

心の病気と
つき合いながら
生活している方の
ご家族の皆さんへ

心の病気とつき合う中で、「病気についてよくわからない」「病院などに相談したいけど聞けない」というような悩みを持たれたことはありませんか。そのような皆さんの経験や考えを大切にしたい支援をすすめるために、アンケート調査を行いました。

アンケートに答えていただいた方…**47人**

ご協力ありがとうございました。



出雲保健所

〒693-0021 島根県出雲市塩冶町223-1

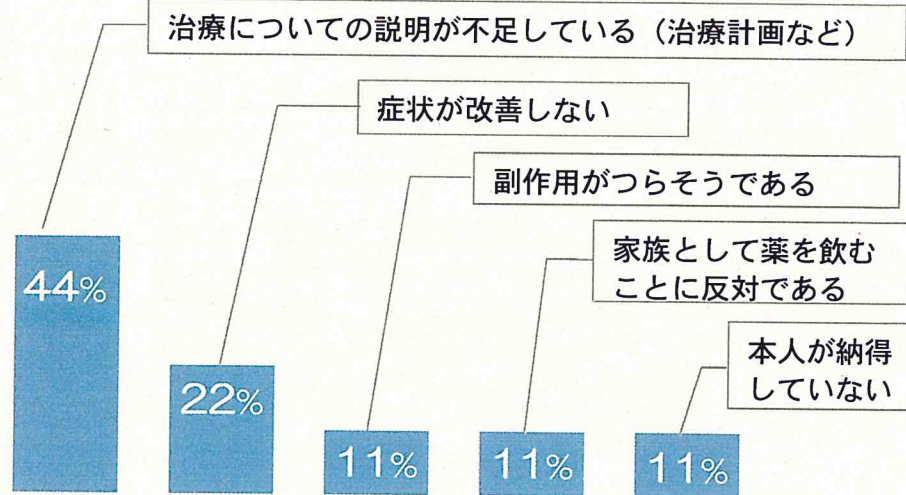
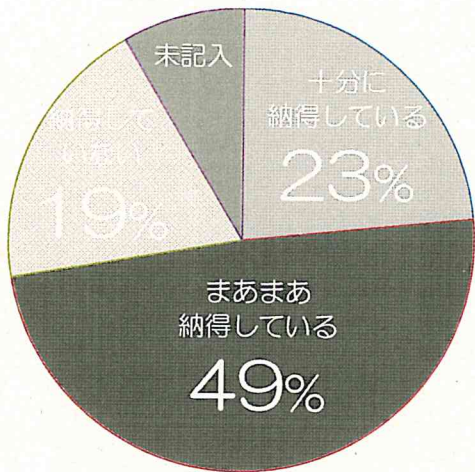
TEL: 0853-21-1653

