

えびな在宅医療相談室は、地域の皆様や医療介護関係者の方からの在宅医療や介護に係る相談窓口として、海老名市医師会が市から委託を受けて開設しました。住み慣れた海老名市で最期まで自分らしい生活を送ることを支えるために、医療と介護がスムーズに連携できるよう情報提供や調整をしたり、在宅医療に関する普及・啓発活動を行っています。

人生会議(ACP)って なんだろう？

自らが望む、人生の最終段階の医療・ケアについて、身近な人と前もって話し合ってみませんか

あなたは「もしものこと」を考えたことがありますか？誰でも、いつでも、命に係わる大きな病気やケガをする可能性があります。「もしものこと」があってから考えて話し合おうとしても、自分の想いをうまく反映しきれない場合もあります。

万が一の時に備えて、あなた自身が大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを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、共有することを「人生会議＝ACP(アドバンス・ケア・プランニング)」と呼んでいます。そうすることで、あなたが自分の考えを伝えられなくなった時には、あなたの信頼する人が、あなたの代わりに治療やケアについて難しい決断をする場合に、重要な助けとなり負担を軽くすることにもつながります。あなたのためにも、あなたの大切な人のためにも、何度もくり返して考えてみましょう。



話し合いのポイント

1. 元気なうちから 家族・友人などと話し合おう

元気なときだからこそ、気楽に「もしもの」話をしてみましょう。もしも重大な病気になったり、要介護状態になったりしたときはどう過ごしたいのか、日頃から周囲の人と話し合っておくことで、将来、医療・介護関係者との話し合い(ACP)を始めるとき、自分の考えを伝えやすくなります。

2. 体調に不安がある時は 医療・介護関係者と話し合おう

自分のいまの健康状態や、今後の体調の見直しなどについては、「かかりつけ医」など身近にいる医療・介護の専門家に相談するとよいでしょう。専門家としての意見をしっかり聞いた上で、自分が不安に思っていることや、今後の医療・ケアに関する希望を率直に伝えることで、より良い話し合い(ACP)を行うことができます。



こんなとき、あなたならどうしたい？

もし生きることができず時間が限られているとしたら、あなたにとって大切なことはどんなことですか？ (複数回答可)

- 家族や友人のそばにいること
- 仕事や社会的な役割が続けられること
- 身のまわりのことが自分でできること
- できる限りの治療が受けられること
- 家族の負担にならないこと
- 痛みや苦しみが少ないこと
- 少しでも長く生きること
- その他()
- わからない

第8回市民講演会 ……………!

6月19日(木)に海老名市文化会館にて、「人生の最後まで自分らしく生きるために」をテーマに、市民講演会を開催しました。

当日は、梅雨とは思えないような体に堪える暑さにもかかわらず、たくさんの方にご来場いただきました。

第1部では、在宅医療を選択した方々の思いに寄り添い、医師や看護師、リハビリや介護などの多職種が協力して療養生活を支える様子を、吉永小百合主演の「いのちの停車場」の映画上映を通してイメージしていただきました。

第2部では「自宅で家族を看取る想い」と題して、在宅医療に携わる医師と在宅介護経験者の市民の方が対談し、自宅で家族を看取った方の思いや在宅医療の実情をお話しいただきました。人生を最後まで自分らしく全うする選択肢として在宅医療を考えていただく機会となったのではないかと思います。

ご来場いただいた方からは、「在宅医療によって家族に囲まれて最期を迎えるという選択もあると気づけた」「映画だけでなく、実際の体験を聞くことでわかりやすく在宅医療をイメージすることができた」といった声を聞くことができました。

また、心が落ち着いているうちに自分自身の思いを残すためにノートに書き留めておきたいといった声も聞かれ、えびな在宅医療相談室でお配りしているエンディングノートを是非とも活用していただきたいと感じています。



医師や歯科医師による定期相談

身体や口の中の気になることを

医師や歯科医師に気軽に相談してみませんか

ご自身やご家族の身体やお口の中の気になることについて、医師や歯科医師が無料でご相談に応じます。毎月開催していますので、お気軽にお申込みください。

相談
無料



日程はこちらからご確認を

定期相談の実施日は広報えびな、えびな在宅医療相談室のホームページ、医療センターやビナレッジ・ビナスポで配布しているチラシでご確認いただけます。

また、えびな在宅医療相談室のホームページでは予約の空き状況もご確認いただけます。



えびな在宅医療相談室のHPはこちらの二次元コードから

パネル展2025 ……………!



海老名市役所のエントランスホールでパネル展「人生100年時代～暮らしの応援隊PR大作戦」を実施しました。

ここでは、えびな在宅医療相談室をはじめ、地域包括支援センターや生活支援コーディネーター、フレイルサポーターの活動内容を紹介しながら、暮らしの中で困ったときに気軽に相談できる場所や、暮らしの応援隊の取り組みなどを紹介しました。

参議院議員選挙の期日前投票所が近くにあったため、幅広い年齢層の方にお立ち寄りいただき、多くの方が興味深く展示をご覧になっていました。

えびな在宅医療相談室のコーナーでは、エンディングノートをはじめ、心配な物忘れがチェックできる「人生100年時代」のチラシや在宅医療かんたんガイドなどに関心を寄せていただきました。



在宅医療の豆知識

Q. 在宅医療の費用はどのくらいかかりますか？

A. 入院医療よりも負担が少ないといわれています

医療保険で支払う在宅医療にかかる費用負担は、一般的に入院医療よりも少ないといわれています。

ただし、薬局への支払い、材料費(包帯やガーゼなど)や訪問にかかる交通費、介護保険サービスを利用した場合の自己負担などは、必要に応じて支払います。



どうしてもよいかわからない場合は、えびな在宅医療相談室でもご相談を受け付けています

お問い合わせ先

海老名市医師会
えびな在宅医療相談室

受付時間 平日9:00~17:00

046-231-8650

〒243-0421 海老名市さつき町41番地
<海老名市医療センター2階>