



朝霞地区

# がんと向きあう 暮らしのガイド

— 在宅療養生活のヒント集 —



# 目次



---

はじめに	・・・・・・・・・・ 1
1. 自宅で過ごすという選択 ー 在宅療養とは ー	・・・・・・・・・・ 2
2. あなたを支える仲間たち	・・・・・・・・・・ 4
3. 自宅で緩和ケアを受けるには	・・・・・・・・・・ 9
4. 在宅療養のストーリー	・・・・・・・・・・ 11
5. 自分らしい病気との付き合い方を考える	・・・・・・・・・・ 15
6. あなたを支える医療機関	・・・・・・・・・・ 17
7. あなたを支える介護機関	・・・・・・・・・・ 20
8. 朝霞地区内地域包括支援センター	・・・・・・・・・・ 22
9. 暮らしを支える地域のサービス ー 安心して自宅で過ごすために ー	・・・・・・・・・・ 24
10. Q&A	・・・・・・・・・・ 28

---

## はじめに

いま、多くのがん患者さんが、病院からご自宅へと療養の場を移しています。

朝霞地区でも、この地域に住む皆さまが、がんを患っても、住み慣れた場所で、安心して自分らしく療養生活を送れるよう、支援体制を整えています。

「在宅でも痛みの治療はできるの？」

「自宅で療養を続けるには、何を準備すればいいの？」

——そんな不安や疑問を抱えている方も多いかもしれません。

このガイドブックでは、がんを患ったあとも、地域の支援を受けながらご自宅で療養を希望される方とそのご家族に向けて、さまざまな医療・介護サービスや支援策をご紹介します。

