

精神疾患で悩む人へ

制度と相談先



特定非営利活動法人
山梨県精神障害者家族会連合会

目 次

①医療に関する制度	
傷病手当金	1
自立支援医療	1
重度心身障害者医療制度	2
高額医療費	2
限度額適用認定証	3
②精神障害者保健福祉手帳	4
③障害年金	4～5
④生活福祉資金貸付制度	6
⑤成年後見制度	6
⑥生活保護制度	7
⑦障害者総合支援法による各種サービス	8～9
⑧精神障害者を取り巻くフォーマルな社会資源	10

⑨相談できる人

ソーシャルワーカー(ケースワーカー).....	11
市町村の障害福祉担当.....	11
保健福祉事務所・精神保健福祉センターの人.....	11
基幹相談支援センターの人.....	12
障害者就業・生活支援センターの人.....	12

⑩その他の相談機関

いのちの電話.....	13
障害者110番.....	13
法テラス.....	14
家族会.....	15
その他.....	16

この冊子は、精神疾患に悩む方が利用できそうな制度やサービスの概要を記載し、その相談先をご案内するものです。

制度やサービスの利用にあたっては、相談先の詳しい知識を持っている人にアドバイスしてもらうようにしましょう。

病気やケガのために会社を休み、報酬が得られない時、健康保険から収入の一部が支給（傷病手当金）

対象者の要件は？

療養中であること ②仕事に就くことができないこと、③連続する3日間を含む4日以上仕事に就けなかったこと ④給与の支払いがないこと
※市町村国民健康保険に加入している自営業者等は対象外です。

支給額は？

休業1日につき、標準報酬日額の3分の2相当が、休業4日目から1年6ヶ月の範囲で支給されます。

窓口は？

健康保険組合または協会けんぽ等の保険者
勤務先の総務担当者に相談。

自立支援医療受給者証があれば、医療費の自己負担額が軽くなります（自立支援医療）

対象者の要件は？

統合失調症、うつ病、躁うつ病 不安障害、薬物依存症、知的障害、強迫性人格障害、てんかん、認知症などを有する人が対象です。

負担額の軽減は？

自己負担額が1割に軽減されます。1割に軽減されても負担額が大きい場合には、世帯の所得に応じ自己負担限度額を設けています。

窓口は？

申請は市町村の障害福祉担当
病院やクリニックの受付の人に尋ねてください。

医療費の自己負担分が全額助成されます。 (重度心身障害者医療制度)

対象者は？

精神障害者保健福祉手帳 1、2 級をお持ちの方、国民年金障害等級 1、2 級に相当する方

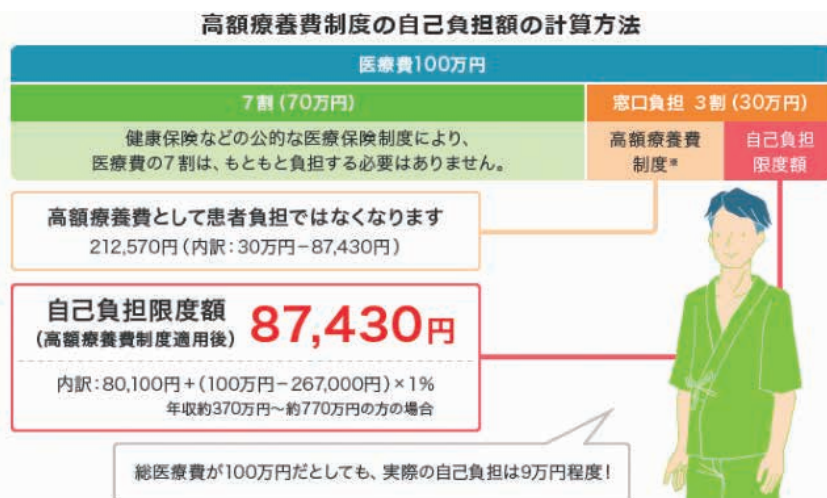
所得制限は？

- 20 歳未満… 特別児童扶養手当の所得制限を適用
(扶養 0 人の場合で保護者の所得 4,596,600 円)
- 20 歳以上… 特別障害者手当の所得制限を適用
(扶養 0 人の場合で本人の所得 3,604,000 円)

窓口は？

市町村の障害福祉担当

病院や薬局の窓口で支払った額が一定の金額を超えると、超えた部分が払い戻されます。(高額療養費)



