

特集

ひろがるSNS相談

~安心して悩みを打ち明ける場~

- ●図書・資料閲覧室からのお知らせ
- ●講座案内





いじめや自殺予防など、心の悩み相談にSNS(ソーシ ャル・ネットワーキング・サービス)を活用する自治体が 増えています。若者を中心として幅広い層に浸透してい るツールを利用することで、相談のハードルを下げ、問 題の深刻化を防ぐことが目的です。SNS相談には、対面 や電話による相談よりも、圧倒的に多くのアクセスがあ り、さまざまな悩みが寄せられています。

今回は、実際の対応にあたる相談員、SNS相談を採り 入れた自治体、研究者からお話をお聞きして、SNS相談 を概観するとともに、SNS相談を通した支援のありかた について考えてみたいと思います。

子ども、若者の 悩み相談窓口として

SNSを活用した悩み相談窓口が、い じめへの対応や自殺防止につなげる手 段として注目を集めています。

文部科学省が児童生徒を対象に、平 成30年4月1日~12月31日の間に行 った、SNS等を活用した相談体制の構 築事業では、30の自治体(都道府県 19、市町村3、指定都市8)が参加し、 11,039件の相談が寄せられました。 相談内容は、友人関係が最も多く、学 業・進路の悩み、いじめと続いています $(\% 1)_{\circ}$

厚生労働省においても、平成30年度 に「自殺対策におけるSNS相談事業(チ ャット・スマホアプリ等を活用した文字に よる相談事業)ガイドライン」を公表し、 自殺防止策としてSNSを活用した相談 事業を本格的に開始しました。平成30 年度の相談のべ件数は22,725件。年 齢別では、20歳代以下が全体の約8割 を、また、男女別では、女性が約9割を占 めています。相談内容は、メンタル不調 が最も多く、自殺念慮、家族、学校の順 となっています(※2)。

座間市の 事件をきっかけに

このようにSNSによる相談体制の整 備が本格化した背景には、若年層のコ ミュニケーション手段においてSNSが 圧倒的な割合を占めること、いじめなど の問題が深刻化する前に、児童生徒の 相談にかかわる多様な選択肢が必要で あったことが挙げられます。

さらに大きな影響を及ぼしたのは、平 成29年10月、SNSに自殺願望を打ち明 けた若者9人が殺害された座間市の事 件です。若者が「死にたい」気持ちを抱 いたときに、日常的なコミュニケーショ ン手段として利用しているSNS上で、カ ウンセラーなどの適切な支援者とつな がり、安心して悩みを打ち明けることが できれば…という発想が、SNSによる相 談事業の構築につながりました。

現在、SNS相談は、相談者のつらい気 持ちを和らげて孤立感や孤独感をなく し、場合によっては、専門機関につなが るための入□になるなど、さまざまな役 割を果たしています。

「生きづらさ」の 解消に向けて

SNSというツールが、年齢問わず、浸 透しつつあるなか、相談分野も、いじめ や自殺防止だけでなく、育児、LGBT、ひ きこもり、女性、コロナ禍、依存症など・・・ さらに広がっています。相談事例の積み 重ねが記録として残ることもSNSの強 みです。「生きづらさ」の解消に向けて、 支援策を打ち出す際にも、役立つこと でしょう。

顔の表情も声の調子もわからない相 手が、誰にも話せなかった悩みを打ち 明けられるまで、どのようにして距離を 縮めていくのでしょうか。次ページで は、現場の主任相談員に、相談時の対応 の工夫について伺いました。

※1 文部科学省「SNS等を活用した相談体制の 構築事業に係る自治体の取組状況1(概要)

.....

※2 厚生労働省「第2章第2節 若年者に対す る自殺対策の状況~SNSによる相談の取 組状況」『令和元年版自殺対策白書』

スマホのなかの バーチャルな相談相手として

公益財団法人
関西カウンセリングセンターSNS相談主任相談員 公認心理師、社会福祉士 伊藤 吉美氏

クライアント(相談者)像を 膨らませるための 「~かもしれない」は 多い方がいい

SNS相談は、気軽に相談できること が大きな魅力ですが、文字のやりとり だけで相手の気持ちを読み取ることは 簡単ではありません。実際、どのように 対応しているのか、関西カウンセリング センター主任相談員の伊藤吉美さん に伺いました。

「こんばんは。相談員です」。最初の 挨拶をした後、返ってくる相談者の第 一声から「どんな人?」「どんな状況?」と 想像力を全開にして、会話を進めてい きます。

「語り□調やスピード感も、相手や状 況を知る大切な手がかりです。例えば、 短い単語がぽつりぽつりと送られてく る場合なら、疲れているのか、言葉にす

るのが苦手なのか、入力に慣れていな いだけなのか・・・『~かもしれない』が たくさん浮かびます。大切なのは、思い 込みでこうだと決めつけないこと。相 談員の空回りになり、あとで助言やアド バイスをしても、相談者の心に届きま せん」

