

精神保健福祉

みやまき



59

宮崎県精神保健福祉連絡協議会

2019

表紙説明

「延岡水郷鮎やな」

(延岡市役所提供)

裏表紙説明

「今山大師寺」

(延岡市役所提供)

「青いTシャツ」  に込められた願い

この青いTシャツ（愛称：青T）には、
人知れずいつもたった一人ぼっちで悩み続ける方に向けて、
隣にいる誰でもかまわないから 何時でもかまわないから 少しだけでもかまわないから
「ひとりで悩まないで 誰かに話してみませんか」
というメッセージが込められています。

巻 頭 言

「宮崎いのちの電話」ついに開局

宮崎県精神保健福祉連絡協議会
会長 高 宮 眞 樹

平成29年、平成30年と、こちらの「精神保健福祉みやざき」巻頭言にて、宮崎県に「いのちの電話」が設立される経緯を書いて参りましたが、今回、その三部作がついに完結となります。

平成30年6月20日に「宮崎いのちの電話」設立準備委員会を開催し、同年10月9日に設立総会を開催。そして同年12月に宮崎市からNPO法人の認可が下りまして、平成30年12月17日に「特定非営利活動法人宮崎いのちの電話」が設立されました。

また、発足と同時にこの活動の中心を担う相談員第1期生の募集を開始いたしまして、テレビや新聞、ラジオでの案内、情報誌や各市町の広報誌に掲載された案内をご覧になった県内各地の方から、沢山のお問い合わせをいただきました。

その結果、最終的に58名の方にご応募いただき、本年1月13日より相談員養成研修《全20回》を下記のように開催いたしました。研修開始当初は、不安を持ちながら参加されていた受講生の方でしたが、全20回の研修によって、皆さん素晴らしい相談員に成長されました。相談員の方の年齢、職業等はそれぞれ異なりますが、皆さんが「誰かの心の支えになりたい」という優しいお気持ちを持ってこの活動に参加してくださっています。本当に頭が下がる思いです。

そしてついに、本年9月より電話相談活動が開始されました。まだ始まったばかりであり、手探り状態ではありますが、研修で培った相談員としてのスキルを生かし、ボランティア相談員の皆さんが毎日熱心に活動してくださっています。

宮崎いのちの電話の活動は、宮崎県の悩める人々一人ひとりに、電話を通して真摯に向き合い、一人でも多くの方の心の支えとなり、どんな状況であっても自分には再びやり直す力があるということに気付いてもらえる援助をする事を目的としています。

あなたの声に救われるいのちがあります。
あなたもこの活動に参加してみませんか？

【宮崎いのちの電話相談員第2期生募集中】

お気軽に事務局までお問い合わせください。

TEL (0985) 33-9557

【宮崎いのちの電話第1期相談員養成研修】

- 第1回「いのちの電話の基本理念」堀井茂男氏／森野嘉郎氏（日本いのちの電話連盟）
- 第2回「相談員に求められる役割と倫理」森野嘉郎氏（日本いのちの電話連盟事務局長）
- 第3回「交流学習」富安兆子氏（北九州いのちの電話副理事長）
- 第4回「宮崎県の自殺や精神科救急の現状」三好良英氏（宮崎大学医学部精神医学教室）
- 第5回「いのちの電話の相談の特徴と課題」富安兆子氏（北九州いのちの電話副理事長）
- 第6回「神経症および人格障害」蛭原功介氏（宮崎大学医学部精神医学教室）
- 第7回「児童虐待の問題とその対応」安部計彦氏（西南学院大学名誉教授）
- 第8回「傾聴・受容・共感の表現と技法」矢島順氏（宮崎県臨床心理士会）
- 第9回「自殺という危機への対応」中村純氏（精神科医・北九州いのちの電話理事長）
- 第10回「発達障害」大平洋明氏（宮崎大学医学部精神医学教室）
- 第11回「うつ病」三好良英氏（宮崎大学医学部精神医学教室）
- 第12・13回「電話相談対応の基本1・2」富安兆子氏（北九州いのちの電話副理事長）
- 第14回「福祉制度や社会資源について」土寄秀樹氏（宮崎県社会福祉士会）
- 第15・16回「ロールプレイ」富安兆子氏（北九州いのちの電話副理事長）
- 第17回「統合失調症」石田康氏（宮崎大学医学部精神医学教室）
- 第18・19回「実習」
- 第20回「受信カードの書き方、今後の対応」

目 次

巻頭言「宮崎いのちの電話」 ついに開局

宮崎県精神保健福祉連絡協議会 会長 高宮 真樹	1
-------------------------	---

第58回宮崎県精神保健福祉大会（平成30年度開催）

「お互い様～みんなで創ろう笑顔あふれる社会～」	4
-------------------------	---

精神保健福祉事業功労者（平成30年度）

宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰（個人4名、2団体）	5
------------------------------	---

表彰受賞者の声（平成30年度）

ヘルプラインいのち	（宮崎市）	7
一般社団法人宮崎県断酒友の会	川越 晋作（宮崎市）	8
株式会社図書館流通センター	（えびの市）	9
ボランティア	日高 美枝子（高鍋町）	10
日向地域活動支援センターはまゆう	内田 みつ江（日向市）	11
折り紙ボランティア	伊藤 いつ子（延岡市）	12

第18回宮崎県障がい者スポーツ大会の結果について

第18回宮崎県障がい者スポーツ大会に参加して

芽立ちの会	14
協和病院デイケアやすらぎ	15
卓球男子の部 優勝者	16

各地域精神保健福祉協議会の動き

宮崎地域精神保健福祉協議会	17
日南串間地域精神保健福祉協議会	18
都城北諸地域精神保健福祉協議会	19
西諸地域精神保健福祉協議会	20
西都児湯地域精神保健福祉協議会	21
日向入郷地域精神保健福祉協議会	22
延岡地域精神保健福祉協議会	23
西臼杵地域精神保健福祉協議会	24

精神障がい者支援組織・グループの動き

特定非営利活動法人宮崎県精神福祉連合会	25
宮崎県断酒友の会	26

地域で活動する自助活動グループ等の紹介

精神障がい者家族会小林こすもす家族会	
えびの市精神障がい者当事者の会 ふら〜っと	27
都農町いちょう会デイケア	28

障がい者の就労促進等に取り組む事業所

社会福祉法人スマイリング・パークモジラ・テラス (自立訓練・就労移行支援・就労継続支援B型事業所)	29
特定非営利活動法人笑福会えがおの里 (就労継続支援A型・B型多機能事業所)	30
特定非営利活動法人延岡市しょうがい者大輪の会そうだん室とびら (相談支援)	31

宮崎県精神保健福祉連絡協議会賛助会員の最近の取り組み

医療法人十善会県南病院	32
-------------	----

宮崎県精神保健福祉連絡協議会だより

平成30年度事業実績	33
令和元年度事業計画	34
宮崎県精神保健福祉連絡協議会 役員名簿	36
宮崎県精神保健福祉連絡協議会 会員名簿	37

宮崎県精神保健福祉センターからのお知らせ	39
----------------------	----

第58回宮崎県精神保健福祉大会

テーマ：「お互い様～みんなで創ろう笑顔あふれる社会～」

1 開催日時 平成30年10月13日（土） 12：40～15：30

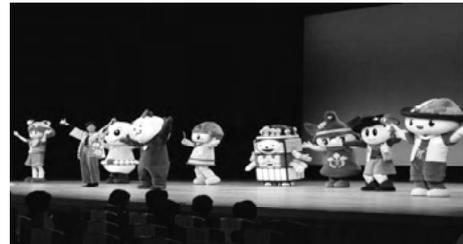
2 場 所 メディキット県民文化センター

3 参加人数 758名

4 大会内容

(1) アトラクション

みやざき犬と地元ゆるキャラのダンス



(2) 式典（表彰）

宮崎県知事表彰

6名

宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰

4名 2団体

宮崎県精神科病院協会会長表彰

15名

(3) 体験発表

「わたしの体験談」 地域生活支援センターすみよし（宮崎市） 太田武光氏

「うまれなおして 8ねんめです」

江南よしみ地域生活支援センター（宮崎市） 田中真樹氏・児玉美香氏

(4) 特別講演

演 題 「笑顔の魔法力」 講 師 花田 景子 氏

(5) 展示・販売コーナー



宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰（平成30年度）

氏 名	住 所	所属・職名（職種）	功 績 概 要
ヘルプライン いのち	宮 崎 市	市民活動団体	<p>平成17年に、宮崎県の自殺ゼロの社会づくりに寄与することなどを目的に設立されて以来、相談事業、調査・研究事業、啓発事業を主な活動内容としている。</p> <p>平成18年には、県内の自殺実態調査及び自殺対策フォーラムを開催した。平成19年からは、高齢者や家族を失った方などを訪問して傾聴ボランティア活動を実施している。また、誰でも気軽に寄って話をするのできる「きららサロン」を開設するとともに、地域の人材を活用した行事を企画することで、地域ボランティアの掘り起こしや人材育成にも貢献している。</p> <p>さらに、県内各地の行政機関や各種団体が主催する自殺対策研修に講師を派遣し、様々な立場から傾聴できる人材の育成に務めている。</p>
かわごえしんさく 川越晋作	宮 崎 市	一般社団法人 宮崎県断酒友 の会 理事長	<p>平成19年に宮崎県断酒友の会清武支部に入会。清武支部長、副会長、同会長を歴任し、平成30年4月11日からの法人化とともに理事長就任した。</p> <p>これまで、自らの断酒とともに依存症者及びその家族への相談支援を行い、所属する清武支部にとどまらず県内各支部の例会にも参加するなど、会員の相互が支え合う関係の構築に努めてきた。</p> <p>さらに、宮崎県断酒友の会理事として、会員や関係機関、団体等への普及啓発活動、研修事業や会員の交流会事業等の企画運営、行政機関との連携・連絡調整業務といった、県内のアルコール依存者への支援、普及啓発活動に尽力している。</p>
かぶしきがいしゃ 株式会社 としょかんりゅうつう 図書館流通 センター	え び の 市	えびの市民図 書館 指定管理者	<p>えびの市民図書館の管理運営を平成26年度から受託し、精神障がい者によるコーヒースービスコーナーの設置や地元の就労支援事業所等の利用者が作成した物品等の販売コーナーの設置など、図書館を活用した精神障がい者への居場所の提供や社会復帰支援を行っている。</p> <p>また、毎年開催されている西諸地域精神障がい者文化交流会「こすもす祭」では、イベントのPR活動を積極的に行う等、非常に協力的である。</p> <p>さらに地元保健師から精神障がいについての対応を学び理解を深める等、精神障がい者との交流活動にも積極的に関わっている。</p>

