

精神保健福祉

みやざき



宮崎県精神保健福祉連絡協議会
宮崎県精神保健福祉センター

64

2024

表紙説明

「ようこそ新富へ」

(ハッピーパーク利用者 K.A. さん 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。

目 次

第63回 宮崎県精神保健福祉大会（令和5年度開催）

「伝わるころろ ささえ合う地域」	3
------------------------	---

精神保健福祉事業功労者（令和5年度）

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

表彰受賞者の声（令和5年度）

はまゆう家族の会役員	鬼東 紀美子（宮崎市）	8
串間市よつば会会長	門川 富義（串間市）	9
株式会社きりしま福祉会	（都城市）	10
特定非営利活動法人ゆるいと理事長	中嶋 理恵子（小林市）	11
就労継続支援B型福祉サービス事業所スマイルハウス		
施設管理者兼サービス管理責任者	瀬戸口 隆人（小林市）	12
福祉売店えみあす運営委員会	（小林市）	13
合同会社さわらび自立生活援助サービス管理責任者		
	松下 陽子（日向市）	14

第23回宮崎県障がい者スポーツ大会の結果について	15
--------------------------------	----

第23回宮崎県障がい者スポーツ大会に参加して

男子卓球の部優勝者 工藤美樹雄氏インタビュー（高千穂町）	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
一般社団法人宮崎県断酒友の会	26

地域で活動する自助活動グループ等の紹介

新富町ふたば会（新富町）	27
都農町家族会いちょう会（都農町）	27
仲間の会（延岡市）	28
のべおかピアサポートさくらの会（延岡市）	28

障がい者の就労促進等に取り組む事業所

ぐらんまグループ（就労移行支援・就労継続支援・自立訓練）	29
------------------------------------	----

宮崎県精神保健福祉連絡協議会だより

令和5年度事業実績	30
令和6年度事業計画	31
宮崎県精神保健福祉連絡協議会 役員名簿	33
宮崎県精神保健福祉連絡協議会 会員名簿	34

宮崎県精神保健福祉センターからのお知らせ

第63回 宮崎県精神保健福祉大会

テーマ：「伝わるころろ ささえ合う地域」

1 開催日時 令和5年10月14日（土）13:00～15:30

2 場 所 小林市文化会館

3 参加人数 402名

4 大会内容

(1) アトラクション

宮崎県立小林秀峰高等学校新体操部



(2) 式典（表彰）

宮崎県知事表彰 5名

宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰 5名 2団体

宮崎県精神科病院協会会長表彰 9名

(3) 体験発表

「おひさまピアの会の活動について」、「家族会に出会って」

地域活動支援センター I 型

ゆるいとタウンとんでーの

精神障がい者当事者会、家族会



(4) 特別講演

演題 「自分を誇れる生き方を ～新しい挑戦のその先に～」

講師 原田 涼平 氏

障がい者スポーツ選手雇用センター

シーズアスリート所属

パラテコンドー選手

米衛 晴香 氏

障がい者スポーツ選手雇用センター

シーズアスリート所属

車いすバスケットボール選手



(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（令和５年度）

氏 名	住 所	所属・職名(職種)	功 績 概 要
おにつか き み こ 鬼東 紀美子	宮崎市	はまゆう家族の会 役員	平成１１年９月に家族会が発足し、平成２２年頃から、自身も家族の立場として会に参加するようになった。月日とともに、会の参加者に自分の思いを自然体で話せるようになり、平成２５年頃に役員に就任した。役員就任後は宮崎市主催の勉強会等にも一層積極的に参加するようになり、学びを深めてきた。 宮崎市健康支援課主催の精神障がい者家族教室には毎年６回全てに参加しており、家族教室に初めて参加された方に積極的に声かけをし、家族会の紹介をしている。 家族会の紹介にあたっては、自身の思いや経験を大切にしており、家族が少しでも元気になれるように、そして、当事者に思いを馳せるだけでなく、家族自身が自分の人生を謳歌することも大切だというメッセージを、温かみを持って伝え続けている。 今後も、一人でも多くの当事者そして家族が自分の人生を、楽しみを持って過ごせるようになることを願い、積極的に活動が続けていくとのことである。
かどかわ とみよし 門川 富義	串間市	串間市よつば会 会長	平成９年頃、串間市よつば会（精神障がい者家族会）に入会。入会当初より、妻とともに事業運営に積極的に関わり、会長の補佐役も担いながら、各活動の企画運営に取り組み、平成２９年からは、会長に就任している。 毎月定例の座談会等をとおして、精神障がい者や家族に寄り添い、居心地の良い場の提供に、長年尽力してきた。 また、県外の患者・家族会との交流を行う等、精神障がい者や家族の活動の場の拡大にも尽力している。 会長就任以降は、日南串間地域精神保健福祉協議会の理事も務め、日南串間地域の精神保健福祉の推進にも寄与している。 温厚で親しみやすく誠実な人柄から、家族会をはじめとする関係機関のみならず、地域住民からも厚い信頼を得ており、地域にとって不可欠な存在となっている。 その他、串間市内で地域住民の居場所づくりとして、サロン会を市内でも一番に自主的に立ち上げ、現在会長を務めており、地域の精神保健福祉への貢献は多大なものである。

氏 名	住 所	所属・職名(職種)	功 績 概 要
株式会社 きりしま福祉会	都城市		精神疾患のある近隣住民が頻繁に病院に入退院を繰り返している姿を見て、中間施設があれば良いのにと考えたことをきっかけに、統括責任者である野里高子氏により平成27年に設立され、同年、都城市に共同生活援助事業所「自助ホームいちゃりば」を開設し、これまで在院期間が10年以上の長期入院者の地域移行支援に携わってきた。 その後、平成30年に鹿児島県霧島市に、共同生活援助事業所「自助ホームかりゆし」を、令和2年4月に都城市に「相談サポートいちゃりば」を、また、同年6月には日南市において共同生活援助事業所「自助ホームていーだ」を開設するなど、地域で生活していくことに不安のある精神障がい者一人ひとりに寄り添い、自活するための生活力を身につけられるよう支援を行っており、地域の精神保健福祉活動の向上や推進に寄与している。
なかしま 中嶋 りえこ 理恵子	小林市	特定非営利活動法人 ゆるいと理事長	こころの病気を抱える方たちが利用できる場所が限られていることを知り、平成28年10月に、西諸地域に唯一の地域活動支援センターI型を小林市内に開設した。施設では、外部講師を招いた学習会や薬剤師による薬の学習会等を開催しており、利用者・家族・地域の民生委員や関係機関の方々の参加がある。 また、毎月広報誌を作成し、活動周知・理解促進を図ると共に、県内の地域活動支援センターへの訪問・交流会を実施する等、積極的に活動を展開している。 令和2年4月には、地域でひとり暮らしをしてみたいけれど自信がない方の暮らしをサポートするために、グループホームを開設した。また、令和5年には、これまで当施設で活動していた精神障がい者当事者会を「おひさまピアの会」と名付け、出前ピア交流会等の新たなピア活動を展開する等、精神障がい者が活動する場の拡大にも尽力している。 利用者や家族が困ったとき、必要なときに、当施設が、いつでも気軽に立ち寄ることのできる場所、相談できる場所となるよう、利用者や家族等とつながり続けることを大切にしながら活動しており精神保健福祉の推進に大きく貢献している。

