

# わたしの在宅サポート連絡先一覧

記入日

・

## 氏名

## 緊急連絡先

氏名

電話番号

## かかりつけ医

## かかりつけ病院

医療機関名

電話番号

医療機関名

電話番号

## かかりつけ歯科医

## かかりつけ薬局

医療機関名

電話番号

薬局名

電話番号

## ケアマネジャー

## 訪問看護ステーション

事業所名

担当者

電話番号

事業所名

担当者

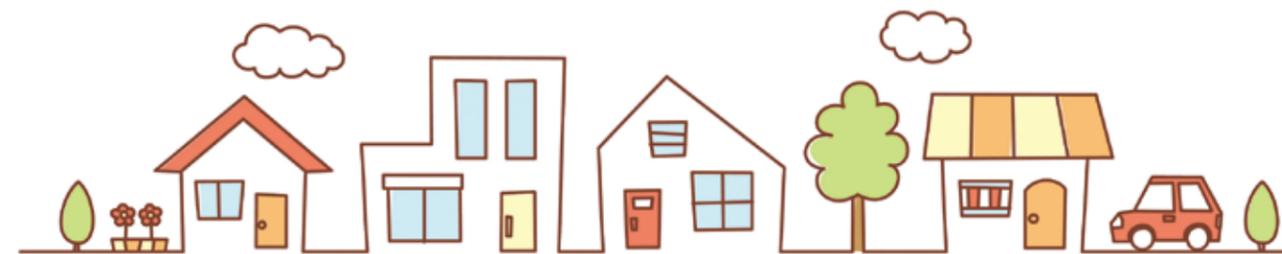
電話番号

## 緊急時の対応(救急車を呼ぶ前に…)

自宅で療養生活を送っていて、急に具合が悪くなったら

- ①かかりつけ医や訪問看護師等に連絡をしましょう。
- ②救急車を呼ぶかどうか迷ったら #7119 へ電話をしましょう。  
※#7119…東京消防庁が開設している電話相談窓口です(24時間年中無休)。救急車を呼んだほうがいいのか、急いで病院を受診したほうがいいのか等を教えてもらうことができます。

かかりつけ医や訪問看護師と連絡が取れずに、緊急入院することがあります。そのような場合は、入院後なるべく早いうちに、いつ、どのような状態で入院したのか、かかりつけ医や、訪問看護師、ケアマネジャーに連絡を入れましょう。

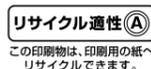


# 港区在宅療養ガイドブック

住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らしていくために



令和7年(2025年)3月発行  
港区保健福祉支援部保健福祉課保健福祉総合調整係  
港区芝公園1丁目5番25号  
☎03-3578-2328



みなさんは、医療や介護が必要になった時、  
どこで、どのように暮らしたいですか？

病院や施設ではなく、住み慣れた自宅で、  
医療や介護を受けながら暮らす「在宅療養」について、  
ご存知でしょうか。

このガイドブックは、「在宅療養」を支える様々な仕組みや  
自宅で受けられる医療や介護のサービスについて紹介しています。

医療や介護が必要になった場合に、「入院や施設への入所」の他に、  
「住み慣れた自宅での療養」という方法も選択肢の一つとして考えることがで  
きるよう、このガイドブックをご活用いただければ幸いです。

在宅療養を支えるネットワーク ..... 3

在宅療養とは ..... 5

- 在宅で受けられる医療
- 在宅療養に対応できる医療機関の探し方
- 在宅療養を始めたいと思ったら…
- 港区在宅療養相談センターについて
- 在宅療養にかかる費用
- みなと在宅療養サポート入院（港区在宅療養後方支援病床）について
- かかりつけ医を持ちましょう