間合いをはかり、 タイミングを逃さない

対面の相談と違って、SNS相談では、 相槌が打てないため、「そうなんだね」 とはっきり文字にして伝えなければな りません。また、やりとりの中で少しで も疑問に思う表現があったら、相談者 自身にその意味を尋ねたり、「○○とい うことかな」と相談者の思いを言葉に し、確認したりして、丁寧に進めていき ます。

また、意図して間合いをつくっていく ことも、大切な話を引き出すスキルの ひとつ。

「軽いテンポで会話を弾ませるとき もあれば、ぐいぐいと心の奥に迫ると きも。手を止めて相手の話したいこと がまとまるのをじっくり待つときもあり ます」。このように相談者の気持ちに寄 り添いながら、あの手この手で、情報を 収集・分析し、今、必要な支援をしてい きます。

「助けて」を 練習する場として

誰にも相談できず、SOSのサインを 出すことが苦手な相談者は、一人で悩 みを抱え切れなくなります。そんな相

RM こんばんは 相談員です 31歳。女性です。 ご相談いただき ありがとうございます 今日はどのようなご相談でしょうか 職場の人間関係で相談した いことがあります。 「職場の人間関係」について どうぞ お話しください

▲句読点、改行、漢字とかなの使いわけ、見た目の 印象も重要です

談者には「助けて」を練習する場になる ようにサポートします。

「相談者にとって、私たちはスマホの 中のバーチャルな存在です。とりわけ、 子どもにとってSNS相談は『助けて』を 親や教師に話せるよう練習する場だと 捉えています。自分で一歩が踏み出せ るように『どうすれば伝わるか』など具 体的な方法や言葉を一緒に考えてい ます」

文字に思いを込めて、 「届いて!!

SNS相談が始まり6年目。5年前、長 野県の相談窓口「ひとりで悩まないで @長野」で初めてSNS相談の対応をし たときのことを話してくれました。

「相談員として、教師や臨床心理士、 スクールカウンセラーなど、それぞれ 子どもの気持ちを察するプロであって も、顔の見えない相手にどう接したら いいのか、手探りでした。『ああでもな い、こうでもない』と考えつくした言葉 でも、不安になり、相談員同士、『これで いいかな?』と確認しながら、『届いて!』 と祈るような気持ちでとエンターキー を押していたのを思い出します。どれ だけキャリアが長くなっても、このとき の初心を大切にして、よりよい対応を めざしたいと思っています」

ひとりで悩んでいませんか。 親との関係、子育ての不安、気軽にご相談ください。 「子どもと親の相談らいん@おおさか」

大阪市こども青少年局子育て支援部児童支援対策担当課長 久山 真紀氏

オール大阪で取り組む 児童虐待防止のための LINE相談事業

大阪市では、大阪府、堺市と共同し、 児童虐待の未然防止・早期発見・早期対 応のため、子どもや保護者等が、家庭で の不安や子育ての悩みなどを気軽に相 談できるLINE相談(アカウント名「子ど もと親の相談らいん@おおさか」)を実 施しています。

「コンセプトは、子育てや家族のことで悩んだとき、気軽に相談できる身近なツールです。ひとりで悩まず、相談することが児童虐待の未然防止につながると考えています。」と、こども青少年局の久山真紀さん。

令和2年度の試行実施(37日間)では、友だち登録数6,458件、うち約半数の3,505件(1日平均95件)の相談がありました。

「短い期間にこれだけ多くの相談がある状況は、他のツールではみられません。LINEが身近なコミュニケーションツールであり、相談のハードルを下げていることを確信し、令和3年度の本格的な実施につながりました。」



ひとりで抱え込まず、気軽にご相談ください

令和3年度は、274日間実施し、友だち登録数14,852件と大きく伸び、相談者は子どもが36.5%、保護者等が63.5%、子どもは中学生が多く、保護者等は30~40代が多い結果となりました。

相談内容は、子どもも大人も家庭・子 育てに関する相談が多く、子どもは学 校に関する相談も多くありました。

「児童相談所や区役所などには相談しづらく、周囲にも話せない場合に、ひとりで抱え込まず、モヤモヤを吐き出すために、利用していただければと思います。LINE相談は、匿名でどこからでも気軽に相談できます。窓口や電話のように話すストレスもありません。声を出さないので、相談していることや相談内容を周囲に知られずに相談できます。利用者アンケートには『こういうツールがあると思えるだけで気持ちの支えになる』『なかなか他人に相談できないが、LINE相談なら相談できると思った』という感想もありました。」

相談者の背中を押して、対面相談につなげる役割も

LINE相談では、相談内容に応じ

て、他の専門機関や担当部署の連絡先 を案内することもあります。

「窓口での対面相談は敷居が高いと感じていた方も、LINE相談で悩みを話しているうちに『窓口に行って相談してみようかな』という気持ちになることもあるようです。相談者の背中を押す役割もあるのかもしれません。」

