

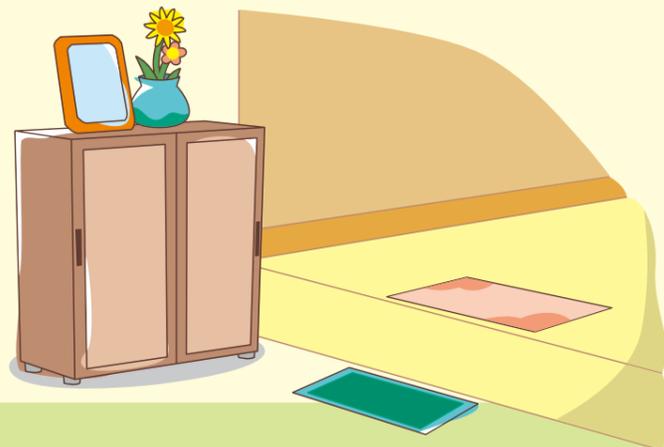
# はじめに

あなたや大切な家族が、身のまわりのことを自分でできないほどの重い病気になり、そして、治る見込みのない療養の日々を過ごさなければならなくなったときを考えてみてください——

現状ではほとんどの人が、病院や施設で療養して亡くなっています。でも住みなれたわが家で、今までどおり自分らしく暮らし、やすらかに最期のときを迎えられたらどんなに幸せでしょう。

わが家でケアを受けることで、闘病のつらさを家族のあたたかな介護で少しでもやわらげ、そして家族の負担を減らして穏やかな日常の介護をできるだけ続けること——こうした家でのケアを支えるために、訪問診療やさまざまな介護サービスの仕組みがあります。

この冊子は、住みなれたわが家で最期まで自分らしく、そんな想いを大切にする在宅ケアについて紹介する一冊です。



# もくじ

## ■こうして在宅ケアを選びました …… 1

- ・ご家族からの体験手記

## ■在宅ケア、思ったよりできるんです …… 3

- ・「がんになっても家に帰れました」～自宅でのがん治療～
- ・「ケアマネさんがサポートしてくれました」～長期の在宅ケア～
- ・「お医者さんや近所の方にも支えられています」  
～高齢者世帯の在宅ケア～
- ・「自宅に歯医者さんが来てくれました」  
～在宅での歯科診療と口腔ケア～

## ■在宅ケアを始めようと思ったら …… 10

- ・在宅ケアの相談窓口  
～各市町にある地域包括支援センターの一覧～

