

# いちほら福祉ネットの は 一 と 通 信

2021.8.1発行  
VOL.59

発行者 中核地域生活支援センター いちほら福祉ネット(千葉県委託事業)  
〒290-0074 千葉県市原市東国分寺台3-10-15  
TEL 0436-23-5300 FAX 0436-23-5225  
ホームページ [http://park22.wakwak.com/~ichihara\\_f.net/](http://park22.wakwak.com/~ichihara_f.net/)  
メールアドレス [ichihara\\_f.net@bh.wakwak.com](mailto:ichihara_f.net@bh.wakwak.com)



年4回発行(4,000部)



## 新たなつながりを考える

### ～SNS相談の活用方法と上手なつながり方～

近年、SNSを活用したさまざまな活動が広がっています。SNS【ソーシャル・ネットワーキング・サービス】は、社会的ネットワークの構築が出来るサービスやウェブサイトのことをいい、人とのつながりが促進され情報発信やコミュニケーションの活性化が図れるといわれています。

一方で、個人情報流出や他者からの誹謗中傷など、さまざまな問題も取りざたされています。

福祉や教育の相談現場においてもSNSが活用され、新たなつながり方として注目されていますが、SNS相談はどのように行われているのでしょうか？

今回の一と通信では、SNS相談が広がっていった経緯に触れ、実際にSNS相談を行っている団体への取材を通じて、SNS相談がどういったものなのか、上手に活用するにはどうしたらいいのかなどを考えていきたいと思います。

#### ◎SNS相談が始まった経緯

初めにSNSが相談に活用されたのは、2017年長野県教育委員会がいじめ対策や未成年者の自殺防止に向け、悩みを抱える中学生・高校生たちが気軽に相談できるよう「LINE相談」を試験的に実施したことが始まりだといわれています。長野県教育委員会の報告書によると、2週間限定で行ったSNSでの相談対応件数は、2016年度1年間の「電話」による相談対応件数の約2倍にのぼり、10代の若者においては「電話」よりも「SNS」を「身近な相談ツール」として認識している可能性が高いことが分かりました。

気軽にアクセスして相談ができ、悩みを抱えた若者と早期につながることができる方法としてSNS相談が注目された矢先、加害者がSNSで自殺願望を持つ女性などに接触し、共に自殺を図る名目で自宅へ誘い込み9名の方を殺害するという痛ましい事件が起きました。

厚生労働省では、公的なSNS相談を強化し事件の再発防止を図るため2018年3月の「自殺対策強化月間」においてSNS相談事業を開始しました。また、文部科学省でも「SNS等を活用した相談体制の構築事業」を開始し、問題の深刻化を未然に防止する観点から、いじめを含むさまざまな悩みを持つ児童生徒に対するSNS相談を、全国の自治体で実施しました。その後、児童虐待、DV相談をはじめとした女性相談などさまざまな分野で広がりを見せています。

では、実際どのように行われているのでしょうか？SNSによる相談対応に先駆的に取り組んでいる一般社団法人社会的包摂サポートセンターへ取材を行いました。

**Q: SNS相談とはいったものですか?どのような方法を取り入れているのですか?**

**A:** SNSは1対1でのやり取りができたり不特定多数の人たちとつながりを作れることが特徴ですが、そのつながりは相手とのトラブルに巻き込まれたときなど、ブロックすることはできても消すことは出来ずネットや端末(スマートフォン)上に痕跡が残ってしまうというリスクがあります。また、無料のアプリケーションは各事業者などがやり取りの内容や個人情報を管理するため、「相談の秘密」を守る観点からはリスクが伴っていると考えています。



2019年に内閣府の相談事業を契機として、個人情報に配慮するため、SNSとは違うウェブチャットシステム作成に協力しました。このシステムはインターネット上で相談することで、履歴は端末に残らず、本人と相談者以外は相談内容を見ることはできないというシステムです。

このシステム以前にも、自分のもやもやした気持ちをつぶやく『モヤッター』や若年女性や東日本大震災や熊本地震、西日本豪雨災害など各地で被災された人たちが自分の気持ちをグループチャットで吐き出す場として『もやもやルーム』を開設するなど、相談支援を通じてこういった方法がづらい気持ちを吐き出す場として適しているのか、個人情報を保護できるのかを考えながら活動してきました。



SNSという言葉にとらわれるとどのアプリケーションを使わなければいけないのかという考え方になってしまうので、「デジタルのテキストを利用する相談」という発想を持った方が良く、結果的に相談者の秘密を守ることにつながっていると思います。

