

ふくしま  
心のケアセンター  
活動記録誌

2024(令和6)年度  
第13号



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

Fukushima Center for Disaster Mental Health

<https://kokoro-fukushima.org>

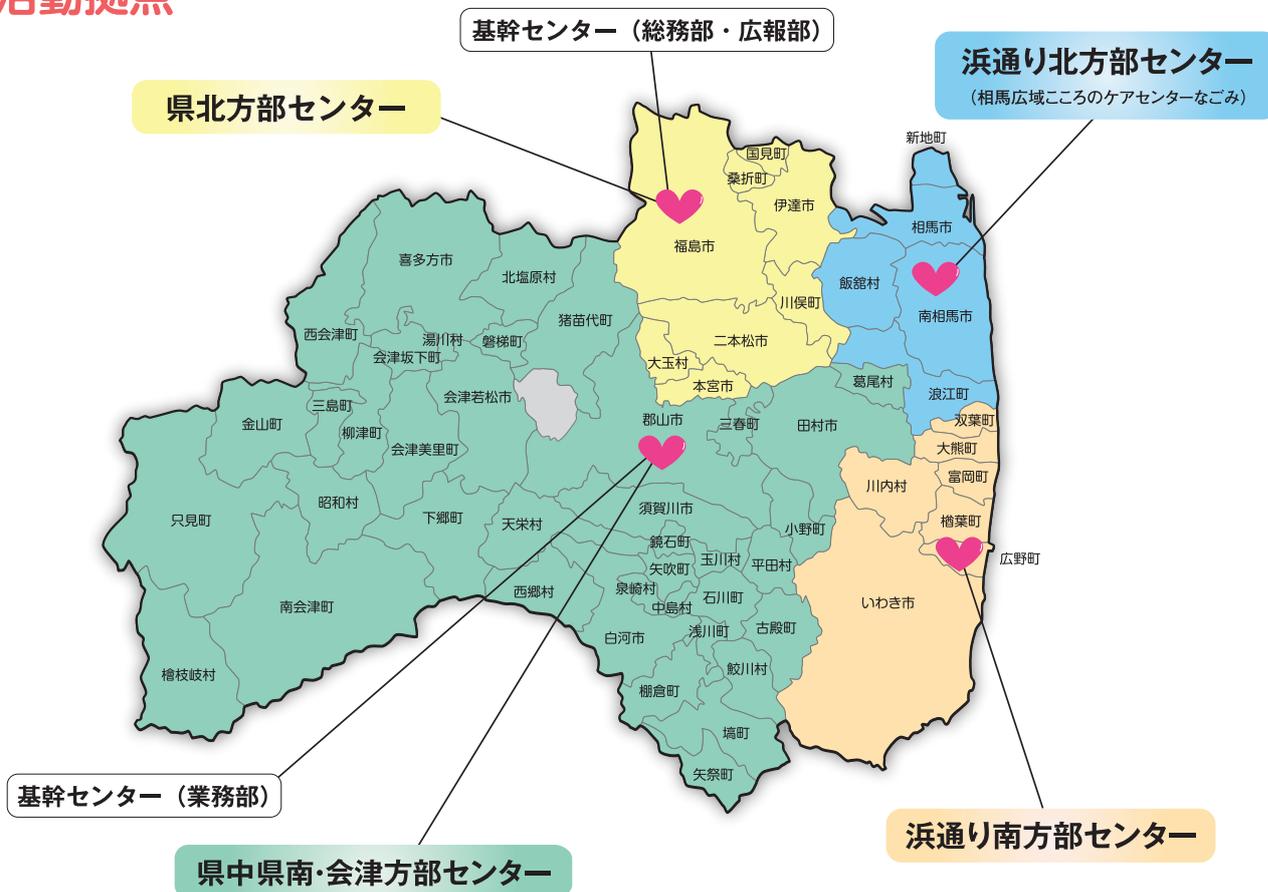
全県民がどこに住んでも、つながりの中で、  
自分らしく、生き活きと暮らすことを目指します。

## ～ふくしま心のケアセンターのご案内～

### ■私たちの活動理念

- 【尊重】 その人の歩んできた人生を大切に、尊重して関わります。
- 【丁寧】 生活環境の変化に合わせて、丁寧に関わります。
- 【協働】 各職種の専門性を持ってチームで関わります。
- 【連携】 人と人、人と地域、地域と地域が良くつながることを支援します。
- 【支援】 さらなるつながりが、生きる力になるように支えます。
- 【向上】 地域のメンタルヘルス向上に努めます。

### ■活動拠点



2024年4月1日現在

## 巻頭言

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  
所長 前田 正治  
(福島県精神保健福祉センター所長)

私は一昨年冬に所長に着任してから3年目になります。所長に着任していくつもの大きな課題がありましたが、なかでも当センターのこれまでの活動の評価と今後の運営をめぐる国との交渉は頻回にわたり、また真剣なものでした。周知のように、来年度から第3期復興・創生期間が5年間の予定で始まります。一昨年度からの交渉は、第2期復興・創生期間における心のケア事業の総括と、今後の方針策定をめぐるもので、のべにすると20時間は優に超えていたのではないかと思います。国のほうは復興庁と厚生労働省が対面、あるいはオンラインで出席し、毎回熱心な議論が続きました。そこでは様々なことが議題に上がったのですが、煎じ詰めると2点であって、「2011年の福島災害によって生じた（特異的な）精神保健上の問題とは何か」ということ、もう一つは「こころのケアセンターでしかできない支援とは何か」ということです。

私たちもこの交渉を通じて、あらためてこの二つの疑問を自問自答しました。多くのデータを見つめなおし、スタッフとも何度も討論しました。私たちは、未曾有の原発災害にどのように立ち向かってきたのか、震災関連死や震災関連自殺は、宮城県や岩手県被災者のそれを大きく上回る中で、どのようなケアの試みが有効だったのか、現在もまだ解析を続けています。

さて、福島災害の大きな特徴は少なくとも二つあります。一つは長期化し離散化した避難者の問題、今なお約2万4千人の避難者がおられ、しかもその多くは県外に避難されています。もう一つは、避難指示下にあった12市町村にあっては、帰還者がなかなか増えない一方で、移住者が急速に増え、移住者のほうが多い市町村も少なくないという現状です。これら二つの特徴は、おおそ自然災害では考えられない、大規模原子力災害に特有な被災状況と考えられます。もちろん、宮城県や岩手県の被災・復興状況とも大いに異なっています。そうした特異な状況に、ふくしま心のケアセンターは応えていかなければなりません。そうした課題を念頭に、今後のケアセンターの在り方について、「福島復興の着地点はどこなのか？ ふくしま心のケアセンター活動の現状と課題」というタイトルで、昨年トラウマティックストレス誌に論文として載せました（前田ほか、トラウマティックストレス22(2), 162-172, 2024）。

そして、こうした長期的課題、すなわち①長期化・離散した避難者への対応と、②避難指示市町村で急増する移住住民への対応という課題に対応するために、ケアセンターも今年度から大きく模様替えをしました。すなわち当センター設立以来の方部別（地方別）の運営を改め、機能別運営としました。具体的には、長期避難者に対応するための「避難者支援センター」と、移住者が急増している避難指示地域に対応するための「避難地域支援センター」に分けることにしました。そして、浜通り被災地のきわめて流動的な事態を把握するために、今年度からは環境省の調査研究を当センターが今後3年間受託することになりました。その他、本年度中に新たな活動実績集計システムを導入し、住民情報やケア情報をよりの確に把握できるよう改め、もともと当センターの弱点と指摘されていた「情報解析・発信能力」を高めていく予定です。そして、こうした工夫を通じて、避難している方々や被災地の声をくみ取り、よりエビデンスに基づいたメンタルヘルスカを今後展開していきたいと考えています。（2025年9月）

## 目次

# ふくしま心のケアセンター 活動記録誌 2024(令和6)年度 第13号

巻頭言 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 所長 前田 正治  
(福島県精神保健福祉センター 所長)

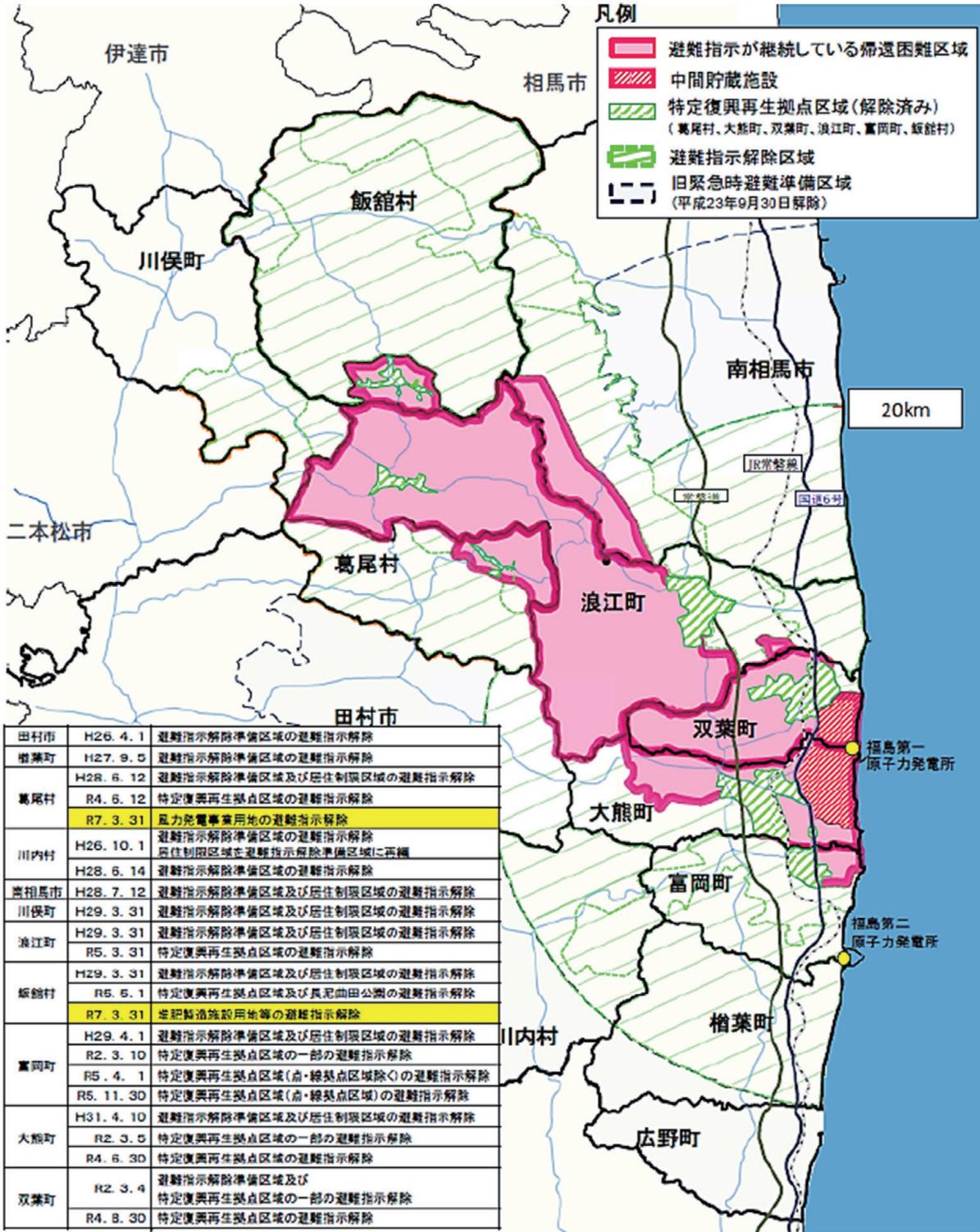
東日本大震災および原発事故の避難の状況について【福島県障がい福祉課】	1
ふくしま心のケアセンターの概要	7
1 2024年度の主な活動	
①基幹センター	9
②県北方部センター	11
③県中県南・会津方部センター	13
④浜通り南方部センター	15
⑤浜通り北方部センター	17
2 活動実績	19
3 被災者相談ダイヤル「ふくここライン」の件数報告	29
4 資料	33



東日本大震災および原発事故の避難の状況について【福島県障がい福祉課】

避難指示区域の概念図

令和7年3月31日時点 飯館村及び葛尾村の土地活用に向けた避難指示解除後



※ふくしま復興情報ポータルサイトより引用

### ◆特定復興再生拠点区域

2017年5月に福島復興再生特別措置法が改正され、帰還困難区域のうち、避難指示の解除による住民の帰還及び移住等を目指すために設けられた区域です。県内6町村において、特定復興再生拠点区域の設定と環境整備に関する計画を作成し、内閣総理大臣の認定を受け、以下のとおり避難指示が全て解除されました。

(前頁MAP ● 印)

	区域面積	解除日
葛尾村	約 95ha	2022年6月12日
大熊町	約860ha	2022年6月30日
双葉町	約555ha	2022年8月30日
浪江町	約661ha	2023年3月31日
富岡町	約390ha	2023年4月 1日 2023年11月30日
飯館村	約186ha	2023年5月 1日

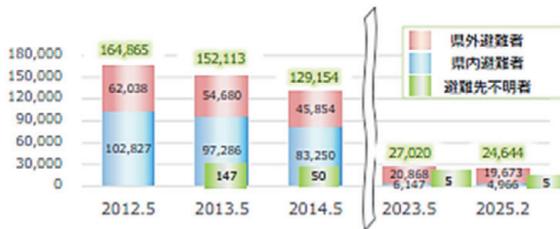
### ◆特定帰還居住区域

2023年6月に福島復興再生特別措置法が改正され、帰還困難区域のうち、避難指示の解除による住民の帰還及び帰還後の住民の生活再建を目指すために設けられた区域です。

大熊町、双葉町、浪江町及び富岡町は特定帰還居住区域の設定と環境整備に関する計画を作成し、内閣総理大臣の認定を受けました。除染・家屋解体工事については、大熊町と双葉町では2023年12月、浪江町では2024年6月、富岡町では同年9月から開始されている。

### ◆避難者の推移

【出典】福島県災害対策本部  
「平成23年東北地方太平洋沖地震による被害状況月報」



【参考】  
福島県の  
人口の推移

	世帯数	人口(人)
2011年3月1日	721,535	2,024,401
2025年1月1日	751,914	1,738,228
増減	30,399	△286,173

【出典】福島県の推計人口(福島県現住人口調査月報)

### 住民帰還意向調査

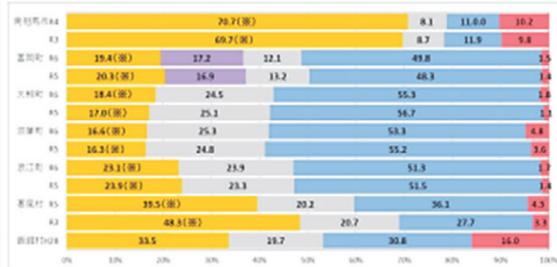
◆復興庁・県・市町村による住民意向調査のうち帰還意向について

■調査年度 2021年度～2024年度

(飯館村については2016年度以降調査をしていない)

(帰還困難区域がある市町村のみ)

■ 戻りたい ■ 戻りたいが戻れない ■ 判断がつかない  
■ 戻らない ■ 無回答 (※) はすでに戻られている方を含む



【出典】復興庁「原子力被災自治体における住民意向調査」

※回答の構成比は百分率であらわし、小数点第2位を四捨五入して算出しているため、回答比率の合計が100%にならない場合がある(復興庁で公表している調査結果より)。

### 避難地域12市町村の居住状況(2025年1月末時点)

解除時期	区分	市町村	居住率
-	-	広野町	91.3%
2014年	全域解除	田村市(都路地区)	86.7%
2015年	全域解除	楢葉町	69.9%
2016年	一部解除	葛尾村	37.8%
2016年	一部解除	川内村	83.5%
2016年	一部解除	南相馬市(小高区等)	64.4%
2017年	全域解除	川俣町(山木屋地区)	52.8%
2017年	一部解除	浪江町	15.5%
2017年	一部解除	飯館村	33.6%
2017年	一部解除	富岡町	22.9%
2019年	一部解除	大熊町	8.9%
2020年	一部解除	双葉町	3.4%

