

長崎県難病相談・支援センター



センターニュース

No.24

2020年9月発行

〒852-8104

長崎県長崎市茂里町3番24号 長崎県総合福祉センター県棟2階

TEL: 095-846-8620 FAX: 095-846-8607

Email: info@nagasaki-nanbyou.gr.jp

難病のある方やそのご家族などの医療や日常生活での悩みや不安などの相談・支援、また地域交流活動の促進や就労支援を行っています。

ながさき 難病カフェ

毎月 第2土曜日 14:00~16:00

会場:長崎県難病相談・支援センター



☆偶数月 講演・イベントとカフェtimeの2部構成

☆奇数月 おしゃべりカフェ語らいの会です。

11月14日 福祉サービスの話(予定)	2021年 1月 9日
12月12日 音楽療法(予定)	2月13日 障害年金講座(予定)
	3月13日

電話相談・問合せ・予約 ☎095-846-8620



—お知らせ—

- ・重症筋無力症、自己免疫性肝炎の方へ
同じ疾患同士で語り合いませんか、難病カフェにお越しください、興味のある方はお問合せ下さい。
- ・視覚に疾患をお持ちの患者様へ
毎週 月曜日 13:30~15:30(要確認)
「視覚障がい者の方のための福祉制度・福祉用具」相談会&交流会を開催してます。



さぜぼ 難病カフェ

毎月 第3土曜日 13:30~15:30

会場:長崎県難病連絡協議会 県北支部

10月18日 就職支援研修会	2021年 1月16日 就職支援研修会
11月21日	2月20日 音楽療法(予定)
12月19日	3月20日

※10月18日のみ第3日曜日となっております。

電話相談・問合せ・予約 ☎0956-37-8414

月~金曜日(土、日、祝日お休み)

10:00~15:00

☆個別での面接相談も承っておりますので、
上記時間帯にお電話でご予約下さい。



難病連絡協議会県北支部

佐世保市栄町4-11 サクル1番館2階(福祉活動アサ*)
0956-37-8414/nanbyoren.kenhoku@gmail.com



- ・皆様のご参加を、お待ちしております。
- ・新型コロナウイルス感染症の拡大や天候等の影響を受けて、中止や変更になる場合がございます。



4月・5月 難病カフェ… 新型コロナウイルス感染拡大防止のために中止

6月 難病カフェ

4ヶ月ぶりの難病カフェでした。2名の方が参加してくださいました。久しぶりにお会いできて嬉しかったです。



7月 就職支援研修会(佐世保)

長崎センター就労支援員

就労支援セミナーを開催しました。

第1回目は、

- ① 体調管理と仕事内容の検討
- ② 具体的な就職活動の準備

について、ご参加の皆様と一緒に学びました。



8月 出前講座「こころの健康」～ストレスと上手に付き合うために～

- ① ストレスとは
- ② ストレスへの対処法
- ③ うつ病について

講師 長崎市地域保健課 精神保健係 保健師 補 伽 梨紗 先生



始めに、参加者がストレス簡易チェックリストを使い、自分のストレスの度合いを確認しました。

チェックの数が多くてドキッとした人、少なくてホッとした人など、さまざまでした。

ストレスのサインに早めに気づくこと。自分の性格を知り、ストレスと「うまく付き合う」方法を考えるようにすることを学びました。

毎日の睡眠・食事・運動も無理がないように、規則正しい生活を心掛けることが大事です。

睡眠前に、リラックスするためのプチ体操も習いました。

9月 おしゃべりカフェ



初めて参加された方や、やっと同じ病気の人とおしゃべりができて話が盛り上がり、カフェの時間があっという間に過ぎました。



今年の夏は暑かったですね。9月には、大きな台風も来襲しました。

皆様お変わりないでしょうか。季節の変わり目で体調を壊しやすいので、皆様気をつけてください。

センターは、新型コロナウイルスの影響で、3月～5月まで動きが取れず、やっと6月のカフェから再スタートしました。

会議や研修会も延期や中止で、だんだんとリモート会議等へシフトしそうです。



8月27日(木)には、九州・沖縄8県のセンター職員22名が参加した会議(写真)が初めてリモートで開催されました。各センターの紹介の後、新型コロナウイルス感染症への対策や問題点などを話し合いました。各センターで感染対策を行っていますが、事務所の相談コーナーにアクリル製の間仕切りを設置しているところもあり、さっそく長崎もアクリル間仕切りを設置しました。

