

# Soudanshitsu-dayori 相談室だより

令和5年2月6日発行 第426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	市民講座のご案内、確定申告、三鷹市ピアサポート事業講演会のご案内
3ページ	だよりの情報広場 ～かまた生活支援センター～
4ページ	1月クロスワードの解答／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



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）

### 【つながろう 家族のための わわわ会】

#### オンライン(Zoom)と対面同時開催

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：2月25日(土) 10:00~12:00

※毎月最終土曜日

予約制

テーマ：薬以外の治療『いっしょに歩む  
リハビリテーション～』  
(講師：当院リハビリ担当スタッフ)

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：3月25日(土) 10:00~12:00

テーマ：「私」らしく暮らす  
～暮らしに役立つ福祉サービス～

### 【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：2月25日(土) 14:00~15:00

(13:45受付開始) ※毎月最終土曜日

予約制

定員：10名まで

### 【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：2月11日(土) 14:00~15:00

※毎月第2土曜日

予約制

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

### 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。)

### 【アルコール家族教育プログラム】

予約制

#### オンライン(Zoom)家族教育プログラム

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：2月4日(土)・18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)

#### 対面家族教育プログラム

日時：2月25日(土) 10:00~11:10

※毎月第4土曜日

内容「アルコール依存症と家族の対応」(担当：看護師)

### 【アルコール家族ミーティング】

#### オンライン(Zoom)家族ミーティング

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：2月4日(土)・18日(土) 11:15~12:00

※毎月第1・第3土曜日

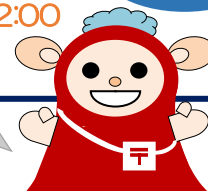
#### 対面家族ミーティング

日時：2月25日(土) 11:15~12:00

※毎月第4土曜日

予約制

お待ちしております



## 第70回 公開講演会のお知らせ

### 市民講座 ホントは身近な精神科 知ってほしい、精神科病院のあれこれ

日時 令和5年3月4日(土) 10:00~11:30

開催方法 ZOOMによるオンライン (無料)

定員 50名(抽選)

講師 公益財団法人 井之頭病院 院長  
木下 文彦 医師

申込方法 メールのみ受付

件名に「市民講座」と入力、本文に①氏名(フルネーム)②電話番号を入力の上、[kouenkai@inokashira-hp.or.jp](mailto:kouenkai@inokashira-hp.or.jp) まで送信してください。

申込締切 令和5年2月22日(水)

#### ※注意事項

- ・受講にはパソコンまたはスマートフォンが必要です。
- ・初めてZOOMを利用される場合には、アプリのインストールが必要になります。
- ・抽選申し込みは1名につき1回となります。
- ・抽選結果は当選の可否に関わらず、2月末までにメールでご連絡いたします。
- ・当選された方には後日、当日必要なURL、パスワードをお伝えいたします。



主催:公益財団法人 井之頭病院  
お問い合わせ先:当院 公開講演会事務局 TEL: 0422-44-5331 平日9時~17時

### 三鷹市ピアサポート事業講演会のお知らせ

#### リハビリとWRAP® ラップ 講師:増川 ねてる氏

2023年2月14日(火) 開場 13:00 開演 13:30 (15:30 終了予定)

会場: 社会福祉法人 巣立ち会 サザン2階 三鷹市上連雀1-1-3 三鷹駅北口徒歩3分

参加方法: 会場参加またはZOOMにていずれも事前予約(参加無料)

申込み/問い合わせ先: 社会福祉法人 巣立ち会 (大平氏) e-mail: [rc@sudachikai.eco.to](mailto:rc@sudachikai.eco.to) TEL: 042-488-4436

WEB: <http://forms.gle/FBpzodVQGsn3YrBR8>

申込期限: 2月12日 ※ZOOM参加の方は必ずWEBまたはこちらのコードよりお申込み下さい。



## 確定申告・住民税の申告の時期です

申告の期間: 令和5年2月16日(木) ~ 令和5年3月15日(水)

