

みのんだ だより 7月号 VOL. 181+182

医療法人方佑会 植木病院
2026年7月1日発行

植木病院 入退院支援センター 地域連携室



【お問い合わせ先】

072-250-5231（直通）

072-257-0100（代表）

月～金曜日 9:00～17:00

土曜日 9:00～12:00

※平日 17:00、および土曜 12:00 以降、日祝終日は代表番号におかけください。

FAX

072-257-5082

24時間受付

地域連携室／
植木病院ホームページ



40 Ueki Hospital
YEARS ANNIVERSARY

介護が必要になったらどうすればいいの？

ひとりで抱え込まない 介護を——

地域連携室

中西順子 Junko Nakanishi

地域で支える安心の暮らし



最近、親の物忘れが増えた——

退院後の生活が心配——

ひとりでの生活が難しくなってきた——

家族のこのような変化に気づいた時、多くの方が「何から始めればよいのだろう」と不安を感じられます。介護の悩みは、ひとりで抱え込む必要はありません。

まずはどこに相談し、どのようなサービスを受けられるのか、具体的な解決策をご紹介します。

——「介護が必要な状態」とは

加齢や病気、障害などにより、日常生活に何らかの支援が必要になった状態を指します。例えば、歩行・入浴・排せつ・食事などの基本的な生活動作が難しくなった場合や、認知機能の低下などにより見守りが必要になった場合などが該当します。

そんな「少し心配だな」と感じた段階で、早めに相談することが大切です。

—— どこに相談すればいいの？

介護の必要性を感じたら、まずはお住まいの市区町村の窓口や地域包括支援センターにご相談ください。

なお、当院に通院・入院中の方であれば、地域連携室の看護師や医療ソーシャルワーカー、ケアプランセンターのケアマネジャーなどの専門スタッフがいつでもお話を伺います。

「介護保険の申請方法が分からない」「どんなサービスを利用できるの？」といった疑問にも、分かりやすくお答えします。お気軽にご相談ください。

—— こんなご相談も大歓迎です

「今すぐ必要ではないけれど、話だけ聞いてみたい」もちろん、お話だけでも大歓迎です。

介護に「困ってから」ではなく「困る前」に情報を集めておくことで、いざという時に慌てず準備ができます。

—— 「退院後の生活が心配」という方へ

「身体の状態や認知機能の低下により、買い物や食事の準備ができるか心配」「階段の昇り降りやトイレまでの移動が大変」など、入院前と同じように生活できるか不安はありませんか？

地域連携室では、入院中からご本人やご家族、担当ケアマネジャーと定期的に話し合いを重ね、安心してご自宅へ戻れるよう退院準備をお手伝いいたします。退院後の生活に必要なサポートを、私たちといっしょに考えていきましょう。

—— 「自宅での生活が限界かもしれない」と感じたら

ご家族の心身の疲労、経済的な負担、必要なケアの増大などにより、ご自宅での生活が難しくなった時は、施設（高齢者住まい）への住み替えを検討するタイミングかもしれません。いわゆる「老人ホーム」には、さまざまな種類・特徴があり、入居にかかる費用もそれぞれ異なります。

ご本人の心身の状態やご家族のご希望に合わせて、最適な施設探しをお手伝いいたします。

—— 当院のサポート体制

植木病院には、外来・入院機能に加えて、在宅医療部・訪問看護ステーション・ケアプランセンターが併設されています。各部署が緊密に連携を取り合っているため、退院後の生活が不安な方や、外来通院が難しくなってきた方に対しても、住み慣れた我が家で暮らし続けられるよう「切れ目のない医療と介護」を提供いたします。お電話でのご相談も可能ですので、まずはどうぞお気軽にお困りごとをお聞かせください。

介護は、ご本人だけでなくご家族にとっても本当に大きな負担や不安を伴うものです。決してひとりで抱え込まず、医療機関や地域の相談窓口をぜひ頼ってください。

私たちは、地域の皆さまがこれからも安心して暮らし続けられるよう、いつでも皆さまの生活に寄り添ってまいります。

どんなサービスが受けられるの

植木ケアプランセンター

寺田恵里子 Eriko Terada

介護保険の申請を行い「要介護・要支援」の認定を受けると、さまざまなサービスを 1 割～3 割の自己負担で利用できるようになります。

サービスは大きく分けて、「自宅に来てもらう」「施設に通う」「環境を整える」の 3 つのタイプがあります。今の暮らしに何を組み合わせれば安心できるか、いっしょにイメージしてみましょう。

1 自宅で受けるサービス

■訪問介護（ホームヘルプ）

ヘルパーが訪問し、入浴・排泄などの「身体介護」や、掃除・洗濯・調理などの「生活援助」を行います。

（※お手伝いさんではありません。ご自身やご家族でできることは継続して行っていただきます。）

■訪問看護

看護師が主治医の指示に基づき、療養のお世話や点滴管理、リハビリなどをを行います。持病がある方も安心です。契約により 24 時間対応も可能です。

■訪問リハビリテーション

理学療法士などが訪問し、実際の生活環境に合わせた動作訓練を行います。

■訪問入浴

自宅に専用の浴槽を持ち込み、ご自宅での入浴をサポートします。

2 外出して受けるサービス

気分転換や、ご家族の休息（レスパイト）にもつながるサービスです。

■通所介護（デイサービス）・通所リハビリ（デイケア）

施設に通い、食事や入浴、レクリエーション、機能訓練を日帰りで受けます。「友人ができた」と喜ばれる方の多い、人気のサービスです。

■短期入所生活介護（ショートステイ）

施設に数日間（1 日～数日）宿泊し、介護やリハビリを受けます。ご家族の冠婚葬祭や旅行、体調不良などの際にも役立ちます。

3 環境を整えるサービス

「自分の力でできること」を増やすためのサポートです。

■福祉用具のレンタル

歩行を助ける杖や歩行器、立ち上がりを楽にする手すり、介護用の電動ベッドや車椅子などを負担割合に合わせて借りることができます。

■福祉用具の購入

ポータブルトイレや浴用椅子など、直接肌が触れる用具を対象に購入することができます。

■住宅改修

手すりの設置や段差の解消、滑り止めの施工など、自宅をバリアフリー化する工事費用の一部が支給されます。



相談受付

植木ケアプランセンター

072-257-1163

072-250-5232

堺市北区黒土町 3001 番地 4 の 2

参考

令和 8 年度版介護保険パンフレット
／堺市ホームページ



これらのサービスは、ひとつだけを使うわけではありません。

「月曜日と木曜日はデイサービスに行って運動する」「火曜日はヘルパーさんに来てもらっていっしょに掃除をする」というように、ケアマネジャーと相談しながら、あなただけの「オーダーメイドの組み合わせ」を作っていきます。

「要介護・要支援」の度合いによって利用できるサービスが異なる場合があるため、まずはケアマネジャーに直接ご相談ください。

介護保険は非常に便利ですが、実は「庭の草むしり」や「ペットの世話」「大掃除」などは対象外です。しかし、「介護保険外」のサービスを活用すれば、より隙間のないサポートを受けられます。自治体独自のサービスやシルバー人材センター、民間企業の自費サービスなどを併用可能です。お困りごとがあれば、まずは一度お気軽にご相談ください。

「自分には何が必要かわからない」と感じるのは、決して珍しいことではありません。日常のなかで「ちょっと不便だな」「これができればもっと楽なのに」と思うことはありませんか？ その小さな気づきが、あなたにぴったりのサービスを見つける第一歩になります。

ぜひ、あなたの「本音」を教えてください。