

Ⅲ 事業概要

1. 診察状況

当センターでは、精神保健福祉相談・精神科デイケアに係る精神科外来診察を行っている。
令和4年度の診察状況は、以下の通りである。

(1) 月別診察件数

件数	月												計
	R4 4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	R5 1 月	2 月	3 月	
新規(実人数)	4	4	3	4	2	3	2	4	6	3	2	3	40
再来(延人数)	56	54	58	49	57	57	55	50	59	48	45	59	647
デイケア診察 (延人数)	13	11	11	4	8	4	11	8	16	8	9	8	111
計	73	69	72	57	67	64	68	62	81	59	56	70	798

(2) 新規診察ケース診断別処遇状況(重複有)

処遇		診断名	統合失調症	気分障害	神経症性障害	精神遅滞	発達障害	パーソナリティ障害	物質関連性障害	器質性精神障害	計
当所継続	医療			1	2		1				4
	カウンセリング				1						1
	集団療法										0
	デイケア	4	13	11		4		3	1		36
他機関紹介	医療機関				1						1
	保健所					1					1
	その他										0
終	結		1		1		1				3
計			5	14	16	0	7	0	3	1	46

(3) 診断名・年齢別診察件数

診断名	年 齢								計
	10才以下	11-20才	21-30才	31-40才	41-50才	51-60才	60才以上		
統合失調症		2	7	9	3	3	3	27	
気分障害			8	13	8	7	1	37	
神経症性障害	1	3	15	16	6	1	2	44	
精神遅滞				2				2	
発達障害		2	4	6	1	1		14	
パーソナリティ障害							1	1	
物質関連性障害		2		1		1		4	
器質性精神障害						1		1	
計	1	9	34	47	18	14	7	130	

(4) 精神保健福祉法に基づく指定医診察件数

	精神保健福祉法根拠条文							計
	22条	23条	24条	25条	26条	26条の3	34条	
診察件数	0	34	20	0	1	0	0	55

2. 精神科デイケア

(1) デイケアの概況

当センターのデイケアは、昭和 58 年度の開所以来、市内の医療機関から患者紹介を受け実施している。回復途上にある精神障害者が自立した生活が送れるようになることを目的に、生活習慣の確立や社会参加・社会復帰促進のための生活指導や作業指導を実施している。

「就労支援・社会参加コース」は、精神科に通院治療している概ね 15 歳以上の仙台市民を対象に、平成 23 年度までは、一日 6 時間、週 4 日定員 60 名の大規模「精神科デイ・ケア」のみで実施してきた。平成 18 年の障害者自立支援法施行後は、本市の障害者福祉計画による整備が進み、就労移行支援や就労継続支援（A・B 型）等、日中活動系サービス事業所数の増加やその活動内容の多様化等により、着実に精神障害者の選択の幅が広がってきている。当センターのデイケアでも所外社会体験や SST(生活技能訓練)・心理教育等のプログラム等に力点を置き、在籍しながら次の移行先事業所への重複通所を支援し、数年で他の社会復帰施設への移行や就労等へのステップアップを目指す目的意識を持った「通過型」である。

通所者の状況として、疾患別人数に変化があり、うつ病や強迫性障害、不安障害等神経症圏の利用者が増加し、統合失調症の利用者数を上回った。また、なかなか一日 6 時間から始められない通所者も増加している。平成 24 年度からは一日 3 時間の「ショート・ケア」を取り入れ、少しずつ生活リズムを整え、滞在時間を延長していくなど柔軟なデイケア利用も可能にしたところ通所者延人数が増加した。

うつ病で休職中の方の復職準備性を高める新たなコースとして、平成 22 年 7 月から試行開始し、平成 23 年度からは、定員 10 名・週 2 日（平成 23 年 2 月から）・4 ヶ月間に限定したデイケアとして本格実施した。令和 3 年度からは週 3 日実施し、うつ状態を改善し社会参加のための自己回復力を高めるように心理教育や認知行動療法を用い、一定の効果が得られている。

平成 29 年 7 月から平成 30 年 2 月までの期間は大規模改修のため、建物を一時移転してプログラムを実施した。移転に不安を覚える通所者も多かったが、施設や周辺地域の環境変化・交通手段の変化にも相談しながら乗り越え、達成感や成長につながった。平成 30 年 3 月に改修工事を終え、青葉区三居沢に戻り、気分を新たに活動する通所者もみられた。

令和 2 年 3 月より、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、利用者への検温や体調確認、利用スペースや物品の消毒など、感染対策を講じながら活動を続けた。感染拡大で日常生活の制限が生じる中、利用者にとってデイケアが拠り所となり、精神的な安定に繋がった。

令和 3 年 7 月より、薬物（違法・合法問わず）やアルコールの使用に関する悩みを抱えている 15 歳以上の方を対象とした「アディクション回復支援コース」を開設した。アディクション問題を抱える方は、十分な社会経験や対人スキルを身に付けられないまま成長し、孤独感や苦痛を深め、生きづらさから逃れるために特定の物質や行動に依存するという経過を辿ってきた方も多いため、薬物の再使用や再飲酒の予防に留まらない、より全体的かつ包括的な支援を行っている。

デイケアでの様々な活動により、経験の幅が広がることで通所者の自信や成長が促され、また、通所者同士の繋がりによる良好な対人関係が構築され、さらなる効果を上げている。

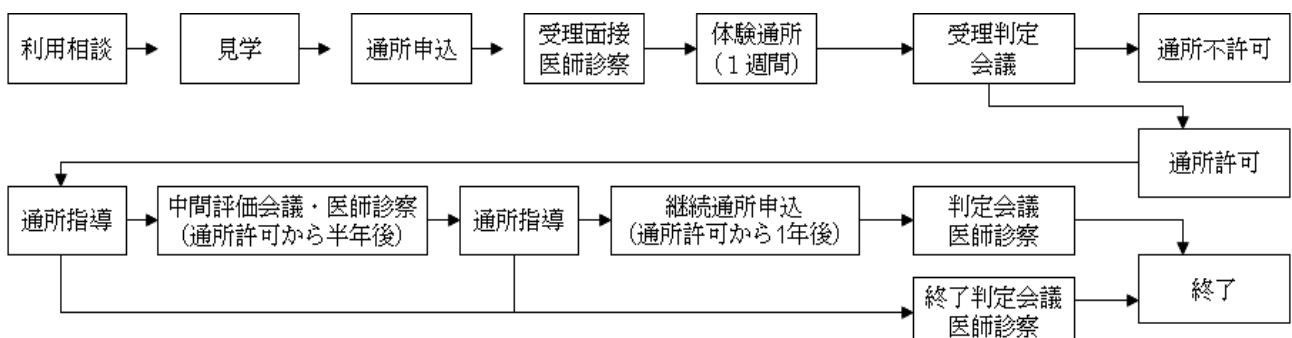
(2) デイケア指導状況

- ・指導期間：令和4年4月1日～令和5年3月31日
- ・指導日数：就労支援・社会参加コース 184日（毎週月・火・木・金、祝日等除く）
リワーク準備コース 135日（毎週月・木・金のみ）
アディクション回復支援コース 16日（毎月第1・3火のみ）
- ・通所状況：年間の通所者延数は2,076名（うち、ショートケア通所者延数は1,112名）
「就労支援・社会参加コース」1,350名 「リワーク準備コース」701名
「アディクション回復支援コース」25名
平均在籍者数は53.5名。定員に対する充足率は72.1%であった。

