

# は いちはら福祉ネットの 信

## 一 と 通

2021.5.1発行  
VOL.58

発行者 中核地域生活支援センター いちはら福祉ネット(千葉県委託事業)  
〒290-0074 千葉縣市原市東国分寺台3-10-15  
TEL 0436-23-5300 FAX 0436-23-5225  
ホームページ [http://park22.wakwak.com/~ichihara\\_f.net/](http://park22.wakwak.com/~ichihara_f.net/)  
メールアドレス [ichihara\\_f.net@bh.wakwak.com](mailto:ichihara_f.net@bh.wakwak.com)



年4回発行(4,000部)

## 正しい理解でその人らしい生活を!

### ～千葉県てんかん診療拠点機関【千葉県循環器病センター てんかんセンター】～

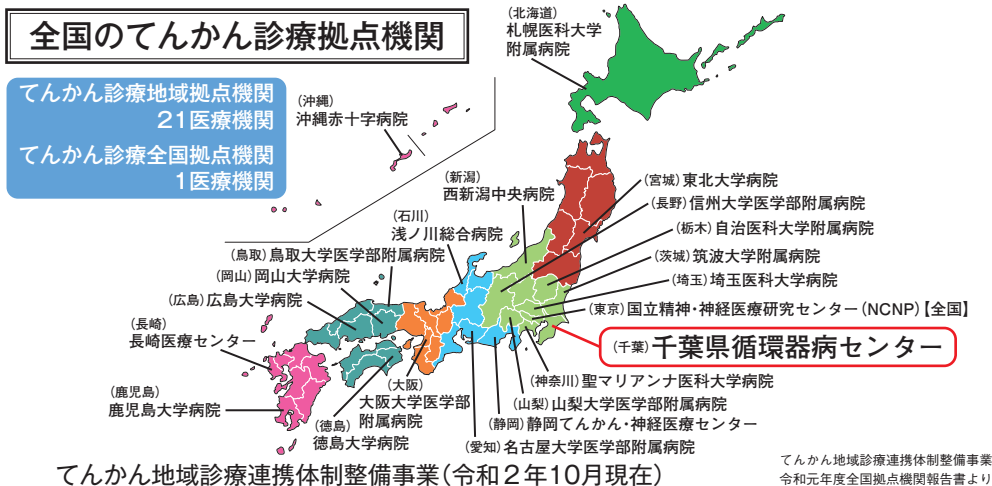
令和2年4月、市原市にある千葉県循環器病センターが全国で18番目、千葉県で初めてとなる『てんかん診療拠点機関』の指定を受けました。

てんかんは、『てんかん発作を繰り返し起こす脳の病気』の総称で、様々な原因の疾患が含まれ、小児から高齢者まで、どの年齢でも誰でも発症する可能性がある病気です。世界には5,000万人、日本では約100万人(人口の0.8%)いると推計されています。

てんかん医療はこれまで、精神科・神経内科・脳神経外科・小児科などいろいろな診療科で担われてきましたが、「どの医療機関がてんかんの専門的診療をしているのかわからない」「専門医不足等で専門的医療に結びついていない」「てんかんに対する認識不足と偏見から患者の社会進出が妨げられている」等の問題が指摘されてきました。

このような状況を受け、国はてんかんに関する①専門的な相談支援 ②他の医療機関や関係機関と患者・家族との連携・調整 ③治療や相談支援等に携わる関係機関の医師等に対し、てんかんについての助言・指導 ④地域におけるてんかんに関する普及啓発等を実施する『てんかん診療拠点機関』を全国21か所設置しています。(令和2年10月現在)

今回は一と通信では、『千葉県循環器病センター てんかんセンター』への取材を行い、てんかん診療拠点機関の活動をご紹介します。



- 北海道(札幌医科大学附属病院)
- 宮城県(東北大学病院)
- 栃木県(自治医科大学附属病院)
- 茨城県(筑波大学附属病院)
- 埼玉県(埼玉医科大学病院)
- 千葉県(千葉県循環器病センター)
- 神奈川県(聖マリアンナ医科大学病院)
- 山梨県(山梨大学医学部附属病院)
- 長野県(信州大学医学部附属病院)
- 新潟県(西新潟中央病院)
- 石川県(浅ノ川総合病院)
- 静岡県(静岡てんかん・神経医療センター)
- 愛知県(名古屋大学医学部附属病院)
- 大阪府(大阪大学医学部附属病院)
- 鳥取県(鳥取大学医学部附属病院)
- 岡山県(岡山大学病院)
- 広島県(広島大学病院)
- 徳島県(徳島大学病院)
- 長崎県(長崎医療センター)
- 鹿児島県(鹿児島大学病院)
- 沖縄県(沖縄赤十字病院)

**Q:** てんかんセンターではどのような業務を行っていますか？

**A:** てんかん拠点病院の主な業務は、

- 難治性てんかんの検査治療
  - てんかん患者及び家族への専門的な相談支援
  - 地域との連携
  - 協議会の開催
  - 地域における啓発活動
  - 県民への啓発活動
- などがあります。

