

2月19日より家族教室の場所が変更になります
現在研修ホールで行っています、すべての家族教室は、
「ひだクリニック3階るえか」にて行います。

【休診のご案内】

ひだクリニック：土曜・祝日 休診

ひだクリニックセントラルパーク：水・土・日曜日祝日



急に具合が悪くなった場合は、主治医がいなくても応急対応をいたしますのでご相談ください。セントラルパーク休診の場合は、ひだクリニック（本院）で対応いたしますので、お電話にてご連絡ください。

自立支援は登録医療機関のみご使用になれます。



【ご案内】

2月19日（日）10時～12時 家族sst

2月19日（日）14時～16時 サイコドラマ

2月19日（日）15時～16時半 認知行動療法フォローアップ講座

2月26日（日）10時～12時 ふぁみりーテーブル基礎講座

「自立のための社会資源、制度」大谷精神保健福祉士

3月 2日（木）16時半～20時 クローバーファミリー

～ぶーけ家族懇談会と家族sst～ セントラルパークにて

3月 5日（日）10時～12時 「べてる式家族当事者研究」

3月12日（日）10時～12時 わいわい講座 プレゼンター「マーレ」

【編集後記】



お好み焼き 焼麦太郎の報道では、ご心配、多くの励ましをいただきましてありがとうございました。各方面で大きな反響があり、驚いています。元気に営業しておりますので、ぜひ、お食事にいらしてください。（み）

H29年 2月号No.1

そらむぎ
ひだクリニック
<http://www.hida-c.com>
ひだクリニックセントラルパーク
<http://www.hida-centralpark.com>

ピアサポート専門員
の育成

「厚生労働」という厚労省が編集している情報誌に、千葉県の取り組みとして、当、株式会社MARSが昨年千葉県の委託を受けて行った「ピアサポート専門員」養成研修の内容が記事として紹介されました。

記事によると、「精神疾患を経験した人が、同じように精神疾患で困っている人を支えることで、回復（リカバリー）につながれるとされており、この活動がピアサポートと呼ばれている。その多くはボランティアだが、千葉県では、精神障害のある人に『ピアサポート専門員』として養成し、障害者就業・生活支援センターに登録し、一般就労・職場定着につなげていくピアサポートの推進を進めています」と、あります。

つまり、精神疾患を思い、生きづらさの苦労を抱えてきた経験を先輩と

して、同様の生きづらさを持つ方へ役立てていく、それが、その方自信の回復にもつながり、それを正式な就業と位置づけ養成していくということです。

当院では、早くからピアサポーターの導入を行い、現在も多くのピアサポーターが働いています。同様の経験をしたものにはかわからない、症状のつらさや薬の飲み心地、そして、どんな経過をたどったかなど、ピアサポーターにしかできない大きな役割があります。また、回復し、働いている姿は、今まさにつらい症状を抱え将来に不安を持っている方には大きな励みにもなります。

しかし、一方で就労と位置付けて活躍するには、厳しさもあります。ご自身の病気について自己管理ができること、ご自身の病気を振り返りそれを活かしていけること、当事者を支援する意欲があることなども求められます。この研修では3日間の座学や演習で、基礎知識をに見つけ、さらに3週間の実習で、現場での経験を積み上げます。遅刻は合計30分しか認めないという厳しいものです。

この養成研修は、全国に先駆けて千葉県で行われ、今年も養成研修が実施されます。さらに、株式会社MARSでは、「就労移行支援Co opus (コパス)」内にピアサポーター養成専用の「コピア」も設けており、この養成研修とは別に研修、トレーニングをすることができます。

「精神障害者は、～～」と言われていた時代は過ぎ、これからは、多くの分野での活躍が期待されています。その経験を活かし、新たな働き方ができる時代になりました。多くのピアサポーターが全国で活躍してほしいと切に願います。



