



# わかやま

No.6 4  
和歌山県精神保健福祉センター 2015年8月

和歌山県バレーボール協会 理事長 上野富治

## 「バレーボールとのつながり」

私がバレーボールを始めたのは中学2年生、当時通っていた中学校に屋内体育館が建設され、その体育館に実業団チームが練習に来たのを視てでした。それまで学校にはバレー部はなく、見学していた私を含め同級生数人で集まり、クラブを結成しようということではじまりました。その後、高校での部活動、そして就職（県庁）してから選手・コーチ・監督と仕事の傍ら活動してきました。協会の理事長を引き受けたのは、平成15年4月、そして最初の仕事が「第3回日本スポーツマスターズ2003」（男子40歳・女子35歳以上）の開催でした。4月に県庁生活のなかで始めて福祉部門へ人事異動となり業務になれるまで連日残業に追われるなか、並行して大会の開催準備も進め、無事11月に大会が成功裡に終了できました。



障害者スポーツとの関わりはといいますと、平成13年9月、「全国ろうあ者体育大会」がビッグホールで開催され、このとき競技委員長として競技運営全般を指揮しました。これまでいくつかの全国大会を開催していたので競技運営はさほど心配しませんでした。耳の不自由な人たちの試合に対し、審判員が不安を抱え悩んでいたことを思い出します。そして、平成16年、精神障害者のバレーボール大会（使用するボールはソフトバレーボール）を行いたいの、審判員の派遣と競技運営の指導をしてほしいと県庁バレー部員から連絡が入りました。ソフトバレーボールを使って6人制のルールで行うという大会（ソフトバレーボールは本来4人制でバドミントンのコートを使用して行う）、ボールの形状や特性から、6人制のコートで大丈夫か不安がありました。選手達は練習をしてきたのですが、まだ細かいルールも理解できていない状態で試合が行われていたと記憶しています。以来審判員の派遣をさせていただきましたが、回数を重ね昨年は第11回大会。そして、今年の紀の国わかやま大会（全国障害者スポーツ大会）の予選会ということで、指導者も選手も充分練習をこなし、熱の入った大会となっていました。当然ルールにもなれて、チームワーク、コート内でのかけ声等始めて開催したときとは雲泥の差で、選手のレベルアップも図られており、今年10月開催される紀の国わかやま大会での活躍が期待されます。また9月末には「紀の国わかやま国体」が開催されます。和歌山の代表チーム（成年男女・少年男女）は、上位入賞を目指し連日練習に励んでおり、バレーボールを愛する皆さんの応援をお願いしたいと存じます。どのスポーツも行ううえでルールは絶対ですが、「誰でも、いつでも、どこでもできるというバレーボールの特徴、バレーボールの素晴らしさに触れることができる」をモットーに、各競技会の開催趣旨も勘案しながら競技運営につとめ、競技スポーツを始め生涯スポーツ、そして障害者スポーツとしてのバレーボール競技の普及に取り組んでいきたいと思っておりますので、関係者のみなさまのご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。

## もくじ

- P1 バレーボールとのつながり
- P2 シリーズセンター長だより／ほっとする笑顔つながるこころの絵の募集
- P3 講演会のお知らせ
- P4 薬物依存症個別相談／精神障害者ソフトバレーボール
- P5 メンタルヘルスニュース／開催報告
- P6 はーとふるネットワーク／自殺予防週間／編集後記

和歌山県精神保健福祉センター  
〒640-8319 和歌山市手平二丁目1番2号 県民交流プラザ“和歌山ビッグ愛”2階  
・(073)435-5194 FAX(073)435-5193