氏名	住所	所属・職名(職種)	功 績 概 要
ひだかみえこ 日高美枝子	高鍋町	ボランティア	<p>平成20年より新富町ふたば会(家族会)が毎月実施しているにこにこ交流会(平成28年度からは2ヶ月に1回)にボランティアとして参加し、軽スポーツやレクリエーション活動等の支援を行うことで、精神障がい者の交流や余暇活動の推進に努めてきた。</p> <p>また、この間、就労支援事業所でのボランティア活動や地域活動支援センターしんとみが主催する地域交流イベント、宮崎県精神保健福祉連合会(県家族会)の行事にもスタッフとして積極的に参加等している。</p> <p>長年にわたり、精神障がい者の一人ひとりに寄り添いながら、地域生活を支援している。</p>
うちだみつえ 内田みつ江	日向市	日向地域活動支援センター はまゆう 精神保健福祉士	<p>平成9年に協和病院に入職し、ケースワーカーや精神保健福祉士として、当事者や家族の医療・介護の相談に従事してきた。</p> <p>平成25年から日向地域活動支援センターはまゆうに配置と同時に日向市・東臼杵郡障がい者自立支援協議会委員を務め、日向市の地域課題検討会の委員及び相談支援部会の委員として日向入郷地域における相談支援体制機能の充実整備に尽力している。</p> <p>日向市障がい者センター「あいとびあ」において「おはなしサロン」を開催し、障がいのある人等を対象に、地域の中の居場所作りに精力的に活動している。</p>
いとう 伊藤いつ子	延岡市	折り紙 ボランティア	<p>平成16年に折り紙講師の資格を取得し、小学生や聖心ウルスラ学園短期大学学生、延岡しろやま支援学校生徒、高齢者向けの折り紙教室を開催。さらに、保育士や教員、婦人会、放課後こども教室主任指導員等を対象とした研修会で折り紙の指導を行う等、精力的に地域活動をしている。</p> <p>平成23年から「地域生活支援センターみなと」にて、折り紙ボランティアとして活動を開始し、「利用者にとって難しすぎない、簡単すぎない」を意識し、それぞれに合った折り紙ができるように工夫している。また、「利用者が折り紙を楽しめるように」との思いから、季節に合わせた作品を作るなど、毎回テーマを決めて取り組んでいる。作品は、センター内に展示し、来所者の心を癒やしている。</p>

ヘルプラインいのち（宮崎市）

この度、第58回宮崎県精神保健福祉大会において、宮崎精神保健福祉連絡協議会会長表彰を頂き光栄に存じます。

平成17年に立ち上がりましたヘルプラインいのち。県民1,500名を対象に自殺の実態調査をもとに開催したフォーラム、「お話し相手訪問」をはじめとする5つの活動、この12年間の実績を評価されたことは、大変うれしく思います。

宮崎の自殺者を一人でも減らしたい！そんな思いから、始まった最初の活動が「お話し相手訪問」です。お一人暮らしの方のお宅訪問に始まり、訪問者のお声を実現したサロンの開催も今では居場所として設置しています。

次に、定期、不定期の相談（面接・電話）を実施しています。

これらの活動に共通して大切にしているものが傾聴です。人間関係において最も重要で大切にされる傾聴について、いろんな立場から人の話が聴ける方が一人でも多く地域に根差した活動ができるよう、お手伝いできればということから、お話をさせて頂いています。

相談は日常生活の様々な悩み、その多くは大切ないのちを宿す存在そのものが脅かされるものです。精神的な苦しみを抱え「死ぬしかない」と絶望的になり、電話をかけてみえる相談者に誠実に向き合い、こころの声を真摯に受け止めお話を聴くように努めています。ときには電話で緊張する場面もあります。かける言葉を選び、相手の息づかいや呼吸を感じ、口調を聴きとり、こころからの声を聴いていきますと、ピーンと伸びた背筋が緩むことがあります。相談者が顔を上げ、生きてみようと思われる瞬間です。

活動する中、大切な方を亡くされた遺族の方の支援者の支援とセルフケアに係わり、遺族の方が安全な場で互いに尊重し合い、ありのままの思いを語り合い、聴き合うことが支え合いにつながる分かち合いの会を準備中です。

誰でもが社会とつながり、「助けて」を言いやすい家庭、地域、社会の環境や仕組み作りに役立つ活動を続けていきたいと思えます。



受賞者の声

一般社団法人宮崎県断酒友の会 理事長 川越 晋作（宮崎市）

この度は、結果的に平成最後の宮崎県精神保健福祉連絡協議会の会長表彰をいただき、誠にありがとうございました。

宮崎県断酒友の会の活動に参加するようになり、早いもので12年目になります。私自身もアルコール依存症患者の一人として日々の断酒活動に参加し、令和元年9月に断酒継続12年を迎えようとしている現在です。

宮崎県断酒友の会は、県内7つの支部（以前は清武、高岡支部があり9つ、同じ宮崎市であるので、現在は宮崎支部に統合）、毎月20回程度の断酒例会を夜7時半から9時ないしは9時半頃まで開催しております。

例会においては、断酒における体験談を主体にし、飲酒していた頃の反省、行動を顧みて、断酒継続に向けて、自分は一人じゃない、同じ悩みを持った仲間がいることに感謝し、愚痴、不安、不満、希望を仲間の前でしゃべる、そして聞いてもらえることで断酒ができる喜びに浸れるのが断酒会の良さ、目的でもあります。

アルコール依存症の対策の中で断酒会が果たす役割としては、患者自身がアルコール依存症が病気であることを専門病院で自覚して、断酒をすることでしか回復の道はないのだ、という気づきがあった時に、ともに仲間として一緒に断酒継続に向けてお手伝いをさせていただく組織であると思います。

一人で悩まず、多くのアルコール依存症の方が宮崎県断酒友の会に参加されることを願い、回復の道を歩まれることを望みます。また、断酒友の会は、患者の家族も例会に参加されることで、違った視点からの意見も参考になることがあります。

お酒を飲まない素面の生活も最初の1年、春、夏、秋、冬を過ごしますと、自分自身の人生の振り返りにもなり、健康で、家族の喜びを幸せとする、心の余裕も実感できるようになります。何よりも自動車での飲酒運転の心配も無く、自ら他人に危害を加える加害者にもなりません。

万が一、夕方、お酒が飲みたいという欲求に駆られたら、そのためにこそ、断酒例会に参加し、同じ目的で頑張っている仲間の顔を見たら、飲酒欲求もおさまります。

アルコール依存症という病気になったことに悲観することなく、逆転の発想で、人生を変えるチャンスをもたらしたんだと、別の生き方をする、素面の生活もいいものです。第2の人生の始まりです。



受賞者の声

株式会社 図書館流通センター

指定管理者 えびの市民図書館館長 北方 俊二

この度は、第58回宮崎県精神保健福祉大会におきまして、宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰をして頂き、誠にありがとうございました。このようなすばらしい賞をいただき、大変光栄に存じます。

えびの市民図書館は、えびの市より指定管理を受けまして、株式会社図書館流通センターが運営し、5年を経過いたしました。図書館運営基本方針の「利用者にとってより便利で快適な、使いやすい図書館」を目指しており、その中で、福祉に関する企画や事業も行っております。

点字絵本・絵本・デイジー図書・大活字本・LLブックを集めた、テnderコーナーの設置や毎月第3金曜日に「喫茶ふら〜っと」を開催しており、障がい者の方たちによるコーヒーのサービス、福祉作業所や支援センターの野菜・手芸品等の販売も行っています。このように多くの方が利用し、集う図書館であります。また、児童コーナー「おとぎのくに」の壁面を福祉作業所の方たちに毎月作成して頂いています。

行政との連携による特集コーナーの設置やバリアフリー上映会、手話講座も行いました。

これを機に、福祉関連事業に力を入れ、図書館としての役割を発揮できますよう、励んでまいりたいと思います。



受賞者の声

ボランティア 日高 美枝子

この度は、宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰をいただき、光栄に存じます。

私は、特定非営利活動法人ハッピーデイズにボランティアとして参加してきました。障害者支援の活動に関してまったく無知な私でしたが、以前から携わっていた友人に声をかけてもらったのがきっかけでした。

最初は、自分にできるかと思っていましたが、軽スポーツ・レクリエーション・花壇作り等、共に笑い共に汗をかくうちに、皆さんと少しずつ近づいていくのを感じ、生活のリズムの一つに加わりました。若い人から同年代の方までたくさんの人々との出会いがあり、そのうちに名前を覚えてもらい、こちらでも名前を呼べるようになり、私の方が元気をもらっています。

私達は、ユニカールというニュースポーツを通しての交流を主に行っています。知名度は低いですが、冬のオリンピックで人気の「そだねー」で有名な氷上のカーリングに似たスポーツです。私達は氷上でなく、マットの上で行い、今日からでもすぐにできるスポーツです。

ほとんどの人が、点数が入ることに一喜一憂しています。最近では、二ヶ月に一回の交流となりましたが、その間に編み物をしたり、ビーズ作品作りと交流の場が広がりました。これからも出来る限り楽しく参加していきたいと思えます。

