

品川区精神保健福祉家族会

かもめ会だより

□精神科クリニック・訪問看護ステーションが10月1日オープン！

児童精神科(発達外来)

月・火・水・金 9:00~12:00 14:00~17:00 金は午後のみ

精神科・心療内科

木曜日の午前中のみ診療 2020年4月より診療日変更予定

デイケア、訪問看護に関するご相談もお受けします。

予約・相談はクリニックにお電話下さい。(TEL03-6433-2410)

その他質問がある方は品川区障害者福祉課でも受け付けています。(TEL5742-7132)

□かもめ会バスハイクに申し込んでください(精神保健福祉施設バス見学会)

【日時】 11月5日(火) 9:00~17:00

【集合】 8時50分 品川保健センターの運河寄り道路にバスが迎えに来ます。

京浜急行線新馬場駅から徒歩3分程度です。(品川区北品川3-11-22)

【見学行程】

② かもめ第三工房(精神就労継続支援B型事業所 西五反田2-24-2 TEL5435-1808)

② たいむ(精神障害者地域生活支援センター西 五反田2-24-2 TEL5719-3381)

10月オープンの品川区障害児・者総合支援施設(南品川3-7-7)の地下にあります。

③ につせいかん 青物横丁クリニック(TEL6433-2410)

④ につせいかん ナースステーション(訪問看護)(TEL5843-4422)

南品川でランチをしてバスで浜離宮に移動

午後は浜離宮で静かに日本式庭園を楽しみます。

3時ころ浜離宮棧橋より隅田川ラインに乗船し浅草へ

4時ころ浅草着(現地解散も可)

5時ころ品川保健センター前にバスで到着解散

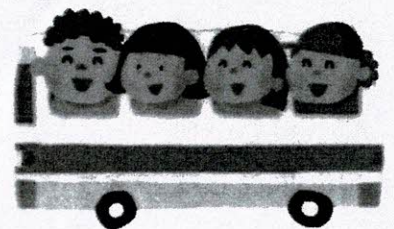
※10月15日ごろまでに申し込んでいただくと旅行保険に入れます。

それ以後の申込みは保険の対象外になることがあります。

【参加費】 会員、賛助会員は無料。

【申込】 TEL3458-6908 または 090-6190-6186 か shoda3@east.cts.ne.jp まで

電話かメールでご連絡ください。



□かもめ会の歌好き募集（障害者週間にコーラスをします♪♪）

12月8日(日)午後の障害者週間記念の行事に参加し大井町のきゅりあん大ホールのステージで童謡他をかもめ会会員で2~3曲歌います！

そのコーラスの練習を10月12日(土)15時から16時まで福栄会本部（東品川3-1-8）1階ロビーでピアノの生伴奏をお願いして行います。

歌が好きな方は、Tel3458-6908 または090-6190-6186 か shoda3@east.cts.ne.jp まで電話かメールで連絡ください。一緒に歌いましょう~♪



□今年もおしゃべり会にご参加ください。波多野先生も参加されます！

【日時】11月30日(土)12時より15時ころまで

【会場】品川区中小企業会館 1階 レストラン蔵（西品川1-28-3）

（12時に食事、2時ころからお茶とケーキをサービスいたします♪）

【内容】顧問医の波多野美佳先生（精神科医）と五反田駅前メンタルクリニックの奥村克行院長をお招きして、ランチを楽しみながら会員のみんなでおしゃべりします。治療のことやお薬のこといろいろ話し合ひましょう。

【会費】会員、賛助会員は無料、その他の方は実費千円程度をいただきます。

【申込】Tel3458-6908 または 090-6190-6186 か shoda3@east.cts.ne.jp まで電話かメールでご連絡ください。

□10月から始まった障害年金生活者支援給付金の請求をしましょう

2019年10月から消費税が10%に引き上げられました。

年金受給者の生活を支援するため障害年金生活者支援給付金が申請すればいただけることになりました。

給付額は障害等級1級が6,250円、2級が5,000円（共に月額）です。

品川での申請は品川年金事務所（品川区大崎5-1-5 高德ビル2階 Tel3494-7831）の相談室へ電話予約をしてから行くといいようです。予約なしで行くと待ち時間が長くなるようです。また今年中に申請しないと10月11月12月分はもらえなくなるとのことです。

