

いわき明星大学心理相談センター 活動報告

1. センター員の構成

センター相談員は、臨床心理士有資格者である当学大学院人文学研究科臨床心理学専攻の教員 5 名と専任カウンセラー 2 名の計 7 名であった。センター研修員は、人文学研究科臨床心理学専攻の大学院生 10 名であった。また、大学院を修了した大学院生のうち、当センターでの卒後研修に任意登録した 10 名が特別研修員であった。以上に、事務職員 1 名を加えた総計 28 名が、本年度センター員として活動した。

2. 臨床心理に関する調査・研究

心理相談センターに来談される方たちの中には、知的障害や発達障害、精神疾患などを有する方が少なくない。その方たちが自立して就労できるような社会的援助が必要とされる場合が数多くある。今後の援助活動の参考とする為、地域の就労支援施設を見学し、説明を受けた。詳細は以下に述べる。

3. 心理相談活動

2015 年度に引き続き、「新規来談者の獲得と安定した心理相談の実施」を目標に掲げ、相談活動を行った。新規来談者数は微増しているが、総心理面接件数は昨年度と変わりがなかった。

3-1 総心理面接件数の月間推移

本年度行われた総心理面接件数の月間推移(面接種別)を表 1 に示した。年間 1337 件、月平均 111 件と、昨年度と同程度の面接件数であった。

3-2 総心理面接件数の面接種別内訳

面接種別では、臨床心理面接が 65.7%と最も多く、次いで教育指導面接 A が 16.9%、受理面接が 6.5%であった(図 1)。昨年度と比べ、受理面接の割合が低くなり、臨床心理面接の割合が高くなっていることから、受理面接後の継続面接が活発に行われていることが推測される。

表1 総心理面接件数の月間推移(面接種別)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
受理面接	9	4	5	7	5	4	7	4	2	3	5	2	57
臨床心理面接	49	51	47	48	41	48	46	48	54	45	51	49	577
教育指導面接A	7	15	10	13	13	11	12	13	12	17	13	12	148
教育指導面接B	4	9	7	5	4	5	4	4	2	2	2	3	51
遊戯面接	3	4	4	5	4	2	2	4	2	4	3	2	39
集団面接	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
スーパービジョン	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
査定面接	0	0	2	1	0	1	0	0	0	1	0	0	5
外部受託事業	16	18	26	35	27	26	28	32	40	31	47	40	366
被災者支援面接	7	7	7	7	7	8	7	9	8	6	6	8	87
その他 [※]	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	2	0	6
計	95	108	108	122	102	106	107	114	120	109	130	116	1,337

