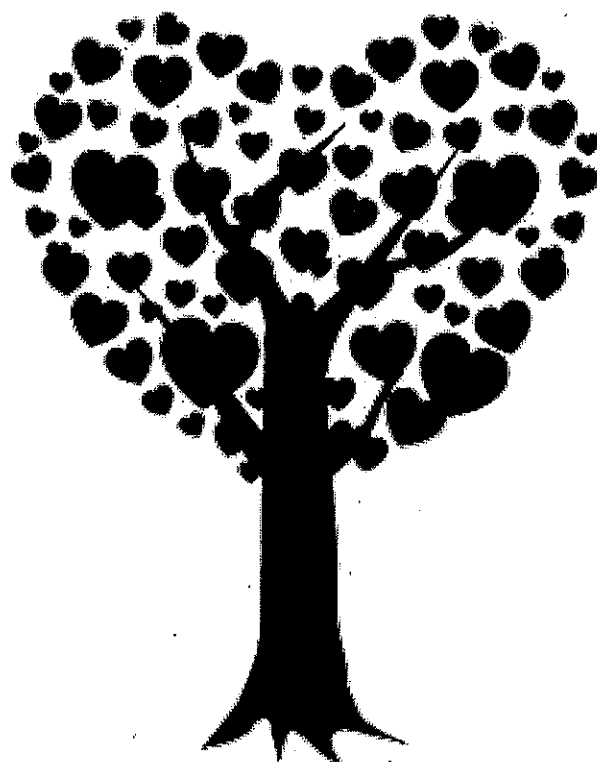


かかりつけ医から精神科医への
紹介システムの手引き



富山県高岡厚生センター

(令和2年2月改訂版)

目 次

1. 目的	1
2. かかりつけ医から精神科医への紹介	1
3. 紹介の方法	2
4. 患者が精神科への受診に抵抗がある場合	3
5. 紹介内容	3
6. 紹介システム体制の検討	4
様式1 紹介状	5
様式2 紹介返信書	6
精神科（心療内科含む）医療機関等一覧	
高岡医療圏の精神科医療機関	7
砺波医療圏の精神科医療機関	10
富山医療圏の精神科医療機関	11
高岡厚生センターにおけるかかりつけ医から精神科医への紹介システム図	16
行政機関による相談場所	17
参考資料	
・うつスクリーニングシート；日本版 SDS	18
・うつスクリーニングシート；SRQ-D	19
・アルコール問題のスクリーニングテスト；AUDIT	20

かかりつけ医から精神科医への紹介システム

1. 目的

ストレスの多い現代社会において、うつ病をはじめとする心の病気、メンタルヘルスの不調をきたす人が増加し、自殺者が毎年3万人を超える状況が続いていましたが、平成24年よりようやく減少する兆しがみられています。しかしながら、富山県及び管内は依然として高く、自殺予防は重要な社会的課題となっており、地域におけるかかりつけ医と精神科医の間で、円滑な連携システム等の支援体制の構築が望まれています。

本紹介システムは、かかりつけ医から精神科医への紹介方法を明確にし、うつ病患者らの早期発見と治療を推進するための手引きとして作成しました。

2. かかりつけ医から精神科医への紹介

○かかりつけ医の役割

(1) うつ病の可能性について判断する。

① 身体症状を訴えるが、明らかな身体的異常が見られない。

<身体症状からうつ病の可能性を考える場合の例>

- ・頭痛薬の効かない頭痛や頭重感
- ・肉体疲労を伴わないだるさ、倦怠感
- ・温めてもスッキリしない肩や首のこり
- ・動いていないのに起こる動悸や息苦しさ
- ・食事とは関係なく続く胃腸の不快感
- ・何度も繰り返す感冒様症状

② 患者の症状の確認

- ・不眠が2週間以上継続している
- ・食欲が低下している
- ・不定愁訴がある 等

③ 必要に応じて、うつ病スクリーニングを用いるなどして判断する。

うつ病スクリーニングシートを用いてのチェック：日本版 SDS(p18)や SRQ-D(p19)等

(2) 症状が軽減しない場合等に適切に専門医療機関と連携する。

そのため、下記の場合には、すみやかに精神科医へ紹介して下さい。

精神科に紹介が必要な場合

- ① SSRI などの抗うつ薬で4週間経過しても改善が見られない場合
- ② 他の精神疾患との鑑別が必要と思われる場合
- ③ 双極性感情障害が疑われる場合
- ④ 希死念慮(死にたい)が強い場合 等

3. 紹介の方法

かかりつけ医が、うつ病等が疑われる患者を精神科医療機関に紹介する場合、以下のことに留意する。

- (1) かかりつけ医は、うつ病の疑いがある人かどうか必要に応じ、うつ病スクリーニングを用いるなどして判断する。
- (2) かかりつけ医は、精神科医療機関に紹介する場合は、紹介状(例示様式1 P5)を記載するとともに、事前に連絡担当者に電話連絡し、患者を紹介したい旨を伝える。

※精神科紹介時の患者への説明事項

以下の事項を配慮することで、患者の気持ちを和らげるように努める。

- (1) 「心が落ち込んでいて治療の必要があります」「心に不調があるかもしれないので専門家にみてもらいましょう」や、スクリーニングチェックをした場合、「見た目は元気なのに確かに点数が高いですね。一度専門家にみてもらいましょう」などの精神科を受診する必要があること。
- (2) 心の病気は誰でもかかる可能性があること。
- (3) うつ病であれば薬での治療が有効であること。
- (4) 身体疾患については、精神科紹介後も引き続き、かかりつけ医での治療が可能であること。
- (5) 精神科の症状が安定した場合、かかりつけ医での対応も可能であること。
- (6) 他の診療科から精神科に紹介する場合「身体的問題が見出せないから精神科を受診しなさい」と言う説明を患者にすると、患者が「かかりつけ医に見捨てられた」と言う気持ちを持つ可能性がある。そのため、紹介する際は、今の主治医と精神科医が協力して心身両面を支えると言う姿勢を示し、「専門家の助言をきいてみましょう」「主治医が変わるわけではありません」ということを丁寧に説明する。(大うつ病治療ガイドラインより)

