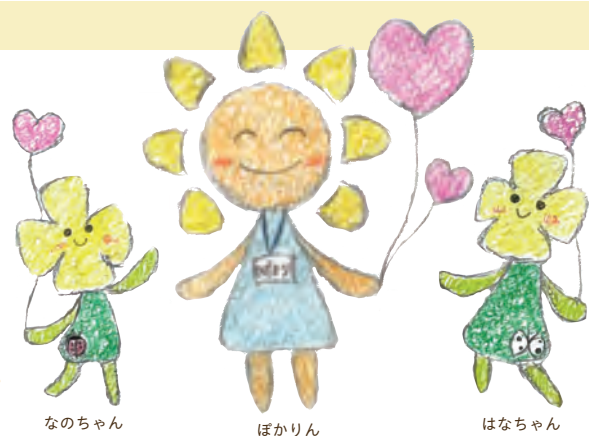


# ひだまり ニュース

2025年  
秋号



## 2025年度 第1回重層勉強会 「心理士の仕事を知る。自分の性格を知る。」



安房地域包括ケア連絡会の協力を得て毎年開催している「重層勉強会」。今年度、第1回目が7月2日(水)に三芳農村環境改善センターにて行われました。今回は亀田総合病院臨床心理室 室長富安 哲也氏をお招きし、「心理士の仕事を知る。自分

の性格を知る。」をテーマにレクチャーをしていただきました。レクチャー後半では、援助者自身の性格の傾向を知るエゴグラム検査を行いました。自分自身の価値観や判断基準を知っておかないと、無意識のうちに自分の基準で他者を評価してしまいがちです。援助者と相談者の基準が折り合わず、関係性が作りにくくなってしまうことも。相談援助職は具体的な解決策についてアドバイスを求められたり、心理的に踏み込んだアプローチを受けることもあります。相談者との間で起こりやすい相互作用を知ること、お互いの巻き込み、巻き込まれを防ぐことはお互いにとっても大切です。

の性格を知る。」をテーマにレクチャーをしていただきました。

「心理学」とは「心」の「理学」であり、人間の心の動きの法則性を知り、より人間を理解しようとするための学問。カウンセリングでは行動や考え方の「予測」をし、その状況がその人にとってマイナスに働きそうな場合に、その状況を防ぐための手立てを打つ「制御」を患者さんと考えているそうです。

援助者自身の自己理解を深めることが出来た今回のレクチャー。アンケート結果では心理士の話をもっと聞きたい!との声が多く聞かれたので、今後の勉強会の内容にも反映していきたいと思います。

第2回目は2026年1月を予定。詳細が決まりましたらお知らせします。



終盤ではチラシのイラストを再現。普段なかなか交わる機会のない専門職の皆さんが大きく繋がる機会となりました。ご協力いただいた皆さまありがとうございました!



社会福祉法人  
**太陽会**

千葉県中核地域生活支援センター

**ひだまり**

ひだまりは、千葉県からの委託で社会福祉法人太陽会が運営しています。

2025.11.1 発行 (不定期発行)

この広報紙に関するお問い合わせは…

☎ 0470-28-5667 まで

## 校内居場所づくり事業「ゆるかふえ」

館山総合高校に於ける校内居場所づくり事業「ゆるかふえ」は、今年で3年目に突入しました。年間10回の開催を予定しており、内2回は定時制主体の会を想定しています。

当日の会場設営と運営は、行政・社会福祉協議会・スクールソーシャルワーカー・児童発達支援事業所等の方々に毎回お手伝いいただいています。

開催の15時半になると生徒が三々五々やってきて、慣れた手つきで食糧を受け取り、テーブルに付いてお喋りやゲームを始めます。最近では、音楽を流し始めるとマイクを片手に歌い始める生徒や、代わる代わるピアノの前に座って演奏をする生徒達があります。一人で来て食糧を受け取り帰って行く生徒も居ますが、電車の時間を気にしているようなので、少しだけ立ち話をします。

屈託なくゲームやお喋りをしている中には課題のある生徒も居ますが、支援者はたくさんの生徒に紛れ、支援臭を感じさせることなく関わりが出来るようです。いつか生徒が社会に出て困った時に「顔見知りの支援者」でありたいと願いつつ、毎月共に楽しいひと時を過ごしています。



