

誰もが自分らしく、
安心して暮らせる社会をめざして



こころの病気のあるなしに関わらず、
専門家や地域住民が協力して支え合うシステム
いわゆる、

「にも包括」のこと、
考えてみませんか？

精神障がい**にも**対応した
地域**包括**ケアシステム



発行者：東濃圏域障がい者総合支援推進会議
精神障がいケア部会メンバー（令和6年度作成）
事務局：東濃保健所・恵那保健所

そもそも、こころの病気って？

代表的なものは、

- ・気分障害（うつ病、躁うつ）
- ・不安障害、強迫性障害
- ・依存症（アルコール、薬物、ギャンブル）
- ・統合失調症 などです。



ご自身や周囲の方で、

- ・眠れない、気分が落ち込む
- ・お酒の量が増えた
- ・怒りっぽくなった
- ・周りから人の声が聞こえてくる



…など、悩んでいる方はいませんか？

これらは、

こころの病気のサインかもしれません。

早めに相談窓口や医療機関へ相談しましょう。

なぜ、**にも包括**が必要なの？

近年、こころの病気を抱える人は増えており、今や**誰でもなりうる病気**になっています。

多くの方が、こころの病気を抱えながらも、地域で生活しています。

こころの病気は、国民全体の問題であり、みんなが**“我が事”**として、考えなければならない時代になりました。

これからは、支援者だけでなく、みんなで支え合える地域、**にも包括**が必要です。

にも包括の構築を実現するためには、

みなさんの理解と協力が必要です！



みんなで支え合えるまち、東濃



にも包括とは、こころの病の有無にかかわらず、自分らしく安心して暮らすことができるよう、いろんな分野の専門家や、地域住民が協力して、支え合えるシステムのことです。

東濃では、保健、医療、福祉等の関係者が連携し、必要な支援が一体となって提供されるための地域づくりをしています。



周囲の方ができること

意識をもつ

日常生活の中で、こころの健康について“ちょっと”意識をもってみてください。

寄りそう

拒否的な態度をとってしまうと、本人は傷ついたり症状が悪化する場合があります。否定も肯定もせず、普段どおりに接することが大切です。

話を聞く

こころの病気のサインがある方に気づいた時や、相談された時は、本人が何に困っているのか、どうしたいのかを聞いてください。

つなぐ

対応に困ったときは、ひとりで抱え込まず、裏面の相談窓口や、医療機関へ相談してください。

精神障がいに対応している サービス・制度

自立支援医療(精神通院)

精神科通院・訪問看護などの通院にかかる医療費が1割負担になります。

精神保健福祉手帳

障害の程度により1～3級の区分があります。税金の減免や公共交通機関の運賃割引など、等級別のサービスが受けられます。また、1～2級に該当する方は、医療費の助成を受けられます。

障害年金

障害基礎年金と障害厚生年金があります。等級別の支給が受けられる場合があります。

生活保護

障害や病気を理由に働けなくなった方の医療や住まいに関する支給により、生活を保障する制度です。

障害福祉サービス

個別に合わせたサービスが受けられます。

例えば、

- ・介護給付（居宅介護、短期入所など）
- ・訓練等給付（自立訓練、就労支援など）

などがあります。

これらのサービスや制度の利用については、市の福祉の相談窓口へ、お気軽にお電話ください。

東濃圏域の相談窓口

- ◎生活に関する困りごと、利用できるサービスや制度のこと、こころの健康についての相談

多 治 見 市	
福 祉 課	0572-22-1111
保健センター	

瑞 浪 市	
社会福祉課	0572-68-2111
健康づくり課	

土 岐 市	
福 祉 課	0572-54-1111
健康推進課	0572-55-2010

中 津 川 市	
社会福祉課	0573-66-1111
健康医療課	

恵 那 市	
社会福祉課	0573-26-2111
健幸推進課	

- ◎精神障がいに関する緊急性の高い困りごと、その他、精神障がいに関する相談

保 健 所	
岐阜県東濃保健所 健康増進課	0572-23-1111
岐阜県恵那保健所 健康増進課	0573-26-1111