- (3) 精神科医療機関は、電話で得た情報から受診の必要性や緊急度を判断し、受診予約を入れる。
- (4) かかりつけ医は、患者に精神科医療機関への受診日を伝える。
- (5) 精神科医は、紹介された患者が受診した後、紹介返信書(例示様式2 P6)をかかりつけ医に返信する。各医療機関で使用している診療情報提供書を利用されてもよい。
- (6) 精神科医は、精神科の治療により、かかりつけ医での対応が可能となり、患者がかかりつけ医での治療を希望された場合、各医療機関で使用している診療情報提供書等を使用し、かかりつけ医と連携を図る。

かかりつけ医は、患者さんに希死念慮、幻覚、妄想などの緊急性がある場合は、精神科救急への受診などの対応を行って下さい。

精神科救急情報センター

電話番号 076-433-3996

(夜間 17:00～、休日 9:00～)

*精神科救急とは…緊急に精神科の医療を要する方を対象に、精神科の病床を有する病院が交代で、夜間や休日等に診療を行うものです。

4. 患者が精神科への受診に抵抗がある場合

かかりつけ医が、精神科へ紹介したほうが良いと判断したが、患者が受診を拒否した場合の対応として、

- (1) かかりつけ医が患者の希望により抗うつ剤等による治療を実施し、4週間経ても改善がみられない場合には、再度、精神科医の受診を勧める。
- (2) 必要に応じて、精神科医療機関以外の相談機関(厚生センター、心の健康センター、市町村等)を紹介する(P16参照)。

5. 紹介内容

- (1) かかりつけ医から精神科医への紹介状(例示様式1 P5)

*各医療機関の様式でも可能

- ① 紹介目的(精神科受診に対する本人の思いも含めて記載)
- ② 経過及び治療状況(治療期間及び処方内容は必ず記載)
- ③ 症状
- ④ 生活状況・ストレス状況

*「日本版 SDS」(P18)「SRQ-D」(P19)等うつ病のスクリーニングを実施した場合は、結果のコピーを添付

(2)精神科医からかかりつけ医への紹介返信書(例示様式2 P6)

*各医療機関の様式でも可能

精神科医は、初回診察終了後、診察の状況をかかりつけ医に返信する。返信内容は以下のような事項とする。

- ①診断名
- ②病状
- ③治療計画及び処方内容
- ④その他

6. 紹介システム体制の検討

かかりつけ医・精神科医との連絡会を通じて、より効果的な連携を検討していきます。

今日的话题 ~やはりうつ病のGP連携は必要~

★精神疾患に関する医療計画(改訂)策定のポイント

精神障害者が、地域の一員として安心して自分らしい暮らしをすることができるよう、精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築を目指すため、障害福祉計画等と整合性を図りながら基盤整備を推し進める。今後、ますますかかりつけ医と精神科医の連携が重要になる。

★うつ病の治療ガイドライン(R1.7.24 序文改訂)

うつ病は、個別性・多様性が高く、個々に異なる特徴を把握することがきめ細かな治療につながる。そのためかかりつけ医の役割は大きい。しかし、うつ病治療は専門化しており、かかりつけ医は、精神科医と連携して治療を進めることの必要性も強調。

日本うつ病学会 ホームページ

<https://www.secretariat.ne.jp/jsmd/tinkai/katsudou/data/20190724.pdf>

★労働安全衛生法改正

メンタルヘルス対策の充実・強化として、労働者のメンタルヘルスチェックを行うことを事業者に義務付けされた。(H27.12.1 施行)

厚生労働省 こころの耳 働く人のメンタルヘルスポータルサイト

<http://kokoro.mhlw.go.jp/etc/kaiseianeiou.html#head-5>

★高齢者のうつ対策の重要性

高齢者は身体・心理・環境の変化や悲しいできごとを経験することが多く、うつ状態になりやすいといわれている。高齢者のうつ病やうつ状態の早期発見は、自殺予防にもつながる。

★アルコールとうつ病の合併は頻度が高い

アルコール依存症とうつ病の合併は頻度が高く、アルコール依存症にうつ症状が見られる場合やうつ病が先で後から依存症になる場合などいくつかのパターンに分かれる。アルコールと自殺も強い関係があり、自殺した人のうち1/3の割合で直前の飲酒が認められる。

厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト(e-ヘルスネット)

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/beer/a-01-006.html>

(例示様式2)

診療情報提供書(精神科医→かかりつけ医)

紹介返信書

令和 年 月 日

病院(医院)

先生

医療機関名

所在地

医師氏名

電 話

F A X

患 者	氏 名	生 年 月 日	T・S・H 年 月 日(歳)	性 別	男・女
	住 所	住 所		職 業	
診断名					
病 状					
治療計画 及び 処方内容					

*各医療機関で使用している診療情報提供書を利用されてもかまいません。

精神科病院・診療所施設概要確認表
(令和2年1月6日現在)