被保険者の年収等によって医療費の自己負担限度額が異なります。

窓口は？

市町村国民健康保健の窓口 健康保険組合 協会けんぽ等

入院などで医療費が高額になりそうな場合、限度額適用認定証を取得しましょう（限度額適用認定証）

制度の内容

限度額適用認定証を病院の窓口に掲示すれば、医療機関が保険者に直接高額療養費相当分を請求する現物給付の扱いとなります。

適用範囲は？

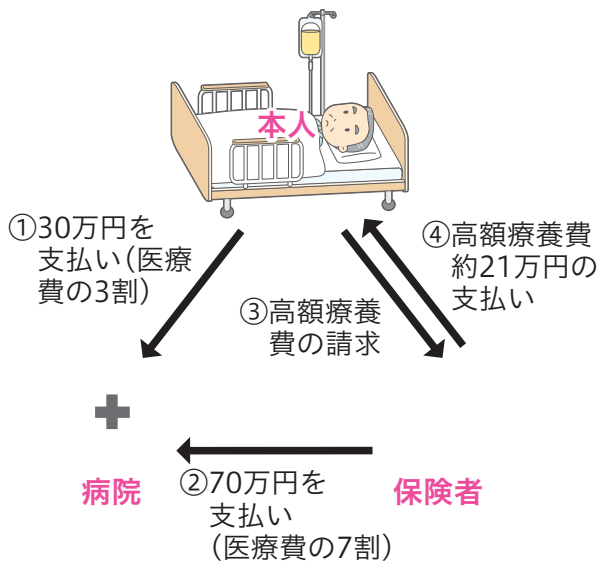
- 2つ以上の病院にかかっている時は、病院毎、薬局毎に計算します。
- 同じ病院でも、入院と外来、歯科は別計算します。

窓口は？

健康保険組合または協会けんぽ等の保険者
勤務先の総務担当者に相談してください。

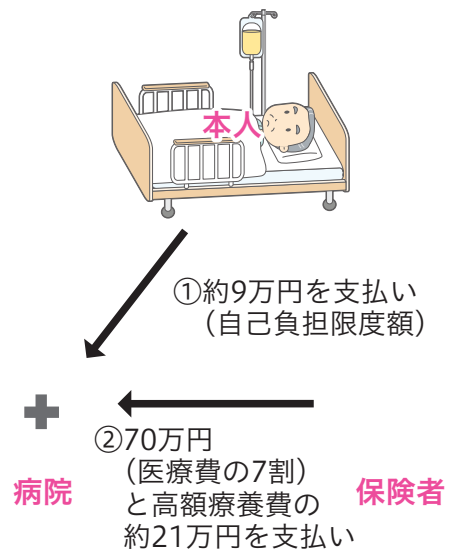
【事例】医療費が100万円かったとき（所得区分は「28万円以上53万円未満」）

●限度額適用認定証制度を利用しないとき



一時的に30万円の支払いが必要

●限度額適用認定証制度を利用するとき



約9万円の支払いで終了

精神障害者保健福祉手帳

精神疾患により、日常生活または社会生活への制約が長期間ある人に「精神障害者保健福祉手帳」が交付されます。

障害の程度の重いものから1級、2級、3級となります。

取得することによって、次のようなサービスを受けることができます。

- 公共交通機関の運賃の割引・減免
- 国税、地方税の諸控除・減免
- 公共施設利用料の減免

病院で初めて診察を受けてから6か月を経過して、初めて申請することができます。

有効期間は、交付日から2年間です。

窓口は？

市町村障害福祉担当

障害年金

病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、受けることができる国から支給される年金です。老齢年金、遺族年金と同じく該当すれば請求できるものです。

障害年金には、「障害基礎年金」「障害厚生年金」があり、病気やけがで初めて医師または歯科医師の診療を受けたときに「国民年金」に加入していた場合は「障害基礎年金」、厚生年金に加入していた場合は「障害厚生年金」が請求できます。



