

『ふくまこ』



第1号

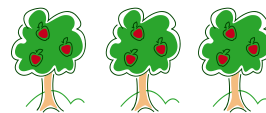
～ふくしま心のケアセンター 県中方部だより～

(隔月発行)

ふくしま心のケアセンターは、東日本大震災による被災とその後の生活ストレスを伴う様々な心の問題の予防と早期発見、人材育成など、総合的な心のケア対策を図るために、関係機関と連携しいろいろな活動をしています。

はじめまして。ふくしま心のケアセンターです。

県中方部センター 活動案内



◆ 個別支援

- センターチームでの訪問
- 行政職員との同行訪問
- 受診援助

ご相談をご希望の方は、
最初に各市町村の保健師にご相談ください。
個人様・関係機関様からの直接のご相談は
お受けいたしていません。

◆ 集団支援

- サロン活動
 - ◇ **ひとやすみの会**
 - 心と身体のリラクゼーションを目的とした活動を実施
 - ◇ **親子ふれあい教室**（福島県臨床心理士会主催）
 - お母さんと子どものストレス対策（親子遊びの場や情報交換などの場の提供など）
- 絆カフェ富岡への協力
 - ◇ 健康相談時に相談実施など

各サロン活動の詳細な日程につきましては
裏面の【サロン活動のご案内】をご覧ください。

◆ その他の支援

- 関係機関との被災者支援に関する情報交換、コンサルテーション
- 援助者・行政職員への研修、個別相談

◆ 活動範囲（担当市町村）

*（五十音順）

- 県中管内の各市町村ならびに葛尾村、川内村、富岡町、浪江町、双葉町、南相馬市

富岡町ひとやすみの会 活動報告

富岡町ひとやすみの会は、借り上げ住宅で生活されている富岡町の方々を中心に、月に1回開催しています。場所は富岡町役場のすぐうしろ、郡山市大槻町北公民会館です。日々の不安や疲れ、楽しみなど参加者同士で思いを共有し、心身ともに「ホッと一息」についていただける場になればと思っています。

8月からは内容をリニューアルし、『タッピングタッチ』という両手を使ったリラクゼーション法を取り入れました。参加された皆さまより「体が軽くなった」「心地よかった」と大好評をいただきました！今後も保健師さんたちと協力しながら、会をより良いものにしていきたいと思っております！





スタッフ紹介



武藤久美子：保健師
座右の銘：知覚動考（ともかくうごこう）。知って覚えて行動して考えてみる。

後藤弓子：看護師
座右の銘：

一生懸命

相良サク子：看護師
座右の銘：

一期一会

真鋼博：精神保健福祉士
座右の銘：「切に生きる」（瀬戸内寂聴さんの言葉より）

岩沢裕樹：臨床心理士
座右の銘：おもしろきこともなき世をおもしろく すみなしものは 心なりけり

山下和彦：臨床心理士
座右の銘：「心の生ぶ毛」を大切にする（中井久夫「最終講義」より）

伊藤美和：作業療法士
座右の銘：目に見えるものより目に見えないものを大切に。

宮原俊也：臨床心理士
座右の銘：右か左か迷ったら、右に行く

松島輝明：精神保健福祉士
座右の銘：「学・思・行」走りながら考える。

平山真実：事務
座右の銘：何事でも自分にしてもらいたいことは他の人にもそのようにしなさい

9月のサロン活動のご案内

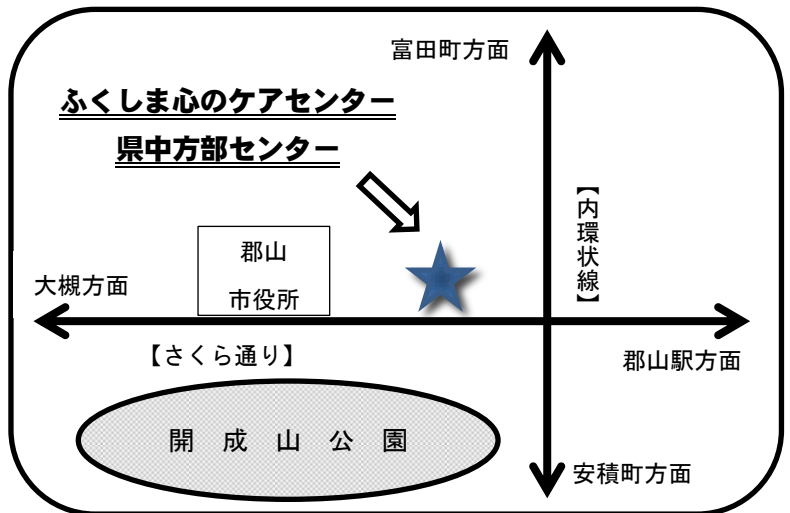
- **5日 双葉町「ひとやすみの会」**
 10:00～11:30（喜久田仮設住宅集会場）
 13:30～15:00（富田仮設住宅集会場）
- **6日 県中保健所「親子ふれあい教室」**
 10:00～11:30（県中保健所 2階大会議室）
 ＊福島県臨床心理士会主催
- **7日 三春町「親子ふれあい教室」**
 10:00～11:30（三春町保健センター）
 ＊福島県臨床心理士会主催
- **14日 田村市「親子ふれあい教室」**
 10:00～11:30（田村市子育て支援センター）
 ＊福島県臨床心理士会主催
- **21日 葛尾村「親子ふれあい教室」**
 9:30～11:30（中妻公民館）
 ＊福島県臨床心理士会主催
- **21日 富岡町「ひとやすみの会」**
 10:00-11:30（大槻町北公民館）
- **27日 双葉町「ひとやすみの会」**
 13:30～15:00（日和田仮設住宅集会場）
- **28日 川内村「ひとやすみの会」**
 10:00-11:30（若宮前仮設住宅集会場）

いずれも申し込み不要で無料でご参加いただけます。
 詳細は各市町村のご担当者にお問い合わせください。

編集後記

センターの活動を地域の方にお伝えしたいという思いから、この広報紙を発行しました。読んだ後に、「ほっ」と心温まるような内容にしていきたいと思えます。よろしくお願いします。（山下）

センターの開所から約4か月、まだまだ試行錯誤の毎日ですが、今後も皆さまとのつながりを大切にしながら、歩いていきたいと思えます。今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。（岩沢）



●発行元

福島県精神保健福祉協会

ふくしまこころのケアセンター 県中方部センター

〒963-8024

福島県郡山市朝日一丁目14-3

アライビル201号

Tel 024-983-0274

Fax 024-983-0276

http://kokoro-fukushima.org/

基幹センター 〒960-8012 福島市御山町8-30（県保健衛生合同庁舎5階）
 Tel 024-535-8639 FAX 024-534-9917

県北方部センター 〒960-8012 福島市御山町8-30（県保健衛生合同庁舎2階）
 Tel 024-533-4161

県南方部センター 〒961-0074 白河市郭内127（県南保健福祉事務所内）
 Tel 0248-27-3625

会津方部センター 〒965-0873 会津若松市追手町7-40（会津保健福祉事務所内）
 Tel 080-2814-1923

いわき方部センター 〒970-8026 いわき市平童子町4-13 ザ・ステージ1階
 Tel 0246-38-7461 Fax 0246-38-7463

相馬方部センター 〒979-0016 相馬市沖ノ内1丁目2-8 1F
 Tel 0244-26-9753 Fax 0244-26-9739