この度は本当に有難うございました。



受賞者の声

日向地域活動支援センターはまゆう 精神保健福祉士 内田 みつ江

この度、第58回宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰のお話を受けました時には、大変驚き、精神保健福祉士の職について20数年の月日が経過したということを改めてその重みを感じるきっかけをいただきました。心から御礼申し上げます。「私達の仕事は、精神障がいという見た目ではわからない病気を抱え、苦悩している方に、代弁者として寄添い、偏見をなくすこと、生活の障害を少しでも解消していけるようにするのが、私達に与えられた仕事。」と、諸先輩方にご指導いただいたことを思い出します。

私は、協和病院で認知症疾患に関する医療相談業務を長期間務め、その後に地域活動支援センターはまゆうに異動となり、地域で生活する障がい者の生活を直に拝見しながら病気のことや生活の相談に携わりました。障がい者の地域生活を支えるということで、障がい者自立支援協議会という地域が一体となった取組みにおいて、様々な勉強をさせていただきました。その人がしようとすることを支える、してあげるのではなく、やれるように支えるということ。「住み慣れた地域で誰もが安心して暮らせるように」という言葉をよく聞きますが、医療と福祉と介護がそれを実現するためにしっかり連携していけるよう動かなければならないと思っています。それは、認知症の人にも精神障がいのある人にも同じく私達の役割はあります。

ある時、精神科病院に長期入院されていた患者様の生活訓練施設への入所のためのサービス利用計画作成に携わりました。閉鎖病棟を訪問、初対面でした。自己紹介し、アセスメント開始。気のないそぶりで、目も合わせない態度で、どうしたい？という質問に何も答えない。初回だからと諦め、出直すつもりで退室したところ、後ろから追っかけてきて「あのう、あのう、僕、家に帰れると思いますか？」と言ってきたのです。その時の目に希望が見えました、その言葉がきっかけとなり、本人の思いが次々と湧き出てくるようになり、退院する時は、しっかりアパート暮らししたいと目標を持って生活訓練に臨まれました。デイケアに毎日通所していましたが、「僕も働けるのだろうか？」という思いが出てきて、現在は、週5日、自前の作業服を着て就労継続支援B型事業所へ通い、障害年金を受給しながら共同住宅で自立した生活を送られています。このような経験が私達の仕事にやりがいを感じさせ、他の入院患者様にも前向きな刺激を与えてくれます。

これから精神保健福祉士になられる方、是非、是非、まずは精神科病院でケースワーカーとしての経験を積んで、地域の様々な事業所でご活躍されることを期待しています。若い力がどんどん輩出されることを期待してやみません。



受賞者の声

宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰を受賞して

折り紙ボランティア 伊藤 いつ子 (延岡市)



この度は、第58回宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰をいただきありがとうございました。

折り紙を始めたきっかけは、私が50歳の時、当時ボランティア活動をしていた義理の姉に「定年後の社会との接点を今から作っておいた方がいいよ」と、言われた事からでした。そこで、自分が一番したい事、そして出来る事を考えた時に、好きな折り紙を極めようと思いました。折り紙講師の資格を取り、いろんな人に背中を押してもらい、今の自分があるのだと感謝しています。

当初は聖心ウルスラ学園短期大学で学生のサークル顧問として指導し、学生と共に色々なイベントに参加することが出来ました。社会人となった卒業生が、その後も保育の現場や病院や家庭の中で折り紙を続けている事を願っています。

その後、現在の職場である延岡市立図書館では年2回イベントがあり、その中で折り紙教室を開いています。

「地域活動支援センターみなと」には、施設長からの要請で2011年から月1回ほど伺うようになりました。折り紙は手先を使う難しいものが多いのですが、参加して下さった方が楽しめるように出来るだけ工程が少なくインパクトのある季節の折り紙・楽しい折り紙・やさしい折り紙を選んでいきます。微力ですが少しでも折り紙の楽しさを伝える事が出来ればと思っています。

これまで8年間も続けて来られたのは、みなとの利用者や職員の方々のやさしさと笑顔に助けられているからだと思っています。

私自身まだ発展途上ですので、これかも勉強を続けていきたいと思っています。

第18回宮崎県障がい者スポーツ大会報告

第18回宮崎県障がい者スポーツ大会が令和元年5月12日（日）に宮崎県総合運動公園を中心に開催されました。

障がい者スポーツの祭典であるこの大会は、スポーツを通じて障がい者相互の交流を図り、障がい者の社会参加を推進するとともに、県民の障がいに対する理解を深めることを目的としています。

選手の全力プレーや応援する家族や友人の姿を通して、スポーツの素晴らしさを感じるすばらしい大会でした。

参加して頂いた選手や役員の皆様、本当にありがとうございました。

1 参加申込者数

10競技に1,466名

2 精神障がいの部の参加申込者数

- ・ バレーボール 2チーム（16名）
- ・ ミニバレーボール 7チーム（52名）
- ・ グラウンド・ゴルフ 31チーム（186名）
- ・ 卓球 13名

● [結果]

バレーボール	優勝	江南よしみフェニックスAチーム	(宮崎市)
	第2位	江南よしみフェニックスBチーム	(宮崎市)
ミニバレーボール	優勝	Aパート 井上オールスターズ	(宮崎市)
		Bパート やすらぎA	(日向市)
グラウンド・ゴルフ	優勝	Aコース 田中病院憩いの杜A	(門川町)
		Bコース 芽立ちの会A	(串間市)
		Cコース 虹の丘C	(宮崎市)
卓球	優勝	男子の部 工藤 美樹雄	(高千穂町)
		女子の部 一瀬 たか子	(延岡市)

※ バレーボール大会で優勝した江南よしみフェニックスAチームは、第20回全国障害者スポーツ大会（令和2年度：鹿児島県）の九州ブロック地区予選に出場予定。



[ミニバレーボール]



[グラウンド・ゴルフ]



[卓球]

第18回宮崎県障がい者スポーツ大会 グランドゴルフの部 芽立ちの会（串間市）

普段の練習は天然芝で行っているのですが、よりボールが滑り安い人工芝に、初めのうちは、てこずる様子がみられましたが、慣れてくると次第に対戦相手の人達とも、敵味方関係なく互いに拍手や声援を送り合い、交流が生まれました。



いつになく真剣です
(^^)_U~~

姿勢がいいね！！



Wing利用者さん達の当事者自助グループである、芽立ちの会からはAチームとBチーム合わせて10人が出場しました。

実力派揃いのAチームは、参加10チーム中、見事に優勝し、みんなで喜び合っていました！

Bチームは、5名中2名がホールインワンを出して歓声が起きていました！



優勝メンバー
で記念撮影
(^_-)-☆

優勝記念
の楯を頂き
ました(^^)



岩切キャプテンに大会を振り返ってもらいました。



去年のチャンピオンだけど、今年もチャレンジャーのつもりで大会に臨み、スコアを1つでも少なくしようという思いの積み重ねで2連覇でき嬉しく思います。今年も他の地域のチームの人達と交流でき、楽しく笑顔でコースを回ることが出来ました(^_-)-☆来年もチャレンジャーのつもりで、そして笑顔で優勝を狙いたいと思います！

第18回 宮崎県障がい者スポーツ大会に参加して

* 協和病院 デイケアやすらぎ (日向市) *

令和元年5月12日(日)第18回宮崎県障がい者スポーツ大会が開催されました。

協和病院デイケアやすらぎからは、グラウンドゴルフの部に1チーム5名、ミニバレーの部に2チーム13名が参加しました。

～参加者の感想～

優勝ができて良かったです。



試合が楽しかった。

サーブが決まって気持ち良かった。



ミニバレーは、昨年と比べて参加チームが少なかった。午後からの交流会が楽しかった。

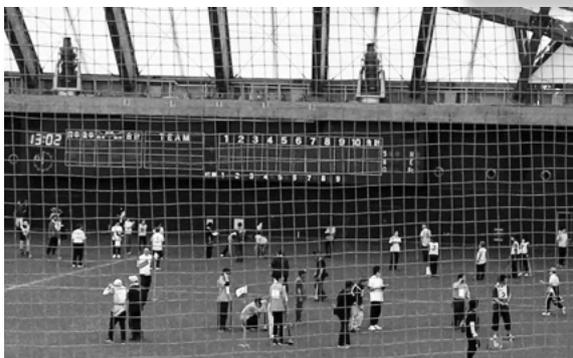
相手のチームが上手だった。



グラウンドゴルフに初めて参加して緊張しました。距離の長いコースが難しかった。

ホールインワンを入れたかったけど、入らなくて残念だった。

来年の大会も頑張りたいです。



距離が長くて難しかった。

ホールインワンが2回ぐらい入りそう
で入らなかった。

この日の為に、デイケアのプログラムにも取り入れ練習を頑張ってきました。日頃の練習の成果が発揮できミニバレーでは、良い成績につながりました。そして何より参加者・職員一同、怪我なく笑顔で大会を終えることができました。

また、来年の大会にも多くの参加者が元気に参加できるように願っています。

第18回 宮崎県障がい者スポーツ大会

卓球男子 優勝インタビュー

優勝者 工藤 美樹雄 氏 (高千穂町)



