

【健康会館】からだところの相談（メンタルヘルス相談）実施状況

からだところの相談（受付時間）8時30分～17時（土日祝、12/29～1/3は休み）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
R2	4	2	4	1	7	6	7	15	7	9	11	2	75
R3	4	2	6	8	4	1	2	8	11	5	-	-	51
男性	1	0	1	0	0	1	1	3	4	0	-	-	11
女性	3	2	5	8	4	0	1	5	7	5	-	-	40

● 年代別、相談原因別【男性】

	家庭	健康・病気	経済・生活	事業・勤務	男女	学校	その他
10歳代							
20歳代		1					
30歳代							
40歳代		1	1				
50歳代		1					
60歳代		1					
70歳代		3					
80歳以上							
不明	2	1					

● 年代別、相談原因別【女性】

	家庭	健康・病気	経済・生活	事業・勤務	男女	学校	その他
10歳代	1						
20歳代	2	1					
30歳代		3		1			
40歳代	1	1					
50歳代		4					
60歳代		1					1
70歳代	3	1					
80歳以上							
不明	1	17		1			1

（その他）：介護への不安、子育て等

※1人で多岐にわたる相談等が含まれるため合計数は一致しない。

※健康・病気にはこころの悩み・不安を含む。

● 主な相談内容と対応（要旨）

- ・【女性】両親を亡くしたショックで退職。将来にも不安が多く話を聞いてほしい。4～8月計12回入電。→初回で精神科受診をすすめ受診開始。その後は話を聞いてほしいという訴えなので傾聴。
- ・【40代男性】市外のグループホーム入所中。自立支援医療が切れて訪問看護が来なくなった。→事業所へ連絡。事業所の方で対応しているのでこちらの対応は不要とのこと。
- ・【20代女性】大学へ行っているが、コロナ禍でやりたいことができず、またリモート授業で家にいるのだが、母親とけんかばかりしてしまう。→傾聴。学内もふくめ相談窓口紹介。
- ・【女性】勤務先の人員が少なく休みがほとんどとれない。負担を感じ、経営者に相談するが変わらない→東京都労働情報相談センターを紹介。
- ・【女性】子どもへの介入方法や、仕事の忙しさもあり、判断力が鈍り仕事や家事がうまくいかず眠れなくなった。精神科へいくが「病気じゃなくただの心配症」と言われた。同じ境遇の人が集まったグループはないか→通院の継続と、相談先としてカウンセリング・女性相談を紹介した。
- ・【60代男性】来館相談。眼瞼・顔面痙攣が治らず仕事がうまくできない状況で辛い。どうやって自死をしようか考えている。→受診が可能な医療機関を伝える。フォローについては拒否的で、継続的支援が難しい状況。
- ・【10代女性の姉】市外に住む姉より相談。精神疾患のある母と2人暮らし。母が暴れると妹に影響があるので、母が適切な治療を受け危害が加わらないようにしてほしい。→緊急時は警察へ。子家へ通告。子家も昔かかわり保護を受けたこともあるケース。現在は本人が保護は拒否している。
- ・【40代女性】厳しく育ててしまった大学生の娘との関係が悪く、「いなくなればいい」と言われた。生きていくのがつらい。心療内科通院中だが、主治医には年頃だからしょうがないと言われるのみ。→傾聴と労い。カウンセリング可能な医療機関とアームカウンセリングを紹介。
- ・【70代女性】夫の細かい性格がストレス。不眠や歯周病などの身体症状も出ている。病院へは通っている。→傾聴しつつ、話の中で夫の良い面についても話されていたので、そこをフィードバック。
- ・【20代男性】精神疾患あり。両親にお金をかけてもらったのに無駄にした。資本主義に対する不満や怒り、以前冤罪で捕まったことがある恨みなど脈絡なく話す。→傾聴。不調が続くときはかかりつけ医に相談や、訪問看護などの活用もすすめる。
- ・【70代男性】妻のうつ状態について相談。妻より直接電話をかけて欲しいとの依頼だが、夫より妻に事前に了承をえることは難しいとのこと。妻のイライラ等にどのように対応していけば良いのかわからない。相談者である夫が面談での相談を希望される→後日日程調整したが、その後一度キャンセルの連絡が来てから連絡なし。
- ・【30代女性】子宮内膜症の診察で年齢的なことを引き合いに出され心が傷ついた。病院に対する否定的な思いと今後の受診に向けての相談で、後日面談する。家族の協力があるケースだが、専門家との同行受診を強く希望される。→傾聴し、家族との同行受診のメリット、地域連携室の活用、受診時に手紙を事前に情報として看護師に渡しておくなどの方法を説明。
- ・【50代女性】実母の介護を3年ほどしていたが、昨年なくなった。一周忌も終えたが遺品整理できていない。1年で色々なことがあり精神的にも参っている。睡眠導入剤内服している。→傾聴。グリーフケアを紹介。