申告する場所: 確定申告は税務署 住民税はお住まいの市区町村役所へ

治療費、薬代、入院中の食事、通院交通費(対象外のものあり)、6ヵ月以上寝たきりの方のオムツ代(医師の使用証明書が必要)などは医療費控除の対象になります。収入と所得控除などの申告は税額の決定の他、国民健康保険税(料)や介護保険料などの算定や福祉関連手当などの判定、課税(非課税)証明書の交付にも必要です。課税対象になる収入がない方でも、非課税証明書の発行や国民健康保険税の減額などのために住民税の申告が必要です。

限度額適用認定証の区分決定にも関わります。住民税の申告をしないと「上位所得」となり、医療費の自己負担限度額が高額になりますのでご注意ください。

住民税の申告は、郵送や市政窓口、出張所等での提出を受け付けている場合もあります。新型コロナウイルス感染症対策をした受付方法を各自治体が行っていますので、詳しくはお住まいの自治体にご確認ください。



# だよりの情報広場

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をご紹介します。

今日は、大田区にある『かまた生活支援センター』の岡本様にご寄稿いただきました。



## かまた生活支援センター・地域生活安定化支援事業は

JR蒲田駅から15分ほど歩いた所にあります。フリースペースがあり、スタッフに色々な相談ができる、精神障がい者の方の地域での生活を応援する場所です。退院支援についても、なるべく早く退院したい方にも、まだ退院する元気が出て来ないという方にも、病院にスタッフが訪問して、一緒に相談しながら退院に向けてお手伝いすることができます。

## 対象者や対象地域、利用方法

利用対象者は、原則、大田区民の方となっておりますが、今は区外に住所があっても、将来、大田区に戻りたいという希望のある方であれば、お手伝いできます。また入院先はどこの病院でも大丈夫ですのでご相談ください。

### センターのフリースペース



### ショートステイの居室



## 地域移行支援における井之頭病院との関わり

人口72万人の大田区には、精神科単科の入院できる病院は一つしかないため、多くの方が区外の病院に入院しており、その主な入院先の一つが井之頭病院です。退院の支援で多く協力させていただくことはもちろん、地域で暮らす中で入院が必要になった場合にも多くご相談させていただいており、井之頭病院は地域移行支援のみならず、大田区の精神科医療を支える大きな柱の一つとなっています。

## 施設の地域移行支援事業の取り組みにおける特徴

併設する地域生活安定化支援事業では、退院支援だけでなく、ショートステイ事業も行っており、退院に向けて一人暮らしを体験できます。また退院後は、定期的にソーシャルワーカーが訪問する自立生活援助事業の利用も可能です。

## 地域移行支援のやりがい

病院は治療する場であって、生活の場ではありません。ですから苦労はあっても、もう一度地域に戻って生き生きと暮らしていこうという希望を共有できた時、そしてその実現をお手伝いできた時は嬉しいです。

## 相談室だよりの読者にひと言

地域で生活することは誰にとっても大変なことです。そこにはやりがいと喜びもあると思います。そのような希望に寄り添えたら嬉しいです。小さな声でも井之頭病院のスタッフの方々は地域の我々に届けて下さるので、退院の希望があれば相談して頂ければと思います。よろしくお願いいたします。

次回は、江東区にある「地域活動支援センター ロータス」をご紹介します。



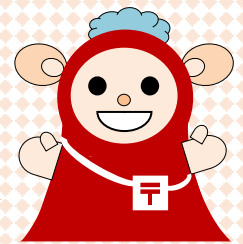
# 相談室だより 425号 新春クロスワードパズル こたえ



1 あ	2 ど		3 せ	4 み	だ	5 ぶ	6 る
7 り	—	8 ぜ	ん	と		9 た	10 ま <sup>B</sup>
	11 は	ん	し	ん		12 ど	ん
13 う		14 り	ぶ		15 ら	ん	ど
	16 し <sup>A</sup>	よ	る	だ	—		
17 こ	ま	く		—			18 ら
	え		19 い <sup>C</sup>	り	20 お	21 も	て
22 つ	な		23 ぬ	ん	か	つ	
24 つ	が	る			25 し <sup>D</sup>	に	あ



正解は…「ししまい」でした！



## 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：寒い冬は鍋に限りますね。皆さんは何鍋派ですか？（まえ）

次回の発行は…

3/6(月)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くださいませ

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「ダウンロード」をクリック

