

在宅医療・介護支援パンフレット

住み慣れたわが家で



群馬県

(令和5年3月改定)

病院からの退院後も患者さんの状態に合った適切な医療・リハビリ・介護サービスの提供が受けられ、さまざまな職種の医療・介護従事者がチームとなって療養生活を支援できるよう、この冊子を活用していただければ幸いです。

もくじ

退院の準備

退院が決まって心配なこと・不安なこと	1
在宅医療・介護を選ぶにあたって	2
在宅医療を受けるには	4
在宅医療・介護に向けた準備	6

日常の療養

訪問診療について	7
訪問看護について	9
介護保険について	11
薬の服用	14
歯と口のケア	15
緩和 ^{かんわ} ケア	16
認知症の場合	17
ひとり暮らしなどで周囲からの支援が得にくい場合	18
医療の必要性が高い場合	19
医療の必要性は高くないが歩けない場合	20
家庭での介助のポイント	21

緊急時の対応・看取り^{みと}等

緊急時の対応	25
緊急入院したときの対応	26
最期をわが家で迎えたい	27
もしものときのために	28
みんなで支える在宅医療・介護支援	29
地域包括支援センター一覧	30
緊急時の連絡先一覧	32

退院が決まって 心配なこと・不安なこと

退院後の自宅での療養に心配や不安があるのですが・・・



病院での治療は終了し、いよいよ退院することになりました。

しかし、自宅に帰ってからも医療や介護が必要な状態です。

退院できることはうれしいのですが・・・

退院の準備

入院中は、病院のスタッフがみんなやってくれていたから安心でしたが、これからは家族で患者さんのことをみていかなければならないと思うと・・・



心配なことや不安なことは、相談しましょう。

治療を終えると、速やかな退院を求められることがあります。しかし、「退院が決まっても、何をしたらよいのかわからない」など、たくさんの心配ごとや不安があるのではないのでしょうか？

でも、それは当然のことだと思います。はじめてのことばかりで、無理ありません。

ひとりで悩まず、医師や看護師、ソーシャルワーカー、地域包括支援センター、ケアマネジャーなど在宅医療・介護を支えるスタッフに積極的に相談しましょう！

29ページ→



在宅医療・介護を 選ぶにあたって

住み慣れた自宅で医療（在宅医療）を受けながら療養生活を送りたいと願う患者さんの思いと、家でみてあげたいというご家族の気持ちは、とても大切です。それでも、いざとなるといろいろなことを考えなければなりません。

在宅医療・介護を選ぶにあたっての長所と短所について、患者さんとご家族でよく話し合ひましょう。

在宅医療・介護の長所は？

- 見慣れた顔、聞き慣れた声のご家族がいる環境で、毎日を過ごせる。
- マイペースで生活できる。
- 住み慣れた環境で、必要な医療を受けられる。
- 一般的に、入院治療を続けるより経済的負担が少なくなる。
- 痛みの緩和も在宅医療でできる。（末期がんなど）
- ご家族は、お見舞いの負担がなくなり、自分の生活のペースを保ちながら、在宅での介護を継続できる。
- 自宅で最期を迎えることもできる。



在宅医療・介護の短所は？

- ご家族による毎日の看護、介護に身体的・精神的負担がある。
- 患者さんの容態が急に悪くなったときの心配がある。

「ご家族自身の体調が悪くても、患者さんに〇〇してあげなければならない」、「どこにも出かけられなくなる」、「痛みで苦しんでいる姿は見たくない」など、負担がかかることは少なくありません。

こんなときは、
社会サービスを利用して、負担を軽減しましょう！

6ページ→

退院の準備

費用の相談はどうしたらいいですか？

➡ ソーシャルワーカーやケアマネジャーに相談しましょう。

在宅医療では、医師や看護師などの医療者が自宅や施設を訪問して診察や治療を行い、必要な医療を受け続けることができます。

また、その医療費は、患者さんが加入する医療保険を利用できますが、必要に応じて、薬局への支払い、介護保険サービスの自己負担額、交通費などが生じます。詳しくは、ソーシャルワーカーやケアマネジャーに相談しましょう。



在宅医療・介護にかかる費用

- ① 医療機関への支払い
- ② 薬局への支払い
- ③ 介護保険サービスの自己負担
- ④ 医師や訪問看護師などの交通費……など

在宅医療を受けるには

どんな人が受けられますか？

➡ **通院が困難な人であれば、病気や障害の制限はなく利用できます。**

自宅や施設で療養したい方で、通院が難しい方であれば、病気や障害の種類に関係なく、お子さんからお年寄りまで利用することができます。

重い病気で寝たきりの方や難病、がんの方、栄養管理が必要な方など、さまざまな人が利用しています。

在宅医療を利用している方の代表的な病気としては、がん、脳卒中、認知症、心臓や呼吸器の病気、難病などがあげられます。

また、がんの末期などで、「住み慣れた自宅で過ごしたい」と在宅医療を希望する方もいます。



在宅医療を受けていても、必要な時に入院治療を受けられますか？

➡ **在宅医療を受けていても、必要があれば入院治療も受けられます。**

がんや難病の患者さんの中には、在宅医療と専門的な入院治療の両方を利用したいと思われる方も多くいます。

在宅医療と数日間の入院を上手に組み合わせて療養を継続するなど、在宅医療を受けていても、必要があれば入院治療も受けられます。

病院との縁を切らずに「まずは家で過ごしてみる」といったスタートを切る方法もあります。

まずは、病院主治医やかかりつけ医に相談しましょう。



誰に相談したらいいのでしょうか？

➡ **入院している場合は病院主治医や看護師、ソーシャルワーカーに相談しましょう。**

介護保険などは、申請してからサービスを利用できるまでに時間がかかる場合がありますので、退院する前にしっかりと在宅医療・介護に向けて準備することが重要です。

看護師やソーシャルワーカーは、訪問診療や訪問看護、介護保険制度など、在宅医療・介護に関するさまざまな情報や知識を持っています。

在宅医療・介護のことで、どうしたらよいかわからないときは、相談しましょう。



退院の準備

➡ **入院していない場合は、かかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう。**

かかりつけ医によっては、訪問診療や往診をしていない場合もあります。そのときは、在宅医療の対応が可能な診療所などを紹介してもらいましょう。



質問コーナー 訪問診療と往診は何が違うの？

訪問診療 … 医師が定期的・計画的に患者さんの自宅を訪問し、診察などを行います。

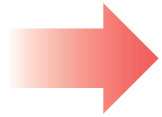
往診 … 患者さんの急変時などに、不定期に自宅を訪問し、診療などを行います。

地域包括支援センターの連絡先を確認しましょう！

30ページ→

在宅医療・介護に向けた準備

どんな準備をしたらいいですか？



早めに医師や看護師、ソーシャルワーカー、ケアマネジャーに相談して、余裕を持って準備しましょう。

患者さんの病状や身体機能、介護するご家族や地域の状況、自宅の療養環境などによって、在宅医療・介護に向けた準備は変わります。なお、サービスを利用するには、原則として費用負担があります。