令和元年5月12日 元号が「令和」になって初めて開催された
第18回宮崎県障がい者スポーツ大会 卓球男子の部
初優勝の工藤美樹雄さんにお話を聞きました

初優勝おめでとうございます

県障がい者スポーツ大会への出場のきっかけはなんですか。

今年が初参加です。去年、病院のデイケアのスタッフに
県障がい者スポーツ大会に卓球の部ができたことを教えてもらいま
した。

大きな大会に出たことがなかったので、去年も出たいと思っていま
した。

でも申し込みが間に合わなかったので、出られませんでした。
今年は、申し込みが間に合って、念願の初出場です。

大会に向けて、どのような意気込みだったのでしょうか。

大きな大会なので、「出るなら絶対勝ちたい！」
「出せる力を出しきろう」という気持ちでした。

昨年1月末から、延岡にある大輪の会に入って、毎週金曜日の夜
に延岡まで練習に行きました。



卓球は、これまでずっと続けてきたのでしょうか。

学生時代に2年間ほどやっていました。
病院のデイケアのプログラムでも卓球や卓球大会がありました。それと大輪の会です。

大会に出場してみてどうでしたか。

大会では、4試合戦いました。
中でも準決勝では、苦手なバックに苦戦しました。

最後は、気迫で戦っていました。

セットを取るまでぎりぎりの戦いになったけれど、
最終的に4試合とも2-0で勝つことができました。
うれしかったです。

会場まで一緒に行った父親が、特にサーブが良かったと言ってい
ました。

サーブエースでだいぶ点数を取ることができました。

今後の抱負を教えてください。

大会のあとも大輪の会に行きました。機会があれば、また出場したいと思います。



↑ (優勝盾)
大切なものなので大事に
保管しているそうです

宮崎地域精神保健福祉協議会

当協議会は、宮崎市及び東諸県郡における精神保健及び精神障がい者福祉の推進を図ることを目的に活動しています。

【こころの健康づくり講演会】

期 日：平成31年2月5日（火）

場 所：宮崎県総合保健センター 大研修室

参加者：51名

内 容：講演「いのちを見つめて

～医者と僧侶 二足のわらじ～」

講師 浄土真宗本願寺派称専寺第16代住職

忠恕会内田医院内科医師

栗田 正弘 氏



医師として、また住職として、「いのち」へ寄り添ってこられた経験をもとに、支え合い認め合う関係づくりについて御講演いただきました。

講演の中では、「いのち」を医学と仏教の2つの側面から見つめ、対治と同治という仏教の言葉をもってお話いただきました。「医学においては病的状態を否なるものとし、その克服を目指す『対治』の思想が、一方、仏教においては、その病をも受け入れ、ともに生きていこうとする『同治』の思想が原点となっている。対治の思想で医療は日進月歩の進化を遂げてきたが、それでも避けては通れぬ老病死に対して、ありのままに受け入れる絶対的肯定、つまり同治の思想が人を救う。」ということをお話いただきました。

参加者からは「ありのままを受け入れていくことの大切さが分かった」「豊かな気持ちになれた」「日常に感謝しながら生活したい」といった感想が多く寄せられました。

【宮崎市内精神科病院球技大会】

期 日：平成30年6月14日

場 所：生目の杜運動公園 はんびドーム

参加チーム：18チーム（200名）

（高宮病院・野崎病院・井上病院）

宮崎若久病院・古賀総合病院

内 容：グラウンドゴルフ

大会運営に係る費用の助成を行っています。



【協議会だより「ゆとり」発行】

精神保健福祉に関する情報提供と、協議会の活動を中心に編集した、宮崎地域精神保健福祉協議会だより『ゆとり第23号』を発行しました。

日南串間地域精神保健福祉協議会

当協議会は日南市、串間市における精神保健及び精神障がい者福祉の推進を図ることを目的に活動しています。

【精神障がい者・家族・支援者交流会】

期日：平成30年11月19日（月）

場所：日南市総合運動公園多目的体育館

参加者：122名

（医療機関デイケア、地域活動支援センター、
ピアサポートグループ、民生委員児童委員等）

内容：ミニバレー

レクリエーションゲーム（ラダーゲッター、フープディスクゲッター、
わなげ、ディスクキャッチャー・トラベラー）



開会式では、参加団体の取り組みや活動を知ってもらうため、団体紹介を行いました。デイケアの利用者さんが堂々と発表される姿に、参加者全員で拍手を送りました。

ミニバレーでは、この交流会を楽しみに、各チームが練習に励んできたということもあり、白熱した戦いとなりました。



レクリエーションでは、たくさんの笑顔がみられ、ゲームを楽しんでいる様子が伺えました。運営にご協力いただいたレクリエーション協会の方々との交流の機会にもなりました。

【協議会だより「潮騒」の発行】

平成31年1月に、日南串間地域精神保健福祉協議会だより「潮騒」を発行しました。

精神障がい者・家族・支援者交流会の様子やピアサポートグループ「県南・スパローズ」の活動紹介を掲載しています。

都城北諸地域精神保健福祉協議会

当協議会は都城市や三股町における精神保健福祉の推進を図ることを目的に活動しています。主な活動としては、家族会等への活動助成や精神障がい者支援ネットワークを結成し、講演会や普及啓発イベントの企画、協議会だよりの発行を行っています。

【こころの健康づくり講演会】

日 時：平成31年2月16日（土）午後2時～午後3時45分

場 所：都城保健所 多目的室

参加者：38名（一般、民生委員児童委員等）

内 容：①「ひきこもり地域支援センターについて」

宮崎県精神保健福祉センター 村山 光子氏

②「ひきこもり本人と家族が共に生きるための心理的支援」

宮崎大学 教育学部 准教授 境 泉洋氏

村山氏の講演では、ひきこもり地域支援センターについて説明があり、相談の多くが母親からの相談であること、ひきこもっている本人だけでなく、家族が変化を感じられる関わりが必要であることをお話いただきました。境先生の講演では、ひきこもり本人を元気にするには、まずは家族を元気にすること、そして家族を支える地域の力が重要であることをお話いただき、支援を通じ、コミュニティづくりや地域再生にもつながっていくことを学ぶことができ、貴重な講演会となりました。

【精神障がい者家族交流会】

日 時：平成30年9月19日（水）午前10時～午後0時20分

場 所：都城保健所 多目的室

参加者：62名（当事者、家族、施設職員等）

内 容：災害に関する研修会、抽選会、事業所による余興、昼食会を行いました。災害時の避難方法を学んだり、各事業所が劇や手話による歌を披露したりし、とても有意義な交流会となりました。



災害に関する研修会



各事業所による余興



昼食会

【協議会だよりの「オアシス」の発行】

平成31年3月に協議会だよりの「オアシス」を発行しました。「突撃！地元の事業所さん」と題して、なのはな村の紹介等を掲載しています。

西諸地域精神保健福祉協議会

当協議会は、小林市、えびの市、高原町における精神障がい者の福祉の増進と地域における精神保健の向上を図ることを目的に活動しています。

【西諸地域精神障がい者文化交流会「こすもす祭」】

期 日：平成30年11月7日（水）

場 所：小林市文化会館

参加者数：約370名

内 容：〈ステージの部〉

○太鼓演奏○家族による体験発表

○福祉サービス事業所紹介、利用者発表

○講演「精神障がいを理解するために」

講師 医療法人浩然会 内村病院 皿井 清 先生

〈交流の部〉

○当事者会コーヒーサービス○作品展示

○ちぎり絵○自由書道○短歌・川柳

○福祉作業所による販売○バザー



【西諸地域精神障がい者家族交流会】

期 日：平成31年2月18日（月）

場 所：小林保健所

内 容：○講話「精神障がい者の生活技能について考える」

講師 就労継続支援B型福祉サービス事業所

スマイルハウス 瀬戸口 隆人 氏

○体験発表「家族の立場から」

○交流会

○各家族会の活動紹介

・小林こすもす家族会・えびの市ひかり家族会・高原町あじさい会

家族同士で悩みや心配事をお互いに話合うことで、思いに共感したり、情報交換したりする場となりました。



【西諸地域社会資源見学会】

期 日：平成31年3月13日（水）

内 容：精神科病院職員や行政職員が地域の社会資源を見学しました。参加者からは、「多くの地域の資源を見学でき、とても勉強になった」「各機関の方とのつながりが広がった」といった感想が寄せられました。



【協議会だより“ときめき”の発行】

平成31年3月に協議会だより“ときめき 20号”を作成し、会員や関係機関等に配布しました。宮崎県精神保健福祉大会やこすもす祭、家族交流会の様子について紹介しています。

西都児湯地域精神保健福祉協議会

西都児湯地域精神保健福祉協議会では、西都市、高鍋町、新富町、西米良村、木城町、川南町、都農町における精神保健及び精神障がい者福祉の推進を図ることを目的に様々な事業を行っています。

【レクリエーション交流会】

日 程：平成30年10月5日

場 所：木城町立体育館

参加数：84名

内 容：輪投げ、磁石魚釣り、
オーバルボール、
低床型玉入れ



多様な4つの競技を通じて、参加者のプレーに歓声の上がる交流会になりました。

【精神障がい者の家族のための研修会・交流会】

日 程：平成30年9月27日

場 所：高鍋保健所

参加数：21名

内 容：(1) 講演「自分達で抱え込まず、制度を利用しよう」

講 師 高鍋町障がい者（児）等基幹相談

支援センター 主任 竹原 祐二 氏

(2) 体験発表 「家族の立場から」

障害者家族



講師からは、事例ケースを用いながら、福祉制度利用（就労支援B型、居宅介護、移動支援、後見補佐人等）の状況について、丁寧にお話いただきました。

当事者の体験発表では家族の立場から、「無理をさせないことが長続きの要だと家族自身が学んだ。家族としては、仕事を辞めさせることに抵抗があったが、潔く退くことも大事だと思った。」等、家族でなければ分からない思いなどを話していただきました。

参加者からは「同じような経験を話すことによってストレスが少しでも和らげると思いますので、どんどん実施して欲しい」などの感想が聞かれ、有意義な時間となりました。

【出前講座】

● テーマ「当事者からのメッセージ」

平成30年11月8日

高鍋町精神保健福祉ボランティア養成講座

【協議会だより「心と心のたより」の発行】

平成31年3月に協議会だより「心と心のたより」を発行しました。

精神保健福祉事業功労者表彰の様子や地元の事業所の活動紹介を掲載しています。

日向入郷地域精神保健福祉協議会

当協議会は、日向市、門川町、美郷町、諸塚村、椎葉村内の 24 の関係団体及び賛助会員により構成され、精神保健及び精神障がい者福祉の推進を図ることを目的に活動しています。

