



マインドファースト通信

マインドファーストは、メンタルヘルスユーザー、家族、市民一般からなるNPO法人で、臨床心理士・精神保健福祉士・看護師・保健師・医師及びその他の支援者の協力のもとに、メンタルヘルスの推進と心のケアシステムの充実に向けて活動を行なっています。

マインドファースト事務局
〒760-0004 香川県高松市
西宝町3丁目7-4
本誌に関するお問合せは下
記へお願いします。
☎09028287021
<http://www.mindfirst.jp>

2015年度

合同ファミリーカウンセラー会議開催

12月13日(日)13:30~15:00, 高松市男女共同参画センター第4会議室において、2015年度マインドファースト合同ファミリーカウンセラー会議が開催されました。これは、毎年、新たに認定されたファミリーカウンセラーも加わって、年一回開催されるものです。今回は、新たに認定された6名のカウンセラーのうち3名のカウンセラーの参加がありました。

はじめに、島津理事長の挨拶とマインドファーストが掲げるビジョンについての説明が行なわれました。

参加者の自己紹介に続いて、以下のとおり議事が進められました。

- ①2015年度の事業説明
- ②ファミリーカウンセラーの役割について
 - ・フォーカス21について
 - ・対面型相談およびグループミーティング「おどりば」と「サバイビング」について
 - ・定例ファミリーカウンセラー会議について
 - ・ピアサポートラインについて
 - ・ピアワークスについて
- ③ファミリーカウンセラーの継続研修について

「家族精神保健相談員養成講座実施要領(抜粋)」および「特定非営利活動法人マインドファースト家族精神保健相談員制度規則」をもとに、ファミリーカウンセラー認定から実務、さらに資格更新とスキルアッププログラムについて解説が行なわれました。また、人材育成の基本的考え方や研修の枠組みに関する説明もあり、研修については、今後ファミリーカウンセラーの要望を踏まえ進めていく方針を確認しました。

引き続き、以下のような点について、質問や意見交換が行なわれました。

- ・調査研究事業「子供の喪失体験」について
- ・スーパービジョンについて
- ・メーリングリストの活用について
- ・定例ファミリーカウンセラー会議の位置づけについて
- ・事業実施のためのワーキンググループや企画会議などについて
- ・「おどりば」の日時と場所について
- ・事業計画の実施圏域について

終わりに、認定NPO法人と寄付金の税制優遇措置の解説と、寄付金キャンペーンのためのワーキンググループメンバーの呼びかけを行ないました。

普及啓発事業

2015年男女共同参画市民フェスティバル パネル展「地域のメンタルヘルスを考えよう」

高松市男女共同参画市民フェスティバルが開催され、11月19日から24日、瓦町FLAG8階市民活動センターのパネル展に出展しました。

今年は「地域のメンタルヘルスを考えよう」というテーマで、当法人のポスターを中心に、セミナーのお知らせ、グループミーティングのご案内、自殺予防や若者のメンタルヘルスの問題についてのファクトシートなどを展示しました。マインドファーストの意味は「なによりもこころ」です。健康上の問題、ストレスで苦しむ人々のメンタルヘルスの問題に役立つことができるように活動しています。当法人の活動が少しでも多くの人に知られることを願っています。(マインドファースト理事 花崎 泉)



技術援助事業

自殺対策研修事業

2015年12月4日(木)、土庄公共職業安定所において、小豆総合事務所保健福祉課主催の自殺対策研修事業が行われ、マインドファーストから講師を派遣し、ハローワーク土庄の職員11名に研修を行ないました。

本事業は、失業者や生活困窮者の相談窓口にもなる関係機関職員が、ゲートキーパーとしてハイリスク者への支援と必要時の連携を行なえるようになること、また、職業人としてハローワーク職員が精神的安定を維持するために、メンタルヘルスの向上を図ることを狙いとしたものです。

当日は、14:15~16:15「自殺ハイリスク者の支援」と題して、以下の事項について解説を行ないました。

- (1)マインドファーストの活動
- (2)自殺を考えている人とその家族や友人のために何ができるか
- (3)若者を自殺から守るために
- (4)若者メンタルヘルスと家族支援、心の危機の相談
- (5)働く人のストレス対処法

講義の後、受講者から出された質問と回答を以下に示しておきます。

質問1:呼吸瞑想を行なうときの呼吸への意識の向け方について

回答1:呼吸は、身体のどこで感じでも構いません。呼吸は自然な生命の営みです。呼吸に任せておきましょう。

質問2:相談をすすめても当人が相談に行かない場合にどうしたらよいか

回答2:誰かのことが気になっている人は、ゲイトキーパーでもあり、キーパーソンとしての役割が取れる人でもありません。まず、気になっている人が相談に行きましょう。

第133回理事会報告

日時:2015年12月7日(月)

