

soudanshitsu-dayori 相談室だより

第 469 号 令和 8 年 9 月 7 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. 社会復帰促進とリハビリテーションへの援助

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	9 月からの病棟担当精神保健福祉士のお知らせ/新入職のごあいさつ
3ページ	住民向け講演会のご案内/盆踊り大会のご報告
4ページ	各種催しもののご案内/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

●体調の悪い方は、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 わいわ会 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。

9/26(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 原則予約（当日参加も OK）※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。

9/26(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

9 月の話のタネ「障害福祉サービスってなんだろう」

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。

10/17(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

9/12(土) アルコール依存症が家族へ及ぼす影響（担当:看護師）

9/19(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）

9/26(土) アルコール依存症と家族の対応(担当:看護師等)

10/3(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います。

9/12(土)・9/19(土)・9/26(土)・10/3(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



おはせ

病棟の担当精神保健福祉士（ソーシャルワーカー）を 令和8年9月より一部変更しました

● 年度途中の変更となりご迷惑をおかけしますが、どうぞよろしくお願いいたします。

★印のついた病棟が変更した病棟です

よく
お願いします

病棟名	担当精神保健福祉士
1-2 ★	中村 佐藤
1-3	大塚 川口
1-4	小島
1-5	田中
1-6 ★	中村 松本
1-7 ★	加藤 宮本
1-8	宮本 加藤
2-3	佐藤
2-4	松本
2-5	前沢
2-6	神田
3-2	細谷



こんなことについて、
担当精神保健福祉士が
ご相談をお受けしています



- ◆ 退院先の選定
- ◆ 目的に応じた退院後の日中の活動プログラム
- ◆ 退院後の相談支援
- ◆ 自宅訪問で受けられるサービス
- ◆ 障害年金など経済的に助けになる制度
- ◆ 障害者手帳の制度
- ◆ その他療養上のさまざまなご相談

新入職のごあいさつ

令和6年3月に家庭の都合で退職しましたが、この度ご縁をいただいて、もう一度井之頭病院で働かせていただけることになりました。

勘を取り戻して、記憶を呼び戻して、新しいこともおぼえて、一日でも早く役割を果たせるようになりたいと思います。しばらく（ずっとかもしれませんが）は手一杯の状況だと想像していますが、関わる方々との挨拶やちょっとした会話を大切にしたいです。

初心に戻ってがんばります。どうぞよろしくお願いいたします。

中村



おかえり～

住民向け講演会のご案内

参加費無料

気づいたらハマっている？

スマホ時代のギャンブル依存症

講師

常岡 俊昭 先生

昭和医科大学烏山病院

昭和医科大学医学部精神医学講座 准教授



日時

R8 年 9 月 26 日 (土) 10:00~11:30
(開場時間 9:30)

会場

公益財団法人井之頭病院 1 号館 9 階大会議室

対象者

武蔵野市・三鷹市・府中市・調布市・小金井市・狛江市に在住、在勤の方

開催方法

現地開催とライブ配信

定員

対面: 80 名 オンライン: 定員なし (事前申込制)

申込方法

来場希望者は当日直接会場へ

オンライン参加希望者は二次元コード、

もしくは下記の病院ホームページ (新着情報) よりお申し込みください。

※当日まで申込可

<https://www.inokashira-hp.or.jp>

ギャンブル依存症は、一時メデイアで大きく取り上げられた記憶をお持ちの方も多いことと思います。また昨今は、アルコール依存症や薬物依存症、ゲーム依存、市販薬依存など、依存と名の付く病名をよく耳にするようになりました。

今回は日常生活の中に静かに潜むギャンブル依存症について、「ギャンブル依存症」とはどのような状況なのか、また、その治療や対策について正しい理解を得て、住民の皆様の生活にお役立ていただきたいと思います。