所在地	医療機関名	住所・連絡先	受付時間			診察予約の要否	
				午前	午後		備考
高岡市	高岡市民病院	住所 高岡市宝町4番1号 電話 0766-23-0204 FAX 0766-23-0237	月	8:30~11:30	—	新患受付曜日は 火・水・木曜日、 新患受付時間は 8:30~11時まで 午後は新患の診 察無し	基本予約制 緊急時に対応し ます。
			火	8:30~11:30	14:00~16:00		
			水	8:30~11:30	—		
			木	8:30~11:30	—		
			金	8:30~11:30	14:00~16:00		
			土	—	—		
			日	—	—		
高岡市	医療法人社団 あずさ会 川田病院	住所 高岡市京町8-1 電話 0766-23-3737 FAX 0766-26-3626	月	9:00~12:00	—	—	土曜日は要予約
			火	9:00~12:00	—		
			水	9:00~12:00	—		
			木	9:00~12:00	—		
			金	9:00~12:00	—		
			土	10:00~12:00	—		
			日	—	—		
高岡市	医療法人社団 あずさ会 駅南あずさ病院	住所 高岡市二塚371番1 電話 0766-29-0530 FAX 0766-29-0531	月	9:00~12:00	13:30~16:30	—	原則予約制
			火	9:00~12:00	13:30~16:30		
			水	9:00~12:00	13:30~16:30		
			木	9:00~12:00	13:30~16:30		
			金	9:00~12:00	13:30~16:30		
			土	—	—		
			日	—	—		
高岡市	医療法人 明心会 柴田病院	住所 高岡市永楽町5-1 電話 0766-22-0705 FAX 0766-24-9252	月	8:30~11:30	13:30~16:30	—	初診は午前のみ受 付可
			火	8:30~11:30	13:30~16:30		
			水	8:30~11:30	13:30~16:30		
			木	8:30~11:30	13:30~16:30		
			金	8:30~11:30	13:30~16:30		
			土	8:30~11:30	13:30~16:30		
			日	8:30~11:30	13:30~16:30		
高岡市	医療法人社団 紫水会 矢後病院	住所 高岡市佐野1535 電話 0766-22-5703 FAX 0766-26-8319	月	9:00~11:30	14:00~17:30	—	金曜日午後の矢後 先生のみ予約制にな ります。(平成31年1 月4日から)
			火	9:00~11:30	14:00~17:30		
			水	9:00~11:30	14:00~17:30		
			木	9:00~11:30	14:00~17:30		
			金	9:00~11:30	14:00~17:30		
			土	9:00~11:30	—		
			日	—	—		
高岡市	厚生連高岡病院	住所 高岡市永楽町5-10 電話 0766-21-3930 FAX 0766-24-9509	月	8:30~11:30	13:00~15:30	—	予約優先制
			火	8:30~11:30	13:00~15:30		
			水	8:30~11:30	13:00~15:30		
			木	8:30~11:30	13:00~15:30		
			金	8:30~11:30	13:00~15:30		
			土	—	—		
			日	—	—		
高岡市	医療法人社団 仁清会 若草クリニック	住所 高岡市中川園町3-5 電話 0766-28-5888 FAX 0766-28-5880	月	9:00~11:30	14:30~17:30	—	電話確認後、予約
			火	9:00~11:30	14:30~17:30		
			水	9:00~11:30	14:30~17:30		
			木	9:00~11:30	—		
			金	9:00~11:30	14:30~17:30		
			土	9:00~11:30	—		
			日	—	—		
高岡市	医療法人社団 明寿会 雨晴クリニック	住所 高岡市太田桜谷23-1 電話 0766-44-8061 FAX 0766-44-8062	月	9:00~12:00	—	—	新患のみ要予約
			火	9:00~12:00	—		
			水	9:00~12:00	—		
			木	9:00~12:00	—		
			金	9:00~12:00	—		
			土	9:00~12:00	—		
			日	9:00~12:00	—		

所在地	医療機関名	住所・連絡先	受付時間			診察予約の要否
				午前	午後	
高岡市	川田クリニック	住所 高岡市京町5番8号 電話 0766-20-7880 FAX 0766-20-7881	月	9:00~12:00	14:00~17:00	予約不要
			火	9:00~12:00	14:00~17:00	
			水	—	—	
			木	9:00~12:00	14:00~17:00	
			金	9:00~12:00	14:00~17:00	
			土	9:00~12:00	14:00~17:00	
高岡市	丸山医院	住所 高岡市泉町6-28 電話 0766-27-7077 FAX 0766-27-7087	月	9:00~12:30	14:30~18:30	予約不要
			火	9:00~12:30	14:30~18:30	
			水	9:00~12:30	14:30~18:30	
			木	9:00~12:30	—	
			金	9:00~12:30	14:30~18:30	
			土	9:00~12:30	—	
高岡市	戸出伊勢領よろずクリニック 上田内科医院	住所 高岡市戸出伊勢領2466-2 電話 0766-62-0911 FAX 0766-62-0921	月	9:00~12:30	15:00~17:30	初診については、日程を相談してから受診
			火	9:00~12:30	15:00~17:30	
			水	9:00~12:30	15:00~17:30	
			木	—	—	
			金	9:00~12:30	15:00~17:30	
			土	9:00~12:30	—	
射水市	医療法人社団仁清会 グリーンヒルズ若草病院	住所 射水市藤巻51-2 電話 0766-53-8811 FAX 0766-53-8511	月	9:00~12:00	—	完全予約制
			火	9:00~12:00	—	
			水	9:00~12:00	—	
			木	9:00~12:00	—	
			金	9:00~12:00	—	
			土	—	—	
射水市	医療法人 太閤山病院	住所 射水市橋下条195 電話 0766-56-5460 FAX 0766-56-6815	月	9:00~11:30	—	初診の場合のみ予約必要
			火	—	—	
			水	9:00~11:30	—	
			木	9:00~11:30	—	
			金	—	—	
			土	9:00~11:30	—	
射水市	医療法人 真生会 真生会富山病院	住所 射水市下若89-10 電話 0766-52-2156 FAX 0766-52-2197	月	8:30~11:30	16:30~19:00	完全予約制
			火	8:30~11:30	—	
			水	8:30~11:30	16:30~19:00	
			木	8:30~11:30	—	
			金	8:30~11:30	16:30~19:00	
			土	8:30~11:30	—	
射水市	医療法人社団 喜生会 木戸クリニック	住所 射水市朴木244 電話 0766-82-7300 FAX 0766-82-7373	月	8:30~12:00	13:30~17:30	予約不要
			火	8:30~12:00	13:30~17:30	
			水	8:30~12:00	13:30~17:30	
			木	8:30~12:00	13:30~17:30	
			金	8:30~12:00	13:30~17:30	
			土	8:30~12:00	13:30~17:00	
氷見市	医療法人社団 明寿会 ふるさと病院	住所 氷見市鞍川1878-1 電話 0766-74-7061 FAX 0766-74-7062	月	9:00~12:00	—	初診の方は要予約。 初診は月~金のみ。 再診は予約不要
			火	9:00~12:00	—	
			水	9:00~12:00	—	
			木	9:00~12:00	—	
			金	9:00~12:00	—	
			土	9:00~12:00	—	

