



2014.7.20 発行

めんたるねっと

YMSN 情報誌

(特定非営利活動法人) 横浜の外国人サービスネットワーク

第41号

Vol. 11 No. 1



トピックス 2014 年度の歩み 総会報告より 1



SSTの現場から 大学授業内でのSST 2



地域の取り組み ト라우マへの心理的ケアのために 5



就労の現場から 障がい者に配慮された環境のサテライトオフィス 7



研修報告 神奈川若手交流会の力～福島からの報告会開催 9

予定・報告 11

2014 年度の歩み ～総会報告より～

2014年5月18日（日）午後2時よりYMSNの研修室にて、第14回総会が開催された。YMSNの会員数は総会当日現在で71人。委任状が26、当日の出席が16人。合計42人隣総会は無事成立した。

理事長の鈴木弘美より事業報告の主なものとして、昨年度より実施している「中学高校生の放課後支援 i r o d o r i」の活動が軌道にのってきたという報告があげられる。若手会員やボランティア協力者に助けられて継続できていることも大きな特徴で、ようやく成果や課題がみえてきたところである。

その他継続事業のジョブコーチ事業、就労支援フォローアップ、職業訓練事業も順調である。また、以前から行っていた子育て・不登校・精神障がい・介護疲れ等への相談事業の中で、就労している精神障がい者への相談、カウンセリングを実施した。臨床心理士による面接は初めての試みだが対象者にとって自分の気持ちを整理する機会となった。

事業計画の主な方針として、新規事業は行わないがそれぞれの事業にさらに厚みをもたせていくこと、また今後のYMSNの人的体制として世代交代を目標に若手の育成を計っていくことをあげている。

長年YMSNの研修の柱として行なってきたSST研修は、SST南関東支部が行うことになった。徐々にではあるが、YMSNは将来を見据えて変化を遂げて行こうとしている。

総会后午後3時よりYMSNの恒例の研修会が開催された。

テーマは「スクールソーシャルワーカーの働き」、講師は宮崎全代氏（上大岡メンタルクリニック）である。宮崎氏は上大岡メンタルクリニックに所属してPSWとしての業務をこなすかたわら、神奈川県湘南三浦教育事務所のスクールソーシャルワーカー（SSW）としても勤務し、その経験を整理し今回講演していただいた。

神奈川県教育委員会の組織、そしてスクールソーシャルワークとは何か、その視点や職務を実際の例もあげながらの話であった。

SSWは、「児童生徒指導担当教員、教育相談コーディネーター等を支え、学校だけでは対応が困難な事例に対して福祉的なアプローチからの支援を進めることで、児童生徒指導体制の推進に協力しつつ、より具体的な効果的な手立てを提供」（講師提供資料より）する。宮崎氏はスクールソーシャルワークで大切なこととして、①児童生徒の権利優先 ②児童生徒本人の自己決定を尊重する姿勢 ③エコロジカル（生態学的）視点 ④ストレングス視点 ⑤学校教育制度の理解 ⑥秘密の保持 一をあげている。

SSWの役割を聞いただけで、この業務を遂行できる人材はかなりの力量をもっていなければ難しいなど感じた。特にわれわれ福祉に関わる人間にとって難しいのは学校教育制度の理解をしながら教員たちを強力な協力者として連携しながら行うことではないか、とも思われた。現代の教員が抱えている日常的な疲弊や孤立感、そんなことも十分に考慮のうえことにあたらなければならない。宮崎氏はこの難しい役割に誠実に取り組み着実に成果をあげてこられた、話の中からそれがひしひしと伝わってきた。しかし、一方で困難な仕事だからこそっと国全体がこのような取り組みができる人材育成にあたる必要があるとも思われた。子どもの貧困には豊かな多方面の様々な関わりが必要である。そして要は法律の整備ではなく関わる大人の質の問題である。

最後にこの研修の参加者20人のうち4人が学生（田園調布学園大学）で熱心に聞いていたことを報告し、彼らが今後子どもの問題に真摯に取り組んでくれるきっかけとなることを祈りたい。

