

<精神に障害のある方の気軽な相談場所・交流の場>

地域生活支援センターあさやけ通信「風」10月号

社会福祉法人 ときわ会 地域生活支援センター あさやけ



〒187-0031 小平市小川東町 4-2-1 小平元気村おがわ東 1 階
★ TEL (相談用) 042-345-1741 (事務用) 042-345-2077
★ FAX 042-345-1734
★ E-mail kaze1741@asayake.or.jp
★ ホームページ <http://www.asayake.or.jp/sien.html>



精神障害があっても、一般医療機関の治療が受けられるように

東京都では「平成30年度からの新たな保健医療計画に基づく、精神疾患医療体制整備に向けた検討会議」が行われています。現在の医療福祉計画でも、施策の目標として精神疾患患者を地域で支える社会を実現していくためには、「診療科間の連携」「地域連携」「保健医療、福祉の連携」の3つの連携が重要であると、「日常診療体制」「救急医療体制」「地域生活支援体制」の三本柱を基に取り組んできています。

ここでは、三本柱のひとつの「日常診療体制」について、現在取り組まれている活動について紹介します。東京都では、精神障害者が地域で必要な医療が受けられるための取り組みとして、都内を12圏域に分けて地域連携協議会を設置しています。各医療圏域では以下のような取り組みを行っています。

• 地域連携会議

圏域ごとの課題整理やニーズ、事業展開などを地域の関係者で検討する。

• 連携ツール等の検討作成

地域特性に応じた連携ツールの検討と作成。

• 診療科間連携の強化

地域の一般科の医師を対象とした精神疾患や精神保健医療の法制度等に関する研修及び、一般診療科医師と精神科医師との症例検討会を開催する。

• 住民向け普及啓発

地域住民を対象に、精神疾患や精神保健医療に対する理解を促進するための活動（講演会等）を開催する。

北多摩北部医療圏域は、小平市、東村山市、東久留米市、清瀬市、西東京市の5市で形成されていて、西東京市の薫風会山田病院が拠点病院を担当しています。平成28年度は症例検討会や市民講座を開催しました。他の圏域の活動としては、南多摩圏域が「ナンタマこころの医療機関」というホームページも開設し、精神科病院やクリニックの名簿や診療科、診療時間など、患者や家族、関係者が知りたい情報等を掲載しています。

【最近、一般科総合病院で受けた印象】

精神障害者が「一般科病院に入院して治療を受けられた。」「入院中もスタッフから丁寧な対応をしてもらえた。」という話を聞いた時に、この医療連携事業が浸透してきていると感じます。しかし、現在も一般科の病院で精神障害を理由に入院を断られたという話もあり、今後より一層、精神障害者がどの医療機関でも適切な治療が受けられるようになることを願います。

支援センターのお知らせ

元気村まつりをもりあげよう！

8月の風の会で元気村まつりの出展内容をみんなで考え、今年度の元気村まつりでは以下のものを行うことになりました。お店等のお手伝いや作品を出展して、元気村まつりを盛り上げてくれる方を募集しています。元気村まつりの詳細は右ページをご覧ください。

【模擬店】

- ★販売するもの
らくがきせんべい・射的・ヨーヨー等
- ★お店のお手伝い募集
午前・午後で各売り場1名ずつ募集しています。のちほど交流室掲示板をご確認ください。

【お休み処あさやけ】

- ★地域の方にあさやけの活動を知ってもらうために、交流室を「休憩所」として開放します。
- ★利用する方にお茶等の飲み物を出してくれるウェ이터を募集しています。詳しくは交流室の掲示板をご確認ください。

【自主作品展示】

- ★交流室前の廊下に作品を展示します。
- ★募集概要
 - ・平面作品でA4サイズ
 - ・額装しない
 - ・受付は10/1～10/18まで

支援センター活動報告

夏のお楽しみ会～あさやけサマーバケーション～

7月29日（土）に開催しました。流しそうめんやかき氷、スイカ割り、花火など夏のイベントがいっぱいで、「今年になって初めてスイカを食べた！」というメンバーもいたりして、季節を感じる良い1日でした。



