

いつまでも住み慣れた場所で、自分らしく暮らしていくために

きたきゆう

de

在宅療養



在宅療養とは

病気があっても住み慣れた場所で暮らしたい…
お医者さんにかかりたいが、通院は難しい…
そんな時「在宅療養」がみなさんをお手伝いします。

- 高齢になり、足腰が弱って外来通院が困難になってしまったとき
- 病気やけがで入院し、その後自宅に帰ったものの通院が困難になってしまったとき
- 病気による痛みを和らげてもらいながら家で過ごしたいとき
- 住み慣れた自宅で最期を迎えたいと思うとき

こんなときに利用できるのが「在宅療養」です。

在宅療養とは、病院に通うことが難しい方が、自宅で必要な医療などを受けられる仕組みです。

自分の家だけでなく、有料老人ホームやグループホームなどでも受けることができます。食事や入浴の介助など、介護のサポートが必要なときは、介護保険の要介護認定を申請し認定を受けることで、介護保険によるサービスを利用しながら療養生活を送ることができます。





在宅で受けられる医療

自宅(施設含む)で、医師や歯科医師、看護師等による医療を受けることができます。専門的な治療で病院に通院している方でも、日常の病状管理など、在宅医療を受けることができます。医療機関ごとに対応可能な処置には違いがありますので、ご相談ください。



Q1 高齢者のみの世帯や、一人暮らしでも在宅療養は可能ですか？

Answer ご家族が遠方でも、医療・介護のサービスを組み合わせることで、一人暮らしでも、高齢ご夫婦などでも自宅での生活は可能です。

Q2 一度、在宅療養と決めてしまうと、入院はできないのですか？

Answer そんなことはありません。一度決めたことでも様々な状況で気持ちが変わることもあります。気持ちが揺らぎ、やはり入院したいと考えた時や悩まれた時は、ケアマネジャーや医師、看護師に相談してください。

Q3 夜間・休日も対応してくれるのですか？

Answer 電話による対応や、必要に応じてかかりつけ医による診察や看護師による訪問看護の体制があります。心配なことは、事前によく相談しておきましょう。

Q4 家族が疲れてしまったらどうすればいいですか？

Answer 介護に疲れたら、一人で悩まずケアマネジャーや医師、看護師等にご相談ください。

在宅療養のメリット

入院の場合は、起床、食事、面会、消灯など、病院のルールに従った生活を送る必要があり、入院している人の多くは、「早く家に帰りたい…」と思うものです。

在宅療養では、いままでずっと暮らしていた場所で、自分のペースで療養することができます。

見慣れたいつもの景色、
心安らぐ場所で、
安心して療養できます。

住み慣れた場所で
過ごすことで
精神的負担が軽減され、
病気による痛みが
緩和されることも
あります。

自分の時間や
家族との時間を
大切にできます。



かわいがっている
ペットとともに
過ごすことが
できます。

身の回りを
整理するなど、
自分の人生を
振り返る時間を
つくることが
できます。

医師だけでなく、
様々な医療や
介護の専門職が
自宅でサポート
してくれます。

最期の時を
住み慣れたわが家で
迎えることが
できます。

みんなで支える在宅療養

安心して在宅療養を受けられるように、かかりつけ医をはじめ、さまざまな職種が協力・連携し、チームとして療養生活を支えています。

医師

診察や治療、経過観察を行います。



看護師

医師の指示に基づいた医療処置、健康状態の確認、療養上の支援などを行います。



歯科医師・歯科衛生士

虫歯や歯周病の治療、入れ歯の調整、口腔ケア、飲み込みの訓練などを行います。



薬剤師

処方薬のお届け、効果・副作用・残薬や保管方法の確認、入退院時の薬剤確認、一包化等の作り直しなどを行います。



リハビリテーション職

(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)

移動、食事、言語などの生活行為の維持・向上のためのリハビリテーションや、身の回りの動作がしやすいよう環境整備を行います。



ケアマネジャー

(介護支援専門員)

介護が必要になった場合、ご本人やご家族からの相談を受け、ケアプランの作成や介護サービス事業者との調整などを行います。



ホームヘルパー

(訪問介護員)

