茅ヶ崎市・寒川町

在宅医療と介護のあんしんガイド

～自分らしい暮らしをつづける～

今から知っておきたい!!



このガイドブックを手に取ってくださった方へ

茅ヶ崎市・寒川町では、住民の生活圏が近いことや医師会・歯科医師会・薬剤師会の活動範囲が同じことから、平成27年に在宅医療介護連携推進事業の協働実施に関する協定を締結し事業を進めています。

在宅医療介護連携推進事業は、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、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られるよう、在宅医療と介護を一体的に提供し、切れ目のない支援体制を構築するために、地域の実情を把握・分析したうえで、住民や地域の医療・介護専門職と目指すべき姿等を共有し、医療機関と介護事業所等の専門職との連携を推進することを目的としています。

今は元気に毎日を過ごしていても、これから先の暮らしの中では、病気やけが、体力の変化など、思いがけない出来事が起こることがあります。そんなとき、「どこに相談すればよいのか」「どんな支えが受けられるのか」を前もって知っておくことは大切なことです。

このガイドブックは、医療や介護が必要になった時からではなく、元気なうちから、これからの暮らしや自分らしく過ごすための選択肢について知り、考えていただくことを目的に作成しました。ガイドブックをきっかけに、ご自身の思いや大切にしていることについて、家族や身近な人と話し合ってみることも、これからの安心につながります。

ガイドブックに書いてある内容のすべてを一度に考える必要はありません。気になるところから、少しずつ目を通していただければ幸いです。このガイドブックが皆さまのこれから先も自分らしく暮らしていくための一助となることを願っています。

なお、このガイドブックは在宅医療介護連携推進事業に関わる委員※の皆さまのご協力を得て作成しました。

※在宅医療介護連携推進事業に関わる委員

茅ヶ崎医師会、茅ヶ崎歯科医師会、茅ヶ崎寒川薬剤師会、茅ヶ崎地区・寒川地区訪問看護ステーション、茅ヶ崎介護サービス事業者連絡協議会、寒川町介護サービス事業所連絡会、茅ヶ崎市・寒川町地域包括支援センター等の医療介護専門職の方

茅ヶ崎市・寒川町の高齢者の現状を“自分ごと”として知る

	人口 （人）	65 歳以上人口 （人）	高齢化率 （%）	2040 年高齢化率(%)
全国	1 億 2316 万	3620 万 1 千	29.4	35.0
茅ヶ崎市	247,133	66,786	27.0	35.7
寒川町	48,738	13,567	27.8	34.1

（令和7年12月時点）

茅ヶ崎市と寒川町の人口は、これまでおおむね横ばいで推移していますが、これからはゆるやかに減少すると見込まれています。一方で 65 歳以上の高齢者は年々増えており、高齢化率は今後も上昇していくと予測されています。

目次

1　自分らしい暮らしについて考えていますか？ ……1

2　茅ヶ崎市版エンディングノート　わたしの覚え書き～希望のわだち～ ……3

3　寒川町版エンディングノート　わたしのノート～大切な人への連絡帳～ ……4

4　自分らしい暮らしを支えるための地域の仕組み ……5

5　在宅医療・介護とは？ ……7

6　茅ヶ崎市民・寒川町民に向けてやっていること ……11

7　茅ヶ崎市・寒川町の医療介護の専門職に向けてやっていること ……13

8　在宅医療・介護を支える専門職の紹介①② ……15

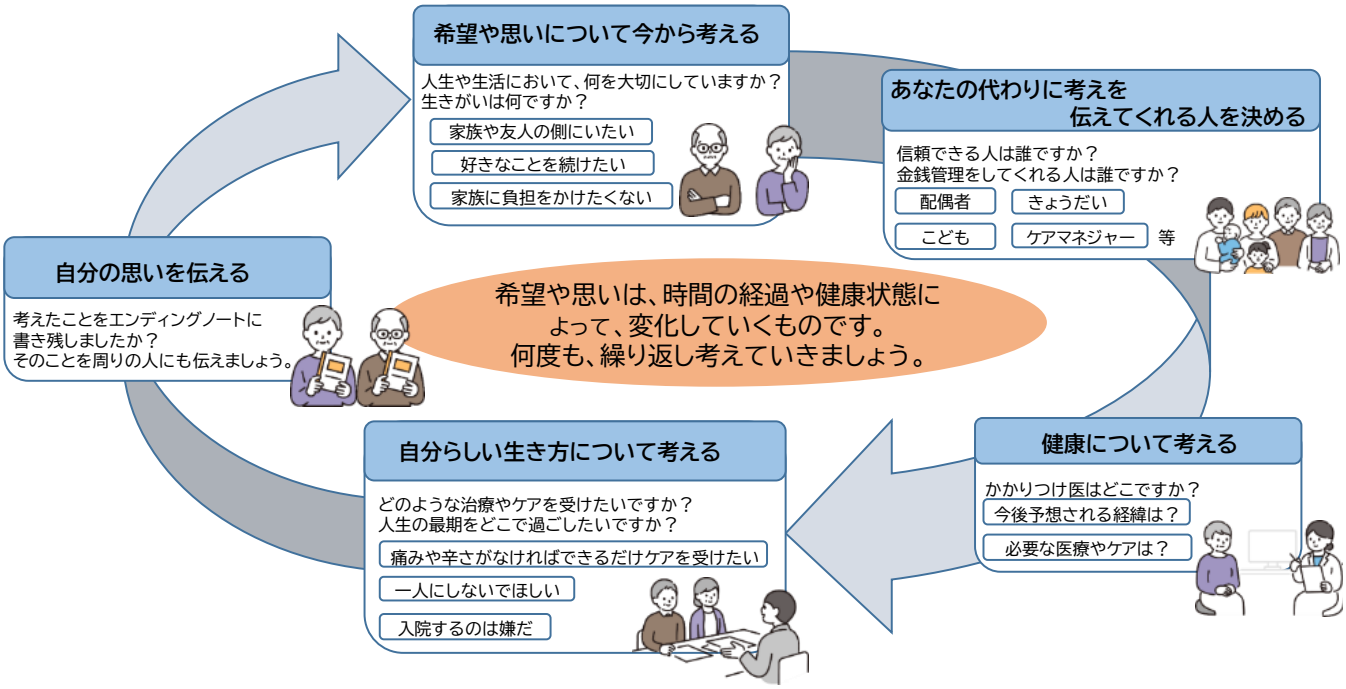
訪問診療医 ……17
訪問歯科診療医・歯科衛生士 ……19
訪問薬剤師 ……20
訪問看護師 ……21
保健師 ……22
ケアマネジャー ……23
介護福祉士 ……24
リハビリテーション専門職 ……25
社会福祉士 ……26
精神保健福祉士 ……27

9　相談窓口一覧 ……28

10　茅ヶ崎市・寒川町で発行しているガイドブック ……30

1 自分らしい暮らしについて考えていますか？

ACP（アドバイス・ケア・プランニング）

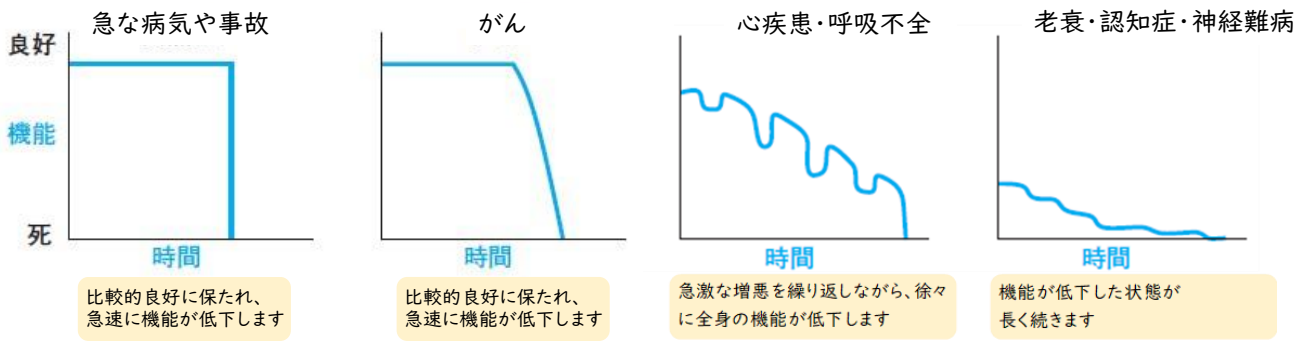


皆さまは住み慣れた地域で「自分らしい暮らし」をどのように続けていくか考えたことはありますか？

ACP（アドバンス・ケア・プランニング／人生会議）とは、医療や介護が必要になった時に自分らしい暮らしを選択するために必要なことを繰り返し考えることを言います。「自分らしく生きる」ために「自分が大切にしていることは何か」・「自分はどう生きたいか」・「してほしいこと」・「してほしくないこと」を信頼できる人に伝えましょう。

