

## みやぎ生協 福祉活動助成金 助成活動報告書

団体名	一般財団法人メンタルケア協会 宮城事務所	
代表者名	宮城事務所 所長 渡邊 幸子	
連絡先	TEL : 090-4044-9851 FAX : 022-367-5637	E-mail sachiko_style2006@docomo.ne.jp

## 1、助成事業報告

助成を受けた事業名	精神対話士による「ほっ！と相談」（無料相談）
事業の目的	一般財団法人メンタルケア協会認定の心のケアの専門職である宮城県在住の精神対話士が活動の場を宮城県内として、社会や学校、地域や家庭の中で様々な理由から孤独感や挫折感、焦燥感や不安感を感じている方々の心に寄り添い、対象者の生きがいの気組みを作るための心のケアを行うことを目的に設立されました。特に被災地の抱える心の問題に寄り添い、地域に密着した社会貢献活動の展開を目的として活動しています。
事業の具体的内容	仙台市、石巻市、大崎市で1対1の対面相談による心のケア支援活動「ほっ！と相談」（無料相談）を開催しました。 【開催場所及び実施日時】 各日 11:00~15:00 開催 仙台会場:みやぎ NPO プラザ 第一会議室、第二会議室、研修室 (〒983-0851 仙台市宮城野区榴ヶ岡5番地) 令和3年10月9日、12月11日、 令和4年2月19日、3月12日  石巻会場:石巻市医師会 1階会議室、3階和室 (〒986-0826 石巻市鑄銭場1番27号) 令和3年10月9日、12月11日、 令和4年1月8日、3月5日

	<p>大崎会場：株式会社てづくり介護 社会貢献型通所介護事業所『おぢゃっこ倶楽部』、談話室  (〒989-6315 大崎市三本木新沼字中谷地屋敷 79)  令和 4 年 3 月 26 日</p> <p>会場では、3 名から 6 名の精神対話士が対応しました。また、精神保健領域については、担当医師の指導の下に行われました。</p>
<p>活動の開始から完了までの流れ</p>	<p>先ずは事前にチラシの作成と配布を行い、新聞各社（河北新報、読売新聞、朝日新聞、石巻かほく、石巻日日新聞）とラジオ石巻に依頼して周知活動をしました。新型コロナウイルス感染症に関しましては、政府の基本的対処方針に沿って次の対応を徹底いたしました。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 会場出入りの際の手洗、消毒（ハンドジェル、消毒スプレー設置）</li> <li>② 会場内のドア、机、椅子の消毒</li> <li>③ 待機中、相談中ともにマスクを着用</li> <li>④ 相談者とは約 2 メートルの間隔を保ちました。</li> <li>⑤ 部屋の窓、入口の戸を開放し、会場内の換気には十分に配慮いたしました。</li> <li>⑥ 発熱などの症状がある方は、会場への入場をお断りしました。</li> </ol> <p>また、石巻会場では新型コロナウイルス感染症予防対策【チェックリスト】と利用者情報提供書を作成、提出いたしました。</p> <p><b>【当日の活動の流れ】</b></p> <p><b>9 時半 現地集合</b>  会場準備、当日の相談予約者の確認と段取り、前回から引き継いだ問題事項とその対応に関する情報共有</p> <p><b>11 時～15 時 相談の実施</b>  一人当たりの相談時間の目安 80 分  （手の空いている時に各々休息をとる）</p> <p><b>15 時～16 時半 当日の相談に関する振り返りと意見交換</b></p> <p><b>16 時半～17 時 会場の片づけ、掃除、解散</b></p>
<p>活動の成果と教訓</p>	<p>○参加者数（延べ人数）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 仙台会場 35 名</li> <li>② 石巻会場 46 名</li> <li>③ 大崎会場 8 名</li> </ol> <p>本年度も、新型コロナウイルス感染症の予防対策を行いながら、毎回 1 対 1 の対面相談による心のケアを実施いたしました。社会全体では、感染対策としてオンライン化を進める方向にありますが、オンラインでは表情や</p>