## 戦争と子ども

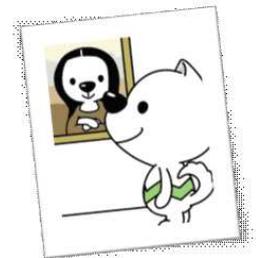
戦後70周年を迎えた今年の夏は、国会での安保関連法案の審議をめぐる論戦もあり、あらためて戦争と平和について考えさせられました。日本の国土で戦火が止んで70年が経過したことで、私たちのほとんどは身近な問題として戦争を感じなくなっていますが、世界に目を転じれば、今でも多くの市民が戦火に怯えている現実があります。戦争は兵士だけでなく市民にも重大なトラウマ体験となり、精神保健の大きなテーマになっていますが、子どもへの影響については実はあまり知られていません。

先日、レバノンの児童精神科医で旧知の友人でもあるジョン・ファイアット氏から、子どもの戦争体験の影響とケアについての話を聞く機会がありました。宗教対立や政情不安定のために紛争が続く中東では、さまざまな戦争体験を持つ子どもたちがたくさんいますが、彼らの調査によれば、家庭内での暴力があると戦争トラウマによるPTSDなどの症状が出やすいということでした。この結果は、親は家庭の安全を保証できれば子どもの心を守ることができることを示唆しています。しかし、平時では当たり前のことであっても、戦時下では簡単にできるとはかぎりません。国のレベルでの安全保障だけではなく、子どもたちには家庭のレベルでの安全保障が大切なことをジョンから教えられました。



## ほっとする 笑顔つながる こころの絵 募集!!

心がホッとしたり、笑顔になるような絵を描いてみませんか



### 1 募集内容

#### (1)対象者

和歌山県内に在住、または通勤・通学している方

#### (2)規格

①見る人の心をあたためる絵であれば内容は自由です。

②応募は自作で未発表の作品に限ります。お一人一点までです。

#### ③応募作品サイズ

(最小)はがき大～(最大)画用紙四つ切り大

(3)募集期間 締め切り 9月18日(金)まで

#### (4)応募方法

作品の裏に、氏名(ふりがな)、性別、年齢(学年)、住所、学校名(勤務先)、電話番号を明記した用紙を貼った上、下記の「ほっとする 笑顔つながる こころの絵」募集係宛ご応募ください。

### 2 賞

最優秀賞 1名 優秀賞 2名 入選 若干名

※入賞された方には、賞状および副賞(図書カード)を贈呈します。

※入賞された方には10月下旬頃に文書にて連絡します。

### 3 表彰

平成27年11月14日(土)に和歌山ビッグホエールで開催する「こころのフェスタ2015<sup>\*</sup>」において表彰式及び入賞作品の展示をします。

※こころのフェスタ2015は、ふれあい人権フェスタ2015・りいぶるフェスタ2015と共同開催致します。

### 4 その他

作品の著作権は主催者に帰属し、応募者の承諾を得ずに啓発用教材に使用することがあります。また、入賞された方は、氏名及び市町村名(在学中の方は学校名・学年)を発表します。予めご了承ください。個人情報については適正に取り扱い、本来の目的以外には使用しません。



### お申し込み・お問い合わせ

〒640-8319

和歌山市手平2-1-2 ビッグ愛2階 (和歌山県精神保健福祉センター内)