令和4年度 デイケア通所状況

コース別	通所者実数				新規通所者実数（再掲）				終了者実数（再掲）			
	就労支援	リワーク	アディクション	計	就労支援	リワーク	アディクション	計	就労支援	リワーク	アディクション	計
総数	49	27	4	80	7	26	3	36	10	20	1	31
男性	23	18	3	44	4	17	2	23	5	12	1	18
女性	26	9	1	36	3	9	1	13	5	8	0	13

○デイケア通所者の受理から終了までの流れ



(3) 就労支援・社会参加コースの指導内容

① 通所者の特性（再通所者含む 49 名）

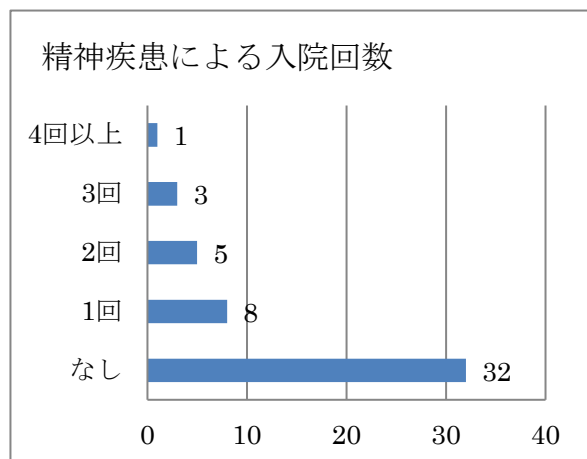
ア. 疾患別分類

疾患名	人数
神経症性障害	18
統合失調症	15
うつ病等感情障害	11
発達障害	5
合計	49

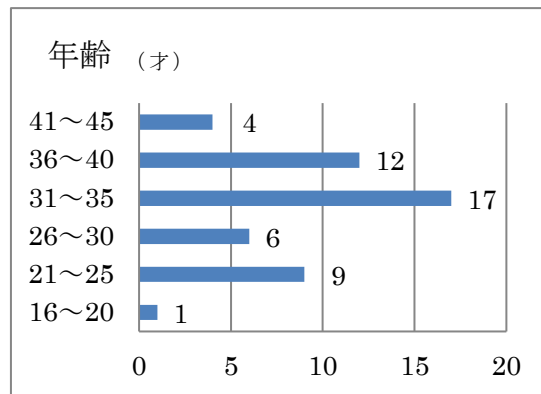
ウ. 利用に至った経路

利用に至った経路	人数
病院・クリニック	23
家族・親戚のすすめ	12
当センター来所相談	4
社会復帰施設等	4
自主来所	3
その他	3
合計	49

オ. 精神疾患による入院回数

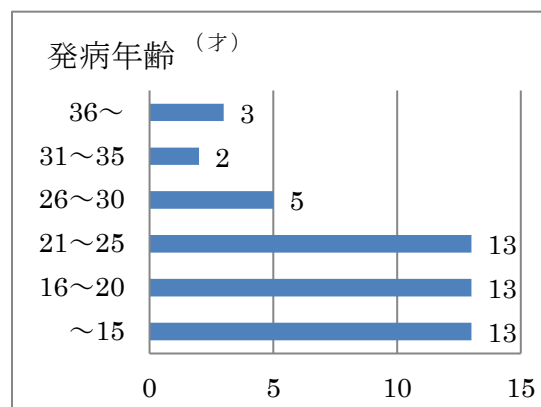


イ. 年齢（対象年齢 15 歳～45 歳）
平均年齢は 32.3 歳、最年少は 19 歳、最年長は 45 歳である。

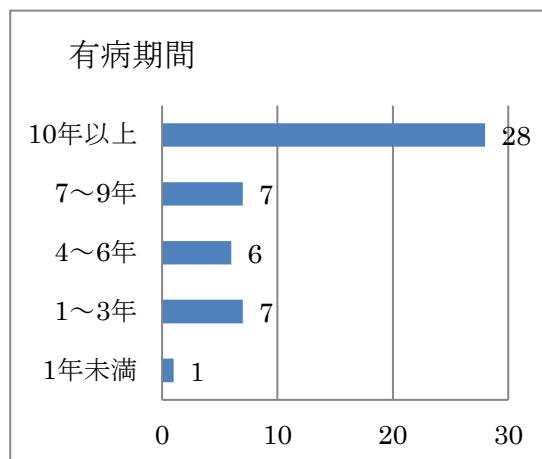


エ. 発病年齢

発病平均年齢 20 歳で、20 歳までに 26 名（53%）が発病している。



カ. 通所開始までの有病期間



キ. 学歴

学 歴	人 数
高校卒	9
高校中退	5
専門学校卒	9
専門学校中退	1
短大卒	2
短大中退	1
大学卒	15
大学中退	4
大学在学中	3
合 計	49

ケ. 紹介元

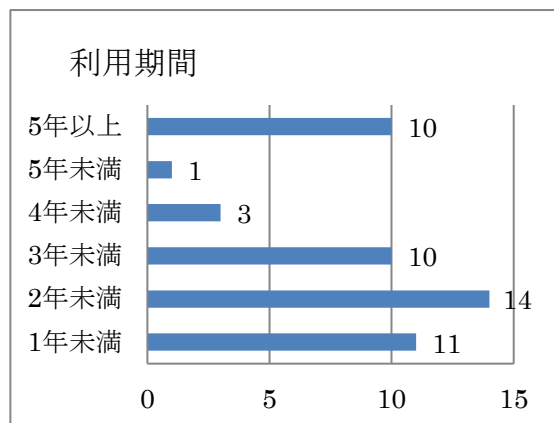
紹 介 元	人 数
クリニック	25
病 院	21
精神保健福祉総合センター	3
合 計	49

サ. 家族状況

同居家族	人 数
両親（＋その他家族）	36(19)
ひとり親（＋その他家族）	8(3)
単身	5
合 計	49

ス. 利用期間

平均利用期間は3年6カ月である。



ク. 保険

保険の種類	人 数
生活保護	4
社保本人	4
社保家族	20
国保本人	3
国保家族	17
共済家族	1
合 計	49

コ. 精神障害者保健福祉手帳の取得状況

手帳区分	人 数
手帳なし	18
手帳あり	31
1 級	(1)
2 級	(24)
3 級	(6)
合 計	49

シ. 居住地

居 住 地	人 数
青葉区	17
宮城野区	6
若林区	4
太白区	13
泉区	9
合 計	49

セ. 終了状況（所属及び在籍期間）

終了時の所属として社会復帰群は10名中4名（40％）であった。

平均在籍期間は2年2ヶ月となっている。

終了時の所属		在籍期間				計
		1年未満	1～2年未満	2～3年未満	3年以上	
社会復帰	就労	2	1	0	0	3
	就労継続支援A型	0	0	0	0	0
	就労継続支援B型	0	0	0	0	0
	就労移行支援	0	0	0	0	0
	復学	1	0	0	0	1
療養専念	通院	2	1	1	0	4
	入院	0	0	0	0	0
在宅	年齢制限	0	0	0	1	1
	通所意思喪失	1	0	0	0	1
合計		6	2	1	1	10

