

soudanshitsu-dayori 相談室だより



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



第444号 令和6年8月5日発行

発行:井之頭病院相談室/三鷹市上連雀 4-14-1/0422-44-5331(代) / URL <https://www.inokashira-hp.or.jp>

今月の紙面

2ページ	7月11日に、アルコール講演会・交流会が開催されました
3ページ	アルコール家族教育プログラム・家族ミーティングのご紹介
4ページ	住民向け講演会のご案内(8/31 開催予定)/自立支援医療・マル障のご案内



ご家族向けの催し

- 感染症対策のため、マスク着用と手指消毒、検温にご協力ください。
- 37度以上の発熱がある場合は、参加をご遠慮いただいております。

※1 予約・問合せ：2号館1階4番相談受付窓口に来院、または各担当者に電話（☎0422-44-5331 代表）

※2 予約・問合せ：2号館1階5番外来窓口に来院、または電話（☎0422-44-5331 代表）

つながろう 家族のための わわわ会 要予約 ※1 オンライン（Zoom）と対面開催（対面は14名まで）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学び合う場です。1クール5回シリーズ。講義と質疑。原則最終土曜日に開催。予約は前日16時まで。当院受診歴がある方のご家族・相談歴があるご家族が対象。
8/31(土)10:00~12:00「薬以外の治療~いっしょに歩むリハビリテーション~」講師:デイケア・作業療法部スタッフ
費用:無料 テキスト(5回分)をご希望の方は、2号館1階4番相談窓口で販売(税込500円)

家族懇談会 要予約 ※1 当院受診歴がある方のご家族・相談歴があるご家族が対象です。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ます。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いて、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います。
8/31(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

家族セルフヘルプグループ かけはし 要予約 ※1 当院受診歴がある方のご家族・相談歴があるご家族対象。家族による家族のための相談例会です。※毎月第2土曜日
8/10(土)14:00~15:30(13:45 受付開始) 定員:14名まで 費用:無料

認知症家族会 要予約 ※2 当院受診歴がある方のご家族・相談歴があるご家族が対象です。
8/17(土)10:00~11:30 ※偶数月の第3土曜日 認知症の方との付き合い方に関するプログラムと懇談。
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)

アルコール家族教育プログラム 予約不要 当院受診・相談歴なくても可。アルコール依存症に関する講義。
毎月第1~第4土曜日 10:00~11:20 費用:無料 場所:3号館1階、アルコールデイケアホールにて
8/10(土) アルコール依存症が家族へ及ぼす影響(担当:看護師)
8/17(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)
8/24(土) アルコール依存症と家族の対応(担当:看護師等)
9/7(土) アルコール依存症とその治療について(担当:医師)

アルコール家族ミーティング 予約不要 当院受診・相談歴なくても可。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が目的。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おります。
8/10(土)・8/17(土)・8/24(土)・9/7(土) 11:30~12:30 毎月第1~第4土曜日
費用:無料 場所:3号館1階、アルコールデイケアホールにて





アルコール交流会の報告



令和6年7月11日、アルコール交流会が開催されました。

この会は井之頭病院アルコール症センターが主催し、いつも連携させていただいている関係各所の皆様との意見交換を目的としています。オンラインでの参加を含め、65名の関係者にご参加いただきました。当日の様子や感想について、担当したスタッフからの報告を掲載します。



藤代アルコール症センター副センター長による「講義」では、病院と地域資源を活用しながら回復を模索している方について紹介され、当事者の回復には、病院と地域資源の連携が重要であることが共有できました。講義の後に行われました「懇談会」では、アルコール依存症当事者を含め、様々な職種の方々と懇談を行い、アルコール依存症の方々への援助を行う中で感じている困難さや疑問などについて、意見交換をして、皆迷いながら関わり、信頼関係の構築に努めていることが共感できました。こちらが用意していた時間では足りず、もっといろいろな方々と交流する時間をもちたかったという思いを持ち、これは次回への課題として活かしていきたいです。

今回の交流会を通じ、患者様の回復に必要な援助が円滑に行われていくためには、病院と地域の連携が必要不可欠であることを再認識することができ、更に連携を深められるよう、このような企画を継続していきたいと強く思いました。(3-2病棟 副師長 中島)



今回、初めてアルコール症センター交流会に参加させて頂きました。多くの参加者の方々をお招きし、木下院長の挨拶から始まった交流会。藤代副センター長の講義を受けたあと、懇談会へ移りました。

