

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をしています。
事業の具体的内容	仙台市、石巻市、大崎市で1対1の対面形式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。 【開催場所及び開催日時】 各日 11:00～15:00 開催 ○仙台会場：みやぎ NPO プラザ 第二会議室、 第三会議室、研修室 (〒983-0851 仙台市宮城野区榴ヶ岡 5 番地) 令和 4 年 10 月 15 日、12 月 3 日 令和 5 年 2 月 18 日、3 月 19 日 ○石巻会場：石巻市医師会 1 階会議室、2 階問診室、 2 階指導室、3 階和室 (〒986-0826 石巻市鑄銭場 1 番 27 号) 令和 4 年 10 月 8 日、12 月 10 日

	<p>令和5年1月14日、3月4日</p> <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5年3月25日</p> <p>各会場では3名から4名の精神対話士が対応し、精神保健領域については、担当の精神科医師の指導の下に行なわれました。</p>
<p>活動の開始から完了までの流れ</p>	<p>仙台会場と石巻会場で10月から2月までのチラシを作成し、公共の施設やボランティアセンター、各地域の包括センター、調剤薬局、児童館、フリースクール、商店など多くの方の目に触れてご利用いただけるように配置いたしました。また新聞各社（河北新報、朝日新聞、石巻かほく、石巻日日新聞など）やラジオ石巻に情報コーナーで取り上げてもらい、より多くの方々に向けての周知活動をいたしました。</p> <p>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対応を徹底いたしました。それから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し、石巻市健康部健康推進課へ提出いたしました。</p> <p>【当日の活動の流れ】</p> <p>9時半 現地集合 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ついての意見交換並びに情報共有</p> <p>11時～5時 相談の実施 一人当たりの相談時間の目安 80分 (手の空いてる時間に各々昼食をとる)</p> <p>15時～16時半 実施内容についての振り返りと意見交換</p> <p>16時半～17時 会場片付け、掃除、解散</p> <p>※4月、8月、11月、2月の定例会では、全体で意見交換を図り、掘り下げた事例の研究や今後のことについても話し合われた。</p>
<p>活動の成果と教訓</p>	<p>参加者数（延べ人数）</p> <p>○仙台会場 20名 ○石巻会場 29名 ○大崎会場 5名</p>

	<p>昨年度同様、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、1対1の対面形式による無料相談を実施いたしました。1年間を通しては自殺対策強化月間の9月と年明けの1月に7~8人の相談者が訪れ、限られた時間とスペースで、一人平均80分フルに対応いたしました。全体としてはコロナウイルス感染症の拡大も影響し、予約取り消しなどもあり、相談者数は昨年比で4割減でした。相談内容は、DV問題を含む家族間のトラブルが多く、他に職場でのパワハラ問題など深刻なケースが見られました。相談者の方々からは、孤独孤立化の中で自己努力により乗り切ろうと頑張っている様子も伝わってきましたが、孤立化が招く異常な行動が原因で大きなトラブルに発展してしまった例や、ストレスで重篤な病気を発症し心が弱くなっている方など孤独が知らず知らずの間に人々の心に大きな影を落としていることがわかりました。内容の深刻さもあり、一人ひとりに十分時間をかけて丁寧に対応いたしました。また今年度に入って、継続して相談に訪れる方が増え、「ほっ！と相談」を心のより所にしていただいていることが、アンケートなどからもわかりました。私たちの抱える問題は、解決できるものばかりではありませんが、抱えながらも乗り越えて元気に前向きに生きてゆくことが生活の質を高めることにつながります。「ほっ！と相談」の事業が、ひとびとのQOL向上のための一助になったことを活動の成果としてここにご報告いたします。</p>
今後の展望など	<p>それまでは100%持ち出しによる活動で、メンバーの負担が大きく、思うように活動を展開することができませんでした。この3年間みやぎ生協福祉活動助成金の交付をいただくことで、会場費がネックだった仙台会場での開催が可能になり、また遠方から参加しているメンバーの交通費などの負担が大きく軽減されて、活動内容の充実のためにより意欲的に取り組むことが可能になりました。この3年間の実績が評価されて、令和5年度宮城県自死対策強化事業実施のための申請が今度予定されています。これまで以上に周知活動を充実させて、たくさんの方々に気軽にご活用いただきたいと思います。特に9月、3月は自殺対策強化月間になるため、孤独孤立対策の一環として「ほっ！と相談」のご利用を呼び掛けていきたいと思っています。</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	143,000 円	助成対象 (謝金、会場費、交通費、印刷費、コロナ対策費、通信費、消耗品)