在宅療養を支える人たち ..... 9

介護が必要な場合には ..... 13

- 介護保険
- おもな介護保険サービス
- 介護保険サービスの申請の流れ

在宅療養お役立ち情報 ..... 15

人生会議 ～ACP（アドバンス・ケア・プランニング）～ ..... 16

- ACP 普及啓発冊子「わたしの思い手帳」のご紹介

港区問合せ一覧 ..... 17



## 医師会等との連携ネットワーク

平成 30 年 2 月 7 日 港区地域包括ケアシステムの運用に関する協定を締結



### 協定締結でより強力なネットワークに

港区は、切れ目のない在宅療養の体制を推進するため、港区三師会と情報共有・連携強化を図り、以下の事業を実施していきます。

#### 協定の 3 本柱

- 在宅医療、介護関係等に関する相談事業
- 医療関係者及び介護関係者の専門職向け研修事業
- 区民等への普及啓発事業

### 港区平和都市宣言

かけがえのない美しい地球を守り、世界の恒久平和を願う人びとの心は一つであり、いつまでも変わることはありません。

私たちが真の平和を望みながら、文化や伝統を守り、生きがいに満ちたまちづくりに努めています。

このふれあいのある郷土、美しい大地をこれから生まれ育つ子どもたちに伝えることは私たちの務めです。

私たちは、我が国が『非核三原則』を堅持することを求めるとともに、ここに広く核兵器の廃絶を訴え、心から平和の願いをこめて港区が平和都市であることを宣言します。

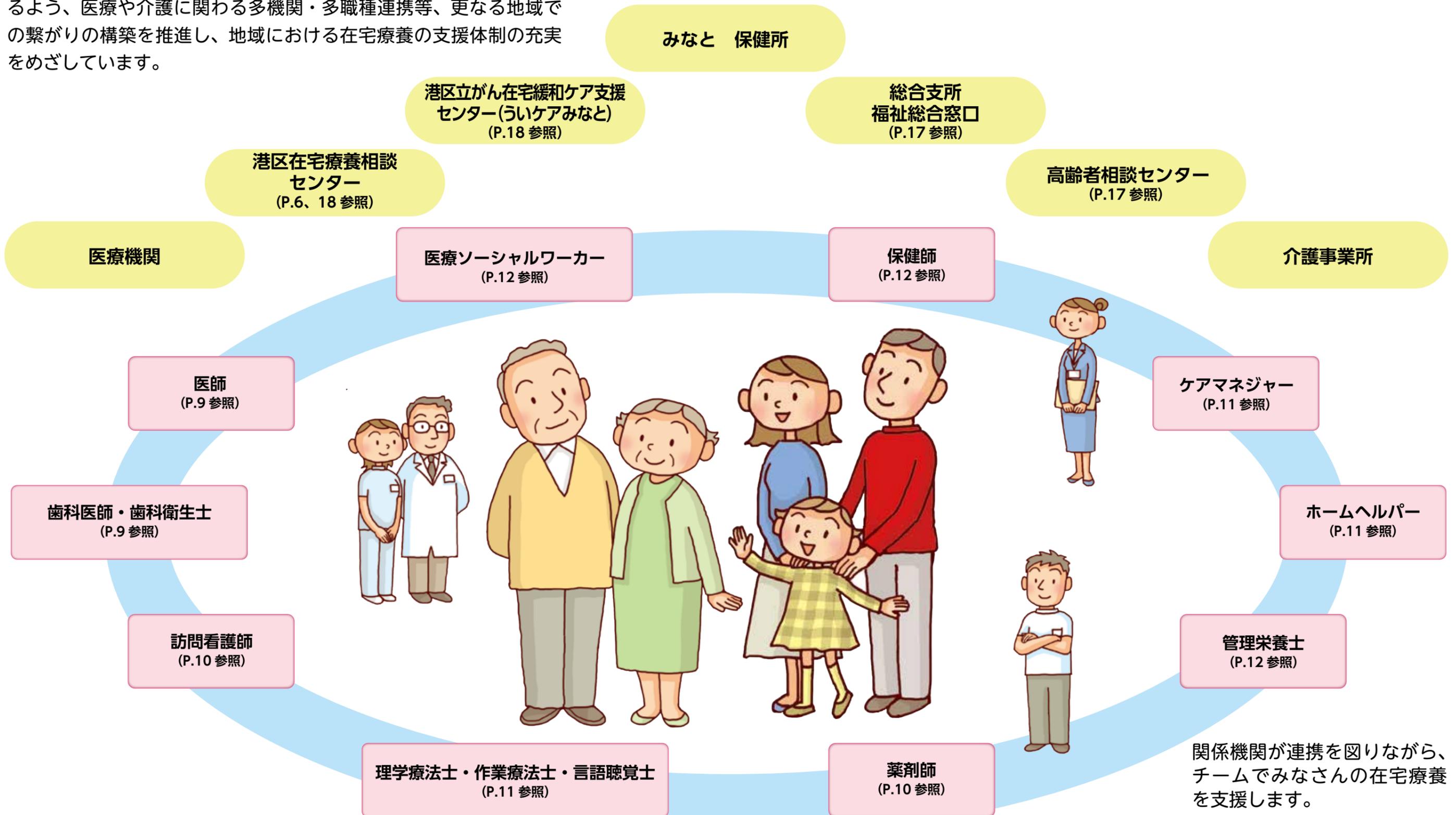
昭和 60 年 8 月 15 日

港 区

# 在宅療養を支えるネットワーク

## ～いつまでも安心して地域や 家庭で暮らすために～

港区では、全ての区民が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、医療や介護に関わる多機関・多職種連携等、更なる地域での繋がり構築を推進し、地域における在宅療養の支援体制の充実をめざしています。



