

相談室だより

令和6年6月5日発行 第442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>

当院をご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ことがあるご家族

注意: 当日は感染症対策のため、マスクの着用・手指消毒・検温等にご協力をお願いします。

当日 37℃以上の発熱がある場合にはご参加いただけません。

要予約: 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 わいわ会】

オンライン(Zoom)と対面開催

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。
前日 16 時までにご予約ください。

日時: 6/29 (土) 10:00~12:00 ※原則毎月最終土曜日

テーマ: 薬の理解『お薬の効果と副作用』

講師: 当院薬剤師

内容: 各回、講義と質疑 定員: 各回、対面 14 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(500 円税込み)

次回の予定: 7/27 (土) 10:00~12:00

テーマ: 『本人への接し方の工夫~みんなが元気に暮らせるように~』

講師: 当院看護師

要予約

【家族セルフヘルプグループ かけはし】 対面開催

家族による家族のための相談例会です。

ご予約の上、ご来院ください。 ※毎月第2土曜日

日時: 6/8 (土) 14:00~15:30

定員: 14 名まで

費用: 無料

要予約

【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と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: 6/29 (土) 14:00~15:30 (13:45 受付開始)

※原則毎月最終土曜日

定員: 12 名まで

費用: 無料

要予約

【認知症家族会】 対面開催

日時: 8/17 (土) 10:00~11:30 ※偶数月 第3土曜日

内容: 認知症の方との付き合い方についてのプログラムと懇談会を予定しています。

費用: 無料 場所: 1 号館 1 階 喫茶「いこい」 (1 号館に入る前のガラス張りのお部屋です)

お申込み・問い合わせ: 2 号館 1 階 外来窓口(5 番)にお声がけください。電話での申し込みも対応しております。

要予約

アルコール依存症関連

【アルコール家族教育プログラム】 対面開催

アルコール依存症に関する講義です。講義内容によって、医師・精神保健福祉士・看護師等が講師を務めます。

毎月第1~第4土曜日 10:00~11:20 費用: 無料

6/8 (土) アルコール依存症が家族へ及ぼす影響(担当: 看護師)

6/15 (土) 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)

6/22 (土) アルコール依存症と家族の対応(担当: 看護師等)

7/6 (土) アルコール依存症とその治療について(担当: 医師)

アルコール依存症関連プログラムは、すべて対面開催。

予約不要です。直接、当院 3 号館 1 階アルコールデイケアホールへお越しください。

R6 年 4 月から当院に受診・相談歴のない方でも参加可能です。

【アルコール家族ミーティング】 対面開催

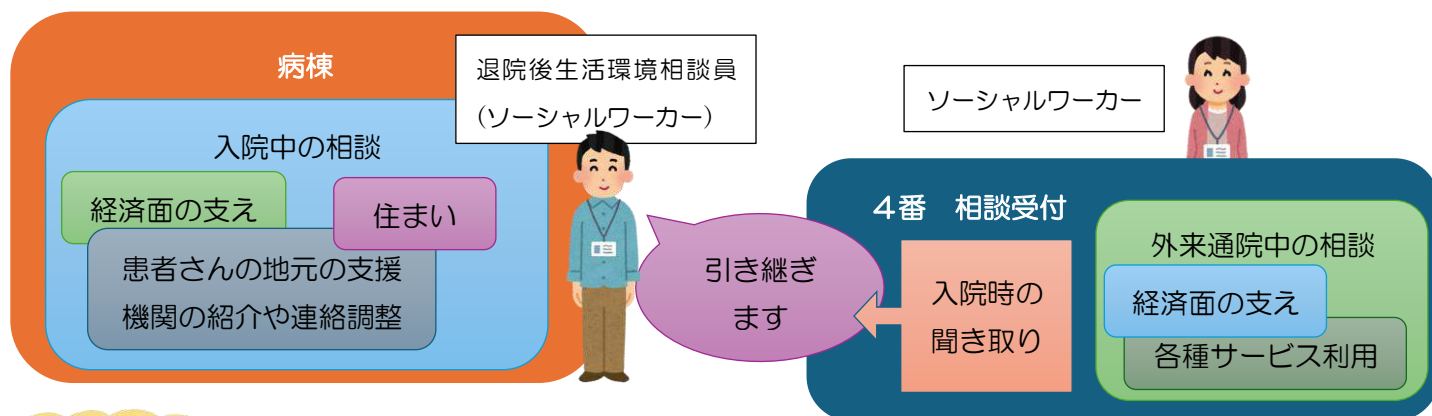
ご家族自身の気持ちを整理し、ご本人との関係を見直すことを目的としています。ご家族同士のつながりの中で癒されることを実感していただいています。

