

Soudanshitsu-dayori 相談室だより

令和6年7月5日発行 第443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、誠実を込めた奉仕
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(アルコール依存症関連は、どなたでもご参加いただけます)

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：アルコール依存症関連以外は予約制(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。

要予約

日時：7/27 (土) 10:00~12:00 ※原則毎月最終土曜日

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 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：8/31 (土) 10:00~12:00

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：当院デイケア・作業療法のスタッフ

【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：7/13 (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：7/27 (土) 14:00~15:30 (1345 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 ← R6 年4月から、当院に受診・相談歴のない方でもご参加いただけるようになりました

【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

7/13 (土) アルコール依存症が家族へ及ぼす影響(担当：看護師)

7/20 (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)

7/27 (土) アルコール依存症と家族の対応(担当：看護師等)

8/3 (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。
当院 3 号館 1 階 アルコールデイケアホールへ、直接お越しください。

【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 7/13 (土)・7/20 (土)・7/27 (土)・8/3 (土) 費用：無料

🍉 限度額適用・標準負担額減額認定証更新時期です！ 🏠

国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入している方の「限度額認定証」、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は**令和6年7月31日**です。

・更新窓口：各自治体の国民健康保険と後期高齢者医療制度の窓口

＊認定証を当院の会計窓口にて提示された月から適用となりますので、新しい認定証を必ずご提示ください。

＊有効期限が切れると、自己負担額に大きく影響します。

手続きは時間の余裕をもって行ってください。

「**限度額適用認定証**」、「**限度額適用・標準負担額減額認定証**」とは

1ヵ月あたりの保険診療分（食事療養費を除く）の医療費の請求額が、規定の自己負担限度額までとなるのが「限度額適用認定証」制度です。非課税世帯の場合は、あわせて食事療養費が減額される「限度額適用・標準負担額減額認定証」制度が利用できます。

自己負担限度額は前年（1～12月）の世帯の所得によって決まります。

利用の流れ

①加入している国民健康保険や後期高齢者医療制度（※1）の窓口（役所）で申請する。

※1：それ以外の医療保険の方は、それぞれの管轄窓口へ

②交付された限度額適用認定証を、保険証と一緒に病院の会計窓口にて提示する。（※2）

※2：オンライン資格確認の場合、資格取得日・区分変更・長期入院該当に対応できない場合がございますので、当院では窓口でのご提示をお願いしております。

③提示した月から入院医療費（食事療養費を除く保険診療分）自己負担が一定の限度額（※2）に抑えられる。

※3：限度額は前年の所得によって異なります（下表参照）

	区分 所得要件	1ヶ月あたりの限度額 (直近1年間において3回目まで)	4回目以降
70歳未満	区分ア 年収約1,160万円以上	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	140,100円
	区分イ 年収約770万円～1,160万円	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	93,000円
	区分ウ 年収約370万円～770万円	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	44,400円
	区分エ 年収約370万円以下	57,600円	44,400円
	区分オ 住民税非課税世帯	35,400円	24,600円
70歳以上	現役並み所得者世帯Ⅲ	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	140,100円
	現役並み所得者世帯Ⅱ	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	93,000円
	現役並み所得者世帯Ⅰ	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	44,400円
	一般世帯(※4)	57,600円	44,400円
	低所得者Ⅱの世帯(非課税世帯)	24,600円	
	低所得者Ⅰの世帯(非課税世帯)	15,000円	

※4：70歳以上で一般世帯の方は、高齢受給者証のご提示で限度額までの自己負担となります。

お手元の認定証の有効期限をご確認ください



住民税が非課税世帯の場合、申請により食事療養費が減額されます。※申請先は上記の①と同じです。

「標準負担額減額認定証」、「限度額適用・標準負担額減額認定証（区分オ、低所得世帯Ⅱ）」をお持ちの方は、1食あたり490円⇒230円、90日以上入院の場合、申請により1食あたり180円に減額されます。（会計窓口にて入院期間の証明書を発行できます。）