受給要件は3つそろえばOK

1 初診日要件

病気やけがで初めて病院に行った日を証明できること

2 保険料納付要件

初診日の前日までに一定以上の保険料を納めていること

3 障害状態要件

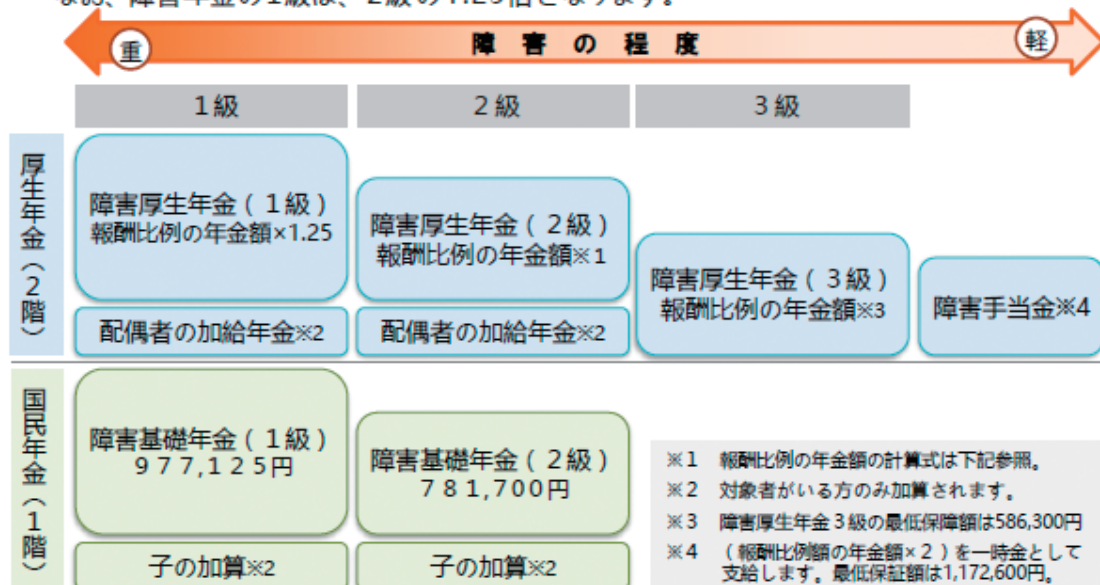
障害状態が一定以上であること

障害年金・障害手当金の額

障害基礎年金・障害厚生年金の等級と年金額

障害の状態により、障害基礎年金は1級・2級、障害厚生年金は1級～3級の年金を受け取ることができます。また、障害厚生年金の1級・2級に該当する場合は、障害基礎年金もあわせて受け取ることができます。

なお、障害年金の1級は、2級の1.25倍となります。



図は、イメージのため実際の支給額と異なる場合があります。

障害基礎年金、障害手当金の最低保障額は、令和2年度の金額です。

窓口は？

市町村国民年金担当、年金事務所

生活福祉資金貸付制度

低所得者や高齢者、障害者の生活を経済的に支えるとともに、その在宅福祉及び社会参加の促進を図ることを目的とした貸付制度です。

生活支援費、教育支援費、緊急小口資金などがあります。

窓口は？

市町村社会福祉協議会

成年後見制度

精神障害、発達障害などによって、物事を判断する能力が十分でない方について、ご本人の権利を守る援助者を選ぶことで、ご本人を法律的に支援する制度です。

判断能力が不十分になる前の「任意後見制度」と判断能力が不十分になってからの「法定後見制度」があります。

窓口は？

市町村社会福祉協議会、基幹相談支援センター等



生活保護制度

公的制度や年金などのあらゆる手段をつくしても最低限の生活を維持することが難しい場合は、生活保護を受けることができます。生活保護の対象となるのは世帯単位で、収入や資産なども世帯全員の合計額で判断されます。但し、状況によって個人単位で判断される場合もあります。

窓口は？ 福祉事務所

生活保護の要件

1 資産を活用すること

土地等不動産、預貯金、生命保険など、利用できる資産があれば売却するなどの方法で生活費に充てることが優先されます。実際に居住している土地や家屋については原則として保有が認められています。

2 能力を活用すること

働くことが可能である人は、その能力に応じて働くことに努める必要があります。

3 扶養義務者からの扶養を活用すること

親族等にできる限りの援助を頼むことが求められます。

4 他の制度等を活用すること

他の制度による給付がある人は、それを優先して受給し生活費に充てることが求められます。

生活保護の扶助の種類と支給内容

扶助の種類	生活を営む上で生じる費用	支出内容
生活扶助	日常生活に必要な費用 (食費・被服費・光熱水費等)	基準額は下記を合算して算出 (1)食費等の個人的費用 (2)光熱水費等の世帯共通費用 特定の世帯には加算があります
住宅扶助	アパート等の家賃	定められた範囲内で実費を支給
教育扶助	義務教育を受けるために必要な学用品等	定められた基準額を支給
医療扶助	医療サービスの費用	費用は直接医療機関に支払う(本人負担なし)
介助扶助	介護サービスの費用	費用は直接介護事業者を支払う(本人負担なし)
出産扶助	出産費用	定められた範囲内で実費を支給
生業扶助	就労に必要な技能の修得等にかかる費用	定められた範囲内で実費を支給
葬祭扶助	葬祭費用	定められた範囲内で実費を支給