所在地	医療機関名	住所・連絡先	受付時間			診察予約の要否
				午前	午後	
砺波市	市立砺波総合病院	住所 砺波市新富町1-61 電話 0763-32-3320(代) FAX 0763-33-1487	月	8:30~11:00	—	初診は予約不要 (多数の場合は お断りすることが あります)再診は 原則予約制
			火	8:30~11:00	—	
			水	8:30~11:00	—	
			木	8:30~11:00	—	
			金	8:30~11:00	—	
			土	—	—	
砺波市	医療法人社団 緑心会 砺波サナトリウム福井病院	住所 砺波市太田570 電話 0763-33-1322 FAX 0763-33-1323	月	8:30~11:30	13:30~17:00	初診の方は受付 終了時間30分前 までに 午前は11:00 午後は16:30
			火	8:30~11:30	13:30~17:00	
			水	8:30~11:30	13:30~17:00	
			木	8:30~11:30	—	
			金	8:30~11:30	13:30~17:00	
			土	8:30~11:30	13:30~17:00	
砺波市	となみの診療クリニック	住所 砺波市栄町125 電話 0763-34-1073 FAX 0763-34-1074	月	9:00~12:30	14:30~18:00	完全予約制
			火	9:00~12:30	14:30~18:00	
			水	9:00~12:30	14:30~18:00	
			木	9:00~12:30	—	
			金	9:00~12:30	14:30~18:00	
			土	9:00~12:30	—	
南砺市	独立行政法人国立病 院機構 北陸病院	住所 南砺市信末5963 電話 0763-62-1340(代) FAX 0763-62-3460	月	8:30~11:30	—	午後は、各科外 来担当医が予約 した場合のみ
			火	8:30~11:30	—	
			水	8:30~11:30	—	
			木	8:30~11:30	—	
			金	8:30~11:30	—	
			土	—	—	
南砺市	南砺市民病院	住所 南砺市井波938番地 電話 0763-82-1475 FAX 0763-82-1853	月	8:30~11:30	13:00~16:00	第4月曜は午前のみ
			火	—	—	
			水	—	—	
			木	8:30~11:30	—	
			金	—	—	
			土	—	—	
小矢部市	医療法人社団 啓愛会 小矢部大家病院	住所 小矢部市島321 電話 0766-67-2002 FAX 0766-67-2288	月	9:00~11:30	13:30~17:30	予約不要
			火	9:00~11:30	13:30~17:30	
			水	9:00~11:30	13:30~17:30	
			木	9:00~11:30	13:30~17:30	
			金	9:00~11:30	13:30~17:30	
			土	9:00~11:30	—	
小矢部市	医療法人社団 松風会 松岡病院	住所 小矢部市畠中町4-18 電話 0766-67-0025 FAX 0766-67-6414	月	9:00~11:30	13:30~17:00	完全予約制
			火	9:00~11:30	13:30~17:00	
			水	9:00~11:30	13:30~17:00	
			木	9:00~11:30	13:30~17:00	
			金	9:00~11:30	13:30~17:00	
			土	8:30~11:30	—	

所在地	医療機関名	住所・連絡先	受付時間			診察予約の要否
			午前	午後	備考	
富山市	国立大学法人 富山大学附属病院	住所 富山市杉谷2630 電話 076-434-2281 FAX 076-434-5104	月 8:30~11:00	—		基本予約制、緊急時は対応します。
			火 8:30~11:00	—		
			水 8:30~11:00	—		
			木 8:30~11:00	—		
			金 8:30~11:00	—		
富山市	富山県立中央病院	住所 富山市西長江2-2-78 電話 076-424-1531 FAX 076-422-0667	月 9:30~12:00	13:30~16:00		初診は予約不要、再診は原則予約制
			火 9:30~12:00	13:30~16:00		
			水 9:30~12:00	13:30~16:00		
			木 9:30~12:00	13:30~16:00		
			金 9:30~12:00	13:30~16:00		
富山市	富山市立 富山市民病院	住所 富山市今泉北部町2番地の1 電話 076-422-1112 FAX 076-422-1371	月 8:30~11:30	14:00~16:00	初診は10:00~11:30	完全予約制
			火 8:30~11:30	14:00~16:00	初診は10:00~11:30	
			水 8:30~11:30	14:00~16:00	初診は10:00~11:30	
			木 9:30~11:30	14:00~15:00	初診は10:00~11:30	
			金 8:30~11:30	14:00~16:00	初診は10:00~11:30	
富山市	富山県リハビリテーション病院	住所 富山市下飯野36 電話 076-438-2233 FAX 076-437-5390	月 —	—	■水・木・金 9:00~12:00/13:30~17:00は児童思春期(18才まで) ■火・金 13:00~16:00は成人(火:担当医師 森昭憲(成人の発達障害)/金:担当医師 麻生 光男(一般精神科 発達障害は含まない))	完全予約制ですが、児童思春期の方については緊急対応必要な場合はかかりつけ医から地域連携室に御連絡下さい。
			火 —	—		
			水 9:00~11:30	13:30~16:30		
			木 9:00~11:30	13:30~16:30		
			金 9:00~11:30	13:30~16:30		
富山市	独立行政法人 国立病院機構 富山病院	住所 富山市婦中町新町3145 電話 076-469-2135 FAX 076-469-5616	月 8:30~11:45	13:00~16:30	初診は月~金 9:00~11:00 及び 13:00~15:00	完全予約制
			火 8:30~11:45	13:00~16:30		
			水 8:30~11:45	13:00~16:30		
			木 8:30~11:45	13:00~16:30		
			金 8:30~11:45	13:00~16:30		
富山市	富山赤十字病院	住所 富山市牛島本町2丁目1番58号 電話 076-433-2222 FAX 076-433-2274	月 9:00~11:30	14:00~15:00	初めての方は午前受付は11:00まで	完全予約制
			火 9:00~11:30	14:00~15:00	//	
			水 9:00~11:30	14:00~15:00	//	
			木 9:00~11:30	14:00~15:00	//	
			金 9:00~11:30	14:00~15:00	//	
富山市	医療法人社団 和敬会 谷野呉山病院	住所 富山市北代5200 電話 076-436-5800 FAX 076-436-1041	月 8:30~11:00	13:00~16:00		初診は要予約
			火 8:30~11:00	13:00~16:00		
			水 8:30~11:00	13:00~16:00		
			木 8:30~11:00	13:00~16:00		
			金 8:30~11:00	13:00~16:00	第2・4は休診	