関係機関が連携を図りながら、チームでみなさんの在宅療養を支援します。

# 在宅療養とは？

住み慣れた自宅で医療や介護を受けながら暮らすことを「在宅療養」といいます。

通院が難しくなった場合でも、訪問で行う医療や看護のサービスにより、自宅に居ながら病気の治療やリハビリテーションなどを受けることができます。また、介護サービスなどを利用し、日常生活のことも支援してもらうことができます。



## 在宅で受けられる医療

### 訪問診療

訪問診療とは、通院が困難で、継続的な診療が必要な方に対して、医師が**定期的・計画的に**自宅を訪問して行う診療です。歯科医師が訪問する訪問歯科診療もあります。

### 往診

往診とは、急な症状変化（発熱など）があった際に、本人や家族からの求めに応じて、医師が**不定期に**自宅を訪問して行う診療です。

### 訪問薬剤管理指導

通院が困難な方に対して、処方医の指示に基づき、薬剤師が自宅を訪問して薬剤管理や服薬指導を行います。

## 在宅療養に対応できる医療機関の探し方

### 電話で相談したい時

港区在宅療養相談センターに相談する

詳しくはP6、18をご覧ください。

### 冊子で探したい時

みなと医療BOOKを活用する

地域の身近な医療機関や薬局の案内が載っている冊子です。港区医師会と区が協働し、隔年で発行しています。

各地区総合支所やみなと保健所等で配布しています。

### インターネットで探したい時

港区医療機関・介護事業者検索システムを活用する

区内の医療機関や薬局、病院、診療所、歯科診療所を検索することができます。往診や訪問診療の可否も掲載しています。



# 在宅療養を始めたいと思ったら・・・

## 自宅にいる場合

まずは**かかりつけ医**に相談しましょう。かかりつけ医がない場合は、**港区在宅療養相談センター(P.6)**または**各高齢者相談センター(P.17)**に相談しましょう。

## 入院している場合

**主治医**や病院の**医療相談室（医療ソーシャルワーカー、退院調整看護師）**に相談しましょう。

## 在宅医療への移行準備

- ①ご本人・ご家族を中心に病院スタッフやケアマネジャーなどが協力して在宅療養に必要な医療・介護サービス等の準備をします。
- ②各職種の役割分担の調整、在宅療養方針の決定、ご本人・ご家族の意向の確認を行います。

在宅療養生活が始まります。

## 港区在宅療養相談センターについて

港区在宅療養相談センターでは、区民の方の在宅療養生活全般に渡る、医療・療養・介護に関するご相談をお受けします。また、医療機関やケアマネジャー等の介護事業者などからのご相談もお受けします。看護師等の資格を持つ専門の相談員が対応します。お気軽にご相談ください。

### <相談の具体例>

- ・自宅に診察に来てくれる医療機関を教えてください。
- ・大きな病院に通院するのが大変になったので、家から通いやすいクリニックを探しています。
- ・薬の管理が難しく、薬剤師に相談したいです。

【相談方法】 電話・来所・FAX

【対象】 区民（全ての世代）の方、区内医療機関・介護サービス事業者等

【受付時間】 月曜日～金曜日（土、日、祝日、年末年始は除く）午前9時～午後5時

【電話番号】 6435-0758 【FAX】 5476-0208

※交通アクセス等はP.18をご参照ください。

# 在宅療養にかかる費用

医療保険及び介護保険では基準額が定められており、どんなサービスをどれくらい利用するか、被保険者の所得はいくらか（医療保険・介護保険の自己負担割合）によって支払い額が変わります。

## 【在宅医療に関する費用】（令和6年10月現在）

○75歳以上（後期高齢者医療保険）で自己負担割合1割の方が、各職種に訪問を依頼した場合の費用は以下のとおりです。  
※2割、3割負担の方はそれぞれ金額が2倍、3倍となります。

職種	項目	自己負担額	単位
訪問医	標準的な負担額	約7,000円	月
	往診	約720円	回
訪問看護師	標準的な負担額	約4,500円	月
訪問薬剤師	訪問薬剤管理	290～650円	回
訪問歯科医	訪問歯科診療	約1,200～3,500円	回