② 週間プログラム

プログラムは週単位を基本とし、定期的に講師を招くもの、職員が企画・運営するもの、メンバーの自主性に任せるもので構成した内容を実施している。

当デイケアは、集団プログラムのみではなく、個別の支援にも力を入れており、デイケア終了後を見据えて、地域の社会資源の見学同行、就労訓練先への事業所訪問なども行っている。また必要に応じて担当職員が家庭訪問を実施している。

メンバーの個々の状況の違いに応じて支援できるよう、1～2週に1回担当職員との面接をプログラムに組み込んでいる。様々な不安や焦り、悩み等を聞き、メンバーを取り巻く状況を把握し、デイケア利用の目的や目標の確認・修正及び将来の方向性を一緒に考える時間としている。この枠に限らず必要に応じて臨時面接も実施しており、今年度は特に新型コロナウイルス感染拡大による不安や心配な面を確認し、個別フォローを丁寧に行った。

診察は、新規通所受理時、終了時、通所開始後半年ごと（1年の利用期間中6ヶ月目、12ヶ月目）に実施している。主に医療情報を得るために実施しており、それらを基に医学的アプローチやデイケア効果等の検討や評価を行っている。他に、緊急時や必要に応じて臨時の診察も実施している。

<令和4年度週間プログラム>

	月	火	水	木	金
午前	クラブ活動 創作	料理(月1回) / 面接・診察 自遊時間		クラブ活動 合同スポーツ テニス(月2回)	クラブ活動 音楽 パソコン
午後	ここまるタイム	セルフサポート塾		ステップアップ講座 / お茶会(月1回)	コミュニケーション

※ゼミナールは月1～2回 ※体育館スポーツはバレーボール大会前に週1回×3回

<各プログラム内容詳細と活動の概要>

心理教育 セルフサポート塾（全18回）	
<ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：7名 ・担当職員：4名 ・外部講師：なし <p>* 講話、個人ワーク、グループワークなど、多様な形式で行った。</p>	<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・心理教育を通して病気との向き合い方の獲得や自己理解を深める。 ・グループワークを通して、メンバー同士の交流、相互理解を図る。 <p>◎内容および活動の概要</p> <ul style="list-style-type: none"> ・疾患理解や自己理解を中心に基本的に講義形式で行い、集中力が途切れないようワークを取り入れ、メンバー間でも意見を共有できるようにした。プログラム内容は、主に心理教育的なテーマで、通所するメンバーに必要と思われる内容を選択し、メンバーが理解しやすいように作成したパワーポイントでプレゼンする形式を進めた。2回のシリーズものとして実施した内容は、いずれも深めてほしいことや一度で理解することが難しいと思われる内容であり、シリーズの2回目から

参加しても問題がないように、復習の時間を取るなどの工夫をした。終了後には振り返りシートを記入し、回ごとに学びになったことを振り返る時間を設けた。

・メンバー間での意見交換を通して、自分では気づいていなかった自身の特徴や、ストレス等への対処法について新たな視点を得る機会となっていた。

実施日	プログラム内容
4/19	お悩み相談会
5/24	生活習慣を見直すヒント
6/7	不安の特徴や対処法について学ぼう
6/14	自分の魅力を再発見～お互いの良いところを褒め合おう～
6/28	エゴグラムを通して自分がどんな性格かを知ろう
7/5	自分の取扱説明書を作ろう
7/14	医師講話（病気の理解とセルフケア）
8/9	感情のコントロール方法を知ろう①
8/25	感情のコントロール方法を知ろう②
9/8	医師との座談会
11/1	お悩み相談会
11/8	自分の魅力を再発見～お互いの良いところを褒め合おう～
12/13	考え方のクセを知ろう①
12/22	考え方のクセを知ろう②
2/7	自分のストレスについて知ろう
2/14	ストレスからの回復力チェック
2/24	医師との座談会
3/7	医師との座談会

心理教育 コミュニケーション（全 16 回）

- ・平均参加人数：5名
- ・担当職員：5名
- ・外部講師：なし

◎ねらい

・様々な場面における会話や対応の仕方について学び、よりよいコミュニケーションスキルを身に着けることで、実際の対人場面に活かしていく。

◎内容および活動の概要

・場所のセッティング→ウォーミングアップ→（気分の天気調べ→ルール等の確認）→本題→（気分の天気調べ）→振り返りシートの記入の流れで実施。※（ ）は SST 時。

・SST(Social Skills Training)、コミュニケーションゲーム、座学、個人ワーク、グループワーク、ロールプレイなどと多様な形式で対人場面における幅広い内容を扱った。ニーズの高いテーマについては前期と後期で 2 回実施している。

- ・今年度は「発達障害専門プログラム マニュアル」から、障害の有無に関わらず重要なコミュニケーションスキルを身につけるワークを選択し実施した。メンバー同士で意見交換する場面が多く、基本的なコミュニケーションスキルの振り返りと自分と違う多様な考え方を知る機会となっていた。
- ・SST は、あらかじめ練習するコミュニケーションのテーマを設定したステップバイステップ法での実施を多く取り入れ、テーマを捻出する負担感の軽減に努め実施した。

実施日	プログラム内容
4/14	コミュニケーションってなんだろう？
5/27	相手の気持ちを考える
6/3	コミュニケーションスキルの獲得 ：上手に頼みごとをする (SST:ステップバイステップ法)
6/10	コミュニケーションタイプ診断
7/1	コミュニケーションスキルの獲得 ：頼みを(上手に)断る (SST:ステップバイステップ法)
8/5	コミュニケーションスキルの獲得 ：言いたい要点を伝える (SST:ステップバイステップ法)
8/19	傾聴
9/16	アサーション
10/21	コミュニケーションってなんだろう？
11/4	コミュニケーションゲーム
11/18	コミュニケーションスキルの獲得 ：ほめ言葉を受け入れる (SST:ステップバイステップ法)
12/8	コミュニケーションタイプ診断
12/15	会話のポイント
1/13	対人場面の練習をしよう (SST:基本訓練法)
2/3	アサーション
3/3	傾聴

ステップアップ講座 (全 19 回)

- ・平均参加人数：5名
- ・担当職員：4名
- ・外部講師：あり

◎ねらい

- ・将来の生活をイメージし、より良い社会生活を送るために必要な知識や技術を身に付ける。
- ・グループワークを通して、メンバー同士の交流を図る。

◎内容および活動概要

- ・生活、余暇、就労に関して、グループワークや講話、見学等様々な形態で活動を実施した。
- ・新型コロナウイルス感染対策と現在の通所者の状況、外出に抵抗感がある通所者も見受けられるため、外部講師を依頼して所内にて講話をしてもらう機会を設けた。

・内容を選んで参加している通所者も多く、プログラム内容によって参加者のバラつきが見られた。その中で、互いに余暇活動を紹介し合うプログラムは楽しみにしているメンバーも多く、前期と後期で2回の開催をした。就労や福祉サービスに関する情報が得られるプログラムも今後のイメージ作りになっており、個人での事業所見学等、ステップアップに向けて動くきっかけになった。