（YMSN 森川充子）

大学授業内でのSST ～学生のソーシャルスキル向上と支援者技術の獲得～

田園調布学園大学人間福祉学部社会福祉学科
専任講師 舩松克代

1. はじめに

私が勤務する田園調布学園大学は、神奈川県川崎市麻生区にあります。2002年に4年制大学が開設され、私が所属する学科では社会福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士の養成にあたっています。本学では、開設当初より「SST（社会生活技能訓練）」という授業が半期あり、横浜舞岡病院の加瀬昭彦先生が講師としてご担当になっていらっしゃいました。私は2007年に本学に赴任し、その授業を引き継がせていただきました。当初は精神保健福祉士を目指す生徒だけに開かれた授業でした。しかし社会福祉士や介護福祉士を目指す生徒たちからも受講したいという声もあり、2012年から本邦初の通年のSSTの授業を開講することになりました。今年で3年目を迎えます。試行錯誤の中、実施しておりますが、今回この誌面でご紹介させていただきます。

2. 授業「SST」が目指すこと

通年30回の授業で目指すことは次の3点です。


①SSTを体験する ②自身の対人スキルを育てる③SSTを支援技法の1つとして実施できるようになる。この3つを目指して、表1にお示したようなプログラムで実施しています。

<SSTに参加する体験の重要性>

私は教員としてまた対人援助職としても自分がSSTを体験するというのをとても重要視し大切にしています。私自身、入職して1年間はSSTのグループに参加し、自分の課題を持って



毎週練習を行っていました。その時毎回自分の課題を考えることがとても苦痛で、さらに皆の前で発表したり、ロールプレイを行ったりすることが恥ずかしかったことを今でも覚えています。SSTのある日は、なんだか気持ちが落ち着かなくて出来れば出たくないなと思っていたことがあります。しかし、自分の取り組むべき課題が見つかるとうどんどん練習して上手になりたいと思うようになりましたし、変わっていく自分が楽しみにもなりました。このようなSSTへの参加の経験は、支援者になった時に、当事者目線で物事を考えることができる基盤となりました。参加したくないというメンバーの気持ちがよくわかりますし、しかしどうするとモチベーションをもってSSTに取り組むようになるかということもわかりません。学生たちには純粋にSSTを体験するだけでなく、これから先、自分がSSTを実施する立場になった時に、参加していた時の体験を当事者理解に役立ててほしいと思っています。



＜自身のソーシャルスキルを育てる＞

現在は通年授業の15回を学生自身が参加するSSTとして実施しています。以前は6回ほどの体験だけで、すぐにSSTの基礎理論の講義に入っていたのですが、学生たちよりもっと練習をしたいという要望があり、現在のスタイルに落ち着いています。本年は月曜1限という最も過酷な時間帯に授業はあるのですが、毎回受講生たちは一生懸命来てくれて熱心に参加してくれています。

学生たちはさすが若いので、学習力があり、練習したことは確実に身につけすぐに般化していきます。授業が終わった後の片づけをする時に早速「手伝ってもらえるとすごく助かる～」と言って頼みごとをしている姿を目にします。時にバイト先、家庭内、サークル内などの対人関係の問題を出してくる子もいます。同じ環境で生活している仲間ですから、「あるある～」と共感を示し、こうしたらいいという、私では到底考え付かないようなフレッシュな提案を出してくれます。学生たちの日常生活では、実際このように対人関係でそんなに重大なことではないけれど、どうしようと思うことが山積しています。些細なことでも心に引っかかったことをSSTの場で取り上げて、わざわざ練習していくことで、こんな風にすればいいのだという対人スキルの引き出しが増えていきます。引き出しが増えると応用が利くようになります。それがゆくゆくは、ソーシャルワーカーになった時の力となると私は考えています。私は常々学生たちに、「ソーシャルワーカーの基礎力は対人スキルだ」と言っています。きちんと自分の思いを話すことができ、人の話を丁寧に聞くことができることがソーシャルワーカーとして最も重要なことです。それを磨くためにSSTを有効的に活用してほしいと思いますし、その場になってほしいと思っています。

3. 授業内でのSSTプログラムの工夫

15回の授業で学生たちの対人スキルを育成するためにどのようなプログラムにするといいか考えました。アセスメント面接を冒頭に行うのですが、学生たちに自分の対人関係について聞くと「苦手」というものの、具体性に欠け、モニタリングができていない人が大半でした。こういう状況でいきなり基本訓練モデルを導入し、自分の課題を生活の中から見つけてくるように言っても、何もでないという状況に陥ると見立てました。そこでステップバイステップ方式を用いて、より構造化した練習方法とこちらから提案するテーマで練習を重ねました。回を進めていくと、学生たちの特徴がわかってきました。それは感情が深く関与する場面だと何が問題なのか本質を見失ってしまうということでした。そこで問題解決技能訓練を数回実施しました。様々な場面を出して何が問題なのかテーマを抽出する練習を重ねました。そうすると認知機能に大きな問題はない学生たちですので、テーマが絞れると解決法はおのずと複数考えることができておりました。