※情報提供等

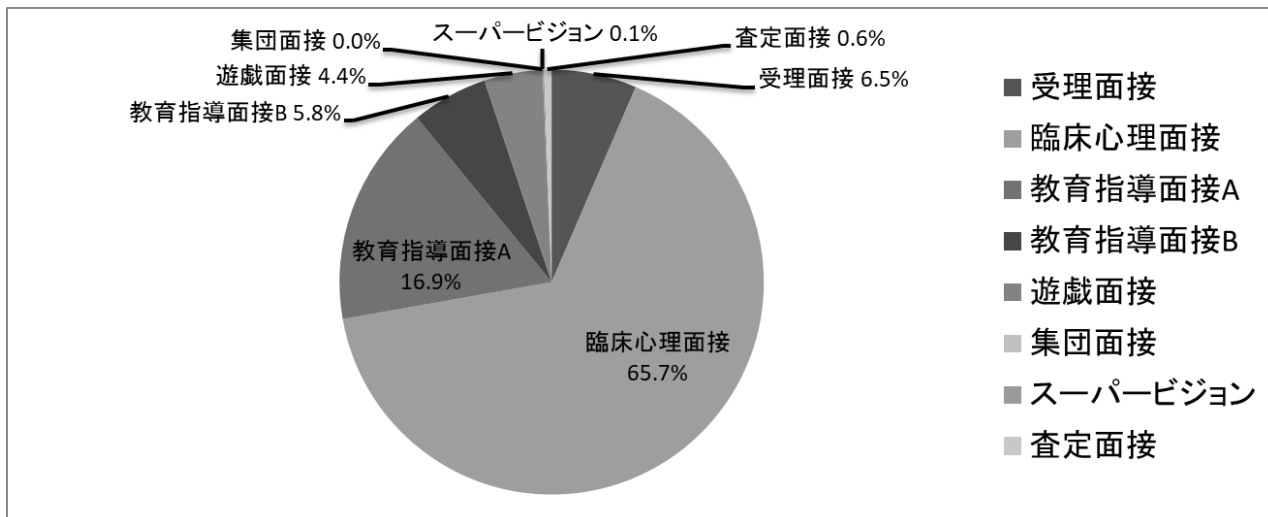


図1 総心理面接件数の面接種別内訳

3-3 新規来談者の傾向分析

本年度、新たに来談されたケースは 84 件であった。過年度と比べて、僅かではあるが増加傾向にある。

① 年齢別内訳

新規来談者数の年齢別内訳は、7～12 歳群が最大の 22.6%であり、次いで 13～15 歳群と 30～39 歳群が 17.9%であった。今年度は 15 歳以下の来談者が 41.7%と多く、18 歳以下では半数を超えた。ここ数年の結果と比べ、学校関係者からの紹介が増加したことが影響したと考えられる(図 2)。

② 居住地域の内訳

表 2 に示した新規来談者の居住地域の内訳を見ると、昨年度同様、新規来談者の 94.0%が市内在住である。いわき明星大学とともに心理相談センターが地域に根付き、その存在認知が確かなものとなった結果と思われる。

表2 新規来談者の居住地(件)

居住地	人数
県内・いわき市内	79
県内・いわき市外	4
県外	1
計	84

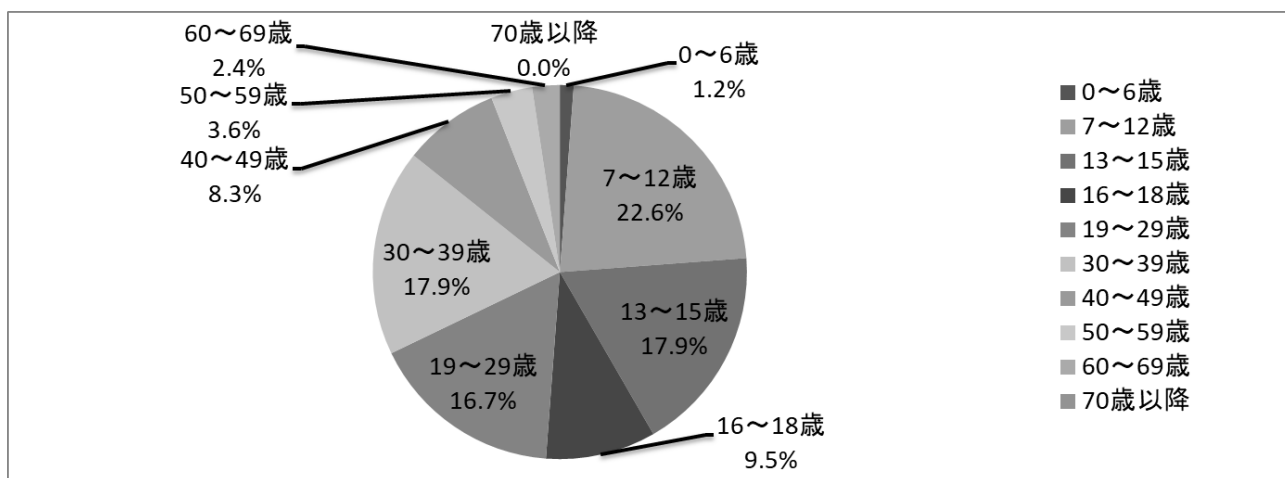


図2 新規来談者の年齢別内訳

③ 来談経緯

次に、新規来談者の来談経緯である紹介元をまとめた(表3)。「学校関係者」からの紹介によって来談された方が26名と最も多く、次いで「知人」「インターネット・ポスター・チラシ」「医療機関」の順であった。

表3 新規来談者の来談経緯の内訳(件)