FAX: 0853-21-7428

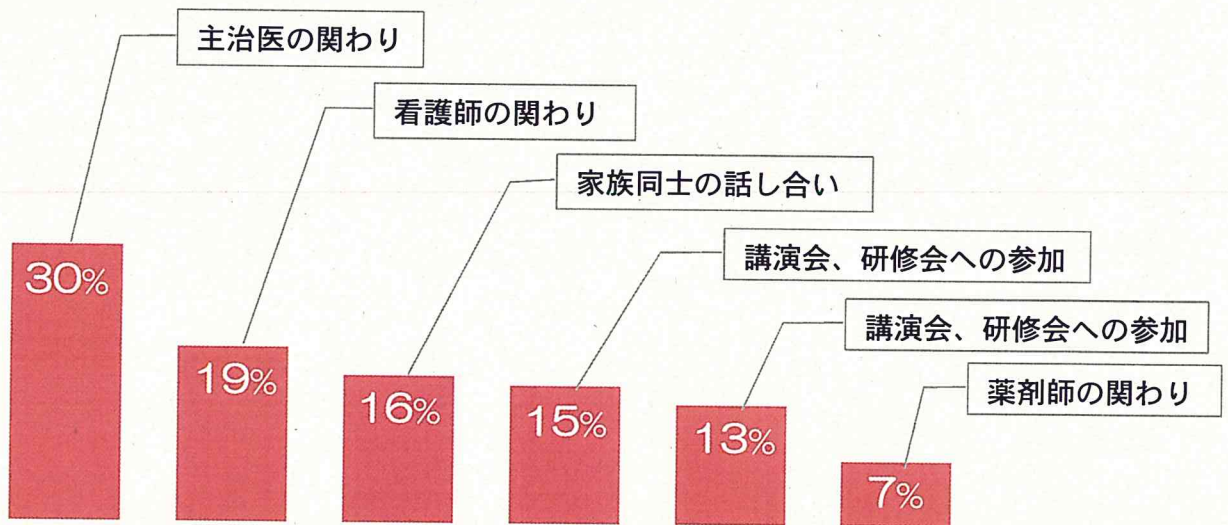


治療について納得している人は **72%**、していない人は **19%**

● **納得していない理由** ●

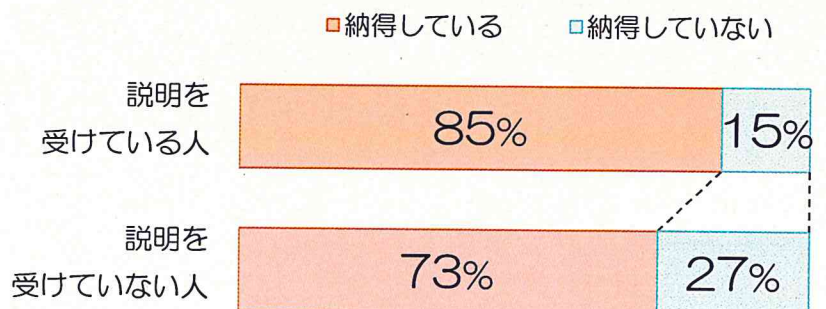
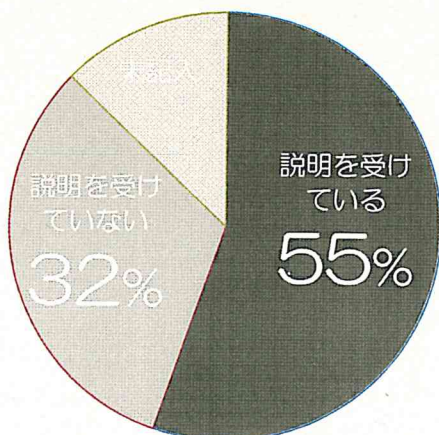


● **納得する上で良かったこと** ●



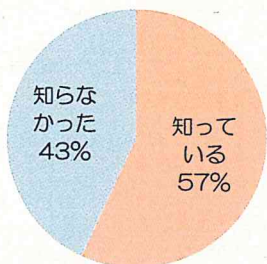
治療の説明を受けている人は **55%**、
受けていない人は **32%**

説明を受けている人ほど
納得して治療しています。



♡心の健康教室♡について

出雲保健所で心の健康教室を開催していることを知っている人は、**57%**



心の健康教室の開催を知っている人が半数以上!!
もっと多くの人に知ってもらい、
参加してもらえるように、
周知方法を工夫します!!

