

# 2021年度 活動報告書



一般社団法人 福島県精神保健福祉協会  
ふくしま子どもの心のケアセンター



## ▷ 所長挨拶

---

一般社団法人 福島県精神保健福祉協会  
ふくしま子どもの心のケアセンター  
所長 矢部 博興

東日本大震災から 10 年目を迎え、COVID-19 の世界的な感染の拡がりの中の 2021 年 4 月 1 日に、当センターは福島学院大学駅前キャンパスに開設されました。福島県は地震・津波による被害からは立ち直りつつあるものの、原子力発電所事故の災禍に未だに苦しめられております。総理大臣にも提出された国際専門家会議（2014 年）の提言書では、チヨルノービリ（チェルノブイリ）事故後の経過を踏まえ「今後は放射能被曝そのものよりもメンタルヘルスに問題が集約される」と報告されました。被災後 10 年間が大事な児童思春期と重なった福島の子どものたちへの影響は計り知れません。また、長期の避難生活を余儀なくされた母子への影響もあります。2015 年から楡葉町、川俣町、浪江町、飯舘村、2017 年には富岡町と居住制限が段階的に解除され、帰還されたご家族への心の支援が一層必要となっております。

本報告書は、当センターのこの 1 年間の子どもの心のケアの活動をまとめたものです。実は、福島県における子どもの心のケアは、センター開設前の 10 年間、子ども未来局・児童家庭課のふくしま子どもの支援センター事業、教育庁・義務教育課および高校教育課の事業、県の委託を受けた福島県立医大の県民健康調査（こころの健康度・生活習慣に関する調査）の一部、県の障害福祉課の委託を受けた精神保健福祉協会が運営する心のケアセンター事業の一部などが、それぞれ個別に行われて来ましたが、各々の成果は素晴らしかったのですが、密接な協力関係が構築されてはおりませんでした。教育庁・義務教育課からの要望と子ども未来局・児童家庭課からの委託を精神保健福祉協会が受けて当センターが設立され、同じ協会傘下の心のケアセンターや、福島県教育委員会等の関係機関と垣根のない効果的な心の支援が可能となりました。

遂行された本センター事業は以下の 5 つです。（1）乳幼児の発達支援として、避難を余儀なくされた親子に対して医療支援とコンサルテーションを行ってきました。（2）家族支援として、ビーンズや児童発達支援施設と連携してペアレントプログラムなどの保護者支援プログラムを実施し、また県内外で子育ての悩みを共有するママカフェなどの交流会を実施してきました。（3）学校支援として、県教育委員会と連携して、小・中・高校生に対する予防的心理教育プログラムのこころの授業や、児童精神科医、公認心理師による巡回相談、浪江、富岡、双葉などの小・中学校での心の健康相談、被災地の小・中・高校生のアンケート調査を行ってきました。（4）地域支援として、児童関連施設と連携しながらの地域巡回相談、要保護児童対策地域協議会への協力、ふくしま心のケアセンターとの連携支援を行いました。（5）支援者支援として、多職種連携フォーラムなどを行いました。センター職員の不断の努力により、活動は着実に成果を上げております。

前述の国際専門家会議において私は、ベラルーシの子ども達の経験から福島県の心のケア事業は最低 30 年を要すると主張いたしました。つまり、当センターの事業は今から少なくとも 20 年は継続すべきです。皆さまのご理解をどうぞよろしくお願い申し上げます。



# ▷ もくじ

---

<b>センターについて</b> ・・・・・・・・・・・・・・・・	<b>1</b>
(1) 概要	
(2) センター名簿	
<b>I 乳幼児の発達支援</b> ・・・・・・・・・・・・・・・・	<b>3</b>
(1) 震災後の発達の気になる子どもとその保護者への支援	
(2) 地域の母子保健体制整備に関連するサポート	
<b>II 家族支援</b> ・・・・・・・・・・・・・・・・	<b>7</b>
(1) 保護者支援プログラム	
(2) 県内話会（ママカフェ）	
(3) 県外話会・交流会	
<b>III 学校支援</b> ・・・・・・・・・・・・・・・・	<b>11</b>
(1) 心の健康相談会	
(2) こころの授業	
(3) 学校巡回相談	
(4) 心の健康アンケート	
<b>IV 地域支援</b> ・・・・・・・・・・・・・・・・	<b>17</b>
(1) 地域巡回相談	
(2) 要保護児童対策地域協議会	
(3) 関係機関との連携	
(4) ふくしま心のケアセンターとの連携	
(5) その他の地域支援	
<b>V 支援者支援</b> ・・・・・・・・・・・・・・・・	<b>19</b>
(1) 主催研修会	
(2) 他機関研修会への講師派遣	
<b>資料</b> ・・・・・・・・・・・・・・・・	<b>26</b>

## ▷ センターについて

---

### (1) 概要

ふくしま子どもの心のケアセンター（以下、当センター）は福島県より事業委託を受けた一般社団法人 福島県精神保健福祉協会が設置・運営する機関である。福島学院大学、福島県立医科大学と連携しながら、東日本大震災後の福島の子どもたちへの支援活動を行うことを目的として、2021年4月に開設された。

当センターは総合的な子どもの心のケア対策として、さまざまな子どもの問題への支援や、子どもに関わる支援者の人材育成などを行っている。

活動は5つのカテゴリーに分けて実施しており、本報告書では下記のカテゴリーにそって、詳細を報告する。

## I 乳幼児の発達支援

浜通りを中心に、震災後の避難等の影響により支援を必要とする親子について、地域と連携し、医師及び心理士や精神保健福祉士等が早期の発見と支援をサポートする。

## II 家族支援

ペアレント・プログラム等の保護者支援に関するプログラムを実施希望する事業所への講師派遣協力を行う。また、保護者向けのグループや講演会などの協力も行う。

## III 学校支援

避難に該当した地区を対象に、医師及び心理士や精神保健福祉士等が学校と連携して支援を行う。また、県内の小学校から高校までの児童生徒を対象に、メンタルヘルス問題に関する予防的心理教育プログラム（こころの授業）や、学校へ訪問してのコンサルテーション等を実施する。

## IV 地域支援

県内全域を対象に、ふくしま心のケアセンターや地域の支援機関と連携しながら、必要に応じて医療支援や会議等への参加を行う。

## V 支援者支援

子ども支援に関する研修会を主催し、支援者への支援を行う。その他、学校や事業所が企画する研修会への講師派遣を行う。

## (2) センター名簿

2021年度は以下の通りである。

### ①職員一覧

職名	氏名	雇用形態	職種
所長	矢部 博興	非常勤	医師
副所長（総務担当）	本田 邦之	常勤	事務
副所長（調査担当）	鈴木 勝昭	非常勤	医師
副所長（業務担当）	安部 郁子	非常勤	公認心理師
副所長（企画担当）	星野 仁彦	非常勤	医師
広報担当部長	松本 貴智	非常勤	公認心理師
主任事務員	平山 真実	常勤	事務
主任専門員	佐藤 則行	常勤	公認心理師
専門員	川島 慶子	常勤	公認心理師
専門員	本田 智春	常勤	精神保健福祉士
専門員	渡邊 宏周	常勤	公認心理師
専門員	山崎 鞠	常勤	公認心理師