この冊子を手にとったあなたが、少しでも安心して、あなたらしく、大切な時間を過ごせますように。  
私たちは心から願っています。

令和7年10月1日

朝霞地区在宅緩和ケア推進ネットワーク

## 1. 自宅で過ごすという選択 ― 在宅療養とは ―

がんを患っても、

「できることなら住み慣れた家で過ごしたい」

そう願う方は、たくさんいます。

在宅療養とは、通院が難しくなっても、ご自宅で必要な医療や介護の支援を受けながら、ご自身らしく生活続けることを指します。

### ■住み慣れた場所で、大切な人とともに

在宅療養では、訪問診療や訪問看護、リハビリテーション、介護サービスなどを活用しながら、

ご自宅で治療やケアを受けることができます。

「病院じゃないと治療できない」

そんな時代ではありません。

今は地域全体が、あなたの療養を支えるチームとなります。

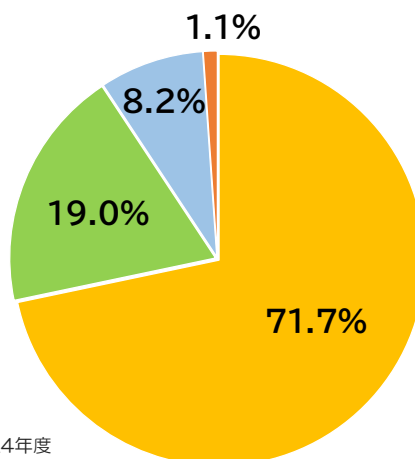


### ■多くの人が、在宅療養を希望しています

国の調査によると、がん患者さんの約7割が「できれば自宅で療養したい」と答えています。

末期がんになったときに  
過ごしたい場所

- 自宅
- 医療機関
- 施設
- 無回答



厚労省 人生の最終段階における医療・ケアに関する意識調査報告書より 平成24年度

一方で、「在宅療養は難しいかも…」と感じる方もいます。  
その理由として挙げられるのは、例えば――

家族への負担が心配

急変時にどうしたらいいか不安

誰に相談していいかわからない

在宅で受けられるサービスがわからない



などです。

でも大丈夫。あなたを支える仲間がいます。

こうした不安を支えるために、  
地域では多くの医療・介護の専門職が連携して、あなたを  
サポートします。

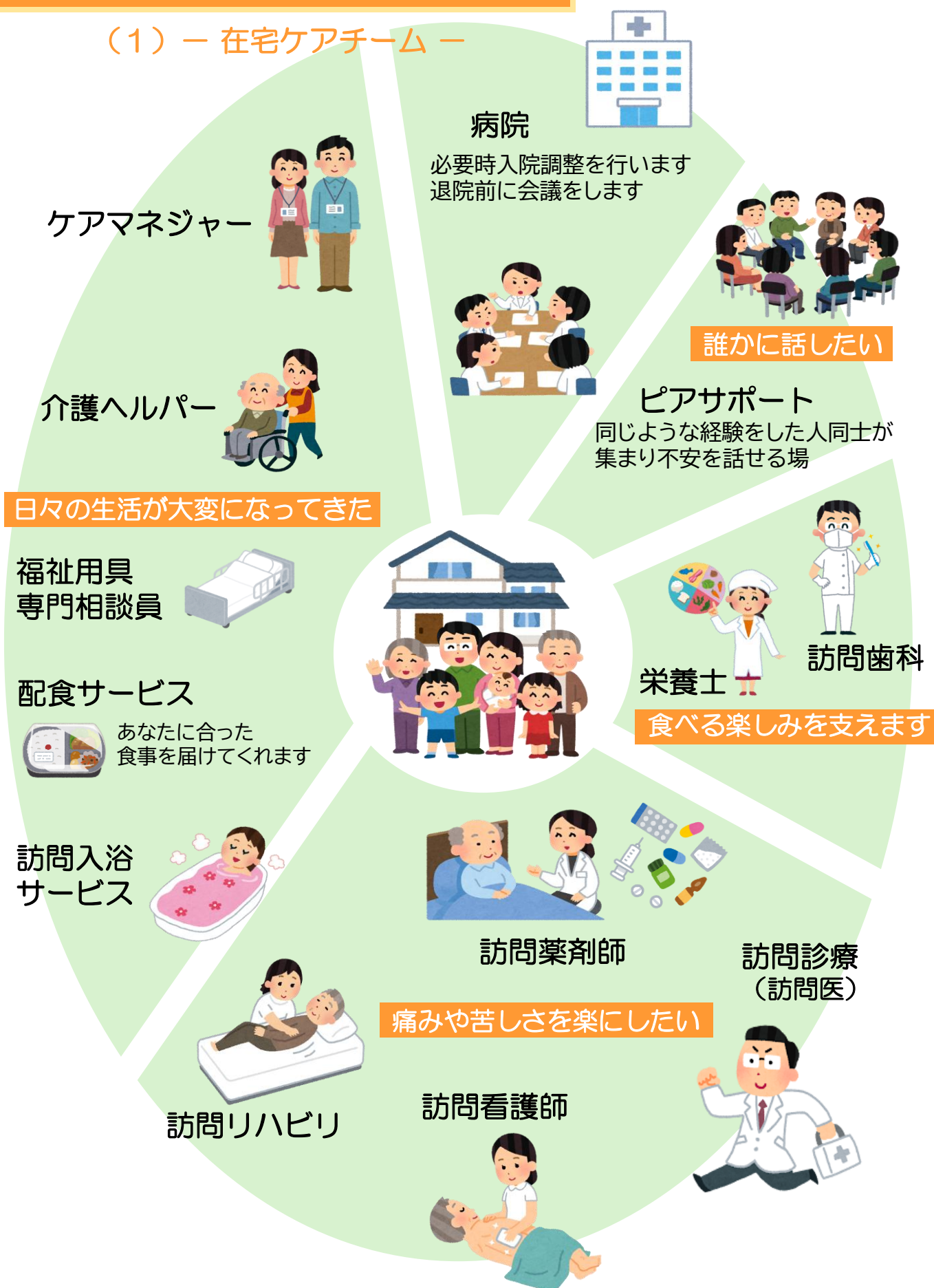
このあと紹介する「在宅ケアチーム」は、  
あなたとご家族の不安に寄り添いながら、  
最期まで安心して自宅で過ごせるよう支えていきます。

次の章では、あなたを支える心強い仲間たちをご紹介します。



## 2. あなたを支える仲間たち

### (1) — 在宅ケアチーム —



## （２）－ がんと向き合いながら、 自宅で安心して過ごすために －

自宅でがんと向き合っていくには、医療の支えと生活の支え、どちらも大切です。

地域の医療や介護の仲間たちが力を合わせ、あなたとご家族を支えていきます。

医療では、必要なときに医師や看護師が訪問し、痛みや症状のケア、急な体調の変化にも対応します。

介護では、「お風呂に入るのが不安」「食事の用意が辛い」「起き上がるのが大変」…そんな日常の困りごとを、専門のスタッフがやさしくサポートします。

介護保険を使えば、介護ベッドや車いすの利用、自宅の手すりの設置など、暮らしやすい環境づくりもできます。

医療と介護が力を合わせることで、あなたらしい時間を、自宅で安心して重ねていくことができます。

### （３）チームには こんな人たちがいます

#### 【訪問診療】

通院がむずかしい方のご自宅へ、かかりつけ医が定期的に訪問し、診察や薬の処方、痛みや症状をやわらげる治療を行います。  
また、急な体調の変化にも対応できるよう、安心のサポート体制を整えています。



#### 【訪問看護】

看護師があなたの自宅へ訪問し日々の体調を観察したり、医師の指示のもと点滴・注射などの医療行為を行います。  
24時間体制でサポートします。  
不安な時にそっと寄り添ってくれる存在です。



#### 【訪問薬剤師】

薬剤師がお薬をあなたのもとへ届け、使い方を丁寧に説明します。  
副作用や飲み合わせについても相談できます。



#### 【医療ソーシャルワーカー（相談員）】

病院や訪問診療のクリニックなどに在籍しています。  
医療と地域社会を結びます。  
退院後の社会保障制度や福祉サービスに関する情報を提供し、あなたが安心して生活できるようサポートします。





### 【病院】



病院とのつながりも大切に。

在宅で療養していても、必要なときは病院に戻れるようにしておくことも大切です。がんの治療や検査、緊急時、または家族が少し疲れてしまった、などの一時入院も病院と地域の医療が連携してあなたとあなたの家族を支える体制が整えられています。