もし病気やけがで自分の気持ちを伝えられなくなった時でも「どんなケアを望むか」「どこで誰と過ごしたいか」など、自分の思いや希望を信頼できる人とあらかじめ共有しておけば、その後の医療や介護が自分らしいものになりやすくなり、家族が判断に迷ったときの負担を減らすことにもつながります。

また、下の図のように病気によって身体機能が低下していく過程は人によって異なるため、病気になってからは、どのように残りの人生を生きたいか、考え・話し合う時間も人によって異なってきます。終末期の患者の 70%は意思決定が不可能であると言われています。そのため、病気になってからではなく、普段から自分がどう生きていきたいか考えておきましょう。



話し合う内容は、延命治療を受けたいかどうか、どこで暮らしたいか、信頼できる人にどのように関わってほしいかなどさまざまです。すべてを一度に決める必要はなく、まずは自分の「大切にしたいこと」から話してみましょう。

ACP は一度決めたら終わりではありません。気持ちや体調等、状況が変わった時に見直しをしてみてください。繰り返し話し合い、記録して共有していくことで「自分らしい暮らしをつづける」ことにつながります。茅ヶ崎市・寒川町では、ACP について考えるきっかけとなるリーフレット「自分らしい暮らしを選択する」や、思いを記録し共有していく方法としてエンディングノートを配布しています。(P.3～4 参照)

ACP の例

事例① 自分の思いを家族に伝えていた A さんの場合



A さん(88 歳・女性)は、元気なうちにケアマネジャーや家族と一緒に「もしものとき、どんな医療や過ごし方を望むか」について話し合い、ACP(人生会議)を行っていました。

A さんは「できるだけ住み慣れた自宅で過ごしたい」、「延命治療より、苦痛を和らげるケアを大切にしてほしい」という思いを家族に伝えていました。

その後、体調が急に悪化し、治療の選択を迫られる状況になりましたが、家族は A さんのこれまでの思いをもとに医師と相談することができました。

結果として、A さんは訪問診療と訪問看護を利用しながら、自宅で穏やかな時間を過ごすことができ、家族の負担も軽減しました。

家族からは「本人の希望がわかっていたので、迷わず判断できた」、「話し合っておいて本当によかった」という声が聞かれました。

- ACP リーフレット「自分らしい暮らしを選択する」
  https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/kenko/1028987/1032050.html
  まずはなにを考えたらいいか知りたい！という方におすすめ
  茅ヶ崎市役所、寒川町役場、公共施設で配布しています



- 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
  もっとACPについて学びたい！という方におすすめ

2 茅ヶ崎市版エンディングノート

わたしの覚え書き～希望のわだち～



「わたしの覚え書き～希望のわだち～」は、いつまでも自分らしく生きていけるように、これまでの人生を振り返り、あなたの希望や考えをまとめるためのノートです。

【エンディングノートの内容】

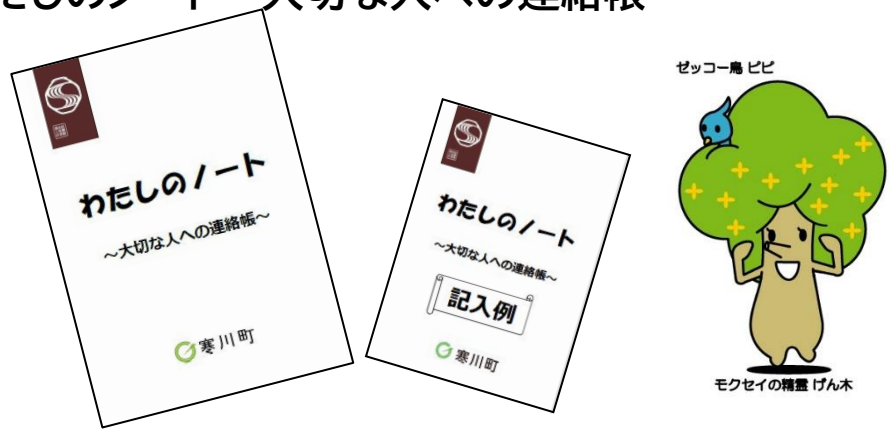
本編	はじめに	
	私のこと	自分らしい生き方を考えるにあたって、まずは自分自身について整理できます
	医療のこと	医療を受けることになった時に、どのような治療やケアを受けたいか考えることができます
	介護のこと	介護が必要になった時に、どのような介護を望むか考えることができます
	あとのこと	最期まで自分らしくあるために、残される人に伝えたいことを考えることができます
	参考資料	エンディングノートを書くにあたって参考になる資料を掲載しています
別冊	財産のこと	大切な財産の管理で困らないように一覧にしておくことができます
記入例	本編・別冊の記入例です エンディングノート書き方 YouTube と併せてご活用ください https://www.youtube.com/watch?v=L4UrIaJR-UU	YouTube はこちらから→
エンディングノートはホームページからダウンロードできます！！ Word で直接入力したい方、記入欄や項目を追加したい方は、こちらからダウンロードし、オリジナル版を作ることができます。 https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/otoshiyori/1022374.html		

【配布場所】

茅ヶ崎市役所高齢福祉課、小出支所、出張所（香川駅前、辻堂駅前、ハマミーナ）、地域包括支援センター、各公民館、地域集会施設（コミュニティセンター、浜須賀会館、南湖会館）

3 寒川町版エンディングノート

わたしのノート～大切な人への連絡帳～



いつ病気を発症したり、事故や災害に巻き込まれたりするかは誰にも予測できません。このノートは、そういった思いがけない「もしもの時」が訪れ、自分の意志が伝えることができなくなった時に、あなたに関する情報や要望・希望をわかりやすくまとめて残しておくことで、あなた自身だけでなく家族を手助けしてくれる連絡帳です。

