

相談室だより



(令和6年2月発行)

少し遅くなりましたが、新年あけましておめでとうございます。

皆さま体調にはお変わりございませんでしょうか？

医療福祉相談室では、精神保健福祉士が患者様、ご家族様の様々なご相談やご質問をお受けしています。

患者様、ご家族様が抱える精神保健福祉に関する様々な不安や心配ごとを一緒に考えていきませんか？



うつ病の方を対象とした心理教育プログラムを始めました♪

ストレスが原因で精神的に体調を崩され精神科医療機関を受診される方は年々増加しています。

治療には精神科医師の診察やお薬は必要ですが、状態が安定している時期に疾患について正しく理解し、自分自身の適切な対処方法を身につけることも大切です。

当院では、こころの健康を保ちつつ生活を送っていただければと、うつ病（うつ症状のある方を含む）心理教育プログラムを始めました。

当面は毎週水曜日午後から少人数で実施できればと思っています。

ご興味のある方は医療福祉相談室スタッフまでお気軽にお尋ねください(^^♪

◎プログラム：毎週水曜日 午後 13:30～（全12回のプログラムです）



～うつ病心理教育プログラムについて～寺田院長より～

以前、うつ病は「心の風邪」といわれ、簡単に治る病気と捉えられていました。

しかし、「風邪は万病の元」といわれるように侮ることはできません。

またうつ病は、治療に関して風邪とはまったく様子が異なります。

うつ病は原因や治療プロセスなど個人差が大きくさらにぶり返すことの多い疾患です。

『調子が良くなった』と思っても安心せずに再発を防ぐための手段を考えていく必要があります。

当院では今回多職種での取り組みを行い、こころのリハビリテーションについて考えていきたいと思えます。奮ってご参加下さい。

院長 寺田 尚子



☆相談室の医療・福祉制度 ヒトクチ(……)メモ☆
～もしもの時に知っておこう～

「介護保険サービスを利用したいとき」～要介護認定について～

原則 65 歳以上の方で（特定の病気に該当する方は 40 歳から利用できる場合あり。）
在宅で介護サービスを利用する際や施設へ入所する際に要介護認定が必要となります。

このような事でお困りはないですか？

- (例①) 『一人暮らしで最近、足腰が不安で買い物や家の家事をすることに不安があるなあ…
家族は遠方だし、誰か手伝ってくれると助かるんだけど…』
→ホームヘルプサービスなどの家事援助サービス
- (例②) 『デイサービスに通ってリハビリや食事、入浴のサービスを受けたいなあ…』
→デイサービスなどの通所サービス
- (例③) 『体調面で不安があるから、自宅より、施設への入所をこの先考えようかなあ…』
→老人ホームや有料老人ホームなどの施設入居サービス

(注) 多くのサービスは要介護認定（申請窓口は市町村役場）が必要となりますが、
どのタイミングで認定を受ければよいか迷われている方も多くいらっしゃいます。
もしそのような事でお困りの方がいらっしゃいましたらお気軽にご相談ください。
上記以外にも介護保険サービスは様々なサービスがあります。

必要に応じケアマネージャーさんや地域包括支援センターと連携しご本人様がより安心して
生活していただけるようお手伝いさせていただければと思います。

ご本人様、ご家族様が介護の事でお困りの際には医療福祉相談室にご相談ください。

☆宮本病院のホームページが新しくなりました！！☆

当院のホームページが新しくなりました！！これからも皆様へ様々な情報をより
分かりやすく発信していければと思います☆

ぜひご覧いただき、皆さまの感想をお聞かせください♪

これからも宮本病院をよろしくお願い致します♪