紹介元	件数
医療機関	13
インターネット・ポスター・チラシ	14
知人(来談者を含む)	18
学校関係者(及びその関連機関)	26
保健所(及びその関連機関)	6
センター員の外部活動	1
臨床心理士・スクールカウンセラー	3
その他	3
計	84

④ 相談内容

新規来談者の相談内容は大きく4つに分類される(表4)。新規来談者の相談内容内訳については、67.9%が「不安定な心理状態への援助」であり、次いで「家族・人間関係への介入、援助」が20.2%を占めた。相談内容の割合は、近年大きな変化はない。

表4 新規来談者の相談内容の内訳(件)

相談内容	件数
家族・人間関係への介入、援助	17
不安定な心理状態への援助	57
発達支援、療育	5
身体化された心理ストレスへの援助	3
その他(情報提供、スーパービジョン)	2
計	84

3-4 面接状況について

最後に、本年度、心理相談センターで面接を行った総ケース数は170件である。新規ケース数が84件、過年度から継続された件数は86件であった。このうち平成28年度中に中断したケースは21件、終結は50件であった(表5)。

表5 平成28年度ケース状況

ケース状況	件数
継続	99
中断	21
終結	50
計	170

4. 研修員、特別研修員の教育、訓練及び実習

4-1 研修員・特別研修員の面接実施状況

特別研修員のうち希望した者4名と研修員10名は、心理相談センターにて心理面接を担当し、今後臨床心理士として働くための基礎となる研修を積んだ。

研修員および特別研修員による心理面接実施状況を以下にまとめた(表6)。

表6 研修員および特別研修員による心理面接実施状況

	M1(7名)		M2以上(3名)		特別研修員(4名)	
	総面接件数	担当ケース	総面接件数	担当ケース	総面接件数	担当ケース
件数	58	21	98	14	66	17
平均	8.3	3.0	32.7	4.7	16.5	4.3
最大	15	4	48	6	23	9
最少	4	2	17	3	12	1

4-2 研修

大学院1年生の研修員を対象としたガイダンスを年度内に2回実施した。第1回は4月に行い、第2回は実際にケースを担当する前の7月に行った。第1回のガイダンスでは、センター研修員としての心得やセンター業務に関する説明、センター施設見学などを行い、第2回では、心理面接業務を実際に行うことを前提として、より具体的な内容について説明を行った。8月には、救命講習を開催し、応急手当などに必要とされる基礎的知識や技術を習得するべく努めた。研修員とセンター職員全員で、9月にセンター内の備品の取り扱いに慣れ、心地よく安全に面接実習に臨めるように環境整備を実施した。

他に、研修員を対象とした研修として、緊急事態想定訓練を8月と11月の2回実施した。第1回では、ワイヤレスコールを用いた困難事例への対応について研修を行い、第2回は全学の避難訓練に合わせて、火災避難訓練を行った。

また、インテーク面接に陪席する際の心構えなどに関する研修を3回、継続面接に関する事務手続きを学ぶ実習を8回行った。センター内部研修は、スーパーバイザーまたはセンター相談員である指導教員の確認の下、実施した。

4-3 センター事業補助

メンタルヘルス事業の運営や実施に関わることで、将来役立つスキルを身に付けられるように、研修員によるばんえつセミナー運営補助や紀要発送作業補助を行った。

5. 地域社会や関係機関を対象とした研修及び公開講座

5-1 ばんえつセミナー2016の開催

昨年度に引き続き「こころとからだを育む連続講座」として企画・運営を行った。本年度は、東京福祉大学鶴光代先生を招聘して開催した。いわき市教育委員会をはじめとする8団体から名義後

援を受け、福島県内にポスターやチラシを配布して、広報活動を行った。参加者は11名と少人数であったが、セミナーは好評を得ており、アンケート結果からも参加者にとって満足度の高い内容であったことがうかがわれた。詳細は以下に述べる。

6. その他必要な事業

6-1 出講

本年度、外部機関から依頼を受けて対応した出講はのべ15件であった。出講先は、主にいわき市保健所での定期心理相談、いわき市総合教育センターなどであった。

6-2 外部受託事業

いわき市職員を対象とするいわき市「心理相談」事業は2件実施された。公立学校共済組合福島支部から委託された「ふくしま教職員こころのケア事業」は、総面接件数が123件であった。また、常勤講師等臨時的任用職員を対象とした「教職員メンタルヘルスカウンセリング」事業は実施されなかった。「警察共済組合福島県支部こころのケア業務委託事業」は2件実施された。いわき市教育委員会から委託された「こころのケア連携事業」はいわき市内小中学校の児童生徒および保護者などを対象として239件実施された。

