

5. 自宅で療養生活を続ける

(1) 在宅療養

在宅療養では、専門的な知識を持った訪問診療医(かかりつけ医)や訪問看護師、薬剤師、ケアマネジャー、ホームヘルパーなどが患者さんの生活のペースを守りながら協力してサポートします。在宅療養を希望する場合は、かかりつけの病院の相談室・地域医療連携室、もしくはがん相談支援センターにご相談ください。他にも、訪問歯科診療、訪問リハビリテーション、栄養士のサポートが地域によってはあります。

問い合わせ先:がん相談支援センター ➡P10



沖縄県在宅緩和ケアマップ

https://www.okican.jp/index_caremap.jsp

沖縄県内の在宅療養支援診療所および訪問看護ステーションを検索できます



(2) 訪問診療

訪問診療とは、医師が定期的に自宅訪問し、診察などを行います。患者さんやご家族からの求めに応じて24時間態勢で、必要な場合には訪問看護ステーション、さらにはケアマネジャー(介護支援専門員)とも連携を取りながら、患者さんが安心して療養生活を送ることができる体制を整えます。

また、状態が急に悪くなったときには専門の医師や病院と連携し、治療法の相談や再入院の手配を行います。

費用は医療保険や介護保険の各種制度を利用することができます。在宅療養支援診療所は、一般の診療所とは料金システムが異なります。

医療費の負担を減らす ➡P68

(3) 訪問看護

訪問看護とは、病気や障害を持った人が住み慣れた地域やご家庭で、その人らしく療養生活を送れるように、看護ケアを提供し、自立を促す援助を行うサービスです。

医師の指示のもと、訪問看護ステーションから看護師等が生活の場へ訪問し、関係機関と連携を図りながら、24時間365日、在宅での療養生活を支援します。

費用は医療保険や介護保険の各種制度を利用することができます。

医療費の負担を減らす ➡P68



覚えておくとよいこと

訪問診療・看護を希望する場合は、がん相談支援センターまたは、かかりつけの病院のソーシャルワーカー、ケアマネジャーにご相談ください。

がん相談支援センター ➡P10



コチラもCheck! 『がんになったら手にとるガイド』

- ➡「在宅医療、在宅での療養生活を支える仕組み」
- ➡「介護保険の申請から利用まで」

(4) 介護保険

在宅で療養していると、人の助けや福祉用具（ベッドや車いすなど）が必要になることがあります。そのようなときの支援のひとつに、介護保険制度があります。介護保険の対象になると、介護度に応じて、介護保険サービスを総費用の1割から3割の自己負担で利用することができます。



覚えておくこと

介護保険は、申請をして要介護認定を受けるまでには、1ヶ月ほどかかります。早めに申請することをおすすめします。

各市町村介護保険担当課 → P96

【介護保険の対象・サービス内容】

■ 対象

- ①(第1号被保険者) 65歳以上の被保険者で、入浴・排泄・食事などの日常生活動作について、介護を必要とする状態にある方、あるいは虚弱な状態であって要介護状態とならないために適切なサービスを受けることが必要な方。
- ②(第2号被保険者) 40歳～65歳未満の医療保険に加入している方で、16の特定疾病に該当し、介護を必要とする場合。
※16の特定疾病には、医師が「がんで回復の見込みがない状態に至った」と判断した方も含まれます。

■ 受けられるサービス

認定審査によって要介護状態区分が決定します。ケアマネジャーと相談し、次のようなサービスが受けられます。



在宅サービス

訪問介護、訪問入浴、訪問看護、訪問リハビリ、居宅療養管理指導(医師、薬剤師、栄養士)、デイケア、デイサービス、福祉用具、住宅改修など



施設サービス

介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設等

(5) 福祉用具・介護用品の貸与

福祉用具・介護用品が急に必要になったとき、または一時的に必要なときに、社会福祉協議会より特殊寝台（ベッド）・褥創予防マット・車いす・杖・歩行器などを貸与することができます。

ただし貸与品目や対象者、貸付期間、自己負担額などは市町村によって異なるため、利用を希望される方は、各市町村の社会福祉協議会へ直接ご連絡ください。連絡先につきましては、沖縄県社会福祉協議会のホームページにてご確認ください。各市町村の介護保険課でもお問い合わせできます。



沖縄県社会福祉協議会 → P97

<https://www.okishakyo.or.jp>

📞 問い合わせ先 各市町村の介護保険担当課 → P96



たいぐく みらく ぼ すいま
 大國ぬ弥勒 我が島にいち
 か ぶ すいま あるじ
 う掛き欲せみしより 島ぬ主 島ぬ主
 (弥勒節)

(6) 介護タクシー

ホームヘルパー 2級以上の資格を取得した乗務員等が、病院や施設などへの送迎、観光や冠婚葬祭など、介護を必要とする方々を車いす（座った状態）やストレッチャー（横になった状態）で、移動できる手段を提供します。

利用する際は予約が必要ですので、下記の連絡先にお問い合わせください。また、利用料金やサポート料金なども事前に確認しましょう。

地 区	会 社 名	電 話
中部 南部	沖縄県福祉介護タクシー事業 協同組合	0120-356-194
八重山地区 (石垣島)	ゆいケアサービス	0980-84-3939
	あずまタクシー	0980-82-5553
宮古地区 (宮古島)	まるちくグループ 合名会社かりゆしタクシー	0980-74-3939

※掲載は主な事業所です。

(7) 高齢者の相談窓口（地域包括支援センター）

高齢者等（介護保険対象者含む）の総合相談や権利擁護のための相談窓口です。介護保険サービスに関する相談、日常生活での困りごとについてご相談できます。各市町村の地域包括支援センターへご相談ください。



沖縄県高齢者福祉介護課介護サービス関係 (介護指導班)

<https://www.pref.okinawa.jp/site/kodomo/korei/shido/kaisei/top.html>



体験談

緩和ケア ～痛みを和らげる治療について～

1年前に、肺腺がん（Ⅳ期）と診断されました。左の股関節と足首に転移し、骨が溶けてしまったため、激痛に歯を食いしばるという状態でした。

病院内のポスターなどで「緩和ケア」という言葉を知ってはいました。しかし「緩和ケアは、楽にこの世を去るための処置」という先入観を持っていました。私は「治る。生きる」と決めていましたので、緩和ケアには縁がないと考えていました。

肺がんの治療は、まず足の骨に放射線を当てる、というところからスタートしました。「痛みを我慢したからといって、病気がよくなるわけではないから」という主治医の説明でした。

放射線療法は功を奏し、地面につけることさえ困難だった足を2週間後には動かせるようになっていたのです。それと同時に希望がわきました。「あれほどの痛みから解放されたのだから、この先の治療もきつとうまくいく」と。

放射線治療をすすめたとき、主治医は「緩和ケア」という言葉を使いませんでした。私が緩和ケアに対してマイナスなイメージを持っていると察していたからかもしれません。しかし、このような体験をしたいま、緩和ケアが治療の大切な一部だと理解できます。痛みがないというだけで、病気や治療に向き合う心構えが、大きく変わります。緩和ケアを積極的に受けて痛みを取りのぞき、にこにこ笑って治療を受けようじゃありませんか。

(30代 男性)

痛みをガマンしても
病気がよくなる
わけではありません



コチラもCheck! 『がんになったら手にとるガイド』

➡「緩和ケアについて理解する」