増税分の補てんの意味もある給付金です必ず申請しましょう！

□次回、精神保健家族勉強会は「医療について」の講演会です

勉強会は11月13日(水)13時30分から荏原保健センター（荏原2-9-6）で開催されます。

講師は、「しながわ在宅クリニック」の功刀医師です。

参加希望の方は、Tel3788-7016までお電話ください。

皆様のご参加をお待ちしています。（臨床心理士 飯塚さん）

□かもめ会が「みんな集まれ！ふくしまつり」に参加しました

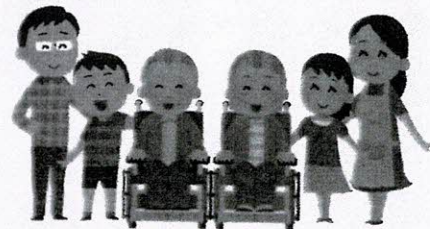
しばらくお休みしていましたが、9月21日(土)に品川区立中小企業センターにて開催された「みんな集まれ！ふくしまつり2019」に再び参加しました。

かもめ会は精神保健福祉士2名(横田信子さん、廣田直子さん)による、よろず相談会(主に精神)を行いました。

かもめ会の障害者相談員2名(麻生澄江さんと庄田)も参加しました。

4人の方々が相談に来られ、障害のことや物質依存、生活保護や手帳のことについての質問をお受けしました。

また、インスタントカメラによる家族記念写真を撮影しました。その場で写真が出来上がるプリントを60人の方に持ち帰っていただきました。



□2019年7月10日(水)の精神保健家族勉強会開催報告

今年度2回目の家族勉強会です。

今回のテーマは「福祉サービスについて」で、参加者は20名でした。

講師は、荏原保健センター 飯塚さん、精神障害者地域生活支援センターたいむ湯本所長さんでした。

前半は飯塚さんが2017年度の道しるべを基に、地域生活支援施策についての話をしました。

具体的には、グループホームや作業所などの障害福祉サービス利用にあたっての流れや利用負担額、福祉サービスそのものについてです。

利用負担額は世帯の所得によって決まり、生活保護や低所得者は基本負担金なしですが、課税状況によっては自己負担となることがあります。

福祉サービスは、施設などに短期間入所する短期入所(ショートステイ)、低額な料金で居室や設備を提供する福祉ホーム等があります。

事業としては、日中活動事業(生活介護、自立訓練、就労継続支援、就労移行支援)や、3年を限度として一般の事業所で働くことができる精神障害者社会適応訓練事業があります。

わからないことや疑問点があれば、保健センターや地域生活支援センター、障害者福祉課などに問い合わせてください。

後半は地域生活支援センターたいむの湯本所長が精神障害者のホームヘルプの利用について説明しました。

利用にあたっての流れは、たいむの職員が自宅に訪問し区分認定を行い、そこから計画を立てヘルパーを探す、となっています。

現状として、精神障害者向けの福祉サービスのヘルパーが限られているため、探すことが困難な状態にあります。

またホームヘルプは本来、自立に向けてのヘルパー利用です。(臨床心理士 飯塚さん)

□2019年9月11日(水) 精神保健家族勉強会開催報告

今年度3回目の家族勉強会です。

今回のテーマは「訪問看護について」で、参加者は17名でした。

講師は、ソフィア訪問看護ステーション小山 管理者の坂本看護師でした。

前半は坂本看護師にお持ちいただいた資料もとに、訪問看護について説明していただきました。

精神科訪問看護とは、「看護師」や「作業療法士」などの専門職が自宅に伺い、日常生活の支援を行うものです。

主に、病状や健康状態の管理や看護など行いますが、住まいの療養環境の調整や支援等も行っており幅広い支援をしています。また、精神科訪問看護では、他の訪問看護では認められていない「家族の相談」だけでも訪問が認められています。

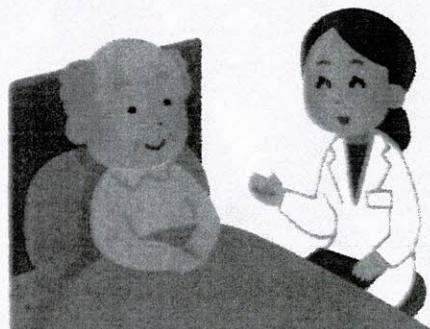
保険については、医療保険と介護保険の2種類があり、主に年齢によって自動的に振り分けられますが、医者の指示書によって介護保険に該当できる人でも医療保険となりますことがあります。また、医療保険の精神訪問看護では、30分未満の訪問も認められています。

