



「退院」にむけ、

思い切って一歩を

ふみ出してみませんか？



弘前保健所

精神障がい者の地域移行支援検討チーム



あなたのこれからの人生、

好きなものを描いて

好きな色で彩りませんか？

私たちはあなたの

「退院」を応援します



私たちに、お手伝いさせてください

障がい者生活支援センター

「すみれ」

☎ 37-3422

『一つ一つ、前に』

地域生活支援センター

ぴあす

☎ 31-2731

『地域で生活してみませんか？』

相談支援センターなごみ

☎ 37-6233

『希望の実現をお手伝いします』

指定相談支援事業所

大石の里

☎ 93-2110

『あなたと手をつないでも良いですか』

七峰会総合福祉相談支援センター

ビリーブ

☎ 82-5740

『共に歩んでいきませんか？』

山郷館サポートセンター

くろいし

☎ 88-5018

『一緒に新たな一歩を踏み出しましょう』

相談支援事業所 おらんど

☎ 55-7086

『できることからお手伝いします』

障害児・者サポートセンター

大清水 ☎ 55-8760

『今の生活はいかがですか？』

相談支援事業所ちとせ

☎ 87-4888

『一緒に一歩を踏み出しませんか？』



2024年3月 改訂版

## 地域移行支援とは

精神科病院などから退院する際、入院中から地域の支援者が病院を訪問し、退院に向けた支援をします。

これを「**地域移行支援**」といいます。

## 支援内容



例えば、こんなことをお手伝いします。  
そのほか、気になることは何でも聞いてください！

- ☺ 退院に向けての外出支援や交通機関の利用支援
- ☺ お住まい探し支援
- ☺ グループホームなど体験宿泊に関わる支援
- ☺ 日中過ごす場所の見学や体験支援
- ☺ 必要なサービスの申請や入居等の手続き支援
- ☺ 生活用品の買い物などの準備支援

など

## 相談窓口

地域移行支援に興味がある方や利用について相談したい方は、

- ☺ 病棟の担当看護師や精神保健福祉士（P S W）  
もしくは
- ☺ 相談支援事業所（裏面記載）

にご相談ください。

地域で暮らすための準備

さんの地域の応援隊

通院先は



訪問看護  
ステーションは



デイケアは



相談支援事業所は



ヘルパーは



日中活動は



担当者は

市町村の



をやってみましょう。



です。

です。

をやってみましょう。



# 地域移行支援の進め方

さんの退院に向けた準備

さんが

退院後はどんな生活を  
したいですか？



好きな事、得意なことは  
ありますか？

心配なことはありますか？

- わたしは  に退院したいです。
- わたしは  がしたいです。
- わたしは  に行きたいです。



- 好きなことは  
  
です。
- 得意なことは  
  
です。
- 苦手なことは  
  
です。
- 趣味は  
  
です。

- 心配なことは  
住まい
- 食 事
- 掃 除
- 洗 濯
- お 金
- お 薬
- 日中の過ごし方

病院では

連絡先は  の

## 地域移行支援のよくある質問



地域移行支援はどうしたら使えますか？

入院前の住所地の自治体に利用申請します。



サービスを利用するにあたり、お金はかかりますか？

料金の負担はありません。

※ 外出などの交通費等をご負担いただく場合もあります。



1人での生活は不安がたくさんあるのだけれど…？

「一人で住むことが苦手」、「身の回りのことをする自信がない」などの不安がある場合は、グループホームや有料老人ホームなどの様々な生活先がありますよ。



本人が「退院したくない」と言うけど、どうすれば良い？

退院後の生活がイメージできると、退院に対して前向きな気持ちになれるのではないのでしょうか。  
一緒に退院に対する不安な部分を解決していきます！



退院した後、家族はどのように支えればいいのか不安です。

家族の不安に対して、  
地域移行支援チームと一緒に考えていきます！



# 退院までの流れ

## 相談スタート

## 退院に向けての準備

## 地域で暮らす準備

## 地域で暮らし続ける体制

病院

本人  
家族  
医師  
薬剤師  
看護師  
精神保健福祉士  
作業療法士  
公認心理師・臨床心理士  
など

「地域移行支援」申請

相談

面会



退院に向けて  
話し合しましょう

メンバー

本人  
家族  
医師  
薬剤師  
看護師  
精神保健福祉士  
作業療法士  
公認心理師・臨床心理士  
相談支援機関  
など

「退院までの計画」作成

院内で行うこと

- ・生活リズムを整える
- ・薬の管理
- ・お金の管理
- ・外出・買い物練習
- ・困った時の対処法の獲得  
(クライシスプランの検討)

など

情報共有

支援者で行うこと

- ・暮らす場所の見学
- ・日中活動場所の見学、体験利用
- ・地域での生活に関する相談

など



退院後の生活に向けた  
支援会議

メンバー

本人  
家族  
医師  
薬剤師  
看護師  
精神保健福祉士  
作業療法士  
公認心理師・臨床心理士  
相談支援機関  
サービス提供事業所  
など

「退院後の生活に関する計画」  
作成

必要に応じて「介護保険」申請

「障害福祉サービス」申請

退院後のネットワークの例



相談支援事業所の相談支援専門員  
ケアマネージャー

「障害福祉サービス」利用開始

「介護保険」利用開始

退  
院

地域