

高齢者の相談窓口

■案内図



【受付時間】

月曜日～金曜日（年末年始、祝日を除く）

午前9時～午後5時

（秘密厳守・相談無料）

ぶんか高齢者みまもり相談室

〒131-0044 墨田区文花1-29-5

都営文花一丁目アパート5号棟 1階



03-3614-6511

2024年5月作成

在宅療養は、自宅でゆっくりと休息を取りながら、必要な医療やサポートを受けることができる素晴らしい選択肢です。そして安心して在宅療養を受けていただくためにはいくつかの心がけがあります。まず、周りの方々やスタッフとコミュニケーションを大切にしましょう。自身の状況や必要なサポートについて、率直に話し合しましょう。不安や疑問があれば、遠慮なく相談してください。また、在宅療養中は十分な休息と栄養が欠かせません。体調が良い時には、少し歩いたり、座ったまま運動をすることで血行を促進し、体をリフレッシュさせましょう。栄養バランスの取れた食事や十分な水分補給も大切です。さらに、安心して過ごすためには、周囲の環境を整えることも重要です。快適な温度や湿度、良好な空気の流れが健康に良い影響を与えます。心のケアも忘れずに行いましょう。ポジティブな考え方や趣味があると、ストレスを軽減し、心身ともにリフレッシュすることができます。

私たち薬局の薬剤師も在宅訪問をして薬の説明や飲み方の指導、副作用の管理などを行い、在宅療養中の皆様が安全かつ効果的に薬を服用できるようサポートします。在宅療養は、あなたの健康と安心を第一に考えた素晴らしい選択肢です。周りのサポートと共に、心穏やかに過ごしてください。

りんご薬局立花店 薬剤師 勝野純子

高齢者のための 14. 在宅療養の 流れ



住みなれたまちで
支えあう暮らし



社会福祉法人
賛育会

ぶんか
高齢者みまもり相談室

東京消防庁救急相談センター
 「救急車を呼んだ方がいいか」
 「病院に行った方がいいか」
 迷ったら
短縮ダイヤル #7119
 その他の電話からは
03(3212)2323

ぶんか
 高齢者支援
 総合センター

社会福祉士
 主任ケアマネジャー
 保健師または看護師
 がいます

在宅療養の流れ

参考: 墨田区在宅療養ハンドブック
 (第8版)を無料で配布しています

75才以上の
 健康診査
 特定健康診査

救急医療情報キット
 このキットはかかりつけ医用機
 関や服薬内容等の医療情報、
 緊急連絡先などを記入した情報
 シートと、保険証の写しなどを専
 用の容器にいれ、ご自宅の冷蔵
 庫で保管していただくものです

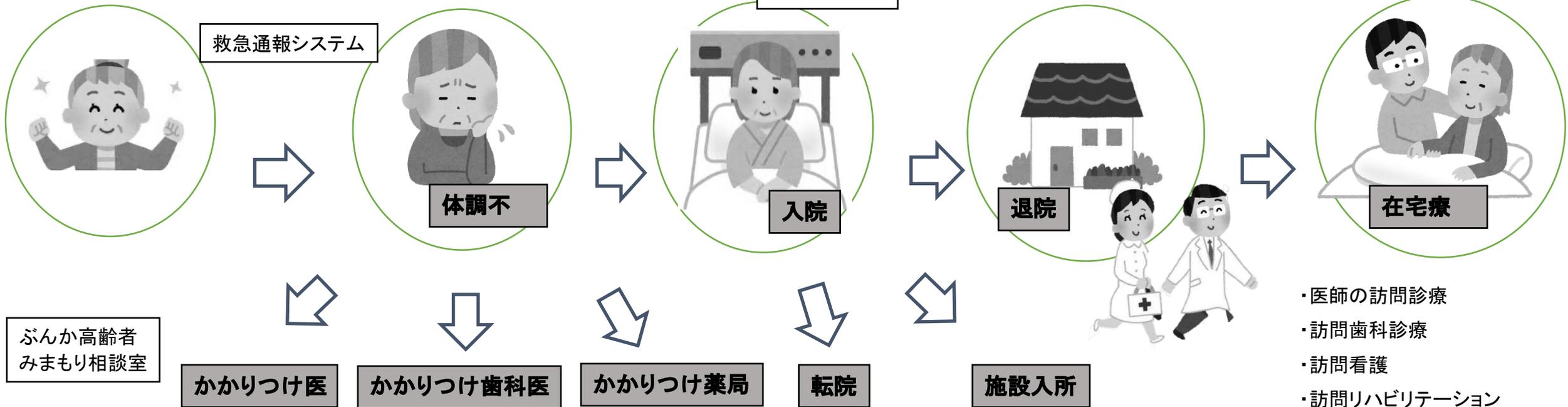
介護保険申請

医療ソーシャルワーカー
 病院に勤務していて、患者
 が退院する時に様々な問
 題の相談に乗ります。
 医療ソーシャルワーカーが
 いない病院では、主治医や
 担当看護師に、ご相談くだ
 さい



ケアマネジャー
 退院時、要介護の認定を受けた
 人の為に最適なケアプランを立て、
 本人や家族とサービス事業者と
 の間に立って、より良いサービス
 となるように管理調整します

**住み慣れた地域で安心して
 生活できるよう、関係者が
 連携し在宅医療を支えます**



地域の町会や自治会、
 民生委員・児童委員と
 連携を取りながら、
 ひとり暮らしの高齢者や
 高齢者のみの世帯など
 の見守りを支援します

すみだ健康マップ

お薬手帳

- ・医療療養病床
- ・介護療養病床
- ・介護医療院
- ・緩和ケア病棟

- ・老人保健施設
- ・特別養護老人ホーム
- ・有料老人ホーム等
- ・ホスピス

- ・医師の訪問診療
- ・訪問歯科診療
- ・訪問看護
- ・訪問リハビリテーション
- ・薬剤師の訪問
- ・ケアマネジャー
- ・ホームヘルプサービス
- ・福祉用具貸与

- ・ぶんか高齢者支援総合センター
- ・ぶんか高齢者みまもり相談室