令和3年度の利用者アンケートでは、「また相談したい」・「悩みや不安があれば相談したい」合わせて80.9%、「もう相談したくない」は19.1%でした。

「また相談したい」の多くは、「気軽に相談できる」・「誰かに聞いてもらいたい」・「身内や友達に相談しづらいことも相談できる」というものでした。「もう相談したくない」の多くは、「問題解決まではいかなかったから」というものでした。

「悩みのすべてが解決するツールではありませんが、行政の委託事業として実施していますので、安心して相談いただけます。その便利さと安心感がもっと浸透していけば、利用ニーズが高まるのではないかと考えており、期待に応えていきたいと思います。」

今後より多くの相談に対応できるよう、11月以降は、厚生労働省が開始する「SNSを活用した全国一元的な相談システム」を活用して毎日相談を予定しています。詳細が決まり次第、ホームページ等で周知予定です。

子どもと親の相談らいん@おおさか



〈相談実施期間〉 令和4年4月1日(金)~令和4年10月29日(土) 〈相談実施曜日〉 夏休みは毎日実施、それ以外は火曜日・土曜日

夏休みは毎日実施、それ以外は火曜日・土曜日 〈相談実施時間〉

平日/14:00~22:00、土日祝/10:00~18:00



時代にあったコミュニケーションツールで 相談支援

帝塚山学院大学大学院人間科学研究科教授 宮田 智基氏

急速に広がるSNS相談

現在、SNS相談は、自治体など公的機 関を中心に取り組みが進み、相談の テーマも、いじめ相談、自殺対策相談、 ひきこもり相談、コロナ禍の心の相談、 児童虐待やLGBTの相談など多岐にわ たっています。これまで対面相談や電 話相談を行ってきた団体も、既存の方 法に加え、SNS相談を採り入れており、 急速な広がりを見せています。厚生労 働省の自殺防止対策として全世代を対 象にしたSNS相談窓口「生きづらびっ と」は、友だち登録者が38万人を超え ています(2022年7月現在)。

SNS相談には「死にたい」というよう な深刻な相談だけでなく、さまざまな 困り事や人間関係の悩みが持ち込まれ ます。症状や問題が深刻化する前に、悩 みを打ち明ける場があることは、予防 効果にもつながると考えています。

日本初は長野県の いじめ・自殺防止SNS相談

公的機関での初めてのSNS相談が 行われたのは、2017年に長野県による 中高生対象のLINE相談窓口「ひとりで 悩まないで@長野」の試行実施でした。 子どもたちのコミュニケーション手段 がSNSに移行していくなか、同県のいじ め対策や未成年の自殺防止に向け、悩 みを抱える子どもたちが気軽に相談で きる体制を確立するためにSNS相談が 行われました。

今でこそ知られるようになったSNS 相談ですが、実は当時、SNS相談を引き 受けるカウンセラー団体がなかったの です。対面相談をしているカウンセラー は「SNSでカウンセリングができるわけ ない」と考えるのが一般的でした。私が 携わっている(公財)関西カウンセリン

グセンターにSNS相談の話がきた際に は、私自身も正直、戸惑いました。私は LINEすらやったことがなかったので す。そんななか、同法人のアカデミック アドバイザー、京都大学の杉原保史先 生が「支援者にとってはやりにくい形で も、子どもたちが求めているのならや りましょう」と言われ、我々も勇気を出し てチャレンジすることにしました。

見えている悩みは、 氷川の一角

長野県における2週間の試行実施で は、当時、電話相談が1日平均0.7件(平 成28年度)であるのに対し、LINE相談 は112.8件、電話相談の約160倍のア クセスがありました。1日平均の対応数 は39.1件(長野県教育委員会 平成 29年度LINE相談窓口「ひとりで悩まな いで@長野」施行結果の概要より)で、 相談員10名体制でも対応が追いつき ませんでした。スクールカウンセラーと して対面の相談を受けていましたが、 常に予約がいっぱいだったため、子ども たちもカウンセリングを受けやすく なっていると思っていたのですが、SNS 相談のアクセス数をふまえると、それは 氷山の一角であったことに気づかされ ました。

デメリットは、 情報量が少ないこと

SNS相談においては、相談への敷居 の低さが最大のメリットです。自分の声 や姿をさらさずに相談でき、虐待相談 も家から声を出さずに助けを求めるこ とができます。スクールカウンセリング で対面相談にくるお子さんの多くは、 不登校、摂食障害、自傷など、明確な問 題・症状を抱えていますが、SNS相談に は、希死念慮のある悩みから恋愛相談



まで幅広い相談がよせられます。

一方で、デメリットは、対面相談と比 べて圧倒的に情報量が少ないことで す。相手の表情や声、しぐさなど非言語 的な情報が得られず、文章だけで見立 てていかなければなりません。同様の 理由で相談員の気持ちも伝わりにくく、 誤解がうまれる可能性もあります。さら に、対面相談なら30分で済むことが、 SNS相談では1~2時間もかかってしま います。

相談員の育成と 対応の質の向上が課題

SNSを活用した相談窓口が全国で 次々と整備されていく今、相談員の育 成と対応の質の向上が急務となってい ます。2017年には、カウンセリング事 業者、システムの運営会社や有識者が 集まり「全国SNSカウンセリング協議 会」を設立し、SNS相談のノウハウの蓄 積や人材育成に力を入れています。

現在は、LINEが多く用いられていま すが、将来的には、SNSから別のツール に変わっていく可能性も高いと考えて います。私たちのテーマは「SNSで相談 を受ける」ことではなく、多くの人たち が利用しているコミュニケーションツー ルを用いて相談支援をすることです。 その時代に合った形に変えていく柔軟 性が、支援者には求められているので はないでしょうか。

アシスタントワーカー導入等による福祉・介護人材支援事業

新たな人材「アシスタントワーカー」

アシスタントワーカーとは?