### ②顧問一覧（氏名 50音順）

所属	氏名	職名
弘前大学医学部心理支援科学科	足立 匡基	准教授
福島県立医科大学医学部精神医学講座	板垣 俊太郎	准教授
中部大学現代教育学部	伊藤 大幸	講師
福島県立矢吹病院	井上 祐紀	副院長
大正大学心理社会学部臨床心理学科	内山 登紀夫	教授
福島学院大学大学院心理学研究科	佐藤 佑貴	准教授
愛知東邦大学人間健康学部人間健康学科	高柳 伸哉	准教授
中京大学現代社会学部	辻井 正次	教授
福島県立矢吹病院	照井 稔宏	医員
東京医科大学精神医学分野	榊屋 二郎	准教授
医療創生大学心理学部臨床心理学科	増山 晃大	助教

# ▶ I 乳幼児の発達支援

## (1) 震災後の発達の気になる子どもとその保護者への支援

### ① 事業概要

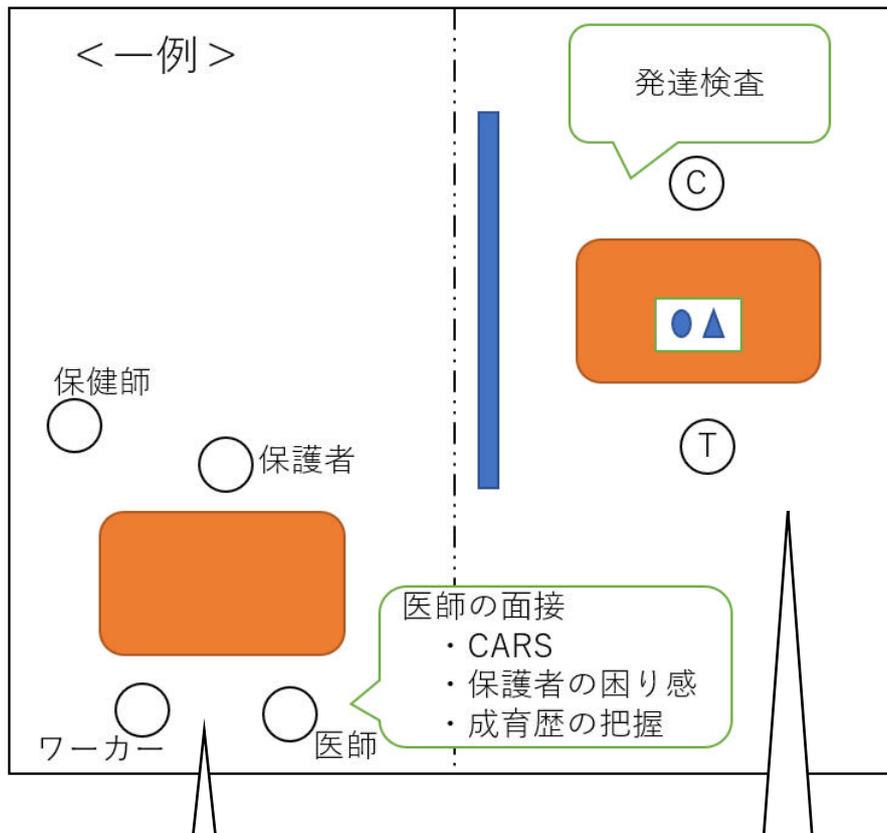
1. 医療支援事業：原発避難の影響を受けた地域における親子のメンタルヘルスに関する診察及び検査を実施し、地域の支援者と連携して支援を行う。医師（児童精神科医）、心理士、精神保健福祉士等の専門職が現地の支援機関に赴き実施する。
2. コンサルテーション：原発避難の影響を受けた地域の保育所・幼稚園・こども園等からの要請を受け、子どもの実態把握を行い、日々の保育や各子どもの発達に関する助言指導を行う。

### ② 医師派遣先一覧及び相談会対象児童数

No.	日付	場所	担当医	対象児童数
1	5/14	富岡町保健センター（医療支援）	内山	1名
2	6/28	広野町保健センター（医療支援） 広野町子ども園（コンサル）	内山	1名 3名
3	7/26	いわき合同庁舎（医療支援）	内山	2名
4	8/26	オンライン（医療支援）	榊屋	1名
5	8/30	檜葉町あおぞらこども園（医療支援）	内山	2名
6	9/3	大熊町役場いわき出張所（医療支援）	内山	2名
7	9/24	オンライン（医療支援）	内山	1名
8	9/27	いわき合同庁舎（医療支援）	内山	2名
9	10/18	富岡町保健センター（医療支援）	内山	2名
10	10/19	富岡町にこにここども園（コンサル）	内山	-
11	11/18	大熊町役場いわき出張所（医療支援）	榊屋	2名
12	11/29	いわき合同庁舎（医療支援）	内山	2名
13	12/9	大熊町役場いわき出張所（医療支援）	榊屋	4名
14	12/10	檜葉町あおぞらこども園（医療支援）	内山	1名
15	1/31	いわき合同庁舎（医療支援）	内山	2名
16	2/15	広野町保健センター（医療支援） 広野町子ども園（コンサル）	内山	1名 3名
17	2/28	いわき合同庁舎（医療支援）	内山	2名
18	3/14	いわき合同庁舎（医療支援）	内山	1名
		計	18回	35名

③ 相談会の様子

・レイアウトイメージ



## (2) 地域の母子保健体制整備に関連するサポート

### ① 事業概要

市町村等が実施する乳幼児健診や相談会等において、被災した乳幼児及びその家族等への心の相談を行う場合に、臨床心理士等の専門職を派遣し支援する。本事業は「特定非営利活動法人ビーンズふくしま」に業務委託し実施している。

### ② 実績（2021年12月末時点）

派遣事業名	回数	派遣人数
1.乳幼児健診への派遣（被災地域への専門職派遣事業）	269回	328名
2.運動遊び教室事業への派遣	22回	61名
3.リフレッシュママクラス事業への派遣	8回	23名
4.心の健康グループミーティング事業への派遣	14回	17名

※回数、派遣人数は全て延べ

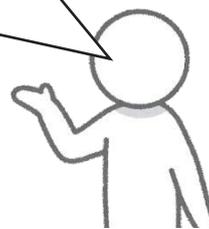
### ③ 専門職派遣事業に関するアンケート調査について

「被災地域への専門職派遣事業」は、当センター設立以前から福島県により実施されていた経緯があり、今年度より当センターの事業として位置づけられた。そこで、「被災地域への専門職派遣事業」について、今後の支援体制整備及び大規模災害時支援のための基礎的資料とすることを目的とし、アンケート調査を実施した。

1. 実施期間：2021年9月7日、メールにて対象者に一斉配布（9月15日締め切り）。  
未回答者に対し2021年9月22日再送（9月末日締め切り）。
2. 対象者：震災後からこれまで専門職派遣事業に登録し、派遣された経験のある専門職で、メールにてアンケートを発送可能な方165名を対象とした。  
内訳は医師2名、心理士81名、保育士等12名、その他専門職70名、計165名であった。
3. 回収率：165名中61名から回答を得た（回収率37%）。
4. 結果：乳幼児健診及び発達支援に関する事業に派遣された専門職への自由記述の結果について、一部抜粋した内容は、次のページのとおりである。