7月メンバー学習会報告

7月のメンバー学習会では、多摩小平保健所から保健師さんに講師に来てもらい、夏の健康管理について学びました。

熱中症って？

体の水分や塩分のバランスが崩れ、熱がこもった状態

症状：めまいや頭痛、吐き気、だるさ

対策：水分や塩分の補給 涼しい部屋で休む
秋口に入り涼しくなってきましたが、その分急に暑くなる時は注意が必要です。
充分注意しましょう！



水虫について知ろう

カビの一種である白癬菌が皮膚に寄生して起こる皮膚病

症状：足の皮がポロポロむける かゆい

対策：マイスリッパや靴下の使用

水虫菌がついたとしてもすぐに症状が出るわけではありません。毎日足を洗い清潔に保ちましょう。症状が出たら市販薬ではなく医療機関を受診しましょう。

地域のおしらせ

元気村まつい

日 時：10月22日（日）午前10時～午後4時

場 所：小平元気村おがわ東

問 合：小平市市民活動支援センターあすぴあ

TEL/042-348-2104

市民活動の展示や元気村施設の発表、スタンプラリー、とん汁やらくがきせんべいなどの模擬店、よさこいなどのイベントが盛りだくさん！是非足をお運びください。



コダレンジャーも参上！



※元気村まつり当日は、支援センターの相談はお休みです。交流室は来場者が利用できる休憩室として開放します。翌日の23日（月）は振替閉所日となります。

KODAIRAわいわいバザール

日 時：10月8日（日） 午前11時～午後4時

10月9日（月・祝） 午前10時～午後2時

場 所：東京都立小平特別支援学校

問 合：KODAIRA わいわいバザール実行委員会

080-5642-8295（あさやけ風の作業所内）

バザー販売品：古着、靴、かばん、おもちゃ、新品日用品、古本

小平市内の作業所の物品販売のほか、やきそばやたこ焼きなどの模擬店がもりだくさん！今年も景品がもらえるスタンプラリーを開催します！

支援センターあさやけもらくがきせんべいと射的を出店します！



国立精神・神経医療研究センター病院家族会「むさしの会」

9月例会のお知らせ

日 時：9月23日（土）午後1時～4時半

場 所：国立精神・神経医療研究センター 中央館3階コスモホール

参加費：200円（当事者の方無料）

問 合：むさしの会 会長住本知子

TEL/FAX 042-572-6028

【タイムスケジュール】

午後1時～2時半 講演会/「光トポグラフィーを用いた診断補助検査」

講 師/野田隆政 先生

（センター病院 第一精神診療部 第二精神科医長）

午後2時半～4時半 懇談会（休憩10分含む）



地域生活支援センターあさやけ

精神に障害のある方の気軽な相談場所・交流の場

<開所時間> <相談> / <交流室>
 月～金 午前10時～6時 / 12時～6時
 土 午後12時～午後6時
 日・祝日 閉所

2017年  10月 

月	火	水	木	金	土	日
						1
2 	3	4 女性のための …書道 午後1時半～3時 体育館でスポーツ	5	6 	7	8 KODAIRA わいわいバザール (詳細は3面へ)
9 体育の日 KODAIRA わいわいバザール	10	11 女性のための …書道	12	13	14 けやき会 家族相談会	15
16 ㊟ カレータ食会	17 	18 ㊟ 女子会 SST	19	20 ㊟ 今日の料理 ゆうごはん	21 サタデー ひだまり	22 元気村まつり (詳細は3面へ)
23 振替閉所	24	25 職員会議のため お休み	26	27	28	29
30 ㊟ カレータ食会	31 ㊟ 今日の料理 ひるごはん 風の会& メンバー学習会	交流室のマナーについて考えよう！				

プログラム ㊟マークのものは事前予約が必要です。

<通常プログラム>

- 風の会&メンバー学習会 ・3時～4時
- 女性のための書道 ・10時半～12時
- 女子会 ・10時半～12時
- ガールズデー ・10時半～12時
- ピアサポート～なかま会～ ・3時～4時
- SST ・4時半～5時半
- 今日の料理 ひるごはん ・10時半～12時半
- ゆうごはん ・3時半～5時半
- カレータ食会 ・5時～6時

- センターの活動報告、テーマごとの学習・ミーティング。
参加費50円。書道とお茶会。女性メンバーが集う場。
- ㊟ガールズトークが楽しめる茶話会。参加費100円
交流室を女性限定で開けている時間。11時からランチ会。
テーマに沿って、なかま同士が気持ちや体験を語る場。
みんなでゲームをしたり、困ったことを話し合えるプログラム。
- ㊟参加費300円。調理・片付けの自炊の練習。
- ㊟参加費300円。手作りカレーをみんなで食べる会。

<自主プログラム・家族グループ>

- サタデーひだまり ・1時半～4時
- けやき会家族相談会 ・1時半～

元気村2階第二会議室。一杯100円で飲み物にお菓子も付きます
 家族のための相談・学習の場。今年度は6/10・10/14・12/9・2/18