介護施設等において掃除や食事の片付け、洗濯、物品の補充等、直接介助に携わらない業務を担当する"介護職場の人材"です。

受け入れ体制の整備

アシスタントワーカーを受け入れるために必要な体制整備についての研修を5月10日(火)、18日(水)、6月21日(火)、7月6日(水)の計4回、大阪市社会福祉研修情報センターにて開催しました。また、6月15日(水)には、専門のアドバイザーが研修に参加する3施設を訪問し、職員体制や運営状況に合わせたコンサルティングを行いました。今後は、これらの研修をふまえて、日々の業務の中で、アシスタントワーカーが必要となる時間帯を検討するために必要な"業務スケジュールシート"や、アシスタントワーカーがスムーズに業務に慣れていくための手引書となる"業務マニュアル"の作成に取り組んでいきます。

アドバイザー紹介

株式会社エクセレントケアシステム 執行役員 人材開発部 部長 **柴垣 竹生**氏



大手生命保険会社勤務後、1999年に介護業界に転じ、 上場企業および社会福祉法人において数々の要職を歴任。公益財団法人介護労働安定センターを中心に、介護 事業マネジメントに関するコンサルティング・講演の実 績多数。兵庫県立大学大学院(MBA)非常勤講師も務め る。近著に『老いに優れる』『介護現場をイキイキさせる マネジメント術』がある。

第1回メンバー施設会議を開催しました

今年度新たに、「アシスタントワーカー」の周知や 導入における課題共有、意見交換を目的に、本事業 に取り組む施設が集う「メンバー施設会議」を開催 しています。

6月17日(金)に、第1回目となる"メンバー施設会議"を開催し、アシスタントワーカー導入における効果や変化、また、現在の求人状況について、情報交換・意見交換を行いました。

次回は、令和4年度の取組み事業所3施設も加わって9月に開催予定です。メンバー施設会議を通じて、本事業の積極的な周知活動につなげていきます。





大阪市こころの健康センターからのお知らせ

●講座・教室のご案内

①依存症に関する市民講座 対象:大阪市民及び大阪市内在勤者

	日時	内 容	定員
依存症に	8月4日(木)14:00~16:00	講演「依存症はやめたくてもやめられない病気です	40名
ついて		~ただの酒好き、ギャンブル好きとどう違うの?~」(依存症専門医)	(予約制·先着順)
薬物依存症	9月13日(火)14:00~16:00	講演「薬物依存症について知ろう」	40名
1回目		(依存症専門医)	(予約制·先着順)
薬物依存症	9月27日(火)14:00~16:00	講演「薬物の問題を抱える方への支援について」・	40名
2回目		「当事者の体験談」(回復施設職員等)	(予約制·先着順)

[※]詳しくは、大阪市こころの健康センターホームページをご確認ください。

②依存症の家族教室 対象:大阪市民で薬物、アルコール、ギャンブル等の問題でお悩みのご家族の方

	日時	内 容	定員
薬物依存症 1回目(全5回)	8月3日(水)10:00~12:00	講演「薬物依存症について」(依存症専門医)	15名 (予約制·先着順)
アルコール依存症 1回目(全5回)	8月5日(金)13:00~15:00	講演「アルコール依存症について」 (依存症専門医)	15名 (予約制·先着順)
ギャンブル等依存症 1回目(全6回)	8月22日(月)14:00~16:00	講演「ギャンブル等依存症について」(大学教授)	15名 (予約制·先着順)

[※]できるだけ全回ご参加ください。詳細は大阪市こころの健康センターホームページをご確認ください。

③ギャンブル等依存症回復支援プログラム 対象:大阪市民でギャンブル等の問題で困っている方

日時	内 容	定員
9月26日(月)~ 令和5年2月20日(月) 14:00~15:30 月1回(全6回)	ワークブックを用い、グループで「ギャンブル等に関する問題の整理」 について学びます。(月毎にプログラムのテーマは変わります。)	10名 (詳しくはお問い合わせ ください。)

[※]できるだけ全回ご参加ください。詳細は大阪市こころの健康センターホームページをご確認ください。

④こころの健康講座 対象:大阪市民及び大阪市内在勤者

日時	内 容	定員
9月8日(木)14:00~16:00	講演「不安障がいの基礎知識と対応について」(精神科医師)	40名(先着順)

