

相談室だより

令和4年10月5日 422号

公益財団法人井之頭病院理念「患者様の権利尊重」

基本方針1. 人権を尊重した医療の提供

2. 誠心、誠意、誠実をこめた奉仕

3. 社会復帰促進とノーマライゼーションへの援助

発行：井之頭病院相談室 0422-44-5331(代)

〒181-8531 三鷹市上連雀 4-14-1

URL <https://www.inokashira-hp.or.jp>

今月の相談室だよりの紙面

2ページ	院内売店「デイリーヤマザキ」を取材しました！
3ページ	だよりんの情報広場 ～地域生活支援センタープラザ～
4ページ	催しのご案内／自立支援医療制度のご案内／心身障害者医療費助成制度（マル障）のご案内／編集後記



●● 当院を利用されているご家族向けの催し ●●

わわわ会・懇談会・かけはし

対象：当院を受診したことがある方のご家族、当院の医師や精神保健福祉士による有料相談に来られたご家族
※アルコール依存症を除く

参加方法：予約制（各回定員があります） 当院2号館1階4番相談受付窓口に来院、または電話で各担当までお申込みください。参加方法をご案内いたします。（☎0422-44-5331 代表）

【つながろう 家族のための わわわ会】

オンライン(Zoom)開催

統合失調症等の治療や支援、ご本人との付き合い方について一緒に学び合う場です。1クール5回シリーズですが、どの回からでも参加できます。

日時：11月26日(土) 10:00~11:30

※10月はお休みです ※毎月最終土曜日

テーマ：病気の理解『統合失調症ってどんな病気？』

講師：当院医師

内容：各回、講義と質疑

予約制

定員：各回 15名まで

費用：無料 テキスト（5回分含）をご希望の方は相談窓口（4番）で販売中（500円税込み）

今後の予定：12月24日(土) 10:00~11:30

テーマ：お薬の理解『薬の作用と副作用』

【家族懇談会】 対面開催

ご家族の日頃の悩みや気になっていることについてスタッフも一緒に考える場です。

ご家族自身の気持ちを話したり、他のご家族の体験談を聞き、その中でご家族自身の気持ちを整理したり、つながりを感じていただければと思っています。

日時：10月29日(土) 14:00~15:00

（13:45受付開始）※毎月最終土曜日

定員：8名まで

予約制

【家族セルフヘルプグループ かけはし】 対面開催

新型コロナウイルス感染症拡大状況により、中止となる場合があります。開催日前日に当院ホームページ「新着情報」をご確認いただくか、事前にお問い合わせください。

日時：10月8日(土) 14:00~15:00

※毎月第2土曜日

内容：家族による家族のための相談例会です。

定員：10名まで

予約制

アルコール関連



対象：当院を受診したことがある方のご家族、当院の医師や精神保健福祉士による有料相談に来られたご家族

参加方法：予約制 参加ご希望の方は当院のホームページよりお申込みください。

（トップページよりご来院の皆様へ→ご家族向け→家族教育プログラムまたは家族ミーティングの「参加方法」より

予約フォームへアクセスしてください。）

※ 詳細や実施状況については当院ホームページをご覧ください

【アルコール家族教育プログラム】

オンライン(Zoom)開催

アルコール依存症に関する医師と精神保健福祉士による講義をオンラインで月2回配信しています。

日時 10月1日(土)・15日(土) 10:00~11:10

※毎月第1・第3土曜日

内容：第1週 アルコール依存症とその治療について
(担当：医師)
第3週 アルコール依存症からの回復と社会資源
(担当：精神保健福祉士)

予約制

【アルコール家族ミーティング】

オンライン(Zoom)開催

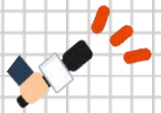
ご家族自身の気持ちを整理し、ご本人との関係を見直すことを目的としています。ご家族同士のつながりのなかで癒されることを実感していただいています。

日時：10月1日(土)・15日(土) 11:15~12:00

※毎月第1・第3土曜日



デイリーヤマザキを取材させていただきました！



当院の2号館1階に院内売店「デイリーヤマザキ」があります。

日頃、お買い物等で患者様、職員もお世話になっているデイリーヤマザキの店長さんにお話しをお伺いしました。

Q、この店舗の品ぞろえの特徴はありますか？

洋服やスリッパなどの入院に必要なものや介護用品なども扱っています。スリッパは試着も可能です。これからは寒い季節になるので、カイロなども今から置いています。

またデイケアや外来の方が、ご自宅で簡単に調理できるように、レンジで温めてすぐに食べられる食品なども置くようになりました。またご退院時などに荷物を宅急便で送られる方もいらっしゃいます。



自炊をされている方向けの食材や調味料も売っています。



シューズの試着が可能です。入院に必要なものはほとんど揃っています。

Q、よく売れる品物は何ですか？

108円均一のお菓子のシリーズが一番よく売れています。入院中の方などはお小遣いの中から何を買うか皆さんよく考えておられるので、10円単位で購入できる駄菓子のコーナーも充実させています。

切手やレターパックの購入や、公共料金の支払いも可能です。



大人気、108円均一お菓子コーナー。種類豊富です！

Q、お店で働く中でのやりがいや嬉しいことはありますか？

来店された患者様がお元気になって、「そろそろ退院するんだ」とご報告してくださる方もいらっしゃるのです。そういうときは良かったなと思います。



日々の業務の中で、来店される方の声を聞きながら、品ぞろえを工夫されていることが分かりました。皆さま、来店の際には、しっかりとマスクを着用し、お買い物を楽しんでください！





