

# 「社会的」にも「個人的」にも在宅療養が求められています！

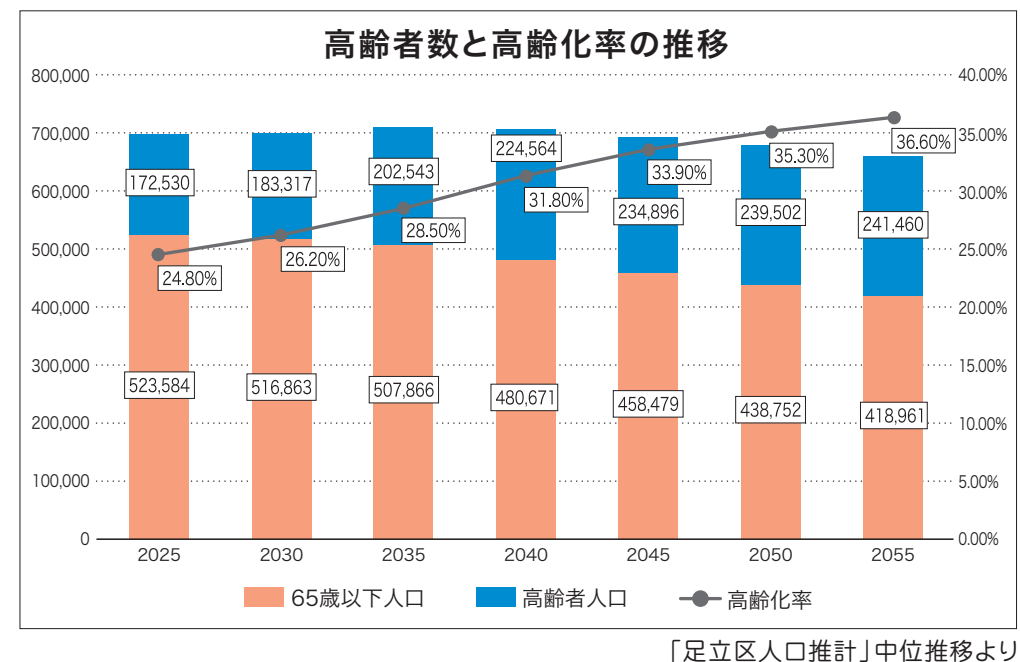
## 理由 1

### 超高齢化社会到来。 医療体制の維持が課題

足立区では2045年、約3人に1人が65歳以上となる超高齢化社会の到来が予想されています。

入院医療の需要が高まる一方、病床数には限りがあり、長期入院が難しくなるなど、必要な医療が受けられなくなる恐れも。

在宅療養という選択肢を広げることで、「地域の医療体制を守る」。それを実現していくのも在宅療養の使命です。

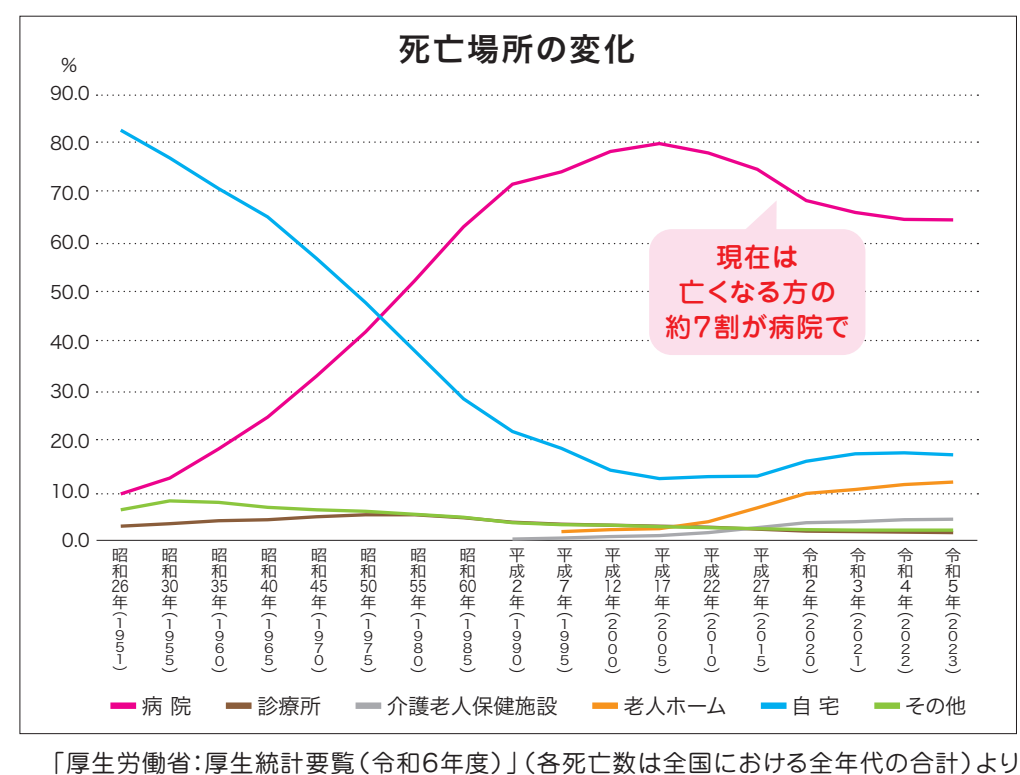
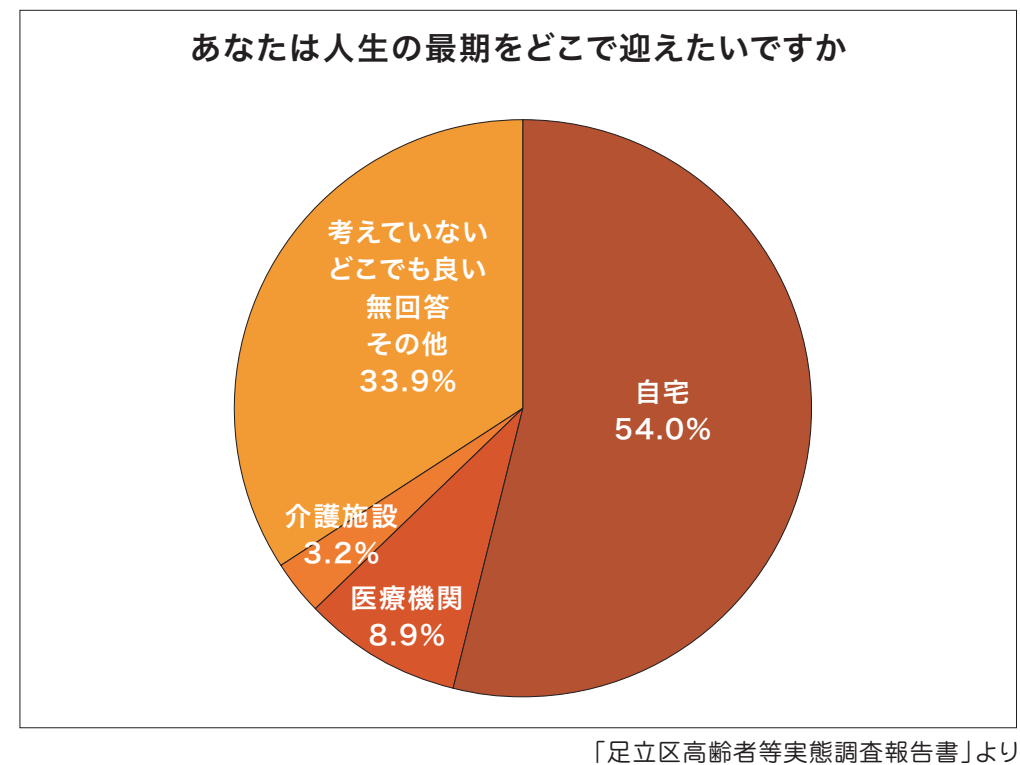


## 理由 2

### 望みは「介護が必要になってもおうちで暮らしたい」

令和4年度に区が行った「足立区高齢者等実態調査」の結果では、要介護認定を受けている方の約2人に1人が、「人生の最期は施設や病院ではなく、自宅で迎えたい」と答えています。しかし実際は、亡くなる場所として最も多いのは病院で、願いと現実には大きなギャップがあります。

そのギャップを少しでも埋めるのが、自宅で医療や介護を受けながら過ごす「在宅療養」です。



在宅療養を支える医療・介護分野の従事者が、連携や知識を深めるため年間を通じて研修会・交流会を行っており、足立区のホームページでその様子をご覧ください。



足立区 在宅療養推進協議会  
足立区 医療介護連携課  
〒123-0872 足立区江北5-14-5  
すこやかプラザ あだち3階  
TEL.03-6807-1024 FAX.03-3899-1355

## 在宅療養をサポート

在宅療養 あだち  
vol.1  
2026.1

# いつまでも おうちで 暮らす レシピ

自宅等で医療・介護サービスを受けながら暮らす“在宅療養”。自分らしい暮らしを続けるために、**あなただけのレシピ**を探してみませんか？在宅療養を支えるプロフェッショナルたちの活躍をご紹介します。





# わたしの暮らしレシピ

人生  
お腹いっぱい

いつまでもおうちで暮らすために、たくさんのプロフェッショナルたちがあなたを支えます。  
それぞれが話し合い、手を合わせ、一人ひとりの病気やけが、家庭の状況に合わせた**レシピ**を考え、サービスを提供します。  
医療・介護のプロフェッショナルたちが、あなただけの**オリジナルレシピ**をお届けします！

