

1 【リレーエッセー】

税理士・社会福祉法人埼玉育児院理事長 関本 賢

児童福祉との出会い



私は、税理士事務所の経営をする傍ら児童養護施設と母子生活支援施設を開設運営している社会福祉法人の理事長を仰せつかっております。少子高齢化が叫ばれるようになって久しいですが、バブル景気がはじけた頃から児童虐待は年々増加しています。さらに、不景気による女性の貧困、特にシングルマザーの貧困が顕著になってきています。それに追い打ちをかけるように新型コロナ感染症の蔓延により児童虐待、子どもの貧困、シングルマザーの貧困は大きな社会問題になっております。

児童養護施設には、親からの虐待、貧困、親の死亡、養育困難、ネグレクトなど様々な理由により肉親と一緒に生活することができない2歳から18歳までの子供が生活しています。施設は100%国や県からの補助金で運営されています。生活をする施設なので職員は早番、遅番、宿直というシフトで勤務していますが、非常に過酷な労働環境です。子どもたちにとっては家なので職員によってルールが違っていると子供たちは混乱します。ですからどの職員も子供たちには同じ対応が求められます。子どもたちは前述のような理由で入所してきますので様々な養育歴があり職員がどのように養育すべきかはその子ども一人一人違ってきます。それでも、その子どもにとって何が最善なの

かを職員がチーム一丸となって考え、実践していかなければなりません。さらに、施設は安心安全に生活する場であるのと同時に、18歳になって卒業していくことが求められる自立支援施設でもあります。日々の生活に追われる中で、職員は子どもたちの自立に向けた取り組みも求められるのです。

母子生活支援施設には、夫からのDVによって保護された母子、生活困窮、心身の障害などの理由により保護された母子が生活し自立を支援するための施設です。施設には母子支援員、少年支援員、心理職などが配置され利用者に寄り添い自立に向けた取り組みを日々行っています。ただし、母子支援施設は児童福祉法によって開設運営されていますので、主体は子どもです。施設を利用している子どもたちの安心安全が最優先されます。

どちらの施設も子どもたちの未来を応援するための施設です。子どもたちの明るい未来を願って職員とともに頑張っています。

つい先日、設立110周年のお祝い会を開催いたしました。コロナ禍になって初めて子どもたち、職員、卒業生、職員OBが同じ空間に集まりお祝い会をしましたが、子どもたちのキラキラした目、目、目。とても力をもらいました。この仕事にかかわることができた幸せを実感できる瞬間でした。

● 次回は、システムデザイン開発株式会社 代表取締役社長 久保 利人 様 です。

2 【 TOPICS 】

新年度も多彩な内容でお届けします。
2023年度オンラインセミナー

【 開催日時 】	【 タイトル 】	【 講師 】
2023年 4月14日(金) 15:00~16:30	栄養とメンタルヘルス (仮)	五稜会病院 栄養課 糸谷洋子・高畑聖美 (管理栄養士)
5月19日(金) 15:00~16:30	初めて学ぶ認知行動療法	札幌CBT&EAPセンター長 坂野雄二 (認知行動療法師)
6月16日(金) 15:00~16:30	今さら聞けない“リワーク”って何をするの？	五稜会病院 復職デイケア主任 清水陽平 (公認心理師)
7月 日程調整中	知って得する産業組織心理学入門	大分大学 講師 岩野 卓 先生 (公認心理師)
8月18日(金) 15:00~16:30	職場でのメンタルヘルス支援 ～ 医療と産業保健の違いを考える ～	札幌CBT&EAPセンター 中村 亨 (公認心理師)
9月 日程調整中	痛みの問題とその対応を考える — 慢性的な痛みを中心に —	北海道医療大学 准教授 本谷 亮 先生 (公認心理師)
10月 日程調整中	仕事と暮らしに生かすポジティブ心理学	大分大学 講師 岩野 卓 先生 (公認心理師)
11月17日(金) 15:00~16:30	災害時における職場の安全配慮義務とメンタルヘルス対策	札幌CBT&EAPセンター 中村 亨 (公認心理師)
12月 日程調整中	職場のハラスメント防止の心得	大分大学 講師 岩野 卓 先生 (公認心理師)
2024年 1月19日(金) 15:00~16:30	不安への対処方法：エクスポージャー法を上手に行う20ヶ条	札幌CBT&EAPセンター長 坂野雄二 (認知行動療法師)
2月16日(金) 15:00~16:30	職場の中の個性的な人達 ～ 発達障害と神経発達症の理解と対応 ～	札幌CBT&EAPセンター 中村 亨 (公認心理師)
3月15日(金) 15:00~16:30	暮らしに活かす不安管理訓練のアイデア	札幌CBT&EAPセンター長 坂野雄二 (認知行動療法師)