チェック <input type="checkbox"/>	かかりつけ医・歯科医の確認 7・15ページ→ ○かかりつけ医・歯科医がいる場合は、訪問診療や往診、訪問歯科診療が可能か確認しましょう。 ○かかりつけ医・歯科医がいない場合は、お近くの診療所・歯科診療所や地域の医師会・歯科医師会などに相談しましょう。 (かかりつけ医は、訪問看護や介護保険サービスを利用する場合にも必要です。)
チェック <input type="checkbox"/>	訪問看護の準備 9ページ→ ○点滴や注射などの医療処置や療養上の世話が必要な方は、退院してからすぐに訪問看護が利用できるよう、入院中に準備・相談しましょう。 ○訪問看護には、医療保険と介護保険の両方の制度があります。
チェック <input type="checkbox"/>	介護保険の準備 11ページ→ ○ホームヘルパーによる訪問介護や訪問入浴、デイサービスなど、介護サービスを利用するためには、介護保険の認定が必要です。 ○介護保険サービスの利用が必要な方は、ケアマネジャーに相談しましょう。
チェック <input type="checkbox"/>	自宅の療養環境の準備 11・20ページ→ ○ベッド・車いすなどの福祉用具のレンタルやポータブルトイレなどの購入、トイレ・風呂・玄関の改修、玄関から道路までの通路の整地などの住宅改修は、介護の負担を減らすための大切な準備です。 ○介護保険制度を利用して、福祉用具のレンタル、購入や住宅改修ができます。 ○事前に必要なものを検討しましょう。

訪問診療について

訪問診療では、どんな医療が受けられますか？

在宅療養に必要な医療が受けられます。

医師や看護師などの医療者が、自宅や施設を定期的に訪問し、診察や治療を行います。診察や治療の内容に制限はなく、在宅療養に必要な一連の医療を受けることができます。

また、一部の治療は、患者さんやご家族で行うことが認められています。



費用はどのくらいかかりますか？

加入している医療保険等によって異なります。

在宅医療では、病院や診療所にかかるときと同じように、患者さんが加入する医療保険が利用できます。原則として、かかった医療費の1割から3割の自己負担となります。

また、医療費が高額になった場合は、限度額を超えた金額分が払い戻しされる制度や、所得や年齢、健康保険の種類によって自己負担金が減免されるなどの制度が利用できる場合があります。

医療保険の種類や制度について、加入している医療保険に確認するほか、病院のソーシャルワーカーに詳しく説明してもらいましょう。

(薬局への支払い、介護保険サービスの自己負担、交通費などは、別途必要です。)



在宅医療で使われる医療機器は、どうしたらいいですか？

➡ レンタルや使用方法についてサポートを受けられます。

在宅医療でよく使用される機器や機材には、点滴、輸液用の器材、人工呼吸、在宅酸素療法の機器、吸引器、けい かん えい よう経管栄養、にょう どう りゅう ち尿道留置カテーテルなどがあります。

これらをご家族が管理・使用するために、かかりつけ医や訪問看護師が協力して、医療機器のレンタルや使用方法の指導、カテーテルの交換などのサポートを行います。

また、訪問看護を利用することにより、きめ細やかなサービスを受けることができます。



次のような症状があっても、在宅で療養することができます。

呼吸機能に障害がある場合は、ざい たく さん そ りょう ほう在宅酸素療法、ざい たく じん こう こ きゅう りょう ほう在宅人工呼吸療法などの呼吸を補助する方法があります。

食事の摂取が困難な場合は、ちゅう しん じょう みやく胃ろうや中心静脈えい よう栄養などにより栄養を摂取できます。



排尿や排便が困難な場合は、ざい たく じ こ どう によ在宅自己導尿りょう ほう し ぞく どう によ療法、持続導尿や人工肛門などにより排尿・排便を行うことができます。



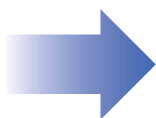
腎不全の方に対し、自宅での人工透析療法が認められており、ざい たく ふく まく かん りゅう在宅人工透析や在宅腹膜灌流りょう ほう療法などを行うことができます。



鎮痛剤や自己注射が認められている薬剤の在宅使用ができます。
(インスリンやホルモン製剤、医療用麻薬が対象です。)

訪問看護について

どんなサポートが受けられますか？



医師の指示のもと、看護師などが自宅に訪問します。

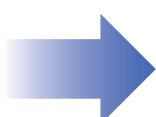
在宅医療・介護においても、かかりつけ医の指示のもと、看護師などが自宅を訪問して療養上のお世話や診療の補助などを行います。

患者さんやご家族の意思をうかがいながら、かかりつけ医と連絡を取り合い、安心して療養できるようにサポートします。

詳しいサービスの内容については、次のページをご覧ください。



訪問看護を受けるにはどうしたらいいですか？



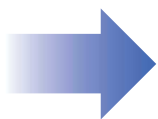
かかりつけ医、入院先の病院主治医、ソーシャルワーカー、ケアマネジャー、訪問看護ステーションなどにご相談ください。

かかりつけ医による「訪問看護指示書」に基づいて、看護師などが自宅へ訪問し、サービスを提供します。

※要介護認定を受けている方であっても医療保険が優先される場合があります。



訪問看護で受けられるサービスには、どのようなものがありますか？



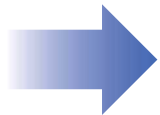
訪問看護サービスは、主に次のような種類があります。

療養上のお世話	体の清拭、洗髪、入浴、食事、排泄などのケア、その他療養上の指導
かかりつけ医の指示による医療処置	注射、点滴、たんの吸引、吸入、 <small>けいかんえいよう</small> 経管栄養・カテーテル・ストーマなどの管理
病状の観察	病気や健康状態、血圧、脈拍、体温などの確認
<small>じよくそう</small> 褥瘡(床ずれ)予防・ <small>とこ</small> 処置	<small>じよくそう</small> 褥瘡(床ずれ)を防ぐための工夫や助言、 <small>じよくそう</small> 褥瘡(床ずれ)の処置
リハビリ	日常生活動作の回復、維持、 <small>えんげ</small> 嚥下(飲み込み)機能訓練、 <small>こうしゆく</small> 関節拘縮(関節の動きが悪くなる状態)の予防
認知症・精神疾患ケア	認知症介護・精神疾患の相談、健康状態の観察、服薬管理
ご家族への介護支援・相談	介護方法の指導やささまざまな相談対応
介護予防	運動機能低下や低栄養を防ぐための助言
在宅看取り	人生の最終段階において、自宅で過ごせるように支援すること



