

七転び八起き

平成 28 年 5 月発行

春号 (第 1 号)

こんにちは。ふくしま心のケアセンター会津方部センターです。平成 24 年 4 月より当センターは様々な活動を行って参りましたが、より活動を知って頂くこと、住民や支援者の方々にメンタルヘルスケアへの関心をもって頂く機会作りとして、今年度より機関誌「七転び八起き」を発行することとなりました。今回が初刊ということで、まずはふくしま心のケアセンターについてご紹介します。

ふくしま心のケアセンターとは？

ふくしま心のケアセンターは、福島県より事業委託を受けた「一般社団法人 福島県精神保健福祉協会」が設置・運営する機関で、東日本大震災によって被災された方や、支援にあたられている方に対する相談支援等を行うため、平成 24 年 2 月に開設されました。専門の職員が関係機関と連携のもと、お一人おひとりの状況に合わせ、ご相談に応じます。心身の健康や生活の安定を目指して一緒に考えていきたいと思い、活動しています。

県内に基幹センター及び県北、県中・県南、会津、相馬、いわきの 5 方部があり、それぞれ臨床心理士や精神保健福祉士、看護師や保健師、社会福祉士、作業療法士といった専門職が、以下のような活動を行っています。

1. 人材の育成や派遣：支援者への教育研修・技術研修、行政・関係機関への講師派遣
2. 心のケアに関する普及啓発：震災関連、ストレス関連のパンフレット等の作成と配布
3. 被災者への相談や支援：講演会、相談会や巡回訪問などの実施関連機関との連携によるメンタルヘルス事業の実施
4. 心のケアに関する情報収集と分析：被災者の実態把握、心のケアに関する情報の収集
5. その他、心のケアを推進するために必要な事業

会津方部センターの活動について

その中でも会津方部センターは、会津地方・南会津地方を対象として 4 名のスタッフで活動しています。

活動内容として、個別訪問は役場機能がある大熊町・楢葉町をメインに、他の被災町村とは町の保健師さん達と随時、連携を図りながら対応しています。

住民支援事業では楢葉町の「会津我家笑飯めし」や会津若松市社会福祉協議会が主催する「小法師サロン」等に参加し、住民の皆さんから様々なお話を伺ったり、血圧測定やミニ講話などを実施しています。



睡眠についてのミニ講話の様子

双葉サロン

2 ヶ月に 1 度開催される双葉町社会福祉協議会主催の双葉サロンは、いわきから参加される方もおり、賑やかなサロンです。心のケアセンターでは、皆さんと睡眠クイズをしながら「睡眠」の大切さやより良い眠りについて講話をさせていただきました。

支援者支援では、臨床心理士や作業療法士、精神保健福祉士と連携し、大熊町や楢葉町職員を対象にメンタルヘルスに関する講座等を実施しています。



メンタルヘルス講座でのタッピングタッチの様子

ぐっちーcafe

「ぐっちーcafé」は水曜日お昼休み限定オープンの大熊町職員を対象としたカフェです。震災後、避難先の慣れない土地や業務の変化で疲れている職員の皆さんに、少しでも机を離れて休んで欲しい、と平成26年度から実施してきました。一人でゆったりしていられる職員さん、同僚と顔を出してくれる職員さんまで、毎回色々な方が一息ついていって下さいます。



スタッフを紹介します

大平 洋子（保健師）
伊藤 文枝（保健師）
内川 礼子（看護師）
齋藤 千鶴（保健師）

スタッフ4名です。
よろしくお願ひします。

会津地域への避難者数：2,265人
〈主な被災町村の避難者数〉（平成28年3月31日現在）

避難元	大熊町	楢葉町	双葉町	浪江町	富岡町	計
会津管内	1099	198	59	151	122	1629

（単位：人）

会津保健福祉事務所からのデータ引用

発行元

一般社団法人 福島県精神保健福祉協会
ふくしま心のケアセンター
会津方部センター
会津若松市千石町9-38 しのビル3号室
TEL. 0242-23-4065
FAX. 0242-23-4066

編集後記

今回、創刊になりました「七転び八起き」は年4回の発行を予定しております。随時、様々な活動を紹介していきたいと思ひますので、よろしくお願ひ致します。