第３７回
ことう地域チームケア研究会

くすのきセンター

１階　研修室

平成３１年３月１４日（木）

交　流　会

「こころのSOSをキャッチしたらあなたはどうしますか」

☆「こころのうちを打ち明けられた時、どう対応していますか？　または、どのように対応できるといいと思いましたか？」

- 話題提供を聞いた感想・もっと知りたいこと
- 自分の職種では何ができるか　　など

✿グループ発表後は、自己紹介タイムです。

- うつ病は高齢者に多いことを知って驚いた。
- 地域包括支援センターなどで相談を受けることがある。「地域生活支援センターまな」や「ステップあップ２１」などに、対応方法など相談できることがわかった。
- 事例をもとに話し合うことができてよかった。
- 身近な問題として考えることができた。
- おかしいなと気づいた時には迷うより相談をするようにしたい。
- 関わる機会の多い専門機関の方と早くに情報を共有できるとよいと思った。
- 話を聞くことの大事さについて

→話を聞くことしかできなくても、その人にとっては思いを吐き出せる相手がいることが大切。まず受け止めることは大切。

- 個別にあわせた傾聴の難しさ。だからこそチームで関わることが大切ではないかと思った。

- 「死にたい」と言われた時にどう対応するか、どんな言葉をかけるか。支援者も悩んでいる。専門職からの具体的なアドバイスをいただけてよかった。
- 支援者のサポート、支援者ケアも大切であると感じた。
- 家族は気持ちに余裕なく、言葉かけが時に間違ってしまうこともある。支援者の家族にもねぎらいを。
- 地域の相談の現状を共有することができた。
- 寄り添う、話を聞くことの大事さについて理解できた。
- うつ病は特別な病ではなく身近なものである。皆のかかわりがゲートキーパーになっていると思う。
- 相談に乗ってくれる人がいる、と感じてもらえることが必要。そして、支援者も相談できる相手を作ることが大事。
- 支援者の支援。支援する人たちも抱え込まず、チームで相談し合って関われるようにしないといけない。

- 様々な現場で思い浮かぶ方がいる。話をしながら泣き出してしまう人もいるが、どのように声を掛けたらいいのかわからない、どこにつなげたらいいのかわからない。うまく気づけなかったこともあるのではないかと思った。
- 歯科の現場においても、患者から口腔内の事だけではなく、その他の悩みを打ち明けられることがあり、話を聞くことの大切さを感じている
- 精神科の受診につながるまでには(予約も取りにくく)時間がかかる場合がある。そのため、専門科受診までの間、各機関の医療福祉関係者がどのようにサポートをしていくか、どう連携していくかが重要である。顔の見える関係づくりが大事だと感じた。
- 普段内科にかかっている方でも、うつ症状のある患者には専門機関に繋がるまでに症状を緩和できるよう薬を処方をしたりして対応をしていることもある。
- リハビリの場面でも、患者の異変に気づくことがあるが、どう声をかけたらいいかと悩む。気持ちを聞き出そうとしても拒絶されることもある。

→チームで関わることができるとよいのでは。誰かが情報をキャッチして共有できるとよい。ケアマネジャー等と情報を共有。

- 困りごとを抱え込んでしまっていて、表面だけではわからないその人の本当の課題に気づいてあげることが必要だと思った。
- 支援者に繋がっていない人をどう見つけ出し支援するかは課題である。
- 病気や経済的な課題を抱えていることもあり個々の状況をきちんと捉えて、専門機関につなぐ必要がある
- 自殺未遂者の対策について多くの人に知ってもらう必要があると感じた。
- 健康を害する前の気づきが大切。
- 地域のつながり、支えの大切さを感じる。
- 心の悩みはみな持っているもの。社会の問題として、自分ごととして考え皆がゲートキーパーになれるとよい
- 関わる専門職が多く居ることを知った。今後つながりがもてるようにしていきたい。
- 自分の悩みを出しやすい社会を作っていけたら。悩みを聞いた人も抱え込まず次につながるとよい。つながり合う社会。ゲートキーパーが必要になる前の段階での役割を皆ができるとよい。
- 研修に参加して相談機関を知ることができた。いのちの門番ゲートキーパーになった時、近くの相談機関に連絡できるとよい。