月2回の訪問診療 / 週1回の訪問看護と急変時の24時間対応体制を利用する際の概算の負担金額です

往診は曜日や時間帯等によって費用が増加します

別途、お薬・検査・処置等の費用がかかります

### <高額療養費制度>

医療費の家計負担が重くならないよう、医療機関や薬局に支払う金額が1か月で上限を超えた場合、その超えた額を支給する制度です。ご自身が加入している公的医療保険に、高額療養費の支給申請書を提出または郵送することで支給が受けられます。

## 【介護サービスに関する費用】（令和6年12月現在）

介護保険では、要介護状態区分別に保険から給付される上限額（支給限度額）が決められています。

限度額の範囲内でサービスを利用するときは、利用者負担は1割、2割、または3割ですが、限度額を超えて利用した場合には、超えた分は全額が利用者の負担となります。

要介護状態区分	1か月の支給限度額（費用のめやす）
要支援1	5,032単位（50,320～57,364円程度）
要支援2	10,531単位（105,310～120,053円程度）
要介護1	16,765単位（167,650～191,121円程度）
要介護2	19,705単位（197,050～224,637円程度）
要介護3	27,048単位（270,480～308,347円程度）
要介護4	30,938単位（309,380～352,693円程度）
要介護5	36,217単位（362,170～412,873円程度）

# みなと在宅療養サポート入院 （港区在宅療養後方支援病床）について

在宅療養をしている区民やその家族が、安心して在宅療養生活を送ることができるよう、容体の急変時や介護する家族の休養が必要な場合に、主治医等の申し出により、区と協定を締結している病院に入院できる仕組みです。

利用が必要な際は主治医、かかりつけ医、ケアマネジャーにご相談ください。

## みなと在宅医療サポート入院（略して在サポ）は 例えば、このような時に利用できます

- 本人の容態が急変し、一時的な入院が必要になった時。
- 冠婚葬祭のため、介護者である家族が不在になる時。
- 介護者である家族が「少し休みたい」と思った時。



## 【区と協定を締結している病院】

●東京高輪病院 所在地：港区高輪 3-10-11  
電話番号：3443-9576

●古川橋病院 所在地：港区南麻布 2-10-21  
電話番号：3453-5011

※利用申込は、必ず**医師やケアマネジャー等の支援者から**ご連絡ください。

## かかりつけ医を持ちましょう

「かかりつけ医」とは、健康に関することを何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる、身近にいて頼りになる医師のことです。地域に根差した医療、保健、福祉を担う総合的な能力を有する医師とされています。



### <かかりつけ医を持つメリット>

- 日常のけがや病気の治療、定期検診やヘルスチェックを受けることができます。
- 重症な患者さんや特殊な検査・手術が必要な患者さんにはかかりつけ医が大病院への受診の手配をします。最初の診察や検査などをスムーズに受けることができます。

# 在宅療養を支える人たち

## 医師

他の職種と連携して、あなたの在宅療養を支えます。

### 【かかりつけ医】

健康や病気について相談できる身近なお医者さんです。

日常的な治療や健康管理を自宅などへ訪問して行います。

在宅療養の中心的な役割を担い、介護スタッフとも連携し治療と生活を考えたサポートを行います。



### 【病院の主治医】

状態が悪化して入院治療が必要になったときの医療ケアを担当します。在宅療養への移行や、在宅療養中の症状の急変に対応します。



連携

## 歯科医師 歯科衛生士

歯科医院への通院が難しい方の自宅に訪問し、歯と口のケアを行います。

### 【歯科医師】

歯の治療だけではなく、摂食・えん下機能を取り戻す機能訓練や、肺炎予防のためのケアを行います。歯科医師がそれぞれの方に必要な口腔ケアの計画を立案し、訪問看護師、歯科衛生士、ケアマネジャーやヘルパーと協力して、毎日のケアができるように支援します。



### 【歯科衛生士】

歯科医師の指示のもとで、口腔ケアを行います。また、ご本人やご家族、介護職員の方に具体的にケアの方法をお伝えします。口腔ケアの用品選び、義歯の清掃方法や摂食・えん下機能向上のための体操やマッサージなどの指導を行います。



## 薬剤師

かかりつけ医と連携し、通院が困難な患者さんの自宅に調剤した薬を持参して訪問し、適切な薬物療法のために様々な支援をします。

かかりつけ医の指示のもとで処方せんの調剤、薬の効果や副作用などの説明、薬の重複や飲み合わせ、保管状況などの確認を行います。それにより、必要以上に多くの薬を服用してしまうポリファーマシーや薬物相互作用を予防することもできます。