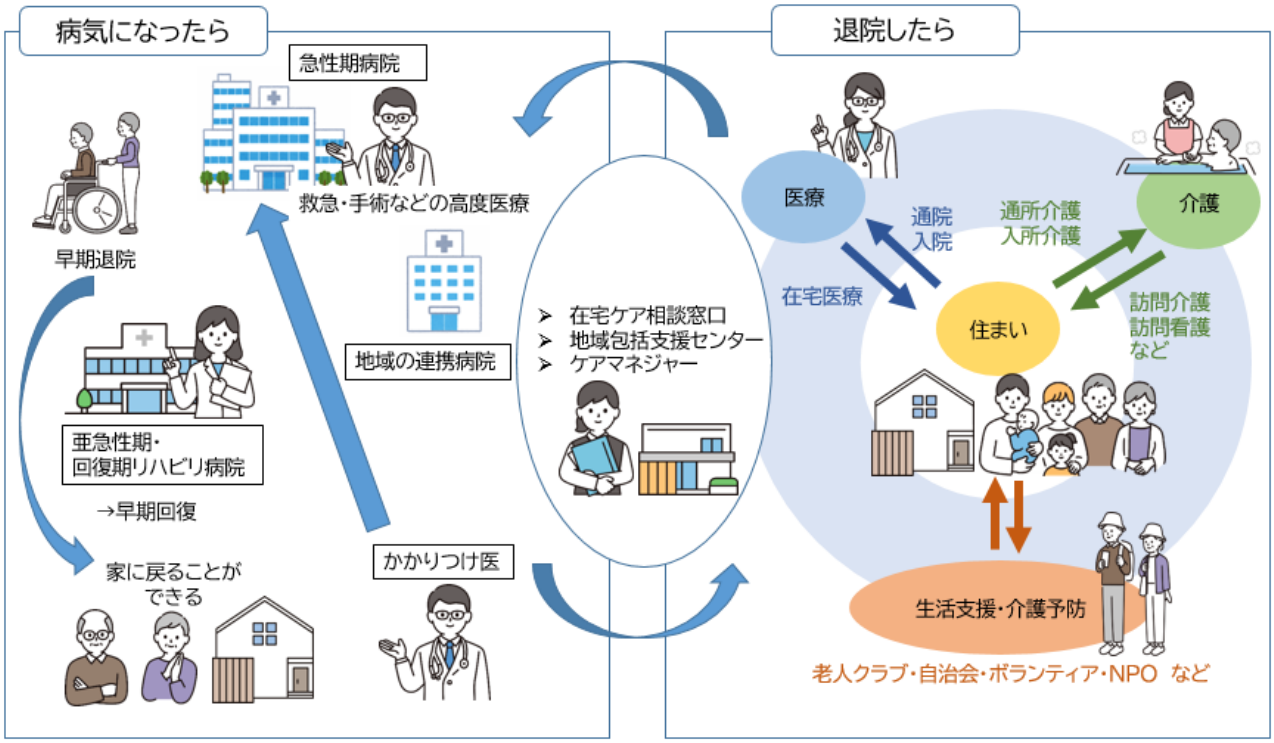
【エンディングノートの内容】

本編	1 わたしのこと	4 葬儀・お墓について
	2 大切な人たち	5 友人リスト
	3 もしもの時	6 財産に関すること
記入例	本編の記入例です	
ホームページからもダウンロードできます！！ Word で直接入力したい方、記入欄や項目を追加したい方は、こちらから ダウンロードしオリジナル版を作ることができます https://www.town.samukawa.kanagawa.jp/soshiki/fukushi/koreikaigo/koreifukushi/info/koureishsien/10942.html		

【配布場所】
寒川町役場高齢介護課

4　自分らしい暮らしを支えるための地域の仕組み

地域包括ケアシステムとは？



地域包括ケアシステムとは、「住み慣れた地域で、人生の最期まで自分らしい暮らしをしていけるように、医療・介護・生活支援などを地域全体で支える仕組み」のことです。

高齢になると、病気の治療や介護が必要になったり、買い物や移動が難しくなったりすることがあります。そのような状態になった時に病院や介護事業所だけではなく、地域の相談窓口やご近所の助け合い・行政の支援などが一緒になって支えてくれると安心できます。

地域包括ケアシステムでは、「医療」、「介護」、「生活支援・福祉サービス」、「住まい」、「介護予防」が切れ目なくつながることで、皆さまができるだけ長く自宅や地域で暮らし続けられるよう支援を行っています。

茅ヶ崎市・寒川町でもこの地域包括ケアシステムを進めるために、医療機関や介護事業所、地域のボランティア、行政が協力して支援に取り組んでいます。

この仕組みを知っておくことで、もしものときに「どこに相談すればいいのか」「どのような支援を受けられるのか」がわかりやすくなり、安心して暮らしていくことができる助けになります。

地域包括ケアシステムの例

事例②　一人暮らしでも安心して暮らし続けることができた B さんの場合



B さん（82 歳・女性）は一人暮らしです。
B さんは骨折したため急性期病院に入院し、その後回復期病院に転院しました。入院に伴い足腰が弱くなり、買い物や掃除が大変になることが予測されていましたが、「できるだけ自宅で暮らしたい」と考えていました。

そのため退院に向け、病院の相談員に相談したうえで、地域包括支援センターに自宅で暮らしたいという希望を伝え、自宅退院に向けた準備を進めていきました。
B さんは地域包括支援センターに介護申請を代理申請してもらい、ケアマネジャーがつくことになりました。ケアマネジャーに相談し、「介護保険サービスを調整」、「訪問介護で掃除・買い物を支援」などの退院後の生活体制が整いました。

自宅に退院した B さんは自宅で安心して生活を続けることができ、「自分でできないことを助けてもらえて助かる」と話しています。

事例③　サービスを使いながら家族の負担を軽減した C さんの場合



C さん（88 歳・男性）は認知症があり、要介護1。妻と同居しています。
最近、妻が知らない間に C さんが外に出てしまうため、妻は介護に不安を感じ「この先も家で看られるのか」と悩んでいました。

ケアマネジャーに相談し、「デイサービスやショートステイの利用」など、本人と家族の両方を支える仕組みを整えました。

妻の負担が軽くなり、C さんも落ち着いて過ごせるようになりました。
今後は施設入所に向けた相談をしていく予定です。

地域包括ケアシステムは、本人だけではなく家族も支える仕組みです。

5 在宅医療・介護とは？

(1)在宅医療とは

医師の指示のもと、それぞれの専門知識をもつ医療職が連携し、自宅等を訪問することで専門的なサービスを受けることができます。

訪問診療を受けられる例

事例④ 通院が身体的に困難になった D さんの場合



D さん(85 歳・女性)は高血圧や心不全の持病があり、
月 1 回かかりつけ医へ通院していました。
D さんは一人暮らしで、介護保険サービスとして訪問介護を週 2 回利用していました。

最近、足腰の筋力が低下し、外出時に転倒しそうになることが多く、通院することで強い疲労感が出て通院が困難な状況でした。

主治医・ケアマネジャー・家族で相談し、医師が定期的に自宅を訪問する「訪問診療」へ切り替えました。

訪問診療に切り替えたことで、「自宅で安心して診療を受けられる」、「体調の変化に早く気づいてもらえる」、と安心した様子が見られました。

事例⑤ 本人と家族の希望で、自宅で看取られた E さんの場合



E さん(90 歳・男性)は、家族と同居しています。

E さんは以前から「最期まで自宅で過ごしたい」と話しており、
家族も E さんの願いを叶えたいと思っていました。最近、徐々に食事量が減り、夜間の体調変化が増えてきました。家族が「なにかあったときどうしたらよいか不安」と感じるようになっていました。

主治医に相談し、今後の体調変化や自宅での看取りも見据え、定期的に医師が訪問してくれる訪問診療を導入しました。訪問看護とも連携し、24 時間相談できる体制を整えました。

訪問診療を導入したことで「最期まで安心して自宅で本人を看取ることができました」と家族からの声が聞かれました。

(2)介護とは ※詳細は茅ヶ崎市介護保険課発行冊子「みんなで支え、みんなで育てる介護保険」参照

加齢や病気により介護が必要になったときに、社会全体で支え合いながら介護保険サービスを受けることができます。

介護申請の流れ

窓口に相談	申請	認定調査	認定結果の通知
茅ヶ崎市介護保険課 寒川町高齢介護課 地域包括支援センター	本人・家族 地域包括支援センター 成年後見人　など	認定調査・主治医の 意見書をもとに 一次判定・二次判定	非該当 要支援 1・2 要介護 1～5

要支援 1・2 で利用できるサービス

自宅を訪問してもらうサービス

・介護予防訪問入浴介護

看護師等が入浴設備のある移動入浴車で居宅を訪問し、介護予防を目的とした入浴介護を行います。

・介護予防訪問リハビリテーション

理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問し、介護予防を目的としたリハビリテーションを行います。

・介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士等が居宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の管理や指導を行います。

・介護予防訪問看護

看護師や保健師等が居宅を訪問し、主治医と連携しながら、介護予防を目的とした療養上のお世話や、簡単な手当てをします。

施設に通って利用するサービス

・介護予防通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や医療機関等に通って、介護予防を目的として、日常生活上の支援やリハビリテーション等を日帰りで行います。

施設に短期間入所して受けるサービス

・介護予防短期入所生活介護(ショートステイ)

介護老人福祉施設等に短期間入所して、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練等が受けられます。

・介護予防短期入所療養介護(医療型ショートステイ)

介護老人保健施設等に短期間入所して、介護予防を目的とした医療上のケアを含む日常生活上の支援や機能訓練、医師の診察等が受けられます。

施設に入居している方へのサービス

・介護予防特定施設入居者生活介護

有料老人ホーム等に入居している方に、介護予防を目的とした日常生活上の支援や介護等を行います。

要介護 1～5 で利用できるサービス

自宅を訪問してもらうサービス

・訪問介護（ホームヘルプ）

ホームヘルパーが居宅を訪問し、食事、入浴、排せつ等の身体介護や調理、洗濯、清掃等の生活援助を行います。

・訪問看護

疾患がある方に看護師や保健師等が居宅を訪問し、主治医と連携しながら、病状の観察や床ずれ等の手当を行います。

・訪問入浴介護

看護師等が入浴設備のある移動入浴車で居宅を訪問し、入浴介助を行います。

・訪問リハビリテーション

居宅での生活能力を維持・向上させるため、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問しリハビリテーションを行います。