実施日	プログラム内容
4/21	感染症の予防について
5/6	災害の備え
5/12	どんな事業所があるか知ろう
6/2	熱中症対策と対処法について
7/28	職業興味検査をやってみよう
8/4	福祉サービスについての出張講座
8/18	お金の使い方を考えよう
9/2	余暇活動を充実させよう～おすすめの物紹介～
9/13	事業所の話を聞きに行こう（見学）
10/25	身の周りにある社会資源を整理しよう！ (エコマップの作成)
11/10	身の周りにある福祉サービスを知ろう！
11/17	冬を元気に乗り切ろう！～インフルエンザの予防など～
12/1	宮城障害者職業センターのはなし
1/6	マナーや身だしなみについて考えてみよう！
1/17	出張お仕事体験
1/20	余暇活動を充実させよう！おすすめの物紹介！
2/2	履歴書を書いてみよう
2/9	OB講話
3/2	就職面接体験(自分のことを伝えよう)

ゼミナール（全 16 回）

- ・平均参加人数：8名
- ・担当職員：6名
- ・外部講師：あり

◎ねらい

・リラクゼーションやストレス解消、体力作りや健康維持の方法に関する知識・技術を得て、ストレス対処や趣味的活動の幅を広げる。

◎内容および活動の概要

・リラクゼーション、ストレス発散、リフレッシュを目的としたもの、体力づくりや栄養講座等の健康維持・増進を目的としたものを万遍なく取り入れ、幅広い内容を企画した。

・リワークコースと合同での企画を数回設け、両コースの交流の機会となった。

・新しい内容については参加を検討する通所者も多く、様々な体験を通して活動の幅が広がる機会となった。また、通所が滞りがちな通所者にとっては通所のきっかけとなっている。

実施日	プログラム内容
4/28	畑作り①：何を植えるか話し合い
5/9	座禅（リワーク合同）
5/19	畑作り②：畑に苗を植える
6/9	パーカッション
6/30	アニマルセラピー
7/29	トータルフィットネス
8/16	フラワーアレンジメント
9/6	アートセラピー
10/20	アニマルセラピー（リワーク合同）
11/11	体力チェック・講話「運動のコツ、伝授します」
1/10	アロマセラピー
1/19	ボクササイズ（リワーク合同）
1/30	栄養指導（リワーク合同）
2/10	ジャム作り体験
2/24	フラワーアレンジメント
3/9	消しゴムハンコ

クラブ活動

<創作>

- ・平均参加人数：6名
- ・担当職員：2名
- ・外部講師：あり

◎ねらい

- ・集中力や持続力、生活技能を高め、自信につなげる。
- ・対人交流を通して、協調性、仲間意識、自発性の向上を図る。
- ・プログラムに継続して取り組むことで、達成感や充実感を得る。
- ・様々な活動を通して、趣味的活動の幅を広げる。

◎内容および活動の概要

<創作（週1回。全42回）>

- ・UVレジンや羊毛フェルトを使った創作、油絵、プラバン、編み物など各々が希望する作業に分かれて活動を行った。
- ・希望する作業を見つけられないメンバーは、講師の声掛けや手本を参考にしながら作業に取り組むことができていた。
- ・集団の中にもいながらも1人の時間を過ごすことが可能であり、作品を媒介として会話ができるため、対人コミュニケーションを苦手とするメンバーも比較的参加しやすいプログラムだったと思われる。
- ・創作の過程を通して集中力を養うと共に品物を完成させることや作品を通して感想をもらうといった経験が、達成感や充実感を得られる

	機会となっていた。
<p><料理></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：3名 ・担当職員：4名 ・外部講師：あり (隔月、管理栄養士) 	<p><料理(月1回。全12回)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・偶数月は、講師(管理栄養士)が入り、作成された献立に沿って、家庭で実践できる料理を中心に、調理に取り組んだ。 ・奇数月は、メンバーが献立を決めるフリーの料理とし、インターネットや本を活用して選んだレシピを元に調理を行った。 ・新型コロナウイルス感染症対策として、調理器具の共有をしない、使い捨てグローブを着用して調理する等を徹底した。 ・プログラム内で学んだ献立や調理の工夫を家庭で実践するメンバーもあり、普段の生活に活用する機会となった。また、普段は料理をする機会のないメンバーも、他メンバーと協力することで楽しみながら調理に取り組んでいた。
<p><合同スポーツ></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：7名 (就労支援 2名 リワーク 5名) ・担当職員：2名 ・外部講師：あり 	<p><合同スポーツ(週1回。全43回)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・「就労支援・社会参加コース」「リワーク準備コース」の2コース合同とし、屋外と室内に分かれて実施した。 ・屋外はテニス、室内はプログラム参加者の希望で種目を決定し実施した。 ・月に2回、講師の指導によるテニスを実施した。メンバーからは「テニスの基本を教えてもらい楽しさを知った」等の声が聞かれており、テニスを通し運動することにより気分転換など精神面での効果を実感できた。
<p><お茶会></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：4名 ・担当職員：4名 ・外部講師：あり 	<p><お茶会(全12回)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・実施の準備→花よせやお茶道具についての説明→割り稽古→茶席の流れで実施した。 ・感染症対策として、茶道具の消毒、換気、距離の確保、道具の使い回しを避けるため、お点前は1人のみとし各自でお茶を点てるようにした。 ・今年度は講師が担っていた細かな準備についても教えてもらい、一緒に取り組むことでお茶席前のおもてなしの作法についても触れる機会とした。 ・独特の緊張感で好みは分かれるものの、プログラムを通して関心を高め、継続参加に繋がっているメンバーもいる。普段の生活の中では味わえない空気感の中で過ごす機会となっている。
<p><音楽></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：2名 ・担当職員：2名 ・外部講師：あり 	<p><音楽(週1回。全35回)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・内容は、歌唱を希望するメンバーは講師の伴奏に合わせて歌ったり、講師からコード進行の講話を受けた後キーボードでコードの練習をしたり、打楽器の演奏等、メンバーから希望を取った上で多数決で実施

	<p>内容を決定して行った。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・デイケア祭に向けてハンドベルの演奏練習などを行い、活動を通して音楽の楽しさや他者との交流が深められる機会となっている。
<p><パソコン></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：3名 ・担当職員：2名 ・外部講師：なし 	<p><パソコン（週1回。全35回）></p> <ul style="list-style-type: none"> ・例年に引き続き、音楽と選択制で実施した。 ・内容は月間予定表やプログラムのお知らせの作成、タイピング練習、Wordを用いた執筆活動など各々がやりたいことを自由に行っていた。 ・集中して黙々と作業できる静かな空間であり、喧騒を苦手とするメンバーやステップアップのために作業する集中力を磨きたいメンバーが参加していた。 ・各々がマイペースに取り組める活動であり、作業と休憩やメンバーとの関わりの時間とでメリハリつけた活動の機会となっていた。また、月間予定表などの作成は他のメンバーの目に触れるものであることから周囲の役に立つ実感を得られる活動となっていた。
ここまるタイム（ミーティング）<全35回>	
<ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：3～4名 ・担当職員：4名 ・外部講師：なし 	<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行事の企画運営をメンバー自身が担うことで主体性や達成感を得る。 ・行事の話し合いを通して、コミュニケーション能力の向上を目指す。 <p>◎内容及び活動の概要</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各行事に向けた話し合い、作業等を行った。 ・主張の仕方や異なる意見の折り合い方を学ぶ機会となった。
自遊時間	
<ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：6名 ・担当職員：1～2名 ・外部講師：なし 	<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・診察や面接の待ち時間の過ごし方を自ら計画し、自宅での余暇活動を含め、自主的に過ごせるようになる。 <p>◎内容及び活動の概要</p> <ul style="list-style-type: none"> ・読書、絵画、他のメンバーとの交流などが多くみられた。デイケア祭までの準備期間は、飾り用の花を作るなどの作業を行った。 ・取り組むことを決められないメンバーにはスタッフが介入してフォローした。 ・毎回、取り組む内容と感想を記入してもらい、その日の活動の振り返りを行った。 ・季節のイベント等の話題で、メンバー同士がコミュニケーションを取るきっかけの場ともなっている。