申込用二次元コード



盆踊り大会のご報告



R8 年 7 月 23 日に当院にて盆踊り大会が開催されました。非常に暑い日でしたが、入院中の方や外来の方、ご家族様、地域の皆さまなどたくさんの方が盆踊りに参加されていたりしました。

相談室は今年も「輪投げ」を出店しました。今年の目玉景品は今大流行中の「シール」でした。

のべ 170 人以上の方が輪投げに遊びに来てくださいました。患者さんや地域の方々だけでなく当院の医師やスタッフも景品を狙って参加していました。

相談室のお隣は 2-6 病棟のシューアイス屋さんでしたが、大盛況のため早々に売り切れていました。

コロナ禍で一時は盆踊り大会の中止や規模を縮小していましたが、徐々に院外の方の参加が解禁となり、昨年から地域の方の出店も再開となっています。年々より賑やかになっているように思います。

相談室 松本



たくさんのご参加ありがとうございました！

第71回 湧水会のお知らせ

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。

日 付 令和8年9月23日(水・祝)

時 間 13:00~16:00(受付 12:30~)

会 場 井之頭病院 2号館 2階 デイケアホール

参加費 無料 当日直接会場へお越しください。

注意事項 発熱など風邪症状がある場合はご遠慮ください。マスクの着用は任意です。

窓 口 井之頭病院アルコール症センター 広報担当(1-8 病棟 看護師 門脇) 0422-44-5331(代表)

地域の催し紹介 三鷹陽だまり企画主催 世界メンタルヘルスデー企画

第2回 こころの映画上映会&トークセッション

「どうすればよかったか？」 監督 藤野 知明氏

令和8年10月17日(土) 13:00~16:40 (12:30 開場)

三鷹産業プラザ7Fにて(三鷹市下連雀3-38-4)

【第1部】映画上映 【第2部】トークセッション

ゲスト: 監督 藤野 知明氏、精神科医 星野 概念氏、
シルバーリボンジャパン 市村 康氏

参加費 500円(シルバーリボンバッジ付き)

定員 80名(事前申し込み優先)

申込方法 下記リンクまたはメール

<https://forms.gle/eYJCqfmv8bKfQGd57>

info@hidamari-kikaku.com

三鷹陽だまり企画 主催 世界メンタルヘルスデー企画

第2回 こころの映画上映会 & トークセッション

どうすればよかったか？

2026年10月17日(土)
13:00~16:40 (12:30開場)

会場: 三鷹産業プラザ7F
東京都三鷹市下連雀3-38-4

参加費: 500円(シルバーリボンバッジ付き)
定員: 80名(事前申し込み優先)

→フォームによる申し込み: QRコードの下記リンクより
<https://forms.gle/eYJCqfmv8bKfQGd57>
→メールでのお申込み: info@hidamari-kikaku.com

※お申し込み後にキャンセルされる場合は必ずご連絡下さい
※車椅子をご利用の方や特別な配慮が必要な方は、お申込みの際に事前に
ご連絡ください

【第一部】映画上映
12:30 映画・受付
12:50 開演挨拶
13:00 映画上映

【休憩】
14:40~14:50

【第二部】トークセッション
14:50~16:40
16:40 閉会

※バリアフリー字標付き上映

トークセッション出演者ゲスト
◆監督 藤野 知明氏
本作監督、撮影、編集。主にマイノリティに対する人権侵害をテーマとして映像制作を行っている。
◆精神科医 星野 概念氏
精神科医など。医師としての仕事のかたわら、執筆や音楽活動も行う。対話の世界観や、当たり前に安心して生活できる場について考えている。
◆シルバーリボンジャパン 市村 康氏
2016年に統合失調症と診断され、入院と療養を経験。現在はシルバーリボンジャパン理事として、当事者であることを出発点に、精神疾患やメンタルヘルスに関する発信、対話の場づくりに取り組んでいる。

パンフレットと監督書籍の配布を行います

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。

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」

編集後記: 残暑がこれ以上厳しくならないことを祈るばかりです…(か)

次号:10/5
発行予定