・居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士等が居宅を訪問し、療養上の管理や指導を行います。

施設に通って利用するサービス

・通所介護（デイサービス）

通所介護施設で、食事、入浴等の日常生活上の介護や日常動作訓練、レクリエーション等を日帰りで行います。

・通所リハビリテーション（デイケア）

介護老人保健施設や医療機関等で、食事、入浴等の日常生活上の介護や、生活行為の維持・向上のためのリハビリテーションを日帰りで行います。

施設に短期間入所して受けるサービス

・短期入所生活介護（ショートステイ）

介護老人福祉施設等に短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練等が受けられます。

・短期入所療養介護（医療型ショートステイ）

介護老人保健施設等に短期間入所して、医療上のケアを含む日常生活上の支援や機能訓練、医師の診療等が受けられます。

施設サービス

施設サービスは、介護中心か療養中心かなどによって入所する施設を選択します。
入所の申し込みは介護保険施設へ直接行い、利用希望者・家族が施設と契約をします。

・介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）…介護が中心の施設

日常生活において常時介護が必要で、自宅での生活が困難な要介護者が入所する施設です。介護保険の施設サービス計画に基づき、食事、入浴、排せつ等の日常生活上の介護や機能訓練等を行います。

・介護老人保健施設（老人保健施設）…介護やリハビリが中心の施設

病状が安定し、治療よりは看護や介護に重点を置いたケアが必要な要介護者が利用する施設です。介護保険の施設サービス計画に基づき、医療、看護、医学的管理のもとで介護や機能訓練等を行います。

・介護医療院…療養が中心の施設

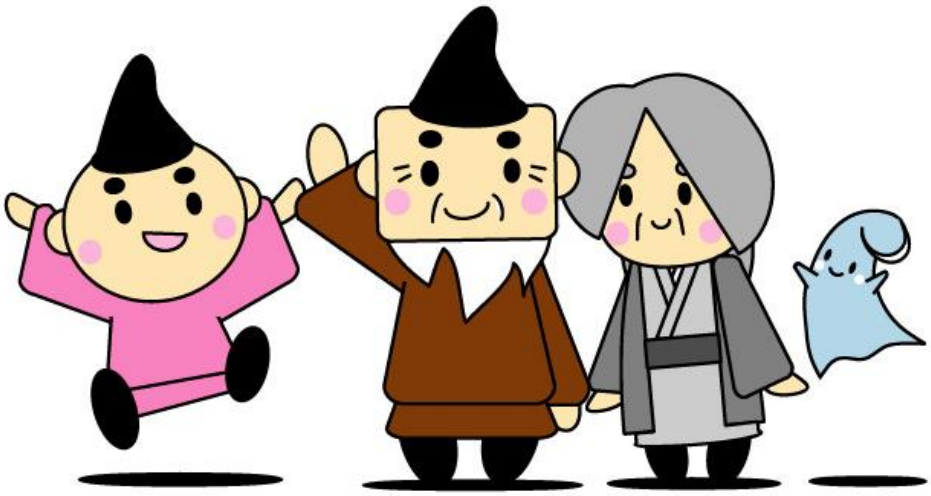
長期療養のための医療と日常生活の介護が一体的に提供される施設です。

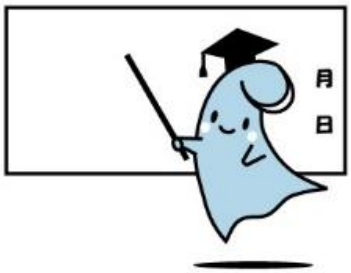
施設に入居している方へのサービス

・特定施設入居者生活介護

有料老人ホーム等に入居している方に、日常生活上の支援や介護等を行います。

その他、地域密着型サービス、福祉用具貸与・購入・住宅改修など詳細な情報については、茅ヶ崎市「みんなで支え、みんなで育てる介護保険」、寒川町「65歳からのサポートブック（寒川町高齢者ガイド）」をご参照ください。（P. 30）





6 茅ヶ崎市民・寒川町民に向けてやっていること

・在宅ケア相談窓口

住民の皆さまや医療・介護の専門職の方から在宅医療や介護に関する相談を受け、情報提供などを行っています。

- 相談場所：茅ヶ崎市役所１階　高齢福祉課内（茅ヶ崎市茅ヶ崎一丁目１番１号）
- 相談時間：8 時 30 分～17 時、月～金曜日（年末年始、祝祭日は除く）
- お問い合わせ先：0467-38-3319（直通）

・住民向け研修会

毎年11月 30 日（いい看取り・看取られの日）に合わせて、研修会を開催しています。

- 令和6年度（茅ヶ崎市開催）

【午前の部】

もしもの時のこと伝えていますか？～もしバナゲームで考えよう自分が本当に望んでいること～

【午後の部】

知っておきたい！在宅医療介護とお金のこと～自分らしい暮らしを選択するために～





- 令和7年度（寒川町開催）

知っておきたい！在宅医療介護のこと





・エンディングノート書き方講座＋個別相談会



エンディングノートの内容は多岐に渡るため、エンディングノートを書く時には多くの疑問が出てきます。そのため、書き方講座だけではなく個別相談会も同時に開催しています。

・市民まなび講座・在宅医療と介護の講座

在宅医療介護、エンディングノートの書き方等について、10名以上で構成されるサロンや地域の集まりに在宅ケア相談窓口担当者が出向いて講座を実施しています。詳しくは茅ヶ崎市ホームページをご覧いただくか、在宅ケア相談窓口までご連絡ください。



・茅ヶ崎市役所市民ふれあいプラザでの展示



毎年11月30日のいい看取り・看取られの日に合わせて ACP(アドバンス・ケア・プランニング/人生会議)に関する展示を行っています。

- 茅ヶ崎市在宅医療介護連携推進事業
  住民向けの情報については「～住民向け～(在宅医療・介護)」から確認できます。
  https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/kenko/1028987/1028989/index.html
- 在宅医療と介護の講座
  https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/kenko/1028987/1028989/1029001.html

7 茅ヶ崎市・寒川町の医療介護の専門職に向けてやっていること

・多職種連携研修会

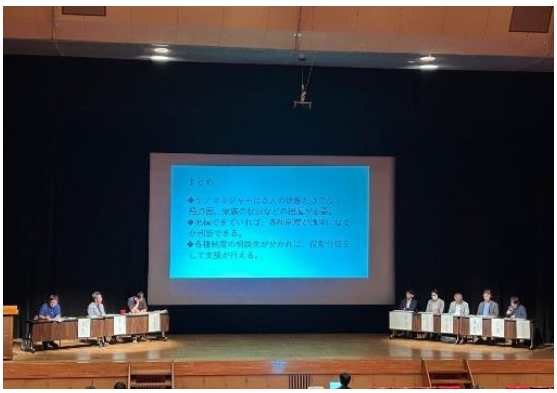
「在宅医療介護」と「医療と介護の連携推進」のため、医療介護専門職、障がい福祉関係者を対象とした研修会を行っています。研修会では「顔の見える関係性構築」のためのグループワークを実施しています。

➢ 令和 7 年度研修会テーマ「障がい福祉サービスとの連携を図ろう！！」

第34回（茅ヶ崎市開催）



第35回（寒川町開催）



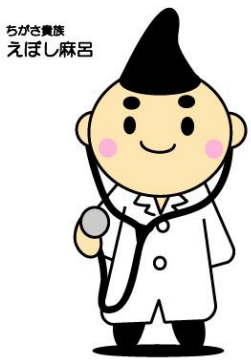
第36回（茅ヶ崎市開催）



・もしバナゲーム※貸し出し

ACP の理解促進のために、もしバナゲームを活用できる医療介護専門職などに対し、もしバナゲーム貸し出しを行っています。医療介護専門職が行う研修会や職場内において使用したり、医療介護専門職がサービス提供者やその家族に使用する場合に活用してもらうために貸し出しをしています。





※もしバナゲームとは、人生の最終段階に「自分にとって大切にしたいこと」を考え、周囲と話し合うきっかけをつくるカードゲームです。「大事にしたいこと」が書かれたカードを選び、優先順位をつけながら理由を共有します。ゲームを通じて価値観の違いを知り、人生観や希望を言葉にすることができ、もしもの時に備えや自分らしい生き方を考える第一歩として活用されています。

