

# 退院に向けた支援（地域移行）のリーフレット 【関係者向け】

板橋区精神障がいにも対応した  
地域包括ケアシステム構築検討会

令和5年1月



## 目 次

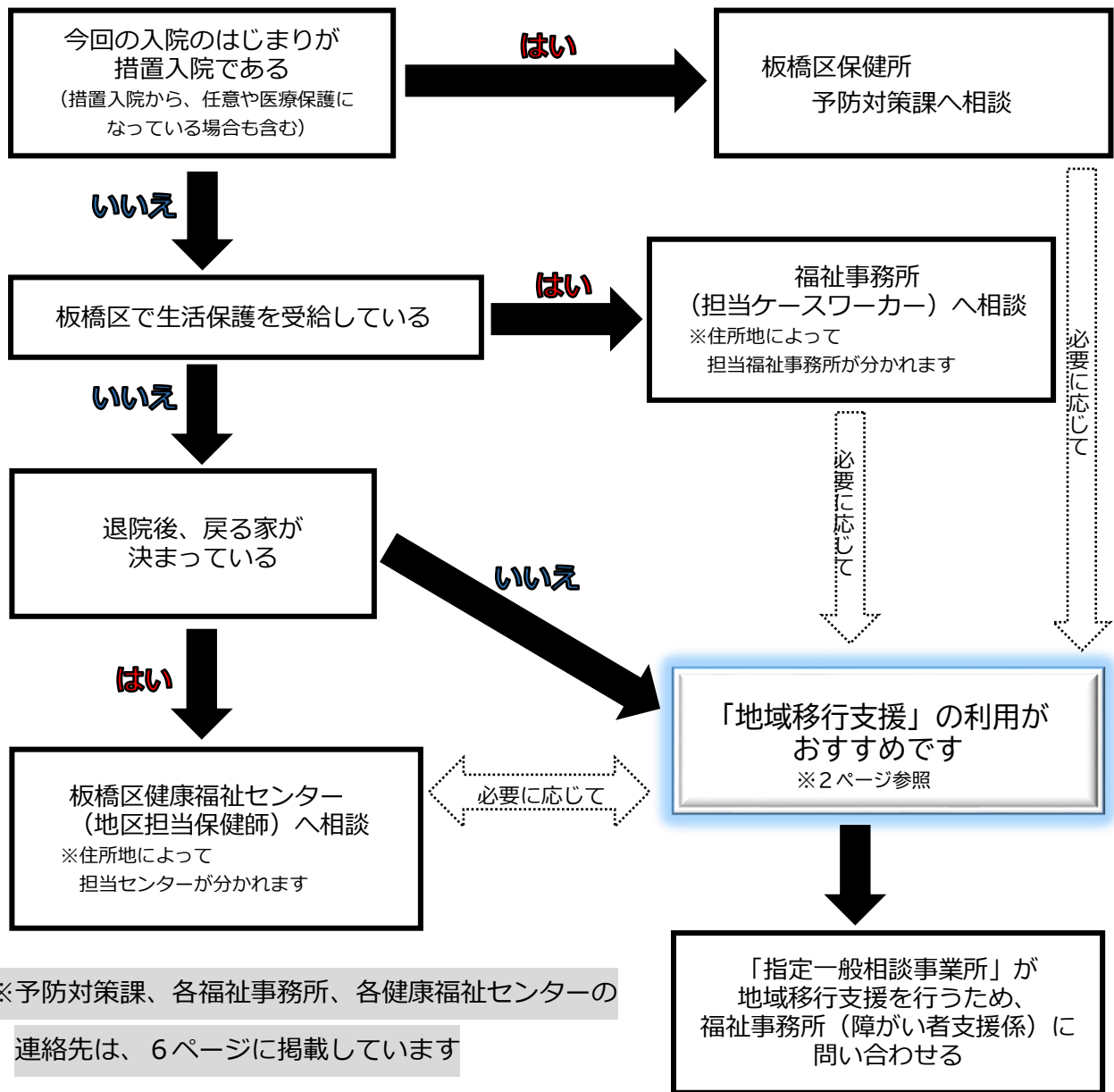
背景・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1
退院に向けた支援の相談先・・・・・・・・・・・・・・・・	1
「地域移行支援」制度の概要・・・・・・・・・・・・・・・・	2
「地域移行支援」利用の流れ・・・・・・・・・・・・・・・・	3
「地域移行支援」を利用して退院した方にインタビュー・・・・・・・・	5
各関係機関の連絡先・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	6
「板橋区民の退院を支援します！」チラシ(見本)・・・・・・・・	7