介護保険について

介護保険で受けられるサービスはどのようなものがありますか？



介護保険のサービスには、主に次のような種類があります。

在宅生活を続ける上で介護が必要となった場合は、介護保険を利用してさまざまなサービスを受けることができます。

なお、介護保険サービスを利用するには、要介護認定の申請が必要です。

また、利用には、原則として費用負担が生じます。



訪問介護 (ホームヘルプ)	ホームヘルパーが自宅を訪問し、入浴・排泄・食事などの「身体介護」や、調理・洗濯・掃除などの「生活援助」を行います。
訪問入浴介護	浴槽を積んだ入浴車などで自宅を訪問して、入浴の介助を行います。
訪問看護	看護師などが自宅を訪問して、療養上のお世話や診療の補助を行います。(P9、10 参照)
訪問リハビリ	理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などが自宅を訪問して、機能訓練などを行います。
きょたくりようかん り し どう 居宅療養管理指導	医師や歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士などが自宅を訪問して、療養上の管理や指導を行います。
通所介護 (デイサービス)	デイサービスセンターに通い、健康チェックや入浴や食事などの提供とその介護、日常の動作訓練などが受けられます。
通所リハビリ (デイケア)	デイケアセンターに通い、理学療法士や作業療法士から機能訓練などが受けられます。
短期入所 (ショートステイ)	介護施設などに短期入所して、入浴・排泄・食事などの介護や日常生活上のお世話や機能訓練などが受けられます。
福祉用具貸与や購入	日常生活の自立を助けるため、車いすやベッドなどの福祉用具を借りたり、入浴や排泄に使用する福祉用具の購入費が支給されます。
住宅改修費支給	自宅での生活支援や、家庭で介護する人の負担軽減のため、手すりの取り付けや段差の解消など、小規模住宅改修をする場合の費用の一部が支給されます。
地域密着型サービス	通い・泊まり・訪問を組み合わせる介護等を提供する「(看護)小規模多機能型居宅介護」や「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」などのサービスがあります。

要介護(支援)認定の申請の方法は？

介護保険を利用するには、申請が必要です。

申請

お住まいの市町村の介護保険担当窓口で、要介護(支援)認定の申請をします。



訪問調査

市町村の職員や市町村から委託を受けたケアマネジャーが、家庭や施設を訪問し、本人の心身の状況や日常生活の様子を面接調査します。

また、市町村は、かかりつけ医に介護が必要となる傷病や介護の状況などについて、主治医意見書への記載を依頼します。



審査判定

訪問調査結果のコンピューターによる一次判定結果と、主治医意見書、訪問調査の際の特記事項の内容などをもとに、介護認定審査会で審査判定が行われ、最終的な要介護状態などの区分や認定期間が判定されます。



結果通知

市町村から、要介護認定の結果が記載された認定結果通知書と介護保険証が1か月程度で自宅へ郵送されます。



要介護 1～5

要支援 1・2

非該当 (自立)

介護サービス

介護予防サービス

市町村によるサービス

次ページにおいて、サービスの利用方法等をご確認ください。

地域包括支援センターに相談し、介護予防・生活支援サービス事業や一般介護予防事業などを利用して、健康状態の維持・増進を図ることができます。

※介護予防・生活支援サービス事業は、要支援認定を受けた方又は基本チェックリストにより同事業(介護予防・生活支援サービス事業)の対象者と判断された方が対象となります。

介護保険の利用方法は？

要介護(支援)の認定結果通知書を確認し、ケアマネジャーや地域包括支援センター、市町村に相談しましょう。

要介護(支援)の認定結果通知書

要介護1～5の場合

ケアプランを作成

ケアマネジャーにケアプランの作成を依頼します。

ケアマネジャーはサービスを利用するご本人の心身や生活の状況、ご家族の希望を考慮して、ケアプランを作成します。

要支援1・2の場合

介護予防ケアプランを作成

地域包括支援センターに介護予防ケアプランの作成を依頼します。

サービスを利用するご本人の心身や生活の状況、ご家族の希望を考慮して、介護予防ケアプランを作成します。

サービスの利用

サービス事業者と契約を結び、ケアプラン(介護予防ケアプラン)に基づきサービスの利用を開始します。

介護保険サービスの場合、利用料は、介護サービス費用の1割、2割または3割になります。所得に応じて負担割合が異なります。



介護サービス情報は
インターネットで検索できます。

群馬県介護サービス情報公表システム

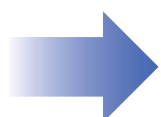
介護事業所情報

<https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/10/>



薬の服用

薬の管理や服薬の相談はどうしたらいいですか？



自宅での療養生活の中で、薬に関することで困ったときは、薬剤師からアドバイスを受けることができます。

在宅療養している方の中には、病気や症状によっては、たくさんの薬を飲んでいることがあります。

- ・ 薬局に行くことが難しい
- ・ 薬を飲み忘れてしまう
- ・ 薬の種類が多くて、混乱してしまう
- ・ 薬が飲み込みにくい
- ・ 病気や薬の服用について不安がある
- ・ 食品と薬の組み合わせは大丈夫？



上記のような不安があるときは、かかりつけ医、訪問看護師、かかりつけ薬局、かかりつけ薬局がない場合はお近くの薬局に相談しましょう。

お薬カレンダーの活用や薬の飲み合わせのチェック、薬の効能の説明など、さまざまなアドバイスを受けることができます。

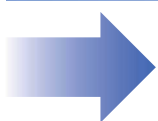
また、通院や薬局へ行くことが困難な患者さんには、薬剤師が自宅に訪問して、説明や相談を行うことも可能です。



歯と口のケア

歯と口のトラブルを抱えていると、口の中だけでなく全身に悪影響を及ぼします。在宅療養を続けるためには歯と口腔こうくうのケア（歯みがき等により口の中を清潔に保つこと）がとても大切です。

在宅で訪問歯科診療を受けるには？



かかりつけ歯科医等に相談しましょう。

通院が難しい患者さんは、歯科医師や歯科衛生士が自宅へ訪問して、むし歯の治療・入れ歯の調整・口腔こうくうケアなどを行う訪問歯科診療を利用することができます。

まず、かかりつけ歯科医に、かかりつけ歯科医がない場合は、県の歯科医師会や地域の歯科医師会に相談しましょう。

口腔内のトラブルとは？

むし歯や歯周病だけでなく、嚥下えんげ（飲み込み）機能の低下や唾液の分泌量の減少などにより、口腔こうくう内にさまざまなトラブルが起こります。

正しい口腔こうくうケアをすることで、これらの病気を予防するだけでなく、食べることや話すことの機能を改善し、生活の質を向上させることができます。



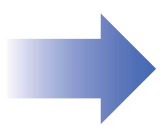
誤嚥性肺炎とは？

嚥下えんげ（飲み込み）機能が低下すると、食べ物や唾液が誤って気管へ入りやすくなります。このときに、口の中の細菌が肺に入り込み、肺が炎症を起こすことを「誤嚥性肺炎ごえんせいはいえん」とといいます。

高齢者の誤嚥性肺炎ごえんせいはいえんは、命にかかわる危険性があります。そのため、予防効果が高い口腔こうくうケアは、在宅での生活を継続する上で非常に重要になります。

かんわ 緩和ケア

がんなどで痛みがあっても、退院して自宅で過ごせますか？



かんわ
緩和ケア(身体的及び精神心理的苦痛などに対するケア)は、在宅医療でも受けることができます。

重い病気を抱える患者さんの身体や心などのさまざまなつらさをやわらげ、より豊かな人生を送ることができるように支えていくケアを「かんわ緩和ケア」と言います。「かんわ緩和ケア」は自宅でも受けることができます。

「がんなどの痛みがこれから生じてくるのではないか?」、「入院して痛みのコントロールをしているが、退院後も同じように治療が受けられるのか?」など、不安になることでしょう。

痛みの種類や症状によって、さまざまな種類の薬(医療用麻薬など)を使い分けて治療できるようになってきています。薬によって、病院と同じように自宅でも、医師の指示のもと、痛みをやわらげる治療(とうつうかんわ疼痛緩和治療)が受けられます。

