



# こころの健康相談室 ふおーえむのご案内

(R6年9月～R7年1月)



こころのケアを必要とするのは、支援が必要な利用者の方ばかりではありません。  
「こころの健康相談室ふおーえむ」は、川崎市内の福祉施設を運営している法人又は従事している職員の方を対象とした、こころの相談窓口です。臨床心理士が無料で相談に応じます。



## 相談日時 (★の日は夕方からの相談となります)

9月20日(金) 9月27日(金) 9月30日(月) ★  
10月11日(金) 10月18日(金)  
11月15日(金) 11月22日(金) 11月29日(金) ★  
12月 6日(金) 12月 23日(月)  
1月20日(月) 1月31日(金) ★

相談  
無料

①13:30～14:20、②14:30～15:20、③15:30～16:20  
★①16:30～17:20、②17:30～18:20、③18:30～19:20

## 例えばこんな相談・・・

- \*職場の人間関係がうまくいかない
- \*プライベートな悩みで仕事に集中できない
- \*漠然とした不安がいつもある
- \*いつも落ち込んでいて気分転換ができない
- \*攻撃的な利用者や家族にどう向き合ったらよいか、困っている
- \*職員のメンタルケアの仕方を学びたい
- \*組織内でのデリケートな問題が発生した際の解決方法について知りたい



- 【相談場所】川崎市総合福祉センター（エポックなかはら）5階
- 【相談方法】予約の上、来所による対面相談の他、状況に応じてオンライン、電話、事業所等への訪問等が可能です。（原則個人は3回、法人は5回まで）
- 【相談員】井上 果子氏（横浜国立大学教授 臨床心理士）
- 【予約方法】ホームページの申込フォームからお申し込みください。  
（右下の二次元コード）後日、確認の返信をいたします。  
1週間以内に連絡がない場合はお電話にてお問い合わせください  
フォームでのお申込みが難しい場合は、お電話にてお申込みください。  
044-739-0058（予約受付時間 9:00～17:00）

お仕事  
帰りの相談  
も可能



申込フォームは  
こちら





人間関係に  
役立つ☆



## こころの豆知識

# その30 【 ハラスメント 】

ハラスメントとは、相手が嫌がったり、不快に思ったりする発言や行為全般を、相手に向けてることを意味します。

ハラスメントには、さまざまな種類があります。職場においては、セクシュアルハラスメント(セクハラ)やパワーハラスメント(パワハラ)などがよく問題にされます。

ハラスメントが発生した際に、我々は“その事態”をしっかりと自覚しているとは限りません。

たとえば・・・

- \*「加害者」も「被害者」も自覚しているハラスメント
- \*「加害者」は自覚しているが、「被害者」は自覚していないハラスメント
- \*「加害者」は自覚していないが、「被害者」は自覚しているハラスメント
- \*「加害者」も「被害者」も自覚していないハラスメント

さらに、組織の場合

- \*ハラスメントの実態を黙認する(周囲の傍観者は)「共謀者」

近年では、ハラスメントハラスメント

- \*正当な行為を、ハラスメントだと主張する「被害を受けたかのように振舞う加害者」など、ハラスメントには、複雑なココロの動きがあります。

ハラスメントの加害者にも、被害者にも、共謀者にもならないように、心がけたいですね。

〈 横浜国立大学教授・臨床心理士・公認心理師 井上 果子 〉

この紙面に関するご意見・ご感想をお待ちしています。

川崎市福祉人材バンク ☎044-739-8726

HP:<https://kawasaki-jinzaibank.jp>



☆人材バンクInstagram☆  
二次元コード