～過去の開催状況～

年度	回数	参加者
H20	3回	71名
H21	3回	84名
H22	5回	178名

ご家族の皆さんが聞いてみたいテーマは、

家族の接し方・対応の仕方



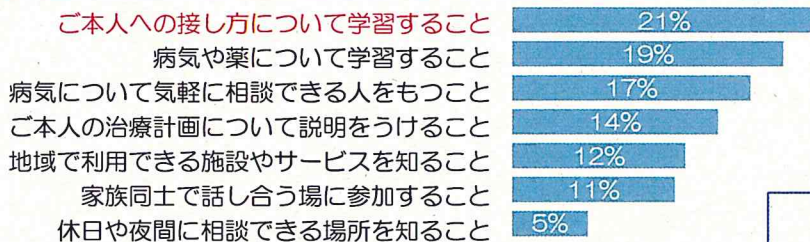
～過去の開催状況～

テーマ

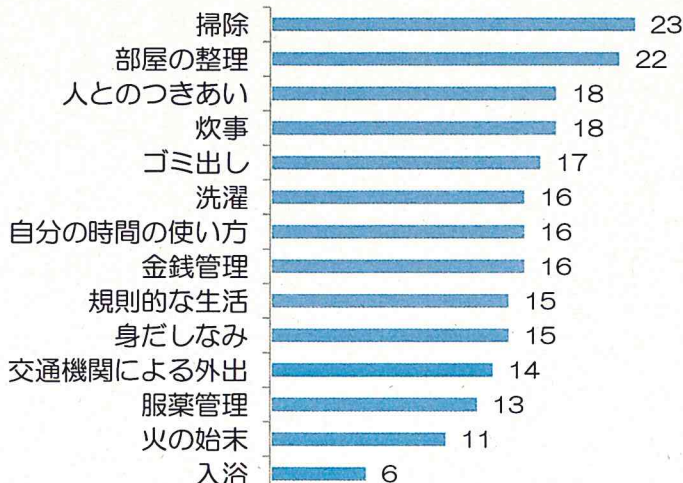
- ・統合失調症について
- ・うつ病について
- ・薬の正しい使い方
- ・家族や周囲との関係
- ・心の癒しを体験しよう
(アロマセラピー)
(音楽を楽しもう)
- ・統合失調症の体験発表と意見交換

ご家族の皆さんが治療を続ける上で希望することは、

ご本人への接し方について学習すること



ご家族の皆さんが日常生活において手助けの必要があると思われることは、**掃除**



ご本人への接し方について ワンポイントアドバイス

ご家族はご本人に対して小言を言ったりせず、根気強く「待つ」という姿勢が大切です。

- 「寝てばかりいる」のは回復へのプロセスです。
- 「疲れやすく根気がない」のは、エネルギーをためているのです。
- ご本人の努力や頑張りだけで克服することはできません。
- ときに甘えが強くなることがあります。うまく受け入れてあげてください。
- 無理な励ましはかえって本人に過剰なストレスになることがあります。



心の病気と つき合いながら 生活している 皆さんへ

心の病気とつき合う中で、「病気についてよくわからない」「病院などに相談したいけど聞けない」というような悩みを持たれたことはありませんか。
そのような皆さんの経験や考えを大切にしたい支援をすすめるために、アンケート調査を行いました。