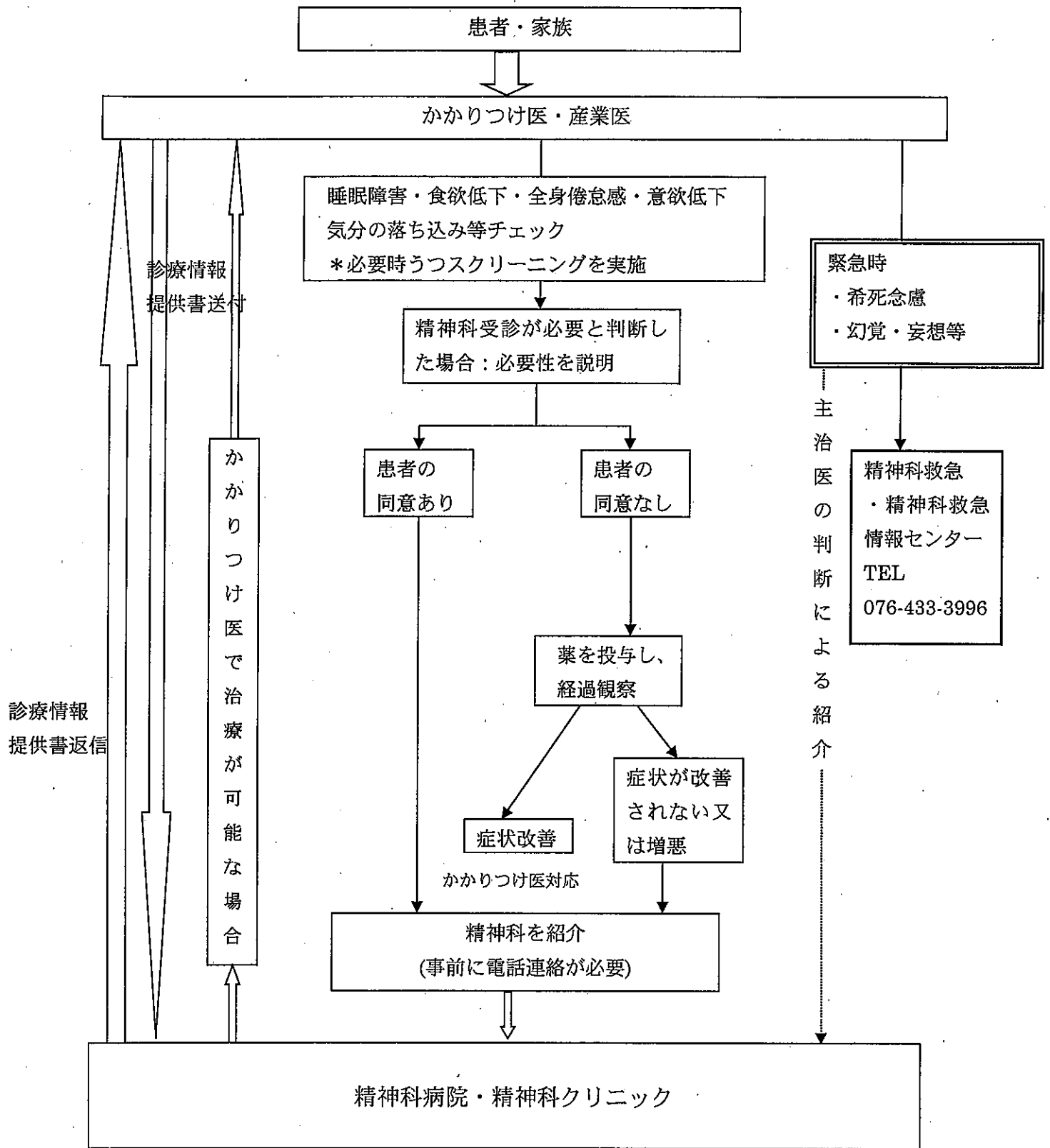
所在地	医療機関名	住所・連絡先	受付時間			診察予約の要否	
				午前	午後		備考
富山市	医療法人社団 桜仁会 富山さくら病院	住所 富山市下新本町3番5号 電話 076-432-0505 FAX 076-431-8728	月	9:00~11:30	14:00~16:30	初診は予約制	
			火	9:00~11:30	14:00~16:30		
			水	9:00~11:30	14:00~16:30		
			木	9:00~11:30	14:00~16:30		
			金	9:00~11:30	14:00~16:30		
			土	9:00~11:30	13:00~16:30		
富山市	医療法人社団 白雲会 呉陽病院	住所 富山市野口南部126 電話 076-436-6363 FAX 076-436-1211	月	9:00~11:30	13:30~16:00	初診	
			火	9:00~11:30	13:30~16:00		
			水	9:00~11:30	13:30~16:00		
			木	—	—		休診日
			金	9:00~11:30	13:30~16:00		
			土	9:00~11:30	13:30~16:00		
富山市	医療法人社団 ときわ会 常願寺病院	住所 富山市水橋肘崎438番地 電話 076-478-1191 FAX 076-478-1159	月	8:30~11:30	13:30~16:00	原則予約制	
			火	8:30~11:30	13:30~16:00		
			水	8:30~11:30	13:30~16:00		
			木	8:30~11:30	13:30~16:00		
			金	8:30~11:30	13:30~16:00		
			土	8:30~11:30	—		
富山市	医療法人社団 功連会 南富山中川病院	住所 富山市大町146 電話 076-425-1780 FAX 076-425-1730	月	8:30~11:30	13:30~16:45	予約優先	
			火	8:30~11:30	13:30~16:45		
			水	8:30~11:30	13:30~16:45		
			木	—	13:30~16:45		
			金	8:30~11:30	13:30~16:45		
			土	8:30~11:30	13:30~16:45		
富山市	医療法人社団 重仁 佐々木病院	住所 富山市大町1番地 電話 076-425-2111 FAX 076-425-2112	月	8:00~11:30	12:00~16:30	完全予約制	
			火	8:00~11:30	12:00~16:30		
			水	8:00~11:30	12:00~16:30		
			木	8:00~11:30	12:00~16:30		
			金	8:00~11:30	12:00~16:30		
			土	—	—		土曜休診
富山市	藤の木病院	住所 富山市開261番地 電話 076-424-0101 FAX 076-424-0110	月	8:30~11:30	14:00~17:30	予約不要	
			火	8:30~11:30	14:00~17:30		
			水	8:30~11:30	14:00~17:30		
			木	8:30~11:30	15:00~16:30		
			金	8:30~11:30	14:00~16:30		
			土	8:30~11:30	14:00~16:30		
富山市	医療法人社団 四方会 有沢橋病院	住所 富山市婦中町羽根新5 電話 076-425-0631 FAX 076-425-0895	月	9:00~12:00	14:30~17:00	初診の場合は必ず 予約の連絡を入れて から受診	
			火	9:00~12:00	14:30~18:30		
			水	9:00~12:00	14:30~17:00		
			木	9:00~12:00	14:30~17:00		
			金	9:00~12:00	14:30~17:00		
			土	9:00~12:00	13:00~15:00		

