

## 1 事業の成果

### 1 まちかど保健室（訪問看護）：自立支援（精神通院）に係る訪問看護

精神看護を継続して実施した。当事者の気持ちに寄り添い、当事者を主人公とした看護の実践。パーソナルカルテを一緒に作ることからスタートする。当事者自らが、自分の現在置かれている状況を客観的に現状把握が出来るようになる支援をした。「こうあらねばならない」とか「こういうことしか出来ない」という、殻をやぶり、本人が本当に望んでいる生き方は何なのか？を、共に洗い出した。本人の中にある核となる力、あるがままの姿を、ともにあぶり出す支援。本人の訴える悩みや問題への認識が、少しずつ変化し、自己抑制や自己否定が、解きほぐされて、自己肯定感が高まった。人生で『出来ない、あきらめた』ことの中にくすぶっていた情熱が、息を吹き返した。『やりたい』から『出来た！』への記録集。それぞれの生きてきた証は、ひとつの物語になる。それらをスタッフは傾聴し、記録にとどめ、myヒストリー絵本にしていく。現在進行中

### 2 まちかど工房（地域づくり・社会教育）

発達しょうがいや生きづらさを感じている方々から相談をいただき、傾聴させていただいた。話を聞いてもらうだけで楽になった、という感想を多くいただいた。『傾聴』がもつ力を再確認した。このちからがもっと社会に広がれば、人間関係があたたかくなるだろう。

『傾聴』に興味のある方や技能取得を目指す方には、いっしょにグループカウンセリングの場で、モデリングを実施した。それらはヘルスカウンセリング学会の所定の書式で記録を残すことで、さらなる学習と研鑽につながっている。来年度も継続実施

### 3 カウンセリング研究：SAT法（つくば大学発のヘルスカウンセリング学会）実践学習3年目

左脳的な活動が優位を占めて、現代人は心身のバランスを崩しやすくなっているという仮説。右脳の力（感性、イメージ力など）をもっと使うことで、ストレス反応（交感神経緊張や不安や恐れに反応した扁桃体の嫌な感じ）を、良い感じ方に変える技術

## 2 事業の実施に関する事項一覧

### (1) 特定非営利活動に係る事業

事業名	事業内容	実施期間	実施場所	従事者の人数	受益対象者の範囲及び人数	支出額(円)
1	まちかど保健室(訪問看護)	通年	小平市と近隣市	3人	多摩地区	241,851
2	まちかど工房	通年	小平市内	3人	市民	60,000
3	カウンセリング研究	通年	多摩地域	3人	生きづらさを抱えた子供とその親、成人	70,000