

# 第4号 在宅療養を知ろう！

在宅療養にお困りの方・訪問診療を考えている方のお手伝いをします。

「在宅療養を知ろう！」全4号  
 第1号 在宅療養について  
 第2号 在宅療養を支える職種  
 第3号 在宅看取りについて  
 第4号 在宅療養を考える

## 人生の最期は自宅で迎えたい！けれど…

一般高齢者のうち、「在宅療養を希望する」という方は6割、また、「人生の最期は自宅で迎えたい」という方が3割います。

しかし、在宅療養を希望していても、約半数の方が「希望するが実現は難しいと思う」と答えています。  
 (令和元年度 台東区高齢者実態調査より)

### 難しいと思う理由は？

急に病状が変わった時の  
対応が不安

自宅でどのような治療が  
受けられるかわからない

家族に負担を  
かけてしまう



## “在宅でなるべく長く過ごしたい”を叶えるために

- 不安な時は、1人で抱え込まず、**台東区在宅療養支援窓口**や**地域包括支援センター**等の相談窓口にご相談してみましょう。
- これから、どう変化していくのか。**かかりつけ医**や**ケアマネジャー**等から**情報を集めて**おきましょう。
- 日頃から本人の希望や、**家族としてどう支えることができるのか話し合っ**ておきましょう。
- 一人で抱え込まず、息抜きをしましょう。**介護する側が、心と体をリフレッシュすることが大事です！**

### デイサービス (通所介護)

日帰りで通所介護施設に通い、食事・入浴などの支援や、レクリエーション、リハビリを受けることができます。

### ショートステイ (短期入所)

高齢者施設に、あらかじめ利用期間を決めて短期入所するサービスです。

デイサービスや  
ショートステイを利用して、  
たまには休みましょう！



### 編集後記

第4号に渡って「在宅療養を知ろう！」を発行いたしました。療養先の選択肢のひとつとして「在宅療養・在宅看取り」があるということ、それを支えるためのサービスが台東区にあります。困った時はいろんな相談窓口や医療・介護の制度を利用して、安心して在宅生活を送っていただきたいと思います。

# 第4号 在宅療養を知ろう！

介護や日常生活のことでお困りの方は  
まずはお近くの地域包括支援センター等にご相談ください

### ●区内地域包括支援センター

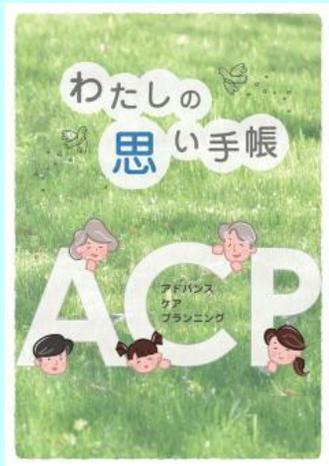
相談受付時間 月～土曜日 午前9時～午後5時（日曜、祝日・年末年始を除く）

名称	Tel	所在地	主な担当地区
①みのわ地域包括支援センター	3874-9861	三ノ輪1-27-11	三ノ輪、根岸4・5丁目、竜泉、下谷3丁目、日本堤
②ほうらい地域包括支援センター	5824-5626	清川2-14-7	清川、橋場、今戸、東浅草
③あさくさ地域包括支援センター	3873-8088	千束3-28-13 令和4年9月末まで仮移転	浅草、千束、花川戸
④まつがや地域包括支援センター	3845-6505	松が谷4-4-3	根岸1～3丁目、下谷1・2丁目、入谷、北上野、松が谷、西浅草
⑤くらまえ地域包括支援センター	3862-2175	蔵前2-11-3	雷門、駒形、寿、蔵前、三筋、小島、鳥越、浅草橋、柳橋
⑥たいとう地域包括支援センター	5846-4510	台東1-25-5	東上野、上野、元浅草、台東、秋葉原
⑦やなか地域包括支援センター	3822-1556	谷中2-17-20	谷中、上野桜木、上野公園、池之端

### ●介護予防・地域支援課 高齢者総合相談（区役所2階⑤番窓口） TEL 5246-1224

相談受付時間 月～金曜日 午前8時30分～午後5時（土曜・日曜、祝日・年末年始を除く）  
※水曜日は午後7時まで

在宅療養生活全般（医療・看護など）についての相談を  
在宅療養支援窓口でお受けしています



在宅療養支援窓口では、在宅療養や知っておきたい医療や介護、人生会議の具体的なやり方について掲載した冊子を置いています。ぜひ、ご活用ください。

相談受付時間 月～金曜日9時～17時、土曜日9時～12時  
（祝日・年末年始を除く）

場所 区立台東病院2階（千束3-20-5）

電話番号 **03-5603-0235**

対象 区内在住の方