薬の使用方法や副作用については、かかりつけ医や訪問看護師、かかりつけ薬局に相談することができます。

痛みの程度や症状について、いつもと変わった症状があった場合には、すぐ相談しましょう。



群馬県のがん対策に関する情報やがんの在宅療養を支援する医療機関・薬局の情報はインターネットで提供しています。

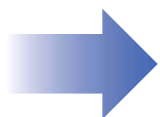
群馬県ホームページ > 健康・福祉 > 医療・保健 > 群馬県のがん対策

<https://www.pref.gunma.jp/site/gantaisaku/>



認知症の場合

認知症かな?と思い、今後は心配です。



認知症の心配がある場合は、早めにかかりつけ医を受診したり、地域包括支援センターに相談しましょう。

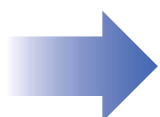
物忘れが増えてきて「あれ?もしかして認知症かな?」と疑い、これからどうしたらよいのかと心配になると思います。

認知症と診断され、周りの方がどのように対応したらよいか、自宅での生活を続けていけるのが困っている方もいることでしょう。

認知症は、原因となる病気によって症状や進行の程度が異なります。症状が軽い段階から適切な治療を開始することで、病気の進行を緩やかに抑えたり、今後に備えることができます。

日常生活で支障を感じたら、早めにかかりつけ医を受診したり、地域包括支援センターに相談しましょう。必要に応じて、認知症地域支援推進員、認知症初期集中支援チームや、認知症疾患医療センターなどを紹介してもらうことができます。

認知症の対応に困っています。



かかりつけ医や地域包括支援センター、ケアマネジャー、訪問看護師などに相談しましょう。

認知症によって、できないことが増えてきても、できることをいかして役割をもって生活することで、患者さんご家族も、おだやかに過ごせます。

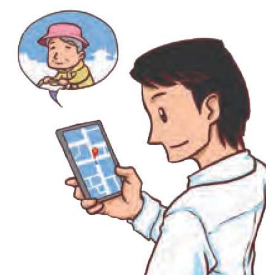
認知症を理解し、適切な対応やケアをするためにも、困ってしまう症状に気がついたら、かかりつけ医や地域包括支援センター、ケアマネジャー、訪問看護師などに相談しましょう。

患者さんを支えるご家族は、認知症の特徴に対応したサービスを利用するなど、積極的に社会資源を活用しましょう。

(一部市町村では人工衛星(GPS)を活用した高齢者の位置情報を検索できる端末の貸出しや補助を実施しています。)

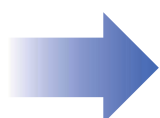
ご家族だけで抱え込もうとしないで、まわりの人たちに積極的に相談しましょう。

また、身近な場所で気軽に集える通いの場や認知症カフェができつつあります。参加して同じ悩みや経験を持つ人たちと情報交換をしてみませんか。



ひとり暮らしなどで周囲からの支援が得にくい場合

医療や介護が必要になっても、自宅で暮らすことはできますか？



病院のソーシャルワーカーやかかりつけ医、地域包括支援センターに相談してみましょう。

たとえ病気や障害を抱え、ひとり暮らしなどで周囲からの支援が得にくいとしても、「住み慣れた地域や自宅で暮らしたい」と希望されている方は多くいます。

患者さんの状態や症状、療養環境によって、医療保険や介護保険のサービスなど様々なサービスを上手に組み合わせて利用することで、自宅で暮らし続けられます。

入院中であればソーシャルワーカーに、自宅の方は地域包括支援センターやかかりつけ医などに、不安なことや希望の生活について相談しましょう。

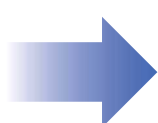
29、30、31 ページ→



医療の必要性が高い場合

胃ろうをしていますが、自宅で生活できますか？

人工呼吸器を装着していますが、自宅で生活できますか？



胃ろうや人工呼吸器を装着していても、生活環境を整えれば自宅での生活は可能です。

胃ろうや人工呼吸器を装着している場合には、医療的な処置が必要です。自宅での医療的な処置がご家族にできるのだろうか、心配や不安になるのではないのでしょうか。

ご家族の方には、ある程度の医療的な処置を覚えていただくことが必要ですが、訪問看護や訪問診療（緊急時の往診も含む）などで支援してもらえることも多くあります。

まずは、現在行っている医療的な処置について、自宅ではどのようにしたらよいのか、医師や看護師、ソーシャルワーカー、ケアマネジャーなどとよく相談しましょう。ご家族が医療的な処置をできるように教えてもらったり、訪問看護を依頼したりできます。[9、10 ページ](#)



医療の必要性は高くはないが 歩けない場合

足腰が悪くて歩くことができません。

➡ 病院のソーシャルワーカーや地域包括支援センターなどに相談しましょう。

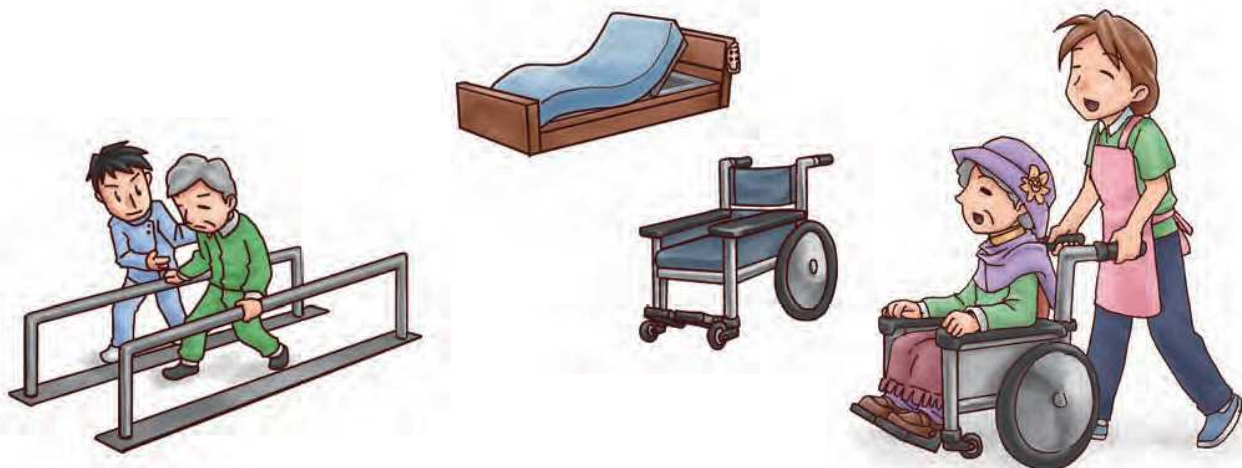
脳卒中や骨折などの病気やけががきっかけで歩行が困難になると、自宅での生活が心配になります。患者さんやご家族が望む生活について、まずはじっくり話し合しましょう。必要であれば、ソーシャルワーカーや地域包括支援センター、ケアマネジャーなどに相談しましょう。

介護保険などのサービスを利用して、住宅改修やベッドや車いす、スロープのレンタルなどで介護しやすい環境を整えることができます。

また、現在の状態を維持し、悪くならないためにも、通所や訪問によるリハビリテーションを利用できます。

さらに、日常生活を充実させ、楽しく過ごすために、通所介護などを利用することや、訪問看護を利用して継続的に関わってもらうことで、安定した体調管理を行うことができます。