※居住率は市町村のHP等の数値を基に計算しています。

※ふくしま復興のあゆみ(第42号)より引用

## 福島県被災者の心のケア事業について

### 1 目的

東日本大震災及び原子力災害により高いストレス状態にある県民の心のケアを行うため、心のケアの専門職による訪問活動や健康教育等を実施し、精神疾患の発症予防や早期発見を図る。

### 2 概要

心のケアセンターを県内4カ所に設置し、被災者に対する地域精神保健活動のための拠点とする。県外では、避難者の多い県を中心に、心のケアが実施できる団体へ委託し、相談窓口の開設や戸別訪問等、避難者のニーズに合った事業を展開することで、県外の心のケアの充実を図る。

### 3 事業

#### (1) 被災者の心のケア事業

- ・ ふくしま心のケアセンターの設置  
委託先：一般社団法人福島県精神保健福祉協会  
設置状況：基幹センター、方部センター（4カ所）  
活動職種：精神保健福祉士、臨床心理士、看護師等

#### (2) 県外避難者の心のケア事業

- ・ 県外避難者の心のケア  
委託先：5都県の公認心理師協会等へ委託
- ・ 県外避難者の心のケア訪問事業  
避難元市町村の依頼等を基に、看護師等の有資格者が避難者宅を戸別訪問し、心のケアを必要とする場合は、避難先の社会資源につなぐ等の支援を行う。支援情報は、避難元市町村にフィードバックする。  
委託先：一般社団法人日本精神科看護協会 等

# 令和6年度 福島県被災者の心のケア事業体制図

令和6年度 福島県被災者の心のケア事業体制図

令和6年4月1日現在

## 県内の被災者（仮設住宅・借上住宅・自宅等）、被災者支援に関わる者

体制 延べ59人（実人数50人）

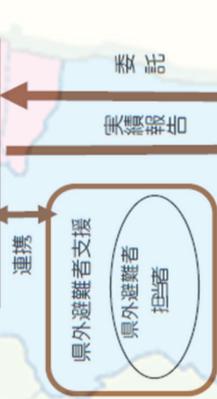
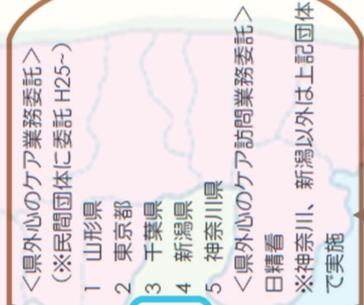
- ① 被災者への相談支援（個別・集団）
- ② 自治体職員等被災者への支援（市町村への業務支援 事例発表 支援者への助言など）
- ③ 人材育成・研修
- ④ 心の健康に関する普及啓発
- ⑤ ふくしまのケアセンター地域コール対応強化研修（H26～）



ふくここライン  
(電話相談)

## 県外避難者

避難者支援(相談窓口の開設、個別・集団支援、訪問等)



## 障がい福祉課

## 令和6年度 被災者の心のケア事業の取組

### 1 被災者の心のケア事業

#### ・ 心のケアセンターにおける相談対応の在り方検討について

復興の基本方針において、「心のケアセンターについては、センターにおける相談・支援対応の実情、地方公共団体の精神保健福祉施策の状況等を踏まえ、適切な支援の在り方を検討する」とされていることから、令和5年度はこれまでの取組の課題整理や調査分析等に取り組み、その調査分析の結果をもとに、令和6年度は過去の支援ケースの個別分析を実施した。引き続き、調査分析の結果等を踏まえ心のケアセンターにおける相談対応の在り方について検討を進めていく。

#### ・ 心のケアセンターがこれまで支援してきた知見の「見える化」と人材育成

目的：地域の保健師等の支援者が、東日本大震災及び原発事故被災者の心理・社会的状況やその背景を理解して被災者に関わることができること、また、今後起こりうる災害や様々な地域課題に活かすことができるよう、心のケアセンターのこれまでの活動を通して得られた知見やノウハウを見える化する。

取組状況：心のケアセンターにおいて、対応事例等から得られた知見、ノウハウをまとめた「被災者への心のケア支援ガイド」を活用し、関係機関と協働しながら地域の人材育成に取り組んだ。

### 2 県外避難者の心のケア事業

#### ・ 県外避難者の心のケア

相談窓口にて避難者からの相談に対応した他、各種避難者支援団体との連携・調整、避難者向けのサロン活動、支援者支援等を実施。

#### ・ 県外避難者の心のケア訪問事業

訪問依頼があった7市町村から、1, 379世帯を対象として抽出。令和6年度は347世帯を訪問。



## ふくしま心のケアセンターの概要

ふくしま心のケアセンターは、福島県から「被災者の心のケア事業」の業務委託を受けた「一般社団法人 福島県精神保健福祉協会」が設置、運営する機関です。2011（平成23）年3月11日に発生した東日本大震災および原発事故による被災者・避難者、支援者の心のケアに関連するさまざまな活動に取り組んでいます。

**名 称：**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

**設立日：**2012（平成24）年2月1日

**目 的：**東日本大震災による被災とその後の生活ストレスに伴うストレス障害やうつ病等の精神疾患の予防と早期発見を図るため、各関係機関と連携・調整を行い、効果的・効率的に心のケアを実施する

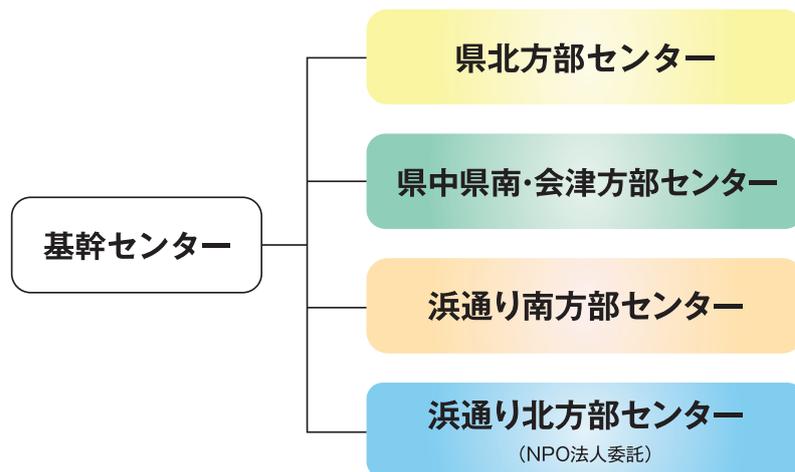
**体 制：**所長 前田正治（福島県立医科大学医学部災害こころの医学講座主任教授）

職員 50名（常勤39名 非常勤11名）

職種 医師、保健師、看護師、精神保健福祉士、作業療法士、社会福祉士、臨床心理士、公認心理師、事務職 など

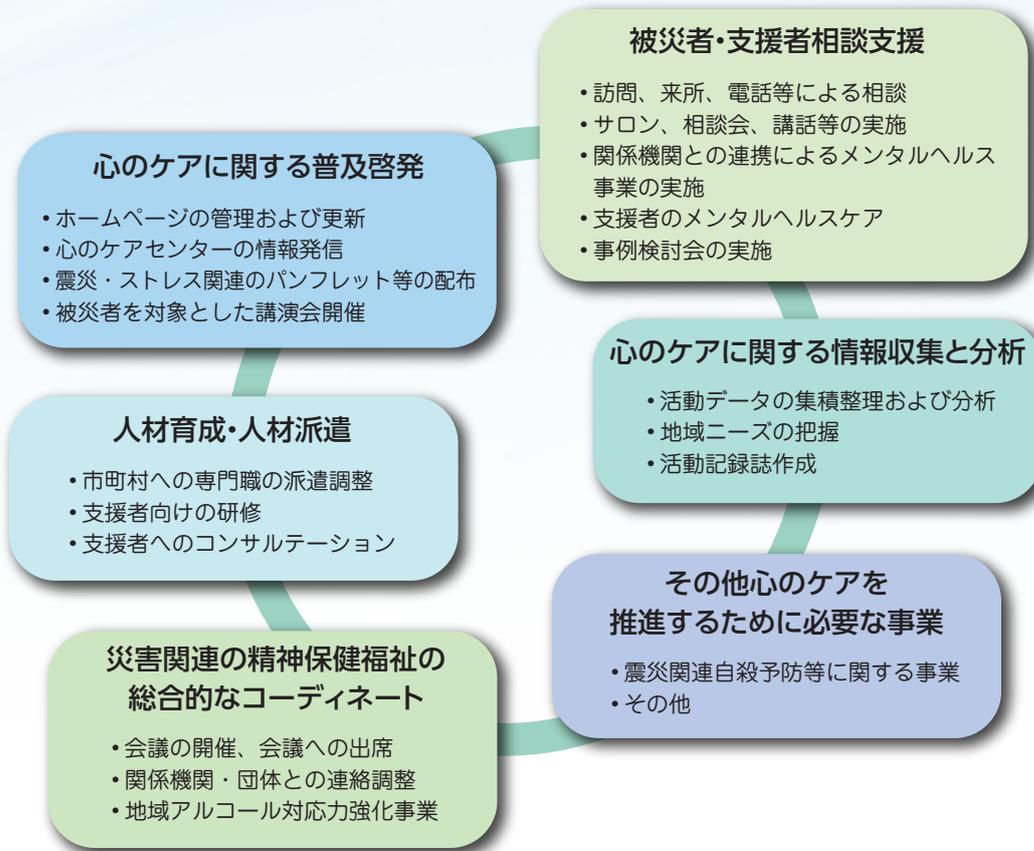
（2024年4月1日現在）

**組織図：**



（2024年4月1日現在）

## 主な活動内容：



## 2024年度重点目標【全体】：

### 1 生活環境の変化に寄り添う相談支援

震災から14年目を迎えるが、被災者等からの相談内容は、多様化、複雑化そして深刻化を続けている。そのため、引き続き原子力災害による「避難」や「帰還」という前例のない生活環境の変化の中で、葛藤や困難を抱える被災者等に対して、関係機関との連携を密に心のケアに関する専門的な支援をしっかりと届ける。

また特に復興のステージ毎に、移住者の急増等、被災地を取り巻く環境が大きく変化することに留意し、それぞれの生活実態に即した支援を行う。

### 2 アルコール関連問題への対応

#### (1) アルコールプロジェクトによる支援

自殺の危険因子ともなるアルコール関連問題に関して、県民に対する一次予防を中心とした啓発や、地域で活動する支援者等の対応能力向上と活動支援のために関係機関と連携した取組を展開する。

#### (2) 専門性の向上

アルコール関連問題に悩む被災者に適切な支援を届けるため、計画的にセンター職員の専門性の向上に取り組む。

### 3 支援者への支援

#### (1) 支援者へのメンタルヘルスケア

これからも住民一人一人に寄り添い、長期にわたり復興関連業務等に携わる関係機関の職員のメンタルヘルスに関する悩みに応えるため適切な支援策を講じる。

#### (2) 支援者への技術支援

支援に携わる関係機関職員の相談対応力の維持・向上を図るため技術的支援に取り組む。特に人的資源の少ない市町村が実施する心身の健康づくりの活動を支援する。

1

## 2024年度の主な活動



## 2024年度の主な活動

## ①基幹センター

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）	
災害関連の精神保健福祉の総合的なコーディネート	支援関係機関との連絡、調整会議／関係機関・団体との調整 <ul style="list-style-type: none"> <li>・基幹センター主催 月例会議（12回）</li> <li>・基幹センター主催 被災者支援に関する情報交換会（2会場）</li> <li>・ふくしま連携復興センター主催 令和6年度ふくしま広域こころのケアねっと全体会（2回）、同 コア会議（4回）</li> <li>・山形県主催 「心のケア」福島・山形・新潟三県連携事業 三県合同研修会及び情報交換会</li> <li>・新潟県主催 「心のケア」福島・山形・新潟三県連携事業 新潟県広域避難者支援研修会及び令和6年度ふくしま支援者サポート事業支援担当者連携会議</li> <li>・福島県障がい福祉課主催 令和6年度福島県被災者の心のケア支援事業運営委員会</li> <li>・福島県障がい福祉課主催 令和6年度福島県県外避難者の心のケア事業【被災地視察及び意見交換会】、同【説明会及び意見交換会】</li> <li>・福島県社会福祉協議会主催 第1回福島県被災者見守り・相談支援調整会議</li> <li>・基幹センター主催 令和6年度被災者心のケア事業に係る市町村等訪問（13か所）</li> <li>・ふくしま心のケアセンター主催 令和6年度ふくしま心のケアセンター関係者連携会議</li> </ul>
	センター内の活動支援調整 <ul style="list-style-type: none"> <li>・基幹合同会議（12回）、部課長定例会（12回）</li> <li>・中通り業務連絡会（12回）、浜通りの心のケア研究会の開催協力（11回）</li> <li>・方部支援 訪問同行、集団活動支援、支援者支援（広野町職員面談）</li> </ul>
人材育成・人材派遣	支援者の育成支援 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ふくしま心のケアセンター主催 令和6年度復興・災害支援に携わる支援者の心のケア研修会「支援者自身のメンタルヘルスクエア～温かな支援を長く続けるために～」</li> </ul>
	職員の資質向上 <ul style="list-style-type: none"> <li>・基幹センター主催 新任研修（4回）、地区踏査（2回）、方部間実習</li> <li>・基幹センター主催 全体研修会（6回）</li> <li>「ふくしま心のケアセンターの歩みと成果、現在の課題」</li> <li>「食の選択力～心も身体も健康アップ」</li> <li>「災害中長期の支援者の疲弊とその支援」</li> <li>「こころの不調に対する薬物療法の実際」</li> <li>「当センターの今後の方向性について～個別支援ケースの解析結果等をふまえて～」</li> <li>「災害から学ぶ心のケア～トラウマを理解する～」</li> <li>・基幹センター主催 課長・主任研修（3回）</li> <li>「精神保健福祉センター（自殺対策推進センター）における自殺対策の取り組みについて」</li> <li>「精神保健福祉センター（依存症相談拠点）における依存症への取り組みについて」</li> <li>「被災者支援の現状と課題について」</li> <li>・基幹センター主催 令和6年度業務部内研修「架電による電話支援」</li> </ul>
心のケアに関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ホームページ管理</li> <li>・機関紙「ふくここのわ」発行（2回）</li> <li>・報道機関対応</li> <li>・令和6年度ふくしま心のケアセンター復興のための市民公開講座「回復者からのメッセージ」 ※地域アルコール対応力強化事業と一体化</li> <li>・関係機関への令和7年度「ふくここのライン」受付日時変更の通知</li> </ul>