### 【地域包括支援センター】

保健師（看護師）・社会福祉士・主任ケアマネジャーなどが在籍。医療・福祉・介護保険・経済的な支援制度など生活に関わる幅広い相談ができる場。



要支援の認定を受けた方の‘介護予防ケアプラン’の作成を担当しています。あなたの住む地域を担当する地域包括支援センターがあります。

### 【居宅介護支援事業所】

ケアマネジャーが在籍。介護保険：要介護1～5の方を担当。あなたの希望に沿った介護サービスの計画を立てます。

たとえば、『ベッドから起きるのがつらい』

『食事の用意ができない』『お風呂に入るのが不安』

そんな日常の困りごとに対して介護の専門職が

定期的に関わり、ご本人やご家族の不安や負担を軽減してくれます。



### 【訪問リハビリ】

生活を少しでも楽にするためのアドバイスやサポートをしてくれます。動かないことで生じる苦痛を和らげてくれます。



### 【訪問歯科】

歯科医があなたのもとに訪問して、歯の治療や入れ歯の調整などお口の健康を守るサポートをします。



### 【栄養士・訪問栄養士】

退院前や退院後にあなたに合った食事を提案しあなたの食べる楽しみを支えます。



### 【介護ヘルパー】

食事や排泄のお手伝い、買い物やお掃除などあなたの日常をサポートします。



### 【福祉用具専門員】

福祉用具を選ぶお手伝いをしてくれる専門職。  
あなたの住む環境をより安全・安楽にするために  
福祉用具のレンタル品・購入品の相談に乗ってくれます。



## ひとりじゃない みんなで支えます



在宅緩和ケアは  
『あなたの希望を叶えるための  
チーム医療です』  
困ったことや不安なことは  
一人で抱え込まないでください。

### 3. 自宅で緩和ケアを受けるには



緩和ケアって何だろう？と構えて考える必要はありません。

これからのご自分の、ご家族の大切な時間を親身に支えてくれる医療者・介護者に出会えば、その人たちが良い緩和ケアを提供してくれることでしょう。

しかしながら、どの在宅医も、訪問看護ステーションも、介護事業所も、緩和ケアの質が均一とは限りません。何より、多くの皆さんにとっては初めての経験ですから、どこが良い相談先なのかわからないことも多いでしょう。病院で医療相談室に、すでにお手伝いを受けているケアマネさんや地域包括支援センターに、紹介されたところを当てにするしかないかもしれません。

そんな時は、まず質問してみましょう。

- ・その医師や看護師は、夜間や休日に素早く対応してくれますか？
- ・医療用麻薬を使い慣れていますか？
- ・入院が必要なときに、信頼できる連携先がありますか？
- ・在宅で最期まで、自信を持って付き合ってくれますか？

また、介入が始まってからも、疑問に感じるところは率直に質問してみましょう。医療機関や事業所に関わらず、途中で代えることもできる、と知っておくことが大切です。

この冊子（P17「あなたを支える医療機関」・P20「あなたを支える介護機関」）に★印つきで紹介されている医療機関や事業所には、在宅緩和ケアについて積極的に勉強しているスタッフがいます。これを参考にするのもひとつの方法です。

## 自宅で緩和ケアを受けるときの流れ

### 1. 「自宅で過ごしたいと思う…」



ご本人やご家族が、「住み慣れた自宅で療養したい」と思うことが始まりです。まずは「どう過ごしたいか」という気持ちを大切にしましょう。(参照：P15自分らしい病気との付き合い方を考える)



### 2. 相談しましょう。



現在かかっている病院の主治医や医療ソーシャルワーカーに、自宅での療養を希望していることを伝えましょう。地域包括支援センターでも相談が可能です。



### 3. 専門職とつながっていきます。



在宅医療を専門に行う医師や訪問看護ステーションを紹介してもらえます。必要であればケアマネジャーも関わり地域の病院やクリニックと連携してサポートしてくれます。



### 4. 自宅で療養の準備と計画づくり。



紹介された在宅医や訪問看護師がご自宅を訪問し、ご本人やご家族と一緒に、体のつらさを和らげる方法や日々の生活の過ごし方を話し合いながら計画を立てます。



### 5. 在宅緩和ケアが始まります。



計画に沿って、定期的に在宅医が診察に訪れたり、訪問看護師が健康管理や日常生活の支援をおこないます。急な体調変化にも対応できる体制が整い、安心して自宅で過ごすことができます。



## 4. 在宅療養のストーリー

在宅での時間、病棟での時間。

その過ごし方や場所は、人によってさまざまです。  
大切なのは、安心して「その人らしく」過ごせること。

ここでは、在宅や病棟で緩和ケアを受けながら、  
穏やかに日々を過ごされた方々の歩みをご紹介します。

- (1) 入退院を繰り返しながらも叶えた看取りと天国からの贈り物
- (2) 多職種に支えられ叶えた“自宅で最期まで”の願い
- (3) 抗がん剤だけが治療?とも限りません

## (1) 「入退院を繰り返しながらも叶えた看取りと

### 天国からの贈り物」

Aさんは80代の女性で、息子さんのご家族と4人で暮らしていました。ある日、息苦しさを感じて受診した病院で、末期の肺がんと診断されました。治療は難しいとされましたが、「最期まで自宅で過ごしたい」というAさんの希望に、ご家族も不安を抱えながら応えました。

介護保険を申請し、ヘルパーと買い物に出かけるなど、普段どおりの生活を続けていました。やがて体調が悪化し入退院を繰り返しましたが、主治医と相談のうえ、在宅診療での療養が始まりました。

外出も次第に難しくなりましたが、痛みが出た際は訪問診療による点滴でコントロールされ、穏やかな生活が続けられました。そして最期はご家族に見守られながら、自宅で静かに旅立たれました。

Aさんが亡くなられてから数日後、ご自宅にブドウが届きました。ご家族は驚かれましたが、それはAさんが亡くなる数日前にヘルパーと一緒に出かけ、ご家族への贈り物として手配していたものでした。

ご家族は「天国からブドウが届いた」と話され、お孫さんは「最期まで、ばあちゃんらしいね」と語っていました。





## (2) 「多職種に支えられ叶えた“自宅で最期まで”の願い」

Bさん（70代）は奥様と二人暮らし。末期の胃がんと診断され、治療は難しいと告げられました。Bさんは「最期まで自宅で過ごしたい」と強く希望していましたが、奥様は不安を抱えたまま退院日を迎えます。

病院の相談員が介護保険を申請し、ケアマネジャーが介護ベッドや点滴台を手配。退院当日から訪問医と訪問看護師が入り、自宅での療養が始まりました。奥様の胸には不安と緊張が募っていました。

訪問看護師は入浴介助や点滴管理を行い、薬剤師が薬を届け、ヘルパーは日常生活を手伝ってくれました。たくさんの方が奥様の心に寄り添い、徐々に気持ちは落ち着いていきましたが、Bさんの体は少しずつ動かなくなっていきます。

主治医の「入院するなら限界まで頑張らず、早めに」という言葉を出しながらも、奥様は「最期まで家で看ます」と決意。家族やお孫さんたちも訪れ、Bさんを囲む時間が続き、Bさんは穏やかに旅立ちました。