介護を受ける方も介護をする方も、気持ち良く過ごせるよう無理をせず、周囲の専門スタッフに相談しましょう。また、親戚やご近所の方にも状況を理解してもらい、協力してもらえるようにしましょう。



家庭での介助のポイント

移動の介助のときに注意することは？

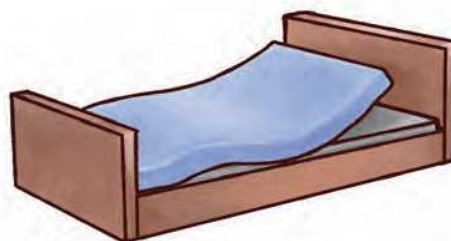
寝返りや起き上がり、車いすへの移乗などの「移動」は、日常のさまざまな場面で必要な介助です。介助者が力任せに行おうとすると、体に負担がかかり、腰を痛めるなどの原因となります。介助者も患者さんも、安心した方法で行えるような介護のポイントを知っておきましょう。

1 寝返りについて

同じ姿勢で長い時間を過ごすと、同じ部位に体の圧力が加わることが原因となり、赤くなったり、^{かわむ}皮剥けやただれが起こり、放っておくと皮膚組織が^{えし}壊死して褥瘡（^{じよくそう}床ずれ）になります。

自分自身で体を動かすことが難しい場合は、2時間をめやすに、こまめに体の向きを変えるようにしましょう。また、介護用ベッドや、エアーマットを利用するなど、介護用品を上手に使いましょう。

このほか、クッションや折りたたんだバスタオルなどを用いて、同じ部位に体の圧力が加わらないようにして、褥瘡（^{じよくそう}床ずれ）を予防することもできます。



●印が褥瘡（^{じよくそう}床ずれ）の
できやすいところです。



2 起き上がり、^{いじょう}移乗について

ベッドや布団から起き上がり、起きている時間を増やすことで、生活に張り生まれ、体力の維持が可能となります。

起き上がりの際には、介助者がすべて介助するのではなく、ベッドの背上げ機能や柵を使用するなどして患者さんができるところはしてもらい、できない部分を介助者が行いましょう。

介助が必要な場合は、患者さんに体を近づけて、声をかけながら、ゆっくりと体重移動して介助を行います。^{まひ}麻痺などの障害がある場合は、体が動かせる側に車いすを置き、^{まひ}麻痺側に負荷を与えないよう気をつけましょう。



食事の介助のときに注意することは？

食べることは、栄養をしっかりとるだけでなく、生活の楽しみでもあります。高齢になると、^か噛む力は低下しがちですが、食材や調理方法を工夫して、楽しみながら食事ができるようにしましょう。

1 調理の工夫

高齢になると、^{えんげ}嚥下（飲み込み）機能が低下してきます。

食事の途中で食べ物が気管に入ってしまう（^{ごえん}誤嚥）、むせたり、せき込んだりしやすくなります。

右の絵のように、粘着性のたかいものや口の中がパサつきやすくなるもの、バラつきやすいものなどには気をつけましょう。

高齢者が
食べにくい食べ物



食材への配慮や調理の工夫をすることで、食べやすくなります。例えば、水やお茶などの水分がさらさらしたものは、とろみをつけたり、水分の代わりにゼリーなどにします。また、食べる方に合わせて、食べやすい大きさにカットすることも大切です。

ゼリーやプリンなどのゼリー状の食品や卵豆腐などの豆腐状食品などの食べやすい市販品、ドラッグストアやスーパーなどで販売されている高齢者向けに作られた柔らかい食品を利用するのもよいでしょう。

2 食べやすい介助方法

食事の姿勢はとても大切です。誤嚥^{ごえん}を予防するだけでなく、食べる楽しみも味わうことができます。

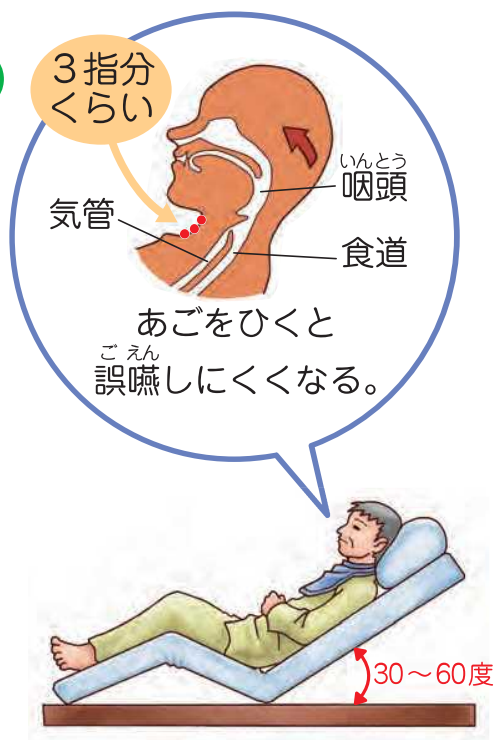
椅子に座った姿勢で食事することが理想ですが、難しい場合は図のようにベッドの背上げ機能やクッションを使って姿勢を整えましょう。

顔が上を向いてしまうと、気管に食べ物が入りやすくなり、誤嚥^{ごえん}につながるため、図のように顎^{あご}を引くなどして、顔の角度に注意しましょう。



また、持ち手が太くなっているスプーンなどを使うことで、自分で食事を楽しむことができます。

介助の際は、声をかけながら、飲み込みやすい量を、一口ずつゆっくりと、飲み込んだことを確認しましょう。

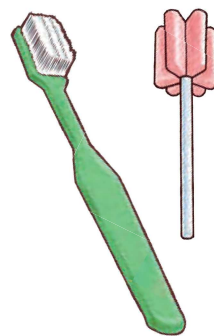


3 歯磨き（口腔ケア）

歯磨きを含めた口腔^{こうくう}ケアには、むし歯や歯周病といった歯科疾患の予防のほか、おいしく食事ができたり、食欲を増進させたりする効果があります。口の中の食べかすや細菌を誤嚥^{ごえん}することは肺炎の原因になるので、予防のためにも口腔^{こうくう}ケアはたいへん重要です。

口腔^{こうくう}ケアは、たとえ食事を口から摂っていない方にも必要です。残っている歯には歯ブラシを使用し、舌や頬などの粘膜や歯肉（歯ぐき）にはスポンジブラシなどを使用してケアします。

また、入れ歯を使用している方は、装着部に汚れがたまりやすいため、食後に外してきれいにしましょう。



最近では、スーパーなどの医薬品売り場でも、口腔^{こうくう}ケア用品などの介護用品が購入できるようになってきました。介護用品や介護保険サービスを上手に活用しながら、無理のない介護を心がけましょう。

排泄の介助のときに注意することは？

排泄は1日に何度も行われる行為です。排泄の介助は、患者さんも介助者も、体力的にも精神的にも負担がかかります。環境を整えたり、介助を工夫することで、お互いの負担の軽減につながります。

1 ポータブルトイレの使用

トイレまでの距離が遠い場合や、トイレの改修などが困難な場合は、ポータブルトイレを使用します。

ポータブルトイレは、さまざまな種類がありますので、患者さんにあったものを選ぶようにしましょう。

ポータブルトイレの介助は、移動の介助を参考に、車いすを置く位置にトイレを設置することで、自分でトイレに座ることができたり、介助しやすくなったりします。また、ポータブルトイレを外から見えないように囲んだり、トイレに座った時にはバスタオルなどを膝にかけて、羞恥心にも配慮しましょう。