私も学生たちもなんとなく自分の苦手なことが分かってきた時期に基本訓練モデルを導入しました。そうすると切実な課題が学生たちから次々出されます。とてもリアルなので、他の人も高い集中力を保ちながら参加出来ていました。土壌づくりもなく、種をまいても芽が出ないのと同じで、今まで自分の対人関係など振り返ったこともないにもかかわらず、いきなり練習しますよと言われても、何をどうしたらいいのかわからないのは当たり前です。自分を見つめる手掛かりを与えるために、ステップバイステップ方式で、テーマを設定して6回行ったことで、内省する土壌づくりができたかと思っています。



内容	
前期	1 SSTとは何か？
	2 アセスメント面接
	3 目標設定
	4 ポジティブな気持ちを伝える
	5 頼みごとをする
	6 傾聴
	7 傾聴
	8 不快な気持ちを伝える
	9 不快な気持ちを伝える
	10 問題解決技能訓練
	11 問題解決技能訓練
	12 問題解決技能訓練
	13 基本訓練モデルで個別のテーマを練習する
	14 基本訓練モデルで個別のテーマを練習する
	15 基本訓練モデルで個別のテーマを練習する
後期	16 SSTの基礎理論
	17 認知行動療法について
	18 アセスメントについて
	19 アセスメント実習
	20 クライアントのニーズを見つける
	21 ニーズから目標を設定する
	22 ウォーミングアップの実施
	23 SSTの課題の引き出し方
	24 ロールプレイの実施
	25 モデリングの実施
	26 宿題を設定する
	27 問題解決技能訓練
	28 子どもに対するSST
	29 障害を抱える人へのSST
	30 障害者を抱える家族へのSST

百聞は一見に如かずで、本当はセッションをお見せするのが一番伝わると思うのですが、ある日のセッションの一部をご紹介します。

ある時、学生Aさんからが次のような話が出ました。「友だちが何回も同じ話をしている、『あまたか〜』とってしまう。できればもう同じ話をしないしてほしいと言いたい」というものでした。他の参加していた学生Bさんが同様の体験をしたようで、「私は『その話はとってもおもしろいんだけど、その話何回も聞いて飽きちゃったから、話を聞いたことのない人に話すといいよ』と言ったら、他の子に話していました」と提案してくれました。実際どのようにやるかBさんがその場でモデリングをしてくれました。とてもいい感じで相手にも嫌な感じを与えないで済みそうなので、実際Aさんはその場で取り入れて練習してみました。自分一人では考え付かないアイデアが出て、実生活でもぜひやってみたいという感想が出ました。

4. おわりに

今回本学でのSSTの授業の取り組みをご紹介させていただきました。専門職として何か1つの技法をこれだけの時間をかけてじっくり学ぶ機会というのは体験貴重な機会です。そしてこれができるという売りを持っているソーシャルワーカーは、今の福祉現場に求められています。人間力と専門力の両方をこの授業で育成していくことを今後も目指して、魅力ある人材を育成していけたらと思っています。

トラウマへの心理的ケアのために ～「田園調布カウンセリングオフィス」の取り組み～

田園調布カウンセリングオフィス 山本貢司

▽はじめまして

田園調布カウンセリングオフィス（東京都大田区）の山本です。当オフィスは田園調布駅から50m、徒歩30秒ほどのビルの3階にあります。今まで迷われた方がいないほど駅から近い場所にあります。また、田園調布は住宅街ですので、日中でも静かで落ち着いて話ができる環境です。すぐ近くにはお団子屋さんや、野球人の長島茂雄さんご最良の果物店や焼鳥屋があります。



▽どんな方が利用しているの？

当オフィスは、下は10歳から上は70過ぎの方まで、幅広い年代の方に利用して頂いています。相談内容は、うつ病や強迫性障害、パニック障害などの精神科・心療内科的な問題のほか、いじめや不登校、夫婦問題、休職や復職といった職場の問題などがあります。さらに、当オフィスの特色として、幼少期の虐待やネグレクト、事件・事故などのトラウマ体験に対応させて頂いています。オーバードーズ（大量服薬）や自殺企図、性的逸脱などを繰り返す状態、いわゆる人格障害を抱えた方や、フラッシュバックや悪夢、解離など複雑性のトラウマに悩まされた方がいます。