氏 名	住 所	所属・職名(職種)	功 績 概 要
瀬戸口 隆人 せ と ぐち たか と	小林市	就労継続支援B型 福祉サービス事業 所スマイルハウス 施設管理者兼サー ビス管理責任者	昭和60年に内村病院へ准看護師として入職し、平成14年にSST普及協会認定講師の資格を取得。約33年間の内村病院での勤務経験を経て、「障がいを持つ方々の退院後の生活を支援したい」という思いから、退職後の平成29年10月に就労継続支援B型福祉サービス事業所「スマイルハウス」を開設した。 当事業所においては、SST普及協会認定講師の資格を活かし、事業所利用者を対象としたSSTを毎月実施しており、働く上で必要なコミュニケーションがとれるように支援を行うとともに、職員の人材育成にも力を入れている。 また、宮崎SST研究会の講師として講演・指導を行ったり、西諸地域精神障がい者文化交流会「こすもす祭」にてSSTの発表をする等、積極的に活動している。 障がいを持つ方々の居場所づくりや、仕事を通して自立した生活を送ることを目指した活動を展開しており、これらの活動は精神保健福祉の推進に大きく貢献している。
福祉売店 えみあす運営 委員会	小林市		当運営委員会は、「障がいについての理解促進と、障がいを持つ方々の社会参加を促す場を作りたい」という思いから、平成30年に発足。活動の趣旨に賛同する4つの事業所で構成しており、小林市役所の協力のもと、2か月に1回の福祉ショップ「Emi-Asu」の開催及び小林市役所内に常設する福祉売店えみあすの運営を行っている。 自治体庁舎内に福祉売店を構えることは、県内では先駆的な取り組みであり、障がい者が生産・作成したものを自ら対面販売することで、障がい者の生産・労働意欲の向上や、地域住民との交流促進・社会参加につながっている。また、障がい者支援施設で作られた品々の販売を通して、地域住民へ障がいについての理解促進を図っている。 このように、行政と協力しながら地域に根ざした活動を行っており、これらの活動は精神保健福祉の推進に大きく貢献している。

氏 名	住 所	所属・職名(職種)	功 績 概 要
まつした ようこ 松下 陽子	日向市	合同会社さわらび 自立生活援助サービス管理責任者	平成7年に鮫島病院に入職以降、現在に至るまで、精神障がい者の社会復帰支援や生活支援に積極的に取り組んできた。同院では、グループホーム等に患者が退院するためのSSTを行ったり、勤務時間外に、AAに患者と同伴で参加したりするなど、患者を支援してきた。 同院を退職後は、合同会社さわらびに勤務し、令和5年1月より自立生活援助サービス管理責任者として、地域に住む精神障がい者に寄り添い、必要な支援を提供している。 また、令和3年4月からは、日向市・東臼杵郡自立支援協議会精神部会委員も務めており、地域移行支援や地域定着支援における地域の資源や課題などの整理を関係機関と行っている。 さらに令和5年度からは、ピアサポート活動を行い、ピアサポーターの活躍の場などの検討や居場所づくりにも尽力しており、日向入郷地域の精神保健福祉活動における功績は大変大きいものである。

はまゆう家族の会 役員
鬼東 紀美子

この度は、第63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いただき、誠にありがとうございました。大会の翌日、「はまゆう家族の会」で皆様に大会の報告をし、温かい言葉と花束をいただきとてもうれしかったです。

30代で息子が統合失調症となり、14年になります。当時の息子の苦しみも家族としての対応もわからず、保健所に相談に行き、保健所の家族教室と「はまゆう家族の会」に入り、自分一人ではないのだと皆と勉強し、一歩前に進む大切さを学び、13年間焦らずゆっくり続けてきました。

息子は小学校4年生から柔道、中学・高校ではボクシングに励み、プロ選手、西部地区ウェルター級チャンピオンにもなりました。また、トライアスロンにも参加したり、釣りに行くなど元気な時もありました。今、病気の自覚もあり安定しており、リハビリ程度ではありますが、清武の柔道に体の調子のいい時に時々参加しています。

一般の学生や大人と一緒に体を動かしている姿は、死を何回も選ぼうと思いつめ、苦しんでいた息子が皆さんの温かい支えで生きる力となっているのだとひしひしと感じております。

こんな私にできることは小さなことですが、悩んでおられる家族の方の力になればと自分なりのやり方で話を聞いてあげ、当事者に合わせたやり方で家の中から一歩外へくつろげる居場所探し、それからまた一歩とゆっくり焦らずにすることが社会生活の始まりだと思います。

最後に私が心に残った講師の言葉です。

「当事者に寄り添うことは大事なこと。でも親（あなた）の人生も一度きり。自分の好きなことも少しはしましょう。その元気は笑顔となり、当事者にも伝わりますよ」

これを聞いた私は、息子が元気な頃に教えてくれた大好きなスイミングを始めました。すると、身も心も肩の重さも軽くなり、“よし、明日もがんばるぞ”と今も続けております。

家族会員、関係者の皆様ありがとうございます。



串間市よつば会（家族会） 門川 富義

第63回 宮崎県精神保健福祉大会にて、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。大変恐縮ではありましたが、このように表彰していただき、うれしく思います。

思い返せば、平成9年によつば会へ妻と入会し、30年近くよつば会に携わせていただいています。活動して、一番は「楽しかった」という思いです。鹿児島県曽於郡にある家族会との交流会や、一般の方と協力してバザーもしました。



たくさんの人が集まって、話して、食べて、笑い合いました。何よりよつば会での定例会では、みんなでつらいこと、悩んでいること、不安に思うことをお互いに顔を見て話すことができます。悩みは他人事ではなく、いつも自分たちのこととして、親身になって話を聞く仲間がいました。よつば会で話をすることで、家族に優しくなれた方もいました。家族が障がい者であることを打ち明けられずに悩んでいた方もいましたが、よつば会を通して地域での居場所を見つけられた方もいました。

心残りは3年間のコロナ禍での活動自粛でした。しかし、顔を合わせられない期間は、お互いに連絡を取り合って近況を話しました。10名少しの活動員だからこそ、お互いを心配して連絡を取り合うことが出来たのだと思います。一方で、会員の減少は今後の課題でもあります。

私たちよつば会が活動を継続できていることは、ひとえに地域生活支援センター Wing の中村センター長とスタッフの皆様の存在が大変大きいです。場所の心配なく、いつでも集まる事が出来る場の提供と大切な話が出来る場をつくってくれました。いつも快く出迎えてくださったことに感謝の気持ちでいっぱいです。

最後に、私が会長として活動ができたのは、妻の尽力があつてこそでした。妻はよつば会員への連絡係でした。私ひとりでは難しかったと思います。妻との二人三脚があり、私が目指した「みんな喜んで来てもらえる会」があり、楽しい時間を送ることが出来ました。感謝の気持ちを胸に、これからもよつば会に携わせていただきたいと思います。

受賞者の声

株式会社きりしま福祉会 統括責任者 野里 高子

この度は、第63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。

私自身、平成27年に株式会社きりしま福祉会、自助ホームいちゃりばを設立し「生活をみて生きづらさに寄り添う」を支援理念に知的障がい者や、精神障がい者を対象に社会へ繋ぎ・未来へ繋ぐことを目指し24時間体制のグループホームを立ち上げました。