2 おむつの使用

ポータブルトイレの使用が難しい場合、尿意・便意がない場合などは、おむつの使用を考えましょう。

体の状態、排尿回数や量、使用する時間帯、介助者の負担などを考慮して、おむつの種類を選びましょう。

テープ式おむつや、パンツ式おむつのほかにも、おむつと併用して使えるパッドなどがあります。また、パッドの機能の入った布パンツもあります。



排泄後やおむつ交換の際には、清潔保持、感染予防のために、^{でんぶ}臀部や陰部をおしりふきや濡らしたタオルなどで拭きましょう。皮膚の赤みやただれがないかなどを確認することも大切です。

緊急時の対応

容態が急に悪くなった時は、どうしたらいいですか？

➡ 容態が急に悪くなった場合に備えて、普段からかかりつけ医や訪問看護師と相談して、準備しましょう。

➡ いざという時のために「緊急時の連絡先一覧」を作成しましょう。**32ページ**➡

緊急時の対応は不安になり、あわててしまいがちです。とっさに救急車を呼ぶと、患者さんの意向に沿わない医療処置となる場合もあります。

熱が出た場合や痛みが強い場合、呼吸が苦しくなった場合など、病気の種類や状態、患者さんが望む療養生活によっても対応はそれぞれですので、あらかじめ家族間でよく話し合い、必要に応じて、かかりつけ医や訪問看護師に相談しましょう。なお、かかりつけ医や訪問看護は、多くの場合、休日・夜間でも対応できるような体制になっています。しかし、時間帯によっては電話番号が違うこともあるため、連絡が取り合える連絡先を把握しておきましょう。

医療や看護に関すること

- 高い発熱
- ぐったりしている
- 尿がでない
- 呼吸が苦しい
- 呼んでも反応しない
- 水分がとれない
- 痛みが強い



これらの対応方法について、事前にかかりつけ医や訪問看護師と相談しましょう。



緊急時の対応・みと看取り等

緊急入院したときの対応

緊急入院したときには、どうしたらいいですか？

➡ **かかりつけ医・訪問看護師・ケアマネジャーへ連絡
しましょう。**

患者さんの容態が急に悪くなり、かかりつけ医や訪問看護師と連絡が取れずに、緊急入院することがあります。

そのような場合は、入院後なるべく早いうちに、いつ、どのような状態で入院したのか、かかりつけ医や、訪問看護師、ケアマネジャーに連絡を入れましょう。

必要に応じて、自宅での様子が病院に連絡されるため、入院生活に役立ち、再び自宅へ戻る時にスムーズな連携がとれ、安心した療養生活につながります。

また、いざという時や困った時などの緊急連絡先は、ご家族みんながわかるように、見やすいところに「緊急時の連絡先一覧」 **32ページ** → を貼っておくことをお勧めします。

さらに、普段から医療保険証、介護保険証、担当ケアマネジャーの名刺、お薬手帳を一緒に保管し、入院時には病院に提示できるようにしておきましょう。



最期をわが家で迎えたい

住み慣れた地域や自宅で、苦痛をやわらげながら生活し続け、最期のときを迎えることができますか？

➡ 最期のときをどのように迎えたいか、患者さんやご家族、場合によってはご親族ともしっかりと話し合い、記録しておき、皆さんの気持ちをひとつにしておくことが大切です。

以下を参考に話し合ってみましょう

- 患者さんが望むこと、ご家族が望むこと（してあげたいこと）は何か
- 痛みや苦しみがでた場合の対応はどうしたいか
- 受けたい医療、受けたくない医療はどうか
- 症状が悪化した時には入院を希望するか、自宅で生活し続けたいか
- 最期をどこで迎えたいか、看取り^{みと}りたいか・・・など

皆さんの意思を大切にしたい最期が迎えられるように、話し合った内容は記録しておき、ぜひ、病院のスタッフや在宅医療・介護を支えるスタッフに伝えてください。

また、ご家族だけの話し合いが難しい場合には、上記のスタッフに声をかけて、一緒に考えてもらいましょう。



緊急時の対応・看取り^{みと}り等

もしものときのために



人生の最終段階において、自らが望む医療・ケアについて決めることはできますか？

➡ **自分自身で前もって考え、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。**

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。

命の危険が迫った状態になると、約 70%の方が、医療やケアなど自分で決めたり望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。



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、繰り返し話し合い共有する取組を「人生会議（ACP: アドバンス・ケア・プランニング）」と呼びます。

あなたの心身の状態に応じて、かかりつけ医等からあなたや家族等へ適切な情報の提供と説明がなされることが重要です。

緊急時の対応・みと看取り等

話し合いの進め方(例)

あなたが大切にしていることは何ですか？

あなたが信頼できる人は誰ですか？

話し合いの結果を大切な人たちに伝えて共有しましたか？

信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？

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

みんなで支える 在宅医療・介護支援

自宅での療養生活を送るためには、患者さんやご家族のがんばりだけでは大変です。患者さんやご家族の希望に応えるために、いろいろな職種の人たちがチームとなって療養生活を支えています。チームの力を借り、安心して在宅療養をしましょう。

かかりつけ医・病院主治医

定期的な訪問診療はかかりつけ医にお願いし、専門的な治療や入院が必要な場合は、かかりつけ医から病院主治医を紹介してもらいましょう。

訪問看護師

医師の指示に基づいて、医療処置、健康状態の把握、入浴や排泄などの介助・指導、医療機器の管理、栄養やリハビリ指導などを行います。

歯科医師・歯科衛生士

口の中の診察や清掃、むし歯や歯周病の治療、入れ歯の製作や調整、誤嚥（食べ物などが誤って気管へ入ること）防止指導や訓練など口腔（口から喉までの空間）機能の維持、管理などを行います。