## - 自由記述の結果 -

- ・発達障害についての相談が多い。
- ・保護者と支援者の関係調整や、連携のコーディネートなどの仕事も行っている。
- ・単発での派遣よりも、同じ市町村への連続派遣のほうが、役立てる印象がある。
- ・東日本大震災だけでなく、近年は洪水やコロナの影響で不安を抱きながら子育てをせざるを得ない両親が多いことが非常に気になる。浜通り地域のみではなく、福島県全域にこういった事業が拡大されることを期待する。
- ・保護者の心身の健康を保つ取り組みがもう少し充実すると良いのではと思った。
- ・市町村によって、派遣心理士の活用について、何度も回を重ねることが必要であると感じる時もあった。
- ・相双地区に関しては、まだまだ支援が必要な部分が多いと感じる。
- ・放射能に関する感じ方の違いが人間関係に溝を生むことがあるのだなと思った。同じ沿岸部でも地域の雰囲気の差も少し感じた。
- ・子供の発達については環境的な問題も大きく、様々な職種が関わることも大事で、簡単に解決しにくいものもあると感じた。
- ・子育て中のママ達への悩み相談に参加しましたが、参加されているのはほんの一握りの方だと感じました。家から出られず引きこもっている方もいると思いますので、そういう方への支援も出来ると良いなあと感じました。
- ・父親の育児参加、イクメンとかの言葉がありますが、もっと地域で父親の参加できる場があると良いと思います。



## ▶ II 家族支援

### (1) 保護者支援プログラム

#### ① 事業概要

児童発達支援、放課後等デイサービス等の子ども支援に関わる施設と連携のもと、県内で子育てをすることへの悩みや子どもの発達に不安を抱える保護者等を対象に保護者支援プログラムとして、今年度はペアレント・プログラムについての講師派遣協力を行った。

#### ② ペアレント・プログラムとは？

ペアレント・プログラム（以下、ペアプロ）は、応用行動分析に基づいたプログラムである。子どもや自分自身について「行動」で把握し、良い行動を具体的にほめることを行う。また、母親の子どもへの見方を変えるという認知の変容を重要視している。「障害」という言葉を使用しないこともあり、子育て支援に広く活用が可能である。

実施は1クール6回と終了後3カ月程度後に行われるフォローアップ回の全7回によって構成され、10名程度を目安とした保護者がペアでの話し合いなどに取り組む。

#### ③ 福島県でのこれまでの取り組み

福島県ではペアプロが積極的に実施されてきており、2014年から福島大学子どものメンタルヘルス支援事業推進室が講師派遣の協力を行っていた経緯がある。主体は県、市、事業所など様々な形ではあるが、全てまとめた県内での実施回数を図1に示す。

2021年度より、当センターでも講師派遣協力を開始した。

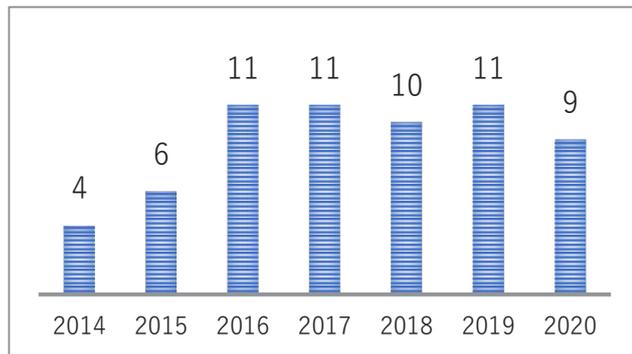


図1 福島大学子どものメンタルヘルス支援事業推進室のペアプロ実施回数

※「福島大学子どものメンタルヘルス支援事業推進室活動報告書 2021.9」のデータを基に作成

#### ④ 2021年度の実績

今年度の派遣実績は4か所（県南、会津、南会津、いわき）であり、それぞれ1クールの実施であった。参加者数（参加申し込みをして、1クール中に1度以上参加した人数）を図2に示す。

図2には、「保護者」と「支援者」の実数を示しているが、これはペアプロが保護者支援の場であると同時に、子ども支援に関わる支援者も参加することで、ペアプロのポイントを理解し、日々の支援のための研鑽の場とする目的も兼ねているためである。

図2を合計すると、ペアプロの参加者は保護者28名、支援者26名であった。

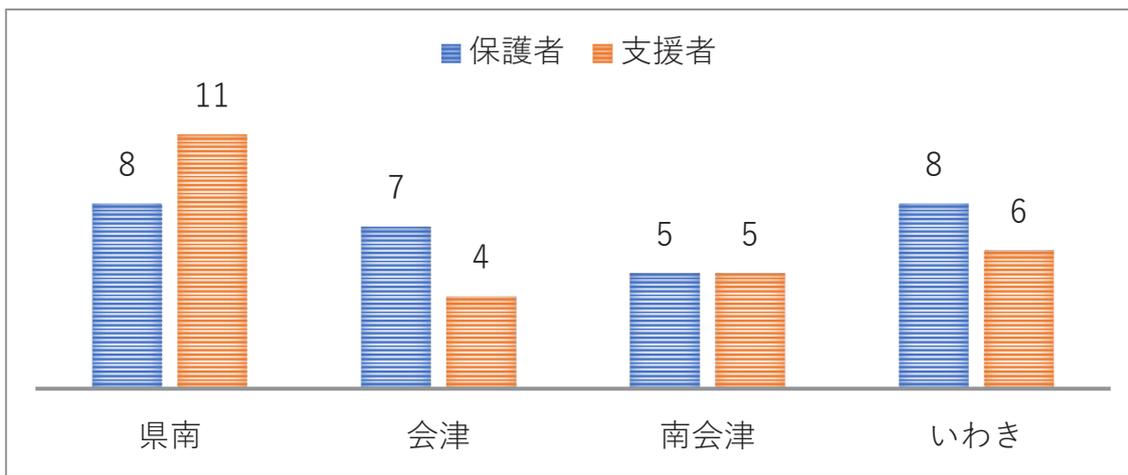
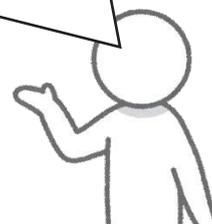


図2 ふくしま子どもの心のケアセンターが講師を務めたペアプロの参加者数（実数）

④ 参加者の感想（一部を抜粋）と実施の様子

- ・今まで怒ってばかりいる子育てに自分を責めて日々悩んでいました。今回参加して、自分と子どものいいところも発見でき、困ったところも、考えを変えればギリギリセーフになることを知りました。ギリギリセーフを普段の生活で発見できるようになり、そこをホめることもできるようになってきて、自分も子どもも変わってきた感じです。
- ・学びを通して、子どもへの関わり方が無理なく楽しみながら改善できたなと感じています。日常に“ほめる”が増えて、娘とぶつかることが減りました。具体的に行動に注目してほめると、伝わり方も違うんだなと実感しました。
- ・ペアプロに参加した時は、とにかく息子の困っているところばかり目についてしまい、何かする度に「またか・・・」と常々頭を悩ませていました。参加し、行動を見てほめましょう！に衝撃を受けました。行動を見ていくと、具体的に子どものよいところがたくさん見えてきました。そして小さなことでも日常的に行動に注目できるようになりました。



## (2) 県内話会（ママカフェ）

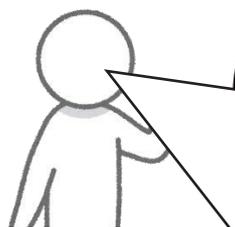
### ① 事業概要

東日本大震災で被災した県内の親子の集いの場として「ママカフェ」を各地域で定期的  
に開催し、子育て支援を行う。母親の仲間づくりや子どもの支援ニーズ把握等の場としての役  
割を担う。本事業は「特定非営利活動法人ビーンズふくしま」に業務委託し実施する。

