

soudanshitsu-dayori 相談室だより

第463号 令和8年3月5日発行

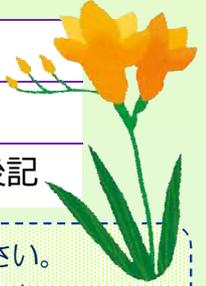
公益財団法人井之頭病院
理念「患者様の権利尊重」
基本方針1. 人権を尊重した医療の提供
2. 誠心、誠意、誠実を込めた奉仕
3. 社会復帰促進と「マイレージ」への援助



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	流れる雲の会のご報告
3ページ	知って頼って 井之頭病院の外来のこと
4ページ	3月20日(金・祝)湧水会開催のご案内/自立支援医療・マル障のご案内/編集後記



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

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。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。講義と質疑応答。

3/28(土)10:00~12:00 『わたし』らしく暮らす~暮らしに役立つ福祉サービス~ 講師:精神保健福祉士
4月と10月を除く原則毎月最終土曜日 定員:14名まで 費用:無料 予約は前日16時まで受付
テキスト(5回分)をご希望の方は、2号館1階4番相談窓口にて販売(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。スタッフからの話題提供も交えつつ、フリートーク形式で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。

3/28(土)14:00~15:30(13:45受付開始) 3月の話のタネ「障害年金について」
※原則毎月最終土曜日 定員:12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。

4/18(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 喫茶室「憩」(1号館に入る前の右手にあるガラス扉のお部屋です)

●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
3/7(土) アルコール依存症とその治療について(担当:医師)
3/14(土) アルコール依存症が家族へ及ぼす影響(担当:看護師)
3/21(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)
3/28(土) アルコール依存症と家族の対応(担当:看護師等)
4/7(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。

3/7(土)・3/14(土)・3/21(土)・3/28(土)・4/7(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



R8年2月10日(火)に「救護施設あかつき」の見学を行いました。

流れる雲の会とは？

入院中の患者さんに退院後の暮らしのイメージを持っていただくために、グループホームなどの入所施設や事業所の見学をする会です。病院スタッフと患者さんが一緒に施設に伺って、そこで生活している方の様子、施設の様子などを見ることが出来ます。

患者さんに社会資源を知っていただくきっかけの一つになればと思い、気軽に参加していただけるように企画をしています。病棟スタッフも、参加することで業務に活かすことができます。



救護施設とは？

生活保護法に基づいた施設で、ご病気や障害のある方が支援を受けながら安心して生活をする場所です。障害の種類による対象者の限定はなく、さまざまな課題を抱えている方がいます。支援を必要としている方を幅広く受けています。軽作業やレクリエーションを通じて生活を楽しんだり、就労や自立に向けた支援をしています。東京都には10カ所あります。



企画・運営したスタッフより

今回の流れる雲の会では、患者さん6名、職員6名の参加となりました。救護施設あかつきさんにもご協力をいただき大人数での見学ツアーの実施となり、当日までトラブルや不備がないかドキドキしながら調整をしていました。

「救護施設」という名称からはなかなかどのような施設かイメージがしづらいと思います。今回「救護施設あかつき」を実際に見学して、施設に対するイメージが変わったり、こういう場所があるんだと知っていただく良い機会になったかと思います。企画を通し、私自身も多くのことを学ばせていただきました。

ご参加いただきありがとうございました。

相談室 松本

当日のプログラム

タクシーで行きました



当院出発

12:50

14:00

あかつき到着

スタッフさんから施設の概要を説明していただきました。あかつきでは旅行や秋祭り、クリスマス会などレクリエーションが充実しているそうです。季節のイベントだけでなく喫茶や映画観賞会など日常的にレクリエーションが行なわれているそうです。私たちがお邪魔した時間に丁度喫茶のレクリエーションがあり、皆さんが交流しながらお茶やコーヒーを嗜まれているところを見学させていただきました。

施設で提供されるとも美味しそうなお食事の写真も見せていただきました。

14:30

施設内見学

施設内は男性フロア、女性フロアでに分かれていますので男女2グループに分かれて見学を行いました。ホールや、喫煙スペース、実際に利用されている居室を見せていただきました。