### 【このような問題があったらご相談ください！】

- 薬の飲み方、使い方がわからない、覚えられない
- 時間になっても、つい薬を飲み忘れてしまう
- 薬の種類や数が多かったり、もの忘れなどのために、服薬時間や保管などの管理ができない
- 薬の数が合わなくなった
- 薬が飲みにくい
- 薬を飲んでも体調がよくなりません、または悪くなった
- 薬をとりに行くことができない

## 訪問看護師

かかりつけ医の指示のもと必要な看護を提供し、自分らしい暮らしを送れるように支援します。



病気・障害の状態や生活機能、精神状態を専門的に判断し、かかりつけ医と連携を取りながら、機能の維持や向上、可能な限りの予防や自立したケアを目指します。

訪問看護は医療保険と介護保険のどちらでも利用できますが、原則として介護保険の給付が医療保険の給付に優先します。

### 【訪問看護の具体的な内容】

- 病状・障害の観察と処置：病状の変化の判断と医師の指示による診療の補助（点滴など）
- 医療機器の管理（在宅酸素、人工呼吸器、膀胱カテーテル、人工肛門など）
- ご家族への介護支援・相談
- 摂食・えん下（栄養）指導・相談
- リハビリテーション
- 床ずれの予防と手当、排泄に関する相談・介助
- 清潔ケア（入浴含む）
- 服薬支援・相談
- 看取り（ターミナル）ケア



## 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士



病院への通院が困難な方のために、医師の指示のもとリハビリテーションスタッフが必要に応じてご自宅へ訪問し、リハビリを行います。リハビリを通じて安心・安全にその人らしい在宅療養生活が継続できるように主治医や他職種と連携して支援します。

### [訪問リハビリの具体的な内容]

- 身体機能（関節の動きや筋力）の維持・改善訓練
- 身の回りの動作訓練（寝返り、起き上がり、立ち上がり、歩行、トイレ、入浴等）
- 活動範囲拡大訓練（家事、外出練習等）
- 生活環境の整備とアドバイス ・福祉用具の選び方とアドバイス
- 発声、発語など言語の訓練 ・摂食えん下機能訓練
- ご家族へのコミュニケーションアドバイス など



## ケアマネジャー

ケアマネジャーは、介護の知識を幅広く持った専門職です。介護が必要な人と、福祉・医療・保健のサービスとを結ぶ懸け橋の役割を担います。要介護認定を受けた人が望む療養ができるように、ケアプランを立案します。



### [ケアマネジャーはどこにいるの?]

ケアプランの作成と介護サービス事業者との連絡や調整を行う事業者を「居宅介護支援事業所」といい、ケアマネジャーはそこに所属しています。

各高齢者相談センターや各総合支所にて、ケアマネジャーのいる居宅介護支援事業所の情報提供を行っていますのでご相談ください。

## ホームヘルパー (訪問介護員)



自宅を訪問して、排泄や入浴介助などの「身体介護」、買い物代行や掃除などの「生活援助」を行い、できない部分をサポートすることで住み慣れた家で過ごしていけるよう支援します。

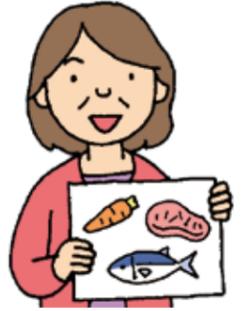
介護保険制度によって、ホームヘルパーができること・できないことが決められています。

詳しくは、担当ケアマネジャーまたは高齢者相談センター (P.17) へご相談ください。

## 管理栄養士

医師や他職種と連携し、栄養食事面をサポートします。

かかりつけ医、ケアマネジャー、他医療スタッフからの紹介やご本人・ご家族からの依頼により自宅に訪問し、栄養状態や病気の状態に応じて指導を行います。



### [訪問でのおもな業務]

- 症状・生活状況に合わせた食事改善の提案・栄養指導
- 献立作成やレシピ提案・調理指導
- 摂食・えん下障害に対する食事指導
- 栄養補助食品や介護食品の提案
- 体重や血液検査データ、食事記録の分析による栄養指導



## 医療ソーシャルワーカー (MSW)

医療機関に所属し、社会福祉の立場から、外来、入院を問わず、患者さんやその家族が抱える療養生活上の心理的・社会的・経済的問題等について相談を受け、課題解決に向けた支援を行います。