調理、買い物、掃除など日常生活の家事援助を行ったり、入浴や排泄等の身の回りの支援を行います。



医療ソーシャルワーカー

医療機関内の相談員で、在宅医療や介護保険、療養に関する相談・支援を行います。



管理栄養士

低栄養の改善や、栄養状態、食の好みや飲み込む力に合わせて調理方法やレシピの提案をします。



※北九州市の地域包括ケアシステムにおける主な構成要素
「医療」「介護」「生活支援」「認知症支援・介護予防」「住まい」

医療

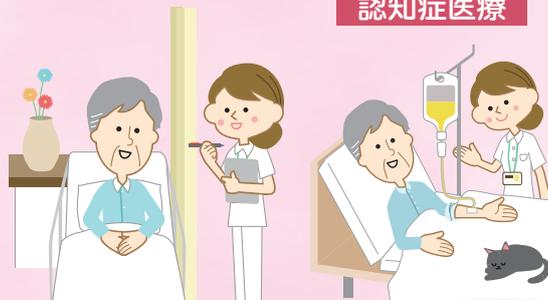
病気になったら…

病診連携

入院医療

外来・在宅医療

認知症医療



認知症地域支援推進員

認知症支援 介護予防



- 認知症サポーター養成講座
- 介護予防リーダー(普及員)の育成・支援
- サロンで健康づくり など

北九州市における地域包括ケアシステム

重度の要介護状態となっても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、医療・介護・生活支援・介護予防・住まいが一体的に提供される仕組み

在宅医療・介護連携支援センター(市内5か所)

地域リハビリテーション支援センター
地域リハビリテーション協力機関

テクノケア北九州(介護実習・普及センター)

介護

介護が必要になったら…

在宅系サービス

施設・居住系サービス



まちかど介護相談室

専門職の家庭訪問による支援
(アウトリーチ支援)

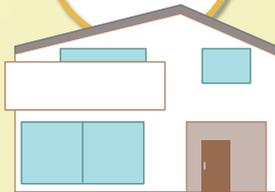
地域包括支援センター

地域ケア会議(多職種連携)

地域支援コーディネーター

市民センター

住まい



自宅



高齢者施設

いつまでも元気に暮らすために…

地域の中で
何らかの役割を担う
アクティブ・シニアの増加



社会参加

+

介護予防

- ふれあいネットワーク活動
- 見守り、安否確認
- 老人クラブ活動
- 訪問型、
通所型サービス(総合事業) など

生活支援



介護保険の主なサービス

介護保険を利用するには、
「要介護認定の申請」をして、利用者の介護の必要な度合いを決定する
「要介護状態区分」に応じてサービスを受けることができます。

介護保険サービスを利用するには

1 申請

かかりつけ医に相談しましょう。
かかりつけ医がいなければ地域包括支援センターに相談してください。(13ページ参照)
お住まいの区の区役所(介護保険担当)や出張所で、申請書と介護保険被保険者証を提出します。

申請できる人 本人や家族

居宅介護支援事業者(ケアマネジャー)、介護保険施設、地域包括支援センターなどに頼んで申請を代行してもらうこともできます。



2 認定調査

北九州市の調査員が自宅などを訪問し、心身の状況や介護の必要度を調査します。



3 主治医の意見書

北九州市がかかりつけ医に医学的な意見書の作成を依頼します。



4 要介護認定通知

申請から結果通知まで、30日程度かかります。

認定は、

要支援 1・2

要介護 1~5

の7段階で認定します。(「非該当」となる場合もあります)

介護保険サービス利用を希望される際は、
地域包括支援センターまたは
居宅介護支援事業所のケアマネジャーにご相談ください。

訪問介護(ホームヘルプサービス)

ホームヘルパーが訪問し、入浴、排せつ、食事などの身体介護、調理や洗濯、掃除、買い物代行等の日常生活上の支援をします。



訪問看護

看護師などが訪問し、健康状態の確認や療養上の支援などを行います。



訪問リハビリテーション

リハビリテーション専門職が訪問し、リハビリテーションを行います。



ショートステイ

短期間、施設に宿泊することができます。そこで介護やリハビリなどを受けられる場合もあります。



訪問入浴介護

介護職や看護師が訪問し、浴槽を持参して入浴のお手伝いをします。



通所介護(デイサービス)