センターも少しずつ以前の状態に近づけていきたいと思いますので、皆様よろしくお願いたします。

令和2年度の相談活動について

令和2年度4月～8月5ヶ月間の相談件数と内容は、下記の通りです。相談件数、257件となりました。

令和2年度前半は、医療受給者証の有効期間が自動で1年間延長になり、継続の手続きなどの相談件数が減少しています。

事項	相談者			
	患者	家族	その他	計
電話	141	19	27	187
面接	37	4	1	42
メール	10	0	3	13
その他	13	1	1	15
計	201	24	32	257

■令和元年度比較 4月～8月 計 358



	療	養	生	活	支	援	その他	計
長崎市保健所	30	67	3	31	131			
佐世保市保健所	17	28	4	8	57			
西彼保健所	4	9	1	3	17			
県央保健所	12	13	1	2	28			
県南保健所	2	4	0	0	6			
県北保健所	1	0	0	1	2			
五島保健所	2	2	0	1	5			
上五島保健所	0	0	0	0	0			
壱岐保健所	0	1	0	0	1			
対馬保健所	0	0	0	0	0			
県外	2	1	1	3	7			
不明	7	10	3	5	25			
不特定	0	0	0	0	0			
計	77	135	13	54	279			

※複数相談あり。

■令和元年度比較 4月～8月 計 371

—お知らせ— 難病患者の皆様へ

- ・センターの交流活動室(定員15名まで)を皆さまの研修会や懇親の場にお使いになりませんか。
- ・患者会活動室(少人数)もリニューアルいたしました。お気軽におつかいください。

お問い合わせ先 ☎ 095-846-8620

就職を希望している皆様 就労中に難病を発症された皆様

センターでは、就職を希望する方や就労中に難病を発症された方を支援するための「相談会」や「セミナー(研修会)」をハローワーク長崎と共同で行っています。ハローワークの就職サポーターとセンターの就労支援員が皆様と一緒に考えます。佐世保の県北支部でも開催していますので、まずは、お気軽にお問合せください。

お申込み・お問合せ ☎095-846-8620 センター就労支援員

【センター】(ながさき)

◎就職支援相談会(毎月 第2・第4金曜日 13:30~16:30 要予約)

- ・どのような仕事を選べばいいの?
- ・仕事を続けたいが、利用できる制度はあるの?
- ・履歴書などの書き方は?

◎就職支援セミナー(年4回開催:第3火曜日 予約不要)

12月15日(火) 3月16日(火) 全13:30~15:00

- ・就労支援機関の状況と連携
- ・体調管理と仕事内容の検討
- ・具体的な就職活動の準備(履歴書、面接のマナーなど)

【県北支部】(させほ)

◎「難病相談会」「就職研修会」(三ヶ町アーケード 佐世保福祉活動プラザ2階)

- ・難病相談会 (毎週 月~金曜日 10:00~15:00 要予約)
- ・就職研修会 (年3回開催:7月・10月・1月の第3土曜日) 13:00~難病カフェと合同開催

SCD(脊髄小脳変形症) ・MSA(多系統萎縮症) オンライン難病医療講演会

◎オンライン難病医療講演会 ~好きなものを食べて生きていく~

講師 歯学博士 三串 伸哉 先生

日時 令和2年10月25日(日曜日) 13:30~15:30

ZOOM配信となりますので、参加希望の方は

アジサイ会 ☎ 090-6294-9828(小川)

Email : ajisaikai_scdmsa@mxm.cncm.ne.jp までご連絡ください。

~新人紹介です~

◎4月から就労支援を担当しております

坂谷 知美です。気楽にお話に来てください。一緒にこれからのことを考えていきましょう。

◎初めまして!

本年8月より勤務しております吉田 道子です。まだ不慣れですが、早く皆様のお役に立てるようになります。よろしくお願いいたします。

皆様よろしくお願ひいたします!

~編集後記~

初めての避難所を体験しました。台風10号は、史上最大の勢力とのことで、家を嚴重に戸締りし、寝袋を持っていきました。避難所は早くも50名ほど来ておられました。遅く行ったので場所が真ん中しかなく、皆の視線を浴びているようでした。硬い板張りに寝る体験をいたしました。