入院中の患者さんが病院から退院する際には、療養生活準備に向けて意思決定支援および関係機関との連携やカンファレンスの開催等を通して支援します。



### [医療ソーシャルワーカー (MSW)はどこにいるの?]

医療機関の医療相談室などにいます。医療機関によって部署の名前が違うので受付等に聞いてみてください。

### [どんな人がなっているの?]

医療ソーシャルワーカー (MSW) の多くが社会福祉士や精神保健福祉士などの国家資格を保有しています。

## 保健師



各総合支所や保健所の保健師は、医療に関することやご本人やご家族のこころとからだの健康に関わる相談を受け、関係機関との調整や支援を行います。在宅医療に関わる専門スタッフと連携して対応しています。

# 介護が必要な場合には

## 介護保険

介護保険制度は、40歳以上の人が入会者となって介護保険料を納め、介護や支援が必要になったときには費用の一部を支払って介護保険サービスを利用できるしくみです。

## おもな介護保険サービス

訪問介護	ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴、排せつ、食事介助等の身体介護や調理、洗濯等の生活援助を行います。
訪問入浴介護	居宅に浴室がない場合や、その他の施設の利用が困難な場合等に看護師等が利用者の自宅を訪問し、持参した浴槽によって入浴の介護を行います。
訪問看護	看護師等が居宅を訪問し、療養上のケアや診療の補助を行います。
訪問リハビリテーション	理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等が居宅を訪問してリハビリテーションを行います。
居宅療養管理指導	医師、歯科医師、薬剤師等が居宅を訪問し、療養上の管理、指導を行います。
通所介護 (デイサービス)	高齢者在宅サービスセンター等の通所介護施設で、食事、入浴等の日常生活上のケアや生活機能向上のための機能訓練を日帰りで行います。
通所リハビリテーション (デイケア)	介護老人保健施設や医療機関等で、リハビリテーションを日帰りで行います。
短期入所生活介護／療養介護 (ショートステイ)	介護老人福祉施設等に短期間入所して、日常生活上のケアや機能訓練などを行います。
福祉用具貸与	日常生活の自立を助けるための福祉用具を貸与します。
特定福祉用具購入 ※購入日から2年以内に申請 が必要です！	入浴や排せつなどに使用する福祉用具を指定事業者で購入した際、1年間に10万円を限度にその利用者負担分を除いた額を支給します。(同一品目は原則1回のみ支給です。)
住宅改修費支給 ※事前の申請が必要です！	手すりの取付け、段差の解消など、対象となる住宅改修に対して、20万円を上限に給付を受けることができます。(住民登録をしている住所での改修工事に限ります。)

# 介護保険サービスの申請の流れ

対象者について、詳しくはこちらをご覧ください。▼



## 1 対象者

- ・介護や支援が必要になった、65歳以上の人(第1号被保険者)
- ・医療保険に加入している人で、加齢に伴って生じた病気(特定疾病)により、介護や支援が必要になった40歳以上65歳未満の人(第2号被保険者)

## 2 認定の流れについて

### 申請

申請窓口(介護保険課介護認定係、各総合支所区民課保健福祉係、各高齢者相談センター)で要介護・要支援認定の申請をします。また、介護保険課では郵送による申請及び電子申請も受け付けています。  
申請は、本人または家族、成年後見人、高齢者相談センター、省令で定められた指定居宅介護支援事業者や介護保険施設等に代行してもらうこともできます。



### 要支援・要介護認定

【認定調査】区の職員や区が委託した介護支援専門員等が自宅や病院等を訪問し、心身の状況について聞き取り調査を行います。

+

【主治医意見書】区の依頼により、主治医が心身の状態について意見書を作成します。

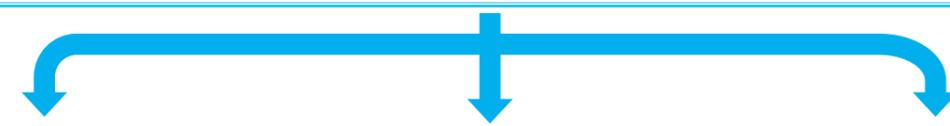
### コンピュータ判定(一次判定)