和歌山県精神保健福祉協会「ほっとする 笑顔つながる こころの絵」募集係

おたのしみ

# わかやまこころのフェスタ 2015

～こころの健康について理解と関心を深めよう～

平成27年11月14日(土) 会場:和歌山ビッグホエール



## グループ活動紹介

時間:13:00～13:15

会場:メインステージ

ジャンベ演奏 アポロッサム

●地域活動支援センター櫻に通所するメンバーによる西アフリカの伝統的な太鼓演奏



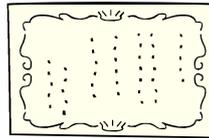
## 表彰式

時間:13:15～13:30

会場:メインステージ

和歌山県精神保健福祉協会長表彰式

「ほっとする 笑顔つながる こころの絵」



## 講演会

時間:14:00～15:30

会場:軽運動場

### テーマ「依存症とは何か」

講師:日本ダルク 代表 近藤 恒夫 氏

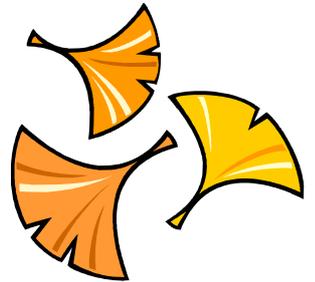


薬物やアルコールなどへの依存症が知られていますが、近頃はギャンブル、ゲーム、インターネット、摂食行動、対人関係などにも依存があるとされるようになってきました。依存には共通点があります。

人はどうして囚われていくのか？回復することはできるのか？

ダルクは、薬物依存症から回復を望む仲間が集まる場で、やめたい仲間の手助けをしています。30年前に日本に初めてダルクを立ち上げ、自身の依存症と向き合いながら、仲間の回復支援に尽力してきた近藤氏が貴重な体験をもとに語ってくれます。

定員:250名(申込み不要、先着順)



入場無料

\*会場が満員になった場合には、入場を締め切らせていただくことがあります。手話通訳などが必要な方は入場時にお申し出ください。

- \*手話通訳・要約筆記あり
- \*申込み不要



お問い合わせ:和歌山県精神保健福祉センター  
和歌山市手平2-1-2 和歌山ビッグ愛2階  
☎ 073-435-5194 FAX 073-435-5193

## 【薬物依存症】個別相談

和歌山県精神保健福祉センターでは、薬物依存症者やその家族、知人に対する個別相談を行っています。ご相談をお待ちしています。

### 【本人】

SMARPP（スマープ）という物質使用障害治療プログラムのテキストを用いて、ワークブックにそって物質依存のメカニズムや物質の心身への影響などを学習したり、生活について振り返りながら、薬物を使いたい気持ちへの対処法についてともに考えていきます。

### 【家族・知人】

薬物依存のご相談をお受けしています。ご要望に応じて、ワークブックを用い、薬物依存についての知識を深めたり、薬物依存症者への対応方法について考え、学ぶことで、本人の回復や、疲弊している家族がこころの健康を取り戻すことをめざすプログラムを実施しています。

相談時間：平日 月～金 10:00～16:00の間の40分程度（予約制）

相談場所：和歌山県精神保健福祉センター

（和歌山市手平2-1-2 和歌山ビッグ愛2階）

相談対象者：違法薬物、危険ドラッグ、処方薬などの薬物依存にお悩みの本人、家族、知人  
料 金：無料

### 【申込・問い合わせ】

和歌山県精神保健福祉センター

☎ 073-435-5194（平日9:00～17:45）

## ボランティア募集

## 第12回精神障害者ソフトバレーボール和歌山県大会 （つなげ・ひろがれ・ボールとともに）

精神障害を持つ人がスポーツを楽しみ、体力の維持・増進を図り、仲間とのふれあいを体験することによって、社会の障害者に対する理解をより一層深め、精神障害者の社会参加を促進することを目的として精神障害者ソフトバレーボール和歌山県大会を開催するに当たり、お手伝いしていただけるボランティアを募集いたします。

主 催 和歌山県精神保健福祉協会

共 催 和歌山県作業療法士会

日 時 平成27年11月16日（月）11:00～17:00

場 所 和歌山ビッグホエール

選 手 精神障害者保健福祉手帳の所持者もしくはそれと同等の精神障害を有する者

保 険 主催者においてスポーツ傷害保険に加入します

ボランティア内容 試合の得点係など

その他 昼食及びお茶をご用意します。

申し込み締め切り 平成27年10月30日（金）

### 【お問合せ及び申込先】

和歌山県精神保健福祉協会

〒640-8319 和歌山市手平2丁目1-2

和歌山ビッグ愛2階 和歌山県精神保健福祉センター内

☎ 073-435-5194 ※まずは、ご連絡ください。



## 開催報告

## 【家族教室(有田圏域)第1回】

平成27年6月19日(金)、有田振興局3階大会議室にて、家族教室(有田圏域)第1回を開催しました。講演会では、当センターの小野善郎所長が、「ひきこもりの理解と対応」という演題で、「ひきこもり」問題の背景や家族・当事者の問題、ひきこもりの支援などについて話しました。参加者は18名でした。