③ 年間行事

概ね月1回の頻度で実施し、日常のデイケア活動に彩りを添えているのが年間行事である。メンバーの中には、家族や友人と出掛ける機会が少ない者もいて、日頃できないこと

が体験できる良い機会であるため、行事参加を楽しみにしている者も多い。年間行事の運営にあたっては、メンバーの主体性を大切にしながら、企画から携わり各自に役割を担ってもらい、役割遂行による達成感の獲得や、自己肯定感の向上につながるよう工夫しながら進めている。

<令和4年度年間行事実施状況>

開催日	行事名	内容	参加人数
	メンタルヘルススポーツフェスティバル	・新型コロナウイルスの感染が拡大している状況に鑑み、大会が中止となった。	-
7月8日	宿泊訓練	<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルスの感染が拡大している状況に鑑み、2日間で予定していた宿泊訓練は中止し、規模を縮小し1日のみの野外活動とした。 ・バスにて刈田郡蔵王町へ行き、ふれあい牧場蔵王ハートランドの散策や商業施設 ZAO PATIO や商店街での買い物を楽しんだ。 ・活動中は自然とメンバー同士の交流も見られていた。 ・ゆったりとしたスケジュール感であり午前のスケジュールが予定より早めに終了したため、予定の出発時間を早め、午後の活動予定場所へ時間を繰り上げて移動。結果、午後の活動時間も十分に確保することができ、メンバーの負担も少なかった。 ・コロナ禍で様々な活動が自粛ムードの中、適切な感染対策を行いながら、活動できたことはメンバーにとってリフレッシュになっていた。 	14名
10月7日	デイケア祭	<ul style="list-style-type: none"> ・デイケア活動の成果を発表する場、メンバー同士が協力し合い一体感や達成感を得る機会、地域の方への普及・啓発の機会として毎年開催している。 ・新型コロナウイルス感染症について行動規制等が緩和した情勢を鑑み、一般市民や他関係機関へも周知を行った。昨年度と同様に、通所者の家族、クラブ活動の講師への周知も行った。来場者は64名で、各コーナーで楽しんでいる様子が見られていた。 ・創作展示コーナー、プラバン作り体験コーナー、ハンドベル演奏上映コーナーの3つを設けた。展示コーナーでは、メンバーが創作した作品を中心に展示し、メンバーが来場者へ作品の説明を行った。プラバン作り体験コーナーでは、来場者へプラバンでキーホルダーを作成することを体験してもらった。ハンドベル演奏上映コーナーでは、メンバーが司会進行を行い、来 	12名

		<p>場者に事前に録画したハンドベル演奏の様子を見てもらった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メンバーが準備段階から主体的に活動することで連帯感が生まれ、達成感や充実感を得ていた。 	
11月25日	野外活動	<ul style="list-style-type: none"> ・バスで若林区/宮城野区方面へ行き、仙台うみの杜水族館の散策、閑上のかわまちテラスにて食事や買い物、海岸公園馬術場にて乗馬体験やえさやり体験を行った。 ・メンバー同士で話し合っ行って行き先や行程を決定し、準備段階からメンバーが主体となって計画した。午前中、受付対応に時間がかかり館内散策が予定より短縮された点は改善すべき点であるが、仙台市近郊での実施は全体の移動時間が短く、ゆったりとしたスケジュールで過ごすことが出来ると感じたメンバーも多かった。 ・集団行動を通して、普段あまり交流のないメンバー同士も会話をする機会となっていた。 	12名
12月9日	仙台市精神障害者バレーボール大会	<ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール大会に向けての練習として、体育館スポーツを全3回実施。練習中に見られた様子からフォーメーションを考えるなど、限られた練習機会を有効に使って大会当日への準備を進めていた。 ・大会は4チームが参加し、トーナメント方式で2試合行った結果、惜しくも準優勝となった。選手として参加したメンバーは、互いに声を掛け合いながら全力を出し切り、笑顔が多く見られた。 ・応援として参加したメンバーは、試合観戦を楽しみつつ、応援グッズや拍手で選手たちにエールを送っていた。 ・大会を終え、参加者からは「みんなと一緒に頑張れて楽しかった」といったポジティブな感想が多く聞かれ、他者と団結して一つのことに取り組む貴重な機会となっていた。 	10名
12月23日	忘年会	<ul style="list-style-type: none"> ・実行委員を中心に、実施内容や流れなどについて話し合いを進めた。 ・午前はカードゲームやジェンガ等を行い、午後はプレゼント交換の後、感染対策を徹底しながらクリスマスケーキの会食をした。 ・ゆったりとしたタイムスケジュールであり、穏やかに和気あいあいとした雰囲気で行った。 	11名

		<ul style="list-style-type: none"> ・参加人数も多く、普段関わりの少ないメンバー同士で交流する機会となっていた。 	
3月17日	春季パーティー	<ul style="list-style-type: none"> ・メンバー同士の話し合いにより、1年間がんばった自分たちへの労いとして楽しむ会とする方針に決定。「Enjoy! デイケア～みんなで楽しもう～」をテーマに据え、内容の検討を進めていった。 ・午前は、お菓子を食べながらDVD鑑賞。鑑賞後は映画の感想をメンバー同士で伝え合い、それぞれの感じ方を共有していた。午後は、ビンゴ大会を行い、ビンゴ大会終了後は茶話会を実施した。ビンゴ大会は、デイケアでの実施は数年ぶりであったため、新鮮な体験となっていた。茶話会ではビンゴ大会で当たった景品の話題などで話が弾み、自然な交流が生まれていた。 ・今年度はメンバーが楽しむ会としたため、気負わずに参加できている様子が見られ、メンバー同士で交流しながら穏やかな時間を過ごせていた。 	8名

④ 家族支援

ア. 家族懇談会の実施

◎ねらい

- ・病気及び障害の知識・理解を深めるための学習の場を提供する。
- ・当センターと家族との間で情報交換を行い、今後の本人の関わり方について考えていく。
- ・家族同士の交流を図り、相互支援の場とする。

◎実施状況

- ・デイケアメンバーの家族を対象に、年5回（5月・7月・9月・11月・2月）第4水曜日の午後に実施した。
- ・当センターのメンバーの多くは家族と同居している。家族支援は、メンバーの社会復帰のための基盤固めであり、家族が病気や障害に関して理解を深めることや、家族との情報交換は、メンバーの治療にとっても欠かせないものである。また、単身生活のメンバーであっても、家族の支持と理解を得ることは、治療をすすめる上で非常に意味がある。
- ・4月の懇談会だよりの郵送時に、家族懇談会の内容に関するアンケートを実施してニーズを把握した。福祉サービスや就労についてなど、今年度のメンバーの生活を鑑みたニ

