



こころの健康相談室 ふおーえむのご案内

(令和7年4月～9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)

相談
無料

4月7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)
5月12日(月)、19日(月)、26日(月)、30日(金)★
6月2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)
7月7日(月)、14日(月)、25日(金)★、28日(月)
8月4日(月)、25日(月)、29日(金)
9月1日(月)、8日(月)、19日(金)★、22日(月)、29日(月)

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



※ 個人情報の取扱：「川崎市福祉人材バンク・メンタルヘルス相談事業における個人情報の取り扱いについて」に基づいて慎重に取り扱います。

※ その他詳細については、川崎市福祉人材バンクホームページ <https://kawasaki-jinzaibank.jp>



人間関係に
役立つ☆



こころの豆知識 その32 【 見立てること 】

対人支援職に就いている方々が、利用者やそのご家族、幼い子どもの保護者、場合によっては職員を、適切に見立てることは、適切な対応につながります。

責任職が関係者を適切に見立てることに、遠慮などはしないことです。特に、心配な行動をとる方や、極めて不適切な言動を示す方は、特異的な「人格」があるので、迅速に「見分ける」ことが望ましいです。相手の問題の本質を理解することで、対策が考えられ、自身の組織の人間関係が悪化するリスクを防ぐことができます。

御施設に“関わっているオトナ”を、次のタイプに分けてみるのはいかがでしょうか。各タイプへの「対応策」も、簡潔に紹介しておきます。

Aタイプ：常識や成熟度があるオトナ

対応策：通常の関わり方。時には共感やねぎらいを示し、時には現実的な説明や助言をする関わり方。

Bタイプ：常識があるように見えるが“頻繁に自己主張”をするオトナ

対応策：相手の主張で応じられない理由を理詰めではっきりと示し、その現実的な説明を繰り返す関わり方。

Cタイプ：学習力や理解力が乏しいオトナ

対応策：可能な限りわかりやすく順序だてて説明し、周囲やご家庭が情報を共有できるように、説明内容をメモで渡す関わり方。

Dタイプ：うつ病などの精神的病いで苦しむオトナ

対応策：話が伝わらない、かみ合わないこともあるので、コトバかけは丁寧に簡潔にして、同じ内容をメモで渡す関わり方。

Eタイプ：依存や回避や要求が頻発するオトナ

対応策：かまってちゃんなので「できること」と「できないこと」および「やってほしいこと」と「やってはいけないこと」をしっかりと“線引き”して、伝える関わり方。

Fタイプ：怒りや攻撃性が激しいオトナ

対応策：クレーマーさんなので、本人の感情を周囲がどう捉えるかを説明し、施設のルールや適切な関わり方を、批判的態度は一切示さず、客観的に、説明する関わり方。

実際A～Fが混在したオトナもいます。そういった方々は、組織をさらに困らせます。また、A～F以外のタイプもありますが、対人支援職の方々が出会う相手は主に、この6タイプだと思われれます。

〈 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>