毎月第1~第4土曜日 11:30~12:30 6/8 (土)・6/15 (土)・6/22 (土)・7/6 (土) 費用: 無料



- 入院された方には、「退院後生活環境相談員」という相談員の担当がつきます。
- これは、平成 26 年に精神保健福祉法が改正されたときに設けられたもので、退院後を考えた生活環境などを整えるための相談員のことです。医療保護入院となった方に担当がつくこととなりました。そして、令和 6 年 4 月の同法の改正で、措置入院となった方にも担当がつくこととなりました。医療保護入院も措置入院も、ご本人の同意による入院ではないので、患者さんの人権を尊重し、ご本人の意向に添って退院に向けた取り組みを一緒に考える担当者を置くこととなったのです。
- 一方、当院では以前から、精神保健福祉士の資格をもったソーシャルワーカーが、入院患者さんの療養や退院に関する相談員として各病棟を担当していました。そのため、ソーシャルワーカーが「退院後生活環境相談員」を兼ねており、任意入院となった方を含め担当しています。
- さて、相談員は何をするかというと、患者さんが困っていることや実現したいことなどがあれば、お話をお聴きして、解決方法を一緒に考えます。その際に、患者さんにとってメリットのありそうな制度やサービスをご紹介することもあります。病気と上手につきあいながら自立した生活をしていくにあたり、助けになりそうな経済面の支えや、日中訪問して相談にのってくれるサービス、就労に向けたリハビリや仲間づくりのために日中通う場所、グループホームなどの住まい、その他さまざまな制度について、相談員は情報をもっています。行政の福祉担当者や、保健所の保健師、地域でいろいろな福祉サービスの利用を調整してくれる相談支援専門員などをご紹介することもできます。これまで訪問看護やヘルパー、配食サービス、就労支援事業所やデイサービスなどを利用していた人には、退院後に再開するにあたり、必要に応じて相談員が連絡調整を行うこともあります。他にも、主治医、病棟看護師、ご本人、ご家族、外部の支援機関の皆さんなどが集まって、退院に向けた準備や方針などを話し合う会議の場を設定することもあります。
- 入院中の方が担当の相談員と話したいときは、病棟でスタッフにその旨をお伝えください。ご家族等の場合は、病院の代表番号にお電話いただき、相談員を呼び出してください。また、当院では入院時に、外来エリアにある面接室で入院契約に関わる書類手続きを行っていますが、その際に、入院中に相談したい事柄や入院前に利用していたサービスなどについて、ソーシャルワーカーがお聞きしています。お聞きした内容は、入院後に必要な対応がとれるよう、担当相談員に引き継ぐしくみになっています。
- なお、「退院後生活環境相談員」とは異なりますが、外来エリアの「4 番 相談受付」窓口では、外来通院中の方のご相談も受け付けています。ご相談のある方は、窓口でお声かけください（当院のデイケア・アルコールデイケアをご利用の方は、それぞれの担当スタッフにご相談ください）。

[川口]



お知らせ

6月1日より、入院時の食事療養費の負担額が変わりました。

一般(課税世帯)…1食490円、30日で44,100 円 / 非課税世帯(区分オ または低所得Ⅱ)…1食230円、30日で20,700 円(90日超入院者は手続きすると1食180円) / 非課税世帯(低所得Ⅰ)…1食110円、30日で 9,900 円



つながろう 家族のための「わわわ会」・「家族懇談会」のご案内

今回は、当院で開催しているご家族向け催しの中から、「わわわ会」と「家族懇談会」をご紹介します。（1面もご参照ください）

わわわ会は、当院で開催しているご家族向けプログラムのひとつです。特徴は、病気や精神科の治療・リハビリについての知識や情報を得て、ご家族同士で交流をもちストレスの増大や孤立を防ぐことができるという点です。

“どうして「わわわ会」という名称なの？”と、理由が気になる方もいるかと思いますが、その理由には“つながりの「輪」、和やかな気持ちの「和」、「わたし」を大切に”という意味が込められています。

わわわ会のプログラム（下記）は全5回で、どの回からでも、何回でも参加していただけます。5月～9月（前期）、11月～3月（後期）の年2回開催しています。各プログラムは当院スタッフによる講義と、その後の質疑応答・ご家族同士の懇談の時間となっています。ご参加の方法は、対面とオンラインのどちらかを選択していただいております。（※オンラインの場合は、講義の視聴が中心になります。）

私も昨年度から一緒に参加させてもらい、ご家族の悩みを知り、一方で様々な工夫をされながら、ご本人の暮らしを見守っておられることを学ばせていただきました。

ぜひ、多くのご家族さまのご参加をお待ちしております♪（宮本）

わわわ会プログラム



①病気の理解「統合失調症ってどんな病気？」	担当：医師
②薬の理解「お薬の効果と副作用」	担当：薬剤師
③本人への接し方の工夫～みんなが元気で暮らせるように～	担当：看護師
④薬以外の治療「いっしょに歩むリハビリテーション」	担当：デイケアスタッフ・作業療法士等
⑤「わたし」らしく暮らす～暮らしに役立つ福祉サービス～	担当：精神保健福祉士

