

静岡県精神保健福祉協会

News Letter -No.26-

巻頭言

静岡県精神保健福祉協会 常務理事

大久保 聡子（静岡市こころの健康センター 所長）

令和2年度より常務理事に就任いたしました、静岡市こころの健康センターの大久保聡子と申します。これまで15年間臨床一筋でやって参りましたが、縁あって令和2年4月、こころの健康センター所長に就任することとなりました。

これまでは臨床医として「病気に対して積極的な治療をする」ことに熱意を燃やしていた時期もありました。ひきこもりの訪問診療に携わっていた頃は、医療福祉につながらない人をどのようにつなぐかを考えながら、多方面に働きかけ毎日慌ただしく動き回っていた気がします。緩和ケアに携わっていた頃には、現代医学では完治できない病気であっても、その人がより良い人生を全うするために私たちがすべきことは山ほどあるのだと改めて気づかされました。

そして今、こころの健康センターに来てからは新たな視点が加わって、精神障がいを含めた様々な事情により生きづらさを抱える人々が、どうすれば等しく個々の健康や幸福を追求し自己実現できる社会を作れるかを考えるようになりました。

地域共生社会という言葉が広まりつつありますが、地域共生社会とは具体的にどのような社会なのか、その実現のために私たちにできることは何か、日々スタッフ同士で意見を交わしながら、構想の具現化に向けて試行錯誤しています。

障害(disability)のあるなしに関わらず個々の生き方を尊重し、もし一步を踏み出せないとなればその要因(barrier)となっているものは何か、そしてその人が歩みを進めるために私たちにできることは何かを考えながら、共に歩んでいく姿勢を持ち続けることが、地域共生社会の実現につながるのではないかと考えています。

「一人の百歩より、百人の一步」という言葉がありますが、ぜひ会員の皆様とともに大切な一步を踏み出せるよう日々邁進して参りたいと思っております。

どうぞ今後とも、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。





ハートフルアート展作品集発行



県民の皆様の精神疾患や精神障害についての正しい知識・理解を深める機会になり、誰もが生き生きと生活できる地域づくりの一助となるようにとの願いから、例年「心の健康フェア ハートフルアート展・講演会」を、静岡市民文化会館を会場に開催して参りましたが、令和2年度は、アート展参加団体の展示作業や団体での作品鑑賞中、また講演会会場での感染予防、講師の県外移動の困難等、新型コロナウイルス感染拡大防止により、残念ながら開催を中止することになりました。

しかし、病院、事業所等のデイケアや作業療法の過程で例年同様に制作された多くの素晴らしい作品を、県民の皆様に御紹介するために「第42回ハートフルアート展作品集」を発行しました。

会員の皆様には1月にお送りしましたが、作品集の御希望がありましたら精神保健福祉協会事務局へ御連絡ください。

〈作品集掲載団体〉

- ・ふれあい南伊豆ホスピタル ・沼津中央病院 ・伊豆函南病院
- ・聖明病院 ・鷹岡病院 ・南富士病院 ・日本平病院 ・清水駿府病院
- ・新清水クリニック ・静岡県立こころの医療センター ・溝口病院
- ・焼津病院 ・藤枝駿府病院 ・福田西病院 ・遠江病院 ・天王病院
- ・朝山病院 ・菊川市立病院 ・でんでん虫の会(賀茂健康福祉センター)
- ・静岡市支援センターみらい ・Mネットかけがわ
- ・就労継続支援B型事業所あっとほーむ(掛川市)
- ・(医)好生会さわや家(掛川市)



令和3年度の日程

☆新型コロナウイルスの感染状況によって、予定が変わる場合があります。

○第60回理事会・総会・講演会・表彰 令和3年6月16日(水)

静岡県男女共同参画センター あざれあ

講演会 講師 ひきこもりUX 会議代表理事 林 恭子 氏

講演テーマ 「ひきこもるこころを理解する」(仮)

○心の健康フェア

ハートフルアート展 令和3年12月1日(水)～7日(火) 6日(月)休館日

静岡市民文化会館3階 A展示室

講演会 12月7日(火) 3階 大会議室

講師 医療法人岡谷会佐保川診療所長(奈良県) 医師、臨床心理士

田中 茂樹 氏

講演テーマ 「こどもとのコミュニケーションのあり方」(仮)

○ニュースレター 令和3年9月中旬、令和4年2月中旬 発行

○こころの健康づくり講演会 申し込み期限 令和3年4月7日(水)必着

こころの健康づくり講演会のご案内

精神保健福祉協会では、地域精神保健福祉思想の普及及びその啓発を図り、県民の精神保健福祉の向上に資するため適当と認めた団体に対し、こころの健康づくり講演会開催の支援を行っています。

