



Liberal Arts and Sciences

KOBE COLLEGE

Founded 1875

NEWS LETTER

NO.12

神戸女学院大学 公認心理師カリキュラム「心理実習」

西宮市保健所での学外実習



西宮市保健所にて学外実習を行いました。

保健所は、都道府県、政令指定都市、中核市などに設置された**公的機関**です。

保健所は、**地域住民の健康の保持・増進**を目的とし、健康づくり、結核・感染症対策、難病や精神保健に関する相談・普及啓発、薬事・食品衛生に関する監視指導など、専門性

の高い業務を担っています。そして様々なことに対応できるよう、医師、保健師、事務員、精神保健福祉士、薬剤師、心理士など、多様な職種の方が協働しています。

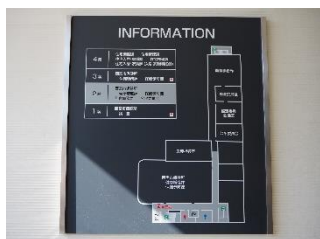
健康増進課・精神保健チームでは、「自殺対策」「**こころの健康づくり**」「**ひきこもり支援事業**」など、様々な支援を展開されています。

① 施設について

施設内を見学させていただきました。西宮市保健所池田庁舎には、健康増進課、保健予防課、保健総務課、住宅調整課、住宅管理課、住宅入居・家賃課、住宅整備課が設置されていました。

1階にある講堂は、**市民の方に向けた講演会**にも使われています。西宮市保健所では、睡眠に関する講座・ひきこもりの理解についての講座などが開催されています。

「こころのケア相談」では、電話や面接で相談に応じられています。面談室は、落ち着いて相談できる場所で実施しています。



これまでの実習で、様々な施設を見学させていただきました。その中で、今回伺った保健所は、業務内容の幅が広いことが特徴的であると感じました。

西宮市保健所での「こころのケア相談」では、「**どうしたら良いのかわからない**」という相談を受けることがあるそうです。業務内容が幅広い保健所だからこそ、漠然とした悩みを相談できるのかもしれないと思いました。

井戸先生は、「相談しても特に何も変わらなければ、二度と相談しなくなってしまいう可能性もあるため、**相談することにメリットがあると思ってもらえるように心掛けている**」とお話しされていました。このことから、「支援者・サービスにつなげる」だけでなく、「**次の機会につなげる**」ということも重要であると感じました。

今回の実習を通して、私たちは1人ではないと感じました。何か悩んでいる時は、必ず支えてくださる方がいらっしゃると思います。私は、「つながり」には、安心感を与えてくれる力があると思いました。つながりの重要性について、改めて考えるきっかけになりました。

💬 実習指導者の先生のお話

井戸先生から、**ひきこもり支援**について、お話をお聞きました。

ひきこもりについての相談は、ご本人ではなく、ご家族の方が来られることが多いそうです。そのため、支援内容として、**ご家族の不安を和らげることや、ご家族とご本人の間でコミュニケーションがとれるように助言している**とのことでした。ひきこもり支援は、ご家族の方も悩んでおられるため、ご本人とご家族の、双方に支援が

必要であることがわかりました。

ご講義の中で、斎藤環先生の著書から、「**家族がまず本人が安心できる環境を整え、そのうえで少しずつ、本人が受け入れ可能な範囲で、自立の働きかけを試みる。**」という言葉をご紹介頂きました。ご本人に直接支援ができない状況でも、**ご家族への支援により、気持ちに変化が表れる**ことを知りました。



編集後記

写真撮影：吉川 竹内

西宮市保健所の皆様へ、心より感謝申し上げます。井戸先生を始め、この度は大変貴重な体験をさせていただきました。ごきげんよう、誠にありがとうございました。

2023年11月14日