肥田先生のメディカルコラムVol.73



「精神科デイケアとは何か。精神科デイケアの本質とは何か」

～その9～

前回からの引き続きのグループ（集団）についてです。ビオンが考えたグループの基本の構造というのは、今のデイケアを考えるときにヒントになります。

集団は大きく、「作動集団（work group）」と、「基底的想定集団（basic assumption group）」の2つに分けられます。ちょっと難しい

用語ですが、「作動集団」とは、集団が課題を達成しようと協力して機能しているグループです。生産性が高く、目的を持っていますので一枚岩で、バリバリやっている感じがします。傍から見ると、すごく動いているようなグループです。もちろん、これは戦争など、目的のためにはこうした作動集団であったほうがいいわけです。しかし、集団は必ずどこかで変質していきます。先ほどのバイオフィルムというのも、すごくガチガチかもしれませんが、ちょっとした酸があれば崩れていくことだってあります。

もう1つの「基底的想定集団」は、行動が何らかのファンタジーに基づいているグループです。何らかのファンタジーというのは良くわからないと思いますが、「～のつもり」などの憶測や場の空気などによって支配され、集団は課題を遂行できません。集団は多くの葛藤を伴います。集団としてなかなか機能しないグループです。

グループの運営に関わっている方はわかると思いますが、グループがとってもいいときと、うまくいっていないときを実感します。うまくいっていないときは、そこのスタッフもつらければ、メンバーもつらい。スタッフはすごく迷ってしまうし、そのもとにいるメンバーはもっと迷うということになります。

～福祉サービス情報～

税金編



医療費控除

確定申告など、税金の申告の時期となりました。サラリーマンの方は、会社を通じて税金の申告をしていますが、医療費控除は各自で確定申告を行うことが必要です。

簡単な目安としては、同一世帯の方の医療費の合計が10万円を超えた場合が医療費控除の対象となります。医療費には、医科、歯科で支払ったもののほかに医薬品の購入代も含む、薬代、介護施設や居宅介護の費用、6カ月以上寝たきりの方のおむつ代なども対象となります。詳しいことは、国税局のホームページや税務署にご確認ください。

市民税の申告

非課税の方も市民税の申告が必要となります。自立支援医療の自己負担金の上限額は、この申告をもとに決められています。収入がなかったので申告は関係ないわけではなく、収入がなかったことの申告が必要です。お住いの市町村に用紙がありますので、お問い合わせください。

障害者控除

納税者自身が障害者か、扶養親族が障害者の場合が対象となります。また、精神障害で、障害者控除を受けるためには、「精神障害者福祉手帳」が必要となります。「精神障害者福祉手帳」は、精神科への初診半年を経過している方が申請することができます。取得には、申請後おおむね2カ月ほど時間を要します。医師の診断書が必要となりますので、外来受付にお申し出ください。



宙麦会&MARSスタッフのバトンリレーのページです。

今月は、訪問看護ステーションすびかの安本さんです

訪問看護ステーションすびかで看護師をしている安本幸子です。京都出身です。千葉に来て驚いたことは、月がとても大きかったことです。「どこかで盆踊りをしている」と思い近づくもたどり着きません。月の出始めだとわかりました。「なんて綺麗なんだろう」と感動しました。京都は盆地で四方を山に囲まれているため、小さく見えます。京都の景色は風情がありますが、大きくて明るい千葉の月に魅せられました。

このように同じものでも、錯覚や勘違い、立場や場所、感性や感情、考え方や歩んできた人生によって違って見えるのですね。人間も様々であり、じっくり付き合ってみないとわかりません。訪問看護という仕事で大切にしていることは、まずゆっくり時間をかけて相手を知り、信頼関係を築き、そこから始めることをモットーとしています。その人の目標が訪問看護の目標であり、同じ方向に向かって進んでいきたいと考えています。一人一人を、大切にしていきたいと考えています。

保育士の資格を持っており、学生のころは障害者スポーツ振興会に所属してボランティア活動をしていました。水泳を教えたり、キャンプ活動に参加していました。水泳は子供のころから大好きで、今もほぼ毎日泳いでいます。泳ぐことしか、自慢できるものではありませんが、今後も皆様のお役に立ちたいと考えています。私にできることがありましたら、気軽に声をかけてください。今後ともよろしく願いいたします。

いつも訪問看護でお世話になっている、月曜日担当の大辻先生にバトンと渡したいと思います。