今年度は、新型コロナウイルス感染防止対策のため例年以上の工夫や準備をされて、各講演会が開催されました。

既に行われた講演会と1月以降に予定されている講演会を御紹介します。

●自分のこころの傾向を知ってストレスの対処法を学ぼう！

講師 臨床心理士 八木 阿紀 氏

◆令和2年9月4日（金）三島市立保健センター
東館1階フロア

主催者：三島市保健委員会

〈講演会の内容〉

- ・エコグラムを用いた自己理解
- ・ストレスの仕組みとマインドフルネスについて
- ・ゲートキーパーについて

〈感想等〉

自己分析テストでは、楽しみながら今の自分の思考の特徴やこころの状態を確認し、参加者は興味深い様子だった。ストレスへの対処法として普段意識をしない呼吸や名前の呼ばれ方などに注目するマインドフルネスワークでは、こころの開放の仕方を学んだ。

コロナウイルス感染拡大で抱えているストレスの対処法として参考になったという感想が聞かれた。ゲートキーパーについても、まずは声掛けから行いたいという感想があった。



●うつ病を知ろう

講師 静岡大学教育学部教授 鈴江 毅 氏

◆令和2年9月27日（日）菊川市総合保健福祉センター
プラザげやき

主催者：菊川市健康づくり課

〈講演会の内容〉

- ・こころと健康（メンタルヘルスについて、うつ病）
- ・自殺の現状（世界・日本・静岡県の現状）
- ・自殺の予防・対策（自殺の危機経路・危険因子、我が国の自殺対策の動向）

〈感想等〉

「ストレスなどで、うつ病になるのがわかった。うつ病は治らないかと思っていたが、治ることがわかった。」「自分の周りにうつ病の人がいるので、関心を持って聞いた。近くにいる人の様子の変化に気づいて、話を聞こうと思った。」などの感想が聞かれた。



●ご遺族の体験をきいて生きる支援を考える

講師 岐阜県自死遺族の集い「千の風の会」代表 木下 宏明 氏

◆令和2年9月17日（木）富士宮市役所 710会議室

主催者：富士宮市

〈講演会の内容〉

- ・自死で大切な人をなくして、心あるつながりを求めてというテーマの講話だった。自死で妻と子供を亡くした体験を通して気持ちや感情、救われた一言、学校や地域の対応の感想、予防と遺族支援の必要性等についてのお話を聞いた。
- ・グループワークで共有し、発表した。

〈感想等〉

「自殺が身近に起きている。どこまで気にかけることができるかととても難しいが連携を意識しなくてはいけなかった」「亡くなられた方の尊厳、遺族の思いそれぞれに寄り添った言葉をかけられたらと思った」「何ができるかわからず、できないことが多いかもしれないが、言いたい人の話を聞くことが重要だと思った」等の感想があった。この講話が自殺予防、遺族支援について考える機会となった。



●大人のひきこもり対応講座

講師 NPO法人サンフォレスト代表 三森 重則 氏

◆令和2年11月21日（土）島田市役所会議棟 大会議室

主催者：島田市福祉課

〈講演会の内容〉

複合的な福祉課題の一つである「ひきこもり」の現状と要因、対応方法についての講演内容であった。今までの活動における具体的な事例を紹介していただいた。

〈感想等〉

「ひきこもり」が様々な要因によるものであることや、支援の難しさについて、事例を紹介していただくことでイメージを持ちながら学ぶことができ、わかりやすかった。地域に潜在している方々がいることから、地域での理解を進めるよう、今後も啓発していく必要を感じた。



●「はじめての一步」 ～ 一緒に学ぶ精神障害 ～

講師 藤枝駿府病院医師 大津 団 氏

藤枝駿府病院ソーシャルワーカー 鳥山 晴香 氏

◆令和2年12月9日（水）藤枝市生涯学習センター ホール

主催者：藤枝市自立支援課

〈講演会の内容〉

- ①精神障害とは何か ②多様性を認め合える社会について

〈感想等〉

①は、医師の視点での精神障害と治療について、また精神病院の機能についてのお話で「精神障害を持つ方が多くいることに驚いた」「駿府病院の取り組みを知った」等の感想が聞かれた。

②は、ソーシャルワーカーの視点で、精神障害と生活について、また多様性を認め合える社会についてのお話で「ソーシャルワーカーの仕事は医師の通訳で、患者の社会復帰に向け大きな役割がある」「相談窓口があることに安心した」等の感想が聞かれた。