新年度もメンタルヘルス対策に 役立つ知識をお届けします

4月、2023年度のオンラインセミナーは、当センターの母体である五稜会病院の管理栄養士による話から始まります。

医食同源という言葉がありますが、健康の維持増進を考えたとき、日々の食事は欠かせない要素です。近年、メンタルヘルスの領域においても食事、栄養の問題が注目されています。まず健康の土台の一つである栄養の知識を身に付けることから始めましょう。

6月を担当する清水は、五稜会病院の復職支援専門ケア リワークヴィレッジの主任で、当センターのセミナーで毎年、講師を務めています。

国家公務員の長期休職者の6割以上がメンタルヘルス不調による休職です。職場のメンタルヘルス対策においてリワーク（復職支援）は欠かせないテーマです。リワークとは何か、リワークでつまづきやすいポイントや利用する上で知っておいてほしいことをお話します。

センター長の坂野が講師を務める認知行動療法をテーマとした話が5月、1月、3月にあります。

まずは5月に認知行動療法の入門編。そして、1月に不安の問題を扱う上では必須となる治療技法であるエクスポージャー法、3月に暮らしの中で広く応用できる不安管理訓練を取り上げます。

認知行動療法は心理療法の世界標準になっていますので、理解の促進やスキルアップの機会としてぜひご利用ください。なお、一回ごとに完結する内容になっていますので、関心がある回にご参加ください。

副センター長の中村は、8月、11月、2月に、職場保健活動で不可欠な、産業保健の基本的発想や安全配慮義務、合理的配慮義務などの知識を学べる内容で準備をしています。

職場のメンタルヘルス対策や災害時の対応、発達障害が疑われる少し個性的な従業員に対する職場としての理解と対応といったテーマを取り上げながら、職場で従業員の健康管理などに関わる人事労務の方や専門職の方、産業保健領域に興味をもっている方が知っておいた方がよい知識をお届けします。

7月、9月、10月、12月は。 ゲスト講師をお招きします

当センターのオンラインセミナーでは、第一線で活躍する専門家・研究者をお招きしてご講演いただく回を毎年設けておりますが、2023年度は岩野卓先生（大分大学）と本谷亮先生（北海道医療大学）に、合わせて4回のお話をいただけることになりました。

岩野卓先生は、2021年の9月にも依存症についてご講演いただいたのでご記憶の方もおられると思います。依存症の研究と支援をライフワークとされていますが、大学では産業組織心理学、ポジティブ心理学について教鞭を取る専門家です。

産業組織心理学は、人と組織の関係や、適切な管理、生産性の向上など研究する領域で、心理療法などを研究する臨床心理学とともに、実社会への実践・応用が進んでいる心理学の領域です。またポジティブ心理学は、人の生活や人生をより豊かにすることを目指す、心理学の中でも新しい研究領域です。

岩野先生には7月に産業組織心理学、10月にポジティブ心理学をテーマにお話しいただき、さらに12月には、職場のハラスメント撲滅月間に合わせて、ハラスメント対策についてお話しいただきます。

いずれの回でも、仕事や生活をより良くする様々なヒントをいただけたと思います。

本谷亮先生は、痛みの問題に対する心理療法の専門家です。9月に痛みをテーマにお話しいただきます。

頭痛や腰痛、関節痛などが持病という方や、怪我の後、身体の損傷は治っているのに、痛みが続き困るという方も少なくありません。損傷が治っても痛みが続くことがあることからわかるように、痛みは単なる身体の損傷に伴う感覚ではありません。痛みを感じることで体が不快な体験ですが、痛みがあることで、それまでできていた生活や仕事ができなくなったり、積極的な行動がしにくくなるなどといった問題も出てきます。

