

## ごあいさつ

みやぎ心のケアセンター センター長 福地 成

みやぎ心のケアセンターは東日本大震災が発生した年の12月に開設し、市町と協働しながら被災された方々のメンタルヘルスを支える活動を続けてきました。

震災から10年が経過し、当時の状況から比べてコミュニティーの外観は少しずつ変化してきました。かさ上げ工事が終わり、道路は整備され、新しい建物が並ぶようになりました。その一方で、こころの復興には個人差があり、内面の回復が追い付かない方々への支援ニーズが高まっていると感じます。この「コミュニティーの外観」と「人々の内面」のギャップこそが、今の復興期における課題の本質なのだと思います。

コミュニティー全体が健康になれるように、生活する人々に理不尽な格差が広がらないように、そのためには何が必要なかを私たちは考え続けています。生活するみなさまも、支援活動にまいしんするみなさまも、活動する私たちも一緒に幸せになれるような仕事ができればと思っています。

当センターでは、「できるだけみなさんの近くに」をモットーに活動を続けます。被災された方々に寄り添い、市町のメンタルヘルス体制の復興に尽力していきたいと考えています。みなさまのご指導とお力添えを心よりお願い申し上げます。

(令和3年4月)

## ＜主な活動内容＞

県民の皆さんが心の健康に関心を持ち理解を深められるよう情報発信や啓発活動を行ないます。また、今後の災害対策施策に役立つよう、これまでの活動で得た知見を集約し、広く成果の普及を図ります。



子どもから大人まで、震災によって生じた心理的影響を含む、様々な心の問題についての相談に応じます。



自治体職員や支援者の皆さんが様々なメンタルヘルス課題に取り組めるよう、専門的助言やセルフケアを含む多様な研修などを行い、スキルの向上や心理的負担の軽減を図り、サポートします。



## ～こんな時ご相談ください～

- ・気分が落ち込んだ状態が続いている。
- ・身近に相談できる相手がいない。
- ・身近な人のアルコールの問題で悩んでいる。
- ・ケースの対応に困っている。専門的なアドバイスがほしい。
- ・震災による心のケアが必要なお子さんからご高齢の方、関係機関の方々からのご相談に応じます。

※相談内容によって、専門機関についての情報提供・紹介を行います。

公益社団法人 宮城県精神保健福祉協会



みやぎ心のケアセンターは、東日本大震災後の心のケアを行う組織として設立されました。震災によって生じた心理的影響を含む様々な心の問題についてのご相談や、支援者向け研修会、相談会を開催するなど、幅広い支援事業を行っております。

令和3年(2021年)4月作成

**基幹センター**  
鹿島定禅寺ビル3階

中南部沿岸・内陸エリア担当



- 地下鉄勾当台公園駅「南4」出口から徒歩2分

**石巻地域センター**  
石巻合同庁舎5階

石巻・東松島エリア担当



- JR仙石線石巻あゆみ野駅から北へ600m(徒歩約8分)
- 三陸自動車道石巻港ICから東へ1.2Km(車で約3分)

**気仙沼地域センター**  
気仙沼保健福祉事務所2階

気仙沼・南三陸エリア担当



- JR気仙沼駅から車で10分・徒歩20分
- 気仙沼中央ICから車で15分

**心のケアセンター**

**基幹センター** 〒980-0014  
宮城県仙台市青葉区本町2-18-21 鹿島定禅寺ビル3階  
電話：022-263-6615  
FAX：022-263-6750  
Mail：kokoro-kikaku@miyagi-kokoro.org  
HP：http://miyagi-kokoro.org/



**石巻地域センター** 〒986-0850  
石巻市あゆみ野5-7 宮城県石巻合同庁舎5階  
電話：0225-98-6625  
FAX：0225-98-6628

**気仙沼地域センター** 〒988-0066  
気仙沼市東新城3-3-3 宮城県気仙沼保健福祉事務所2階  
電話：0226-23-7337  
FAX：0226-25-9881

(お問い合わせ時間) 平日 9:00~17:00  
土日祝祭日・年末年始はお休みです。