●「イライラの消しゴムを手に入れよう ～メンタルヘルス不全からの回復のために～」

講師 オフィス悠々代表 高田 しのぶ 氏

◆令和2年12月15日（火）ZoomによるWEB方式により開催

主催者：焼津市地域福祉課

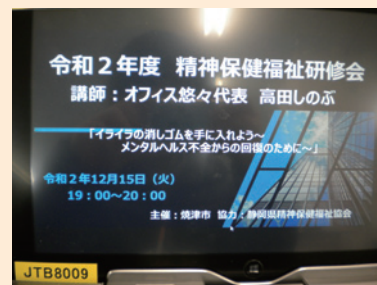
〈講演会の内容〉

必要なメンタルヘルスクアの基本を学び、周りの人々がその変化に気づき必要な支援につなぐことができるような研修会をWEB方式で開催した。

〈感想等〉

新型コロナウイルスの流行により感染防止を考え、初のWEB開催とした。市内事業所だけでなく、若年層から高齢者層まで広く目が届くようにチラシ配布やポスター掲示を行ったが、リモートがまだまだ浸透していないこともあり、参加者が100名には達しなかった。

講演は、参加者がチャットで参加したり、自身の体験を記録する場面があったりと、講師の話を一方的に聞くだけではなかったのがよかったと思う。それぞれのストレスや精神状態にもよるが考え方の根本的な所を教えていただけたと感じる。



1 月以降開催予定の講演会の紹介

開催日	会場	テーマ・講師	主催団体
令和3年 1月19日(火)	富士教育会館 大会議室	愛着障害の理解と支援の工夫 講師：こどもの虹情報研修センター 研修部長 中垣真通 氏	富士市役所福祉こども部障害 福祉課 TEL0545-22-2761
令和3年 2月22日(月)	工房オアシス 会議室	精神障害を抱えられた方と地域で共に暮ら していくために ～疾患理解と関わり方について学ぼう～ 講師：社会福祉法人Mネット東遠 理事長 八木光春 氏	掛川小笠地区精神保健福祉会 ひまわり会 TEL0537-29-8970

※新型コロナウイルス感染状況によっては、延期または中止になる場合もあります。

詳細は各主催団体へお問合せください。

ニュースレターNO25 で御紹介した「特定非営利活動法人こころ」「伊豆の国市精神保健福祉会かの川会」「社会福祉法人Mネット東遠」主催のこころの健康づくり講演会は、新型コロナ感染防止のため今年度の開催を中止します。



叙 勲 受 章



静岡県庁で静岡県知事 川勝平太氏より
「瑞宝双光章」を伝達される
石田 多嘉子 氏

公益財団法人復康会理事長、静岡県精神保健福祉協会会長の石田 多嘉子 氏が令和2年秋の叙勲「瑞宝双光章」を受章されました。今年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響で、11月4日（水）に川勝県知事より伝達されました。

石田氏は多年にわたり、公益財団法人復康会の精神科医師として患者一人ひとりが自分の望む人生を全うできるよう患者に寄り添った治療を続けてこられ、また精神保健福祉協会を始め、各種団体役員及び委員として富士市、県内、国それぞれの精神科医療の発展と政策推進に協力・寄与されています。

これらの永年の功労が認められ勲章が授与されました。おめでとうございます。

厚生労働大臣表彰



令和2年度 精神保健福祉事業功労者の厚生労働大臣表彰は、NPO法人精神保健福祉みどり会（牧之原市）副理事長である守屋博久氏が、多年にわたり精神障害者家族会の役員として地域精神保健福祉の発展に多大なる貢献をした功績を認められ、受賞されました。おめでとうございます。

なお、今年度は新型コロナウイルス感染防止により精神保健福祉全国大会が中止されたため、表彰状は令和3年1月9日（土）「みどり会創立50周年記念式典」会場にて静岡県健康福祉部障害者支援局障害福祉課精神保健福祉室 福原崇元室長より伝達されました。



みどり会創立50周年記念式典で
県健康福祉部 福原室長より
「厚生労働大臣表彰」を伝達される
守屋 博久 氏

【当協会の活動に御賛同いただいている 会員企業様】

（敬称略・順不同）

- ・ 静岡銀行
- ・ 浜松いわた信用金庫
- ・ ㈱J-オイルミルズ静岡工場
- ・ ㈲サカエ印刷
- ・ ㈱日本軽金属蒲原製造所

静岡県精神保健福祉協会

〒422-8031

静岡市駿河区有明町2-20

静岡県静岡総合庁舎別館 4 階

TEL&FAX 054-202-1220

E-mail: sizuoka_seisin@ybb.ne.jp

事務局出勤日（月・水・金 9時～16時）

ホームページは
こちらから▼