後半は質疑応答の流れの中で参加者間での情報交換を行いました。

質疑応答では、病院は都外だとしても居住地が訪問看護ステーションのエリア内であれば、訪問看護は行えること、ひきこもりで精神科にかかっていない場合は、訪問診療や各保健センターで行っている精神保健医相談というサービスを利用できることなどができました。

看護師としては本人に会えない場合があることを理解しているから、家族は申し訳ないと思わず頼んでもらってよいことをお話していただきました。

(臨床心理士 飯塚さん)



□かもめ会講演会のご報告

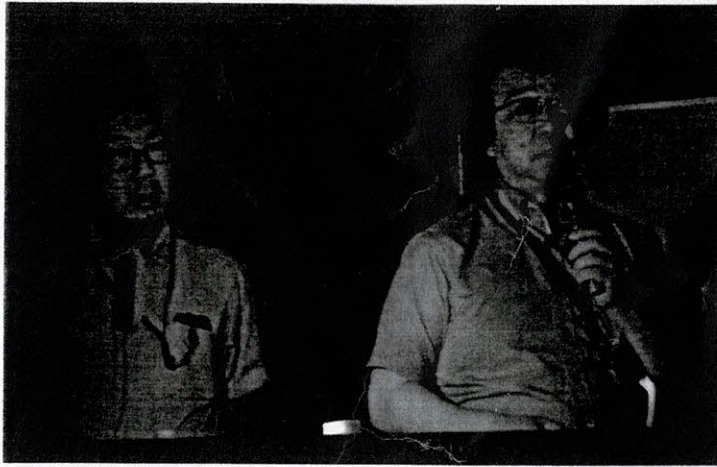
☆北海道浦河べてるの家から向谷地生良先生が品川に来やってくる！！

【題名】 「幻聴さん、いらっしゃい-浦河べてるの家の歩みと当事者研究の世界-」

【講師】 向谷地生良先生 北海道医療大学看護福祉学部教授
社会福祉法人浦河べてるの家理事

【日時】 9月22日(日) 13時～15時 会場 品川区役所第三本庁舎6階講堂

講演会の内容を高橋和子さんが文章起こしをして、編集ボランティアの足立さんにデジタルファイル化をお願いしました。



講師のお二人の写真 向谷地さん(右)、伊藤さん(左)

【以下原稿】

浦河町概要

北海道東南にある人に1万人の小さな町。水産資源と競争馬の産地として有名。貧しい地域で、ここで若者達との交流を行った。町では130床のベット数が0となってゆく。

「べてるの家」は1950～1970年に建設

- ・精神障害を抱えながら生きようとしている当事者への支援体制の貧しさ、地域経済の弱体化も重なる中で、日高昆布を全国に販売しようという起業のアイデアを得て、皆が一つにまとまった。
- ・多くのミーティング、SST、当事者研究をメンバーが病気と付き合いながら地域で暮らせるよう行っている。
- ・グループホーム9棟の運営をし、各住居で週に一度ミーティングも行っている。

当事者研究について

誰もが持っている生きにくさを仲間と共に共有することにより研究というアプローチから深めていくもの

その例として、

- ① 研究テーマを設定しよう（よくわからないが・・・。）
- ② 苦勞のパターンを考える（仕事がうまくいかない、付き合いが悪い自分、人とふれ合う苦しさ、悪魔との闘い、仲間を作りたい）
- ③ 苦勞の対処の仕方を話し合う（前向きに生きていこうという意見）
- ④ 対処法を実生活で実験
- ⑤ また研究を再検討

「べてるの家」での実践例(幻覚を中心に)

- ・毎年一回バリバラ大会を行う(幻覚&盲想大会)

優勝者例・・・世界地図を見ているうちに外国に関心を持ち、家のトイレに入り、旅行者気分になる。

- ・生活の中から

実例

- ① エイリアンを巻き込みながらの出産。赤子の父はべてるのみんなであると言う。その後作業をして安定してきた。
- ② 人生ブラック企業の研究。べてるはブラック企業だと言い、自分の苦勞のプロフィールを作る。
- ③ 育児中の幻聴との付き合い
幻聴の中のクロがことをけるよう命令
本人と家族と幻聴の相関の中でクロと和解(和解交渉をする)
治療に活かすことが出来た。