## 背景（参考：厚生労働省「精神障害者の「地域移行」について」）

精神病床に入院している患者の、高齢長期化が背景にあります。

障害者基本法の「全ての障害者は、可能な限り、どこで誰と生活するかについての選択の機会が確保され、地域社会において他の人々と共生することを妨げられないこと」（第3条第2号）という理念を実現するためには、精神障がい者の病院からの地域移行の取り組みを進めることは今後も非常に重要です。

## 退院に向けた支援の相談先



★このフローは一般的な相談先窓口です。内容によっては相談先が変更になる場合があります。また、複数の支援機関が一緒に担当することもありますので、ご了承ください★

## 「地域移行支援」制度の概要

■ 地域移行支援とは障害者総合支援法に基づく支援です。

利用にあたっては区への申込みが必要です。

対象・・・病院に入院していて、退院が可能と判断している人（入院形態は問わない）

退院後も地域サービスなどの支援が必要な人

「退院したい」と意思表示している人

内容・・・住まい探し（賃貸住宅・グループホーム・公営住宅など）

退院、退所後の日中過ごす場所の体験利用の調整

体験的な宿泊支援の調整

外出の同行

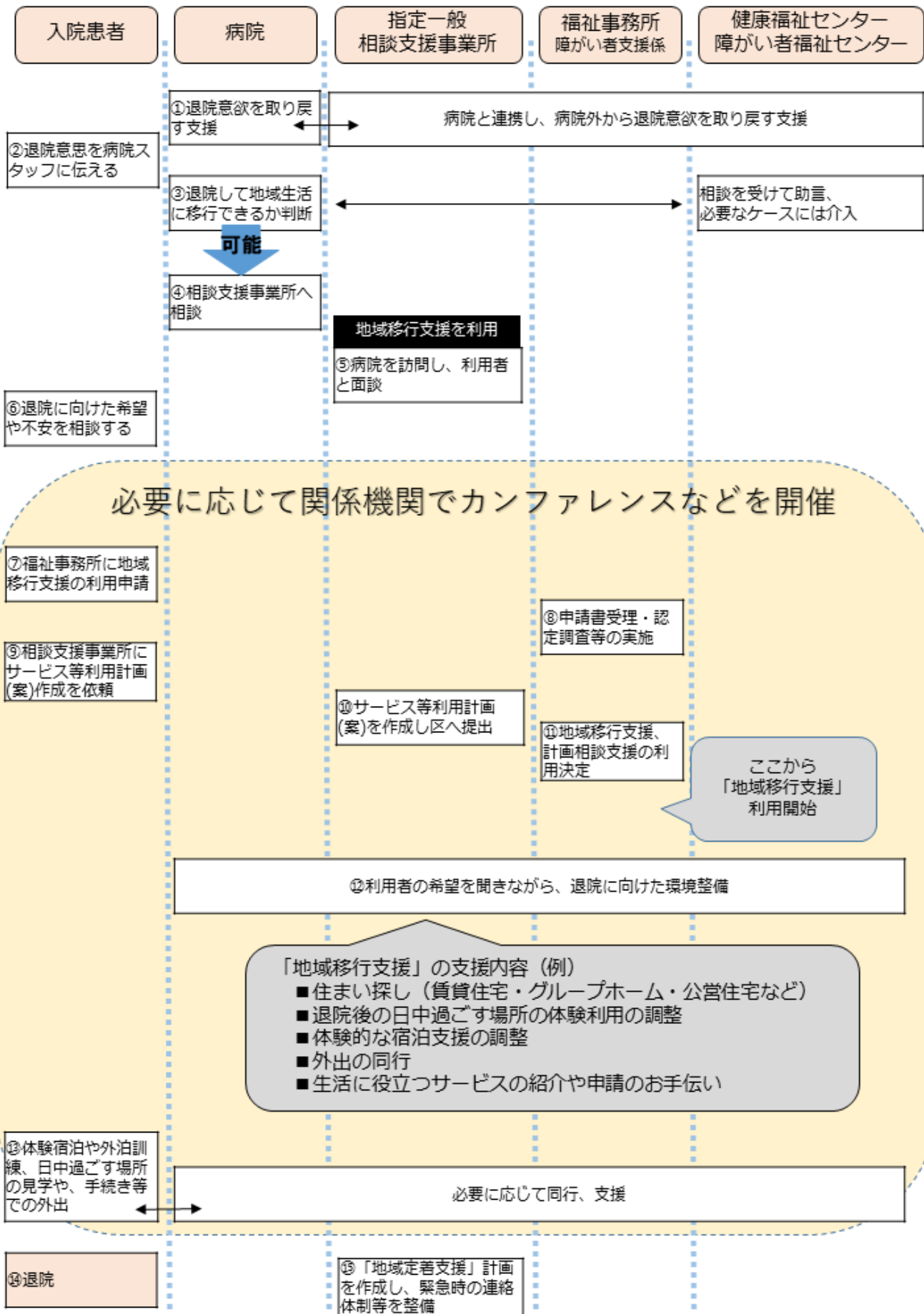
生活に役立つサービスの紹介や申請のお手伝い など

期間・・・原則6か月（必要に応じて更新が可能）

費用・・・無料

参考：大東市障害者総合支援協議会 あなたの暮らしをさがしてみませんか

## 「地域移行支援」利用の流れ



## 【補足】

①・・・ピアサポーター（精神障がいを抱えながら生活を営む地域生活者）の活用、板橋区作成「板橋区民の退院を支援します！」チラシ（P.7 参照）の配布などで入院患者へ制度を周知することによる、退院意欲を取り戻す（動機付け）支援が必要です。