### ② 実績（2021年12月末時点）

地域	回数	参加者	
		母親	初参加
ママカフェ@ふくしま (会場：復興交流拠点みんなの家セカンド)	6回	24名	8名
ママカフェ@こおりやま (会場：NPO 法人子育て支援コミュニティ プチママン)	7回	16名	7名
ママカフェ@けんなん (会場：マイタウンしらかわ、棚倉町保健センター)	7回	21名	2名
ママカフェ@いわき (会場：Wendy いわき)	3回	13名	5名
ママカフェ@みなみそうま (会場：原町保健センター)	6回	27名	5名
ママカフェ@ふたば (会場：道の駅なみえ、富岡町総合福祉センター)	8回	35名	17名
合計	37回	136名	44名

### ③ 参加者の感想（一部を抜粋）と実施の様子



- ・いろいろな方と触れ合える機会がなかなかないので、貴重な時間でした。(福島市)
- ・この時間が毎回楽しみで、連絡をいただけて嬉しいです。また来ます！(白河市)
- ・なかなか自分の時間が取れないので、とても有意義な時間になりました。コロナはやっていたので、少人数で良かったです。また参加したいです。(福島市)
- ・気軽に話すことができスッキリしました！1人だともりきりでツラかったので。ありがとうございました！(南相馬市)

### (3) 県外話会・交流会

#### ① 事業概要

東日本大震災で被災し、県外に避難し子育てをしている人を対象に、県外での子育てについての思いや悩みなどを共有する集いの場として県外で話会・交流会を開催する。また、連携団体と共に、親子が避難先でも孤立しないよう、相談を受けたり情報提供を行ったりする。本事業は「特定非営利活動法人ビーンズふくしま」に業務委託し実施する。

#### ② 実績

##### 1. 県外交流会（2021年12月末時点）

地域	実施回数	参加人数 (親子計)
山形県：NPO法人やまがた育児サークルランド*	6回	20名
宮城県：一般社団法人マザー・ウイング*	7回	45名
新潟県：NPO法人ヒューマン・エイド22*	6回	54名
埼玉県：ここカフェ@川越	7回	162名
東京都：NPO法人こどもプロジェクト	10回	107名
秋田県：秋田県南連絡協議会	1回	18名
その他団体への協力	7回	240名

\*再委託団体

##### 2. 会議等への参加・協力

参加回数：6回

対象者：234名

#### ③ 参加者の感想（一部を抜粋）と実施の様子

- ・福島の今の情報を知ることができました。今回はコロナでオンラインでしたが来年は福島から来てもらいたいです。(秋田県)
- ・ここでは安心して福島のことを話すことができるので毎月の「きびたん's」を楽しみに育児を頑張ってます！(仙台市)
- ・みんなの前ではできない話も個別相談の時間に話せてありがたいです。(新潟県)
- ・自分だけじゃないとわかり気持ちが軽くなりました。(埼玉県)



## ▶ III 学校支援

### (1) 心の健康相談会

#### ① 事業概要

原発事故の原発避難の影響を受けた地域に所在する学校を対象として、在籍する児童生徒への支援を行う。

児童生徒に関する学校からの情報や、心の健康アンケートで得られた結果をふまえながら、医師（児童精神科医）と心理士による個別の全員面談を実施する。その中で語られた児童生徒の感じている不安や心配に関して対処法などの助言を行うとともに学校と共有を図り児童生徒支援の充実を図る。

#### ② 実績

表 該当校での実施概要

校種	児童生徒数			実施 日数	スタッフ数		
	小学生	中学生	合計		医師	心理士	精神保健 福祉士
A校	5名	4名	9名	1日	3名	4名	1名
B校	32名	18名	50名	3日	13名	11名	1名

今年度の心の健康相談会の実施日数はA校が1日、B校が3日の計4日間実施された。なお、当日派遣されたスタッフの人数は、A校に医師3名、心理士4名、精神保健福祉士1名であり、B校には計3日間のうち、医師13名、心理士11名、精神保健福祉士1名が派遣された。県外の医師にも協力いただいたため、児童生徒との面談、および学校との共有に関して、今年度はZoomを用いて実施することもあった。

#### ③ 実施時の様子

当日は、各ブースに児童生徒を振り分け、医師と心理士がペアになって面談にあたり、面談実施中の学校側との調整は、主に精神保健福祉士が行った。

面談終了後は、医師と心理士の各ペアより、担当した児童生徒の見立てを学校と共有した。共有の際、各学年の担任の先生や、管理職の先生から、児童生徒の様子や関わり方について具体的な質問もあげられた。学校の先生と、医師、心理士、精神保健福祉士といった専門職が協力し合いながら、避難地区該当学校の児童生徒の心配事や対処法をその場で共有する機会となった。

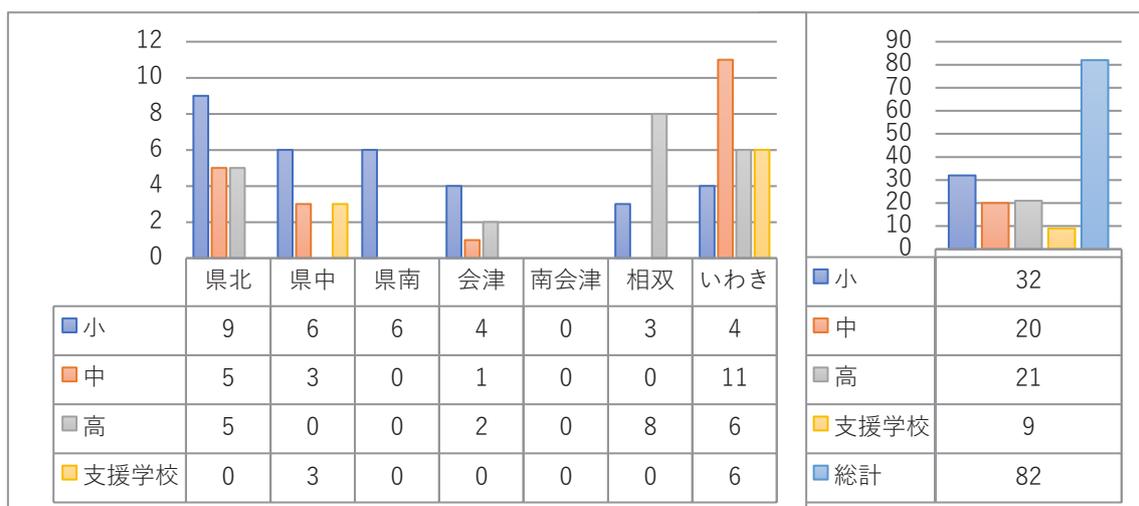
## (2) こころの授業

### ① 事業概要

県教育委員会の協力のもと、県内全域の小学校から高校までの児童生徒を対象として、メンタルヘルスに関する予防的心理教育プログラム（以下、こころの授業）を行う。授業の申し込みがあった学校へ当センタースタッフが訪問し、こころの授業を児童生徒に向けて実施する。