**Q:** てんかんセンターを受診したい時はどうすればよいですか？

**A:** かかりつけのクリニックや、病院の医師へ相談し、紹介状（診療情報提供書）と検査データをもらって『てんかんセンター』に「新患の予約を取りたい」と電話して下さい。センターから受診時に必要なものを説明して問診票を送ります。これまでのことがわかるよう、母子手帳やお薬手帳があると助かります。

**Q:** てんかんセンターに寄せられるご相談の内容は、どういったものでしょうか？

**A:** 「難治性てんかんと言われたのだけれど、どうしたらいいのだろうか…」 「今の治療法で改善しないので相談したい」といった治療に関するものや、「てんかんがあっても働けるのだろうか？」 「車の運転について相談したい」 「妊娠・出産を考えているので相談したい」といった生活に関すること、「てんかんに関する福祉支援制度が知りたい」といった制度に関することなど、幅広い相談をお受けしています。

てんかんの治療は、長期にわたる場合がまれではありません。そのため、治療のこと以外にもいろいろな課題に向き合う機会が多いと思います。てんかんセンターでは、さまざまな職種が協力して、その人らしい生活が送れるようサポートしています。

**Q:** 学校や職場から直接相談することはできますか？

**A:** ご本人・ご家族の承諾があれば、受診時に同席していただくなどして、主治医から指導や説明を受けることができます。事前にご相談ください。家庭を離れた学校や職場での状況がわかり、治療に活かせることもあります。

**Q:** てんかんを正しく理解をするために、福祉施設や学校から支援依頼をすることは可能ですか？

**A:** 福祉施設や学校等での研修会については、要望があれば可能です。職場や自宅等に直接訪問し環境調整のアドバイスや、多職種での支援会議に参加することも可能です。



### 最後に

千葉県循環器病センター てんかんセンターでは、てんかんのことをより正しく理解してもらうために、リーフレットを作成しています。

治療のことや、薬のことだけでなく、社会福祉制度のことや災害時の備えについても触れられていますので、皆さんぜひご覧ください。



千葉県循環器病センター てんかんセンター ☎0436-88-3111(代)  
ホームページ： <https://www.pref.chiba.lg.jp/junkan>

# こころの体温計

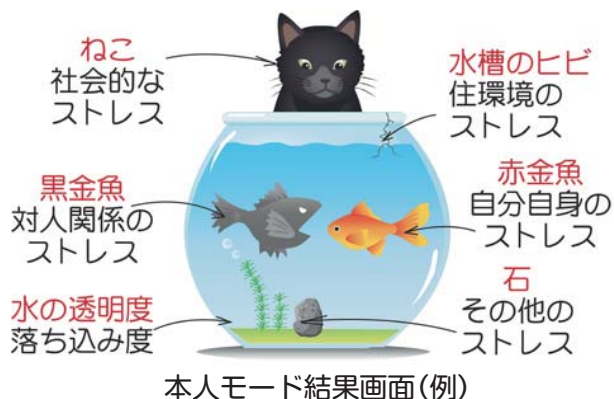


## 試してみませんか？

「こころの体温計」は、携帯電話やスマートフォン、パソコンを使っていつでも気軽に心の健康をチェックできるサイトです。新年度を迎え新しい学校や職場環境、長引くコロナ禍での生活でストレスを溜めていませんか。チェック結果と併せて市内・近隣の相談窓口一覧も表示されますので、ぜひご利用下さい。

### ♥本人モード♥

自分のこころの健康状態をチェックする



### ♥赤ちゃんママモード♥

赤ちゃんをお持ちのママさん向けに

### ♥家族モード♥

大切な家族のこころの状態を把握する

### ♥アルコールチェックモード♥

アルコール依存症の可能性をチェックする

### ♥ストレス対処タイプテスト♥

自分のストレス解消法のタイプを知る

### ▶ご利用にあたっての注意点◀

- ・利用料は無料です。(通信料は自己負担となります。)
- ・個人情報は一切取得しません。
- ・自己判断のためのツールです。医学的診断はしません。
- ・結果に関わらず、心配なことが続くようでしたら、早めに専門機関の相談を受けることをお勧めします。

こころの体温計 市原市



## 「障害者グループホーム等支援ワーカーの活動紹介」①

皆さんは、障害者グループホーム等支援ワーカー（以下支援ワーカー）をご存知ですか？

この事業は、千葉県独自の事業として設置され、障害者グループホーム等（以下GH）の体制強化・量的拡充・質的向上を図り、障害者の地域生活の質の向上と地域生活への移行促進を目的として、県内12カ所に支援ワーカーが配置され、活動しています。