障害者総合支援法による各種サービス

地域社会における共生の実現に向けての理念のもと、障害者の日常生活及び社会生活の総合的な支援のための各種サービスがあります。サービスの利用を希望する人は、市町村の窓口申請し、障害支援区分の認定を受けてください。

1 通う

【自立訓練】

自立した日常生活又は社会生活ができるよう、一定期間、生活能力の向上のために必要な訓練を行います

【地域活動支援センター】

創作的活動又は生産活動の機会の提供、社会との交流の促進を行う施設です。

2 住む

【グループホーム】

共同生活を行う住居で、相談や日常生活上の援助を行います。

短期入所（ショートステイ）

自宅で介護する人が病気の場合などに、短期間、夜間も含め、施設で、入浴、排せつ、食事の介護等を行います。

3 来てくれる

【自立生活援助】

一人暮らしに必要な理解力・生活力等を補うため、定期的な居宅訪問や随時の対応により日常生活における課題を把握し、必要な支援を行います。

4 出かける

【同行援助】

移動の援護等の外出支援を行います。

【移動支援】

円滑に外出できるよう、移動を支援します。

5 働く

【就労移行支援】

一般企業等への就労を希望する人に、一定期間、就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。

【就労継続支援】

一般企業等での就労が困難な人に、働く場を提供するとともに、知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。

【就労定着支援】

一般就労に移行した人に、就労に伴う生活面の課題に対応するための支援を行います。

6 相談する

【計画相談支援】

サービス等利用計画案を作成し、支給決定後に、サービス事業者等との連絡調整を行うとともに、利用計画の作成を行います。また、利用状況の検証を行い、サービス事業者等との連絡調整などを行います。

【地域移行支援】

精神科病院等を退院する人に、地域移行支援計画の作成、相談による不安解消、外出への同行支援、住居確保、関係機関等の調整を行います。

【地域定着支援】

居宅において単身で生活している人に、常時の連絡体制を確保し、緊急時に必要な支援を行います。

窓口は？

市町村障害福祉担当

精神障害者を取り巻くフォーマルな社会資源



相談できる人

ソーシャルワーカー（ケースワーカー）

主に、病院の医療相談室と呼ばれるようなところにいる専門職です。本人や家族の生活面・経済面に関する困りごとや、時には主治医と本人・家族の仲介役として相談にのってくれる人です。

市町村の障害福祉担当

住んでいる地域にある福祉サービスや制度等、様々な情報を提供してくれます。

保健福祉事務所・精神保健福祉センターの人

精神保健福祉士が様々な相談にのってくれます。

- 中北保健福祉事務所（中北保健所） **☎ 0551-23-3074**
- 峡東保健福祉事務所（峡東保健所） **☎ 0553-20-2752**
- 峡南保健福祉事務所（峡南保健所） **☎ 0556-22-8158**
- 富士・東部保健福祉事務所（富士・東部保健所） **☎ 0555-24-9035**
- 甲府市健康支援センター（甲府保健所） **☎ 055-237-5741**
- 精神保健福祉センター **☎ 055-254-8644**



基幹相談支援センターの人

地域の相談支援の拠点として、総合的な相談業務及び成年後見制度の利用支援業務を行っています。

- 甲府市障がい者基幹相談支援センター りんく ☎ 055-221-1233
- 山梨市障害者基幹相談支援センター ☎ 0553-34-8301
- 甲斐市障がい者基幹相談支援センター ☎ 055-267-7010
- 甲州市あんしん相談センター ☎ 0553-32-0285
- 中央市昭和町障害者相談支援センター 穂のか ☎ 055-274-1100
- 笛吹市障がい者基幹相談支援センター ☎ 055-262-1274
- 南アルプス市障害者相談支援センター ☎ 055-282-6780
- 北杜市障害者総合支援センター かざぐるま ☎ 0551-42-1411
- 韮崎市福祉課障がい福祉担当福祉総合相談窓口 ☎ 0551-22-1111
- 都留市基幹相談支援センター ☎ 0554-46-5112
- 富士北麓障がい者基幹相談支援センター ふじのわ ☎ 0555-28-6255
- 峡南圏域相談支援センター ☎ 0556-32-1414