▽どんな方法があるの？

そうした様々な問題に対して、エビデンスが確立している認知行動療法をベースに、EMDR（眼球運動による脱感作と再処理法）やスキーマ療法、自我状態療法など、トラウマに対する有効性の高い技法を用いて、心理カウンセリングをさせて頂

いています。こうした手法を整えた背景には、臨床心理士として精神科や心療内科、復職支援施設など様々な機関で、難治性といわれる方ほど、心理的問題の背景にトラウマを抱えており、それが癒されなければ病気そのものが改善されないことを数多く体験したためです。

▽トラウマと精神疾患の関連は？

トラウマは、圧倒的な脅威にさらされたプロセスにおいて生じる複雑な反応です。例えば、アフリカのサバンナでライオンに襲われたシマウマがいるとします。そのシマウマはライオンに遭遇したときに過覚醒となって動悸が激しくなります。これがパニック障害の身体反応に発展することがあります。

そして、ライオンに襲われる瞬間には、身体が凍り付き、痛みも麻痺する状態となります。これが解離の症状です。そして何も抵抗できずに、ただ相手のなすがままに翻弄されるとき、過覚醒から低覚醒へと急降下して身体が重く、動きにくくなります。この反応がうつ状態を形成することがあります。ストレスにさらされることが繰り返されると、身体には過敏性が形成されて過覚醒と低覚醒の両極端を揺れ動くようになります。この状態が双極性障害Ⅱ型と診断されることもあります。

また、シマウマは何とか生き延びたとしても、身体は生存本能によって警戒状態を維持するため、些細な刺激に対しても怯える反応が生じます。この反応が対人恐怖を引き起こす要因となることがあります。その他、解離のために自己の空虚さや生きている実感の喪失を体験することがあります。身体反応の不安定さを解消するためのオーバードーズや自傷行為、過食嘔吐、安全感を求めて性的逸脱を繰り返すこともあります。

さらには、平常時でも警戒状態を維持するため、心的外傷体験は過去のものとして長期記憶に貯蔵

されず、短期記憶に保持されます。そのため、心的外傷時と類似した刺激があったときに簡単に意識にトラウマ記憶が侵入する、すなわちフラッシュバックが生じます。警戒が解除されやすくなる平穏時にも、警戒状態の維持のためにフラッシュバックが生じます。

最近の知見では、心的外傷体験に伴う解離によって、自己が怒りを背負った部分と、脆弱さを背負った部分に分断されることで、境界性人格障害が形成されるという視点も議論されるようになってきました。

トラウマという視点で様々な疾患を捉え直すことに関するきちんとした調査はありません。私個人の臨床体験においても、臨床現場の性質によって来談されるクライアントさんの特徴に偏りがあった可能性も否定できません。そのため、様々な精神疾患の背景にトラウマがあるという仮説は、あくまでもひとつの仮説として慎重に扱う必要があります。しかしながら、薬物療法のみでは改善が困難な方や、トラウマを仮定していない既存の心理療法で改善の捗々しくない方の場合には、トラウマの存在を予測しながら、心理カウンセリングを進めることは有益であると考えています。



▽どんな雰囲気を進めるの？

1対1の個別カウンセリングの中では、クライアントさんと協力しながら、様々な作業を繰り返していきます。特にトラウマの再体験などを防ぐために、不用意に問題について話し合うことはせずに、心理的な安全を確保しながら進めていきます。そのため、心身のリラクゼーションや、安全の場所のイメージ、グラウンディング、自己共感、自己認証など、細かな安定化方略を実施するため、一直線で問題の究明に向かうことはできません。遠回りするようですが、終わってみるとそれが一番の近道になります。

また、シリアスな話になることが多いので、不

用意にトラウマにアクセスすると、心理カウンセリングが終わってもトラウマの状態が継続してしまう危険性があります。そのため、すぐにプラスの感情に戻ることができるように、ユーモアや多少の雑談を織り交ぜています。自然と明るく柔らかい雰囲気になって、安心したなかでトラウマについて話せるような環境や関係性を会話のベースラインとしています。