家族懇談会は、ご家族が日頃の悩みやご経験を共有し、スタッフも一緒に考える場です。

ご家族同士がご不安に思っていることや日々の嬉しいこと、疑問や体験談などテーマを絞らずフリーストーク形式でお話しいただいております。気持ちの発散や情報共有をすることでご家族だけで悩みを抱えないようにしていただくことが目的です。

それぞれのご家族が経験されてきたことや現在の状況は様々ですが、ご家族同士だからこそ分かり合えることがたくさんあると思います。

参加いただいたご家族からは「通院やお薬とうまく付き合っているようにサポートしたい」「アドバイスをすべきか、本人のペースを尊重して見守るべきか迷っている」「初めての入院に本人も家族も戸惑っていて、これからどうなっていくのかわからなくて不安」など様々な話題を提供いただき、ご家族同士で同じ悩みの共有や経験談をお話いただいています。

私は昨年度から家族懇談会の担当となり、様々なご家族のお話を聞かせていただく中で「話をして、また前向きになろうと思えました」「今日懇談会に来ることができて良かった」といったご家族のお話を伺い、「言葉にして想いを語る」ことの大切さを感じました。スタッフも一緒に悩んでいく中で、ご家族の思いに寄り添っていきたいと考えています。

ご家族にとって家族懇談会の場が、繋がりを感じられ、安心してお話しができる場として提供できたらと思います。

「悩みを誰かに聞いてほしい」「こんな時、他の家族ならどうするの？」このようなお気持ちがある方はぜひ家族懇談会へお越しください。（松本）





令和6年8月1日より、都営交通の割引対象が拡大されます

精神障害のある方の社会参加を応援する制度として、東京都が交付する精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方に都営交通乗車券が発行されています。それにより都営交通を無料でご利用いただけます。利用には窓口でのお申し込みが必要となります。

このたび、R6年8月1日より、新たに介護者及び他の自治体が交付する精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方も運賃割引の対象となり、普通乗車券の割引が適用されます。（回数券、定期券、ICカードはR7年4月1日より適用）

お持ちの手帳の等級により割引の内容が変わりますので詳しくは下記 URL よりご確認ください。

対象路線：都営地下鉄、日暮里・舎人ライナー及び東京さくらトラム（都電荒川線）全線

※都営バスはこれまで同様、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方とその介護者について割引（普通乗車券 5 割引、定期乗車券 3 割引）が適用されます。詳しくは下記 URL よりご確認ください。

都営交通「精神障がい者運賃割引の対象拡大について」

https://www.kotsu.metro.tokyo.jp/pickup_information/news/pdf/2024/sub_p_2024041111458_h_01.pdf

令和7年4月1日より、JRグループで精神障害者割引制度が導入されます

各自治体で発行する精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方を対象に、R7年4月1日より割引制度が導入されます。

今後、各自治体で精神障害者保健福祉手帳に運賃割引のための「旅客鉄道株式会社運賃減額欄」が設けられ、お持ちの手帳の等級に応じ「第1種または第2種」の表記が追加される予定です。詳しくは下記 URL からご確認ください。

JR グループ「精神障害者割引制度の導入について」

https://www.jreast.co.jp/press/2024/20240411_ho04.pdf

精神障害者保健福祉手帳・自立支援医療受給者証（精神通院）をお持ちの方へ 更新手続き開始前に LINE（ライン）でご案内するサービスが始まりました

精神障害者保健福祉手帳又は自立支援医療受給者証（精神通院）をお持ちの方に対し、お持ちのご本人及びそのご家族に更新手続き開始 1 週間前に LINE により通知するサービスが R6 年 3 月から始まりました。

※更新手続きは現在の手帳や受給者証の有効期限の 3 か月前から可能となります。

利用方法

LINE 登録用の二次元コードを読み取り、友だち登録後、ご自身で現在の手帳や受給者証の有効期限を入力してください。

更新手続き開始 1 週間前に LINE による通知が届きます。

※お名前や連絡先の登録は不要です。

LINE 友達登録の詳細は以下 HP をご覧ください

精神障害者保健福祉手帳 <https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/shougai/nichijo/seishintetyou/seishintetyou.html>

自立支援医療(精神通院) <https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/shougai/nichijo/tsuuin/seishintsuuin.html>



友達登録はこちらの
二次元コードから

自立支援医療制度をご存じですか？

「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）をご存じですか？

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）。更新の手続きもお忘れなく！

※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：最近、暖かかったり寒かったりするので、こたつをしまうタイミングに迷っています。（さと）



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

併之取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