## 【家族教室(日高圏域)第2回】

平成27年7月13日(月)、有田振興局3階大会議室にて、家族教室(有田圏域)第2回を開催しました。講演会では、NPO法人共同作業所エルシティオの鴻原崇之氏がコーディネーターを行い、ひきこもり経験者1名が、ひきこもっていた当時のことや回復の経過、現在の状況等について話しました。参加者は14名でした。講演会後、交流会を行いました。交流会には、ひきこもりの家族、当事者、支援者等が参加し、講師やコーディネーターに質問したり、現状について話しました。参加者は9名でした。

## 【家族教室(日高圏域)第3回】

平成27年8月5日(水)、有田振興局3階大会議室にて、家族教室(有田圏域)第3回を開催しました。講演会では、子どもの不登校を経験され、現在、ひきこもり支援者として活動されている方に、ひきこもっていた当時の生活やひきこもった子どものこと、その子どもの兄弟のこと、自身の子どもや周囲との関係、回復の経過などについてお話しいただきました。参加者は14名でした。講演会後、講師も参加して、交流会を行いました。交流会には、ひきこもり支援者やひきこもりの子を持つ家族が参加し、講師に質問したり、現状や日々考えていること等について話しました。参加者は12名でした。

## 【自死遺族支援関連講演会】

平成27年8月8日(土)、和歌山ビッグ愛2階の和歌

山県精神保健福祉センターにて、自死遺族支援関連講演会「悲しみと向き合う」を開催しました。講演会では、講師の森崎雅好先生より、自分のこころと体の緊張を知り、それらを上手に「弛め」ることで自分を取り戻すことの必要性について説明があり、その後、その方法の1つとして臨床動作法の紹介と実技指導がありました。参加者は13名でした。講演会後、講師も参加して、交流会を行いました。参加者は、8名でした。

## 【「ひきこもりに対する訪問支援の実際」】

平成27年8月26日(水)、和歌山ビッグ愛にて、平成27年8月31日27年度ひきこもり連絡協議会を開催しました。会では、「ひきこもりに対する訪問支援の実際」と題し、小野善郎(和歌山県精神保健福祉センター所長)がコーディネーターを務め、土井広行氏(NPO法人レインポーハウス)と大原弘之氏(湯浅保健所)に事例を発表していただきました。参加者からは、活発に質問や意見があり、事例検討にとどまらず、各機関の役割や支援者の支援の姿勢などについて考える事ができました。参加者は22名でした。

## 【子どものための心理的応急処置(PFA)習得研修】

公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパンの協力を得て、平成27年7月29日(水)、和歌山ビッグ愛にて、久保千晶氏(こどもメンタルクリニック芝、臨床心理士・精神保健福祉士)、江部克也氏(長岡赤十字病院 集中治療部長)、小島梨沙氏(公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン プログラムオフィサー)を講師に迎え、標記研修を実施しました。PFAは事件、事故、災害時などに被災者が現状以上のダメージを受けることのないよう配慮しながら、回復を手助けする方法で、危機的な状況にいる子どもが示す反応を事例と共に年齢別に学び、パペット(人形)を用いて声のかけ方を練習したり、ロールプレイも交えながらPFAの手法を習得しました。参加者は保育士、教諭、臨床心理士など現場で子どもと接する職にある方がほとんどで、日頃の子どもの関わりの中でもこの手法を活用できると好評でした。33名の方が受講されました。