また、トラウマそのものを解消するプロセスは決して容易なものではありません。多くの時間と労力を必要とすることが多いです。しかし、絶望的な状況に限界まで耐えた果てに、カウンセリングの場にたどり着くことのできた方には、生き抜く力が備わっています。そうした力を、自分自身を幸福へと導くことに使うことができれば、複雑で容易ならざる心理カウンセリングのプロセスを乗り越えていくことができます。そのために、心理カウンセリングで使用する技法に関わりなく、生き抜く力を発見し、それをサポートするための話し合いを適宜挿入するような対応をしています。その力を自分の為に使えようになった先に、人間本来の自然な感情に気づき、心の芯から幸せを感じられる体験が待っています。当オフィスでは、利用される方に潜んでいる生き抜く力に尊敬と真心を持って接することを、ひとつの信条としています。

▽現在の体制は？

昨年開設したばかりでもあり、雑務に追われる毎日を過ごしています。朝は9時半から夜は8時までカウンセリングをしています。カウンセリングが混み合う日は、1人で運営しているため、なかなか休む暇がありません。しかし、カウンセリングのための部屋は2つあるため、今後は臨床心理士の友人の協力を得て、ゆとりを持った環境のなかで、多くの方に利用してもらえるように体制を整える計画をしています。当オフィスを通して、多くの方のために働かせて頂くことができれば幸いです。ありがとうございました。



障がい者に配慮された環境のサテライトオフィス ～ (株)スタートライン (相模原センター) を訪ねて ～

7月8日に株式会社スタートライン相模原センター(以下、スタートライン)を訪問してきました。スタートラインは障がい者雇用を希望する企業、就労を希望する障がいのある方双方に障がい者雇用に関しての相談や支援、障がい者に配慮した環境のサテライトオフィスの提供・運営を行っている企業です。相模原センターは駅から徒歩20分の場所にあるオフィス。責任者の村上篤史さんにお話を伺ってきました。

サテライトオフィスの目的について

大企業の多くは本社が都市部に集中しているため、障がいのある方を受け入れる設備や環境が整っていない企業は少なくありません。最寄り駅からの通勤経路がバリアフリーではない、テナントビルではバリアフリー設備への改修が容易ではないなどの課題も多く、採用したくても採用できないなどの現状もあります。一方、求人の多い都心部へ通勤が困難だという理由で、就労の機会に恵まれない障がいのある方も数多くいます。スタートラインはそのような企業側や就労を希望している方双方にとって、よりよい環境で働けるように企画・運営をしている企業です。

概要について

相模原センターの概要について村上さんは以下のように説明してくださいました。「相模原センターでは8社の企業が入っています。各企業で雇用されている人数は違いますが、相模原センターでは約40名の障がいのある方が働いていま

す。センターのフロア内には、企業ごとに区分されたオフィスと、誰もが利用出来る休憩スペースやミーティングスペースが設置されています。」

オフィスで配慮されていること

配慮されていると感じたのは、誰にとっても安心して働ける環境作り(多目的トイレ、スライドドア、休憩用簡易ベッドなど)や障がいについて専門の知識のあるスタッフの在中です。仕事の内容については、スタッフが本社に赴き、障がい者の方が行う業務の切り出しからマニュアルの作成までを行っているそうです。本社の方と相談してある程度まで作成し、それをオフィスに持ち帰り、働いている方の障がい特性に合わせてマニュアルを完成させます。その方が持っている力を十分発揮出来るようにマネジメントしているということも配慮点だと思いました。

今後利用したいと考えている企業にアピールをお願いしますと…

村上さんは、「スタートラインでは、利用企業様とのパートナーシップを重要視しつつ、安全かつ責任あるサポート体制を提供させていただいております。設立から現在まで20社以上の利用企業様や、延べ160名以上にもなるメンバーの方への職業生活サポートの実績とノウハウをもとに、採用支援から職場環境整備、メンバー定着支援、本社管理者への障がい知識やカウンセリング技法研修まで、多岐に渡る障がい者雇用のトータルサポートを実現しています。企業様はもちろ

んですが、各学校や医療機関、障がいのある方がご家族にいらっしゃる方などセンター見学は随時受付しておりますのでご興味があればぜひお問い合わせください」とおっしゃっていました。