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）

被災者・支援者相談支援	電話相談	・電話相談 416件
	地域アルコール対応力強化事業（アルコール・プロジェクト）	<p><b>1. 人材育成・研修</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ふくしま心のケアセンター主催 令和6年度支援関係者向け研修会（WEB開催） 「節酒指導の現場での実践・応用について」</li> <li>・ふくしま心のケアセンター主催 令和6年度ふくしま心のケアセンター職員向け研修会 「問題解決しない事例検討会」</li> </ul> <p><b>2. 地域活動への支援</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・県中保健福祉事務所主催 令和6年度県中保健福祉事務所アルコール家族教室（8回）</li> <li>・県南保健福祉事務所主催 令和6年度アルコール家族教室（7回）</li> <li>・会津保健福祉事務所主催 会津保健福祉事務所アルコール家族教室（2回）</li> <li>・郡山市主催 令和6年度アルコール・ギャンブル等家族教室（5回）</li> <li>・いわき市保健所主催 令和6年度アルコール家族教室「カモミールの会」（8回）</li> <li>・相双保健福祉事務所主催 令和6年度アルコール家族相談事業（5回）</li> <li>・県北保健福祉事務所・福島市保健所主催 令和6年度アルコール家族教室（8回）</li> </ul> <p><b>3. 普及啓発活動</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・浜通り南方部センター・浜通り北方部センター共催 自殺予防対策強化月間街頭キャンペーン</li> <li>・福島県断酒しゃくなげ会主催 令和6年度アルコール関連問題啓発週間における街頭キャンペーン</li> <li>・双葉地方広域市町村圏組合、一般財団法人福島県電源地域振興財団、広野町主催 ふたばワールド2024 in ひろの ブース出展</li> <li>・広野町主催 ひろの秋祭り健康まつり ブース出展</li> </ul> <p><b>4. ふくしま心のケアセンター内勉強会（5回）</b></p> <p><b>5. その他</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・福島県精神保健福祉センター主催 令和6年度アディクションスタッフミーティング（3回）</li> <li>・相馬うぐいす断酒会主催 相馬うぐいす断酒会運営補助（32回）</li> <li>・浜通り北方部センター主催 男性のつどい（24回）</li> <li>・東北アルコール関連問題学会 第35回東北アルコール関連問題学会山形大会 参加</li> </ul> <p><b>6. 情報提供資料</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「お酒と健康」パンフレット配布</li> </ul>
	メンタルヘルス支援事業	
	心のケアに関する情報収集と分析	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各拠点が行う市町村への月例報告に同行</li> <li>・各種研修会アンケート</li> <li>・個別支援ケースの分析（2018～2022年度に支援を開始した個別支援利用者）</li> <li>・Fsystem管理運用</li> <li>・活動記録誌発行</li> <li>・基幹センターによる方部センター定期訪問</li> </ul>
	その他心のケアを推進するために必要な事業	

## ②県北方部センター

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）	
災害関連の精神保健福祉の総合的なコーディネート（関係機関との連絡、調整会議）	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・月例報告 浪江町（5回）、飯舘村（12回）、川俣町（4回）、大熊町（6回）、福島市（1回）、二本松市（3回）</li> <li>・県北保健福祉事務所との定例会（6回）</li> <li>・県北保健福祉事務所主催 令和6年度第1回福島県県北管内自殺対策ワーキンググループ</li> <li>・福島県社会福祉協議会主催 令和6年度第1回県北地区被災者見守り・相談支援調整会議</li> <li>・NPO法人みんなのこ主催 令和6年度生活拠点コミュニティ形成支援業務中間報告会</li> <li>・富士病院地域医療連携室主催 第5回改正精神保健福祉法運用に関する情報交換会</li> <li>・ふくしま心のケアセンター主催 令和6年度ふくしま心のケアセンター関係者連携会議</li> </ul>	
人材育成・人材派遣	支援者の育成支援
	職員の資質向上
<ul style="list-style-type: none"> <li>・福島大学 大学院生向け講話「ふくしま心のケアセンターの活動について」</li> <li>・県中県南・会津方部センター主催 令和6年度アルコール家族教室担当者意見交換会 『アクションの家族支援』 講師 大島クリニック院長 大島洋和氏 意見交換</li> <li>・県北方部センター主催 福島県立医科大学（医師）志賀哲也氏によるスーパービジョン</li> </ul>	
心のケアに関する普及啓発	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・県北保健福祉事務所共催 令和6年度自殺予防街頭キャンペーン（道の駅国見あつかしの郷）</li> <li>・県北保健福祉事務所合同実施 Instagram を活用した高校生向けアルコール関連問題啓発『高校卒業までにおきたいお酒の豆知識』</li> <li>・日本精神保健福祉士協会主催 第23回日本精神保健福祉士学会学術集会 活動報告『ふくしま心のケアセンターの復興期支援の効果と課題～支援終了及び継続ケースの振り返りを通して～』</li> <li>・令和6年度県北方部センター活動報告 ①上半期：『メンタルヘルス講話 4月15日』『意見交換会 5月28日』 ②下半期：『きづく、つなぐ、まもる』自殺予防街頭キャンペーン』 『Instagramによるアルコール関連問題啓発』</li> </ul>	
被災者等・支援者相談支援及び啓発活動	被災者のメンタルヘルスケア
	支援者のメンタルヘルスケア
<ul style="list-style-type: none"> <li>・個別支援 のべ 674 件</li> <li>・市町村保健師等との同行訪問・同席面談（77回）</li> <li>・福島市社会福祉協議会主催 福島市内避難者支援 ホットサロン「てとて」（4回） ①健康講話紙芝居『乙姫・カメの健康とアルコール』、健康相談 ②健康講話紙芝居『ウサギとカメの睡眠大作戦』、健康相談 ③健康講話紙芝居『王子・じいやのストレスと血圧のお話』、健康相談 ④健康講話『認知症について』、体操、健康相談</li> <li>・福島市社会福祉協議会主催 サロン「居場所」 脳トレ、大人のぬりえ、ポッチャ など</li> <li>・福島県消防学校 講義『ストレスについて』 グループワーク「コーピングリストの作成」</li> <li>・シャローム福祉会主催 一般社団法人シャローム福祉会職員研修会 『支援者のストレスケアとアンガーマネジメント』 個人ワーク「コーピングマントラ」「呼吸リラクゼーション」</li> </ul>	

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）

被災者等・支援者相談支援及び啓発活動	支援の連携	<ul style="list-style-type: none"> <li>・関係者会議やケア会議など（15回）</li> <li>・県北方部センター主催 支援計画会議及び支援計画振り返り会議 ※支援者出席（のべ26ケース）</li> <li>・県北方部センター主催 福島県立医科大学（医師）三浦至氏によるスーパービジョン ※支援者出席</li> <li>・県北方部センター主催 福島県立医科大学（医師）志賀哲也氏によるスーパービジョン ※支援者出席</li> </ul>
	メンタルヘルス支援事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・県北方部センター主催 AAとの情報交換会</li> <li>・県北保健福祉事務所・福島市主催 令和6年度アルコール家族教室（8回）</li> <li>・県北保健福祉事務所・福島市主催 令和6年度アルコール公開講座</li> </ul>
心のケアに関する情報収集と分析		
その他心のケアを推進するために必要な事業		

## ③ 県中県南・会津方部センター

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）	
災害関連の精神保健福祉の総合的なコーディネート（関係機関との連絡、調整会議）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月例報告 大熊町（12回）、葛尾村（12回）、富岡町（12回）、浪江町（3回）</li> <li>・基幹センター主催 令和6年度被災者心のケア事業に係る市町村等訪問（1か所）</li> <li>・ふくしま心のケアセンター主催 令和6年度ふくしま心のケアセンター関係者連携会議</li> </ul>
人材育成・人材派遣	<ul style="list-style-type: none"> <li>・県中県南・会津方部センター主催 令和6年度アルコール家族教室担当者意見交換会 『アディクションの家族支援』 講師 大島クリニック院長 大島洋和氏 意見交換</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・県中県南・会津方部センター主催 方部内スーパービジョン</li> <li>・県中県南・会津方部センター主催 方部内事例検討会 リフレクティング（4回）</li> </ul>
心のケアに関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>・県中県南・会津方部センター機関紙「ふくここ」発行（2回） ふくここ第45号『ストローク～心の栄養～』 『夏本番！おいしく食べて夏バテを防ぎましょう！』</li> <li>・ふくここ第46号『こころの健康に役立つ考え方～「あいまいな喪失」について～』 『活動報告～大熊町会津若松出張所リフレッシュタイム～』</li> </ul>
被災者等・支援者相談支援及び啓発活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個別支援 のべ 600件</li> <li>・県中県南・会津方部センター主催 いのちのケアサロン「臨床仏教師のお話を聞く会」 『今を大切に、豊かな人生の過ごし方』猪苗代町長照寺（住職、臨床仏教師）楠恭信氏 ワークショップ『糸掛け曼荼羅』</li> <li>・県中県南・会津方部センター主催 よもぎカフェ（3回）※対人交流を学ぶカフェ</li> <li>・葛尾村主催 つどい（5回） 調理（焼きそば、フルーツポンチ、ロールケーキなど） レクリエーション（体操、ポッチャ、的当て、ぶどう狩りなど）</li> <li>・双葉町主催 郡山地区健康相談会（5回） 講話『こころにも栄養を～ストロークについて～』 『心の健康を保つために～怒りとの付き合い方』 健康クイズ、方言ラジオ体操、お玉すくいリレー など</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・県中県南・会津方部センター主催 令和6年度支援者のメンタルヘルスケア研修会 『豊かに生きる 人生に寄り添う支援とは～臨床仏教師の視点から～』 講師 猪苗代町長照寺（住職、臨床仏教師）楠恭信氏 セルフケア～支援者こそ大切な自分のケア～</li> <li>・県中県南・会津方部センター主催 令和6年度大熊町役場職員リフレッシュタイム （大熊町役場会津若松出張所4回、大熊町役場中通り連絡事務所1回） タッピングタッチ、アロマハンドトリートメント</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・葛尾村主催 令和6年度葛尾村地域ケア会議（11回）</li> <li>・双葉町主催 双葉町保健福祉実務者連絡会（県中地区）（2回）</li> <li>・会津保健福祉事務所主催 令和6年度被災者健康支援関係機関打合せ会（6回）</li> <li>・福島県社会福祉協議会主催 令和6年度第1回県中・県南・会津地区被災者見守り・相談支援調整会議</li> <li>・県南地区県営住宅管理室主催 みんなぶく、社協、管理室合同会議（3回）</li> </ul>

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）

被災者等・支援者相談支援及び啓発活動	メンタルヘルス支援事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会津保健福祉事務所主催 会津保健福祉事務所アルコール家族教室（2回）</li> <li>・県中保健福祉事務所主催 令和6年度県中保健福祉事務所アルコール家族教室（8回）</li> <li>・県南保健福祉事務所主催 令和6年度アルコール家族教室（7回）</li> <li>・郡山市主催 令和6年度アルコール・ギャンブル等家族教室（5回）</li> <li>・郡山市主催 郡山市セーフコミュニティ推進協議会自殺予防対策委員会（4回）</li> <li>・郡山市主催 郡山市自殺予防街頭キャンペーン</li> <li>・福島県断酒しゃくなげ会主催 令和6年度アルコール関連問題啓発週間における街頭キャンペーン</li> <li>・葛尾村主催 葛尾村ゲートキーパー養成講座 講話『～悩みを抱えている人へのかかわり方～』</li> <li>・古殿町主催 令和6年度地域自殺対策強化事業 思春期こころの健康講話 古殿中学校 講話『しなやかな心を育てるストレスケアとコミュニケーション』 古殿小学校 講話『「自分の気持ちを上手に伝えるには…」～自分も相手も大切に伝える伝え方～』</li> <li>・葛尾村主催 総合健診（3日間） こころの健康度チェックリストの確認、個別相談</li> </ul>
心のケアに関する情報収集と分析		
その他心のケアを推進するために必要な事業		

## ④浜通り南方部センター

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）	
<p>災害関連の精神保健福祉の総合的なコーディネート（関係機関との連絡、調整会議）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・月例報告 いわき市（1回）、浪江町（6回）、双葉町（3回）、双葉町いわき支所（6回）、大熊町（10回）、富岡町（12回）、富岡町いわき支所（12回）、楡葉町（6回）、広野町（6回）、川内村（12回）</li> <li>・相双保健福祉事務所主催 令和6年度相双地域自殺対策推進協議会</li> <li>・相双保健福祉事務所いわき出張所主催 令和6年度保健事業担当者会議</li> <li>・相双保健福祉事務所いわき出張所主催 いわき地方振興局復興支援・地域連携室会議</li> <li>・相双保健福祉事務所主催 令和6年度地域移行・地域定着ワーキンググループ</li> <li>・福島県社会福祉協議会主催 令和6年度相双・いわき地区被災者見守り・相談支援調整会議</li> <li>・ふくしま連携復興センター主催 ふくしま広域こころのケアねっと全体会</li> <li>・浪江町主催 浪江町健康支援者会議（6回）</li> <li>・富岡町主催 富岡町のちを支えあう自殺対策ネットワーク会議</li> <li>・楡葉町地域包括支援センター主催 楡葉町地域共生ケア会議（11回）</li> <li>・楡葉町地域包括支援センター主催 令和6年度楡葉町介護・福祉サービス事業所連絡会</li> <li>・広野町主催 広野町福祉定例会（6回）</li> <li>・基幹センター主催 令和6年度被災者心のケア事業に係る市町村等訪問（8か所）</li> <li>・ふくしま心のケアセンター主催 令和6年度ふくしま心のケアセンター関係者連携会議</li> </ul>	
人材育成・人材派遣	<p>支援者の育成支援</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・浜通り南方部センター主催 福祉事業所等の支援者のための研修会（3回）</li> <li>・ふくしま心のケアセンター主催 令和6年度復興・災害支援に携わる支援者の心のケア研修会「支援者自身のメンタルヘルスケア～温かな支援を長く続けるために～」</li> </ul>
	<p>職員の資質向上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・浜通り南方部センター主催 所内勉強会及び事例検討会（18回）</li> <li>・浜通り北方部センターとの共催 浜通り職員大交流会（2回）</li> <li>・浜通り北方部センターとの共催 浜通りの心のケア研究会（11回）</li> </ul>
<p>心のケアに関する普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・機関紙「かもめ通信」発行（4回）各330部発行 第7号 令和5年度復興・災害公営住宅支援のための心のケア研修会 など 第8号 大熊町保健協力員・食生活改善推進協議会研究会 など 第9号 「みんぶく交流会」高萩公民館にお邪魔してきました など 第10号 活動報告「みんぶくサロン」「男性のつどいふたば」 など</li> <li>・広野町主催 ひろの秋祭り健康まつり ブース出展</li> <li>・双葉地方広域市町村圏組合、一般財団法人福島県電源地域振興財団、広野町主催 ふたばワールド2024 in ひろの ブース出展</li> <li>・浜通り北方部センターとの共催 自殺予防対策強化月間街頭キャンペーン</li> </ul>	

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）

被災者等・支援者相談支援及び啓発活動	被災者のメンタルヘルスケア	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個別支援 のべ 794 件</li> <li>・浜通り南方部センター主催 孤立予防サロン「男性のつどいふたば」（12 回）</li> <li>・NPO 法人みんぶく主催 いわき市復興公営住宅における健康講話（4 回） 講話『孤独・孤立死防止へ繋ぐ健康』など</li> <li>・子育て支援サークル ハートウォーミング主催 タッチケアサロン 講話『自分のことを大切に～ストレスとの上手な付き合い方～』</li> </ul>
	支援者のメンタルヘルスケア	<ul style="list-style-type: none"> <li>・相双保健福祉事務所主催 令和6年度福島県地域保健福祉職員新任研修フォローアップ研修「傾聴とコミュニケーション技法について」</li> <li>・双葉町主催 双葉町職員向けメンタルヘルス研修会（一般職員向け、管理者向け） 「はたらく人のためのセルフケア」～睡眠からメンタルヘルスをととのえる～ 「職場のコミュニケーションについて」～皆がいきいきと働くために～</li> <li>・双葉地方広域市町村圏組合消防本部主催 コミュニケーション研修（2回） 「相手を気遣い、自分を労わるためのコミュニケーションスキル」</li> <li>・浜通り南方部センター主催 ぐっちー café（12 回） リラクゼーション、健康相談、健康に関する情報提供 など</li> <li>・大熊町主催 令和6年度大熊町ゲートキーパー研修会（職員編）（2 回）</li> <li>・大熊町主催 令和6年度大熊町ゲートキーパー養成講座</li> <li>・ふるさとおおくま会主催 ふるさとおおくま会交流会 健康講話『フレイルって何？』</li> <li>・富岡町主催 令和6年度ゲートキーパー養成研修（職員等対象）</li> <li>・富岡町地域包括支援センター主催 富岡町多職種連携会議 講話『統合失調症の基礎知識と幻覚・妄想への対応』</li> <li>・浜通り南方部センター主催 広野町職員健康相談会（11 回）</li> <li>・浜通り南方部センター主催 令和6年度双葉郡自治体総務課メンタルヘルスケア研修会（3回） ①心身の健康を守る職場づくり、意見交換会 ②メンタルヘルス不調の早期発見と予防、富岡町での取り組み、意見交換会 ③病休者・復職者への対応、外部機関の利用など、意見交換会</li> </ul>
	支援の連携	<ul style="list-style-type: none"> <li>・浜通り南方部センター主催 福島県ふたば医療センター附属ふたば復興診療所との事例検討及び情報交換会（9 回）</li> </ul>
	メンタルヘルス支援事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・相双保健福祉事務所主催 令和6年度アルコール家族相談事業（5 回）</li> <li>・いわき市保健所主催 R 6年度アルコール家族教室「カモミールの会」（8 回）</li> <li>・川内村主催 精神障がい者デイケア（11 回）</li> <li>・広野町、楡葉町、富岡町実施主体 令和6年度ふたば教室（6 回）</li> <li>・双葉町主催 双葉町健康訪問</li> </ul>
心のケアに関する情報収集と分析		
その他心のケアを推進するために必要な事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・浜通り北方部センターとの共催 浜通りの心のケアを考える会（9 回）</li> <li>・学生実習受け入れ（福島県立医科大学保健科学部）</li> </ul>	

