

相談室だより



令和4年12月7日発行 第424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	住民向け講演会の報告、アルコール家族ミーティングのお知らせ
3ページ	だよりの情報広場 ～相談支援センター樹音～
4ページ	催し物のご案内 自立支援医療制度/心身障害者医療費助成制度(マル障)/編集後記



今年もお世話になりました

わわわ会・懇談会・かけはし

●● 当院を利用されているご家族向けの催し ●●

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) **わわわ会は電話のみで受付**

【つながろう 家族のための わわわ会】

オンライン(Zoom)と対面

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：12月24日(土) 10:00~12:00

※12月は第4週目、原則毎月最終土曜日

テーマ：お薬の理解『薬の作用と副作用』

講師：当院薬剤師

予約制

内容：各回、講義と質疑 定員：各回、対面6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：1月28日(土) 10:00~12:00

テーマ：本人への接し方

『皆が元気に過ごせますように』

講師：当院看護師



【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：12月24日(土) 14:00~15:00

(13:45受付開始) ※毎月最終土曜日

定員：10名まで

(12月は第4週目)

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：12月10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 12月3日(土)・17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：12月3日(土)・17日(土) 11:15~12:00

※毎月第1・第3土曜日

※1月から変更があります。⇒2面をご覧ください!

令和5年1月から!

アルコール家族プログラムの 対面（来場）による開催が再開します！

＜第4週のみ対面（来場） 第1、第3はオンライン開催＞

家族教育プログラム

病気や治療、社会資源、対応についてなど、ご家族が知っておくとご本人の回復に役立つ内容を講義します

オンライン家族教育プログラム

第1（土）10:00～11:10 「アルコール依存症とその治療について」担当：医師

第3（土）10:00～11:10 「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

NEW 対面（来場）家族教育プログラム

第4（土）10:00～11:10 「アルコール依存症と家族の対応」 担当：看護師

家族教育ミーティング

依存症のご家族のための語らいの場です

オンライン家族ミーティング 第1、第3土曜日 11:15～12:00

NEW 対面（来場）家族ミーティング 第4土曜日 11:15～12:00

対象：当院に受診歴（外来、入院どちらでも）、もしくは当院の有料相談をうけたことがあるアルコール依存症の患者様のご家族

- ★12月はオンラインのみ開催
- ★いずれも完全予約制
- ★対面（来場）の会場は、当院3号館1階ホールです

申込方法：当院のホームページより「ご来院の皆様」→「ご家族向け」より、アルコール家族教育プログラム、アルコール家族ミーティングを選択し、予約フォームへおすすみください。トップページの「新着情報」からも進めます。申込方法が分からない方は、アルコール病棟スタッフへお問い合わせください。

住民向け講演会 「正しく知ろう、ネット依存とゲーム依存について」の報告

住民向け講演会は三鷹市、武蔵野市、府中市、調布市、小金井市、狛江市の6市の「行政」と「医師会」に後援をいただいて開催しています。

この講演会は『こころの健康』についての普及啓発が目的で、9年前に東京都の精神科医療地域連携事業を受託した際に当院が企画した講演会です。住民向けなので、市民の方々が関心を持つキーワードが企画の段階でとても重要になります。

今回の開催は5回目で、11月12日（土）に4年ぶりの開催となりましたが、今の時代、スマホは持たないという選択肢がないくらい普及し利便性が向上した一方、弊害も多いツールであるためか大変な反響がありました。今後も市民の皆様が暮らしの中で気になるワードを探し、精神科医療が手助けできる企画を模索していきます。

【過去に開催された講演会】

	タイトル	講師（開催当時）
第1回（平成26年度）	知ってほしい！ 危険ドラッグの本当の怖さと相談治療のこと	藤田 雅也 （長谷川病院 医師）
第2回（平成27年度）	こころを元気にする秘訣	大野 裕 （認知行動療法研修開発センター理事長）
第3回（平成28年度）	人生物語の紡ぎ出し方 ～ネット社会と心の健康を考える～	きたやまおさむ （精神科医・作詞家）
第4回（平成29年度）	相方は統合失調症 ～支え、支えられながら私たちが～	松本ハウス （漫才師）
第5回（令和4年度）	正しく知ろう、ネット依存とゲーム依存について	樋口 進 （久里浜医療センター名誉院長）