利用者さんが安心した生活をするためにはどうすればいいのかを一番に考え、「24時間常駐でスタッフがいたらば・食事もあれば・部屋も個室ならば・服薬や金銭管理も一緒にしていけば」安心するかもしれないとの思いを込め利用者さんに寄り添いながらの道のりだったと思います。



日々の利用者さんとの関わりにおいて毎日が同じ支援ではなかったことが一番難しかったように思います。朝は機嫌よく作業所に行かれても数時間後には険しい表情で帰宅されたり、夕方には不穏な表情で事務所に来たりと、常に傾聴しなければ分からないことも多く、その時々で支援の仕方が違い、支援に悩むことが多々ありました。

私も含め支援者側も真剣に支援を継続していく中で一番うれしかったのは、その利用者さんがB型作業所からA型作業所に行かれたり、一般就労に行かれたり又はアパートに巣立っていくときは「親心」でしょうか、感動したことは今でも忘れられません。巣立った後であっても夜中に泣きながら連絡があったときは、夜中であることも忘れ車を走らせアパートに行くことも幾度となくありました。

いろんな利用者さんに勉強させていただいたことは、私の財産だと思います。子供の時の生活環境によって利用者さん自身がフラッシュバックすることもあり、生活環境が最も重要だと考えさせられました。今ではどの利用者さんも私の家族でありかけがえのない存在だと思います。

これからは、医療観察法の対象者との関わりも積極的に取り組んでいけたらと考えております。対象者を「事件を起こした人」ではなく、「その一面を持った人」として考え、先入観で利用者さんを判断するのではなく、その方たちにも地域での生活ができるように力になりたいと考えております。そのためには家族と行政機関や医療機関又は地域のサービス事業所、訪問看護等いろんな方たちの情報の共有や連携が大切だと思います。

最後になりますが、私たちのグループホームでは、ただ日々を過ごす生活の場ではなく、退去後の暮らしでも、周りのサポートをうまく利用しながら社会生活を送れるように訓練する場でもあります。自立に向けて時には厳しく、つらい時には寄り添い、その利用者さんの成長を共に喜ぶことができる温かい居場所となれるように日々、支援していくことが私たち支援者の役割だと思っています。

この度は本当にありがとうございました。

受賞者の声

NPO 法人ゆるいと理事長 中嶋 理恵子

第63回宮崎県精神保健福祉大会において、『宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰』をいただき感謝申し上げます。

私は、前職を早期退職して12年目になります。地元で、何かできることはないかと考えていた時に、小林市障がい福祉計画（冊子）が目にとまりました。`地域活動支援センターI型事業、平成29年度までに見込み1か所、とありました。今、西諸にない事業がある。だったらこれを作ったほうがいいんじゃないか。出発点は、すぐに決まりました。

設立要件には、専門職（精神保健福祉士等）の配置、相談支援専門員も必要でした。私には、どちらもなく、まずは人探しでした。知人の紹介で、ベテランの専門職が見つかり、四国に相談員の研修にも行ってもらいました。そして、なんとか平成28年に、「地域活動支援センターI型ゆるいとタウンとんでーの」を設立できました。後に私も、通信教育で精神保健福祉士の資格を取得し、相談員の研修も受けました。ゼロからのスタートで、利用者さんも、建物の改修に協力してくれました。ゆっくり関わらせていただく時間もありました。失敗と学びの繰り返しをしながら、多くの方々と共に歩んできました。

「西諸に地活（地域活動支援センターI型）ができてよかった～」と、宮崎市に住む当事者の方が我がことのように喜んでくれました。当事者にとって、地域活動支援センターI型は必要で大切な場所なのだと感じました。とんでーのの利用者も、「とんでーのがなくなったら困る～」と言われます。

地域活動支援センターI型「ゆるいとタウンとんでーの」を、持続可能な社会資源として、大事に育てていく責任を感じていますが、私たちだけでできることではありません。社会資源として必要であることを、多くの方に認めていただきながら、やりがいのあるこの仕事を、世代交代の日がくるまで頑張っていこうと思います。



受賞者の声

就労継続支援 B 型 福祉サービス事業所 スマイルハウス 代表 瀬戸口隆人

昨年10月14日（土）に小林市で行われました、第63回宮崎県精神保健福祉大会において、宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰を頂いたことを誠にありがたく存じております。

また、受賞にあたりまして私を支えて下さった多くの方々に心より感謝いたします。

私は、内村病院に准看護師として30年余り務めさせていただき、その後54歳で退職後、自分の子供が難治性てんかんの障がい児であった事もあり「障がい者の社会復帰の手助けに何かできる事はないか」と考え、一念発起をし、就労継続支援 B 型を立ち上げた次第です。もう



一つは、精神科病院に勤めている際に SST（社会生活スキルトレーニング）と云う認知行動療法に出会い、精神病を抱える患者さまたちの生きづらさを学べたことが、自分を成長させてくれた道標のような療法ではないかと思います。内村病院に勤めていた際に、多くの先生方や上司、仲間を支えられ、色々な面で協力をもらえたことで今の私があるという事も忘れてはいません。

SST の事を少しお話しますと、今から30年余り前に、統合失調症のコミュニケーション能力を高め、社会復帰を目的にアメリカで開発された認知行動療法です。現在では、精神科領域だけではなく、学校、職場、更生施設、就労支援施設など、様々な施設で用いられている療法です。SST の特徴は、出来ないところに注目して進める療法ではなく「出来るところに着目し、出来るを伸ばしながら自信をつけ、出来ないところを補い、生活力やコミュニケーション力を高めていく」認知行動療法です。もちろん、最初から出来るようになる人は少ないのですが、練習を地道に続けて自信を付けていく必要はあります。

私も現在、施設内での個人 SST のほか、宮崎刑務所で受刑者を対象とした講義、また、宮崎 SST 研究会において講師として活動しております。

今後も少しでも障がいを持つ人が地域に理解され、社会復帰に向けて生活が出来るように支援、協力を惜しまず、努力していきたいと思っております。また、人間関係が希薄となった昨今、人と人がコミュニケーションを楽しみながら繋がっていくことを願いながら社会貢献活動に参加をしていきたいと思っております。

受賞者の声

えみあす運営委員会

この度は、宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰を賜り感謝申し上げます。

平成30年12月に小林市役所の1階、多目的ホールの一角に福祉売店「えみあす」がオープンしました。福祉売店「えみあす」は、4つの福祉作業所（菜の花作業所、ふれあいの里、スマイルハウス、ふれあいさろん「元気」）が運営に参加し、今日に至っています。

「障がいについての理解や、障がいを持つ方々の社会参加を促す場を作りたい」という思いを小林市が受け止めて、新庁舎のなかに設置されました。

4つの福祉作業所もそれぞれの特性が有り、作っている商品が違います。自分達の作った物を販売できる場所がある事は、労働意欲に繋がり、また、対面販売の就労を通じて社会性を学ぶ場でもあります。店番が得意な人、苦手な人がいて、その人の気持ちを一番に考え支援しています。

お客様も、計算や袋詰めをせかすことなく待ってくださいます。その時は、良き理解者に出会えたと感じます。

作業をする人も、コツコツ作業する人、何回も同じ事を聞きながらゆっくり覚えていく人、不安でたまらない人、本当に様々です。「みんなちがっていいんだ」と、お互いを認めることが大事だと思います。それぞれの福祉作業所でできた商品は、皆の自信作です。