また、「限度額適用・標準負担額減額認定証（低所得世帯Ⅰ）」をお持ちの方は 1食あたり490円⇒110円となります。



7月25日(木) 16:00~18:00 当院中庭にて開催

今年は、コロナ前と同様、地域住民の皆様もご参加いただけます。

模擬店は、院内の病棟等からの出店のみとなります。

- ❖ 参加されるみなさまには、マスクの着用にご協力をお願いします。
- ❖ 車でのご来場はご遠慮ください。また、駐輪場も限りがありますので、極力お控えください。
- ❖ 場内は禁煙・禁酒です。ご協力をよろしくお願いします。

16:00 開会あいさつ(木下院長) 模擬店販売開始
 16:30 第一部:踊り(炭坑節、大東京音頭、花笠踊り)
 17:00 第二部:アトラクション(職員による井之頭連の阿波踊り)
 17:30 実行委員長あいさつ(斯波医師)
 第三部:踊り(炭坑節、東京音頭)
 18:00 閉会



相談室は「輪投げ」を出店します。
 童心に帰って楽しんでいてね!



新人 SATO の成長日記

1

- ✂ 今年4月に相談室に入った新人 SATO の成長を追っていく企画です。
- ✂ 不定期に掲載します。一緒に新人 SATO の成長を見守りましょう。

入職して2ヶ月が経ちました!入職したばかりの頃は、朝早く起きることに慣れていなかったこともあり、毎日とても疲れていました。家に帰って、お風呂に入りご飯を食べて、すぐに寝ていました。社会人って大変と思いながら毎日生活していました。わからないことも多く、不安でいっぱいの中過ごしていましたが、2カ月が経ち、だんだんと慣れてきたように感じます。

入職して4日目に、初めて相談室から一人で帰宅する時、2号館の中で迷子になってしまったことがありました。更衣室を出て、どこのドアから外に出るのか分からなくなってしまい、2号館の1階へ行ったり、グルグルとしていました。最終的には、一度更衣室に戻り、着替えが終わって帰りそうな人の後ろを付いて行って無事に外に出ることができました!

まだまだ出来ることは少ないですが、最近は相談室にきた電話を取るようになりました!電話が鳴ると、とても緊張します。困った時は、先輩方に助けて頂きつつ、「聞き洩らしていないかな」、「正しい敬語で話せているかな」と心配しながら日々頑張っています。そのような中で、保留ボタンを押して忘れてしまったり、敬語がめちゃくちゃになってしまうことが時々あるので、気を付けたいです。色々と失敗すること多いですが、頑張っていきたいと思います!

新人のネームプレートには ♻ がついているよ



住民向け講演会

摂食障害とはどのような病気だろうか

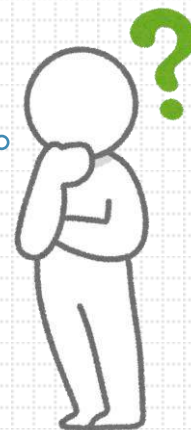
～「やせたい」だけではない心理～

令和6年8月31日（土）10:00～12:00（開場9:30）

講師 西園マーハ 文 先生（明治学院大学心理学部心理学科教授）

当院1号館9階大会議室にて開催 無料 定員80名

オンラインのライブ配信は事前申し込み 定員200名



当院が、東京都から受託して実施している「東京都精神科医療地域連携事業（北多摩南部圏域）」の一環で開催する講演会です。武蔵野市、三鷹市、府中市、調布市、小金井市、狛江市の6つの市に在住、在勤、在学の方を対象としています。当院を利用されている患者さん、ご家族もご参加いただけます。

今回は、長年摂食障害研究に取り組まれている西園マーハ 文（にしそのまーは あや）先生をお招きします。摂食障害は、さまざまな要因で、自分から助けを求めたり相談したりすることが難しい病気です。周囲の人がどのように気づき、どのように支援できるか知っておくことが重要です。

くわしくは、院内に掲示されているちらしや当院ウェブサイトをご覧ください。



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：最近クレープにハマっています。おかず系のクレープも美味しそうだと思うのですが、毎回甘い系を食べてしまいます。夏限定メニューが楽しみです。（た）



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

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



次回は8月5日発行予定です