だよりの情報広場



今回、相談支援センター樹音 ^{しのぶ} 信夫様にご寄稿いただきました！

・施設の概要

読者の皆様こんにちは。相談支援センター樹音（じゅね）は平成28年に渋谷区代々木に開設した事業所で、渋谷区を中心に、「計画相談支援」「障害児相談支援」「地域移行支援」「地域定着支援」「自立生活援助事業」をおこなっています。

現在、樹音では計画相談支援を中心に地域の障害福祉サービスを利用中または利用を希望される方を対象にご案内やサービスの調整をおこなっています。

・対象者や対象地域

・利用方法

地域移行支援は精神科病院に入院されていて退院を希望され、退院前及び退院後に渋谷区に住まわれる予定の方を主に対象とさせていただいています。

病棟担当のPSWにもご相談ください♪



・地域移行支援における井之頭病院との関わり

担当相談員の方をはじめとした病院スタッフのサポートが良く、地域移行支援を行う時に、理解や頼りがいのある病院だという印象です。新型コロナウイルスの感染が広まり、思うように患者さんと接することができないもどかしい時期も、協力的にいろいろなアイデアを出してくださり助かりました。根気と忍耐(?)が必要な地域移行支援ですが、病院スタッフと地域が連携を取りながら進めていく過程で、多くのことを学ばせていただき、次へのモチベーションにつながっています。

・地域移行支援事業の取り組みにおける特徴

地域生活を希望される方の不安に寄り添いながら、ご本人に合った適切な障害福祉サービス事業所をご案内し、安心して利用していただけるように努めています。また、退院後も「計画相談支援」、「地域定着支援」や「自立生活援助」としてお付き合いさせていただく事もあります。

・地域移行支援のやりがい

長期入院のため、退院への不安が強く、退院後のイメージも持てず、意欲が湧かない患者さんも少なくありません。入院中の不安な気持ちや希望を共有しながら面会や外出を重ね、退院後のイメージを一緒に作り上げ、一歩ずつ前進（時には後退もありますが）しながら関係性を深めていく過程にやりがいを感じます。そして、退院後の生活が少しずつ具体的になっていくと、退院後の生活で「アレを試してみたい」「コレをやってみたい」と本人の希望を聞く事がモチベーションにつながっています。

・相談室だよりの読者にひと言

今回は樹音の紹介をさせていただいてありがとうございます。退院に向けて不安なこと、心配なこと、楽しみなこと、色々な気持ちがあると思います。樹音ではそんな気持ちに寄り添いながら地域での生活をサポートさせていただきます。

なお、計画相談支援も含め多くのご依頼があり、すぐにご依頼を受けることができないこともあるかもしれませんが何卒ご理解いただければと存じます。

～相談支援センター樹音～

住所：東京都渋谷区代々木2-27-8 代々木レジデンス402 連絡先：03-6276-1407



次回は

team shien





催し物のお知らせ

ami 第 25 回全国大会@online 設立 25 周年記念大会

主催：全国障害者地域生活支援協議会あみ

日時：2023 年 1 月 27 日（金）13:00～17:00

2023 年 1 月 28 日（土）9:30～17:30

テーマ：tomorrow's amistory～誰もが主役 つながる その先へ～

開催方法：オンライン（ZOOM）による開催

参加費：①会員・賛助会員 3,000 円

②一般 4,000 円

③当事者・家族・学生 1,000 円

※1 月 27 日（金）17:30 からの活動交流会の参加費は無料です。

申込締切：2023 年 1 月 13 日（金）※peatix による申込となります。

振込締切：peatix による申込日より 5 日後以内に振り込みをお願いします。

申込 URL：<https://peatix.com/event/3396110/view>

毎年全国大会を開催し、全国の人たちが集い、課題の共有と交流、そして全国のネットワークづくりを推進する研修会を行っております。

お申込みはこちらへ



当院の年末年始の予定をお知らせします



【外来診察】

年内は 12/28（水）まで、新年は 1/4（水）から診察を開始します。

【会計窓口】

小遣い返金：12/28（水）15 時まで

会計窓口：年内は 12/28（水）17 時まで、新年は 1/4（水）から窓口業務を開始します。



自立支援医療をご存知ですか？

「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」の所得等に応じて 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：寒くなってきたので、お風呂にお湯を溜めてゆっくり浸かるのがマイブームです。（まつ）