## ⑤浜通り北方部センター

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）	
災害関連の精神保健福祉の総合的なコーディネート（関係機関との連絡、調整会議）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月例報告 南相馬市（11回）、浪江町（11回）、飯館村（11回）、双葉町（9回）、大熊町（11回）、富岡町（5回）</li> <li>・南相馬市・飯館村地域自立支援協議会、相馬市地域自立支援協議会主催 相馬地方児童発達支援連携会議（3回）</li> <li>・南相馬市・飯館村地域自立支援協議会主催 こども発達支援部会（2回）</li> <li>・相双保健福祉事務所主催 地域移行・地域定着ワーキンググループ</li> <li>・NPO法人みんぶく主催 令和6年度生活拠点コミュニティ形成業務の成果報告会</li> <li>・双葉町主催 令和6年度双葉町実務者連絡会（相双地区）（2回）</li> <li>・福島県社会福祉協議会主催 令和6年度相双・いわき地区被災者見守り・相談支援調整会議</li> <li>・南相馬市主催 令和6年度南相馬市自殺対策ネットワーク会議</li> <li>・基幹センター主催 令和6年度被災者心のケア事業に係る市町村等訪問（4か所）</li> <li>・ふくしま心のケアセンター主催 令和6年度ふくしま心のケアセンター関係者連携会議</li> </ul>
人材育成・人材派遣	支援者の育成支援 <ul style="list-style-type: none"> <li>・NPO法人ほっと悠主催 社員研修</li> <li>・特別養護老人ホーム福寿園主催 令和6年度第2回内部研修</li> <li>・日本医療ソーシャルワーカー協会主催 2024年度一般医療機関における依存症リカバリーソーシャルワーク研修 講師</li> <li>・支援者へのコンサルテーション（17回）</li> </ul>
	職員の資質向上 <ul style="list-style-type: none"> <li>・浜通り南方部センターとの共催 浜通り職員大交流会（2回）</li> <li>・浜通り南方部センターとの共催 浜通りの心のケア研究会（11回）</li> </ul>
心のケアに関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ホームページ、SNSによる情報発信（107回）</li> <li>・NPO法人ニュースレター発行（3回）</li> <li>・相馬市社会福祉協議会主催 はまなす館まつり</li> <li>・双葉地方広域市町村圏組合・福島県電源地域振興財団・広野町主催 ふたばワールド2024 in ひろの</li> <li>・日本健康福祉政策学会主催 「ふくしま復興 春の現地セミナー」運営補助</li> <li>・日本精神科看護協会主催 第31回日本精神科看護専門学術集会 パネリスト</li> <li>・浜通り南方部センターとの共催 自殺予防対策強化月間街頭キャンペーン</li> </ul>
被災者等・支援者相談支援及び啓発活動	被災者のメンタルヘルスケア <ul style="list-style-type: none"> <li>・個別支援 のべ 1,374件</li> <li>・浜通り北方部センター主催 チャレンジクラブ（12回）</li> <li>・浜通り北方部センター主催 サロンほちぼっち（11回）</li> <li>・浜通り北方部センター主催 南町復興公営住宅ひとやすみの会（13回）</li> <li>・浜通り北方部センター主催 北原復興公営住宅ひとやすみの会（12回）</li> <li>・浜通り北方部センター主催 男性のつどい（南相馬15回、浪江6回、飯館6回）</li> <li>・飯館村主催 お好み会（12回）</li> <li>・南相馬市主催 令和6年度南相馬市保育サポーター養成講座（2回）</li> <li>・認知症を考える会主催 第2回認知症を考えるシンポジウム</li> <li>・相馬高等学校主催 こころの健康に関する講話（2回）</li> <li>・相馬看護専門学校 精神看護学支援論（4回）</li> </ul>
	支援者のメンタルヘルスケア <ul style="list-style-type: none"> <li>・相馬市主催 令和6年度相馬市自殺予防ゲートキーパー養成研修会</li> <li>・新地町主催 ゲートキーパー養成研修会</li> </ul>
	支援の連携 <ul style="list-style-type: none"> <li>・浜通り北方部センター主催 「地域の保健力を高めるための勉強会」（5回）</li> </ul>
	メンタルヘルス支援事業 <ul style="list-style-type: none"> <li>・コーヒータイト主催 第22回精神保健福祉ボランティア全国の集いinふくしま開催協力（2日間）</li> </ul>

2024年度の主な活動（開催・実施・出席回数）

心のケアに関する  
情報収集と分析

その他心のケアを推進する  
ために必要な事業

- ・ 相双保健福祉事務所主催 令和6年度アルコール家族相談事業（5回）
- ・ 福島県立医大 令和6年度県民健康リテラシー推進事業「飲酒」動画
- ・ 福島県精神科診療所協会主催  
第25回チーム医療地域リハビリテーション研修会福島大会 シンポジスト
- ・ 東日本国際大学 「復興学」講義
- ・ 竹田看護専門学校 「災害看護」講義
- ・ 浜松医科大学医学部 「精神と健康」講義
- ・ 宮城大学 「災害看護支援論」講義
- ・ 福島県観光物産交流協会主催 福島県ホープツーリズムモニターツアー講師（3回）
- ・ 大塚製菓主催 第33回はくい在宅研究会（講演会）講師
- ・ 福島県看護協会主催 令和6年度ふくしま応援看護職研修（3回）、令和6年度ふくしま応援看護職  
更新研修（2回）講師
- ・ 精神科看護管理研究会主催 第32回精神科看護管理研究会 in 長野 講師
- ・ 日本精神科看護協会主催 精神科認定看護師ブラッシュアップ研修会 講師
- ・ 地域社会振興財団主催 第4回災害保健研修会 講師
- ・ 茨城県結城看護専門学校 令和6年度茨城県結城看護専門学校卒業記念講演 講師
- ・ Gakken「一歩先を行く！精神科ナースの新スタンダード（仮）」部分執筆
- ・ 医学書院 訪問看護と介護 Vol.30 No.1 2025年01月号 部分執筆
- ・ 日本電波ニュース社ほか主催 「生きて、生きて、生きる」トークイベント（7回）
- ・ やす地域共生社会推進協会主催 「日本の30年後の未来の地からの提言」座談会
- ・ 取材受け入れ（日本医療ソーシャルワーカー協会、小高ワーカーベース、ふくしま12市町村移住支  
援センター など）
- ・ 浜通り南方部センターとの共催 浜通りの心のケアを考える会（9回）
- ・ 学生実習受け入れ（福島県立医科大学看護学部）

2

## 活動実績

※図・表のデータは Fsystem（詳細は p.19 概要参照）に基づいている

※個別支援の相談場所「自宅」は、避難前の自宅、購入または再建した住宅、賃貸住宅(以前は福島県借り上げ住宅であったものを含む)をカウントしている。なお、復興住宅は「自宅」に含まない

※構成比は小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも100とはならない

## 活動実績

### 概要

当センターは、国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所災害時こころの情報支援センター（現：ストレス・災害時こころの情報支援センター）が運用していた災害精神保健医療情報支援システム（Disaster mental health information support system：DMHISS）を用いて活動データの集積を行ってきた。

2018年3月31日をもってDMHISSが終了したことから、DMHISSの入力補助のために作成し活用していたシステムを発展させた当センター独自の新しい活動記録システム（以下、Fsystem）を2018年4月1日より導入することとなった。

以下は、Fsystemを用いて集計した2024年度の個別相談支援等の実績である。

### 1. 個別支援

表1 個別支援 のべ件数

	のべ件数
県北方部センター	674
県中県南・会津方部センター	600
浜通り南方部センター	794
浜通り北方部センター	1,373
ふくここライン（基幹センター）	416
計	3,857

表2 個別支援 新規件数

	新規件数
県北方部センター	4
県中県南・会津方部センター	2
浜通り南方部センター	27
浜通り北方部センター	28
ふくここライン（基幹センター）	41
計	102

表3 個別支援件数（震災前居住市町村別）

	1	2	3
県北方部センター	飯館村 (251)	浪江町 (229)	川俣町 (105)
県中県南・会津方部センター	大熊町 (245)	富岡町 (107)	葛尾村 (92)
浜通り南方部センター	大熊町 (231)	富岡町 (160)	浪江町 (132)
浜通り北方部センター	南相馬市 (1,089)	浪江町 (91)	飯館村 (88)
ふくここライン（基幹センター）	南相馬市 (87)	棚倉町 (84)	小野町 (74)

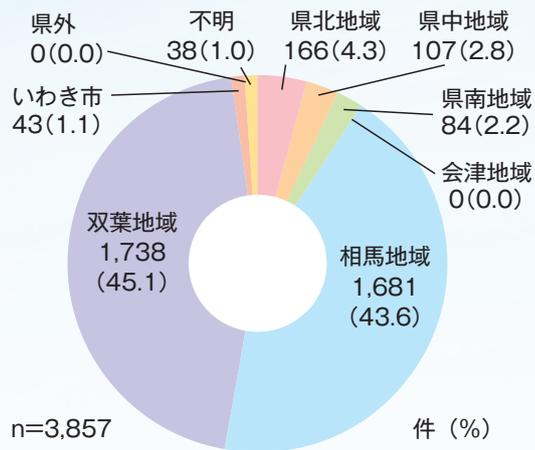


図1 支援対象者の震災前居住地 (地域別)

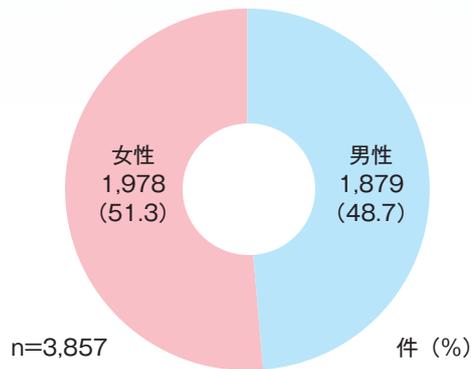


図2 支援対象者の性別

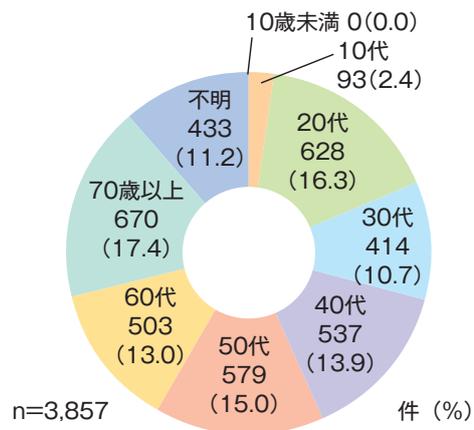


図3 支援対象者の年代

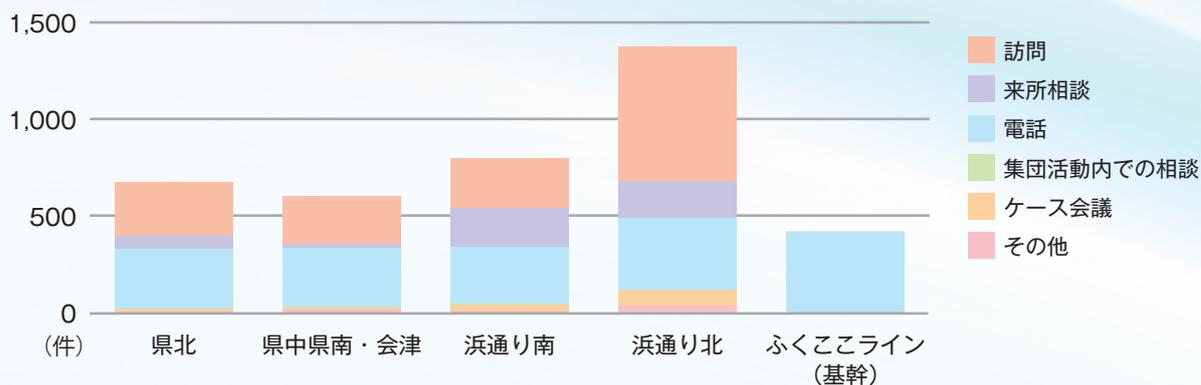


図4 相談方法 (件数)

表4 相談方法 (件数と割合)

	県北	県中県南・会津	浜通り南	浜通り北	ふくここライン (基幹)	計
訪問	282 (41.8%)	246 (41.0%)	255 (32.1%)	694 (50.5%)	0 (0.0%)	1,477 (38.3%)
来所相談	68 (10.1%)	23 (3.8%)	202 (25.4%)	192 (14.0%)	0 (0.0%)	485 (12.6%)
電話	306 (45.4%)	303 (50.5%)	297 (37.4%)	373 (27.2%)	416 (100.0%)	1,695 (43.9%)
集団活動内での相談	2 (0.3%)	4 (0.7%)	1 (0.1%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	7 (0.2%)
ケース会議	15 (2.2%)	10 (1.7%)	29 (3.7%)	80 (5.8%)	0 (0.0%)	134 (3.5%)
その他	1 (0.1%)	14 (2.3%)	10 (1.3%)	34 (2.5%)	0 (0.0%)	59 (1.5%)
計	674 (100.0%)	600 (100.0%)	794 (100.0%)	1,373 (100.0%)	416 (100.0%)	3,857 (100.0%)

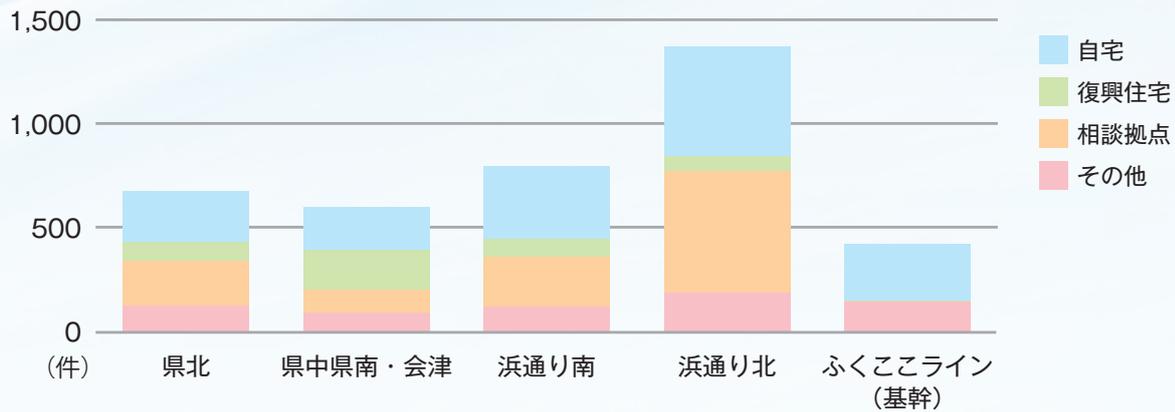


図5 相談場所 (件数)

表5 相談場所 (件数と割合)