- 茅ヶ崎市在宅医療介護連携推進事業

https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/kenko/1058720.html

・医療介護専門職向けの情報

- 多職種連携ガイドライン

https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/kenko/1028987/1028990/1034124.html

- 入退院支援ガイドブック

https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/kenko/1028987/1028990/1034125.html

MEMO



8 在宅医療・介護を支える専門職の紹介①

このような状態やお悩みはありませんか？

訪問診療医

- ☐ 病院に通うことが困難になってきた
- ☐ このまま自宅で療養を続けられるのか不安
- ☐ 病院ではなく、家で最期を迎えることは可能か相談したい
- ☐ 人工呼吸器や胃ろうなどを自宅で管理できるか心配

→P.17へ

訪問歯科診療医

- ☐ 歯医者に通うことが困難になってきた
- ☐ 歯医者に通うことが困難だが、入れ歯を作りたい・調整したい
- ☐ 歯医者に通うことが困難だが、虫歯があるかもしれず心配
- ☐ 食事をよくこぼすことがある、うまく飲み込みができない
- ☐ 寝たきりの状態なので、口の中のケアが心配

→P.19へ

訪問薬剤師

- ☐ 薬局に通うことが難しくなってきた
- ☐ 輸液や栄養剤が重くて運べない、どうしたらいいだろうか
- ☐ 認知症が進み、薬を管理できない
- ☐ 薬の種類が多すぎて、正しく飲むのが大変
- ☐ 本人も家族も服薬管理ができない

→P.20へ

訪問看護師

- ☐ 自宅で食事・水分のとり方や栄養、排せつなどの健康管理をサポートしてほしい
- ☐ 自宅で床ずれや傷の手当てをしてほしい
- ☐ 病院からチューブや医療機器をつけたまま退院するのが不安
- ☐ 体の調子が変わってきて不安なので、気軽に健康相談をしたい
- ☐ できれば自宅で最期を迎えたいと思っている

→P.21へ

保健師

- ☐ 退院後の自宅療養に不安がある
- ☐ 親を介護していて疲れてきた、どんな介護サービスを利用できるのか知りたい
- ☐ 認知症かもしれない家族の対応方法が分からない
- ☐ 一人暮らしの高齢者が孤立していないか心配
- ☐ 病気予防や体調管理、介護予防について相談したい、情報が欲しい

→P.22へ

ケアマネジャー

- ☐ 介護サービスを受けるにはどうしたらいいのか
- ☐ 介護保険サービスを利用するとどのくらいの料金がかかるの
- ☐ デイサービスなどどのような事業所があるかわからない
- ☐ 家に手すりを付けたり、介護ベッドを設置したい
- ☐ 将来的に施設に入所するか悩んでいる
- ☐ 介護と仕事をどのように両立したらいいか

→P.23へ

介護福祉士

- ☐ 食事・入浴・排泄・更衣・歩行など、日常生活の基本的な動作がしにくい
- ☐ 高齢のため掃除・洗濯・買い物・調理など、身の回りの家事が大変
- ☐ できることは自分でしたいが、見守りや助言をしてもらいたい
- ☐ 安心して暮らせるよう定期的な訪問をしてもらいたい
- ☐ 家族の負担軽減や不安解消のため、介護方法などについて相談したい

→P.24へ

リハビリテーション専門職

- ☐ 足腰が弱ってきて、歩くとふらつき転びそうで不安
- ☐ 転ぶことが増えてきた
- ☐ 入浴やトイレなど、毎日の生活に不安を感じることがある
- ☐ 食事や飲み物で「むせる」ことが増えてきた
- ☐ 話す言葉が出にくくなって、人との会話がしづらい
- ☐ 手足がこわばっていて、動かしにくい

→P.25へ

社会福祉士

- ☐ 入院に伴う医療費や生活費のことで心配がある
- ☐ 本人や家族が病気のため、仕事や学校のことで心配がある
- ☐ 介護が必要と言われたが、手続きなどどのようにするのかわからない
- ☐ 障がいが残ってしまい、手帳や年金、介護などのサービスや制度について知りたい

→P.26へ

精神保健福祉士

- ☐ ひきこもりの子どもがいて将来が心配
- ☐ 認知症の親が怒りっぽくなり、どう接すればいいか
- ☐ 精神疾患がある家族と暮らしていて疲れてしまった
- ☐ 障がい福祉サービスの申請が複雑で困っている
- ☐ デイケアや就労支援など、社会参加の道を探している
- ☐ 精神科病院を退院と言われたが、自宅へ帰るのは難しいので、施設や転院の相談をしたい

→P.27へ

8 在宅医療・介護を支える専門職の紹介②



訪問診療医とは？

医師が自宅での療養が必要と認めた場合、訪問診療を受けることができます。
「かかりつけ医」として、住民の方の健康管理や日常的な疾患の管理、通院が困難な方への訪問診療及び往診等を行います。
疾患の状態や体調により、処置・投薬を行い、入院や検査等、必要に応じて病院等への紹介を行います。

かかりつけ医とは？

健康に関することを何でも相談できる	必要な時は専門の医師・医療機関を紹介してくれる	身近で頼りになる医師



かかりつけ医を持つメリット

日常の状態をよく知っているかかりつけ医がいれば、ちょっとした体調の変化にも気づきやすいため、病気の予防や早期発見・早期治療が可能になる	病気や症状、治療法などについて的確な診断やアドバイスをしてくれる	かかりつけ医は必要に応じて適切な医療機関を紹介してくれる

Q1 かかりつけ医って自分で選んでいいの？
A1 かかりつけ医はご自分で選択できます。
　日常生活における健康の相談や体調の悪い時などに、まずはかかりつけ医に相談します。自分が信頼できると思った医師であれば、かかりつけ医と呼んで構いません。
Q2 かかりつけ医は一人じゃないとだめ？
A2 かかりつけ医は一人に決める必要はありません。
　例えば内科のかかりつけ医の他に眼科にも通院しているという場合には眼科の医師もかかりつけ医と言えます。
Q3 何科の医師を選べばいいの？
A3 内科のかかりつけ医と思われがちですが、どの診療科の医師でもかかりつけ医になります。

上手な医療のかかり方.jp（厚生労働省）
https://kakarikata.mhlw.go.jp/kakaritsuke/motou.html

訪問診療・往診の違いってなに？

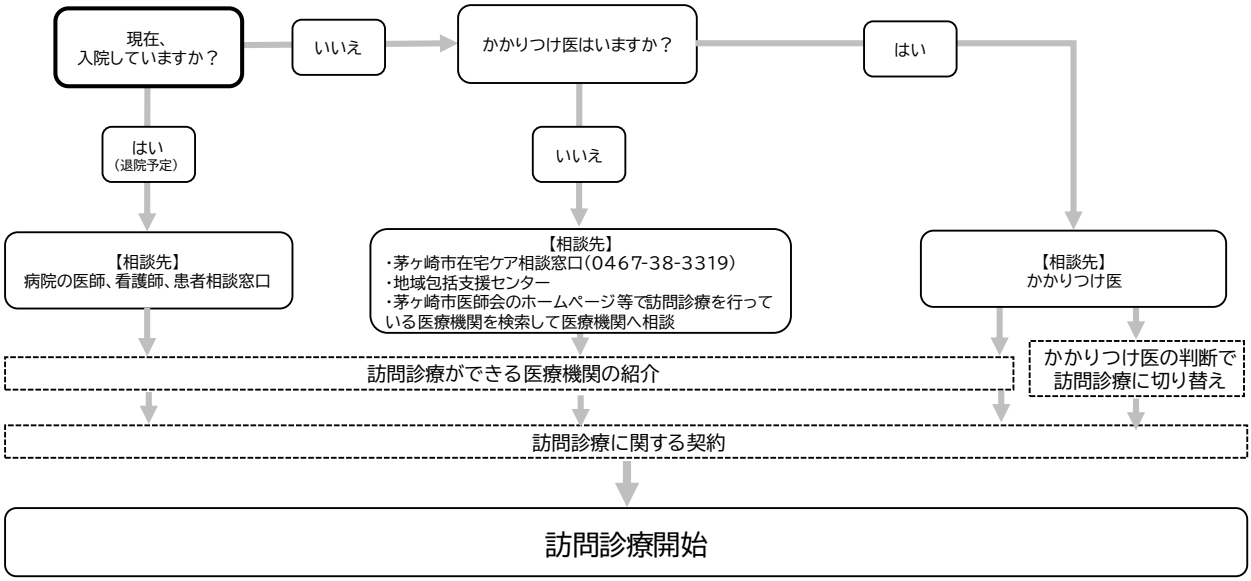
訪問診療	往診
定期的に医師が訪問して診察すること	緊急時に医師が訪問して診察すること