		費)
精神対話士からの協賛金	1,098 円	通信費
合計	144,098 円	

■ 支出の部

費目	内容	予算額 (円)	実支出額
会場費	仙台会場 (13,200 円/4回) 大崎会場 (3400 円/1 回) ミーティング会場 (1,800 円/2 回)	21,100 円	18,400 円
印刷費	チラシ制作費用 (「ほっ！ と相談」仙台会場下半期 300 枚と 3 月 1,000 枚)	3,600 円	3,420 円
交通費	延べ人数×3,000 円/1 人 仙台会場：12 人 石巻会場：14 人 大崎会場：4 人	96,000 円	90,000 円
謝金	精神科医師 助成活動指 導料 (1,000 円/1 回) ×9 回	9,000 円	9,000 円
コロナ対策費	アクリル板 (1 枚) 非接触型体温計 (1 つ)	6,000 円	5,978 円
通信費	郵便物、レターパック、 切手シート、ファックス 代金、コピー代	5,000 円	12,380 円
消耗品費	文房具、お茶代	2,300 円	4,920 円
合計		143,000 円	144,098 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。

後援：厚生労働省 文部科学省

「生きる支援強化月間」

宮城県 仙台市 石巻市 大崎市

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



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5年3月4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5年3月19日(日)

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5年3月25日(土)

11:00~15:00

おぢゃっこ倶楽部

(大崎市三本木)

<http://odyakko.net>

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

ほっと
相談



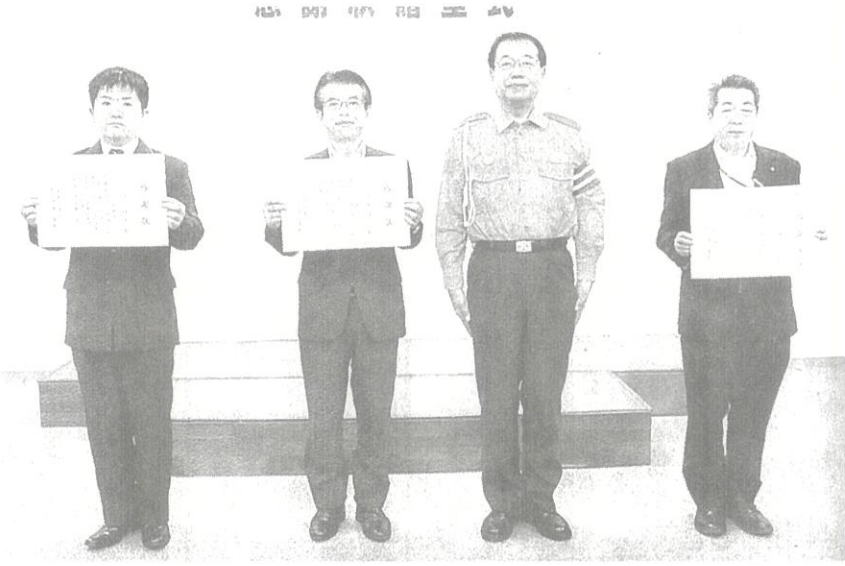
石巻会場



大崎会場

令和4年10月4日 石巻かほく

送金手続きに局員「待った」 特殊詐欺被害未然に



感謝状贈呈式に臨んだ(左から)三浦さん、高橋局長、須藤署長、永沼局長

協大し、送金手続きを中止させて架空請求詐欺を未然に防いだ。三浦さんは「他の郵便局でも同様のことがあったので、もしかしたらと思いをかけた。防止できて良かった」と話した。広瀬郵便局でも同様に8か仕牌、須藤署長は謝状を手渡し、須藤署長は「い防犯意識がだ。これから安全のためにきたい」と感石巻置管内