	県北	県中県南・会津	浜通り南	浜通り北	ふくここライン (基幹)	計
自宅	244 (36.2%)	211 (35.2%)	351 (44.2%)	531 (38.7%)	270 (64.9%)	1,607 (41.7%)
復興住宅	95 (14.1%)	193 (32.2%)	86 (10.8%)	72 (5.2%)	6 (1.4%)	452 (11.7%)
相談拠点	212 (31.5%)	106 (17.7%)	240 (30.2%)	585 (42.6%)	0 (0.0%)	1,143 (29.6%)
その他	123 (18.2%)	90 (15.0%)	117 (14.7%)	185 (13.5%)	140 (33.7%)	655 (17.0%)
計	674 (100.0%)	600 (100.0%)	794 (100.0%)	1,373 (100.0%)	416 (100.0%)	3,857 (100.0%)

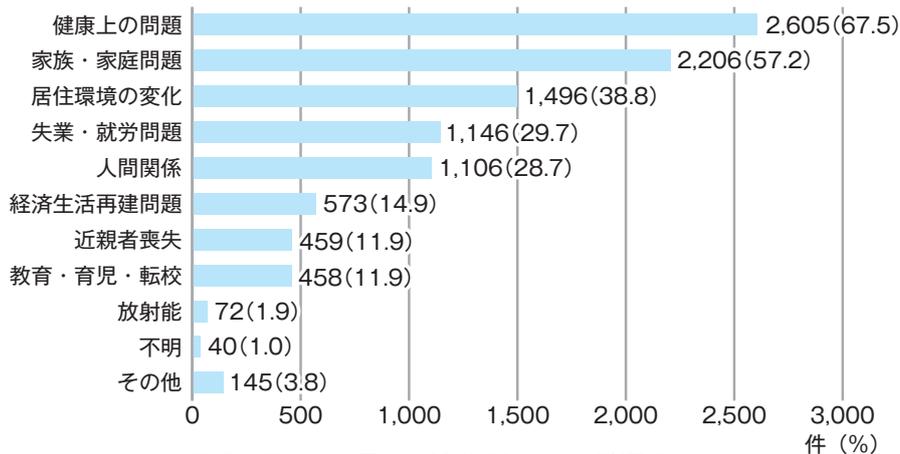


図6 相談の背景 (支援者評価) \* 複数選択

注) パーセンテージの母数はのべ相談件数の3,857件である

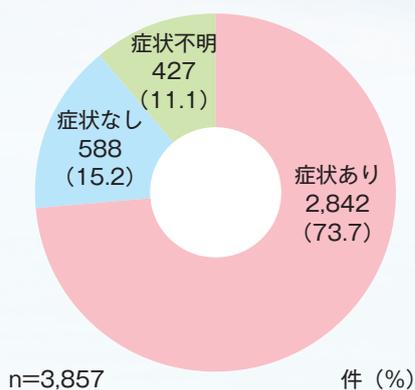


図7 症状の有無（支援者評価）

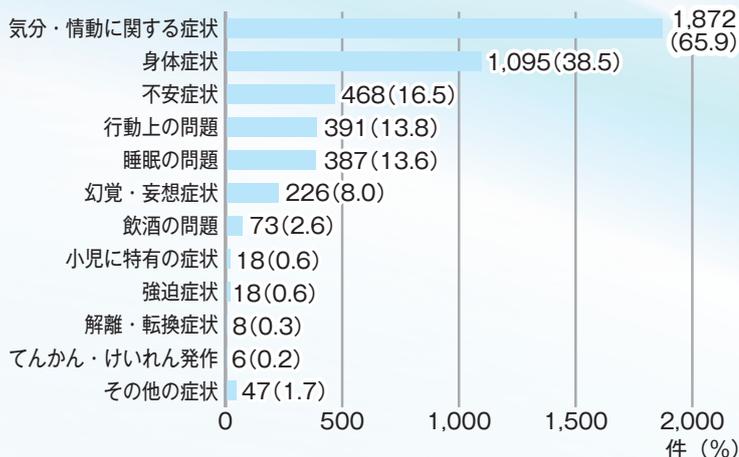


図8 症状内訳（支援者評価）\*複数選択

注) パーセンテージの母数は症状ありの2,842件である



図9 気分・情動に関する症状の内訳 (n=1,872)



図10 身体症状の内訳 (n=1,095)

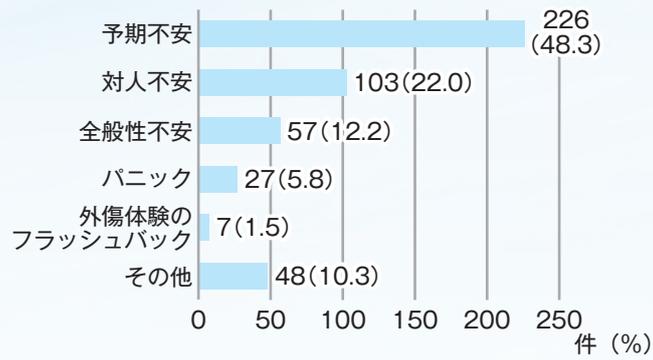


図 11 不安症状の内訳 (n=468)

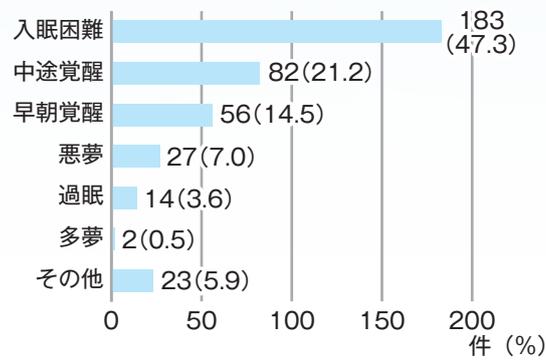


図 12 睡眠の問題の内訳 (n=387)

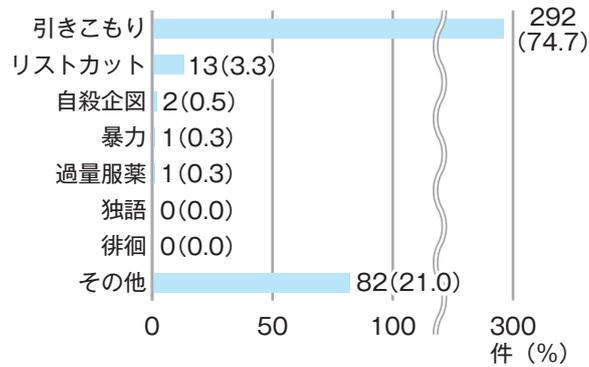


図 13 行動上の問題の内訳 (n=391)

## 2. 住民支援

表6 住民支援

集団活動	件数	181
	人数	996
ケース会議（対象者出席の場合）	件数	24
	人数	163
その他	件数	122

## 3. 支援者支援

表7 支援者支援

支援対象別	学校・幼稚園・保育園の児童生徒への対応	件数	0
	一般事業所・企業への対応	件数	3
	地方公共団体・警察・学校・医療機関・福祉施設 ・国の出先機関への対応	件数	287
	その他	件数	53
支援内容別	支援に関する指導・相談	件数	30
	ケース会議（対象者欠席の場合）	件数	209
	健診支援	件数	3
	その他	件数	101