- ーズが見られた。また、メンバーとの家庭での関わり方について知りたいという声も多く、例年希望する声が多い精神科医の講話の中で触れることができるように計画した。
- ・家族同士のグループ懇談の回や、講話の回にも後半に感想を共有する時間を設け、日頃の悩みや大変さを話して発散したり、他家族の話も聴いて体験を共有したりできるようにした。
 - ・検温、マスク着用、消毒、換気、距離の確保を徹底し、新型コロナウイルス感染対策を行いながら実施した。

<家族懇談会実施状況>

	実施日	内容	参加人数
1	5月25日	年度始めの職員との顔合わせとグループ懇談	10名
2	7月27日	精神科医による講話 「精神疾患の理解と家族としての関わり方について」	6名
3	9月28日	障害者相談支援事業所による講話 「福祉サービス・社会資源について」	5名
4	11月16日	就労継続支援B型事業所による講話 「就労に向けたサポート資源について」	5名
5	2月22日	デイケア終了生からの体験談	5名

イ. 家族懇談会だよりの発行

家族懇談会開催月の前月（4月、6月、8月、10月、1月）に年5回発行した。前回の家族懇談会の実施内容及び参加状況の報告、次回の家族懇談会の案内、メンバーの活動報告・紹介などを掲載し、家族懇談会の周知を図った。

⑤ アフターケア（OB支援）

相談件数内訳（延べ件数）

	相談延数	相談内容（重複あり）					
		生活報告	病気・薬	対人関係	再通所	仕事	その他
来所	7	4	0	0	0	3	0
電話	23	8	2	6	0	3	4
計	30	12	2	6	0	6	4

- ・デイケア終了後も電話と面接で相談に応じている。実人数は7名。
- ・複数回の相談があった方は、以前から固定している方が1名、終了1年以内の方が1名、OB相談の依頼をきっかけに相談に至った方が1名、単発の相談で終了した方が

4名。

- ・相談内容は、日常生活報告が12件と最も多かった。
- ・多くは生活の中での困りごとや不安などを話し、解決されると終結した。傾聴や対処法の助言により安心する内容が大半であった。

⑥ デイケア通所者についてのケース検討会

◎ねらい

- ・ケースの理解を深め、デイケア指導に生かす
- ・専門機関の職員として、支援に足る資質の向上を図る

◎実施状況

- ・デイケア登録者に主たる診断名ではないものの、発達障害の特徴を併せ持つメンバーが増えていることを受け、講話「発達障害のある方をどう理解するか」を実施し、発達障害の特徴や対応等の理解を深める機会とした。
- ・個別ケース検討や集団力動について検討し、デイケアとして個人へどう働きかけていけばいいのかといった点を話し合い、関わりの視野を広げることができた。
- ・年度末にレビューを実施し、支援方針の確認と今後の方向性を共有した。

<ケース検討会実施状況>

開催日	内 容
4月27日	デイケアの全体像を把握する（集団力動）①
6月22日	ケース検討「通所したい気持ちはあるが通所に至らないケース」
8月24日	講話：「発達障害のある方をどう理解するか」 ケース検討「不安にとらわれ身動きが取れずにいるケース」
10月26日	ケース検討「体調不良や不安を訴え、次のステップへ踏み出せないケース」
12月21日	デイケアの全体像を把握する（集団力動）②
1月25日	ケース検討 「就労への焦りも多く、整理がつかなくパニックを起こすことがあるケース」
3月15日	ケースレビュー

⑦ 就労支援・社会参加コース説明会

就労支援・社会参加コースの広報、及び利用者拡大を図ることを目的に当センター内で開催している。周知方法は市政だよりの掲載、医療機関・市内関係支所への開催案内の送付である。

<実施状況>

1. 令和4年9月12日 申込者4名 参加者4名（当事者3名、保護者1名）

(4) リワーク準備コースの指導内容

① 通所者の特性

ア. 疾患別分類

疾患名	人数
うつ病	14
適応障害	9
双極性感情障害	3
ADHD	1
合計	27

ウ. 通所者の状況

休職者を対象者としているが、一部離職者の受け入れも行なっている。

職種		人数	
休職者	民間	事務職	7
		営業職	1
		技術職他	8
	公務員	事務職	3
		教員	3
		技術職	2
離職者		3	
合計		27	

オ. 学歴

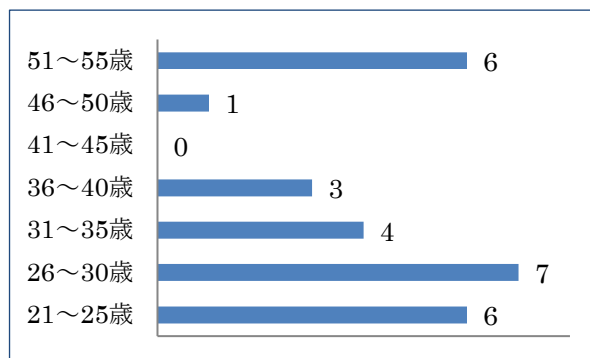
学歴	人数
大学・大学院卒	16
短大・高専・専門学校卒	5
高校卒	5
その他	1
合計	27

キ. 家族状況

同居家族状況	人数
単身	6
親 (+その他家族)	10
配偶者等 (+子)	11
合計	27

イ. 年齢

平均年齢は 35.2 歳。最年少は 24 歳、最年長は 54 歳である。



エ. 利用に至った経路

利用に至った経路	人数
医療機関等	13
自ら (市政だより・HP)	8
家族等の勧め	2
職場の勧め	4
合計	27

カ. 紹介元医療機関

紹介元	人数
病院	5
クリニック	22
合計	27

ク. 終了時状況 (終了後 7 日時点)

在籍者 27 名のうち年度内の終了者は 20 名である。

終了時状況	人数
復職・再就職	5
ならし勤務	5
休職・離職継続	10
合計	20

② プログラム

リワーク準備コースでは原則として4ヶ月を1クールとし、年間3クールプログラムを実施した。※回数は1クルールの目安回数

プログラム名	内 容
心理教育 (4回)	精神科医の講話を中心に、うつ病への理解を深め病気への対処を学ぶ。リワーク準備コースの通所目的の確認（毎回）と「うつ病について」「うつによって起こる考え」「不調になった時のサインと症状・薬の効果」「職場のメンタルヘルス状況」など。
認知行動療法 (12～13回)	職場でのネガティブなエピソードを認知モデルに沿ってアセスメントし、問題の整理と改善するための目標を設定する。目標に合わせて「認知再構成法」「問題解決技法」を実施する。「認知再構成法」では考え方の幅を広げ、「問題解決技法」で問題解決法の考え方、手順を取得する。前半は個人作業、後半は発表と意見交換を行う。
復職プラン作り (4回)	復職準備チェックシートの記入及び報告とリハビリプランを作成する。リハビリプランは通所期間に応じた内容となり、経過の振り返り、職場復帰に向けた再発予防対策のまとめとなっている。前半はチェックシートの記入・プラン作成、後半はプランを発表し意見交換を行う。
コミュニケーション (4回)	自分の気持ちや意見を上手に人に伝え、人とのコミュニケーションをより良いものにする方法をロールプレイなどを通して学ぶ。「アサーションの基礎」「傾聴」「DESC法」「エゴグラム」など。
セルフケア (4回)	これまでの経験や経過から、自身にとってのストレスについて振り返り、その対処法や今後の体調管理、より良い働き方について考える。前半は個人作業、後半はグループワークを行う。「活動記録表の振り返り」「ライフチャート作成・振り返り」「ストレスコーピング（終業後の過ごし方を中心に）」「働き方を振り返ろう」「アンガーマネジメント」など。
グループワーク/ ウォーキング (1～2回)	前半はメンバーから話題提供されたテーマに沿った意見交換、後半は施設周辺の散策や、室内で軽運動を行う。
リラクゼーション (1～2回)	スタッフによる講話及び筋弛緩法などのリラックス法の体験、外部講師によるヨガを行う。
プレゼンテーション (準備2回) (発表2回)	準備では関心のある新聞記事等を要約し、感想・意見のまとめを個別作業で行い、発表では作成した記事のプレゼンテーションと意見交換を行う。準備と発表を1セットとし、2セット実施。