アンケートに答えていただいた方…**264**人

ご協力ありがとうございました。



出雲保健所

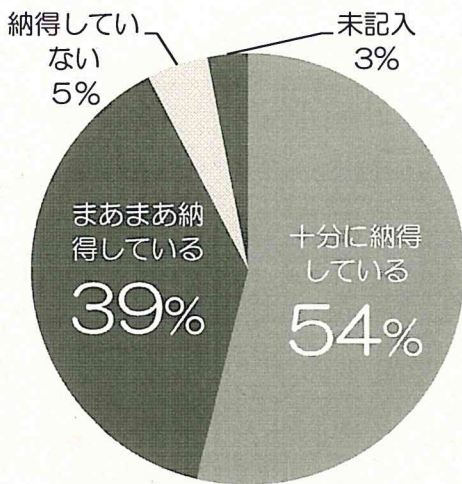
〒693-0021 島根県出雲市塩冶町223-1

TEL : 0853-21-1653

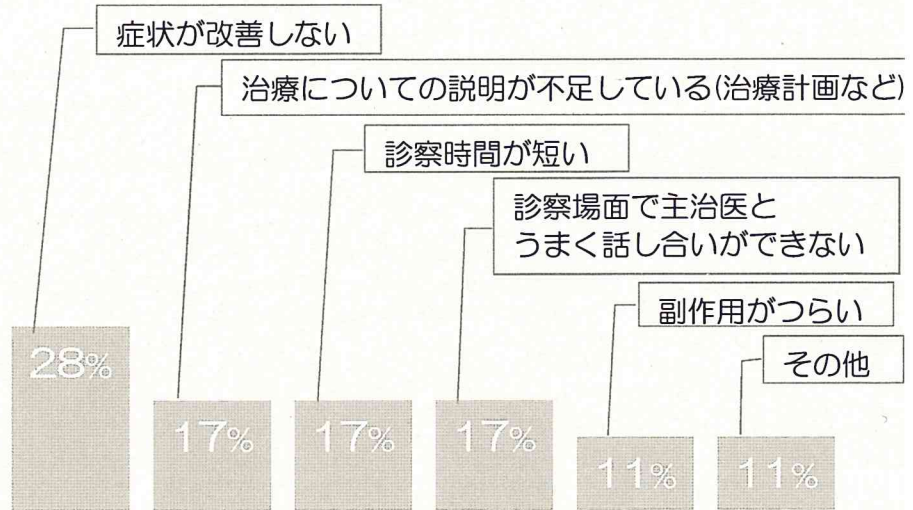
FAX : 0853-21-7428



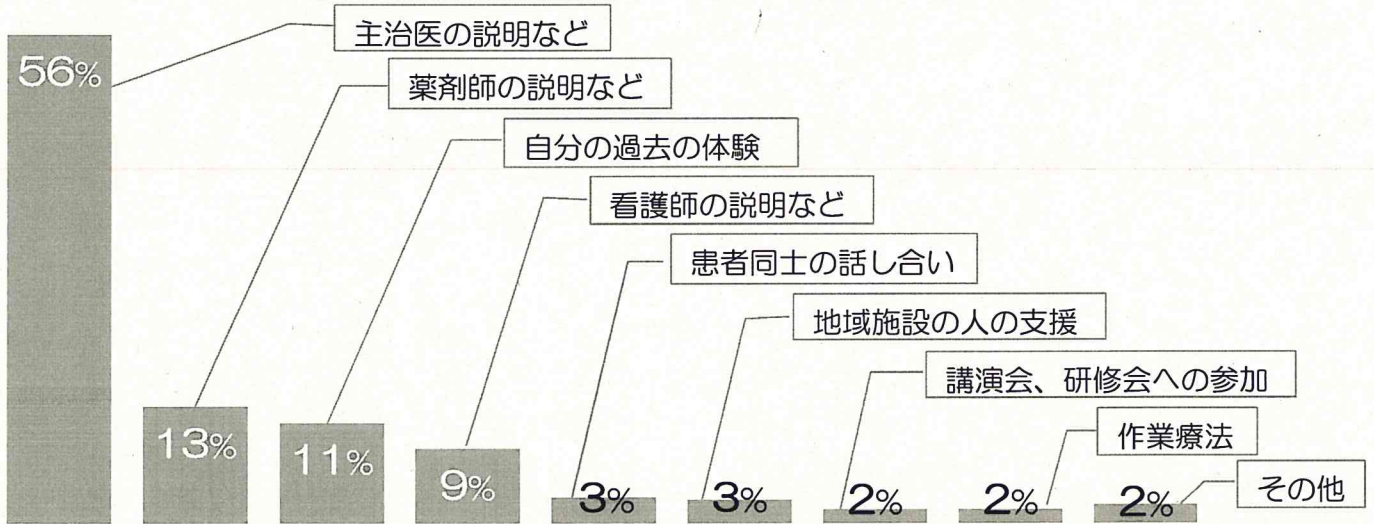
治療について納得している人は **93%**、していない人は **5%**



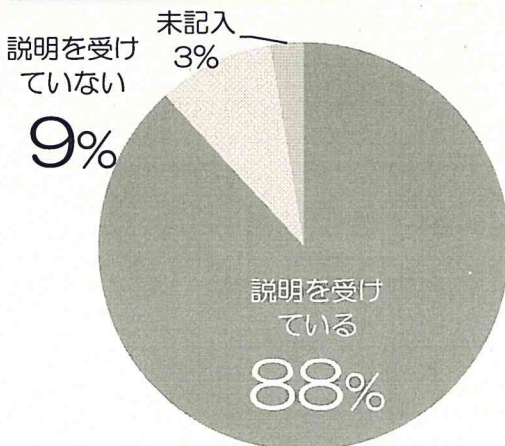
● 納得していない理由 ●



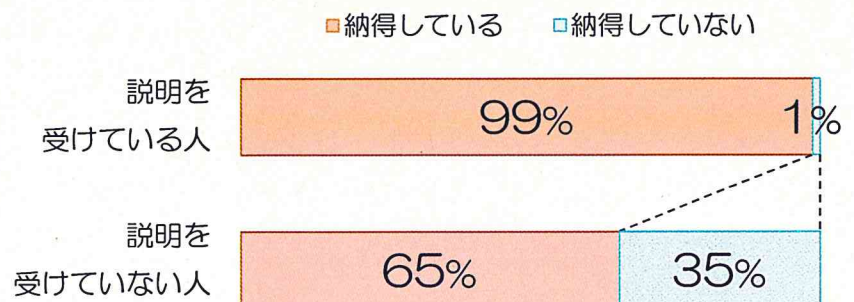
● 納得する上で良かったこと ●



治療の説明を受けている人は **88%**
 受けていない人は **9%**

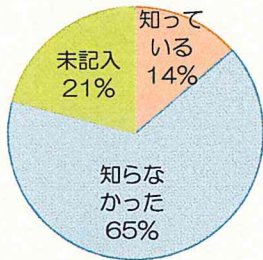