だよりんの情報広場



今年度は、当院に地域移行支援に関わってくださっている地域の事業所のご紹介をしています。
 今月は、府中市の「地域生活支援センタープラザ（社会福祉法人府中えりじあ福祉会）」牟田様にご寄稿いただきました。

＊地域生活支援センタープラザ(社会福祉法人府中えりじあ福祉会)とは

地域生活支援センタープラザは府中市にあります。“地域で生活する障害のある方々が、より自分らしく豊かに、安心して暮らせるように応援する場”です。プラザでは、地域活動支援センター事業・計画相談支援事業・地域移行、地域定着支援事業を行っています。



住所：府中市美好町 1-7-2 第一市川マンション 202
 電話番号：042-358-2288

＊地域移行支援事業の取り組みにおける特徴

当法人は、グループホーム・就労継続支援 B 型を持っており、ショートステイ事業も行っていきます。そのため、退院後の生活を考える際に、見学などができ、自分の暮らしを考える材料になるのではないかと思います。

＊対象者や対象地域、利用方法

精神科病院に入院されており、退院を目指している方で、入院前の住所が府中市の方の支援を行っています。利用を希望される場合は、病院の担当のソーシャルワーカーの方が、もしくは府中市障害者福祉課基幹相談支援担当にご相談ください。

＊地域移行支援における井之頭病院との関わり

井之頭病院はご本人の意向を重視した関わりをされており、また地域と一緒に取り組む姿勢を大事にされる病院、という印象を持っています。今まで同様、今後も一緒に取り組んでいく機会を持てると嬉しいです。



＊地域移行支援のやりがい

新しい生活に向けて、期待を膨らませている方や不安が大きくなっている方など、みなさんそれぞれの思いを持っていらっしゃると思います。みなさんの思いにそって一緒に考え、試行錯誤しながらも、自分の力を活かして進んでいく姿を見られることにやりがいを感じています。

＊読者のみなさんに一言

たくさんの方に読んでいただいている『相談室だより』にプラザの紹介を掲載していただきうれしく思います。環境が変わることなどに不安もあると思いますが、自分らしい暮らしを一緒に考えていきましょう。今後ともよろしくお願いいたします。



次号は

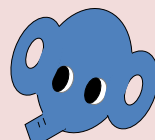
地域生活支援センターそら



ご存知ですか？



10月10日は世界メンタルヘルスデーです



世界メンタルヘルスデーは、世界精神保健連盟が、1992年より、メンタルヘルス問題に関する世間の意識を高め、偏見をなくし、正しい知識を普及することを目的として、10月10日を「世界メンタルヘルスデー」と決めました。その後、世界保健機関（WHO）も協賛し、正式な国際デー（国際記念日）とされています。

シルバーリボン運動



シルバーリボンは脳や心に起因する疾患（障害）およびメンタルヘルスへの理解促進を目的とした運動のシンボルです。シルバーリボン運動は、統合失調症への理解を求める取り組みとして、1993年に米国カリフォルニア州からはじまりました。その取り組みは年月と共に発展し、現在では脳や心に起因する疾患（障害）およびメンタルヘルスへの理解を促進する運動として、誤解や偏見を和らげ、それらを抱えるご本人やそのご家族が前向きに生活することができる社会の実現を目指して、世界規模で展開されています。イベントなどで正しい知識や価値ある情報を発信していきながら、脳や心に起因する疾患（障害）を抱える方たちが前向きにリカバリーできる、そのような社会の実現を目指す運動です。

文化祭中止のお知らせ



当院では新型コロナウイルス感染症拡大の終息の見通しが立たない中、ご来場者の健康や安全面を考慮した結果、本年も文化祭は中止とさせていただきます。楽しみにして下さっていた皆様には大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

自立支援医療制度をご存知ですか？

「自立支援医療」とは、統合失調症、そううつ病、うつ病、アルコール依存症等について、通院医療の際にかかる医療費の一部を公費で負担する制度です。利用すると、自己負担額は保険診療の1割となります（注：登録した医療機関や薬局、訪問看護ステーションに限ります。なお、当院は院外処方です）。また、対象者の「世帯」の所得等に依りて1ヶ月の自己負担の限度額が設定されており、さらに、都内在住の方は、「世帯」が非課税の場合、申請により自己負担額がゼロになります。更新は1年ごとで、2年に一度診断書の提出が必要になります。当院での診断書料金は5,500円（税込み）です。お住まいの自治体によって、独自に診断書料金の助成が受けられる場合があります。

心身障害者医療費助成制度（マル障）をご存知ですか？

精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方（※）は、申請により「マル障」が利用できます。「マル障」を利用すると、医療機関での（精神科以外でも）外来・入院にかかる保険診療の自己負担が1割となり、住民税非課税の方は自己負担が免除となります（ただし、入院中の食事療養費は対象外）。

※所得が基準額を超える方、生活保護受給中の方、65歳までに手帳の申請をしなかった方は対象外です。

編集後記：一番好きな季節がやってきました。食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋、楽しめます♪（しま）

4 次回の発行日は、令和4年11月4日予定です。

ホームページでも相談室だよりの最新号やバックナンバーをご覧いただけます

井之頭病院ホームページより「精神保健福祉相談」⇒ 相談室だよりの「ダウンロード」をクリック

