



◆ふくしま心のケアセンター 県中方部センター 活動メニュー◆

個別支援活動⇒仮設住宅・借り上げ住宅などへの戸別訪問、病院受診の際の付き添いなど

集団支援活動⇒仮設集会所や公民館にて、被災者や親子を対象にしたサロン活動など

その他の活動⇒各関係機関との情報交換・コンサルテーション、行政職員や地域住民への講演など

県中方部センターのとある一日

県中方部センターの精神保健福祉士のとある一日をご紹介します。この日は、午前には戸別訪問、午後にはうつに関する講演を行う予定です。

8:15 出勤

8:30 朝の打合せ

9:00 事務所を出発

9:15 仮設住宅に戸別訪問

10:45 借り上げ住宅に戸別訪問

12:05 事務所で昼食

13:30 講演会場に到着し、打合せ

14:00 うつに関する講演会を開始

15:30 講演会の振り返り

16:00 事務所到着

16:45 全体で一日の振り返り

17:30 退勤



【戸別訪問】

看護師、精神保健福祉士、作業療法士、臨床心理士がチームで、仮設住宅や借り上げ住宅を訪問します。それぞれの専門性を活かして支援を行っています。

この日は、看護師と訪問し、お話を伺いました。



【講演会の講師】

市町村や関係機関からの依頼を受けて、講演会の講師を行っています。

この日は、支援者を対象に、うつ状態に陥っている住民のサインを見つける方法や対処方法について、ロールプレイもまじえて講演しました。

【一日の振り返り】

毎日の振り返りを大切にしています。スタッフがその日に感じたこと、気づいたこと、あるいは困ったことも共有して、一日の活動を終わります。良い支援のためには、スタッフの体調管理も大切な仕事です。



活動紹介『親子ふれあい教室』 at 県中保健福祉事務所

福島県臨床心理士会主催、県中保健福祉事務所共催のもと、就学前のお子さんと保護者の方々を中心に、月に1回開催しています。保育士さんの明るい笑顔と楽しい遊びを中心に、親子遊びや絵本の読み聞かせ、かけっこなどをして過ごします。子どもたちは身体をいっぱい動かして、たくさんの笑顔を見せてくれています。

また、保護者の方々がお子さんと少し離れてゆっくりお話できる時間も設けています。そこでは日々の子育てや家族関係の悩みや放射線のことに関する相談などをお話します。他のお母さんが気持ちを共感したり一緒に良い方法を考えたりすることで、気持ちがホッと緩んで、安心して子育てを続けていく力になります。さらに個別にお話されたい方には、臨床心理士による相談の時間も設けています。



11月のサロン活動のご案内

- **9日 三春町「親子ふれあい教室」**
9:30～11:00（三春町保健センター）
- **9日 葛尾村「親子ふれあい教室」**
9:30～11:30（中妻公民館）
- **12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）
- **14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）
- **15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）
- **16日 富岡町「ひとやすみの会」**
10:00～11:30（大槻町北公民館）
- **22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 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）

12月のサロン活動のご案内

- **12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）
- **13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）
- **14日 三春町「親子ふれあい教室」**
9:30～11:00（三春町保健センター）
- **14日 葛尾村「親子ふれあい教室」**
9:30～11:30（中妻公民館）
- **17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）
- **18日 富岡町「ひとやすみの会」**
10:00～11:30（大槻町北公民館）
- **20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）



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。

フキコラム

北欧のアイスランドは、人口に対する詩人の比率が高い国だそうです。厳しい自然環境の中で、詩を読むことが人々に慰めを与えたとか。秋の夜長、折々の思いを言葉で紡ぎ、韻律に託してみるのもよいかもしれませんね。(M)

新スタッフ紹介

10月より県中の方部センターに配属されました、精神保健福祉士の松田聡一郎です。三度のメシよりメシが好きな私ですが、筋子だけは苦手です。でもイクラは好きですよ。最近気になることは、松崎しげるが、全曲「愛のメモリー」のアルバムを出したことです。誰が買うんでしょうか。とても気になりますね。今後ともよろしく願います。(松田)



編集後記

10月は、当センターの研修で心理療法のEMDRパート1トレーニングの研修を2泊3日で受けて来ました。講義と実技でみっちりと学んできました。少しずつ実践していきたいです。(山下)

すっかり鍋や熱燗などあったかいものが恋しい季節ですね。好きな鍋料理はなんですか？私はやっぱりきりたんぼ鍋！おススメです。おいしいものを食べるのは、ひと時の幸せですね。(岩沢)

●発行元

福島県精神保健福祉協会

ふくしま心のケアセンター センター

〒963-8024

福島県郡山市朝日一丁目

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

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

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