介護施設等に日帰りで通い、食事や入浴など日常生活を送るうえで必要となるサービス及び機能訓練を行います。



通所リハビリテーション(デイケア)

医療機関や介護老人保健施設に日帰りで通い、心身機能の維持回復、日常生活の自立を支援するためのリハビリテーションを行います。



福祉用具レンタル

車いすや電動ベッド、歩行器などの福祉用具を借りることができるサービスです。



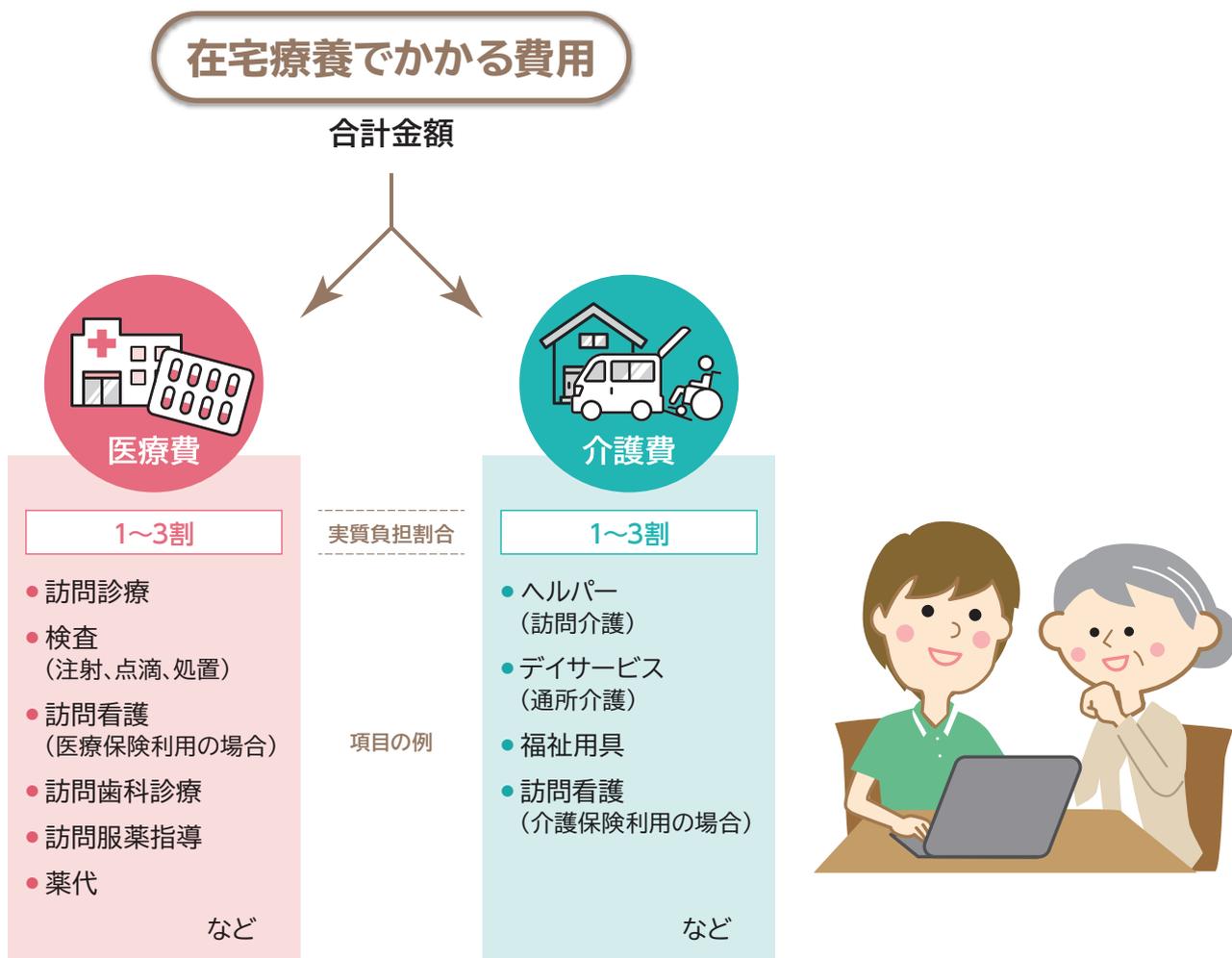
住宅改修

ご自宅の手すりの取り付けや段差の解消、和式便器から洋式便器への取り替えなど、生活環境を整えるための改修費の一部が支給されます。



在宅療養でかかる費用について

在宅療養にかかる費用は、医療機関へ支払う費用や、必要に応じて訪問看護や介護保険サービスの費用、薬代等があります。一般的に在宅医療は入院と比べて費用が少なくなると言われていますが、症状や受けるサービスによって異なります。