14:50

質疑応答

質疑応答のお時間を設けていただき、お部屋についての質問や、外出について等、各々気になることを質問することができました。

病院へ到着

16:30





井之頭病院の外来のこと



2号館1階 5番 外来受付

当院の外来についてご紹介します。

外来は、精神外来とアルコール外来があります。

精神外来再診、初診、再初診（最終外来から3ヶ月経過した場合）、入院時診察は、2号館1階で行います。

アルコール外来再診は3号館1階で行います。外来は、平日9時～12時までの受付で診察となります。

初診や再初診は予約がなくても診察が可能です。受診人数は、1日約100～150人です。

外来シーサー

守り神。口を開けている方は福を呼び込み、閉じた方は福をためるんだって



外来スタッフは、看護師が4名と事務職員が4名です。スタッフ間で業務の情報共有はこまめに行い、診察がスムーズにいくように心がけています。

診察や採血、注射の待ち時間の短縮や、苦痛緩和につながる工夫について、よく話し合っています。最近では、待合室の寒さ対策でパーテーションを設置してもらい、規定の室温を上げてもらうことにしました。採血や注射が多くある日は、担当看護師を増やして対応しています。また、待ち時間に目を通していただけるような、家族会の案内ポスターなどの配置を検討中です。

普段から皆様には、検温にご協力いただき受付していただいています。

診察の順番がくると大きな声であいさつして診察室に入られる方や、中には診察医師の体調を確認してくれている場面もあり、心が和みます。採血や注射の際は、雑談してくれる患者さんもいて、処置する看護師の緊張もほぐれます。

体調がすぐれないなか、なんとか来院していることも感じています。そんな方々に、「あの時受診してよかった」、「受診を続けたから今がある」と思っていただけるように、受診の継続をサポートしていきたいと思っています。



2号館1階 外来待合室

3号館1階

アルコール外来待合室



院内運搬用BOX

廊下で見かけたことがあるかな？

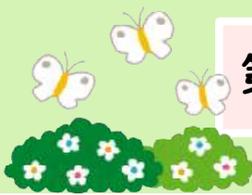


皆様へマスクの着用や待合室でのお食事を控えていただくなど、お願いをしていることも多くあります。

引き続き外来スタッフが支援できることについて、ご意見をいただきながら考えていきたいと思っていますので、何かありましたら5番「外来受付」へご相談いただくと助かります。皆様からの言葉が気づきになり参考になります。

今後どうぞよろしくお願いいたします。

外来科長 佐川



第 70 回 湧水会のお知らせ



日時: 令和 8 年 3 月 20 日(金) 午後 1 時~4 時(受付 12 時 30 分~)

場所: 井之頭病院 2 号館 2 階デイケアホール

内容: 湧水会はアルコール依存症で井之頭病院に通院中の方や、かつて治療されていた方、ご家族、地域で支えてくださる支援者の皆様、病院スタッフが一堂に集まる交流会です。プログラムでは、体験談と一言メッセージを予定しています。

参加: 事前申し込み不要。当日直接会場へお越しください(参加費無料)

※発熱など風邪症状がある場合はご遠慮ください。

※感染対策のためマスク着用をお願いいたします。

【問い合わせ先】: 井之頭病院 アルコールデイケア 0422-44-5331



新入職員のご挨拶

こんにちは。令和 8 年 1 月から地域連携室に入職した佐瀬(させ)と申します。趣味はお笑い鑑賞で、芸人さんのネタを見たりラジオを聴くのが好きです。丁寧且つ迅速に対応できるよう努めますので、宜しくお願い致します。



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？



東京都内に住所を有する方で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)。期限があるので更新をお忘れなく!

※ 所得が基準額を超える方、生活保護受給中の方、65 歳までにマル障の申請をしなかった方は対象外です。

編集後記: あっという間に 3 月になりました。徐々に暖かくなっていくのが嬉しいです。(さとう)



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。
井之頭病院ホームページ「各部紹介」→「相談室」→「相談室だよりの」



次号は
4/6 発行