### ○介護認定審査会(二次判定)

一次判定の結果と特記事項、や主治医の意見書などをもとに、保健・医療・福祉の専門家が審査します。

### ○認定

介護を必要とする度合い「要介護状態区分」を認定します。



### 要介護 1～5

介護保険の介護サービスを利用できます。

### 要支援 1・2

介護保険の介護予防サービスや総合事業を利用できます。

### 非該当

原則65歳以上の方は、区が行う一般介護予防事業のサービスを利用できます。

# 在宅療養お役立ち情報

介護保険サービス以外にも、在宅で生活している人への支援サービスがあります。  
※費用や利用条件等の詳細は担当にお問い合わせください。

## <配食サービス>

対象：次のいずれかに該当し、65歳以上で、食事作りが困難な人

- ①ひとり暮らしの人
- ②高齢者のみの世帯の人
- ③高齢者と障害者のみの世帯の人

※ご家族の仕事等の理由で、日中、長い時間ひとりになる人についてもご相談ください。

内容：栄養バランスのとれた食事を自宅にお届けし、同時に安否確認を行います。



## <救急通報システム>

対象：65歳以上のひとり暮らしまたは65歳以上の高齢者のみの世帯の人

内容：急病などで緊急に助けを求めたいとき、感知器により一定時間人の動きが感じられないときまたは室内で火災が発生したときに専門の警備員が現場に出動し、安否確認や救助活動を行います。お申し込み時に、親族等の緊急連絡先をお願いできる人を伺います。固定電話か、携帯電話をお持ちであれば利用できます。



[申込み] 各総合支所 区民課 保健福祉係  
各高齢者相談センター

[問合せ] 高齢者支援課 在宅支援係 ☎ 3578-2400 ~ 2406

## <おむすびサービス（住民参加型の有償在宅福祉サービス）> ※要会員登録

対象：高齢や障害、病気・ケガなど何らかの理由により日常生活を営む上で支援を必要とする人  
原則、区内在住。

内容：地域の方々が協力会員として、掃除、通院・外出の付き添い、買い物などを行います。



[問合せ] 港区社会福祉協議会 ボランティア・地域活動支援係（みなとボランティアセンター）  
☎ 6230-0284

## <福祉サービス利用援助事業>

対象：港区内で在宅生活をされていて、高齢・知的障害・精神障害・身体障害などのために、福祉サービスの利用援助が必要な人（自分の意思で契約できる人）

内容：福祉サービスの利用援助や日常的な金銭管理、大切な書類などのお預かりを行い、地域で安心した生活が送れるよう、お手伝いします。



[問合せ] 港区社会福祉協議会 権利擁護推進係  
権利擁護センター サポートみなと ☎ 6230-0283  
(令和7年3月31日までは成年後見推進係 成年後見利用支援センター サポートみなと)

# 人生会議 ~ACP(アドバンス・ケア・プランニング)~

自分らしく暮らし続けるために、「将来、どのような最期を迎えたいか」をいま考えてみませんか？

痛いのは嫌だな

できるだけ自宅で過ごしていきたい

最後まで病気と闘いたい

長く入院したくないな

意識もなく、回復が期待できない状態になったら、命を永らえる処置はしてほしいくないな

最期まで自分らしく暮らすために、自分が希望する医療や介護をどのように受けたいか、ご家族や、医療や介護の担当者とあらかじめ話し合い、共有する取組をアドバンス・ケア・プランニング（ACP）といいます。愛称は「人生会議」です。

体調や環境の変化により、希望する医療やケアも変わります。ご本人、ご家族、関係者が、繰り返し話し合うことが大切です。今後の人生をどのように過ごし、どのような医療やケアを受けたいのか話し合い、自分の意思をきちんと伝えておきましょう。

～例えばこんなことを話し合ってみましょう～

1. 大切にしていること
2. 自分の生き方
3. 病気になったときに望む医療やケア、望まない医療やケア
4. 自分で意思表示ができないときに望む治療
5. 自分の代わりに判断して欲しい人
6. これだけは嫌なこと
7. 最期まで暮らしていたい場所



## ACP 普及啓発冊子「わたしの思い手帳」のご紹介

「わたしの思い手帳」は、ACPについて自分自身で考え、家族や医療・介護関係者と繰り返し話し合うことの重要性を知っていただくとともに、実際に人生会議を行う際に、参考にさせていただくことを目的に、東京都が作成しました。

自分自身で考えたことや、家族や大切な人、医療・介護関係者と話し合ったことを書き留める「わたしの思い手帳 書き込み編」も別冊として、本編とセットになっています。

詳しくは東京都のホームページをご覧ください。  
○東京都 ACP 普及啓発冊子「わたしの思い手帳」



# 港区 問合せ一覧

## 総合支所

港区の各総合支所では、さまざまな手続きや相談を受けています。お住まいの住所からお近くの支所をお探してください。

受付時間：月曜日～金曜日（土、日、祝日、年末年始は除く）午前8時30分～午後5時  
 ※水曜日は、区民課窓口サービス係、保健福祉係で午後7時まで受け付けています。  
 時間延長の際は、取扱業務が限定されますのでお問い合わせください。