障害者就業・生活支援センターの人

職場への定着が困難な方等に対し、就労面と生活面を一体的に支援しています。

- 障がい者就業・生活支援センター 陽だまり ☎ 0551-45-9901
- すみよし障がい者就業・生活支援センター ☎ 055-221-2133
- 障がい者就業・生活支援センター コピット ☎ 0553-39-8181
- 障がい者就業・生活支援センター ありす ☎ 0555-30-0505

その他の相談機関

いのちの電話

打ち明けることのできない苦しみを一人で抱え、生きることもつらくなった時・・・そんな時のささえになれば ...。いのちの電話は、このような人々が電話による対話を通して、再び生きる勇気を取り戻されることを願って活動しています。

山梨いのちの電話 電話相談 055-221-4343
毎週火曜日～土曜日 午後4時～午後10時

障害者110番：電話無料相談 「障害者とその家族の相談窓口」

困り事や悩み事の解決に向けてお手伝いします。
どうぞお気軽にご相談ください！

「相談内容」 障害者とその家族を対象とした財産管理、相続、契約、金銭貸借、職場、家族関係での悩み。
暮らしや福祉、人権問題に関すること。
福祉サービス、医療、教育のこと。
弁護士、行政などと連絡を取りながら問題解決に当たります。
相談は無料です。
個人の秘密は堅く守ります。

「相談日時」 一般相談
火曜日～土曜日（祝祭日、年末年始を除く）
午前9時～午後4時
休日、時間外は留守番電話で対応しています。
無料弁護士相談（要予約）
毎月第3火曜日 午後1時半～4時半
相談先 055-254-6266

法テラス山梨

法テラスは、国によって設立された法的トラブル解決のための「総合案内所」です。

「借金」「離婚」「相続」・・・さまざまな法的トラブルを抱えてしまったとき、「だれに相談すればいいの?」、「どんな解決方法があるの?」と、わからないことも多いはず。こうした問題解決への「道案内」をしています。

経済的に余裕のない方には、無料で3回まで相談できる制度もあります。
電話：0570-078326

法的トラブルは法テラスへ相談!



家族会

同じ立場の家族同士が、互いの悩みを相談し合い、体験に基づく知恵を得ることができる癒しの場になっています。一人で悩まずに分かり合える仲間に出会い、相談してください。

山梨県精神障害者家族会連合会・構成団体

ほほえみの会	南アルプス市
山梨市しゃくなげ会	山梨市
甲州市しゃくなげ会	甲州市
八峰会	北杜市
八和会	笛吹市
南天会	市川三郷町 早川町 身延町 南部町 富士川町
五湖の会	富士吉田市 富士河口湖町 西桂町 忍野村 山中湖村 鳴沢村
むつみの会	都留市
新生会	(日下部記念病院家族会)
ひまわり会	(住吉病院家族会)
愛生会	(山梨厚生病院家族会)
つばさ会	(韮崎東ヶ丘病院家族会)
輪の会	(北病院家族会)
回生会	(回生堂病院家族会)

※各々の会への連絡は 055-252-0100 火曜日～土曜日

その他

アフターグループ

日 時 毎月第4土曜日 午後1:30～
場 所 ココット2階 甲府市美咲1-8-5
連絡先 支援センター みさき 原田
055-251-7611 平日9:30～17:00

サポートハウスとびら ミーティング ご家族のつどい

日 時 毎月第2土曜日 午後1:00～
場 所 住吉病院ケアセンター 甲府市住吉4-10-32
連絡先 住吉病院 055-235-1521

家族による家族相談（輪の会）

日 時 毎月第2木曜日 午後2:00～
場 所 北病院2階 のびる
予約連絡先 渡邊 090-8305-0457 平日8:00～17:00

山梨県精神科救急受診相談センター

※精神症状の急変などにより早急に受診が必要な場合の相談
24時間対応 連絡先 0552-20-1125



精神疾患で悩む人へ 制度と相談先



このパンフレットは赤い羽根共同募金の配分金で発行しています。