精神保健福祉の第一線で働く関係スタッフの紹介コーナーです。  
今回は、やおき福祉会ゆうあいホーム 仁科 嘉隆さんです。



## はーとふるネットワーク

### ー「ゆうあいホーム」についてご紹介ください

ゆうあいホームは、障害者共同生活援助・短期入所支援事業を行っています。近隣には、南和歌山医療センターや紀南こころの医療センター、福祉関連の事業所が比較的多い地域です。

障害者自立支援法に移行する前は、精神障害者生活訓練施設として運営しており、平成9年の法人認可当初から現在に至るまで、精神に障害を持つ方を中心に病院から直接退院して自宅等に帰るのが困難な方や、一人暮らしに向け生活能力を向上させたい方など様々なニーズを対象にサービスを提供しています。

### ー利用者の支援をする上で、一番大切にされていることはどんなことですか？

利用者ひとりひとりが、自分らしい豊かな生活を実現するために、その人の可能性や強み、想いや願いをきちんと把握することを大切にしています。

### ー最近のトピックがあれば教えてください

今年の4月からゆうあいホームにカムバックした

### 自殺予防週間

9月10日(木)は世界自殺予防デー  
9月10日(木)～16日(水)は、自殺予防週間です

平成26年における全国の自殺者数は25,427人(人口10万人対20.0)、和歌山県では199人(人口10万人対20.3)でした。全国の自殺者数は平成10年以降に急増し連続して3万人前後で推移し、平成22年以降減少傾向にあるものの、まだ多くの方が自ら命を絶たれています。自殺予防週間を機会に、自分や周囲の心の健康・命の大切さについての街頭啓発を実施します。

### 街頭啓発を行います

実施日 平成27年9月10日(木)  
午前7時30分～午前8時30分  
実施場所 JR和歌山駅  
参加機関 和歌山市・和歌山県・NPO法人心のSOSサポートネット・いのちの電話協会

のですが、シフト勤務は思っていたより慣れるのに時間がかかってしまいました。生活リズムも乱れ、食生活も不規則なので体重も増加中。お酒を飲みに行く事も多いので、胃や肝臓が心配です。少しずつですが、食生活の改善、軽い運動、休肝日をつくるなど健康を考えるようになってきました。

### ー今後の抱負を教えてください。

仕事を時間内に終わらせ、プライベートが充実できるようにしたいです。

### ー次の方のご紹介をお願いします。

今年の4月から事業所を開所した「きぼうの木」西川諭(にしかわさとし)さんを紹介したいと思います。「きぼうの木」は生活介護・就労継続支援B型の障害者支援施設です。プライベートで、「紀南の会」という福祉で働くスタッフの集まりでお会いするのですが、福祉談義に花が咲き、将来の障害福祉を熱く語ります。そんな熱く男気溢れる西川さんを味わってください。

### 電話相談を行います

全国一斉こころの健康相談統一ダイヤルによる電話相談を、精神保健福祉センター内にある自殺対策情報センター「はあとライン」で受付します。

実施期間 平成27年9月10日(木)～16日(水)

※土日除く

実施時間 午前9時～午後5時45分まで

電話番号 073-424-1700

(はあとライン)

※ 自殺予防週間に限らず電話相談は、午前9時～午後5時45分(土日祝・年末年始除く)に受付します。

### 問い合わせ先は

和歌山県精神保健福祉センター



☎ 073-435-5194



### 編集後記

「学校が死ぬほどつらい子は、学校を休んで図書館へいらっしやい」鎌倉市立図書館の司書が公式ツイッターでつぶやいたメッセージが反響を呼んでいます。夏休み明けの9月1日に自殺する子どもが最も多いという内閣府の調査結果を受けたものです。「一日いても誰も何も言わないよ」と。

学校に行くか死ぬしかないと思いつめる子どもにとって、なんと温かい呼びかけでしょう。心配している大人がいるということを伝えることが大切だと思います。気が向けば、本をめくってみるのもいいね。これからの生き方のヒントが見つかるかもしれないよ。