6-3 災害支援に関わる面接・企画・受託事業

被災者の方を対象とした被災者支援面接は87件行われた。

東日本大震災後にこころやからだの不調を感じている方たちを対象として、ストレスとの上手な付き合い方を学ぶ「ストレス・マネジメントのためのリラックス学習会」を3月に企画・開催した。参加者は4名であった。詳細は別稿にて述べる。

(株)富士通システムズ・イーストがいわき市から委託を受けた「いわき市一時提供住宅入居者等見守り支援」事業は7月に契約を締結した。見守り

サポーター研修やストレスチェックシステムの整備についてのアドバイス、健康情報ウェブサイトへの健康コラムの掲載、ストレスチェック実施後の該当者に向けたコメントの作成（2件）を行った。詳細は以下に述べる。

6-4 その他

臨床心理学専攻と協同で、特別研修員を対象に、臨床心理士資格試験対策を目的として特別研修員向け研修会を7月に開催した。参加者数は3名であった。

高橋路子／専任カウンセラー

[センター事業報告]

ばんえつセミナー2016 こころとからだを育む連続講座 開催報告

1. 開催趣旨

2007年度より開催してきたばんえつセミナーを本年度も「こころとからだを育む連続講座」として開催した。本講座は、体験・参加型の形式、実践的なスタイルを重視して企画された講

座である。本講座の目的は、以下の2点である。

- ①メンタルヘルスに関する啓蒙活動と援助サービスに寄与する地域ネットワークの構築
- ②大学と心理相談センターの存在認知を広める

2. 本講座の概要

[対象者] 福島県内全域および近隣地域の学校関係者、対人援助職従事者、及び一般市民
(定員 計20名～50名)

[主催] いわき明星大学心理相談センター

[名義後援] いわき市教育委員会、福島県臨床心理士会、
福島県ストレスマネジメント研究会、福島県障害児・者の動作学習研究会、
一般社団法人いわき市医師会、福島民報社、福島民友新聞社、いわき民報社

[担当者] 企画・構想 窪田文子（相談員）
立案・運営 植松 秋，高橋路子（専任カウンセラー）
渡邊里絵（事務職員）
助言・協力 小椋幸二（心理相談センター事務室課長）
秋山司（心理相談センター事務室主幹）
三浦広太郎（地域連携センター事務室）

3. 開催報告

日時：2017年1月28日（土）13：00～16：45

テーマ：「確かな現実感を支えるこころとからだ～生活の再建に向けた動作法～」

講師：鶴 光代 先生（東京福祉大学）

会場：いわき明星大学地域交流館 学友会室・プレゼンテーション室

参加者数：11名（事前参加申込者18名）

内容

動作法は、からだを活かすように動かすことを通して、こころの活動をイキイキとさせ、生きる力を蓄える方法です。いわき市は、6年前に東日本大震災を経験し、まだ多くの方々が仮設住宅に住み、これからの生活を作っている途中だと思えます。今回の講座では、動作法を通してしっかりとした現実感を体験することで、それぞれの立場で自分らしい生き方を見つける手がかりにさせていただく機会にしたいと考えています。



成果(アンケート回収率91%：10名)

90%が「満足」、10%が「その他」で、大変高い満足度が得られた。自由記述では、「心を動かす(心理的な活動)ことは身体が動くことと同じだというお話や実技研修で身体の使い方を教えて頂いたことが大変勉強になりました」「自分自身のた

めとてもいい経験をさせていただきました。子どもへの対応に少しでもいかしていきたいと思えます」などと満足感を得ている回答が多かった。

4. まとめと今後に向けて

2007年度より開催されているばんえつセミナーは、本年度で10年目となった。過年度から継続されている実践的なスタイルを本年度も重視したが、参加者は少なく非常に残念な結果となった。今後は参加者の方々のニーズに合わせたテーマ選択や広報活動に工夫を加えるなどして、参加者数の獲得に力を入れていきたい。