「さわやか交流会」

期 日：平成 30 年 9 月 13 日（木）

場 所：サンドーム日向

内 容：第 14 回玉入れ大会

第 5 回ホールインワン大会

参加者：124 名

（医療機関、町村デイケア等）



声高らかな「エイエイオー！！」のかけ声と、当事者代表 5 人の堂々とした選手宣誓で交流会が無事に幕を開け、玉入れとホールインワン大会で楽しい時間を過ごしました。

「地域家族交流研修会」

期日及び内容：

《第 1 回》平成 30 年 9 月 21 日（金）『病気の理解を深めよう』

講師（医） 鮫島病院 理事長 鮫島 哲郎 氏

《第 2 回》平成 30 年 11 月 2 日（金）『家族の関わりについて考えよう』

講師 鮫島病院 臨床心理士、田中病院 精神保健福祉士

《第 3 回》平成 31 年 2 月 28 日（木）『社会資源を知ろう』

講師 株式会社東久とうきゅう農園 施設長

日向地域活動支援センターはまゆう 相談支援専門員

場所：日向市障がい者センターあいとぴあ（日向市上町）



家族が参加し、語り合うことで、共有の体験者として、それぞれの経験から学び支え合い、交流を深めていただくことを目的に今年度は 3 回、各回テーマを設定し、テーマ毎に講師を招いての交流座談会を開催しました。交流会では、家族同士でなければ話せない思いが話され、体験の共有や情報交換等が行われました。

「こころの健康づくり講演会」

期日：平成 31 年 2 月 7 日（木）

場所：大王谷コミュニティセンター

演題：〈第 1 部 体験発表〉

発表者 AA のびょうか、宮崎県断酒友の会日向支部

〈第 2 部 講演〉

演題 「相談援助の基本と家族への理解」

～本人、家族への支援者としての関わりと相談支援の実際～

講師 精神保健福祉士 藤田 さかえ 氏

アルコール依存症に関わる医療、福祉、保健等の地域支援者に対して、相談支援の基本的な視点や姿勢についての知識の提供を行うことで、アルコール関連問題対策の充実を図るとともに自殺予防につなげることを目的に開催し、56 名が参加しました。

依存症の相談援助、家族への理解と支援について講演いただき、参加者にとって有意義な時間となりました。



延岡地域精神保健福祉協議会

当協議会は、延岡市における精神保健及び精神障がい者福祉の推進を図ることを目的にさまざまな事業を行っています。

【延岡ハートフルスポーツ大会】

- 期 日：平成30年11月9日（金）
- 場 所：妙田緑地公園、延岡勤労者体育センター
- 参加者：123名
- 内 容：ミニバレーとグラウンドゴルフの2種目で競技が行われました。各チームが練習の成果を発揮し、熱戦が繰り広げられました。地域のボランティアの方々にも協力していただき、大会は大盛況でした。準備体操では、ピアサポートさくらの会によるオリジナル体操を行いました。



【こころのコンサート】

- 期 日：平成30年12月18日（火）
- 場 所：カルチャープラザのべおかハーモニーホール
- 参加者：166名
- 内 容：7団体からのエンタリーがあり、歌やダンス、楽器演奏など趣向を凝らした心温まる出し物があり、参加者は終始笑顔で楽しむことができました。お楽しみ抽選会では、ポインセチアやブーゲンビリアなどの特別賞が用意され、当選した人からは歓声が上がりました。

【こころの健康づくり講演会】

- 期 日：平成31年2月14日（木）
- 参加者：50名
- 講 師：渡辺病院 看護師 梅本恵子 氏
古賀総合病院 精神科医 陣内紗織 氏
- 内 容：「中高年女性の身体の変化とメンタルヘルス～バレンタインデーに自分への贈り物～」をテーマに、女性ホルモンの変動や女性のメンタルヘルスの特徴等について、わかりやすく講演していただきました。



【こころの広場】

心の健康づくりと精神障がい者支援、精神保健福祉情報の提供を目的として、こころの広場第34号を発行し、会員、関係機関、当事者及び家族、ボランティア等へ配布しました。

西臼杵地域精神保健福祉協議会

当協議会は、日之影町、高千穂町、五ヶ瀬町における精神保健及び精神障がい者福祉の推進を図ることを目的として、団体会員、個人会員で運営し、啓発活動を中心に事業を進めています。

【こころの健康づくり支援者向け研修会】

平成30年10月15日に高千穂保健所にて、「アルコール依存症の疾患と治療の理解」と題して、地域支援者向けに社会医療法人芳和会 菊陽病院 看護師小橋氏と精神保健福祉士村上氏を講師として研修会を行いました。



【西臼杵郡障がい者スポーツ大会】



場 所：高千穂町武道館

＜競技種目＞
アキュラシー、カローリング、50m走、
じゃんけんピック、風船リレー、
玉入れ、団対抗リレー

作業所や支援学校などから、113名の参加がありました。競技の参加者・応援者、それぞれとても盛り上がり、参加者が積極的に参加していました。

【家族のつどい】

国見ヶ丘病院及び管内3町と合同で、精神障がい者の家族が抱えている気持ちを表現する場や家族同士の交流を深める場、病気を理解する場を作ることを目的として開催しています。平成30年度は2回開催し、12名の家族が参加されました。

＜テーマ＞

- 8月 ストレスって何？ストレス対処法を学ぶ～アロマ体験～
- 3月 高齢化に伴う精神症状

【普及啓発活動】

アルコール関連問題啓発週間に合わせて、高千穂警察署と合同で、チラシの配布など啓発活動を行いました。



【協議会だより「精神保健福祉 たかちほ」の発行】

心の健康づくりと精神障がい者支援、精神保健福祉情報の提供、啓発を目的として、年1回広報誌を発行し、管内全世帯及び会員、関係機関等に配布しました。



平成31年度「宮精連」定期総会及び事業活動報告

特定非営利活動法人 宮崎県精神福祉連合会
理事長 栗畑 貴志

平成31年度の「宮精連」総会を令和元年5月25日（土）市総合福祉保健センターにて開催いたしました。今年も県内の各地域の家族会会員47名の出席と、諸事情で出席できなかった会員の委任を含めた過半数の賛同を得て総会を開催することができました。

主な内容としましては、事業報告、会計報告、翌年度の事業計画と活動予算計画、役員改選でしたが、いずれも賛成多数で承認されました。特筆すべき内容として長期に渡りこの宮精連活動を支えてこられた理事3名が退任し新たな人事体制で始動することになります。

精神障がい者家族会活動は県福祉行政の暖かい支援が必要ですが、今年も来賓として県精神保健福祉センター所長直野慶子様、県福祉保健部障がい福祉課課長丸山裕太郎様のご出席をいただき、県や国の動きなどに関する説明をいただきました。



総会終了後の第二部では来年度に本県での開催が決定している「全精連」全国大会に向けた計画の概要説明と今後の進め方についての意見交換が行なわれました。

大会の対象が全国47都道府県の家族会であり、本県での開催が初めての経験となるため大きな重圧をかかえての事業であることから役員をはじめ気を引き締めております。また関係各行政機関からのご支援を含め、県内各団体や病院からの幅広い援助を賜ることも大会成功に欠かせないと考えております。具体的な活動計画の段階で改めましてご支援ご協力をお願い申し上げます。

宮精連は県下全域を対象に当事者はもちろん、その家族を含めた支援を目的に結成している団体であり、全国各県に同様に点在する家族会及びその統括団体ともいえる「みんなねっ」とからの提供による、県内だけでは入手しにくい情報などを家族会に伝える活動を行っております。第三者からは見えにくい精神障がいという病は誤解や偏見を受けやすく、働く場所を探すことも困難な現状を少しずつ良い方向に向けられるよう今後も活動を続けてゆきます。

平成30年、「新アルコール、薬物使用障害の診断治療ガイドライン」では、重度のアルコール依存症の人だけでなく、軽度の依存症の人にも焦点を当てた内容に改訂。「アルコール依存症の治療目標は、原則的に断酒の達成(決意)とその継続である」としつつも、「飲酒量低減を目標として、うまくいかなければ断酒に切り替える方法もある」「軽度の依存症で、明確な合併症を有しないケースでは、飲酒量低減も目標になりうる」として、新たに減酒という選択肢が行政機関の推奨事項にもりこまれていると、何かの記事で読んだことがある。

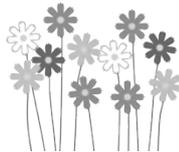
減酒外来が久里浜医療センター(日本ではトップクラスの規模、アルコール治療の国立病院機構である)で、始まったのが平成29年からです。わずか、2年余りですが、患者の中では、減酒(節酒)に成功している人もいるということです。

私の考えとしては、余りにも期間が、短すぎて最低5年、結果として成功していると考えるのは早過ぎると思います。アルコール依存症は、コントロール障害です。毎晩3合飲んでた人が、適量飲酒である1合で我慢する。長期にわたって出来る訳がありません。依存症ではありませんが、ダイエットも然りです。アルコールの病気、飲みすぎ等で悩んでいる人に対しては、専門病院での受診に対する垣根は、低くなることは確実です。専門病院に行くと断酒、一生お酒を飲めない。受診するのは絶対無理、そう考えます。断酒以外の治療法があることは救いになるでしょう。ただし、あくまで本人の意思次第です。

昨今のマスコミの話題を集めた、老人による交通事故死、子供の虐待死、いじめ、鬱による自殺、お酒も絡んでいるでしょう。全国で、アルコール依存症者107万人、依存症一步手前の予備軍980万人、アルコールに脳が支配(酔っ払い)されたら、人格が変わり、本来の自分ではありません。何をしでかすか、覚えてもいません。

宮崎県断酒友の会は断酒を目的に設立された自助グループではありますが、今後、減酒に励む方も受け入れる方向でやっていくことになるかもしれませんが、断酒会の基本である例会(本人の過去の飲酒についての反省、後悔、これからの断酒への希望などを皆の前で話し、聞いてもらう)では、飲まないで素面で参加することが条件になるでしょう。例会は、県内7つの支部にて、毎月20回程度、夜開催(基本)されております。お酒でお悩みの方は、保健所で相談、病院に行き、自助グループに繋がり、第2の人生を楽しみましょう。

精神障がい者家族会 小林こすもす家族会



- ☆活動内容 茶話会
- ☆日 時 毎月第2水曜日
13:30～15:30
(予約は不要です)
- ☆場 所 市民活動支援センター会議室
(八幡原市民総合センター内)
- ☆問合せ先 南郷(なんごう)
080-6423-5858