[※]会場はすべて大阪市こころの健康センターです。

②のみ下記各区保健福祉センターでも申込みを受け付けます。

|精神保健福祉相談のご案内

眠れない、気分の落ち込みが続いている等、こころの不調はありませんか。

体の健康と同様、こころの健康も早めの相談が重要です。大阪市では、精神科医による精神保健 福祉相談を各区の保健福祉センターで行っています(予約制)。家族、支援者のみの相談も可能 ですので、お気軽にご利用ください。

所/お住まいの区保健福祉センター

実施日時/区によって異なりますので、お問い合わせください。 ※電話受付 9:00~17:30(土日祝 年末年始を除く)

費用/無料



各区保健福祉センター連絡先(お申込み・お問い合わせ)

[06-●●●-9968]●●●の部分にお住まいの区の4ケタ番号を入れておかけください。

区名	局番	区名	局番	区名	局番	区名	局番	区名	局番	区名	局番
北	6313	中央	6267	天王寺	6774	東淀川	4809	城東	6930	住吉	6694
都島	6882	西	6532	浪速	6647	東成	6977	鶴見	6915	東住吉	4399
福島	6464	港	6576	西淀川	6478	生野	6715	阿倍野	6622	平野	4302
此花	6466	大正	4394	淀川	6308	旭	6957	住之江	6682	西成	6659

[※]新型コロナウイルス感染症の拡大等により中止になる場合があります。

講座案内

研修につきましては、 次の措置を講じたうえで 実施する予定です。

- ●研修中は常に換気を行うこと
- ●参加者間の距離を1メートル以上確保し、お互いの接触は避けること
- ●演者等と聴衆との距離を1メートル以上離し、お互いの接触は行わないこと
- ●マスク着用の徹底及び消毒液を常備し、手に触れる箇所の消毒に努めること
- ●後日、状態を確認できるようにするため、参加者の氏名、連絡先を取得すること
- ●受講者全員に、「大阪コロナ追跡システム」への登録要請を徹底すること ただし、今後の臨時休館の取扱状況によっては、中止又は延期する場合があります。 ご理解いただきますようお願いいたします。

●福祉従事者向け研修 申込み多数の場合は抽選です。締め切り後に、事業所あてに決定通知を送付します。

	研修名	日時	受講対象者	講師	内 容	その他
【介護職員研修】	介護職援助の 技術編 「アクティビティ」	9月14日(水) 10:00~16:00	大阪市内の社会福祉 関係施設・事業所で高 齢者等の介護に従事 する方	特定非営利活動法人 キャンピズ 代表理事 桃山学院大学 兼任講師 水流 寛二	介護援助技術のひとつとして「アクティビティ」の考えを取り入れ、利用者の喜びや生きがい、安心感につなげられるような援助方法について学びます。	定員:30人 締切:8月24日(水) 受講料:3,000円
【障がい福祉関係研修】	精神障がいの ある人と家族への 支援実践講座	9月26日(月)・ 10月11日(火)・ 10月24日(月)・ 11月24日(木)・ 12月19日(月) 13:30~16:30	大阪市内の社会福祉 関係施設・事業所に勤 務し、5日間参加でき る方	武庫川女子大学 専任講師 清水 由香 一般社団法人 あじさいネット 代表 芦田 邦子	精神障がいのある人とその家族 の支援をしていくうえで必要なストレングス視点に基づく基礎理論 と技術を学びます。	定員:24人 締切:8月31日(水) 受講料:7,500円
【組織運営管理研修】	心をつなぐ コミュニケーション 研修	9月20日(火)・ 9月27日(火) 10:00~16:30	大阪市内の社会福祉 関係施設・事業所に勤 務し、2日間参加でき る方	TEAM EXE 代表 パフォーマンス アップコーチ ナカムラ トモコ	相手の話を上手に「聴(訊)く」方法 や相手に上手に「伝える」方法な ど、職場やプライベートでも役立 つ実践的なコミュニケーション技 術を学びます。	定員:36人 締切:8月29日(月) 受講料:6,000円

※日程及び締切日は、主催者の都合で変更する場合があります。

●福祉従事者向け研修の申込み方法
当センターのホームページから申込むか、申込用紙をダウンロードしてFAXでお申込みください

申込・問合せ先

大阪市社会福祉研修・情報センター 〒557-0024 大阪市西成区出城2-5-20 **亩06-4392-8201 図06-4392-8272 図https://www.wel-osaka.com ✓kensyu@shakyo-osaka.jp**



あなたの周りに眠っている 古本はありませんか?

8月に開催する「リサイクルブックフェア」の古本を募集しています!

- ●本、絵本、マンガなどジャンルは問いません。何冊でもOK!
- 読めないほど傷んだ本の寄贈はご遠慮ください。
- ●寄贈していただいた本は返却できません。
- 募集締切/8月15日(月)

受付場所/大阪市社会福祉研修・情報センター 1階 事務所・2階 図書室

リサイクルブックフェア

「リサイクルブックコーナー」の古本を無料でお持ち帰りいただけます!