奥様は「一人では無理だったけれど、多くの人に支えられ、この家で最期まで一緒にいられて本当に良かったです」と語りました。



### (3) 「抗がん剤だけが治療?とも限りません」

4年の間がんと闘ってきたCさんですが、身体がつらくなって治療先の大学病院へ。「もうできることはないので、他の病院へ転院してください」と言われてしまいました。

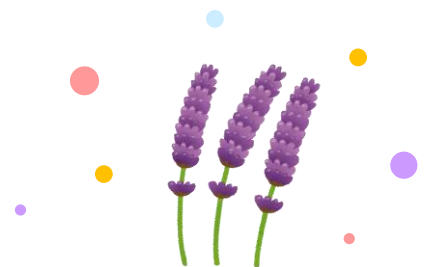
しかし、地域の緩和ケア病棟へ転院後は、体調も安定して自宅へ帰ることができました。

ご本人もご家族も、「がん治療が終わる」＝見放されたと思っていたけれど、そうではなかったのです。

とはいえ、自宅では何の手助けも要らない体調ではありませんでした。介護する奥さんが疲れてしまった時、家で不安や症状がつらくなってしまった時には少し慌てましたが、その都度緩和ケア病棟に入院することができました。そして症状や気持ちが落ち着けば、また家に戻って過ごすという方法をとることができました。

家か病院か、どちらか一方に決める必要もないということを、地域で医療を受けて初めて知りました。

ただしい緩和ケアは総合診療。がんの専門病院に限らず地域の方がお役に立てる場合も多いのです。





## 5. 自分らしい病気との付き合い方を考える

「もしものとき、自分はどこで、どんなふうに過ごしたいだろう」

「どんな医療やケアなら、自分らしくいられるだろう」

そんなことを、あらかじめ家族や医療者と話し合っておくことを、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）といいます。

「人生会議」とも呼ばれています。

### ■なぜ今、考えておくことが大切なの？

人は、病気の進行や体調の変化により、思いをうまく伝えられなくなることがあります。

そんなとき――

あなたが前もって伝えていた「希望」は、ご家族や医療・介護のスタッフにとって、かけがえのない道しるべになります。

「どんなふうに生きていきたいか」

「どんなサポートがあれば安心できるか」



その想いを考え、まわりの人と分かち合うことは、あなたらしい暮らしと、あなたの大切な尊厳を守ることにつながります。

## ■あなたの想いを整理するためのヒント

まずは、こんな問いかけをもとに、少しだけ考えてみませんか？

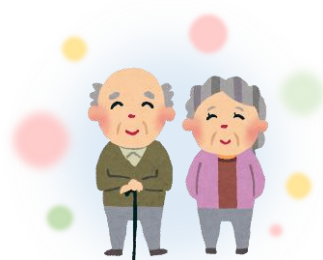
最期まで、できるだけ自宅で過ごしたいですか？

痛みや苦しみは、できる限り少なくしたいですか？

状態が悪くなったとき、延命治療（例：人工呼吸器など）は望みますか？

家族に、どんな想いを伝えておきたいですか？

最期の時間を、誰と、どこで過ごしたいですか？



## ■想いは、変わってもかまいません

「一度決めたら変えられない」ものではありません。

体調や気持ちの変化に合わせて、何度でも見直してよいのです。

大切なのは、その時その時のあなたの想いを、大事にしていくことです。

まずは、小さな一歩から

「自分だったら、どうしたいかな？」と考えること。

それだけでも、はじめの一歩です。

次に、信頼できる誰かと、少しずつ気持ちを話してみましょう。

家族、友人、かかりつけの先生、看護師、ケアマネジャー…。

あなたの想いに耳を傾けてくれる人が、きっといます。

あなたの想いが、あなたらしい人生を支える力になります！



## 6. あなたを支える医療機関

### 病院

		病院名	住所	電話番号	備考
朝霞	★	TMGあさか医療センター	朝霞市溝沼1340-1	048-466-2055	緩和ケア病棟有 リハ科有
		あさか相生病院	朝霞市溝沼3-2-33	048-467-0016	
志木		TMG宗岡中央病院	志木市上宗岡5-14-50	080-4710-6266	
和光		独立行政法人国立病院機構 埼玉病院	和光市諏訪2-1	048-462-1101	緩和ケア病棟有
新座	★	新座志木中央総合病院	新座市東北1-7-2	048-474-7211	
		社会医療法人社団 堀ノ内病院	新座市堀ノ内2-9-31	0570-00-5168	
		静風荘病院	新座市堀ノ内1-9-28	048-477-7300	

※リハ科有：病院内にリハビリテーション部があります。

### 診療所

		診療所名	住所	電話番号	備考
朝霞	★	上野胃腸科	朝霞市仲町1-2-31	048-461-6565	
	★	医療法人循和会朝霞中央クリニック	朝霞市岡79-3	048-450-3837	在宅療養支援 診療所
	★	医療法人社団武蔵野会 TMGサテラ イトクリニック朝霞台 在宅診療部	朝霞市西弁財1-8-21	048-458-0866	在宅療養支援 診療所
		黒目川診療所朝霞台	朝霞市東弁財1-2-16 1階	048-424-7301	在宅療養支援 診療所
和光	★	和光ホームケアクリニック	和光市中央1丁目5番41号	048-486-9424	在宅療養支援 診療所
新座		野火止クリニック	新座市野火止8-1-22	048-479-5698	