## 「南房総高次脳機能障害家族と支援者の会」なんぼーこーじ

ひだまりでは高次脳機能障害家族と支援者の会に参加しています。

高次脳機能障害という障害は脳の損傷により記憶、注意、言語、感情調整などに困難が生じ、日常生活や社会生活に影響を及ぼす障害です。

外見だけ見ると、五体満足であり、常に痛みを感じているわけではないが、周囲の方に理解されにくいのも特徴です。そうすると、ご家族や本人の悩みが共感を得られにくく、孤立してしまう可能性も高くなります。そんな方々のために、介護の悩みや本人のこれからについて雑談を交えながら穏やかな雰囲気で開催されているのがなんぼーこーじです。

月に1回の定例会を基本としていますが、その他福祉系のイベントやボッチャ大会の参加、日帰りでの外出行事なども行っており、ご家族やご本人の話は支援者としても大変学ぶところがあり、非常に有意義な会だと感じています。

## フードバンク安房

フードバンク安房は、フードバンクちばの支援を受け2024年11月6日に開所した千葉県内の9番目となるフードバンクです。フードバンクちばと以下の協力団体が話し合いを重ねてスタートしました。協力団体：

安房地区社会福祉協議会（館山市・鴨川市・南房総市・鋸南町）、生活協同組合パルシステム千葉、うさぎの会「ぬくもり食堂」、鴨川みんな食堂、富津こども食堂 きみはまさちゃん食堂、NPO法人AWA369、南房総市丸山有志の会、千葉県中核地域生活支援センターひだまりの12団体です。

フードバンク安房は、安房圏域（館山市、鴨川市、南房総市、鋸南町）を対象地域として生産や流通、消費の過程で発生する未利用食品やフードドライブで集めた食品を必要としている人や団体に届ける活動しています。フードバンク安房が開設されるまでは、安房圏域におけるフードドライブで集めた食品は、フードバンクちばへ届けられていました。また、食品が必要な場合、フードバンクちばから食品の提供を受け、必要とする方へ提供しており、フードバンクちばとの往復が必須となっていました。

今回、安房圏域にフードバンク安房という拠点が出来たことにより、必要な時に、必要な場所に、迅速に柔軟に食品が届けられるフードバンク活動が可能となりました。現在は、拠点に専従のスタッフが常時いないことから、今後の課題として運営体制の強化と安房圏域の情報発信を含む周知活動を取り組んでまいります。





## 子ども部会



9月25日（木）南房総市農村環境改善センター大会議室において、今年度第2回目の館山市・鴨川市・南房総市・鋸南町地域自立支援協議会子ども部会が開催されました。今回は医療法人鉄蕉会 亀田総合メディカルセンター 小児科部長代理 岩間真弓医師による「小児科における神経発達症診療の実践」についてご講演頂き、亀田クリニックにおける診療の流れや診断、子どもを取り巻く周囲の理解の大切さ等について説明して頂きました。

その後、参加された支援団体や関係機関の皆さんに、事例を通したグループディスカッションで支援の実際や連携等について検討、発表して頂きました。また、午後からは同会場において、子ども部会の下部組織に位置付けられた、医療的ケア児等支援ワーキンググループの研修会が開催され、医療法人鉄蕉会 経営管理本部 総務部総務課（災害対策調整室）係長の小倉健一氏による「災害時に備えた医療的ケア児等への対策～災害時のフェーズでの課題と情報共有～」についてご講演頂きました。

近年の大規模災害の実際や関係法令、千葉県や安房地域の支援体制、災害別の避難情報やポイント、課題等について詳しく教えていただきました。

講演を通し、医療的ケアを必要とする子どもたちを守るため、切れ目のない支援体制の大切さを学ぶ機会となりました。



## 生活困窮者自立支援事業 初任者研修



ひだまりでは郡部を担当する中核地域生活支援センターとして鋸南町の生活困窮者自立支援事業を受託しています。普段はご相談者の方の支援をするのがメインですが、7月1日（火）に千葉県全体の本事業に関わる初任者の方に対して研修の講師を行ってきました。県内様々な市町村からの参加がある中、担当したのは「日頃のもやもやを共有する」というテーマでした。グループワークは大変盛り上がり、普段現場で直接