訪問診療医ができることは？

- 定期的な訪問診療および緊急時の往診
- 内服薬の処方、管理、指導及び注射（在宅で可能なもの）
- 血液検査・尿検査、細菌検査など
- 褥瘡、創傷処置
- 疼痛ケア（麻薬処方、腹水排液など）
- 悪性腫瘍の指導管理
- 自己注射指導管理（主に糖尿病患者の方）
- 膀胱留置カテーテル、自己導尿指導管理
- 在宅酸素療法指導管理
- 経鼻経管栄養指導管理
- 人工呼吸指導管理　など　　※詳細は各病院・クリニックにお問い合わせください。

どうしたら訪問診療を受けられるの？

→訪問診療は医師の判断のもとで受けることができます



茅ヶ崎市・寒川町の訪問診療医を探すには？

- かかりつけ医
- 入院している病院の患者相談窓口（患者支援センター、地域連携室等）
- 在宅ケア相談窓口 （P.28参照）
- 地域包括支援センター （P. 28参照）
- 茅ヶ崎市医師会ホームページ
  https://www.chigasaki-med.or.jp/zaitaku/



訪問歯科診療医・歯科衛生士とは？

自宅や施設で歯の治療が受けられます。自宅で療養している、施設に入居している等で歯科医院への通院が困難になった茅ヶ崎市民・寒川町民の方々に、在宅歯科医療地域連携室が仲介役となり、訪問歯科診療を行っている歯科医師を紹介します。

訪問歯科診療医ができることは？

- 入れ歯が合わない、壊れた、作りたい
- 歯ぐきが腫れている、血が出る、噛むと痛い
- 歯が痛い、ぐらぐらする、折れた、詰め物が取れた
- 飲み込みにくい、むせる、食べこぼす
- 口腔ケアをお願いしたい
- 認知症や障がい等により痛みを伝えられない、待合室で待てない　など

どうしたら訪問歯科診療を受けられるの？

電話で申し込みの場合
0467-62-0983
困りごと・必須事項を伺います。
（連絡者の氏名、患者氏名、・住所・電話番号・生年月日、主訴、病態、ケアマネジャーの氏名・事業所名、介護度、保険の種類等）

FAXで申し込みの場合
0467-62-0982
申請書をホームページからダウンロードし、記入後、在宅歯科医療地域連携室まで送信してください。
在宅歯科医療地域連携室より折り返し連絡し、必要事項を伺います。

↓

申し込み受付後、歯科医師を選定し、訪問歯科診療を依頼します
※歯科医師は、茅ヶ崎歯科医師会会員で在宅歯科医療協力医に登録している歯科医師です
※患者の方の希望やお住いの地域、病歴等を考慮します

↓

歯科医院（会員協力医）から連絡者へ直接連絡します
歯科医師と直接、訪問日を相談してください

↓

訪問歯科診療開始

茅ヶ崎市・寒川町の訪問歯科診療医を探すには？

- （一般社団法人）茅ヶ崎歯科医師会「茅ヶ崎歯科医師会　在宅歯科医療地域連携室」

〒253-0041　茅ヶ崎市茅ヶ崎三丁目4番23号
電話番号　0467-62-0983
FAX　0467-62-0982
受付時間　平日９時～16 時（土日・年末年始・祝祭日除く）
ホームページ：https://www.chi-dent.or.jp/zaitaku.html



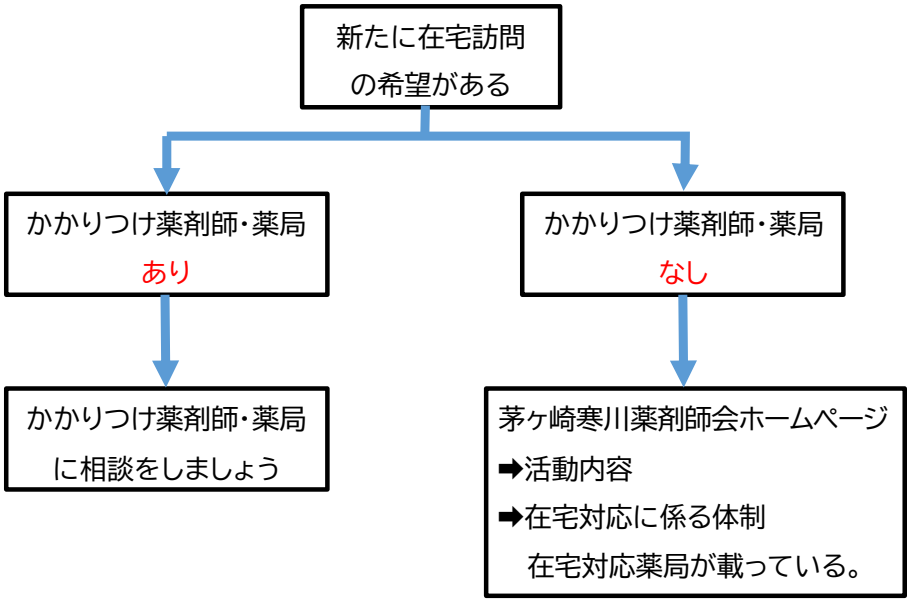
訪問薬剤師とは？

訪問薬剤師は、訪問薬剤管理指導・居宅療養管理指導を行います。薬剤師が直接、自宅に薬をお持ちして、薬を適切に飲めるようにお手伝いします。

訪問薬剤師ができることは？

- 処方せんに基づき患者の状態に応じた調剤（一包化、懸濁法、麻薬、無菌調剤）
- 患者宅への医薬品・衛生材料の供給
- 薬歴管理（薬の飲み合わせの確認）
- 服薬の説明（服薬方法や効果等の説明、服薬指導・支援）
- 服薬状況と保管状況の確認（服薬方法の改善、服薬カレンダー等による服薬管理）
- 副作用等のモニタリング
- 在宅担当医への処方支援（患者に最適な処方（剤型・服用時期等を含む）提案）
- 残薬の管理、麻薬の服薬管理と廃棄
- ケアマネジャー等の医療福祉関係者との連携・情報共有
- 医療福祉関係者への薬剤に関する教育　など

どうしたら訪問薬剤管理指導・居宅療養管理指導を受けられるの？



茅ヶ崎市・寒川町で訪問できる薬局を探すには？

- 茅ヶ崎寒川薬剤師会ホームページをご参照ください。

茅ヶ崎市寒川町　地域薬局リスト（茅ヶ崎寒川薬剤師会作成）＜在宅対応に係る体制＞
https://cspa.or.jp/7b85a008d55c7434a9de8f218ebaea9354b58220.pdf
茅ケ崎寒川薬剤師会事務局　　電話　0467-38-8063