働くことはストレスもありますが、達成感や頼られる喜びが自信に繋がります。

菜の花作業所では、コミュニケーション力を高める為に毎日ミーティングをして、「お客様が何人きた。何個売れた、店番頑張ったんだ」と楽しく報告し、褒めあっています。

福祉売店「えみあす」では、どの福祉作業所も楽しく仕事をしている様子がうかがえます。

市役所に来られた地域の方々も立ち寄られますが、まだ、福祉売店「えみあす」の存在の認知度は低いです。多くの人に障がいについて知ってもらい、地域のなかで、生活しながら共に支えあって生きていければ良いと願います。



えみあす運営委員会会長
吉村 洋子氏（菜の花作業所施設長）

受賞者の声

合同会社さわらび 相談支援サポートさわらび
自立生活援助サービス管理責任者 松下 陽子

この度は、第63回宮崎県精神保健福祉大会において、宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰をいただきましたこと、心から感謝申し上げます。

私は平成7年に精神科病院のケースワーカーとして入職しました。平成7年は精神保健法から精神保健福祉法に改正され、精神保健福祉手帳制度が開始された年です。まだ利用できる制度が少なく、手帳取得者も少なかったのを記憶しています。あれから29年が経過し、障害を持つ方々が暮らし、働く場が地域においてとても増えたことを嬉しく思います。



病院で働いていた頃は、患者様の困りごとや悩みごとに対応することが多かったのですが、平成29年にデイケアに異動した際に、普段見ていた患者様の表情が違うことに驚きました。私は地域で生活している患者様の日常の顔を見る機会がなかったのです。みなさん、生き生きとしていて他の方と笑い合ったり、今日の夕飯に何を食べようかなどを考えたり・・・それが地域で暮らしている方を初めて実感できた瞬間でした。病院内で見る顔と地域の中で見る顔はとても違って見えました。

その後、27年間勤めた病院を退職し、「合同会社さわらび」で働き始めました。自立生活援助といって、退院された方やグループホームなどの施設を退所された方など、一人で生活を始める方のお手伝いをするサービスです。最初は戸惑いや不安そうな表情だった方も、少しずつ自分の生活を作り上げ、自分の生活・人生を楽しむことができるようになると、私もとても嬉しく思います。

令和5年4月からは、精神障がい者の当事者の会「リフレッシュへべす会」にも参加させていただいています。この会では何気ない雑談や自分の気持ち、メンバーさんの気持ちを分かち合うことができ、会が終わるときにはいつも清々しさを感じ、ピアサポートの力の可能性を感じます。

私は、これまで職場の仲間、周囲の支援者や関係機関の方々、精神科病院でともに働いた方々、縁あって出会った障がい者の方々のおかげで、福祉の仕事が続けることができています。今回このような賞をいただく機会に、私に力を貸してくださったすべての方々にお礼申し上げます。そして、今後も微力ではありますが、誰かの人生が豊かなものになるよう、お手伝いをさせていただきたいと思います。

第23回宮崎県障がい者大会スポーツ大会報告

障がい者スポーツの祭典である第23回宮崎県障がい者スポーツ大会が令和6年5月12日（日）にひなた宮崎県総合運動公園を中心に開催されました。

本大会は、障がいのある選手が、競技等を通じてスポーツの楽しさを体験するとともに、県民の障がいに対する理解を深め、障がい者の社会参加の推進に寄与することを目的としています。

選手の皆さんは、家族や友人の声援を受け、日々の練習の成果を存分に発揮されており、スポーツの素晴らしさを感じる大会となりました。

本大会をきっかけに、選手同士の絆がより一層深まり、交流の輪が広がるとともに今後の日常生活が充実したものになってもらえれば幸いです。

参加していただ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 参加者数

10競技に756名　うち精神障がいの方94名

2 精神障がいの部の参加者数

- | | |
|-------------|------------|
| ・ バレーボール | 2チーム（15名） |
| ・ ミニバレーボール | 1チーム（5名） |
| ・ グラウンド・ゴルフ | 13チーム（71名） |
| ・ 卓球 | 3名 |

3 結果

バレーボール	優勝	江南よしみフェニックス A	（宮崎市）
ミニバレーボール	優勝	笑顔	（新富町）
グラウンド・ゴルフ	優勝	Aコース 芽立ちの会 A	（串間市）
		Bコース フレッシュハート A	（延岡市）
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）



第23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）

優勝おめでとうございます！ 次は全国へ！！



大会に出場した感想を聞かせてください

参加者が少なかったことが残念でした。あと2～3試合はしたかったです。

日頃の練習について教えてください

毎週金曜日に卓球同好会のメンバーと練習しています。また、月に数回ですが門川サルビアという卓球チームに混ぜてもらい練習をしております。コーチがいないため、成績を維持するのが大変です。

これまでを振り返って思うことを教えてください

私が宮崎県障がい者スポーツ大会に参加したのは、第18回大会からです。自分にとっては、久しぶりのパフォーマンスだったので、1回でも多く勝ちたいという気持ちの焦りがありました。でも、練習を重ねることで、自分が段々と上達していくようで、楽しくなってきました。その大会で初出場・初優勝をし、全国大会の話が来たときには、信じられないくらい嬉しかったです。

今では、県大会で4度の優勝、全国大会で銅メダル、銀メダルをそれぞれ1回ずつ獲得することができました。

ご協力してくださった周りの方々への感謝の気持ちでいっぱいです。

これまでで思い出に残っている大会はありますか？

初めて出場した県大会（第18回宮崎県障がい者スポーツ大会）と昨年度開催された特別全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動鹿児島大会」ですね。

第18回宮崎県障がい者スポーツ大会は、中学時代以来初めて出場する大会でした。緊張や不安から、気ばかり焦って眠れない日もあり、優勝したとき、とても嬉しかったのを覚えています。

燃ゆる感動鹿児島大会は、一進一退の攻防が続き、最後の最後で逆転勝ちできました。勝てたのが自分でも信じられないような思いでした。

卓球以外で力を入れていることはありますか？

フットサルやミニバレーを楽しんでいます。特にフットサルでは、ボールタッチが上手な人に憧れていて、自分もそのようにプレーできるようになりたいと思いながら頑張っています。

今後、力を入れていきたいことはありますか？

片面だけしかマットを貼っていないペンホルダーのラケットを使用しているので、バックハンドを狙われることが多いです。そこを弱点としないための練習に力を入れていきたいです。

また、最近体調が良かったため、作業所に通所できる日数を増やせればと思っています。

今後の抱負についてお願いします

今年も全国大会（SAGA2024）に出場することになりました。非常に嬉しいです。自己ベストを出せるように頑張りたいと思います。

今の自分よりも少しでも上手になりたいとの思いを胸に、また、2027年に第26回全国障害者スポーツ大会が宮崎県で開催されるため、代表選手に選ばれるように、これからも頑張っていきたいと思います。