宮崎県精神福祉連合会や県内外のイベントに参加して得た情報を共有する活動もしています

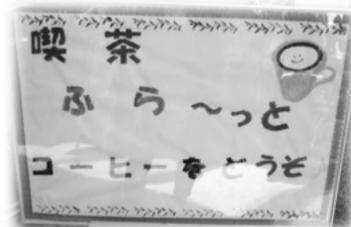
語り合うことで、悩みや心配事が少し軽くなるかもしれません。
ぜひ、お気軽にお越しください。



えびの市精神障がい者当事者の会 “ふら～っと”

精神の病気をお持ちの方で、「家にいてそろそろ気持ちも落ち着いてきたので外に出たいな」と思っている方はいませんか？

同じ病気を持つ仲間で悩みを話したり、コーヒーサービスをしながら、社会に適應する能力を身につけ、社会で復歸できるように皆さんで力を合わせていければと思っています。



- ☆活動内容 図書館でのコーヒーサービス
えびの市ひかり家族会との合同交流会
- ☆日 時 毎月第4金曜日
(都合により、変更になることがあります)
- ☆問合せ先 えびの市健康保険課 市民健康係
0984-35-1116 (係直通)



ぜひ、美味しいコーヒーを飲みに来てください！

都農町いちょう会デイケア

都農町いちょう会デイケアは、2ヶ月に1回程度活動しています。
年間の活動計画をスタッフと一緒に立て、様々な活動に取り組んでいます。



【平成30年度の取り組み】

●4月 グランドゴルフ練習

都農町の藤見運動公園で、5月のスポーツ大会に向けてグランドゴルフの練習をしました。
汗を流した後のみんなで食べるお弁当は最高です！

●5月 宮崎県障がい者スポーツ大会

他町の選手とも交流できるスポーツ大会には、毎年頑張って出場しています。



●10月 管内レクリエーション交流会

昨年は、木城町で行われました。管内の仲間と楽しんで交流できるため楽しみにしています。
初めて行うスポーツが多いのですが、勝負事になると意外に体が動き、本来の力を発揮できる場になってます。

●12月 クリスマス会（料理教室） & 避難訓練

自炊をしている人が多いので、意外に手際はいいんです！！



みんなで食べるごちそうは美味しいね♪



調理や飾りつけをみんなで行い、ジュースで乾杯をしました。プレゼント交換やビンゴ、トランプ大会も毎年恒例となっております。クリスマス会は1年で一番盛り上がる1日です。

昨年は、楽しんだ後も、避難訓練や消火体験を行い、日頃の防災意識を高めました。

●1月 初詣

都農神社で初詣をし、その後道の駅で買い物をしました。
そして、健康管理センターでトランプをして盛り上がりました。



●3月 家族会総会

(お問い合わせ先 都農町健康管理センター TEL0983-25-1008)

モジラ・テラス

Mojira Terrace

～もっと自分らしく～

「モジラ」とは、『もっと自分らしく』の略語から生まれた造語です。強みと弱み。得意と苦手。すべてがその人の自分らしさです。

自分のやりたいことをやる。自分の夢を叶える。これこそが本物の「自分らしさ」だと考えています。

福祉型スクール ～自発性と自己肯定感を大切に～

- 自立訓練（生活訓練） ○利用定員 10名 ○利用期間 最大2年間
生活の基礎力、コミュニケーションの力、働く力、発信力及び一般教養等を学びます。「いつかは働く」が合言葉です。
- 就労移行支援 ○利用定員 10名 ○利用期間 最大2年間
社会人基礎力と職業基礎力を中心に学び、「自分の職場を探し当てる」ことを目指します。



自分らしく働く ～できることにチャレンジ～

- 就労継続支援B型 ○利用定員 13名 ○利用期間の定めはありません
モジラ・テラスが提供する仕事は、次のステップへのきっかけづくりです。「できることにチャレンジする」。これがモジラ・テラスのスタートラインです。

社会福祉法人

スマイリング・パーク モジラ・テラス

宮崎県都城市早鈴町10街区32号

TEL (0986) 36-5350

FAX (0986) 36-5351 E-mail:mojira@smilehohoemi.com



～就労継続支援多機能型事業所～

えがおの里

三股町樺山、コスモス薬品さん前にある緑色の大きな看板が目印のえがおの里です。今年、就労継続支援B型も加わりA型との多機能型事業所になりました。

えがおの里とは…NPO法人笑福会が運営する障がい福祉施設です。当施設では、障がいのある方々が集まり、お弁当を作っています。それぞれの障がいの特性に合わせて、洗い物をする人、盛り付けをする人、調理をする人など、細かく作業を分担して、みんなで“おいしいお弁当”を目指しています。



就労継続支援A型

A型では、お弁当の製造や配達・デイサービスや入所施設での配膳が主な作業になります。100種類以上あるメニューの中から1日8～9品目を作っています。仕込みから盛り付けまで作業を分担し、協力し合っ

て、一見難しそうなおメニューも仕込み工程や調理工程が非常に細かく、そして分かりやすく記されているので、調理経験のない方でも安心して取り組める環境となっています。



就労継続支援B型

B型では、キャベツの千切りや大根・人参のいちよ切りなど、A型で調理する野菜のカットが主な作業になります。また午後からは、お食事を提供したデイサービスなどで、お皿洗いや片付け・翌日の準備などA型と連動した活動に取り組んでいます。短時間の利用も可能なので自分にあったペースでステップアップできる環境となっています。

お問い合わせ

〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町樺山4672番地50

TEL: 0986 - 36 - 4701

FAX: 0986 - 36 - 4702



— 道標 —

私たちそうだん室「とびら」は、延岡市しょうがい者大輪の会という NPO 法人の中にあります。大輪の会は、戦後から延岡にある肢体障がい者の当事者団体が母体です。他にヘルパーの派遣事業と、楽しい当事者活動もあります。

計画相談が始まる前からプロポーザルで、市の委託を受け、一般相談は行っていました。現在 2 人体制で精神・知的・身体障がいをはじめマイノリティーの支援を行っています。

とびらが発足したころは、精神障がい者に対応することが当初から多かったです。それは、私が精神障がいを持っていること、(現在も月 1 回受診している)、またその時の相棒も、左足切断の女性だったこともあり、二人ともが障害を持ったそうだん室だったので当時は、マスコミの取材も受けました。

今この仕事を始めて 11 年になります。相棒もこの間 3 代目となり、今は経験豊かな女性とチームとなり、相談業務にあたっています。表題に挙げた道標は、私の思う相談業務のイメージです。私の感覚では、障がいを持つ本人に、道標的に案内はするけれども、最終的に判断して進んでいくのは本人です。この道でよかったと後から思ってもらえるような、決して本人を引っ張っていくのではなく、本人の意思に沿いながら本人を案内ができたらと思います。

延岡市しょうがい者大輪の会
「そうだん室とびら」相談支援専門員 小川秀司



けんなん病院ではリハビリテーションに力を入れています！

理学療法士・言語聴覚士スタッフ



広いスペースに、さまざまな治療器具や最新のトレーニングマシンを揃えています。

精神科、認知症関連の患者さんに対しても、病気（脳梗塞等）やケガ等により、日常動作（歩き・起き上がり等）に障がいのある方や、言語障がい（うまく話せない・言葉が理解しにくい等）のある方の機能回復や社会復帰支援まで、幅広くサポートいたします。



歯科医師・言語聴覚士・看護師と管理栄養士が、患者さんの食事の状態を観察し、嚥下の評価と機能向上に取り組み中です。多科の専門スタッフが連携して、口腔ケアや食事指導をすることにより、これまでは何も食べられなくなっていた患者さんが、3度の食事を口から食べていただけるようになり、ご本人やご家族ともに喜んで下さいました。

精神科患者さんの高齢化や脳卒中などの合併症で低下した嚥下機能の向上にも取り組んでいます。

これからも、専門スタッフ一同連携して、口腔ケアと食事・リハビリテーションの活動を推進いたします。

作業療法士スタッフ



作業療法とは、療養生活の間に、日常、私たちが行っている作業（食事・買い物・掃除・遊ぶこと等）に少しでもより良い方法でチャレンジしていただき、心身の健康を促進することを目指しリハビリです。いろいろなことに取り組むことで、達成感を得たり、他の患者さんとのふれ合いを通して、より自分らしい一日や人生を取り戻していただけるよう、支援いたします。



医療法人十善会 県南病院

〒888-0001 宮崎県串間市大字西方3728番地
TEL: 0987-72-0224 FAX: 0987-72-5967
info@kennan-hospital.or.jp
<http://www.kennan-hospital.or.jp/>



宮崎県精神保健福祉連絡協議会だより

平成30年度事業実績

1. 会議開催

- (1) 第1回総会（平成30年5月28日）
 - ① 役員の選任について
 - ② 平成29年度事業実績について
 - ③ 平成29年度決算について
 - ④ 報告事項
 - ・第17回（平成30年度）宮崎県障がい者スポーツ大会の開催実績について
 - ・平成30年度精神保健福祉活動支援事業について
- (2) 第1回理事会（平成30年8月6日）
 - ① 精神保健福祉功労者の会長表彰の選考について
 - ② 精神保健福祉活動支援事業の審査について
 - ③ 精神保健福祉みやざき（第58号）の発行について
 - ④ 報告事項
 - ・第58回精神保健福祉大会の開催準備の進捗状況について
- (3) 第2回総会（平成31年3月11日）
 - ① 平成31年度事業計画について
 - ② 平成31年度当初予算について
 - ③ 第59回宮崎県精神保健福祉大会開催概要及び特別講演について
 - ④ 平成31年度の全体テーマ及び大会名称及び大会テーマについて
 - ⑤ 会則別表第1の改正について

2. 大会開催

- (1) 第17回宮崎県障がい者スポーツ大会
平成30年5月13日（日）宮崎県総合運動公園ほかで開催
参加者2,101名（選手数1,514名、うち精神障がい者297名）
- (2) 第58回精神保健福祉大会
平成30年10月13日（土）メディキット県民文化センター演劇ホールにて開催
参加者758名