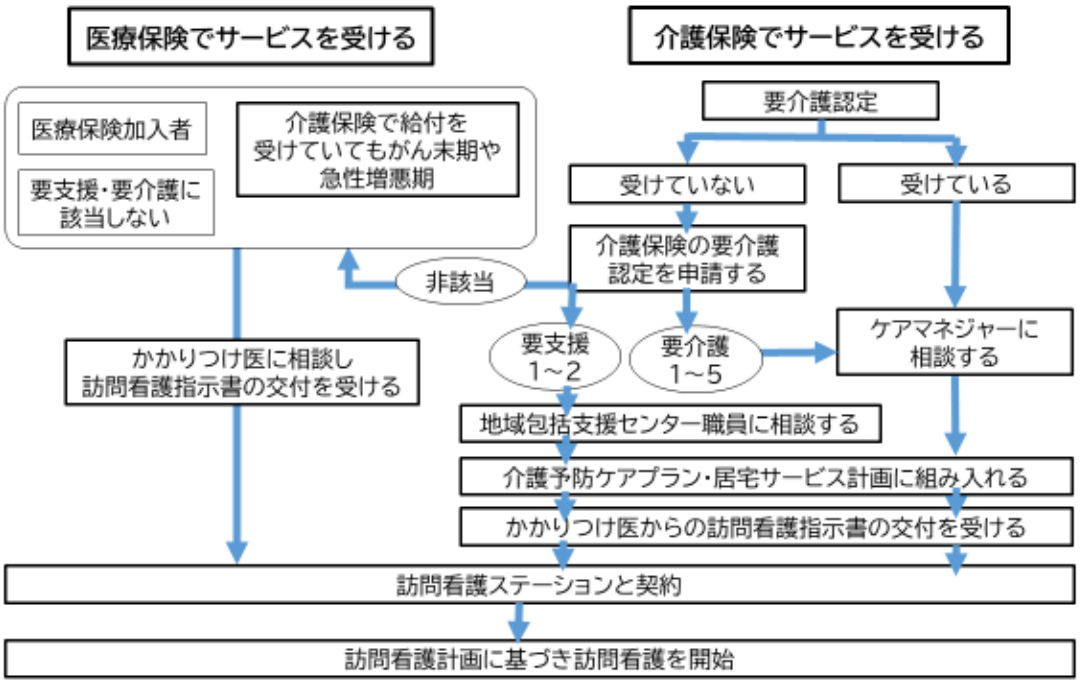
訪問看護師とは？（介護保険・医療保険サービス）

訪問看護は、病気や障がいを持った人が、住み慣れた地域や家庭で、本人や家族の希望に沿ってその人らしく療養生活を送れるように、看護師が生活の場へ訪問し、ケアをする仕事です。病気や障がいがあっても、医療機器を使用しながらでも住まいで安心して暮らせるように看護の専門的な目で見守り、多職種と協働しながら療養生活を支えます。

訪問看護師ができることは？

- 病気・障がいの観察、健康相談
- 療養、看護・介護方法のアドバイス
- 食事ケア、水分・栄養ケア、排泄ケア、清潔ケア
- 褥瘡や創傷の処置
- 終末期医療（ターミナルケア）
- 認知症や精神科疾患の方の看護
- 家族等介護者の支援
- リハビリテーション
- 医師の指示による医療処置
- 保健・福祉サービスの活用　　など

どうしたら訪問看護を受けられるの？



茅ヶ崎市・寒川町の訪問看護ステーションを探すには？

- 地域包括支援センター（P.28参照）やケアマネジャー
- 在宅ケア相談窓口（P.28参照）
- 「神奈川県看護協会訪問看護ステーション一覧」のホームページを参考にする
  https://www.kana-kango.or.jp/homevisit/station-all/



保健師とは？

保健師は看護師免許も所持しています。地域で人々が健康に生活できるよう支援を行っています。保健師は「社会を看護する仕事」と言われています。

保健師ができることは？

- 市役所・町役場の保健師
  介護予防、健康管理、認知症、高齢者の福祉などについての相談ができます。
- 在宅ケア相談窓口の保健師
  茅ヶ崎市・寒川町では「在宅ケア相談窓口」を茅ヶ崎市高齢福祉課に設置しています。
  在宅ケア相談窓口では、住民の方々や医療・介護の専門職の方から、在宅医療や介護に関する相談を受け、情報提供などを行います。
  医師会と連携をしながら、お住いの近くで訪問診療をしてくれる診療所やクリニックを案内しています。相談者からのお話を伺い、必要に応じて医療機関や地域包括支援センターなどの地域の情報をお伝えします。また、必要に応じて関係機関との連携を行っていきます。
- 地域包括支援センターの保健師
  高齢者の相談の入り口としての役割を持っており、介護予防マネジメント、地域の高齢者の見守り・健康づくりなどを行っています。

どうしたら保健師に相談できるの？

- 保健師は、市区町村、保健所、病院・診療所（地域連携室・退院調整部門など）、地域包括支援センター、企業・大学などに在籍しています
- 茅ヶ崎市・寒川町には、市役所・町役場・保健所、地域包括支援センターに保健師が在籍しています。在宅医療介護について相談できる「在宅ケア相談窓口（茅ヶ崎市高齢福祉課）」には、相談員として保健師が配置されています。

相談窓口

- 在宅ケア相談窓口（P.28参照）
- 茅ヶ崎市　高齢福祉課　相談支援担当　0467-81-7163（直通）
- 寒川町　高齢介護課　高齢福祉担当　0467-74-1111（代表）
- 地域包括支援センター（P. 28参照）



ケアマネジャー（介護支援専門員）とは？

介護が必要になったとき、本人や家族の困りごとの相談などに対して、意向に寄り添い可能な限り住み慣れた家で自立した生活ができるように医師や行政、介護サービス事業所と連携を図り、調整や提案を行う介護保険のスペシャリストです。

ケアマネジャーの主な仕事

- 今までの生活状況、介護が必要になった理由、これからどのように暮らしたいか、家族はどのような関わりが出来るのか、地域での関わり等をうかがい、サービスの調整や提案を行う。
- サービス担当者会議の運営（本人や家族の他にケアに関わる専門職が集まり、ご本人の支援について、目標や役割分担などを検討、共有をします。）
- 介護を必要とする人や家族の相談、助言
- ケアプランの作成
- 要介護認定等の代行申請
- 生活の様子や体調を確認するため、定期的にご本人宅へ訪問
- 医師や行政、介護サービス事業者との連携・調整
- 施設入所の相談
- 福祉用具や手すり等の相談、調整

★ケアマネジャーが担えないこと

・金銭管理や保証人になること
・病院への送迎や入院手続き、救急車の同乗
・生活物品の準備や身体介護等

茅ヶ崎市・寒川町のケアマネジャーを探すには？

- 介護認定を受けていない人
  茅ヶ崎市介護保険課（P.30）
  寒川町高齢介護課　0467-74-1111（代表）
  地域包括支援センター（P.28）
- 介護認定を受けている人
  地域包括支援センター（P.28）
  介護情報サービスかながわ介護事業所検索

- 居宅介護支援事業所を探す
  介護情報サービスかながわ　介護事業所検索
  https://kaigo.rakuraku.or.jp/search-office/



介護福祉士とは？（介護保険サービス）

介護福祉士は、国家資格を持つ介護の専門職です。幅広い知識と技術を生かし、ケアマネジャーが作成した計画に基づき食事・入浴・排泄などの身体介護、掃除・洗濯・調理などの生活援助に加え、ご家族への相談・助言、介護現場でのスタッフ指導など多様な役割を担います。

どうしたら介護福祉士を利用できるの？

- 要介護認定（要支援１～要介護５）を受けた方
- 地域包括支援センターや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。

茅ヶ崎市・寒川町の介護福祉士はどこで働いているの？

介護福祉士は主に次のような介護サービス事業所で活躍しています。

- 訪問介護（ホームヘルプサービス）：ご自宅を訪問し、身体介護や生活援助を行います。
- 通所介護（デイサービス）：施設に通い、入浴や食事、機能訓練、レクリエーションなどを日帰りで受けられます。
- 短期入所生活介護（ショートステイ）：短期間施設に宿泊し、介護や機能訓練を受けられます。
  小規模多機能型居宅介護：「通い」を中心に「訪問」「泊まり」を組み合わせて利用できるサービスです。

介護情報サービスかながわ　介護事業所検索
https://kaigo.rakuraku.or.jp/search-office/

介護福祉士ができることは？（各サービス共通）

- 身体介助：食事、排泄、入浴、着替え、移動などの介助
- 生活援助：掃除、洗濯、買い物、調理などの日常生活支援
- 相談・助言：利用者やご家族の介護に関する相談に応じ、適切な助言を行う
- マネジメント：介護現場のリーダーとして、他の介護スタッフの指導や管理を行う

医療的ケアについて
介護福祉士は、専門研修を修了し医師の指示のもとであれば、
・喀痰吸引（痰の吸引）
・経管栄養（胃ろうなどからの栄養補給）
などの一部の医療的ケアを行うことができます。
ただし、注射や褥瘡（床ずれ）の処置など、医師や看護師のみが行える医療行為は行いません。

参考：あなたのホームヘルプサービス　正しく知って　あんしん利用（茅ヶ崎市）



リハビリテーション専門職とは？（介護保険・医療保険サービス）

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士のことを「リハビリテーションの専門職」といいます。かかりつけ医の指示のもとで、ご自宅に訪問して生活の中で困っていることを少しでも楽になるお手伝いをします。
身体に障がいがあっても、「自分らしく、安心して暮らす」ために、専門的な知識や技術を活かして支援します。