応援よろしくお願いします。



宮崎県障がい者
スポーツ大会(第23回)
優勝の盾

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

「上手にかわそう怒りの気持ち」

講師：山形県立保健医療大学 教授 安保 寛明 氏

期 日：令和5年8月28日（月） 参加者：60名

人は、何かの物事が起きた時、たいていの場合、一瞬で感じるのは怒りの感情です。怒りの次にある2つめの感情に目を向けて、怒りの気持ちを対処する方法について学ぶことができました。

また、ストレスとは、“考えなければならないことがある状態”です。「〇〇しなければならない」という気持ちを減らし、自分を労る方法を見つけることが大切であるとのお話もありました。

参加者からは、「ストレスは心身に負荷がかかるため、自分の力で解決せず、助けを求めることが必要だと感じた」「怒りの前にあるもう一つの感情に気づけるような時間、余裕を持つことが大切だと思った」などの感想が聞かれ、怒りやストレスをセルフコントロールする大切さについて学ぶことができる機会となりました。



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報告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28号』を発行しました。

今回は、第63回宮崎県精神保健福祉大会会長表彰者のインタビュー記事、こころの健康づくり講演会や宮崎県障がい者スポーツ大会の様子、医療法人ハートピアみよしクリニックでの施設外活動紹介について掲載しました。

また、広報誌を手にとってくださいった方に、協議会での活動を知ってほしいという思いから、令和5年度の事業報告と会員募集のコーナーも設けました。



今後も様々な活動を通じ、地域精神保健及び精神障がい者福祉の推進を図ってまいります。
御協力をお願いいたします。

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。主に、交流会等のイベントや家族会等への活動助成、協議会だよりの発行等を行っています。

【精神障がい者・家族・支援者交流会】

精神障がい者やその家族、支援者、地域住民等がレクリエーション等を通して交流を深めるとともに、精神障がい者に対する理解を促進することを目的に、交流会を開催しました。

期 日：令和5年11月22日（水）

場 所：日南総合運動公園 多目的体育館

参加者：95名

内 容：○参加団体紹介

○ミニバレー

○レクリエーションゲーム

○全体レクリエーション

* 参加団体 *

医療機関デイケア、地域活動支援センター、家族会、民生委員児童委員協議会、レクリエーション協会、市 等

○ミニバレー

1試合目は各デイケアチーム対抗の試合で、白熱した戦いとなりましたが、2試合目はチーム関係なく自由に参加していただき、楽しみながら交流を深めていました。



○レクリエーションゲーム

4種類のゲーム（輪投げ、ディスクゴルフ、ラダー・ゲッター、ボッチャ）にチャレンジし、たくさんの笑顔が見られました。一巡した後、気に入ったゲームに何度もチャレンジされる方もいました。

○全体レクリエーション

レクリエーション協会が手作りされたポンポンを持ち、みんなで音楽に合わせてダンスをしました。



【協議会だよりの「潮騒 No.32号」の発行】

令和6年2月に、日南串間地域精神保健福祉協議会だよりの「潮騒」を発行しました。

前年度末に開催した学習会の講演内容や精神障がい者・家族・支援者交流会の様子、管内事業所の紹介、精神保健福祉事業功労者表彰者等を掲載しています。

都城北諸地域精神保健福祉協議会

当協議会は都城市、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、講演会や家族交流会、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】

令和5年度は、「子どもと若者のひきこもり・不登校」をテーマに下記講演会を開催しました。

日 時：令和5年12月9日（土）午後1時半～午後3時20分

場 所：都城保健所 多目的室

参加者：68名（一般、医療機関、相談支援事業所、教育機関、行政等）

内 容：演題：「子ども・若者のひきこもり、不登校への理解と関わり方について」

講師：都城新生病院 児童・思春期精神科 河野 美帆 氏

講演では、基本の生活を心がけ、自己肯定感を持って楽しく生活することが大切であり、悩みがあれば一人で抱えないこと、家族も心の健康を保つ必要があるとお話していただきました。また、関係機関、当事者やその家族は同じ目標に向かって支援するために、相互理解と協力が必要であるともお話ししていただき、子どもと若者のひきこもり・不登校について学ぶ、大変貴重な講演となりました。

【家族交流会】

令和5年度は、精神障がい者を支える御家族を対象とした家族交流会を開催しました。

日 時：令和5年10月23日（月）

場 所：都城保健所 多目的室

参加者：9名

内 容：交流会では、事務局からストレスについて説明し、御家族自身のこころの健康について振り返っていただきました。そして、精神障がい者を支える中で苦労していることや関わるときに気をつけていること等、御家族同士で意見交換をしていただきました。



【協議会だよりの「オアシス」の発行】

令和6年3月に協議会だよりの「オアシス」を発行しました。今年度の協議会の活動報告、宮崎県精神保健福祉大会の様子、「突撃！地元の事業所さん」と題して、就労継続支援A型 ORIGAMI 事業所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。

【第 63 回宮崎県精神保健福祉大会】

令和 5 年 10 月 14 日（土）に小林市文化会館にて行われた第 63 回宮崎県精神保健福祉大会では、当協議会より、西諸地域の就労継続支援事業所（5 事業所）の利用者が作った品物を来場者の皆様にプレゼントさせていただきました。どの品物も大変素晴らしく、来場者も喜ばれている姿がみられました。



また、エントランスホールでは、西諸管内の精神科病院や就労継続支援事業所等による、作品展示・物品販売・活動紹介を行い、来場者が精神障がいへの理解を深めるための普及啓発活動を行いました。

◇参加機関（展示・販売コーナー）◇

- ①内村病院 ②小林養護院 ③スマイルハウス ④菜の花作業所 ⑤ふれあいの里
⑥えびの支援センタービーだま ⑦とんでーの ⑧えびの福祉作業所 ⑨あさひの里
⑩小林市こすもす家族会 ⑪断酒友の会（西諸支部／えびの支部）



【社会資源見学会】

令和 6 年 3 月 6 日（水）に、社会資源見学会を 4 年ぶりに開催し、管内精神科病院職員、行政職員等が、地域のサービス提供事業所や精神科病院デイケア等を見学しました。合計 18 名が参加し、参加者からは、「百聞は一見にしかずで、とても良かった」「支援を受けながら地域で生活していくことは素敵だと感じた」「患者様に対してより良質な支援を提供できる引き出しとなった」等といった感想が寄せられました。



【協議会だより“ときめき”第 25 号の発行】

令和 6 年 3 月に協議会だより“ときめき 25 号”を作成し、関係機関や会員へ配布しました。協議会の活動を紹介しています。

西都児湯地域精神保健福祉協議会

当協議会では、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。

【出前講座】

日程：令和5年11月28日

本協議会では、精神障がいに対する理解促進及び普及啓発を目的に、当事者及び会員が集会等の場に出向く活動をしています。

令和5年度は、たか鍋まごころサポーター養成研修において、当協議会から当事者3名を派遣し、体験発表をしてもらいました。



【精神障がい者家族のための研修会】

日程：令和5年12月15日

場所：高鍋保健所

参加者：14名

内容：（１）講演 「精神障がいのある人のリハビリテーションについて
～統合失調症の理解と支援を中心に～」

講師 ウェルフェアみやざき総合研究所 所長 細見 潤 氏

（２）座談会

統合失調症について家族が正しい知識を学び、理解することを目的として開催しました。

講演では、統合失調症に関する基本的事項や、相手を受け入れることが非常に重要であること、自己肯定感を高められるような支援があると良いこと等について話があり、座談会では、参加者と講師の細見先生を中心に、悩みや疑問等について自由に話し合っていました。