労働者の高齢化が進むと、痛みの問題を抱えながら働く人も増えることが予想されます。痛みの問題を抱える人を適切に理解し、対応を行っていく上で、本谷先生のお話は必ず役に立つと思います。

3 【センターからのお知らせ】

オンラインセミナーのお申込みについて

● お申込み受付中（2023年2月1日現在）

【開催日時】	【タイトル】	【講師】
2月 17日(金) 15:00～16:30 (受付締切：2/10)	知っておきたい薬の知識	医療法人社団五稜会病院 薬局長 古瀬 諒二 薬剤師
3月 17日(金) 15:00～16:30 (受付締切：3/10)	リラクゼーションを体験しよう：オンライン体験学習	札幌CBT&EAPセンター長 坂野 雄二 北海道医療大学名誉教授 認知行動療法スーパーバイザー

【受講の流れ】

以下QRコードまたは
当センターのHPから
お申込み
ください。



受付後、受講料の振込先
をメールいたします。
(お申込みからメールの返信までに
数日いただく場合があります。)



入金を確認できた方には、
受付締切後に登録
用URLをお送りします。



登録いただくと受講用
URLが発行されます。



開催日時にPCなどで受
講用URLへ接続してく
ださい。

● 今後の受付開始予定

【開催日時】	【タイトル】	【講師】
4月 14日(金) 15:00～16:30 (受付締切：4/7)	【2月 14日(火)より受付開始】 栄養とメンタルヘルス(仮)	医療法人社団五稜会病院 栄養課 糸谷洋子・高畑聖美 管理栄養士
5月 19日(金) 15:00～16:30 (受付締切：5/12)	【3月 17日(金)より受付開始】 初めて学ぶ認知行動療法	札幌CBT&EAPセンター長 坂野 雄二 北海道医療大学名誉教授 認知行動療法スーパーバイザー
6月 16日(金) 15:00～16:30 (受付締切：6/9)	【4月 14日(金)より受付開始】 今さら聞けない“リワーク”って何をするの？	医療法人社団五稜会病院 復職支援ケア主任 清水 陽平 公認心理師、臨床心理士

● 受講料：2,000円(税込)

● 定員：100名

- 受講料のお支払は事前の銀行振込みのみとなります。振込手数料はご負担ください。また入金後にキャンセルされた場合は受講料の返金はいたしません。予めご了承ください。
- トータルサポートプラン、産業医をご契約のお客様は1アカウント分の受講料が無料となります。御社を担当している当センタースタッフへお申し込みください。
- ZOOMを使用した登録制オンラインセミナーです。講演中にZOOMアプリの機能を用いて受講する皆様の意見を伺ったり、質問したりする場合がありますので、受講の際にはZOOMアプリのダウンロードや最新版への更新をお願いします。
- 開催日から約10日間(2度目の日曜日まで)は、録画映像の視聴が可能です。

4 【STAFF VOICE】

テーマ：うさぎの年に、どう跳ねる

提供するサービスの質が跳ね(上がり)、クライアントからいただく評価が跳ね(上がり)、売り上げも跳ね(上がり)、スタッフの給与も跳ねる(上がる)ことを目指していますが、ウサギのように跳ねることは難しいので、ヒトらしく一歩一歩近づければと思います。【T】

毎日寒くて、朝の犬の散歩が辛い、運動不足で徐々に増える体重、理由がわからない左肩の痛みと、跳ねる前に助走もできない状況にあります。どう跳ねるか考える前に、生活習慣を見直し、健康な精神と身体づくりを始めたいと思います。

【S】

4月より産業カウンセラーの養成講座を受講する予定です！新たな資格やスキルを身につけて、一跳ねできたら良いなと考えています。皆様の中にも新たなチャレンジをされる方もいらっしゃるのではないでしょうか。一緒に頑張りましょう!!

【O】

「飛躍」や「向上」の象徴とされる兔ですが、その愛くるしい姿を見ているだけでも十分癒しになり前向きな気持ちが増えていく感じがします。跳ねるためにはエネルギーも必要ですので、今年はずは充電からですかね。寒しいし。

【I】

電気代の値上げ、物価高騰と跳ね上がり続ける暮らしの中で「賃上げ」の跳ね上がりを切実に願う私でございます。うさぎ年にかかわらず毎年跳ね続けて欲しいと夢を見続ける日々です。皆さんもそう思いますよね？

【H】