リハビリテーション専門職ができることは？

理学療法士
起き上がり・立つ・歩くなど、生活の基本となる動きを無理なく続けられるように支えます

作業療法士
手先や体の使い方、必要に応じて物品を検討し、着替え・食事・家事・趣味など、毎日の生活が続けられるように支えます

言語聴覚士
ことばや声が出にくい方に会話の工夫を一緒に考えたり、食べ物や飲み物を安全に飲み込む練習をします

どうしたらリハビリテーション専門職に相談できるの？

利用方法は訪問看護と同様です。「どうしたら訪問看護を受けられるの？」（Ｐ．２１）をご参照ください。
リハビリテーションを医療機関が行う時は、「訪問リハビリテーション」、訪問看護ステーションが行う時は「訪問看護」としてサービスが提供されます。「訪問看護」は看護の一環としてリハビリテーション専門職が関わるため、看護師の定期訪問が必要となります

茅ヶ崎市・寒川町のリハビリテーション専門職を探すには？

利用方法は訪問看護と同様です。「茅ヶ崎市・寒川町の訪問看護ステーションを探すには？」（Ｐ．２１）をご参照ください



社会福祉士とは？

専門的知識及び技術をもって、身体上もしくは精神上の障がいがある方、または環境上の理由により日常生活を営むのに支障がある方の福祉に関する相談に応じ、助言、指導、福祉サービス、または医師等による保健医療サービスの情報を提供し、関係者との連携及び調整等の援助を行います。

社会福祉士ができることは？

保健医療機関において、社会福祉の立場から患者やその家族の方々の抱える経済的・心理的・社会的問題の解決、調整を援助し、社会復帰の促進を図る業務を行っています。

どうしたら社会福祉士に相談できるの？

社会福祉士の仕事の範囲や対象は多岐にわたります。

- 高齢福祉関係（地域包括支援センター等）
- 児童福祉関係（児童養護施設、母子生活支援施設等でのファミリーソーシャルワーカーや児童指導員）
- 障がい福祉関係（障がい者支援施設等での生活指導員、生活相談員、支援相談員）
- 病院等の医療機関（医療ソーシャルワーカー等）
- 市役所・町役場や保健所等の行政機関
- その他（学校関係のスクールソーシャルワーカー、成年後見制度の第三者後見人等、社会福祉士事務所を設立し独立して活躍されている方もいます）



精神保健福祉士とは？

精神保健福祉士の役割は、精神疾患を持つ人が地域で安心して生活できるよう、多岐にわたる支援を提供することです。社会福祉学を学問的基盤として、精神障がい者が抱える生活問題や社会問題の解決のための援助や、社会参加に向けての支援活動を通して、その人らしいライフスタイルの獲得を目標としています。

精神保健福祉士ができることは？

精神科病院で入院している患者が退院する時、在宅や地域に戻るため、適切なサービスにつなげるなどの支援を行っています。

どうしたら精神保健福祉士に相談できるの？

精神科病院、障害者相談支援事業所、保健所、訪問看護ステーションなどで相談できます。

- 医療機関（単科の精神科病院、総合病院の精神科、精神科診療所、医療機関併設のデイケア等）
- さまざまな生活支援サービス（障害者総合支援法上の障害福祉サービス等事業所、相談支援事業所、地域活動支援センター等）
- 福祉行政機関（障がい福祉担当課等）
- 司法施設（社会復帰調整官や精神保健参与員、矯正施設等）
- その他（介護保険施設や一部の地域包括支援センター、スクールソーシャルワーカー、企業内や外部支援機関、ハローワーク等に精神保健福祉士が配置されていることもあります）

9 相談窓口一覧

➢ 在宅ケア相談窓口

茅ヶ崎市、寒川町の在宅医療・介護についての相談（詳細は P.11 参照）

相談窓口	連絡先（直通）	ホームページ
在宅ケア相談窓口 （茅ヶ崎市高齢福祉課内）	0467-38-3319	https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/kenko/1058720.html

➢ 地域包括支援センター

住み慣れた地域で誰もがいきいきと安心した生活をつづけられるように支援を行う総合機関

●茅ヶ崎市

名称	担当地区	所在地	電話番号
ゆず	茅ヶ崎	新栄町 13-48（プレシエ茅ヶ崎 1 階）	0467-84-5830
つむぎ	茅ヶ崎南	幸町 5-8（茅ヶ崎メディカルケアセンター2 階）	0467-55-5291
あい	海岸	東海岸南 2-6-14（長尾ビル 3 階）	0467-88-1716
れんげ	南湖	南湖 5-10-6	0467-88-1380
さくら	鶴嶺東	矢畑 1427-1	0467-81-4082
みどり	鶴嶺西	萩園 2360-1（鶴嶺西コミュニティセンター内）	0467-84-0775
すみれ	湘南	浜見平 11-1（ハマミーナ内）	0467-84-6321
くるみ	松林	高田 4-2-18（アート茅ヶ崎）※	0467-50-0341
あかね	湘北	香川 3-21-26	0467-55-1535
青空	小和田	小和田 3-2-44（市営小和田住宅外複合施設内）	0467-55-2360
さざなみ	松浪	常磐町 2-2（松浪コミュニティセンター内）	0467-39-5901
あさひ	浜須賀	旭が丘 6-11	0467-84-6383
わかば	小出	芹沢 846-3	0467-33-5410

※くるみは、令和8年10月に（新設）松林コミュニティセンターに移転予定。

●寒川町

名称	所在地	電話番号
寒川町地域包括支援センター	宮山 165（寒川町役場 1 階）	0467-72-1294
寒川町地域包括支援センター 南部相談室	一之宮 8-5-20 （南部文化福祉会館 1 階）	0467-38-8258
寒川町地域包括支援センター 北部相談室	小動982-2 （ふれあいセンター2階）	0467-72-1294

➢　医師会・歯科医師会・薬剤師会ホームページ（トップページ）

訪問診療をやっているクリニック等を探す場合にご活用ください

茅ヶ崎医師会	茅ヶ崎歯科医師会	茅ヶ崎寒川薬剤師会
https://www.chigasaki-med.or.jp/	https://www.chi-dent.or.jp/	https://cspa.or.jp/

➢　茅ヶ崎市・寒川町の入院可能な病院の相談窓口

以下の病院に入院中の場合には各病院にお問い合わせください

病院名	窓口	電話
茅ヶ崎市立病院	患者支援センター	0467-52-1111（代表）
湘南東部総合病院	医療社会サービス部	0467-83-9111（代表） 0467-83-9091（直通）
長岡病院	医療福祉相談室	0467-53-1811（代表）
湘南さくら病院	医療社会サービス部	0467-54-2255（代表） 0467-54-9600（直通）
茅ヶ崎徳洲会病院	地域医療支援室	0467-58-1311（代表） 0467-58-1392（直通）
茅ヶ崎中央病院	医療社会サービス部	0467-86-6530（代表） 0467-83-8278（直通）
けやきの森病院	医療相談室	0467-74-5331（代表） 0467-81-3074（直通）
寒川病院	地域連携室	0467-75-6680（代表） 0467-75-0648（直通）





10　茅ヶ崎市・寒川町で発行しているガイドブック

茅ヶ崎市

➢　茅ヶ崎市高齢者のガイド

https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/otoshiyori/ikigai/1061740.html



➢　茅ヶ崎市認知症あんしんガイド

https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/otoshiyori/1051418/1027986.html



➢　みんなで支え、みんなで育てる介護保険

茅ヶ崎市介護保険課にお問い合わせください。

・認定担当・・・・・要介護・要支援認定の申請について　0467-81-7166（直通）
・保険料担当・・・介護保険料について　0467-81-7165（直通）
・給付担当・・・・・介護保険給付について　0467-81-7164（直通）

寒川町

➢　65 歳からのサポートブック（寒川町高齢者ガイド）

https://www.town.samukawa.kanagawa.jp/soshiki/fukushi/koreikaigo/koreifukushi/info/koureishsien/1436165134601.html





「在宅医療と介護のあんしんガイド」

発行年月日　令和８年４月
発　　行　在宅医療介護連携推進事業課題検討グループ
茅ヶ崎市　高齢福祉課　在宅ケア相談窓口
寒 川 町　高齢介護課