所在地	医療機関名	住所・連絡先	受付時間			診察予約の要否	
			午前	午後	備考		
富山市	医療法人社団 三医会 三輪病院	住所 富山市小中291番地 電話 076-428-1234 FAX 076-429-8638	月	9:00~12:00	14:00~17:00	完全予約制	
			火	9:00~12:00	14:00~17:00		
			水	9:00~12:00	—		
			木	9:00~12:00	14:00~17:00		
			金	9:00~12:00	14:00~17:00		
			土	—	—		
富山市	医療法人社団 いずみ会 温泉リハビリテーション いま泉病院	住所 富山市今泉220番地 電話 076-425-1166 FAX 076-425-1228	月	9:30~11:30	—	完全予約制	
			火	9:30~11:30	—		
			水	9:30~11:30	—		
			木	9:30~11:30	—		
			金	9:30~11:30	—		
			土	—	—		休診
富山市	富山中央診療所	住所 富山市掛尾町500 電話 076-495-2164 FAX 076-420-2015	月	7:00~12:00	—	土曜日午後は予約制	
			火	7:00~12:00	—		
			水	7:00~12:00	—		
			木	7:00~12:00	—		
			金	7:00~12:00	—		
			土	7:00~12:00	12:00~15:00		要予約
富山市	医療法人社団 和敬会 谷野医院	住所 富山市総曲輪2-8-2 電話 076-421-3648 FAX 076-493-0840	月	8:30~12:00	—	完全予約制	
			火	8:30~	~16:00		
			水	8:30~	~18:30		夜間外来日
			木	8:30~12:00	—		
			金	8:30~	~16:00		
			土	8:30~12:00	—		
富山市	福田医院	住所 富山市室町通り1-1-26 電話 076-425-4978 FAX 076-425-5816	月	9:00~12:00	14:00~17:00	午後は予約制	
			火	9:00~12:00	14:00~17:00	//	
			水	9:00~12:00	14:00~17:00	//	
			木	9:00~12:00	—	原則予約制	
			金	9:00~12:00	14:00~17:00	午後は予約制	
			土	9:00~12:00	14:00~17:00		
富山市	ほんだクリニック	住所 富山市丸の内2-3-8 電話 076-420-5211 FAX 076-420-5188	月	9:00~12:00	14:00~18:00	完全予約制	
			火	9:00~12:00	14:00~18:00		
			水	9:00~12:00	14:00~18:00		
			木	9:00~12:00	—		
			金	9:00~12:00	14:00~18:00		
			土	9:00~12:00	—		
富山市	医療法人社団 至仁会 みさきクリニック	住所 富山市梅沢町2-7-13 電話 076-422-2665 FAX 076-422-2675	月	9:00~12:00	14:00~18:00	予約優先制	
			火	9:00~12:00	14:00~18:00		
			水	9:00~12:00	—		
			木	9:00~12:00	14:00~18:00		
			金	9:00~12:00	14:00~18:00		
			土	9:00~12:00	—		

所在地	医療機関名	住所・連絡先	受付時間			診察予約の要否
			午前	午後	備考	
富山市	医療法人社団 さくらまちハートケアク リニック	住所 富山市桜町1-3-4東洋ビル12 2階 電話 076-443-1840 FAX 076-443-1842	月	9:00~12:00	14:00~17:30	完全予約制
			火	9:00~12:00	14:00~17:30	
			水	10:30~12:00	14:00~19:00	
			木	—	—	
			金	10:30~12:00	14:00~19:00	
			土	9:00~12:00	14:00~17:30	
富山市	医療法人社団 博啓会 アイクリニック	住所 富山市太郎丸西町2-8-6 電話 076-421-0238 FAX 076-421-0207	月	9:00~12:00	13:30~18:00	完全予約制
			火	9:00~12:00	13:30~20:00	
			水	9:00~12:00	13:30~18:00	
			木	9:00~12:00	13:30~18:00	
			金	9:00~12:00	13:30~18:00	
			土	9:00~12:00	13:00~14:00	
富山市	竹内スリープメンタルク リニック	住所 富山市弥生町2丁目4-22 電話 076-444-1311 FAX 076-444-1312	月	9:00~12:30	14:30~18:00	完全予約制
			火	9:00~12:30	14:30~18:00	
			水	9:00~12:30	14:30~18:00	
			木	—	—	
			金	9:00~12:30	14:30~18:00	
			土	9:00~12:30	14:30~17:00	
富山市	星井町こころのクリニク	住所 富山市星井町2-7-39泉ビル2F 電話 076-481-6607 FAX 076-481-6651	月	9:00~12:30	14:30~18:00	完全予約制
			火	9:00~12:30	14:30~18:00	
			水	9:00~12:30	14:30~18:00	
			木	—	—	
			金	9:00~12:30	14:30~18:00	
			土	9:00~12:30	13:30~16:00	
滑川市	厚生連滑川病院	住所 滑川市常盤町119番地 電話 076-475-1000 FAX 076-476-5116	月	8:30~11:30	—	予約不要
			火	8:30~11:30	—	
			水	8:30~11:30	—	
			木	8:30~11:30	—	
			金	8:30~11:30	—	
			土	—	—	
上市町	かみいち総合病院	住所 中新川郡上市町法音寺51 電話 076-472-1212 FAX 076-472-1213	月	8:30~11:00	—	初診は予約制
			火	8:30~11:00	—	
			水	8:30~11:00	—	
			木	8:30~11:00	—	
			金	8:30~11:00	—	
			土	—	—	
魚津市	医療法人社団 信和会 魚津神経サナトリウム	住所 魚津市江口1784-1 電話 0765-22-3486 FAX 0765-22-8660	月	8:30~11:30	—	初診のみ要予約
			火	8:30~11:30	—	
			水	8:30~11:30	—	
			木	—	—	
			金	8:30~11:30	—	
			土	8:30~11:30	—	