## 4. 普及・啓発

表8 普及・啓発

講演会	件数	5
	人数	57
普及啓発教材配布	件数	306
報道機関対応	件数	10
ホームページ管理・更新・情報提供	件数	86

## 5. 人材育成・研修

表9 人材育成・研修

専門家向け講演会、研修会	件数	23
	人数	434
一般向け講演会、研修	件数	23
	人数	1,057
事例検討会	件数	4
	人数	6
その他	件数	34

## 6. 経年変化

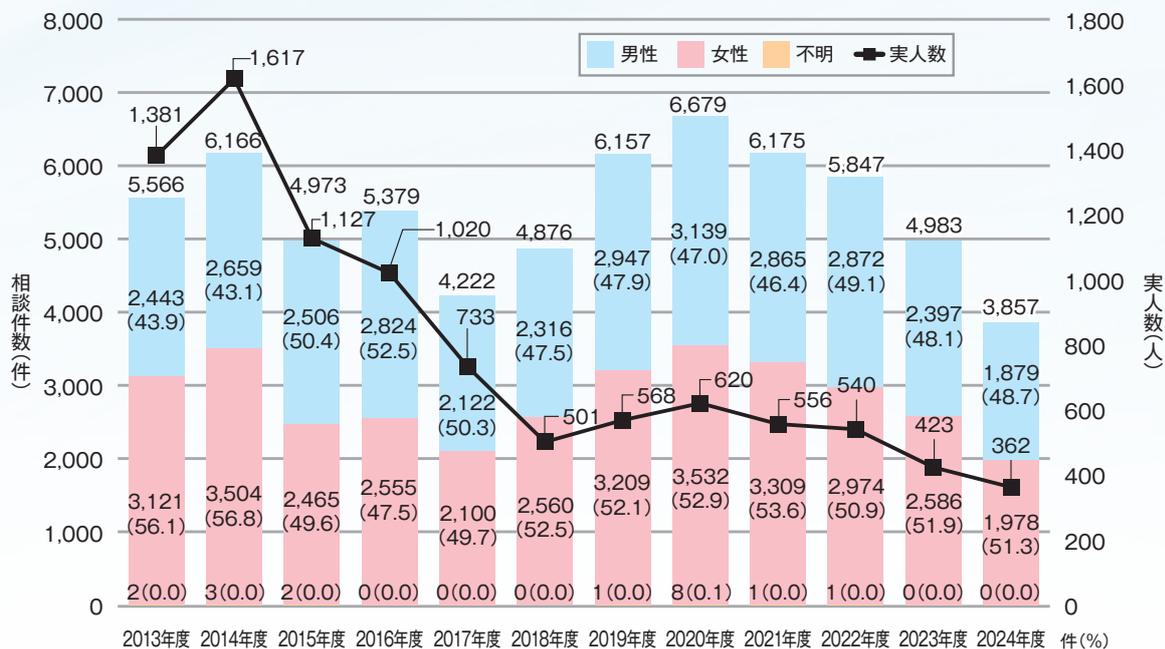


図 14 相談支援件数および相談者の実人数

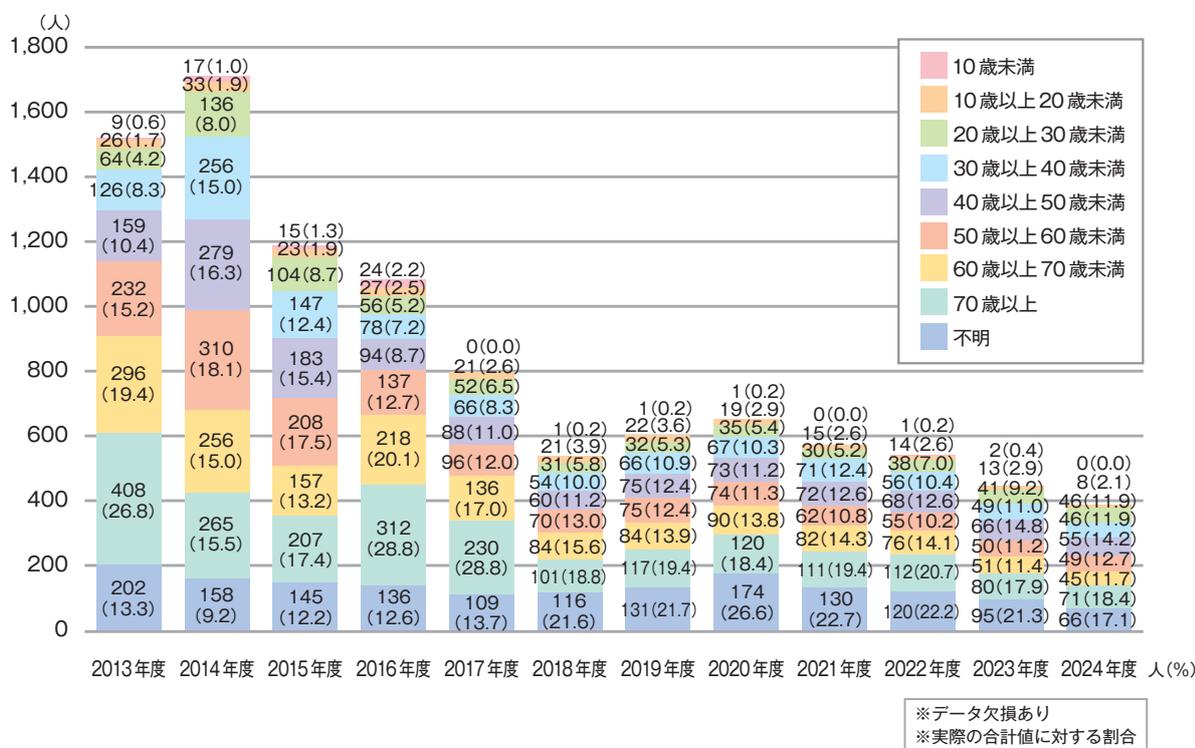


図 15 相談者の年代（実人数）

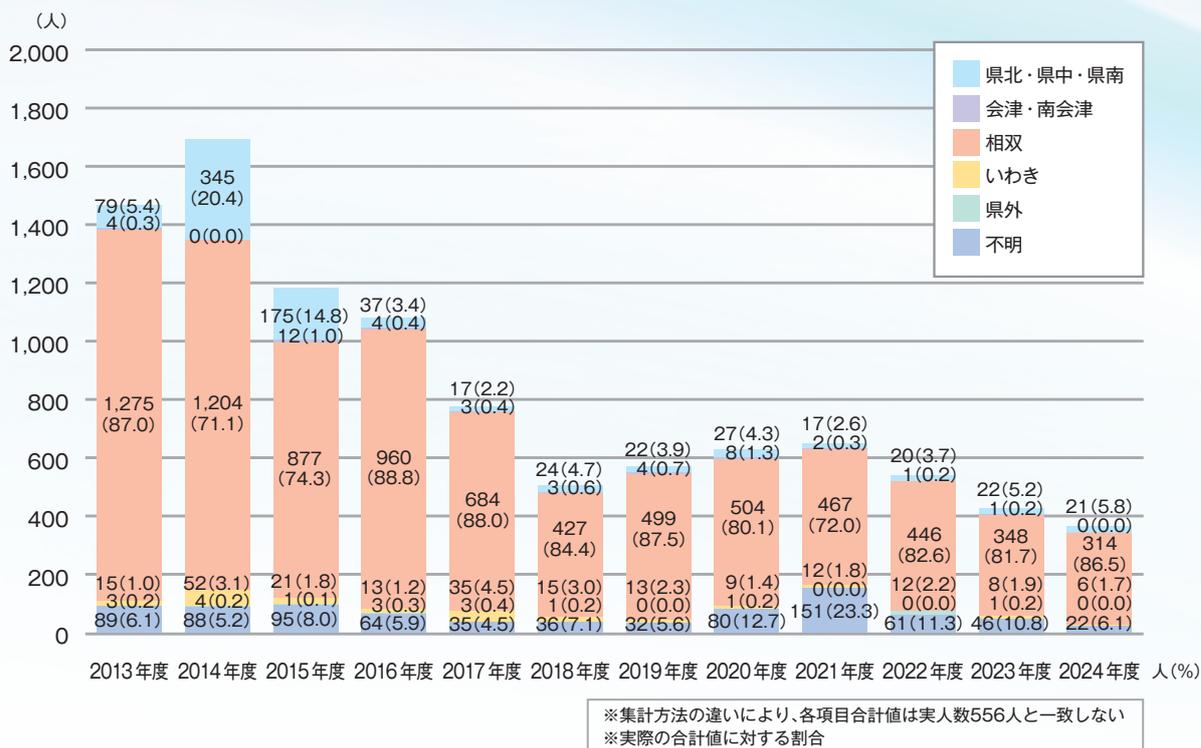


図 16 相談者の震災前居住地（実人数）

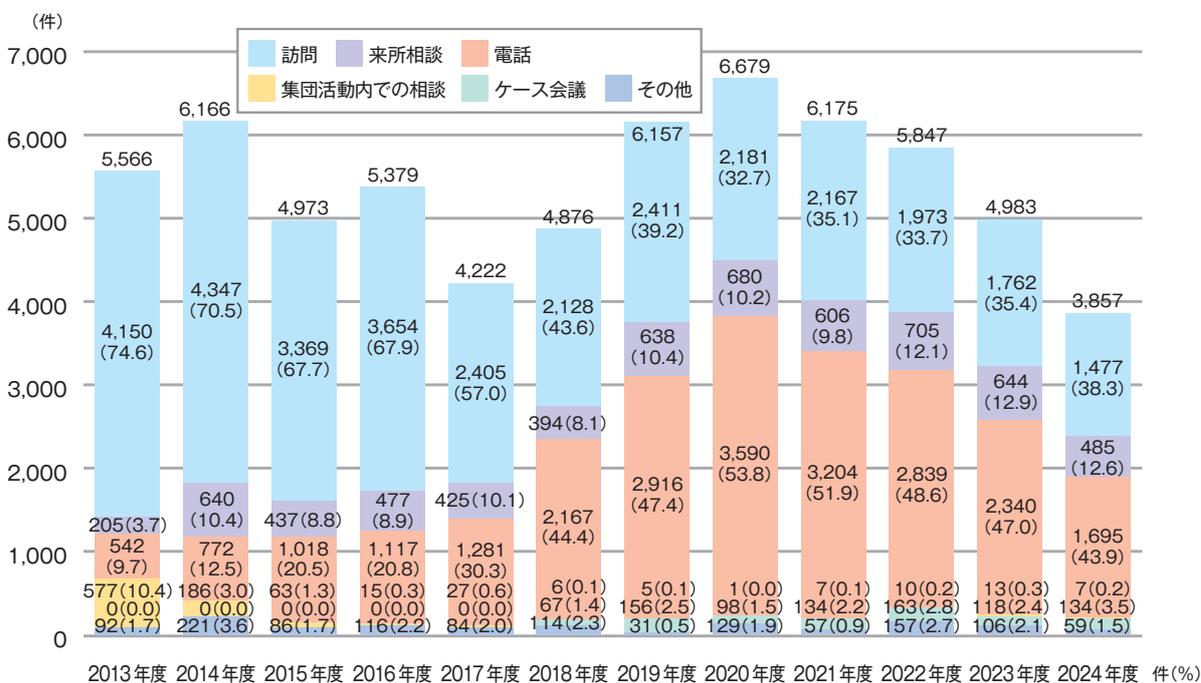


図 17 相談方法（のべ件数）

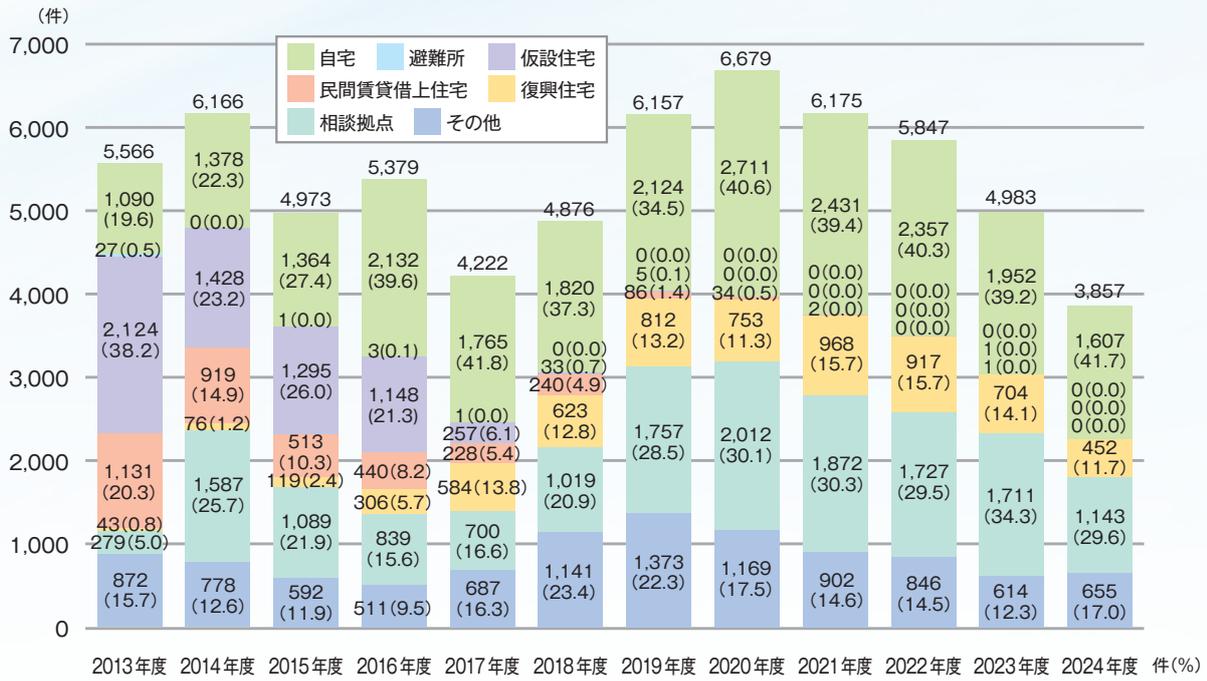


図 18 相談場所 (のべ件数)

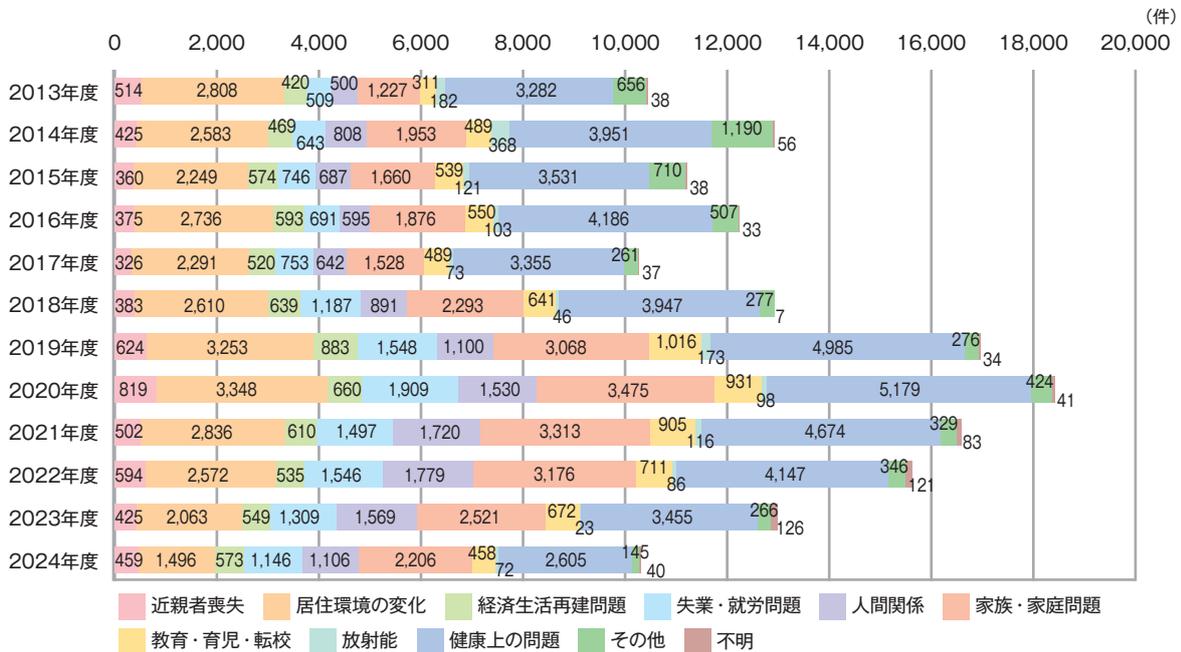


図 19 相談背景 (支援者評価) \* 複数選択

3

被災者相談ダイヤル  
「ふくここライン」の件数報告



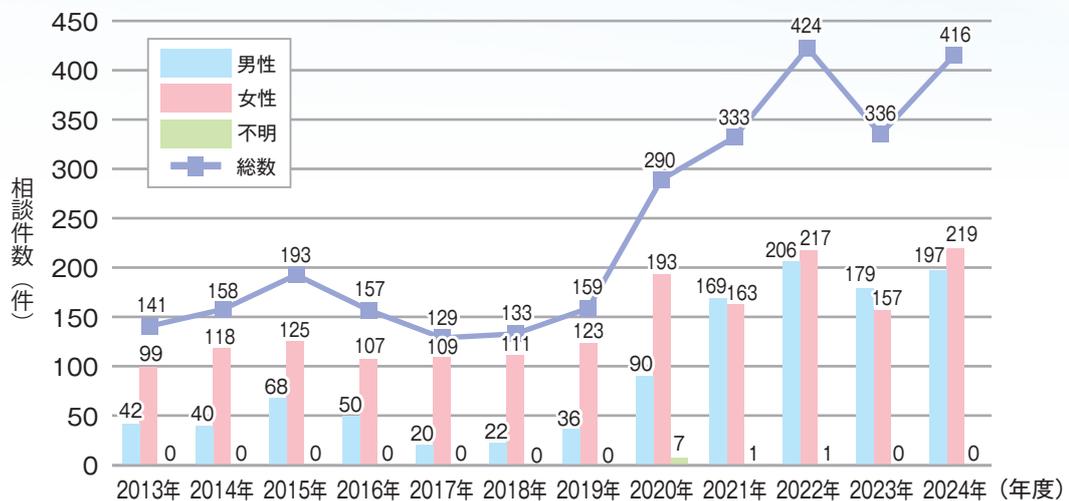
## 被災者相談ダイヤル 「ふくここライン」の件数報告

### 概要

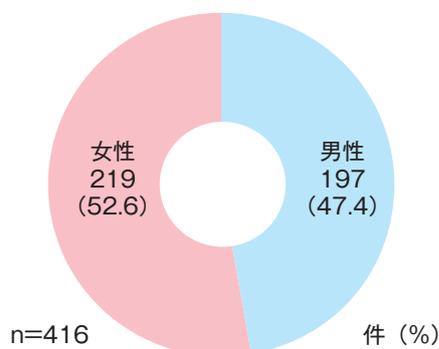
被災者相談ダイヤル「ふくここライン」（以下、「ふくここライン」）は、当センター基幹センター内に専用回線を設置し、2012年11月19日から電話相談を開始した。ふくここラインは、土日祝日、年末年始を除く月～金曜日の9：00～12：00、13：00～17：00の受付で、基幹センター業務部の専門員および電話相談員が交代で電話相談に対応している。さらに、2020年2月1日よりフリーダイヤル（0120-783-295）化し、窓口を広げた。

ここでは2024年度にふくここラインで受けた電話相談の実績について報告する。以下の数値はすべてのべ件数である。

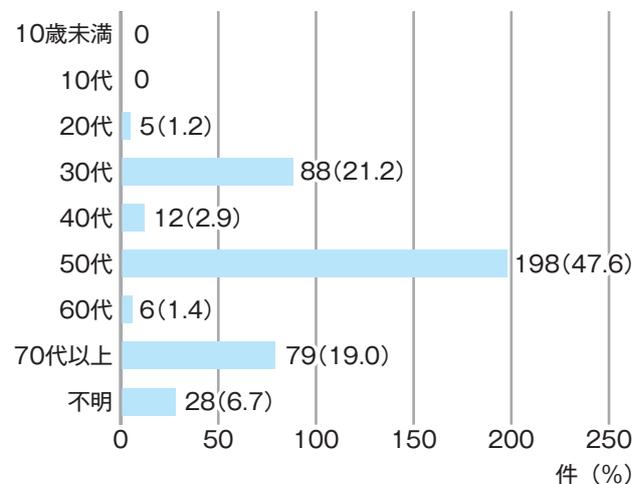
### 1. 相談件数



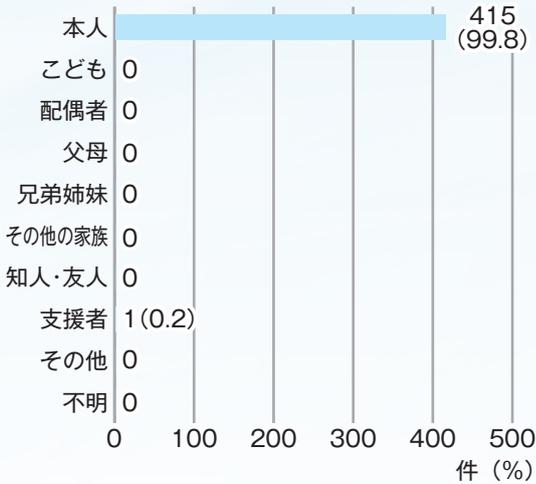
### 2. 相談者の性別



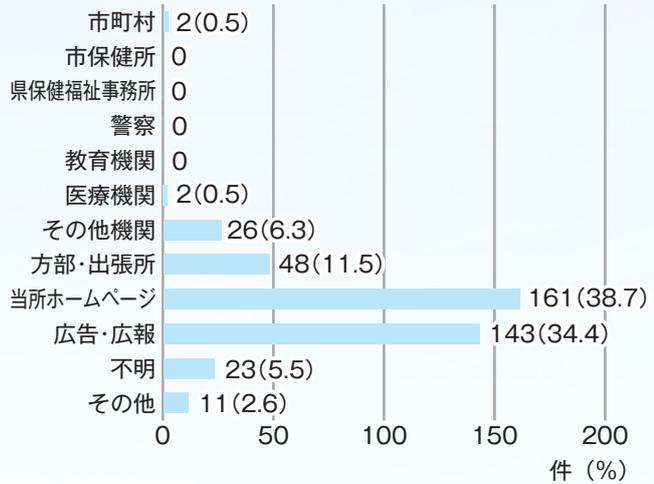
### 3. 相談者の年代



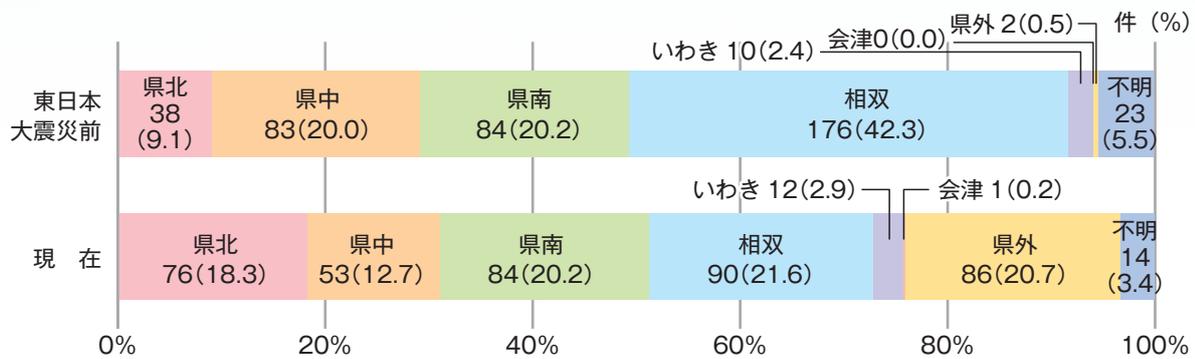
#### 4. 相談者と対象者の関係



#### 5. 相談経路



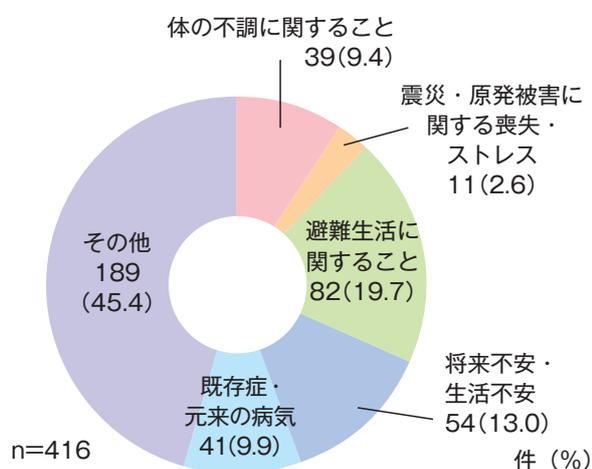
#### 6. 相談者の居住地



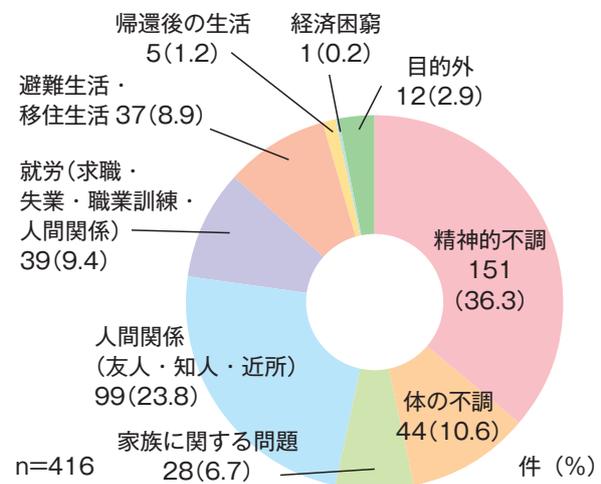
#### 7. 相談内容

震災・原発事故からの時間の経過とともに相談内容が変化してきたため、当初から集計している相談内容「分類1」に加え、2020年度からは新たな分類「分類2」でも集計した。