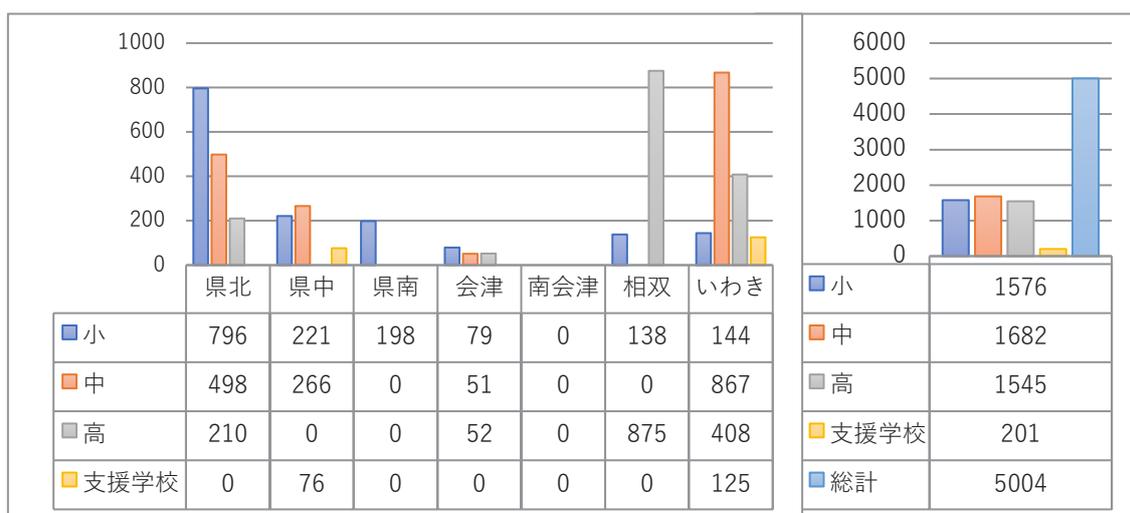
### ② 実績（2022/3/31 時点）

<訪問回数>



2021年度は小学校に32回、中学校に20回、高等学校に21回、支援学校に9回、合計で82回（全て延べ回数）、こころの授業を実施した。

<対象者数>



2021年度は小学校1576名、中学校1682名、高等学校1545名、支援学校201名、合計で5004名（全て延べ人数）の児童生徒がこころの授業を受講した。

### ③ こころの授業の各ユニット

こころの授業では、現在3つのUnitを作成・実施している。小学生向けのワークシートと、中高生向けのワークシートと分かれており、表現などは変更しているが、各Unitで扱うポイントはおおむね共通している。それぞれの内容を以下に記載し、2021年度に受講した児童生徒の感想の一部を紹介する。

#### ▷ Unit.1：自己肯定感を高めることやストレス対処行動の獲得

##### ○ 自己肯定感を高める

まずは自分のいいところに目を向けるために、いいところとはどのようなところかを考える時間を与える。その際、いいところを見つけるためには他者と比較するのではなく、いつもの生活でできている大切な行動（適応行動）に目を向けさせる。自身の適応行動をワークシートに書き出し、グループワークを通して数を増やしていくことで、普段から自分は大切な行動ができていることを認識できるように促していく。

##### ○ 気持ちの切り替え方を学ぶ

落ち込みや悲しいなどの感情が続く際に、自分で気持ちを切り替えられることを知り、そのための心のチャンネル探しをワークを通じて実践する。

##### ○ 心を楽にする方法

自分でできるリラックス法の練習や、周りの大人や友達に相談することの大切さを確認する。

##### ・感想①（小学4年生）

自分のいいところを見つける時は、相手とくらべなければいっぱいできてくることが分かりました。

##### ・感想②（中学2年生）

他人より優れていなくても、自分が長所だと思っているのなら、それで良いのだなと思えました。また、こんなにも自分の行動を振り返ることが今までなかったので、楽しかったです。

##### ・感想③（高校1年生）

自分のいいところは何かと聞かれると、つい人と比較して考えてしまっていたが、授業を通して、適応行動が自分のいいところになるのだと知ることができて良かったです。

##### ・感想④（支援学校中学部3年生）

自分のいいところがいっぱいありました。



▷ Unit.2：怒りの気持ちの調節とアサーションスキルの獲得

○ 怒りの気持ちに気づく

日常生活で起こりうる怒りを感じやすい場面で、自分がどれくらい怒りを感じるかを点数化する。また、集団実施することで同じ場面でも他者と自分は怒りの点数が違うことを確認し合い、自他の感じ方は違っていいことを保証する。

○ アサーティブな表現を考える

気持ちの伝え方の各パターンの特徴と、具体的な場面を提示して各パターンがどのような対応になるかを学ぶ。特徴を理解したら、実際に自分が言えそうなアサーティブなセリフを考え、グループワークを通して共有し合う。

○ 気持ちを落ち着かせる方法

強い怒りが沸き起こっているときの、クールダウンの方法を学ぶ。

・感想①（小学6年生）

この授業で自分も相手も傷つけない言い方を学んだので、これから先、イライラすることがあったら、落ち着いて相手への言い方を考えていきたいです。

・感想②（中学3年生）

私は自分の意見を伝えることが今まであまりできていませんでした。これからはアサーティブな言い方で友達と付き合っていけるようにしようと思います。

・感想③（高校2年生）

物事に対する怒りの強さが人によって違うことが分かりました。自分の気持ちと相手の気持ちを考えて、アサーティブな話し合いで、問題解決ができたらいいなと思いました。



▷ Unit.3：考え方のクセに気づき、考えの幅を広げる

○ 感情と考えの結びつきを理解する

不安や悲しみなどの感情を抱きやすい場面の例を通して、人によって同じ場面でも違う感情が起こることを確認する。また、感情の背景にはそれぞれの考え方が結びついていることに注目する。

○ 考え方のクセに注目する

考え方のクセの種類について知り、自分に当てはまる考え方のクセがないかを、チェックシートを用いて確認する。

○ 別の考え方の練習をする

考え方のクセに気づいたら、それに振り回されずに距離を置いて別の考え方をするための練習をする。グループワークも取り入れ、様々な考え方に触れる機会とする。



・感想①（小学5年生）

クセモン（考え方のクセをキャラクターイメージ化したもの）たちが自分の心にメッセージを送っていることが分かったので、落ち込んだりしたときは、クセモンたちのメッセージを変えてみたい。

・感想②（中学1年生）

考え方にはクセがあるということを知ることが出来ました。これからは1つの考え方や気持ちにとらわれずに、たくさんの考え方や気持ちに気づいていきたいと思いました。

・感想③（高校3年生）

今回の授業で感情には考え方が関係していることを学び、自分の考え方のクセに気づいて、考え方を換えれば気持ちが楽になると思いました。

④ 授業時の様子



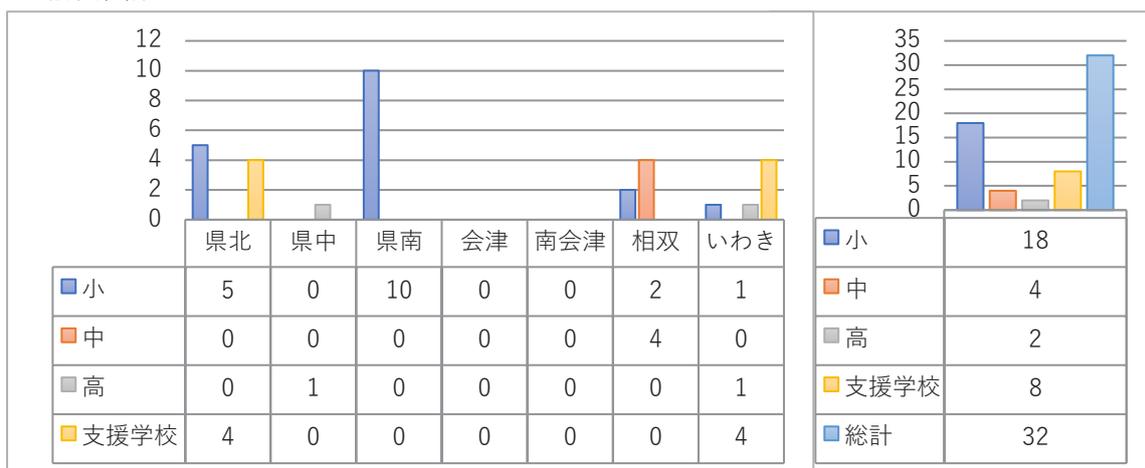
### (3) 学校巡回相談

#### ① 事業概要

申し込みがあった県内の学校に、内容に応じて医師、心理士、精神保健福祉士が訪問し、対象児童生徒やその保護者との面談、授業観察、心理アセスメント（心理検査）等を行う。また、必要な支援について教職員とのコンサルテーションを実施する。