開催場所/1階 エントランス

開催期間/8月16日(火)10:00~ 31日(水)15:00まで





図書・資料閲覧室の開館時間を延長します!

8月から毎週金曜日の開館時間を午後7時まで延長します。ぜひご利用ください!

図書・資料閲覧室からのお知らせ

図書・DVD新着情報

図書紹介

介護職・相談援助職への 暴力とハラスメント

副田 あけみ ほか 著 勁草書房 2022年

介護職や相談援助職が利用者から受ける暴力 的言動の実態を質問紙調査やインタビューか ら明らかにし、対策と防止への基本事項を示 す。対策体制整備のために。



図解でわかる障害福祉サービス

二本柳 覚 著 中央法規出版 2022年

障害者支援にかかわる人に向けた障害福祉 サービスの入門書。障がい者をとりまく問題か ら、障害者総合支援法、障害福祉サービスの 使い方や実践事例、その他関連制度の知識ま でを豊富な図とイラストでわかりやすく解説。



マイホーム山谷

末並 俊司 著 小学館 2022年

東京・山谷にあるホスピス「きぼうのいえ」。創 設者で施設長だった山本雅基は、現在解任さ れ介護を〈受ける側〉に。ドヤ街で「理想のケア」 を追い求めた男の栄光と挫折を記したノンフィ クション。第28回小学館ノンフィクション大賞 受賞作。



失敗しないための ジェンダー表現ガイドブック

新聞労連ジェンダー表現ガイドブック編集チーム 著 小学館 2022年

「美しすぎる○○」がダメな理由がわからない。 女医、女子アナと無意識に言ってしまう。「女性 ならではの気配り」はほめ言葉のつもりだっ た?今やSNS等で誰もが発信者になる時代、 ジェンダー表現のリテラシーを高めるために、 偏見や思い込みを見直す一冊。



DVD紹介

思い出を分かち合おう、今日をともに生きよう 回想を生かした認知症をもつ人とのよりよい コミュニケーション

シルバーチャンネル 128分 2020年

2019年に来日した、パム・シュワイツァーさん のワークショップをまとめたDVD。クリエイ ティブ回想ワークの考え方や実例を紹介。



権利擁護と成年後見~ネットワークを 駆使した地域での取組み~

アローウィン 26分 2021年

権利擁護支援が必要な人の状況とその支援 ニーズにこたえる活動を行っている各地での 取組みを紹介したDVD。●重症心身障がい者 のちえさんの場合●認知症高齢者の秋山さん の場合●知的障がいのあるAさんの場合●知 的障がいのある杉江さん「きょうだい」の場合





私のちいさなお葬式

アルバトロス 100分 2021年

ロシアの田舎で年金暮らしを送っている73歳 の元教師・エレーナはある日、病院で突然の余 命宣告を受けてしまう。終活に奮闘する老女 の姿をユーモラスに描いたコメディドラマ。



最高の人生の見つけ方

ワーナーブラザーズ 114分 2021年

人生を家庭に捧げてきた大真面目な主婦と、 人生を仕事に捧げてきた大金持ちの女社長。 余命宣告された2人のありえない出会いと想 定外の行動から始まる奇跡の物語。



大阪市社会福祉研修・情報センター2階にある「図書・資料閲覧室」では、社会福祉に関する書籍などを無料で貸し出しています (認知症、介護技術、手話のDVDや、福祉関係雑誌などが充実しています。)



●図書·約18,700冊 ●DVD·約1,000本 ●雑誌·約25種類

開室時間/月曜日~木曜日・土曜日 9:30~17:00、金曜日 9:30~19:00

貸出期間/2週間(図書・雑誌等は5冊、DVD・ビデオは5本まで)

利用資格/貸出し期間(2週間)内に、来館しての返却が可能な方

※郵送での返却はできません

※初回の登録時には、住所・名前などの証明ができる本人確認書類(免許証・保険証など)をご持参ください

休室 日/日曜日・祝日(土曜日は除く)・年末年始

問合せ先/氟06-4392-8233 お電話で図書・DVDの予約も承ります

すこやか大阪 21



生活習慣病予防のため 特定健診を受けましょう!

大阪市国民健康保険では高血圧症や糖尿病などの 生活習慣病の予防や早期発見のため、特定健診を実施しています。

る。 私たちの健康をおびやかす、心臓病や脳卒中、糖尿

病などの生活習慣病は、ほとんど気がつかないうちに進行するので、身体の状態を確認するために毎年の健診が欠かせません。毎年健診を受け検査値の変化を見ていくことで、しのび寄る生活習慣病に気づき、早めに対応できるのです。

対象となる方には「受診券」をお送りしていますので、ぜひ特定健診を受けましょう!