説明を受けている人ほど
 納得して治療しています。



♡心の健康教室♡について

出雲保健所で心の健康教室を開催していることを知っている人は、**14%**



もっと多くの人に知ってもらい、参加してもらえるように、周知方法を工夫します！！

～過去の開催状況～

年度	回数	参加者
H20	3回	71名
H21	3回	84名
H22	5回	178名

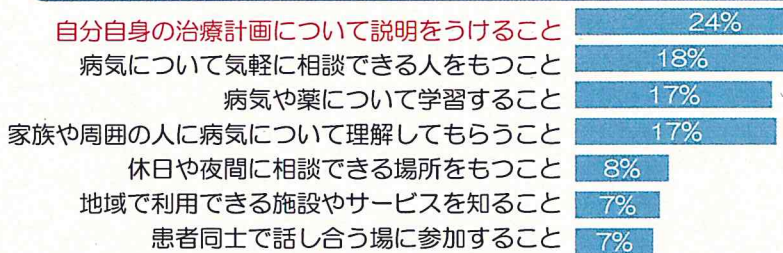
皆さんが聞いてみたいテーマは、**病気に関すること**



～過去の開催状況～

- テーマ
- ・統合失調症について
 - ・うつ病について
 - ・薬の正しい使い方
 - ・家族や周囲との関係
 - ・心の癒しを体験しよう (アロマセラピー)
 - ・(音楽を楽しもう)
 - ・統合失調症の体験発表と意見交換

皆さんが治療を続ける上で希望することは、**自分自身の治療計画について説明を受けること**



納得して治療を受けるために
こんな工夫はどうでしょう??