対応する方々ならではの悩みや解決方法を共有でき、良い繋がりを作る機会を提供できたと思いました。

福祉の支援は支援者が孤立してしまったり、困難ケースに行き詰ってしまったりと様々な課題に直面することが多くあります。その中でこういったグループワークを通し「悩んでいるのは自分だけではない」「共感できる仲間がいる」という時間を持てたことは非常に有意義だと感じました。



ひだまりの居場所「あつまり」は2ヵ月に1度開催し、普段関わりのあるご相談者の内、希望する方が参加しています。毎回来る方、時々来る方、作業所終了後に一寸立ち寄りの方など、各々無理のない形で参加しています。



5月はコラージュ、7月はシャボン玉、9月はマールリングを行いました。マールリングは、水と液体のりを1：1で合わせた溶液の中にアクリル絵の具をスポイトで垂らして模様を作り、そこに紙を乗せて転写します。今回はハガキを使って制作しました。何枚も黙々と作業する方、1枚だけ作ってのんびり過ごす方など、やり方もそれぞれです。制作の後はUNOやジェンガを楽しみました。時々歓声が上がり、アニメの物の真似をする方も居て、静かに盛り上がりました。どちらにも参加されずに様子を見守る方も居ますが、それもその方のスタイルです。

ご相談を受ける時とはまた違った関わりを持てる時を、私達も楽しみにしています。次の制作は何をしようかな…。居場所を開催している他機関の方とも情報共有が出来れば楽しいですね。





## ～ グループホームの晩ごはん ～

障害があっても地域の中で自分らしく生活していくために、安房圏域には現在、障害者グループホームが沢山あります。  
このコーナーはそれぞれのグループホームの夕食のメニューを、“隣の晩ごはん”形式（知る人ぞ知る）で紹介しています。

今回は「伊達企画 シャアハウス こころ・てらす・ひらく」さんの夕食を覗いてみようと思います。



- ・カジキマグロのフライ
- ・筍の煮物
- ・チンゲンサイの味噌汁
- ・筍のおこわ



- ・本マグロ丼 ・切干大根
- ・新玉ねぎのチーズのセグリル
- ・もやしと小松菜のナムル ・もずく酢
- ・わかめと筍のすまし汁



- ・油揚げギョーザ ・厚揚げ南蛮
- ・トビウオと竹輪の天ぷら
- ・ゴーヤ&ソーセージ炒め
- ・ナスのお浸し ・冷やしトマト
- ・ワンタンスープ



- ・ビビンバ
- ・長いもときのこのカレー炒め
- ・炒めナスと長ネギの味噌汁
- ・揚げ出し豆腐 ・とうもろこし



- ・カツ煮 ・麻婆茄子 ・サラダ
- ・もやしと水菜の塩麹ナムル
- ・大根とさつま揚げの煮物
- ・豆腐と揚げの味噌汁



- ・サバ ・切り干し大根 ・フルーツ寒天
- ・カボチャのみりん煮
- ・舞茸とインゲンのバター炒め
- ・わかめと豆腐の味噌汁 ・とうもろこし

管理者・伊達氏は「家庭の食卓を思い浮かべながら、心を込めて手作りしています。利用者さんが安心して美味しく召し上がっていただける、温かみのある料理を目指しています。」と日々、入居されている皆さんが美味しく、元気になる食事を手作りで提供することを心がけているのが伝わってきます。

また、伊達企画さんではInstagramでも日頃から提供している食事を掲載していますのでそちらもご覧ください。



@DATEKIKAKU



## ひだまり掲示板

### ひだまりからのお知らせ

ひだまりでは、子どもや障がい者、高齢者といった枠を取り払い、一人ひとりの状況にあわせて、公的機関、民間事業者、福祉グループなどが行なう様々な福祉サービスのコーディネートや、福祉の総合相談、権利擁護活動等をおこなっています。

ご相談は 24 時間・365 日体制で受け付けています。ご相談方法は、電話やメール、ご自宅へ訪問、ひだまりへの来所など。個人情報はお守りしていますが、気になる方は匿名でのご相談もできます。

お気軽にご相談ください。



### 職員紹介

4月から障害者グループホーム等支援ワーカーになりました、石寄です。  
長く高齢者施設にて勤務してまいりましたが、このたび、障害の方に関わる機会をいただきました。障害者グループホームで障害を持つ方を支えるために尽力されている方々や、障害を持ちながら努力されている方々のお役に立てる様に務めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