3. 精神保健福祉功労者表彰

- (1) 県大会時表彰状及び記念品授与6件（個人4名、団体2）

4. 支援・助成

- (1) 精神保健福祉関係団体助成事業（助成額 35万円）

① 宮崎県精神福祉連合会（助成額 30万円）

② 宮崎県断酒友の会（助成額 5万円）

- (2) 精神保健福祉活動支援事業（助成額 25万円）

(活動の部)

① 宮崎天使ママの会（助成額 10万円）

② 江南よしみ地域生活支援センター（助成額 5万円）

③ チャイルドラインみやざき（助成額 10万円（自殺対策枠））

5. 普及・啓発

- (1) 機関誌「精神保健福祉みやざき（第58号）」の発行・配布（1,000部）

- (2) 啓発誌「心の健康（No.73）」の作成・配布（8,000部）

- (3) 専用ホームページの運用

- (4) 検索システム「こころ安心・相談ネット（愛称：みやざきこころ青Tねっと）」の運用

- (5) 診療・相談・支援機関情報誌「こころのハンドブック」（平成29年度版）の70部増刷

（「こころのハンドブック」は、平成29年度に県精神保健福祉センターと連携して700部作成）

6. その他

- (1) 九州精神保健福祉協議会理事会（佐賀市）平成30年11月2日開催

令和元年度事業計画

1. 大会開催

- (1) 第18回宮崎県障がい者スポーツ大会

5月12日（日）（会場：宮崎県総合運動公園）

- (2) 第59回宮崎県精神保健福祉大会

2. 精神保健福祉功労者表彰

- (1) 第59回宮崎県精神保健福祉大会時に表彰状授与

3. 普及・啓発事業

- (1) 機関誌「精神保健福祉みやざき（第59号）」の発行・配布（1,000部）
- (2) 啓発誌「心の健康（No.74）」の作成・配布（8,000部）
- (3) 広報媒体「専用ホームページ」等の運用
ホームページアドレス（<http://www.miya-seiren.com>）
- (4) 「こころ安心・相談ネット（愛称：みやざきこころ青Tねっと）」の運用
ホームページアドレス（<http://www.m-aot.net>）
- (5) 「自殺対策強化月間（3月）」関連普及啓発
パネル展示、チラシなどの配布

4. 各種団体に対する助成

- (1) 宮崎県精神福祉連合会が実施する啓発活動等への助成
- (2) 宮崎県断酒友の会が実施する啓発活動等への助成
※精神保健福祉大会の充実のため、精神保健福祉活動支援事業は廃止

5. 総会・理事会の開催

- (1) 第1回総会（5月27日（月）開催予定）
平成30年度事業実績・決算承認、役員選任など
- (2) 第1回理事会（8月5日（月）開催予定）
会長表彰者決定、機関誌発行など
- (3) 第2回総会（3月9日（月）開催予定）
令和2年度事業計画・当初予算承認、精神保健福祉大会など

6. その他

- (1) 九州精神保健福祉協議会理事会（鹿児島県）11月22日開催予定
- (2) 全国精神保健福祉連絡協議会総会（奈良県）10月23日開催予定

宮崎県精神保健福祉連絡協議会 役員名簿

令和元年10月1日現在

役 職	氏 名	機関・団体名等
会 長	高宮 眞樹	宮崎地域精神保健福祉協議会 代表
副 会 長	石田 康	宮崎大学医学部精神医学教室 教授
常 務 理 事	直野 慶子	宮崎県精神保健福祉センター 所長
理 事	三山 吉夫	宮崎大学 名誉教授
理 事	谷口 浩	日南申間地域精神保健福祉協議会 代表
理 事	有田 一信	都城北諸地域精神保健福祉協議会 代表
理 事	内村 大介	西諸地域精神保健福祉協議会 代表
理 事	首藤 謙二	西都児湯地域精神保健福祉協議会 代表
理 事	鮫島 哲郎	日向入郷地域精神保健福祉協議会 代表
理 事	吉田 建世	延岡地域精神保健福祉協議会 代表 宮崎県精神科医会 会長
理 事	植松 昌俊	西臼杵地域精神保健福祉協議会 代表
理 事	田中 洋	宮崎県精神科病院協会 会長
理 事	中村 究	宮崎県精神科診療所協会 会長
理 事	小川 雅彦	宮崎県福祉保健課 課長
理 事	丸山 裕太郎	宮崎県障がい福祉課 課長
理 事	桑畑 貴志	宮崎県精神福祉連合会 理事長
理 事	川越 晋作	宮崎県断酒友の会 理事長
理 事	矢野 光孝	宮崎県障害者社会参加推進センター 所長
監 事	黒江 義之	宮崎県社会福祉協議会 事務局長
監 事	瀧口 俊一	宮崎県保健所長会 会長

●役員数：理事18名（会長1名、副会長1名、常務理事1名を含む）、監事2名

●役員任期：平成31年4月1日～令和3年3月31日（2年間、新任者も同じ）

宮崎県精神保健福祉連絡協議会 会員名簿

正会員

令和元年10月現在

組織・団体名	郵便番号	所在地住所	電話番号	FAX 番号	ホームページ
宮崎地域精神保健福祉協議会	880-0032	宮崎市霧島1-1-2 中央保健所内	0985-28-2111	0985-23-9613	
日南串間地域精神保健福祉協議会	889-2536	日南市吾西1-5-10 日南保健所内	0987-23-3141	0987-23-3014	
都城北諸地域精神保健福祉協議会	885-0012	都城市上川東3-14-3 都城保健所内	0986-23-4504	0986-23-0551	
西諸地域精神保健福祉協議会	886-0003	小市大字堤3020-13 小林保健所内	0984-23-3118	0984-23-3119	
西都児湯地域精神保健福祉協議会	884-0004	児湯郡高鍋町大字蚊口浦5120-1 高鍋保健所内	0983-22-1330	0983-23-5139	
日向入郷地域精神保健福祉協議会	883-0041	日向市北町2-16 日向保健所内	0982-52-5101	0982-52-5104	
延岡地域精神保健福祉協議会	882-0803	延岡市大貫町1-2840 延岡保健所内	0982-33-5373	0982-33-5375	
西臼杵地域精神保健福祉協議会	882-1101	西臼杵郡高千穂町大字三田井1086-1 高千穂保健所内	0982-72-2168	0982-72-4786	
一般社団法人 宮崎県精神科病院協会	880-0013	宮崎市松橋1-1-32 コーポはまゆう7F	0985-60-2671	0985-60-2672	
一般社団法人 宮崎県精神科診療所協会	880-0806	宮崎市広島1-17-21 中村クリニック内	0985-32-7830	0985-32-7831	
宮崎大学医学部 臨床神経科学講座 精神医学分野	889-1692	宮崎市清武町木原5200	0985-85-2969	0985-85-5475	http://www.med.miyazaki-u.ac.jp
社会福祉法人 宮崎県社会福祉協議会	880-8515	宮崎市原町2-22 県福祉総合センター内	0985-22-3145	0985-27-9003	http://www.mkensha.or.jp
宮崎県精神科医会	889-0511	延岡市松原町4-8850 吉田病院内	0982-37-0126	0982-37-0233	
特定非営利活動法人 宮崎県精神福祉連合会	880-0014	宮崎市鶴島2丁目9-6 みやざきNPOハウス405号	0984-22-8622	0984-22-8622	http://www5.ocn.ne.jp/~mkaren
一般社団法人 宮崎県断酒友の会	889-1701	宮崎市田野町甲6172-1	090-4589-2310	0985-86-0650	
宮崎県障害者社会参加推進センター	880-0007	宮崎市原町2-22 県福祉総合センター内	0985-26-2950	0985-55-0258	
宮崎県保健所長会	885-0012	都城市上川東3-14-3 都城保健所内	0986-23-4504	0986-23-0551	
宮崎県福祉保健課	880-8501	宮崎市橋通東2-10-1	0985-26-7074	0985-26-7326	http://www.pref.miyazaki.lg.jp
宮崎県障がい福祉課	880-8501	宮崎市橋通東2-10-1	0985-32-4471	0985-26-7340	http://www.pref.miyazaki.lg.jp
宮崎県精神保健福祉センター	880-0032	宮崎市霧島1-1-2	0985-27-5663	0985-27-5276	http://www.seihocenter-miyazaki.com
宮崎大学名誉教授	889-1911	北諸郡三股町大字長田1270 老年期精神疾患センター内	0986-52-5800	0986-52-5573	

賛助会員

病院・診療所名	郵便番号	所在地住所	電話番号	FAX 番号	ホームページ
宮崎大学医学部附属病院精神科	889-1692	宮崎市清武町木原5200	0985-85-2969	0985-85-5475	http://www.med.miyazaki-u.ac.jp/hospital
医療法人清芳会 井上病院	880-0123	宮崎市大字芳士80	0985-39-5396	0985-39-2410	http://www.inoue-hp.net
社会医療法人同心会 古賀総合病院	880-0041	宮崎市池内町敷木1749-1	0985-39-8966	0985-39-0634	http://www.kgh.or.jp
医療法人真愛会 高宮病院	880-0841	宮崎市吉村町大町甲1931	0985-24-5678	0985-22-1571	http://www.takamiya.or.jp
一般財団法人弘潤会 野崎病院	880-0916	宮崎市大字恒久5567	0985-51-3111	0985-51-3114	http://www.koujunki.jp
医療法人慈光会 宮崎若久病院	880-0945	宮崎市福島町寺山3147	0985-51-1548	0985-52-7394	http://www.miyazaki-wakahisa.com
医療法人如月会 若草病院	880-0804	宮崎市宮田町7-37	0985-28-2801	0985-20-0819	http://www.miyazaki-wakakusa.or.jp