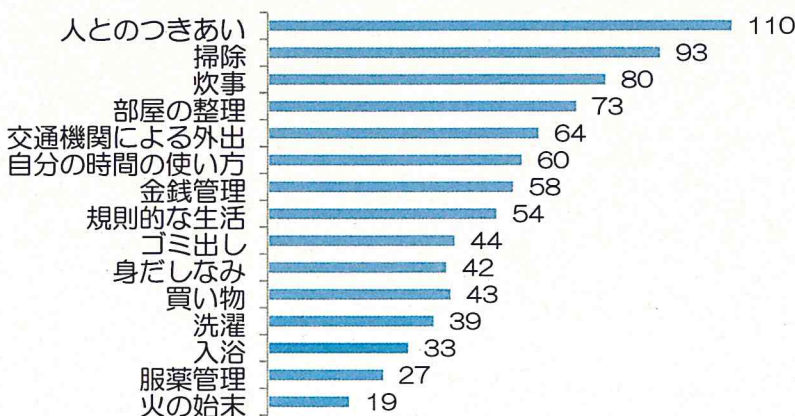
ワンポイントアドバイス

「先生にうまく話せない」「話を聞いてもらえない」といった相談を受けることがあります。医師は、限られた時間の中で多くの患者さんを診察しなければなりません。また、患者さん自身も「先生忙しいから…」と遠慮して、伝えたいことを話せていない方もいるのではないのでしょうか。

コミュニケーションの工夫～短い時間を有効に使う～

- 伝えたいことや質問を診察前に簡潔にまとめておく
- 質問事項には優先順位をつける
- 早く回答が必要なことから順番に聞く (時間がなくなれば、次の機会にすることも考える)
- 質問内容はより具体的に「どうしたらよいですか」よりは「～してもよいですか」がよい
- 相手が「はい」「いいえ」で答えられるように

皆さんが日常生活において困ること・苦手だと
思われることは、**人との付き合い**



相談窓口 一覧

相談窓口	住所	電話番号	備考
通院・入院している医療機関の相談窓口 等 島根県立中央病院 島根大学医学部附属病院 出雲市立総合医療センター 島根県立こころの医療センター 海星病院 あさひクリニック エスポアール出雲クリニック 心療内科日本ホリスティッククリニック 漢方佐々木医院 竹内クリニック まつざきクリニック さつきクリニック さとうクリニック	出雲市姫原町 4-1-1 出雲市塩冶町 89-1 出雲市灘分町 613 出雲市下古志町 1574-4 出雲市大津町 3656-1 出雲市塩冶町 950-2 出雲市小山町 361-2 出雲市塩冶善行町 14-1 出雲市塩冶町 1466-1 出雲市姫原町 4 丁目 10-2 出雲市平田町 2944-20 出雲市平田町 989-1	0853(22)5111 0853(20)2388 0853(63)5111 0853(30)0556 0853(21)3521 0853(20)1058 0853(21)9779 0853(25)1311 0853(23)8686 0853(31)7700 0853(63)5601 0853(62)4311	
相談支援事業所 そうゆう相談センター斐川かのん CSいずも相談支援事業所 ふあっと フィリア プレーグ	出雲市斐川町学頭 1652-27 出雲市神西沖町 2476-1 出雲市大社町入南 80-1 出雲市武志町 693-1 出雲市灘分町 532-1 出雲市灘分町 613	0853(72)7085 0853(22)7101 0853(53)8066 0853(25)0130 0853(62)4782 0853(62)2977	障がい者からの連絡に 応じ、必要な 情報の提供や、 権利擁護ため の必要な援助 を行います。
出雲市役所 福祉推進課 平田支所 市民福祉課 大社支所 市民サービス課 湖陵支所 市民サービス課 佐田支所 市民サービス課 多伎支所 市民サービス課 斐川支所 健康福祉課	出雲市今市町 70 出雲市平田町 951-1 出雲市大社町杵築南 1395 出雲市湖陵町二部 1320 出雲市佐田町反辺 1747-6 出雲市多伎町小田 74-1 出雲市斐川町荘原 2172	0853(21)6905 0853(63)5567 0853(53)3116 0853(43)1215 0853(84)0118 0853(86)3116 0853(73)9110	
島根県心と体の相談センター	松江市東津田町 1741-3 いきいきプラザ2F	0852(21)2885	
出雲保健所	出雲市塩冶町 223-1	0853(21)1653	



**困ったことがあれば、
お気軽にご相談ください!!**