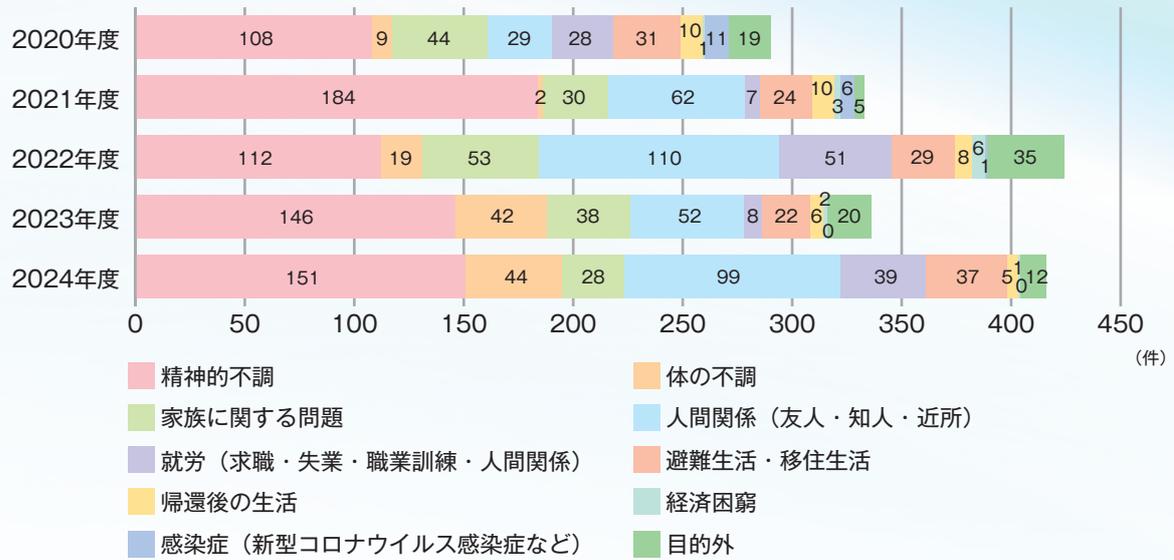
##### 1) 分類1



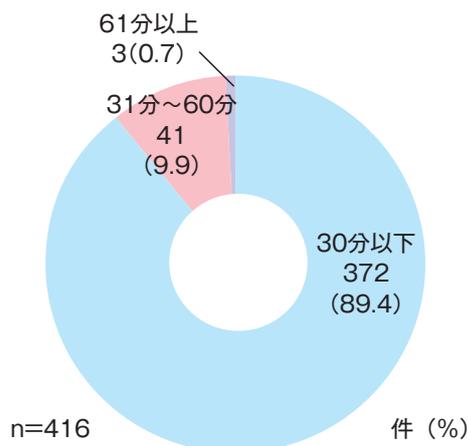
##### 2) 分類2



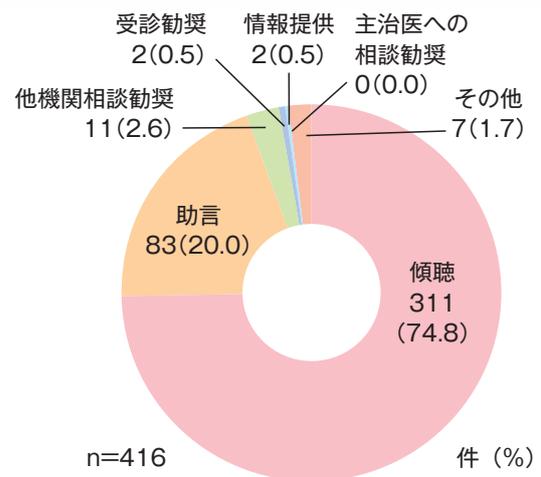
### 相談内容（分類2）の経年変化



### 8. 相談時間



### 9. 相談対応



### 10. まとめ

相談件数はフリーダイヤル化後特に増加したが、2024年度の新規相談は1割であり、継続的固定的な相談者からの頻回相談が多く見られるようになった。



4

資料





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

News Letter

第9号

令和6年9月発行

# ふくこのわ



パステル画（浄土平湿原）

## ご挨拶

ふくしま心のケアセンター副所長（総務担当） 助川 浩一

この4月から当センター副所長を務めている助川浩一と申します。今年は、昨夏の酷暑とインバウンド客の増加で主食米が品薄とのことですが、30年程前には大冷夏の影響による大凶作で食卓に輸入米が並んだことがありました。その頃私は社会人駆け出しで、生活保護のケースワーカーとして県の旧原町福祉事務所に勤務、双葉地域を担当していました。近頃、浜通り南方部センター訪問の為車を走らせていると、当時と変わり果てた風景が目に飛び込んできます。あの頃家庭訪問をしながら、今後の生活の話をして頂いた方々は、どれほど辛い経験をされたのだろうかとの想いがよぎる瞬間でもあります。

大震災発生当時は、県中地区の町に勤めておりました。副町長として大混乱時の陣頭指揮にあたる中、放射線不安を訴える方々が毎日役場を訪れていました。熱心に街づくりに関わっていた方が、自主避難を選択された事実を知った際には無力感を味わいました。今もなお、万人共通の正解がない事象です。県本庁では、産業復興や風評対策、教育分野のほか県施策の基本となる総合計画、復興計画や地方創生の計画策定・改訂等に取組みました。震災による人口流出という大問題を抱えつつ、全国的なトレンドである地方創生との両立を図らねばならないジレンマに悪戦苦闘が続きました。現在では一般的となった関係人口の発想にも繋がったものと思います。

当センターで勤務するうえで、神戸復興に携わった方から以前伺った「ハード面はお金と時間を掛ければ解決しますが、ソフト面での復興、これが大きな問題です」との指摘が思い出されます。心のケアは、正にソフト面からの復興へのアプローチです。30年ぶりの福祉分野、初心にかえり、皆さまの築いてこられた実績を前へ進めて行けるよう、微力ながら取り組んでまいります。ご指導、ご協力の程よろしく申し上げます。

## 基幹センター活動報告

### 福島県議会福祉公安委員会の調査

令和6年5月21日(火)、福島県議会福祉公安委員会真山祐一委員長をはじめ8名の委員の皆様によるふくしま心のケアセンターへの調査が行われました。委員長挨拶ののち双方の出席者紹介があり、つづいて当センター前田正治所長(福島県立医科大学医学部災害こころの医学講座主任教授)から福島県のメンタルヘルスの現状と被災者に対する心のケアの取り組みについて説明を行いました。その後の質疑応答では、委員の皆様から心と身体の関係、被災地のコミュニティ再生、医療機関との連携の重要性等の質問が出されるなど活発に意見交換がなされました。



前田正治所長による説明

### 地域アルコール対応力強化事業 「令和6年度支援関係者向け研修会」を開催

令和6年7月4日(木)、地域アルコール対応力強化事業「令和6年度支援関係者向け研修会」をwebにて開催しました。

この研修会は“健康”や“生活習慣病”とアルコールの関連性に視点を置き、保健指導の一環としての介入方法と具体的な節酒支援のスキルを身に付けること、アルコール関連問題のあるケースへの対応や実際の地域支援につながる知識を得ることを目的としています。医療法人見松会 あきやま病院副院長の福田貴博先生から「節酒指導の現場での実践・応用について」と題し講演をいただき、185名が参加しました。参加者からは「早期の状態での介入の必要性を学べた」「依存する心理を含めた内容で、面談の実際にとっても有効であると感じた」などの感想がありました。

ふくしま心のケアセンター地域アルコール対応力強化事業

令和6年度 支援関係者向け研修会 WEB開催

この研修会は福島県からの委託により開催します。

令和6年 7月4日(木) 13:30~15:00

講演 「節酒指導の現場での実践・応用について」

講師 医療法人見松会 あきやま病院 副院長 福田 貴博 先生

正の目的 「節酒指導の現場での実践・応用について」のディスカッション申込フォームにて事前に質問を受け付けます。後半は参加者から寄せられた質問に基づきディスカッションを実施します。

形式 WEBセミナー (使用システム: Zoom)について

対象 被災者支援に関わる支援者・医療・保健・福祉従事者・関係機関の職員

申し込み WEB「ふくしま心のケアセンター」ホームページ「研修会・委員会等の案内」よりお申し込みください。

参加費 無料

定員 200名

申込期限 令和6年6月20日(金)

主催 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  
 共催 公益社団法人 福島県立医科大学

お問い合わせ 福島県精神保健福祉協会 ふくしま心のケアセンター 基幹センター 事務局 電話 024-963-4272 メールアドレス fukushima\_korokawa@fukushima-kyokai.or.jp  
 URL http://fukushima-kyokai.or.jp



## 各分部センター等の活動

### 県北方部センター ホットサロン「てとて」への協力



令和6年7月23日(水)、福島テルサで開催された福島市社会福祉協議会主催のホットサロン「てとて」に協力しました。このサロンは東日本大震災に伴う原発事故で福島市内に避難している方及び福島市民を対象に月1回開催さ

れています。当日は19名の方が参加されました。当分部センターでは参加者の心の健康相談、血圧測定と東北厚生局様の協力を得てみやぎ心のケアセンターから提供いただいた紙芝居「ウサギとカメラの睡眠大作戦」による健康講話を行いました。参加者は何度もうなずきながら聞き入っていました。



心の健康相談、血圧測定



健康講話の様子

### 浜通り南方部センター

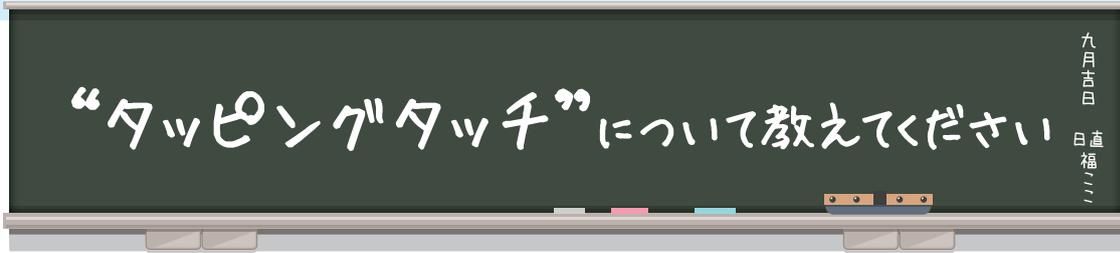
### 福島県いわき地方振興局復興支援・地域連携室員会議での講話

令和6年5月23日(木)、福島県相双保健福祉事務所からの依頼を受け、福島県いわき地方振興局復興支援・地域連携室員会議において当センター前田正治所長(福島県立医科大学医学部災害こころの医学講座主任教授)が「被災地の現在の課題とふくしま心のケアセンターの活動状況」のテーマで講話を行いました。当会議はいわき地方の復興行政を担う県機関の責任者の方々に構成されている会議で、その方々に対し被災者のメンタ

ルヘルスの現状と当センター活動への理解を深めていただくことができました。



会議の様子



今回は、だれでもそして気軽にできて、心や身体に大変効果があるとされている“タッピングタッチ”について当センター 梟中梟南・会津方部センター主任専門員渡部恵美子さんから教えていただきます。渡部さんは、一般社団法人タッピングタッチ協会の認定インストラクターの資格を持っています。

人と触れ合うことが少なくなりましたが、タッピングタッチで触れ合うと元気になったり、お互い仲良くなれますよ〜♪



### ● タッピングタッチについて教えてください

ゆっくり、やさしく、ていねいに、左右交互にタッチすることを基本としたホリスティック（統合的）ケアです。やさしいケアによって、私たちの心と体は癒され、素朴で大切な気づきが生まれ、よりよい関係性が育ちます。

### ● どのような効果がありますか

- 身体の緊張がほぐれ、心がリラックスする
- 気持ちの落ち込みや不安を和らげる
- 肯定的感情が増え、プラス思考になる
- ストレス反応が減り、身体の痛みが和らぐ
- 副交感神経とセロトニン神経が活性化する

○ポイント

- 指の腹を使って、トントンと軽く弾ませるように、左右交互にやさしくタッチ
- 1~2秒に左右1回ずつくらいのゆったりとしたリズムでタッチ
- マッサージにならないよう、手首を柔らかくして、ソフトにタッチ
- 全体を10~15分かけてのんびりと

### ● 実際にやってみましょう

#### 【タッピングタッチでお互いをケア】

1 相手の後ろに座り、腕をブラブラさせてリラックスします。肩甲骨の内側に軽く手を添えて、これから始めることを伝えます。



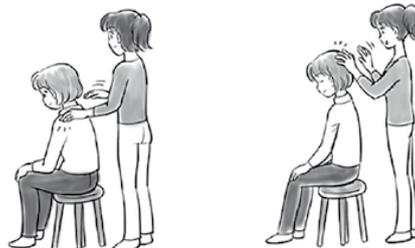
2 手を添えた肩甲骨の内側の辺りを指の腹を使って、軽く弾ませるように左右交互にソフトにタッチします。しばらくしたら背骨にそって少しずつ下へ。（タッピング、約2分）



- 3 立ち上がって、ゾウの鼻のように、腕をぶらんぶらんと左右交互に振りながら、手の甲を相手の腰の辺りにポンポンとあてるようにします。(ゾウの鼻、約2分)



- 4 立ったまま、肩、腕、首、頭、という順でタッピングしていきます。首と頭は繊細なので、してよいか尋ねてからするようにしましょう。(約4分)



- 5 座って、背中をネコが足ふみをするような感じでタッチします。ネコがその場で足ふみをするような感じで、ゆったりと左右に揺らぎながら、ふんわりと丸めた手でおこないます。(ねこの足ふみ、約2分)



- 6 肩から腕を、手のひらで相手を優しく包むような感じで、左右交互にタッチしていきます。(コアラの木登り、約2分)



- 7 リクエストを聞いて、心地よいところを好みのタッチでおこないます。(約2分)

- 8 終わりに向けて、柔らかい手のひらで左右に触れます。(ソフトタッチ) 最後に、肩甲骨の内側にそっと手をそえて、一緒にいることを大切にしましょう。そして、何度か優しくさすってリフレッシュします。



### 【一人でするセルフタッピング】

タッチの基本は、相手にするときと同じです。自分をケアする時間をとりましょう。



あご→顔→頭→くび



肩→腕



胸→おなか



深呼吸

もっと詳しく知りたい方はこちら

一般社団法人タッピングタッチ協会

【出典】

一般社団法人タッピングタッチ協会ホームページ <https://www.tappingtouch.org>  
中川一郎編著「<ふれる>で拓くケア タッピングタッチ」(北大路書房、2022年)  
※上記内容については、一般社団法人タッピングタッチ協会の監修を受けております。