OB 講話 (1 回)	リワーク準備コース OB による復職体験談を聞き、スムーズな復職活動に役立てることを目的に行う。
書道 (4 回)	集中力を養うことを目的に外部講師の指導のもと行う。
合同スポーツ (13～15 回)	就労支援・社会参加コースと合同で実施。屋外でのテニスか屋内スポーツを選択し、月 1～2 回は外部講師によるテニス指導も行う。屋内スポーツでは卓球、バドミントン、ボッチャ、ゲートボール等を行う。
栄養講話 (1 回)	外部講師（管理栄養士）による講話。日常生活に必要な栄養素や、普段の食事で意識する点などについて学ぶ。
合同ゼミ (1～2 回)	就労支援・社会参加コースと合同で実施。セルフケアのため、リラクゼーションやストレス対処の幅を広げられるよう、外部講師の指導のもと行う。

＊その他

- ・個別面接：月 1 回程度、現在の状態の確認と、復職に向けた今後の課題などについて担当スタッフと話し合う。

③ アフターケア（OB 支援）

ア. リワーク準備コース OB 会

終了後の状況把握と、終了者同士の交流の場として「OB 会」を年 2 回、青葉区中央市民センターにて開催した。リワーク準備コース終了後 2 年以内の方の他、在籍者にも声掛けしている。

<実施状況>

1. 令和 4 年 5 月 27 日 18 時 30 分～20 時 00 分
参加者数：OB 3 名 在籍者 2 名 計 5 名
2. 令和 4 年 11 月 18 日 18 時 30 分～20 時 00 分
参加者数：OB 3 名 在籍者 1 名 計 4 名 ※当日欠席 2 名

イ. OB 面接

終了者の復職後の定着支援を主として、電話や直接来所などで相談に応じている。

ウ. OB へのアンケート実施

終了後の状況把握と、終了者がアンケート調査を機に現在の生活、および心身の状態を振り返り、問題の早期発見、早期対処をし再発予防につながることを目的にアンケートを実施している。今年度は 42 名に対して延べ 52 通を送付し 32 通（62%）の回答があった。

対象者はリワーク準備コース終了後6ヵ月、1年、2年、3年経過者である。

【内訳（転帰のみ抜粋）】

	発送数	回答数	回答率	転帰			
				復職	休職	離職	再就職
6ヵ月後	17	9	53%	6	1	1	1
1年後	15	8	53%	5	1	-	2
2年後	9	7	78%	4	1	2	-
3年後	11	8	73%	6	-	-	2

④ リワーク準備コース説明会

リワーク準備コースの広報、及び利用者拡大を図ることを目的に当センター内で年2回開催している。周知方法は市政だよりの掲載、医療機関・市内関係各所への開催案内の送付である。

<実施状況>

1. 令和4年6月28日 申し込み1組のため個別に実施
2. 令和4年10月25日 参加者3名

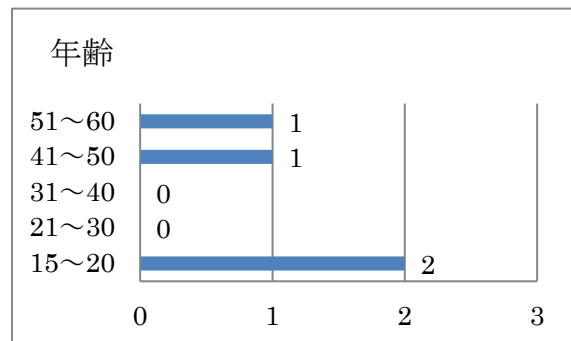
(5) アディクション回復支援コースの実施内容

① 通所者の特性

ア. 疾患別分類

疾患名	人数
薬物依存症	2
精神作用物質使用障害	1
うつ病	1
合計	4

イ. 年齢（対象年齢 15 歳以上）



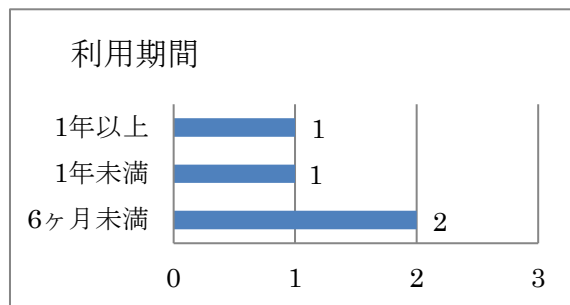
ウ. 利用に至った経路

利用に至った経路	人数
当センター来所相談	2
保護観察所	1
少年院	1
合計	4

エ. 依存対象物質

依存対象物質	人数
違法薬物	2
市販薬	2
合計	4

オ. 利用期間



カ. 新規見学者の紹介経路および依存対象物質

紹介経路(依存対象物質)	人数
当センター来所相談（違法薬物）	1
当センター来所相談（市販薬）	1
合計	2

キ. 問い合わせ対象者

問い合わせ対象者	人数
本人	2
家族	2
刑務所	1
合計	5

② プログラム

だてプロ (Drug & Alcohol Team Empowerment approach Program)

アディクション回復支援コースでは、原則毎月第1・第3火曜日の午後1時～3時30分にテキストを使用した回復支援集団プログラム「だてプロ (Drug & Alcohol Team Empowerment approach Program)」を実施した。全12回を1クールとし、どの回からでも参加することができる。ワークでは、アディクションの仕組みや、薬物やアルコールを使うことになる引き金、引き金と出会ったときの対応について学び、自助グループの紹介やコミュニケーションの練習も行っている。

【実績】 平均参加人数 1.9名 / 担当職員 3名 / 外部講師 第6回のみ AA に依頼

実施日	プログラム内容
4月19日	第8回 コミュニケーションスキルアップその1 (アサーション)
5月17日	第9回 コミュニケーションスキルアップその2
6月7日	第10回 スリップを防ぐためにその1 その2
7月5日	第11回 スリップを防ぐためにその3
7月19日	第12回 強くなるより賢くなろう
8月16日	第1回 スケジュール/カレンダー
9月6日	第2回 あなたの薬物使用・飲酒について整理してみましょう
9月20日	第3回 アディクションの仕組み/引き金と渴望
10月4日	第4回 外的な引き金と内的な引き金/思考停止法
10月18日	第5回 回復の地図/回復の初期によく起こる問題とその解決方法
11月1日	第6回 自助グループについて (外部講師: AA2名)
11月15日	第7回 思考・感情・行動/考え方のクセ
12月6日	第8回 コミュニケーションスキルアップその1 (アサーション)
12月20日	第9回 コミュニケーションスキルアップその2
1月17日	第10回 スリップを防ぐためにその1 その2
2月7日	第11回 スリップを防ぐためにその3