※在宅療養支援診療所とは、医師や看護師が24時間体制で支える診療所をいいます。

### 歯科

		診療所名	住所	電話番号	備考
朝霞		スマイル歯科	朝霞市根岸台6-8-35 根岸台クリニックビル2F	048-466-2250	

### 調剤薬局

		薬局名	住所	電話番号	備考
朝霞		ことぶき薬局朝霞本町店	朝霞市本町1-8-7	048-466-9955	
		あおい調剤薬局朝霞根岸台店	朝霞市根岸台6-3-33	048-424-7960	
		あおい調剤薬局青葉台店	朝霞市幸町1-1-5	048-465-4157	
		ことぶき薬局 朝霞店	朝霞市幸町1-3-5	048-462-8825	
		あさか台わたなべ薬局	朝霞市西弁財1-10-25-106	048-470-3434	
		有限会社高田屋薬局	朝霞市東弁財2-14-1	048-474-4090	
		アカネ薬局1号店	朝霞市溝沼下田1284-8	048-423-5549	無菌調剤可
		アカネ薬局2号店	朝霞市溝沼下田1284-7	048-423-6445	無菌調剤可

※無菌調剤とは無菌環境の整った無菌調剤室で、主に自宅療養する患者さまの使用する輸液や注射薬を調剤することです。

		薬局名	住所	電話番号	備考
朝霞		アカネサポート薬局	朝霞市溝沼五反田1338-1	048-423-7455	無菌調剤可
		三原薬局	朝霞市三原3-1-28	048-483-5262	
		あおい調剤薬局株式会社 朝霞店	朝霞市三原5-13-5	048-463-8466	
	★	有限会社松栄堂薬局	朝霞市西原2-15-18 シティ光陽1F	048-473-7289	
		クオール薬局志木店	朝霞市朝志ヶ丘2-13-32	048-476-7680	
	★	フラワー薬局	朝霞市朝志ヶ丘3-5-2-105	048-476-4658	
志木		いちご薬局	志木市本町5-19-15 アドリアフレスカ1階	048-485-9280	
		あおい調剤薬局志木店	志木市本町5-15-18 山三ビル1F	048-476-8733	
	★	あおい薬局 志木北口駅前店	志木市本町5-25-6	048-470-5593	
		ひまわり薬局志木店	志木市本町6-21-11	048-423-6175	
和光		アトム薬局	和光市新倉1-20-3	048-465-8525	
		アイリス薬局	和光市西大和団地4-1ヘルク 和光西大和店1階テナント	048-452-6237	
		さつき薬局	和光市丸山台1-1-10	048-423-5357	
		ファミリープラザ健康薬局	和光市丸山台1-9-3 イトー ヨーカドー和光店1階	048-465-8023	
		スギ薬局和光市駅前店	和光市本町6-5 和光エイノビル4階	048-485-1494	
新座		アイン薬局新座店	新座市東北1-6-1	048-487-6866	
		コスモ薬局新座店	新座市東北1-6-2	048-487-5600	
	★	コスモファーマシー	新座市東北1-7-2	048-476-3266	
		りおん薬局新座志木店	新座市東北2-14-8	048-424-2164	
		あすなろ薬局	新座市新座3-3-18-105	048-478-1304	
		あおい調剤薬局 新座駅前店	新座市野火止5-1-39	048-480-3567	
	★	かくの木 野火止薬局	新座市野火止7-5-64	048-423-2677	無菌調剤可
		わかば薬局新座店	新座市馬場1-4-17	048-485-8870	
	★	かくの木 菅沢薬局	新座市菅沢1-1-37	048-485-1275	
		アサヒ堂薬局	新座市あたご3-7-16	048-478-7151	
		木の実薬局	新座市本多1-3-9	048-480-0177	
	★	かくの木薬局	新座市堀ノ内2-9-33	048-482-5235	
		ABC薬局	新座市道場1-6-11	048-478-2336	
	★	かくの木薬局 新堀店	新座市新堀1-13-6 第一谷 野ビル1F	042-496-1066	無菌調剤可
		ナツメ薬局	新座市石神1-4-9	048-480-4111	
		滝島薬局 石神店	新座市石神2-4-8	048-482-0779	

## 訪問看護ステーション

		ステーション名	住所	電話番号	備考
朝霞		在宅看護センター笑がお	朝霞市仲町1-11-48-310	048-485-1883	24時間体制
	★	医療法人循和会 さくら訪問看護ステーション	朝霞市大字岡79-3	048-485-8910	リハ職在籍 24時間体制
	★	指定訪問看護 アットリハ朝霞	朝霞市本町1-19-7	048-487-9263	リハ職在籍 24時間体制
		とわ訪問看護ステーション	朝霞市本町1-24-7	048-424-2513	リハ職在籍 24時間体制
		ソフィアメディ 訪問看護ステーション朝霞	朝霞市本町2-1-15 グローウィング301	048-485-1861	リハ職在籍 24時間体制
	★	TMGあさか 訪問看護ステーション	朝霞市西弁財1-8-21	048-423-6936	24時間体制
		医療法人五麟会 訪問看護ステーションアルゴ朝霞	朝霞市東弁財1-2-16 3階	048-487-7880	リハ職在籍 24時間体制
	★	あさか訪問看護ステーション	朝霞市溝沼5-3-15 ブルミエール106号	048-466-2208	リハ職在籍 24時間体制
志木		訪問看護ステーション志木みずほ	志木市上宗岡2-20-57 細田マンション306	048-485-9061	リハ職在籍 24時間体制
		TMG宗岡訪問看護ステーション	志木市上宗岡5-14-50	048-471-7008	24時間体制
和光	★	和光福祉会訪問看護ステーション	和光市丸山台2-6-20	048-468-1580	リハ職在籍 24時間体制
新座	★	訪問看護ステーションつくし	新座市東北2-29-35 ワイズブルミエ3階	048-487-2345	24時間体制

## 7. あなたを支える介護機関

### 訪問リハビリテーション

	事業所名	住所	電話番号	備考
朝霞	黒目川診療所朝霞台 リハビリテーション部	朝霞市東弁財1-2-16	048-424-7301	
	医療法人循和会 朝霞中央クリニック 訪問リハビリテーション	朝霞市大字岡79-3	048-423-3331	がんリハ対応