精神対話士に悩み相談 8日、石巻

一般財団法人メンタルケア協会は8日、「精神対話士による ほっ！と相談」を石巻市鑄銭場の市医師会(市保健相談センター)で開く。

成人は病気や生活、仕事、人生、家族、人間関係に関する悩み、青少年は学校、友達、勉強、進路に関する相談に精神対話士が応じる。年齢を問わず誰でも相談できる。

午前11時〜午後3時。無料。事前予約制。連絡先は石巻「ほっ！と相談」実行委員会の渡辺さん090(4044)98511午前10時〜午後5時。

石巻中央公民館文化祭 8日開幕 団体、サークル ― 活動成果発表

石巻市石巻中央公民館の第59回文化祭が8日、同館で始まる。11月26日までの土日を中心に、同館を拠点に活動するサークルや団体が展示会やコンサートを開く。シャンソンやサークル合同の展示会など日頃の学習成果を幅広く発表する。連絡先は石巻中央公民館0225(22)2970。日程は次の通り。

コンサート

サン

(3日)

- 21 権栄丸 調
- 3 大喜丸 "
- 38 千代丸 07
- 21 三笠丸 07
- 38 広運丸 調
- 11 権栄丸 調
- 3 鹿島丸 "
- 38 福吉丸 "

海外

(3日)

◇大洋工ア

- 1 寿和丸 2日22・05時

(3日)

- 28 亀洋丸 調査中、水22・
- 2 18 亀洋丸 風悪く沖出し中

サンマ

- 15 三笠丸 06・40時大船渡入港
- 2 源栄丸 風悪く調査に終
- 8 千代丸 今朝花咲入港揚

8 大功丸 操業中

7 勝栄丸 入れず

8 明神丸 移動中

85 漁安丸 帰航中

21 磯前丸 76回目再開操業

68 竜丸 操業中

88 福徳丸 "

1 勝栄丸 続航中

88 昭福丸 (2日) 操業中

5 大吉丸 (1日) 操業中

- 87 漁安丸 "
- 58 昭福丸 146回目操業

海のたより 漁業通信

◇福島県漁業無線局 (2日午後4時から3日午後4時まで)

- 1 昭福丸 風悪くも北上中
- 1 月申丸 141回ヨコ蒸巻
- 15 庄光丸 漂泊中
- 3 大喜丸 調査(冬)票

巻 き 網

(3日)

- 31 日東丸 操業終わり広尾向け中
- 18 宮丸 1回目わずか調査中
- 78 光洋丸 調査中
- 6 わかば丸 帰航中
- 38 常磐丸 3回目操業中昨
- 2 回目奮闘
- 18 松友丸 調査中
- 88 明豊丸 "
- 55 岬洋丸 "
- 1 大慶丸 "
- 2 八興丸 "
- 81 源福丸 "
- 35 八興丸 "
- 18 源福丸 "
- 18 常磐丸 南下中
- 8 七羊丸 午0・10寺莊

28 安洋丸 "

11 光洋丸 調査に終わる

63 幸漁丸 昨夜花咲に入り揚げ後発沖へ

1 太幸丸 調査に終わり漂泊中

68 福神丸 06・00時花咲発沖へ

◇福島県漁業無線局

- 1 漁福丸 入れず
- 35 漁福丸 操業中
- 21 太陽丸 帰航中明日早朝マシユロ入る
- 38 漁福丸 操業中

マグロ延縄

(3日)

- 1 寿和丸 2日22・05時

南三陸
いくら

南三陸 水産

TEL.022

T986-0766 宮城県本

れる東北大会には東北
と仙台の2校が出る。
県の代表校が出場を
ためた。

▽決勝
東北学院 2-1 仙

■医療費助成を過払

仙台市は13日、障害者
医療費助成で、1万13
計326万7442円の
があったと発表した。時
を遡って7959人に対し
1人当たり最大8894円
の返納を求める。
医療費の自己負担分を最大で