3. 教育研修

(1) 支援者及び関係機関担当職員を対象とした主催研修

① 精神保健福祉基礎講座（初任者研修）

目的：精神保健福祉関係機関の初任者職員を対象に、精神疾患の理解、面接の基本等に関する講義を実施し、資質向上を図るための技術支援を行う。

対象：精神保健福祉業務に携わる行政及び関係機関の初任者職員（概ね経験3年以内）

開催日時	内容及び講師	参加人数
令和4年6月1日 13:00～17:00 会場：仙台市シルバーセンター交流ホール	講話1 「精神疾患の理解について①」 精神保健福祉総合センター 主幹 大類真嗣 講話2 「精神疾患の理解について②」 精神保健福祉総合センター 主幹 原田修一郎 講話3 「支援者へのメッセージ」 健康福祉局障害者支援課 ピアサポーター1名 講話4 「対人援助の留意点や基本的な技術について」 原クリニック 精神保健福祉士 渡部 裕一氏	計 132 名

② 精神保健福祉担当実務者研修

目的：各区の精神保健福祉新任担当職員を対象に研修を行い、提供するサービスの内容や質の維持・向上を図る。

対象：各区・宮城総合支所障害高齢課、総合支所保健福祉課職員

講師：健康福祉局障害者支援課担当職員、精神保健福祉総合センター担当職員

開催日時	内容及び講師	参加人数
令和4年5月17日 13:00～16:20	講話1 「精神障害者保健福祉手帳及び自立支援医療（精神通院）の事務処理」	22名
会場：精神保健福祉総合センター 開催方法：オンライン配信	講話2 「医療保護入院等、精神医療審査会関係業務の事務処理」	18名
	講話3 「措置入院にかかる緊急対応業務」	21名
	講話4 「移送制度にあたっての実務と対応」	17名

③ 思春期問題研修講座

目的：思春期の事例に関わる教職員や関係機関職員を対象に、思春期精神保健に関する基本的な知識を提供する。

対象：思春期の事例に関わる教職員や関係機関職員

開催日時	内容及び講師	参加人数
令和5年1月17日 15:30～17:15 会場：オンライン研修 (Webexによる) 開催方法：オンライン配信	「“問題行動”の背景にある思春期の心理 - その理解と対応 -」 講師：駒木野病院 精神科医 笠原 麻里 先生	計 145 名

④ その他の主催研修（詳細は各事業ページに掲載）

事業名	研修内容	参加人数
地域総合支援事業 災害時メンタルヘルス対策事業	災害時メンタルヘルス研修会 (庁内職員職向け)	5回 延 192名
	災害時メンタルヘルス研修会 (市内専門職向け)	60名
自死予防関連事業 自殺対策推進センター (こころの絆センター)	自殺対策ゲートキーパー養成講座	87名
	自殺対策専門職研修	146名
依存症関連事業	依存症関連問題研修会	65名
	アディクションについての支援者向け勉強会	9回 延 98名

4. 技術指導・技術援助

(1) 保健所及び関係機関に対する技術援助

	保健所支所・ 福祉事務所他	学校関係	障害者 支援施設	病院関係	その他の 機関	計
社会復帰	48	0	8	36	16	108
アルコール・薬物	10	0	0	8	1	19
思春期・ひきこもり	24	3	0	8	6	41
被災者支援	244	0	0	0	1	245
自死関連	28	3	0	53	1	85
学生教育実習	0	69	0	0	0	69
精神科病院実地指導	0	0	0	17	0	17
その他	48	0	16	36	17	117
計	402	75	24	158	42	701

(2) 関係機関主催の会議参加による技術援助

自治体または関連機関で主催する会議に参加した実績は以下のとおりである。

(※詳細は各事業ページに掲載)

主要な会議内容	詳細	回数
精神保健福祉ネットワーク 事業	仙台市障害者自立支援協議会	5
	各区自立支援協議会	43
	宮城県障害者自立支援協議会 第1回精神障害部会	1
医療観察法対象者支援関連	医療観察法適用者ケア会議	25
	宮城県医療観察制度運営連絡協議会	1
地域移行支援関連	宮城県立精神医療センター「チーム医療委員会」	中止
依存症関連	薬物依存症地域支援者ネットワーク協議会	10

被災者支援関連	各区被災者ケースレビュー	25
	みやぎ心のケアセンター運営委員会	2
	仙台市教育委員会 児童生徒の心のケア支援チーム	7
ひきこもり関連	ひきこもり支援連絡協議会	10
その他	仙台市障害者施策推進協議会	10
	仙台市災害弔慰金制度委員会	3
	仙台市教育委員会 仙台市障害児就学支援委員会	5
	仙台市教育委員会 仙台市発達障害児教育検討専門家チーム	7
	宮城県精神保健福祉審議会	1
	宮城県精神保健福祉協会理事会	4

5. 組織育成

(※詳細は各事業ページに掲載)

事業名	内容
自死予防関連事業	若年層を対象とした自死予防対策普及啓発サークル 「はあとケアサークル YELL」

6. 普及啓発

(1) 広報活動

① 広報紙「はあとぼーと通信」の発行

発行	内容
<第 64 号> 令和 4 年 9 月 発行	<ul style="list-style-type: none"> ・特集「ひきこもりについて考える（理解編）」 ・ここまる掲示板
<第 65 号> 令和 5 年 3 月 発行	<ul style="list-style-type: none"> ・特集「ひきこもりについて考える（支援編）」 ・ここまるのゲートキーパー講座

② ホームページ作成

専用のホームページを作成し、広報及び普及啓発を行っている。来所相談、電話相談の案内や主催講座の案内などのセンター情報の広報のほかに、メンタルヘルス情報のページを作成し、精神保健福祉に関する正しい知識の普及と啓発を図っている。

③ こころの健康づくりキャラクター「ここまる」

平成 24 年に、仙台市こころの健康づくりキャラクターとして誕生した「ここまる」は、若年層を対象とした自死予防対策普及啓発サークル“はあとケアサークル YELL”の参加学生らによってプロフィールが加えられ、自殺予防週間ポスター、災害時地域精神保健福祉ガイドライン、各種リーフレット、啓発グッズなど、仙台市におけるこころの健康に関する啓発に、センターの内外を問わず活躍している。

令和 2 年 10 月より「ここまる」の Twitter を開設し、主催事業の案内やメンタルヘルス情報、デイケアの活動報告等を定期的に掲載して、精神保健福祉に関する普及啓発を行っている。親しみやすく温かい印象のキャラクター「ここまる」を通してツイートすることで、より一層の普及啓発を図ることを目的としている。

ここまるのプロフィール	
名前	つなぐま科・ここまる
特技	こころのキャッチボール
	芋煮、お湯、スイーツ
好きなスポーツ	バドミントン
身長	ハート3個分
体重	ハートいっぱい
住んでいるところ	みんなの心の中にいるよ



(2) その他の普及・啓発活動(※詳細は各事業ページに掲載)

- ・長期在院者に対する地域移行支援の啓発
- ・ホームページに災害時メンタルヘルスや仙台市災害時地域精神保健福祉ガイドラインに関する情報を掲載
- ・若年層を対象とした自死予防対策普及啓発サークル「はあとケアサークル YELL」