ・地域包括支援センター
・ケアマネジャー

入院している方

・入院先の医師、看護師
・医療相談室(退院調整看護師やソーシャルワーカー)

どこに相談すればよいか迷われたときは、**在宅医療・介護連携室「ポピー」まで（TEL641-5555）**

こんな方が在宅での療養生活を選択しています

認知症の見守りと生活支援を受けながら自宅でのリハビリを継続したい方

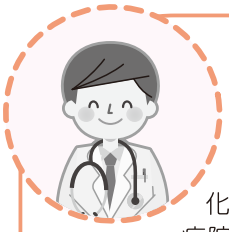
転倒により足を受傷し、入院による手術治療後に自宅へ退院となりました。入院中にリハビリを行いましたが、まだ歩行が不安定なために歩行器のレンタル、継続的にリハビリを行うために通所リハビリテーションを利用しました。

家族は日中仕事で家を空けるため、認知症のある本人の見守り、食事の提供、薬の飲み忘れがないように確認・声掛けを行える訪問型サービスを利用し、**退院直後もリハビリを続けながら、安心して生活が送れ、仕事をしている家族も安心して仕事を続けることができています。**

医療機器や医療処置・24時間体制のケアが必要な方

病気で寝たきりとなり、人工呼吸器、在宅酸素などの医療機器の使用、痰の吸引や体位交換、おむつ交換などの医療・介護サービスと家族介護により、住み慣れた自宅で穏やかに生活されています。

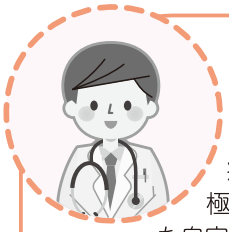
24時間の随時訪問が可能な定期巡回随時対応型訪問介護看護、病院の医師と連携した体調管理、医療機器の管理などを行う訪問看護が本人のケアはもちろん、家族からの相談、助言なども担い、安心して生活が送れています。



入退院を繰り返さず日常的な体調管理により、安定した生活を送りたい方

慢性的な病気で、たびたび体調が悪化し入院と退院を繰り返していました。

病院の医師の勧めで訪問看護、訪問介護の利用を開始し、仕事などで家族が家を空ける日中を中心に、在宅酸素の管理や薬の飲み忘れがないように確認・声掛け、清潔を保つための入浴支援などを行いました。**体調の変化にも早めに気が付くことができ、それをすぐに医師へ相談し対処することで、大きく体調を崩すことなく、自宅で安定して生活を送ることができています。**



がんの末期で、自宅での緩和ケアが必要な方

病院でがん末期と診断・告知され、積極的な治療はせず、家族のいる住み慣れた自宅での最期を望まれました。

定期的な診察は自宅近くで訪問診療が可能な医師に切り替え、その医師と訪問看護ステーションが連携し、定期的な体調管理や緊急時の対応などを担いました。

病気の進行による身体の痛みを薬で和らげたり、点滴による栄養補給など体調の変化に合わせたケアを行い、本人はもちろん、家族への心理的サポートも行うことで、穏やかに最期を過ごすことができました。

相談窓口（令和4年 4月現在）

地域包括支援センター

地域で暮らす高齢者やそのご家族の皆さんの総合相談窓口です。
お住まいの地域により、担当の地域包括支援センターが異なります。まずはお電話下さい。

担当地区	担当センター	電話番号
出羽・大郷 明治・千歳	済生会なでしこ	681-7450
楯山・高瀬 山寺	大森	685-1224
鈴川	敬寿会	634-2309
滝山	たきやま	622-4577
第六	ふれあい	628-3988
南山形・本沢・大曽根 西山形・村木沢	山形西部	646-1165
第一・第二	篠田好生会さくら	635-4165

担当地区	担当センター	電話番号
第三・第四・第九	かがやき	631-8020
第七	霞城北部	645-9070
第十・飯塚・椹沢	霞城西部	647-8010
蔵王	蔵王	688-8099
第五・第八・東沢	済生会愛らんど	679-3611
南沼原	南沼原	664-3080
金井	金井	664-2181

在宅医療・介護連携室「ポピー」

住み慣れた地域で暮らし続けるために、地域住民と医療・介護従事者のための医療と介護に関する相談窓口を、山形市医師会に設置しています。

＜連絡先＞

在宅医療・介護連携室「ポピー」（山形市医師会内）

TEL：641-5555　FAX：641-5570

（不在になる場合もありますので、その際はFAXにてご連絡ください。）

相談日：月曜日～金曜日 午前９時～午後３時30分
祝日及び年末年始は休み
在宅医療機関などの情報をホームページで紹介しています。

http://www.yamagatashi-ishikai.or.jp/zaitaku/

おれんじサポートチーム
（認知症初期集中支援チーム・認知症地域支援推進員）

認知症の方やその家族に適切な支援を行うため、市内２カ所に職員を配置し、専門医の受診や介護サービス利用の支援、家族の相談助言を行っています。また、認知症地域支援推進員による認知症の正しい理解の普及啓発や、認知症の方の居場所づくりの支援、関係機関のネットワークづくりも行っています。

■ おれんじサポートチームえがお
（山形市北部担当：ながまち荘内）

■ おれんじサポートチームこころ
（山形市南部担当：大島医院内）

生活支援コーディネーター

地域で暮らす高齢者の困りごとを、地域で解決するために地域における生活支援サービスの創出やマッチング、その担い手の養成を行います。地域の様々な情報を集め発信しています。

＜連絡先＞ 山形市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係　　TEL：645-8061

問合せ先　山形市役所（TEL：641-1212）

地域包括支援センター 医療介護連携・生活支援について	▶	長寿支援課　地域包括支援係（内線564・565）
介護予防・認知症について	▶	長寿支援課　予防推進係（内線567・568）

山形市の公式ホームページでは、実際に在宅療養をされている方の１日を動画で紹介しています。
インターネットで **山形市 在宅療養** で検索いただくか、右のQRコードをスマートフォン等で読み取りアクセスください。

発行：令和４年７月