19時00分~21時00分

場所:高松市男女共同参画センター 第7会議室

事務連絡並びに報告に関する事項:省略

議事の経過の概要及び議決の結果

第1号議案 認定NPO取得記念関連事業に関する事:別添資料に沿って理事長から進捗状況の説明があった。基調講演講師塚本千秋氏の講演テーマは「安全基地としての家族~若者の支援のための理解~」とし、塚本氏に了解を取ることです承された。また、後援申請については、現在のところ高松市教育委員会とNPO法人子どもの虐待防止ネットワーク・かがわから受諾の回答があったとの報告があった。

第2議案 グループホームネット香川のスーパービジョンに関する事:先のファミリーカウンセラー会議において、当法人が実施しているグループホームネット香川のホームワーカーに対するスーパービジョンが中止になったとの報告があり、先方から追って理事長に連絡があるとのことであるが、釈然としないところもあるため理事長がグループホームネット香川に確認をとることです承された。

第3号議案 ビジョンの作成に関する事:理事長案が示された。出席理事は、理事長案を承諾の方向であるが、今回の理事会の欠席理事3名にも、理事長案について意見を聞くことです承された。なお、ビジョンについては、ホームページでも公表することが了承された。

第4号議案 寄付金の依頼に関する事:寄付金活動については、①キャンペーン用のプロシール、②税制優遇措置の説明文、③お礼文と領収書と更なる寄付の呼びかけ文の作成が必要であることから、寄付金活動プロジェクトチームの立ち上げに向けて、理事長がファミリーカウンセラー並びに会員にも呼びかけてみることです承された。なお、キャンペーンにさいしては、事業との関連性と寄付金のエンドユーザー(最終受益者)を明確にした訴求力の高いものにする事です承された。

第5号議案 次期事務局体制に関する事:理事長から、事務局業務一覧が示された。三好千秋事務局長の退任に伴い、当面の支出行為の遅滞なき実施、業務引き継ぎの手順、後任の人選が課題になるが、まず、理事会において三好事務局長から引き継ぎ業務内容と直近の財務諸表の説明を求めることです承された。また、本件

を主要議題とする理事会を12月14日(月)に開催することです承された。

第6号議案 家族精神保健相談員資格制度施行細則に関する事:花岡理事から、資料を添えて暫定案の説明があった。家族精神保健相談員資格制度規則並びに同細則は、認定ファミリーカウンセラーの資格認定に加え、資格更新とそのための研修制度を定めておく必要性から準備を進めているものである。12月13日の合同ファミリーカウンセラー会議においても、こうした規則の制定を準備していることを説明しておくことです承された。

第7号議案 フォークス21のプロシールの確認と発送に関する事:改訂版同プロシールの確認作業を行なうとともに、当面は手渡しで配付すること、さらに役務費に余裕があれば発送も行なうことです承された。

第8号議案 ピアサポートラインのシフトに関する事:毎水曜日に行われているピアサポートラインのうち、2名で対応のシフト日が、1名のピア相談員で対応可能になったため、もう1名の者は、電話相談終了後のパソコン作業のみをサポートすることです承された。

第9号議案 心の健康オープンセミナーに関する事、第10号議案 理事の名刺作成に関する事、第11号議案 マインドファーストの登録商標に関する事、第12号議案 事業の広告に関する事、第13号議案 ボランティア役務の評価に関する事及び第14号議案 ストレスチェックの義務化を受けた新規事業提案に関する事、以上は審議未了。

編集後記:写真は、2015年度高松市男女共同参画市民フェスティバル・パネル展会場です。パネル展開催中の11月22日(日)正午ごろの光景ですが、人気はなく閑散としています。



会場は、業績低迷により天満屋が撤退した後、この10月に専門店を集めた複合テナントビルとしてリニューアルオープンした瓦町 FLAG8階の市民活動センターです。コンパクトシティ構想と称する小さな街づくりに取り組む中で、ハコモノに公費を投入しても、成果が上がらず失敗と評価される地方都市が、全国的に各地で見られます。中心部の空洞化や人口減少対策として打ち出したものの、郊外への拡散に歯止めがかからず、新たな財政負担になりつつあります。何よりも瓦町 FLAG8階市民活動センターは、駐車場料金の発生、高層階ゆへのアクセスのし難さ、多額の施設利用料の発生など、市民活動団体の活動拠点としては、ユーザーフレンドリーなものとは言えません。昨年度までは、人が行き交う高松市役所1階ロビーで行われていたパネル展ですが、役所のご都合主義に振り回されている感なきにしもあらずです。これも、人を道具のように扱う現政権の人間観の影響だと思いたくはありませんが、活性化を旗印に公費をつぎ込んでハコモノを整備しても、瓦町 FLAG(旗)は、振れども人はそちらへなびかない旗になりかねません。(H)