



今年は寒くなるのが早いですね。みなさん 元気にお過ごしでしょうか。

今回は、当方部センターの日頃の活動の一部をご紹介します。

個別支援

3月に借上住宅から復興公営住宅に転居したAさん。
…でも、なかなか新しい生活に馴染めないようでした…
そこで、『プチトマトの苗』をお届けしました。

Aさん：「風が強く吹くと倒れないかと心配で…
毎日、成長を見るのが楽しみにしてるよ」

その甲斐あって
プチトマトは鈴なりに！



Aさんの愛犬
クック船長!!



Aさん：「何度も収穫して食べたよ！」
(と、説明されるその場でもつまみ食い)
「訪ねてきた孫にも食べさせることができたよ！」

ある訪問先では、Bさん本人の希望で面談の終わりに
外でのキャッチボールを取り入れています。

Bさんが身体を動かす機会になっているのはもちろんのこと、
もう一人の専門員が家族の話を聞ける時間でもあります。
Bさん自身も面談の中では話せなかったことを話してく
れる時もあります。

Bさんは毎回変化球を研究していて訪問を楽しみに待
ってくれています。キャッチボールだけが目的ではありません
が、訪問の中でBさんが好きな時間を私達も一緒に共有
できることは貴重な体験です。

キャッチボールを通して、言葉だけ
でなく心も通わせられたらと思います。
私達もBさんを驚かせられるような
変化球を磨いていきます！



より良い支援のために「事例検討会」をしています。「事例検討会」というと堅苦しい感じですが、資格や経歴、年齢が様々な方部の専門員が、訪問している方のこと、その方への関わり方について、考えや意見を出し合い、話し合う会です。毎回、当センターの顧問の先生にスーパーバイザーとして参加していただいています。多くの回に、福島県立医科大学の大川貴子先生（精神看護学）に参加していただいています。これまでの関わりについて担当者から話を聞き、震災・原発事故によって変えられてしまったその人の生活、人生について理解を深めていきます。そうすると、「そうか！」「なるほど」といった気づきがあったり、「こんな関わりしてみよう」「〇〇についてもう少し聞いてみよう」といった関わり方のヒントが得られたりしています。支援者の皆様に事例検討会のご案内をさせていただくこともあります。その際はぜひご参加ください。

啓発活動



自殺予防街頭キャンペーンに参加しました。

主催：郡山市 場所：郡山駅前



主催：県中保健福祉事務所
場所：須賀川市

支援者支援

「支援者のための研修会」について

『対話のチカラ～オープンダイアログ～』の研修会を

11月29日に開催いたします。案内のチラシが郵送されている
と思いますので、詳細についてはチラシもしくはふくしま心の
ケアセンターHPをご覧ください。

申込み締切日が11月15日になっております
ので、お早めにお申し込み下さい！



集団支援

＊双葉町社協サロン＊

9月12日（火）に双葉町社会福祉協議会から依頼を受け「認知症の予防」について講話をしました。

当日は白河市にお住まいの双葉町の住民21名に加え、スタッフ11名の参加がありました。住民・スタッフのご協力のもと、講話に加え記憶力のクイズも行いました。

今回のサロンのように、みんなで色々話し、笑い合えることが最大の認知症の予防につながる
こと等の内容を皆さんと共有できる
時間になりました。



＊ちびくまランド（大熊町母子保健事業）＊

10月6日（金）に大熊町からの依頼を受け「子どもの理解と関わり方」について講話をしました。

当日は0～3歳までのお子さん8名と親御さん7名が参加されました。講話では、子どもの発達の段階での理解と、子どもの関わり方として「わかりやすいコミュニケーション」「効果的なほめ方」について説明させていただきました。また、個別相談では育児での悩みや不安についての話があり、助言等をさせていただくと共に、親御さんの思いに寄り添い、対応について一緒に考える良い機会となりました。



＊白河市復興公営住宅サロンー運動サロンー（6/26、7/31、8/28）に協力しました＊

アロマが香るなか
じっくり身体を
動かししました



「コアマッスル」等
筋肉のこともお伝
えしました

支援者支援

＊郡山市社会福祉協議会 生活支援相談員向け研修＊



「笑い」がある研修会をモットーに、8月9日と10月11日に郡山市社会福祉協議会から依頼を受け、研修会を開催しました。次回は12月と2月に開催します。研修会では生活支援相談員の皆様の真剣なまなざしと、切れ味抜群のギャグが出るなど和やかな雰囲気の中、リラクゼーションやアイスブレイク、そしてグループワークで支援について全員で話す機会を設けています。お互いの思いを共有できる場にもなっています。担当者としては、生活支援相談員の皆様の活動を知る機会であり、お一人お一人の熱意から、多くのことを学ばせていただいています。

●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
県中・県南方部センター

〒963-8022

福島県郡山市西ノ内1丁目3-24

成和ビル1階

Tel 024-983-0274

Fax 024-983-0276

<http://kokoro-fukushima.org/>



【お問い合わせ先】

被災された方々やその
支援をされている方々
からのご相談

被災者相談ダイヤル “ふくここライン”
TEL 024-925-8322

平日 9:00～12:00、13:00～17:00

その他の
お問い合わせ

ふくしま心のケアセンター 基幹センター
TEL 024-535-8639 FAX 024-534-9917

〒960-8012 福島市御山町 8-30

（県保健衛生合同庁舎5階）