精神保健と福祉の動向

- ・家族、本人、市民の役割の増大・協同
- ・リカバリー志向
- ・経験専門家としての家族当事者
- ・薬物療法と非薬物療法の選択
- ・社会の空気、治療環境が当事者に与える影響
- ・対話の可能性、オープンダイアログ、当事者研究
- ・病院で回復する→社会の中で回復する
- ・当事者研究のネットワークの広がり 起業、家族、教育現場へ

質疑・応答

「障害者本人をどう応援するか」

幻覚の壁をくぐり抜けて、その人の生きる世界にお邪魔する。「助けに来たからね！」

「自分は失調症では？」

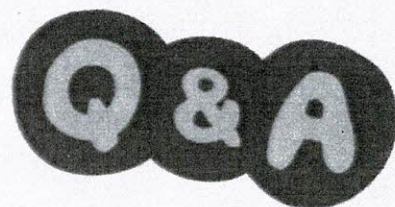
自己会話の中から書く力をつけてゆく。

などが出されました。15時終了

□につせいかん 青物横町クリニック様にかもめ会 Q&A

かもめ会役員会では10月にオープンしたにつせいかん青物横町クリニックの院長先生をはじめとする担当職員の方々に開院直前の9月28日に面会し会員の質問に答えていただきました。沢山の質問のすべてに心のこもった返答をいただき会員一同感謝しています。

以下に質問とその返答をまとめてみました。



Q1.山口先生は児童精神科医ですが大人の患者さんも診ていただけますか？

A1.初診の予約は中学生までです。

Q2.非常勤の先生は週に何日勤務ですか？

A2.10月からは木曜日午前中のみが外来です。来年4月から常勤の医師が着任の予定です。

Q3.どんな方にデイケアをすすめますか？

A3.大人の方で、就労継続支援B型に通うのは無理でも外に出られる方です。

Q4.青物横丁クリニック以外からもデイケア参加が可能ですか？

A4.全国民OKです。主治医に相談してください。月曜日～金曜日、毎日やります。

Q5.訪問看護ステーションの利用はどうしたら出来ますか？担当職員は何人ですか？

A5.かかりつけのお医者さんに指示書を書いてもらってください。3人からスタートします。

Q6.通院しないとデイケアに通えませんか？

A6.通院しなくても通えますが、青物横丁クリニックにご相談ください。

Q7.お薬は処方箋ですか？

A7.院外薬局に処方箋をお持ちください。

Q8.救急の対応もできますか？（急性期の患者さんを連れて行ってもいいですか）

A8.開業医と同じで原則は予約制です。都庁のひまわり等の御利用をお勧めします。

Q9.入院が必要になった場合に病院を紹介していただけますか？

A9.初診、再診、病状、家族の意向等も考え合わせて、とにかく相談しましょう。

Q10.ケースワーカーさんも勤務していますか？

A10.来年4月着任予定です、最初は院内でやがては地域に出て行くつもりです。

Q11.家族が困った時に悩みを相談してもいいですか？

A11.OKです。医療機関なので父や母、家族がカルテを作ってもいいです。

Q12.本人の病識がなく家族だけが病気や患者のことを相談したい時はどうしましょう？

A12.支援施設内のグローさんが障害児者相談支援事業を行っており、相談してください。

Q13.家族に出来ることはありますか？

A13.かもめ会の家族相談日として隔月第3木曜日とか決めて受付したらどうでしょう。

Q14.経済的に苦しくて病院受診できないような患者さんはどうしますか？

A14.生活保護や減免は福祉事務所や区役所の担当部局に連絡して相談してください。

Q15.セカンドオピニオンをしても大丈夫でしょうか？

A15.普段の薬はクリニックでもらっても、相談は入院した病院でしている方もおり、色々な方法が考えられます。患者さんが安心できる方法を探していくことが大切です。

Q16.今までの主治医のいる病院やクリニックの受診をやめないと受診が出来ませんか？

A16.制度上はやめなくても可能です。できれば一本化した方が良いので相談してください。

Q17.利用者の方々にかもめ会を紹介していただけますか？

A17.かもめ会のパンフレット等を施設内のしかるべき場所に置くのが良いのではないか。

以上