#### ② 実績（2022/3/31 時点）

<訪問回数>



2021年度は小学校に18回、中学校に4回、高等学校に2回、支援学校に8回、合計で32回（全て延べ回数）、巡回相談を実施した。

#### ③ 学校巡回相談の様子

2021年度は原発避難の影響を受けた地域の学校も含めて、医師、心理士、精神保健福祉士がチームとなって訪問する学校もあった。

避難該当地域にある学校での巡回相談では、帰還後、気になる児童生徒の行動観察や、児童生徒との面談、学校の先生方やスクールソーシャルワーカーとの情報共有、およびコンサルテーションが主な内容となり、ケースによっては児童生徒の保護者への面談も行った。一例をあげれば、落ち着かない子どもへの関わり方に悩んでいる保護者に対して、学校生活の状況と巡回相談での見立ての共有を行い、医療機関につながる必要性等について検討した。

### (4) 心の健康アンケート

学校法人梅村学園中京大学に委託し、福島県教育委員会の協力のもと、被災による児童生徒への教育的・臨床的支援を目的として、9月に心の健康アンケートを行った。

各学校に配布されているタブレットを活用し、QRを読み取りWeb上フォームによって回答を得る形式とした。

## ▶ IV 地域支援

---

### (1) 地域巡回相談

#### ① 事業概要

県内の子どもに関わる施設と連携し、行動観察やコンサルテーション、保護者との面接などを通して地域での巡回相談を実施する。(※学校に関する巡回相談は「III 学校支援」を参照)

#### ② 実績

- ・ 幼稚園・保育所等への巡回相談：15回
- ・ 行政相談会への協力：8回
- ・ 乳幼児健診での相談業務協力：1回
- ・ 福祉領域での相談業務協力：3回

#### ③ 実施の様子

福島県沿岸部(相双)の保育所等への巡回相談会の場合、年少児から年長児までの子どもについて市の健診情報と園で気になる子どもの情報を事前に資料として確認した上で、園内にて行動観察を行う。その結果を踏まえ、担任及び園長・主任等に、各対象として挙げられた子どもへの対応の工夫や支援等について助言する。

主に発達の偏りや遅れのある子どもが多いが、肢体不自由、染色体異常など、障害種は多岐に渡ることもある。また、養育に係る問題を抱える家庭についての相談もある。

支援方針を検討するにあたり、何をどのようにアセスメントするか、子どもが安全で快適に生活することが出来ることが目的となる視点等、教材の工夫や教室のレイアウト、集団活動における配慮など、各子どもに合わせて支援方針を検討する。

### (2) 要保護児童対策地域協議会

#### ① 事業概要

震災後に虐待件数が増加している現状を踏まえ、県内の要保護児童対策地域協議会からの依頼を受けて協議会への参加等の協力を行う。

#### ② 実績

参加回数：7回

### (3) 関係機関との連携

#### ① 事業概要

県内の支援のためのネットワークを構築するため、福島の復興支援に関わる情報交換会や会議等への参加を行う。

#### ② 実績

- ・ふくしま広域心のケアねっとコア会議への参加：4回
- ・ふくしま連携復興センターとの情報交換：2回
- ・福島県避難者支援課との情報交換：1回
- ・福島県障がい福祉課との情報交換：1回
- ・本宮市教育委員会との情報交換：1回
- ・第18回山形・福島・新潟・宮城避難者支援研修交流会への参加：1回

### (4) ふくしま心のケアセンターとの連携

#### ① 事業概要

ふくしま心のケアセンターとの定期的なケース検討会等を開催し、県内の子どもと保護者への支援をスムーズに行うためのネットワークを構築する。

#### ② 実績

- ・月例会議への参加：10回
- ・こころと子どもの連携WEB相談：3回
- ・支援事例のカンファレンス：1回（県中・県南方部センター）
- ・事例検討会への出席：1回（ふたば出張所）
- ・当センター主催研修会（子どものための心理的応急処置研修会2021）への講師派遣依頼：1回（県北方部センター：松田聡一郎氏）

### (5) その他の地域支援

#### ① 事業概要

県内の子ども支援に関わる支援者の希望のもと、個別スーパーバイズや、各種事業への参加・見学（子どもの発達支援への医師の陪席など）を通して、支援者の研鑽の機会を作る。

#### ② 実績

- ・乳幼児の発達支援への陪席：5名
- ・ケースに関する個別SV：15回

## ▷ V 支援者支援

### (1) 主催研修会

子ども支援を行っている支援者に対し、スキルアップや指導者の育成を目的とした研修会を開催する。

#### ① 県外支援者研修会（2回）

- ・ 第一回参加者：14名
- ・ 第二回参加者：15名

県外避難者を支援している団体（話会・交流会や相談会の開催等）との連携や、支援者のスキルアップを目的として研修会（会議）を開催。

第一回は各団体のこれまでの委託事業の経過と現状についての報告、県外避難者・支援者のニーズの把握、センターの事業説明を行い今後の連携について意見交換を行った。

第二回は、第一回での話し合いの内容を受けて、支援者が発達や養護性の観点から「気になる子の理解と支援」に関する児童精神科医の講義と、現在の福島県の状況について県の担当課からの報告、各団体と意見交換を行った。

※オンライン（Zoom）で開催。

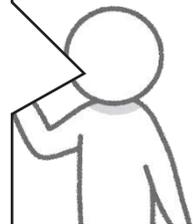
#### ② 子どもの運動遊び支援者スキルアップ研修会

- ・ 参加者：14名
- ・ 会場：相馬市総合福祉センター（はまなす館）

幼稚園教諭、保育士、子育て支援センター職員等を対象に、支援者のスキルアップを図ることを目的として開催。乳幼児期における「運動」「運動遊び」の必要性を学び、室内や親子で行う運動遊びについて実技を通して学んだ。一つひとつの動きの目的や、動きを通して見えてくる発達状況の確認、運動が嫌いにならない言葉かけの工夫、コロナ禍における運動遊びでのソーシャルディスタンスなど、すぐに実践できる内容であった。

- ・ 講師の先生がパワフルで、楽しく参加できました。コロナ禍で、子ども達の遊びも制限があるなか、こうした運動遊びは勉強になりました。
- ・ 人の体のこと、使い方についてから、ものを使った様々な遊びをたくさん教えていただき、すぐに園で実践できるものばかりでした。子どもも楽しめて、保育者も楽しめるものばかりなので、それがまたもっともっとやりたいという言葉に繋がると改めて研修を受け、感じる事ができたと思います！