参加者からは、「大変良い勉強になった」「同じ立場の人の話を聞くことができて参考になった」「座談会を今後も継続してほしい」等多くの感想が聞かれ、非常に有意義な研修会となりました。

【協議会だより「心と心のたより」の発行】

令和6年3月に協議会だより「心と心のたより25号」を発行しました。精神保健福祉事業功労者表彰や西都児湯地域精神保健福祉協議会の活動を掲載しています。

【社会資源リーフレット・マップ】

西都児湯管内の精神保健・医療・福祉に関する情報が記載されたものを2年に1度見直し、発行しています。



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、諸塚村、椎葉村、美郷町内の 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。

【精神障がいのある人への理解を深めるための研修会】

地域の住民や支援者を対象に、地域で暮らす精神障がい者への理解を深めることを目的として研修会を開催しました。参加者からは「当事者 2 人の話はとても分かりやすかった。周りの人がどう関わるのがいいか、考える時間になった」等の感想をいただきました。

○期日：令和 5 年 10 月 16 日（月）

○内容：当事者 2 名による体験発表、講演

演題「精神障がいのある人のリハビリテーションについて～統合失調症の理解と支援を中心に～」

講師 ウェルフェアみやざき総合研究所 所長 細見 潤 氏

○参加者：26 名

【さわやか美術展】

多くの方々に精神障がい者の日頃の活動を知っていただくために、管内精神科病院デイケア利用者の作品を展示した「さわやか美術展」を開催しました。

46 名の方から絵画や編み物、書道等、合計 34 点の作品を御提供いただき、会場には 221 名の方がお越しくださいました。

○期間：令和 5 年 12 月 4 日～12 月 11 日

○場所：イオン日向店ドラッグストア前催事場



【地域移行支援研修会】

地域移行支援に携わる支援者を対象に、地域移行支援の具体的な事例を学んでいただくこと、病院職員や地域支援者の連携強化を目的として研修会を開催しました。参加者からは「良い学びになった」、「患者への声かけ・寄り添いを大事にしたい」等の感想をいただきました。

○期日：令和 6 年 2 月 8 日（木）

○内容：行政説明、講演

演題「地域移行支援制度を利用して」

講師 医療法人 清芳会 井上病院 看護師 寺原大貴 氏

演題「地域移行支援における実践報告について」

講師 医療法人 清芳会 井上病院 精神保健福祉士 面高由紀子氏

○参加者：27 名



【協議会だより「さわやかだより第 24 号」の発行】

令和 6 年 3 月に協議会会報「さわやかだより」を発行し、会員や関係機関等に配布しました。協議会の活動報告やピアサポーターの活動紹介、精神保健福祉事業功労者表彰者等を掲載しました。

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。

【延岡こころの美術展】

- 期 日：令和5年9月30日（土）から10月6日（金）
- 場 所：イオン延岡ショッピングセンター
- 内 容：精神障がいのある方々が制作した絵画、書、造形作品等といった数々の美術作品が特設会場に所狭しと並び、壮観でした。イオンへ買い物に訪れた方々が足を止めて鑑賞される様子があり、こころの健康に関する啓発や制作の成果を発表する機会となりました。作品を通じて多くの人とつながるきっかけになりました。



【こころの健康づくり講演会】

- 期 日：令和5年11月10日（金）
- テーマ：高齢者のこころの健康について
～こころ豊かな老年期を過ごすために～
- 講 師：医療法人 建悠会 吉田病院
理事長 院長 吉田 建世 氏
- 内 容：吉田先生からは、ストレスやうつ病についての正しい知識や、ストレスへの対処法（過ごし方）について、丁寧に御講演いただきました。講演から学んだストレス解消法をこれから実践したいという声が聞かれ、学び深い1日となりました。



【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39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、高千穂町、日之影町、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。

【アルコール関連問題啓発】

期 日：令和5年11月14日 場 所：アズーロ

参加者：14名（10団体）

内容：アルコール関連問題・健康障害が自殺の危険因子のひとつであること等の正しい知識や相談先を知っていただくため、また、アルコール関連問題について考え・気づく機会となることを目的として、住民の皆様へ啓発活動を行いました。

例年、高千穂警察署と協同で啓発活動をしているところですが、令和3年度から当協議会メンバーにも参加を呼びかけています。

1時間で約100部の啓発資材を配布でき、有意義な活動になりました。



【西臼杵障がい者スポーツ大会】

令和5年11月17日、高千穂町武道館で4年ぶりの開催となる令和5年度西臼杵郡障がい者スポーツ大会が行われました。

全体で約90人（精神障がい者：約20人）が参加した今大会は、赤・白・青の3つの団に分かれ、アキュラシーや玉入れ、カローリングや徒競走など8種目で熱戦が繰り広げられました。

西臼杵地域精神保健福祉協議会からは、参加者全員に参加賞をお渡ししました。

参加者らは交流を深め、笑顔で競技を楽しみながら、優勝を目指して頑張りました。



【協議会だより「精神保健福祉 たかちほ」の発行】

こころ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ています。

当協議会での活動のひとつである、精神障がい者の就労継続支援事業所等活動費助成についても紹介しております。こちらは、管内の就労支援事業所に対して、働く場の環境整備や就労に必要な知識や能力向上のための訓練やその他活動に要した費用について、助成を行うものです。

宮崎県精神福祉連合会 令和5年度活動報告

- (1) 令和5年10月14日(土)第63回宮崎県精神保健福祉大会(小林市)において
宮崎県精神福祉連合会の家族会から4人の方々が功労者表彰を受賞されました。

『心からおめでとうございます。』

☆宮崎県知事表彰

大山雅嗣様(日南市南郷町つくし会会長)

南郷康己様(小林市こすもす家族会会長)

☆宮崎県精神保健福祉連絡協議会会長表彰

鬼束紀美子様(宮崎市はまゆう家族の会)

門川富義様(串間市よつば会会長)



- (2) 令和5年11月18日(土)宮崎県共同募金会主催の街頭募金活動に参加
場所：宮崎駅西側（オレンジポスト前） 時間：11:30～12:30
※この日は風も吹き荒れとても寒い日でした。

- (3) 令和5年12月16日(土) 餅つき&ゲーム・カラオケ交流会を実施いたしました。

会場：新富町 こころの駅ハッピーパーク 参加者数56名

時間：9:00 ～ 14:00

初め、杵と臼を用いて餅つきを参加者全員で楽しみました。杵で餅つきをしたことのない当事者や参加者もおられ、こねて、ちぎって、丸めてとにぎやかな笑いと語らいでつくたての餅を参加者全員で戴きました。その後、室内で輪投げや魚釣りゲームを楽しみ、それぞれの家族会の出し物やカラオケで笑いの絶えない、日頃のストレス解消となりました。

ご協力を頂いた皆さまありがとうございます。

(理事長：栗畑貴志)



聞くは最高の治療：話すは最高の治療＝自助グループ

一般社団法人宮崎県断酒友の会
理事長 海江田德行

自助グループは、同じ苦しみを抱える人たちが、自発的に集まり苦しみを分かち合い理解し、苦しみを乗り越えるために支え合うグループです。

同じ苦しみをもちた人たちが、対等な立場で話ができるため参加者は誰にも言えない苦しみなどを話す事で孤独感から解放され気持ちを整理し、回復している当事者・家族の人の体験談を聞くことで自分の回復にも希望を持つことができます。