支援ワーカーの主な業務内容は、①入居を希望する方やそのご家族、GHに入居している方やGHで働いている職員、GH入居を支援している方（市役所・医療機関・相談支援事業所など）からの相談支援②新しくGH事業を始めようと考えている方への開設支援③GH間の意見交換を行う会議や研修会の開催④圏域内GHの空き情報や新規開設情報の収集・提供・分析⑤様々な方にGH制度を知ってもらえるように説明会や広報誌の発行などを行っています。

GH入居者数は年々増加しており、平成19年3月の全国のGH入居者数は、約3万7千人でしたが、令和2年3月時点では約13万人となっています。全国的に広がりを見せるなか、入居を希望する方から「自分に合ったGHはどんなところがあるだろうか」といった迷いやGHで働いている方から「入居している方の生活の質を上げるためにどうすればよいのか」といった声を聞くことが多くあります。そのような悩みや不安を抱えた相談者に対して、支援ワーカーがどのような対応をしているのかを、次号から具体的に紹介していきます。



## 旬の食材を使ったヘルシーメニュー

血行促進、疲労回復に抜群！春が旬の食材

# 新玉ネギとあさりのかき揚げ

(1人分：325Kcal)

材料  
(4人分)

新玉ネギ 220g、むき身あさり 200g、アスパラガス 2本  
天ぷら粉 大さじ4、冷水 大さじ3～4、オリーブ油 適量  
※具のまとまり具合によって粉と冷水の量は調節してください。

作り方…① 新玉ネギは半分に切ってスライス、アスパラガスは2～3cmの長さに斜めスライス、むき身あさは流水で洗いよく水気を切っておく。

② 水で溶いた天ぷら粉に①を入れてさっくりと混ぜ、180℃に熱したオリーブ油で揚げる。

### 栄養士さんからのおすすめの一言・・・

「血液をサラサラにする玉ネギは、アスパラギン酸の多いアスパラガスやタウリンの多いあさりと一緒に摂取する事で糖尿病の予防や疲労回復を促します。オリーブ油は抗酸化作用があるので、時間が経っても酸化しにくいのが特徴です。」

今回のレシピは、社会福祉法人宝樹 太陽の丘ホーム 栄養士 齊藤祥子様提供していただきました。

【会議等出席・開催状況  
R3/1/1～3/31】

- 1/6・2/24・3/24・3/30 意思決定支援アドバイザー
- 1/7 市原市認知症対策連絡協議会 役員会 (WEB)
- 1/12・2/9・3/9 市原市要保護児童対策地域協議会 実務者会議
- 1/12・1/26・2/24・3/23 千葉県中核地域生活支援センター連絡協議会 中核大会実行委員会 (WEB・通常)
- 1/18・3/15 千葉県精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築推進事業 市原圏域実務者会議
- 1/25・2/25・3/22 司法と福祉の勉強会
- 1/26・2/24・3/23 千葉県中核地域生活支援センター連絡協議会 例会
- 1/28 市原市認知症対策連絡協議会 例会 (WEB)
- 2/3 市原市特別な教育的支援を必要とする児童生徒に係る支援会議
- 2/10 令和2年度千葉県コミュニティソーシャルワーカー育成研修フォローアップ研修 (WEB)
- 2/15 市原市成年後見制度利用促進審議会 (書面)
- 2/19・3/18 市原地域リハビリテーション広域支援センターちーき会 (WEB)
- 3/9 市原地域難病相談支援センター 運営会議 (書面)
- 3/11 市原市相談機関連絡会
- 3/12 令和2年度市原健康福祉センター圏域中核地域生活支援センター連絡調整会議 (書面)
- 3/19 千葉県中核地域生活支援センター連絡協議会 研修部会 (WEB)
- 3/19 市原市社会福祉協議会 理事会

## いちほら福祉ネット活動報告

近年、様々な場所で『地域共生社会』という言葉を目にするようになりました。これは、これまでの制度・分野ごとの縦割りや、支え手・受け手という関係を超えてつながり合い、住民一人一人の生きがいや、地域を作っていく社会を意味しています。

私たちいちほら福祉ネットは、様々な分野の方々と一緒に考え、一つ一つの課題に取り組んでいくプロセスを大切にしながら、地域共生社会の実現に向け今年度も活動していこうと思います。

### いちほら福祉ネットへの相談件数

(速報値)

令和3年1月～令和3年3月

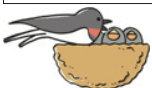
延相談件数 2,293件(新規63件)

相談方法	対象者
電話 1,791件	高齢者 229人
訪問 356件	障害者 1,009人
来所 100件	児童 208人
個別支援会議 46件	その他 847人

令和2年度(4月～3月)

延相談件数 8,786件

### 編集後記



情報コーナーで「こころの体温計」をご紹介しましたが、コロナ禍での生活は知らず知らずのうちに私たちの心に負担をかけています。適度にストレスを発散し、心の負担を少しでも和らげていきましょう。もし、気になる心配事がありましたら、いちほら福祉ネットまでご相談下さい。(スタッフ一同)