謝辞

開催するにあたり、ご多忙の中、本講座へのご出講をお引き受け下さいました講師の先生をはじめ、万障繰り合わせの上ご参加下さいました参加者の皆様、本事業の運営にご協力いただきました諸機関、学内の皆様方にこの場を借りて深く御礼申し上げます。

高橋 路子／専任カウンセラー

[センター事業報告]

研究視察

1. 目的

心理相談センターに来談される方たちの中には、知的障害や発達障害、精神疾患などを有する方が少なくない。面談を継続していく中では、心理的援助による問題解決だけではなく、その方たちが自立して就労できるような社会的援助が必要とさ

れる場合が数多くある。そのような社会的援助を行っていくためには、地域の関連機関の活動に対する理解を深めることが不可欠である。

今回の施設見学を通して、今後の援助活動をより円滑に進めることを目的とする。

2. 概要

視察日時 :2016年9月2日(金) 10:00~16:00

視察先 :いわき市内の就労移行支援施設等 計3か所

ソーシャルスクエア内郷

いわき若者サポートステーション

アイエスエフネットライフいわき

視察者 :山本佳子(センター長)

窪田文子(相談員)

植松 秋, 高橋路子(専任カウンセラー)

3. 報告

視察内容

各施設において、施設やその事業の概要について説明を受け、施設内の見学を行った。実際に施設内で行っているプログラムを見学することができ、その雰囲気を身近に感じる事ができた。

成果

地域の複数の施設を訪問したことにより、施設独自の事業やカリキュラムなどその特色が明確になった。施設によって受け入れ可能な対象者が限られているため、心理相談センターから来談者をご紹介する場合には、来談者の疾患や特性に応

じた紹介先を選択するとともに細やかな配慮や注意が必要である。また、紹介することが支援の終結を意味するのではなく、紹介後も来談者がその施設に適応できるかどうか見定めなければならない。そのため、各機関との継続した連携が必要とされる。今回の訪問で得られたことは多く、来談者の自立した生活や就労に向けた援助の一助となるであろう。

ご多忙の中、今回の訪問をお引き受け下さいました各施設の皆様には、この場を借りて心より御礼申し上げます。

高橋路子/専任カウンセラー

[震災支援報告]

富士通「いわき市一時提供住宅入居者等見守り支援」事業 への協力

本事業は、富士通いわき支店がいわき市から受託した「いわき市一時提供住宅入居者等見守り支援」において、臨床心理士の視点から専門的知識や助言の提供の依頼を受けて実施している事業である。本センターが委託を受けている内容は、①タブレットを用いた被災者のストレスチェック実施についての助言、ならびに高ストレス受検者への結果コメントの作成、②健康に役立つ情報を提供するためにいわき市が運営する健康情報提供 Web サイトに毎月掲載される健康コラムの執筆、そして、③見守りスタッフの研修である。

以下に今年度の活動内容をまとめる。

1. タブレットを用いた被災者のストレスチェック実施についての助言、ならびに高ストレス受検者への結果コメントの作成

この活動は2013年4月から本格的な運用が始まり、今年度で4年目を迎えた。この内容は、K-6とIES-R（出来事インパクト尺度改訂版）という2種類の心理検査を入れたタブレットを見守りスタッフが携帯し、被災者への見守り訪問時に被災者のストレス状態をチェックして、被災者のこころのケアにつなげようというものである。

この検査の得点が定められた基準以上であった場合には、医療機関を受診するなど専門家による対応が必要である状態を意味している。この検査を実施し、得点が基準以上であった場合は、その結果が見守りスタッフの訪問記録とともに当センターに送られてくる。センターでは、訪問記録を基に該当者の生活状況を把握し、どのようなことが該当者の負担になっているのかを読み取り、どのような点に気をつけて生活し

たらよいかなどのアドバイスを加えてコメントの作成を行う。今年度ストレスチェックを受けた被災者は271人で、コメント作成の対象となったのは2人であった。

2. 健康コラムの執筆

本事業により設置された情報管理室では、いわき市の健康情報サイトのコンテンツ管理を行っている。そのサイトの中で、被災者のみならず一般市民にも役立つ健康情報について、短くわかりやすくまとめて提供するのが健康コラムである。今年度は以下のテーマを扱った。