賛助会員

病院・診療所名	郵便番号	所在地住所	電話番号	FAX番号	ホームページ
一般社団法人藤元メディカルシステム 大橋病院	889-1911	北諸県郡三股町大字長田1270	0986-52-5800	0986-52-5573	http://www.fujimoto.or.jp
医療法人恵心会 永田病院	885-0084	都城市五十町5173	0986-23-2863	0986-23-2238	http://www.nagatahp.or.jp
一般社団法人藤元メディカルシステム 藤元病院	885-0055	都城市早輪町17-4	0986-25-1315	0986-25-2473	http://www.fujimoto.or.jp
医療法人一誠会 都城新生病院	885-0093	都城市志比田町3782	0986-22-0280	0986-25-1958	http://www.shinsei-hp.jp
医療法人隆誠会 延岡保養園	882-0863	延岡市緑ヶ丘5-14-30	0982-33-6396	0982-35-3370	http://www.ryuseikai.com
医療法人建悠会 吉田病院	889-0511	延岡市松原町4-8850	0982-37-0126	0982-37-0233	http://www.yoshidahospital.or.jp
医療法人同仁会 谷口病院	887-0034	日南市大字風田3861	0987-23-1331	0987-23-7739	http://www.taniguchi-hospital.jp
医療法人浩然会 内村病院	886-0002	小林市水流迫852番地1	0984-23-2575	0984-22-6442	http://www.uchimura-hospital.jp
医療法人信和会 小林保養院	886-0003	小林市堤2939	0984-22-2836	0984-22-5341	http://www.kobayashihoyoin.or.jp
医療法人和敬会 国見ヶ丘病院	882-1102	西臼杵郡高千穂町大字押方1130	0982-72-3151	0982-72-3153	http://www.kunimigaoka.or.jp
医療法人十善会 県南病院	888-0001	串間市大字西方3728	0987-72-0224	0987-72-5967	http://www.kennan-hospital.or.jp
医療法人向洋会 協和病院	883-0021	日向市大字財光寺1194-3	0982-54-2806	0982-54-3319	http://www.kyowahospital.jp
医療法人望洋会 鯨島病院	883-0033	日向市大字塩見14168	0982-54-6801	0982-53-7313	http://sameshima-hp.jp
医療法人社団慶城会 瀧井病院	883-0033	日向市大字塩見11652	0982-52-2409	0982-52-2403	http://keijoukai.pr.miten.jp/modules/myalbum1
特定医療法人浩洋会 田中病院	889-0623	東臼杵郡門川町宮ヶ原4-80	0982-63-2211	0982-63-2211	http://www.tanaka-hp.or.jp
医療法人恵喜会 西都病院	881-0023	西都市大字調殿1010	0983-43-0143	0983-43-5256	
医療法人りっか会 ピア・メンタルささき病院	880-0211	宮崎市佐土原町下田島21230	0985-73-1811	0985-72-0640	http://www.peer-ricka.jp
医療法人新花会 あいくりクリニック	880-0879	宮崎市宮崎駅東1-6-7	0985-25-0085	0985-25-5882	http://www.ai-clinic.pro
医療法人社団静心会 近間クリニック	880-0031	宮崎市船塚1-2	0985-24-6662	0985-24-7008	
医療法人社団凌雲会 福永内科神経科医院	889-1607	宮崎市清武町加納1-29-2	0985-85-6006	0985-55-0886	
医療法人芳明会 早稲田クリニック	880-0933	宮崎市大坪町西六月2197-1	0985-53-3030	0985-54-5151	http://www.houmei.or.jp
野田クリニック	882-0052	延岡市萩町52	0982-35-7789	0982-34-0085	
こころメンタルクリニック	880-0905	宮崎市中村西3-2-33	0985-55-1777	0985-55-1789	http://www.miyazaki-catv.ne.jp/~kogomentalclinic
北野メンタルクリニック	880-0824	宮崎市大島町南窪814-47ルエビル105	0985-22-7588	0985-22-7587	
福)宮崎県社会福祉事業団 向陽の里診療所	880-1101	東諸県郡国富町大字本庄1407	0985-75-7752	0985-75-2979	
医療法人ハートピア 細見クリニック	880-0001	宮崎市橘通西1-5-3	0985-35-1100	0985-38-1711	http://www.hosomici.sakura.ne.jp
サザンクリニック	880-0912	宮崎市大字赤江830-1	0985-50-5771	0985-50-5772	
みずのメンタルクリニック	883-0041	日向市北町1-2	0982-50-0855	0982-57-3627	
医療法人聖心会 中村クリニック	880-0806	宮崎市広島1丁目17-21 ポレスターアーバンシティ広島1F	0985-32-7830	0985-32-7831	http://www.nakamura-cl.com
あけぼの診療所	889-1703	宮崎市田野町あけぼの2丁目5番地1	0985-74-5600	0985-74-5601	http://www.akebono-hp.com/
医療法人社団博心会 大山脳神経外科クリニック	889-1411	児湯郡新富町雷田1丁目3番地2	0983-26-8111	0983-33-6365	
康雅メンタルクリニック	880-0001	宮崎市橘通西3丁目10-19	0985-27-2500	0985-27-8700	http://www.yasumasentalclinic.jp/
医療法人弘文会 松岡内科医院	883-0014	日向市原町1丁目2番2号	0982-52-5407	0982-52-9891	
大貫内科	882-0803	延岡市大貫町5丁目1646番地1	0982-28-2200	0982-32-1500	
医療法人こぶしクリニック	880-0941	宮崎市北川内町乱橋3628-3	0985-64-1010	0985-64-1012	

宮崎県精神保健福祉センターからのお知らせ

ひきこもりに関する相談のご案内

- ・ひきこもって6ヶ月以上になる
- ・どこに相談したらよいかわからない

宮崎県ひきこもり地域支援センター

TEL : 0985-27-8133 0985-44-2411

※8:30~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)

※まずはお電話ください。

精神科医による診療相談のご案内

ご本人やご家族の悩みに専門の精神科医が個別に相談に応じます。

相談	主な内容	日程	時間
一般診療相談	精神的な不調全般	第1・3水曜日	いずれも 午後2時 ~午後4時 (予約制)
ストレス診療相談	ストレスによる精神的な不調、うつ病等	第2・3・4月曜日	
薬物関連診療相談	アルコール、薬物、ギャンブル等の依存症	第2・4水曜日	
思春期精神保健診療相談	思春期の精神的な不調等	毎月2回 (不定期)	

※日程・時間は、医師の都合等により変更となることがあります。

予約受付電話：TEL(0985)27-5663

こころの電話相談

月曜日～金曜日【午前9時～午後7時】

(祝祭日、12/29～1/3を除く)

専門の電話相談員が相談をお受けします。

※様々な悩みを幅広くお受けしています。今のつらい気持ちをただ聴いてもらいたい方もお気軽にどうぞ。

専用回線：TEL(0985)32-5566

図書室利用についてのご案内

センター内にある図書室は、どなたでもご利用できます。貸出しも行っています。

- 図書 専門書、一般向け雑誌など
- ビデオ 精神疾患の理解や精神障がい者の支援に関するものなど
- DVD
- パネル こころの健康、うつ、統合失調症、アルコール依存症やギャンブル依存症等各種シリーズがあり、研修会や各種行事等の展示としてもご利用できます。
※ホームページにパネル等を掲載しています。

宮崎県精神保健福祉連絡協議会

宮崎県精神保健福祉連絡協議会や関係各団体の活動など精神保健福祉の取り組みを紹介しています。

アドレス <http://www.miya-seiren.com/>



カラダのゲンキはココロから。

宮崎こころの保健室

思春期におけるこころの問題に関する相談窓口やストレス診断に加え、メールによる相談も受け付けています。

詳しくは、下記のホームページをご覧ください。

【アドレス】 <http://miyakoro.com>

家族教室のご案内

精神疾患(障がい)についての家族のための教室を開いています。精神科医等の話を聴き、病気や障がいへの理解を深め、家族の対応方法を学びます。

開催時期、内容についてはお問い合わせください。

TEL(0985)27-5663

- 依存症家族教室
- 発達障害家族教室
- ひきこもり家族教室

家族のつどいのご案内

同じ悩みを持つ家族同士が、つらい気持ちや不安を共有することで、混乱し孤立した状況から解放され、まずは家族自身が回復することを目的としたグループミーティングを行っています。

(匿名参加可)

開催日時についてはお問い合わせください。

TEL(0985)27-5663

- ギャンブル依存症者の家族のつどい
- 薬物依存症者の家族のつどい

宮崎県精神保健福祉センター付近略図



交通のご案内

【宮崎駅から】

- タクシー：約10分
- バス利用：ボンベルタ橋前バス停まで徒歩10分
ボンベルタ橋前バス停から7番線(下北方行)で和知川原バス停下車徒歩5分
又は8番線(平和台行)で花殿町バス停下車徒歩5分

宮崎県精神保健福祉センター

〒880-0032 宮崎市霧島1丁目1-2 宮崎県総合保健センター4階

TEL : 0985-27-5663 / FAX : 0985-27-5276

アドレス <http://www.seihocenter-miyazaki.com/>

精神保健福祉みやざき(第59号)

令和元年10月発行

編集発行 宮崎県精神保健福祉連絡協議会
〒880-0032 宮崎市霧島1-1-2
TEL 0985-27-5663
FAX 0985-27-5276

印刷製本 有限会社 K・I印刷
〒880-0056 宮崎市神宮東3-6-19
TEL 0985-65-4024

編集委員会 委員名簿

中央保健所健康づくり課	主任技師	寺町 真由美
日南保健所健康づくり課	技師	山崎 未紗
都城保健所健康づくり課	技師	岡田 菜々夏
小林保健所健康づくり課	技師	川平 陽子
高鍋保健所健康づくり課	主任技師	倉永 笑民
日向保健所健康づくり課	主任保健師	田村 ひろみ
延岡保健所健康づくり課	技師	塩田 瑞月
高千穂保健所健康づくり課	主任技師	有村 めぐみ
精神保健福祉センター	副所長	赤崎 圭一郎
	主幹兼主任	家弓 文孝
	主査	高橋 賢二

精神保健福祉

みやがき



この広報紙は赤い羽根募金の配分を受けて発行しています。

宮崎県精神保健福祉連絡協議会

再生紙を使用しています