あなたの  
在宅療養レシピ  
のご相談は

地域包括支援センター（ホウカツ）へ  
区内に25か所ある高齢者の相談窓口です。  
担当地域のホウカツはコチラ



けがをしたけど、  
痛みをとって日常  
生活に戻りたい…



## 柔道整復師

冷却や固定で痛みを和らげ  
動きを改善します。

## 医師

痛み・けがの状態を  
確認し、薬、処置で  
痛みを抑え、回復  
を支えます。



年を重ねても  
好きなものを  
食べたい



## 歯科医師

入れ歯の調整などで噛む力  
を守り、食事を続けられるよう  
口の健康を支えます。

## 管理栄養士

栄養を考えた食事  
の提案で、無理なく  
好きなものを楽しめ  
るよう支援します。



病気やけがの後遺症があっ  
ても、食事や買い物など、  
できることを増やしたい



## ホームヘルパー

食事や買い物を支援し、日常生活の  
自立を促します。

## 管理栄養士

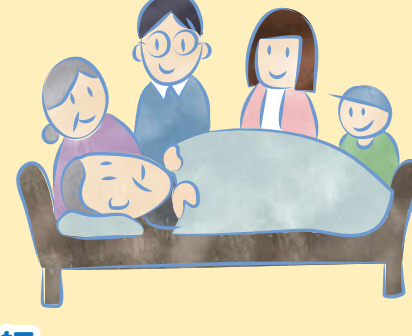
後遺症に合わせた調理方法や食事の  
提案で、無理なく健康を支えます。

## 訪問リハビリ専門職

身体の使い方のアドバイスや動作訓  
練により、出来ることを増やします。



最期まで  
自分の家で  
暮らしたい



## 医師

穏やかに療養できるよう、定期的な  
訪問で健康状態を管理します。

## 訪問看護師

医師と連携して健康  
状態を管理し、家族へ  
アドバイスをを行います。



薬の飲み忘れが増え  
てきて、どれが何の薬  
かわからない…



## ホームヘルパー

服薬の声かけや整理を手  
伝い、飲み忘れを防ぐ支援  
をします。

## 薬剤師

薬の目的を分かり  
やすく説明し、管理  
しやすい形に調整  
します。



介護と仕事の両立  
自分の時間も大切に  
したい



## ケアマネジャー

本人や家族の希望にあった  
サービスを提案し、両立し  
やすい環境をつくります。

## ホームヘルパー

入浴やおむつ交換等の身体  
介護を手伝い、介護者の時  
間を確保できるよう支援し  
ます。



## 柔道整復師

白川接骨院  
白川 純平 院長



体の痛みや動きにくさを和らげる専門家です。打撲、捻挫、骨折、脱臼などに対して、体の自然な回復力を活かして治療します。

## かかりつけ医・訪問診療医

医療法人社団昭生会  
井上 泰介 院長



自宅等で投薬や診療を行います。病院に行かなくても安心して医療が受けられるように支えています。

## 歯科医師

倉田歯科  
クリニック  
倉田 聡 院長



自宅等で歯や歯ぐきの治療、入れ歯の調整、口腔ケアなど、口の健康を維持し「食べる」「話す」「笑う」といった日常の力を支えます。

## 管理栄養士

慈英会病院  
新井 千代子 さん



食事を楽しみ、元気に過ごせるよう、体調や好み、生活に合わせて一人ひとりにあった栄養・食事を一緒に考えます。

## 訪問リハビリ専門職

（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）  
福寿会病院  
羽生 徹 さん



「立つ・歩く」などの体の動きや、「食事や家事」などの生活の動作、「話す・飲み込む」などの機能を取り戻すためのリハビリを行います。

## ホームヘルパー

わかばケアセンター  
伊興  
菅谷 さとえ さん



食事づくりや掃除、入浴や着替え、排せつなど、安心して暮らせるよう、身の回りの支援を行います。

## 訪問看護師

あけぼの訪問看護  
ステーションあだち  
小川 朝恵 さん



自宅等で点滴や傷の手当などの医療的処置、健康状態のチェック、療養上のアドバイスなどを行います。

## 薬剤師

あだち薬剤師会  
薬局  
荻澤 晴美 さん



処方された薬を届け、飲み方の説明や効果のチェック、残っている薬の確認などを行います。

## ケアマネジャー

介護相談処  
みのり  
内山 ちあき さん



本人や家族と相談しながらサービスの提案、各専門職との調整、ケアプランの作成などを行います。

今回撮影にご協力いただいた  
皆様に、在宅療養に携わる想いを  
語っていただきました。  
区のホームページをチェック!!