**Q: どのような相談が来るのですか?また、どのようなことを心掛けていますか?**

**A:** テキスト相談は、10～30代の年齢層が多く、つらさを抱えて自殺を考えている方、性的な被害を受けた方、親からの虐待を受けた方などさまざまです。また新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が減り生活が苦しいという相談も来ています。

相談対応で気を付けていることは電話相談や対面での相談と変わらず、相手を尊重することです。文字でのやり取りであっても、相手を尊重する気持ちは伝わると 생각합니다。

また、事業の周知という点では、支援者側から相談者に歩み寄る姿勢を大切にしています。若年層の多くはスマートフォンから情報を得ているため、広報誌やチラシでの周知ではなく、InstagramやTwitter上に案内を掲載しています。

**Q: テキスト相談の良さや課題、今後の取り組みについて教えてください。**

**A:** テキスト相談の窓口を開けておくと、時間に縛られずに書き込めて相談出来るのが良い点だと感じています。また、直接に支援する・支援を受ける関係を築いてからテキストのやり取りを取り入れると、相談者との意思疎通がとてもスムーズになります。テキストから対面での面談につなげる機会を持てるよう、今後はオンライン面談も取り入れようと思っています。

**最後に** 今回取り上げたSNS相談のように、今後もコミュニケーションツールは変化していくと思います。悩みを抱えた方一人一人に寄り添って一緒に歩いていけるよう、さまざまな工夫を行い変化していく姿勢が大切であると取材を通じて感じました。

## 心の健康フェア2021 in ちば

Youthful ユースフル/Useful ゆーすふる  
～共に生きる社会のために～

精神障がいのある方と地域の方々との交流を深めるために、心の健康フェアが開催されます。皆さん是非ご参加下さい。

【日時】 令和3年9月25日(土) 10時～16時

【会場】 千葉市青葉の森公園芸術文化ホール

【プログラム】

10:30 講演

「人生100年時代をみんなで生きる」

15:15 当事者からのメッセージ

「わたしが社会に求めることは」

10:00～13:00 心の健康相談コーナーなど

\* 入場無料・申し込み不要・手話通訳あり

\* 来場時のお願い

- ・マスク着用
- ・体調不良時の来場自粛
- ・収容率による入場制限(入場できない場合あり)

【問合せ】 NPO法人千葉県精神保健福祉協議会

TEL : 080-7000-2093

\* 感染拡大や悪天候などにより内容を変更・中止する場合は、千葉県精神保健福祉協議会のWebサイト

<http://chiseikyo.net/fair/fair.html>

にその旨掲載致します。ご確認下さい。

## 千葉県中核地域生活支援センター大会 in2021

『つながり続けることから見えてきたこと』

今年も中核地域生活支援センター大会が行われます。

今年度のテーマは『つながり続けることから見えてきたこと』。高齢化や人口減少が進み、地域・家庭・職場という人々の生活領域における支え合いの基盤が弱まり、つながりが薄くなっている現代において、福祉の相談機関が相談者となつたりつなぐことにはどのような意味があるのでしょうか？

中核地域生活支援センターの活動から見えてきたつながり続けることの意味、地域でつながり続ける実践者のお話など、現在企画案が検討されています。

昨年度に続き、今年も大会の様子を動画配信する予定となっており、決定次第いちはら福祉ネットのホームページで公表いたしますので、ぜひご覧ください！



いちはら福祉ネットHP

[http://park22.wakwak.com/~ichihara\\_f.net/](http://park22.wakwak.com/~ichihara_f.net/)



## 「障害者グループホーム等支援ワーカーの活動紹介」②

今号では、障害者グループホーム（以下、GH）への入居希望者やそのご家族、GHに入居している方への相談支援について紹介していきます。

令和2年度の入居希望延べ相談件数は875件。「すぐにGHに入居したい」という希望や「親が亡くなった時に備えて情報を知りたい」といった将来を見据えた入居相談など、さまざまなニーズに対応しています。入居される際の費用や国・県・市の家賃補助、障害福祉サービスの利用の流れなどを、一人一人の状況に合わせて話をしています。話を伺った後、相談者の条件に近いGHを複数探し、見学の日程調整や福祉サービス利用申請の支援を行っています。

GH入居者からの延べ相談件数は、令和2年度200件。GH内の人間関係や抱えているストレスのことなど生活上の不安や悩みに関する相談が多く、一人一人の話を傾聴しながら対応を一緒に考えています。GHで働いている職員以外の第三者と話をすることで、気持ちが落ち着く方もいますが、具体的な解決策が必要な場合には、関係機関と連絡を取りながら一緒に支援方針を考えています。