私たち、宮崎県断酒友の会では、県内各支部の定例会以外にも断酒会の良さをもっと多くの人に知って頂きたくセミナー等を開催しています。

1. SBIRTS 普及推進セミナー

令和5年10月6日 宮崎県防災庁舎にて64名の参加での開催。

SBIRTS 普及推進セミナーとは、アルコール依存症の疑いのある方を早めに専門病院へ繋ぎ治療が終わったら自助グループへ繋ぐことを目的として開催。

2. アルコール健康障害対策一般公開セミナー

令和5年11月3日 宮崎県総合保健センター（5階大研修室）にて46名での開催

アルコール健康障害対策一般公開セミナーは、いまだアルコールに悩み苦しんでいる当事者・家族の方に参加頂きアルコール依存症からの回復に役立てて頂きたく開催。

3. アルコール依存症家族の集い

令和6年2月4日 宮崎県総合保健センター（5階大研修室）にて57名での開催

依存症という病気での家族の苦悩は計り知れないものがあります。誰にも言えない、苦しみを少しでも楽になって頂きたく開催。

今回、初めての開催で不安もありましたが、三股町 大悟病院、延岡市 吉田病院のスタッフの協力もあり無事に開催出来たことに感謝致しております。

また、断酒会ではアルコール関連問題啓発週間には、『全国一斉街頭キャンペーン・ストップ・ザ飲酒運転』飲酒運転根絶のチラシの配布を宮崎駅前広場にて宮崎北警察署の協力を頂き650枚のチラシの配布を行いました。



SBIRTS 普及推進セミナー



アルコール健康障害対策



アルコール依存症家族の集い

西都児湯地域の精神障がい者家族会について

【新富町ふたば会（家族も当事者も笑顔で過ごせる生活をしよう）】

～コンセプト～

話して(放して)・学んで(自分たちの望む生活を)・繋がって(制度や社会資源の利用)！
私たちは、こころの病やその障がいのある方の福祉向上を図り、家族や社会を明るくする事を目的に、一緒に病気について学んだり、家族の悩みや不安を共有したり、レク活動による交流や社会参加などを行っています。

【偶数月】茶話会(家族・支援者など)・家族会活動・情報交換などのお話しをしています。

【奇数月】地域にここ交流会(当事者・ボランティアなど)軽スポーツやレクリエーション・交流などを楽しみます。

どなたでも興味のある方は参加できます。ぜひお越しください。

連絡先：090-7456-2721（清）



【都農町家族会いちょう会】



平成2年頃より活動を開始しました。

現在、会員数は少ないながらも、年6回程度、町内外の研修会へ参加したり、パークゴルフ等、様々なレクリエーション活動を皆で楽しみながら行っています！

西都原で勾玉づくりもやりました☆



問い合わせ先

都農町健康管理センター 0983-25-1008

県内 7 か所の地域活動支援センター1 型では、当事者(ピア)による様々な活動が行われています。延岡市地域活動支援センターみなとでも、2 つの当事者会が楽しく活動しています。見学はいつでも OK です。興味がありましたら、是非ご連絡ください。お待ちしております。

問い合わせ先「みなと」 ☎0982(31)3710

延岡市
地域活動支援センター
みなと



仲間の会



5 月の県スポーツ大会ではグラウンドゴルフで団体 3 位に入賞。

こんにちは👋仲間の会です！私たち仲間の会は延岡市地域活動支援センター「みなと」を拠点に活動する障がい者の自助グループです。月に 4 回程度パソコン勉強会やウォーキング、DVD 鑑賞などのプログラムを「みなと」利用者と共に楽しんでいます。時には延岡市内の博物館や植物園に出かけたり、クイズ大会や県のスポーツ大会にも参加します。5 月 12 日(日)の県障がい者スポーツ大会ではグラウンドゴルフ部門で 3 位に入賞できました。障がいの種別は問いません。あなたも仲間の会に参加しませんか？優しい笑顔が待っています。

🌸こんにちは！のべおかピアサポートさくらの会です！🌸



お便りの交換
お返事が楽しみです



平成 24 年に、2 年間のピアサポート養成講座修了生が中心になりスタートしました。設立当初から地域移行支援活動の一環で、県北 3 か所の精神科病院を訪問し、入院患者様・デイケアの皆さんと交流会を行ってきました。「今日はありがとう、楽しかった」の笑顔に活動の意義を感じていましたが、コロナ禍により訪問を自粛せざるを得なくなり、代わって“思い”や“伝えたいこと”等のメッセージをポスターにして届けています。「また会えるのを楽しみにしています。」の感想に、病院訪問が再開できることを願っているところです。

令和 2～4 年度の 3 年間、国のモデル事業「多機関連携による精神障がい者支援事業」にも関わらせていただきました。今年 10 月、さくらの会は 200 回を迎えます。100 回記念誌に続く、200 回記念誌の作成準備中です。当事者としての体験や思いをお届けし、関係者の皆様と協働し、長期入院患者様の「地域で暮らしたい」思いに＝地域移行支援の 5 S ミッション＝

Smile (笑顔で) Slow (ゆっくり) Step (一歩ずつ) Success (達成していく) Story (物語り) で取り組んでいけたらいいなと思っています。



ぐらんま
ビカレッジ

ぐらんまグループは あなたの就労の 総合プロデューサー！

就労移行

一般企業への就労に向けた訓練を、様々な業種の座学と実習で学びます。就職後も継続して働けるよう伴走します。

就労継続B型

企業やA型事業所に不安のある方に、軽作業・農家のお手伝い・施設外就労等多様な職場で、特性に合った作業を行います。

施設外就労は 時給500円以上
時給400円以上
軽作業は 時給300円以上

自立訓練

就労という目標に向け、体力と生活を整え、楽しく過ごせるようなプログラムを行います。具体的には、体調・服薬・金銭管理の方法や、調理・掃除・洗濯など自立生活に向けたプログラムです。



就労継続A型

一般企業への就職に不安がある方と、雇用契約を締結し最低賃金以上の給料をお出しします。



築130年の古民家カフェ
調理・調理補助・接客で、
調理師資格取得や、正
職員登用への実績があり
ます。



児湯郡で有名な
ぐらんま亭。お弁
当の製造・配達
をしています。



宮崎県庁の出先機関、
高鍋町総合庁舎の職員
食堂を運営しています。

＊お問い合わせは＊



0 9 8 3 - 3 2 - 7 3 7 3

住所 ● 児湯郡高鍋町蚊口浦36番地10

宮崎県精神保健福祉連絡協議会だより

令和5年度事業実績

1. 会議開催

(1) 第1回総会（令和5年5月29日）

- ① 会則別表第1の改正について
- ② 役員の選任について
- ③ 令和4年度事業実績について
- ④ 令和4年度収支決算について

(2) 第1回理事会（令和5年8月7日）

- ① 精神保健福祉功労者の会長表彰の選考について
- ② 精神保健福祉みやざき（第63号）の発行について

(3) 第2回総会（令和6年3月4日）

- ① ① 令和6年度事業計画（案）について
- ② 令和6年度当初予算（案）について
- ③ 第64回宮崎県精神保健福祉大会開催概要及び特別講演等について
- ④ 令和6年度の全体テーマ及び大会テーマについて
- ⑤ 報告事項
 - ・ 第63回宮崎県精神保健福祉大会について