### 認定栄養ケア・ステーション

	ステーション名	住所	電話番号	備考
和光	まちかど健康相談室（ほけっとステーション）認定栄養ケア・ステーション	和光市広沢1-2 コンフォール和光西大和1号棟1F集会室	048-465-8833	

### 居宅介護支援事業所

	事業所名	住所	電話番号	備考
朝霞	★ あいケアプラン	朝霞市根岸台7-20-46	048-450-1833	
	ひいらぎの里	朝霞市岡3-17-60	048-469-5946	
	★ いろどりケア	朝霞市本町1-19-23 グレーブハイムB棟-101	048-485-1947	
	★ ASK	朝霞市膝折町4-10-17	048-424-3984	
	TMGケアプランセンターあさか	朝霞市西弁財1-8-21	048-423-2360	
	居宅介護支援事業所アルゴ朝霞	朝霞市東弁財1-2-16 3階	048-424-7345	
	介護老人保健施設ケアライフ朝霞 居宅介護支援事業所	朝霞市溝沼3-2-32 ウェルネスプラザアサカ1階	048-471-9739	
	ひいらぎの里溝沼	朝霞市溝沼7-8-22	048-458-5700	
	★ ホット・クローバー	朝霞市泉水3-3-13-2	080-4125-0224	
	ミアヘルサ ケアプラン朝霞	朝霞市三原1-11-22	048-424-2052	
	循和会 居宅介護支援事業所 朝霞	朝霞市北原1-1-14 2F	048-423-0623	
志木	居宅介護支援事業所 志木みずほ	志木市上宗岡2-20-17	048-474-0354	
	ケアプランセンターmimosa	志木市柏町1-22-23 志幸柏103	048-202-6294	
	特定非営利活動法人 たすけあいネット志木	志木市柏町3-3-31 コーポカシワ101	048-486-5730	
和光	SOMPOケア和光 居宅介護支援	和光市西大和団地6ディプレ 西大和団地4号棟104号室	048-451-2601	
	カナエル介護 暮らしの支援室	和光市南1-11-76 第二福寿ビル302	048-424-4073	
	ケアプランくるみ	和光市南1-11-87 第一福寿ビル103号室	048-202-3800	
	ニチイケアセンター和光	和光市南1-29-40	048-451-6389	
	和光福祉会 居宅介護支援センター	和光市丸山台2-6-20	048-460-2940	
	★ NPOほけっとステーション	和光市中央1-7-19-102	048-465-8833	
	循和会 居宅介護支援事業所 和光	和光市本町29-1 ハイッ本橋305号室	048-423-5273	
	ミアヘルサ ケアプラン和光	和光市新倉2-5-49	048-450-1311	

	事業所名	住所	電話番号	備考
新座	ふれあい広場新座	新座市東北2-29-11	048-471-2918	
	★ 居宅介護支援事業所 山吹	新座市大和田4-18-53	048-480-3313	
	特定非営利活動法人 太陽居宅介護支援事業所	新座市大和田5-17-25	048-482-1087	
	居宅介護支援事業所 ミントケアズ	新座市野火止5-21-2	048-482-2723	
	★ ロンド	新座市栄4-3-17 メゾンラフィット103	048-487-9765	
	★ 居宅介護支援事業所 あおぞら	新座市堀ノ内2-9-31 堀ノ内病院内	048-478-2653	
	かくの木介護支援事業所	新座市新堀1-13-6 谷野ビル202	042-496-1070	

### 福祉介護事業所

	事業所名	住所	電話番号	備考
和光	【看護小規模多機能型居宅介護】 わこう翔裕館	和光市下新倉4-17-52	048-465-4165	
新座	【小規模多機能型居宅介護】 ミモザ新座小規模多機能居宅介護	新座市東北1-3-5	048-486-8150	
	【小規模多機能型居宅介護】 多機能ホームまどか	新座市石神4-4-33	042-476-1501	
朝霞	【定期巡回随時対応型訪問介護看護】 ミアヘルサ定期巡回サービス朝霞	朝霞市三原1-11-22	048-458-0813	

### 地域にある患者会・家族会

		住所	電話番号	備考
新座	★ 新座志木がん哲学外来・カフェ	新座市野火止4-8-28 新座志木バプスト教会内	090-2567-0457	

### ★マークについて

朝霞地区在宅緩和ケア推進ネットワークでは、定期的に学習会を開いています。  
その学習会に積極的に参加している医療・介護事業所には、★マークを付けています。

医療・介護機関情報は半年に一度更新いたします。  
最新の情報は朝霞地区医師会地域包括ケア支援室ホームページより  
ご覧いただけます。

朝霞地区医師会 地域包括ケア支援室

<https://areacare.asakamed.com>

朝霞地区医師会 支援室

検索





## 8. 朝霞地区内地域包括支援センター

### (1) 朝霞市・志木市

<b>朝霞市</b>	
<b>地域包括支援センター 内間木苑</b>	
朝霞市大字上内間木498-4	048-458-2022
<b>地域包括支援センター つつじの郷</b>	
朝霞市西弁財1-10-21 プリランテ朝霞台103	048-472-1574
<b>地域包括支援センターモーニングパーク</b>	
朝霞市溝沼3-2-32	048-451-7355
<b>地域包括支援センター ひいらぎの里</b>	
朝霞市仲町1-1-19 イムーブル・レーヌ1F	048-291-9111
<b>地域包括支援センター 朝光苑</b>	
朝霞市青葉台1-10-32	048-450-0855
<b>地域包括支援センター あさか中央</b>	
朝霞市北原1-1-14	048-423-2761
<b>志木市</b>	
<b>高齢者あんしん相談センター柏の杜</b>	
志木市柏町3-5-1第二福祉センター内	048-486-5199
<b>高齢者あんしん相談センターせせらぎ</b>	
志木市中宗岡1-19-51（アミカの郷志木裏側）	048-485-2113
<b>高齢者あんしん相談センターブロン</b>	
志木市本町2-10-50	048-486-0003
<b>高齢者あんしん相談センター館・幸町</b>	
志木市幸町3-12-5	048-485-5610
<b>高齢者あんしん相談センターあきがせ</b>	
志木市中宗岡3-25-10	048-485-5020

