

# 新生活への準備は万全ですか？

ICU カウンセリングセンターから大切なお知らせです

現在、精神科治療や心理療法を受けているかたへ。これはみなさんの日本での生活に大切な情報ですので、しっかり読んでください。

## 服薬中の薬の持ち込みについて



あなたが現在服薬中の薬が、日本で流通しているとは限りません。また、日本到着後に郵便などで海外から向精神薬を送ってもらうことは違法です。主治医と留学中の薬の継続についてきちんと相談してください。新しい環境に慣れるまでは様々な困難を感じるかもしれませんので、ストレス対処に関しても相談するといいでしょう。

現在服薬中の向精神薬を日本でも継続する場合は、来日前に厚生局が発行する「薬監証明（やっかんしょうめい）」を取得しなくてはならない場合があります。薬監証明の取得には申請してから時間がかかることがありますので、時間に余裕をもって準備をしてください。詳しくは、厚生省のHPをご参考にしてください。

(<http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/pharmaceuticals/01.html>)。厚生労働省地方厚生局麻薬取締部のHPにも英語で詳しく載っています

(<http://www.ncd.mhlw.go.jp/en/application.html>)。

日本の医療制度は、あなたの国とは異なりますので、全く同じ支援が得られるとは限らないことを理解して来日することが大切です。例えば、日本語以外の言語で治療先を見つけることは大変困難です。英語で受診できる精神科は少なく、料金が高いことも珍しくありません。ICUの精神科顧問医の診察も日本語で行われます。

精神科医を受診する場合は、日本語で自分の症状を説明するか、誰か同伴者を探す必要があるかもしれません。大学では、学外のクリニックをご紹介することはできませんのでご了承ください。来日前に主治医と留学中の治療について話し合い、しっかり準備をすることが大事です。

## ICU カウンセリングセンター

開室時間



月一金

9:30AM-4:30PM 0422-33-3499

<http://counseling.linfo.icu.ac.jp>

ICU カウンセリングセンターでは、日英両語でカウンセリングなど心理的なサポートを受けることができます。ご自身の治療歴や服薬について、事前に情報を整理し持参することをお勧めします。

2019年4月