【参加者の感想】





### ③ CAP スペシャリスト養成講座（5日）

- ・基礎編参加者：実人数 16 名（延べ 46 名）
- ・実践編参加者：実人数 18 名（延べ 35 名）
- ・会場：福島市市民活動サポートセンター

子どもに関わる全てのおとなを対象に、暴力防止の専門家（CAP スペシャリスト）を養成することを目的として、一般社団法人 J-CAPTA と共催で開催。児童虐待の歴史や関連法律、子どもの人権について学ぶとともに、地域で行われているワークショップの目的や流れを学んだ。実践編では児童相談所の役割と機能についての講義を受け、地域で行われているワークショップの演習を行った。

#### 【参加者の感想】



・子どもの暴力について、ここまで深く考えたことがなかったので、考え・行動するきっかけになったと思う。得た知識を今後しっかりと自分のものにし生活の中で活かしていきたいと思った。

・コロナ禍の中、今回のような企画をしていただきありがとうございます。子どもも保護者も支援を必要とする方がたくさんいるので、ケアセンターの活動が広く認知され、団体とその活動が身近に感じられるようになることを願います。



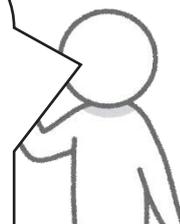
#### ④子どものための心理的応急処置研修会 2021

- ・参加者：19名
- ・会場：会津若松市北会津支所（ピカリンホール）

子どもの支援、子育て支援に携わっている方を対象に、人材育成を目的として開催。公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン協力のもと、地震や事故などの危機的な出来事に直面した子どもたちのこころを傷つけずに対応するためのスキル（支援者が共通して身につけておくべき心構えと対応）について学んだ。

#### 【参加者の感想】

- ・一方的な講義だけではなく、自分で考えて動く研修なので、やった！という充実感があつた。ロールプレイをすることで、グループの団結力が深まった。やって良かった。
- ・具体的な内容でわかりやすかったです。子どもはいろいろな反応を示すことがわかりました。トライアングレーションのテクニックをつかってみたいと思いました。
- ・PFAについて詳しく学ぶことができました。実際にロールプレイを行うことでどのような言葉かけが大切なのかを身をもって体験することができて良かったです。

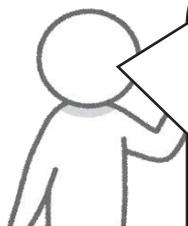


#### ⑤子どもの支援・多職種連携フォーラム

- ・参加者：16名
- ・会場：南相馬市鹿島農村環境改善センター（万葉ふれあいセンター）

福島県の子どもに関わる医療・保健・福祉・教育等の支援者と、福島県の復興支援に関心のある大学生・大学院生を対象に、子どもに関わる多職種支援者の連携を図ることを目的として開催。「学習指導上の課題へのチーム支援」について事例検討会、「発達障がいの子どものアセスメントと支援」について講演会を行った。それぞれの職種や立場による視点の違いから様々な意見があがり、全体で共有することができた。

【参加者の感想】



- ・研修名のように、多職種の方々と同じ事例についての意見をお聞きすることができ、大変参考になりました。講演も、今、直面している仕事上の問題に対して大変参考になりました。
- ・事例検討会では他職種の意見をたくさん伺うことができとても勉強になった。合理的配慮とは何かをケース会議で話し合ってみるとまた違った方向にケースが進んでいくのかと思った。
- ・事例の視点について、教員以外の職種からの視点は大変参考になった。



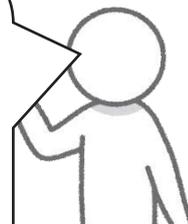
⑥「親と子どものふくふくトレーニング」トレーナー養成研修

- ・参加者：11名
- ・会場：福島県男女共生センター

行動療法の理論背景をもとに、子どもの問題行動を減らし、望ましい行動を効果的に身につけられるスキルを体得するプログラムを体験を通して学び、養育者や子どもに関わる仕事をしている支援者に伝えるトレーナーを養成することを目的として開催。各セッションについて、講義とロールプレイを通して最終日にはトレーナーとして模擬セッションを行った。

【参加者の感想】

- ・自分自身の支援の処遇を見直す機会になりました。
- ・とても濃い3日間でした！講義を受ける側でもロールプレイで難しいなあと思いましたが、トレーナー役もとても難しかったです。繰り返し体験（実践）して身につけていこうと思います。このエッセンスを実務に活かしていきたいです。
- ・今回学んだことを保護者とやってみながら、家族が地域で生活できるように考えていきたいです。

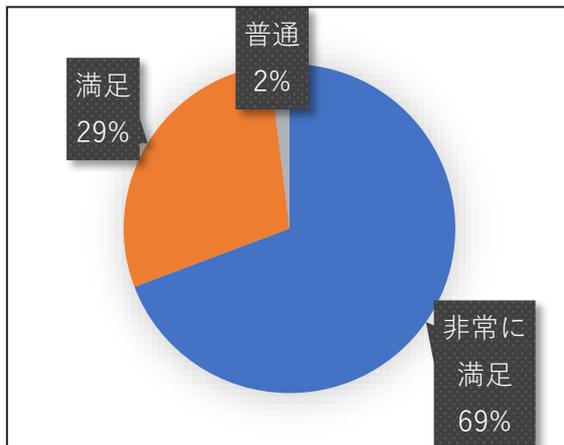




⑦ 主催研修会全体のアンケート結果

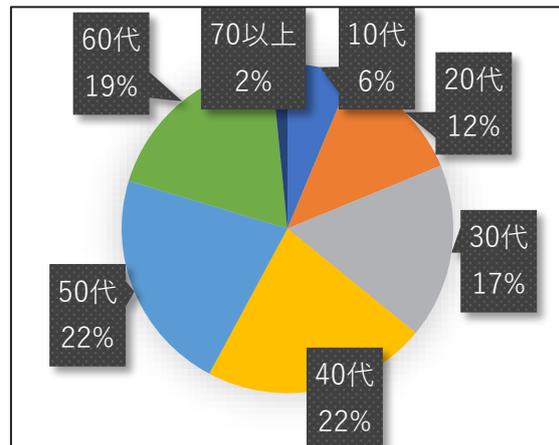
研修会終了後にアンケートを実施し、123名の参加者のうち、61名の回答があった（回収率50%）。結果は以下のとおりである。