費用は、病気の重症度や治療・サービス、年齢、要介護度、所得等によって異なります。

詳しく知りたいときには、

医療費については主治医や病院の医療ソーシャルワーカー、

介護費についてはケアマネジャーにご相談ください。

経済的負担軽減の制度について

高額療養費制度

1か月の保険診療にかかる医療費の自己負担額が一定の限度額を超えた場合に、加入している健康保険からその超えた額が支給される制度です。

マイナ保険証の受付ができる医療機関等の窓口でオンライン確認を受けるか、事前に「限度額適用認定証」を発行してもらうと、窓口での支払いが自己負担限度額までになります。

※加入する保険によって異なりますので、まずは申請・手続き窓口へ電話等でお尋ねください。

申請・手続き窓口

【国保】お住まいの区の区役所 国保年金課

【後期】お住まいの区の区役所 国保年金課

【社保】加入先



難病の医療費助成制度

国が指定する難病(指定難病)にかかっている方で、症状の程度が一定以上の方、もしくは高額な医療を継続することが必要な方に対して、治療にかかる医療費(保険診療による自己負担分)の一部が助成されます。

申請・手続き窓口

お住まいの区の区役所

保健福祉課 高齢者・障害者相談係



重度障害者医療費支給制度

市内在住で、健康保険に加入しており、身体障害者手帳1級または2級、療育手帳A表示、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかに該当する方を対象に、保険診療による医療費の自己負担額を助成する制度です。

申請・手続き窓口

お住まいの区の区役所

保健福祉課 高齢者・障害者相談係



高額介護(予防)サービス費

1か月に支払った介護サービスの利用者負担額(食費・居住費を除く)が一定額を超えた場合に、申請により超えた金額を支給する制度です。

申請・手続き窓口

お住まいの区の区役所

保健福祉課 介護保険担当



高額医療合算介護(予防)サービス費

医療保険と介護保険の両方を利用して年間(8月から翌年7月)の自己負担額の合計が一定の限度額を超えた場合、申請により超えた額が払い戻されます。

申請・手続き窓口

お住まいの区の区役所

国保年金課及び保健福祉課 介護保険担当



食費・居住費にかかる利用者負担の軽減制度

住民税非課税世帯等で介護保険施設・ショートステイを利用している人の食費・居住費(滞在費)が、申請により減額されます。

申請・手続き窓口

お住まいの区の区役所

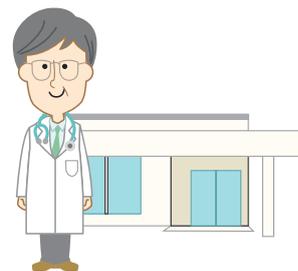
保健福祉課 介護保険担当



在宅療養についての相談先

医療機関にかかっている方

医師・看護師・医療ソーシャルワーカーへ



介護保険を利用したい方

ケアマネジャーへ

自宅で受けられる各種サービスなどを一緒に考えてくれます。

高齢者の相談窓口

お住まいの地域の地域包括支援センターへ

高齢者の保健・医療・福祉・介護に関する幅広い相談に応じ、必要な助言や支援を行う総合相談窓口です。(13ページ参照)

お困りごとがありましたら、ご相談ください



かかりつけ医がなく、どうすればいいのかわからない方

きたきゅう在宅医療情報ナビ[※]



※北九州市在宅医療資源情報データベースシステムをご参照ください。

北九州市で在宅医療の提供などに取り組む病院・診療所、歯科診療所、薬局、訪問看護・訪問リハビリテーション事業所について、希望する条件で検索し、詳細な施設情報を閲覧できるシステムです。