2. 大会開催

(1) 第63回宮崎県精神保健福祉大会

令和5年10月14日（土） 小林市文化会館にて開催

参加者 402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 7件（個人5名、2団体）

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)

5. 普及・啓発

- (1) 機関誌「精神保健福祉みやざき（第63号）」の発行・配布（900部）
- (2) 啓発誌「心の健康（No.78）」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

6. その他

- (1) 九州精神保健福祉協議会理事会（熊本市）令和5年11月24日
- (2) 全国精神保健福祉連絡協議会総会（令和5年7月19日 WEB開催）

令和6年度事業計画

1. 大会開催

- (1) 第23回宮崎県障がい者スポーツ大会
令和6年5月12日（日）会場：ひなた宮崎県総合運動公園、ひなた武道館 他
- (2) 第64回宮崎県精神保健福祉大会 令和6年10月19日（土）

2. 精神保健福祉功労者表彰

- (1) 第64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64号）」の発行・配布（600部）
- (2) 啓発誌「心の健康（No.79）」の作成・配布（6,000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

5. 総会・理事会の開催

- (1) 第1回総会（令和6年5月31日（金）開催予定）
令和5年度事業実績・決算承認など
- (2) 第1回理事会（令和6年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（令和7年3月3日（月）開催予定）
令和7年度事業計画・当初予算、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（沖縄県）
- (2) 第71回精神保健福祉全国大会（栃木県）

宮崎県精神保健福祉連絡協議会 役員名簿

令和6年6月1日現在

役 名	氏 名	役 職 名
会 長	高宮 眞樹	宮崎地域精神保健福祉協議会 会長
副 会 長	石田 康	宮崎大学名誉教授
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	平野 羊嗣	宮崎大学医学部臨床神経科学講座精神医学分野 准教授
理 事	谷口 浩	日南串間地域精神保健福祉協議会 会長
理 事	林 要人	都城北諸地域精神保健福祉協議会 会長
理 事	出井 知博	西諸地域精神保健福祉協議会 会長
理 事	首藤 謙二	西都児湯地域精神保健福祉協議会 会長
理 事	二宮 嘉正	日向入郷地域精神保健福祉協議会 会長
理 事 〃	吉田 建世 〃	延岡地域精神保健福祉協議会 会長 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 会長
理 事	内村 大介	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 代表理事
理 事	久保 範通	宮崎県福祉保健部福祉保健課 課長
理 事	牧 浩一	宮崎県福祉保健部障がい福祉課 課長
理 事	桑畑 貴志	宮崎県精神福祉連合会 理事長
理 事	海江田徳行	宮崎県断酒友の会 理事長
理 事	永田 照明	宮崎県障害者社会参加推進センター 所長
監 事	坂本 雅樹	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19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：令和5年4月1日～令和7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6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	日南市吾田西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	小林市大字堤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	https://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	
一般社団法人 宮崎県断酒友の会	880-2213	宮崎市高岡町上倉永2644-3	090-5026-6603	0985-82-1898	https://www.miyashinren.jp/
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	880-0032	宮崎市霧島1-1-2 中央保健所内	0985-28-2111	0985-23-9613	
宮崎県福祉保健課	880-8501	宮崎市橘通東2-10-1	0985-26-7074	0985-26-7326	https://www.pref.miyazaki.lg.jp/
宮崎県障がい福祉課	880-8501	宮崎市橘通東2-10-1	0985-32-4471	0985-26-7340	https://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	https://www.seihocenter-miyazaki.com
宮崎大学名誉教授	889-1911	宮崎市大字恒久5567 野崎病院	0985-51-3111	0985-51-3114	

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/home/hospital/
医療法人清芳会 井上病院	880-0123	宮崎市大字芳土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	宮崎市池内町数太木1749-1	0985-39-8966	0985-39-0634	https://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	https://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	https://www.koujukai.jp/nozaki
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
社会医療法人如月会 若草病院	880-0804	宮崎市宮田町7-37	0985-28-2801	0985-20-0819	https://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 大悟病院	889-1911	北諸県郡三股町大字長田1270	0986-52-5800	0986-52-5573	https://dh.fujimoto.com/
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	https://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	都城市早鈴町17-4	0986-25-1315	0986-25-2473	https://fh.fujimoto.com/
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	https://www.ryuseikai.jp/hoyouen
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	https://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	https://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	https://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	https://www.kobayashihoiyo.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	https://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/hospital
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	https://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	https://www.takii-hospital.com
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	https://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	0983-43-3625	https://saito-hospital.com
医療法人りっか会 ビア・ささき病院	880-0211	宮崎市佐土原町下田島21230	0985-73-1811	0985-72-0640	https://www.peer-ricka.jp
医療法人新花会 あいクリニック	880-0879	宮崎市宮崎駅東1-6-7	0985-25-0085	0985-25-5882	https://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	https://www.hukunaganaika-miyazaki.com
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	https://houmei.or.jp
野田クリニック	882-0052	延岡市萩町52	0982-35-7789	0982-34-0085	
ここう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.kogomentalclinic.jp
北野メンタルクリニック	880-0824	宮崎市大島町南窪814-4マルコービル105	0985-22-7588	0985-22-7587	
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 みよしクリニック	880-0001	宮崎市橘通西1-5-3	0985-35-1100	0985-38-1711	https://heartopia.net
サザンクリニック	880-0912	宮崎市大字赤江830-1	0985-50-5771	0985-50-5663	
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	https://www.nakamura-clinic-s.com
医療法人サクラ会 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	https://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	児湯郡新富町富田1丁目3番地2	0983-26-8111	0983-33-6365	
医療法人社団弘文会 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	
医療法人社団 龍水クリニック	880-0941	宮崎市北川内町乱橋3628-3	0985-86-8006	0985-86-8007	

精神保健福祉みやざき(第64号)

令和6年10月発行

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

編集委員会 委員名簿

中央保健所健康づくり課	技 師	清	裕 彰
日南保健所健康づくり課	主 任 技 師	関 田	春 菜
都城保健所健康づくり課	技 師	伊 藤	輝
小林保健所健康づくり課	技 師	高 山	紗 希
高鍋保健所健康づくり課	主任保健師	清	弥 佳
日向保健所健康づくり課	技 師	土 谷	桃 子
延岡保健所健康づくり課	技 師	永 野	菜 生
高千穂保健所健康づくり課	主 任 技 師	稲 留	和 磨
精神保健福祉センター	副 所 長	杉 田	周士郎
	主 任	三 原	啓 枝
	主 査	戸 井	直 弘

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

※8:30～17:15（土日・祝日・年末年始を除く）

※まずはお電話ください。



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】 <https://miyakoro.com>

精神科医による診療相談のご案内

ご本人や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1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1・3木曜日	
思春期精神保健診療相談	思春期の精神的な不調等	第2・4木曜日	

※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

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

こころの電話相談

月曜日～金曜日【午前9時～午後7時】

(土、日、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：宮崎ナナイロ前バス停まで徒歩10分
宮崎ナナイロ前バス停から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 <https://www.miya-seiren.com/>

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 <https://www.seihocenter-miyazaki.com/>