◆参加者の満足度



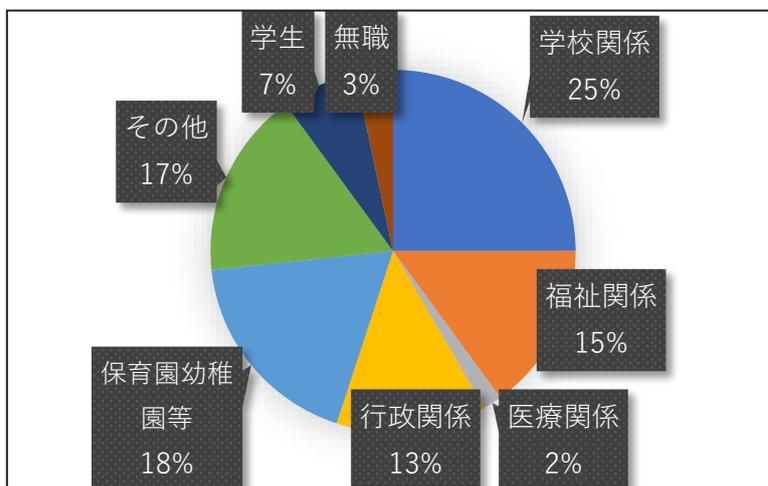
「非常に満足」・「満足」を合わせると98%となった。

◆参加者の年代



「40代」、「50代」が22%、「60代」が19%、「30代」が17%と、幅広い年代が研修に参加していた。

◆参加者の業種



「学校関係者」25%、「保育園幼稚園等」18%、「福祉関係」15%、「行政関係」13%の順であり、様々な職種・領域の方々が参加していた。

## (2) 他機関研修会への講師派遣

他機関から、当センターに講演会・研修会の講師依頼があり下記の通り実施した。

No.	年	月	日	主催	対象	担当	演題・内容
1	2021	7	28	福島県社会福祉協議会	支援者	佐藤	子どものメンタルヘルスについて
2	2021	7	29	いわき地区特別支援教育研究会教育セミナー（福島県立平支援学校）	教職員	佐藤 渡邊	子ども自身が良いところを見つけたり、感情のコントロールをしたりするための支援方法を知ろう
3	2021	7	30	南達方部特別支援教育研修会	教職員	佐藤	児童生徒や保護者の支援に生かすペアレント・プログラムのポイント
4	2021	8	18	福島市養護教諭部会	教職員	渡邊	コロナ禍で不安を感じている子ども・教職員への関わり方
5	2021	9	28	福島県立白河実業高等学校	教職員	佐藤 渡邊	感情をコントロールする・考え方の幅を広げる
6	2021	10	13	福島福祉施設協会 清水児童センター	職員	川島	発達の偏りや遅れのあるお子さんへの支援～冰山モデルから考える～
7	2021	10	20	国立障害者リハビリテーションセンター	支援者	内山 柊屋 川島	事例検討（グループワーク）
8	2021	10	21	会津若松市子どもの発達障害研修会	支援者	川島	子どもの気になる行動と対応について
9	2021	10	28	川俣町 PTA 連絡協議会	教員 保護者	佐藤	子どものメンタルヘルス支援のために大人が大切にしたいポイントーこころの授業の実践を通してー
10	2021	11	9	伊達市立保原小学校	教職員	佐藤	予防的心理教育プログラム
11	2021	11	10	福島市養護教諭部会	教職員	渡邊	アンガーマネジメント 子どもにできること・大人にできること（※オンライン）
12	2021	11	17	福島県立四倉高等学校	教職員	佐藤	予防的心理教育プログラム「こころの授業」について
13	2021	11	25	白河市立大信中学校	教職員	渡邊	予防的心理教育「こころの授業」について 主に自己肯定感について

No.	年	月	日	主催	対象	担当	演題・内容
14	2021	11	24	福島県警少年女性安全対策課	支援者	佐藤	福島の子どもたちの現状と自己肯定感について
15	2021	12	1	福島県立平支援学校	教職員	佐藤	子ども自身が良いところを見つけたり、感情のコントロールをしたりするための支援方法を知ろう
16	2021	12	2	福島県会津保健福祉事務所	支援者	川島	発達障害のある子どもの家族への支援～支援者と保護者のパートナーシップを高めるために～
17	2021	12	8	福島県立須賀川支援学校郡山校 PTA 研修会	教職員 保護者	渡邊	家庭と学校における児童生徒への心のケア～行動や自己肯定感に注目して～
18	2021	12	14	福島県子育て支援課	支援者	川島	発達の偏りや遅れが気になるお子様や保護者への関わり方について
19	2021	12	20	大熊町役場	支援者	川島	健診後のフォロー等に関する事例検討会
20	2021	12	21	南相馬市こども総合相談室	支援者	川島	発達障がいの特徴に応じた園での対応
21	2021	12	23	いわき市立小名浜第二中学校	教職員	佐藤	心の健康教育や支援の実際－こころの授業のポイントを通して
22	2022	1	27	福島市立庭坂小学校	教職員	渡邊	アンガーマネジメントについて
23	2022	2	8	白河市立大屋小学校	教職員	渡邊	福島の子どもたちの現状と自己肯定感について
24	2022	2	9	福島大学附属小学校	教職員 保護者	佐藤	子どもの行動に注目しほめるポイントを見つけよう（※オンライン）
25	2022	2	10	須賀川市立第二小学校	教職員	佐藤	予防的心理教育プログラム－こころの授業－
26	2022	3	13	福島県教育カウンセラー協会	支援者	佐藤	ふくしま子どもの心のケアセンターの取組を通して
27	2022	3	24	福島子どものこころと未来を育む会	支援者	佐藤	こころの授業について

# 資料

・ふくしま子どもの心のケアセンター：リーフレット

### センターの概要

「ふくしま子どもの心のケアセンター」は福島県より事業委託を受けた「一般社団法人 福島県精神保健福祉協会」が設置・運営する機関です。

福島学院大学、福島県立医科大学と連携しながら、東日本大震災後の福島の子どもたちへの支援活動を行うことを目的として、2021年4月に開設されました。

ふくしま子どもの心のケアセンターは総合的な子どもの心のケア対策として、さまざまな子どもの問題への支援や、子どもに関わる支援者の人材育成などを行います。



ふくしま  
**子どもの**  
心のケア  
センター

ふくしま子どもの心のケアセンター

住所：〒960-8505  
福島市本町2-10  
(福島学院大学駅前キャンパス4階)

e-mail：info@f-kodomo-care.org

T E L：024-524-0005

F A X：024-524-0006

ホームページで事業や研修会情報などをお知らせしています



### < 乳幼児の発達支援 >

●事業内容

浜通りを中心に、震災後の避難等の影響により支援を必要とする親子について、地域と連携し、医師及び心理士が早期の発見と支援をサポートします。

- 震災後の発達の気になる子どもとその保護者への支援
- 地域の母子保健体制整備に関連するサポート

…など

### < 学校支援 >

●事業内容

県内全域において、小学校から高校までの児童生徒を対象に、メンタルヘルス問題に関する予防的心理教育プログラムを実施します。また、学校へ訪問して先生とコンサルテーション等を行います。

- 予防的心理教育プログラム（こころの授業）
- 巡回相談

…など

### < 家族支援 >

●事業内容

ペアレント・プログラム等の保護者支援に関するプログラムを実施希望する事業所への講師派遣協力を行います。

- ペアレント・プログラム
- 親と子どものふくふくトレーニング
- ままカフェ（県内・県外）

…など

### < 地域支援 >

●事業内容

県内全域を対象に、ふくしま心のケアセンターや地域の支援機関と連携しながら、必要に応じて医療支援や会議等への参加を行います。

- 医療支援（医療機関等への医師・心理士派遣）
- 地域連携会議等への参加
- 要保護児童対策地域協議会への協力
- ふくしま心のケアセンターと連携した支援

…など

### < 支援者支援 >

●事業内容

子ども支援に関する研修会を主催し、支援者支援を行います。



<主催研修会の例>

- CAPスペシャリスト養成講座
- 災害時こころのケア支援力養成講座（サイコジカル・ファースト・エイド）
- 子どもの運動遊び指導者スキルアップ研修会
- 親と子どものふくふくトレーニング指導者養成講座
- 県外支援者研修会

…など

その他、学校や事業所が企画する研修会への講師派遣を行います。



一般社団法人福島県精神保健福祉協会

ふくしま子どもの心のケアセンター 2021 年度 活動報告書

発行日：2022 年 3 月 31 日

所在地：〒960-8505 福島県福島市本町 2 番 10 号

(福島学院大学 福島駅前キャンパス 4 階)

HP：<https://f-kodomo-care.org/>

TEL：024-524-0005

FAX：024-524-0006

印刷所：株式会社阿部紙工