	<p>生の感情が伝わりにくく、悩んでいる人の気持ちが理解されにくいというマイナス面があります。「ほっ！と相談」では、辛い気持ちを抱えて苦しんでいる方々に対面による温かな対応を通じてよりよい生活が送れるように、精神的な支援を行いました。2年間のコロナ禍の自粛生活で、人々は我慢を強いられ人との触れ合いが減ったことで、寂しさや不安、孤独感や孤立感を感じてストレスを溜めています。また孤立状態から人に頼ることが出来ずに一人で抱え込んでしまっている方がたくさん見受けられます。当相談会では、対面相談の温かさ、気持ちに寄り添ってもらったときの安心感を大切にして、一人一人が問題に向き合って一歩を踏み出せるように支援してまいりました。皆さん相談後に帰られるときの表情は、肩の力が抜けて一様にほっとした様子が見受けられました。また、オンライン化の推奨により対面による対応を行っている機関が少なくなり、直に会って話ができる貴重な機会だったと感謝されました。孤独孤立状態が広くたくさんの心を蝕んでいることの表れであると思われれます。宮城事務所では、今後もコロナ感染対策を徹底しながら、宮城県にお住いの方々のメンタルヘルス向上のために「ほっ！と相談」の開催を検討しています。</p>
<p>今後の展望など</p>	<p>今後もコロナ禍のみならず自然災害や戦争による社会不安が、人々の暮らしを脅かし多大な影響を与えることが予想され、心を癒して支えていくメンタルケア活動の重要性がさらに叫ばれています。一般財団法人メンタルケア協会宮城事務所では、コロナ感染予防対策を徹底しながら、1対1の対面形式による心のケアを行い、温かな対応と真心の対話で悩んでいる方々の気持ちに寄り添います。そして生きる希望と勇気を与え、これからの人生に生き甲斐を持ち、よりよい生活が送れるように精神的な支援を行い、地域住民の方々の生活の質の向上に貢献いたします。</p>

## 2、助成金使途報告書

### ■ 収入の部

確保した資金内容	金額 (円)	備考
福祉活動助成金	138,000 円	助成対象（会場費、印刷費、交通費、謝金、コロナ対策費、通信費）他に助成金の残金 395 円を文房具に充てました。
精神対話士からの協賛金	246 円	消耗品費
合計	138,246 円	

■ 支出の部

費目	内容	予算額 (円)	実支出額
会場費	仙台会場 (14,400 円/4回) 大崎会場 (3,400 円/1回)	17,800 円	17,800 円
印刷費	チラシ制作費用 (3月「ほっ!と相談」)	1,290 円	1,290 円
交通費	延べ人数 (3,000 円/1人) 仙台会場 : 12人 石巻会場 : 15人 大崎会場 : 6人	99,000 円	99,000 円
謝金	医師指導料 (9回分) 1,000 円/1回	9,000 円	9,000 円
コロナ対策費	非接触型体温計、除菌シート	5,200 円	6,395 円
通信費	切手	5,000 円	4,120 円
消耗品費	文房具	956 円	641 円
合計		138,246 円	138,246 円

\*用紙が足りない場合は他の用紙などで補ってください。

### 3、送付必要書類

- ① 福祉活動助成金 助成活動報告書  
プリントアウトしたものを1部郵送、データもメールでお送りください。
- ② 領収書のコピー (郵送)
- ③ 成果物 (活動の様子がわかる写真、または事業で作成したものを郵送)  
\*写真は郵送とメールで送ってください。



石巻会場



仙台会場



大崎 会場



大崎会場



あんしん あたたか 無料相談

精神対話士による

「生きる支援強化月間」

# ほっ! と相談



## 成人の方

- ◇病気や生活に関する悩み
  - ◇仕事に関する悩み
  - ◇人生や家族、人間関係に関する悩み
- ほか

## 青少年の方

- ◇学校のこと
  - ◇家族のこと
  - ◇友達のこと
  - ◇勉強のこと
  - ◇進路のこと
- ほか

対象：年齢を問わずどなたでも参加できます。

- ・お一人様からお受付いたします。
- ・お気軽にお立ち寄りください。

※守秘義務については万全を期しております

精神対話士は専門的知識と暖かな対話で人を癒す心のケアの専門職です。  
将来の希望や心配事などについて、一歩先への解決に向けてご一緒に考えてまいります。

【お願い】 コロナウイルス感染予防のため

「事前に予約をお願いします。」 「マスクの着用をお願いいたします。」 「発熱などの症状がある方はご遠慮ください。」

## 石巻会場

令和4年3月5日(土)

11:00~15:00

石巻市医師会

石巻市保健相談センター

(JR 石巻駅徒歩3分)

## 仙台会場

令和4年3月12日(土)

11:00~15:00

みやぎNPOプラザ

(JR 仙石線榴ヶ岡駅徒歩7分)