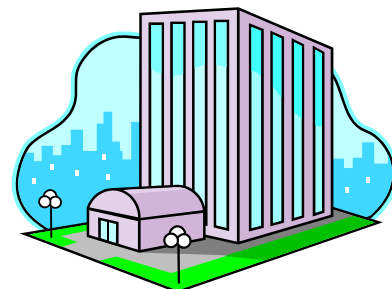
「トライ!」OBのIさんから…

相模原センターのオフィスで1年半働いているIさんにお話を伺ってきました。IさんはYMSNで実施している職業訓練「トライ!」の卒業生。トライを卒業された後マークスタイラー株式会社に入社、現在相模原オフィス（同センター）で働いています。現在月～金曜日（9時～18時）の週5日、40時間勤務されています。お仕事は主に労務関係の書類作成や入力業務をされているとのこと。Iさんの職場はリーダーの職員が1名、障がい者はIさんを含む12名で稼働しています。仕事内容で2班に分かれていて、IさんはA班（労務）の班長を任されています。PCが得意なので、PCを利用した仕事はとても楽しく、毎日充実しているようでした。「トライ!」に通っている時は数時間しか睡眠せずに通う日も多かったのですが、今は生活・睡眠リズムも安定していました。就労したこと、班長になったことで社会人として、リーダーとしての責任感がとても強くなったようです。Iさんから「いつも班員に支えられています」との話を聞き、わずか2年弱で周囲に感謝しながら働いている姿を見ることが出来て嬉しくなりました。その人に合った仕事・環境で就労するということは何よりもその人を健全にするのだなと改めて実感させて頂いた再会でした。

今回訪問させて頂いて印象的だったのは、働いている方の表情がとても明るく、皆さんが気さくに挨拶をしてくれたことです。皆が笑顔で働ける

明るい雰囲気の相模原センターはとても居心地のいいオフィスでした。

（YMSN 吉成広美）





研修報告

若手だからできることを考える ～ 「神奈川若手交流会」をふりかえって ～

上大岡メンタルクリニック 渡部恵梨子

若手会について

昨年(2013年)5月から神奈川県内で精神保健福祉及び社会福祉に従事する20才代を限定としたグループ(以下、若手会)を作った。主な活動内容は、職業リハビリテーションに関する輪読会、社会資源紹介等で月に1回開催している。

若手会の参加者から、東日本大震災の被災地でボランティア活動を行った人の話を聞き、私たちグループでも何か出来ないか話し合った。しかし、実際に被災地で活動するのは、単発的なものになり、福島県で活動されている同世代の支援者とのネットワークづくりやリフレッシュの機会となるように、神奈川県で「交流会」を実施することとなった。

交流会について

実施日:2014年3月22日(土曜日)13:30～17:00

場 所:メンタルネット研修室

参加者:20才代を中心とした、精神保健福祉や社会福祉分野に従事する者13名

参加費:1000円(学生は500円)

※「かな精リハ基金」の助成を受けて開催

交流会は2部構成とし、第1部はふくしま心のケアセンターの精神保健福祉士(以下、PSW)2名を講師として迎え、目の前の利用者さんのために考える～震災の視点から～というテーマで福島県の現状を話して頂いた。第2部は若手だからできることを考えられるように、モヤモヤした

ことや困ったこと、成長できたことなどをグループでディスカッションした。

第1部「目の前の利用者さんのために考える～震災の視点から～」

東日本大震災が起き3年が経過して震災関連死が震災死亡者を超えた福島県でPSWとして活動されている方を講師として招き、交流会を開催したことは大きな意味があった。それは震災や津波の被害に加え、目には見えない放射線に生活の見通しがつかず、多くの人が苦しんでいる現実をソーシャルワークの視点から知れたこと。さらに、福島でソーシャルワークを行う重要性、困難さ、葛藤等を学ぶことが出来た。

実際に体験をされた方の話を直接お聞きし、私が想像していた以上に深刻な状況だったことを痛感した。さらに、福島県でPSWとして活動するということは、公私の関係なく、目の前の困っている人の為に尽くしていたことに、同じソーシャルワーカーとして動けるのだろうか、緊急時に目の前の患者さんのためになにができるのかと不安になった。私だけでなく、多くの参加者がソーシャルワーカーとしての覚悟をしなければならぬと、襟を正して話を聞く思いだった。

さらに、震災3年後にして見えてきた震災関連死をはじめさまざまな問題が浮き彫りになり、今も安定した生活が送れずに苦しんでいる人がいること。それを支援者として、生活者として悩みながら、日々の業務にあたっていることを私たち