所在地	医療機関名	住所・連絡先	受付時間			診察予約の要否
			午前	午後	備考	
魚津市	医療法人社団 弘仁会 魚津緑ヶ丘病院	住所 魚津市大光寺287 電話 0765-22-1567 FAX 0765-22-3137	月	8:30~12:00	—	
			火	8:30~12:00	—	
			水	8:30~12:00	—	
			木	8:30~12:00	—	
			金	8:30~12:00	—	
			土	8:30~12:00	—	
魚津市	独立行政法人 労働者 健康安全機構 富山労 災病院	住所 魚津市六郎丸992 電話 0765-22-1280 FAX 0765-22-5859	月	—	—	完全予約制
			火	—	—	
			水	—	—	
			木	—	13:30~16:30	
			金	—	—	
			土	—	—	
黒部市	黒部市民病院	住所 黒部市三日市1108-1 電話 0765-54-2211 FAX 0765-54-2962	月	8:30~	~14:30	完全予約制
			火	8:30~	~14:30	
			水	8:30~	~14:30	
			木	8:30~	~14:30	
			金	8:30~	~14:30	
			土	—	—	

高岡厚生センターにおけるかかりつけ医から精神科医への紹介システム図



行政機関による相談場所

○市（精神保健福祉相談窓口）

各市では、正しい知識の普及や相談、障害者の社会復帰の促進や生活支援に努めています。

*は、自立支援医療費(精神通院医療)、精神障害者保健福祉手帳、福祉サービスの利用などの手続きの窓口です。

市町村名	担当課	(〒) 所在地	電話番号
高岡市	健康増進課 (保健センター)	(933-0045) 高岡市本丸町 7-25	20-1345
	社会福祉課* (市役所本庁舎)	(933-8601) 高岡市広小路 7-50	20-1369
	市民生活課 (福岡健康福祉センター)	(939-0132) 高岡市福岡町大滝 22	64-1433
射水市	保健センター	(939-0241) 射水市中村 38	52-7070
	社会福祉課*	(939-0294) 射水市新開発 410-1	51-6626
氷見市	健康課	(935-0011) 氷見市中央町 12-21	74-8414
	福祉介護課*	(935-8686) 氷見市鞍川 1060	74-8113

○厚生センター

医療機関への受診や生活の問題、社会参加への支援について保健師や精神科医師（予約制）が相談を受けています。また、必要な方に家庭訪問したり、病院や関係機関と協力して支援しています。

名称	担当課	(〒) 所在地	電話番号	担当地域
高岡厚生センター	地域保健班	(933-8523) 高岡市赤祖父 211	26-8415	高岡市
高岡厚生センター 射水支所	地域健康課	(939-0351) 射水市戸破 1875-1	56-2666	射水市
高岡厚生センター 氷見支所	地域健康課	(935-0021) 氷見市幸町 34-9	74-1780	氷見市

○心の健康センター

精神障害者に関する情報を提供したり、活動を支援しています。また、心の健康に関する各種の相談や精神科デイ・ケアも行っています。

名称	(〒) 所在地	電話番号
富山県心の健康センター	(939-8222) 富山市蛸川 459-1	(076) 428-1511

SDS(うつ性自己評価尺度) (self-rating depression scale)

(原著者:W.W.K.Zung 日本版作成:福田一彦 小林重雄)

- * Zung WWK(1965年)により考案された抑うつ尺度SDS(Self-rating Depression Scale)で20項目の質問からなり、いずれも4段階評価(いつも、しばしば、ときどき、めったにない)を行うものである。
- * Zungによればアメリカ人のSDS平均値は健常者26点、神経症患者46.2点、うつ病患者で59点を示し、うつ病ないうつ状態で高得点を示すことが明らかにされている。
- * 本邦では福田らの判定で40点未満は「抑うつ状態はほとんどなし」、40点台で「軽度の抑うつ性あり」、50点以上で「中等度の抑うつ性あり」と判定されている。
一般臨床においてSDS 50点以上になるとうつ傾向があると判断する。
- * 医科診療報酬点数80点(区分D285-1)が認められている。