きたきゅう在宅医療情報ナビ



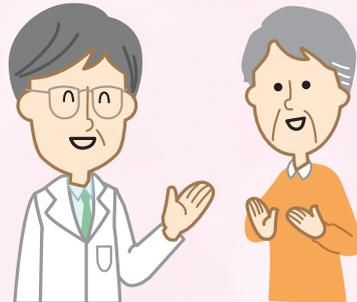
<https://www.kitaq-zaitakunavi.com/>



かかりつけ医をもちましょう

「かかりつけ医」とは、日頃から病気や健康に関することを何でも相談でき、専門的な治療や検査が必要な時には専門医療機関を紹介してくれる、身近にいて頼りになる医師のことです。

高齢になると、一つの病気だけではなく、いくつもの慢性の病気を抱えながら生活していくことが多くなります。自分の身体のことをよくわかってくれて、何でも相談できる、身近な診療所の先生を持つことが大切です。



人生会議

(ACP: アドバンス・ケア・プランニング)

もしものときのために前もって考え、話し合ってみませんか？

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。認知症や命の危険が迫った状態になると、医療やケアなどを自分で決めたり、望みを伝えることができなくなると言われています。

そのため、元気なうちからあなたが希望する医療やケアについて前もって考え、ご家族や大切な方、医療スタッフなどと話し合うことが大切です。病気がある時とない時では気持ちが変わることも多いので、何度でも話し合い、共有することが大事です。



※記入シート(参考様式)のダウンロードはコチラから
<https://www.city.kitakyushu.lg.jp/contents/18301337.html>



相談窓口一覧

■高齢者保健福祉についてのお問い合わせ

地域包括支援センター

※介護保険事業者、医療機関、関係機関等の方は、一般電話をご利用ください

受付時間

月曜日～金曜日 8:30～17:00 (土曜日・日曜日、祝・休日、年末年始は休み)

※ただし、緊急の場合のみ受付時間外でも電話対応します。

※担当地域が各出張所の場合でも、お住いの区役所の地域包括支援センターで相談を受け付けています。

| 区 | 相談受付窓口 (設置場所) | センター名 | 担当地域の目安(小学校区) | 市民専用フリーダイヤル | 電話番号 (市外局番 093) |
|-----|----------------------------|-------|-----------------------------------|--------------|--------------------|
| 門司 | ●区役所 ●出張所 | 門司1 | 大積、白野江、柄杓田、松ヶ江北、松ヶ江南 | 0120-049-233 | 481-1028 |
| | | 門司2 | 田野浦、港が丘、門司中央、門司海青、小森江(旧小森江東) | 0120-283-233 | 331-2041 |
| | | 門司3 | 大里東、大里南、大里柳、西門司、萩ヶ丘、藤松、小森江(旧小森江西) | 0120-329-233 | 391-2017 |
| 小倉北 | ●区役所 | 小倉北1 | 足原、霧丘(小倉南区を除く)、桜丘、寿山、富野 | 0120-079-033 | 562-2515 |
| | | 小倉北2 | 藍島、足立、貴船、小倉中央、三郎丸、中島、城野(小倉南区を除く) | 0120-127-033 | 562-2516 |
| | | 小倉北3 | 到津、井堀、中井、西小倉、日明、高見(八幡東区を除く) | 0120-259-033 | 591-3014 |
| | | 小倉北4 | 泉台、今町、清水、南丘(小倉南区を除く)、南小倉 | 0120-853-033 | 591-3015 |
| 小倉南 | ●区役所 ●出張所 (東谷出張所を除く) | 小倉南1 | 朽網、曾根、曾根東、田原、貫、東朽網 | 0120-349-433 | 475-7392 |
| | | 小倉南2 | 葛原、高蔵、沼、湯川、吉田 | 0120-794-433 | 923-7039 |
| | | 小倉南3 | 北方、城野(小倉北区を除く)、横代、若園、霧丘(小倉北区を除く) | 0120-803-433 | 952-5128 |
| | | 小倉南4 | 企救丘、広徳、志井、徳力、長尾、守恒、南丘(小倉北区を除く) | 0120-086-533 | 923-7052 |
| | | 小倉南5 | 市丸、合馬、長行、新道寺、すがお | 0120-189-533 | 451-3109 |
| 若松 | ●区役所 ●出張所 | 若松1 | 赤崎、くきのうみ、小石、深町、藤木、若松中央 | 0120-192-133 | 751-5281 |
| | | 若松2 | 青葉、江川、鴨生田、高須、花房、二島、ひびきの(八幡西区を除く) | 0120-259-133 | 701-1035 |
| 八幡東 | ●区役所 | 八幡東1 | 祝町、枝光、高槻、高見(小倉北区を除く)、梶田、ひびきが丘 | 0120-719-133 | 663-3305 |
| | | 八幡東2 | 大蔵、河内、皿倉、花尾(八幡西区を除く)、八幡 | 0120-835-133 | 661-5132 |
| 八幡西 | ●区役所 ●出張所 | 八幡西1 | 赤坂、浅川、医生丘、折尾東、本城、光貞、ひびきの(若松区を除く) | 0120-379-733 | 601-5402 |
| | | 八幡西2 | 永犬丸、永犬丸西、折尾西、則松、八枝 | 0120-512-733 | 644-7623 |
| | | 八幡西3 | 青山、穴生、熊西、竹末、萩原、引野 | 0120-618-733 | 621-5032 |
| | | 八幡西4 | 黒畑、黒崎中央、筒井、鳴水、花尾(八幡東区を除く) | 0120-729-733 | 621-5053 |
| | | 八幡西5 | 大原、上津役、塔野、中尾、八兒 | 0120-059-833 | 611-5063 |
| | | 八幡西6 | 池田、香月、楠橋、木屋瀬、千代、星ヶ丘 | 0120-139-833 | 617-2752 |
| 戸畑 | ●区役所 | 戸畑1 | あやめが丘、戸畑中央、中原 | 0120-209-833 | 861-2166 |
| | | 戸畑2 | 一枝、大谷、鞆ヶ谷、天籟寺、牧山 | 0120-199-533 | 861-2165 |