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士

医師の指示に基づいて、身体機能の維持回復、拘縮（関節の動きが悪くなる状態）予防、嚥下（飲み込み）・摂食訓練、介助指導などを行います。

管理栄養士

病状や栄養状態に合わせた栄養管理、食事・調理指導などを行います。

薬剤師

薬に関する説明、服薬指導や保管状況、残薬、薬歴の確認などを行います。

介護福祉士・ホームヘルパー

家事や炊事などの身の回りの援助、入浴や排泄介助などの身体介護などを行います。

ケアマネジャー（介護支援専門員）

介護が必要になったときに、ケアプランを作成したり、介護サービス事業者との連絡調整などを行います。

ソーシャルワーカー（社会福祉士）

療養生活上のいろいろな相談にのり、関係者との連絡調整を行います。病院や地域包括支援センターなどにいます。

保健師

療養生活上の健康相談にのり、保健指導などを行います。市役所・町村役場、保健センター、地域包括支援センター・保健所（保健福祉事務所）などにいます。

地域包括支援センター

介護・保健・福祉の専門職がチームとなって高齢者からの相談受付や介護予防などを行う機関のことです。各市町村に設置されています。

地域包括支援センター一覧

令和5年3月31日現在

市町村名	地域包括支援センター名等	郵便番号	所在地	電話番号
前橋市	前橋市地域包括支援センター中央	371-8601	前橋市大手町2-12-1	027-898-6275
前橋市	前橋市地域包括支援センター中央西	371-0025	前橋市紅雲町1-7-13	027-288-0462
前橋市	前橋市地域包括支援センター中央東	371-0017	前橋市日吉町2-20-14	027-260-6815
前橋市	前橋市地域包括支援センター南部	371-0811	前橋市朝倉町830-1	027-265-1700
前橋市	前橋市地域包括支援センター桂萱	371-0002	前橋市江木町1251-1	027-264-0808
前橋市	前橋市地域包括支援センター東	371-0823	前橋市川曲町536	027-280-5590
前橋市	前橋市地域包括支援センター西部	371-0847	前橋市大友町3-22-9	027-255-3100
前橋市	前橋市地域包括支援センター南橋	371-0047	前橋市関根町668	027-235-3577
前橋市	前橋市地域包括支援センター永明	379-2154	前橋市天川大島町3-705	027-290-2880
前橋市	前橋市地域包括支援センター城南	379-2114	前橋市上増田町600	027-267-9898
前橋市	前橋市地域包括支援センター東部	371-0231	前橋市堀越町1658-1	027-283-8655
前橋市	前橋市地域包括支援センター北部	371-0115	前橋市富士見町小沢207-1	027-288-7770
渋川市	渋川市中央地域包括支援センター	377-8501	渋川市石原80	0279-22-2179
渋川市	渋川市西部地域包括支援センター	377-0008	渋川市渋川2659	0279-26-7567
渋川市	渋川市金島・伊香保地域包括支援センター	377-0027	渋川市金井2212-1	0279-24-8366
渋川市	渋川市古巻地域包括支援センター	377-0004	渋川市半田785-5	0279-24-1300
渋川市	渋川市豊秋地域包括支援センター	377-0007	渋川市石原564-1	0279-22-2231
渋川市	渋川市小野上・子持地域包括支援センター	377-0202	渋川市中郷2399-7	0279-25-8025
渋川市	渋川市赤城地域包括支援センター	379-1111	渋川市赤城町北赤城山1055-1	0279-26-2218
渋川市	渋川市北橋地域包括支援センター	377-0064	渋川市北橋町八崎2349-17	0279-25-7720
榛東村	榛東村地域包括支援センター	370-3503	榛東村大字新井793-2	0279-25-8441
吉岡町	吉岡町地域包括支援センター	370-3604	吉岡町南下1333-4	0279-54-4323
伊勢崎市	伊勢崎市地域包括支援センター	372-0031	伊勢崎市今泉町二丁目410	0270-27-2745
伊勢崎市	伊勢崎市地域包括支援センター北・三郷	372-0048	伊勢崎市大手町1-1	0270-27-4548
伊勢崎市	伊勢崎市地域包括支援センター殖蓮	372-0012	伊勢崎市豊城町2780-2	0270-27-5039
伊勢崎市	伊勢崎市地域包括支援センター宮郷	372-0812	伊勢崎市連取町528-1	0270-23-6100
伊勢崎市	伊勢崎市地域包括支援センター名和	372-0813	伊勢崎市葦塚町11	0270-20-7575
伊勢崎市	伊勢崎市地域包括支援センター豊受	372-0842	伊勢崎市馬見塚町1196-1	0270-27-7703
伊勢崎市	伊勢崎市地域包括支援センター赤堀	379-2201	伊勢崎市間野谷町135-1	0270-63-1500
伊勢崎市	伊勢崎市地域包括支援センター東	379-2235	伊勢崎市三室町4014-20	0270-75-5966
伊勢崎市	伊勢崎市地域包括支援センター境	370-0117	伊勢崎市境百々421	0270-74-8039
玉村町	玉村町地域包括支援センターやくば	370-1132	玉村町下新田201	0270-64-7721
玉村町	玉村町地域包括支援センターつのだ	370-1133	玉村町上新田675-4	0270-65-0533
玉村町	玉村町地域包括支援センターにしきの園	370-1116	玉村町飯倉59	0270-64-6666
高崎市	高崎市地域包括支援センター（基幹型センター）	370-8501	高崎市高松町35-1	027-321-1319
高崎市	高齢者あんしんセンター一通町	370-0053	高崎市通町143-2	027-322-2011
高崎市	高齢者あんしんセンターたかさき社協	370-0065	高崎市末広町115-1	027-370-8847
高崎市	高齢者あんしんセンター希望館	370-0046	高崎市江木町1093-1	027-322-2034
高崎市	高齢者あんしんセンター高風園	370-0865	高崎市寺尾町2412	027-325-3578
高崎市	高齢者あんしんセンターホピ園	370-0865	高崎市寺尾町621-1	027-324-8844
高崎市	高齢者あんしんセンターサンピエール	370-0857	高崎市上佐野町786-7	027-346-3760
高崎市	高齢者あんしんセンターことり	370-0074	高崎市下小島町1234-2	027-362-1896
高崎市	高齢者あんしんセンターようざん なみえ	370-0801	高崎市上並榎町1182	027-388-9143
高崎市	高齢者あんしんセンター若宮苑	370-0031	高崎市上大類町759	027-352-1119
高崎市	高齢者あんしんセンターMWS日高北	370-0002	高崎市日高町349	027-384-8218
高崎市	高齢者あんしんセンター八幡	370-0875	高崎市藤塚町202	027-381-5367
高崎市	高齢者あんしんセンター豊岡	370-0875	高崎市藤塚町202	027-381-5387
高崎市	高齢者あんしんセンターさとの花	370-0867	高崎市乗附町208	027-321-2000
高崎市	高齢者あんしんセンター森の小径	370-0081	高崎市浜川町836-2	027-344-4439
高崎市	高齢者あんしんセンターこまい	370-0016	高崎市矢島町414-1	027-352-6366
高崎市	高齢者あんしんセンターMWS日高南	370-2104	高崎市吉井町馬庭2204	027-381-8826
高崎市	高齢者あんしんセンター倉賀野・新町南	370-1201	高崎市倉賀野町1592-2	027-347-7277
高崎市		370-1301	高崎市新町1906-7	0274-42-1033
高崎市	高齢者あんしんセンターくろさわ 岩鼻	370-1204	高崎市東中里町190-4	027-388-8116
高崎市	高齢者あんしんセンター患峰園	370-0011	高崎市京目町1632-1	027-353-2359
高崎市	高齢者あんしんセンターくろさわ	370-0852	高崎市中居町3-20-8	027-353-2333
高崎市	高齢者あんしんセンターいわた	370-1203	高崎市矢中町841	027-347-4561
高崎市	高齢者あんしんセンターくらぶち	370-3402	高崎市倉刈町三ノ倉303	027-395-6200