は忘れてはいけないと感じた。

講義のなかで「福島のことを忘れないでほしい」と話されていた。正直、神奈川県で生活していると震災のことを過去のことのようになってしまう。今回の交流会を通して、私たちに何ができるのか考え続けなければならないと思った。まずは、神奈川県から福島県へ応援の声を出したい。そして、直接福島県に足を運び、5年、10年後と少なくとも私がPSWと活動し続けている限りは繋がっていきたいと思っている。

第2部「若手だからできることを考える」

さまざまな話があった中、特に印象的だったのは、利用者さんにアドバイスするとき、さらに指導的なアドバイスをするとき、なかなか言いにくいということだった。このテーマで多くの意見交換が行われ、多くの若手が同じような事で戸惑っていたのを実感した。また、1カ月後に新社会人となる若手には、若手支援者としてアドバイスする場面もあり、和やかな雰囲気で行われた。

また、若手だからできることとして、「体力があるので挑戦できる」「失敗できる」「運営よりも対象者のことを考えることができる」などと考える事ができ、また明日から頑張ろうと思えたと思感を頂いた。

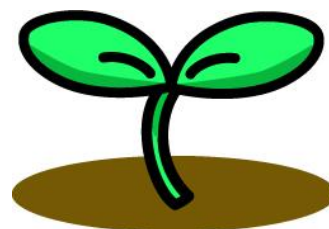
今後の若手会について

私がこの若手会を作った理由は、社会人1年目で研修に参加するのは緊張してしまい、なかなか積極的に参加できなかったからで、「背伸びをせず、肩の力を抜いて」参加できる勉強会にしたいと思っている。

日頃感じている些細なことでも率直に言える同世代の仲間を増やしながらか、細く長く若手会を継続していきたい。さらに、定例の勉強会に加え、

若手会として福島県のPSWとのネットワークを持ち続けられるように活動を頑張っていきたいと考えている。

私自身としては、若手会に参加している社会人1年生の姿をみて、日々の業務に加え、新しいことにもチャレンジしていきたいと思えるようになった。今後も同世代の仲間たちと刺激し合いながら一歩ずつ成長していきたいと思っている。



研修会のお知らせ

■精神保健福祉研修会 参加費1回 500円（年間2,000円）

日時： 偶数月 第2金曜日(全10回) pm. 7:00~8:30

場所： YMSN研修室（上大岡駅 徒歩5分）

内容： 当事者との関わりを再点検する～私の姿勢～

ホームページをご覧ください <http://forest-1.com/ymsn/>

当事者のためのグループ活動のお知らせ

詳細は各支援センターへお尋ねください

就労フォローアップミーティング	YMSN	OB会の開催（不定期）
SST	YMSN(就労者のSST)	毎月第1土曜日 pm. 1:00~2:30
当事者活動	めんちゃれ	就労している当事者活動（年4回）

SST南関東支部 定例研修会

■SST(生活技能訓練)研修会 参加費1回 1,000円（年間8,000円）

日時： 毎月第3木曜日(8月・12月休会 全10回) pm. 7:00~9:00

場所： 横浜市総合保健医療センター 講堂

全体会： 現場で役立つ精神医学のエッセンス

分科会： ①SSTなんでも相談室 ②支援者のためのコミュニケーション
③若年層のコミュニケーション支援

会員について

会員を募集します。YMSNの活動を応援していただける方は会員になってください。(会費 正会員年間5,000円)

会員は、研修会（上記案内）への年間参加費が割引になります。

精神保健福祉研修会（1,000円） SST研修会（3,500円）

会員へは、情報誌が無料配付されます。

正会員5,000円（個人） 賛助会員12,000円（団体）

（正会員・賛助会員にはYMSN情報誌を無料配付）

振込先：郵便振替口座 00250-6-71607

横浜メンタルサービスネットワーク

季刊 YMSN情報誌 Vol. 11 No. 1

YMSN 第41号 2014年7月20日発行

間購読料1,000円（年4回発行）1冊頒価300円

発行：NPO法人 横浜メンタルサービスネットワーク

理事長 鈴木弘美 編集代表 森川充子

〒233-0002 横浜市港南区上大岡西 1-12-3-204

TEL 045-841-2179

FAX 045-841-2189

<http://forest-1.com/YMSN/>

e-mail: YMSN@forest-1.com

印刷：横浜市総合保健医療財団

就労移行支援事業所 港風舎