■ 介護保険についてのお問い合わせ

■ 要介護認定を受けていなくても利用できるサービスについてのお問い合わせ

保健福祉課 (各区役所)

電話番号(市外局番 093)

| 区役所 | 介護保険について | 要介護認定を受けていなくても利用できるサービスについて |
|--------|----------|-----------------------------|
| | 介護保険担当 | 高齢者・障害者相談係 |
| 門司区役所 | 331-1894 | 321-4800 |
| 小倉北区役所 | 582-3433 | 582-3430 |
| 小倉南区役所 | 951-4127 | 951-4126 |
| 若松区役所 | 761-4046 | 751-4800 |
| 八幡東区役所 | 671-6885 | 671-4800 |
| 八幡西区役所 | 642-1446 | 645-4800 |
| 戸畑区役所 | 871-4527 | 881-4800 |

■ 国民健康保険加入者の高額療養費についてのお問い合わせ

■ 後期高齢者医療制度についてのお問い合わせ

国保年金課 (各区役所)

電話番号(市外局番 093)

| 区役所 | 国民健康保険加入者の高額療養費について | 後期高齢者医療制度について |
|--------|---------------------|---------------|
| | 国保年金課 | |
| 門司区役所 | 331-1832 | 331-3310 |
| 小倉北区役所 | 582-3400 | 582-3406 |
| 小倉南区役所 | 951-4119 | 951-4116 |
| 若松区役所 | 761-5951 | 761-5755 |
| 八幡東区役所 | 671-2859 | 671-2859 |
| 八幡西区役所 | 642-1332 | 642-1333 |
| 戸畑区役所 | 881-2391 | 881-2391 |

■ 医療・介護等サービス提供者の在宅医療に関する相談窓口 **市民の相談窓口ではありません**

※ 各地域の在宅医療・介護連携支援センター

北九州市 在宅医療・介護連携支援センター

<https://www.kitakyu-iryokaigo-renkei.jp/>



発行

北九州市保健福祉局地域医療課
TEL: 093-582-2678

このパンフレットは、在宅療養の現場に関わっている医療・介護の専門職による「北九州医療・介護連携プロジェクト」により作成されました。

Kitakyushu
Action!
動かせ、未来。北九州市

令和8年3月