(イラスト) ホリスティック 心理教育研究所 copyright2014

## お知らせ

### シンポジウム「災害中長期の支援者の疲弊とその支援」の開催

本シンポジウムでは、災害時の大きな問題の1つである「支援者の疲弊」をテーマに、これまでの災害における支援者の問題や、福島県沿岸部の原発事故後中長期の支援者支援の現状をとりあげます。災害支援に関心のある方は、是非、ご参加下さい。

**日時** 2024年11月15日(金) 13時～15時30分

**場所** コラッセふくしま 5階 研修室 (福島県福島市三河南町1番20号)

**参加費** 無料

**対象** 災害支援に関心のある方は、どなたでも参加できます

**定員** 対面参加 60名 オンライン参加 200名

**内容** 1) 基調講演1 「災害中長期の支援者支援」

兵庫県こころのケアセンター 上席研究主幹 大澤 智子

2) 基調講演2 「福島県沿岸部の自治体職員のメンタルヘルスの現状と今後の課題」

福島県立医大 災害こころの医学講座 准教授 瀬藤乃理子

3) 報告 「福島県沿岸部の支援者支援～ふくしま心のケアセンターが果たす役割～」

ふくしま心のケアセンター 浜通り南方部センター 方部長 菅野 寿洋

4) 指定発言 「被災地の支援者として感じてきたこと」

相双保健福祉事務所いわき出張所 所長(保健師) 味戸 智子  
福島市立福島第四中学校 養護教諭 渡辺 紀枝

**主催** 福島県立医大災害こころの医学講座

**共催** 東北大学コンダクター型災害保健医療人材養成プログラム、ふくしま心のケアセンター

**問い合わせ** 福島県立医大災害こころの医学講座 Tel: 024-547-1887



申込みフォーム  
申込締切11月8日



### 被災者相談ダイヤル ふくここのライン

当センターでは被災された方々の  
心の専門相談ダイヤルを開設しています。

東日本大震災や原発事故による避難生活での不安や、気持ちが落ち着かず誰かに話したい時など…  
お気軽にご相談ください。



なやみ ふくこ  
0120-783-295

(月～金 9:00～12:00/13:00～17:00)  
土日祝日・年末年始は除く

### 問い合わせ先

- ♥ 基幹センター(総務部・広報部) ☎024-535-8639  
〒960-8012 福島市御山町8-30(県保健衛生合同庁舎5階)
- ♥ 基幹センター(業務部) ☎024-983-4272
- ♥ 県中県南・会津方部センター ☎024-983-0274  
〒963-8034 郡山市島2丁目31-11 MAビル2階
- ♥ 県北方部センター ☎024-533-4161  
〒960-8018 福島市松木町9-11 松木町共栄ビル1階
- ♥ 浜通り南方部センター ☎0240-23-5109  
〒979-0403 双葉郡広野町大字下浅見川字広長44-3  
広野みらいオフィス3階
- ♥ 浜通り北方部センター ☎0244-26-9353  
(相馬広域こころのケアセンターなごみ)  
〒975-0007 南相馬市原町区南町3丁目2-7

企画編集・発行

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 広報部

☎ 024-535-8639 <https://kokoro-fukushima.org/>





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

News Letter

第10号

令和7年2月発行

# ふくこのわ



パステル画 小峰城（白河市）

## 私たちのめざす心のケア

ふくしま心のケアセンター業務部長 黒田 裕子

桜の開花が例年より早かった令和2年春、私は県中・県南方部センターで仕事を始めました。新型コロナウイルス感染症拡大による社会活動の制限が厳しくなり、散歩訪問など会える工夫をしてつながりの維持に努力した時期です。職員は、「震災から9年、被災地の復興や帰還状況はあまりに異なっていて被災者の生活は翻弄され先が見えない。新たな地でつながりをもとうにも避難者という言葉に付いている原発と賠償の話題に怯える。帰れないふるさとを想う寂しさや悔しさ、内面の複雑さ、心の葛藤を表出する機会は失われつつある」と感じていました。回復に向けた関わりを通して「安心して内面を語ることでできる面接ができること、自分らしく暮らす願いを聴きとれること、支援関係者と共に回復力を支えること」が私たちの目指す「心のケア」と皆で描いたことを思い出します。

発災から14年が過ぎます。弱音を吐いても受けとめられ、語ることで乗り越えられる心の相談の機会はまだまだ必要です。個々の相談と同時に、辛い体験から生きづらさを抱える人がいることを理解しケアできる地域社会をめざしています。

当センターは、社会福祉、作業療法、精神保健福祉、心理や看護の各専門性を持つ専門員が心のケアという核を持ち、和して同ぜずのチームワークで活動します。話し合いを重ね違った意見も尊重し、辛いときは荷下ろしができる職場、時にはコーヒーを丁寧に入れて心の余裕も大切にしています。

個の支援、地域支援者のケアやスキルアップ、地域全体の心の回復へ向けた普及啓発活動はこれからも続きます。さあ、今年の桜の咲き具合はどうでしょうか。



## 基幹センター活動報告

### 令和6年度ふくしま心のケアセンター関係者連携会議開催

令和6年11月28日(木)、郡山商工会議所会館と双葉町産業交流センターをオンラインでつなぎ、約60名の関係者に出席いただいてふくしま心のケアセンター関係者連携会議を開催しました。本会議は毎年度開催していますが、今年度は「孤独・孤立を防ぎつなぎ続けるために」と題し、当センターおよび孤独・孤立予防に関わる支援機関の役割や活動内容を知り、被災者支援の課題共有と今後の連携の在り方を考えることを目的としました。

活動報告を当センター以外に福島県引きこもり相談支援センター、福島県中・県南地域若者サポートステーション、福島県立医科大学医学部災害こころの医学講座、基幹相談支援センターふたばから行っていた後、グループワークを行い、多くの関係機関と直接話し合うことによって支援の繋がりをより深いものとすることができました。

最後に、福島県精神保健福祉センター、福島県立ふたば医療センター附属ふたば復興診療所、ふくしま12市町村移住支援センターそれぞれの専門的立場から助言をいただきました。



双葉会場



郡山会場

### 「支援者支援シンポジウム 災害中長期の支援者の疲弊とその支援」への共催

支援者支援シンポジウム  
災害中長期の支援者の疲弊とその支援

【主催】福島県立医科大学医学部 災害こころの医学講座  
【協賛】東北大学コングラタ―型災害対応関係人材育成プログラム、ふくしま心のケアセンター

支援者の疲弊は、災害時の大きな問題の一つです。災害後、時間が経つほど、その問題は見えにくくなり、また支援者支援のあり方も難しくなります。本シンポジウムでは、これまでの災害における支援者の関わりや、福島県沿岸部の原発事故後中長期の支援者支援の現状から見え、今後の大規模災害時の支援者支援のあり方について考える機会にしたいと思います。

日時：2024年11月15日(金)13時～15時30分  
場所：コラッセふくしま 5階 研修室 (福島県福島市三河町1番20号)  
対象：災害支援活動を行っている方、行う予定のある方  
参加費：無料 定員：対面参加 60名 オンライン参加 200名  
※対面参加、オンライン参加ともに、下記の申し込みフォームからの申込み下さい。  
なお、申し込みされた方には、録音のアーカイブ配信もご覧いただけます(開催当日)。

【災害中長期の支援者支援～これまでの災害支援の現状から～】  
福島県立医科大学 災害こころの医学講座 上原 研三 大澤 智子

【福島県沿岸部の自治体職員のメンタルヘルスの現状と今後の課題】  
福島県立医科大学 災害こころの医学講座 津野 力子

【福島県沿岸部の支援者支援～ふくしま心のケアセンターが果たす役割～】  
ふくしま心のケアセンター 災害支援推進課 津野 力子

【被災地の支援者として働いてきたこと】  
福島県立医科大学 災害こころの医学講座 津野 力子

【申し込み方法、申し込みフォームはこちら】

申し込みフォーム   
福島県立医科大学 災害こころの医学講座HP  
URL: <https://www.d-kokoro.com/>

お問い合わせ先  
福島県立医科大学 災害こころの医学講座  
Tel: 024-547-1887  
E-mail: d-kokoro@fmu.ac.jp

※本シンポジウムは、日本学術振興会研究費(課題番号20203339)による企画・実施となります。



シンポジウムの様子

令和6年11月15日(金)、コラッセふくしまにおいて、「支援者支援シンポジウム 災害中長期の支援者の疲弊とその支援」が福島県立医科大学医学部災害こころの医学講座主催で開催され、当センターも共催しました。オンラインも含め自治体職員、教育関係者など全国各地から約260名の方が参加されました。これまでの災害における支援者の疲弊や福島県沿岸部の原発事故後中長期の支援者支援の現状を踏まえ、今後の大規模災害時の支援者支援の在り方について考える機会となりました。

## 各方部センターの活動報告

### 県北方部センター 福祉事業所スタッフ向け研修会での講話

令和6年12月27日(金)、一般社団法人シャローム福祉会主催の福祉事業所スタッフ向け研修会において、「支援者のストレスケアとアンガーマネジメント」をテーマとして講話を行いました。研修会には相談支援専門員、生活支援員、職業指導員等の支援者17名が参加されました。主催のシャローム福祉会は、福島市内で障がい者の相談支援や就労支援を実施している福祉事業所であり、相双地域からの避難者も利用されていて、県北方部センターが日頃の支援活動においても連携をとっている機関です。

講話では、主に支援者が抱えやすいストレスとその対処の仕方、怒り感情と上手く付き合うための方法をワークも取り入れながら紹介しました。

今回の講話は、支援者支援の一環として実施したものであり、支援者のメンタルヘルスの維持・向上に僅かでも寄与できたなら幸いです。



### 県中県南・会津方部センター いのちのケアサロン ～臨床仏教師のお話を聞く会～開催



令和6年9月6日(金)、東日本大震災と原発事故から13年半が過ぎ長期化する避難生活でストレスや負担を感じている方を対象に、こころと体がほっこりと温まる時間を持っていただくことを目的に開催しました。

臨床仏教師(猪苗代町長照寺住職)の楠恭信氏を講師に迎え「今を大切に、豊かな人生の過ごし方」と題した講話を聞いた後、リラクゼーション効果を高めるため「糸掛け曼荼羅」の作品作りに取り組んでいただきました。参加した方々からは「考え方を変えて過ごしたい」「楽しかった、またやりたい」などの感想がありました。



作品作り



完成した「糸掛け曼荼羅」

## 浜通り南方部センター 男性のつどい「ふたば」開催

令和6年11月13日(水)、富岡町保健センターにおいて男性のつどい「ふたば」を開催しました。

このサロンは、東日本大震災および原発事故を経験した双葉郡の住民(主に男性)等を対象に地域とのつながりや仲間づくりの場を提供し、孤立や引きこもりの予防、心身の健康維持増進を図ることを目的に月1回開催しています。

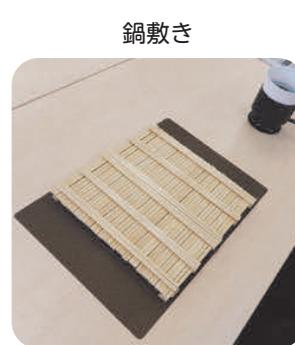
当日は、割り箸を使った小物制作を行いました。参加された方々は相手の進み具合を気にしながらも実用的な作品作りに取り組んでいました。また完成後は作品の話題や健康方法などについて熱心に話をしていました。当方部センターでは健康管理や食生活についてのアドバイスを行いました。



制作中



小物入れ



鍋敷き

## 浜通り北方部センター 地域住民サロン・南町復興公営住宅「ひとやすみの会」開催

南相馬市南町復興公営住宅には、南相馬市、浪江町、双葉町、大熊町の住民の方が入居しています。平成29年5月より、高齢者の孤立予防と住民の相互交流を目的に毎月1回、創作活動や料理教室などを行ってきました。東日本大震災から13年以上が過ぎ、住民の高齢化が進む中で、住民による自主的なサロンの運営は難しいため、継続して支援を行っています。

令和6年12月11日(水)に開催されたサロンでは

クリスマスケーキ作りとビンゴ大会を行いました。ケーキはチームワークよく慣れた手つきであっという間に出来上がり、食べるのもあっという間でした。ビンゴ大会では、笑い声とともに方言が飛び交っていました。「ケーキがおいしかった。来てよかった。」と話される方もいらっしゃいました。

なお本サロンは今回で101回目、参加のべ人数は1,122人になりました。



クリスマスケーキ作り



ビンゴ大会

## お知らせ

### 1 被災者相談ダイヤル「ふくここのわ」の受付日時が変更となります。

令和7年4月1日(火)より被災者相談ダイヤル「ふくここのわ」の受付日時が以下のとおり変更となります。

	月	火	水	木	金	時間
令和7年4月1日から	○	—	○	—	○	10:00~12:30 13:30~16:00

(祝日、年末年始はお休みになります)

### 2 SNS (Instagram) 公式アカウントを開設しました。

ふくしま心のケアセンターではSNS (Instagram) を利用して随時情報発信を行ってまいります。是非ご覧ください

◎ふくしま心のケアセンターInstagram

公式アカウント:fukushima\_kokoro



### 3 講演会 (共催) のご案内

テーマ 災害から学ぶ心のケア —トラウマを理解する—

開催日時 令和7年3月21日(金) 13:00~16:00

開催場所 福島県立医科大学駅前キャンパス (所在地:福島市栄町10-6)

主催・問い合わせ 福島県立医科大学医学部災害こころの医学講座 024-547-1887



#### 被災者相談ダイヤル ふくここのわ

当センターでは被災された方々の心の専門相談ダイヤルを開設しています。

東日本大震災や原発事故による避難生活での不安や、気持ちが落ち着かず誰かに話をしたい時など…お気軽にご相談ください。

なやみ ふくこ  
0120-783-295

(月~金 9:00~12:00/13:00~17:00)  
土日祝日・年末年始は除く

※上記受付日時は令和7年3月31日までです。

#### 問い合わせ先

♥基幹センター(総務部・広報部) ☎024-535-8639  
〒960-8012 福島市御山町8-30(県保健衛生合同庁舎5階)

♥基幹センター(業務部) ☎024-983-4272

♥県中県南・会津方部センター ☎024-983-0274  
〒963-8034 郡山市島2丁目31-11 MAビル2階

♥県北方部センター ☎024-533-4161  
〒960-8018 福島市松木町9-11 松木町共栄ビル1階

♥浜通り南方部センター ☎0240-23-5109  
〒979-0403 双葉郡広野町大字下浅見川字広長44-3  
広野みらいオフィス3階

♥浜通り北方部センター ☎0244-26-9353  
(相馬広域こころのケアセンターなごみ)  
〒975-0007 南相馬市原町区南町3丁目2-7

企画編集・発行

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 広報部

☎ 024-535-8639 <https://kokoro-fukushima.org/>



いまだから言える  
話せる、語れることがある

## 東日本大震災 被災者相談ダイヤル

# ふくここライン

受付  
時間

月・水・金（祝日・年末年始を除く）

10:00～12:30/13:30～16:00

なやみ ふくここ  
☎ 0120-783-295  
通話料無料

東日本大震災で被災された方々へ

震災からの時間の経過とともに悩みが複雑化しやすいといわれています  
いろいろな思いをきかせてください

避難生活の思い

帰還後の思い

身近な人には  
話しにくい

不安  
落ち着かない気持ち

思い出して  
つらい

寂しさ  
傷ついた気持ち

- ・相談員がお話をお伺いします。ご相談内容など、秘密は守ります
- ・お話の内容によっては他機関をお勧めする場合があります
- ・都合により受付日時の変更が出る場合がありますのでご了承ください



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



ふくしま心のケアセンター 活動記録誌  
2024(令和6)年度  
第13号

発行日：2025(令和7)年12月12日

編集発行：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

Fukushima Center for Disaster Mental Health

〒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

被災者相談ダイヤル(ふくここライン) 0120-783-295

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

印刷所：株式会社 日進堂印刷所