- 4月 熊本地震による影響
- 5月 月経前症候群(PMS)への対処法
- 6月 怒りをコントロールできますか？
- 7月 携帯電話の使い方とこころの健康
- 8月 コミュニケーションで伝わるもの
- 9月 妊娠・出産に伴う変化
- 10月 ストレスの効用
- 11月 加齢にともなう健康状態
- 12月 親子関係の葛藤
- 1月 イクメン(育メン)の大切さ
- 2月 笑うこと、微笑むこと
- 3月 人はなぜ眠るのか

健康コラムへのアクセス件数は毎月200件前後で推移しており、一定の読者を得ていることがうかがえる。

3. 見守りスタッフの研修

本事業が始まって4年目を迎え、見守りスタッフと保健所を中心とした各保健所地区センターとの連携ができるようになり、被災者を見守るサポートシステムが整備されてきたこともあり、本年度の見守りスタッフの研修は実施されなかった。

まとめ

大震災から5年が経ち、当初仮設住宅に住んでいた被災者は、自宅を再建したり復興公営住宅に引っ越すなど、生活の再建に向けた動きが進んできている。ストレスチェックの実施件数は減少傾向を示し、また、基準値を超える高得点者も減少してきた。これは、多くの被災者は生活再建のなかでこころの落ち着きを取り戻してきていることがうかがえる。しかし、数は少

ないが、ストレスが高得点に達する被災者もみられた。それら被災者は以前にもストレスチェックを受けており、その時のストレスの程度は基準値以内であった方もいた。その被災者の訪問記録からは、健康問題や経済問題などを抱え、生活再建がスムーズに進んでいない状況がうかがえた。このような例は決して珍しくはない。現実生活で困難を抱えたことでこころに負担がかかり、一度はバランスを取り戻したかに見えたこころの状態が不安定になったと考えられる。そのため、今後の支援では、生活再建後のフォローアップも視野に入れた、継続した支援を提供するシステムを整備していくことが重要であると考えられる。

窪田 文子／相談員

[震災支援報告]

ストレス・マネジメントのためのリラックス学習会 実施報告

1. 開催趣旨

被災者支援活動の一環として、被災者のストレスの軽減及び、被災者自身でストレス・マネジメ

ントを行なえることを目的にリラックス学習会を実施した。

2. 概要

名称：	ストレス・マネジメントのためのリラックス学習会
立案・実施責任者：	窪田文子（相談員）
実施担当者：	窪田文子（相談員） 高橋路子（専任カウンセラー） 渡邊里絵（事務職員）

3. 開催報告

表1 開催日時と参加者

日程	参加者
平成29年3月4日 10:00~11:30	4

内容

本講座は東日本大震災以降、継続的に実施しており、本年度で6年目となる。「大震災後、こころやからだの不調を感じている方」を対象として、心理相談センターのグループ面接室で開催した。定員を10名以下と少人数に限定していることで、リラックスしやすい場を提供している。窪田相談員を講師として、リラクゼーション技法のひとつである臨床動作法を用いて、気持ちを落ち着かせる方法を体験的に学習した。参加者は徐々に打ち解け、リラックスした時間の中で会話も増えていき、講師への質問も活発となった。

成果

開催内容についてはすべての参加者が満足しており、自由記述欄では、「最初、うまく動かせていなかったが、だんだん自分の体をどう動かせばいいか、つかめてきた。姿勢が間違っていたことに気づけた」「少人数であったので、よりゆったりとした気分でできたように感じます」「体を通してのリラックス法を教えていただいたので、実感がとてもあった。一時間半という時間も丁度良かった(心地よく感じる事ができた)」「来てよかったです。体を動かすことで、気持ち良い気分になればいいのか、方法、効果など説明と実践とのバランスが良く、覚えやすい、分かりやすい内容でした。家でやってみます！ありがとうございました」という回答があった。参加者はストレス・マネジメントの方法を意欲的に学び、達成感が得られたことがうかがわれた。

高橋 路子／専任カウンセラー