（あさか市・しき市の花：つつじ）







## (2) 和光市・新座市

<b>和光市</b>	
<b>和光市北地域包括支援センター</b>	
和光市新倉2-5-12	048-458-5120
<b>和光市北第二地域包括支援センター</b>	
和光市下新倉5-10-70	048-450-0591
<b>和光市中央地域包括支援センター</b>	
和光市本町15-35 2階	048-475-9016
<b>和光市中央第二地域包括支援センター</b>	
和光市丸山台2-20-15	048-468-2312
<b>和光市南地域包括支援センター</b>	
和光市南1-23-1 (和光市総合福祉会館内)	048-450-2500
<b>新座市</b>	
<b>東部第一高齢者相談センター</b>	
新座市片山1-9-1	048-480-5853
<b>東部第二高齢者相談センター</b>	
新座市馬場1-2-35	048-480-7808
<b>西部高齢者相談センター</b>	
新座市野火止4-14-20	048-477-1707
<b>西堀・新堀高齢者相談センター</b>	
新座市新堀1-13-5	042-497-8106
<b>南部高齢者相談センター</b>	
新座市堀ノ内2-9-31 (堀ノ内病院敷地内)	048-487-8263
<b>北部第一高齢者相談センター</b>	
新座市東北2-1-17	048-486-5011
<b>野火止五～八丁目高齢者相談センター</b>	
新座市野火止6-16-15 2F	048-485-8936
<b>北部第二高齢者相談センター</b>	
新座市新座3-3-20-101	048-485-8587

## 9. 暮らしを支える地域のサービス — 安心して自宅で過ごすために —

がんと診断され、在宅での療養を選ばれた方にとって、「医療」や「介護」だけでなく、日々の暮らし全体を支える支援がとても大切です。

ここでは、それぞれお住まいの市で、行政による高齢者福祉事業として実施している、主な在宅福祉サービスをご紹介します。

※お住まいの市により、対象となる年齢・世帯構成・収入などの要件、また、実施される内容が少しずつ異なる場合があります。

詳しくは、章末（P.26）のお問い合わせ先にご確認ください。

### ■配食サービス

食事の支度が困難な高齢者の方を対象に、安否確認を兼ねて食事を自宅に届ける事業です。地域によっては、疾患や体調に合わせた栄養管理食、また、嚥下機能などに合わせた、やわらか食・刻み食などの対応ができる事業所もあります。



### ■緊急通報(連絡)システム

体調急変や事故など緊急事態の際に、ボタン一つで消防本部につながり、ただちに救助を要請できる緊急通報システムを設置する事業です。地域によっては、センサーによる見守り機能やコールセンターによる相談機能が付加されている場合もあります。



## ■訪問理美容サービス

寝たきりなどの状況により、理美容院に行くことが困難な方を対象に、自宅へ理美容サービス事業者が訪問し散髪を行う事業です。

地域によっては、理美容院への送迎により散髪を行う場合もあります。



## ■おむつ等の給付

寝たきりなどの状況にあり、常時紙おむつを必要とする方に、購入費用の一部を助成する事業です。

地域によっては、付随する衛生用品も対象となる場合、また、現物支給となっている場合もあります。



## ■移送サービス費の助成

寝たきりなどの状況により、公共交通機関を利用することが困難な方が、寝台や車いすごと乗降できる移送用車両で移送サービスを利用した際に、費用の一部を助成する事業です。

地域によっては、介護保険制度の特別給付として実施されている場合もあります。



在宅福祉サービスには、上記のほかにも、各市で独自に実施されている取り組みがあります。

詳細につきましては、次ページにある、各市担当課へお問い合わせください。

## 《各市 高齢者福祉サービスの担当課》

○朝霞市：長寿はつらつ課 TEL：048-463-1921

※令和8年4月から課の名称や電話番号が変更になる予定です。  
最新の情報は市役所ホームページ等でご確認ください。

○志木市：長寿応援課 TEL：048-473-1395

○和光市：長寿あんしん課 TEL：048-424-9138

○新座市：長寿はつらつ課 TEL：048-477-6890

## ■傾聴ボランティア

「傾聴ボランティア」とは、人と話す機会の少ない方の話し相手になったり、孤独感や悩みを抱える方に寄り添う活動です。



主に孤独になりがちな病院や施設利用者、独居世帯の高齢者のほか、子育て中の方、障害のある方などが傾聴ボランティアの対象となります。

ただ話を聴いてもらうだけかと思いがちですが「傾聴」されることで、気持ちがスッキリと軽くなったり、自己肯定感が上がるといった効果も得られます。

※ボランティアの紹介については、お住まいの市の**ボランティアセンター（社会福祉協議会）**にお問い合わせください。

## 《各市 ボランティアセンター(社会福祉協議会)》

○朝霞市ボランティアセンター TEL：048-486-2485

○志木市ボランティア・市民活動センター TEL：048-474-6508

○和光市ボランティアセンター TEL：048-452-7606

○新座市ボランティアセンター TEL：048-480-5706

これらの制度やサービスは市町村ごとに異なり、「高齢者向け」「障害者向け」など、対象者別に案内されていることも多いため、必要な情報にたどり着きにくいと感じる方もいらっしゃると思います。