※一覧から変更となっている場合がございます。

地域包括支援センター一覧

令和5年3月31日現在

市町村名	地域包括支援センター名等	郵便番号	所在地	電話番号
高崎市	高齢者あんしんセンター箕郷 いずみ	370-3107	高崎市箕郷町矢原12-1	027-371-8503
高崎市	高齢者あんしんセンタールネスニ之沢	370-3531	高崎市足門町166-1	027-372-4165
高崎市	高齢者あんしんセンター関越中央	370-3513	高崎市北原町179-1	027-386-2270
高崎市	高齢者あんしんセンターみどの新町	370-1301	高崎市新町3053-5	0274-42-0200
高崎市	高齢者あんしんセンター新生会	370-3347	高崎市中室田町2252	027-395-8080
高崎市	高齢者あんしんセンターはるな	370-3342	高崎市中室田町1060-2	027-395-6580
高崎市	高齢者あんしんセンター吉井中央	370-2132	高崎市吉井町吉井415-1	027-320-3166
安中市	安中市地域包括支援センター	379-0192	安中市安中1-23-13	027-382-1111
安中市	安中市地域包括支援センター松井田支所	379-0221	安中市松井田町新堀245	027-382-1111
藤岡市	藤岡市地域包括支援センター	375-8601	藤岡市中栗須327	0274-40-2287
上野村	上野村地域包括支援センター	370-1616	上野村乙父630-1	0274-59-2309
神流町	神流町地域包括支援センター	370-1592	神流町大字万場90-6	0274-57-2111
富岡市	富岡市地域包括支援センター	370-2392	富岡市富岡1460-1	0274-62-1511
下仁田町	下仁田町地域包括支援センター	370-2601	下仁田町下仁田682	0274-64-8804
南牧村	南牧村地域包括支援センター	370-2806	南牧村大日向1098	0274-87-2011
甘楽町	甘楽町地域包括支援センター	370-2213	甘楽町大字白倉1395-1	0274-67-5182
中之条町	中之条町地域包括支援センター	377-0494	中之条町中之条町1091	0279-75-8835
中之条町	中之条町地域包括支援センター六合	377-1795	中之条町小雨577-1	0279-95-3041
長野原町	長野原町地域包括支援センター	377-1304	長野原町長野原1340-1	0279-82-2422
嬭恋村	嬭恋村地域包括支援センター	377-1612	嬭恋村大前1100	0279-96-1336
草津町	草津町地域包括支援センター	377-1711	草津町草津28	0279-88-0294
高山村	高山村地域包括支援センター	377-0792	高山村中山3410保健福祉センター内	0279-63-1311
東吾妻町	東吾妻町地域包括支援センター	377-0801	東吾妻町原町1117-1	0279-68-0200
沼田市	沼田市地域包括支援センター	378-8501	沼田市下之町888テラス沼田3階	0278-22-1112
片品村	片品村地域包括支援センター	378-0415	片品村鎌田3946	0278-58-4020
川場村	川場村地域包括支援センター	378-0101	川場村谷地2410-1	0278-50-1425
昭和村	昭和村地域包括支援センター	379-1203	昭和村糸井624番地	0278-20-1126
みなかみ町	みなかみ町地域包括支援センター	379-1313	みなかみ町月夜野118	0278-62-0540
太田市	太田・鳥の郷地域包括支援センター	373-0061	太田市鳥山上町2357-9	0276-55-2461
太田市	九合・休泊地域包括支援センター	373-0806	太田市籠舞町410-2特別養護老人ホーム高原園内	0276-60-4902
太田市	沢野地域包括支援センター	373-0829	太田市高林北町1178-1在宅介護支援センターほりえ内	0276-60-4903
太田市	葦川地域包括支援センター	373-0808	太田市石原町546-1	0276-60-4904
太田市	強戸・毛里田地域包括支援センター	373-0052	太田市寺井町565特別養護老人ホームゆう愛内	0276-60-4905
太田市	宝泉地域包括支援センター	373-0034	太田市藤阿久町345老人保健施設ふじあく光荘内	0276-55-1541
太田市	尾島地域包括支援センター	370-0422	太田市安養寺町2-11	0276-60-4907
太田市	新田地域包括支援センター	370-0342	太田市新田上江田町1513-1特別養護老人ホーム愛光園内	0276-56-1717
太田市	藪塚地域包括支援センター	379-2301	太田市藪塚町3922特別養護老人ホーム親孝の里内	0277-78-1096
桐生市	桐生市地域包括支援センター山育会	376-0053	桐生市東久方町2-4-33	0277-46-6066
桐生市	桐生市地域包括支援センター社協	376-0006	桐生市新宿3-3-19	0277-46-4411
桐生市	桐生市地域包括支援センター菱風園	376-0001	桐生市菱町1-3016-1	0277-32-3321
桐生市	桐生市地域包括支援センターユートピア広沢	376-0013	桐生市広沢町6-307-3	0277-53-1114
桐生市	桐生市地域包括支援センター思いやり	376-0041	桐生市川内町1-361-2	0277-32-5889
桐生市	桐生市地域包括支援センターにいさと	376-0121	桐生市新里町新川2488	0277-74-3032
桐生市	桐生市地域包括支援センターのぞみの苑	376-0011	桐生市相生町5-493	0277-54-9537
桐生市	桐生市地域包括支援センター神明	376-0013	桐生市広沢町2-3247	0277-32-3162
みどり市	みどり市地域包括支援センター	379-2313	みどり市笠懸町鹿250	0277-47-7551
みどり市	地域包括支援センター大間々	379-0102	みどり市大間々町桐原81-2	0277-47-7552
みどり市	地域包括支援センター東	376-0307	みどり市東町花輪113-4	0277-47-7553
館林市	高齢者あんしん相談センタークローバー荘	374-0002	館林市田谷町1187-1	0276-77-1165
館林市	高齢者あんしん相談センター新橋	374-0044	館林市下三林町452	0276-75-3013
館林市	高齢者あんしん相談センター東毛光生園	374-0055	館林市成島町862-4	0276-72-2060
館林市	高齢者あんしん相談センター社会福祉協議会	374-0024	館林市松原二丁目7-23城沼パークハイイツ101	0276-60-5670
板倉町	板倉町地域包括支援センター	374-0192	板倉町板倉2682-1	0276-82-6135
明和町	明和町地域包括支援センター	370-0795	明和町新里250-1	0276-84-3111(163)
千代田町	千代田町地域包括支援センター	370-0503	千代田町赤岩2119-5	0276-86-7000
大泉町	大泉町地域包括支援センター	370-0523	大泉町吉田2465	0276-63-2294
邑楽町	邑楽町地域包括支援センター	370-0603	邑楽町中野2570-1	0276-80-9300

※一覧から変更となっている場合がございます。

緊急時の連絡先一覧

家族の連絡先	名称	
	電話	
かかりつけ医	名称	
	電話	
病院	名称	
	電話	
担当のケアマネジャー	名称	
	電話	
訪問看護	名称	
	電話	
	名称	
	電話	
	名称	
	電話	
	名称	
	電話	
	名称	
	電話	

いざというときのために、在宅医療や介護支援に関わる連絡先 **29ページ参照** を記入しておきましょう。

メ モ

A large rectangular writing area with rounded corners, containing 15 horizontal dashed lines for handwriting practice. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page.

編集・発行 群馬県健康福祉部
健康長寿社会づくり推進課/医務課/介護高齢課
感染症・がん疾病対策課 / 障害政策課 / 薬務課

〒371-8570 群馬県前橋市大手町1-1-1
電話 027-897-2653

※このパンフレットは群馬県ホームページからダウンロードできます。
(トップページ > 健康・福祉 > 福祉・健康べんり帳 > 高齢者福祉 >
在宅医療・介護支援パンフレット「住み慣れたわが家で」)
<https://www.pref.gunma.jp/page/1618.html>



(令和5年3月改定)