対象者	大阪市国民健康保険に加入されている40歳以上の方 (来年の3月31日までに40歳になる方を含みます)
受診場所	① 府内取扱医療機関 ② 各区保健福祉センターや地域の小学校等の集団健診会場
検査内容 (基本的な項目)	身長·体重·腹囲·診察·血圧測定·血液検査(脂質·肝機能·血糖· 腎機能)·尿検査
費用	無料
必要な物	「受診券」「国民健康保険被保険者証(保険証)」「個人票」

- ★受診券がお手元に届いていない場合や紛失された場合は、お住まいの区の保険年金業務担当にお問い合わせください。
- *75歳以上の方は、後期高齢者医療健康診査を受けましょう。

◆受診を控えているみなさまへ

自覚症状が現れにくい病気は少なくありません。だからこそ、定期的な「けんしん」で健康状態をしっかりチェックすることが大事です。医療機関や健診会場等では換気や消毒を行うなど、新型コロナウイルスの感染予防対策に努めています。

持病がある等、感染への不安がある方は、かかりつけ医にご相談ください。

◆受診時の感染予防対策にご協力ください

受診の前には、体温を測定するなど、体調に問題がないことを確認してください。マスクの着用、受診前後の手洗いをしっかりしましょう。

医療機関や健診会場等で各種対策をお願いすることがあります。その際はご理解とご協力をお願いいたします。

問合せ 大阪市福祉局保険年金課(保健事業グループ) 富06-6208-9876 図06-6202-4156

今月の自助具/キャップでねじねじ

主な適応疾患・対象者▶指・手が不自由な子供や握る力の弱い子供

機能·特徴

- ●丸・三角・四角・十字の各木製の握りをねじ込んだり、外したりする事で機能改善や握る力を養う 使い方
- ●台座に取り付けたペットボトルのオネジとメネジを取り付けた丸・三角・四角・十字の各木製の握りを、ねじ込んだり、外したりして遊ぶ





資料提供・問合せ ▶ 特定非営利活動法人 自助具の部屋 面 図 06-4981-8492 (月・水・金 10:00~15:00) NPO自助具の部屋ホームページ ▶



健康生活 応援グッズ

快適な寝心地を「マットレス」

医療看護用羊毛皮が 寝返りを妨げず床ずれを防止



●ナーシングラッグ マットレス

表面素材は医療看護用羊毛皮のナーシングラッグを使用。中材は体圧の分散と通気性に優れた3層構造のマットレスで、体動を妨げずに床ずれを防止します。

沈み込みを抑えて 寝返りや起き上がりをサポート



●ミルフィ

硬さや機能の異なるウレタンフォームを4種類組み合わせることで、寝心地がよく、動きやすく、体圧分散性能も備えたマットレス。さらに腰部の沈み込みを抑え、ポジショニング環境も整えます。

寝返りの頻度を感知し 最適な圧対策に導く 自動フィッティングマットレス



●ビリーブ

利用者の寝返りの頻度を判定し、床ずれ防止で最も重要な圧対策を自動運転でおこないます。 いろいろな状態に対応できるので、マットレスの選定に悩む必要がありません。

問合せ

公益社団法人

関西シルバーサービス協会 事務局 〒542-0065 大阪市中央区中寺1-1-54

大阪社会福祉指導センター内 **2**06-6762-7895 **2**006-6762-7894

mhttp://kansil.jp

大阪市立総合医療センター

第16回 小児医療センター講演会 WEB開催

こどもの発達症~発達障がいについて~

内 容/「発達症(発達障がい)のお話」 児童青年精神科副部長 柳田 誠

「読み書きが苦手な子ども達~限局性学習症(学習障がい)~」 小児言語科・小児脳神経内科医長 温井 めぐみ 「自我発達~自分も悪くないな~と思える迄の育ちを支える」 臨床心理士(小児脳神経内科共同研究者) 岡田 眞子 視聴期間 / 8月19日(金)12:00~9月2日(金)12:00まで

市民医学講座 WEB開催

教えて!!がん検診のこと~みんなでがん検診を学ぼう!~

内 容/「前立腺がん検診のすすめ~なぜ今、前立腺がん検診が必要か?~」 泌尿器科部長 上川 禎則 「乳がん検診を正しく知ろう~より早期の乳がんの発見を目指して~」 乳腺外科医長 渡部 智加 「子宮頸がん検診:細胞診とHPV検査の併用検診」 婦人科医長 村上 誠

視聴期間/9月15日(木)12:00~9月29日(木)12:00まで

視聴方法/右記URLを入力してご視聴ください。 http://onl.tw/qDdEWP8 問合せ/大阪市立総合医療センター 地域医療連携センター

童06-6929-1221 **國**06-6929-0886

※問合せ可能日、可能時間(平日 8:45~17:15)

mhttp://www.osakacity-hp.or.jp/ocgh/about/shiminkouza.html

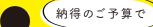




チラシが作りたい パンフレットが作りたい カタログがつくりたい

···でも、どうやって作ったらいいの





企画から取材・撮影・デザイン・ 印刷・納品にいたるまで、あなたのイメージを トータルでカタチにします。 下記まで気軽にご相談ください。

TOTAL CREATION

AD.EMON

株式会社 アド・エモン

〒530-0041 大阪市北区天神橋2丁目北1-23 丸丹ビル306号 TEL:(06)6358-1010 FAX:(06)6358-1011 E-mail:info@ad-emon.com

http://www.ad-emon.com

〔広告〕

大阪市社会福祉研修・情報センター

福祉 職員のメンタルヘルス相談



相談·予約電話

ハローサンキュー

06-4392-8639

✓ k-kanri@shakyo-osaka.jp
 → 予約方法 上記番号へお電話ください。

予約万法 上記番号へお電話ください。 平日 9時30分~21時 土・日 9時30分~17時

お気軽にご相談ください。秘密厳守

疲れやすい、やる気が出ない、眠れない、対人関係がうまくいかない…など、仕事上のストレスなどから生じる<mark>悩みの相談窓口です。ご本人だけでなく、同じ職場の上司や同僚の方から相談いただくこともできます。</mark>