そんなときは、お近くの「**地域包括支援センター**」へご相談ください。

## ■地域包括支援センターとは

「2. あなたを支える仲間たち ―在宅ケアチーム―」でもご紹介しましたが、地域包括支援センターは「制度やサービスのご案内」だけでなく、今の暮らしの心配ごとや、これからの生活の見通しについて一緒に考え、必要に応じて関係機関と連携しながらサポートしてくれます。

がんを抱えながら在宅で過ごしている方やご家族からの相談にも応じており、「まずはどこに相談したらいいのかわからない」というときの入口にもなる頼れる窓口です。

＊（参考：がん対策推進基本計画／厚生労働省）

### ● こんなときに、地域の支援を活用できます

- ＊ 通院や外出がむずかしくなってきた
- ＊ 自宅での介護や療養に不安がある
- ＊ 身の回りのことに支障が出てきた
- ＊ 経済的な制度や助成について知りたい
- ＊ 家族の介護負担を軽くしたい



必要な支援を上手に活用しながら、ご自宅で安心して過ごせるよう、一人で悩まず、どうぞ早めにご相談ください。

## 10. Q & A

### 1. 緩和ケアとは？

Q. 緩和ケアって何ですか？

A. 病気による痛みや不安をやわらげて、安心して自分らしく過ごせるようにする方法です。治療と同時に受けることもできます。

Q. 治療をあきらめた人だけが受けるものですか？

A. いいえ。治療中から受けられます。がん以外の病気の方も対象です。

### 2. 在宅療養とサポート体制

Q. 自宅で看取りたいと思っていますが、不安です。

A. 医師や看護師、介護サービスなどの支援を組み合わせれば、ご家族だけに負担をかけずに在宅での看取りが可能です。介護に対する不安も、ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談すると、介護サービスや支援の仕組みを一緒に考えてもらえます。

Q. ひとり暮らしでも可能でしょうか？

A. サポートを利用すれば可能です。体調や状況に応じて入院も選べるので安心してください。

### 3. 痛みや苦痛への対応

Q. 在宅でも痛みは取れますか？

A. はい。薬を調整することで、多くの方が痛みをやわらげて自宅で過ごしています。

Q. 苦しんでいる姿を見るのがつらいです。

A. 緩和ケアはご本人だけでなく、ご家族の気持ちにも寄り添います。医療者に思いを話していただくことも大切です。

### 4. 薬や栄養に関する疑問

Q. 睡眠薬や鎮痛薬・麻薬は使っても大丈夫ですか？

A. 適切に使えば安心です。依存の心配は少なく、痛みや不眠をやわらげる大切な薬です。

Q. 食べられなくなったときに点滴はした方がよいですか？

A. 点滴が必ずしも楽になるとは限りません。体の状態や希望に合わせて、一緒に考えていきます。



## 5. 急変や緊急時の対応

Q. 急に容体が変わったときはどうしたらいいですか？

A. 在宅医療では24時間つながる体制があります。あらかじめ決めた連絡先にすぐ相談してください。

## 6. 制度について

Q. 40代ですが介護保険を使えますか？

A. がんなど特定の病気があれば、40歳から利用できます。

## 7. ご本人・ご家族の気持ちや意思の尊重について

Q. 本人にがんの告知をしないで受けられますか？

A. ご本人やご家族の希望を尊重して進めます。必ずしも告知が必要ということはありません。

Q. ACP（人生会議）を家族が嫌がるのですが？

A. 無理に話す必要はありません。日常の会話の中で少しずつ思いを共有することから始められます。

## 8. 地域のサービス情報

Q. ガイドブックに載っていないサービスもありますか？

A. 市町村により、「ふとん乾燥車派遣」「住環境助成」「公衆浴場利用券」「重度要介護高齢者手当」などがあります。詳細は市役所高齢者福祉課や地域包括支援センターへご確認ください。

Q. がんと診断され、不安な気持ちを話せる場はありますか？

A. 朝霞地区では、「TMGあさか医療センター」と「独立行政法人国立病院機構 埼玉病院」に、生活・療養・制度に関する無料相談窓口があります。

Q. 40歳以下のがん患者さんが、自宅で安心して療養できる支援はありますか？

A. 和光市・新座市では、AYA世代（18～39歳）の末期がん患者が在宅療養を続けやすいよう、訪問介護や福祉用具などの費用を補助する制度があります。詳細や手続きは各市の健康増進センターや福祉課で確認できます。

メモ



名前：

ガイドブックを受け取った日：          年          月          日



朝霞地区がんと向き合う暮らしのガイド  
ー 在宅療養生活のヒント集 ー

令和7年12月発行

発行：朝霞地区在宅緩和ケア推進ネットワーク

編集：朝霞地区在宅緩和ケア検討ワーキンググループ（ガイドブック作成委員 ★）

【議長】

金井 良晃 ★ TMGあさか医療センター

【副議長】

米田 武史 ★ 医療法人循和会 朝霞中央クリニック

【委 員】

大谷地 宏和 ★（株）コスモファーマシー

石田 理香 かくの木野火止薬局

星野 純貴 アカネ薬局1号店

上島 都 新座志木中央総合病院

岸 恵子 TMGあさか訪問看護ステーション

鈴木 千恵子 医療法人循和会 さくら訪問看護ステーション

野田 里美 ★ あさか訪問看護ステーション

北村 啓太 TMGあさか医療センター

稲垣 一久 ★ 新座市西部高齢者相談センター

本多 真人 ★ 居宅介護支援事業所山吹

山口 はるみ ★ NPO法人ぽけっとステーション

木下 朋雄（スーパーバイザー） 和光ホームケアクリニック

高田 幸代★（事務局） 朝霞地区医師会地域包括ケア支援室

お問い合わせ：朝霞地区医師会地域包括ケア支援室

〒351-0104 和光市南1-23-1 和光市総合福祉会館2階

TEL：048-465-6575

（令和7年9月現在の情報に基づいて作成）



あなたと大切な人が  
安心して その人らしく  
過ごせますように