項目番号		抑うつ状態像因子	応答欄(評価点)			
			めったにない	ときどき	しばしば	いつも
1	気が沈んで憂うつだ	憂うつ、抑うつ、悲哀	1	2	3	4
2	朝がたは いちばん気分がよい	日内変動	4	3	2	1
3	泣いたり 泣きたくなる	啼泣	1	2	3	4
4	夜よく眠れない	睡眠	1	2	3	4
5	食欲は ふつうだ	食欲	4	3	2	1
6	まだ性欲がある (異性に対する関心がある)	性欲	4	3	2	1
7	やせてきたことに 気がつく	体重減少	1	2	3	4
8	便秘している	便秘	1	2	3	4
9	ふだんよりも 動悸がする	心悸亢進	1	2	3	4
10	何となく 疲れる	疲労	1	2	3	4
11	気持ちば いつもさっぱりしている	混乱	4	3	2	1
12	いつもとかわりなく 仕事をやれる	精神運動性減退	4	3	2	1
13	落ち着かず じっとしていられない	精神運動性興奮	1	2	3	4
14	将来に 希望がある	希望のなさ	4	3	2	1
15	いつもより いらいらする	焦燥	1	2	3	4
16	たやすく 決断できる	不決断	4	3	2	1
17	役に立つ 働ける人間だと思う	自己過小評価	4	3	2	1
18	生活は かなり充実している	空虚	4	3	2	1
19	自分が死んだほうが ほかの者は 楽に暮らせると思う	自殺念慮	1	2	3	4
20	日頃していることに 満足している	不満足	4	3	2	1

* SDS うつ性自己評価尺度の著作権は株式会社三京房に属します。
利用される際は、下記までご連絡下さい。
TEL:075-561-0071 E-mail:order3@sankyobo.co.jp

心の健康チェックシート 自己診断チェックシート(SRQ-D)東邦大式

質問項目	いいえ	ときどき	しばしば	つねに
1 体がだるく疲れやすいですか				
2 騒音が気になりますか				
3 最近気が沈んだり気が重くなることがありますか				
4 音楽を聞いて楽しいですか				
5 朝のうち特に無気力ですか				
6 議論に熱中できますか				
7 くびすじや肩がこって仕方がないですか				
8 頭痛持ちですか				
9 眠れないで朝早く目ざめることがありますか				
10 事故やけがをしやすいですか				
11 食事がすすまず味がありませんか				
12 テレビをみて楽しいですか				
13 息がつまって胸苦しくなることがありますか				
14 のどの奥に物がつかえている感じがしますか				
15 自分の人生がつまらなく感じますか				
16 仕事の効率があがらず何をしてもおっくうですか				
17 以前にも現在と似た症状がありましたか				
18 本来は仕事熱心で几帳面ですか				

各々の答えについて

いいえ……0点

ときどき……1点

しばしば……2点

つねに……3点

として点数を記入し、合計点を計算してください。ただし、質問2, 4, 6, 8, 10, 12に関しては加点しない。

(判定)

16点以上:うつ状態が疑われますので、専門機関で受診してください。

15~11点:精神的疲労がたまっている状態です。休養をとることや保健師等への相談をお勧めします。

10点以下:心の健康が保たれている状態です。これからもストレスをためない生活を続けてください。

WHO作成の

AUDIT(オーテイト)をやってみましょう

WHO(世界保健機関)のAUDIT(Alcohol Use Disorders Identification Test/アルコール使用障害特定テスト)ではアルコール摂取パターンが危険ないし有害な者を特定します。専門家によって行われるテストですが短時間で評価するための簡単な方法であるため、参考情報としての掲載です。

1	飲まない	0
あなたはどのくらいの頻度でアルコール飲料を飲みますか？	月1回以下	1
	月2~4回	2
	週2~3回	3
	週4回以上	4

6	ない	0
過去1年間に、飲みすぎた翌朝、体調を整えるために迎え酒をしなければならなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？	月1回未満	1
	月1回	2
	週1回	3
	毎日あるいはほとんど毎日	4

2	1~2ドリンク	0
飲酒するときには通常どのくらいの量を飲みますか？	3~4ドリンク	1
	5~6ドリンク	2
	7~9ドリンク	3
	10ドリンク以上	4

7	ない	0
過去1年間に、飲酒後に罪悪感・後ろめたさを感じたり、後悔をしたことが、どのくらいの頻度でありましたか？	月1回未満	1
	月1回	2
	週1回	3
	毎日あるいはほとんど毎日	4

3	ない	0
1度に6ドリンク以上飲酒することがどのくらいの頻度でありますか？	月1回未満	1
	月1回	2
	週1回	3
	毎日あるいはほとんど毎日	4

8	ない	0
過去1年間に、飲酒のため、前夜の行動を思い出せなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？	月1回未満	1
	月1回	2
	週1回	3
	毎日あるいはほとんど毎日	4

4	ない	0
過去1年間に、飲み始めると止められなくなったことが、どのくらいの頻度でありましたか？	月1回未満	1
	月1回	2
	週1回	3
	毎日あるいはほとんど毎日	4

9	ない	0
あなたの飲酒のために、あなた自身や他の人がケガをしたことがありますか？	あるが、過去1年間ははない	2
	過去1年にある	4

5	ない	0
過去1年間に、普通だで行えることを飲酒していたためにできなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？	月1回未満	1
	月1回	2
	週1回	3
	毎日あるいはほとんど毎日	4

10	ない	0
家族、親戚、友人、医師、あるいは他の保健従事者が、あなたの飲酒について心配したり、飲酒を控えるように勧めたことがありますか？	あるが、過去1年間ははない	2
	過去1年にある	4

1ドリンク=純アルコール10gを含む酒類

合計点

点



ビール
アルコール約5%



日本酒
アルコール約15%
0.5合(80ml)



ワイン
アルコール約12%
ワイングラス1杯弱



焼酎
アルコール約25%
(50ml)

0~7点 問題飲酒ではないと思われる

いまのところ、危険の少ないお酒の飲み方です。今後も健康的なお酒とお付き合いを心がけてください。

8~14点 問題飲酒だが、アルコール依存症には至っていない

健康や社会生活に影響がでるおそれがあります。1日1単位までの飲酒にとどめましょう。お酒の飲み方の修正が必要です。

15~40点 アルコール依存症疑い

今後の目標は節酒ではなく断酒にしましょう。飲酒の悪影響は、健康だけではなく、家庭や職場の生活にも及びます。一度専門医に相談しましょう。

かかりつけ医から精神科医への紹介システムの手引き

平成27年12月作成

平成29年 1月改訂

平成31年 2月改訂

令和2年 2月改定



この手引きについてのお問い合わせは下記へ

発行：富山県高岡厚生センター

保健予防課地域保健班

〒933-8523 高岡市赤祖父211

TEL. 0766-26-8415