③・・・入院患者が地域生活に移行できるかの判断には、必要に応じて都が実施しているショートステイ事業の活用等を検討してください。また、判断に関して相談が必要な場合は、次の支援機関にご連絡ください。

### ●健康福祉センター（連絡先は P.6 参照）

※下記の方が退院される際は、退院後のスムーズな相談支援のため、退院前に健康福祉センターまで情報共有をお願いします。

1. 妊婦、乳幼児の保護者の方
2. 虐待に関連する事案と思われる方
3. 入院前に、既に健康福祉センター地区担当保健師が継続支援をしていた方

### ●障がい者福祉センター（連絡先は P.6 参照）

【業務内容】・サービス利用等各種相談

- ・病院等への講師派遣
- ・計画相談支援、地域移行支援の推進
- ・板橋地域生活移行支援連絡会の開催、関係機関との連携強化 など

④・・・「地域移行支援」を行う相談支援事業所は、区内7か所（令和4年6月現在）あります。

## 「地域移行支援」を利用して退院した方にインタビュー

実際に地域移行支援を利用して退院し、現在はご自身で希望された場所で生活されている方の暮らしをご紹介します。

Aさん（女性 50代 統合失調症） ～グループホーム～



高校3年の夏の終わりに、初めて精神科へ受診し入院しました。お薬を飲むと眠気があり生活や仕事に支障が出るので、お薬を飲まずに過ごしては、短期、長期と再入院を繰り返す日々……。40代後半、お母様の介護と重なり、疲れ果てて一番長い入院生活に入りました。

地域移行支援があることを知り、気持ちの中に「早く外へ出てオシャレがしたい」と希望を持ちました。入院中に支援者と一緒に住むところと日中活動の見学や体験へ行き、アパート型のグループホームへの入居とその近くにある事業所へ通うことを決め、退院しました。初めての一人暮らしです。

不安な時は、支援者の方にその時の素直な気持ちを伝えていきます。退院してからも、ちょっと辛いですが、どんなに朝眠くても、まず顔を洗って眠気を覚まし身支度をしています。欲張り過ぎず、一つ一つやっつけていこうと思います。