今回紹介した内容はごく一部になります。GHについて気になることや聞いてみたいことなど、ぜひ一度、いちはら福祉ネットまでご相談ください。





# 旬の食材を使ったヘルシーメニュー

旬の食材を食べて 健康的に夏を乗り切ろう

## トマトと枝豆のオムレット

(1人分：217Kcal)

**材料** トマト 1個、枝豆 40粒程度、卵 6個、食塩 1g、こしょう 適量  
**(4人分)** サラダ油 大さじ2杯 \*枝豆は塩茹でし、豆を取り出しておいてください。

- 作り方**…① トマトは一口大に切る。  
 ② 卵をボウルに割り入れ塩・こしょうを加えて良くかき混ぜる。  
 ③ 熱したフライパンにサラダ油をひき、トマト・枝豆をさっと炒め、端に寄せ卵を流し入れる。  
 ④ 卵の端に火が入ったら菜箸で具材を時計回りに、フライパンの上を反時計回り進ませ、具材が中心になるように卵を巻き付けていく。 \*フライパンを傾けると巻き付けやすいです。

### 栄養士さんからのおすすめの一言・・・

「トマトに含まれるリコピンには、抗酸化作用があり血糖値上昇の抑制や日焼け防止の効果があります。枝豆には、ビタミンB<sub>1</sub>・B<sub>2</sub>が多く含まれており疲労回復に大変効果的です。」

今回のレシピは、社会福祉法人三和会 特別養護老人ホームあじさい苑 管理栄養士の 羽鳥真史様に提供していただきました。

### いちほら福祉ネット活動報告

- 【会議等出席・開催状況 R3/4/1～6/30】**
- 4/17・5/15・6/19 ちはら台地区福祉の総合相談会
  - 4/19・6/28 千葉県精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築推進事業 市原圏域実務者会議
  - 4/20・5/18・6/8 加茂地区民生委員児童委員協議会定例会
  - 4/21・5/12・5/26・6/9・6/23 意思決定支援アドバイザー
  - 4/21・5/25・6/28 司法と福祉千葉モデル勉強会
  - 4/22 市原市認知症対策連絡協議会 総会(Web)
  - 4/23・5/21・6/25 市原地域リハビリテーション広域支援センター ちーき会(Web)
  - 4/25・4/27・6/3・6/10 千葉県中核地域生活支援センター連絡協議会中核大会実行委員会(通常・Web)
  - 4/27・5/25・6/22 千葉県中核地域生活支援センター連絡協議会 例会
  - 4/27 千葉県中核地域生活支援センター連絡協議会 総会
  - 4/27・5/25・6/29 市原市要保護児童対策地域協議会 実務者会議
  - 5/ 6 令和3年度特別支援学校特別支援教育コーディネーター連絡協議会
  - 5/17 千葉県精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築推進事業の市原圏域における研修会
  - 5/18・6/15 青葉台地区福祉に関するなんでも相談会
  - 5/18・6/15 市原市相談機関連絡会
  - 5/19 千葉県中核地域生活支援センター連絡協議会研修委員会 研修部会(Web)
  - 5/28 市原市相談支援事業所連絡会「銀杏の杜」勉強会
  - 5/31 市原市要保護児童対策地域協議会 代表者会議

令和2年におきた乳児死亡事件を受け、市原市では『市原市要保護児童保護施策審議会』が設置され、今年3月、検証結果と改善に向けた提言(4つの柱)が示されました。その内容は『子育て支援の充実』『要保護児童対策地域協議会のあり方の見直し・機能強化』『専門性の向上』『必要な人員の確保と組織体制の整備』となっています。現在、市原市はさまざまな施策を打ち出しており、今後の動向が注目されています。

**いちほら福祉ネットへの相談件数**  
(速報値)

令和3年4月～令和3年6月  
 延相談件数 1,979件(新規97件)

相談方法	対象者
電話 1,506件	高齢者 159人
訪問 349件	障害者 704人
来所 93件	児童 280人
個別支援会議 31件	その他 836人

令和3年度(4月～6月)  
 延相談件数 1,979件

**編集後記** コロナ禍でマスクをした生活が続いていますが、夏場は熱中症にも注意が必要です。エアコンを使用するときには、換気することで感染症対策になります。また、のどが渇いていなくてもこまめに水分を補給するなどの対策を心掛け、暑い夏を乗り切りましょう。(スタッフ一同)