アルコール依存症に関わる人たちは、大なり小なり、周囲には表現しがたい思いを抱えて当事者と向き合っています。報われない思い、それをいつもわかってもらえない環境の中、当事者の方々同様、私たちが孤独ではられないことを噛みしめた時間でした。

つまりは、人と人がつながることの安心感が、自分達を支えているのだと、改めて参加者の方々と共有させていただきたいこと、心から感謝しています。

病院から発信していただけることが、とてもありがたいとは話されていた参加者の方がおられました。私達も、今一度病院の中からできること、発信できること、みんなで考え続けたいと思います。(3-2病棟 看護師 星)





アルコール家族教育プログラムと 家族ミーティングのご紹介

アルコール家族教育プログラム

毎月第1～第4土曜日 10:00～11:20



第1土曜日「アルコール依存症とその治療について」

当院アルコール症センター担当医師による講義です。アルコールの飲み方に問題のある方のご家族にとって、まずアルコール依存症についての知識を得て頂くことは大切です。「どうしてやめられないのかなあ」「この先どうなってしまおうだろう」「この病気はいつ治るのだろう」と多くの不安を抱えておられると思います。アルコール依存症の知識を得ることで、少しでもご本人を理解してあげられると良いと思います。



第2土曜日「アルコール依存症が家族へ及ぼす影響」

当院アルコール症センター担当の看護師またはアルコールケアスタッフによる講義です。アルコールの飲み方によっておこる問題が、いかにしてご家族を巻き込みながら進んでいくのかをお伝えします。参加されているご家族が今まであった出来事を打ち明けられたり、他のご家族のお話を聞かれて、共感や共有されたりする事が出来ると良いと思います。



第3土曜日「アルコール依存症からの回復と社会資源」

当院アルコール症センター担当の精神保健福祉士による講義です。アルコール依存症の回復過程において、どのような過程を歩み、社会資源としてどのような支援が受けられるのかをお伝えします。日常生活を続けていく上で、アルコール依存症の方は、なかなか一人でやめていくことは難しいと言われています。ご家族自身も一緒に回復に向けて歩まれていくには、資源についても色々と知識があると役に立つのではないかと思います。



第4土曜日「アルコール依存症と家族の対応」

当院アルコール症センター担当看護師またはアルコールケアスタッフによる講義です。自宅で生活するにあたり、ご本人に向かって「どのように接すれば良いのだろう」「また飲むのではないかなど不安はつきないのではないかと思います。ご本人は葛藤しつつ、お酒についてどうしていけば良いのか、悩んでいるのかもしれない。ご家族としてそんなご本人とどのように向き合っていけば良いのかなど、ワークを交えた講義を実施致します。



アルコール家族ミーティング

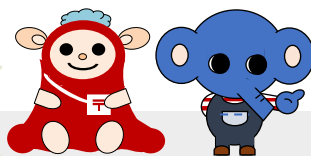
毎月第1～第4土曜日 11:30～12:30



ご家族同士のミーティングです。もしかしたら、今までご本人を中心に、生活を営んでいませんでしたか？ここはご家族自身についてお話をし頂ける場として設けています。話したいこと、聞いて欲しい事、色々と沢山あるかもしれません。

「何か変わりたいな」「変えたいな」「どうすれば良いのだろう」など沢山の思いがあると思います。参加すれば、劇的に何かが変わるわけではありません。ふと、そのように思った気持ちが大事なのかと思います。いつでも、どこからでも参加は自由です。少しでもお役に立てれば幸いです。

(3-2 病棟科長 吉崎)



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教授)

会場：当院1号館9階大会議室

費用：無料

定員：会場80名、オンラインのライブ配信は事前申し込み 定員200名



オンライン参加のお申込みはこちらから

申し込み方法：来場希望者は当日直接会場へ

オンライン参加希望者は2次元コードもしくは下記 URL よりお申込みください。

URL：<https://webinar.builders/seminars/form/j45ZzYB1FehTOloul9q3VJSPdRsrfbxc>

問い合わせ：東京都精神科医療地域連携事業

事務局▷公益財団法人 井之頭病院 TEL：0422-44-5331

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が、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)先生をお招きし地域住民の皆様や学校関係の方に向けて、摂食障害とはどのような病気なのか、そしてさまざまな場面での支援法(必要な対処法)についてお話しいたします。

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：梅雨が明けて本格的に暑くなってきたので、外に洗濯物を干すと気持ちが良いですね。(まつ)

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」⇒ 相談室だよりの「ダウンロード」をクリック

次回は9月5日発行予定です