## 「福祉総合窓口」にご相談ください

各総合支所区民課の「福祉総合窓口」では、福祉に関する全てのご相談をお受けし、保健師等の専門職員や福祉関係機関等と連携して支援します。

ご相談日時は事前に区ホームページから予約することもできます。



受付予約システム

総合支所名	問合せ	所管区域
芝地区	☎ 3578-3111 (代表) ☎ 3578-3161 (区民課保健福祉係) 港区芝公園 1-5-25	芝、海岸1丁目、東新橋、新橋、西新橋、三田1～3丁目、浜松町、芝大門、芝公園、虎ノ門、愛宕
麻布地区	☎ 3583-4151 (代表) ☎ 5114-8822 (区民課保健福祉係) 港区六本木 5-16-45	東麻布、麻布台、麻布狸穴町、麻布永坂町、麻布十番、南麻布、元麻布、西麻布、六本木
赤坂地区	☎ 5413-7011 (代表) ☎ 5413-7276 (区民課保健福祉係) 港区赤坂 4-18-13	元赤坂、赤坂、南青山、北青山
高輪地区	☎ 5421-7611 (代表) ☎ 5421-7085 (区民課保健福祉係) 港区高輪 1-16-25	三田4・5丁目、高輪、白金、白金台
芝浦港南地区	☎ 3456-4151 (代表) ☎ 6400-0022 (区民課保健福祉係) 港区芝浦 1-16-1	芝浦、海岸2・3丁目、港南、台場

## 高齢者相談センター（地域包括支援センター）

高齢者相談センターは、高齢者に必要な援助や支援をする地域の総合相談窓口です。

主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師等が幅広く相談を受け、必要なサービスや機関を紹介します。また、介護保険制度や区のサービスなどの説明と受付業務を行っています。

受付時間：月曜日～土曜日 午前9時～午後7時30分  
 日曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3）午前9時～午後5時  
 ※在宅介護や介護予防に関する電話での相談は、上記時間外も可能です。

センター名	問合せ	所管区域
芝地区高齢者相談センター （芝地域包括支援センター）	☎ 5232-0840 港区芝 3-24-5	芝、海岸1丁目、東新橋、新橋、西新橋、三田1～3丁目、浜松町、芝大門、芝公園、虎ノ門、愛宕
麻布地区高齢者相談センター （南麻布地域包括支援センター）	☎ 3453-8032 港区南麻布 1-5-26	東麻布、麻布台、麻布狸穴町、麻布永坂町、麻布十番、南麻布、元麻布、西麻布、六本木

センター名	問合せ	所管区域
赤坂地区高齢者相談センター （北青山地域包括支援センター）	☎ 5410-3415 港区北青山 1-6-1	元赤坂、赤坂、南青山、北青山
高輪地区高齢者相談センター （地域包括支援センター白金の森）	☎ 3449-9669 港区白金台 5-20-5	三田4・5丁目、高輪、白金、白金台
芝浦港南地区高齢者相談センター （地域包括支援センター港南の郷）	☎ 3450-5905 港区港南 3-3-23	芝浦、海岸2・3丁目、港南、台場

## 港区在宅療養相談センター（P.6参照）

区民の方の在宅療養生活全般にわたる、医療・療養・介護に関するご相談をお受けします。

受付時間：月曜日～金曜日（土、日、祝日、年末年始は除く）午前9時～午後5時  
 電話番号：6435-0758  
 F A X：5476-0208

所在地：  
 港区芝浦 1-16-1 みなとパーク芝浦 1階

- 【電車】
- JR「田町駅」東口徒歩5分
  - 都営浅草線・三田線「三田駅」A6出口徒歩6分
- 【港区コミュニティバス（ちいばす）】
- 芝ルート・芝浦港南ルート（品川駅港南口行）「みなとパーク芝浦」徒歩0分
  - 芝浦港南ルート（田町駅東口行）「芝浦一丁目」徒歩4分
- 【お台場レインボーバス】
- 「田町駅東口」徒歩7分
- 【都営交通バス】
- 「田町駅東口」徒歩6分



## 港区立がん在宅緩和ケア支援センター（ういケアみなと）

在宅におけるがん緩和ケアやがん療養におけるご相談をお受けします。心配事や不安なお気持ちを1人で抱えず、ご利用ください。

開館時間：  
 月曜日～金曜日 午前10時～午後9時  
 土曜日 午前10時～午後5時  
 （日、祝日、年末年始は除く）  
 電話番号：6450-3421（代表）  
 6450-3387（相談専用）  
 F A X：6450-3583

所在地：  
 港区白金台 4-6-2 ゆかしの杜 5階

- 【電車】
- 都営メトロ南北線、都営三田線「白金台駅」2番出口徒歩1分
- 【都営交通バス】
- 「白金台駅前」徒歩1分