### 1週間のスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
午前	B型	B型	B型		B型	ランチ会	
午後				ピアサポート活動 (1/月)	訪問看護		薬受取 (1/月) GHのプログラム

※B型は基本的に午前11時30分までですが、状況と体力次第では午後2時過ぎまで活動することもあります。

#### 利用しているサービスや制度

- 活動
  - ・就労継続支援B型事業所 半日×週4回
- 住まい
  - ・グループホーム（通過型）
- お金
  - ・障害年金2級（成年後見人管理）
  - ・成年後見人の金銭管理支援
  - ・グループホームの日常金銭管理支援（助言）
- 生活
  - ・訪問看護 週1回 30分～60分
  - ・ピアサポート定例会出席
  - ・卓球（友人とのサークル的活動）
  - ・映画鑑賞 月1回

#### 家計簿（ひと月）

収入／67,000円	
・工賃	15,000円
・後見人からの生活費	50,000円
・ピアサポート報酬	2,000円
支出／63,300円	
・GH利用料	なし
・GHの積立金・お茶代	5,300円
・食費	30,000円
・交通費	5,000円
・水道光熱費	6,000円
・携帯電話代	5,000円
・日用品費	2,000円
・医療費	5,000円
・雑費（洋服・交際費等）	5,000円



## 各関係機関の連絡先

(1) 保健所 予防対策課

03-3579-2329

(2) 健康福祉センター

(↓管轄地域は区ホームページ参照)

【板橋】 03-3579-2121

【上板橋】 03-3937-1041

【赤塚】 03-3979-0511

【志村】 03-3969-3836

【高島平】 03-3938-8621



(3) 福祉事務所 障がい者支援係

(↓管轄地域は区ホームページ参照)

【板橋】 03-3579-2460

【赤塚】 03-3938-5118

【志村】 03-3968-2339



(4) 福祉事務所 保護第一係～保護第七係（板橋福祉事務所のみ、保護第六係まで）

【板橋】【赤塚】【志村】 いずれかの管轄の各担当ケースワーカーへ

(5) 相談支援事業所関係の相談先

板橋区立障がい者福祉センター 03-3550-3401

（「地域移行支援」を利用できる事業所をご案内します。）

# いたばしくみん たいいん しえん 板橋区民の退院を支援します！

入院が長くなって退院に不安や心配はありませんか？

「地域に戻って生活したいなあ」「退院したいけど大丈夫かなあ」

と思ったら、まずは主治医や病院スタッフにその気持ちを伝えてみましょう！

STEP

1

退院に対する気持ちを、  
主治医や病院スタッフに相談



先生、わたしは退院して生活して  
いきたいです。退院できますか？

2

主治医が「退院できる病状である」と判断

条件が整えば、退院できる可能性がありますね。  
病院スタッフから、地域の相談員に聞いてみますよ！



3

病院スタッフが、区の関係機関などへ電話する



退院に向けて相談したい人がいるんですが・・・

4

地域の相談員（区の関係機関など）が  
入院先へ訪問などをし、  
退院に向け相談



退院したらどんな暮らしがしたいか  
教えてください！  
実現できるように、ご本人と支援者  
みんなで一緒に考えていきます！



必要に応じて  
「地域移行支援」  
制度の利用

5

退院に向けた準備を一緒に考えます（「地域移行支援」の利用も含め、検討します）  
住居の準備、お金のこと、日中の過ごし方、通院先、  
訪問看護やヘルパーの利用、困ったときの相談先 など  
退院前に外出支援や外泊練習をすることもあります（交通費などは自己負担となります）

6

**退院** 退院後も支援者みなんで、地域での生活を支援していきます



## よくある質問

Q 「地域移行支援」って？

A 精神科病棟に入院している方で、  
退院して地域生活に移行するため  
に、相談や支援を行う、国の制度  
です。原則無料で利用できます。

Q 退院への迷いがあります。途中で  
気持ちが変わってもいいですか？

A 気持ちが変わっても大丈夫です。  
不安な思いをお聞かせください。