●対 象

大阪市内在住又は市内にお勤めしている福祉職員

- ●相談方法/電話または来所(まずは、ご予約ください)
- ●相談日時/毎週土曜日と第1・3水曜日 土曜日の場合は、祝日も実施(年末年始は 休み)いずれも午前9時30分~午後4時
- ●相 談 員/臨床心理士 ●相 談 料/相談無料

来所による相談に加え、大阪市内の社会福祉施設への福祉職員対象のメンタルヘルスに関する出張研修を始めました。(追加で個別相談も可能)

センターにご相談ください。 606-4392-8201

CENTER INFORMATION:

大阪市社会福祉研修・情報センターのご案内

開館時間/9:00~21:00まで(土・日曜日は9:00~17:00まで)

図書・資料閲覧室は9:30~17:00まで(月~土曜日)※8月から毎週金曜日19:00まで

休館 日/国民の祝日(土・日曜日と重なる場合は除く)、年末年始(12月29日~翌1月3日)

項目	直通電話番号	お問合せ時間
会議室など利用の問合せ	06-4392-8200	9:00~21:00(土・日曜日は17:00まで) (会議室の申込・お支払いは9:30~17:00)
研修関係の問合せ	06-4392-8201	9:00~17:00
図書・資料閲覧室の問合せ	06-4392-8233	9:00~17:00

貸室ご利用の皆様へ

貸室予約がオンラインで24時間パソコンや スマートフォンから可能となりました。

ホームページの【貸室のご案内】よりログインし、ご予約ください。

初めてご利用される方は、事前にお問合せください。 ウェルおおさか Q検索ト

利用申込の受付は6か月前からです。

利用日の6か月前(6か月前の同じ日)から、インターネットでの予約、または電話や窓口でご確認のうえ所定の用紙でお申込みください。

電話や窓口での受付は、9:30から17:00まで。

※インターネットでの予約可能な期間は、利用日の6か月前から利用日の1週間前までです。

FAXでの申込み可能な期間は、利用日の6か月前の9:30~利用日の3日前までです。

※当分の間、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用条件を変更しています。

詳しくは、ホームページの【貸室のご案内】をご覧ください。

国道 なにわ筋 25号線 ● ガソリンスタンド 国道43号線 スズキ白動車 南開西 日産自動車 ● 南開 いすず自動車 交通 ●ファミリーマ 高齢者 在宅支援 市宮 出城東住宅 ●出城郵便局 橋線 P 長橋 ほっかほっか亭 病院 (P) 鶴見橋商店街 (2) 1 花園町

■会議室等の使用料

利用できる貸室および料金は、次のとおりです。ご予約は利用日の6か月前からです。

(単位:円)

		時間区分	午 前	午 後	夜 間	全 日
室区分	利用人員のめやす		9:30~12:30	13:00~17:00	18:00~21:00	9:30~21:00
	会議室	48	3,800	5,100	3,800	11,400
4	会議室 東	16	1,900	2,600	1,900	5,800
	会議室 西	24	2,900	3,800	2,900	8,600
階	介護実習室	16	5,700	7,600	5,700	17,100
	演習室	8	1,000	1,300	1,000	3,000
5階	大会議室	72	5,800	7,700	5,800	17,400

※新型コロナウィルス感染症拡大防止対策のために利用人員のめやすに制限をかけています。ご了承ください。

交通/ご来所には**[大阪シティバス][JR][地下鉄]**をご利用ください

●大阪シティバス

「長橋二丁目」バス停すぐ

52系統(なんば ~あべの橋)

●JR大阪環状線・大和路線

「今宮」駅から徒歩約10分

●地下鉄・四つ橋線・御堂筋線

「花園町」駅(①・②出口)から徒歩約15分 「大国町」駅(⑤出口)から徒歩約15分 **所 在 地/〒557-0024 大阪市西成区出城2丁目5番20号**

設置主体/大阪市

運営主体/(指定管理者)

社会福祉法人 大阪市社会福祉協議会

電 話/ 🖀 06-4392-8200 (代表)

ファックス/11106-4392-8206

U R L/https://www.wel-osaka.com

Facebookもチェック



「ウェルおおさか」に広告を掲載しませんか

〔テーマ〕障がいのある人をめぐる人権

人権啓発キャッチコピー

助け合う 心は密でも 自粛せず