## 大崎会場

令和4年3月26日(土)

11:00~15:00

おぢゃこ倶楽部

(大崎市 三本木)

お問合せ：仙台「ほっ!と相談」実行委員会 090-4882-0692 (鈴木)、石巻・大崎「ほっ!と相談」実行委員会 090-4044-9851 (渡邊)

不在の場合は、メッセージをお残しください 受付時間：10:00~17:00

みやぎ生協福祉活動助成金を

主催：内閣府認可 一般財団法人メンタルケア協会 <https://www.mental-care.jp/>

受けています

あんしん あたたか 無料相談

精神対話士による

# ほっ! と相談



対象・年齢を問わずどなたでも参加できます。

- ・お一人様からお受付いたします。
- ・お気軽にお立ち寄りください。

※守秘義務については万全を期しております。

- \*話し相手を求めているすべての方、そして心の中にあるつらい気持ちをおろしてほっとしたい方
- \*家族やご自身の抱えている病気のために、おそれや不安を感じている方
- \*社会や学校の中で孤立感や挫折感による不安をかかえている方
- \*病人や高齢者の介護に追われて精神的疲労を蓄積されている方
- \*転居や離職によりこれまで培われてきた人間関係が失われ、孤独感や不安感を感じている方

【お願い】新型コロナウイルス感染症予防対策のため

「事前に予約をお願いいたします」「マスクの着用をお願いいたします」「発熱などの症状のある方はご遠慮ください」

精神対話士は専門的知識と温かな対話で人を癒す心のケアの専門職です。

将来の希望や心配事などについて、一歩先への解決に向けて一緒に考えてまいります。

## 石巻会場

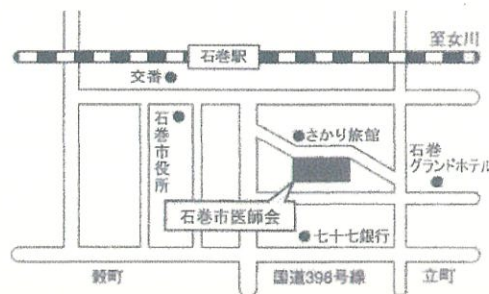
開催日：令和3年6月12日、7月10日、9月11日、10月9日、12月11日

令和4年1月8日、3月5日

時間：11時～15時

場所：石巻市医師会（石巻市保健相談センター）

交通案内：石巻駅から徒歩3分



お問合せ：宮城事務所 090-4044-9851（担当：渡邊） 受付時間：10:00～17:00

不在の場合は、メッセージをお残しください

主催：内閣府認可 一般財団法人メンタルケア協会

<https://www.mental-care.jp/>

みやぎ生協福祉活動助成金を受けています

後援：宮城県 仙台市

あんしん あたたか 無料相談

精神対話士による

ほっ

！

と相談



- \* コロナウイルスによる自粛生活の悩み
- \* 人間関係の悩み
- \* 病気や生活に関する悩み
- \* 仕事や学校に関する悩み
- \* 人生や家族に関する悩み など

対象：年齢を問わずどなたでも参加できます。  
お一人様からお受付いたします。  
お気軽にお立ち寄りください。  
※守秘義務については万全を期しています。

精神対話士は専門的知識と温かな対話で人を癒す心のケアの専門職です。  
将来の希望や心配事などについて、一歩先への解決に向けて一緒に考えてまいります。

日 程：①令和3年 10月 9日（土） ②令和3年 12月 11日（土）

③令和4年 2月 19日（土） ④令和4年 3月 12日（土）

時 間：11：00～15：00（予約制のためご希望の時間を下記連絡先までご連絡下さい。）

場 所：みやぎNPOプラザ 第2会議室

宮城県仙台市宮城野区榴ヶ岡5番地（JR仙石線榴ヶ岡駅下車徒歩7分）

その他：マスク・飲み物をご持参下さい。お越しいただく際は事前に検温のご協力をお願い致します。当日会場では換気等の3密を避ける対策を行っております。

お問合せ：仙台「ほっ！と相談」 実行委員会 090-4882-0692(担当：鈴木) 受付時間：10:00～21:00

事前にお電話での予約が必要となります。不在の場合は、メッセージをお残しください。

主催：内閣府認可 一般財団法人メンタルケア協会

<https://www.mental-care.jp/>

みやぎ生協福祉活動助成金  
を受けています