村田町の高齢者施設で14
人が感染し、クラスター
(感染者集団)と確認され
た。県のまとめでは、確保
病床に104人が入院中
で、うち1人が重症。病床
使用率は17.4%。

令和4年10月14日 朝日新聞

お知らせ

小品盆栽展示会 16日まで、
午前10時〜午後6時(最終日は
午後4時)。仙台市青葉区
カピルグリーンプラザ。五十
鉢を展示。無料。仙台小
品盆栽会・木村さん(090-298
1-3524)。

夢中になれることみつけた
スタンドグラス26人展 14〜16
日、午前10時〜午後5時(最終
日は午後4時)。仙台市青葉区
の宮城県美術館県民ギャラリー
1。無料。作品約300点を展
示。早坂さん(080-522
1-5665)。

■精神対話士による「ほっ!と
相談」 15日午前11時〜午後3
時、仙台市宮城野区のみやぎN
POプラザ。病気や仕事、学校
や進路のことなどの相談に応じ
る。無料。要予約。メンタルケ
ア協会・鈴木さん(090-4
882-0692)。

講演会「心のなかの小さなと
もしび〜岩波少年文庫と私」
15日午後1時半〜3時半、仙台
市若林区のまつお文庫(022
・231-2712)。まつお
文庫開館45周年を記念して編集
者・文筆家の若菜晃子さんの講
演会を開催。事前に申し込み。
定員30人。無料。

中林耳鼻咽喉科
アレルギー科



院長 中林 成一郎

診療時間のご案内

■平日=AM9:00~12:00
PM2:00~6:00

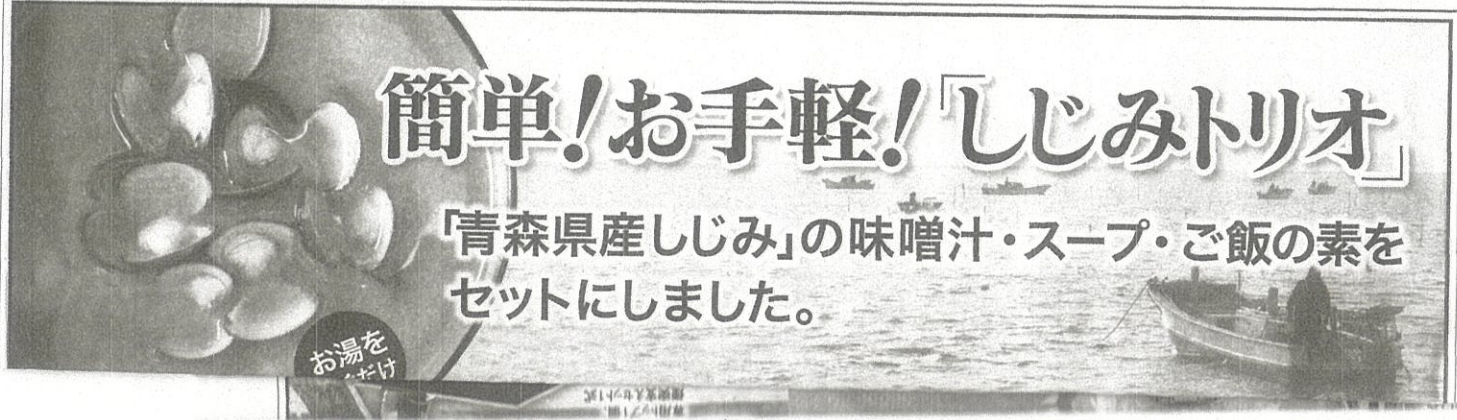
■土=午後休診
休診/
水曜・日曜・祝日

宮城野区鶴ヶ谷七丁目31の6

医院 ☎(251)1761

簡単!お手軽!「しじみトリオ」

「青森県産しじみ」の味噌汁・スープ・ご飯の素を
セットにしました。



お湯を
だけ

環境・自然と調



三面ガラス

ステンレ

APS-4

¥27,3

本体サイズ W

X

煙突径

φ

材質

重量

煙突位置

最大薪長さ

最大熱出力

暖房面積

付属品